

令和5年 5月18日  
白山自然保護センター  
所長 長井 斉  
直通 076-255-5321

## 令和5年度 「白山登山と高山植物の集い」の開催について

白山の夏山シーズンを前に、白山の高山植物などを紹介し、登山の魅力や楽しみ方を伝えます。例年恒例の行事として実施しています。

今年は、登山中に起こる膝関節痛の原因とその改善方法、白山の高山植物についての講演のほか、登山に必要な装備について実演します。

また、白山登山についての相談受付、白山登山に関する資料配付などを行います。

日時 令和5年6月10日（土）13:30～16:00  
内容

講演 「山の膝痛 膝を守る・膝を良くする方法」  
独立行政法人国立病院機構 静岡医療センター 小林哲士

実演 「白山登山のための装備」  
白山自然保護センター・石川県自然解説員研究会

講演 「白山の可憐でたくましい花たち」  
石川県自然解説員研究会 宮地京子

### その他

登山相談コーナーの設置と白山登山に関する資料の提供  
白山に関する写真パネル展示

会場 石川県立図書館 だんだん広場  
定員 100人（申込み不要）  
参加料 無料  
主催 石川県白山自然保護センター、石川県自然解説員研究会  
共催 白山市  
問合せ 石川県白山自然保護センター

〒920-2326 石川県白山市木滑ヌ4

TEL. 076-255-5321 FAX. 076-255-5323

E-mail [hakusan@pref.ishikawa.lg.jp](mailto:hakusan@pref.ishikawa.lg.jp)

URL <http://www.pref.ishikawa.lg.jp/hakusan/index.html>

### 石川県自然解説員研究会

白山へ訪れる方々に自然解説を行う団体として、昭和58年に設立。白山の夏山シーズン中は、室堂と南竜ヶ馬場に会員が常駐して、自然解説活動を行っている。現在の会員は約80人。

### 県民白山講座

県民白山講座は白山の動植物、地形地質、生活文化などに関する教養講座で、いしかわ自然学校事業の一環として平成12年度から開催している。令和5年度は2回実施予定。

## 白山登山と高山植物の集い

2023年6月10日（土）13：30～16：00  
石川県立図書館 だんだん広場

●13:30 開会・挨拶

### 『山の膝痛 膝を守る・膝を良くする方法』

13:40～14:40

独立行政法人 国立病院機構  
静岡医療センター 整形外科長

小林 哲士

### 『白山登山のための装備』実演

14:40～15:00

白山自然保護センター・石川県自然解説員研究会

●15:00～15:10 休憩・白山登山相談 ほか

### 『白山の可憐でたくましい花たち』

15:10～15:50

石川県自然解説員研究会 宮地京子

●15:50 閉会・挨拶

- ・白山登山に関する相談コーナーを設置しています。  
はじめて白山に登るみなさん、登山に際して不安なことはありませんか？  
白山登山のコースや山での歩き方、持ち物などお気軽におたずねください。
- ・写真パネルの設置  
白山の写真パネルを展示しています。白山の美しい姿、色とりどりの高山植物の花をお楽しみください。

問い合わせ先

石川県白山自然保護センター ☎076-255-5321  
石川県自然解説員研究会 ☎090-7083-5687

