


2020年2月15日発行(毎月15日発行)
1987年3月23日第3種郵便物認可
ISSN 1880-4993

登山時報

 日本勤労者山岳連盟

3

2020
No.541

残雪期こそ登りたい山々 5編

新連載 山登りのための やさしい気象講座



山筋ゴーゴー体操

生涯登山をめざして

登山に必要な体力の維持管理に
筋トレをはじめてみませんか？

◎全国連盟取り扱いのテキスト・書籍

石田良恵 監修
日本勤労者山岳連盟女性委員会編
A5判48ページ
2017年4月改訂版第2版発行



頒価 200円 (+送料)

※20冊以上まとめれば送料無料



いつまでも山に登れる 山筋ゴーゴー体操

DVD付き A5判 96ページ

石田良恵 著

桐書房 2014年7月刊

労山価格 1,000円 (+送料 一冊90円)

※定価 1,620円 (税込み) のところ、特別提供します

書名・部数・団体名・送付先を明記して、メールまたはFAXで全国連盟事務局へお申し込みください。

メール jwaf@jwaf.jp FAX 03-3235-4324

中国の青いケシ 探訪記

—四川省編⑤—



メコノプシス・バランゲンシス・アトラータ

中国四川省、夾金山峠 標高 4100m

写真・文
松永秀和

四川省北西部は地震の巣窟である。2008年5月にM8の大地震が発生し、9万人を越す死者行方不明者を出した。また、観光に大きな打撃となった2017年8月の九寨溝地震は記憶に新しい。私が訪れた2013年にも4月に雅安を震源としたM7の地震が発生し、予定変更を余儀なくされた。こうした地震は、ヒマラヤ造山運動によるものだが、その一方で4000mを越す高山と深い渓谷を作り、種の多様化に寄与した。太古は平地に生えていたと思われる青いケシも、造山活動によって高地に移り、隔離されたことで、様々な色や形に分化し、今、私たちの目を楽しませてくれる。

今月の青いケシ、メコノプシス・バランゲンシス・アトラータは巴朗山の西、夾金山（ジャオジンシャン）峠で見たもので、巴朗山峠で見た種の変種だが、巴朗山から20kmしか離れていないにもかかわらず、花の色は全く異なっている。これもヒマラヤ造山運動がもたらした技だ。

こんな地に一人の日本人が住んでいる。四姑娘山の自然と花々に魅了され、20年前に移り住んだ大川健三氏だ。四姑娘山自然保護区管理局の特別顧問として活動する傍ら、自然や風俗を撮影し、ブログや写真集で発信している。私も貴重な情報源として活用させていただいている。氏の許可を得て、下記にブログのURLを紹介する。

- 1 ◇花図鑑 <http://rgyalmonrong.info/scholaweb/flowers/flowerlist0-e.htm>
◇四姑娘山 <http://rgyalmonrong.info/scholaweb/conts.htm>
◇女王谷 <http://rgyalmonrong.info/index.htm>

残雪期こそ登りたい

中国地方の背骨を行く

島根・広島県境

えぼしやま
じやのめやま
鳥帽子山く蛇ノ目山

尾添富美代 松江アルペンクラブ／島根

鳥帽子山（1225m）から蛇ノ目山（973m）までの続いた尾根は、ちょうど島根県と広島県の県境上であり、中国山地比婆山連山に含まれる。無雪期なら6、7時間の日帰りコースを、あえて雪上テント泊を経験しようと2月に2日間の山行計画を立てる。

1日目、曇り、風がなく穏やか。大峠林道では1月に降った雪がすでにない。予想外である。大膳原分岐辺りからやと雪山らしくなるが、スノーシューの出番はなく、背負ったまま。ラッセル不要で、予定より早い時間に鳥帽子山頂付近に着く。ところが、辺りは雪原が広がり登山道がはっきりしない。乱れた踏み跡はあてにならない。周囲の山もはっきり見えない。こうなればGPSが頼りだ。自分の位置と進む方向を確認。本当の

ピークは外したが出雲峠への下りの道を見つける。ちょうどそこで上ってくる登山者とすれ違う。互いにホッとする瞬間。彼らはスノーシューを履いていたが、私たちは登山靴のまま一気に下る。予定では出雲峠でテントを張るつもりにしていたが、まだ12時。時間も体力も余っており、次のピーク毛無山へ進む。毛無山山頂に着くころは唯一視界が良く、眼下には雪の山肌と裸のブナの森が広がる。小休止をとるが、体が冷えないうちに毛無山をあとにする。少し下った辺りの標高1000m付近の樹林帯に平らな場所を見つけ、雪を踏みならしテントを張る。辺りは50cm程度の積雪。まずは、雪を集めて湯を沸かし、ティータイムを始める。夕飯は丸ごと持ってきた玉葱たまねぎを切って入れた塩ラー



雪中テント

2019年2月10日～11日

2 / 10 8:30 第一大峠駐車場
～大峠林道～9:30 大膳原分岐～
11:30 烏帽子山～12:00 出雲
峠～13:00 毛無山～13:50 幕
营地（鞍部、樹林帯）

2 / 11 8:30 幕营地～9:30 伊
良谷山～10:00 牛曳山～10:
45 蛇ノ目山～11:30 小峠林道～
金言寺前、県道～13:00 大峠駐
車場

歩行距離 16 km・パーティ 4 名

※アクセス・駐車場：松江市内か
ら西南の方向に約 60 km、約 1
時間半。県道 24 号線で南へ大
東町まで、そこから県道 25 号
玉湯吾妻山線を終点近くまで南
下。金言寺駐車場（トイレ付き）
の先に、第一大峠駐車場がある。

※広島県側に比べて、島根県側か
らの登山客は非常に少ない。事
前のルート確認は必須。エスケ
ープルートは広島県側に複数あり。
尾根上のコースは比較的わかり
やすいが、荒天時にはルートを
見失う可能性がある。



く。満足の2日間となる。

メン。なかなか相性がいい。テン
ト内は暖かく山の話が弾む。

2日目、朝は餅煮を食べて元気
をつける。曇りだが荒れる心配は
なさそう。ただし、夜中に雪がだ
いぶ降ったようで昨日のトレ
ースは完全に消えている。スノー
シューを履き、伊良谷山、牛曳山、
蛇ノ目山を目指す。このルートは
出会う人も稀で、非常に迷いや
すい。単独歩きは勧めない。GPS、
地図と磁石をこまめに使って間違
いのないコース取りをする。蛇ノ
目山までくれば一安心、あとは急
斜面の尾根を転がるように小峠林
道に下る。雪の林道、舗装の県道
を6km歩き大峠駐車場に無事着



残雪期こそ登りたい

海谷山塊 雪が拓くルートで分け入る

新潟県糸魚川市

前まええ烏ほ帽子し岳だけ

後藤正弘 日本山岳会越後支部副支部長

海谷山塊は新潟県南西部の糸魚川市にあり、高さはさほどないが、岩壁が発達し特異な山容を誇っている。早川兩岸の山々がエリアとなっていて、左岸側に北から駒ヶ岳、鬼ヶ面山、鋸岳など西海谷山稜が雨飾山まで伸びている。右岸側に烏帽子岳、阿弥陀山、鉢山、昼闇山など東海谷山稜が焼山まで続いている。

尾平など、急峻な山の裾野に広大な台地が広がり独自の景観を形成している。岩登りや沢登りだけでなく、山スキーやスノートレッキングの最適なエリアでもある。また、隣接する新田山、放山なども魅力的であり、火打山、焼山などつつなげればスケールの大きな滑降が可能である。

後藤正弘 日本山岳会越後支部副支部長

尾平など、急峻な山の裾野に広大な台地が広がり独自の景観を形成している。岩登りや沢登りだけでなく、山スキーやスノートレッキングの最適なエリアでもある。また、隣接する新田山、放山なども魅力的であり、火打山、焼山などつつなげればスケールの大きな滑降が可能である。

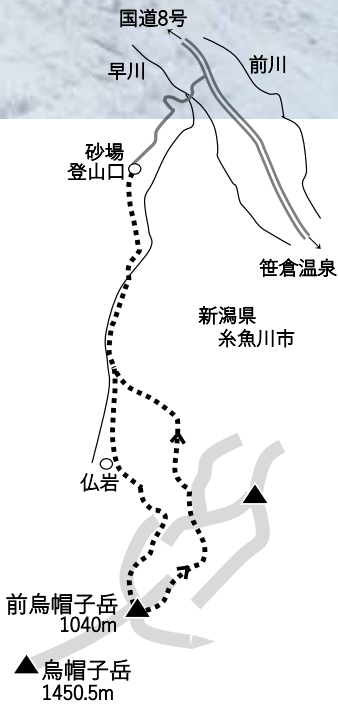
前烏帽子岳（1040m）は小さな山ではあるが、海谷の魅力が凝縮されている。雪が拓くルート

から静かな森に分け入り、大斜面を登行して達する山頂では素晴らしい大展望が待っている。今回は山スキールートとして、その概要を紹介する。

日本海の海岸線を走る国道8号線から、早川谷を笹倉温泉方面へ向かう。やがて左手に鉾ヶ岳が迫ってくると音坂集落となり上早川郵便局先の交差点を右に曲がる。烏帽子岳が近くに見える砂場集落の除雪最終地点が登山口となる。

この橋の手前から前方に仏岩が見えるので目印にするとよい。一帯が杉の植林地となっていて不明瞭だが小沢右岸に沿って進むと、やがて開けてきて仏岩が右手に見えてくる。さらに高度を上げてブナ林の尾根に取りつき直上する。このあたりから烏帽子岳が迫力ある姿で迫ってくる。前烏帽子岳西面が見えたら、いったん沢状の斜面が始まるころまで降り、大斜面を斜上して稜線まで登る。つらい登りだがロケーションに励まされて頑張ろう。稜線からまもなくで山頂である。

山頂の展望は素晴らしい。ゆっくりとランチタイムを取って、下山は東面の斜面を快適に滑降しよう。



1/25000 地形図=梶屋敷・越後大野



仏岩



砂場から見た前烏帽子岳(中央)と烏帽子岳(右側)

2018年3月25日

砂場登山口 > 90分 > 仏岩 > 90分 > 前烏帽子岳 > 120分 > 砂場登山口

パーティ13名(山スキーとつぼ足の初心者も含む)

※所要時間は降雪量やメンバーの人数・体力によって変化するので、目安とすること。

う。山頂付近の雪庇^{せっぴ}を避けて、尾根を少し戻り回り込んで滑り出す。下の広い台地まで快適な斜面となっている。台地は前烏帽子岳稜線に沿うように緩やかで広々として北へ延びている。台地末端から支尾根へ少し登るように入る。さらに尾根を北へ進み、標高750m付近から地形をうまく利用して沢を巻き、左隣の尾根に取りつく。尾根の左から開けた斜面を滑り、その先の沢状の地形から杉植林地の林道をたどり往路に戻る。



黎明のモスクワ峰

NO LIMIT

限りなき山行

14

写真・文 近藤和美

パミール・天山概説余談

昨年1月号で本稿の連載を始めてから前号まで旧ソ連領中央アジアに属するパミール山群と天山山脈の高峰について紹介させていただいた。

連載を始めるに当たって、編集部からは「せっかくの中央アジアの高峰群が近年等閑視されているように感じられる。全体を語れるのは日本では近藤さんしかないから連載スタートのテーマは是非それで」という要請を受けた。

とは言え、確かに私は両山域に計7回通い、5大高峰の完登者ともなったが、それらの活動は1984年から96年にかけて30年前後も昔のことである。果たして今の私に語れる資格があるのかなと自問もしたが、最終的に要望に応じた次第である。

だが、実際に連載を始めると、

この間の温暖化によるルート状況の変化はどうかと気になった。また地理や登山・探検史についても、うる覚えな知識はあったものの、それをそのまま書くわけにはいかない。そして、最も気を使ったのは入山方法の変化であった。

私が通っていたのはほとんどがソ連時代であり、その崩壊後、各自治国が独立して自由主義経済に移行した結果、登山隊受け入れも商業ベースとなった。

そのため、最近の登山事情を盛り込むべく、近年これらの山域に入った数少ない日本隊の記録を漁ったが、参考になる記述がなされていく記録は少なかった。

それよりもさすがインターネット時代。ネット検索でいくつもの山域紹介サイトや有力な受け入れ団体／代理店のウェブサイトに巡り合った。ただしそれらのサイト



ラインホルト・メスナー氏来たる（88年のパミール国際キャンプ開所式に招かれて）



1984年、コルジェネフスカヤC1にて。右端のキーネ氏（バイカル湖畔在住）から昨年35年ぶりに便りが届いた。新たな交流の予感！

は多くが英語やロシア語であり、その解説には多大な時間を費やし、しかも掲載スペースの関係で大半は反映できない知識となった。それでもそうして得た多くの知見は私にとって新発見・再認識が多く、労苦ばかりではない楽しみも与えてくれた。

ともあれ、再確認できた知識や新たな知見の一端を出来るだけ盛り込んだつもりである。

他にも、読者の理解を容易にするべく、概念地図・スケッチ類の作成にも意を砕いた。

もう一つ多大な時間を費やしたのが文章に合わせて掲載する写真の選択作業であった。私はもともと比較的山岳写真、それも単なる風景ではなく、クライマーを配した作品に自信がある方である。ただし、現今全盛のデジタルカメラ撮影ならデータを即パソコンに移してモニター上での作業に移れ、一覧性もそこからの選択も本当に楽だが、当時はフィルムカメラ時代。1遠征で1000枚前後も撮ったカラースライドの山を引っ張り出して1枚1枚ルーペで確認しつつ、候補を多めに選んで、それを自宅のスキヤナーでフィルムス

キャンしてデジタルデータに変換。ここまでやってようやくパソコンモニター上での選択作業に移れるという流れであった。

まあ、そうして選んだ写真もスペースの関係ですべては載せられず、掲載できた写真も多くは小さく扱わざるを得なかったのは、ちよつぱり残念ではあった。ただし、時報全体の限られたページ数の中で毎号カラー3ページを割いて下さった編集部には感謝するほかない。

そのように努めた結果、単なるルート紹介にとどまらない地理・歴史にも触れた読み物に出来たのではないかなと、多少の自負は抱いている。

今回は本連載のメインタイトルを『NO LIMIT』と名付けた理由についてお話ししようと思っていたのだが、その前段で「中央アジアの高峰」シリーズ執筆の経緯と裏話を書き始めたらそれスペースが尽きてしまった。

パミール・天山の概説執筆に当たっては、高所登山学校の行動詳

報を寄稿した当時の登山時報への寄稿文を読み返し、個々の隊員の動きやソ連や各国登山家との交流など、忘れかけていたエピソードを呼び醒まされた。40〜50代だった当時の自分が相当強い高所クライマーだったことを懐かしく想うと共に、直近の昨秋に登ったアマダブラムではいささか無様な登山となり、体力の逡減を痛感させられた。その登山についても近く述べさせていただきたい。



ハンテングリ目指して南イニリチェク氷河に行く。手前はチャパーエフ峰



原田勇成の

白神便り

| 第31回 |

若い命 (クマタカ)

食物連鎖のトップに君臨する猛禽であるクマタカ。森林に順応するクマタカは、希少さではイヌワシに及ばないとしても、特殊鳥類に指定される大型猛禽であり、この辺りにも存在する身近な捕食者である。「身近」という言葉で表現できる自然こそが当地の魅力であり、実力であるのだが、それはさておき、写真の若いクマタカの話しようと思う。

彼女（メスの幼鳥とはいえ、翼を広げると170cmはある）は前の年の春に生まれ、両親の庇護の下、王者としての教育を受けながら成長してきた。クマタカは一つしか卵を産まない。一人っ子なのだ。だから、腹が減れば「ピッピー」と甘えた声を上げただけで、親鳥がヤマドリやウサギなどの餌をいくらでも運んで来てくれた。ほん

の一月ほど前までは。ところが、3月ともなれば話は違ってくる。どんなに鳴いても、もう親は餌を与えてはくれない。次の繁殖があるからだ。我が子に爪を立てて威嚇したりもする。突然育児放棄された彼女は見る見るうちに痩せ細る。そのまま力尽きて命を落とす者もいる。ここが正念場だ。

まだまだ俊敏に動き回る動物を狩る技術がない彼女に、自然は優しい手を差し伸べた。産卵のため早めに冬眠から起き出るヤマアカガエルだ。ビタミン補給に欠かせない赤い血を持つカエルが、彼女の命を繋ぐかもしれない。

大きな体で小さな獲物をあさるクマタカ。必死に生きる彼女の姿がこの写真。その後は知る由もない。

登山時報

3 MARCH.2020
No541

CONTENTS

- 01 連載 中国の青いケシ探訪記 松永秀和
- 02 残雪期こそ登りたい山々
島根・広島県境 烏帽子山～蛇ノ目山 尾添富美代
新潟県糸魚川 前烏帽子岳 後藤正弘
- 06 連載 NO LIMIT 限りなき山行 近藤和美
- 08 連載 白神便り 原田勇成
- 10 ふみあと 「ハイキングA・B・C」と「セカンドステップ」がアマゾンで購入できるようになった
- 11 連載 子づれ山さんぽ 武井真理
- 12 残雪期こそ登りたい山々
石川・福井県境 取立山 宮本重信
尾瀬 大白沢山～平ヶ岳 柳下修
岐阜・福井県境 冠山～若丸山 河本昇
- 18 シリーズ いまさら聞けない!? 雪崩対策 酒井正裕
- 19 新連載 山登りのための やさしい気象講座 野尻英一
- 20 連載 山の文化遺産めぐり 英彦山修験道館
- 22 連載 アドベンチャー・トラベル 大蔵喜福
- 24 JWAF CLICK
戦跡ハイキング 京都府・丹後半島の旅 大西清見
マンガ フウフウハアハア 村松孝一
福岡県連「2019年 海外登山の魅力にふれる講座」 溝尾幸一
- 27 全国連盟の活動
- 28 専門委員会活動報告
- 30 えつらん室 全国一巡版
- 33 ひと 大町健さん
- 34 連載 クイズ 地図読み迷人 宮内佐季子 小泉成行 監修：村越真
- 36 山の仲間を結ぶ会・クラブ紹介 山の子
- 38 地元会員特選ミニガイド 兜明神岳と岩神山(岩手)
- 39 筑井孝子のちょっと絵をうまく描こう / あらかると 石井光造
- 40 連載 オススメ山道具 山の基礎装備 軽量ストック編 笹原芳樹



表紙の木版画 杉山修
「五竜岳閃光」

冬の八方尾根。

スキーリフトが標高1800mまであがっていて、そこには村営の山荘もある。

さらに上に登ると、晴天の日には雄大な景観が開け、

五竜岳、鹿島槍ヶ岳を望むことが出来る。

ただし天気の変には気を付けねばならない。



「登山時報」はリサイクル可能なソイインク™
(大豆油インク)を使用しています。

「ハイキングA・B・C」と「セカンドステップ」が アマゾンで購入できるようになった

労山が発行する2つのテキスト「ハイキングA・B・C」と「ハイキング セカンド・ステップ」は、根強い人気があるロングセラーだが、このほど、ネット販売の「アマゾン」でも購入できるようになった。

きっかけは、同社からのアプローチである。「貴連盟で、何か出品できる品目はないか」という電話での働きかけが、昨年夏前に労山全国連盟事務所にあった。実は、これは二度目だ。数年前にも、同様の電話があった。アマゾン社の新出品開拓担当者は、めぼしい団体にあちこち、網を広げているようだ。しかし、同社に登録すると、税抜き販売額の6割しか出品者に配分

されない。「A・B・C」と「セカンド・ステップ」は単価が低廉なため、これでは作成コストが回収できない。そのため、この時はお断りした。

その後、一昨年夏に「セカンド・ステップ」の第4版が出版され、労山内では以前にも増して評価をいただき、順調な普及ぶりだ。そこで考えた。労山内で売れるのなら、外部に出してもある程度売れるのではないかと。もし、見も知らぬ人がこのテキストを手にしてくれたら、労山の評価を外部でも高められるのではないか。

は400円だが、「A・B・C」は300円で、6割還元でコスト割れないためにも、単価の引き上げが必要だった。

こうして、全国理事会の承認のもと、それぞれ価格を100円ずつ引き上げることにした。ただし、労山会員の皆さんには、冊子記載の価格にかかわらず、従来どおりで提供することになっている。

実際にアマゾンのルートに乗せるには、手続きで少し苦労したが、やっと昨年12月初にアップできた。まだわずかなが、12月の1カ月で数冊ずつ売れているようだ。

皆さんもぜひ、アマゾンのホームページで両テキストを検索してみて、周囲の一般登山者にも勧めてほしい。

(石川友好／日本勤労者山岳連盟 副理事長)

2019年2月
 神奈川県秦野市
 渋沢丘陵
 標高221m(最高地点の浅間台)

峻 0歳7カ月

タイム◎10:20 秦野駅(小田急)
 ~11:20 震生湖~12:30 渋沢駅(小田急)

参考◎「小田急沿線自然ふれあい歩道マップ No.37 秦野駅~渋沢駅」(小田急電鉄 ※小田急の各駅のチラシスタンドで無料配布)、「山と高原地図 丹沢」(昭文社)



丘陵の尾根道



わかりやすい道標。丘陵歩きでよく起こる「アプローチ中の住宅地での道迷い」に陥らずに済みました。



渋沢駅で帰りの電車を待っていています。0歳7カ月当時、身長65cm、体重7.2kg



丘陵の住宅地から丹沢を望む

できるかな？
 行ってみよう！
 こ
 子ごん
 山さんぽ^o
 やま
 vol.33
 武井真理 カモシカスポーツ

七瀬 2015年6月生まれ
 峻 2018年7月生まれ

多摩丘陵の一角にある自宅からは、山との距離感の近さ！川崎市の秦野駅からまず震生湖に向かって歩き始めると、驚いたのが富士山との距離感の近さ！川崎市の

多摩丘陵の一角にある自宅からは、山との距離感の近さ！川崎市の秦野駅からまず震生湖に向かって歩き始めると、驚いたのが富士山との距離感の近さ！川崎市の

多摩丘陵の一角にある自宅からは、山との距離感の近さ！川崎市の秦野駅からまず震生湖に向かって歩き始めると、驚いたのが富士山との距離感の近さ！川崎市の

多摩丘陵の一角にある自宅からは、山との距離感の近さ！川崎市の秦野駅からまず震生湖に向かって歩き始めると、驚いたのが富士山との距離感の近さ！川崎市の

多摩丘陵の一角にある自宅からは、山との距離感の近さ！川崎市の秦野駅からまず震生湖に向かって歩き始めると、驚いたのが富士山との距離感の近さ！川崎市の

多摩丘陵の一角にある自宅からは、山との距離感の近さ！川崎市の秦野駅からまず震生湖に向かって歩き始めると、驚いたのが富士山との距離感の近さ！川崎市の

多摩丘陵の一角にある自宅からは、山との距離感の近さ！川崎市の秦野駅からまず震生湖に向かって歩き始めると、驚いたのが富士山との距離感の近さ！川崎市の

多摩丘陵の一角にある自宅からは、山との距離感の近さ！川崎市の秦野駅からまず震生湖に向かって歩き始めると、驚いたのが富士山との距離感の近さ！川崎市の



残雪期こそ登りたい

白い白山正面の尾根を周遊

石川・福井県境
取立山

とりたてやま

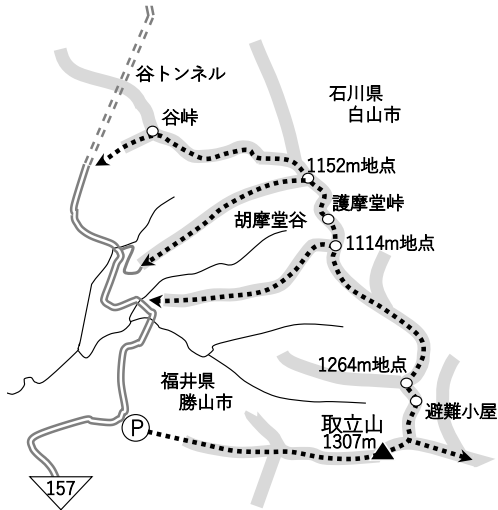
宮本重信 あしハイキングクラブ／福井

取立山（1307m）は冬季も除雪される国道157号線を利用すればアクセスが容易で、福井と石川の県境の稜線を周遊できる。とりわけ、2月下旬から3月下旬の取立山は、文字通りの白山を正面に見ながら、締まった雪の上を自由自在に稜線歩きを満喫できる。だから、私らの福井のハイキングクラブも、毎年この時期の取立山を定番にしている。

好天の休日は登山者も数十人になるから、東山いこいの村への入口の国道沿いの駐車場（30台ほど駐車可能）からの踏み跡が取立山までは残る。取立山頂上（写真1）へ往復する登山者がほとんどだが、私らの会では、好天なら頂

上から東側を下る（写真2）。更に、雪に覆われ使えない県境の避難小屋を越えて、県境の稜線を峠手前の1114mピークに、そこから西に尾根を下る。このコースだと国道に出合う最後で、雪崩柵の斜面を避けて胡摩堂谷を下るが、残雪量が約1・5m以下だと谷が雪に覆われていなくて危険が伴う。そこで、積雪が少ない時などは、県境の尾根で1114mを越えて1152mまで歩き、そこから尾根を下ると国道からの林道に至るので安全である。いずれの下山箇所も除雪した雪が積まれて駐車スペースはないので、国道を歩いて元の駐車場に戻る。

1152mを越えて県境の尾根を国道のトンネルまで歩くのもよい。これらは山スキーのコースにもなっている。トンネル前後には



1/25000 地形図＝北谷



写真2 取立山から東側への下り



写真3 1264m ピーク手前の稜線

福井県と石川県の国道の駐車場があるが、それぞれの県の土木事務所に除雪状況を確認されたい。白山は歩くコースの北東方向に位置するから、逆コースの方が県境稜線では進行の左手に見える。一方、

紹介コースで取立山の頂上ではじめて写真1のように白山を見られるのは楽しみである。

なお、豪雪地帯のため、大雪での遭難や国道で車が立ち往生ということが何度かあるので、天気には十分留意して欲しい。コースは危険箇所がないように思われるが、スキーでの死亡や負傷の事故がある。帰りには、福井県側では勝山天然温泉水芭蕉、石川県側では白峰温泉総湯で汗を流せる。

は十分留意して欲しい。コースは危険箇所がないように思われるが、スキーでの死亡や負傷の事故がある。帰りには、福井県側では勝山天然温泉水芭蕉、石川県側では白峰温泉総湯で汗を流せる。



残雪期こそ登りたい

積雪の湿原をいく

尾瀬 大白沢山〜平ヶ岳

柳下修 八王子おおるり山の会／東京

「この時期にしか行けない」と聞いて心が動いた。メンバーの一人が東

日本女性集会で紹介されたコースである。湿原が雪に覆われているこの時期のみ、山行が可能なのだ。調べてみると、山中でのテント泊が多いが、検討を重ねるうちに山ノ鼻からの日帰りが可能だと分かった。会でも経験がないコースで、記録的な山行になると思うと期待が膨らんだ。

山の鼻小屋に前泊
ワル沢左岸尾根が分からない

前日に山の鼻小屋に入り、雪の状態を確かめるため下見に出かけた。雪が少ない年はスノーブリッジが崩れて川を渡れないのだが、今年は大丈夫そう。明日の朝が早

いので、風呂と食事を済ませてすぐに床についた。翌日は3時に起きて支度し、薄明りの中、ヘッドランプを点けて4時に出発した。湿原はデコボコの雪の背中を渡って歩く。猫又川左俣からは、スズヶ峰(1953m)を経由してジャンクシヨンピークに行くことが一般的だが、ワル沢左岸尾根を辿って大白沢山(1942m)の手前から直接行くルートがあるという。高低差が小さく魅力的に思えたのでそちらにした。しかし、ワル沢左岸尾根こそトレースと赤テープがあったが、直接行くルートを見つけないとがでなかつた。次に、大白沢山経由で行こうとしたが、急斜面でトレースもなかつたのであきらめた。仕方なく、引き返してトレースを探しながら大白沢山の北側を



山ノ鼻から猫又川上流を望む。中央奥がスズヶ峰

巻いた。このため、約1時間ロスした。

トレースの多い ジャンクシオンピーク

ジャンクシオンピークから先はしっかりとしたトレースがあり迷いようもないが、雪庇^{せっぴ}の踏み抜きに注意して歩いた。平ヶ岳(2140m)はすぐそこに見えてなかなか近づかない。気温が高く雪が緩んでいたこともあってアップダ



平ヶ岳頂上にて (写真提供: 落合久輝)

ウンが体力を消耗する。それでも、メンバー全員が「山頂を踏みたい」という気持ちが揺るがず、足をひきずるようにして平ヶ岳に到達した。広い山頂からは白銀の越後三山が鮮やかだった。

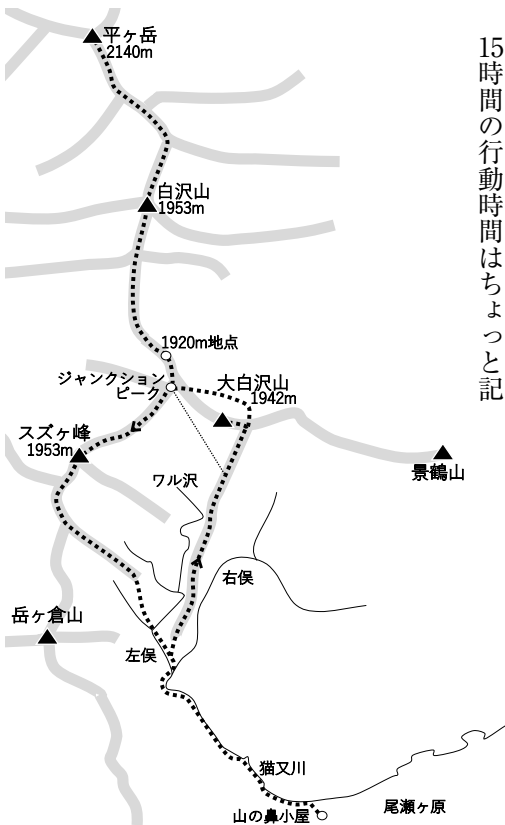
景色を目に焼き付け、また長い道のりに足を踏み出した。1920mピークの手前がいちばんきつかった。ジャンクシオンピークでワル沢左岸尾根の方角を向くと、トレースがあつて気が引かれたが、途中で道を失えば間違いなく遭難

になると戒め、一般的なルートに従つてスズヶ峰に向かった。

大白沢山付近でのロスと 疲労で2時間遅れ

大白沢山付近での時間ロスと疲労に伴うペースダウンのため約2時間遅れており、宿の人に心配を掛けてしまうことが気がかりだったが、スズヶ峰付近で電波が通じ、下山予定時刻を連絡してからは落ち着いて行動できた。日が長く、ヘッドランプを使わずに小屋に着いた。

15時間の行動時間はちよつと記



2017年5月3日~5日

5/3 13:15 鳩待峠~山ノ鼻~柳平の手前~17:00 山ノ鼻 (山の鼻小屋泊)
5/4 4:00 山ノ鼻~5:10 猫又川左俣・ワル沢左岸尾根取付~7:45 大白沢山~9:00 ジャンクシオンピーク~10:10 白沢山~11:45 平ヶ岳 12:05~13:00 白沢山~14:20 1920mピーク~15:40 スズヶ峰~17:30 猫又川左俣~19:00 山ノ鼻 (山の鼻小屋泊)
5/5 8:00 山ノ鼻~9:20 鳩待峠

憶にない。長い一日だった。完遂できたのは日頃から鍛錬を欠かさないメンバーがいたからである。感謝。風呂でさっぱりした後の生ビールは至福のひとつであった。



残雪期こそ登りたい

雪深い静けさと眺望の山
岐阜・福井県境 冠山かんむりやま〜若丸山わかまるやま

河本昇 大垣勤労者山岳会／岐阜

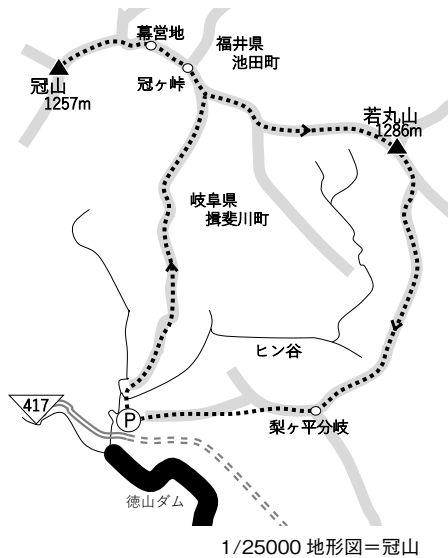


若丸山への途中

冠山（1257m）と若丸山（1286m）は岐阜県と福井県の県境にあり、登山道が無いヤブ山で、残雪期の限られた時季にしか登れない。岐阜県側から登るには、徳山ダム以北が開通しなければなら

ない。
昨年3月中旬の山行の際には、ヒン谷の渡渉は水量がすねあたり

冠山



幕営地に到着しテント設営後、雪稜の尾根筋を辿り冠山にピストン・アタック。ガスで視界のない中、GPSを頼りに無事登頂。

までであったが、サンダルに履き替えたので難なく渡れた。尾根の登りは、テント泊フル装備でのヤブ漕ぎで大変苦しかった。また、数日前の降雪により、積雪が柔らかくカンジキでも歩きにくい。

幕営地に到着しテント設営後、

展望が望めたのは二日目朝の30分程度。ほとんど降雪、ガスの中を歩くことになったが、晴れていれば景色は360度何も遮らない素晴らしい眺望が期待できる。すぐそばに尖った冠山、西には釈迦嶺、千回沢山と不動山、南に花房山に小津権現山、蕎麦粒山に五蛇池山、東に遠く御嶽山、目の前に能郷白山、北方向には白山、荒島岳が望めるはずだ。

残雪期の奥美濃でのテント泊、仲間との親睦を深めるのに良い機会となった。

2019年3月16日～17日

3 / 16 9:00 塚 駐車場～13:00 冠ヶ峠
 峠～14:00 幕営地 15:30～16:40 冠山～17:30 幕営地
 3 / 17 6:15 幕営地～8:50 若丸山～
 12:30 梨ヶ平分岐～13:30 塚 駐車場
 パーティ3名

いまさら聞けない!?

雪崩対策

最新の動向を踏まえて

本誌・酒井正裕

③雪崩ビーコンによる搜索

雪崩ビーコン（雪崩トランシーバーとも言う）の改良に伴い、搜索方法は一昔前とは変化しています。そこで、今回は雪崩ビーコンの搜索方法（エアポート・アプローチ・サーチ）について順を追って説明します。

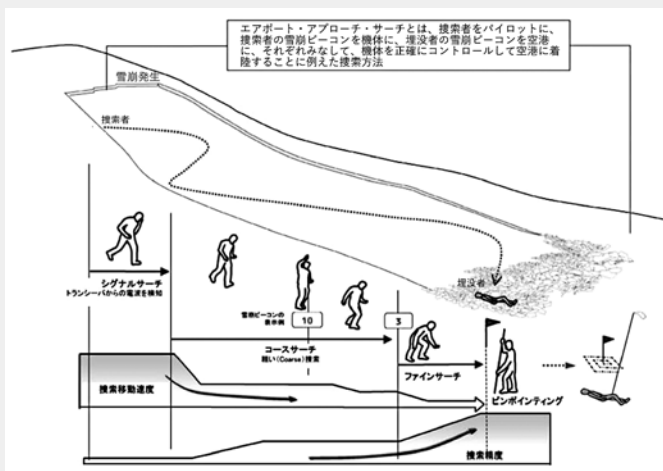
◎シグナルサーチ

シグナルサーチは埋没者の雪崩ビーコンの信号を捉えることが目的で、迅速に行動します。信号を捉えたらコース（「粗い」という意味）サーチに移ります。

◎コースサーチ

コースサーチでは、雪崩ビーコンの表示が「10」になるまで搜索速度を保つことに留意しつつ、雪崩ビーコンが表示する矢印（方向）が中央に向くよう行動しながら、表示値が減少する方向へ向かいます。

また、ファイイン（「細かい」という意味）サーチに入る前に、雪崩ビーコンを手首で左右にわずかに振る（10時から2時の方向）ことにより、搜索の軌跡のイメージを確認する（次のファイインサーチの段階での進行方向を確定すること）がポイントです。



エアポート・アプローチ・サーチ

げるために搜索スピードを落とす（あるメーカーの説明書では約10cm/秒）必要があります。そして、表示値が最小となってもそのまま進み、その値が増加することを確認することにより、最小値の地点（埋没点）を確認します。確認後、クロスサーチを念のため1回行い、搜索範囲（プロローピングの起点）を絞り込みます。なお、クロスサーチは雪崩ビーコンの向きを変えてはいけません。

◎ファイインサーチ

雪崩ビーコンの距離表示が3（スリーゼロ）または2からのファイインサーチの段階では、雪崩ビーコンの多くの機種で方向表示がなくなったり固定されたりします。この段階では、ファイインサーチに入る直前に確定した方向に直進しますが、雪崩ビーコンは腰をかがめて膝の高さに保つとともに、搜索の精度を上

◎ピンポイントイング

埋没点が決まったら、雪崩ビーコンをジャケットやズボンのポケットに一時的に収納し、プロローピングによる搜索を行います。プロローピングがヒットしたら、雪崩ビーコンのマーキング（捕捉した最も強い信号をマスキングし、次の埋没者を搜索しやすくする）を腰の高さで行います。



第1回

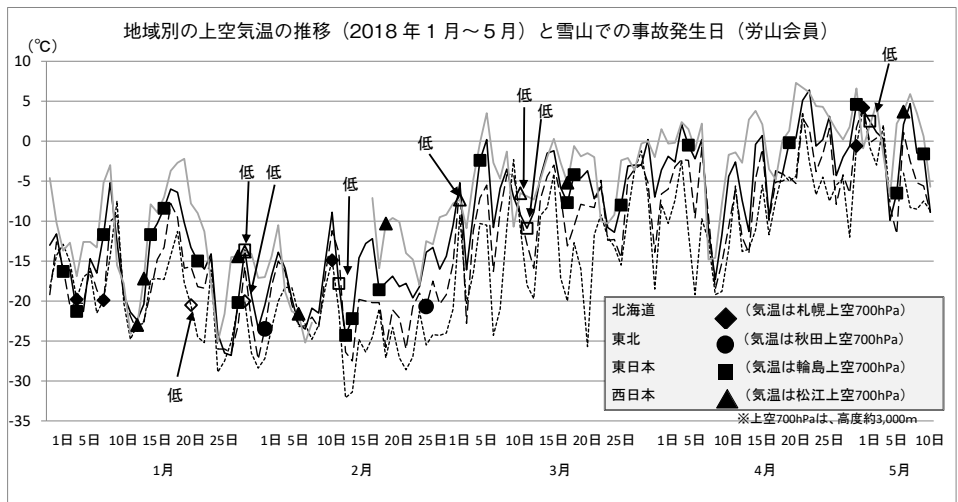
山登りのための やさしい気象講座

気象予報士・野尻英一

最近、山岳事故発生と気象の関係の微妙な変化に気がついた。以前は、強い寒気や低気圧など悪天候時の事故、いわゆる気象遭難が多かったが、最近では減少し、悪天候でないときの事故が目立つようになってきているのではないだろうか。

図で、地域別に代表的な地点の上空の気温の2018年の1〜5月までの推移を示した。折れ線の上の菱形、丸、四角、三角のマークで登山会員の雪山で

春は気温上昇時の雪質変化に要注意



の事故発生日を地域別に示してみましたが、事故は低温時だけでなく気温の高いときにも多く、特に3月以降は気温が高いタイミ

り、雪が緩んで柔らかくなった

ングに比較的集中している。もちろん、気温が高い日イコール好天ではなく、例えば低気圧の通過前は南寄りの風が吹き気温が上昇することが多いので、気温上昇が悪天候と結びつく場合もある。低気圧通過時の事故には、矢印で「低」とマークを付けてみたが、事故は必ずしも低気圧通過時に多いということでもないようだ。

では、気温が高い時の事故はどんな原因なのか、調べてみると、気温上昇による積雪の状態変化が関係する場合があります。春は、気温上昇時に雪の表面が融けたりするし、雪が緩んだ後に気温が低下すると凍結してアイスバーンや硬い雪になる。「緩んだ雪に足の付け根まで潜って転倒した」「融雪が進んでいたのでアイゼンが利かなかった」「アイスバーンにアイゼンが刺さらなかった」など、雪質変化が事故の背景にあるようだ。あらためて、「春の雪山では気温上昇時の雪質変化に要注意」と覚えておきたい。

また、悪天候時の事故が少ないのは、登山者の気象情報の利用が進み、悪天候時の登山を自重するようになってきているからではないだろうか。しかし、山岳事故はゼロではなく、事故には多かれ少なかれ気象条件が背景にある場合が多いと思われる。気象への理解や気象の登山のコンディションへの影響を考える知識・知恵の大切さは、今も昔も変わらない。

登れる・語れる・書ける人に！
山の文化遺産めぐり

第33回

英彦山修験道館



九州全域からの信仰を集めた霊場・英彦山
連綿と続くその歴史・文化を伝える資料館

英彦山修験道館の外観。館の前には、英彦山庭園の一つである旧政所坊庭園が広がる。

西山紘二 添田町まちづくり課歴史文化財係

英彦山修験道館は英彦山の中心約700mに位置し、昭和62（1987）年に山頂から出土した経筒をはじめ、英彦山神宮の所蔵品などを保管するための収蔵庫として建設され、多くの人々に英彦山修験道の歴史と文化を知ってもらうため、一般公開されている。周囲は木々で囲まれ、修験道館の前には英彦山修験道のなかでも有力な坊であった政所坊まんどうぼうの庭園があり、新緑や紅葉と、それぞれの時季で来館者の目を楽しませている。

神が坐す山 英彦山

英彦山は標高1199・5mの南岳をはじめとして、北岳（1192m）、中岳（1188・2m）の三峰で形成されている。古来、それぞれの峰には伊耶那岐命いざなぎのみこと、天忍穂耳命あめののおしほみみのみこと、伊耶那美命いざなみのみことが鎮座すると言われ、多くの人々の信仰を集めてきた。主神の天忍穂耳命が天照大神の御子であることから、山名は「日子山」

と称され、弘仁10（819）年に嵯峨天皇が男子の美称として使われる「彦」の字に改めた。中世には仏教が衰え、世の中

が乱れるという末法思想が流行した。その不安から逃れるため、山頂に仏典を筒の中に納めた経筒が埋められ、神と仏が習合する山として栄えた。近世には、その繁栄ぶりから「英彦山三千八百坊」と言われ、祭祀には7〜8万人が訪れたとされる。享保14（1729）年には霊元法皇により、美しさを秀でることの意味する「英」の字が付け加えられ、「英彦山」と表記される



英彦山遠景。左に並ぶ3つの峰は国指定天然記念物「鷹巣山」。その右側の高い山体が英彦山。

ようになった。

明治時代になると、神仏分離政策により、英彦山からは仏教的な要素が取り除かれ、英彦山神社（現、英彦山神宮）となり、近代化による筑豊炭田の隆盛とともに、炭坑業者などの保養の場所として活況を呈した。

昭和25（1950）年には那馬日田英彦山国定公園として選定され、九州自然歩道が整備されて、現在に至るまで多くの登山客などで賑わっている。



展示品「彦山三所権現御正体」のうち「天忍穂耳命像」（鏡面径 44.9 cm）

悠久の歴史を伝える 数々の展示品

英彦山修験道館では英彦山神宮へ奉納された文物や山中から出土した遺物、祭礼で用いられる諸道具や山伏装束のレプリカなど、数多くの品々が展示されている。

そのなかでも、各岳に坐す神々を懸仏のかたちで造形化した「彦山三所権現御正体」（国指定重要文化財）は一見の価値がある。鎌倉時代に制作されたもので、三



「彦山小形」模型自体は台座の上に載せられ、山部分は二分割される

面のうち、残念ながら中岳の伊那美命の尊像は失われているが、北岳と南岳の尊像は確認できる。

北岳の天忍穂耳命は僧形で、法衣をまとい、手には仏具の一つである柄香炉を持ち、神でありながら、仏の姿で表現されており、神と仏が習合する英彦山の歴史をよく物語っている展示品である。また、北岳や南岳から出土した「銅製経筒」も神仏習合の歴史を伝える逸品である。

その他、元和2（1616）年に小倉藩主細川忠興が彦山霊仙寺の大講堂（現、英彦山神宮奉幣殿）を再建した際に、

余った部材で制作されたと伝わる「彦山小形」（福岡県指定文化財）は、彦山の聖域・領域を立体に表現した木製模型で、山内の各所に点状にする岩、窟、坊院群の平坦面なども丁寧に作り込まれており、その精巧さは注目すべき展示品である。

守り繋げる英彦山

英彦山は神仏へ祈りを捧げる神聖な場であり、山伏にとつては修行の場でもあった。そのため、先人たちは山の中の清浄化に努め、その環境の保全にも力を入れた。その弛まぬ努力により、現在でも山頂へと続く登拝道の一部は往時の姿を残す。

登山では先人たちが守り繋げた英彦山への想いを感じつつ、英彦山修験道館では、展示品を通じて、連綿と続く英彦山の歴史と文化を知ってもらいたい。



英彦山修験道館

住所：福岡県田川郡添田町大字英彦山 665 - 1
電話：0947-85-0378
開館：10：00～16：00
入館料：大人（高校生以上）220円、子ども110円
休館：月曜日、週1日不定休、
冬期（12月25日～2月末日）



本格的なエコ登山の実践を —その1—

日本のチロル、下栗集落からの聖岳(左)と光岳方面(右)



30年続いたデナリ気象調査は、5年前国立公園局の中に気象班が生まれ、レンジャーたちがデナリ気象観測を続ける仕組みが出来て、私は安心して一線を引けることになった。今までの記録をまとめ公園局に報告書を提出し役目を終える。

私のこれからの旅は、この3月にネパールへ、6月にアラスカ訪問、7、8月は短期で中央アジア登山等を考えていたが、故郷の南信州飯田で始めたあるプロジェクトのため予定は未定?となった。

「エコロジー登山の本物をやりたい、そのメッカをつくりたい」というのが、私の目下の夢、プロジェクトの最終目的である。デナリが終わったからということではない。登山家として、最初にプロジェクトを地元に提案してから15年、長い間温めていた「登山観光の復活で、地元へ貢献できる」構想でもある。これをどこで? —「赤石山脈最南部、聖岳、光岳周辺

の山域」である。最も山深く、最も登り辛い、地味なラストフロンティアといえる3000m峰の聖岳、それに続くライチョウとハイマツが分布する南限の光岳である。

深田百名山愛好家たちが登頂の最後に残すことの多い、面倒な山々でもある。台風や豪雨災害で林道が決壊すれば数年は機動力も使えず、静岡側の縦走路以外は営業小屋もない環境。本格的なエコ登山を遂行するにふさわしい。我が国の風景を代表するに足りる傑出した自然の風景地である。その優れた風景地を保護するとともに、その利用の増進を図る…ことを目的とし、南アルプス国立公園の指定を受け、自然公園法で守られている。

私は、公園管理団体の指定も受けられる一般社団法人南信州山岳文化伝統の会(19年9月設立登記)の顧問として、会の仲間たちと目的に向かって活動を

開始した。

昨年は登山口の聖光小屋の再開も望めず、台風災害で崩れたままの林道に機動力は無し、登山者も稀な延々と続く静寂の世界で、原生林にクマ、シカ、イノシシ、サル、ワシやタカの猛禽類たちだけが幸せに生きていた。登山者の入山は、なんと年間1000人。これは、槍や穂高、燕岳や白馬あたりの最盛期の1日分?にも満たない。機動力が使えたとしても2000人ほどの入山で、とても観光とは言えないレベルである。

そんな不人気の山域を、私は地元遠山郷、南信濃・上村・下栗そして飯田市の志高い皆さんの力を借り、今は昔、林鉄(森林鉄道)の発着場梨本停車場に1万人の登山者を迎えるという、赤石山脈唯一の登山基地の構築を頭に描いている。構想では、市井の力でビジターセンターを備え、登山者の利便

(情報の提供、自然学習、リーズナブルな宿泊、食堂)を確保したい。国内の登山愛好家は元より、世界中から集まるインバウンド登山者、高齢者の愛好家すべてに満足いく登山をしてもらいたいという思いである。

山小屋に泊まらないエコ登山と共に、ここでガイドやポーターへの依頼ができ、複数の登山方式を選択できる。これは登山イノベーション(発展の一因を担う技術革新)で、個人装備だけでも登れる新機軸と言っている。山小屋に泊まらないエコ登山の流れは下記。

①各地から第一次交通及び二次交通で登山基地に集合。
②ビジターセンターでオリエンテーション(行動のモラル、ルール説明、天候注意、ゴミ・残飯・排泄物処理などの説明)を受ける。
③登山ガイド・ポーターの要否は事前申し込み制(ネット等よ

り)。

④ビジターセンターより徒歩にて入山。災害による通行不可も回避可能で、いつでも登れる利点がある。

⑤宿泊・時間的に無理のない場所に、必要期間のみ設置された貸テントの利用。マット常備。

⑥食事・テント内設置の貸ストープ&クッカーを使用。燃料ガスカートリッジのみ持参。

⑦担ぐ装備・個人装備は、水と食糧(現地調達地の産地消)、寝袋のみ。

いざれば、登山者が装備を何も準備してこなくても、設置テ



遠山郷に最初にプロジェクトの提案に行った15年前、木沢小学校でドラム缶風呂を楽しむ

山者が同じような装備をそれぞれ持ち込めば、それだけ自然を傷つけることになる。

より厳密なエコ登山は、持ち込まない、捨てない、持ち帰るの徹底である。トイレは、プー式テント内の椅子便座に、携帯トイレをかぶせて使用。大小とも使用後は密閉して運び下ろし、回収ボックスに廃棄。尿のみは自然分解を認めてオープンとする。最終的には、地方自治体の焼却処理へ。残飯も、動植物保護のため持ち帰りを徹底する。入山下山の靴底洗浄も徹底する。

ントも含め、現地完全レンタルを可能にしたい。インバウンドや中高年の登山者には負担軽減の朗報となる。多くの登

スズキハバ

No.155 村松 孝一



NO.153のつづき



宿舍は廢校となった小学校をリニューアルした簡易宿舍です。悪天候でキャンセルが出たそうので、貸し切りでした。参加者の一人、佐々木さんのピアノカ伴奏で山の歌が始まりました。翌朝は雨が上がり、海上タクシーで伊根湾めぐり。ウミネコに向かって「かっぱえびせん」を投げると、一斉に寄ってきて、その見事なキャッチぶりに歓声が上がります。次は、宮津市の天橋立に移動。約3・6kmの松並木を歩くと廻旋橋です。廻旋橋は橋の下を大型船舶が通るたびに90度旋回して、船を通す珍しい橋です。

そして、最後のお楽しみは、福知山市の山里にある「うまいもん処」の水車定食(日曜日のみ。限定40食・800円)に舌鼓! 水車が回る横でいただく、地元食材を中心に丁寧に作られたお膳でした。他府県連盟の方との交流では、同じような悩みを語り合ったり、成功談を聞かせてもらったり、学ぶところが多くありますが、何よりも山が好きという共通点で、たとえ初対面でもすぐに打ち解け、懐かしい気持ちになる良さがあります。お世話になった大阪労山の皆様、ありがとうございました。

スポーツのひろば

2020 3 月号
No.525

定価 290円
年間購読 3,600円



CONTENTS

スポーツ小説はいかが?

発掘インタビュー 海和俊宏 (アルペンスキー)

Sports & Ecology リニアで南アルプスを壊さないで

スポトピ スノーボードは、どのように誕生したの? 棒高跳びのポールは、どうやって運ぶ?

発行 = 新日本スポーツ連盟

ホームページ
<http://www.njsf.net>

東京都豊島区東池袋2-39-2 大住ビル 402
TEL 03-3986-5401 FAX 03-3986-5403

福岡県連「2019年海外登山の魅力にふれる講座」 85名が参加して北九州市で開催

溝尾幸一／福岡県連盟常任理事

福岡県連では、海外登山の推進を活動の柱の一つとして、長年に渡って取り組んできた。最近では、会員の高齢化を主とした理由により、本格的な海外遠征登山または困難な登攀を指す登山が衰退してしまっているが、個人や会の枠を越えた小グループでの海外登山は、たとえ登山の形態や目的は変わっても続いている。

そこで、その魅力を伝え、「国際理解のための海外登山」を推進することを目標に、上記講座を北九州市で開催することになった（2019年11月10日開催）。

今回の講座では、3人の講師に発表してもらった。特筆すべきは、全国連盟の川嶋事務局長による発表で、自身の長年に渡る豊富な海外での活動実績と知

見に基づいて、海外登山の実態と動向等を語ってもらった。遭難事故事例紹介やスイスのレスキュー活動、海外では登山者は敬意を持って処遇されるという、日頃聞くことの少ない話が続出した。山行紹介としては、K2登頂時の逸話、ドロミテやヨセミテでのクライミング紹介まで多岐にわたり、参加者の多くが魅了されたと思う。

続いて、村松知子氏（みどる山の会会員）は、自身の海外登山の経験や、公の場で初めて報告するというところで、緊張しながらも、キリマンジャロ登頂に至るまでの取り組みを話してくれた。退職後から本格的に海外登山を始めた村松さんがキリマンジャロに魅せられた理由、体力作りの一環として、ジムでのトレーニングで体幹を鍛えたこ



川嶋事務局長による講演「海外における安全登山の取り組みについて・最近の日本人海外登山者の動向について」を聞く参加者たち

師である北九州出身の山岳ガイド（高千穂有康氏）。年間240日に及ぶ仕事をするガイドの知見から、チベットのニュージランド、ギアナ高地、その他の地域の山と自然を、海外登山未経験者・初心者向けに、装備や経費などを解説してくれた。動画で見る雄大な自然とそこに自生する草花が、出席者を海外の山へ誘ったことはいまでもない。

最後に、参加者の感想を一部紹介する。

・ほど遠いと思っていた海外登山が、少し身近に感じられました。やはり、スケールが違うだろうと思います。（女性）

・海外登山の楽しさと遭難の怖さの両方がわかりました。必要な装備や費用、高山病対策などわかりやすかったです。特にガイド（高千穂氏）の映像・動画は海外未体験の私でもチャレンジしてみようかと思うような初心者コースの案内もあり、楽しかったです。（女性）

と、高山病対策として呼吸の仕方を練習したことなどを熱心に発表してくれた。また、現地スタッフが「彼女たちを絶対に登頂させるのだ」という熱い思いで登頂成功に尽力してくれたことを、懐かしい思い出として、語ってくれた。

3人目は、今回で3回目の講

- 6日 事務所仕事始め
- 8日 遭難対策部会
- 同日 共済の今日と未来を考える懇話会
川嶋事務局長、出席
- 9日 組織部会
- 11日 日本山岳・スポーツクライミング協会・新春懇談会（東京・アルカディア市ヶ谷） 浦添理事長、来賓として出席
- 14日 三役会議
- 同日 自然保護委員会
- 15日 第3回労山パートナーズ制度検討委員会 鈴木新潟県連理事長、望月愛知県連副会長、中村京都府連事務局長、浦添理事長、石川・広木副理事長、出席
- 同日 女性委員会
- 16日 登山時報編集委員会
- 17日 ハイキング委員会
- 20日 第3回役員選考委員会
- 22日 山岳団体自然環境連絡会
- 23日 第23回理事会
- 24日 自主共済シンポジウム（東京・保団連） 川嶋事務局長、参加
- 同日 労山基金運営委員会
- 30日 会計監査
- 31日 第34回全国雪崩講習会（長野県母

池高原） 川嶋事務局長、石川理事
が参加

第23回理事会討議事項

①第34回総会について

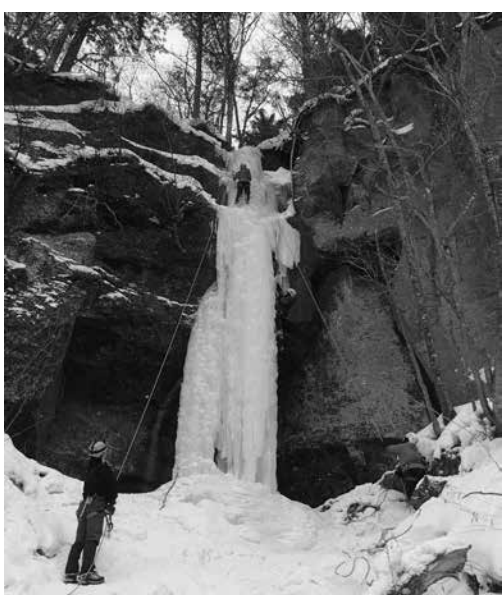
議案書の内容を確認、一部修正して年内に地方連盟へ送付する。地方協議会への安全対策基金の配分の変更を提案する。

第3号議案「日本勤労者山岳連盟規約」

及び「各部局および専門委員会に関する規定」などの改定案について詳細を確認した。総会スローガンを検討し、総会運営について論議した。

②役員立候補者について

3回の役員選考委員会を経て、候補者を確認した。定数内で理事に2名の欠員をおき、追加を検討する。



北海道・層雲峡でのアイスクライミング



今年も関東雪崩では雪崩捜索犬が活躍



○遭難対策部

2カ月続けて

事故一報10件台

12月13日から1月8日までに届いた事故一報は16件、16人。3人（以下、「人」省略）が転倒（無雪期登山が1、アイスクライミングが2）。8が転・滑落（無雪期登山が2、クライミングが4、アイスクライミングとアイゼン訓練が各1）。高度障害（海外トレッキング）と凍傷（積雪期登山の悪天）が各1、落石と下降中振られて（クライミング）が各1。飛び降り（無雪期登山）が1。

左足首と右足首の骨折が各1。足首の捻挫、右足の打撲と裂傷が4。右手親指・中指の損傷が2。高度障害と顔と手指の凍傷が2。

所属連盟は、東京・大阪・兵庫が各3、千葉・石川が各2、道央・埼玉・神奈川が各1。男女比は、男性8、女性8。年齢構成は、20代1、40代6、50代3、60代4、70代2。

（臼井邦徳／全国遭難対策部長）

○自然保護委員会

天災は忘れた頃にやってくる

表題の警句は、物理学者で随筆家、俳人でもある寺田寅彦の言葉といわれている。関東大地震後、彼は神奈川県にある震生湖に視察に行った。そのときに詠んだ「山さけて成しける池や水すまし」の句碑が湖の畔に建っている。震生湖は、箱根火山の噴火によつて堆積したスコリアの上の土砂が、大規模な土砂崩れを起こして誕生した。地元の秦野市は、湖誕生100年を記念して新たな整備を計画しているようだ。

ところで昨年は、台風15号で千葉県を中心に強風による被害が発生した。さらに続く19号では大規模な水害も発生。台風も天災には違いないが、その勢力の増強には地球温暖化の影響も関係しているようだ。そうならば、天災だったとは簡単には片づけられない問題である。

寺田寅彦が生きていたならば、どんな警句を残しただろうか。
（安田優／全国自然保護委員）

○組織部

会員増・運営強化を地道に

全国連盟組織は、残念ながら本年度登録数が昨年を超える減少幅となり、400人超減員した。

昨年は労山地方連盟理事長・組織担当者会議を、一昨年は登山研究集会愛知を、組織拡大・強化を中心テーマに据えて開いてきた。そして、それぞれ、組織強化で前進している地方連盟や会クラブの事例を報告集にまとめ、地方連盟や希望する会・クラブに送付した。

労山趣意書・理念を実現できる組織として存続するには、困難な課題ではあるが、会員を増やすことが必要だ。そのため、すべての会・クラブが労山理念を念頭に、全国の仲間の活動を参考にして、それぞれ地域特性

を生かした楽しい登山活動をする
と共に、会員増・運営強化を
一歩ずつ地道にすすめることが
求められている。

この記事をご覧の会・クラブ
の皆さん、組織強化・拡大の実
践経験や悩みを、ぜひお寄せい
ただきたい。組織部は、さらに
組織強化・拡大に奮闘する。

(大澤辰雄／全国組織部長)

○女性委員会

近畿ブロック・山筋ゴーゴー体操
サポーター養成講座を開催

12月7日～8日大阪市立青少
年センターKOKOPRAZA
で、全国連盟主催・山筋サポー
ター養成講座を開催した。各府
県連は女性委員会で事前学習を
して臨んだ。

1日目は、身体をほぐすスロ
ージョギングから始まり、体力測
定、筋トレを班に分かれ、石田
先生の指導に3名のサポーター
が加わって実技や理論の確認を
行った。皆どんなことも聞き逃

すまいと真剣。だが、そこは関
西パワーで笑いがこぼれる。宿
では夕食までの待ち時間にもグ
ループで復習に余念がなく、消
灯になると明るい廊下で勉強す
る人も見られた。2日目は、実
技試験と筆記試験が2つ。緊張
と不安が伝わるが、笑いもあり
ホットな会場。前日は少し心配
していた受講生もみごとに変身
し、素晴らしいパワーを発揮し
てバッチリ決まり、先生も感動。
全員合格の判定に、会場の歓声
も凄かった。

今回はメキシコ・韓国と国際
色豊かに、新たな19名のサポー
ターが誕生。次回は男女問わず、
若いメンバーで実行委員を組ん
で「若者のための山筋」に挑戦し、
より若いサポーター誕生を目指
したい。(加納公子／全国女性委員)

○労山基金運営委員会

九州地区の基金説明会を

福岡市で開催

2019年11月30日、博多に

おいて労山基金九州地区実務担
当者説明会が開催された。当日
は44名の方にお集まりいただき、
会場の椅子が足りなくなるなど
盛況だった。

今回は実務面の説明に多くの
時間を取ったが、参加者からは
説明がわかりやすかったという
声をいただき、また熱心な質疑
を通じて理解を深めていただい
たと感じた。

また、ココヘリの有効性、労
山基金と他の山岳保険との比較
について関心は高く、具体例の
提示などが求められていること
を実感した。

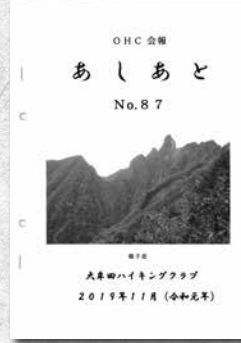
事後のアンケートでは、基金
の今後に向けてご要望をいただ
いたが、治療期間が長くなるケ
ースを想定して補償期間の延長を
検討してほしいという声もあっ
た。会員年齢の高齢化を考える
と今後の課題だ。

理解を深め、誤解を防ぐため
にも、このような直接交流の場
の必要性を改めて感じた。

(鶴田秀雄／労山基金運営委員)

『あしあと』

大牟田ハイキングクラブ／福岡



No. 87 (2019年11月号)
25P・B5判

巻頭言で野田敏明さんが、冬山について「登り始めは、少し寒く感じる服装。ストックのバスケットの切り替え」など忘れがちな基本を示して注意喚起。山行計画書の欄外記載の「無届け山行、単独山行は認めない」に安全登山への意気込みが伝わる。

『みどりの山』

みどりの山の会／福岡

表紙をただで「ああ、あの会！」とわかる老舗のHC。



No. 284 (2019年11月号)
17P・A4判

『ちっごの風』

RKAC／福岡



No. 436 (2019年12月号)
50P・B5判

石橋暁さんがバスハイク財政の苦勞を語り、浅野孝さんが財政改革案を提示するなど、民主的な会風がうかがえる。22名で成功した昨秋の南アルプス・仙丈ヶ岳バス登山の感動を3ページにわたって掲載。

毎月5回程度の山行をコンスタントに実施。県内が中心だが、六甲山全山縦走にも挑戦している。平川善博さんが、歩行間隔について「2m程度空けよう」と呼びかけている。うなずける安全対策。やや空白が多いようだが、これは今号だけなのか。

『緑憩』

あだると山の会／福岡

140名余の会員を抱える歴史ある総合山岳会。11月22回、12月19回の山行計画からもわかるように、その山行活動は活発。9月に北海道大雪山系の山々を



No. 508 (2019年11月号)
47P・A4判

『来目』

久留米山の会／福岡

会員30名弱のこぢんまりした会。巻頭言で末崎敬一さんが「若手会員をどう増やすかが、今一番の課題」と語る。これは多くの会・クラブでの共通課題。石井史子さんが冬山装備につ

歩き、今年5月には創立40周年記念として韓国・濟州島の山旅を企画。写真付きの新入会員紹介、生まれはもちろん、登山経験・本人の一言まで、シンプルな紹介が多い中、詳細に書いてあり、親しみが持てる。



No. 280 (2019年11月号)
16p A4版

いて基本を羅列。様々な考え方や山行スタイルがありすべてに同意はできないが、「長めのゲイター」という珍しい語句を見つけた。私など古い山屋は仏語「ゲートル」にはなじみがある。英語では「スパッツ」。「ゲイター」でも構わないが、登山用品やレスキュー用語・クライミング用語も英語に統一する傾向にあるようだから参考とされたい。

『会員ニュース』

からつ勤労者山岳会／佐賀

昨秋の九重・三俣山バスハイクは18名で成功。5ページにわたる記録の中で、林田哲郎さんは「若い人が多く登っており、次第に若返っているのがわかった」と述べている。そうです、労山の高齢化対策はこの若者た



No. 373 (2019年11月号)
13p B5版

ちを獲得できるか否かです。

『やまびこ』

佐賀勤労者山岳会

まずは文字がゴシックで大きいので読みやすい。「ひまわり倶楽部山行」とか「技術部山行」とか耳慣れない言葉が。後者は教育山行のようだが、前者の意味はよくわからない。が、昨秋の九重・大船山では交通費の補助が会から出ているので、そういった山行なのかな。



No. 586 (2019年11月号)
41p A4判

『あゆみ』

長崎あゆみハイキングクラブ

写真は全てカラーという豪華版。表紙は紅葉で赤く染まった素敵な山名の九重・星生山。巻頭言で大塚喜美枝さんが、クラ

ブができた23年前からの歴史を語る。28名で始めたクラブは現在103名。会活動の正しさを強調。同時に会員の40%を占める65歳未満の会員へ、会運営への協力を呼び掛ける。会員と多くの未組織ハイカーを思う心のあふれた内容である。



No. 271 (2019年12月号)
19P・A4判

『あおぞら』

長崎カルチャー山の会



No. 194 (2019年12月号)
11P・A4判

「日米中が地球温暖化対策に及び腰!」と巻頭言で塩田幸助さんが2019年を振り返る。昨秋、10名参加の「ヒマラヤ・ラ

『噴煙』

鹿児島勤労者山岳会

2019年8月、8名で南アルプスに挑戦。当初は荒川三山だったが、台風の影響で北岳・仙丈ヶ岳に変更。SLの長濱久代さんは「高山病気味になり、吐き気、頭が重い」なか北岳に登頂。やっと下りた白根御池小屋で「きれいなトイレと美味しい食事」に救われた。さらに「荒川三山も行きたい」と語る。山の魅力は計り知れない。



No. 278 (2019年10月号)
16P・A4判

(本誌・田上千俊)

日本勤労者山岳連盟 創立60周年記念講演会

「(仮) K2～シリアへ」 小松由佳 氏

【講師紹介】 フォトグラファー。1982年秋田県生まれ。2006年、世界第二の高峰K2(8611m)に日本人女性として初めて登頂。植村直己冒険賞受賞。次第に風土に生きる人間の暮らしに惹かれ、草原や沙漠を旅しながらフォトグラファーを志す。2012年からシリア内戦・難民をテーマに撮影。著書に『オリーブの丘へ続くシリアの小道で～ふるさとを失った難民たちの日々～』(河出書房新社)。2019年・2020年の労山カレンダー写真選考責任者。

「(仮) 山岳保険の現状と労山基金」 川嶋高志 (日本勤労者山岳連盟 事務局長)

2020年6月21日(日) 13:00～17:00

会 場：神田明神ホール (東京都千代田区)

参加費：1,000円

※同日18:00～、ホテル東京ガーデンパレス(東京都文京区)にて記念レセプションを開催予定

◆申し込み方法は
後日お知らせします

日本勤労者山岳連盟 創立60周年記念行事実行委員会 F A X : 03-3235-4324
メール : jwaf@jwaf.jp

FROM EDITOR

このところ体調を崩し、山からは遠ざかっている。昨今の気候の落差が著しいのも影響しているのか。今年は労山60年を迎える。「登山時報」誌上でも、旧くからの労山組織に関わりもって貢献された方々に寄稿をお願いし連載を予定している。(橋口) 今まで使っていたパソコンのサービスが終了したので入れ替えた。新しいものになかなか慣れない。年齢を重ねると融通が利かなくなる。早く慣れていろいろなことを楽しみたい。七転八倒の日々だ。(本多)

遠く(たっって伊豆とか岐阜)に行けない登れない等、他のせいにして嘆いてましたが最近近場の岩場で充実中。昨年から食生活を見直してみたら、体が軽くなって登れる(ような錯覚に陥っている)ゾ！(いつまで続くかお試しキャンペーン:水野) 40年前、自宅の周りはほとんど山だった。この間、大学が二つ、高校が二つ、団地が二つ新たに出来、そのたびに山が削られた。それでも3分の1は残存。その小山を繋ぐ散歩道は8キロにも及び私のトレーニング道だ。歩きの執念はまだ続く。(田上) 心臓を停止させて大動脈弁の取り換え手術を受けた。麻酔で眠っていたので痛くも痒くもなく終わった。長時間停止させてべちゃんこなった心臓が血管をつないだら再び動き出すのは何故だろう。生体の神秘というか不思議だ、それとも奇跡なのか。他人ごとでなく我が身である。(小倉) 異常気象が続く。年末から雪のない正月、そしてこのまま冬が終わるかと思いきや、1月末になり15センチのめぐみ(?)の雪。この冬初めての雪かき。慣れないためか「脇腹」をひねる。冬には雪は付き物だと改めて感じた。(塩田) NHKラジオ子ども向け番組「おはなしでてこい」で佐野浅夫「かさじぞう」を聴いていて、雪の中を帰ったおじいさんを迎えたおばあさんの「それは良いことをした」に涙が込み上げた。他を思いやる心。それを平易なお話にした先人の心と知恵。(鈴木) 新型コロナによる肺炎は急激に感染拡大。WHOによると致死率は3%程度とのことだが、よくわかっていない点が不安に拍車をかけている。でも、免疫力の低下が原因なので、如何に基礎免疫力を高く保つかが大事だ。ストレスを減らすことだ。(今野)

登山時報 ©禁無断転載

3月号 No.541 2020年2月15日発行

編集長 今野善伸
副編集長 橋口晴彦
編集 酒井正裕、田上千俊、本多麗子、水野奈保美、渡辺明(進行)
校正 小倉迪夫、塩田善次郎、鈴木幹雄、三浦偉俊
DTP・デザイン 来住真太

発行人 浦添嘉徳
編集人 今野善伸
発行 日本勤労者山岳連盟
〒162-0814 東京都新宿区新小川町5-24
TEL 03-3260-6331 メール jwaf@jwaf.jp
印刷 株式会社 ウイング・コア



Ken Omachi



大町健さん

1952年生まれ。東京都立大学人文学部史学科を卒業し、成蹊中学・高等学校教諭を経て、現在、成蹊大学経済学部教授、教職課程センター所長、成蹊学園教職員組合委員長。30代後半の成蹊中学校教諭時に山岳部顧問となったことが、登山との出会いとなる。1999年八王子市民登山学校を卒業して（四期生）、2000年に「八王子おおるり山の会」に入会、2005年より公開登山教室責任者、2015年より会長、現在に至る。家族は、妻、家を出た娘夫婦2組、孫4人。

15年続けた公開登山教室の責任者を勇退 仲間と共に多くの会員を育てる

大町さんの所属する「八王子おおるり山の会」は、1997年3月、八王子市民登山学校（※）の卒業生によって創立された。2005年に、9年余り続けた登山学校を継続することが困難になり、会内で相談した結果、登山愛好者をきちんと教育することに画期的な意味があると感じていた彼は、「八王子おおるり山の会」で公開登山教室を開催することを提案して、登山教室の責任者となった。2019年まで、登山学校から通算して24期となり、卒業生から毎年入会者があり、会員は1000人を越えている。

現在の登山教室は、山の装備、岩、沢、地図読み、気象、テント泊など8講座。日帰り登山、岩沢、地図読み、テント泊の5実技を4月から7月にかけて行う。

第一に重視していることは安全で、受講生の事故の責任は主催者にあることを徹底し、実技では多くの会員スタッフを配置する。幸いにして15年間、打ち身やかすり傷程度はあっても、大きな事故を起こしていない。

多能力の会員が増え、会が活性化

教室を続けてきた効果は、装備や気象以外の課目を、会員が講師を担うことによって常に新しい登山知識、技術を学ぶ機会になり、会員が成長していることにあらわれている。同時に、毎年新しい入会者を得ることによって、会が活性化されている。特に色々な技術・知識をもつ会員が増えることによって、会の活動が豊かになっている。とり

わけIT関係の技術を持つ会員によって、登山計画・下山報告等のデータ管理がウェブ上で行え、ホームページやフェイスブックも活用されている。一方、毎年入会者が増えることで、会員教育の負担が増え、また、会員間でのコミュニケーションが希薄になりかねないというような問題も起こる。諸問題を全会員で克服する努力を続けている。

このような中で若い登山教室スタッフが育ち、今年から責任者を交替することになり、安堵あんどしているようだ。

（田上千俊）

※八王子市民登山学校は、田上千俊（現在、全国理事）ら数人が1996年4月に開校。11講座、10実技を7カ月間で修習するという内容。

使いこなす
地図アプリ

地図読み 迷入

監修・村越眞
宮内佐季子
小泉成行

Lesson 129

「ジオグラフィカ」を使った 実践ナビゲーション ③ 寒谷峠から下山口

【問1】 コースが尾根から外れる部分に印をつけてください。

【問2】 間違っ入りそうな尾根に印をつけてください。

【問3】 尾根が不明瞭で間違った方向に進みそうなところに印をつけてください。

※1:25000地形図を1:25%に拡大し、大まかな進行方向に合わせて180度回転させて載せています。



【解説】

前回同様、ほぼ尾根沿いに進むルートなので、ナビゲーションも同様に進めて行けばよい。問題にした情報を読み取っておき、尾根が分岐するところや、間違った道へ入ってしまう可能性のある場所では、その分岐点を少し過ぎたところでジオグラフィカを見れば、正しい方向に進めているかどうか瞬時に確認でき、ナビゲーションに時間をとられずに進むことができる。

しかし、尾根の分岐点からどの方向に進めばいいか分からないこともある。例えば山頂で休憩して、どちらから登ってきたか確信が持てないときや、尾根の方向が不明瞭なときなどだ。紙の地図でナビゲーションしているときはコンパスを使って地図を整置して方向を確認するが、ジオグラフィカの場合はスマホだけで整置をして、進行方向を定めることになる。

準備として、ジオグラフィカを使う時には画面右の列、上から2番目にあるアイコンを何度かタップして緑色の矢印にして（画面表示を北が上になるよう固定しておく。そして、右上のコンパスの赤い印がNの位置にくるようにスマホを回転させる（図1）。これでスマホが整置された状態になる。この状態で、地図上の進行方向が実際の進行方向となる（図2）。

スマホをわざわざ回転させるのは違和感があるかもしれないが、地図が自動的に回転して整置された状態になる設



図 1



図 2 実際の進行方向 (= 地図上の進行方向)



【答え】

問 1：水色で囲った部分

問 2：ピンクの線の通り

問 3：緑の線の通り

定にしておくよりも、自分の手で回した方が方向を感覚的にとらえられるため、この方法がお勧めだ。

ジオグラフィカで整置をするために、ジオグラフィカの使用方法に関する 4 つのことを覚えておこう。

・北は真北を指している。アプリが偏角分を補正してくれるため、シンブルに「北は北」と考えてよい。

・方角の精度はさほど高くないため、尾根の方向の微妙な違いを確かめるような用途には向かない。

・右上のコンパス表示の N、E、S、W の文字は画面に表示されている地図の方位を示している。

・北の方角は、方角表示マークの赤で示された方向である。

ジオグラフィカの整置は、山に行く前に練習しておこう。

3 回にわたってジオグラフィカを使ったナビゲーションを紹介した。大雑把にでも等高線が読める人は、ジオグラフィカで行動範囲がぐっと広がるのではないだろうか。さらに、GPS のデータを駆使するともっと便利に使えるようになる。興味のある方は是非いろいろいじってみてほしい。

労山をつなぐ
ネットワーク
山の仲間を結ぶ
会・クラブ紹介

17

山の子

愛媛県勤労者山岳連盟

各会員の目標・思いが仲間を誘い 地元・四国から南北アルプスまで足跡

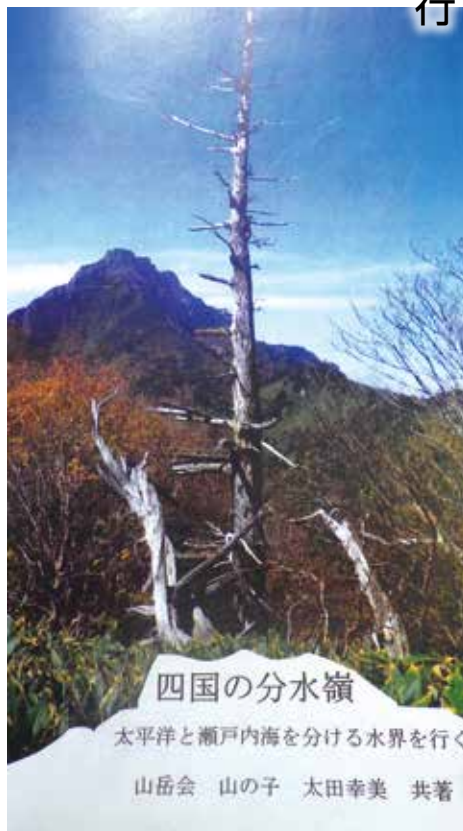
数々の踏査・開拓記録も発行

愛媛県（東予、中予）の山好きが集まった会。主に四国の山域を中心に、ハイキング、沢登り、クライミング（インドア・ロック）、冬山、アイスクライミング、山スキーなど四季折々の山行をこなして楽しんでいる。30〜70歳代が在籍しているが、中心は60歳代までの男10名・女2名である。高みを目指す想いがあり、四国からでも九州、中国、そして、中部山岳各地に遠征して研鑽を重ねている。会費1000円/月で、毎月一度の例会を行っている。

2005年4月に、在籍して

いた山岳会の殻を破りたく、3名で創設。レベラアップを図る、四国の山岳を追究する等、個人の山志向を中心に据える同人的な集まりとした。であるから、組織の堅苦しさをそぎ落として、会則なるものはない開放的な会となる。しかし、山屋である限り、いくつかの大原則は守らなければならぬ。と言うまでもない。

「山の子」は創立者の故・太田幸美氏が『山の子の歌』を口ずさむところから会の名称になった。彼女は山への思いを文章として残すことが大切だと説いて、会報の毎月発行を目指した。①



踏査記録をまとめた『四国の分水嶺』（2017年刊）

山行を企画（発案者）、②計画を練る（メンバー）、③実行（反省・記録）、④記録をまとめ会報に掲載。この一連の手順を当初からの目標とした。以降、会員諸氏の協力により、2019年12月号で通刊155号の会報を出すことができた。

また、現在までに『愛媛県境の踏査記録集』『松山市境記録集』『愛媛の谷記録集』、そして、5年の歳月を掛けた『四国の分水嶺（太平洋と瀬戸内海を分ける水界を行く）』（佐田岬から蒲生田岬までの記録集）を世に出した。

愛媛には自然に恵まれた石鏡



西穂高岳西尾根



堂ヶ森のササユリ

山系（石鎚山山塊、赤石山山塊）、鬼ヶ城山系が身近にあり、四季を通じ各地のフィールドを楽しめる。早春の残雪期藪尾根から頂を目指す山行や沢登り（5月

に始まり10月まで）、あるいは、西ノ冠岳南壁の開拓等、多くの足跡を記録として著してきた。個々人の目標が他の会員を誘い、そして山行を重ねてパートナーとして大きく成長。会員たちは南、中央、北アルプス、八ヶ岳等の冬山に出かけ、他を魅了するような山行記録も会報に彩られている。グレンデクライミング

は、高知、香川、広島、宮崎、熊本、三重、長野など良質の岩場へ足を延ばしている。このところは南アルプスの沢にも痕跡を残すほどになったし、山スキーは山陰地方まで出かけている。

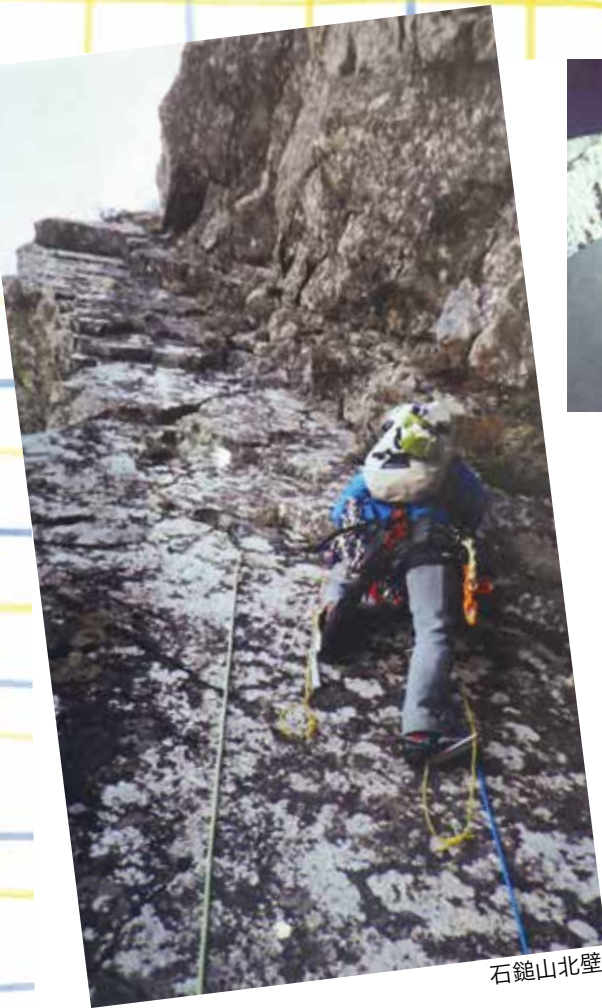
現在進行中だが、埋もれていた愛媛の谷の未発表記録集が近々日の目を見る。また、『四国の分水嶺南予編』（鹵長峠から高茂岬への道）

も踏査中。会をあげての総力企画ではなく、個人の思いが周囲の会員をいざなっているのが特徴である。

山の子はあえて会員募集はしていない。会の活動はブログ（※）でも発信しているのので、それを受け取る側次第なのである。

—山の子の詩—
愛でる花草樹、さえずる鳥に癒され頂陵へ
愛でる溪を泳ぎ攀じり藪分け頂陵へ
（沢（谷）を遊行）
愛でる道なき尾根を攀じり頂陵へ
（道のない尾根を彷徨、ひたすら歩く）
愛でる岩を攀じり頂陵へ
（岩を登る）
愛でる雪、凍てつく雪稜を攀じり頂陵へ
（二筋のトレースを伸ばす）
（岩と氷にアイゼンを軋ませる）

体知、心を駆使して無事下山する。こんな山行を楽しんでいる。
（代表・太田正博）



石鎚山北壁

山頂付近に岩峰を有する北上高地の山 起伏が少なく明るい尾根を のんびり歩く

山岳同人 GRAPPA / 東京
酒井正裕

区界高原ウォーキングセンター



かぶと広場から兜明神岳

北上高地は積雪量が少なく、なだらかに連なる山なみは冬のハイキングに適している。兜明神岳（1005m）と岩神山（1103m）は、盛岡市から東に約20kmに位置する。どちらも頂上付近が岩峰であるとはいえ、他の北上高地の山々と同様に登山というよりは山の中を彷徨する、そんな山である。

取り付きは区界高原ウォーキングセンターで、広い駐車場がある。ここから、兜明神岳までは様々なコースがあるが、ここでは沢沿いの源流コースを登る。登山道はよく整備されていて危険などはない。稜線に出て右に曲がると、広々とした明るい尾根となり、やがてかぶと山荘に着く。兜明神の岩峰は目の前だ。

きれいに掃除された山荘で、地元の人たちがこの山と小屋を大切にしていることが分かる。中に、兜明神岳の岩峰の登り方を説明した看板があるので、小屋に入ってから確認してほしい。頂上へは、岩峰の基部を南側に回り込んで登る。

続いて、岩神山に向かう。広くて明るい尾根をのんびり歩く。馬場を過ぎた927mの鞍部からはなかなか登りとなるが、それも長くは続かない。やがてアンテナの立つ広場に出る。三角点と岩峰のある「岩神山」と表記されたピークは別物。手間はかからないので、両方とも登っておきたい。岩峰のある頂上で展望を楽しんだら、かぶと山荘まで往路をのんびり戻る。出発時間にもよるが、お昼はかぶと山荘で過ごすことをお勧めしたい。昼食後、スキー場跡地の真つすぐにつけられた刈りあげ道をたどり、突き当たりを右に曲がると、区界高原ウォーキングセンターは近い。



- ④ 登山口（区界高原ウォーキングセンター）> 40分 > かぶと広場 > 25分 > 兜明神岳 > 20分 > かぶと広場 > 60分 > 岩神山 > 30分 > かぶと広場 > 30分 > 登山口
- ⑤ 区界高原ウォーキングセンターまでは、JR 山田線区界駅または岩手県北バス 106 急行 区界バス停下車で徒歩10分
- ⑥ 区界高原ウォーキングセンター 0193-77-2216
- ⑦ 区界・大志田・青松葉山・松草
- ⑧ 参考タイム ⑨ 交通 ⑩ 問い合わせ ⑪ 地形図

vol.86

筑井孝子の絵も干苗をう

つくい たかこ

ちあひ

うま

takako



春を待つ木々



3

上の方に細かい点々を色で足し、黒でつんと細い枝を足し、下に幹をダーマートの黒で足す



1

ダーマトで下から木を描きます。今回は「赤と緑」だけで描きます。乾かないうちに一気に描こう



4

春を待つ小さな蕾を黒い点で付け加えて調整していく



2

よく乾いたら白で細かい枝を足し、赤を強めにしてすこし塗る



ダーマト白



実は木は落ち葉が終わるとすぐ春の準備に入ります。だから白樺などの広葉樹は木の先が赤くなります。そして、点々と次の芽ができています。

※絵の具は透明水彩



あらかると

息子との雪山

石井光造

ピッケルが錆でまだらになっていた。これを使った日々も遠くになった。雪を掘って泊まった記憶は、数回くらいしかない。息子を連れて雪の山頂近くの神社に一泊した飯綱山もその一つであった(右写真)。社殿に流れ込んだ雪に息子が階段をつけて入り、祭神の前にテントを張った。

息子を連れて行った雪山では、鳥居地峠から高座山を経由して登った杓子山も記憶に残る(左写真)。高座山山頂のカヤトと雪を前景にした富士山が大きかった。いずれも三月から四月であった。春休みを利用してたからである。息子は高校生まで、何回か山へ連れて行った。娘二人は山好きでワンゲルとハイキングクラブに入り、就職後も彼女たちとは山に行く機会は多かった。息子はサッカー大好きで、五十を過ぎた今も日曜には、親父たちのクラブでサッカーをやっている。考えればよく雪山に付いてきたものだ。孫たちとも山に行ったが、雪山となると、八十を超えた祖父さんはお荷物にならないと諦めている。

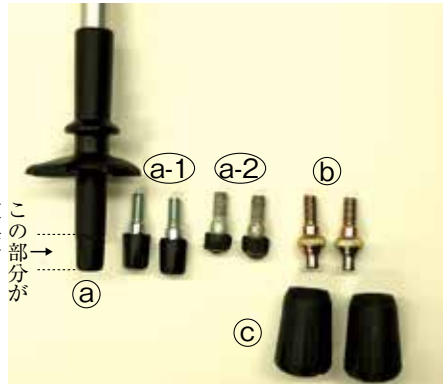
No.218

山の基礎装備
軽量ストックの追加解説+α

笹原芳樹

元カモシカスポーツ本店店長

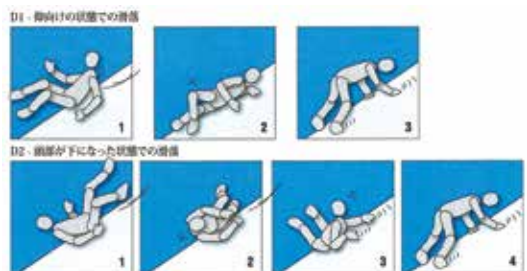
BD社の折りたたみトレッキングポール・
ディスタンスシリーズの先端パーツ解説



ハッキリ言って、使っている方の8割ほどは理解していないかも！①は購入時のもので、プラの先（テックティップラバー）がセットされている。基本的にこのまま使え、③ゴムキャップをする必要がなく、超軽量だ。しかし、長らく使用していると、②のようにすり減ってしまうので、別売り①（¥800）と交換する必要があります。交換方法はペンチで1～2回転させ、後は指で回して外し部品をセットする。交換できることを知らず、②のまま使っている人のナント多い事か！

⑤金属製の先っぽ（テックティップカーバイト）は、購入時に付属しているのだが、紛失してしまう人も多いようだ（別売りあり ¥900）。前号で説明の通り、雪や氷、またグリップ力を高めるにはコレを使う。ただし、木道などでは③ゴムキャップ（Zポールティップラバー 別売り¥650）を必ず使用すること。

クランポンやアイスアックスを使用しない滑落停止
（『ベツル社カタログ2005』より）



前号、雪でも使える
軽量・コンパクトストック
クでは、ブラックダ
イヤモンド社の折りた
たみ式ストック（トレッキング
ポール）を取り上げました。そ
の中で、テックティップ、平
たかいうとストックの先端部
（スパイクとか石突とかいろ
ろな名称がある）の説明につ
いて、どうもよくわからないとい
う方がおられるようですし、私
自身も説明不足を感じておりま
したので、ここでは追加の解説
をさせていただきます（写真とそ
の文章をご参照くださいませ）、
併せてピッケルなしの滑落停止

もご紹介いたします。
滑落停止といえは、通常ピッ
ケルでやるアレ。（↑皆さん、な
んとなくわかりますよね）です。
冬のハイキングにストックは大
変有効ですが、ピッケルは普通
持たないし、夏の雪渓でも特別
な場所以外では持たない人がほ
んどですよね。そこで、ピッ
ケルなしでの滑落停止技術をご
参照ください。そして、安全で
程良い斜面があれば、ぜひ練習
してください。

この停止方法は、私が19歳の
時に、たまたま目にした山と溪
谷誌面に載っていたものです。
この頃、生まれて初めて行った
6月の谷川岳・一ノ倉沢で、岩
登りからの雪渓下山時に、あの
まま滑って行ったら下のスラブ
岩壁までダイブして落ちていた
でしょうに、同行のパートナー
もたまたまヤマケイ誌を見てい
て、練習もせずにこの停止方法
を直感でやって、一命をとりと
めたのでした。めでたし、めで

たし…それ以来、この技術は実
用性が高いと個人的には雪上訓
練時にお教えしたりしているの
ですが、日本ではイマイチ知ら
れてないかもしれないですね。昔
からベツル社（フランスの一流
登山具メーカー）のカタログで、
何回か紹介されている技術で、
世界的に見てもスタンダードな
ものだと私は思っています。
道具を理解して使いこなさし、
安全で楽しい山登りをいたしま
しょう。



大事なものを、 揃っています。

「登山用品専門店」だからこそ
出来る品揃えと接客サービスで
安全快適な山行をサポート。



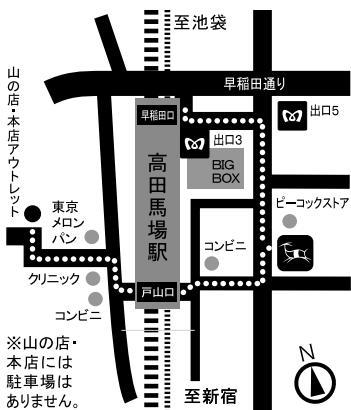
美味しいコーヒーと選りすぐりの登山用品。
山が大好きなスタッフ。カモシカのお約束。

カモシカ 通販

＼オンラインショップ24hrオープン！/
こだわりアイテムと充実の品ぞろえをネットから！

山の店・本店

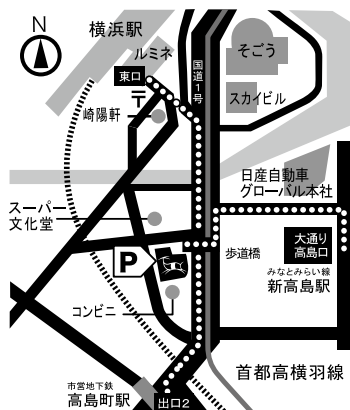
JR高田馬場駅から徒歩3分



※山の店・
本店には
駐車場は
ありません。

山の店・横浜店

JR横浜駅東口から徒歩5分



山の店・松本店

松本ICから約6km



登山用品専門店

カモシカスポーツ

OPEN 11:00(松本店のみ10:30) CLOSE 20:00(月~金)/19:00(土・日・祝)

- 山の店・本店 TEL03-3232-1121 〒169-0075 東京都新宿区高田馬場1-28-6・2F
- 山の店・横浜店 TEL045-440-0711 〒220-0011 神奈川県横浜市西区高島2-6-32横浜東口・ウイスポーツビル1F
- 山の店・松本店 TEL0263-48-2424 〒390-1242 長野県松本市和田4478-1

アルパインツアーで行く『カナダの山旅』

日本の約27倍、世界第2位の広大な大地が広がるカナダでは、訪れるたびに新たな発見と感動に出逢えます。野生動物と高山植物の宝庫カナディアン・ロッキーでは手付かずの大自然を楽しむことができます。アルパインツアーでは、体力に合わせて様々なコースラインナップを準備して皆様をお待ちしております。

山旅専門旅行社による「カナダ特設説明会」

入場無料
予約制

現地カナダ在住のツアーリーダーが来日し、カナダの魅力を語ります。

日時：3/24(火) 14:00~16:00

場所：アルパインツアー本社3階説明会場

東京都港区新橋3-2-5(第5東洋海事ビル3階)
・JR「新橋駅」烏森口より徒歩5分
・都営三田線「内幸町駅」A1出口より徒歩4分



カナダ在住
ツアーリーダー
篠崎 洋昭

「カナダの山旅」2つの旅のかたち

日帰りハイキング

ホテルを起点にハイキングへ。カナダディアン・ロッキーの厳選ハイキングコースを周遊型日程でお楽しみください。



▲ハイキング中には野生動物と出会うことも

ロッジ

より深く、ロッキーらしい山の中に建つロッジにゆったりと滞在。カナダの大自然に飛び込み山の本当の姿を味わうプランです。



▲ヘリコプターで訪れるアシニボイン・ロッジ

初夏のウォータータートン・レイクス国立公園とロッキーフラワーハイキング 8日間

発着地 **東京**
出発日 **6/13(土)**
旅行代金 **486,000円**



ベアーズ・ハンブ展望台から雄大なウォータータートンレイクス国立公園の景観をのぞむ▶

憧れのアシニボイン・ロッジ滞在 絶景ハイキング 9日間

発着地 **東京**
出発日 **6/25(木)・7/2(木)・7/9(木)・9/10(木)**
旅行代金 **598,000円~612,000円**



連日Mt.アシニボインの眺めを楽しみながらの絶景ハイキングを楽しみます▶

花咲くカナディアン・ロッキー 厳選ハイキング 7日間

発着地 **東京・大阪**
出発日 **6/17(水)・6/24(水)・6/30(火)**
旅行代金 **398,000円**



初夏のヒーリーグリークでは、グレイシャーリリー(黄色いカタクリ)が足下を彩る▶

ロッキーの“隠れ家” ミスタヤ・ロッジ滞在ハイキング 9日間

発着地 **東京**
出発日 **7/4(土)・7/11(土)**
旅行代金 **562,000円~584,000円**



標高2000mに建つ、森と湖に囲まれたミスタヤ・ロッジに4連泊▶

カナディアン・ロッキー核心部 縦断ゆったりハイキング 9日間

発着地 **東京**
出発日 **6/25(木)・7/9(木)・9/10(木)**
旅行代金 **498,000円~522,000円**



Mt.ロブソン南壁を仰ぎ見ながら、高山植物の咲く山麓をキニーレイクまで往復▶

エスプラナーデ 山小屋縦走トレッキング 9日間

発着地 **東京**
出発日 **7/5(日)・7/12(日)・7/19(日)**
旅行代金 **612,000円~632,000円**



ロッキー山脈とセルカーク山脈に挟まれた大展望の稜線散歩が楽しめる▶

旅行企画・実施

観光庁長官登録旅行業第490号/一般社団法人日本旅行業協会 正会員 © COVID 備忘会員
アルパインツアー サービス 株式会社

□ 東京 / 〒105-0004 東京都港区新橋3-2-5 (第5東洋海事ビル4階) 本社 ☎03(3503)1911
 □ 大阪 / 〒550-0003 大阪市西区京町堀1-4-3 (TCF肥後橋ビル2階) ネイチャリングツアー ☎03(3503)2611
 □ 名古屋 / 〒460-0002 名古屋市中区丸の内2-17-30 (e楼遊伏見ビルディング7階) ☎06(6444)3033
 □ 福岡 / 〒810-0073 福岡市中央区舞鶴1-2-8 (セントラルビル5階) ☎052(218)7585
 □ 北海道 / 北海道地区総代理店 (株)らんぷ観光 〒060-0909 札幌市東区北9条東2丁目 ☎011(711)7106
 ※北海道地区総代理店へはフリーコールはございませんので、直接おかけください。

山旅・専用フリーコール **0120-938-290**

営業時間/平日: 9:30~18:30、土日祝: 定休

HP <http://www.alpine-tour.com> e-mail info@alpine-tour.com

カナダ先住民「ハイダ族」の聖地と豊かな自然が広がるバンクーバー島を歩く

太古の森ハイダ・グワイからバンクーバー島へ。インサイド・パッセージの旅 10日間

発着地 **東京**
出発日 **5/18(月)**
旅行代金 **548,000円**



インサイドパッセージの旅 ©KKallberg▶