


2020年11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

12

2020
No.550

冬山入門

爺ヶ岳・八ヶ岳・日光白根山・笹山(南ア)



山筋ゴーゴー体操

生涯登山をめざして

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

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



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⑭—



写真・文 松永秀和

メコノプシス・ヘテランドラ
四川省西部冶勒(ヤレ)自然保護区 標高 3980m

先月号で紹介したM・ウイルソニーのある谷を詰めてゆくと標高5200mの则尔山(ゼアルシャン)に至る。この山の南面中腹、4000m付近に鉄鉱石やレアアースを採掘している鉱山がある。こうした場所は、かんらん岩などの土壌と同様、固有種が多いので、ここでも希少種が観察できるのでとは期待が持てた。

私は地元の馬方と二人で本隊に先んじ出發した。増水した沢に沿って登る。激流に足を取られそうになりながら渡渉を繰り返して、4000m地点まで登ったが、鉱山も期待した花も見つからない。諦めて下り始めると、流れの傍らに青いケシが一株。一茎に一花で、初めて見る花だ。流れの中の石に足を置き、不安定な姿勢で撮影した。下山後、ツァーリーダーの吉田外司夫氏に尋ねると、私が登ったのは目的地とは別の尾根だという。馬方が谷を間違えたのだ。幸い撮った花は、彼が2009年に発見したメコノプシス・ヘテランドラであった。この花の特徴は雄蕊が二重で、内側の花糸が膨れている。このことでヘテロ(多形の) + アンドラ(雄蕊)と命名された。

写真も今一だし、近辺には他の青いケシが見つかったので、コロナが収まり次第、再訪したい。

爺ヶ岳東尾根でラッセル初め

廣光佑亮 ぶなの会／東京



予報が外れて雪が降り続けているが、急いで出発する。

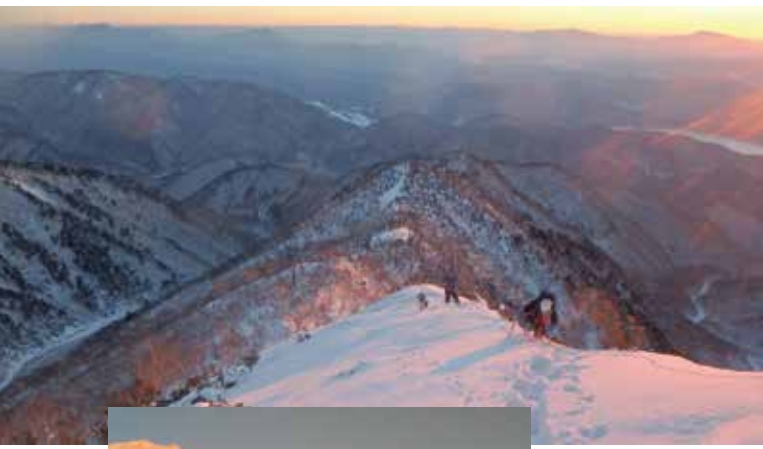
張り詰めた空気の中、雪のついた木々に囲まれると、いよいよ冬山が始まったのだと胸が高鳴り顔がほころぶ。急登を終えて尾根に乗る頃には膝ほどのラッセルとなった。太腿まで雪に埋もれつつ、身体に脚にと絡みつく藪を払いながらガツガツ進んでいく。ツリーホールに落ちるたび悪態をつき、その苛立ちがエネルギーとなりいよいよ燃えてラッセルがはかどる。ジャンクシヨンピークで一休みした。雪が降り止まず、汗ばんだ身体ではゆっくりすることができない。ここからP3まではさらに藪も雪も深く、登りは胸ラッセルになった。

P3で泊とする。まだ藪が多く、テントを張るとそれだけでいっぱいになってしまった。夜は鍋から溢れんばかりの豚キムチ鍋。これをペロリと平らげ、早々に眠りにつく。雪もやみ、月の明るいしんとした夜だった。

翌朝3時半に起床。朝食は、これも鍋いっぱいサンライタン麺を瞬時にたいらげた。外はまだ暗い。月明りに浮かぶ山容のあまりの神々しさにしばし時を忘れて絶句する。今日はあの頂まで歩ませてもらうのだ。急いで準備を済ませヘッドランプをつけて出発した。

出発早々太腿ラッセル。しばらく行くと藪はすっかり埋まり、深雪の急登が始まった。尾根へと続く雷鳥のトレースを追い、息を切らして夢中でラッセルをする。目の前の雪の壁を、永遠にも思えるほどただひたすらに崩し続けた。途中、ぴよこぴよこ と動く白い影。先導してくれたライチョウだ！

ふと気付けば空は仄明るい。爺、そして鹿島槍が朱鷺色に染まっ て迫る。振り返れば大町は金色の薄衣に包まれ、遠く富士山、槍ヶ岳、戸隠などが見える。山がこんな姿を見せてくれたことがこの上なく有難く、多幸感の中で涙を流しながらラッセルし



爺ヶ岳にアタック開始

た。なんとということだ。そうこうしているうちにP2を越え、ナイフリッジ帯に入る。念のため1カ所ロープを伸ばした。山頂はすぐそこに見えるというのに、一向に近づかない。延々と続くラッセルで足取りも重く



爺ヶ岳と鹿島槍が朱鷺色に染まる

もはや目の前のポコが山頂かどうかなんてどうでもいい。とりあえず登る。登れるところまで。と、ポコの上にはひょっこり、黄色い標識が見えた。

標高が上がるとハイマツ帯になって、ようやく岩が見えた。もはや目の前のポコが山頂かどうかなんてどうでもいい。とりあえず登る。登れるところまで。と、ポコの上にはひょっこり、黄色い標識が見えた。

なり、「交代」以外の会話もなくなった。P1付近からは風が強くなる、時折突風が吹く。飛ばされるほどの風ではないけれど、耐風姿勢を取るふりをして休み休み歩を進めた。体力と時間の限界が迫る。登頂は、できないかもなあ。できなくても、仕方がなかったことにしようか。

標識の文字はハンゲルで、他の面はエビのしっぽで完全に覆われている。山頂であつてくれと願いながらエビのしっぽを拭うと「爺ヶ岳 中峰 二、六六九」の文字。

登頂できてしまったことに戸惑いながらも、力なく良かった良かったとねぎらいあつた。

よりによって山頂はホワイトアウト。休憩するわけにもいかないの、そそくさと下山開始する。緩くなった場所であろうやく大休止。東尾根には我々だけのトレース、振り返れば山頂のトレース、振り返れば山頂。登頂できた嬉しさと充実感をようやく噛みしめる。本当によく頑張ったなあとしみじみした。

P3でデポした荷物を片付けて、うんざりする藪こぎへ再び突入する。日没との闘いだつたが、なんとか暗くなり切る前に堰堤に着いた。

下山後に入った蕎麦屋のストープの暖かさと共に、下山の安堵と喜びが身体の隅まで行きわたる。こんなにも苦労を分か

強風の爺ヶ岳主峰に登頂



ち合った山行は、きっと忘れられないだろう。



- ◎タイム
 12/17 8:45 鹿島集落～15:00 P3
 12/18 5:20 P3～11:20 爺ヶ岳～13:30 P3
 ～17:20 鹿島集落

阿弥陀岳北稜 初級者向きのバリエーションルート

八ヶ岳

冬山入門

谷内法秀 しらびそ山の会／長野

雪壁登高



凹角の登り

横岳西壁を背にしたリッジ登攀



バラエティーに富んだ 訓練が行える好ルート

阿弥陀岳北稜はバリエーション入門コースとして手ごろで当会では地の利を生かし日帰りでの山行を行っている。下部樹林帯でのラッセル、中間部での雪稜歩行と雪壁登高、上部岩壁帯の登攀、中岳コルへの急な下降と好ルートである。昨年12月21日の山行を振り返りながらルートの紹介をしたい。

未だ暗い5時頃に茅野市内に集合し美濃戸口へと向かう。但し最近では雪少なく林道路面がアイスバーンになることもあり、その場合は無理せず美濃戸口に駐車して林道歩行に切り替えた方が無難。美濃戸で登山届提出後、南沢の登山路をたどるが寡雪の年は沢沿いの道がつるつるのスケートリンク状となっていて早めのアイゼン装着を求められることもある。2時間くらいで行者小屋に到着し腹ごしらえの後、登攀具を身に付けて出発。

取り付きはいくつかのパターンがあるが、中岳沢を少し登り沢が開ける前の滝場の手前から右手の斜面に取り付くことが多い。しらびその樹林帯内は積雪量によっては結構もぐりワカンが必要なものもあり他人のトレースをあてにしていると痛いしつぺ返しを食うこともあるので要注意。尾根に乗り樺帯となり開けてくると短いが急な雪壁となる。ピッケルのシャフトをしっかりと刺し込んでバランスをとり



ながら登りきるとジャンクシロ
ンピックとなる。小休止して展
望を楽しもう。また、先行パー
ティーがいる場合は上部岩壁の
混み加減も見ておくとうい。
JPからしばらくくまばらな灌
木からなる雪壁帯を迎える。確保
下で行く場合50mロープでは最
後の抜け口手前で足りなくなっ
てしまうので確保点をどこに求
めるか、2ピッチに分けるか、そ
れともフリーで行くかメンバー
の力量によって検討が必要であ
る。雪壁を抜けるといよいよ岩
壁帯に突き当たる。

JPの雪壁を抜けると核心が

正面フェースは手ごわく左
手凹角から取り付くことが多い。
岩は比較的しつかりしてお
りアイゼン訓練の成果が発揮で
きる場所である。フェースの上
に乗った後の草付きスラブが状
況によってはいやらしくピック
をしつかり刺し込んだの登攀と
なる。その後テラスまで登り次
のフェースの基部に打たれた残
置ハーケンか手前のピナクルで
ピッチを切りセカンドを迎える。
次の正面フェースは右上気味に
登るが、出だしがやや細かめな

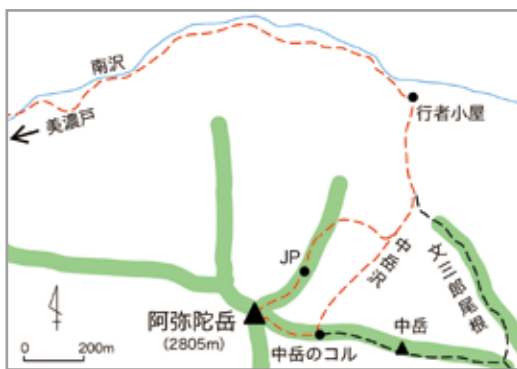
ホールドな
ので慎重に。
フェースを越
え短いが気持
ちの良いナイ
フリッジを渡
り終えたところ
でハイマツ
を掘り出した
りしてビレイ
点を設け終了

点とする。横岳西壁をバックに
リッジを渡るセカンドを被写体
として撮影するのにいい場所
である。この先で夏道と合流し直
ぐに阿弥陀山頂。新人さんとしつ
かり完登の握手をかわし記念写
真を撮ってあげよう。但し浮か
れすぎは禁物。ここからの下降
が本日の核心となる場合もある。

中岳のコルへの下降は 二つ目の核心

急な岩と雪のミックステープの下
降でアイゼンの爪をひっかけな
いよう慎重に下ろう。中段で急
な雪壁帯を迎えるがバケツ状ト
レースがない場合はバックス
テップでの下降を余儀なくされ
る場合もあり、初心者がいて少
しでも不安を感じる場合は躊躇
せずロープを出すべきであろう。
その後ハシゴ場をクリアしてよ
うやく中岳のコルに降り立ち一
安心し小休止。コルからは中岳
沢を下るのが一般的だが、雪の
状況によっては当会も後方支援

にかかわった1982年の大量
遭難事故の事を想起し中岳に登
り返し文三郎道からの下降も念
頭に置く必要がある。下降後、行者
小屋近くで登攀装備を解き大休
止。北稜を振り返り充実感に浸つ
た後は気を緩めずに美濃戸まで。
登山口原村には複数の温泉があ
り、是非立ち寄ってもらいたい。



- ◎タイム
2019 / 12 / 21 6 :
45 美濃戸～9 : 00 行
者小屋～10 : 40 取
付き登攀開始～11 :
40 登攀終了～11 : 50
阿弥陀岳～(中岳の
コル・行者小屋)～
14 : 55 美濃戸
- ◎パーティー
L 谷内 法秀、SL 倉澤
紀章、野中大地、結
城 恵

原始の山をのぼる

北海道の山と谷

第8回

殿平厚彦

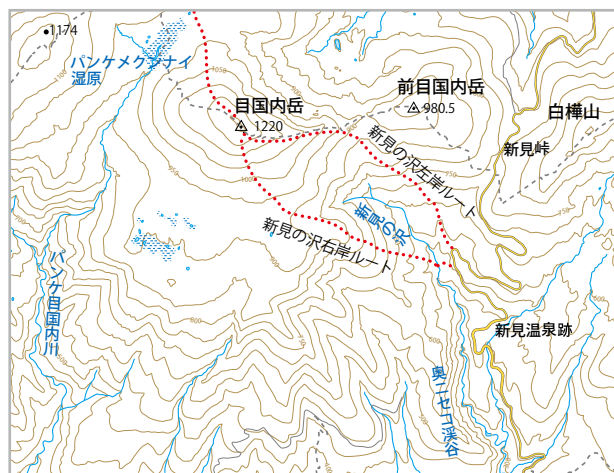
札幌中央勤労者山岳会 / 道央「山と谷作成会議」代表



稜線に上がると目国内岳の頂上は近い。後ろはニセコの山



疎林の斜面に粉雪を舞い上げる（目国内岳）



◎除雪終点（1h）新見温泉跡（3～4h）頂上

ニセコ連峰はニセコアンヌプリを主峰とする火山性の山塊で有名なスキーリゾートでもある。しかし登山は、少し西に位置する目国内岳が面白い。日本海側の厳しい冬型季節風が和らぐ3月から4月がお勧めだ。登山基地だった新見温泉が廃業したのが惜

しまれるが、数あるその他の温泉に宿を取って早朝に出発すると良い。除雪終点から新見温泉跡まで1時間ほど歩き、その先からルートは2つあり、どちらを取っても帰路のスキーは楽しめる。途中から森林限界となり目標物が無いので視界の無いときはデポ旗が必要だ。

冬山 目国内岳

スキーで登山、そして滑降（下）

冬山

三段山・ジャイアント尾根



三段山の頂上からは十勝岳が目の前だ

一気に深雪のベベルイ川へ滑り込む



◎白銀荘 (3 h) 三段山
◎白銀荘 (4 h) ジャイアント尾根 1500 m

大雪山、十勝連峰で人気一番はこのルートだと思う。登山基地の白銀荘（吹上温泉・自炊の登山者用温泉宿・要予約）が1000mを越えていて、寒いのはもちろんだが、おかげで雪質は絶品だ。目の前が人気の三段山で、頂上

から見る十勝岳、カミホロの大展望がすばらしい。1日目にここに登って、2日目はジャイアント尾根が定番となっている。ジャイアント尾根は富良野岳北尾根に続く幅の広い尾根で、1500m付近でクラストしてくるのでベベルイ川へ一気に滑り込む。雪質は極上で、自分の上げる雪煙で前が見えなくなる事もあるほどだ。余分に1泊できれば十勝岳へのツアーもできるし、このエリアで北海道の冬を堪能できるだろう。もちろん本格的登山指向の方はアイゼンに換えて頂上を目指すのも面白い。



原田勇成の

白神便り

| 第40回 |

初冬の森

以前から一人で山を歩くことが好きだった。それは白神の山に限らず、早春の槍ヶ岳や厳冬の仙丈ヶ岳、ほとんどの山登りが一人だったが、大学生の頃、少しの間だけアルバイト仲間と歩いたことがあった。悪沢岳への途中、千枚岳近くの冬期小屋で一晩は今も懐かしい思い出。それ以外にもいくつも楽しいことは多かったが、気付くと一人になっていた。別に人が嫌いなわけではない。おしゃべりな私はむしろ人が好きだ。実際、単独で山や森を歩きながら考えることといえば、人のことが多く。家族はもちろん、もう40年近くも会っていない中学や高校の同級生、仕事仲間や、ただ一度案内しただけのお客のことなど。山に在って山のことを考えている時間より、人を思っている時間の方が圧倒的に長いのだ。私だけではないだろうが、一人自然の中になると、会話が邪魔されることなく、様々な思いを巡らすことができるから、それこそ私にとって大切なことなのかもしれない。

もう15年以上前になるが、一ツ森峠付近から雪景色の写真を撮るために冬期閉鎖された白神ライン（弘西林道）を歩いた。12月初旬、歩き始めは足元には薄っすらとしか積雪はなく、快適に進んだ。本格的な登り坂となる辺りで足首が隠れる程だったか。雪が激しく降り始めたため、目的手前で引き返すことにした。生まれて間もない長女のことを考えながら急ぎ下山していると、一瞬雪が小降りとなり、水墨画のような光景が広がった。

登山時報

12 DECEMBER.2020
No550

CONTENTS



表紙の木版画
「快晴の冬剣」
杉山修

冬の爺ヶ岳。南稜から山頂をめざした。適度な積雪は夏道より歩きやすく、扇沢から日帰りでピストンできた。快晴に恵まれ、森林限界を超えると、振り向けば剣岳が鎮座している。その姿は真にアルプスの主だ。いつまでも眺めていたいが、急いで下山しなければ。

- 01 連載 中国の青いケシ探訪記 松永秀和
- 02 冬山入門
爺ヶ岳東尾根でラッセル初め 廣光佑亮
阿弥陀岳北稜 初級者向きのバリエーションルート 谷内法秀
- 06 連載 北海道の山と谷 殿平厚彦
- 08 連載 白神便り 原田勇成
- 10 ふみあと 浦添嘉徳
- 11 新連載 北島英明のよもやま話
- 12 冬山入門
赤岳東稜 寡雪で厳しいクライミングと化す 池田荘彦
日光白根山 初級の雪山登頂記 塩原正春
笹山(黒河内岳)ダイレクト尾根 樹林帯の尾根道をいく 栗原力
- 18 連載 労山創立 60 周年に寄せて 洞井孝雄
- 20 連載 アドベンチャー・トラベル 大蔵喜福
- 22 連載 山登りのための やさしい気象講座 野尻英一
- 24 若手のためのクライミング講習会を開催 三瓶健
- 26 連載 子づれ山さんぽ 武井真理
- 27 JWAF CLICK
コロナ禍の登山活動 テレビ番組を通して発信 森田健一
- 28 ブックエンド『巻頭言・編集後記に見る山岳雑誌の十五年戦争』ほか
- 29 全国連盟の活動
- 30 専門委員会活動報告
- 32 マンガ フウフウ・ハアハア 村松孝一
- 33 ひと 小林敏之さん 小池藍
- 34 連載 地図読み迷人 宮内佐季子 小泉成行 監修：村越真
- 36 連載 山の仲間を結ぶ会・クラブ紹介 Round Adventure Morioka
- 38 地元会員特選ミニガイド 金時山～明神ヶ岳～明星ヶ岳(神奈川) 酒井正裕
- 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 コロナ禍の山小屋泊(後編) 笹原芳樹



「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。

コロナ禍の中の登山活動

2020年は、新型コロナウイルス禍によって、登山も登山活動を自粛せざるを得ない状況下に置かれた。

全国連盟は、2月の総会は何とか開催できたが、6月に予定していた全国連盟60周年記念行事を11月に延期せざるを得なかった。また、全国登山の主管で開催予定だったアジア山岳連盟理事国会議は中止となった。その他の会議・集会等については、三密を避けながら開催した。全国理事会も三役以外の理事はほとんどがウエブを活用しオンラインで行っている。

地方連盟の活動について調査を行った。3～4月に総会が予

定されていたが、一部を除いてほとんどが開催できず、議案書を代議員に送付し、賛否を書面で行うなどの努力が払われ、活動している。理事会などの会合についても一定期間中止したところもあるが、オンラインの会議も行っている。

緊急事態宣言が全国に拡大され、山岳四団体の自粛の呼びかけのなか、各山岳会・クラブでは、首都圏や地方の大都市とその他の地域で状況は異なるが、3～5月は定例山行を中止、毎月行っていたバスを利用しての山行や例年行っていた夏山県外小屋泊山行なども中止している。個人山行でも県外山行の自

粛を呼びかけた会・クラブもあった。個人山行も規模を縮小して県内の里山中心の山行になっている。

「山行例会がないため会員がやめた会もある」という報告もあった。その一方で、埼玉県連では20名近くの会員が増えていく会もある。室内クライミングで知り合った人、HPでの入会がふえている。新入会者からは、クライミング、バリエーション山行などの要望があるという。全国連盟は、コロナ禍の中で地方連盟・会・クラブの登山活動などについて具体的につかみ普及していきたい。

(浦添嘉徳／日本勤労者山岳連盟 理事長)

コロナ自粛で5キロ痩せる！



2021年に挑戦する未踏峰

ザンスカール未踏峰 (6437 m) と筆者。コロナで今年予定していた挑戦は延期に(昨年、偵察時の写真)

今年にはコロナ禍で大変な年でした。皆さんご苦労された事と思います。山の世界も例外ではなく、今までの常識が覆り、新しい登山様式が始まった記憶に残る年になるでしょう。

「さて皆さん、登山自粛生活はいかがでしたか？ 登山は時間を贅沢に使う崇高な「趣味」だと思えますが、我々一般登山者は、登山に行けなくても特に困ることはありません。しかし、私の周りの多くの登山者は「登山自粛で肥った」とか「体力が落ちた」、更には「自粛中のトレーニングを教えて」等々と言う。あなたたちは本当に登山が好きなの？と聞きたい。

私も3ヶ月間の自宅待機を経て、時差出勤がまだ続いています。自粛中に5kg痩せました。その結果、登山用を含め、服がブカブカになり、えらい出費(涙)。どうやって痩せたのかと聞かれますが、答えは簡単、「食べなかったから」。私はコロナ以前から昼飯は食べませんが、自粛中は運動量が減ったので、更に食事が減りました。ただし、筋力が落ちたら困るので筋トレ(腕立・腹筋・スクワット)

は申し訳程度にやり、登山道の荒れ具合や登山者の入山状況の

調査で、時々山に入っていました。山の体力は山でしか付かないので大助かりでした。

それから、自宅待機中は原則外出が出来ないので、山の本や写真や、記録等をつくり見直して、残りの人生で行きたい山を夢想する贅沢を味わっていました。その中に正月に行きたい山も入っています。一年の計は元日にあり！ 正月山行は「恒例の山」という会もあるかと思いますが、個人で縁起の良い山や憧れの山を見つけて、仲間と行くのも素晴らしいと思います。全ての時間は山に通じる。安全に真剣に山を楽しみましょう。新年が皆様にとって良い年になりますように！

(きたじま・ひであき) 1959年徳島県出身。一般社団法人日本山岳救助隊代表理事。長年、民間の山岳遭難救助隊隊長として活動している。登山時報2020年6月号～11月号に「無くしたい行方不明・死亡事故シリーズ」を連載。著書に『山岳遭難は自分ごと』『登山者のためのレスキュー講座』(いずれも山と溪谷社刊)がある。

赤岳東稜
寡雪で厳しいクライミングと化す

八ヶ岳

池田荘彦 佐久山の会／長野

り、牛首山付近ではテン泊可能な状況。2550m付近で幕営。翌日のルート工作组とテント設置組に分かれて作業。夜は寒くない。特別な、おいしい日本酒をいただく。

第2岩峰へ向かう



第2岩峰ロープ確保



第1岩峰を越えて



赤岳東稜は県界尾根と真教寺尾根との間にあり、竜頭峰から派生し標高2300m付近で大門沢へ切れ落ちる短い尾根だ。遠方から眺めるとずいぶんな傾斜だ。大門沢下部から詰めて取付くコースもあるようだが、今回は真教寺尾根を2500m付近まで登り、そこからトラバースして東稜へ取り付くコースだ。2017年3月に初めて同行させてもらって登り、今回は同コースで2回目だ。2020年1月25日、許可を得てスキー場最上部の駐車場へ駐車、賑わっているスキー場の右端をトポトポと山頂駅まで歩き、真教寺尾根に取り付く。美し森駐車場から美し森山経由が通常のルートだが、少し時間が掛かる。積雪の少ない年だが雪はそこそこあ

翌26日、テントを残して5時30分に出発。この地点から東稜へトラバース。予想以上に積雪があり、ワカンを着ける。沢を二つ渡り東稜に取り付く。両沢ともデブリができており、雪崩していた。第1岩峰への直登は急斜面とヤブで登りにくく、ワカンをはずしてもやはり同様で、第1岩峰直下までだいぶ時間が掛かり、9時頃になってしまった。岩峰左側直登は難しく、左へ左へとトラバースし岩峰の崖下へ辿り着き小休止。ここまでの急斜面を撤退するのも危険、このまま前進するのも不安、まだ先は長い。ロープ確保の支点を作ってもらい確保、リーダーはトップで出発、すぐに姿が見えなくなる。ロープを1ピッチ張ってもらい沢っぽい急斜面を登り、第

2岩峰へ続く稜線の途中に出た。大休止と腹ごしらえをしている間に、コンテの4人パーティーが雪稜を進んできて機関車のように追い越していった。

何とか第2岩峰取り付きまで到達できたが……

第2岩峰取り付きまでは機関車パーティーのトレースを辿りちょっと楽をした。ロープを2ピッチ張ってもらい第2岩峰を



真教寺尾根下り始め



赤岳頂上

越える。最後のルンゼは急な直登。ロープがあっても恐ろしいところだった。リーダーに負担をかけてしまった。

前回は積雪が多く、第2岩峰は左から巻き、ロープ30mを出してもらい登り、そのまま上部へと向かい、もがきながらも這い上がることができた。竜頭峰まではすっきりとした雪稜歩きができ、10時40分には赤岳に登頂。それが今回はどうだ、第1岩峰、第2岩峰ともに雪の付き

方が少なく、左へ左へとトラバースし、ロープに繋がってはいたものの緊張の連続だった。そのため快適な雪稜歩きはほぼ無くなってしまった。

竜頭峰へは15時40分着。目の前が赤岳頂上で、頂上小屋も手に取るように間近に見える。天気は朝からの霧が徐々に取れ、昼頃から好天となり、見晴らしが利いた。暖かな日差しで緊張が和らいだ。

時間が大幅に経過しており、

赤岳頂上は当然諦め、竜頭峰から真教寺尾根を下る。この下りも急斜面で気を抜けない。鎖がほぼ露出していたので頼りにしてバックステップで慎重に下る。

ほぼ安全な樹林帯に入ったのは17時頃、やっと緊張から解放された。テン場を急ぎ撤収し下山。当然のことながら、写真を撮る余裕は無く、写真は前回撮ったもの。

※掲載写真はいずれも2017年3月撮影



◎タイム

2020 / 1 / 25 10:00 サンメドウズスキー場～
13:00 牛首山～15:00 2550 m付近 (幕営)
1 / 26 5:30 幕営地～6:30 東稜取付～9:
00 第1岩峰→13:00 第2岩峰～15:40 竜頭峰
→18:00 幕営地→21:40 駐車場

◎パーティー

L 池田彦彦、森泉広吉 ほか2名 (会員外)

日光白根山 初級の雪山登頂記

塩原正春 藤沢山の会／神奈川

首都圏から日帰り可能な雪山

日光白根山は、樹林帯を2時間、森林限界上を1時間の雪崩の危険性が少ない山で、天候さえ留意すれば中級以上の登山者なら十分に楽しめる雪山である。数年前に会の初級雪山実践と



樹林帯のトラバース道



森林限界で英気を養う



快適な雪原



陽だまりの昼食

して民宿前泊で実施、その折は悪天候に阻まれ登頂を断念した。今回は七色平避難小屋付近で雪山幕営1泊2日として検討したが日帰り可能なことが分った。

問題は78歳の老体の私自身が標準時間内で歩けるか否か、日のスキー場ゴンドラ乗車に要

する時間浪費で時間切れにならないかであったが、その点はピストン山行なら対応しやすい。

関東以北最高峰の雪山

8時50分現地着、ココヘリ発信機のレンタル手続きに手間取り、

標高2000mの山頂駅出発は10時だった。降雪直後にはワカシが欲しくなる雪道だが、既にトレースがありアイゼンを装着。

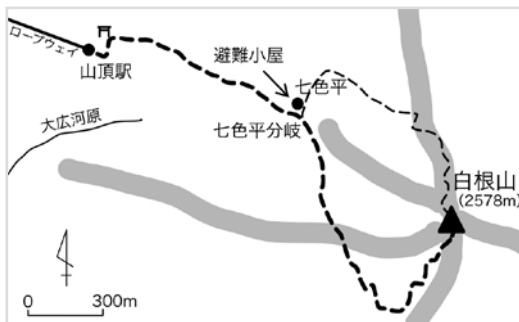
二荒山神社に安全登山祈願の後、標高2577・6mの山頂を目指し出発。樹林帯のトラバース道に歩を進め七色平分岐で小



至近からの日光白根山山頂

参加者の感想

藤沢山の会に入ってちょうど2年。昨年の湯ノ丸に続いて2回目の雪山。もし雪深かったり、急斜面だったりしたらちゃんと歩けるだろうかと、不安をかかえながらの参加であった。山頂近くで一瞬足がすくんだ雪壁があったが、下りも一歩一歩慎重に足を置いてなんとか無事に下山。振り返って雄々しい山の全貌を仰ぎ、心底ホッとした。雪と親しみ、紺碧の空と遠くの白い峰々を眺め、とても豊かな経験ができた。
(岡崎裕子)



- ◎タイム
2020/2/29 晴れ 10：00 山頂駅～10：40 七色平分岐～12：50 山頂～14：40 七色平分岐～15：10 山頂駅～15：40 山麓駅
- ◎パーティー
CL 塩原、SL 田口、中澤、染谷、岡崎

憩。歩き易いトラバース道は徐々に傾斜を強め、森林限界の手前で英気を養った。
これより沢筋の急登を抜けて吹き曝しの登りになるので、雪の状況によってはピッケル・アイゼンの登降になるが、今日は無風快晴につきストックを手に登った。単調な雪の登りが小一

時間ほど続き、山頂に近づくと爆裂火口跡の剥き出しの岩で歩き難い。歩き易い所を選ぶようにして山頂を目指した。
到着した山頂は何故か薄いガスが掛かり、晴れるのを待ちたいところだがロープウェイ最終時間の関係で、火口跡の陽だまりに下って遅い昼食。雪山とは

思えない穏やかな昼食だった。
長居をしたい山頂ながらロープウェイ最終まで2時間。下り標準タイム2時間、一路山頂駅へ下り、最終の20分ほど前に到着し、帰路は白根温泉薬師の湯で疲れを癒し、上州そばをすすって家路に向かった。

笹山（黒河内岳）ダイレクト尾根 樹林帯の尾根道をいく

栗原力 船橋勤労者山の会 / 千葉



落ち葉を踏んでハイキングルート



雪の低山を経験し、次のステップとして雪のアルプスを目指すのであれば、笹山ダイレクト尾根は格好のルートだと言える。奈良田から入る一般ルートは大門沢ルートだが、小屋があるものの沢筋からのアプローチは雪崩のリスクがあり、大門沢下降点に突き上げる雪渓の急坂はアイゼン、ピッケルワークが必



奈良田湖の吊り橋

要で初心者には厳しいルートである。その点、笹山ダイレクト尾根はアプローチがとても良い。奈良田湖の吊り橋を渡り、林道を15分ほどで登山口に達するので楽だ。

登山口からジグザグの急坂を登ると尾根に乗り、そこから白峰南嶺主稜線の笹山（黒河内岳）までその名の通りダイレクトに一本尾根が続いている。ほとんどが樹林帯の尾根道なので初心者には危険なところは無い。

3月になると天気も安定して麓の雪も融け、1500m付近までは夏道のハイキングルート。1700m辺りから雪が出てく



2500 m付近



笹山北峰山頂にて

ここまでたどり着いたらぜひ隣の笹山北峰まで足を延ばすべきだ。15分ほどの近さだが白峰南嶺の主稜線にある。

白峰南嶺の魅力は、普段見ることのできない角度から南アルプスの雄姿を見ることが出来る。ここにあると私は思う。

正面の塩見岳はいつもの鉄兜ではなく尖峰である。蝙蝠岳も大井川源流を挟んだ対岸に位置し、手の届くような近さである。

2350mから2400m付近は尾根の傾斜が緩くなり良いテン場が点在する。翌日の行動を考えれば少しでも上でテントを張りたいところだが、この先

ると踏み抜きなどもあり厄介になってくる。2000mを超えると一気に雪量が増しワカンを装着する。初心者にはラッセルは厳しいが良い経験になるであろう。

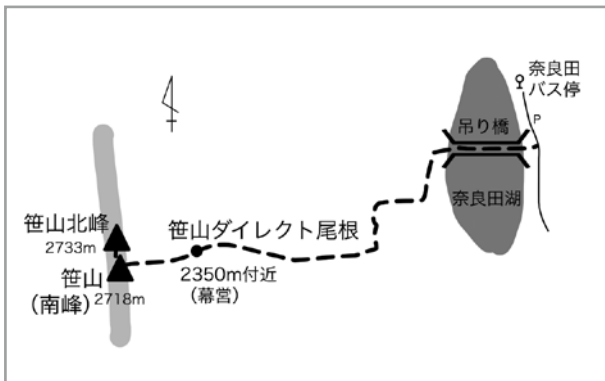
基本的には樹林帯の中の道なので展望は利かないが、2500

は尾根も細くなり傾斜が増すので早めに張ることにする。2日目は、空身での山頂ピストンだが行動時間を考え、暗いうちにヘッ電を点けて出発する。途中マーカーのリボンは多いのだが、ヘッ電の光では見つけづらくルートファインディングに時間を要する。

期には灌木に覆われて展望が無いが、積雪期は素晴らしい眺望である。南アルプスの全貌が望める。

mを超えて時折灌木の上に頭が出る。富士山が望める。最後の100mくらいで突然疎林帯に飛び出し、視界が広がると山頂も間近だ。笹山(南峰)の山頂は無積雪期には灌木に覆われて展望が無いが、積雪期は素晴らしい眺望である。南アルプスの全貌が望める。

り森林限界を超えたアルプスのピークに立つことができる。麓から自分の脚で登り、雪色のアルプスのピークに立ち、雪景とが出来たら雪山の虜になると間違いなしである。



- ◎タイム
- 3/17 5:00 奈良田湖畔～9:00 1500m付近～12:30 2350m付近(幕営)
 - 3/18 5:00 2350m付近～7:30 笹山(南峰)～7:40 笹山北峰～10:00 幕場～14:40 奈良田湖畔

＊ 労山創立60周年に寄せて ＊

愛知県連盟創設期前史?!

洞井孝雄

愛知県勤労者山岳連盟が創設されたのは1969年3月ですが、全国連盟が発足した1963年のほぼ同時期に、愛知では東海勤労者山岳協会という独自の組織が立ち上げられ、それがいくつかの山岳会に分かれて愛知県連盟となった、いわば愛知県連盟前史ともいうべき5年あまりの活動の時期があったことは、全国連盟史からはわかりませんが、愛知県連盟にもこの時期の記録はほとんど残っていないのですが、愛知県連盟設立後の取り組みの規模やスピードを見ると、前身の東海勤労者山岳協会時代にすでに、全国レベル

の活動の構想と力量が培われ、それが堰を切ったように具体化されていったことがわかります。

愛知県連盟発足の年は…

登山学校開校、婦人部発足

愛知県連盟が発足した年の特徴的な取り組みを見てみます。全国連盟に加盟した1969年3月の翌月には、新日本体育連盟（後の新日本スポーツ連盟）との共催で、400名規模（登山会員は171名）で御在所岳

集中登山を実施し、6月には早くも県連盟の登山学校をスタートさせています。この登山学校



（ほらい・たかお）1950年1月生まれ。1978年愛知県連盟の山岳会に入会。1980年から愛知県連盟事務局長。以後2016年まで36年間、理事長、会長などを務める。1980年から2003年まで全国理事。2004年から2017年まで全国副会長。1981年に半田ファミリー山の会の発足に関わり、現在まで会長を務めている。

労山婦人活動者会議」、10月には婦人部結成準備会を開き、その二週間後には臨時総会を招集して「婦人部（いまの女性委員会）」を県連盟の専門部のひとつとして置く規約改正を行ったこととは無関係ではないようです。この婦人部の活動は、後年（1986年）、愛知県連盟主管で開かれた「女性と登山全国集会」（460名）へとつながっていきます。

70年代の取り組み…

子ども冒険学校、

中高年者の山岳会、999運動

は現在でも県連盟の会員教育の一環として、数カ月間にわたる理論講座と実技で構成されたカリキュラムで実施され続けてきています。また、同じ月に「第一回全国登山研究集会」が名古屋市内で開かれています。翌年も愛知で第二回の全登研が開かれています。加盟した年に全国規模の集会を主管しているのは驚きです。その全登研の一分科会から、後年、「女性と登山全国集会」が生まれていくのです。この流れと、9月に「愛知

1974年には鈴鹿・御在所岳で清掃登山を初めて実施しました。参加者39名で土嚢袋80袋分のゴミを担ぎ下ろしたという記録が残っていますが、愛知県連の清掃登山は、誰でも参加できる自然保護活動の第一歩として年々発展し、最大規模の年には1300名を超える参加者を迎えるまでになっていきます。

1977年8月には第一回子ども冒険学校が実施されました。教育関係者や文化団体と一緒に



1978年8月 登山学校研修山行（滝谷にて）



1979年3月 中高原登山者の山岳会設立総会

実行委員会を作り、子どもたちに本物の自然、本物の冒険を体験させようという野性活動の試みは全国に大きなインパクトを与えました。1992年まで継続して実施され、93年に実行委員会をNPO団体に移行するまで続けられましたが、この経験は後に女性や子どもを対象とした山岳会づくりにも生かされることになりました。

1979年3月には40歳以上の会員で構成される山岳会を発足させました。若い人たちが中心だった時代に、中高原が主役となる会を作る呼びかけをし、発足させたことは、時代の要請に的確に応える画期的な取り組みでした。そのことは、発足後、瞬く間に会員数が数百名を超えたことや、80年代の中高原登山者の爆発的な増加が示しています。

1979年4月（21団体539人）には「999運動」がスタートしました。自分を含めて10

00人の愛知県連盟を、というネーミングもさることながら、「会員の倍増」を方針として打ち出した当時の先輩たちの熱や心意気が伝わってきます。この運動を受け継ぎ、会員拡大の取り組みは続けられましたが、1000名を超えたのは1985年のことでした。

60周年はスタートライン。 ワクワクするような時代に学ぼう

こうしてふり返ってみると、県連盟発足前後の会員教育、研究活動、性差、組織拡大などの

取り組みのスケールひとつとっても、労山の創設期は次世代の登山を見通す先見性に満ち、また時代の後押しを実感し、登山文化創造の担い手としての意気と熱気に満ちた、さぞかしワクワクするような時代だったであらうことが容易に想像できます。

私が愛知県連盟加盟の山岳会

に入会したのは1978年、県連盟や全国連盟の運営に関わったのは1980年からですので、残念ながらこの時代に居合わせることができませんでした。でも、自分が関わってきた労山の活動を振り返ると、多くが創設期の取り組みを受け継いで規模を延長・拡大したものだったり、自分たちで考え出した取り組みだと思っていたものが、すでに種が蒔かれていたものだと気づかされて、先輩たちの取り組みの大きさを改めて思い知らされたものです。

世界中を襲った新型コロナウイルスは、私たちのこれまでの生活を大きく変えてしまいました。登山界もまた、これからの登山の形を大きく変えていくこととでしょう。労山にとって、創立60周年という節目は、創設期を振り返り、あのワクワクするような時代に学びながら、ポストコロナの登山を作っていくスタートラインなのだと思います。



半世紀ぶり、登山道に甦った 遠山森林鉄道の遺構



映画『千と千尋の神隠し』冒頭シーンのトンネルとそっくり

遠山郷に本格的な冬の訪れを感じさせるのは、国の重要無形文化財「遠山の霜月まつり」。約800年前から続く湯立ての神楽で、郷内の十ヶ所ほどの神社で12月初中旬に行われる。長編アニメの名作『千と千尋の神隠し』のストーリーが、霜月祭りと繋がりがあるとい話は有名だが、映画の冒頭、千尋親子の車が狭いトンネルを抜けて着いた艶やかな喧騒の食堂で、両親が豚になってしまうシーンがある。その場面を彷彿とさせるトンネルが林鉄軌道にある。一時期車道となっていたことがあり、抜け出ると神々の居住い?! 想像による印象はなんともピタリである。

森

林軌道は、遠山川が上村川と合流する国道152号線の飯田市南信濃木沢本谷口(梨元停車場)を起点に、遠山川に沿って北又渡から北東に延びる支流北又沢を大沢岳の大沢渡に向かう北又線(19・6km)と、東に聖岳直下の西沢渡に向かう本谷線(北又渡より10・9km)の

2本があり、それぞれ完成が昭和19年(44)秋、30年(55)夏だ。登山者にとっては、昭和30年から40年代末まで軌道を利用した(徒歩)入山が可能になり、マナスルと静岡国体山岳競技の実施等で世の登山ブームとも重なり、南ア南部の赤石岳、大沢岳、兎岳、聖岳、上河内岳、易老岳、光岳が一気に身近な存在となった。

昭和43年(68)営林署の事業が終わった後、西沢渡から軌道の撤去が始まるが、民間二業者が軌道使用料を払って昭和46年、48年まで林鉄を走らせていた。46年春(71)には北又渡から上流のレールが、年末には柿の島までが外された。48年(73)夏、最後に残った業者が事業を終えると梨元までのレールが完全撤去、軌道敷は小型トラック一車線分の村道(現市道)に代わり、住みついた人々への便宜もあり、村では災害で土砂崩れなどに悩まされながらも、その後約20年近く整備を重ねてきた。

しかし、住民が住まなくなり、それまで「人とバイク」だけしか通れない道のみだった遠山川右岸の山腹に、昭和40〜50年代になり徐々に自動車道路が延びてくると、災害に弱い川沿いの道は忘れられた存在になった。平成の時代に入るころには、林鉄も住民の話題から消えた。平成17年(05)には、遠山郷(上村・南信濃村)は飯田市と合併した。

平成20年(08)に中央構造線



遠山森林鉄道と周辺のご概念図 (2020年9月26日信濃毎日新聞より)



小雨の中、「ながとろの橋」を渡るお試しトリップの参加者

エリアとして日本ジオパーク、26年には南アルプスユネスコエコパークに、30年には遠山森林鉄道の遺構が日本森林遺産に認定されるなど、南アルプス国立公園を核にした自然の宝庫は、話題を広げはしたが、林業最盛

期(55)に8千人近くの人口を抱えていた遠山郷は、令和2年(20)の夏には1600人ほどに減り、終活的集落の住民には意味は薄いものであった。平成12年に廃校となった旧木沢小学校を都市山村交流促進施設として保存活用、維持している地区活性化推進協議会では、人口減少を抑え、皆で地域を盛り上げようと、資料館としての展示やコンサート、写真展、一日体験入学イベントなどできることから実践することをモットーに奮起。夢をつなごう遠山森林鉄道の会や「遠山山の会」のメンバーたちが、15年前頃から林鉄ウォーキングとして大沢渡や西沢渡を遊歩道へと活動を起す。だが、たびたびの災害で通行できなくなり、今を迎えた。

本

年10月17日(土)、遠山森林鉄道軌道跡を登山道として整備した一般社団法人南信州山岳文化伝統の会(以下、伝統の会)等が主催する「お試しトリップ」が地元へのお披露目

として行われた。遠山川に沿うなどらかな軌道敷のうち、須沢から北又渡の5.5km。そこには手掘りのトンネルが5、橋が2、林鉄ウォーキングの最もすばらしい景観や要素が詰まったところで、新緑や紅葉の時期にはさらに目を見張る光景が期待できる。軌道跡は通行不能のまま30年近く忘れられてきた。元来、下栗やさらに奥の小野、大野集落への自動車道ができるまでは、この森林軌道が仕事の道、生活の道、登山道と地域のすべて「道」として多くの役割を担っていた。その軌道敷を再度登山道として甦らせようと考えたのが伝統の会で、今年2月より多くのボランティアと地元住民の協力のもと、十回ほどの整備を経て、登山道復元にこぎつけた。

伝統の会は「地域活性化にもこの地域の宝である大自然特に南アルプス国立公園を活かすことがカギになる」と、南信州観光公社と共に、新規軸の登山観光構築、世界に秀でたエコツーリズム登山を目指し、広範囲に活動を続けている。この軌道敷登山道もそのうちのひとつで、登山者の年代に関わらず、百名山の聖岳、光岳へ余裕を持って登れるように、易老渡から2時間の面平にレンタルキャンプのスペースを日本で初めて確保し、排泄物も持つて降りるなど先鋭的なシステムで臨み、来春には一般オープンへと思いは広がっている。

今回のイベントについて、地元の観光素材として再認識してもらいたいと観光協会、ゲストハウス、宿泊施設、自治会の責任者などに参加をお願いし、それぞれの感想を今後の役に立てる。「歴史ある人の営みと林鉄、想いを馳せて歩くの面白い」「自然観察路として一般観光客にも楽しんでもらいたい」「終点から遠山川を川下り、セルフRAFTで！若者にウケそう」等、今後の広がりにつながる思いが伝わってきた。



第9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

二つ玉低気圧の正体・

急激な気象の変化

今回は日本海低気圧、南岸低気圧のそれぞれの特徴をみてきたが、今回は二つ玉低気圧を取り上げる。これは日本海低気圧と南岸低気圧が同時に進んでくるもので、2個の低気圧により悪天候の範囲が広く、荒天の程度も激しいので昔から恐れられてきた。

図1がその例。20日の天気図では中国北部に1016 hPaの低気圧が1つあるだけだが、21日

未明に東シナ海に2つめの低気圧が発生し、二つ玉低気圧型になった。このように二つ玉低気圧は1個目の低気圧の東進にあわせて2個目の低気圧が後から発生する場合も多い。図1のときは広い範囲で荒れ模様になり、北海道で漁船転覆、関東では強風で建設足場倒壊、東海道新幹線ストップ、遠く九州でも釣り客が高波にさらわれるなど影響は全国的に広がった。山でも東北、関東、北アルプスで遭難が多数発生した。

図1 二つ玉低気圧の例 (左から1999年3月20・21・22日。時刻は午前9時)

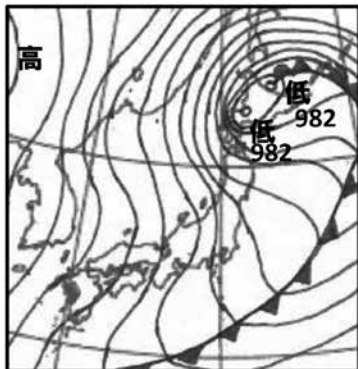
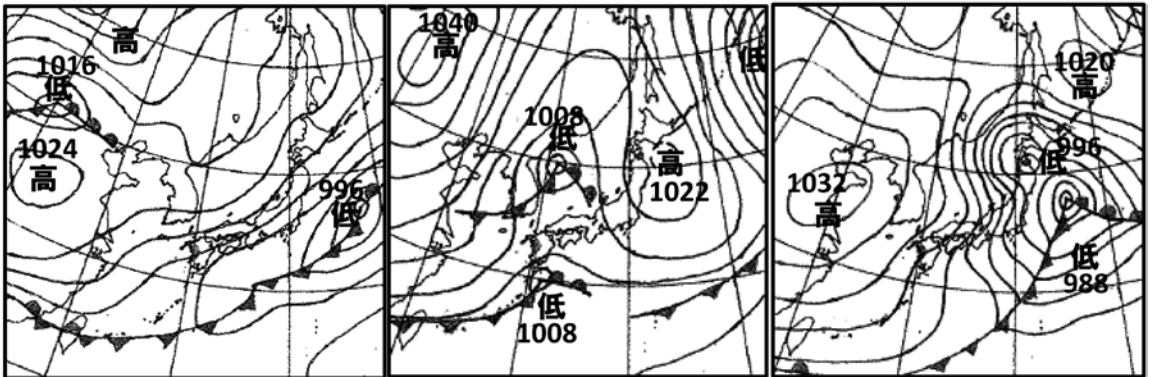


図2 北海道東部で晴天弱風になった天気図 (2013年3月2日午前9時)

強い低気圧が北海道南東部とオホーツク海にあることがわかるが、このとき低気圧に挟ま

は2個の低気圧の風が複雑に絡まり、特に一時的な好天が起きやすいと言われている。私は図1のときに岩手県焼石岳に入山していた。21日夕方には設営中のテントポールが折れるほどの暴風だったが、2つの低気圧の間に入った夜間には深夜と未明の2回、吹雪が止む静穏な時間帯があった。似た例をもう一つ紹介しよう。図2を見ると

れた網走や北海道東部は風が弱く概ね晴れて穏やかな天気になっていった。そのため買い物など、出かける人が多かったが、正午頃から一転、暴風雪になり、自動車がドカ雪で動けなくなるなどの遭難が多発した。強い低気圧の圏内は天気が悪いのが普通であり、たまたま好天になったときでもやがて天気は急転悪化することを意識しておくことが大事だ。

覚えておきたい疑似好天

さて、3回にわたり温帯低気圧を取り上げたが、最後に「冬季に日本海に低気圧が入ると、日本海側の山岳は一時的に天気が好転する」現象を取り上げよう。これは疑似好天と呼ばれる冬の日本海側の山岳に特有の現象で、現在でも遭難の多い気象パターンなので、冬山に行く方はぜひ覚えておいてほしい。

低気圧が近づくと天気が良くなる：一見常識とは真逆なこと

が起きる理由はこうだ。低気圧の周りの風は反時計回りに吹いていることを思い出そう。冬季の日本列島にはシベリアから日本海を通る北寄りの季節風が吹いているが、日本海に低気圧が入ると低気圧の前面（東側）は南寄りの風が吹くため、季節風と均衡する。その影響で日本海からの雪雲の侵入が止まり、日本海側の山々は弱風晴天になる。しかし、低気圧がさらに近づくと低気圧による荒天になり、通過後は低気圧の西側に吹く北寄りの風が季節風の北風と重なって暴風雪になるので、疑似好天を「低気圧は弱い」とか「天気予報が外れた」と誤認すると、取り返しがつかないことになりかねない。図1のときも疑似好天が発生した。筆者のいた焼石岳では21日早朝から弱風晴天になり、遠く早池峰まで見渡せたが、9時頃（中央の天気図の時刻）からガスが吹き上がり、視界がみるみる閉ざされ、雪が降り始め、南風が強まり、

前述のとおり夕方にはテントポールを折る程の暴風になった。

東北地方は低気圧の中心の進路にあたる場合が多く、低気圧中心部の荒天域になるが、低気圧の南にあたる中部山岳や上越の山は疑似晴天が終わると季節風の北風が吹き出し、天候急変で吹雪になって気温が急降下することもありそう（筆者は実経験していないが）。

疑似好天の発生タイミングは低気圧との位置関係や低気圧個々の特徴によつて異なる。継続時間もそれぞれだが、数時間と言われていることも付記しよう。冬山で疑似好天に釣られて不用意に行動すれば、数時間後の天候急変で戻れなくなり遭難するおそれがある。疑似好天は安全地帯に逃げる最後のチャンスかもしれないわけだ。

今回は冬の天気の仕組みを取り上げる。

次回

CONTENTS

人を元気にする 励ましの言葉 **ペップトーク**って何？

やまけん先生のブログ！「気分が乗らない！」のはなぜ

ウォーキング 和歌山 紀ノ川河口から「養翠園」へ
日本縦断

スポトピ 日本選手の高地トレーニングはいつから？
規格外の世界のプール 日本の主なプール

スポーツ のひろば

2020 12
No.533 月号

定価 290円
年間購読 3,600円



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

秋の小川山で マルチピッチに チャレンジ!

若手のためのクライミング講習会を開催
(2020年10月3～4日奥秩父・小川山)

三瓶健 / 全国連盟遭難対策部

小川山セレクション
最終ピッチは手と足のジャミングを決めて登る

今年で3回目となる「若手のためのクライミング講習会」は、昨年に続き小川山で開催した。コロナ禍の中、どの程度の参加があるのか不安だったが、予想に反して早々に定員となり、総勢23名(講習生12名、講師・スタッフ11名)で実施。複数回の参加となる講習生もあり、講習会を続けることの大切さを実感した。

初日は検温をしてガムスラブ右壁にて全体講習。装備の着用、クライミングシステム、登り方などを一通り説明し、トップロープでスラブを登る。普段何気なく使っている装備や技術も、「なぜそうする必要があるのか」を理解することが大切と伝えた。

終了後は、密を避けるため宿泊先の金峰山荘大広間を借りて、本日のおさらいと川嶋事務局長によるアルパイン山行紹介。夕食後は、皆さんお楽しみみの懇親会。今回は、山形や新潟からの参加者が多く、山の話を見るに、持参していたいただいた地酒を堪能した。

2日目は、初日の登りや技術力・経験を鑑みて4班に分かれ、レベルに応じたマルチピッチルートに登攀。経験がある班は、屋根岩2峰の「セレクション」と、同3峰の「南稜神奈川ルート」。経験の浅い班は、八幡沢の「春の戻り雪」へ。私が担当した「南稜神奈川ルート」班は、3名の講習生のうち2名が2回目の参加で、久しぶりにロープを組んで登った。取り付きで準備していると一瞬小雨がバラついたが、登れそうだったので予定通りスタート。講習生は、クラッククライミングやプロテクションのセットに不慣れだったので、講師役のオールリードでルートを登り、秋の小川山を満喫した。

講習会は、2日間とも天気恵まれ、事故もなく終了することができた。一方で、コロナ禍でなかなか山に行けない期間が長かったため、登攀力や体力に不安があるという声も聞かれた。これから冬を迎え、山はますます

奥秩父・小川山の クライミングに！

ワンポイントアドバイス

屋根岩2峰の終了点からの懸垂下降は枯れ木を利用していましたが、新しく下降支点が設置された。50 m ロープ2本で岩壁基部へ降りることができるが、ロープを投げると途中の樹木に引っかかることが多い。ジェットストリームを登攀中のクライマーに干渉することもあるので、末端から20 mほどは東ねて下降すると良い。空中懸垂にもなるので最初の下降者は下降方向も含めて慎重に降りて欲しい。



すハードな環境になる。それぞれが置かれている環境で出来るトレーニングをした上で、山に入って行ってほしい（感染防止対策は万全に！）。

参加者の感想



- ◆第三者に見てもらい指摘されると自分のできていない部分が良くわかって良かったです。そのやり方は、なぜそうするのか？ と質問されると、あらためて「なぜだろう」「本当に正しいのか」深く考える機会を得られて良かったです。2日目のルートも達成感があって良かったです。
- ◆講師の先生方、マルチルートなど、様々なコースと、いろいろな面でとても勉強になりました。
- ◆参加者のレベルを事前に調べて、講習をグレード別に分けていただけるとより参加しやすいと思います。また、参加させてもらえたらと思います。
- ◆指導いただいた内容を復習し、自分のものになりたいと考えます。
- ◆いろいろな方の方法を見ることができて勉強になりました。
- ◆人数も丁度良く、とても分かりやすかったと思います。
- ◆50歳オーバーでも参加出来たら嬉しい。
- ◆終了点のセット等、システムの構築を練習できる講習。
- ◆アイスクライミング講習会を開催して欲しい。労山版ウィンタークライミングミーティングの開催をして欲しい。
- ◆冬や積雪期のアルパイン。
- ◆沢登りのテクニック講習。



抱っこおんぶひも
(峻 0歳3ヶ月、首がすわったころ)



車移動にチャイルドシート
(峻 0歳2ヶ月頃)



ベビーカー
(峻 0歳3ヶ月)

0~1歳
いろんな補助具を使っの、
赤ちゃんのおでかけ



おんぶ+ショルダーバッグで、
多摩丘陵さんぽ(峻 0歳7ヶ月頃)



ベビーキャリアに乗り始めた頃
(峻 0歳8ヶ月、おすわりができるようになった頃)

できるかな？ 行ってみよう！ 子づれ 山さんぽ^o やま

番外編

vol.43

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

まだ自力で移動できなかったり、よちよち歩きの小さな子どもとの外出、山さんぽには、何らかの移動補助具を携行することがほとんどでしょう。そこで重宝な、ベビーキャリア。活用の仕方等、ベビーキャリアにまつわるあれこれを2回にわたって書きます。

①使えるのは、0歳7ヶ月頃〜おすわりができるようになってから

赤ちゃんとの山さんぽはベビーキャリア、と思いがちですが、腰が据わらないと、乗れません！各社とも取扱説明書に、乗せるこどもの体重や身体の発達の様子を明記し、注意喚起しています。おおよ「体重7.25kg以上」「ひとり座りできるようになってから(個人差ありますが0歳7ヶ月ぐらいく)」としています。

峻が0歳7ヶ月頃、まだおすわりできず、体重も7.5kg未満、身長は60cm台後半だった時に、試しに家でベビーキャリアに乗せてみました

ただ自力で移動できなかったが、ベルトのサイズ等がまだブカブカなうえ、腰が据わっていないので、うまく姿勢を保てず、いかにも危なっかしかったです。

②ベビーキャリアに乗れるようになるまでは、抱っこおんぶ紐

抱っこ紐は、首がすわらなくとも、新生児用シートを付ければ使えるタイプも出ていますが、新生児時代から山さんぽは非現実的。母子への身体的負担を考えると、首がすわった0歳3〜4ヶ月以降のおでかけ、そして慣れてきたら山さんぽが現実的かと思えます。その頃になると、女性の身体も回復し、赤ちゃんも昼夜の区別がつき生活が落ち着いてきます。

夫婦2人と赤ちゃん、での山さんぽだったら、ひとりは赤ちゃんを抱っこおんぶ紐で抱っこやおんぶ、ひとりはザックで3人分の荷物を背負う形がよいでしょう。私は、自分ひとりと赤ちゃんで、近所の里山公園へ行く時などは、おんぶ&荷物はショルダーバッグにひとまとめでしたが、これは肩がやられます…！

コロナ禍の登山活動 NHKテレビ番組を通して発信

森田健一 あつた勤労者山岳会／愛知

あつた勤労者山岳会では、新型コロナウイルス感染症対策の緊急事態宣言が解除されてからの登山活動について、どのようなスタイルで行うべきかを会の中で議論し、①少人数 ②力量相応の山 ③各自公共交通機関か車で登山口に集合 ④小屋泊を避け日帰りから再開—などの指針を発表しました。また、緊急事態宣言の解除後も、引き続き県をまたぐ移動は控えるようにという各都道府県の呼びかけもあり、登山対象として県内の山に自ずと目を向けることとなりました。

また、30年前のことですが、当会は愛



当会が編集した『新こんなに楽しい愛知の130山』風媒社2003年刊

知県の山のガイドブックを発売しました。改訂を重ねた現在は『新こんなに楽しい愛知の130山』となっています。出版から時間が経っているため、当会では数年前から、本書の内容が現状と違っていかを登って確かめ、違っている場合は当会HP「愛知の130山情報サイト」にアップしています。緊急事態宣言解除後、一部の会員は県内の

山の調査を兼ねて登山活動を再開しました。

そんな中、8月の半ばNHK名古屋放送局のカメラマンからメールが来しました。新型コロナウイルスの感染拡大が続く中、山岳会がどのような対策や取り組みをして活動を維持しているか取材したいとの申し入れでした。当会は、山岳会はアルプスだけでなく身近な県内の山にも目を向け、きちんと感染対策を取りながら登山をしていることを一般の方にも見ていただければと取材を受けることになりました。そして、愛知県奥三河足助の夏焼城ヶ山(889・4m)にNHKスタッフ同行で登山に行ってきました。

放送内容は、計画していた槍ヶ岳から穂高岳の縦走をコロナ禍のために断念したので、身近な山に目を向けて愛知県足助の夏焼城ヶ山に行ったところ、神社の境内に温泉の源泉を見つけ、山頂には戦時中に敵機を見張る櫓があった歴史を知るな

ど、近場の低山でも魅力を見つけることができたというストーリー仕立てで、ニュースや情報番組で合計3回、それぞれ5分間テレビ放映されました。

放送後、妻の知人2人から「テレビ見ました。ご主人はいい趣味をお持ちですね」と言われました。登山をいい趣味と思ったださる方々を裏切らないためにも、登山も社会から認められてこそ行えるとの思いを強くしました。

NHK取材の山行には当会より9名が参加。夏焼城ヶ山登山口駐車場で打ち合わせ



夏焼城ヶ山山頂の展望台

巻頭言・編集後記に見る 山岳雑誌の十五年戦争

西本武志 著

Office Nishimoto (私家版・限定200部)
A5判・336P / 2020年10月



本書は2010年上梓した「十五年戦争下の登山―研究ノート」の姉妹本である。昭和初期の国内登山人口は約6万人と推定されるが、満州事変・太平洋戦争と軍国化への道を歩む1931年頃に商業山岳雑誌が続々と誕生したことは不思議なことだ。これらの山岳雑誌はどのような運命をたどらざるを得なかったのかを、各山岳雑誌の巻頭言と編集後記をもとに丹念に調査したユニークな本である。

山岳雑誌には『山と溪谷』『ア

ルピニズム』『山小屋』『登山とスキー』『ハイキング』『ケルン』など15誌を数える。必然的に読者獲得競争が展開され廃刊に至ったものもあり、敗戦直前には紙の配給が困難な状況にあった。著者の見方は、山岳雑誌が戦争推進に役立つ存在として歴史の舞台に登場した、つまり戦争への協力、国家権力が国民に戦争への加担を強いた背景があるとみている。

ある巻頭言には「登山行為が戦争のために健康の具に供され、ハイキングを「銃後の健康」とか「軍国ハイキング」と宣伝されるのはいかげなものか」と記している。あるコラムには「めでたくも敵首都の南京の攻略なって雪空にはためく日章旗の輝きひと際の裡に迎える軍国の新春(中略)我々としては歴戦の登山家諸氏の健闘を祝するとともに(中略)山と戦争の体験を聞くを楽しむとする。砲煙の影にカラコルム」からも当時の事が読みとれる。本書は著者の感想や私見が一切排除されており、それだけに客観的な資料ともなっている。

(本誌・今野善伸)

山・自然にまつわる「お薦め書籍」を紹介するコーナー
ブックエント

冬季百名山～登頂の記録～

福岡大学山岳会 新開忠孝 著

頒価¥3,000 + 送料

A4判・237P / 2019年12月



日本百名山は大登山ブームを引き起こすきっかけとなった。最近では、単に時間をかけて百名山全山を登ったりするのではなく、グレートトラバースを初め

た」という記事に奮い立ち、誰も試みていなかった冬季に百名山を目指そうと思いつつ。

この本は、サブタイトルが登頂の記録とあるように筆者が冬季(12月1日～3月31日)に登った記録である。登山のプランクや年齢によるものか、困難な山や不慣れた山にはガイドを伴ったり、長いアプローチにはスノーモービルを駆使したりと、十分に安全登山を心掛けていくことがわかる。

として、短期間に百名山全山を制覇したり、山と山の移動もすべて歩いていくなど多くの試みがなされている。

筆者はかつて福岡大学山岳会で冬季の岩壁・岩稜を志していたが、山から遠ざかって26年経ち自身62歳となった時に「日本百名山の著者が(百名山すべてを登頂を)達成したのが還暦だっ

本書は、コースのグレーディング、難易度、総歩行距離、累積標高差、行動時間、山行アドバイス、アクセス、コースタイム等から構成されている。行動記録が詳細に記載されており、このプロジェクトへの思い入れを感じる。写真やルート図がもっと大きければ、各山行の感動がより強く伝わってきたのではないかと思うが、それにしても誰も成し遂げていない貴重な山行記録となっている。(山本裕之/札幌北稜クラブ)

※希望者は村岡辰夫さん(福岡大学山岳会 チェアマン)へメール連絡
nmurakataisuo@gmail.com

- 3～4日 若手クライミング講習会
(長野県小川山) 白井副理事長、川嶋事務局長、石川・大和田・三瓶・早川理事、参加
- 7日 遭難対策部会
- 12日 自然保護委員会
- 15日 登山時報編集委員会
- 20日 三役会議
- 同日 山筋ゴーゴー体操推進委員会
- 同日 組織部会
- 27日 労山基金運営委員会
- 29日 第8回理事会

第8回理事会、討議事項

- ① 創立60周年記念行事について
最終の確認。参加者名簿の作成、感染対策、記念品の扱い、要員スタッフの配置、レセプションの挨拶・演奏曲目など。
- ② 労山事務所の土地・建物について
将来的な利用について顧問弁護士・税理士と打ち合わせの上で課題を検討していく。
- ③ 新日本スポーツ連盟について
賛助会員規定を確認し、協力協同のため話し合いを再開していく。



広いホールに70名以上の参加者が集まった静岡県連の講習会



北海道・小樽赤岩でのセルフレスキュー講習会参加者



○労山基金運営委員会

全国基金担当者会議を11/15開催
全国の仲間と知恵を出し合おう

1971年の「遭対基金」発
足からまもなく50年を迎える労
山基金だが、現在、2009年
の共済方式から寄付金方式への
変更が続く大きな制度変更を模
索している。具体的には、第一
種基金（遭難貸し付け制度）の

廃止や10年間無事故のクラブへ
の報奨金の廃止、事務推進費の
交付先をこれまでの地方連盟か
ら直接各山岳会・クラブへ変更、
基金の交付申請や継続申請など
事務手続きのオンライン化、基
金の広告露出等々である。

山岳保険を取り巻く社会状況
も、これまでの損害保険会社
による傷害保険特約だけではなく、
登山者が使いやすく、便利な「保
険」も次々と開発されており、
これまでの基金の優位性を脅か
す存在となりつつある。

これからも私たちにとってよ
り役に立つ基金を目指して、全
国の仲間と知恵を出し合いたい。
(香取純/労山基金運営委員)

○自然保護委員会

全国自然保護集会を
改めて自然保護を考える機会に

11月7日～8日開催の全国自
然保護集会での講演テーマは、
「気候危機で壊される山岳自然！
地球温暖化で環境を考える」

である。労山自然保護憲章にも、
自然の変化を社会に知らせるこ
とは登山者だからできる大きな
役割だと記されている。

降雪量が減ったために、鹿が
尾瀬に侵入し、ニッコウキスゲ
を採食している。櫛形山のアヤ
メの減少も同様である。上高地
の小梨平キャンプ場で熊が女性
を襲う事件もあった。鹿や熊は
害獣なのだろうか？ 私は、先
日、蝶ヶ岳に登り始めた長壁尾
根の途中で、太鼓を叩くような
変な音を聞いた。と同時に、子
熊が登山道を横切り、木に登っ
ていった。唸り声が聞こえると、
慌てて降りて藪の中に姿を消し
た。そのことを山頂の小屋番に
話したら、テン場の奥の茂みの
中にも住んでいると、あっさり
と言われた。

(安田優/全国自然保護委員)

○ハイキング委員会

コロナ禍の癒し

今年1月1日、地元の山に初

登りに行った。2月には日本中
が新型コロナウイルスに震撼、
そこから状況は一転した。3月
には自粛生活に入り、都道府県
を跨ぐ移動をしないように、感
染しないように、かなりピリピ
リした日常になった。

ようやく春の日差しが届く頃、
山はどうなっているだろうと足
柄の里山に行ってみた。登山道
までのアプローチには集落があ
り、冬の間に枯れた草刈りをし
ている人、耕運機に乗って田起
こしをしている人を見た。ここ
では日常を送っていた。いつも
だったら登山道に入るところを
素通りして、別の集落に向かっ
た。道沿いにはホウチャクソウ
などの春の花が咲いていた。自
然はいつも通りだが、今年は登
山者がおらず、誰の目にも触れ
ることがなかった。丹沢山塊が
見渡せる登山道入り口には足柄
茶の畑があるが、摘み取られる
ことなく放置されていた。

そして、秋が来た。岩手の栗
駒山登山で、今まで我慢してき

たご褒美のような素晴らしい紅葉に出会えた。

(清藤秀子／ハイキング委員会)

〇遭難対策部

尾根での滑落による死亡事故発生

8月29日、東京都連盟所属の女性(71歳)が奥多摩の籠岩付近から滑落し、脳挫傷により死亡した。単独登山のため状況は不明だが、当日は気温が高く、現地警察では熱中症の要因もあると推測していた。

9月10日から10月4日までに届いた事故一報は25件29名。年齢では、30代2名、40代4名、50代10名、60代8名、70代5名。男性17名、女性12名。所属連盟は、兵庫7名、東京5名、神奈川・道央が各3名、埼玉・広島が各2名、宮城・新潟・長野・静岡・愛知・京都・大阪・大分が各1名。事故形態は無雪期15名、登攀5名、沢登り8名。沢登りが9月に入っても増加している。事故原因は、墜落1名、滑落7名、

転倒11名、体勢2名、落石1名、虫(スズメバチ)5名、火傷1名、その他1名。事故原因の約4割が転倒によるものだ。

事故はコロナ自粛明けに急増

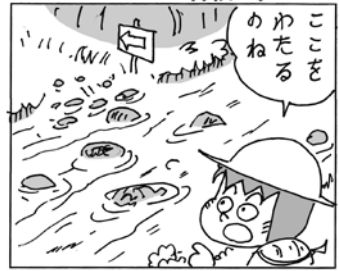
した後は減少傾向にあるが、依然25件発生している。下山中に多発しており、足元の木の根につまづいたり、木道等で滑ったり、転びそうになって足首を捻った

て骨折という事故も多い。高齢によるもの、コロナ禍での運動不足も影響している。常に足元へ注意して行動しましょう。(石川昌／全国遭難対策部長)

9月10日から10月4日までに届いた事故一報

事故発生日	地方連盟	山名	山行形態	事故原因	傷病名		
1	08/29	広島	窓ヶ山	無積雪	転倒	下山中に木につまづき転倒	左足首を骨折
2	08/29	神奈川	清津川	沢登り	その他	確保の手が岩に当たる	右第5指関節内骨折
3	09/12	神奈川	釜川	沢登り	滑落	木の根が抜けて滑落	骨盤骨折
4	09/06	静岡	至仏山	無雪期	転倒	濡れた木道で尻もち転倒。右手をつき負傷	右橈骨遠位端骨折
5	08/23	宮城	神室岳	沢登り	滑落	沢を下降中、滝を10m滑落し負傷	両腕及び片足骨折
6	09/09	神奈川	小川山	登攀	落石	落石が左足指に当たる	左足指骨折
7	08/19	道央	ピラトコミ山	沢登り	転倒	遡行中、8m程滑落	筋挫傷/突き指
8	08/21	埼玉	鐘撞堂山	無積雪	転倒	下山中、足が滑って尻もち	左足外果亀裂骨折
9	09/13	道央	クワウンナイ川	沢登り	転倒	日没後、右足を捻って転倒	右腓骨内側不全骨折
10	08/29	東京	ウトウノ頭	無雪期	滑落	下山中、籠岩付近から滑落	死亡
11	08/28	大坂	大普賢岳	無雪期	滑落	掴んだホールドが滑った	右内側副韧带損傷
12	09/16	愛知	小川山	登攀	墜落	左足がクラックに残り墜落	左足首韧带等内部組織の損傷
13	09/22	兵庫	赤坂山	沢登り	滑落	トップが滑落、同行者も滑落	腰の圧迫骨折
14	09/19	大分	木山内岳	無雪期	転倒	下山中、岩を越える所で転倒	右手甲骨折
15	09/19	東京	青笹川	無雪期	体勢	危険のない所で、右足首を捻った	捻挫
16	09/22	広島	三倉岳	登攀	滑落	ハンドジャムが外れフォール	右足腓腹筋断裂
17	09/22	東京	鋸山	無雪期	転倒	固定したロープに引っ掛かった	右足アキレス腱断裂
18	09/21	埼玉	乾徳山	登攀	転倒	木の根に足首が当たり転倒	踵骨剥離骨折
19	09/27	東京	仏果山	無雪期	滑落	下山中、急坂で20m滑落	頸椎5番骨折
20	09/27	京都	京北トレイル	無雪期	転倒	沢を渡渉した際に足が滑り、転倒	橈骨遠位端骨折
21	09/21	長野	涸沢	無雪期	火傷	テント内で鍋をひっくり返す	火傷
22-26	09/20	兵庫	大笠山	無雪期	蜂	スズメバチの襲撃により	ハチ刺され
27	09/21	兵庫	小川山	登攀	転倒	川を渡渉する際に転倒	尾骨骨折
28	09/12	新潟	弥彦山	沢登り	体勢	滑って転びそうになり捻る	左膝関節捻挫
29	09/24	東京	トヤ山	沢登り	転倒	石に足が入り、捻った	左足蹠・腓骨骨折

事故一報の受領順で掲載



若くはない(トホホ)

FROM EDITOR

本号で、3年間、本誌「表紙」でお世話になった「杉山修氏の山岳木版画」掲載が終了致します。これまで無理なお願いを快くお受けいただき感謝です。本当にありがとうございました。次年度、1月号表紙から宮本宏明氏（全日本山岳写真協会・理事長）による、美しい山岳写真「山稜への憧れ」シリーズで飾ります。ご期待下さい。（橋口）

熊鈴の話。ドングリの不作で地方都市の山沿いの住宅に熊が出没。過熱報道で登山者の多い山で鈴の音が鳴り響く。杉林で、ドングリなど果実の少ない山で熊が住めるか？鈴の音で小鳥の営巣が失われているのをご存知か？考えよう。理性派登山者。（田上）

今年はコロナ禍と夏の猛暑で散々に振り回され、体調のコントロールがうまくできなかった。やっと涼さと共に体も楽になり手術前の体力に近づいてきた。脚力と12～3kgのポッカも平常並みといったところか。1年近くかかった。やはり雪山を目指したい。（小倉）

10月中旬、北アルプスも初冠雪。いよいよ冬の始まりだ。地元紙によると槍ヶ岳山荘付近で約30センチの積雪だったようだ。時間じくして、労山カレンダーが届いた。今年も秀逸ぞろいで感激している。好みは特に表紙だ。（塩田）

ようやく、山に行くようになった。もうしばらくすると待ちに待った山スキーシーズンの到来だ。今年はせめて平年並みに雪が降ってほしい。今年を振り返るには時期は早いが、未曾有の寡雪、長雨、酷暑、上陸しなかった台風、考えてみればこれほど気候が極端だった年は私には思い浮かばない。（酒井）

「事実」とは何だろうか？複数の見方に対しても「事実是一つ」という。事実を記録した文書を改竄・廃棄、如何様にも変えて「これが事実」だと。国際機関の言説も法解釈も大国・権力の思惑とカネで左右され、科学と民主主義は一体どこへ？（鈴木）

10月27日は文字・活字文化の日。読書に関するアンケート結果によれば、昨今はネットに押され気味で後退の連続だったが、ステイホームの影響で少しだけ上向いたとのこと。一方、登山時報の購読数はこの1年で約250部減少し、5年間でみると560部の減誌となっている。喫緊の課題として60周年事業を終えたらすぐに抜本策を講じなきゃと思っている。（今野）

登山時報

©禁無断転載

12月号 No.550 2020年11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、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



小林敏之さん

1973年生まれ。静岡市在住。静岡勤労者山岳会 会員。20代はオートバイに没頭し、所有5台を駆使してモトクロスからエンデューロレース、鈴鹿サーキットの耐久レースに出場する。結婚を機にハイキングをはじめ、藪、雪、岩、沢へと手を伸ばす。成瀬陽一氏と出会ってからはタスマニア島、レユニオン島、ボルネオ島、タヒチ島、台湾と海外の沢登りにも挑戦。会の呑み仲間はもちろん、県連理事長からも“トシゾーさん”の愛称で親しまれ、クライミング技術でも厚い信頼を得ている。



Kobayashi Toshiyuki

「山」と生・自然への執着を教えてください

偶然だった「人」との出会いが

初めての登山は妻とのデート。

登山が趣味だった妻に渋々おつき合いして、甲斐駒ヶ岳の前衛峰・日向山をハイキングしました。登山道を汗水垂らして歩き、

樹林帯から抜け出た先には八ヶ岳の山容、眼下に山梨の街並み、そして背後には雪を纏った甲斐駒ヶ岳の雄姿……。この景色に圧倒され、山の中に居る自分が何とも小さいことに気づき、山に嵌ってしまったのだと思います。

その後、同郷であり、南アルプス深南部をこよなく愛する山キチ（こと上野真一郎氏（山岳ガイド協会元理事）から山のイロハを教わり、沢登りや雪山を体験。沢で滝を登るには登攀技術が必要だと感じ、クライミング教室を主催していた静岡勤労者山岳会に入会しました。教室

の同期とは歳も近く、山への情熱により意気投合！先輩達から指導を受けながら、アルパインクライミングやバリエーションルートに出かけました。

その後、人との巡り合わせで『俺は沢やだ！』の著者・成瀬陽一氏と出会い行動を共にするようになった。「俺は地球の一部だ。地球は俺の一部だ」と語る氏と出会ったことで、私の沢の世界が一気に広がったと思います。毎週末、

国内の沢へ繰り出し、やがて海外へも。ボルネオ島パナタラン川ローズガリー入口では土石流と遭遇しました。高巻き中だったため事なきを得ましたが、もし沢の中にいたら命は無かったことでしょう。

様々な人と出会い、経験を重ねた今、改めて過去を振り返る

と、偶然だった「人」との出会いが、実は必然であったように思えます。自分が何かしたいと願う時に、出会うべき人と出会えたように思うのです。そんな仲間と共に、満天の星空の下、沢の畔で焚き火の炎を眺めながらお酒を酌み交わすのが至福の時間ですね。

自然の中では人の力は無力も同然。それでも何とか生きようと自然の中でうごめく小さな人間たち。生きること、生への執着を山が教えてくれたような気がします。人の素晴らしさとは、生きようともがくことではないでしょうか？様々な事を教えてくれ、色々な人と出会わせてくれた山に、これからも足繁く通いたいと思います。

（聞き手・小池藍）

地図読み 迷入

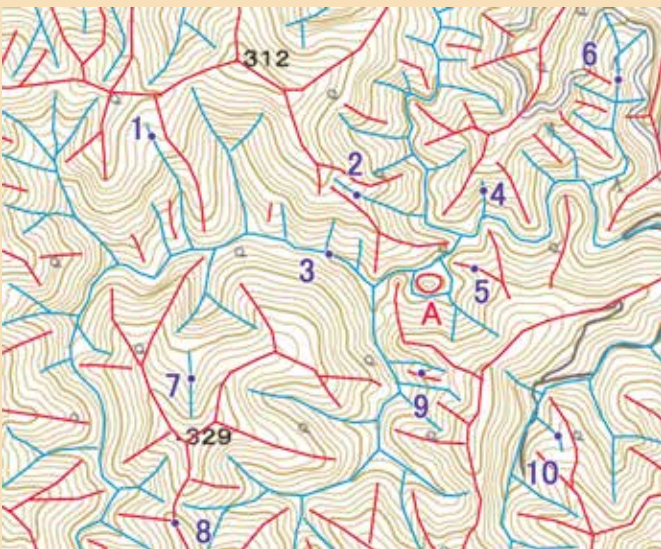
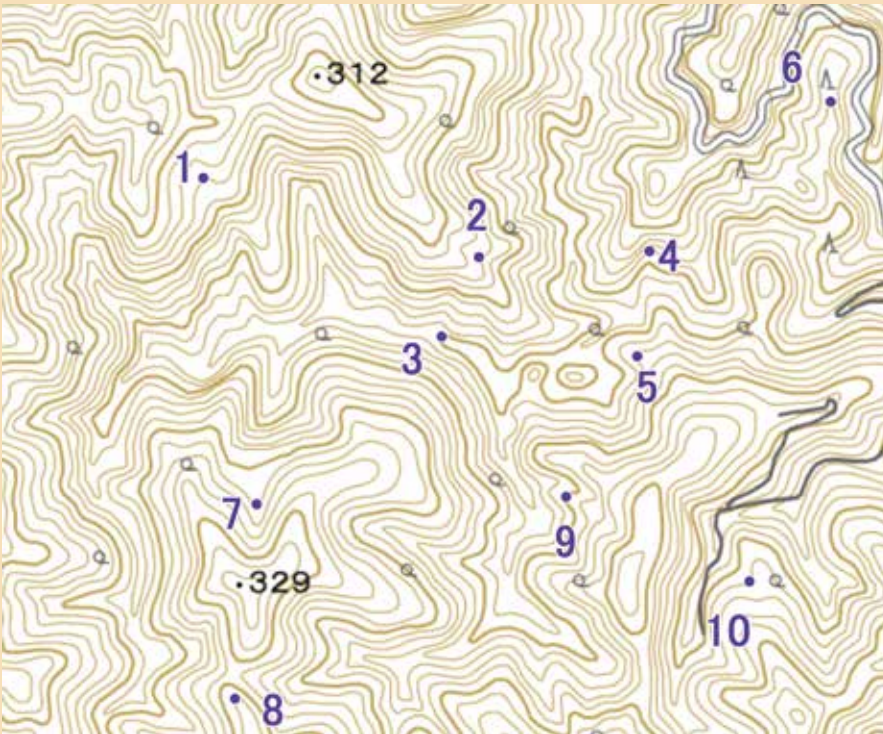
監修・村越眞
宮内佐季子
小泉成行

Lesson 138

地理院地図で地図読み研究③
尾根や谷を把握する

【問題】

地図中の紫点1～10は尾根にあるか谷にあるか答えなさい。



赤線が尾根、青線が谷

【解答】

尾根 = 5、8、9

谷 = 1、2、3、4、6、7、10

ける。
引けば解答は導
に尾根線、谷線
則に従って丁寧
るが、等高線の原
が読図を惑わせ
さなピーク(A)
る。谷の中の小

【解説】

読図問題の定番、尾根・谷の読み取り課題。今回の問題は、細かな尾根・谷の入り組んだい
わゆる微地形。大きな地形を捉
根でどちらが谷か分からなくな
ることもあるので注意を要す

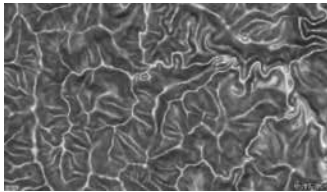
えれば難しくないが、大きな地
形を捉え切れなかったり、細か
く読んでいるうちにどちらが尾

【陰影起伏図や傾斜量図で地形研究】

読図練習で尾根線谷線を引いてみたもののそれが正しいかどうか分からない。線は引いたがなかなか地形をイメージできない。そんな悩みをお持ちの方には、地理院地図に傾斜量図や陰影起伏図を重ね合わせて、立体的な画像で地形研究を行ってみてほしい。前回紹介した色別標高図や標準の地形図を重ね合わせて表示すると、まるでブラタモリに出てくるような地形解説図を自分で作成することができる。

ここまで3回にわたり地理院地図を使った地形研究方法を紹介してきた。気兼ねなく登山を楽しめる日はもうしばらく戻ってこないかもしれないが、そんな今こそ新しい技術も使って地図読み練習を試みよう。再び山に戻った時、景色の見方が変わっているかもしれない。

1-a 傾斜量図



地表面の傾きの大きさを白黒の濃淡で表現した図。黒いほど急峻で、白いほど傾斜が緩い。地形の凹凸を判読しやすくする。

1-b 陰影起伏図



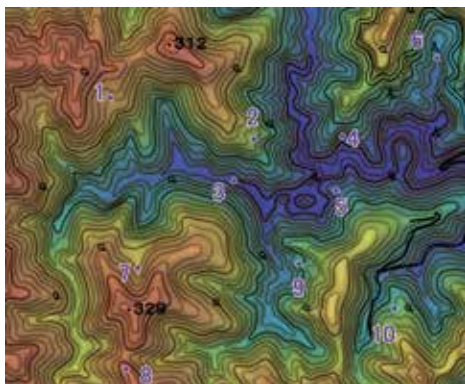
北西方向から地表面に向かって光を当て北西側が白く、南東側が黒くなるよう作成した図。尾根線や谷線を際立たせたいときに利用するとよい。

地形を表現する図の作成手順

(画面や操作方法は windows パソコンに準じる)



「地図の種類」から「標高・地形の凹凸」を選択し、さらに「陰影起伏図」や「傾斜量図」を選ぶ。「選択中の地図」メニューにて「合成」や「透過率」を押して色合い等を調整し見やすい図に仕上げよう。左のボタンで表示/非表示も調整できる。「陰影起伏図」を重ねるときはその透過率を60～75%程度に設定しておくとうやすい。



さらに前回紹介した「自分で作る色別標高図」を重ねると地形をより明瞭に把握できる図を作成できる。



QRコードを読み込むと同じ状態で地理院地図を開くことができます。



岩手・小柳沢



冬の早池峰

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 22

Round Adventure Morioka

岩手県勤労者山岳連盟

山と心の冒険に向かって

R A M (Round Adventure

Morioka) は2016年7

月に盛岡市内の山岳会から発展的に独立しました。

現在の会員数は20名で、

創立から5名増です。アル

パインクライミング中

心の小さな山岳会ですが、

Adventure の名

前の由来通りにクライミ

ングからトレイルランま

で山に関する広い意味で

の冒険をめざし、元気に

活動中です。平均年齢も50歳台に

若返りました。

クライミングや

レスキュー技術を

多くの人々と

小さな山岳会なのでクライミン

グからクライミングレスキュー

まで技術やスキルを同じに出来



県連クライミングレスキュー技術講習会

るように、皆で楽しみながら特

訓中です。県連主催で毎年実施

5回目となるクライミングレス

キュー講習会は、スタート時は

ダブルロープ登攀時の「リード

クライマー滑落時の救出」がテ

マで、一連の流れとそれに伴う

ロープワーク、クライミングギ

アの使い方を宮城県連と共催で、

学んできました。

山に登ること、そして、
社会で生きていくこと

ICI盛岡店主催の登山学校「ロープワーク講習会」（登山に必要な基本的なロープワークと簡単なクライミングの実践）の講師も行っています。

また、県立大の山岳部のクライミングサポートなども実践し、サポーターの方々とのつながりも広がってきています。

アルパインクライマーで山岳カメラマン、平出和也さんの「心



宮城蔵王・仙人沢



みちのく潮風トレイル・広島勤労者山の会の人達と

の山シスパーレ」講演会を2018秋、RAMで計画しました。しかし、平出さんの入場無料の素晴らしいポリシーはRAMで

経費はまかなえず断念しましたが、Mt.ICI盛岡さんで取り組んでもらう事になりました。そしてカメット峰やシスパーレなど極限のクライミングをして来た人の素晴らしい人柄と、謙虚な言葉にふれて多くの人に感動を残してくれた講演会でした。

RAM発足の2016年夏、台風10号で被災された岩手県内の岩泉町の方々の支援に、RAM

Mはテント持参で駆けつけ、夜は山料理を作り、避難所での食事を余儀なくされていた家族の方々には、大変喜ばれました。支援活動は延べ10日間に渡りまりました。

昨年秋の台風15号で被災した久慈市の支援は、県連での取り組みへと規模を拡大して、6日間で51人が出かけました。訪ねた高齢女性のお宅は床上浸水で、3年前の台風10号で被災してリフォーム後、再びの被災でした。その方の自宅の床板を剥がして、床下の泥を出し、床板を張り直

しました。「暖かい正月が来るよ」と大喜びでした。

東日本大震災の時もそうでしたが、「こんな時にとても漫然と山には行けない」との思いで活動しました。私たちの支援した岩泉町の家族の方々の賢明な判断、「また、ここに住むよ。川が氾濫したら逃げれば良いよ。生きていけば、またこの場所、風景で生活出来るのだから」には、勇気をいただきました。

そんなこんなで、昨年秋の台風15号の支援活動も、山に登ることと社会の中で共に生きていくことが、どこかでつながっていることを感じた年でした。

RAMは、今までになかった山岳会のかたちと、楽しく安全な山に向けて、精一杯努力していけたらと思います。私たちが学んだ素晴らしい体験を常に発信し続け、小さい山岳会でもキラリと輝いていることを示していきたいものです!!

(下机勉/RAM会長)

vol.95

筑井孝子の絵も干苗=うすく全体に色を入れよう



今回は技法の紹介です。

「グラシ」は、全体か部分に、透明色を薄く塗る技法です。統一感が生まれます。

白く抜きのところなどに使うと、表現が浮き出ないでいい時もあります。

透明水彩にいいのですが、2点注意があります。

1. 必ずよく乾燥させてから
2. アクリルでない場合、こすってはいけない

沼田からの谷川



《今回の絵には、乾燥した後に黄色を全体に塗りました》



あらかると

丑の山

石井光造

来年の干支は丑になる。生まれ年が昭和一二(一九三七)年の丑歳なので、登った丑の山が幾つかある。

最高峰は赤牛岳(二八六四m富山)で、還暦の一年前に登った。黒部湖からみた残雪の姿はさすがという思いだった(右写真)。黒部湖を渡り奥黒部ヒュッテから読売新道を往復したが、数少ないロングトレイルの山であった。

牛形山(一三四〇m岩手)は秘湯夏油温泉から往復した。花の山焼石連峰のなかでもあまり知られていなくて、静かな山が楽しめた。隣にある駒ヶ岳(一一三〇m)とセットで登るとおもしろい。中写真は駒ヶ岳から遠望した牛形山。

牛伏山(四九一m群馬)は山頂まで車道が通じ、牛の彫刻や展望台があり干支の山らしい(左写真)。冬でも登れ、下りだけを楽しむ、高齢者向きの山ともいえる。吉井駅への途中にゴミ焼却熱利用の日帰り温泉もできたそうで、七巡目の干支の山に最適になった。コロナがなくなったら、もう一度いつてみたい。



小屋出発時6時30分の撮影なので、前日の夕方はずっともっとテントが多かった。山小屋は定員の半分以下の予約しか受けないからか、富山県の各テント場はすごい密状態になっていた。来年もそうなるか？

日帰りでは下界並の常識的な気を使い、私が泊まったホテルや旅館ではきちんと対策をとられており、不安を感じ

る事はありませんでした。(日帰り入浴でも人数制限等をしている施設がほとんどです。)

また枕については雷鳥沢ヒュッテのように枕カバーのみ洗濯済品を出してくれる所があるものの、いずれにしても泊まる各小屋に前もって問い合わせる必要があるでしょう。

私も少し遠出がしなくなり、紅葉の時期、9月に立山黒部峡谷ではマスクを着用していましたが、中には山中でもマスク姿の方に会いました。まあ寒い時には、かえってマスクはありがたいものですが、暑い時や急な登りではつらい気がします。

問題は物資の移動手段が人力かヘリコプターのみ的小小屋です。それには薄手のシュラフかシュラフカバーを持つていれば、それに対応可能でしょうし、お持ちでなければ

ここ数年はコロナとうまくつき合い、山小屋泊まりの山行も正しく安全に、そして楽しくやりました。

新型コロナウイルスで山に行きづらい期間が長かったものの、日が経つにつれ皆さんも少しずつ動き始めていますよね。

四ダムを2泊3日、10月は栗駒山、石鎚山、那須方面には1泊2日を2回も行きました。四ダムの登山者は交通機関ではマスクを着用していましたが、ほとんどの人出でした。

また、山小屋において北アルプスの横尾山荘や徳沢ロッジではシーツを2枚用意しており、清潔で快適に泊まる事ができました(写真1)。たぶんクリーニングが可能な場所の小屋であればそれまでできるでしょう。

海外旅行で使用されるトラベルライナー(写真2、3)がベターだと思います。シルク製の軽い物なら1万円程ですが、少々重くとも化繊や綿製ならば2千円台位から販売されています。

オススメ山道具

No.227

コロナ禍の山小屋泊(後編)

笹原芳樹

元カモシカスポーツ本店店長

写真1 横尾山荘のベッド横の説明



見ての通りシーツは敷布団と掛け布団用に2枚あり、枕カバーも洗濯済品がすでにセットされている。また食事は向き合わない様に互い違いに用意され、お酒と会話は控え目に！ 山小屋もたいへんだ。

写真2 雷鳥沢ヒュッテの部屋にて



赤いのはシートゥーサミットのシルクライナー。枕はライナーの下にセットすればタオルで覆う必要はない(この小屋では、洗濯済の枕カバーであったが)。ちなみに右の青色は、私のインナーシュラフ(前号を参照下さい)。

写真3

シートゥーサミット社
シルク/コットントラベルライナー・スタンダード



コストパフォーマンスにすぐれるシルク/コットン製のライナー。肌触りも良好。洗濯機でも洗える。スタンダードは普通の形だが、他にダブルサイズやシュラフ型等もある。重量は142g、サイズ92×185cm、¥5,500



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。



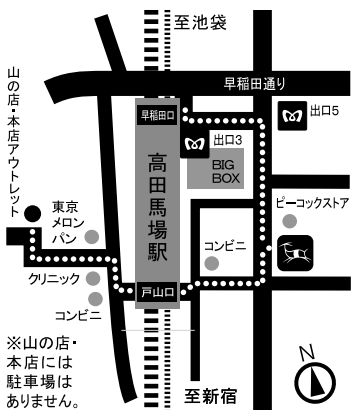
美味しいコーヒーと選りすぐりの登山用品。
山が大好きなスタッフ。カモシカのお約束。

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

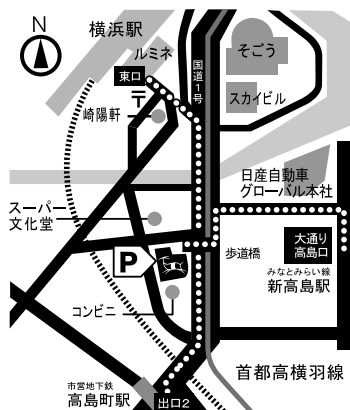
JR高田馬場駅から徒歩3分



※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



2021年 カレンダー 大きなサイズで!

申込受付中

山の写真13点!

価格 1,000円 (1部・税込)

別途送料 1部 430円、2部 590円

壁掛けタイプ
364mm × 515mm
B4 中綴じ・28 ページ
月曜始まり

申込み

送付先(氏名・郵便番号・住所・電話番号)を明記して送金してください。入金確認後に発送します。(お急ぎの場合は送金後にご連絡ください)
郵便振替口座 00180-212568
名義: 日本勤労者山岳連盟事務局

会員の方は、所属会を通じて地方連盟へお申込みください。価格等も地方連盟へおたずねください。

問い合わせ

日本勤労者山岳連盟 事務局
☎ 03-3260-6331 ✉ jwaf@jwaf.jp



定価 310円(送料別)

【禁断転載】