

冬の運動不足解消にオススメ！

スノーシュー(西洋式かんじき)で 雪上を^{さっそう}颯爽と駆け抜けよう！

春～秋は散歩や登山を楽しんでいるけれど、「冬は寒いし滑るから…」と、外に出ることが減っているという人は、多いのではないのでしょうか？ そんな人には、スノーシューがおすすめです！

▼カルデラの地形がよくわかります



▲雪原ならではの楽しみ方もできます

▼葉や下草もないので視界が広いです



※私有地の立ち入りは許可が必要です

スノーシューは、いわば西洋式のかんじき。大人用で長さ 60～70cm、幅が 30cm程あり、裏に金属性のツメがついています。体重が分散して雪の上を歩けるようになり、ふかふかの雪を踏みしめながら森や雪原などを散策することができます。

初めてでもすぐに慣れることができるので、年齢・性別問わず、みんなで楽しむことができます。ウィンタースポーツに挑戦してみたい人や、子どもの雪山デビューにもおすすめです。

防寒着は普段使っているもので OK！手袋はスキーなどで使う防水タイプなら濡れる心配もなく、雪遊びが楽しめます。

スキーとはちがい、専用の靴は必要ありません。スノーブーツや、防水のトレッキングシューズであればスノーシューが装着できます。足首のぐらつきをおさえ、安全性を確保するため、くるぶしの上まであるタイプだと安心です。

雪の上に残った動物達の足跡、越冬する小鳥や昆虫たち、雪を被った美しくて静かな森林の景色を満喫できるスノーシューは、北海道のジオパークならではの体験です。



「ジオパーク」とは、大地の成り立ちと、自然、人間とのつながりを楽しく学ぶことができる地域のこと。日本には「ユネスコ世界ジオパーク(国際認定)」が9地域、「日本ジオパーク(国内認定)」が44地域あり、それぞれの地域の特性を生かした活動を続けています。