

登山時報

2021年10月15日発行(毎月15日発行)
1987年3月23日第三種郵便物承認
ISSN 1880-4993

11

2021 No.561

瀬戸内海の山々 7編

新連載「事故防止は仲間の知恵で」

国際山岳連盟 (UIAA) の 待望の日本語訳! 登山技術スタンダード

ISBN978-4-944014-18-7
C2475 W2000E

9784944014187

1922475020002



このハンドブックは、自らのスキルと知識を深めて活動領域を拡大したいと考えるハイカー・クライマー、登山者のためのものである。もともと国際山岳連盟傘下の山岳組織・山岳会の指導者やリーダー候補生のための参考書として編纂された本書は、主として夏季の活動に重点を絞り、基礎知識、アルパインハイキング、クライミング、アルピニズムの歴史からなっている。このハンドブックは、試行の上安全が確認された技術を提供することを目的としている。こうした技術は資格を持つ講師の開催する正式な講習によってのみ伝授され身につけられるべきである。

公益社団法人 日本山岳・スポーツクライミング協会 創立60周年記念事業土版

日本労働者山岳連盟 日本山岳・スポーツクライミング協会と共同で発行されました。




With the technical and financial support of the
PETZL
Fondation

登山技術スタンダード
アルパイン



登山技術スタンダード
アルパイン

編纂者 藤原 隆雄

総合登山技術ハンドブック
夏季
アルパイン

UIAA

登山教育を優先しよう

登山の世界の限界を押し広げようとしているみなさんがリスクと適切に向き合えるようにお手伝いができることを嬉しく思っています。

みなさんが生涯すばらしい冒険を続けられますことを祈ります。

(H.L.F.R.) 29

ベツル財団会長 ホール・ベツル

創立 **60** 周年
1960-2020



**日本勤労者山岳連盟
記念出版**

代金は2,200円×冊数(税・送料込み)になります。
下記の口座に振込みをお願いします。

振込先(郵便振替口座)
00160-1-152812 日本勤労者山岳連盟中央登山学校

※銀行ATMから振り込むときは
銀行名=ゆうちょ銀行 支店名=〇一九(ゼロイチキョウ)
預金種目=当座預金 口座番号=0152812
口座名義=ニホンキンロウシャサンガクレンメイチュウオウトザンガッコウ

※振込日とお届け先の郵便番号・住所・氏名・電話番号などをメールまたはFAXなどでお知らせください。確認できしだい約一週間内にお届けします。

日本勤労者山岳連盟・事務局

TEL03-3260-6331 FAX03-3235-4324 メール jwaf@jwaf.jp
フリーダイヤル0120-44-2742(平日10~18時)
〒162-0814 東京都新宿区新小川町5-24

国際山岳連盟が登山の世界スタンダードとして発行している技術書が日本語に翻訳されました。発行元は(公社)日本山岳・スポーツクライミング協会ですが、日本勤労者山岳連盟も全面的に協力し、翻訳者は労山国際部長・大和田英子理事です。ぜひ労山会員に広く普及してください。

中国の青いケシ 探訪記

—雲南省編⑨—

写真・文 松永秀和



中国雲南省麗江市玉龍雪山北稜 標高 3770m

メコノプシス・フォレストエイ

20世紀に入るとプロテスタント系の教会が雲南北西部に拠点を設けて布教活動を始め、多くの信者を獲得してゆく。それと軌を一にして、また、これらの拠点を利用して、イギリス人プラントハンターたちがこの地にやって来る。彼らの中で最も活躍したのが、ジョージ・フォレストである。元来冒険家でもあったフォレストは種苗商、ビーズ商会に雇われ、1904年に中国に来る。麗江周辺で数万点の標本を集めた後も数回中国に渡る。麗江を拠点に採集を行ったが、更に活動範囲を西のメコン川やサルウィン川流域に広げていった。集めた標本は数十万点にのぼり、エジンバラ植物園へ送られた。このためエジンバラ植物園はシノ・ヒマラヤの一大植物センターとなる。1932年、騰衝（トンチョン）付近で銃の暴発により不慮の死を遂げた。7度目の採集中であった。

茂みの中でひっそりと咲くエレガントな花は身の丈50cmほどの深窓の乙女だ。この花が咲く草原はヒツジやヤクの放牧地になっていて、多くはかじられ今や絶滅寸前である。本種はフォレストが初回の採集時に見つけたもので、当時の青いケシの大家、プレインが彼の名を冠して命名した。

瀬戸内海の山々

しまなみ海道に浮かぶ岩城島・積善山 三千本桜下でお花見気分

沢井久夫・鈴木美春 呉勤労者山の会／広島

三千本桜 岩城富士

積善山は、しまなみ海道・芸予諸島の一つの生口島（広島県）東側に浮かぶ岩城島（愛媛県）の中央部に位置する最高峰（3

69・6m）で、別名「岩城富士」とも呼ばれている。

は美しい！
「青いレモンの島」として、レモンをはじめ柑橘類の栽培も盛んである。
まずフェリーに乗るために生口島くちしまの洲江港すえの駐車場に車を置く。フェリーに乗り込んで僅か5分の船旅を終えると岩城島の小漕港おこぎに到着。港から正面に積善山を仰ぎながら舗装道路を下、登山口まで1・2km、約25分のウォーキングは、レモンやミカン畑、お花畑を楽しめて退屈しない。いよいよ登山開始だ。

桜にミモザ、山ツツジと百花繚乱

「積善山三千本桜」と名付けられた桜の名所として有名で、現在は4000本近くなっている。春には登山道路に沿って立ち並ぶ桜が、山を薄いピンク色に染めて、それ
登山道は、両側に桜並木、山肌には黄色のミモザの大木も多く、又濃いピンクの山ツツジも咲き誇り、新緑に彩を添えて百花繚乱、それぞれが美を競い合っているかのようだ。足もとにはワラビやゼンマイが多く生えていて、ツワブキの群生地もあり、山菜摘みで足が進まない。
中腹辺りで、登山道右手に妙見



ミモザと桜の競演



桜が海と空に映える景色「天女の羽衣」



桜に囲まれ山頂で

山頂に向かう尾根道に合流、左折して直下の急な坂道を登りきると360度の大パノラマの展望台がある、積善山の山頂に到着。369・6

桜景色は天女の羽衣かな

多種多様な大輪の鮮やかな椿の花を楽しむことが出来る。

と！桜の季節前の3月には素晴らしいツバキ並木になるのだが、その木の数の多いことから車道を離れて右に遊歩道を進む。この道は尾根に近づくくと、

神社の朱色の鳥居が現れる。車道から離れて鳥居をくぐり参道に入るのだが、この道は妙見神社の建物内を通り抜けて、また山道になる。お堂の奥には巨石信仰の遺跡「妙見メンヒル」が祀ってある。山歩きの無事を祈り、入口と出口の扉をシッカリと閉めて山道に抜け、尾根道を登ると車道と合流する。

桜に囲まれ山頂で

昼食をとり存分に景色を楽しんだ後は、登ってきた急坂を下っ

mの三角点にタッチ。展望台から眺める景色はまさに壮観！眼下には瀬戸内海に浮かぶ島々、しまなみ海道の多々羅大橋や、遠くに中国山地と四国山地が望め、空気の澄んだ日には、石鎚山系が同定できるそうだ。西側の夕日の展望台に続く尾根道の桜景色は「天女の羽衣」と呼ばれ言葉を失うほど見事だ。



電子地形図 25000 (国土地理院) を加工して作成

2018年4月1日(日) 19名参加
 タイム＝呉市内～洲江港(生口島)～9:25
 小漕港(岩城島)～9:50登山口～10:00
 不動尊～10:25妙見神社～11:00ふれあいの森遊歩道分岐～11:30積善山山頂(12:10まで休憩)～12:55夕日の展望台～14:05登山口～14:20小漕港
 アクセス＝洲江港から小漕港までフェリーで5分。大人150円・小人80円。問い合わせは三光汽船(電話0845-28-0035)。洲江港までは、しまなみ海道・生口島北ICから約5分、生口島南ICから約10分。

く楽しい一日だった。

て「天女の羽衣」の下を通り、夕日の展望台に向かう。桜のトンネルを抜け、尾根道を進むと、左手にパラグライダーの発進地を見てそのまま直進してツバキ並木を通って展望台へ向かう。下山は展望台からふれあいの森遊歩道経由で車道にもどり、花びらが風に舞う中、ゆったりとお花見気分であつた名残惜しさを感じながら、登山口から小漕港へとウォーキング。

「山登り」というよりは「ハイキング」がふさわしい、心地良

北前船の里 粟島・城山じょうのやま

山下正文・大沢理恵子 観音寺あけぼの山の会／香川

瀬戸内海のほぼ中央に四国・香川から伸びているのが荘内半島だ。その

荘内半島の東側にある島が粟島で、江戸時代から北前船の港として栄え、日本最初の海員養成校粟島海員学校（※1）が作られて多くの船乗りを輩出した。島の最高峰は城山（222m）で、「しま山100選」の第53番に選ばれている。

粟島港から40分で山頂へ

香川県三豊市詫間町の須田港から15分で粟島に着く。道を左折し、旧海員学校の敷地内にあるル・ポール粟島（※2）の角を右折したのち直進すると、旧粟島小学校にぶつかると、プールを進めば登山口だ。案内板が設置されているので迷うことはない。



荘内半島の紫雲山から望む粟島・城山



城山から海の要衝を眺む



電子地形図 25000 (国土地理院) を加工して作成

真砂（※3）の登山道はコンクリ杭で補強され、「合目」杭もありよく整備されている。頂上までは約30分。2つの展望台があり見晴らしは最高だ。戦国時代末期には頂上に山城があり、海路の見張りをしていた。行き交う船が小さく見える。西には

荘内半島が横たわり、浦島伝説が残る紫雲山（352m）に咲き誇る桜と島々の織りなす絶景は、世界から注目されている。

北側は岡山県側の島々、東側は大楠で有名な志々島や高見島、遠くに瀬戸大橋も見える。とにかく、海の要衝に間違いはない。

瀬戸芸と「島四国八十八ヶ所」もてなし

現在は過疎・高齢化しながらも（※4）3年に1度開かれる瀬戸内国際芸術祭（瀬戸芸）の開催地として、毎回島をあげて、多くの芸術家や島を訪れる観光客との温かい交流を築いている。その瀬戸芸は来年（2022年）開催予定。また、毎年4月29日（昭和の日）には「島四国八十八ヶ所」という行事があり、島内を一巡する八十八ヶ所の石仏（お地藏さん）を回る。これは、粟島の北前船が88艘になったことを記念して1827年に一船一基の石仏寄進で作られた。この日は多くの参拝者が訪れ、島の方々は石仏の横でお茶やお菓子の「お接待」を行う。本当に温かい島だ。

和の日）には「島四国八十八ヶ所」という行事があり、島内を一巡する八十八ヶ所の石仏（お地藏さん）を回る。これは、粟島の北前船が88艘になったことを記念して1827年に一船一基の石仏寄進で作られた。この日は多くの参拝者が訪れ、島の方々は石仏の横でお茶やお菓子の「お接待」を行う。本当に温かい島だ。

※1 粟島海員学校（明治30年～昭和62年）

※2 宿泊・レジャー拠点

※3 花崗岩の風化土

※4 最盛期は2千人強、現在は2百人弱の住民が生活

山を楽しむ 写真講座

Vol.7 カメラ任せから卒業しよう

写真・文 宮本宏明

今回からカメラの設定に関する解説になります。お使いのカメラの使用説明書を手元に置き、カメラを触りながら読んでいただくとうれしいと思います。

明るさ調整の仕組み

カメラは、イメージセンサーに当たる光の量（または光から電気信号への変換効率）を調整して、写真が適正な明るさに写るようにしています。調整の方法は①絞りを变える、②シャッタースピードを变える、③ISO感度を変えるの三つの方法があります。

絞り

レンズを通る光の量を調整する仕組みです（写真1）。

f4、f5.6、f8、f11、f16という数字で表され、数字が大きいほど光量が少なくなり、f5.6はf4の半分、f8はf5.6の半分、という関係になります。写真1はレンズの中の絞りを正面から見たものです。普段は開放状態になっており、撮影の瞬間だけ設定値まで絞り込まれます。

シャッタースピード

シャッターはイメージセンサーの前面にあり、普段は閉じており、撮影する瞬間だけ開き

ます。

シャッタースピードはシャッターが開いている時間です。1/500秒、1/250秒、1/2秒、1秒という数字で表されます。1/250秒は1/500秒の2倍の光がイメージセンサーに当たります。

ISO感度

イメージセンサーの光の感じやすさの指標です。

ISO100、ISO200、

ISO400...という数字で表され、数字が大きいほど高感度になります。ISO200はISO100の倍の感度、ISO400はISO200の倍の感度という関係になります。

例えば晴天の昼間だと、f8、1/250秒、ISO100くらいの設定値で撮影すると適正な明るさに写ります。これとは異なる組み合わせ、例えばf11、1

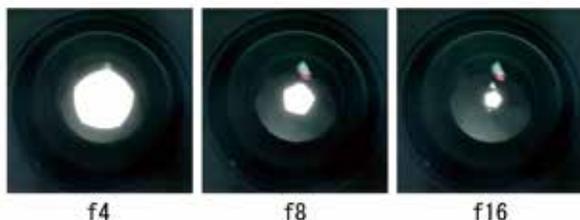


写真1 レンズの中にある絞りを正面から見たところ

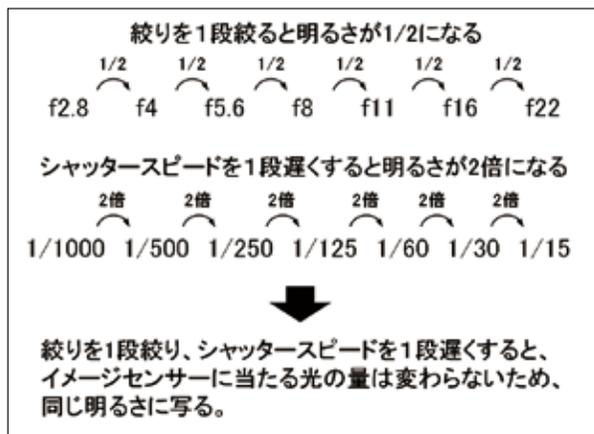


図1 絞りとシャッタースピードの関係



作例2 被写界深度を浅くした表現
f5.6 1/250 秒 ISO100



作例1 被写界深度を深くした表現
f16 1/30 秒 ISO100

絞り設定の効果
通常一点にピントを合わせて撮影しますが、実際にはその前後にもピントが合っているように見える範囲が存在します。これが被写界深度です。絞りの設定を変えることにより被写界深度が変化します。

作例1と2は、いずれも手前の赤い葉にピントを合わせて撮影したものです。作例1はf16まで絞り込むことにより被写界深度が深くなり、奥の黄色いシ

ダまでピントが合っています。一方、作例2はf5.6で撮影しており、被写界深度が浅いため奥のシダはぼけています。

シャッタースピード設定の効果
動いている被写体を写す際、シャッタースピードを変えることで写真の印象が大きく変わります。

作例3は1/4秒という遅いシャッタースピードにより水が流れて写り、優美な滝という印象



作例3 遅いシャッタースピードによる表現
f22 1/4 秒 ISO100



作例4 速いシャッタースピードによる表現
f8 1/125 秒 ISO400

象です。一方作例4は1/250という速いシャッタースピードにより水が止まって写り、豪快な滝の印象になります。

尚、低速シャッターで撮影する際は、ブレを防止するために三脚を使う必要があります。

ISO感度設定の効果
絞りやシャッタースピードだけでは明るさを調整しきれない時にISO感度を調整しますが、ISO感度をどんどん上げてゆ



写真2 モードダイヤル
(キヤノン EOS 70D)

くとノイズが発生し画質が低下するので、普段は100に設定します。最近のカメラではISO 800程度まで画質は実用上問題ないようです。カメラの性能により大きく差が出る部分で、センサーサイズが大きいほど有利(ノイズが出にくい)です。

実際のカメラの操作

撮影目的によりカメラの撮影モードを設定します。

絞りを自分で決めて撮影した時は「絞り優先オート」(Av、A*)に設定します。自分でf値をセットすれば、適切な明るさになるようにシャッタースピー

ドをカメラが自動でセットしてくれます。

シャッタースピードを自分で決めて撮影したい時は「シャッター優先オート」(Tv、S*)に設定します。自分でシャッタースピードをセットすれば、適切な明るさになるように絞り(f値)をカメラが自動でセットしてくれます。

絞りもシャッタースピードもカメラ任せの「プログラムオート」(P)もあります。これは適切な明るさで写るだけのモードで、自分の表現意図を反映させることはできません。

絞り、シャッタースピードの両方を自分で判断し設定するベテラン向けのマニュアルモード(M)もあります。

その他の様々な便利モードについては、カメラの使用説明書を参照してください。

*モードの表示はメーカーにより異なります。

11月のワンポイント

11月になると、山には散り残りの紅葉がわずかに残るだけとなり、華やかな被写体を見つけるのが難しい季節です。それでも、観察眼を鋭くして歩いていると、自然は何かしら面白いものを見せてくれるものです。

日陰では気温が下がり、登山道が小さな沢を横切る所で水しぶきが凍り付いた光景に出会うことがあります。気づかずに通り過ぎてしまうような光景ですが、近づいてファインダーを覗いてみてください。芸術的な氷の造形に驚くことと思います。

作例は、奥秩父・雁坂峠登山道脇の小さな流れです。広角レンズを使い、左下の氷と右上の流れが対角構図となるようにカメラをセットし



Canon EOS 5D Mark II (フルサイズ)
24-105mm (24mm) f16 0.7秒 ISO100

ました。f16まで絞り、手前から1/3の位置(赤い□)にピントを合わせると、画面全体が被写界深度に収まりシャープに写ります。スローシャッターの効果で流れは絹のように優しく表現されています。日陰の青みがかった色調により冷たさも表現できました。



原田勇成の

白神便り

第51回

11月も20日を過ぎると、晴れの日は極端に少なくなり、連日曇り、冷たい雨の日が多くなる。標高の高い山々が根雪となるのもこの頃だ。

う者もいた。比内地鶏が定番の美味しさではあるが、ヤマドリにはかなわない。

標高1000メートル

もう随分前のことになるが、初冬の白神岳から十二湖へと通じる縦走路を気心の知れたメンバーで歩こうということになった。歩くというのはあくまで二の次。山頂の避難小屋で鍋を肴に飲もうというのが一番の目的だった。メインのメニューはぎりたんぼ鍋。ここは青森県であるが、私たちの住むエリアは秋田県と接している土地柄のため、「ぎりたんぼ」は郷土料理の代表選手なのだ。参加者は4人。それぞれ荷物を分担。やはりビールが重い。私はその飲み物担当。たった一晚のために、猟師からもらった2羽分のヤマドリの肉と、それから取った出汁を背負

ル、稜線直下の深いところで積雪は40センチほど。夏時間プラス1時間で稜線へ出る。重荷を小屋に降ろすなり、缶ビールをプッシュ。50m先の山頂へは誰も向かわない。とにかく「ぎりたんぼ」が最優先。早速作り始める。私は少しだけ作業をサポート、来た道を引き返す。最高峰の向白神岳がこの時期にしては珍しく美しい姿を見せてくれた。凍える指を温めながら数枚撮影。小屋に帰ると、皆2本目のビールを飲み終え、大きな鍋が用意されていた。

翌日、全員二日酔いで小屋を出発。何とか6時間後に青池へ下山。生涯一番の「たんぼ」であった。

「思い出のぎりたんぼ」

登山時報

2021 **11** No.561

表紙写真：宮本宏明

「霧氷咲く黒檜山」

赤城山は、冬型の気圧配置が強まると谷川連峰を越えてきた季節風の影響を受け、霧氷が出現することが多い。この日、最高点の黒檜山は朝から雲に包まれていたが、夕方になるとみるみる雲が消え、美しく化粧した姿を見せてくれた。



CONTENTS

- 01 連載 **中国の青いケン探訪記** 松永秀和
- 02 **瀬戸内海の日々**
岩城島 積善山 沢井久夫・鈴木美春
栗島 城山 山下正文・大沢理恵子
- 05 連載 **山を楽しむ写真講座** 宮本宏明
- 08 連載 **白神便り** 原田勇成
- 10 ふみあと
- 11 連載 **子づれ山さんぽ** 武井真理
- 12 **瀬戸内海の日々**
小豆島 星ヶ城山 阿部哲也
江田島 古鷹山・クマン岳 香川佳久
荘内半島 紫雲出山／広島 王頭山 稲見慎一
宮島 宮本隆志
- 20 新連載 **事故防止は仲間の知恵で** 疋田吉継・中川和道
- 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 連載 **登山者のための温泉講座** 古田靖志
- 28 専門委員会活動報告
- 31 全国連盟の活動
- 32 マンガ **フウフウ ハアハア** 村松孝一
- 33 インタビュー **ひと 中川和道さん**
- 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 **会・クラブ紹介 西山ハイキングクラブ**
- 38 **ミニガイド 岩櫃山(群馬)**
- 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** 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。

地球温暖化を打開する選択が必要…

地球温暖化は、人間の活動が影響していることに「疑う余地がない」。

これは、国連の「気候変動に関する政府間パネル」（IPCC）第1部会報告（8月9日）で初めて断定したもので、「証拠がより強固になった」というもの。

気候変動は、集中豪雨、大雪、熱波、海面上昇など前例のない災害を引き起こし、地球規模で持続可能な地域社会の生活を脅かし、山岳自然環境にも大きな影響を及ぼしている。

温暖化は、高山帯に生息する動植物も影響を受け、南・北アルプスやその周辺にしかない特別天然記念物のライチョウも生息を脅かされている。

ライチョウは年間を通じて高山帯に住み高山植物を餌にしている。ハイマツ林は営巣場所であるとともに、捕食者からの逃避場所ともなっている。研究報告では、南北アルプスのハイマツ生息地はかなり減少しているという。温暖化でハイマツの生息地がなくなると、ライチョウにとっては死活問題である。

北海道の山や南・北アルプスなどの高山帯は、素晴らしい自然の景観を登山者に恵んでくれるとともに、生物多様性を保全するための屋台骨として重要な役割を果たしているが、温暖化の影響は、ここにも及んでいる。

温暖化を抑制するためには、省エネ・循環型社会を実現することが求められる。同時に、C

O2を吸収する森林を適切に保全するなど自然環境を守り整えることも必要だ。

しかし、南アルプスでは、現在の政府が認可した、山岳地帯の地下をトンネルで貫通するリニア新幹線計画があり、豊かな自然が破壊されることになる。リニア計画は自然を大規模に破壊するうえに、新幹線の4倍も電力を消費するもので、時代に逆行するとしてもない事業となっている。

登山者は、山岳地域の自然の豊かさを知る「山の民」として、地球温暖化から自然環境を守ることに強い関心をもつと同時に、それを打開する道を選ぶことが求められている。

豊かさを知る「山の民」として、地球温暖化から自然環境を守ることに強い関心をもつと同時に、それを打開する道を選ぶことが求められている。

（浦添嘉徳／日本勤労者山岳連盟 理事長）

以前（2018年12月号）紹介した、子づれ山さんぼの百科事典（!?!）、新井和也・千鶴『赤ちゃんから始めました親子登山』（東京新聞）の流れを汲むような、0歳からの山さんぼを助けてくれる、貴重な書籍を紹介します。

① 木村和也『親子で山さんぼ』（交通新聞社 2020年）



仕事で著者にお会いする機会がありましたが、ご自身の経験から「山じゃなくてもいい、初めは丘でいいですよ!」とおっしゃっていました。



「並木道からはじめよう」「山登りデビューは公園から」等、山へのハードルを下げ、初めの一歩を応援。

一般的な山岳ガイドには載らない、丘陵地、溪谷、牧場の近くにある自然豊かな公園や、特急電車やロープウェーといった乗物を楽しみながら歩けるような場所を、数多く掲載。寄道スポット（子供の遊び場、飲食、日帰り湯）や、交通アクセス、問合先情報も充実。

時々挿入されるコラム＆「山力アップレッスン帳」の項では、「こどもの年齢」「山選び」「ウェア」「親の現状把握」…小さな子どもとの山さんぼでの危機管理が学べます。

木村氏は、故新井和也氏とかつて仕事仲間で、親子登山の本の話をする事もあったとか。巻末の参考図書一覧でも新井氏の著書を挙げられています。

子づれ山さんぼ^こ

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

② 雑誌『母の友』（福音館書店）

2020年7月号（No.806）、2015年7月号（No.746）など



本誌読者の方で、『母の友』を、「子育て中に読んでた、懐かしい!」という方もいらっしゃるのでは? 特集「野山であそぶ」、「身近な自然を感じる」として、気軽な山の楽しみ方のほか、山の写真集のような作りの頁が設けられていたり、保育

のプロや、識者の声も。こどもに関わる話題はもちろん、子育てから離れたところに親自身の純粋な興味を飛ばしてくるような記事も数多く載っています。

『ぐりとぐら』等、日本を代表する絵本を数多く出版している福音館書店の雑誌。

おおよそ夏頃に「野山で遊ぼう」という趣旨の特集が組まれる年があります。2020年7月号では「身近な自然を感じる」と題し、Webマガジン『TRAILS』（※）主宰のひとり佐井和沙氏の体験談を掲載。おむつ&授乳中のこどもを連れ、家族で海外のロングトレイルを旅したこともある佐井さん、「こどもと行く山をWebで調べる時は、『こどもハイキング 低山』等では、出てくる情報にレベルの差が出すぎて×。『住んでいる地域 自然散策』等が◎。『自宅からのアクセス、道のアップダウン』調べも必須」等リアルなアドバイスが! (←私も経験があります…!)

※ハイキングカルチャー、トレイルカルチャーに特化したマガジン形式のWebサイト



寒霞溪裏八景 左「螺貝岩^{ほらがいわ}」と正面「二見岩^{ふたみいわ}」



寒霞溪表十二景 落ち葉の絨毯をふみしめながら、緩やかな登り

瀬戸内海の山々

小豆島・奇岩の寒霞溪と星ヶ城山

阿部哲也 さぬき山歩会／香川

瀬戸内海国立公園の中核となる小豆島は香川県沖にあり、小豆島のほぼ中央には寒霞溪と最高峰の星ヶ城山（816m）がある。星ヶ城山は、嶮岨山とも呼ばれ頂上には城跡がある。

寒霞溪は、約1300万年前の火山活動によってできた安山岩層や火山角礫岩層などの岩塊

が、長い年月をかけて地殻変動や風化・侵食により多種多様の奇岩と崖地が絶景を創りあげた日本三大溪谷美の1つである。昭和9年（1934年）に日本初の国立公園に指定された瀬戸内海国立公園の代表的な景勝地となった。特筆すべきは11月の紅葉シーズンであり、奇岩にイロハモミジ、オオモミジ、アカシデ、イワシデなど50種類を超える紅葉植物が彩を添える名所である。紅葉にはまだ早い9月の敬老の日と紅葉の11月24日に、海岸線の草壁港（0m）から名勝・寒霞溪を経て星ヶ城山までのコースを会員10名で登った。高松港の県営棧橋に集合し、7・20高速艇に乗船して瀬戸内海の離島小豆島に向かう。海は穏やかで高速艇は滑るように航海し、土庄港には35分で到着。港から始発のバスに30分乗り草壁港まで



寒霞溪の頂上から海と空が一体になった風景



寒霞溪裏八景「大亀岩」



電子地形図 25000 (国土地理院) を加工して作成

2020年9月21日 7:40 高松港=高速艇
 =8:15 土庄港 8:20=バス=8:53 草壁港
 ~10:00 さくら広場~10:30 紅雲亭
 ~[表十二景]~12:00 三笠広場~13:
 35 星ヶ城山~14:25 三笠広場~[裏八
 景]~15:05 石門洞~15:45 内海ダム
 15:54=バス=15:59 草壁港 16:15=フェ
 リー=17:15 高松港 ※草壁港発着フェ
 リーは2021年4月から休止中。池田港、
 土庄港発着を利用のこと。

行き、9:05に登山を開始した。秋晴れの中、内海ダム畔のさくら広場まで車道沿いを1時間弱歩き、ここから寒霞溪遊歩道・表神懸線(表十二景)に入る。遊歩道は運動靴でも歩けるくらいに整備され30分弱で寒霞溪ロープウェイのある紅雲亭駅(295m)へ10:30に到着する。トイレ休憩後、奇岩の表十二景に感嘆しながら四望頂(580m)まで約1時間登り、ロープウェイ

イ駅がある三笠広場(612m)には12:00到着した。遊歩道では数人しかすれ違わなかったが、三笠広場の大駐車場はほぼ満車状態で、新型コロナ対策として三密に注意しながら昼食休憩を取った。三笠広場からは登山道となり1時間で星ヶ城山に到着する。

星ヶ城山は南北朝時代に南朝方で備前児島の豪族、佐々木三郎左衛門尉飽浦信胤によって築かれた山城で、現在城址には土塁や空堀などの遺構が残っている。東峰の山頂には石組みの塔が建っているが、『日本城郭大系』



寒霞溪裏八景「大師洞」

によれば、かつてこの辺りに住んでいた宗教団体の信者が後世に組み上げたものであるらしく、ミヤンマー様式の仏塔であるパゴダだという。中には石仏が祀られている。頂上にあるパゴダで記念撮影し、三笠広場まで引返した。下

山は、寒霞溪遊歩道・裏神懸線(裏八景)を廻り石門洞や奇岩を観ながら内海ダムまで歩いた所で、フェリーの時間になり山行終了。ここからは内海ダム前のバス停からバスに乗って草壁港へ行き、内海フェリーに乗って高松港に帰った。

今回のコースは猿の出没が有名で、遊歩道にもドングリが沢山落ちていた。ちよつと心配だったが、結局遭遇することは1度もなく、秋晴れの気持ちの良い登山を堪能することができた。

江田島えただじま・古鷹山ふるたかやま・クマン岳

海を見ながら二つのピークを歩く

香川佳久 桃源郷クラブ／広島

春の海、連絡船で行く 花の縦走路

広島湾に浮かぶ島々は人が住む生活の島が多い。連絡船は通勤通学に絶対必要な島民の足である。瀬戸の山々は、おだやかな船旅と海に囲まれ自然豊かな山歩きがリンクした素晴らしいフィールドである。私達の春の山歩きは江田島の切串港から古鷹山、クマン岳をまわって切串港へ帰る一周コース。以前古鷹山大火の後、山火事に備え防火帯が作られゲンカイツツジ、ミモザ、大島桜などが植樹されており4月はその花木が咲きの豊かな春の海と花の縦走が楽しめる。江田島の名ルートとなっている。

宇品港（広島）9時20分発の

切串港（江田島）行きフェリーは、江田島、能美島等へ行くサイクルリスト達にも人気で、同じ船に乗り合わせる事もある。右手に見える似島は明治以降軍の検疫所が置かれ、第一次世界大戦後のドイツ軍人の捕虜500人が収容された島である。学生とのサッカーク交流で広島にドイツのサッカークを伝えたり、カール・ユーハイムさんが日本初のバウムクーヘンを焼いた島として知られている。

軍事遺構の島 今は平和な登山路

広島湾はかつて海外出兵の拠点であった軍都広島をはじめ岩国の海軍航空隊、呉の軍港や海軍工廠など軍需産業の一大集積地であった。原爆と敗戦により多くの命と生活の場を失った歴史は忘れられない。私たちが登る瀬戸の山々にも多くの軍事遺構が残っているが当時は登山等できない場所であった。今は平



春霞の江田島湾と術科学校



日章旗



方位盤

和で自由な登山が楽しめる良い時代である。

さて切串港に約30分で到着、10時には歩き始められる。立て込んだ家並を過ぎ、長谷川沿いの道路を登って行くと、約1時間で登山コースの尾根道に出合う。眼下に江田島湾、旧海軍兵学校址を望む尾根道はよく整備されており、歩きやすい快適な縦走路である。いくつかの小ピークを越え岩峰の急坂を登ると古鷹山の山頂に到着である。山頂

には八方国方位盤や五省訓の説明板もあって旧海軍兵学校鍛錬の山であった面影を残している。

頂上からの見晴らしは江田島湾をはさんで野登呂山、砲台山と連なる能美島を眺められる。実は江田島と能美島は陸地であつており、現在は合併して江田島市に。そして漁業や柑橘類栽培が盛んな二島で、特に電照菊や高品質なオリーブオイルの生産地で知られている。能美島のさらに向うに霞んで見える端島や柱島等の島々は「瀬戸の花嫁」の歌そのままに小さな連絡船の通う山口県岩国市の島々で広島湾の奥深さを感じる景色である。

広島ベイエリア展望の山

古鷹山は標高394mとはいえ海拔0mからの登山であり、1時間の行程とアップダウンの縦走を歩いてきたので登頂は12時頃になる。お昼も待ち遠しいがさらなる眺望を求めてもうひと

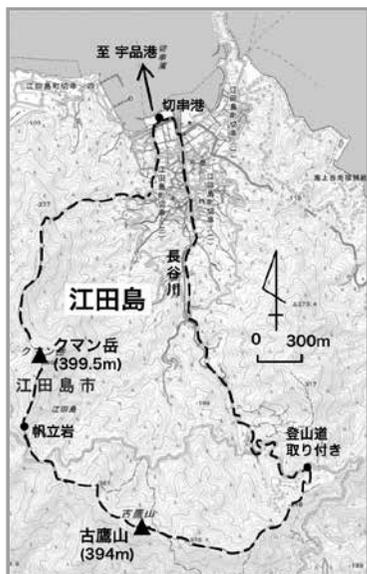
頑張り岩尾根を下って行く、一降りして林道を横断、素晴らしい眺望の尾根を快適に登るとまづは奇岩帆立岩が現れ、さらに進めば広いクマン岳頂上に到着する。



クマン岳付近は奇岩が多い

標高399・5mの頂上からは360度の素晴らしいパノラマが展開する。宮島をはじめ瀬戸の島々、広島市や四国方面も望める。山頂広場でお昼休憩、船舶行き交う瀬戸の展望を楽しみ13時30分下山開始。見通し良い尾根を気持ちよく下る。尾根の急坂を下ると集落が近い。

家屋込み合う中はちよつと分りにくいですが、海を感じる方向に歩けば切串港に着き、14時50分発宇品行きフェリーに乗船できる。海を渡りながら楽しかった今日の山行を思い心に浮かぶ歌はやはり「歌いだし」瀬戸は日暮れて夕波小波(二番)岬回るの小さな船が」かな。



電子地形図 25000 (国土地理院) を加工して作成
参考タイム=切串港>60分>登山道取り付き>60分>古鷹山>50分>クマン岳>60分>切串港
交通=広島市・宇品港からフェリー 30分
で切串港。宇品港までは、広島駅からは
広電宇品行きと宇品行きのバスがある。自
家用車等なら宇品港の有料駐車場を利用
する(1000円/日)。

庄内半島 紫雲出山く父母ヶ浜

稲見慎一 徳島ハイキングクラブ

瀬戸内海を一望できる香川県内屈指の景観スポット

浦島伝説が息づく・春の桜と初夏の紫陽花が美しい多島美の山

桜・満開を楽しみに徳島 陽花の有名な景勝地。今日は桜の

を9時に出発、香川県三豊 シーズン中のため、漁港からシャ

市の大浜漁港駐車場に11時 トルバスに乗り換え(三豊市観光

に到着。紫雲出山(352m) 交流局にアクセスが必要)、舗装

は、瀬戸内海に突き出た荘 された遊歩道を山頂めがけてすす

内半島の先端近くにある。 む。頂上での桜は満開で見事だっ

山頂からは、瀬戸の島々の た。

素晴らしい展望があり、海 お花見登山(弁当)のあと、歩

の向こうには中国山地も見 き足りない徒歩組とバス組に分か

渡せる。また、桜並木、紫 れて下山。二組がほぼ同時に大



瀬戸内海を見渡す



桜並木



日本のウユニ塩湖?



電子地形図 25000 (国土地理院) を加工して作成

2019年4月7日 26名参加
 9:00JR 佐古駅(徳島市) ~
 10:30三豊鳥坂IC ~ 11:
 10大浜漁港駐車場 ~ 12:30
 紫雲出山 ~ 14:10大浜漁
 港駐車場 ~ 14:40父母ヶ浜
 ~ 16:20津田の松原SA ~
 17:50JR 佐古駅
 1:25000 地形図 紫雲寺・
 六島

注)文中、桜シーズン中の「シャトルバス」は2021年現在、運行していません。問い合わせは三豊市観光交流局 0875-5615880。

浜漁港駐車場に帰り着いた。下山後は仁尾町父母ヶ浜の海水浴場に立ち寄った。計画通りに引き潮で、ウユニ塩湖とまではいかないが、潮たまりに景色を映して写真撮影会などした。晴天で絶好の花見日和の山行だった。



江の浦港に向かうフェリーから見た王頭山

山頂（312m）の三角点で集合写真を撮り、王頭砂漠と呼ばれる独特な形の巨石が並ぶ異空間で早々に昼食、帰りのフェリー



電子地形図 25000（国土地理院）を加工して作成
2019年4月21日 8:45 丸亀港～10:05 江の浦港～10:30 登山口～11:30 頂上～13:20 江の浦港～14:15 丸亀港
1:25000 地形図 讃岐広島

瀬戸内海の山々

さぬき広島・王頭山おうとうざん（しわく富士）

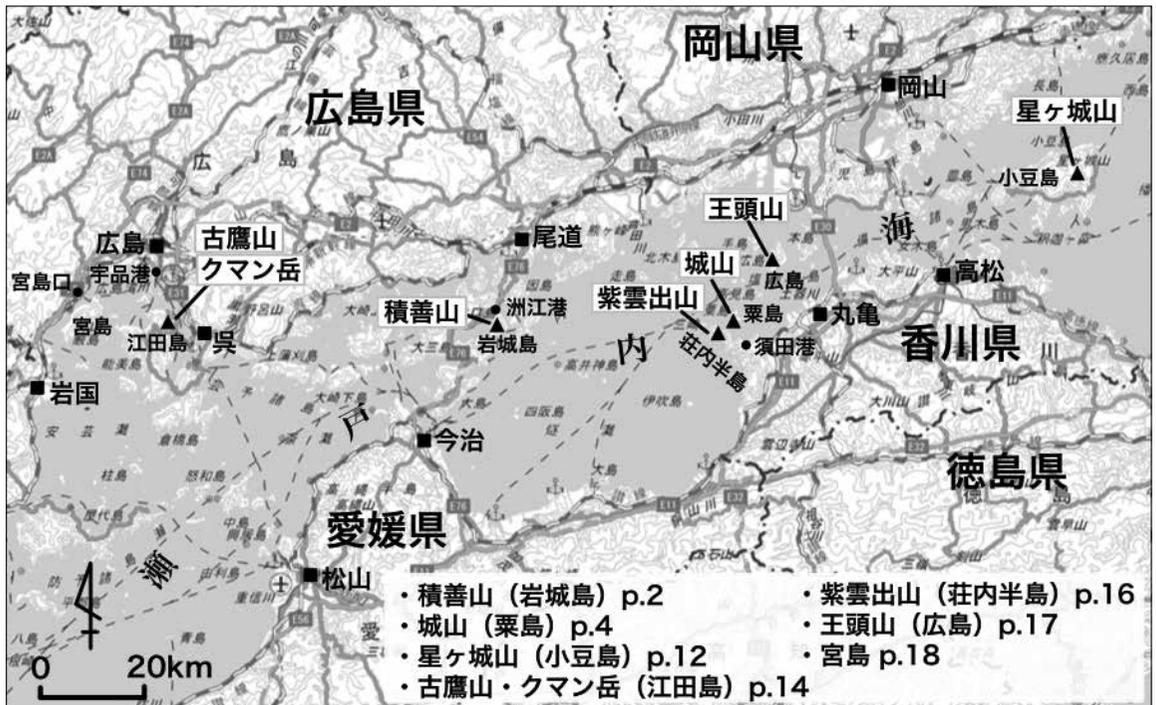
26の島々からなる塩飽諸島の最高峰、山頂から瀬戸内海の島々を一望
大阪築城に使われた「青木石」の産地

稲見慎一 徳島ハイキングクラブ

徳島市（JR佐古駅）を朝7時に自家用車5台で出発し、総勢21名が丸亀港駐車場に到着。丸亀港から備讃フェリー（しわく丸）に乗船して、さぬき広島の江の浦港まで40分の心地よい船旅。港から海岸沿いを歩き、登山口に着く。シダの生い茂る山道、岩場や滑りやすい砂地に気を付けながら山頂を目指した。ピクや赤いツツジがいたるところで咲き、とてもきれいだった。

間に合うよう慌ただしく下山した。江の浦港13:40発のニュービサン（丸亀港まで20分の高速艇）に乗船※。一日中晴天で行きも帰りも海は穏やか。快適な船旅を満喫し、もう一つの目当ての讃岐うどんを丸亀市内で食べて、徳島へ帰路に着く。島の登山はいつもと違う船の移動と満腹感で満たされた一日でした。
※青木へ下山するゆくりしたコースをとれば、次の16:40発の客船がある

本号で掲載した「瀬戸内海の山々」



電子地形図 25000（国土地理院）を加工して作成

瀬戸内海の山々

番外編



安芸の宮島（厳島）は、三つの登山コースの他にもハイカーからベテランまで楽しめる興味深いルートが多数ある。ここでは、こんな楽しみ方をした登山仲間がいるんだということで、番外編として宮島一周歩きを紹介する。ただし、一周歩きは読図や沢経験などの総合力が求められる。

日本三景宮島をめぐる歩き旅 海岸線一周の健脚コース

宮本隆志 広島勤労者山の会

宮島の海岸線一周は約30kmで、北半分は車道歩き、南半分は基本的に海岸歩きである。一周するには宮島棧橋を基点として11〜13時間程度が必要なので、日照時間の長い夏季に実施し、コースは日没後も車道を歩ける反時計廻りを勧める。

さて、スタートは棧橋を出て大野瀬戸を右に見ながら西進。厳島神社・宮島水族館を過ぎると建物も疎らとなり、棧橋から約1時間で広島大学自然植物実験所に到着する。実験所の先で車道はなくなるので、右側の

浜に降りて海岸線を進む。海岸歩きは、岬の通過時は深場があつたり、高巻きすることもある。短距離ならは沢経験を活かしてザックを浮きにして突破する。どちらを選ぶかは、日帰りなので時間短縮を優先する。
大江浦・大川浦を経て、御床浦の神社を進むと下谷浦という入江にでる。ここは小さな川

選択の岐路が次々と

長浦の浜から須屋浦を望む



の河口だが深場となっているので上流部を渡る。下谷浦の川沿いの小道を100m進むと三叉路になり（小さな案内板あり）、そこを右折すると長浦への近道になる。下谷浦の岬を抜けると前方に拝殿を持った須屋浦神社が見えてくる。そこを詣で

て宮島最西端の岬を廻ると景色が一変する。対岸まで数百メートルの狭い大野瀬戸を眺められ、視界が大きく開けて南西方面の展望が利くようになる。長浦の奇麗な砂浜を進み右前方に見える可部島を過ぎると、宮島最南端の草籠崎に到着する。

山白浦まで安全に歩ける。前者の磯歩きにこだわりたい場合は岬のコルの先の小さな沢を降りると小さな浜に出られる。が、潮位が高い時は少し先の岩場が抜けられないので、後者を選択するのが安全である。

革篋崎を抜けると島の南東面に入り、瀬戸内海の高島美が楽しめる。山白浦は小さな川が流れているきれいな浜で、小さな岬の上に山白浜神社がある。宮島は国立公園なので指定地以外でのキャンプは禁止だが、万一体調不良や天候悪化など状況一変した場合、ここ山白浦で回避策をとる。

山白浦から先は岩場が増えるので歩行速度が落ちる。今回は主に海岸



養父崎浦を過ぎた岩場付近



小さな川で塩抜き中

歩きを紹介しているが、宮島南部（自然植物実験所「青海苔浦」）は海岸近くに山道が通っているため、潮位が高い場合のエスケープはそれを利用する。マーキングや案内板もあるので安全だが、日没後の行動は見通しが利かないので注意が必要。養父崎浦の神社裏には小さな川があり、涼しい日影もあるので暑い時期の休憩に良い。養父崎浦を抜けると海岸線が崖状になり岩場も更に増えてくるので、潮位が高い時は岩場を登ったり、水際を胸まで浸かってへつったり、場合によっては泳ぐなどが必要となるが、沢好きな人にとっては堪えられないだろう。前方に入

江が現れ、対岸の浜に神社の拝殿が

見えたら青海苔浦はすぐそこだ。入江の岬突端の岩場から、干潮時には歩いて渡るが、潮位が高い時は10〜20m泳いで渡ることになる。安全策は崖上の山道を登って行く。

車道歩きの青海苔浦と宮島棧橋

青海苔浦から先も海岸は当然続くが通過困難な岩場を避けて、青海苔浦と宮島棧橋間は車道歩きとなる。青海苔神社裏から延びる道を少し歩くと舗装路に出る、これを右に行けば棧橋方面だが、寄り道で左に少し歩くと小さな川がありここで海岸歩きの塩抜きができる。青海苔浦から棧橋までは12km強の舗装路歩きだ。元気だと3時間程度、疲れた足

だと4時間以上はみてほしい。青海苔浦から大砂利までは一般車両の通れない管理道路で多少のアップダウンがある。1時間強歩くと大砂利ゲート

に到着。ゲートの手前を海岸側に少し降りて小さな川を渡って左に登れば先に進める。ここからは一般道なのでタクシーを呼ぶ事も可能だ。腰細浦・入浜までアップダウンがあり、鷹ノ巣浦の手前からは結構な登りが続く。海拔100mの峠を越えて包ヶ浦を下ったら公園のレストハウスが現れ、棧橋まではあと45分程度だ。広島湾夜景を眺めながら海岸沿いを進めば、朝出発した宮島棧橋に到着、宮島一周が完了である。



電子地形図 25000（国土地理院）を加工して作成

交通＝JR利用：山陽本線「宮島口」下車後、徒歩6分で宮島口フェリー乗り場。フェリー約10分で宮島。／車利用：高速広島岩国道路「大野IC」または「廿日市IC」下車後、国道2号線経由で宮島口フェリー乗り場まで約10分。

①宮島のマムシ、山道を歩くときは足元に注意。②秋には山道のスズメバチに厳重注意。③フェリー利用の場合は最終便の事前確認を。④海岸歩きは潮位の事前確認をして計画立案のこと。⑤一周は経験者が沢登りのリーダークラスの同行が望ましい。

事故防止は仲間の知恵で

〈相次いだ懸垂事故…仲間はどうか対応したか〉

新連載

正田吉継・中川和道 大阪府勤労者山岳連盟 教育遵討部

本誌7、8月号で掲載した大阪府連の事故事例第2集（以下、「本書」と略記）の中から、懸垂下降事故の記事を6回にわたり連載する。第1回目は、本書編集方針の礎となった府連「事故対策会議」について紹介する。



2021年発行の大阪府連事故事例第2集「事故防止は仲間の知恵で」

事故対策会議は大きな柱

本書の事故分析では、統計的な分析とともに事故の個別事例の研究と分析が大きなウェイトを占めた。個別事例分析の主体は、大阪では「事故対策会議」と呼ばれる。1年に2、3回開催され、毎回5、6件の事故の経過、分析、教訓、再発防止策を当該の会や登山学校からご報告いただき、

全員で議論して学びあってきた。

これまでに19回、約1000件の事例を議論してきた。この会議では、統計には表れない心の動き、判断の誤りの背景、その時可能だった選択肢の多面的検討などが仲間の本音でヴィヴィットに語られるので、統計分析と補完的な関係をなし、事故分析の双璧をなしている。

事故経験者は「先生」だ

中川は、駆け出しの1972年以来、事故の反省会に何度か出席して、えらく違和感を覚えてきた。東京だったか愛知だったかにいた頃である。実力あるリーダーの何人もの方々が事故を起こした当人を激しくなじられたのである。まるで吊るし上げのような雰囲気で、こんなに責められるのか、事故は絶対に起こしてはいけないのだと思っただけだ。どんな事故だったか今となっては記憶が定かではないが、「勉強が足りないからだ」「引き返さなかつた責任は誰にあるのか」「悪天に耐えられる力を君が持っているなかつたのは山に対する姿勢が甘いからだ」などというものだったような気がする。本人の甘さ、不明、ミスをおかしてしまったそのこと自体を鋭く指摘されたのである。中川はまるで自分が叱られているような気がした。自分がそのミスをやら

かす確率はゼロより必ず大きいと思っていたからだ。その会の様子をおさるおさる見上げつつ、「この方々は君子で、絶対に間違をおかさない方々だ。どうやったらああいう方々のようになれるのだろうか？」と強く思った。ところがその後の経過の中で、中川はその方々が事故を起こされたことを知ったのである。シヨックは大きかった。お手本が崩れたのだから…。彼らの復帰を待望したが、そうはならなかった。そこで、2011年3月に大阪府連で「事故対策会議」第1回をやるときには、思い切った視点を180度変えてみた。すなわち、「事故は誰にでも起き得る。自分も事故を起こすかも知れず、まさしく『明日は我が身』だ。そうすると事故を起こした方々は、その苦い体験を先んじてやって下さった先生である。誰もが事故は起こしたくないと思ひ、気をつけつつ、それでも事故を起こしてしまつた判断の分岐点はどこにあったのかを教えてもらおう。その同じ分岐点に立ち、

事故の側でない側に分岐点を渡ることができずまで教訓を導き出しあっている」と考えたのである。事故対策会議は2020年で19回を数え、100件を超える個別事例研究の討論のまとめが積み重ねられ、そのうち約30件が事例集に収められている。ぜひ読んでみてほしい。

学びあううえで大切なのは、正解をひとつに絞らないことだ。事故を起こした仲間の意見を尊重し、他の意見も尊重し、両論併記あるいは複数論点併記としておき、将来への検討課題を残すことである。

会合の初めに理事長が毎回述べて下さる前口上がある。「事故対策会議は、事故の当事者や当事者に近い責任者が一堂に会して経験を語り合い教訓を探しあうことによって事故を減らしていく会合で、事故当事者の不明や欠点を攻撃する、吊るし上げのな会議ではない。同じ場面に自分が立ったとき事故を避ける判断の分岐点がどこにあったの

かというヒントを探り、教訓を学びあう会議である」というものだ。同じ方向性は、2017年10月15日に出された「平成29年3月27日那須雪崩事故検証委員会」報告書がその冒頭で「責任追及は目的としない」と述べていることにもみられる。責任追及は警察などの仕事だと私たちは考えている。

以下、具体的な事故事例として、大阪労山で相次いで起こった岩登りの懸垂下降時の事故を取り上げる。これまで述べてきた観点を踏まえながら読んでいただければ幸いである。

懸垂下降はいつも緊張

「ロープが切れたり抜けたりしたら一巻の終わりや」。初めて懸垂下降をした時の恐怖感は今でも忘れない。岩登りというのは、登っている時は、基本、上を見て、しかも必死に岩に食らいついているので、意外と恐怖感というのは襲ってこないものだ。だが、登り終え、いざ下降という時に下を見てビビる。しかもロープだけを頼りにまっすぐに地上まで降りるといふのだから、ビビらない方がおかしい。岩登りにある程度慣れてきた今でも、やはり緊張して怖い。神経を集中せざるを得ない。

そんな懸垂下降時の事故が、1998年から2020年までに大阪労山で6件発生した。最近では2014年に2件続いて発生し、2019年にも1件起きてしまった。これらの事故のあと、所属会や大阪府連ではどのような対策が取られ、どのような成果があったのか。検証してみた。



事故時のヘルメット

CONTENTS

コロナ禍のなかで **東京パラリンピックも開幕**

「体幹トレーニング」は「動きと連動」が前提？

ウォーキング日本縦断 千葉 泉自然公園周辺史跡巡り

ケガをしないでスポーツを楽しむために

スポトビ オリンピック反対する人の理由と「祝賀資本主義」

スポーツのひろば

2021 11
No.541 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>

東京都北区田端 1-24-22 山柿ビル 3F
TEL 03-5834-8726 FAX 03-5834-8723



マツタケ狂、騒動



9月中旬のある日、午前中だけで34本採取。
最初に大量に採れたマツタケ。

今年のマツタケは大豊作!! 八月に土用マツタケが現れ、いずれのアカマツ林の山も、大げさな言い方をすると雨後のマツタケ状況? である。大不作であった昨年および一昨年のツケを払しょくするに余りあるもので、それこそ狂騒である。私の住まう南信州は伊那谷のアカマツ山も久方ぶりの大賑わいで、どこのマツタケ山もクマ除け爆竹の音が鳴り響いていた。友人のHさんは、山登りと釣りの趣味とともに目の色が変わる大事がマツタケ採りである。地元の有村林(マツタケ山)を入札で競り落とし、年間の楽しみとしている。

マツタケといえは、我が国では名の知られた最高級のキノコ。特に純国産となれば誰しもが一年に一度くらいは食してみたいと願う。野性味、その匂いと容姿は垂涎ものであり、高価な贅沢品でそうそう口に入るものではない。世界にはマツタケの種類はいろいろあり、私はブータン、北朝鮮、中国、カナダなどのものを食したことがあるが、味、匂い、姿とも? 純国産は数回口にすることがあるが少々である。しっかりと食したい思いは無くならない。

私はマツタケが直に生えている現場を見たいとHさんにお願ひし、彼の誘いもあり昨年の秋から入札山に何度も同行した。一番の奥は深く高く(約1300m)、傾斜のきつい登山要素が大きい場所であるが、低価で押さえることができたという。その他にも仲間とともに共同管理にて数か所を押さえている。『トレーニングにもなるし、マツタケの様子を見ることもでき

るから一石二鳥』との彼の言い分を通う。ところが、秋の終わりになっても彼の持ち場からは一本のマツタケも生えず、本人が言う『2年前はビギナーズラックだった』という豊作話が愚痴となり、雑キノコの味の良さを言い訳に、他種キノコ採取に励むことになった。

そんな時、Hさんの所属するマツタケ研究会の話を聞いてみると、人工栽培にも手をつけ、研究に心血を注いでいるという話も聞き、実施現場にも行ってその実践を見学した。アカマツの根を切つて、その周辺に直接マツタケの傘を置き、胞子を落とさせてシロを作ると言う。生えるには4~5年かかるらしい。調べてみると、現在の培養技術は子実体発生前の原基形成までではできるが再現性に欠け、安定した子実体発生までの技術を確立したとの報告はなされていなくという。大学やバイオ会社などでは、適した基材料と栄養素および環境の特定に



大きくて立派な一本1万円クラスのもの。



一列に繋がっていることが多い子マツタケ。4日程経つと立派なサイズに。

向けて研究されているらしいが、菌株毎に大きく培養特性が異なる事や、長期の培養により菌糸繁殖能力が低下する等難しいようである。

Hさんは『ただ生えるのを待っていただけでは大きくなりすぎ、傘が開いてモノにならない。特等級レベルのサイズを採るには、シカに食われてしまう前に発見し、網をかぶせて保護し、ちようどよくなったところに採取するのだ！』と気温と雨量のデータに夢中となった。

八月には十分な雨量があり、猛暑も少なく、秋が早く気温も下がり、生えやすい条件は整ったという。果たして、九月中旬過ぎに目を皿のようにして這いずり回った末、白い頭をチョコッと地面から突き出したマツタケを発見、次々に一列に5〜7ほど繋がったマツタケの子供が面白いように見つかり、プラ製の箆を片っ端からかぶせ、4日ほど経ってから収穫するというめどが立った。生えてくるメカニズムを整理して気象条件等の

データを分析し、科学的、合理的に行動をしないと働きの徒労に終わるということに気付いた。私たちは、この一年が大変勉強になった。そして、見つけるのが格段にうまくなった。

その後2回の入山で100本を採ることができたが、しばらくすると私たちの笑顔が曇ることが起きる。価格の暴落である。頭初1キロ5万円だった相場が瞬く間に下落し、2万円になってしまったのだ。彼は少しいかなだれてから顔をあげ『ま、いいか。元は取れたし、これまで楽しませてもらって、親戚縁者、友人、知人、世話になった人たちに贈れば笑顔をいっぱい返してもらえる』と、私も相当ご相伴に預かった。

まず、マツタケご飯、焼きマツタケ、お吸い物に、天麩羅：これほど堪能したことは今までにない。普通、マツタケの旬は10月。『もう一回戦あるぞ』と誰かが叫んだ。環境条件とアカ

マツの栄養状況が良ければシロは維持されて必ずマツタケが出るのである。ただ心配な事は地球温暖化である。秋の味覚のマツタケは、今や広島や京都、我が国の西方ではなく、東北地方に産地としての順位を奪われてしまった感がある。

四季のある温帯としての我が国が亜熱帯化したら、キノコの王様マツタケは絶滅危惧種になってしまう。そうなる縄文時代から営々と続いてきた5000年というマツタケ食文化の歴史が終わり、そう遠くない未来にマツタケという尊いキノコの話が文献に残るのみとなる。あゝヤクダ、SDGs教育を徹底し、自然環境の変化をいかに止めるか大人は本気で考えねば！

いつの間にか私もマツタケに首ったけとなった。

注) シロ…キノコはカビ、酵母と同じ真菌類。カビと同じ糸状菌で細胞が糸状に連なる。マツタケのシロは菌糸とアカマツの根で構成される。



第20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

少し早いが

冬の天気を考えてみよう！

低気圧の通過・ 西高東低の気圧配置

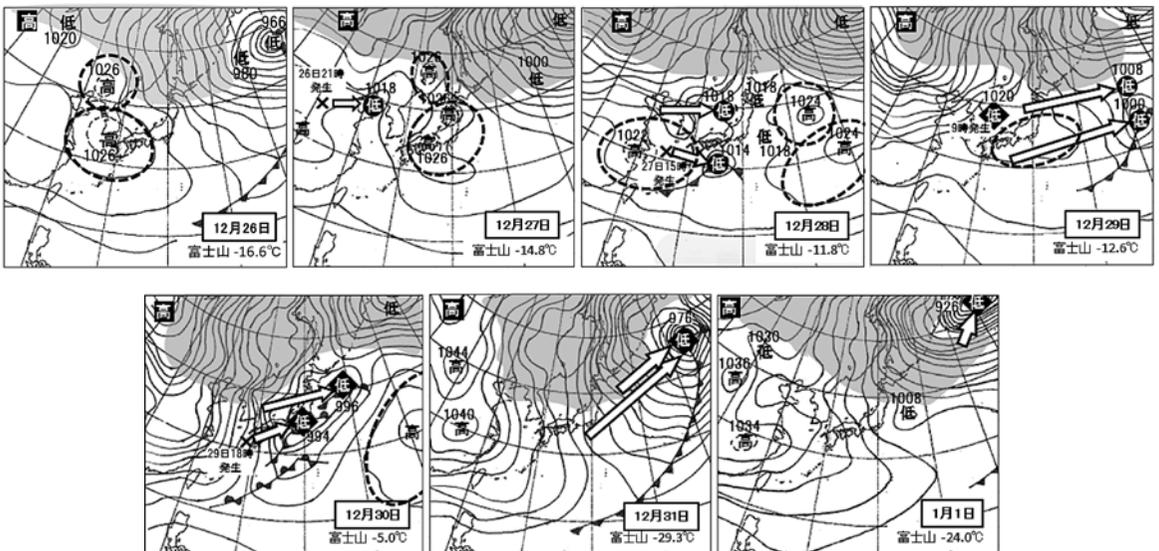
冬は山岳の気象が最も厳しい季節だが、天気変化の構図は実はシンプルだ。夏から秋にかけては梅雨前線、夏の積乱雲、秋雨前線、台風と役者が多く賑やかだが、10月に入ると秋雨前線が消え、11月にもなれば台風が来ること稀になり、日本列島には低気圧と移動性高気圧が西

から交互にやってくるようになる。さらに晩秋から冬に季節が進むと、本誌1月号でも紹介したように、アジア大陸が奥地から冷えて

きてシベリア高気圧が強まり、低気圧の通過と西高東低気圧配置が交互に繰り返されるようになる。正確には低気圧の通過前にはシベリア高気圧が千切れて移動性高気圧になり日本付近を通過していくので、西高東低↓移動性高気圧↓低気圧↓西高東低の繰り返しになる。この一連の天気の流れを理解しておくことが、冬山の気象では大切だ。

昨年12月26日から7日間の天気

実例として天気図を並べたので、詳しく見てみよう。26日は西高東低だが、シベリア高気圧の南東端が千切れかけて移動性高気圧になってきた。27日は高気圧が千切れ日本列



昨年12月26日から元日までの天気図

毎日午前9時。シベリア高気圧を■、1回目の低気圧を●、2回目の低気圧を◆で表した。矢印は前日からの低気圧の移動。点線は移動性高気圧、薄墨は上空の強い寒気（高度約5300 mで-36℃以下）。

島を通過。移動性高気圧とシベリア高気圧の間に気圧の低いところ(気圧の谷)がで、その中に低気圧が2個発生した。28日は2個の低気圧が日本海と本州南岸を併進したが発達は弱い。低気圧通過後の西高東低気圧配置の時間とは早くもシベリア高気圧が千切れて移動性高気圧ができた。29日には低気圧は東に抜けた。移動性高気圧は中心がはつきりしないが本州南東部を覆う等圧線が膨らんでいる部分があるので、その後ろに2回目の低気圧が発生。30日はその低気圧が急発達しながら日本列島を通過。その後から強い寒気が南下。31日は低気圧が千島列島の東で猛発達し西高東低の気圧配置。等圧線の間隔が狭く、これは東西の気圧の差が大きく季節風が強いサイロンド。しかも上空には強い寒気が侵入しており山は気温が急降下し酷寒暴風、猛吹雪に

太平洋側は晴れ・日本海側は雪や雨

なる型だ。元日も強い冬型で3日まで長く続いた。以上から、移動性高気圧↓低気圧↓西高東低↓移動性高気圧を繰り返す天気パターンが確認できるが、その変化のテンポが速い時と遅い時、低気圧の発達の有無、強い寒気の南下の有無、西高東低気圧配置の等圧線の間隔、がその時々で違いがあることもわかる。その違いが悪天候の強さや範囲に大きく影響するわけだ。その他、低気圧のコースも大事な注意点になる。

では、実際の天気と見比べてみよう。表に各地の山間部のアメダスの降水量をまとめた。低気圧の通過時には全国的に降水(雪か雨)があるが、通過後に西高東低気圧配置になると太平洋側は天気概ね好転するが日本海側は雪や雨

が続く。日本海側で降水が無いのは移動性高気圧が日本付近を通過する時だけだ。また、降水量は1回目の低気圧より2回目の低気圧の方が多く、悪天候が厳しかったが、これは低気圧が強かったためだ。

また、低気圧で降る雪と西高東低気圧配置で降る雪では雪質が違うことにも注意しよう。表の太枠で囲んだ開田高原の30日と1日のデータを見比べると、1日は30日より降雪量が多いのに降水量が少ない。つまり低気圧が通過した30日は水っぽい重い雪、西高東低気圧配置の1日は軽い雪だったわけだ。雪質の違いは積雪への沈み込みや濡れやすさ、積雪の安定性(雪崩に関係)に関係して冬山登山への影響が大きい。

次回は低気圧を中心に話を深めたい。今月号の天気図を見ながらお読みいただけるとより理解しやすいので、お手元に保存願いたい。

山域	アメダス名	標高	26日	27日	28日	29日	30日	31日	1日
			西高東低	移動性高気圧	2回目低気圧通過	移動性高気圧	2回目低気圧通過	強い西高東低	西高東低
北海道	手稲山	598m	6	0.0	2.0	0.0	2.0	1.5	4
東北	酸ヶ湯	890m	7.0(23)	0.5(1)	4.0(1)	7.5(9)	21.0(32)	8.0(32)	3.5(14)
上越	湯沢	340m	17.5(18)	0.0	4.5	1.0	19.5(37)	16.5(17)	29.5(45)
関東	箱根	855m	0	0.0	0.0	0	16.0	0.0	0
北ア北部	立山芦峯	379m	15.5	0	2.5	0	44.0	13.5	27.0
北ア南部	上高地	1510m	1	0	4.0	0	27.0	4.0	7.5
八ヶ岳	白禰湖	1440m	0.0	0	2.0	0	14.5	1.5	0.0
御嶽	開田高原	1130m	0.0(2)	0	4.0(6)	0	14.5(6)	0.0(1)	2.0(10)
紀伊	天川	840m	0	2	3.5	0	17.0	16.5	0
四国	成就社	1280m	0.0	9.5	10.5	1.0	21.0	0.5	0.0
中国	大山	875m	0.0	1.0	1.0	1.0	49.5(71)	29.0(33)	1.5(5)
九州	英彦山	823m	0.0	6	3.5	5	29.5	2.0	0.0

降雪量データのある地点は、降雪量 (cm) を括弧書きで表した。
※四国の成就社アメダスは、石鎚山の北側中腹にある。

昨年12月26日から元日までの各地の山間部のアメダスの降水量 (mm)

山の温泉の生物学

古田靖志 下呂発温泉博物館 名誉館長



地獄谷温泉の猿の入浴

以前、長野県地獄谷温泉の宿の露天風呂に浸かっていた時、一匹の猿が山の方から降りてきて、そのまま私の入っている露天風呂に入ってきました。「からだも洗わずに、いやだなあ」と思いましたが、しばしの混浴を楽しみました。

山の温泉、特に露天風呂では、色々な生き物との出会いがあります。今回は温泉と生き物の出

会いを取り上げてみることにしました。

アブとの出会い

一度は訪れてみたかった憧れの温泉に到着し、気分は最高潮。

「さあ、有名な露天風呂に入るぞ」と、素っ裸になって、露天風呂に入ろうとした瞬間、何匹かのアブがしつこくつきまとってきて、「やめてー」となったことはありませんか。

標高がよほど高い温泉は別として、夏場の山の露天風呂は、アブとの出会いが待ち受けています。アブ対策の基本は、長袖・長ズボンで素肌を隠すことです。が、なにしろ露天風呂では素っ裸というこの上ない無防備な状態で戦うこととなります。

アブは、雌が産卵に必要なタンパク質を得るために、動物の血液を吸って生きています。そのため、動物の吐く二酸化炭素や、体温、特殊な匂いなどに反応して、ターゲットとなる動物

を察知します。そこへ裸の人間が現れてくれれば、アブにとっては柵からばた餅です。したがって、アブがつきまとってきたら、とにかくすぐにお湯に浸かり、肌を晒す部分を最小限にしなければなりません。

アブは、ハチのように毒針で刺すのではなく、のこぎりのような鋭い歯で皮膚を切り裂いて、そこから滲み出てくる血液を吸います。そのため、一瞬であっても皮膚の上に止まってから（着地してから）切り裂くので、皮膚に止まらせないようにすることが大切です。ハチの場合、手で振り払えば刺されることがありますが、アブの場合は振り払っても大丈夫という訳です。とにかく、近寄ってきたら手で振り払うことです。ハッカ油を肌塗ることも効果的だと紹介されていますので、首筋などに塗って入ることも一つの方法でしょう。手取り早い方法としては、濡れたタオルを頭にかけて、首から上を守ることです。白黒斑

の牛のホルスタイン種の場合、アブは黒色の部分に群がり易いことが知られており、白いタオルで黒い髪の毛を覆い隠すことは一石二鳥のようです。

また、アブは、車の排気ガスや熱にも反応して寄って来るため、野湯へ車で向かう際にはすぐにエンジンを止めないと、車の周りがアブだらけになってしまうこともあり（何度も経験したことがあります）。

温泉に生息する生物

アブのお話をしてきましたが、特にミズアブは、幼虫が池や沼の他、高温の温泉にも生息することで知られ、オンセンアブと呼ばれています。他にも、オンセンバエ、湯布院の金鱗湖の温泉水路に生息するオンセンゴマツボなど、「オンセン」の名前が付く生物が存在しています。私は新潟県の燕温泉の真っ白な露天風呂でオンセンアブの幼虫と混浴をしたことがあります。あ

まり感じのよい混浴ではありません（野湯や山の露天風呂では、浴槽の底や縁を物色することは決してお勧めできません）。

温泉に生息する生物は、長島（2012）によると、原生動物の絨毛虫類（ゾウリムシなどの仲間）が185種、節足動物（昆虫や甲殻類、クモ類など）が147種、原生動物の肉質虫（アメーバなどの仲間）が46種、軟体動物（貝などの仲間）が29種報告されています。また、細菌（バクテリア）や藻類などの微生物も、実に多様な温泉環境の中で多くの種類が適応して生息していることが確認されています。中には90℃以上の高温泉や、pH2といった強酸性の温泉に生息している強者もいます。草津温泉の湯畑などに生息するイデユコゴメは、高温で強酸性泉に生息している紅藻の一種としてよく知られています。

温泉が自然に湧き出している野湯をよく見ると、茶色い沈殿物が生じていたり、温泉の水面

に油膜のようなものが浮いていたりすることがあります。茶色い沈殿物の正体は、温泉中に生息する鉄酸化細菌によって生成された水酸化鉄などです。また、油膜のようなものの正体は、オイルスリック状バイオフィルムと呼ばれる、微生物が温泉成分を利用して作る微生物皮膜で、油が浮いている訳ではありません。また、人体に影響を与えるものでもありません。

温泉に生息する微生物で問題視されるのが大腸菌やレジオネラ属菌の存在です。両者は人間が浴槽へ持ち込んだり、人間の営みにより増殖したりするものです。特にレジオネラ属菌は、もともとは自然界に存在する普通のバクテリア（常在菌）ですが、循環浴槽の配管の中に生成されるバイオフィルム（アメーバ等のぬるぬるした微生物皮膜）の中に潜んで増殖し、飛沫と一緒に肺の中に入るとレジオネラ肺炎を起こします。飛沫が肺の中に誤進入しないように、給湯口や

打たせ湯付近を避けたり、ミストサウナのようなものを避けたりすることが賢明でしょう。

温泉を利用する生き物

温泉が好きで利用するのは、人間や地獄谷の猿だけではありません。全国各地の温泉には「温泉発見伝説」があり、白鷺や熊、鹿や猿などの動物による発見伝説も枚挙にいとまがありません。昔から動物と温泉の距離が近かったことを物語っているのでしょう。それを裏付けるかのように、群馬県の野栗沢温泉には、カラフルな色をしたアオバトが、温泉中のミネラルを補給しに、群れを成してやって来ます。

最近では、温泉を利用した養殖が各地でさかんに行われています。スッポンやティラピアはもとより、トラフグ、ウナギ、チョウザメなどが、今日も元気に温泉の中を泳ぎまわり、すくすくと育っています。



○ 労山基金運営委員会

山行計画書の提出日・受理日

基金運営委員会では、提出された交付申請書を審査しているが、同送された山行計画書の会・クラブ内での提出日・受理日が確認出来ない場合は、申請内容に問題がなくても「条件付き申請通り承認」としている。このような審査結果を受けた会・クラブは多いと思う。たまたま9月の審査結果には条件付きが1件もなかったが、通常は数件ある。

提出日・受理日は、しかるべきタイミングできちんと山行計画書が会に提出されている、また提出された計画書をしかるべき会組織がきちんと把握チェックをしている証として認識している。従って、計画書上それらが確認できない場合は、「今後はそのようなことがないように。それが条件ですよ」ということで条件付きになるのである。

ただ運営委員会も、提出日・受理日が確認できないからといって、上記の提出・確認が会の中で

きちんとは行われていない（まれにはあるのか）とは思っていない。また計画書に提出日・受理日を記載することは実務上手間を要することだと思う（特に受理日は）。現在、労山基金業務の効率化、オンライン化に取り組んでいる。計画書の提出・確認がきちんとは行われる会の仕組みとその運用が確立していれば、私見ではあるが、計画書上で提出日受理日が確認できなくても「条件付き」は不要だし、もうその時期に来ていると認識している。

（鶴田秀雄／労山基金運営委員）

○ 山筋ゴーゴー体操推進委員会
9月委員会

山筋推進委員会は毎月行っているが登山時報紙面に載せてもらい、会員にお知らせできるのは紙面の都合で隔月でしかない。9月の議題は次の2点でした。

1 山筋講習会について

2 サポーター養成講座について

1 については、このコロナ禍の中で行う場合の注意点や、心得に

ついて再確認した。コロナ禍では体温、消毒も重要であるが何よりも広い場所の確保を主催者にお願したい。全国連盟は2019年に「山筋ゴーゴー体操普及についての地方連盟への通知」を出している。開催申込をする時は、その通知をよく読んでほしい。また、テキスト「山筋ゴーゴー体操冊子」は新しくなり、受講参加者には新しい冊子の購入をお願いしている。

2 のサポーター養成講座は12月11日（土）～12日（日）に全国連盟事務所で開催する予定だ。年齢は60歳までとし、サポーターの若返りを図る。募集人数は10名以内。DVDの普段からの活用により、サポーター養成講座のプログラムの見直しの意見も出た。

（久保典子／山筋ゴーゴー体操推進委員長）

○ 組織部

組織活動を支えてくれている各地方連盟に感謝する!!

9月議題は3本。

第一「組織アンケート調査」

8月から組織アンケート調査の依頼を各地方連盟にお願いし、コロナ禍でも会員を増やしている会・クラブの取り組みをまとめている。続々と続く報告資料を読み討論の場が湧き立った。

第二「課題別講演会の状況」

課題別講演会は5回を無事終了した。9月に第6・7回、10月に8・9と順調に行われる予定。外部講師を招かず、労山内だけの人力・人材で行っている。毎回登場する講師から労山の持つ人材の魅力・豊かさ・厚さを再認識した。

第三「評議会・総会への女性参加の推進について」

労山の会員は2021年で男女がほぼ同数に近づいている。一方評議会・総会では女性の参加は少ない。女性参画の工夫等討議し、理事会提案とした。

アンケート調査も、課題別講演会も地方連盟の協力の下で行うことが出来た。これからも地方連盟と協力・理解を得ながら組織問題に取り組みたい。

(久保典子／全国組織部長)

○遭難対策部

2件の死亡事故が発生

8月1日から9月15日までに届いた事故一報は35件36名。16名が転倒（無雪期12名、沢登り4名）。5名が滑落（沢登り3名、無雪期と登攀が各1名）。5名が落石（無雪期3名、登攀2名）。確保ミス2名（人工壁と沢登りが各1名）。体勢（沢登り）と動植物（無雪期）が各1名。その他4名。男性21名、女性15名。所属連盟は、道央6名、神奈川・兵庫が各5名、東京4名、京都3名。群馬・千葉・静岡が各2名。埼玉・長野・和歌山・大阪・広島・長崎・鹿児島が各1名。70代11名、60代13名、50代7名、40代4名、20代1名。

登攀・人工壁の事故は減少しましたが、沢登りの事故は前月の2倍の10件と増加し、死亡事故が発生しました。前年の沢登り死亡事故と同様の場所で起こり、和歌山県連50代女性が溺死しました。連盟からの報告を待ち、精査して別の機会に報告致します。

さらに、8月中旬、雲ノ平で低

体温症による死亡事故が発生しました。長崎県連70代女性の単独登山でした。台風による大雨や風の影響があった事、何よりも安全登山に必要な力やこれから起きる出来事や変化する状況を常に予測する想像力や応用力が不足していたと考えています。単独の場合は、自身の体力を過信せずに余裕のある登山を実行してください。

(石川昌／全国遭難対策部長)

※事故一報の一覧表は次ページを参照してください。

8月1日から9月15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	7.31	道央	73	女	ニトヌブリ	無雪期	落石 ガレ場を下降中に落石あり、接触負傷	右足・両腕打撲、頸椎捻挫
2	7.31	道央	70	女	ニトヌブリ	無雪期	落石 ガレ場を下降中に落石あり、接触負傷	左足打撲による内出血・裂傷
3	8.01	東京	71	男	奥多摩	無雪期	虫 蜂に刺され、帰宅後病院で処方箋をもらう	蜂刺され
4	8.01	和歌山	54	女	大峰	沢登り	滑落 足を滑らせ、ロープにしがみつくと滑落して意識不明に	死亡(溺死)
5	8.04	兵庫	59	男	(室内)	人工壁	滑落 ジムが実施するビレー検定で、壁に足が接触	左脛骨内果骨折
6	7.31	兵庫	56	女	六甲山	無雪期	転倒 下り坂で、木の根に靴が挟まり転倒	左足首複雑骨折
7	8.03	神奈川	68	男	飯豊山	無雪期	転倒 下山中、石に躓きバランスを崩した	膝骨折
8	7.31	千葉	67	男	二口山塊	沢登り	転倒 石に滑って転倒	左肘の脱臼と関節一部の骨折
9	7.18	千葉	73	女	日光男体山	無雪期	転倒 踏んだ石が割れて回転し転倒	擦過傷
10	8.01	埼玉	68	男	白山	無雪期	転倒 お尻をつくように転ぶ	左足首骨折
11	7.25	静岡	47	男	十二ヶ岳	登攀	落石 自然落石を避け切れず、腕・脇腹に当たる	右前腕部裂傷
12	8.07	道央	63	女	小樽赤岩	登攀	落石 リードクライミング中に踏んだ岩が崩壊	頭部・全身の打撲、擦過傷、頭部内出血
13	8.07	道央	64	女	日高山脈	沢登り	転倒 下山中、足を滑らせ転倒	左手首骨折、剥離骨折
14	8.02	京都	61	男	(室内)	人工壁	その他 左足で立ちこんだときに肉離れ	左脚腓腹筋損傷
15	8.10	大阪	50	男	尾瀬	無雪期	転倒 雨天の木道を歩行中に滑って尻餅をつき、木道に挟まった	左脚くるぶし骨折
16	8.15	道央	55	男	無意根山	沢登り	体勢 下山中、3点支持で降りたが、足が滑って両手で保持	肩腱板断裂
17	8.08	広島	68	女	西中国山地	沢登り	滑落 登攀中に滑落、顔面と両上腕を打撲	打撲
18	8.01	静岡	73	男	文珠山	沢登り	墜落 足が滑って半回転して墜落	左橈骨遠位端骨折
19	7.25	長野	71	男	弓折岳	無雪期	転倒 下山中、登山道を踏み外し転倒	左足首捻挫
20	8.04	京都	69	男	三国岳	無雪期	転倒 岩に足をのせて滑り、うつ伏せで倒れた	肋軟骨損傷
21	8.21	群馬	72	男	木の根沢	沢登り	転倒 水流をトラバース中に、同行者が流されたので確保して腕を痛めた	上腕筋肉痛
22	8.13	長崎	73	女	雲ノ平	無雪期	低体温症 疲労により行き倒れ、心肺停止	死亡(低体温症)
23	8.21	道央	72	男	白老川	沢登り	その他 薪集め中、丸太を右親指に落とす	右足親指先端骨折
24	8.08	兵庫	45	女	大台ヶ原	沢登り	その他 ロープを頼って横断中、水中の岩で膝を強打	変形性股関節症
25	8.29	東京	69	女	高頭峠	無雪期	転倒 下りの傾斜の泥道で滑り転倒	右手首骨折
26	8.28	鹿児島	44	男	金峰山	登攀	その他 メインロープに左指が挟まる	左第二指MP関節尺側副韌帯断裂
27	8.29	兵庫	73	女	立山	無雪期	転倒 浮石を踏んで転倒	打ち身
28	8.21	京都	67	男	愛宕山	無雪期	転倒 雨で濡れた枯れ葉を踏んで、隠れていた枝に引っ掛かる	左手首関節部分に剥離骨折
29	8.20	東京	63	男	餓鬼岳	無雪期	滑落 笹の根に右足首が引っ掛かり、左斜面に1.5m滑落	右足関節内剥離骨折
30	8.27	東京	54	女	安達太良山	無雪期	転倒 下り斜面で足を捻った	左足関節外果剥離骨折
31	8.28	神奈川	41	男	西沢渓谷	沢登り	その他 深さがあると飛び込んだが、浅かったので捻挫	捻挫
32	8.27	神奈川	70	男	赤木沢	沢登り	転倒 高巻きの下りで飛び降りた際、突き出た灌木に腹部を強打	創傷(7針縫合)
33	8.30	兵庫	66	女	六甲山	無雪期	落石 先行者の30cmの岩が崩れた	第9および第10肋骨骨折
34	9.11	群馬	58	男	金峰山	無雪期	転倒 下山中、石に躓き転倒	左眼上部裂傷
35	9.11	神奈川	29	男	小川山	無雪期	滑落 ルート上で滑落し、自力下山	右足関節内果骨折
36	8.27	神奈川	67	男	大菩薩峠	無雪期	その他 下山時の沢渡渉で石を踏み外した	左足親指部骨折

事故一報の受領順で掲載

	20代	40代	50代	60代	70代	合計
男性	1	2	4	8	6	21
女性	0	2	3	5	5	15
合計	1	4	7	13	11	36

	無雪期	登攀	沢登り	人工壁	合計
男性	10	1	7	2	21
女性	9	2	4	0	15
合計	19	3	11	2	36

	転倒	墜落	落石	滑落	体勢	他	合計
男性	10	1	1	3	1	5	21
女性	6	0	4	2	0	3	15
合計	16	1	5	5	1	8	36

	骨折	打撲	損傷	断裂	捻挫	その他	死亡	合計
男性	11	0	2	1	2	5	0	21
女性	5	5	0	1	0	2	2	15
合計	16	5	2	2	2	8	2	36

- 1日 第5回全国登山研究集會に向けた課題別講演會（わかりやすい文章の書き方）
- 13日 自然保護委員會
- 14日 三役會議
- 同日 山筋ゴーゴー体操推進委員會
- 同日 組織部會
- 15日 遭難対策部會
- 16日 登山時報編集委員會
- 17日 機関誌検討委員會
- 22日 第19回理事會
- 28日 労山基金運営委員會
- 29日 第6・7回全国登山研究集會に向けた課題別講演會（還暦からのボルダリング、コロナ禍でも会員を増やす総合山岳會）

第19回理事會、討議事項

- ① 機関誌検討委員會の結果について
 全国連盟の活動を会員に周知するために、必要なメディアを精査していく。連盟費を効率よく使い、より多くの会員に情報がいきわたるような施策を考える。
- ② 女性委員會再編成會議について
 今期はコロナ禍もあり女性集會を開催しない。再編成の進め方について地方連盟からの意見を取り入れるため、アンケートを実施する。その中身を検討した。
- ③ 全国連盟總會代議員について
 女性会員が半数以上を占めているにもかかわらず、總會代議員に女性が少ない。女性の参加を促進していく。





FROM EDITOR

コロナ禍の花の季節感は例年と違い違和感を覚えつつ過ぎ、近隣の庭先に、いつもの年のように…彼岸花（曼珠沙華）が咲き彩り、移ろいとともにも消えた。深秋の山裾もまたいつもと違う表情を感じる。未だみえない感染拡大の勢い早期の収束を願う日々だ。（橋口）

今月号は「瀬戸内海の山々」を企画し、山の個性や魅力にスポットをあてた。公財）日本離島センターの「しま山100」では、瀬戸内海にある山を43座選定しているが、このうち4つを紹介できた。島の人の暮らしや歴史、名所、そして島の魅力を再発見してくれたら幸いである。（今野）
 時報の取材で山梨県早川町の七面山を訪れる。標高差1200m、4時間弱で登った。3回目だが今回は敬慎院に宿泊。法華経の入口に触れる。速読と言われる読経。一瞬、単調だが吸い込まれるような雰囲気。5時間以上も登り、お詣りする信者の強さに感動する。（田上）

夏鳥も蛙や蝉の声もかき消え、夜は虫が音を競う。稲穂は黄金の波、赤トンボ舞う秋だ。山は紅葉が始まった。だがこの美しい日本の四季も、世界の人々の暮らしも、あらゆる生態系も存亡の危機に直面している。「気候危機」の認識を行動に！（鈴木）

鬼怒沼湿原で柴犬を見た。ペットを山に連れて行くと下界の雑菌を山に持ち込む可能性が大きく、それに耐性のない野生動物には大きな脅威だ。連れていかれるペットも迷惑だろう。ペット連れの山行は止めてほしい。（酒井）

登山時報

©禁無断転載

11月号 No.561 2021年10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 小倉逸夫、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



大阪府勤労者山岳連盟の元教育連対部長

本号より「事故防止は仲間の知恵で」を連載

中川和道さん

1950年愛媛県宇和島市生まれ。68年大学でワングル部に入る。72年から愛知県連の東海山岳会（伊藤正俊さん）に所属。80年東京の星稜登高会（前田迪男さん、野中玲樹さん、木村憲政さん）でアルピニズムに没頭。近藤和美さん、吉尾弘さん、西本武志さんらに薫陶を受けた。82年から技術委員会委員長。89年からは大阪 OWCC（大阪勤労者登攀クラブ、名前に惚れた。青木啓一さん、河野仁さん、松田明博さん、中村知子さん）で活動。2010年大阪府連教育連対部長就任、21年退任。家族は妻と3人の娘。娘たちに登山を吹き込もうとしたが、意気込みが強すぎて失敗。



Nakagawa Kazumichi

登山を始めたきっかけは？

愛媛で育った幼少期、里山を走り回って成長。大学時代、名古屋で森林限界を越え、万年雪が存在する高山の魅力に目覚めた。35kgのキスリングザックを背負い首に手ぬぐいをまいた、典型的なむさくるしい大学生ワングル男となった。

山の経歴を聞かせてください。

国内外問わず、森林限界以上の高山に集中して登ってきた。1982年夏に剣岳八ツ峰・VI峰フェース群をDCAAと1日で4本登攀した記録を見ると、自分にも「登り竜」みたいな時期があったのか？

83年3月、鹿島槍ヶ岳北壁正面ルンゼは氷瀑登攀中に雪崩を受けながらも完登。「これが君の最高位の登攀だよ」と野中玲樹さんが言ってくれて嬉しかった。84年、松木川小足沢氷瀑第2登。84年、旧ソ連レーニン峰（71

34m）登頂とコルジェネフス

カヤ峰（7105m）登頂（近藤和美隊長）。89年、天山ポベーダ峰の6900mまで（山中芳樹隊長）。

事故に遭った経験も？

初事故は9才。じいちゃんの畑（これが実は遠い）に友人と2人だけで探検に出かけたら道に迷い、じいちゃんが必ず捜索に来てくれると何故だか確信して真暗になっても待ち続け、無事救出。泣いたはずだが、今ももう不鮮明。

本格的な事故は2017年8月、大阪府連・兵庫県連50周年記念ヒマラヤ未踏峰登山隊（大杖哲司隊長）でベースキャンプ直前の4850mで高山病を発症。ヘリ救出とカトマンズ病院で150万円（三井海上の保険）。この時に左肺をやられたらしく、これが21年1月に肺を壊し回復まで半年もかかった原因のよう。

遠征のため毎日10時間を超える長時間労働。不覚だ。

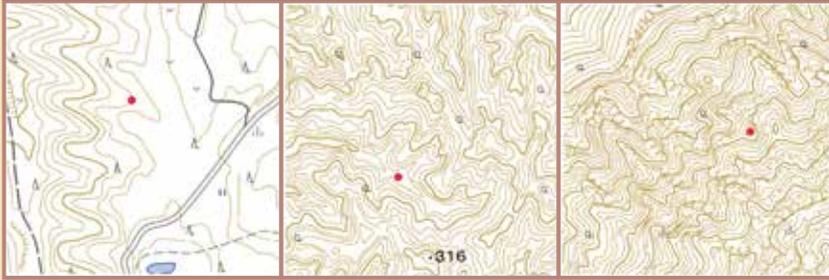
事故を減らすために思うこと

2021年に「事故防止は仲間たちの知恵で」を大阪府連で編さんし、1998年以来の事故約500件を分析した。驚いたのが、登山道下山中の事故が「最多の事故」であること。山岳遭難事故というと、嵐の大岩壁や氷壁など暴風雪の稜線での「最悪の事故」をまず思い浮かべる。ところが、何と、「最多の事故」は登山道下山中の事故だったのだ。私たちの事故防止活動は、標的を誤ってきたのではないのか？ 岩登りでの事故防止講習会などを鋭意取り組んできたが、実は、歩き方・下り方の事故防止には、数十年にわたって有効な手を打ち損ねてきたのではないか？ 何でこんなことになったのか、大いなる反省である。（聞き手 本誌・今野善伸）

地図読み 迷入

監修・村越真
宮内佐季子
小泉成行

【問題】各図の赤点が尾根にあるか谷にあるか教えてください。
(目標時間：上級者 2 分以内、中級者 5 分以内、初級者 10 分以内)



1

2

3



4

5

6



7

8

9



10

11

12

Lesson 149

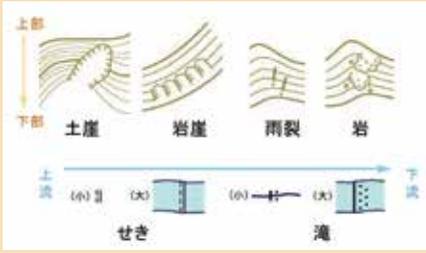
等高線読みドリル ② 中級編

【解説】

全体的な地形が分からなくても崖や岩、雨裂の記号には斜面の向きに合わせて配置する決まりがあるので、記号の向きを利用して高低差を把握、尾根か谷かを判断することもできる。

今回の問題には高低差のある記号を利用できる問題もあれば、複雑な等高線を読み取る問題もあり、さらに易しめの問題も混ぜてある。

「簡単な問題」か「注意が必要な問題」かを判断したかどうかも振り返ってみてほしい。その判断ができているならば等高線読解のセンスが高まっていると言えるだろう。



高低差が分かる主な記号



ピンクはピークや尾根線、水色が谷線。緑で囲った記号や標高は高低差を読み取るヒント。

- 1：南の池を基準に考えると尾根と読んでしまうが、西端にある土崖の記号の向きから徒歩道沿いに谷筋にあることが分かり、赤点は谷。それは東の土崖の向きとも矛盾がなく南の池は台地上にあると読める。
- 2：複雑な等高線だがピークの連なる尾根線を読み解けば赤点は谷。
- 3：岩や岩崖の記号がごちゃごちゃして等高線が読みにくい、それらの記号が高低差を教えてくれ、南東から北西に下る斜面で赤点は谷。
- 4：赤点は尾根上の鞍部。全体の地形を読めば解けるが、水田の記号があるところは谷と推測してから考えると早く答えを導ける。
- 5：等高線の本数が少なく分かりづらいが、ピークを基準に基本通り尾根線谷線を引けば赤点は谷。三角点付近の土崖の向きとも矛盾はない。ちなみに三角点が谷の中にある珍しい場所。
- 6：2 同様複雑だが丁寧に読み取れば赤点は尾根。
- 7：雨裂や岩の記号の向き、さらに沢の地名から赤点は尾根。
- 8：3 同様岩や崖の記号が手掛かりとなる。中央を東西に尾根が走り、南北に斜面が下っているので赤点は尾根。
- 9：625mのピークや500mの標高から、赤点は北東から南西へ下っている斜面の谷である。
- 10：川を基準に考えると読み違えそうだがピークの位置から川と赤点の間に尾根があり、赤点は谷。
- 11：もし1196mの標高点が周囲より低い場所ならばその周りの等高線は1200mの計曲線として太く描かれるから、この標高点はピーク上と読める。それを基準に考えると赤点は尾根。
- 12：等高線だけでは高低差を特定できないが、南にある雨裂が南斜面を示すことから赤点は谷。

西山ハイキングクラブ

京都府勤労者山岳連盟



雪山テント泊マキノ高原 (2018年2月)



高御位山 (2020年3月)

ジェンダー平等の先進クラブ

当会は創立35周年を迎える老舗ハイキングクラブだ。運営委員会17名のうち半数が女性で、5つの専門部の部長も女性が4名を占め、まさにジェンダー平等の最先進クラブ。150名を超える会員を擁し、京都府連盟で最大規模である。しかし、ご多聞にもれず会員の高齢化が進



み、平均年齢は70歳。「病気や高齢化」で仲間との山歩きが厳しくなった会員も少なくないが、これを大きくカバーしてきたのが「レクレーション部」の創設と「クラブインクループ」の活動だ。

レク部の創設と洋裁教室、オカリナ等のクラブ活動で新たな会員の輪

高齢化対策という点では、レクレーション部(レク部)の活動を抜きに考えられない。レク部は1994年創部、クラブ創立の8年後には発足し、27年の



海外トレッキング・マナスルー周 (2016年10月)



オカリナレッスン (2015年6月)

歴史がある。歴史ハイク・花見・キャンプ・ボーリングなど多様な活動を繰り広げてきた。

また、クラブ内には、会員の趣味を生かして交流の輪を広げる活動として、4つのクラブがある(クラブインクラブ)。これらの活動・交流を通じて「洋裁

教室をやりながら昔の山行の思い出話をするのが楽しい」「山登りだけでなく、いろんな会員との輪が広がる」「しんどい山行には行けなくなつたが、いつまでも会員としてクラブに関わっていたい」などの声が寄せられている。ちなみに洋裁教室の平均年齢は78歳(最高齢者は90歳)、オカリナは75歳と、会の平均年齢を大きく上回っており、

「レク部」や「クラブインクラブ」の活動が単純な高齢化による会員減少を食い止めていると言っても過言ではない。

年間300回の例会山行
支えてきた分厚いリーダー層

過去5年間は現在集計中だが、

2015年〜2016年の1年間の山行数は294回、延べ参加者数は3289名に及ぶ。山行地域は京都府内64%、近畿圏27%、関東・東北・アルプスが8%、海外トレッキング3回となつている。これらの山行を支えてきたのが70名を超える分厚いリーダー層である。当初は、リーダー(CL)が山行時にこれらと思つた会員をサブリーダー(SL)として起用、何回かの経験を経て一人ずつリーダーに育てていくという手工業的な方法だった。その後、2016年から「リーダー養成教室」を始めた。毎月1回の座学・実技を1年間学ぶことで、今まで「私は自信がな

いのでSLしかやらない」と言っていた会員がCLを引き受けるようになった。リーダーづくりはこの方法で成功してきている。

政府の対応に右往左往しない
2020年度山行238回、
延べ参加数2835名

コロナ禍の山行について私たちは「一律に中止」の措置はとらず、「登山・ハイキングは国民の権利であり、健康で文化的な生活を送るために不可欠なもの」という考えを土台にして対処してきた。この間の経験から、政府の非科学的なコロナ対応に右往左往しない。会員一人ひとりが、日常生活でも、山行中でも、感染防止対策を徹底的に行う。そして、私たち自身の健康や免疫力を高めるためにも可能な限り山行を続ける。そのためには全会員の知恵と力を集めることが大事だと痛感している。

(馬場重明 / 西山ハイキングクラブ会長)

真田氏上州の拠点 戦国の歴史を刻む岩山

田上千俊

HC WildBerry / 東京



岩櫃山 (2017年12月撮影)

岩櫃山(標高803m)に築かれた岩櫃城の年代は定かでないが、南北朝の頃築城されたといわれる。その規模は136ヘクタールと言われ、上州最大規模を誇っている。本丸付近までは普通の尾根だが、その西側は岩山で簡単に人を寄せ付けないう必要となつている。

JR吾妻線郷原駅から徒歩20分余りで古谷登山口に行けるが、東側の平沢登山口70台、古谷登山口10台の駐車場があり、遠隔地から訪れる場合は車が便利である。

今回は平沢登山口から山頂を経て赤岩通り分岐を通る交差縦走コースを案内したい。

まずは本丸跡をめざす

平沢登山口駐車場を出るとすぐ沢通りと尾根通りに分かれる。左の尾根通りに進む。樹林帯を曲がりながら15分で本丸跡に着く。防御用の堅堀など歴史を感じる。さらに尾根伝いに20分余

り登ると帰路交差する赤岩通り分岐。岩稜を20分余りあえぐとミニ槍ヶ岳のような山頂に着く。山頂の左を鎖を伝って巻くようにして15分で天狗の架け橋に着く。ここは5〜6mの天然の岩の橋で、欄干がないので不安な人は無理をせず巻き道をお勧めする。

密岩通りを急下降

天狗の架け橋を過ぎても気が抜けない急下降が20分余り続く。人家が見えれば舗装道路を

5分歩き、再び赤岩登山口へ。ここには「潜龍院跡」がある。天正10年(1582年)真田正幸が敗走する武田勝頼を迎え、武田の再興を図るために急造した御殿である。ここから急登の尾根越えを20分で登る時に見た赤岩通りの分岐に着く。ここからは沢通りを25分余り下ると平沢登山口駐車場に戻る。



④ 平沢登山口駐車場 > 20分 > 本丸跡 > 20分 > 赤岩通り分岐 > 30分 > 山頂 > 35分 > 密岩登山口 > 10分 > 赤岩登山口 > 20分 > 赤岩通り分岐 > 25分 > 平沢登山口駐車場

⑤ 関越自動車道渋川ICから30分で平沢登山口駐車場

⑥ 東吾妻町役場まちづくり推進課
電話 0279-68-2111

⑦ 小野上温泉さちのゆ 電話 0279-59-2611

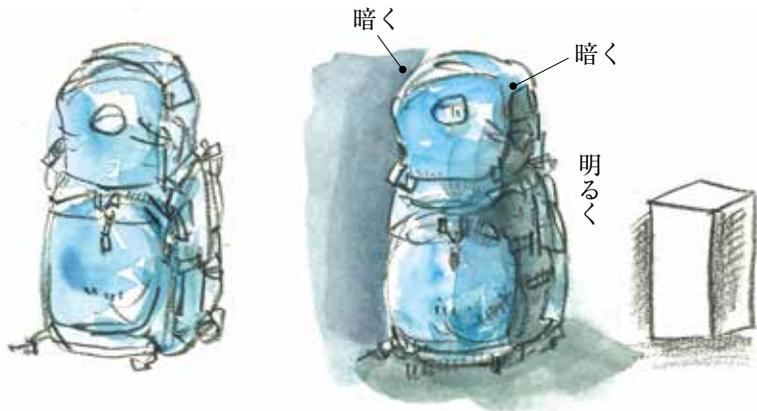
⑧ 1:25000 群馬原町

⑨ 参考タイム ⑩ 交通 ⑪ 問い合わせ ⑫ 温泉 ⑬ 地図

リュックを描こう
暗いとなりは明るく

物を描くとき、その物の簡単な表現は大好きです。でも、ちょっとうまく描きたいときには、物を「四角柱」に考えて見るとよくなります。

そして、光の反対側を暗くしてみましょう。物の周りは、光に一番近い空気を暗く描くと立体感ができます。光のとなりを一番暗く描くことで物の存在感がでます。



あらかると

凜とした森

石井光造

白一色の森が春になると、芽吹
きが始まり、やがてきらめくよう
な新緑に彩られ、来たるべき四季
の変化を思わせる。それとともに
森の雰囲気も変化する。新緑の森
は希望に満ちた雰囲気がある。夏
に広がる緑の天蓋、秋の錦繡への
期待でもある（右写真）。

そして秋、森が一年で一番美し
い姿を見せる。そこにいたる色の
変化は、まさに着飾った姿をこれ
でもかと納得させるような、みご
とな雰囲気に包まれる。とくにブ
ナの森は、はっとさせられるよう
な風情がある。右と中の写真はブ
ナ林の初夏と秋だが、雰囲気の違
いが表現できているだろうか。

私が好きなのは、葉をすべて落
とし、木肌を黒光りさせたブナ林
である。近づく冬の厳しさに対し
て、気構えるような凜とした森の
姿。一年のうちの一瞬の厳しさを
感じさせ、自分の生きてきた中に
こんな時はあっただろうか、と反
省するような雰囲気の森である
（左写真）。

オススメ 山道具

No.238

山道具 今昔
ウエア編

笹原芳樹

元カモシカスポーツ本店店長

ありがとうございます!!

イヤ〜長らく続けさせていたいただいたの連載も残すとこ、あと2回となりました。

ホッとする感もあるし、さびしい様な気も…。

私は13才から山登りを始めたことにしています。それ以前も歩いてはいましたが、父と登った浅間山(当時2542m)を登山始めと決めているからです。それから年を重ねて、今年でちょうど50年が経過いたしました。まあ節目と言えば、そうでしょうか。

そこで50年程ではありませんが、山道具の変遷についての私感を語らせていただきます。まず今回はウエア、最終の次回にはギアについてを予定しております。

今日は笑える写真を多く用意いたしましたので、まず各説明を御覧下さい。



高校2年生、16才(1976年)
生物部として3年生の先輩と3人で行った苗場山にて。夏休みの7月末に行ったのですが…ウールのニッカボッカにウールのカッターシャツを着ている当時としては正当派山ヤの服装と言えるものの、真夏の日中ではどう考えても暑かったし、それに昔のウールはチクチクしていたなあ〜。今のメリノウールは天国じゃ〜。



高校3年生、17才(私は右端)
生物部で2年生の後輩と4人で行った仙丈ヶ岳にて。この時は黒尻尾根から甲斐駒を経て同山に登り地藏尾根を下った。3人はニッカボッカ、1人はGパンにニッカホース(ハイソックス)をはいてニッカ風になっているが上下共にコットン製品。昔は綿製を着てる登山者は多かった。しかし秋口に綿製品着用で悪天に遭っての遭難事故は多々あった。ところで全員長袖シャツを着用、コレが正しい登山姿だった。



大学2年生、19才
穂高・屏風岩登り後の屏風の頭にて。岩登りを始めるとニッカではなくスラックス(長ズボン)をはくようになった。あとジャージもはいてたかなあ。シャツはアクリル製ニットゴルフウエアウエアみたいなのを着ている。この頃、オーロン(アクリル)Tシャツがはやっていたか。ちなみにこの登山の少し前からカモシカスポーツのアルバイトとなる。

まだ大学2年生だけど20才(私は左から2番目)
ガスの中、利尻山山頂にて。メンバーは社会人山岳会の仲間。この時は国鉄・周遊券を買い青函連絡船にも乗って10日間以上かけてあっちこちと登った。右側の女性2人はニッカ、私は長いズボン、左の男性はジャージとさまざまだ。



2人が着用している青いジャケットは当時出始めで高価だったゴアテックス(上下で¥25,000もしたが、縫い目は未処理のため自分で目止液を塗った)。赤いカッパは完全防水なので、着ても内側からびしょびしょ…それが当たり前だった。



今年8月末の私
一つ前の写真からイッキに40年以上経過! 三俣から蝶ヶ岳の登りで一休み中。ズボンはワークマン(¥1,900)。シャツは20、30年前のものの現在でも通用するウール&ポリエステル製だ。しかし元道具屋さんらからぬ姿でしょう…。実は本文のためにパフォーマンスしているのですけど! シャツは暑い時は半袖だよ。素材は近年、ポリエステル100%製品が多いかな。

今回の写真は夏場中心のものでの構成となっています。冬物までは紙面が足りませんでした。(どうでも良い写真が多かったせいかも…スミマセン)

まとめとしては、昔はきちんとした山のウエアは道具屋さんでそろえなければなりませんでしたが、近年ではスーパーやホームセンター、大手の衣料品メーカー等でも使える物(逆にダメそうなのも多いけど)が増え登山者の選択幅が、すごく広がっているという事なのです。もちろん山の専門店でしか入手できない物も当然ありますし…。

ただ私が昔から申し上げている山のウエアの条件は以下の3点のみです。①動き易い。②即乾性がある。③寒い時の保温性。



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。

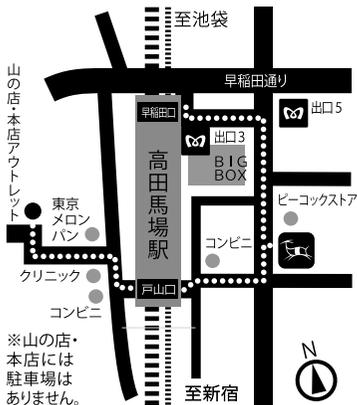


カモシカ 通販

\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

J R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

J R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

本店・横浜店 OPEN 11:00 CLOSE 20:00(月~金)/19:00(土日祝) 松本店 OPEN 10:30 CLOSE 19:00

本店・横浜店は、当面の間、平日閉店19時30分にて営業いたします。ご来店の際はホームページ等で最新の営業時間をご確認をお願いいたします。

- 山の店・本店 TEL 03-3232-1121 〒169-0075 東京都新宿区高田馬場1-28-6・2F
- 山の店・横浜店 TEL 045-440-0711 〒220-0011 神奈川県横浜市西区高島2-6-32横浜東口・ウィスポーツビル1F
- 山の店・松本店 TEL 0263-48-2424 〒390-1242 長野県松本市和田4478-1

JWAF CALENDAR 2022



1987年3月23日第三種郵便物承認
2021年10月15日発行(毎月15日発行)
第47巻第11号(通巻561号)

発行 日本勤労者山岳連盟

振替口座 001208108163
口座名 労山機関誌委員会

2022年 カレンダー

申込受付中

労山オリジナル! 山の写真13点!

価格 1部 **1,430円** (送料・税込)
2部 2,590円 (同上)
労山事務所での受取 = 1部 1,000円

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 00180-0-212568
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
ホームページ www.jwaf.jp

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



定価 310円(送料別)

【禁断転載】