

登山時報

2021年3月15日発行(毎月15日発行)
1987年3月23日〜第三種承認
ISSN 1880-4993

4

花特集 お奨めの山

2021 No.554





会員制搜索ヘリサービス ココヘリ 入会金無料キャンペーンが 8月末で終了します。



労山基金5口+ココヘリ加入の場合

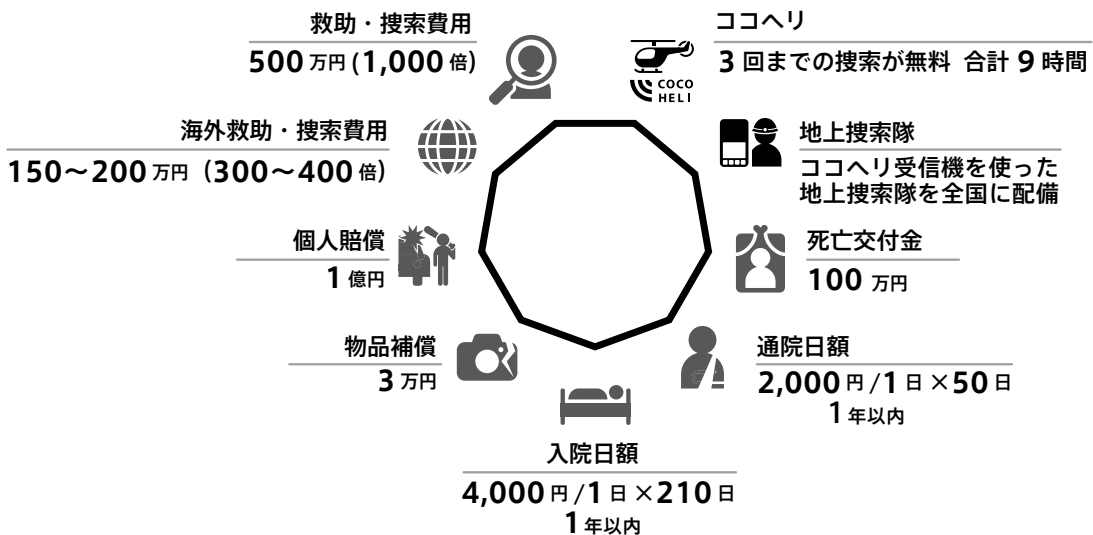
補償内容							搜索体制	
救助・搜索費用	海外救助 搜索費用	個人賠償	物品補償	入院日額	通院日額	死亡	ココヘリ	地上搜索隊
※1 500 万円	※2 150~200 万円	1億	3 万円	※1 4,000 円	※1 2,000 円	※1 100 万円		

年額 **8,650円** ココヘリ年会費 3,650円 (税別) 含む

※1 労山基金1口1,000円×5口加入の場合

※ココヘリ会員は「救助・搜索交付金額限度=寄付金登録申込額×1,000」となります。

※2 初年度300倍、継続1年ごとに10倍加算。最高400倍。5,000m以上の高所登山は加入から1年以上経過してから有効となる。



AUTHENTIC JAPAN

オーセンティック ジャパン 株式会社

TEL 0570-050-556 (平日 10:00-17:00)

MAIL info@authjapan.com

WEB <https://hitococo.com/>

より詳しい情報、ご入会はWEBから

ココヘリ 労山 検索



花

特集

お奨めの山



春を告げる紫色のカタクリ



ニリンソウとカタクリ咲く自然研究路



ニリンソウ

筑波山 知られざるカタクリ群生地

山村幸夫 つくばね山の会／茨城

深田久弥の百名山で標高が一番低い山が筑波山（877m 茨城県）で（二番目に低い山は九州の開聞岳）、つくばエクスプレスで交通の利便性が格段によくなり、更にお得な特別切符（筑波山あるキップと筑波山キップ 2020年2月現在は販売中止）もあって、週末はたくさんの観光客と登山者で賑わっている。特に、2月上旬～3月上旬の「筑波山梅祭り」と4月上旬から中旬の「筑波山頂カタクリの花まつり」は人気がある。

カタクリを見るためには、御幸ヶ原に行くのが良い。筑波山神社から1時間半（標高差610m）の登りで到着する。この御幸ヶ原を中心に東の女体山に向かう途中に保護されたカタクリの群生地があり、2haの敷地に3万株の

カタクリが自然のまま群生している。男体山を周回する筑波山自然研究路（一周60分）沿いの斜面の北側に多くのカタクリが咲いており、見どころの一つだ。隠れた群生地は、御幸ヶ原の東側から通称ユースホステルコースを20分北へ下った所で、道幅も広く見事な群落がある。ここにはニリンソウの群落もある。最近盗掘が多くて、株が少なくなっているのは大変残念なことだ。

カタクリの見頃は、麓のつくば市の桜が満開になった一週間後がベストで、つくば市の桜は東京の一週間後に満開になる。お天気が良い日を選んで、きれいなカタクリを見に来てほしい。茨城県でほかにカタクリが有名なのは、御前山と吾国山がある。



ヒトシズカ

高山植物をはじめ、雪割草（オオ

島内には大型動物が生息して
いないため年々花
の数が増えて、約
1500種以上の
植物が自生してい
る。四季折々の
花々や高山植物が
一斉に咲き誇るの
が4月中旬から5
月中旬の1カ月
だ。この時期には
シラネアオイやエ
ンレイソウ、オオ
イワカガミなどの
高山植物をはじめ
、雪割草（オオ

佐渡のドンデン山（尻立山
934m）は標高950m足ら
ずの山だが、日本の北限と南限
の花が共生する全国でも希少な
島である（島内の最高峰は金北
山1172m）。冬には日本海か
らの冷たい湿気を含んだ強風が
吹き荒れ、934mといえども
本州の2km以上の植生がみら
れ、独特の生態系があるのが特
徴である。

ミスマソウ）やキクザキイチゲ・
カタクリ・ニリンソウなどさま
ざまな山野草を楽しむことがで
きる。

佐渡の山々のほとんどにカタ
クリがあり、ドンデン山の南側
にある「ドンデン高原ロッジ（ド
ンデン山荘）」に通じるバス道路
の道端にも多くの群生が見られ
る。カタクリは氷河期の生き残り
で、佐渡が大陸とつながってい
たという証拠である。特に、花
の宝庫として有名なアオネバ溪
谷の沢沿いの登山道（アオネバ
十字路まで約1時間半）は登山
者をくぎ付けにする。アオネバ
溪谷は「青い粘々した土壌」か
らこう名付けられたが、ドンデ
ン山への登山ルートとして多く
のハイカーに親しまれている。

ドンデン高原ロッジに宿泊し
てゆっくり花を楽しんだり、こ
こから西側へ延びる尾根を歩い
て金北山へ縦走（5〜6時間）
したりすることも可能である。

花 特集

お奨めの山

佐渡・ドンデン山 高山植物の宝庫

田上千俊 HC Wild Berry / 東京



両津港よりドンデン山を望む

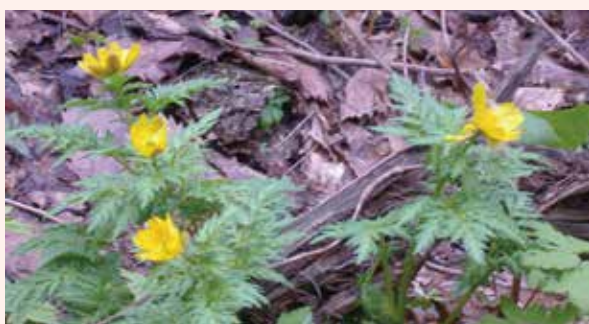
ショウジョウバカマの群落



ユキワリソウ



サゼンソウ



エチゴキジムシロ



3

※来島の際は、感染症対策には十分に留意してトレッキングを楽しんでください。(佐渡トレッキング協議会)

佐渡市発行「大佐渡縦走トレッキングマップ」より



新緑の若葉に映えるアマギツツジ。ピンクよりも濃い朱色
(左写真は提供：遠藤信子)



八丁池 (写真提供：遠藤信子)

花

特集

お奨めの山

アマギツツジの咲く天城路・八丁池

植松久美子 沼津勤労者山岳会／静岡

アマギツツジって？

この原稿依頼をいただくまでアマギツツジについてはあまり興味もなく、天城の山々を楽しんできた。山をピンクに染める

マメザクラ、初夏のシヤクナゲやアセビのトンネル、紅葉や雪景色など、年間を通して天城の山々は楽しめる。しかし、アマギツツジの咲く6月～7月は梅雨の真っただ中、晴れていれば暑くてなかなか天城へは足が向かないからだ。

アマギツツジは「筑波実験植物園」によると、「高さ3～6mの落葉低木。幹は直立する。(中略)花が赤色で直径5～8cmと大きく、葉が展開してから開花するため花期が遅いなどの特徴がある。子房には白い毛が密生する。自然分布は、本州(伊豆半島の天城山周辺)および熱海市日金山の林内

に生える」とある。

八丁池で出会った

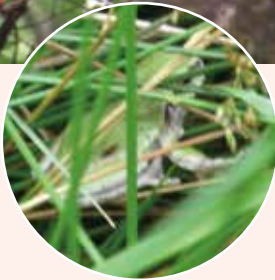
2019年7月、ハイキング教室で天城山中にある八丁池（標高1125m 静岡県）を選んだ。八丁池は、伊豆半島を馬蹄形にたどる伊豆山稜線上にある火口湖で、モリアオガエルの生息地でもある。

いつもは、天城トンネル近くの駐車場に車を置き、小説『伊豆の踊子』（川端康成）や『天城越え』（松本清張）に登場する旧天城トンネル脇から伊豆山稜線の天城峠に登って八丁池へ行くが、この時は、最短の水生地歩

道を歩いた。

このルートは、沢沿いで起伏が少なく、小さな滝や沢音を楽しみながら登れる。天城峠からの山稜線に合流すると、林の中に朱色の花を咲かせた大きな木が見えた。頭の片隅にあったアマギツツジの名前が浮かんだ。他のツツジから少し遅れて咲くこと、花も大きいことから、緑が濃くなり始めた樹林の中で一際目立ち、どうして今まで見に来てくれなかったの？と訴えているようだ。遠目には朱色に見えたが、近づくと濃いピンクで華やかなツツジだ。

今度は、アマギツツジを目的に天城へ足を運ぼう。



八丁池にはモリアオガエルが生息している



地理院地図（電子国土 Web）に加筆して作成



花

特集

お奨めの山

奥秩父・十文字峠に シャクナゲのじゅうたん

倉澤祥子 佐久アセントクラブ／長野

お立ち台から見る
シャクナゲ林は別世界

十文字峠とは、長野県南佐久郡川上村と埼玉県秩父市の境、奥秩父にある峠（標高1960m）。また中央分水嶺でもあり、埼玉

県側は荒川、長野県側は千曲川の流域である。埼玉県側斜面に十文字小屋がある。

長野県側の川上村梓山の高原野菜の広大な畑の真ん中を通り抜け、橋を渡るとすぐ毛木平駐車場だ。駐車場は無料で60台止められ、トイレや東屋を利用してきる。水は無い。

日本100名川の千曲川源流をたどりながら登る山、甲武信ヶ

岳もこの駐車場を利用する。甲武信ヶ岳周回にも立ち寄る十文字小屋周辺はシャクナゲの群生地、シャクナゲのトンネルを十分楽しめる。十文字峠は毛木平駐車場から2時間余りの道のりだ。

登山届はトイレ横にある。スタートは駐車場奥、ゲート横から林道を10分ほど進むと千曲川源流・甲武信ヶ岳との分岐。左に進み、新しく出来た千曲源流挟霧橋^{ささぎりばし}を渡る。しばらく沢沿いをコケや沢音を楽しみながらゆっくり登ろう。八丁坂の急坂を上るとコメツガ、シラベの緩やかな樹林帯に入る。気持ちのいい風を感じさせてくれる。こ



シャクナゲと同時期に見られる
ベニバナイチヤクソウ



鮮やかに咲き誇るシャクナゲ

こを抜けると十文字峠・十文字小屋だ。

開花の時期は小屋の周りには大木のシャクナゲたちがこれでもかとピンクや赤・白の花をつける。一帯がシャクナゲ林で、木を組んだお立ち台まで出来ていて、上からのシャクナゲ林を楽しめる。まるでシャクナゲのじゅうたんを楽しんでいるようだ。少し歩くと展望台もあるので、景色も楽しめる。

6月のシャクナゲシーズンは登山者も多く、駐車場が一杯になることがある。十文字小屋では開花情報をネットに流しているのも、その情報をみて毎年楽しみに来る人も多い。

この時期もう一つの楽しみは、帰りに毛木平駐車場を出て橋までの間の両道脇にベニバナイチヤクソウの群生が丁度良い開花で観られることだ。一面に埋め尽くすイチヤクソウのじゅうたんも楽しんで帰ろう！



原田勇成の

白神便り

| 第44回 |

特別な春よ来い

先日、テレビのお天気コーナーで様々な春の感じ方を紹介していた。おおよそは「こうだったと思う」。「初めは徐々に日が長くなって感じる光の春。次に雪解け水が滴る音や優しいそよ風などの音の春。そしていよいよ肌で暖かさを実感できる本当の春」と。確かにその通り。四月はいよいよ「本当の春」だ。「本当の春」には全てが揃っている。

早朝5時にはもう森は明るく輝き、いつの間にか渡って来たのか、美しい小鳥たちが盛んに囀る。雪解け水が溜まった池にはクロサンショウウオの卵が揺れ、防寒着はザックの中に念のため入れているだけ。想像しただけで嬉しくなる。

4月1日、十二湖へと通じる全ての道路の冬期閉鎖が解除される。さすがに4月上旬ではまだ

残雪もあるが、遊歩道の半分以上は土が出て

いるはずだ。中旬、日に日に小鳥の声が増え、カタクリやキクザキイチゲなどが足元を埋め尽くす。

真っ先に芽吹く樹木はヤナギの仲間とシウリザクラだ。さらに1週間、いよいよこの森の主役であるブナが芽吹き始め、同時に花を付ける。地味な花ではあるが、晩夏には様々な動物たちの貴重な食料となる。そして、最終週辺りには

ほぼ全ての樹木が若葉を広げ、全ての夏鳥たちが南から渡って来る。そう、これで春の完成だ。毎年巡り来る春ではあるが、この春がコロナ禍の下での最後、特別な春になることを願っている。

写真は4月中旬の「四五郎の池」。雪解け水を湛え、輝き、鳥たちの声が木霊していた。

登山時報

2021 **4** No.554

表紙写真：宮本宏明

「春の頸城を滑る」

春の頸城山塊・高松山でのスキーツアー。山頂では、眼下に日本離れしたスケールの焼山北面台地が広がっていた。山頂で大展望を楽しみ、昼闇山の懐へ滑り込む。標高差1200メートルの大滑降の始まりだ。



CONTENTS

01 花特集 お奨めの山

- | | |
|----------------------|-------|
| 筑波山 知られざるカタクリ群生地 | 山村幸夫 |
| 佐渡・ドンデン山 高山植物の宝庫 | 田上千俊 |
| アマギツツジの咲く天城路・八丁池 | 植松久美子 |
| 奥秩父・十文字峠にシャクナゲのじゅうたん | 倉澤祥子 |

- 08 連載 白神便り 原田勇成

10 ふみあと

11 評議会報告

- 16 新連載 五輪競技まで広がったスポーツクライミング 田上千俊

- 18 “地図読み迷人”の宮内さん南極へいく！ 宮内佐季子

- 20 連載 ネパール温泉紀行 石原裕一郎

- 21 連載 子づれ山さんぼ 武井真理

- 22 連載 アドベンチャー・トラベル 大蔵喜福

- 24 連載 山登りのためのやさしい気象講座 野尻英一

26 会報紹介

- 28 JWAF CLICK
マンガ フウフウ ハアハア 村松孝一

29 全国連盟の活動

30 専門委員会活動報告

- 33 連載 中国の青いケシ探訪記 松永秀和

34 花特集 お奨めの山

- | | |
|------------------------------|------|
| 日光・茶ノ木平～明智平 アカヤシオとシロヤシオが群生 | 鈴木正人 |
| 九重・扇が鼻 天然記念物ミヤマキリシマツツジのじゅうたん | 林スミ子 |

- 36 連載 地図読み迷人 宮内佐季子 小泉成行 監修：村越真

- 38 地元会員特選ミニガイド 愛知県民の森から上臈岩（愛知） 亀井共夫

- 39 筑井孝子のちょっと人物・物をうまく描こう / あらかると 石井光造

- 40 連載 オススメ山道具 激辛！ オニシのα米 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。

ふみあと

仲間とともに新たな一歩を踏み出そう！

第34期第1回評議会を2月に開き、提案した議案すべてが採択された。コロナ禍中の会議だったため、WEBで会議に参加できるように設定し会議を行った。延べ40数名が発言、そのうちWEB参加の評議員の発言は半数だった。

全国労山の組織数は、コロナ禍の中で思いどおりに山行ができないという状況が続いたこと、会員の高齢化で会の活動ができないなどの理由で会員数は前年度より688名が減少、17550名となり、30年前（1991年）の組織現勢に落ち込んだ。それでも、10地方連盟は組織数を伸ば

し、約90の会・クラブは会員を増やしている。また、山行活動を活発にして、積極的な拡大目標を設定して取り組み報告も行われた。評議会では、「仲間とともに、新たな一歩を踏み出そう！」のスローガンを掲げ、会員数を増やした地方連盟、会・クラブの活動に学び、新たな一歩を踏み出すことが求められている。

「登山時報」は全国労山の機関誌として位置づけて発行しているが、購読者は会員の約1割にしかならない状況で購読料収入だけでは発行費用を賄えなくなっている。このため評議会では「登山時報」の発行費用を極力抑える、体

裁を変えて全会員に無料で配布する、名称を変更するなど諸問題を検討する会議を地方連盟の有識者を加えて6月に開催することが決定された。

核兵器禁止条約が発効し、国際法となった。平和な社会でこそスポーツ・文化の発展が保障されることから、労山は「平和と登山」の旗を掲げ、「原水爆禁止国民平和大行進」に参加している。評議会は、「平和な世界、安心でできる登山を実現するために、核兵器禁止条約に日本政府が署名・批准することを求める決議」をおこなった。

(浦添嘉徳／日本勤労者山岳連盟 理事長)

仲間とともに

新たな一歩を踏み出そう！



会場は間隔を空けて密にならずに開催

日本勤労者山岳連盟第34期第1回評議会が、2月20日・21日の両日に東京都内のホテルで開催された。評議員の出席は、定数54名のところ会場参加17名とWeb参加17名で構成され、コロナ禍で参加を見合わせた委任状18名の合計52名で評議会は成立してスタートした。このほか全国連盟役員27名が会場参加、Webで全国役員や傍聴者10名が参加した。今回の評議会の運営の特徴は、ZoomによるWeb参加とホテル会場と並行した議事進行について、特に採決に関する議事運営の難しさを学んだ評議会であった。しかし、活発な討議を経て執行部提案は、第1号議案から4号議案のすべてが可決された。

議案の提案

初日は、久保典子副理事長の開会宣言に続いて、佐々木功会長の発声で、昨年山で亡くなった仲間5名のために全員で黙とうした。続いて議長団に全国連盟副会長の高橋友也、全国理事の佐藤和夫（愛知県）の2名が選任され議事を進めた。川嶋高志事務局長が第34期上期活動総括と2021年活動方針を説明、次に石川友好財政部長が2020年度決算報告と2021年度予算編成方針を、臼井邦徳基金運営委員長が会計報告と予算について提案した。渡辺三男監事が2020年度の会計監査報告を行った。なお、2号議案の一般会計2021年度予算書については支出の部「事務局関係費」について間違いがあったので差し替えたもので提案が行われた。

議案の採決結果

1号議案…第34期上期の活動

総括と第34期下期（2021年度）の活動方針：反対1、保留3、賛成42（24名+委任状18） 採決合計46、2名席外し、参加者48名

2号議案…第34期上期の財政活動総括と第34期下期の財政方針、予算の策定：反対0、保留0、賛成47（29名+委任状18） 採決合計47、1名席外し、参加者48名

3号議案…労山事故対策基金規定の一部改定について：反対0、保留0、賛成48（30名+委任状18） 採決合計48、参加者48名

4号議案…その他（不動産管理のための一般財団法人設立について）：反対0、保留0、賛成48（30名+委任状18） 採決合計48、参加者48名

第34期上期の活動総括

1）創立60周年記念行事

当初予定していた2020年6月開催を11月14日に延期し、コ



発言する京都連蟹沢久美子評議員

した体験からコロナ時代を生きていく示唆もあり好評だった。川嶋事務局長の講演「山岳保険の現状と労山基金」は他の保険や共済と比較して労山基金の優位性を訴えたもので、労山基金を再確認する意味で役立つ内容だった。創立60周年記念として「総合登山技術ハンドブック」を発刊できたこと、また創立50周年以来の課題だった記念誌「労山の60年」と「60年史年表」も発行することができた。

とができた。

2) 全国行事・会議の開催

2020年の全国行事・会議については、第23回全国自然保護講座in大町を7月11～12日、長野県大町山岳博物館にて開催、

縮小したが、予定通りの開催をした。「全国ハイキング交流会」は9月中に関東地方で開催する予定だったが、コロナ禍の情勢のなかで中止となった。

3) 遭難事故の状況

全国から1都2府10県の28名が集った。テーマは「ライチョウにみる山岳自然と温暖化を考える」で静岡ライチョウ研究会の朝倉俊治氏がライチョウの生態や数の推移、温暖化による山岳環境の変化について講演を行った。また、第20回全国登山者自然保護集会in浜松を11月7～8日に浜松市三ヶ日町で開催、61名が集った。登山家の大蔵喜福氏が「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」をテーマにした講演を行った。山岳自然の変化、世界中の山の氷河が融けだす山岳異変について語った。このほか、山筋ゴーゴ体操・養成講座の普及活動の一環として8月31日に岐阜県連主催で山筋ゴーゴ体操講習会を開催した。予定されていた1道3県の講習会は中止となったが、山筋ゴーゴ体操Tシャツの制作販売や同体操の楽曲入りDVD(100部)を制作した。「若手クライミング講習会」と「全国登山学校交流会」は規模を止まり傾向が続いている。新型コロナウイルスの感染拡大によりオリンピックが延期となり、4月には緊急事態宣言が出され不要不急の外出が大きく制限された。こうしたなか、日本の4つの主要登山団体(日本勤労者山岳連盟、日本山岳・スポーツクライミング協会、日本山岳会、日本山岳ガイド協会)は、4月20日、日本の登山者全体にむけた共同声明で、「登山自粛」を呼びかけた。この声明は「緊急事態宣言」解除にともない5月25日に解除された。山の分野でもコロナ禍の影響は大きく、外出制限が緩和されても人々が密になる山小屋宿泊やバスハイキングなどの集団登山は減少した。登山はア

ウトドアなので他のスポーツと比較すれば活動制限が少なかったかもしれないが、山小屋ともクライミングジムなどの経営への影響が大きかった。

労山内の山岳遭難状況は、2020年は死亡・行方不明者が5名とこの10年では2番目に少なくなった。事故件数は230件、事故者数は236人で、この10年で最小となったものの、事故者数は緊急事態宣言下において4月5月は極端に少なかったが、解除後の6月には増加に転じ、8月に37名と前年並みのレベルに急増したため、9月16日付で緊急アピールを發した。2020年はコロナ禍で各地の山小屋は定員制限や休業さらによりは営業を断念する事態となり、登山団体も入山自粛などを呼び掛ける状況となり登山事情が大きく変わった。

第34期下期(2021年度)の活動方針

1) 組織強化拡大への取り組み

全国労山の組織数は2020年11月末現在、前年度より688名減少して会員数は17550名、会・クラブ数は8減の584となった。この規模は30年前の1991年(平成3年)の組織現勢に戻った。減少にはいろいろあるが、コロナ禍の中で山行ができないという状況が続いたことにより加入している意味を見出せないことや会員の高齢化で会の活動ができないなどの理由で会員数は減少した。それでも、10地方連盟は組織数を伸ばし、約90の会・クラブは会員を増やしている。また、評議会では山行活動を活発にして、

実現していくこと、一般の方々がHPを見て入会してくることが多くなっていることから、各会・クラブのHP創設や既設HPの充実化に向けて支援していく。

2) 労山基金への取り組み

積極的な拡大目標を設定して取り組む報告も行われた。「仲間とともに、新たな一步を踏み出そう!」のスローガンを掲げ、会員数を増やした地方連盟、会・クラブの活動に学び、新たな一步を踏み出すことが決まった。その具体化策として、時期は未定だが全国登山研究集会の開催を

2020年の運用概況について死亡者は5名と2年連続して一桁前半台にとどまり、この5名のうち基金未加入と無届山行のケースのために交付金が支払われたのは2名だった。20年度の死亡交付金額は160万円(前年度900万円)であったことなどから、交付金額が少なかった。全体としての山行回数の減少やチャレンジ的な山行を控える傾向にあったためとみている。

2021年度も事故時における交付申請をスムーズに行うた

めに、会クラブの基金担当者を対象に説明会を開催し、奥羽・北信越ブロックでの開催を図る。また、第一種基金の廃止に伴い、地方連盟や会・クラブから預かっていた金額は速やかに返還していく。搜索救助活動における急用な出費が生ずる場合は、交付の



核兵器禁止条約への署名・批准を求める決議案を読み上げる野々脇千沙全国理事

仮払いなど柔軟に対応していく。また、個人・行事主催者賠償責任保険は2020年から廃止となり短期保険のみ継続となった。地方連盟からは個人・行事主催者賠償責任保険の継続を求める声が寄せられているので、今後とも引き受け保険会社が見つかるよう、可能性を見いだせるよう努力する。

3) 登山時報への取り組み

登山時報の会員購読率25%を目標に掲げて活動を進めてきたが、2020年は著しく減少した。2016年2月号は2781部、2018年2月号2893部だったが、2020年10月号は2373部となり、この4年間で約430部の減少(約150万円の減額)をもたらした。前年2019年10月比で見ると1年間で243部を減少(約90万円減)する結果となり、財政的に危機的な状況を迎えた。コロナ禍における山行活動の低迷があったとはいえ、購読300

0部まで回復ができず、減少が続いている。理由は第一に会員の減少、特に購読していた会員が高齢化で退会していくことがあげられる。2番目には山行活動の低迷と会・クラブで集会が行われずに購読推進の訴求の機会が失われていることである。最も残念なことは各地方連盟の総会資料に「購読推進の取り組みを活動項目に掲げている地方連盟が少ない」ことである。

2021年度は財政上発行費用を極力抑える改善策や「機関誌としてのあり方(電子ファイルと紙媒体の発行、発行回数、有償化と無償化の是非)」などの諸問題を検討する会議を地方連盟の有識者を加えて6月21日(日)に開催することが決定された。

4) 女性と登山への取り組み

「女性と登山」に関する発言も多かった。具体的には2019年の女性委員会の出来事として元委員たちが理事会の承認もなく前委員長解任を迫ったことに

対する経緯と事実確認を求めることに多くの発言があった。執行部側は2日目の理事長まとめとして、女性委員会内部の意見相違と、それに対する理事会の対応についての文面は削除するということを提案して、昨年3月の理事会で確認し、すすめてきた活動報告は可決された。時期・場所は未定だが全国女性集会の開催に向け、女性委員会の構成メンバーに男性の全国連盟三役だけでなく、地方連盟の女性役員も含めて再編成会議を開くことになる。

登山基金の無事故報奨を受ける北海道の早坂直樹評議員





評議会終了後の記念撮影

・ 集会 機関会議	第34期第1回評議会	2月20日～21日（東京・ホテルコンチネンタル府中）
	全国機関誌会議	6月20日（東京・全国連盟事務所）
	全国登山研究集会	未定
	全国自然保護担当者会議	11月13～14日（東京・全国連盟事務所）

行事・集会	第35回全国雪崩講習会	中止
	全国ハイキング活動者会議	6月26日（東京・全国連盟事務所）
	全国救助技術交流集会	7月3日～4日（福岡県）
	第24回自然保護講座	7月10日～11日
	全国ハイキング交流集会	9月11日～12日（関西地方）
	若手クライミング講習会	10月2日～3日（長野県小川山）
	全国女性集会	未定
	全国登山学校担当者交流会	未定

国際会議・集会	アジア山岳連盟（UAAA）理事国会議	開催未定
	アジア山岳連盟（UAAA）年次総会	開催未定

同の集会所・会議等 友好山岳団体との共	「コロナ対策」シンポジウム （日本山岳SAR研究機構が主催）	5月～6月
	全国山岳遭難対策協議会（文部科学省、環境省、警察庁、消防庁、日本山岳・スポーツクライミング協会などが主催）	7月 （東京・文部科学省）
	第5回「山の日」記念全国大会 （全国山の日協議会が主催）	8月10日～11日 （大分県）

「フリークライミング?」ひと昔前まではクライマーしか知らなかった「人工壁登り」。今やテレビに堂々と放映される競技となった。開催可否が危ぶまれる東京五輪では日本人選手はメダル候補の筆頭。そのルーツを探りながら、穂高や剣岳などの岩場を登るアルパインクライミングも含めて「山の本」を通じて登山(クライミング)の歴史をのぞき見ようという連載。

アルパインクライミングから
フリークライミングへ

1924年米コロラドでは5・8(注1)が登られ、47年にはロサンゼルス郊外のターキッ

ツロックで初の5・9が記録されている。ヨーロッパでもハーケンやボルトを嫌い、ドロミテ(注2)周辺などで活躍したクライマーはいが、その多くはアルパインクライマーへと挑戦して

いった。ヨセミテ(注3)に関しては40年代の開拓期以降、世界最大級のロッククライミングの場所とみられていたが、60年代以降ロイヤル・ロビンスなど



各種の大会を報道する大手新聞

数名の活躍が主導的な立場を築くこととなる。特に73年のバーカー、コークによる多くの高難度クラックルートの登攀で内外のクライミング界に衝撃を与えた。彼らのスタイルはラインホルト・メスナーによれば「クリーンクライミング」と呼ばれ、ボルトやハーケンを打たず、仮に終了点など、理由あつて打ったとしても回収し、中間支点はナッツなどのナチュラルプロテクション(注4)とした。(ヨセミテなど花崗岩の岩場の特徴はクラックが多いからという影響であるとも言われている。)

以下は菊地敏之氏(1960)フリークライマー、元クライミング・ジャーナル編集長)の

「我々はいかに」(「石」にかじりついてきたか

フリークライミング小史

「東京新聞刊を主観的に抽出・転載し、ヨセミテから日本、そしてヨーロッパへの還流の

五輪競技まで広がった スポーツクライミング

「山の本」から見えてくる登山(クライミング)の歴史

◆新連載

田上千俊

歴史を簡単に紹介する。

日本への紹介は74〜75年頃がフリー化の波

アルパインクライミングに新しい風



「岩と雪」(山と溪谷社のロッククライミング専門誌1995年休刊)39号にJ・ブリッドウエル「ヨセミテの新しい波」が掲載され、国内では埼玉県の日和田山女岩ハンゲがフリー化(注5)された。この頃はまだフラットソール(注6)などない時代で、いわゆるアップシューズでのクライミングであった。兵庫県の北山公園、岡山県の王子が岳、さらに神奈川県鷹取山では多くの若者が今でいうボルダ

リング（注7）に興じていた。

1980年「岩と雪」72号に戸田直樹氏（注8）らのヨセミテ体験記と共に、ヨセミテの王者ジョン・バーカーの登る写真が掲載され、一大センセーションを巻き起こしたといわれている。同年5月、戸田氏は谷川岳一ノ倉沢コップ状岩壁正面壁雲表ルート・滝沢下部ダイレクトルートを加藤泰平氏とフリー化。さらに同月檜谷清氏（注9）は小林孝二氏と二ノ沢右壁をフリー化している。夏には「日本山岳協会」（当時・現在は日本山岳スポーツクライミング協会）が主催し、三ツ峠戸田クラックで岩登り競技会が開催される。5・9程度のルートで完登者はたった5名。優勝は檜谷清氏。

1981年静岡県城ヶ崎海岸の開拓が始まる。同時に長野県小川山、山梨県瑞牆山での開拓も戸田・檜谷・大岩夫妻・吉川弘・室井由美子・中山芳郎氏らによって進められた。当時シューズはEBシューズ（布製の仏製フラットソール、靴職人のイニシャル）



三ツ峠中央カンテをリードする筆者

へと変化する（この後、フリーレというスペインで開発された高性能シューズが出てくる。著者も最初に購入した靴）。従来のアップシューズとは比較にならない程靴が向上した。とはいっても現在のものとは格段の差はある。さらに、ゲレンデでは腰にチョーク袋スタイルで多くのクライマーが闊歩していた。

フリークライミングの誕生は

日本全国の岩場には難易を問わず無節操にボルトが乱打され、どこへ行っても4級（注10）か5級そして登れなければA1（注

11）で。この閉塞感を打ち破ったのがフリークライミングの隆盛だと菊地氏は強調する。いわば、「それまで登山の主流を占めていたアルパインクライミングのある部分からの脱皮」ともいえると菊地氏は述べている。1984年「岩と雪」は100号記念で

城ヶ崎を特集。さらに105号ではボルダリング特集。この間、城ヶ崎・小川山で開拓が進む中、1986年大岩純一氏が小川山で日本初の5・13エクセレントパワーを初登する。同年、ヨセミテでは平山ユージ氏・山野井泰史氏（注12）が5・13aを登っている。1987年城ヶ崎サイドカップが開催され杉野保氏が優勝。1988年後半、石灰岩で有名な埼玉県の二子山が大々的に開拓。国内最大のスポーツクライミングエリア（菊地氏の表現）として誕生。翌、89年には東京都立川市の昭和記念公園の人工壁で「大倉カップ」が開催。男子・平山ユージ、女子・室井由美子が優勝した。

（つづく）

（注1）フリークライミングの岩場の難易度のグレード体系のひとつ、デシマルグレードと言われる。UIAAの呼称では5・8はVI、岩場によっては人工登攀となりうる。

（注2）イタリアのチロル地方にある山脈。

（注3）米国カリフォルニア州中部に広がる国立公園。巨大な岩山が特徴。

（注4）クライミングで確保支点を作るための器具。本来の意味は木や岩。岩を傷つけずに回収可能な支点の総称。

（注5）人工登攀で初登攀されたルートをフリークライミングで登攀した時の呼称。

（注6）ゴム底の岩登り専用靴。

（注7）河原などにある大きな石を登攀器具を使わず登ること。

（注8）日本にフリークライミングを根付かせることになった最大の立役者。

（注9）フリークライミング草創期、戸田直樹らとともに活躍したクライマー。日本人として初めて5・11を達成したことや、平山ユージをいち早くクライミングに引き入れたことで知られる。

（注10）UIAAの岩のグレードの呼称。国内ではRCCによって格付けされた。4級は初心者が登れる範囲。

（注11）A0〜5まで人工登攀のグレード。A0は木や人工物を掴んだり、踏んだりして登る行為。A1はあぶみ等を使用して登る最初のグレード。

（注12）平山ユージ・1969年「言わずと知れた日本のフリークライミングのスター」。1995年頃から平山ユージと名乗る。山野井泰史・1965年「言わずと知れたフリーからアルパインクライミングに転身したソロクライマー、8000m峰4座登頂している。

“地図読み迷人”の宮内さん

写真・文 宮内佐季子

南極へいく!

第61次南極地域観測隊に参加して ②

— オーストラリアから南極 —

しらせの中での聞き取り調査

オーストラリアから南極までの往復で乗る船「しらせ」は、12月2日にオーストラリアを出るとどんどん南下して行った。オーストラリア滞在中は何度か海で泳いだほど暖かったが、日に日に寒くなって12月7日には初氷山が見え、その2日後には海面が氷で覆われていた。

そのしらせの中での私の主な仕事は聞き取り調査だった。隊員に1人ずつ来てもらい、南極で活動中の写真を見てリクエストのように認識しているか話してもらおう、というものだ。海水の割れ目(タイドクラック)に木の板を渡して雪上車が通過している写真、氷河を歩いている写真、砂れき地を歩いている写真など、一見して怖いと感じるものから全く危険を感じないものまでさまざまな写真があった。私も南極行きが決まってすぐに村越さんから聞き取りをされたのだが、海水や氷河はあまり経験がないし、雪上車など見たこともないので想像で答えることしかできなかったが、観測隊の経験が何度かある人のコメントは実感を伴って面白く多かった。

雪上車でクレバスやタイドクラックを渡る際の注意点は聞いていて手に汗握るものだったし、表面が平らに見える海水の中は様々な形の氷が重なっていて、薄くなっているところは上からは判断できないというところは安全講習で習って知っていたものの、その専門家から具体例を示しながらじっくり話してもらうと、強い恐怖感が私にも伝わってきた。中でもそのとき印象に残ったのが、たかさんのペンギンが写っている写真へのコメントで「オオトウゾクカモメに注意しなきゃいけない」というものだ。ペン

ギンがたくさん写ったほどの驚いた写真だと思っていた私は驚いた。でも、今なら切実に思う。オオトウゾクカモメの巣には近づきたくない。ペンギンを襲って食べるオオトウゾクカモメだが、ヒナを守るためか、私たちが巣に近づくと威嚇するのだ。羽を広げると1m以上になり、その状態で自分の方に一直線に滑空してくると逃げられる気がしない。爪で襲われても嘴で襲わ

オオトウゾクカモメ、ペンギンの繁殖地の近くでは必ず見かけた。



ペンギンの繁殖地





しらせが割った氷（左舷から撮影）。しらせは、海水が厚い時には一度後退して勢いを付けて氷に乗り上げ、その重みで氷が割れて前進する。



しらせの中で観測隊が集まる部屋。これは食事時（メニューはカレー）。テーブルは固定、椅子は全て床と鎖でつながれているので、少しだけ動かせる。



しらせの浴室。湯船に2つある。蛇口は水と湯ではなく、海水と真水。

船の中の生活

れても深い傷を負いそうである。ペンギン営巣地の近くでは必ずオオトウゾクカモメを見たので、ペンギンの営巣地があれば私の目はまずオオトウゾクカモメを探すだろう。

多くの隊員にこの聞き取り調査をすることで、本来の目的とは少しずれるが、南極にあるリスクについてかなりの知識を得られた。

行きのしらせの中では様々な講習を受けた。しらせは海上自衛隊が運用しているもので、船での過ごし方に関する講習はしらせ乗組員（＝海上自衛隊員）から受け、建築隊員や野外観測支援隊員からは南極で行動する際の安全に関することを受講した。

万が一しらせから離れなければならぬ事態になったときには乗る救命艇が決まっています、自分の救命艇にたどり着けるよ

うにしておいてください、とのこと。そういうことまで決まっているのかと驚いた。節水を心掛けるようにも言われた。海水から水1リットルを作るのにかかる経費がおよそ300円だそう、確かに無駄遣いはできない。だから風呂は1日1回にしてくださいということだったが、1日1回入れれば十分だ。

食事のメニューは予め貼りだされる。内容はとても幅広く、そして美味しい。金曜日のカレーや9のつく日のステキを楽しみにしていた隊員は多かったと思う。たまにはジャンクフード一色の食事もあり、フライドチキンにハンバーガー、コールス

ロー、クラムチャウダーといろいろなかで見たような組み合わせもあった。海鮮丼の翌朝、使い切らなかつたのであろう刺身が漬けになって出たこともあった。往復で3か月ほどをしらせで過ごしたが、食事は毎回楽しみで一切飽きることがなかった。

海の上では点呼が重要で、朝と夕方に日直が観測隊全員の確

認をして艦橋に報告する。夕方の確認はミーティングで行うのでそれほど大変ではないが、朝は日直にとってちょっとしたイベントになる。起床前に艦橋に報告しなければならぬので、一人一人のベッドのカーテンを開けて寝ているのを確認して回る。寝ているところを確認するので起こさないように気を遣うのが人情だが、なぜか起こしたら負けのゲームのように感じ、足元のカーテンをめくったつもりが目の前に顔があつて無駄に驚いたりする。寝ている人を起こさないように赤い明かりを使うのもゲーム感覚を盛り上げてくれる。

天気や海が荒れていない日は日中甲板に出て走ったり遊んだり（トレーニングともいう）でできる。甲板を1周すると約250m。ぐるぐる走るのには面白くないが、氷山の近くを次々に通り過ぎる日や、うねりで船が前後左右に大きく揺れる日などは少し気がまぎれた。

（次号に続く）

カリガンダキ 三大温泉のひとつ

カリガンダキの河原にあるドバ温泉の由来は、頭上にドバ村という山上集落があることから呼ばれるようになった。河原にプールのような大きな湯殿を三つ持つこの温泉は、タトパニ温泉、ラトパニ温泉と並んでカリガンダキ三大温泉に数えられる名湯である。

ドバ温泉は、2015年に起きた地震で一時湯温が下がりぬるくなってしまったが、現在は37・4℃まで回復している。無料でありがたいが、入湯してみると少しぬるめである。源泉かけ流しで30〜40人が一度に入湯できる。湯温が低くなくても訪れる客層に変化はなく、筆者が訪れた時はドバ村の少年たちが山から下りて水遊びに興じており、お湯を掛け合いながら戯れる姿が自分の少年時代と重なって映った。

ドバ温泉



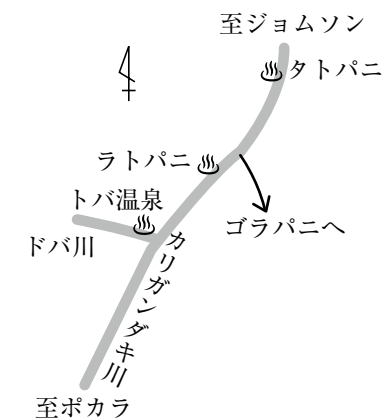
湯舟で光輝くアメージング体験

湯舟で少年たちとの語らい

そんなマガール族の少年たちの生活を訪ねてみた。彼らは亜熱帯の谷間や谷丘陵での生活を避けて山上へと集落をつくり、稲作よりもトウモロコシや麦の畑作に重点を置いて、急斜面の山脈や山頂付近に段々畑を開いてきた。標高1900mにあるドバ集落と湯殿との標高差はお

よそ840mある。少年たちは農閑期の時節には下方に住んでいる親戚の家に友だち連れで降りて来ては町の様子を楽しむのだという。村の学校へ通う前に、家畜の世話をし、水を汲み、収穫した穀物の整理をしてから学校へ行くそうだ。嫌がらず、嘆かず、欲しがらず、親の手伝いをする少年たちの瞳は小生意気なところがなく山の精霊に会ったようである。

そんな彼らに川を指さし「魚釣りはしないのか」と尋ねると、「魚でお腹を満たそうとすると多くの殺生をしなければならぬが、ニワトリ一羽なら家族みんなのお腹を満たすことができるので無益な殺生はしない」と言うのだ。思いがけず心に深く感ずることを言うのでひとしきり感心した。こういう道理をどこで学ぶのかと尋ねれば、田畑や自然の中から学び取っているようであった。人生再生の出会いとはこういうものか、と湯舟での会話であった。



ネパール 温泉紀行

石原裕一郎 杉並山の会/東京

ベビーキャリアいろいろ

ベビーキャリアのある生活③

オスプレー社「ポコ」紹介

私が愛用しているベビーキャリア、アメリカ「オスプレー」社の「ポコ」が、2020年リニューアルしました。私が「ポコ」を購入したのは2016年ですが、最新モデルは、大きく変わったわけではなく、優れたところはそのままに、一部が改良された印象です。そんな「ポコ」の良さを紹介します。※写真は2020年最新モデル

オスプレー「ポコ」シリーズ（金額は本体価格）

右：ポコ ¥36,000 荷室容量 20L、重量 3.49 kg

左：ポコプラス ¥32,000 荷室容量 26L、重量 3.58 kg



2種類ありますが、大きな違いは荷室の容量。色はスターリーブラック、ブルースカイの2色。体重7.25 kg（お座りができるようになった、おおよそ0歳6ヶ月以上のこども）～18 kgのこどもを乗せることができます。

① こどもを乗せるのがラク

ベビーキャリアは、こどもを上から乗せるタイプと、横から乗せるタイプがありますが、「ポコ」は前者。

0～1歳のこどもをベビーキャリアに乗せようとすると、足をバタバタさせて、ベビーキャリアのシートベルト（ショルダーハーネス）にからまってしまい、乗せづらいときがあります（乗るのがイヤという表現なのかもしれませんが…）。そんなときに、シートベルトを、写真のようにすっきりさせておけます。



こどもが乗る部分を上から見た図。シートベルトがこのままだと、足が絡まりやすい



シートベルトのバックルを、背面上部にあるバックルで留めておけば、このようにすっきり



② 背面調節が簡単

「ポコ」は、途中で背負う人が交代しても、背面調節が簡単。ザックの背面調節は、メーカーにより、結構力が必要なもの、手順が多いもの、と色々ありますが、「ポコ」はワンタッチ感覚！

「背面長調節カム」を上下にスライドさせるだけで、力もいらず、手間いらず。

ちなみに、夫173 cm、私155 cm、と身長差がありますが、調整可。



背面の中心、下部にある「背面調整カム」



このように片手でもスライドできる

③ サンシェードやミラー…細かい所に気が利いている

各メーカーのベビーキャリアを比較すると、安いものは、周辺備品が別売なことが多いです。「ポコ」は、割高に思えますが、サンシェードが標準装備。また、「ポコ」は背中にいるこどもの様子が見られるミラー付き。

ほかにも、洗濯可能なだれパッドや、おもちゃを吊り下げられるループがついていたり…。

本国の開発チームには女性もいるそうなので、細かな工夫は、女性の感性の反映かも？なんて感じます。

背負うためのフィット

調整可能な背丈と肩幅でフィット感が高い

背丈調節：160cm～122cm

肩幅調節：36cm～53cm



詳しい取扱説明書つき。

イラストモデルも女性です

できるかな？
行ってみよう！

番外編
vol.45

こ
子ご
山さんぽ
やま

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



故郷の山々、低山の面白さは虫？



蛇峠山頂上で、仕事仲間の原さんと私。'21年2月14日

3月1日にアラスカの旧友からメッセンジャーがきた。「昨日の新聞によると、今年のデナリはオープンになるようですね！」デナリの情勢は、コロナが蔓延しはじめ登山中止になって、さらに渡航の手立てを失ってから、頭の隅に追いやられた。ワクチンの接種にかかっているが、海外の事ゆえ双方の事情がかみ合わなければ如何ともしがたい。デナリもいずれは訪れる時が来るであろうが、今、置かれている己が身上の仕事柄、遠山郷を含んだ南信濃の山地を訪れるのも、今浦島の私にはとても興味深く、さらにコロナに左右されることはない。

何しろ故郷を離れて50年というの

は何も知らないのと同じ事だ。地元にある伊那谷自然友の会が主催で、冬の野山でフィールドワークという自然観察とスノーシューを楽しむ山行を2月14日に行うと知った。丁度、運動不足もあり、仕事仲間を誘って出かけた。

目的の山は蛇峠山といって南信州は阿智村の治部坂峠にあるスキー場の奥にある。標高1664mで、約600mの登りだ。スキー場の脇を通って、別荘地を潜り抜けるとサワラやヒノ

会員制の行事なので、入会して今後もしませてもらおうとちやっかり計算。1日

会員は500円の支払いがあるが、会員になるとタダで参加でき、年会費は2000円。会費に保険も含まれているので主催はほとんどボランティア？こちらに来てから知り合いになった人が講師役なのでこれからも楽しもうと思った。

講師やリーダー役も含めて15名、男女半々。リーダーのSさんはしきりに「雪が少なくて、去年の今頃は…」とわが所為と言わんばかりに嘆くが、仕方のない事。わが友はスノーシューが初めてで、歩く様はぎこちない。

林の明るい混交林に出た。なぜここにサワラだけが何本も生えているのか？ 実生はどのくら



展望地よりの南ア聖岳、我が飯田市の最高峰 3013m である。

い活着するか：樹林の話は、過去も未来も何十、何百年の話なので楽しい。変わらず、自然が保たれんことを：人がその所為を決めれば安泰である。

広

い森は雪の深そうなどころを選んで歩く。Sさん

は「どうして、人の後ばかり歩くの？ 新しい雪の方が楽しいのに」を連発。動物の足跡も糞もこれほど面白い実践授業はない。ノウサギ、シカ、カモシカ、キツネ、タヌキ、リス、サル：。林道を歩くと石垣や排水溝等に

ドングリや木の实がいくつも突っ込んである。人の技ではない。リスがわざわざ？ それとも鳥類？ これも宿題になった。森の中の道なき道から少し林道を歩き、頂上への登山道へ入る。ところどころ雪がなくな、スノーシューはあきらかに異なった悲鳴を上げる。位置や高度、いろんな条件がい

蛇峠山にはデカイアンテナを乗つけた建物が4つもある。頂上台地の手前のアンテナの先に大展望地があつて、北ア、中ア、御岳、南アの3000m峰が富士山と立山を除いてほとんど見えるらしい。当日は雲の動きが速く、北ア、山々と八ヶ岳が煙った。木曾御岳と乗鞍、穂高がかすかであった。それに比べて南アはすばらしい展望で、こんな形は見たことないという聖岳のピラミッドに見入った。

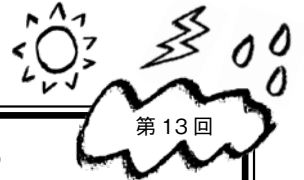
昼

食後、最後のひと登りで頂上へ。地味な雑木林の中に木製の展望台があり、愛知県境の山地が望める。申し訳なさそうに展望台の際に頂上の標識がある。雪が融けて、春らしい風は吹いたが、人にはまだ冷たい風だ。そんな中リーダーのSさんが「トビムシ」と叫んだ。雪の上や水たまりには黒い

汚れが残るのみで、虫らしい虫はどこににいるのか？ 大声でどこににいるのか聞くと、黒い汚れ

を指した？ へ？ 顔を近づけてよく見ると、黒いゴミのようなものは「ユキノミ」といってトビムシの種類で、雪解け時に大発生するという。雪の表面が真っ黒になり、とても虫の塊とは思えなかった。水たまりの虫は手でもすくえ、何とも奇妙、屈伸して数十センチは飛び跳ねる。われわれが氷河の中で見かける小さな虫も同じか？ それにしても雪の中で冷たくないのか不思議である。

帰りに、トビムシが話題になって詳しく調べることにしたが、山の名が蛇峠山である。蛇は虫かが話題になり、蛇も虫の仲間かとSさんや講師に聞いたが「漢字はわからん！」と返って来た。30年近く前の新修漢和広辞典で調べると、虫偏には異体字を除くと154も字がある。主に昆虫類、爬虫類、貝類の文字：とあるが、生き物を表す漢字になんだか変に興味を抱いた。



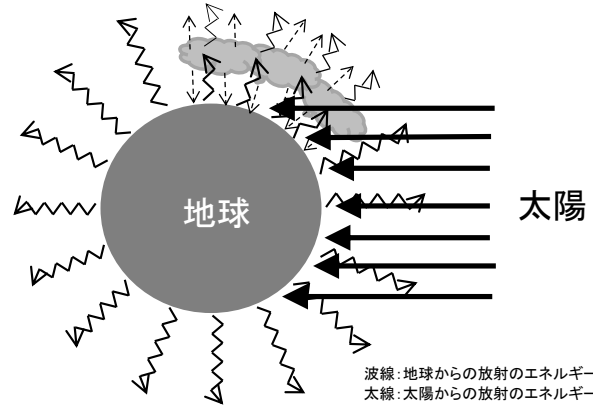
第13回

山登りのための やさしい気象講座

気象予報士・野尻英一

放射冷却による気温の低下、 温暖化との関係

図1 地球から出る放射のエネルギーと
地球が受け取る放射のエネルギーのイメージ図



太陽

波線:地球からの放射のエネルギー
太線:太陽からの放射のエネルギー

放射冷却の強さは
雲や水蒸気、風の影響を受ける

地球は自ら冷える
それが「放射冷却」

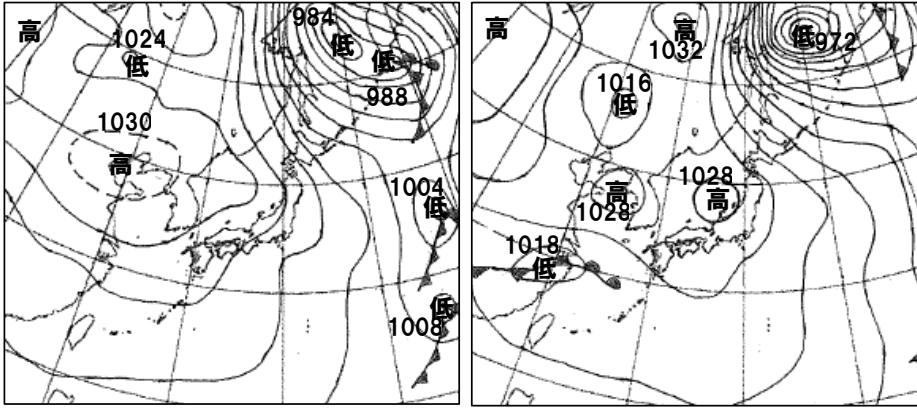
前回は「登山では雲や霧、風などに気を配ることが大事」というところで終わったが、そんな気象の観察に役立つ気象知識を今回から取り上げてみたい。今回のテーマは「放射冷却」だ。
放射冷却は天気予報でも「明日の朝は放射冷却のため厳しい冷え込みになるでしょう」といった解

説をよく聞くが、具体的にはどういうことなのだろう。実は宇宙にある全ての物体で絶対零度（氷点下約273℃）以上のものは表面からエネルギーを外部に向かって放射し、自ら冷えている。地球も例外ではない。
図1を見てほしい。地球から出る放射のエネルギーと地球が受け取る放射のエネルギーの状況を模式図にした。波線が地球から出るエネルギーだが、地球は表面から

くだけなので、どんどん冷えていくわけだ。太陽の表面温度は5700℃もあるが地球の気温は平均15℃足らずと低く、地球から放射されるエネルギーは太陽に比べてとても小さいため、例えば夜に地面に手をかざしても暖かく感じることはないのだが、それでも地球は冷えていき、地面に接した空気がそれにつれて冷えていく。これが放射冷却とそれによる気温の低下だ。

では、どんなときに放射冷却の効果は大きくなるのだろうか。まず雲の影響がある。雲があると地球からの放射のエネルギーが宇宙空間に向かうのを妨げ、地球に向かって再び放射するので冷却効果を下げる。図1の地球の上側のイメージだ。また、風も冷却効果を下げる。風があると地面に接した空気が動いてしまうが、風が弱いと空気が動かないので地面から冷やされ続けどんどん気温が下がる。よく夏山の朝に草木やテントがびしょ濡れになるくらい露がつくことがあるが、それは風が弱い時だ。また、弱い風があると、地面で冷やされた空気が少しかき混ぜられ広がるため霧やもやになるが、これが朝霧というわけだ。雲がなく風が弱い時はどういう条件の時かと言えば、高気圧に覆われている時で、つまりは好天ということになる。
また、水蒸気が少ない時も放射

図2 左：1997年12月28日午後9時、右：29日午前9時の天気図



※28日に上高地を通して横尾に幕営。29日朝は晴れて厳しい冷え込みとなったが、蝶ヶ岳に登りはじめて高度を稼ぐと、まもなく気温が0℃近くまで上がった。

冷却の効果が大きい。水蒸気は地球からの放射を吸収するはたらきがあり、吸収されたエネルギーは再び地面に向かって放射されるため放射冷却の効果が弱まる。冬は

夏よりも空気中の水蒸気量が少なく放射冷却の効果が大きい。筆者はそれを上高地の横尾のキャンプ場で体験した。

図2がその時の天気図。入山

した28日は弱い冬型で小雪も舞ったが、釜トンネルを抜けると大正池から白い鎧をまとった焼岳が望めた。河童橋を過ぎ横尾に幕営したが、その夜は移動性高気圧が西日本から本州上に移動し、よく晴れて風が弱まり放射冷却が効く条件になった。

朝はテントが霜でばりばりに凍りザックへの収納に苦労したが、蝶ヶ岳に向かって1000mも登ると暑いほどになった。もちろん体が暖まったためもあるが気温も上がって温度計は0℃を指していた。放射冷却で冷えるのは地面に接した空気です。その上は気温が高い。もちろん山の斜面も放射冷

却で冷えるのだが、斜面で冷やされた空気は重いので谷に向かって流れ下り溜まる。そのため、冬の風の弱い晴れた朝の谷間は凍てつく寒さになるが、冷えた空気の上は気温が高いわけだ。この場合のように冬でも移動性高気圧に覆われ上空に寒気が無ければ風が弱く、シベリアから寒気を運ぶ季節風も弱い。この日も夕刻まで気温も比較的高く晴天弱風に恵まれた。昔から「朝露は晴れ」ということわざもあるが、このように朝の気温の状態からある程度天気の状態を知ることできる。

実は水蒸気以外にも地球からの放射エネルギーを吸収する物質がある。それは二酸化炭素やメタンガスだ。こうしたガスが大気中に増えると水蒸気と同じように地球の放射冷却の効果が弱まって地球の温度を上げる。なお、水蒸気や二酸化炭素は太陽から放射されるエネルギーはほとんど吸収しないので、太陽から地球に届く熱量は変わらない。地球温暖化は「私たちの地球」の問題なのである。

CONTENTS

特集 **スポーツはなぜ必要なのか**

ヒトの健康と身体活動・スポーツの意味するもの

これからのオリンピック・パラリンピックのあり方を問う

スポーツ文化を貶める「改正スポーツ振興投票法」は問題あり

スポトピ リレーの最終走者はなぜ「アンカー」と言う？
テニスの1球目は、なぜサービスと言うのか？

スポーツのひろば

2021 **3**月号
No.535

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

ここでは日本勤労者山岳連盟の事務所に送付いただいた5誌を取り上げる。前号で会報を紹介したが、こうした通常の会報とは別に、創立記念として記念誌発行に取り組む会・クラブもある。いずれも力作だ。

会報紹介

送付ありがとうございます！

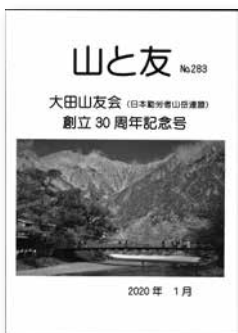


『創立 40 周年記念誌』

オレンジハイキングクラブ／長崎 54P・A4判

これまで20年誌と30年誌を刊行、本40年誌には「40年の歩み」「40周年記念講演」「写真で振り返る10年」「山行の思い出」「40周年記念式典」などが収録されている。1979年12月に多良見町に住む自然を愛する若者8名で発足、2年後に会の名前を正式に「オレンジハイキングクラブ」としてスタートした。名前の由来は8名中5名がみかん作りに従事していたからとのこと。高いレベルにあった県連登山学校の初級、中級コースに代表を送り登山技術や登山の理念などの習得に努めてきた。紆余曲折はあったものの40年経った老若男女、入会経歴、登山経験の異なる会員による「過去・現在・将来」の座談会記事が掲載されている。

将来像について、新人・若者の育成を筆頭にあげ、次に会報ニュースの発行とHPの継続が息の長い活動の鍵だとして、楽しい山行と学ぶ登山を実現していくこと、そして登山関連だけでなく山をフィールドにした広範囲な自然観察・文化・芸能などの諸活動の姿を語っている。

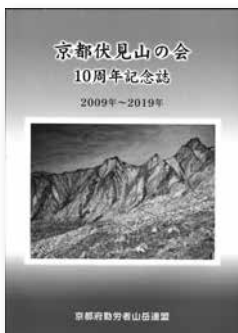


『山と友 創立 30 周年記念号』

2020年1月発行 大田山友会／東京 44P・A4判

大田山友会は3カ月に1回、全国連盟に会報「山と友」を届けている。大田山友会は「大田山の会（大田労山）」から別れて発足した会だが、特徴は全国各地に会員がいることだ。各地の会員のいる地域に出掛けて行き山に登り交流する機会が持てる会である。昔のような体力を活かした登山や困難な登山は難しくなっており、病気や看護などで山に行くことの出来ない事情があっても、そういう方も含めて生涯山の仲間として支え合っていきたいと大田山友会の杉安会長は語っている。

本誌には「創立30周年に寄せて」と題して会員や元会員約30名から言葉が寄せられており、一様に山を通して築かれた山の仲間を思う心が紹介されていた。また、ここ10年間に行われた思い出深い山行の数々が、2010年から順に40編報告されている。



『京都伏見山の会 10 周年記念誌』

2020年1月発行 京都伏見山の会／京都 84P・A4判

京都伏見山の会は京都府連盟の組織拡大の一環として、役員や労山の仲間と一緒にあってつくった会である。京都市最大の行政区「伏見区」に労山の山の会をつくらうということがきっかけで、京都一周トレイルの参加者を募るためにチラシを新聞に折り込んだり、マスコミ・情報誌に掲載したりと手探りの状態で取り組みが始まった。その会が10周年を迎えて今は50数名の会に発展したばかりでなく、京都府連盟の牽引力となっていることがうかがえる。

本誌は全頁カラーで構成されている。10周年記念レセプションの様子が鮮明に映っており、芸達者なパフォーマンスが披露されたことがうかがえて楽しめる。また、発足以来の10年間に行われた山行が思い出のアルバム特集として紹介されている。多くのページが割かれているのは、会員からの寄稿「10周年に寄せて 私の思い」であり、伏見山の会とのかかわり、山とのかかわり、人とのかかわりについて40数名が感想を綴っている。



『八甲田連峰 創立 50 周年記念誌』

2020 年 6 月発行 青森勤労者山岳会／青森 151P・A4 判

表紙はブルー色で描かれた八甲田連峰の山脈、手に取るとずしっと重みを感じるのほそれだけ中身の濃い山行記録が収録されているからだろう。2010 年から 10 年間の山行記録が 32 編掲載されている。ほとんどがみちのくの山域に足を伸ばしている。50 周年記念山行としては台湾・玉山（5 日間）を挙行している。4 日目早朝 3 時に排雲山荘を出発して玉山山頂で見たご来光は格別な思いであったとのこと。全員登頂できたからひとしおであったろう。

本誌の冒頭にある青森労山の設立の趣意を読んで感心したし納得した。6 項目のスローガンを掲げており、そのひとつに「苦しい時にはみんなで助け合おう」という人間性の基礎に立っているからだ。ほかに目を引くのは「山と私」と称して約 30 人たちの思いが寄せられている。こだわり山行の一つとして「山上集落を訪ねて」に興味をもった経緯に触れて、大自然より小自然、手付かずの自然より人との関わりの深いもの、山頂を目指すより岐路、途中の集落、道端の石仏、、、に関心を持つようになったとの記事もある。ここでは、集落の庭先にいるお年寄りに「こんにちは」と声をかけて触れ合う楽しさを描いている。山あいの文化と人の臭いを感じさせる。



『2020 年度第 49 回 北海道登山研究集会 論文報告集』

北海道勤労者山岳連盟・道央地区勤労者山岳連盟 109P・A4 判

本登山研究集会は 1979 年に第 1 回を開催して以来、一度も滞ることなく開催されてきて第 49 回を重ねたことは偉業である。2020 年はコロナ禍においてリアルな登山研究集会の開催は困難となり、代わりに記念寄稿文、各分科会の発表予定者による誌上発表をもって登山研究集会とした。それでタイトルが『北海道登山研究集会 論文報告集（特別増刊号）』となっている。

記念寄稿文は「登山者の適応する力が未知の世界を変えていく — COVID19 禍を生きる」医学博士・大城和恵、第 1 分科会（登山文化部門）は 2 編、第 2 分科会（遭難対策部門）、第 3 分科会（海外登山部門）は 4 編、第 4 分科会（自然保護部門）は 4 編、それに一般からの投稿など 3 編が収録されている論文集である。

（本誌・今野善伸）

山筋ゴーゴー体操

筋トレ動画を公開中

- ◆室内で 1 回 7 分
- ◆最初は無理なく朝・夕に、
慣れたら週 3 回以上継続が効果的

視聴は…[コチラ](#)→



または [日本勤労者山岳連盟 HP](#)、TOPICS 欄の案内から



山に行く体力・筋力を維持しよう!

映画『ブータン 山の教室』 4月3日(土)より岩波ホール他にて全国順次公開



監督・脚本：パオ・チョニン・ドルジ
2019年製作 / 110分・シネスコ / 配給：ドマ

「幸福」とはなにか？
「幸せを探す旅」に
終着点はあるのか？

ブータン版「デモシカ」教師
ウゲンは勤務態度が悪く、ヒマ
ラヤ山脈の氷河沿いにあるルナ
ナ（闇の谷）を意味する）の村
落にある学校に派遣される。1
週間トレッキングしてようやく
辿り着いた標高4000メートル
の高地で、ヤクの放牧をして
暮らす村人はウゲンを熱烈に歓
迎するが、彼の表情はなかなか

晴れない。携帯電話の電源はお
ろかトイレットペーパーすら手
に入らない簡素な生活様式に、
到着早々「ボクにはムリです」
と逃げ出す姿勢を見せたウゲン
だが、帰りたくてもすぐには帰
路につけず、再びトレッキング
の準備が整うまで足止めされる。
そんな事情にはおこまいなく、
翌朝にはクラス委員長の少女ベ
ム・ザムが迎えにくる。山の教
室では夜空に瞬く星のような子
どもたちの眼がウゲンを見つめ
ている。戸惑っていたウゲンも
少しずつ工夫を重ね、山々が雪
に覆われる直前まで村で過ごす
ことになる。煌めく青空と山嶺

に見守られ、短い夏が過ぎてい
く。「先生は未来に触れることが
できる」と子どもたちが言うの
は村長の教えたどと気づくウゲン。
その未来とは子どもたちの瞳の
輝きそのものの中にあり、その
恩恵を受けているのは他ならぬ
自分だと教員なら気づくだろう。
だが、本作ではルナナを桃源郷
として描くのではなく、ペン・
ザムの父親のように博打とアル
コール中毒で家庭を崩壊させる
人物も描き、業から決して離れ
られない人間の現実も突きつけ
ている。やがて季節は巡り、ウ
ゲンはルナナに心を残しつつ町
に帰り、当初の希望通りオース
トラリアで歌を歌っている。さ

て、本当の幸せはどこにあった
のだろうか。文明から離れた闇
の谷に灯る未来の光の照らす先
には、牧畜民が歌い上げる「ヤ
クに捧げる歌」が木霊している。

（大和田英子／

早稲田大学国際教養学部教授・
日本勤労者山岳連盟国際部長）

ススムハハ

No.168 村松 孝一



大変だ。

- 3日 遭難対策部会
- 同日 ハイキング委員会
- 5日 会計監査
- 8日 自然保護委員会
- 9日 三役会議
- 同日 組織部会
- 17日 登山時報編集委員会
- 18日 第12回理事会
- 20～21日 第34期第1回評議会（東京都府中市・ホテルコンチネンタル）
- 24日 労山基金運営委員会

第12回理事会、討議事項

- ① 第34期第1回評議会の運営について
Web参加併用による開催についての確認と会場での役割分担を確認。議案や討論となる課題の資料などの取り扱いについて確認した。
- ② 地方連盟総会への対応について
全国役員の派遣は状況に応じて行い、メッセージを送付をする。



谷川岳ーノ倉沢・滝沢スラブを望む



大山北壁から剣ヶ峰へ



JAPAN WORKERS' ALPINE FEDERATION
専門委員会活動報告

2021 ②

○**労山基金運営委員会**

第1種基金の廃止

2021年2月20・21日に開かれた第34期第1会評議会において、3号議案「労山事故対策基金規定の一部改定について」が審議され、全員一致で決定された。

寄付金全体に対する交付金の比率は、しばらく上昇を続けて

いたが、2020年度は寄付金全体額に対して34・4%（2019年度は53・9%）となり減少した。新型コロナウイルスによる登山自粛が原因と思われる。詳しくは評議会・決議決定集をご覧ください。

（白井邦徳／労山基金運営委員長）

○**自然保護委員会**

新型コロナは地球温暖化や自然破壊が原因

この1年間、新型コロナの猛威で登山どころではない。自粛、自粛のオンパレード、しかもこの新型コロナが終息しても2、3年後には次のウイルスがやってきそう、いやほぼやってくる。ひよっとして鳥インフルエンザなど更にきついやつかも。

ところで、新型コロナ発生要因として地球温暖化および自然破壊である旨の発言が京都大学前総長や自民党の重鎮である岸田氏より続いている。とすれば、登山者は登山活動を守るため地球温暖化に反対し、自然破壊を

止める活動に取り組むことが必須となる。今まではリニア新幹線反対運動の理由は「南アルプスの自然を守ろう」であったが、「リニアは蒸気機関車並の低効率故、莫大な電力を消費するので反対」との主張も加えたい。また、

石炭火力発電もCO2の排出が莫大なので同様に大問題である。ところが日本は世界で唯一、石炭火力の建設および輸出に大変

熱心なので反対運動が必要である。異常台風、集中豪雨、ウイルス多発と地球温暖化の影響がここまで明らかになれば、日頃政治に無関心であった仲間も賛同してくれると確信する。

（澤村秋則／全国自然保護委員）

○**ハイキング委員会**

コロナにめげず、

労山は進む

日本勤労者山岳連盟が発行する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、全国の皆さまから好評をいただき、

版を重ねてきた。ところが、それが昨年3月からコロナの直撃を受けている。

それ以前は、両冊子とも毎月100冊、多い月には200冊の注文が継続してあった。各会で、新入会員の教育や、外に向けた登山教室のテキストとして活用されてきたようだ。ところが、昨年3月以降は注文が急減した。そして、6月にはとうとう、どちらも注文がゼロになった。夏以降は少し回復したが、コロナ第3波により再び低迷した。

ところが、労山事務所に行つてメールを開いたら、またまたびっくり。大量の注文が舞い込んでいた。さすがは労山。コロナにめげず、進撃開始だ！

（石川友好／ハイキング委員）

○**遭難対策部**

2020年の事故件数は

230件、

事故者数は236人

2月2日までに届いた事故一報は13件。10件は転倒事故。転

倒による骨折は6件。石の上で滑ったり、木の根や丸太に足を取られたり踏外しての転倒でした。男性7人女性6人。無雪期6件、積雪期2件、登攀1件、室内ジムや山スキーでの事故がそれぞれ2件。前月から引き続き室内ジムの事故が発生しています。所属連盟は、東京・道央・福岡が各2人、神奈川・静岡・長崎・大阪・奈良・滋賀・宮城が各1人。

2020年は死亡・行方不明者が5人、この10年間では二番目に少なかったが、前年同様の沢登りでの事故が発生している。事故件数230件、事故者数は236人となった。この10年では最小となったものの、コロナ禍の山行減少からは少なくない事故件数だったと考えている。2020年の事故分析については後日発表します。

(石川昌／全国遭難対策部長)

1月6日から2月2日までに届いた事故一報

事故発生日	地方連盟	年齢	性別	山名	山行形態	事故原因	傷病名
1	12/22	神奈川	50	女	大宝山	無雪期 転倒	石の上で滑り転倒 右手骨折
2	12/29	東京	63	男	兜山	登攀 滑落	足が滑り6m程滑落 右足踵骨骨折
3	12/31	道央	56	女	キロ口992m	山スキー 転倒	頂上直下で転倒 右膝前十字靭帯損傷
4	12/26	静岡	26	男	白馬岳	山スキー 転倒	スキー場を滑走中転倒 左膝前十字靭帯損傷
5	01/02	長崎	57	女	開聞岳	無雪期 転倒	スリップし転倒 左肘関節脱臼
6	01/10	大阪	74	男	六甲山	積雪期 転倒	雪が残っている勾配で滑る 右足関節外踝骨折
7	01/05	奈良	76	男	三峰山	無雪期 転倒	アイスバーンで足を取られ転倒 打撲
8	01/11	滋賀	67	男	ホッケ山	積雪期 転倒	雪の下の枝で滑り転倒 左脚腓骨骨折
9	01/17	福岡	65	女	飯盛山	無雪期 転倒	丸太の階段で足を踏み外し転倒 左手舟状骨骨折
10	01/10	宮城	60	女	蕃山	無雪期 転倒	木の根に足を取られ転倒 左手首橈骨骨折
11	01/27	東京	66	女	室内ジム	人工壁 墜落	1.5m位の高さから墜落 腰痛症
12	01/10	道央	61	男	羊蹄山	無雪期 転倒	沢状地形で空中に投げ出される 左アキレス腱断裂
13	01/23	福岡	47	男	室内ジム	人工壁 体勢	ヒールフックを掛けた大腿部痛み 左ハムストリング肉離れ

事故一報の受領順で掲載

	20代	40代	50代	60代	70代
男性	1	1	0	3	2
女性	0	0	3	3	0
合計	1	1	3	6	2

	墜落	滑落	転倒	体勢
男性	0	1	5	1
女性	1	0	5	0
合計	1	1	10	1

	無雪期	積雪期	登攀	人工壁	山スキー
男性	3	2	1	1	1
女性	3	0	0	1	1
合計	6	2	1	2	2

	骨折	損傷	断裂	脱臼	肉離れ	他
男性	3	1	1	0	1	1
女性	3	1	0	1	0	1
合計	6	2	1	1	1	2

第53回雲南懇話会（京都フォーラム）開催案内

雲南・チベット地域および周辺地域を総合的に研究する「雲南懇話会」は昨年発足16周年を迎え、5月に「京都フォーラム」を開催する。特別講演を山極壽一氏（京都大学前総長）、光永圓道師（比叡山延暦寺一山大乗院住職、北嶺大行満大阿闍梨）が行うほか、近藤和美氏（日本勤労者山岳連盟名誉会員）らが登壇する。定員70名の事前申し込み制。

日時：2021年5月9日（日）
10時20分～16時30分（茶話会は17時～19時）
場所：京都大学百周年時計台記念館 国際交流ホール2室
参加費：2000円（茶話会は3000円）
申込み：info@yunnan-k.jp

プログラム：

◇午前の部（10時20分～11時45分）

安仁屋政武「雲南懇話会の概況と1989年当時の梅里雪山山麓（ス農村、明永村）
上原美奈子「茶を育てて見えてくることー雲南省南見村と島根県柿木村からー」

◇午後の部（13時10分～16時30分）

近藤和美「パミール・天山7,000mの峰々からヒマラヤの高峰へ」
山極壽一「ゴリラに学ぶーヒトの未来、地球の未来ー」
光永圓道「千日回峰行を生きる」

◇茶話会（17時～19時）

FROM EDITOR

友人が狭心症で手術をした。年賀状が遅れて心配だったが、その後元気だと分かった。今は手術も簡単で、夏には山に行きたいと言う。「連れて行って」とは言ったが、自分の環境を整えることが先決であることを後で考えた。（塩田）ある委員会の運営について激しい議論が交わされた。議論することは民主主義の基本だが、必ず展望も語らなければ前進はしない。創立60年経過してもなかなか議論がうまくできていないような気がする。人間にとって感情は大切な感覚だが、その配分は議論にとって難しい。（田上）寒さと行動自粛のさなか、近くの愛宕山には頻繁に通っている。麓からおよそ4kmの急登を登り降りしている参道補修を始めたが大変である。道具類を担ぎ上げ階段にする丸太や杭の木材を倒木で調達し、現場まで引きずって腐食したり欠けた個所の交換。ポチポチ続けたい。（小倉）田舎に移り住み自然の中で天気と相談しながら野菜を作って生活する知人が、気候変動の加速を年々実感すると。山火事、洪水、難民、海面上昇、種の絶滅…「対岸の火事」も明日は我が事だ。「成長」枠組みの大転換へ、残された時間は僅か。（鈴木）山焼きは春早く、山の枯木や枯草を焼き払うことであり、害虫駆除と施肥を兼ねている。焼いたあとの野山から青々と芽をだす。このためカナダでは計画的な山火事を起こしている。しかし、足利両崖山付近の山火事は一週間続き民家まで近づいている。早急の鎮火を願う。（今野）

登山時報

©禁無断転載

4月号 No.554 2021年3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 小倉遼夫、塩田善次郎、鈴木幹雄
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

中国の青いケシ

探訪記

—雲南省編②—



メコノプシス・ヴェヌスタ

中国雲南省麗江市住古山 標高 3950m

写真・文 松永秀和

飛行機が麗江空港に向けて下降を始める。6月だというのに周囲の山々の頂上は白い。目を凝らすと、白く見えたのは岩であった。2億年前、雲南はテチス海という赤道直下の温暖な海の中であった。インド亜大陸が南から近づくと隆起し、浅い海となる。サンゴの遺骸からなる厚さ数キロメートルの石灰岩が堆積した。その後、大陸衝突によりヒマラヤ山脈を形成した造山活動はその東端にあった雲南の地も数千メートルの高さに持ち上げた。山頂の白い石灰岩はその名残である。そして、隆起とともにテチス海のとおりで咲いていたケシたちも高山へと導かれたのである。

石灰岩の土壌は植物が育つには過酷すぎる所である。まず、保水性が非常に悪い。植物は生きるため根を地中深く伸ばさなければならぬ。また、金属イオンは遺伝子に悪影響を及ぼす。夏、白い石は光を反射し、地表温は40℃を越す。そして、花粉を媒介する虫もこの地獄のような場所に近寄りとうとしない。こうした環境で生き延び、必死に花をつける青いケシに美の女神は最高の恩寵を与えた。白い屑石の海に佇む姿はポッティチェッリの「ヴィーナスの誕生」のようだ。種小名のヴェヌスタとはヴィーナスのこと。



花

特集

お奨めの山

日光・茶ノ木平く明智平 アカヤシオとシロヤシオが群生

鈴木正人 宇都宮ハイキングクラブ／栃木

茶ノ木平に咲くアカ・シロヤシオと男体山



茶ノ木平く
明智平は、日
光男体山と
華厳の滝に迫
る絶景パノラ
マコースであ
る。交通アプ
ローチが良く、バスでも乗用車
でも登山口近くまで行ける。パ
ス利用の場合は、JR日光駅ま
たは、東武日光駅から東武バス
湯元温泉行きか中禅寺温泉行き
に乗り、中禅寺温泉バス停下車
となる。乗用車の場合は、「いろ
は坂」を登って中禅寺湖畔の華
厳の滝駐車場か湖畔第1・第2
駐車場が良い。

登山口へは中禅寺温泉バス停
から明智平方面へ国道120号
を戻り、立木観音への近道を右
に折れると、すぐ左手に日光自
然ふれあいの道の看板があり、
茶ノ木平への登りとなる。登山
道は良く整備されているので安
心して歩ける。登山口から50分
ほどで茶ノ木平北展望台に着く。
茶ノ木平は広々とした展望の良
い草地で、男体山や中禅寺湖な
どが見渡せ、気持ちの良い場所
である。ここから半月山分岐を
左に折れて平坦なササ原を抜け
標識のある細尾峠分岐を左折し、
観瀑台、茶ノ木平分岐を経て明
智平展望台に向かう。ここから
は華厳の滝、中禅寺湖、男体山、
鳴虫山などが見え、360度の
展望である。近くにトイレもあ
る。

明智平展望台から茶ノ木平分
岐まで戻り、ここから送電線に
沿って20分ほど西に向かうと送
電線鉄塔の下に出る。周辺は広々
としていて展望がよく、北側に
男体山が大きく見え、中禅寺湖
も見渡せる。ここから明智第二
トンネル出口まで下りて国道1
20号線を20分ほど歩くと中禅
寺温泉バス停に着く。このコー
ス上には、アカヤシオやシロヤ
シオが群生する箇所が多くあり、
5月上旬から6月上旬までアカ
ヤシオ、トウゴクミツバツツジ、
シロヤシオの順に咲いてどの花
も見ごたえがある。

九重

天然記念物ミヤマキリシマのじゅうたん

林スミ子 あだると山の会／福岡



平治岳 ピンクのじゅうたん
(提供：甲斐康義)



ピンクに染まる北大船山・米窪付近 (提供：甲斐康義)

毎年5月中旬から6月中旬にかけて九重の山々がピンク色の絨毯を広げたように染まる。その中でも扇が鼻(1698m)や平治岳(1643m)はミヤマキリシマの群落美しいことで知られている。また天然記念物にも指定されている。ミヤマキリシマはツツジの一種で、九州各地の高山に自生する。1月の低木で花期は5月下旬から6月中旬だ。紫紅色の花を付けピンク色も見られる。数年前はキシタエダシヤクという蛾の幼虫に蕾が食べられ、絶滅危惧種に指定された。現在は、この花を愛する人達の努力で山の緑とピンクのコントラストを楽しませてくれている。

九重では毎年6月の第一日曜日に「山開き」が行われる。坊がつる讃歌に

毎年5月中旬から6月中旬に
き誇り 山くれないに大船の
峰を仰ぎて山男 花の情を知る
者ぞ♪

とみんなに歌われるように、この花を迎えて本格的な登山シーズンを迎える。そして山開きを皮切りに、鮮やかなこのピンク色の花を目的に、全国から多くの登山者が訪れる。

山仲間11名で2019年6月9日(日)この花を楽しもうと福岡を出発した。扇が鼻のたおやかな山頂が近づくにつれ、ミヤマキリシマの群落の美しさが増してくる。山頂は既に大勢の登山者でにぎわっていた。みんなカメラ片手に笑顔いっぱいだ。この時期しか見られないその美しさに気分も高揚しているようだ。この日は日帰り山行だったが、過去には1泊2日で平治岳(1643m)や大船山(1786m)も登った。毎年九重のコースを変えてミヤマキリシマを楽しんでいる。

♪ミヤマキリシマ咲

地図読み 迷人

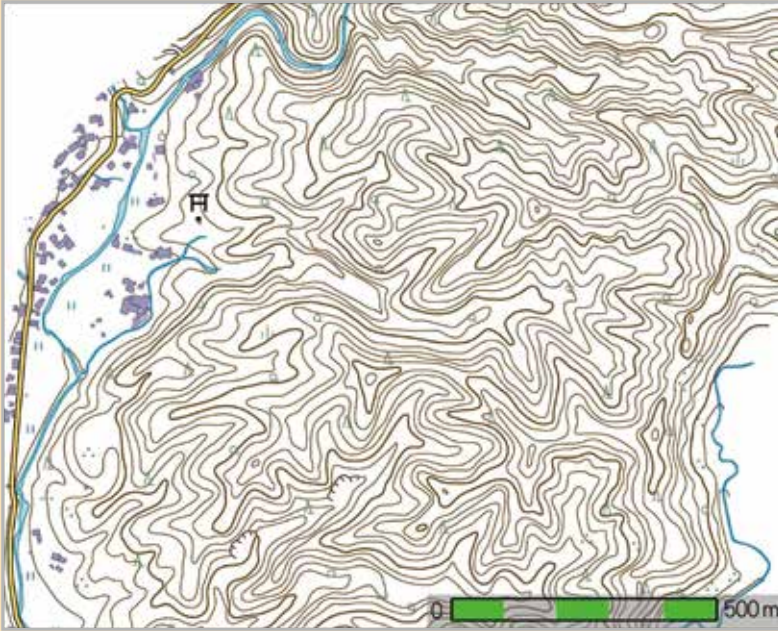
監修・村越真
宮内佐季子
小泉成行

Lesson 142

里山歩き — 尾根と谷の読み取り —

【問題】

下記の地図の等高線を読み、尾根線と谷線を引いてください。
(制限時間：上級者 5 分、中級者 10 分以内、初級者 15 分以内)



現在の地把握やルート維持に必要な地形情報である。そして地形情報を使ってナビゲーションするためには、地図上で尾根谷の読み取りができてくはない。尾根谷を素早く確実に読み取れるように



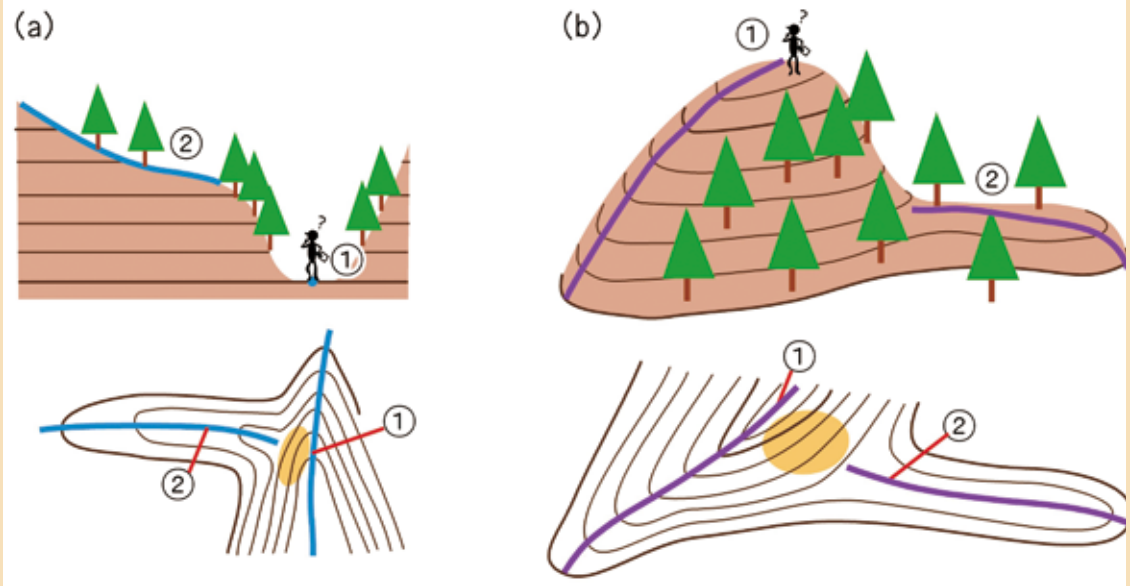
地図の作成に当たっては国土地理院発行の数値地図（国土基本情報）、電子国土基本図（地図情報および地名情報）を利用し、問題用に一部記号を加工した。

【解説】

どんな山を歩くにしても、尾根を歩いているのか谷を歩いているのかは、

なるためには様々な場所の等高線を読むことに尽きる。今回はオーソドックスに尾根谷

不明瞭な地形分岐 (a) 谷 (b) 尾根



いずれも極端な例だが、枝分かれた先は明瞭な尾根谷でも分岐付近は不明瞭な場合も多い。樹林帯では特に先の地形が見えずその場では分岐だと気づけないので注意が必要だ。

また最初は凸部がはっきりしない場所はあまり気にせず、凸部が分かりやすく連続している場所、つまり明瞭で長く続く尾

根谷から読み取ることのできる尾根谷を把握でき、そこから尾根谷の分岐や細かな地形を読み解きやすくなる。解説図で示した尾根谷が読めていれば尾根谷の読み取りは合格と言えるレベル。

この問題の場合、東側を南北に走る尾根Aがもつとも高い場所であり、西側を走る川の周辺がもつとも低い場所である。つまり東から西に標高が下がり、西に張り出す尾根と西から切り込む谷とが交互に並んでいる地形を成している。計曲線（5本に1本現れる太い等高線）をなぞってみると大きな地形を把握しやすくなる。

この問題の場合、東側を南北に走る尾根Aがもつとも高い場所であり、西側を走る川の周辺がもつとも低い場所である。つまり東から西に標高が下がり、西に張り出す尾根と西から切り込む谷とが交互に並んでいる地形を成している。計曲線（5本に1本現れる太い等高線）をなぞってみると大きな地形を把握しやすくなる。

この問題の場合、東側を南北に走る尾根Aがもつとも高い場所であり、西側を走る川の周辺がもつとも低い場所である。つまり東から西に標高が下がり、西に張り出す尾根と西から切り込む谷とが交互に並んでいる地形を成している。計曲線（5本に1本現れる太い等高線）をなぞってみると大きな地形を把握しやすくなる。

人気上昇中

展望の岩峰探勝コース

亀井共夫

名古屋山岳同志会／愛知



上臈岩から見た鳳来湖と明神山



下道にある中屏風仰ぎ

奥三河の名峰、明神山や宇連山の眺望に加え、数多くの岩峰や洞窟などを探勝できるのがこの上臈岩岩峰群だ。ガイドブックではあまり紹介されていないが、インターネットやSNSでは人気上昇中。訪れる人も増えている。

スタートは、愛知県新城市にある愛知県民の森駐車場。Aキャンプ場から

シャクナゲ尾根の整備された階段道を登ると、岩がむき出しになった東尾根に出る。

宇連山や鳳来寺山の眺めが良い東尾根展望台を経て、さらに北上すると東尾根から北尾根に変わる地点に看板がある。ここが上臈岩への分岐点になるが、特に表示はない。右折して痩せ尾根を行く。先に進むにつれ、眺めの良い場所が続く。やがて「上臈岩岩峰群案内」という、道の詳細図と現在地が記された案内板が現れる。上臈岩周回路の入り口だ。この先、道は展望の良い上部を巡る上(天)道と、数々

の洞窟や奇岩を巡る下(地)道に分かれる。下道は面白いが、急登降、岩場、ロープ場などの危険も多い難路だ。初心者は入らない方がよい。また、全ての道を巡るには2時間程度、見ておく必要がある。

下道を巡り再び上道に戻ってくると、上道の中央辺りに、中の上臈というポイントがある。鳳来湖と明神山の眺望が素晴らしい、ランチをとるのが良い。

眺望を満喫したら往路に戻る。県民の森ハイキングコースに戻ったら、右折して北尾根コースに進む。シュートン沢で左折して大津谷林道まで下り、そのまま進むと、不動滝を経て1時間くらいで駐車場に到着する。駐車場の手前にある「モリトピア愛知」では入浴も可能だ。



⌚ 愛知県民の森駐車場 > 45分 > 東尾根出会い > 60分 > 東尾根北尾根交差点(分岐) > 35分 > 上臈岩周回路入り口 > 120分 > 周回路探索・中の上臈 > 40分 > 東尾根北尾根交差点(分岐) > 10分 > シュートン沢出会い > 30分 > 大津谷林道出会い > 55分 > 愛知県民の森駐車場

🚗 (名古屋方面から) 新東名高速道路新城I.C. → 愛知県民の森Pまで20分 (静岡方面から) 三遠南信自動車道 鳳来峡I.C. → 愛知県民の森Pまで5分 JR 飯田線 三河橋原駅 → 愛知県民の森Pまで徒歩10分

♨️ 名号温泉 うめの湯 0536-33-5126 / 湯谷温泉 鳳来ゆーゆーありいな 0536-32-2212 / 道の駅 もっくる新城 0536-24-3005

🏠 新城市役所鳳来総合支所 0536-32-0511 / 愛知県民の森 0536-32-1262

📍 1:25000 三河大野、海老、熊、三河本郷

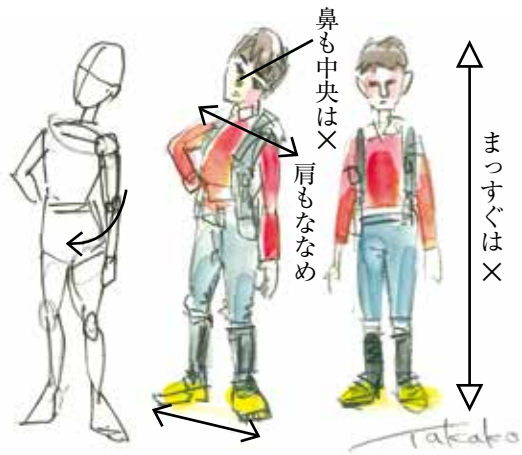
⌚ 参考タイム 🚗 交通 ♨️ 温泉 🏠 問い合わせ 📍 地形図



人物を描くときは、比較的「動き」が難しいです。通常はその場でスケッチするときには下絵を描かなくていいのですが、ちょっと練習をしておくのとたのしく描けます。

1. 顔の向きを傾けて、鼻の位置、目の位置を示しておくといいでしょう。
2. 今回は、薄くえんぴつで描いた上にダーマツで描いています。体の向きは斜め45度傾いているとよいと思います。
3. まっすぐ前向きになってしまいがちですが、注意してみましょう。

動きがある絵にしよう



あらかると

山変化

石井光造



雪と桜の写真を探していた。小出の奥にある三ツ又集落の残雪に咲く桜が見つかった(右写真)。同じアルバムに白い姿から黒い姿になった山の変化がはつきり見られる二枚の写真があった。

中央の写真は四月一日の残雪豊かな山。さすが豪雪の魚沼の山というものであった。左が大倉山(九七五m)、中央のピークが唐松山(一〇七九m)、右端が上権現堂山(九九八m)で、真っ白なピークを連ねていた。

左の写真はちょうど一か月後の四月三〇日の同じ山の姿である。黒々とした山肌が変わってしまった。中でも大倉山は急峻な山肌らしく、稜線が白い時期でもこの峰だけが黒く見えている。

四月初めの二日間は、底雪崩が林道に落ち始めていて、登山を諦め、温泉に一泊して帰り、同じ年の四月末に再挑戦して、わずか七六〇mの明神山に登った。そのおかげで白い山が黒くなる記録を残せた。いい宿であった中子沢温泉羽川荘がなくなったのが残念。

No.231

激辛！
オニシのα米

笹原芳樹

元カモシカスポーツ本店店長

α米が並ぶ食糧品売り場



尾西の他、サタケ等のα米やフリーズドライ食品は各社より発売されているが、尾西は私が山登りを始めた頃からあった。大昔はまずかったα米は現在すご〜く、うまあ〜い。

尾西の山菜おこわと赤飯



尾西食品のα米は、この2点の他にも五目飯、松茸ごはん、白飯など10種類以上あり、小屋泊山行の昼食には特にオススメだが夕食や朝食にも3回使ってもいいし、(しつこいか…) 下界での夜食や海外旅行、非常食用と色々使える。お湯でも水でもOKでケースはチャックなので水分を入れても、こぼれないし何回かに分けて食べられる。スプーン付が故、食器不要でそのままの容器で食せる。

コレが激辛！オニシα米



左がピリヤニ(インド中東などの地域で食されているスパイスの効いた炊き込み御飯)右が激辛のナシゴレン(インドネシアやマレーシアの伝統的な辛味の効いたチャーハン)だがマジに辛いので苦手な方や子供には要注意の事。辛好き山屋はチャレンジを。¥340。

もうすぐ
山の桜も咲くよ。



4月の西伊豆の金冠山山頂を望む。まさに山笑う！新緑とマメザクラ(フジザクラ)がパッチワークのようだ。

昨秋に『コロナ禍の山小屋泊り』について、45年来の念願だった山小屋に泊まれた事を書きました。

この時は1日目に国道17号沿いにある登山口から平標小屋まで行き、2日目に谷川連峰最高峰の仙ノ倉山を平標山から往復して新潟側へと下山しました。

山の会仲間と4人での山行

でしたが、2日目の昼食を宿泊受付時に誰もたのみませんでした。ナントびっくり、打ち合わせもしていないのに朝方に全員が尾西のα米に小屋のおいしい水を入れて出発したのです。

運悪く小雨状の中を歩きだしカップもザックもびしょびしょになりましたが、国境線を群馬側から新潟側に下り始めると、きれいな青空が広がる晴天。そして12時頃に小ピークにて昼食となりました。

4人共に尾西のα米というのも不思議でしたが、更に内3人が『山菜おこわ』だったのです。赤飯とならんで、大好きな山菜おこわは、もち米を使っているので温かくてもたえ冷えてても、もちもち感がありおいしくいただけるのです。

そう言うってはなんです、近年でこそ山小屋の弁当はおいしい物もあると聞きますが、あまり喜んでいただけなければ、かきか、特に女性は残してしまう方が多く、水分が多い重い弁当をいつまでも背負ってなければならぬケースなんかもあります。その上、最悪は弁当汁がしみ出して装備をベトベトにしたりとか…の経験がある方もおられるのでは！

昔はテント泊時の朝か夕食用だった尾西のα米も、今では昼食の定番にもなってきたかも知れません。御飯の種類もさすがに安定化(完成度が高いからか)して最近新製品はあまりありませんでした。

が、先日食糧品陳列棚に珍しい色のα米が垣間見えたりします。それも見るからに激辛そうなのパッケージなのです。特に『ナシゴレン』は超激辛です。辛物好きにはオススメいたします。ぜひチャレンジ下さいね。

線を群馬側から新潟側に下り始めると、きれいな青空が広がる晴天。そして12時頃に小ピークにて昼食となりました。

4人共に尾西のα米というのも不思議でしたが、更に内3人が『山菜おこわ』だったのです。赤飯とならんで、大好きな山菜おこわは、もち米を使っているので温かくてもたえ冷えてても、もちもち感がありおいしくいただけるのです。

そう言うってはなんです、近年でこそ山小屋の弁当はおいしい物もあると聞きますが、あまり喜んでいただけなければ、かきか、特に女性は残してしまう方が多く、水分が多い重い弁当をいつまでも背負ってなければならぬケースなんかもあります。その上、最悪は弁当汁がしみ出して装備をベトベトにしたりとか…の経験がある方もおられるのでは！



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。



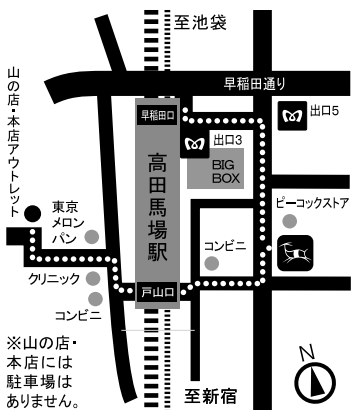
美味しいコーヒーと選りすぐりの登山用品。
山が大好きなスタッフ。カモシカのお約束。

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

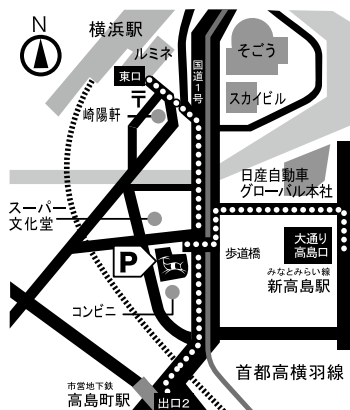
JR高田馬場駅から徒歩3分



※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

日本勤労者山岳連盟 60年の歩みがよくわかる記念誌と年表ができました

60周年記念講演会とレセプションでお渡しした、記念誌「労山の60年」と「60年史年表」を希望する皆さんにお分けします



労山の60年

主な項目

- 第一章 労山の誕生と確立 1960～1969年
- 第二章 急速な会員拡大と諸分野の活動の確立 1970～1979年
- 第三章 一時的停滞を乗り越えて 1980～1989年
- 第四章 中高年登山ブームのなかで 1990～1999年
- 第五章 労山の会員数2万人突破 2000～2009年
- 第六章 新しい発展をめざして 2010年～
(付) 略年表、趣意書、歴代役員など

1冊 500円 (送料込)

A4判 120ページ (手渡しの場合は400円)

60年史年表

1冊 200円 (送料込)

A4判 74ページ (手渡しの場合も同額)

セットで購入の場合

1セット 600円 (送料込) (手渡しの場合は500円)
※上記の価格は、何冊ご注文いただいても同一です。

お申し込みは全国連盟事務局まで

〒162-0814 東京都新宿区新小川町5番24号
TEL 03-3260-6331 FAX 03-3235-4324

メール jwaf@jwaf.jp