

各 位

2024年8月26日

株式会社 山と溪谷社

<https://www.yamakei.co.jp/>

NHK-BS 『にっぽん百名山』の「山の編集長」が、豊富な登山経験をもとに技術教本を出版

『萩原編集長の山塾2 登山力』

インプレスグループで山岳・自然分野のメディア事業を手がける株式会社山と溪谷社（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：二宮宏文）は、『萩原編集長の山塾2 登山力』（萩原浩司：著）を刊行いたしました。



■内容紹介

2013年から5年間にわたってNHK-BS1の『実践！ にっぽん百名山』にレギュラー出演し、その後も国内各地の人気山岳を歩いて山の素晴らしさと安全登山のためのテクニックを伝え続けてきた「山の編集長」が、前著『萩原編集長の山塾 実践！ 登山入門』の続編として、より詳しく山にまつわるさまざまな情報を紹介した登山技術書を上梓しました。山をもっと深く楽しみ、もっと安全に登るための情報満載の本書は、登山に必要な7つの力について写真による詳細な解説とともに、読むことで山にかかわる総合的な力「登山力」が身に着く構成になっています。

【本書で紹介する7つの力】

- 1 **計画力**—登山の充実度・安全度を左右するのは計画を立てる力。三百名山、百高山、ふるさと富士の紹介のほか、さまざまな山の登り方について豊富な写真で解説します。
- 2 **歩行力**—バテずに安全に歩く力を徹底解説。なかでもトレッキングポールを使った歩行技術については、これまでのどの技術書よりも詳しく紹介してあります。
- 3 **装備力**—過酷な自然環境に対応するための装備の使いこなしを詳しく解説。美しいパッキングのノウハウや、ほどけない靴紐の結び方など、著者独自の方法を紹介しています。
- 4 **生活力**—山で食べ、山に泊まる。登山とは衣・食・住の高所移動です。非日常生活に順応するための衣、不便な環境下で調理する食、快適に寝るための住の技術を紹介します。
- 5 **危機管理力**—山岳遭難の傾向を知り、その対策を考えます。山で遭難しない、ピンチになっても生き延びるための力を身に着けましょう。
- 6 **岳識力**—山に関するさまざまな知識を身につければ、登山はもっと楽しくなります。日本の山の数や動・植物の知識、さらに山の名著や歴史についての基礎知識をお届けします。
- 7 **感動力**—視覚・聴覚・嗅覚・味覚・触覚と、都会では眠っていた五感が山では鋭く研ぎ澄まされます。五感をフルに使って山を味わいつくす力、感動力を実感し直しましょう。

前著が登山の基本中の基本を紹介したのに対し、本書はもっと幅広い知識を身に着け、山をより深く味わうための力をお伝えしています。約 800 点にもおよぶ豊富な写真とともに、堅苦しい教科書ではない読み物としても楽しめる技術書として、すべての登山者に一読をお勧めします。

■本書について

書名 : 『萩原編集長の山塾2 登山力』
著者 : 萩原浩司
定価 : 2200円 (本体2000円+税10%)
体裁 : A5判 192ページ
発行日 : 2024年8月20日

ISBN978-4-635-15035-4

<https://www.yamakei.co.jp/products/2821150350.html>

■著者について

萩原浩司 (はぎわら・ひろし)

1960年栃木県生まれ。82年青山学院大学法学部・山岳部卒。小学生のころより父親に連れられて日光・那須の山々に親しみ、高校・大学時代は山岳部に所属。大学卒業後は山と溪谷社に入社し、雑誌『skier』副編集長などを経て、『山と溪谷』、『ROCK&SNOW』誌の編集長を歴任する。書籍部門ではヤマケイ文庫、ヤマケイ新書シリーズを創刊し、現在は山岳出版本部本部長。2009年から日本山岳会の「山の日」制定プロジェクトにかかわるようになり、「山の日」の制定に尽力した。2013年、母校・青山学院大学山岳部のアウトライアー(7090m)東峰登山隊に隊長として参加し、初登頂を果たす。2013年から5年間にわたってNHK-BS1「実践! にっぽん百名山」のレギュラー解説者として出演。著書に『萩原編集長の山塾 実践! 登山入門』、『ヤマケイ文庫 写真で読む山の名著』、『ヤマケイ新書 萩原編集長 危機一髪!』、編・著書に『日本のクラシックルート』『秒速! 山ごはん』(いずれも山と溪谷社刊)がある。日本山岳会会員。「山の日」アンバサダー。

【山と溪谷社】 <https://www.yamakei.co.jp/>

1930年創業。月刊誌『山と溪谷』を中心とした山岳・自然科学・アウトドア・ライフスタイル・健康関連の出版事業のほか、ネットメディア・サービスを展開しています。
さらに、登山やアウトドアをテーマに、企業や自治体と共に地域の活性化をめざすソリューション事業にも取り組んでいます。

【インプレスグループ】 <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス（本社：東京都千代田区、代表取締役：松本大輔、証券コード：東証スタンダード市場 9479）を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「航空・鉄道」「モバイルサービス」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。
さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

以上

【本件に関するお問合せ先】

株式会社山と溪谷社 担当：萩原

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 1-105 神保町三井ビルディング

TEL03-6744-1900 E-mail: info@yamakei.co.jp

<https://www.yamakei.co.jp/>