

# 登山用具 ワンポイントアドバイス

我孫子登山倶楽部 装備担当

## その5 レインウェアの選び方



1. レインウェアの使用頻度・場所
2. レインウェアの材料構成
3. レインウェア ズボンの比較
4. レインウェア 表面の拡大
5. レインウェアのOPA
6. レインウェアの紹介
7. 低体温症とレインウェアの関係
8. 汗の処理はどうする

# 1. レインウェアの使用頻度・場所

レインウェアを購入する際は まず下記を考えてから決めましょう

あなたは現在 どのような山に行ってますか？

山に行く頻度は？ 雨の日でも山に行きますか？

行く山が 1000mに満たない山 や 日帰り登山 が中心の人と  
2000m以上の山 が中心の人ではレインウェアは異なります

山に行く頻度が少ない人はレインウェアを使う頻度は少ない  
せいぜい冬場にアウターで使用する程度になります

然し 縦走に行く人は 行程中で雨になることも十分考えられ  
レインウェアは重要性を増します

レインウェアは上下で1万円～6万円以上の大きな価格差があります  
この差は 透湿防水機能 材料のストレッチ機能 防寒・防風材料  
等で大きく変わってきます

購入時は費用対効果を考えて自分に合ったレインウェアを購入しましょう  
レインウェアは常にザックに入っているため、重量は軽い物が欲しい

## 2. レインウェアの材料構成



### (1) 2層構造

撥水加工された材料の裏側に縫い目から水が浸透しないように防水テープで止水している  
価格は安いですが透湿性はあまり良くない



### (2) 2.5層構造

撥水加工された材料の裏側に縫い目から水が浸透しないように防水テープで止水している  
その上にメッシュを貼り付けて、内部で発生した汗等でレインウェアがベトつかない工夫をしている  
透湿性が良くないための処置と考えた方がよい



### (3) 3層構造 (ゴアテックス・他)

撥水加工された(表)材料とゴアテックス(裏)材料が一体化されている  
縫い目から水が浸透しないようにゴアテックスのテープを張り付けて止水している  
ゴアテックスは現状、最も優秀な防水透湿性材料

# 3. レインウェアズボンの比較

## (1) 一般的な構造

チャックの上にカバーがついて水が入らないような構造



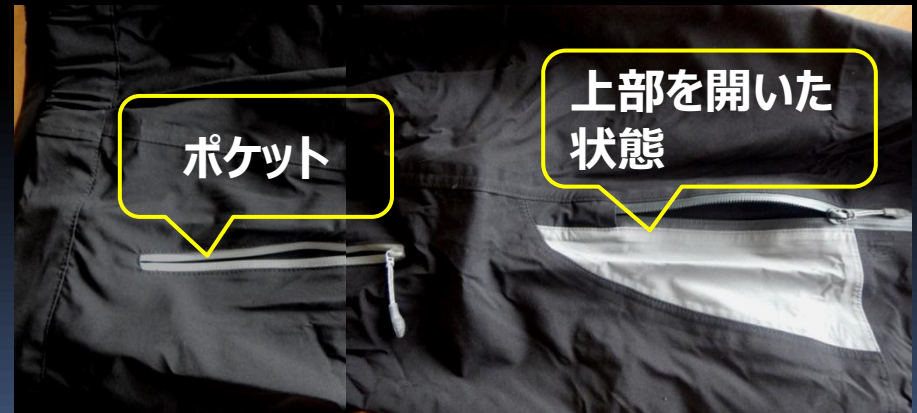
## (2) 防水チャック使用

上部チャックの末端から水が入らないようにカバーがある構造



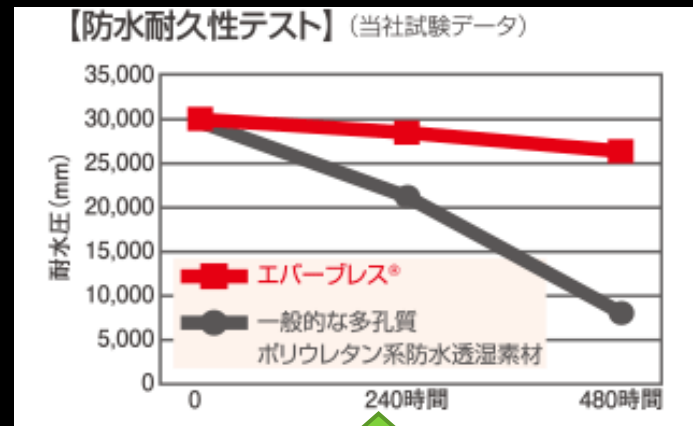
## (3) 進化型の構造

- ・2と同じだが、チャックがかなり上まで来ているので靴を履いていてもズボンの着脱が楽にできる
- ・チャックは2つあり、上部を開けて（ベント）空気の流通を良くすることも出来る
- ・両サイドにポケットが付いているズボンの形をしており自宅から山に履いて行くことも可能
- ・ポケットがあると物入れに使える便利さがあるが、紙類は内部の湿気で保管NG

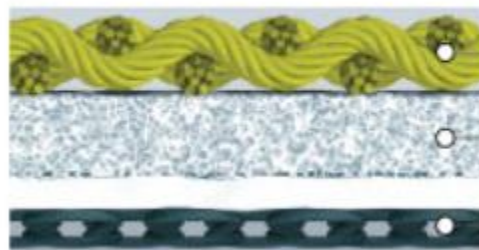


# 4. レインウェア 表面の拡大

- ・レインウェアの表面を拡大してみました
- ・3種類ともに撥水加工はしてあるので水が玉に丸くなっています
- ・左の生地は粗いです
- ・真中は格子状の織りが入っています
- ・右の生地は非常に細かい織りになっています



## ● 素材の特徴<GORE C-ニットバッカーテクノロジー>



表地

ゴアテックス® メンブレン

GORE® C-ニット™ バッカーテクノロジー

## 5. レインウェアのOPA

- ・次のページからレインウェアを紹介
- ・取り合えず、日本製に限定した  
理由・・・外国製はサイズを合わせるのが難しい  
ジャケットの手が長すぎる  
ズボンの丈が長すぎる
- ・上下別売りの場合には自分に合ったサイズを選べる可能性がある

### ワンポイントアドバイス

- ・予算を決める
- ・各社のものを着て見る
- ・ジャケットは冬場に厚着をした上に防寒として着ることを前提として  
少々大きめのサイズを選択
- ・ズボンは丈が登山靴を履いた状態で地面に着く位の長さで  
足を上げた際に引っ掛かりが無いことを確認
- ・ストレッチのものはスリムに出来ている事が多く、少々大き目のサイズを選択
- ・ゴアテックスといえども内部に溜まってしまった湿気の全てを放出出来ない  
空気を放出する開閉可能な開口部が備えられているものを選択する
- ・最終的に上下着てみて 体を動かしてスムーズな事

## 6. レインウェアの紹介



### モンベル ハイドロブリース

初心者向けに作られている  
1000m以上の山では使用したくない  
上下一対で販売価格は 12,800円  
防水透湿性素材はモンベルオリジナルのハイドロブリース  
構成は2層 重量：474g  
透湿性は良くない 汗をかくと、内側に水分が発生する



### モンベル サンダーパス Drytec

初心者から中級向けに作られている  
上下別々で販売され合計価格は 14,000円  
防水透湿性素材はモンベルオリジナルのドライテック  
構成は3層 重量：579g  
上下別々購入のため上下でサイズを変えて購入可能  
透湿性は価格から考えて、それほど良いとは思えない



## モンベル レインダンサーGoa

中級から上級向け

上下別々で販売され合計価格は 28,300円

下記のス torm クルーザーの廉価版

防水透湿性素材はゴアテックス

構成は3層 重量：579g

撥水加工寿命は長く、撥水性も強い

透湿性はゴアテックス使用だが蒸れがなくはない



## モンベル ス torm クルーザーGoa

中級から上級向け

上下別々で販売され合計価格は 33,000円

防水透湿性素材はゴアテックス

構成は3層 重量：466g

撥水加工寿命は長く、撥水性も強い

透湿性はゴアテックス使用だが蒸れがなくはない

モンベル製品では看板商品





## ファイントラック エバーブレスバリオ

上級向けで四季を通して使用可能  
価格は上下別売りで、合計価格は 57,240円  
防水透湿性素材は自社開発のエバーブレス  
ストレッチ性があり3層構造 重量：745g  
撥水加工寿命は長く、撥水性も強い  
透湿性は、殆ど蒸れることはないが、かいた汗の  
水分を効率よく外に出すためのリンクベント有  
多雨多湿の日本に適した最高レベルの防水透湿性を  
実現しながら、ストレッチ性と耐久性を兼ね備える



## ファイントラック エバーブレスアクロ

上級向けで厳冬期に特化した商品  
価格は上下別売りで、合計価格は 74,520円  
防水透湿性素材は自社開発のエバーブレス  
ストレッチ性があり3層構造 重量：1080g  
撥水加工寿命は長く、撥水性も強い  
基本性能は上記のエバーブレスバリオと変わらない  
冬山に適したさまざまな工夫がされている

# 7. 低体温症とレインウェアの関係

登山中に低体温症が発生するのは、主に雨の日の登山である

- (1) 通常でも汗をかくが、レインウェアを着用することで、より多くの汗をかく
- (2) 下着、中間着、レインウェアの3枚を着用した際、汗は下記で伝わる  
皮膚⇒下着⇒中間着⇒レインウェア内側⇒レインウェア外側  
それぞれの所で汗が湿気となって衣服が湿ってしまう
- (3) レインウェアの透湿性が十分あれば、湿った空気は外部へ放出され  
衣服はある程度乾燥する
- (4) レインウェアの透湿性が不十分だと、レインウェア内部で湿気が高まり  
最終的に 汗は水分として下着や中間着を湿ったままになる
- (5) 行動を停止して休憩をとった時 汗が減って体が冷えてくると  
内部の暖かい空気が外気との温度差で水分になって衣服に溜まる  
更に外気温が低いと衣服の温度が下がり、水分の温度も下がり  
体がどんどん冷やされてしまう  
⇒ 結果的に かいいた汗が原因で体を冷やして  
低体温症になってしまう

## 8. 汗の処理はどうする

- (1) 下着は網状の撥水性素材を着用し、皮膚に汗を付けない  
汗が付かなければ、皮膚は冷たくならない
- (2) 中間着は吸水速乾素材を着用する  
汗を下着を通して中間着に吸い上げて、皮膚に汗を残さない
- (3) レインウェアは透湿性が高く、ベントのあるものを選択  
中間着に吸い取られた汗を外部に放出する
- (4) このサイクルで、かいた汗を皮膚にとどめないようにする  
汗を外部に放出して体が冷えるのを防げば 低体温症は防げる

### ワンポイントアドバイス

結局レインウェアは

自分が行く山を考えて、最良の物を選択する

命を守るためには費用は欠かせない