

2020年1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

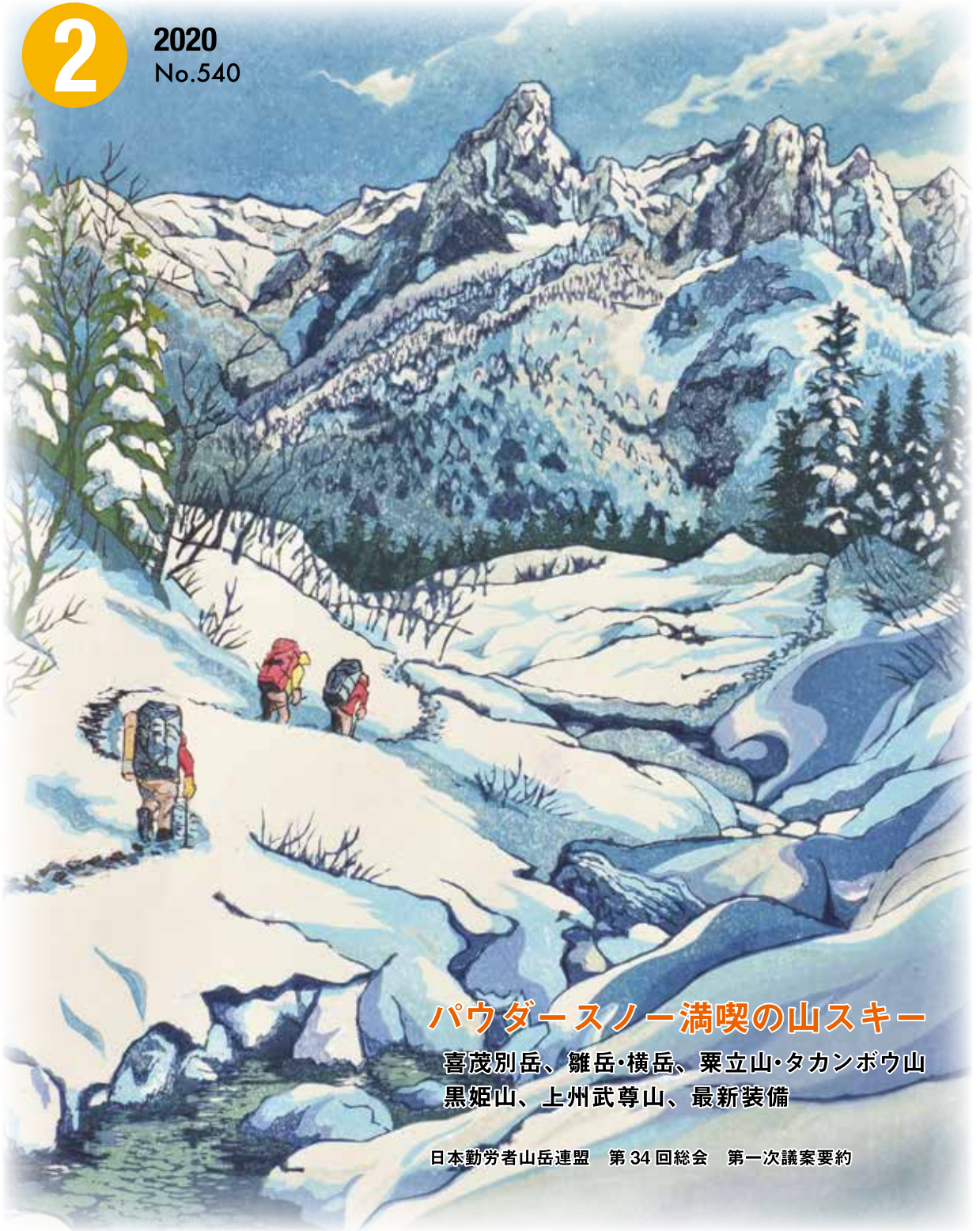
登山時報



日本勤労者山岳連盟

2

2020
No.540



パウダースノー満喫の山スキー

喜茂別岳、雛岳・横岳、栗立山・タカンボウ山
黒姫山、上州武尊山、最新装備

日本勤労者山岳連盟 第34回総会 第一次議案要約

山筋ゴーゴー体操

生涯登山をめざして

登山に必要な体力の維持管理に
筋トレをはじめてみませんか？
◎全国連盟取り扱いのテキスト・書籍

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



頒価 200 円 (+ 送料)

※20冊以上まとめれば送料無料



いつまでも山に登れる 山筋ゴーゴー体操

DVD 付き A5 判 96 ページ

石田良恵 著

桐書房 2014 年 7 月 刊

労山価格 1,000 円 (+ 送料 一冊 90 円)

※定価 1,620 円 (税込み) のところ、特別提供します

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

メール jwaf@jwaf.jp FAX 03-3235-4324

パウダースノー満喫の 山スキー

喜茂別岳

札幌近郊のパウダースノー＆
ノンストップルート



頂からの下り

鳴澤修 札幌中央勤労者山岳会／道央

北海道の山スキーは、十勝の三段山や富良野岳ジャイアント尾根、少し遠いが、有明山、札幌近郊では羊蹄山各コース、ニセコのチセヌプリなどがメジャーなのだろう。これらの山々では平日はパウダースノーを求める外国人があふれている。

小喜茂別岳トラバースルート試登

喜茂別岳（1177m）は札幌近郊の地味な山だ。天気が良ければ頂上からは羊蹄山が望まれる。夏尾根を登るルートや小喜茂別岳を経由するルートが一般的で、3時間半前後で喜茂別岳ピークに達する。1月～2月には頂上付近からパウダースノーのスラロームを楽しめるが、小喜茂別岳とのコルではシールをセツトして小喜茂別岳を登り返さねばならないのが難点だ。

そこで「小喜茂別岳をトラバースすればスキーで下山できるのではないか」と考えて、このトラバースルートを試登した。このルートの下部は沢があり、渡渉を強いられるリスクがある。2時間程度で小喜茂別岳の

コルに着いた。しかし、渡渉や沢型の急斜面トラバースが多く、スキー下山は可能だが、滑走には全く向かないルートだ。

やがて昼前には山頂に到着。シールを外して頂上直下の斜面を快適に滑ると、すぐに小喜茂別岳のコルに達した。私たちは、小喜茂別岳を登り返さず、夏道の登山口に向けてコルから真ん中の大きな尾根上を滑走開始した。快適だ！ まばらな樹林帯を快適に、樹々を自在に避けて嬉々として滑走する。

頂上から駐車場まで一直線！

万が一大きな渡渉があったとしても、最悪濡れば良いだけだと覚悟していたが、幸い夏山登山口の沢は雪に埋まっていた。ここから夏道の林道を駐車場まで滑り降りる。このルートは誰かが過去に登下降しているとは思いますが、頂上から駐車場までスキーで快適に下り通せることがわかったのは大きい。来シーズンが待ち遠しい！

（滑降…2019年4月7日）

八甲田の山スキーで登山対象になり、かつアプローチが容易で滑りがいのある山として、北八甲田の雛岳、南八甲田の横岳が挙げられるだろう。時期は、積雪が安定する2月下旬から5月上旬が入りやすい。パウダースノーになるのは案外少ない。また、アプローチの道路は通年通行できるが時間規制があるので、行動時間が制約されるという点にも注意が必要である。

本誌では、それぞれの記録を紹介する。

●雛岳（北八甲田）

国道103号を酸ヶ湯方向に走り、途中の萱野茶屋を過ぎて左折し、火箱沢林道から田代方面に向かう。雛岳の登り口の箒場平には茶屋があり、通常であればその前が駐車スペースになる。

箒場平を9時42分に出発する。トレースに沿って230度の方向に進んだので、スキーコースの標識は確認できず。進んだコースは2、3の小沢を越すが、ほぼ平坦で見通しも利かない。コンパスが頼りである。先週の降雪がずぶずぶと踝くらいまで沈み、歩きにくい。目当てにして



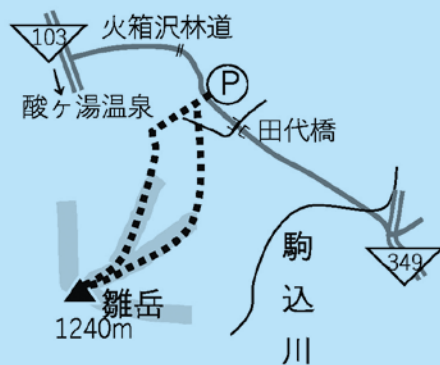
雛岳下部（遠景は北八甲田）

いた浅い沢（凹地）は上部に雪庇が見えるので、沢には下りずに左の樹林帯を進み、尾根に取り付いて頂上に向かう。右（西侧）の尾根は頂上に直上するが、頂上直下は傾斜が急でクラストすることが多いので、左（東側）の緩やかな尾根が無難である。新雪は尾根に近づくとき浅くなる。

12時04分、雛岳頂上に着く。天気は晴れているが霧が出て、周りの景色は露出オーバーの写真的に見える。12時33分に下山開始。上部の大斜面は落下する雪で、おびただしい雪ダルマが発生しており、慎重になって大斜面を避け、樹林帯の尾根上を滑る。13時23分、箒場平に下山する。

雛岳は北八甲田の主要峰、高田大岳の隣にちよこんとある標高1240mのコンパクトな山で、頂上付近からの滑りのほか下部の樹林帯の歩きも楽しい。

（山行…2014年3月26日）



山スキー



横岳の頂上稜線

●横岳（南八甲田）

国道103号を酸ヶ湯方面に向かい、城ヶ倉温泉のところを右折して城ヶ倉大橋を越えた袂たもとに駐車場がある。ここに車を停めて30分弱歩き、スノーシェルターを抜けたところが横岳（1339m）の登り口になる。

ほぼ真南の方向に進む。込みいった灌木帯かんぼくたいを過ぎるとブナの大木が現れ、次第にアオモリトドマツに変わり、樹高が低くなると樹氷になり、頂上稜線に出る。頂上稜線は平坦な地形で、横岳頂上までは少し距離がある。ガスツたり吹雪で視界のないときは注意したい。

このところの好天で締まって固い雪の上に新雪が5〜10 cm積もつて、非常に歩きやすい。晴天だが気温はあまり上がっておらず、歩き始め手がかじかむ。樹林帯が切れる辺りから風が強まり、頂上稜線では猛烈に吹かれる。晴れて北八甲田がくつきり見えているのに、地吹雪がひどい。途中で目出帽を出して毛帽子を取り換え、ゴーグルを着ける。2時間少して横岳頂上着。

滑降を始めると、素晴らしい雪質で存分に滑りが楽しめる。ただ、下りは広い尾根なので、間違つた方向に滑り降りるおそれがあり、十分な注意が必要である。

(山行.. 2019年2月24日)

●矢代山地・粟立山

あまり知られてはいないが、一部の人たちから山スキーの別天地ともいわれる矢代山地。北陸でも屈指の豪雪地帯にあり、春のある程度雪が締まった時期が適しているが、最近では雪質の良い厳冬期にも登山者が見られるようになった。特に、ここで紹介する粟立山（1194m）も他の矢代の山々と同様、スキーに適した素晴らしい斜面を有している。

ルートを探りながら 粟立山山頂へ

他のパーティが前日につけたトレースを利用し、雪に覆われた田圃^{たんぼ}と思われるところを抜けて、万内川ぞいの林道に沿って上がっていく。快晴の空の下、朝日を浴びながらシールを刻み気持ちよく歩を進めていく。

スキーのトレースに助けられ

北陸の山

積雪・アクセス良し、パウダー狙って

浅瀬和人 めっこ山岳会／石川

パウダースノー満喫の 山スキー

粟立山の山頂を北面の谷（流浜谷）から滑り降りる

ながら、h11916の尾根から林道を横切って、小さな谷を渡り、h11966を巻いて尾根に上がって、粟立山へと至るルートをとる。文章に書いてもややこしいが、実際にはそれ以上にルートファインディングが難しい。ホント、トレースに感謝。林道を横切った辺りからは粟立山の大きな斜面を見上げる。「ここを滑るのか！」と胸が踊らされる。念のため、ここで弱層テスト（ECT）もして、積雪状態をチェック。

粟立山の山頂に立つと、展望が広がる。南方には営業を再開したロッテアライリゾートスキー場も見える。ここで、「これ、東面よりも北面の谷（流浜谷）が面白そうじゃない？」「いや、東面も面白そう」となり、人数も多いのでパーティ分けをして、両ルートを探ってみることにする。

北面組は、山頂から広がる大きな斜面に直にドロップ！ 気持ちよく谷を落としていき、h11108との市境尾根のコル

に少しだけ登り返し。そしてコ
ルから流浜谷へ滑り下る！「気
持ちはいいー！」「サイコー」とだ
った広い谷をドンドン滑ってい
く。万内川が近づくとも流水が見
え、スノーブリッジを際どく渡
り、トレースに助けられながら
車に帰着。

東面組とは途中で合流。東面
はドロップポイントとなる支尾
根を間違えないように慎重に探
りながら滑り、そ
の後は谷筋を気持
ちよく滑り下った
とのこと。

お互いに、「絶
対にこっちの方が
楽しかった！」と

譲らず、結局は栗立山の谷はど
こも良い、という結論となった。
留意事項
・駐車は西野谷集落の除雪末端の路肩。除
雪の邪魔にならないよう配慮すること。
・栗立の「粟」は雪崩のこと。栗立山は栗
が立つ山、即ち「雪崩が出る山」を意味
している。数年前にはこの栗立山で雪崩
による死亡事故が発生している。雪質の
チェックは確実に実施したい。

●五箇山・タカンボウ山（1119m）
（山行…2019年2月11日）

石川県をはじめとする北陸の
山々は、アクセスと積雪に恵ま
れているものの、この地方特有
の湿雪からパウダーを堪能でき
る機会は少ない。それでも寒気
を上手く捉えれば、里山でも快
適なパウダーを満
喫することができ
る。今回はそのよ
うな里山のルート
を紹介する。

東海北陸自動車
道五箇山ICを出
て5分でタカン
ボウスキー場に到

着。リフトに乗ってゲレンデトッ
プへ到着。シールを貼り、タカ
ンボウ山の北東尾根に踏み出す。
登り始めは細尾根のアップダウン
が少々あるが、シールで登るには
問題ない。

タカンボウ山のバックカント
リーは、この北東尾根の往復が一
般的なコース。帰りルートは、細
尾根に入ってから途中で東側に
見えるスキーゲレンデに向かっ
て滑り下りれば登り返しはない。

さて、細尾根が終わると尾根
も歩きやすくなり、鉄塔を過ぎ
た辺りからは気持ちの良いブナ
の広尾根に。ブナに癒やされな
がらシールで登る。スキー場トッ
プから約2時間で、どこが三角
点なのか分からないほど広々と
したタカンボウ山に到着。

スキー場リフトの始発に乘れ
ば、普通なら山頂着は11時前。時
間が早いので、体力に余裕があ
れば雪質の良い北西の谷をひと
滑りするのをお勧め。斜度があ
るので雪崩に十分注意してから
滑り込むと、特上サラサラのパ

ウダーを撒き散らし2000mほ
ど滑ることができる。

山頂でふたたびシールを剥が
す。南東の尾根へコンパスを睨
みながらh11978に向かって
滑り込み、最後は東面の広い谷
をダメ押しのスプレーパウダー
を巻き上げて歓喜の叫びを上げ
ながらそのままの勢いで林道桂
線・打越トンネルの前に飛び出
す。メンバーからは「神ルート！」
の声。

ここから取り付きのスキー場
までは、林道約1.6kmをラッセ
ルし、国道約2.4kmを板を担い
で歩くことになるが、先ほどの
激パウダーの滑りを語り合いな
がら歩けばアツという間だ。

・帰りの温泉は、「くろば温泉」（600円）
が近く、また食堂も併設されている。
・「道の駅 上平 ささら館」の中にある「旬
菜工房 いわな」が美味しくてお勧め。

（山行…2015年1月12日）



タカンボウ山
谷筋はどこまでもパウダー



NO LIMIT

限りなき山行

13

写真・文 近藤和美

中央アジアの高峰〈完〉 ポベータ(下) 国境稜線を行く

5700mからおおむね岩稜帯が続くが、極端に難しくはない。

るかに新疆側の大地が広がり、背後の白い世界とは対照的だ。

6750m付近で岩稜は終わ

点の窪地(6900m)となる。

るが、最後の最後に急な壁となり、上端は手がかり乏しいクラックとなって重荷での乗っ越しは固定ロープの助けがあっても苦しい。

ここまでは各キャンプ地の間隔は比較的短い。体力と高度順応が十分なら一つ置きに進んで来ることも可能である。

しい。

西峰からポベータ主峰往復に

後は幅広の雪稜を登りつめるとコクシャルタウ連峰の一角、ドーム状のバージャプシャベラ(ポベータ西峰)頂上だ。眼下は

は丸1日の好天が欠かせない。リーダーには的確な気象の読みと、行くか待つかの判断力・決断力も求められる。

西峰を後にキルギスと中国の国境稜線を東進する。馬の背ならぬカバの背のような広い雪稜で難しくはないが、その両外側は急峻に切れ落ちている。

片道4km弱の7000m近い



オベリスクの科尔。主峰まで高差 500 m の登りが待っている



ボベータ日
本隊初登
頂！同行
のカザフ
クライマー
と共に



ボベータ頂上から南面トムールス氷河を見下ろす



稜線は筆者が行動した時はよくクラストしていてラッセルの労はなかったが、もし深雪状態だったら非常に苦しいアルバイトを強いられよう。

緩やかな起伏の稜線歩行が続くが、やがて下り勾配になると中国側の雪壁をトラバースするようになる。スリッパせぬよう要注意だ。

下り着いた科尔の向こう側左手に 50 m ほどの岩塔が突っ立っているように見え、オベリスクと呼ばれている。高度は C5 とほとんど変わっていない。ここまで進んで来て、なお高度差 500 m の登りが待っており、より確実を期してこの科尔に最終キャンプを置く隊もある。ただし、その場合は悪天候に見舞われると身動きできず、この隔絶環境に閉じ込められることにもなり、山頂アタックの起点をどこにするかは難しい判断だ。

科尔から初めて本格的な登りが始まり、オベリスク右横の雪壁から岩と岩の間を抜けて雪稜

に出る。

雪稜から岩峰にさえぎられて中国側の急な雪壁を斜上する。

再び尾根に戻ると次第にやせてくる。

短いかなりのナイフエッジを通過すると傾斜が緩んできて頂上は近い。

ほぼ水平な頂稜にいくつかの高点があり、北稜が突き上げてくる辺りまで進めば待望のボベータ登頂となる。キルギス側に雪庇が出ているので、てっぺんには立たぬのが無難であろう。

1991 年 8 月 14 日、筆者はボベータの頂上に立った。この登頂でソ連（当時）の 5 大高峰すべてに登ったことになり、89 年のハンテングリ登頂で特例的に得ていたソ連山岳連盟制定の「雪豹」称号をより完璧なものにした。もっとも、ソ連はこの 4 カ月後に解体してしまったので、私は最初にして最後の、そして唯一の西側（非ソ連・東欧圏）雪豹アルピニストということになった。（※1）

※1 ソ連解体後、5 座は中央アジア 3 カ国（タジキスタン、キルギス、カザフスタン）に分布することとなったが、その後私の知る範囲では林雅樹、品川幸彦、田部井淳子諸氏が 5 座を極めている。



登頂を終えて頂稜のやせ尾根を帰る



茜色に染まるハンテングリ（左端）に追い立てられるようにC5を目指した

北側にはハンテングリを筆頭に重畳たる中央天山の山並みが広がり、南を見下ろすと新疆側、トムールスウ氷河がうねっている。（※2）

帰りの高高度で消耗した体に長い道程が待っている。特にオベリスクまでの下りには細心の注意を払いたい。

科尔から西峰へもいくつかの緩い登り返しがあり、疲労と高度の影響が表れてなかなか苦しい帰路になる。

西峰からBCへは2日で下るのが標準である。

視界不良時の下降では尾根が広だけに固定ロープ上端、岩稜が始まる地点を見出すのに苦労する可能性がある。注意深く下りたい。

今回で旧ソ連領パミール・天山の概説を一先ず終了したい。

本連載では両山域の主だった峰頭の通常ルートの紹介にとどまらざるを得なかったが、それ以外にも魅力的なルートやピークは数多い。これらの山域での登山はヒマラヤ諸国のような政府に納める高額な登山料がないので割安に登れる。ぜひそれらにも目を向けてアタックしていただければと願っている。

※2 中国・新疆ウイグル側からは1977年に中国隊が雪崩に脅かされながらも登頂を果たした。日本隊では86年に女子登山クラブ隊が初挑戦したが、雪崩で重傷者が出て敗退。その後、横浜市大隊が90年（雪崩で3人行方不明で敗退）、92年、94年と連続挑戦したが、アプローチの困難さ、ルートの危険性などで、いずれも成功していない。

登山時報

2 FEBRUARY.2020
No540

CONTENTS



表紙の木版画 杉山修
「山に入る日 横岳へ」

厳冬の八ヶ岳西面は比較的アプローチが短い。
北アルプスに比べて天候の回復も早く、
通年営業の小屋もあるので入山者も多い。
経験豊かなリーダーのもと、岩壁登攀、アイスクライミング、
稜線縦走と、バラエティに富んだ冬山が楽しめる。

01 パウダースノー満喫の山スキー

喜茂別岳

雛岳・横岳

栗立山・タカンボウ山

鴨澤修

花田裕二

浅瀬和人

06 連載 NO LIMIT 限りなき山行

近藤和美

10 ふみあと 輝かしい60周年の年に！

11 パウダースノー満喫の山スキー

黒姫山

上州武尊・荒砥沢

専門店で聞いた山スキー最新装備の動向

陶山正

前川秀幸

16 連載 子づれ山さんぽ

武井真理

17 シリーズ いまさら聞けない!? 雪崩対策

酒井正裕

18 連載 山の文化遺産めぐり 白馬・山とスキーの総合資料館

20 連載 アドベンチャー・トラベル

大蔵喜福

22 日本勤労者山岳連盟 第34回総会 第一次議案要約

25 全国登山学校交流会を開催

三瓶健

26 全国自然保護担当者会議を開催

竹本幸造

27 JWAF CLICK

マンガ フウフウハアハア

追悼 白籟史朗さん

村松孝一

宮澤健二

29 全国連盟の活動

30 専門委員会活動報告

33 ひと 北島英明さん

34 連載 クイズ 地図読み迷人 宮内佐季子 小泉成行 監修：村越真

36 連載 白神便り

原田勇成

38 連載 中国の青いケシ探訪記

松永秀和

39 筑井孝子のちょっと絵をうまく描こう / あらかると 石井光造

40 連載 オススメ山道具 山の基礎装備 コンパクトストック編 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。

輝かしい60周年の年に！

2020年は、日本勤労者山岳連盟が創立されてから60周年を迎える。

全国理事は、全国登山創立60周年記念行事実行委員会を発足させ、開催日程と内容等について決定した。記念式典は6月21日（日）午後1時から5時まで神田明神ホール（東京都千代田区神田錦町）で開催、記念レセプションは、ホテル東京ガーデンパレス（文京区・神田明神ホールから歩いて5分）で午後6時から8時の予定で行うことになっている。

また、2020年は、アジア山岳連盟（UAA）の理事国会議が日本で行われ、全国登山が主管で開催することになっている。日程は、全国

登山60周年記念に合わせて行うことにし、6月19日（金）にUAA理事国会議を開催する。

2019年10月にキルギス共和国のビシュケクで開かれたUAA総会で、理事国会議の日程と全国登山60周年記念式典への参加案内も行っており、記念式典・レセプションには、海外・アジア諸国の山岳会のメンバーも参加する国際色豊かなものとなる。

しかし、全国登山の組織実態をみると、厳しい状況にあることを自覚しなければならぬ。具体的には2月の第34期総会で議論することになる。登山は、会・クラブが安全で楽しい登山を行っていくために、地方連盟を通じて、

登山技術講習会、山筋ゴーゴー体操講習会など様々な助成を行ってきた。また、もしもの遭難事故のために、登山基金で、救助捜索費用、入通院費用の補助など他に例を見ない補償を行っている。

現状を打開していくためには、全国連盟はもろろのことで、全国的な会・クラブ、地方連盟、それぞれの組織が安全で楽しい登山、登山の魅力を通じて活動し、新たな高みを目指していくことが今後求められているときはない。

2020年を、輝かしい60周年記念の年にするために、登山運動を前進させることを呼びかける。

（浦添嘉徳／日本勤労者山岳連盟 理事長）

パウダースノー満喫の 山スキー

黒姫山 東尾根(表登山道)

陶山正 山の会「かたつむり」／東京

野尻湖の西に位置する黒姫山(2053m)での山スキーは、アプローチが簡単で、初心者でも楽しめる。また、樹林に覆われており日陰となるため、比較的簡単に深雪(パウダー)を楽しめるのも魅力的だ。

黒姫スノーパークスキー場から第2リフトで降りたら、シールを装着して、スキー場跡を姫見台(ケルン)を目指して登る。

その後は少し夏道沿いに行き、直上して黒姫山外輪の稜線に取り付く。稜線通しに2つ目のピーク(2010m)まで行く。頂上に行きたい場合は、

そのまま稜線通りに行ける。

前述のピークから表登山道に向かつてトラバース気味に滑走し、最初の針葉樹林は慎重に降りる。登山道の尾根に着いたら、後は尾根沿いに滑走する。やがて、ブナの林に出れば、快適に長い滑走を楽しむことができる。1200m付近から尾根のやや北側を下り、平地に降りたら北側を目指す。スキー場の下部に出たら、ゲレンデを横切って出発点に戻る。(登り3時間・下り1時間)

針葉樹林を下る

パウダースノー満喫の 山スキー

積雪・アクセス良し、パウダー狙って

上州武尊・荒砥沢

あらすみざわ

前川秀幸 町田グラウス山の会／東京

上州武尊・荒砥沢は、山スキーの初級者向けのクラシックルートとして知られている。パウダースノーが期待できる半日ルートで、東京から比較的近いのも魅力である。

オグナほかかスキー場のリフトを乗り継ぎゲレンデトップに出て、前武尊山までの急斜面をシール登高開始。気分は上々、歩みも軽い。前武尊直下はやや氷化した急斜面もあるが、ひと登りで日本武尊の像がある前武尊山山頂に出る。人氣の山だけあり、山スキーヤーやボーダーで結構にぎわっている。しばしの休憩の後、シールを剥がして滑降モードに変える。

例年より積雪は少ないのかもしれないが、滑るには十分の量がある。



前武尊へシール登高

る。前武尊から尾根の北側を絡んで剣が峰の基部に出る。ここは樹林の間隔も広く、積雪が不安定だと雪崩に注意が必要だ。過去にも雪崩事故があった場所である。

鞍部から荒砥沢に向けて滑り降りる。最初はカリカリの斜面で慎



荒砥沢滑降



快晴のもと滑り降りる



山行：2019年2月24日
 タイム：9：25 オグナほたかスキー場ゲレンデトップ～
 10：30 前武尊山（2040m）～荒砥沢滑降～12：00 林
 道（1350m）～スキー場 13：15
 メンバー：L 酒井正裕、鈴木香苗、毛利正、池田克明、
 前川秀幸

重に滑降したが、暫くするとパウダーの広い斜面が展開し、快適な滑降が楽しめた。しかもこの斜面、先ほどまで多くのスキーヤーやボーダーがいたが、周りを見渡すといつしか私たちパーティだけの斜面となっていた。快適な滑降に歓声上がる。

今回滑降した谷は、下部で樹林が密となることから、標高1740mで左手の小さな尾根を乗り越す。すると、また広い斜面が続く。沢をたどることから雪質が良く、快適に滑る。これぞ山ス

キーの楽しみ。沢が狭まった後、斜度が緩んで視界が広がったところで、林道が横切る。荒砥沢が林道と交差する1355m付近は、林道の左岸の輪郭は比較的明瞭であるものの、右岸は不明瞭で判別が難しい。右岸ばかり見ていると、林道を見逃してしまうので注意が必要である。ここから林道をスキー場に向けてたどる。この林道は緩い登りがあるので、シールを着ける。1時間ほど歩いてスキー場のゲレンデ中腹に戻り、ゲレンデ下部を滑り降り終了した。

山スキー最新装備の動向

専門店で聞いた



カラファテ・目白店の矢野さん

山スキーを楽しむ以上、最近の装備の動向は気になるところ。そこで、バックカントリースキーとクライミングの専門店カラファテのスキー担当・矢野淳さんにお話を伺いました。

(本誌・酒井正裕)

——矢野さん、今日はよろしくお願ひします。さっそくですが、まず、山スキーブーツについてはいかがでしょうか。

矢野さん(以下敬称略) 山スキーブーツはレイドレース向けの競技用を別とすれば、滑りを重点に置いたフリーライドタイプと登りも強く意識したアルパインツリーングタイプとがあります。最近のモデルでは、足の形にシエルの形をよりリアルに近づけるシエルフィットティングなどのテクノロジーが発達し、インナーブーツの厚さを薄くするなどにより軽量化が図られています。また、バックルの数を減らすために、ワイヤーとバックルを組み合わせた新システムや、BO

Aシステムなどワイヤーの締め上げのメカニズムを採用したものも出てきています。そのほか、従来の製品と比べると耐久性は若干劣るものの、フィットティングと軽量化に有効な成型タイプのインナーブーツも普及しており、これらにより、フィット感の向上と一層の



ワイヤーを採用したブーツ。左はBOA システム1 バックルの超軽量タイプ

軽量化が図られてきています。

その結果、靴の片方の重さが1・5kg前後のモデルが普通に出るようになってきました。

——ビンディングはいかがでしょう。

(矢野) ビンディングはフレームビンディングとテックビンディングに大別できます。日本ではディーマールに代表されるフレームビンディングが先行して普及し、テックビンディングの普及が遅れましたが、近年は急速に普及し、最近の標準となりつつあります。テックビンディングの長所は、何と言っても軽いこと。フレームビンディングはリアユニットがフレームでつながれている構造であるが故に2kg近く(1ペア)あるのに比べて、それがないテックビンディングは600〜1200g程度です。また、フレームビンディングはピボット(回転軸)がつま先より若干前方にあることから、歩行時の動作に無駄が生じますが、テックビンディングは足指付近にあることからロスが少なくなっています。で

すので、テックビンディングを実際に使用すると、その重量差以上に軽く感じると思います。

ただ、テックビンディングは着脱がやや面倒な点があります。テックビンディングの普及が進む中、フレームビンディングが今でも一定の支持を集めている理由は、着脱が簡単であることと、ゲレンデブーツでの使用もでき、パワー伝達性が高く、フリーライド系のブーツと相性が良いことです。

——スキー板はいかがでしょうか。
(矢野) スキー板の幅はセンターの幅、即ち足元の幅で板の浮力が

決まります。広ければ浮力が増加

し、狭ければ減少します。そのため、幅が広ければ走破性が向上し悪雪やパウダースノーに強いというメリットはありますが、エッジが遠くなる分、トラバース時の安定性が欠けたり、幅が広い分だけ板が重くなったり、滑降そのもののシャープネスさが損なわれたりする欠点があります。また、硬い斜面も操作が難しくなります。

それから、板の重さは軽いに越したことはありませんが、極端な超軽量スキーなどは、滑降の質と何か味気ない乗り味で滑りの楽

しさが減少すること

と、何よりも耐久性が低下し、へたりが早かったり折れたりする可能性が高くなります。

——クライミングスキーはいかがでしょうか。

(矢野) 材質は、ナイ

ロンとヤギの毛から作られたモヘアがあります。また、接着面は従来の粘着タイプとアクリルタイプ(シリコン系)があります。接着面について比較すると、粘着タイプは安価で接着力を補修しやすい一方、日本のような高温多湿な条件ではベタベタになりやすいという欠点があります。また、環境問題の高まりから、昔のように有機溶剤を使用できなくなったため、製品を作るのが難しくなってきました。

一方、アクリルタイプは劣化が少なくベタベタにならないメリットはありますが、高価であることと、メインテナンスが難しいという欠点があります。また、このタ



スキー板も多様な種類があるが、山スキーの初心者には扱いやすい幅(80mm後半)がおすすめ

イプについては補修テープが販売されていますが、この補修テープも高価です。

(矢野) ブーツはアルパインツールングタイプ、ビンディングはツールング向けのテックビンディング、そして、スキー板は扱いやすい80mm後半のものを勧めます。

——とても参考になりました。私自身も山スキーを長年楽しんでいますが、初めてこんなに詳しい話を聞き、驚いたり感心したりすることばかりでした。誌面の都合上、そのすべてを読者に紹介できないのは本当に残念ですが、山スキーの装備がいかに進歩しているかを実感した次第です。有難うございました。

(取材日: 2019年11月14日)

かわいい冬小物と、ちょっとした工夫 雪遊び編

雪遊びの時にも使える防寒グッズを、ちょっとした工夫とともに紹介します。乳幼児サイズから展開している登山用品メーカーも多く、シーズンごとに色、柄も変わるので、見逃せません。

機能的なウエアは値がはりますが、小物ならもう少し気軽に取り入れられるのでは。

出産祝いや、小さな子へのお誕生日祝いにもいいかも？



vol.32

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

スマートウールの乳幼児用靴下に滑り止め剤を

スマートウール『トドラートリオ』(2～3歳サイズ) ¥2,900(本体)
『ベイベーブーティパッチ』(0歳6ヶ月～1歳サイズ) ¥2,700(本体)
※いずれも3足組

ウールを使った登山用靴下でおなじみの「スマートウール」、乳幼児用靴下も展開しています。

厚みがあり、ふかふかで履き心地がよさそう。普段の防寒用のみならず、乳幼児の雪遊び用にも履いています。

日本の乳幼児用靴下は、滑り止めがついているのが当たり前…ですが、スマートウールは、アメリカ(屋内で靴を脱がない文化の国)のメーカーとあり、靴下に滑り止めがついていない! 手芸店等で手に入る、滑り止め剤「スベラナイン」を塗って、滑り止め仕様になりました。

また、乳幼児期を過ぎて、登山靴やスキーやスノボをはくようになった年代のこども用に、部位ごとに厚みや編み方を変えた、高機能な登山用ソックス、スキーソックスもあります。



着用例。スマートウールの乳幼児用靴下。

靴下を裏返した図。大人の手のひらサイズなのに、作りは本格的。足底のこのふかふか感。



右: このように「スベラナイン」を塗って→中央: 乾くと、滑り止めに! (色も透明になる) ちなみに、一番左が、元から滑り止め付きの日本の乳幼児用靴下。



スナップテープとチロリアンテープを二重にして、縫い付けてあごひもに。



着用例。12～24Mサイズ(1～2歳サイズ)を1歳5ヶ月でかぶっています。



手芸店で手に入る『スナップテープ』、乳幼児の服にもよく使われています。

耳当て付きの帽子にあごひもを

パタゴニア『ベビー・リバーシブル・ビーニー』¥4,500(本体)

こどものニット帽はかわいいものがたくさんありますが、抱っこしようとしたときに、外れやすい。

耳当てがあるタイプを選び、あごひも代わりに「スナップテープ」を縫い付けておくと、このストレスが軽減します。生地は補強がてら、チロリアンテープを重ねて、二重に。

パタゴニアの、この乳幼児用帽子は、耳当てつきな上、色柄がユニーク。化繊のニット地とフリース地のリバーシブルで洗濯もラク。新生児サイズ(!)から、5歳児サイズまで展開。

いまさら聞けない!?

雪崩対策

最新の動向を踏まえて—

本誌・酒井正裕

雪崩と行動判断

② 積雪斜面の力学的なバランスを考える

「雪崩の講習を受けたけど、行動判断にどうつなげるのか分からない」という話をよく聞きます。机上講習では必要な知識を教えてはいるのですが、今一つ応用できていないことが原因ではないかと思っています。

例えば、大きなオープンバン



斜面のトラバース。斜面に積もった雪は、目に見えない速度で常に移動している

は誰でも雪崩が起きやすいことは分かります。でも、なぜ危険なのかと聞かれると、多くの人がアンカーとなるものがないからと答えるのではないのでしょうか。これは間違った考え方ではありません。私も昔、講師からそのように教えられたと記憶しています。しかし、もう一歩踏み込んで考えられないと、行動判断に應用ができません。では、どのように考えればよいのでしょうか。図にあるとおり、斜面に積もった雪は目に見えない速度で常に移動しているため、必ずどこかに力の歪みが生じます。そのため、行動判断には積雪斜面がどのような方向にどれだけの力

がかかっているのか、その力のかり方をイメージすることが必要なのです。そして、そのイメージに基づき、斜面に力学的な歪みが集中する場所へ刺激を与えないように行動することが大切です。

つまり、立ち木の少ない大きなオープンバンが何故危険なのかといえば、大きな斜面ほど局部的に大きな力学的な歪みが集中する場所があるからと考えればよいのです。歪みが集中する場所はどうしてできるかと言えば、上載積雪

が多くなる吹き溜まり、斜面の傾斜とその変化、植生、岩の存在、地形的特徴などを総合的に考える必要があります。

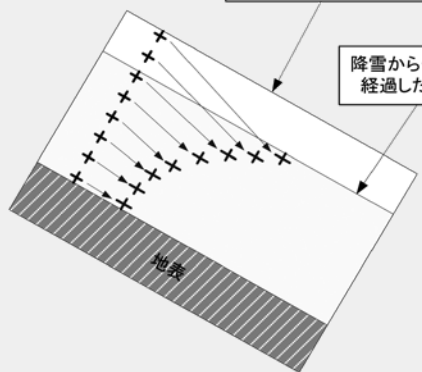
そして、実際に危険性が高いと想定される斜面に入ろうとしているときは、弱層テストを実施して積雪の基本的な安定性を

チェックし、その情報を土台に力学的な歪みが斜面のどこにどの方向に生じているか、そして、雪崩に埋没したときのことを考えて地形の罨はどうかなどをチェックすることになります。

長年山に登っていると、気付いたら危険な斜面に入っていたという経験がありませんか。そんなとき、このことを知っているか否かが生死を分ける大きなポイントになるかもしれないことは想像に難くないと思います。

降雪直後の積雪の状態

降雪から一定の時間が経過した積雪の状態



降雪直後に積雪層の断面に一定間隔で印を付けた場合、時間が経過すると、どのようにその印が移動するかを示したものの。この図から分かるとおり、積雪層は重力により目に見えない速度で下方に動くが、その動き方を観察すると、積雪層の上部と下部で移動の距離や方向が異なり、その結果として力学的な歪みが生じることが分かる。

登れる・語れる・書ける人に！

山の文化遺産めぐり

第32回

白馬・山とスキーの総合資料館



北アルプス白馬連峰 山とスキーに生きる 山里の民

企画展示 17のブースで、白馬に展開する大自然の懷で育まれた、山とスキーにまつわる様々なテーマを豊富な資料と共に展示、解説。



福岡孝行記念室 戦後間もない頃より細野青年会の先導役となつて、リーゼンスラロームコースの開設に尽力されるなど、数多くの福岡先生の功績を振り返るコーナー。

石田弘行 白馬・山とスキーの総合資料館

「白馬・山とスキーの総合資料館」は2010(平成22)年7月、白馬連峰に根差した山岳スポーツの発祥と、そこにまつわる生活文化の歴史、民俗、資料等の収集、保存展示を目的として、財団法人八方振興会によって設立され、地域の山岳観光振興に資している。資料館は以下の五つの展示区画で構成され、内容は時機に合わせて更新しており、新鮮さを保っている。

【福岡孝行記念室】八方尾根スキー場開発の父と呼ばれる福岡

孝行先生を記念するコーナー。「山とスキーの図書室」全国各地から寄贈された、山とスキーに関する13600点に及ぶ蔵書、資料、及び関連雑誌のバックナンバーが充実し、閲覧もできる。

【企画展示室】白馬村の山とスキーの文化をテーマごとに17のブースで紹介(左表参照)。

特に、2019(令和元)年は、細野(八方)を発祥の地とする白馬山案内人組合が創立100周年を迎える年でもあることから、企画展示として「山案内人100周年記念ブース」が設けられ、山岳観光の礎を築き、民俗の発祥を生み、スキーを広めた山案内人の活躍が紹介されている。

最新の大きな出来事として、白馬村、山案内人組合、資料館が発起人となつて、新潟大学のチームが調査した「唐松沢雪渓」が、2019年に日本で7例目の「氷河」であることが確認されたことで、その調査活動の様子も展示されている。

【民俗コーナー】農業が人力に



レルヒ少佐によって日本に伝えられたスキー術。白馬でも、その後からスキーの導入、活用が積極的に組み込まれた。山岳スキーの先進地として注目され続け今日に至る白馬スキー伝来 100 年のあゆみを展示。



白馬山案内人組合創立 100 周年記念ブースでは、山案内人のルーツをたどり、民宿発祥のいわれが探られ、確認されたばかりの「唐松谷氷河」が紹介されている。



特別企画展で冬季オリンピック開催地としての誇りと栄光への軌跡を記録。地元選手として活躍した者、裏方で大会を支えた多くの村民、語り継がれる世紀のイベント。



民俗資料コーナー
北アルプス山麓の厳かな自然の中で営まれた、山里の生活を再現。寒冷な気候と痩せた扇状地の上に開かれた農作業の厳しさが偲ばれる。

【特別企画展】「1998 年長野オリンピック冬季競技大会記念特別展示」も色褪せることなく、白馬の栄光と裏方としての歴史を物語っている。その他のテーマもそれぞれブースにまとめられている。

頼っていた頃からの農具や、茅葺き屋根の民家が軒を連ねていた時代の生活を偲ぶ民具を昔ながらに展示している。また、山里の生活と密着した産土神「霜降宮細野諏訪神社」の祭礼に関わる展示品は地域の特色が顕著で、興味をもってもらえるのではないだろうか。

企画展示・テーマ

- ・白馬連峰の雪形
- ・八方尾根自然環境保全
- ・白馬八方温泉
- ・八方尾根索道事業の歴史
- ・白馬スキー伝来百年のあゆみ
- ・八方尾根スキースクール
- ・1998 年長野冬季オリンピック
- ・全日本スキー連盟歴代デモンストレーター、インタースキー日本代表名鑑
- ・白馬村姉妹都市オーストリア・レッヒ村紹介
- ・八方友好交流国、韓国、中国、オーストリア、フランス、インド紹介
- ・Mt.6 マウンテンリゾートベストオブクラシック
- ・雪崩対策研究
- ・2017 年世界スノースポーツ指導者国際会議 (IVSI) 白馬大会
- ・地元出身オリンピック・モーグル女子・上村愛子選手、ノルディック複合・渡部暁斗選手の軌跡
- ・スキーカメラマン・志賀仁郎
- ・スキー用具の変遷

他

白馬・山とスキーの総合資料館

住 所：長野県北安曇郡白馬村北城八方 5732-2
八方文化会館内（白馬八方バスターミナル横）

電 話：0261-72-2477

開 館：10：00～16：00

入館料：大人 300 円、高校生 200 円、中学生以下無料

休 館：水曜日

この山名考に焦点を当てて、一般的なシロウマ説の論拠となっている「代掻き馬」への疑問と、地元で古くから呼び慣らされて

オリンピック冬季競技大会記念特別展示」も色褪せることなく、白馬の栄光と裏方としての歴史を物語っている。その他のテーマもそれぞれブースにまとめられている。

いる「ハクバ」との違いがどこにあり、どう対応すべきかがクローズアップされている。どちらが正しいかという議論ではなく、地元で古くから呼び慣らされているハクバという呼称にもつこだわり、古地図による考証などとともに、なぜシロウマになってしまったのかということについて、理解を深める機会ととらえることもできる。

資料館には、白馬で探求すべき課題がいくつも眠っているようだ。



アドベンチャー・トラベル

ダウラギリⅡ～Ⅲ～Ⅴ峰縦走 若き未経験者が交差縦走をできた理由



ダウラギリ山群の空撮。Ⅱ・Ⅲ・Ⅴ峰の南面はお椀を割ったような大伽藍

高高度のヒマラヤ登山には、登るための掟とも言える条件がある。高度障害を防ぐ高所順応、登り方を決めるタクティクス（戦略）とそれに添った荷揚げ、補給線確保のロジスティック、この三つをどう構築、織り込んで頂上へ導くかである。現場ではルートの選択や自然条件、天気予報、隊員の体調、すべての事を包括し、隊としてベストな方法を決定、実践していかねばならない。かといって杓子定規にやればいいとも限らず、時としては思い切ったセオリー無視の優先順位選択も必要となる。

今井通子隊長は、未経験の若い隊員たちにヒマラヤを叩き込む方策として、合宿スタイルのミーティングを徹底した。

場 所は隊長の家である。

仕事を終え隊員が集まると、皆で食事の準備から始まる。それからミーティング、事に応じては延々と続く。理解が難しい。戦略などは、模造紙に絵を描き、人や物資のコマを進めるゲーム感覚で納得させる有様で、ほとんど徹夜のような日々が続いた。遠慮のない

言い合いや喧嘩は、より大きな力を発揮するための絆と結束につながり、ファミリイ感は強まり、一人一人にフォー・ザ・チームへの意識改革が生まれていった。成功には何が大切な条件で、何をすべきかを体も覚え込んでいった。翌朝、今井家から仕事場へ出勤する隊員も増えた。丸2年に及ぶ合宿形態は徹底され、家族同然のワン・チームとなった。男ばかりの隊、平均年齢26歳。隊長は、母親、姉貴、そして、憧れの女性として存在した。

隊長は、75ダウラギリⅣ峰遠征の辛酸から、組織登山の何たるかを身をもって経験した。その学びから、上下関係を超え、隊員たちの生活の内部にまで立ち入ることで個々との信頼関係を作り上げようとした。隊員それぞれに、モチベーションを失わせない気配りをし、資金集め、装備選定、食糧など得意分野を生かした任務に就かせ、双方の信頼感を一気に獲得していく。



縦走への最初のハードル、Ⅴ峰へと登るⅡ峰側古賀隊員。Ⅲ峰とのコル、大雪原の中央下部に2つのアタックキャンプが見える。1979年10月16日



Ⅲ峰頂上で高度障害に侵され小椋登攀リーダーは両足9指が凍傷となる。TBCで今井隊長と。1979年10月25日

の受け入れに欠かせないコマとして、気心の知れた者が2名残り、隊長としては胸をなでおろした事と思う。隊員間の不満の火種となりかねない恐れ、信頼感の欠如を生み出す要因がなくなったわけだから、神様も粋な計らいをした。

最後の賭けも…。競争意識を闘わせる戦略は危険な作戦という見方もあるが、当時の隊員の年齢層は団塊世代末尾、さらに競争意識の薄い新世代とも言え、実際にはすべてのミスを帳消しにさせる「やさしさの結束」が上手く回り始めていた。そして、ワン・チームとしての参加意識は最後まで力強く生きた。

隊員の側も、母親に褒めてもらった子供のようには振る舞い、準備における情熱が、隊員同士のさらなる信頼感を醸成した。

新しい発想として、クライマーではない仲間内から2名を専属のBCマナージャーとして誘い入れてそれぞれの隊に置いたことも、隊員管理や情報収集に大いに役立った。

さて、実際の登山活動で、その隊づくりは如何に発揮され、どのような効果を得られたのだろうか？

ひとつの事例として、日本を出る前、今井隊長はⅡ峰隊7名とⅤ峰隊5名の名を発表したが、「便宜上のもので入れ替えもある」とした。Ⅴ峰は地形的に複雑で、技術的に難しく、岩登り等のスキルの高い者を選、Ⅱ峰側は雪氷のルートで高所経験のある順に…という微妙な選択をした。さらに、面倒なⅤ峰側には、付き合いの長い心情が読める者を配置した。

いくら交差縦走を目指すとしても、優先はⅡ峰側と、多くの

隊員はその安全策を知っていた。山の高い方から低い方に攻めるのが正攻法である。終盤、なおさらに交差縦走の話題が挙がると、「絶対に成功させるぞ」とⅤ峰側からも意気込みが発せられるが、現実には体力の低下で裏方に回る〃を選択せざるを得なかったのである。すでに全隊員が〃頂上に立ったこと〃も縦走へのモチベーションがすばむ要因であった。それだけ過激な日程に疲れ果てていた。

隊長がⅤ峰側の責務について明言を避けていたのは、主戦はⅡ峰隊で、Ⅴ峰隊は〃縦しんば失敗したにせよ、サポートは重大な任務で、フォー・ザ・チームである〃と納得させる自信があったからと思う。ただ、明確にサポートのみと言えなかった事は、隊長の逡巡であり、また、交差縦走への期待でもあっただろう。言い換えればⅤ峰隊の反発を予想し、そのパワーを起爆剤に、双方向にハイレベルな行動力を発揮させ、交差縦走を大成功に導けるだろう!? という

第34回日本勤労者山岳連盟総会 議案(第一次案)の要約

2020年2月15日(土)～16日(日)に東京(ホテルコンチネンタル府中)で日本勤労者山岳連盟第34回総会が開催される。

主な目的と主要な議題は、次のとおりである。

- (1) 創立60周年を記念し、組織の強化と拡大を目指す活動について
- (2) 重大事故をなくす安全登山教育の充実について
- (3) リニア問題など、山岳自然保護活動について
- (4) 平和と登山を考え、登山文化を発展させる取り組みについて

・第34期上期の財政方針、予算の策定／全国連盟規約などの一部改定
／全国役員の選出

―第1号議案第34期上期(2020年度)
の活動方針より―

《登山をめぐる情勢》

登山をめぐる社会情勢

- ・令和への改元が行われた。企業内部留保は拡大し続ける一方で、消費税が10%に上がり、私たちの生活に豊かさは感じられない。
- ・ローマ教皇が38年ぶりに来日し、核兵器廃絶を力強く訴えられた。日本は唯一の戦争被爆国でありながら、核兵器禁止条約の批准・署名をしていない。世界では依然として人類存続に対する脅威は増え続けている。
- ・世界的な異常気象が続いており、2019年には台風や大雨

による洪水の発生により日本が最も大きな被害を受けた国になった。地球温暖化による気温上昇は、私たちの日常生活を脅かしている。

- ・日本政府は、原子力発電所の再稼働やリニア新幹線の建設は凍結して地球温暖化防止と防災対策に力を注ぐべきだと考える。

- ・登山を楽しむためには、安全でゆとりのある生活が必要だ。国際平和に貢献し、社会保障を充実させ、安心して子供を育てることのできる環境整備を行政に求めたい。

国内登山の情勢

- ・団塊の世代が70歳代となり、活発な登山活動を展開している。

アウトドア志向の若者も増えている。スポーツクライミングがオリンピック正式種目となり、登山環境を整備する絶好の機会だが、国や地方自治体の山岳遭難対策や登山技術・知識の習得に予算が充てられていない。

- ・登山道やトイレ、山小屋などの整備は、民間や地元任せになっており、登山環境は貧弱である。観光資源としての山岳景観を維持し、私たちが安全に山登りできる豊かな山岳地域自然保全のために公的資金も投入していくことが必要だと考える。

- ・山岳地域にメガソーラーや風力発電の建設が行われているが、利益だけを求めており、地域の住民の声が反映されていない。自然を壊すことは、想定外の自然災害や貴重な自然環境に深刻な悪影響が出る。一定規模以上の開発については、広く世間に告知して意見を求める必要がある。



《労山各分野の活動方針》

組織の強化・拡大をめざす取り組み

・2019年11月末の労山の組織数はまだまとまっていないが(前年は598団体、18805名と5団体・227名の減

少)、ここ数年、会員減となることは間違いないだろう。

・会員減の大きな要因は、加盟団体の中に労山加入の意味が見いだせずに脱退につながっている場合や、会員の過半数が60歳代以上と高齢化して仲間を増やすことが困難となり、会員が減少して会の運営ができなくなった場合が多い。

・ハイキングクラブなど多人数の会が、コストメリット論だけで脱退に至る場合があり、優れた労山基金の内容や労山での安全登山の取り組み・理念などについて末端会員まで浸透を図っていく努力を重ねることが重要である。

・具体的には、会・クラブの組織強化に向け、次世代会員を迎え入れられる組織体制の推進、会・クラブにホームページ開設やSNS活用のための支援を行っていく。また、会・クラブや地方連盟などで実施されている公開登山教室・技術講習会を調査・研究してまとめ、地方連盟に普

及して組織拡大につなげる、さらに、地方連盟への組織運営・強化への支援をすすめるために、会・クラブ数が少ない地方連盟で空白地域に会・クラブを結成するために、一般登山者を対象とした登山講座などの開催に際し、講師派遣などの必要な支援を行っていく。

創立60周年記念行事の開催を準備する

・6月21日に東京・神田明神ホールで記念講演会を実施する。
・6月21日に東京・ホテル東京ガーデンパレスで記念レセプションを開催する。

遭難事故防止の活動と教育活動

・2018年の警察庁による山岳遭難者数は3129名。死者・行方不明者は342名となった。

遭難発生件数が2000件を超えた2013年以降、死亡・行方不明者も300名以上で推

移している。携帯電話等による救助要請も増えているが、救助要請後、連絡なしに自力下山した事例など登山者のモラルの欠如も指摘されている。

・労山内の山岳遭難概況と対策については、2019年は死亡・行方不明者が4名と、この15年では一番少なかった。会員の「コヘリ」入会金無料を継続し、救助搜索費を千倍にした。

・会員の10%が発信機を携帯し緊急時に居場所を特定できるようになったため、生死を分ける救助活動の早期化が実現した。一層の加入を推進する。また、コヘリ労山搜索隊を結成し1000名の隊員をめざすとともに、山岳遭難事故を減少させていく。

・具体的には、地方連盟の遭難対策活動を支援(気象、読図、運動生理学、講師派遣)する。教育体制の充実として、全国遭難対策担当者会議を開催し、地方連盟での安全登山教育体制を強化する。遭難事故の原因分析し、

その結果を普及・活用していく。

ハイキング分野の活動

- ・2020年全国ハイキング交流集会を9月12日(土)～13日(日)に首都圏で開催する。

- ・『ハイキングA・B・C』『ハイキング セカンド・ステップ』は、Amazonでのネット販売を開始し、販路手を広げる。
- ・山でのスマホ活用術について、ハイキング委員会で研究に取り組む。

女性と登山

- ・全国連盟女性担当者会議を9月5日(土)～6日(日)に全国連盟事務所で開催する。
- ・山筋体操の普及・推進をする。

メディア局

2020年度も引き続き、登山時報の毎月発行、ホームページの日々の更新作業を行っていく。労山ニュースは全会員に配る機関紙として継続する。また、全国連盟・メールニュースで各地

姥沢口から月山山頂へ向かう途中、来し方をのぞむ



方連盟に定期的に全国のニュースを発信する。

機関誌委員会

登山時報について4月号からデジタル化に踏み切る。具体的には、この1年間はこれまでの紙媒体と電子登山時報の2本建

てとする。

国際部

6月19日に東京で、日本勤労者山岳連盟主管でアジア山岳連盟の理事国会議を開催する。

自然災害等への支援活動について

労山会員被災者支援制度委員会での検討結果を報告する。骨子は、「労山会員被災者支援委員会」の設置、支援財源の確保、被災者支援の流れと支援金額を提案する。

労山60年史編纂にむけて

5月記念事業の一環として開催されるレセプションにて配布する。地方連盟及び各会に一冊ずつ無料配布する。また、一部300円で有料販売する。

他団体との共同行動について

山岳団体、共済関連団体、新日本スポーツ連盟とは、情報と意見交換を重ねて、共通の目的

に対して積極的に協力して取り組んでいく。

自然保護委員会と海外委員会については誌面の都合で割愛する。

(今野善伸／全国連盟副理事長)

集会等の予定 (2020年度)

機 関 会 議 ・ 集 会	第34回総会	2月15日～16日	東京都・ホテルコンチネンタル府中
	全国基金担当者会議	6月20日～21日	東京都・全国連盟事務所
	労山創立60周年記念行事	6月21日	東京都・神田明神ホール、ホテル東京ガーデンパレス
	全国遭難対策担当者会議	7月4日～5日	東京都・全国連盟事務所
	全国女性担当者会議	9月5日～6日	東京都・全国連盟事務所
行 事 ・ 集 会	第34回全国雪崩講習会	1月31日～2月2日	長野県・桐池高原
	全国自然保護講座	7月11日～12日	(未定)
	若手クライミング講習会	10月3日～4日	長野県・小川山
	全国登山学校担当者交流会	11月7日～8日	三重県・御在所岳
	全国ハイキング交流集会	9月12日～13日	(関東地方)
	全国自然保護集会	11月14日～15日	(未定)

登攀系講習会関係者 横のつながりへ 初めての試み

全国登山学校交流会を開催



2019年11月9日～10日に御坂・三ツ峠山屏風岩で登山学校交流集會を開催した。

今回の対象者は主に登攀系の講習会関係者で、横のつながりが希薄な各連盟の学校・講習会関係者が実際に顔を合わせ、交流することが目的であった。この初めての試みに、東京、神奈川、千葉、長野、愛知、大阪、兵庫、岡山から計24名が参加した。

講師の確保、教育システムの整備など課題共有

初日は9時過ぎに宿泊先の四季楽園前で全員集合し、自己紹介後、屏風岩に移動して各連盟の学校・講習内容の紹介を行った。

東京、神奈川、愛知、大阪では数カ月～通年の期間で登山学校を実施している。いずれも登攀系が中心の学校で、クライミングの基礎～実践山行という流れだが、講習の密度や実施規模にはバラつきがある。どの学校でも講師の確保には苦労している模様。一方、長野では、単発の講習を小規模で実施しているほか、兵庫や岡山は学校という形態が中断している状態で、各連盟のカリキュラムを参考にしながら、将来的に教育システムを整えていきたいとのことであった。その後は、支点作成の注意点、10月小川山で実施した「若手のためのクライミング講習会」な

どで実際に見られたミス、登り返しの方法、懸垂下降時のバックアップなどの情報交換を行ったほか、三ツ峠を初めて訪れた人のために岩場の紹介を行った。16時終了の後は、日頃なかなか交流のない仲間との親睦を深めた。

装備や安全性に関する情報収集・共有につとめる

二日目は、親睦クライミング。数パーティに分かれて、中央カンテ、右フェース～天狗の踊り場までのマルチピッチクライミングを行った。快晴で、色づき始めた山々と初冬の富士山をバックに、最高のロケーションでのクライミングを楽しむことができた。その一方で、アイゼン・アックスでマルチピッチを登攀していたパーティで、滑落事故が発生してしまった。12時過ぎに終了。「各連盟とも、さまざまな課題があるが、教育は山岳団体としての使命。引き続き頑張っていきたい。全国連盟としても、各連盟の活動をサポートしていく」とまとめて、解散した。

登攀系の講習会は、体力・身体能力を要求されるリスクの高い内容が多い。このため、山の第一線で活動している若手指導者の確保・育成が課題と言えそう。技術的な内容については、各学校・講習会ともにおよそ現在のクライミング事情に沿った指導を行っていることが分かった。ただ、一部では、現在ではほぼ使われていない装備を使っていたり、登攀系の講師としては技量不足と思われるケースもあった。全国連盟として、装備や安全性に関する情報を収集し、フィードバックしていきたい。

参加者からは、「集まれる機会があつて良かった」「次の開催を期待する」との反響をいただいた。学校・講習会関係者の交流という第一の目的は達成できたと考えている。

(三瓶健／遭難対策部・組織部)



講演する服部氏。会議は林祥介委員長（自然保護委員会事務局長）の司会進行で始まり、浦添嘉徳全国連盟理事長が開会宣言、竹本幸造が開会挨拶・基調報告を行った

全国自然保護担当者会議を

開催

全国自然保護担当者会議を2019年11月16日13時30分から17日12時まで、全国労山事務所で開催した。出席は、16都・府・県から延べ64名（初日33名、二日目31名）。

（竹本幸造／自然保護委員長）

「南アの自然を守ろう」基調講演で訴え

「南アルプスの自然と魅力について」と題して、服部隆氏（南アルプスとリニアを考える市民ネットワーク共同代表）が講演した。服部氏は、静岡県焼津市出身で1980年後半の若いころからフリークライミングに傾注。ヨセミテ等海外から国内外の岩場をまわる。また、冬期含め南アルプスの源流部（沢登り）を探索しながら、つぶさに南アルプスの自然に親しんできた。

自然保護 手近なところからコツコツと

二日目は、地方連盟から出席者全員が発言して問題提起・報告とディスカッションを行い、竹本幸造（自然保護委員長）が以下のように締め括った。リニア計画・大規模メガソーラー・メガ風力発電計画は、いちじるしく自然や環境を破壊する。労働山として、こうした計画は、孫子の代まで負の遺産となるという考えの下、署名や情報共有化を図るなどして反対していく。二日間の自然保護担当者会議の

く。クリーンハイクについては、地域の差はあるものの、会員に対して自然保護の意義を訴えながら、全国一斉のゴミ収集活動を継続していく。また、登山道でのティッシュペーパー（トイレ紙）持ち帰りについて、会員はもとより一般登山者にも向けて、携帯トイレの普及活動に自治体とも連携して取り組む。「随（か）より始めよ」の故事にちなみ、自分・会・県連でできる活動をコツコツと続けていくこと、このことと今回の資料を広く活用することを申し合わせ、二日間の自然保護担当者会議の

の宝庫。リニアトンネルを掘ることによって、水が抜け、沢が涸れ、破壊されるのを、何もしないまま見逃すことは断じて許せない。物言わぬ動植物の代わりに、山屋はそうしたものを守ろうと熱く訴えた。

続いて、各地方連盟からの報告が行われた（下記参照）。夜はバンドも入り、リニア反対ソング「赤石をこわさないで」

まとめとした。

会議後には、

全国自然保護委員はじめ17名が参加して、新宿駅西口前で、登山時のいでたちで「リニアで南アルプスの自然を壊さないで」のプラカードによる訴えを行い、60分間で30筆の署名が集まった。

登山姿でリニア反対

東京・新宿駅前 登山が宣伝署名



登山姿で「リニア計画反対」「南アルプスの自然を守ろう」とアピールした日本労働山岳連盟の会員たち。17日、新宿駅西口

日本労働山岳連盟 初めての試み。東京・新宿駅前で、登山姿でリニア反対の訴えを行った。参加者は、リニア計画の反対、南アルプスの自然を守る、リニアで南アルプスの自然を壊さないで、など訴えを求めた。参加者は、リニア計画の反対、南アルプスの自然を守る、リニアで南アルプスの自然を壊さないで、など訴えを求めた。参加者は、リニア計画の反対、南アルプスの自然を守る、リニアで南アルプスの自然を壊さないで、など訴えを求めた。

登山姿で「リニア計画反対」「南アルプスの自然を守ろう」とアピールした日本労働山岳連盟の会員たち。17日、新宿駅西口

街頭アピールを報じる記事
（2019年11月18日 赤旗新聞）

各地方連盟からの報告内容（報告者）

- 栃木…足尾の植樹活動報告（DVD 放映30分）
- 千葉…鴨川メカソーラーについて（菅井）
- 長野…美ヶ原台上道建設問題について（瀧澤）
- 大阪…自然保護憲章握って離さずの実践報告（澤村）
- 宮城…宮城県連からの活動報告（山口）
- 静岡…リニア問題と今後の動向について（竹本）、署名活動の取り組み（山崎）

など皆で山の歌を合唱して交流を深めた。

沢死亡事故報告に大きな反響 都連盟「2019年遭難対策研究集会」



集会に先立ち挨拶する佐々木功会長

2019年11月16日、都連盟教育安全対策部は隔年で開催している「遭難対策研究集会」を

都内で実施した。2018年における全国の登山会員の死亡事故者10名のうち6名が都連盟会員ということもあり、関心が高く、参加者は23会・70名を超えた。

プログラムは、事故報告5件（沢での死亡事故2件、縦走での死亡事故1件、登攀での死亡事故1件、海外登山での死亡事故1件）と質疑応答、野尻英一気

象予報士による「遭難事故と気象」の講演、さらに「ココヘリの現状と展望」と題してオーセンティック・ジャパン久我一総代表が講演。盛りだくさんの内容だった。

特に、沢の死亡事故については、当該会の詳細な現地調査の動画が映写され、大きな反響を呼んだ。というのも、都連盟では10年前に沢登り講習会で死亡事故を起こし、その遺体の収容で不運にもヘリが墜落して5名の救助隊員が死亡した。この10年前のケースと今回報告された沢の事故とは、沢の状況が酷似していた。10年前の事故で死亡

者に同行していた会員が集会に参加していたこともあり、沢事故の救助方法についての議論が白熱した。

集会を準備してきた都連盟安全対策委員会の柳下修委員長は、「事故の教訓を共有したいと考えて準備を進め、各会の協力を得て2018年の重大事故全てについて報告が行われた。活発な質疑とともに貴重なアンケート回答もあり、中身の濃い集会だった。教訓が生かされ、事故が減少することを期待したい」とコメントした。

都連盟はこの遭対集会を隔年で開催しているが、例えば、千葉県連盟では毎年1泊2日で同様の取り組みを行っている（本誌2018年3月号参照）。規模と事故件数からみると都連盟でも毎年開催できないものか、そのような印象をもつほどに熱気あふれる集会だった。

（本誌・田上千俊）



山岳写真家・白簾史朗先生を偲ぶ

宮澤健二／十日町おだまき山の会（新潟）



白簾先生（左）と筆者（2006年11月撮影）

白簾先生を知ったのは50年ほど前になる。「山と溪谷」の山岳写真コンテストで審査員をされていた先生は、まだ36歳だった。18歳の私は先生の写真に惚れた。その後、長男に「史朗」と名付け、30歳で初めてヤマケイ山岳写真コンテストに応募して一席と四席に入選、その5年後に初の個展「わが青春の山々」開催にあ

たり先生にお祝いの一文を頂戴した。41歳の時にはあこがれの先生とカラコルム15日間撮影旅行に行く機会を得て、その時に「白い峰」に誘われて入会。これが30年前のことだ。

ここでは先生の思い出を記す。「白い峰」会員には厳しい方だった。写真の講評では、構図、題名などの写真へのこだわりはもちろん、行事はすべて禁煙、和室でひらかれた忘年会では開口一番「スリッパの脱ぎ方がデタラメだ」と5分以上の説教、「常識人たれ」と言い聞かせられた。一方、私が山菜や米など送ったときにはすぐに自筆の礼状が電話を、中越地震や豪雨のときには「大丈夫かね」と電話をくださるなど、本当に心遣いが細やかで、気配りのある神様のよう

な方だった。

先生は、中学を卒業後、家の手伝いを経て18歳で富士山の写真家岡田紅陽氏の内弟子とられた。そして、5年間の修行をして独立した努力の人だ。

岡田氏は私と同じ十日町の出身で、十日町市は岡田氏の写真20点を保存している。それらに加えて、先生、そして私、三人の写真で「富士山展」を開くのが夢だった。

20年前には「おだまき山の会創立20周年」で先生の講演と写真展を開催、6年前には「十日町市美術展」の審査員としても、先生を十日町にお迎えした。最期は、三日間の入院後の2019年11月30日に逝去された。納棺で86歳まで思い切り生きた安らかなお顔を拝見できた。先生、ゆっくりとお休みください。合掌

◎略歴

昭和8年2月23日 現在の山梨県大月市に生まれる
昭和23年 中学を卒業したが、家庭の事情で高校進学を諦める
昭和26年 富士山を撮影する写真家・岡田紅陽に弟子入り。5年間の修行後はフリーランスに
昭和37年 山岳写真家として独立。国内では特に、尾瀬、富士山、南アルプスを撮影。また、ヒマラヤ、カラコルムなど世界の山を撮影。100以上の写真集を刊行、30数回の個展をひらく
令和元年11月30日 逝去
（特別非営利活動法人）日本高山植物保護協会 会長、山岳写真の会「白い峰」会長、日本写真家協会 会員、日本山岳会 終身会員、日本勤労者山岳連盟 顧問

◎主な受賞歴

昭和53年 日本写真協会賞受賞
昭和62年 山梨県文化功労者表彰、前田晁文化賞受賞
平成2年 野口賞（芸術・文化）受賞
平成12年 スイスのキング・アルバート一世記念財団より日本人初の勲章を授与される

◎個人美術館

山梨県早川町立「南アルプス山岳写真館・白簾史朗記念館」
山梨県大月市立「白簾史朗・秀麗富嶽十二景写真館」
福島県檜枝岐村「白簾史朗尾瀬写真美術館」
静岡県大井川樺島「白簾史朗南アルプス山岳写真館」

5日	組織部会
6日	労山望年会
7日	全国雪崩・講師会議
9日	自然保護委員会
同日	女性委員会
10日	三役会議
12日	遭難対策部会
同日	登山時報編集委員会
14日	日本ヒマラヤ協会・華甲望年会（東京・主婦会館プラザエフ）浦添理事長、来賓として出席
17日	山岳団体自然環境連絡会
19日	第22回理事会
24日	労山基金運営委員会
26日	第2回役員選考委員会
27日	事務所仕事納め

第22回理事会討議事項

①第34回総会について

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

②役員選考委員会について

12月26日に第2回を開催し、役員の検討を行う。

③会員被災者支援制度について

理事会内に「労山会員被災者支援委員会」を設置して対応することを総会で提案する。



終了点の枯れた松が危険な城ヶ崎シーサイド



凍てつく富士山の山頂



JAPAN WORKERS' ALPINE FEDERATION

専門委員会活動報告

2019 12

○遭難対策部

20年度は登山創立60周年

死亡事故ゼロを達成しよう

11月15日から12月12日までに届いた事故一報は15件、15人。6人（Ⅱ以下、「人」省略）が転倒（無雪期登山が5、積雪期登山が1）。4が転・滑落（無雪期登山が3、クライミングが1）。2が病気・感染症と高度障害（無雪期登山、海外1）。1が虫・蜂（無雪期登山が1）。海外クライミングの下山中と室内クライミングのストレッチ中が各1。足小指、左足首右足腓骨・脛骨、右足の骨折が4。脊椎骨折が1。右手指の骨折が1。左足首（静脈血栓除去）、右足首、大腿部、腰、左腕、右手小指の損傷が各1。右頭部のスズメバチ刺され、感染症、高度障害が各1。所属連盟は、東京が3、道央が2、道東・群馬・埼玉・千葉・愛知・京都・大阪・兵庫・岡山・広島が各1。男女比は、男性7、女性8。年齢構成は、30代1、50代3、60

代6、70代5。

（白井邦徳／全国遭難対策部長）

○自然保護委員会

自然保護担当学会会議を開催

2019年11月16・17日に登山事務所にて、16都府県から64名が参加して会議を無事に終えた。

南アルプスの魅力とリニア問題に関して基調講演をしていただいた服部隆氏から、南アは海由来の土砂・泥でできていてガレが多く極めてモロい。断層の破砕帯に数百年もかけて豊富な水を蓄えているため渇水期でも沢の水量が維持できているが、この破砕帯にリニアのトンネルを通すと地下水が抜け落ち、沢が枯れ、山岳自然全体の生態系が崩壊する」と説明があった。

各地方連盟から、「クリーンハイクのゴミ減少」「鴨川メガソーラー問題」「美ヶ原台上道路建設問題」「足尾の山に100万本の木を植える取り組み」「登山の自然保護憲章の特に雷鳥・山の野鳥

目撃情報レポートの実践呼びかけ」「山岳地のヨシ刈り整備活動」「山のトイレ問題」「最近のプラゴミ」等が報告された。

（平山晴美／全国自然保護委員）

○ハイキング委員会

スマホアプリを習得しよう

今年9月に行われた全国ハイキング学校でスマホ講習があり、11月に山仲間とこの成果を試しに丹沢の大山三峰に行った。

今年は史上類を見ない大型台風が大きな被害をもたらし、登山道も倒木や土砂の堆積で通行できない状態になっている。三峰山や北尾根は大山の中でも道迷いをしやすいルートであり、最悪の場合は死亡にもつながる怖いところだ。

そんな時に、スマホアプリは役に立つ。神奈川県連の登山学校では、原則地図とコンパスを使う山行を指導するが、山岳アプリを上手に使える、道迷いを確実に防ぐことができる。電池

切れや、雪山の気温低下で使えなくなるリスクを承知の上なら、山岳事故の減少に寄与するだろう。機械が苦手な中高年もマスタースれば、画期的なアイテムになると信じている。

(鈴木茂彦／全国ハイキング委員)

○女性委員会
全国女性交流集会報告集を作成

2019年10月26日(土) 27日(日)に開催された全国女性交流集会の報告集を作成した。各地方連盟と参加者に1冊ずつ配布する予定。女性たちの熱気が参加されなかった方々にもよく伝わる報告内容になっているので、ぜひじっくり読んでいただくことを願いたい。

11月に自然保護担当者会議が労山事務所で開かれ、私も出席させていただいた。その会議の席上、奈良県連の自然保護担当者(女性)から「山のトイレ、携帯トイレの問題についてぜひ全国女性委員会でも取り上げて

ほしい」という発言があった。登山における女性とトイレの問題は、過去の北海道での女性登山家の遭難の事例から見れば、命を落とす事故につながったこともあり、安全登山の問題でもある。地方連盟を代表する声を、女性と登山の分野でどのように生かしていくか、課題として受け止めていく努力が問われていると感じた。

(久保典子／全国女性委員長)

○労山基金運営委員会 下山はヘリタクシーで？

私事で恐縮だが、昨秋久々の高所登山に出かけた。そのネパールで労山基金にも関係すると思われる良からぬ噂を聞いた。

それは、いわゆる山岳保険の悪用？である。トレッキングの目的地や、途中の村のロッジで現地ガイドが、「やっこここまで着きましたね、お疲れになったでしょう。さあ、楽しんで下りませんか？」と切り出すらしい。

少し体調が悪い、あるいは高度障害かもしれないということでガイドがヘリを要請、「費用はもちろん保険で出ますよ」という話である。ヘリでカトマンズへ、病院で一応の検査、何も無くて良かったですね、で終了である。ヘリ代の支払いも無いし、ヘリをタクシー代わりにして使って楽々下山と言うが、これはれっきとした犯罪である。

こんな事例が増えているため、ヘリ救助に対する保険会社の審査が厳しくなっているとも聞いた。本当に緊急な場合にすぐさま安心してヘリを呼ぶためにも、こんな囁きに安易に乗らないよう肝に銘じたい。

(香取純／労山基金運営委員)



スポーツのひろば

2020 No.524 1.2月号

定価 290円
年間購読 3,600円



CONTENTS

読者が観た **ラグビーワールドカップ**

発掘インタビュー 谷口源太郎 (スポーツ・ジャーナリスト)

スボ研所長 やまけん先生のブログ！ **運動にかかわる遺伝子って？**

スポトピ たった4分間 タバタ式トレーニングとは？
人魚姫になりきって マーメイドスイミング

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

第6回

吉備路の山 全山縦走大会

2月28日(金)まで
申し込み受付中!

3～4世紀には大和地方に匹敵する豪族が勢力を誇り、吉備の国と呼ばれた一帯でひらかれる恒例の縦走大会。労山会員が実行委員やボランティアメンバーとして大会運営を担い、前は参加者870名を迎えた。自然と歴史に恵まれた吉備路の山を、全国の労山会員にもぜひ歩いてほしい。

(実行委員会)

日程：2020年3月22日(日)

参加費：2,000円

コース：JR 桃太郎線服部駅～鬼ノ城～高松龍王山～大平山～吉備中山～吉備津神社 (35km)

※足守コース (18km)、稲荷コース (24km)、足守出発コース (17km) など短縮コースあり

申し込み：2月28日(金) 締め切り・定員は先着1000人

※案内詳細・申し込み方法は、

ホームページ <http://kibi35kjusto.web.fc2.com/> を参照

主催・問い合わせ：「吉備路の山全山縦走大会」実行委員会

メール kibi35kjusto@gmail.com

電話 090-7124-0729 (実行委員長代行・津守)

FROM EDITOR

明けて、山は穏やかに初春を迎えたようだ。令和2年のはじまりは、毎年恒例の某協会のPRコンクールの展示作品撮影・展示設営で追われている。労山60年史のまとめ作業も後半に入った。

(橋口)

今年は何だか体調が良くなく、やりたいことが出来なかった。反省することが多い。体調を整えて、もっとやりたいことを実現しようと思う。まずは自然の中へ。(本多) 瑞浪@第1弾は行けなかった(涙) 楽しみにしてたのにな～。まあこんな時もあるさ(いつもか) 年末年始もなんじゅうねんかブリーに実家で過ごし、引き継ぎというか家のことをいろいろと聞いておく作業を執り行う予定(そんなお年頃:水野)

2018年沢事故での死亡者は5名、その内2名が二重遭難。クライミングと違い、沢での救助方法は大きく遅れていないか。変幻自在の沢の流れ。厳しさは分かるが、原則はあるはず。遡行と同じで、誰かが突破しなければ。

(田上)

早いもので年末になってしまった。師走というが、「師」でもないのに忙しいのは「なんだろう」。安曇野はリンゴの産地、秋から出荷に追われる。そこに「みかん」をあっせんして、販売している。今年も無事200箱完売。

(塩田)

気候変動の危機で、スウェーデンのグレタさんはじめ世界の若者の声が増えている。どこか「他人事」に構える大人に対し手厳しい指摘が次々と。10年後、30年後、今の若者たちが世界を背負って立つ頃まで、果して人類は存続できるのか? (鈴木) いよいよ2020東京オリンピックまで7カ月を切った。各競技での代表選考もタケナワだ。期間中、私は、埼玉スーパーアリーナ(バスケット競技)にて運営のお手伝いをする。英語や多言語、海外文化のシャワーを浴びることを楽しみにしている。(今野)

登山時報

©禁無断転載

2月号 No.540 2020年1月15日発行

編集長 今野善伸

副編集長 橋口晴彦

編集 酒井正裕、田上千俊、本多麗子、水野奈保美
渡辺明(進行)

校正 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



Hideaki Kitajima



北島英明さん

1959 年徳島県出身。公益財団法人日本スポーツ協会 山岳コーチ 2、一般社団法人日本山岳救助隊 代表理事、公益社団法人日本山岳ガイド協会 国際山岳救助委員会 (ICAR) 委員、日本山岳文化学会会員、日本山岳会 東京多摩支部安全対策委員・中級登山教室講師。民間山岳遭難救助隊隊長として長年救助・捜索に従事。ご家族に寄り添うことを第一にしてきた経験から、行方不明根絶を願って啓蒙活動中。将来の夢は山小屋の小屋番。著書に『山岳遭難は自分ごと』(2017 年 山と溪谷社)『登山者のためのセルフレスキュー講座』(2012 年 山と溪谷社)

山岳遭難の行方不明は、「自分ごと」改め「自業自得」 「登山は冒険」 十分な準備を

行方不明になる登山者は
登山失格者

2017 年に出版した著書『山岳遭難は自分ごと』と同様、近年の講演会では「山岳遭難は誰にでも起こる、簡単に起こるので他人事では無いですよ」と訴えてきたが、山岳遭難は一向に減る気配がない。それどころか年々増加し、行方不明者数が毎年 30 人に及ぶという現状に無力感を感じている。残された家族がどれほど大変な思いをするのか考えて行方不明になっているのかと問いたいという思いが強い。

学ぶことで、
無駄な回り道をしない

山岳遭難の大部分は、事前の準備と多少の知識と知恵で回避できると思っている。でも、山での事故は絶対無くならない。断言できる。全て自業自得と考えている。中でも行方不明だけ

日本では警察をはじめ多くの組織や有識者が安全登山の講習会や講演会を頻繁に開催している。これらに興味がない人や自信過剰で自己中心的な登山者が山岳遭難を起こしたり行方不明になったりしているのではない

かな。かつての私がそうだったから、よく分かる。私は痛い思いや怖い思いをしてようやく正しい山登りを覚えて、そのお陰で生きているが、無駄な回り道をしないに越したことはない。一人でも多くの遭難予備軍に、安全登山の知識と重要性を伝えられたらと願っている。

登山はスポーツと言う人が多いが、私は冒険だと考える。命を懸けて未知の世界へ踏み出すのが冒険と定義されるが、山岳遭難では年間 300 人も死人が出ている現状から、たとえ日帰り山行でも絶えず緊張感を持って山を楽しみたいもの。そして、同じ山でも、季節・天気・ルートで違った景色や新鮮な感動を味わえ、未知の世界と言える。十分な準備をして「登山は冒険」を実践して山を楽しもう。

(聞き手・本誌・田上千俊)

使いこなす
地図アプリ

地図読み 迷人

監修・村越真
宮内佐季子
小泉成行

Lesson 128

「ジオグラフィカ」を使った 実践ナビゲーション ②
焼杉山から寒谷峠

【問1】 コースが尾根から外れる部分に印をつけてください。

【問2】 間違つて入りそうな尾根に印をつけてください。

【問3】 問2以外で道を間違えそうなところに印をつけてください。

※1:25000地形図を125%に拡大し、大まかな進行方向に合わせて180度回転させて載せています。

【答え】

問1…水色で囲った部分

問2…ピンクの線の通り

問3…緑の線の通り

【解説】

焼杉山から寒谷峠は、大部分は尾根をたどる。道も道標も整備されているが、大勢の人が通るわけでもないし、地図にない道も存在する。このような場所ではジオグラフィカが心強い味方になってくれるだろう。

とはいえ、効率よくナビゲーションするために、あらかじめ地図から必要な情報を読み取っておくのがお勧め。最低限読み取っておきたいところが、問題にした3点である。逆に

いうと、これさえ読み取っておけば、あまり細かいことを気にしなくても、違和感があつたときにスマホで現在地を確認すればこと足りる。では、実際にどのようなことを考え、どのようなタイミングでジオグラフィカを確認するか順を追って見ていこう。

焼杉山から尾根を西に300mほど進むと尾根が不明瞭に広がる(①)。一度右へ振ってから左の方へのびる尾根へ下るのが、登山道を外れて歩くわけにはいけないので、ひとまず進む方向を意識しながら道をたどり、尾根が明瞭になったところ(②の辺り)で初めて現在地を確認すればよい。もし標高差で50m以



上下しても明瞭な尾根が見えない場合は、ルートを選んでいるので、現在地を確認したうえで来た道を戻る。

③も尾根を少し外れるが、進みたい尾根が目視できていればジオグラフィカを確認するほどのことはない。もし植生が濃いなどの理由で進みたい尾根が見えなければ、尾根の方向が北北東を向いて明瞭になったところで現在地を確認するとよい。そこから翠黛山までは明瞭な尾根を北から北東方向へ進む。翠黛山は、尾根が大きく左右に分かれるピーク。翠黛山で右の尾根へ進んだところ(④の辺り)で現在地を確認すると、翠黛山から進む方向が間違っていないか確認できる。

翠黛山から明瞭な鞍部に下り、もうひとつ標高差50mほどのピークを越えた先にある鞍部(⑤)から左斜面をトラバース、北西にのびる尾根に出る。尾根に出たところ(⑥の辺り)で、それが本当に目指していた尾根かどうかをジオグラフィカで確認。

尾根を1000mちよつと北西へ北に進んだところ(⑦)で右の斜面を下って行くが、⑦は明瞭な地形の場所ではないので見逃してしまわないよう注意しながら進む。⑥の周辺からジオグラフィカを確認しながら進むのも良い。

⑦から一気に谷底へ向かって下り、谷に沿って下っていた道が斜面のトラバース道になる辺り(⑧)で、

谷の反対側へ回り込む道へ入らなければならぬ。⑧も明瞭な地形の場所ではないので、道が谷底になったぐらいいからジオグラフィカを出して頻繁に確認すると良い。

⑧からは谷の右側へ回り込み、谷に沿って下って舗装路へ出る。舗装路を横断して正面の尾根に一気に登ると、⑩のピークまで尾根をたどる。途中⑨の尾根があるが、進行方向から見て鋭角で、登りの途中でもあるので迷い込む可能性は低い。大きく尾根が左右に分かれる⑩のピークで右の尾根へ少し進み、現在地を確認する。

すぐに⑪の分岐があるが、明瞭な地形ではなく、尾根がはり出しているのも標高差20mほど下なので、目

視できない可能性も考え、左に下る道を探しながら慎重に進む。この区間はずっとジオグラフィカを出しているも良い。

⑪と思われる分岐が見つかり、北の鞍部に下ったら(⑫)もう一度現在地を確認してから進もう。

尾根を北西に500mほど進み、左右に長くのびる尾根を越えて向こう側にある道を右に鋭角に曲がり、尾根の左斜面を進む(⑭)。ここでは道が一度⑬の尾根の方を向くので、右後ろから来る道を見逃さないように気をつけなければならない。広くゆるやかなピークを越えて明瞭な鞍部(⑮)から尾根の左斜面を進んで到着する明瞭な鞍部が寒谷峠。

問2(枝尾根：ピンクの線)は、自然と細かい枝尾根を読み取れる人は、細かい枝尾根まで読み取っておくとよい。しかし、細かい枝尾根を読み取るのがストレスなら、この程度で構わない。





原田勇成の

白神便り

| 第30回 |

冬の終わり

2月も中旬を迎える頃には、どんな形であれ冬の終わりが感じられるようになる。里では雪より雨降りの日が多くなり、山での行動可能時間も長くなる。まだまだ昼の時間よりも夜が長いと分かっているが、春への期待からか、それとも長い冬を乗り切った安心感からか、どこことなく気持ちに余裕が感じられるようになる。

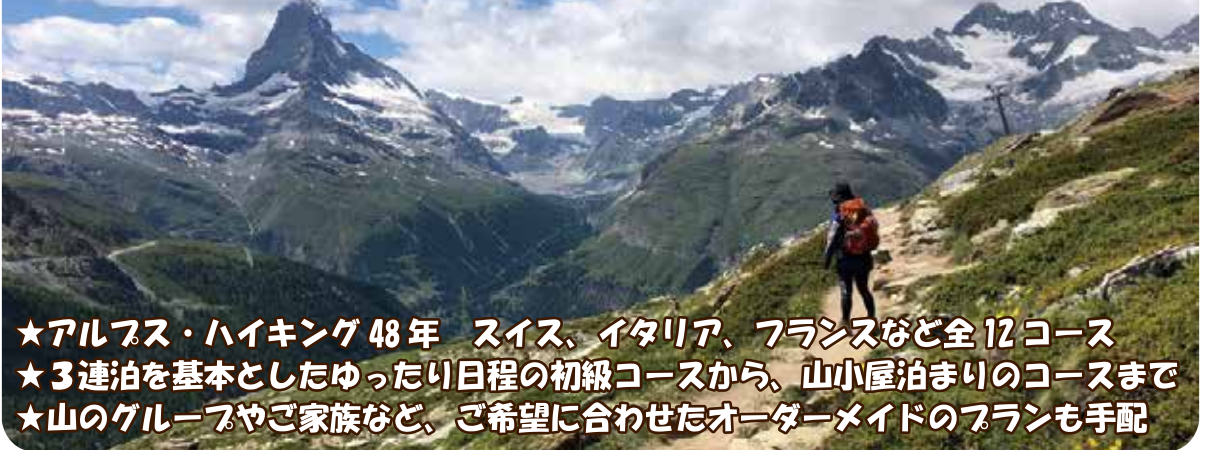
そして、何度かの降雨によって程よく締まった雪の上をスノーシューではなく、輪かんじきを履いて歩く楽しさったら何だろう。知り合いに作ってもらったクロモジを使ったオリジナルかんじきも喜んでお供してくれる（クロモジは油分が多く、雪が付きにくく曲げやすい）。サクサクと雪に刺さる2本の爪の音を聴きながら、白神岳への尾根を登る。時折膝まで沈むことはあっても概ね快適。半

袖になって両腕でストックを振りながらブナのただ中へ。標

高800mを超える頃からは眼下に日本海と私が暮らす集落が見える。わずか3時間前には自宅で朝食をとっていたのに、今、周りはずっとりと雪をまとうブナまたブナ。少々高度を損するが、マテ山直下の「ブナの木平」まで下りてみたりする。人の足跡はないが、滴り落ちた水滴が作り出す小さな穴が無数にあった。4〜5mはあるであろう積雪のため、目線が高い。何する訳でもなく、ただ歩く。楽しさしかない。喉の奥底から沸き上がる喜び。あの感覚って私だけのものだろうか。

一人ではしゃぎながら山頂稜線を目指した2月下旬の1日だった。

ヨーロッパ・アルプス 2020



▲2019年7月撮影 スイス・ツェルマットより

★アルプス・ハイキング48年 スイス、イタリア、フランスなど全12コース
★3連泊を基本としたゆったり日程の初級コースから、山小屋泊まりのコースまで
★山のグループやご家族など、ご希望に合わせたオーダーメイドのプランも手配

日本画家 宮本和郎先生と行くスイス …初級

スケッチと花畑をあるく 6日間/8日間



【Aコース(6日間)】

6月23日(火)～28日(日)
¥376,000

【Bコース(8日間)】

6月23日(火)～30日(火)
¥435,000

①成田・関空(乗継便)→チューリッヒ【チューリッヒ1泊】②チューリッヒ美術館→ミューレン【ミューレン3泊】③アルメントフーベル④花の谷⑤→チューリッヒ(乗継便)【機中泊】⑥成田・関空(Aコース)⑤→ズィナール(ソルボアの展望台)【ズィナール2泊】⑥モアリ湖・モアリ氷河ハイキング⑦→ジュネーブ(乗継便)【機中泊】⑧成田・関空(Bコース) 定員 15名様(最少催行人数8名) 添乗員 同行

スイス・ミューレンでの絵画展(第3回)を今年も開催。Aコースの移動は最小限。スケッチとお花畑を楽しむ。Bコースはア・ニヴィエ谷の村に2連泊!(両コース4日目までは同旅程です)

景観列車ベルニナ線乗ってスイスへ …初級

スイス東部 エンガディンをあるく 9日間



6月25日(木)

～7月3日(金)

¥398,000

①成田(直行便もしくは乗継便)→ミラノ→ティラーノ【ティラーノ1泊】②→(ベルニナ線)ポントレジーナ【ポントレジーナ4泊】③シャーフベルク小屋④ディアボレッツァ展望台⑤コルヴァッツ展望台⑥→ヤコブスホルン【ダヴォス2泊】⑦ヴァイスフルーヨッホ⑧→チューリッヒ(乗継便)【機中泊】⑨成田

定員 12名様(最少催行人数6名) 添乗員 同行

ベルニナ山群を望むエンガディン地方のポントレジーナに4連泊するツアー。馬車タクシーで町まで下る体験など、エンガディン地方ならではの魅力が満載です。ツアー後半ではダヴォスのチーズ小屋に訪問。エンガディン料理も堪能。

ヨーロッパ・アルプス
2020 山旅のご案内

富士国際旅行社は、初めてのアルプス・ハイキングを応援します!

ツアー発表会&旅行相談会のお知らせ

3/7(土) 東京会場
13時～18時
富士国際旅行社 会議室

3/14(土) 大阪会場
14時～18時
大阪グリーン会館

ヨーロッパアルプス誘引プラン
3日間 5日間 7日間 9日間

富士国際旅行社
〒100-0001 東京都千代田区千代田1-1-1 丸の内ビルディング4F
TEL: 03-3357-3377 FAX: 03-3357-3317

ヨーロッパ・アルプス
パンフレット 2020 年版

完成しました!

初級のハイキングから山小屋泊りの上級者向けのトレッキングまで、全12コース! 資料請求の方は、下記までご連絡ください。

ツアー発表会&旅行相談会

【東京会場】3月7日(土) 13時～
富士国際旅行社

【大阪会場】3月14日(土) 14時～
大阪グリーン会館

Peace Green Humanity

(株)富士国際旅行社

観光庁長官登録旅行業第84号 JATA正会員

東京都新宿区新宿2-11-7 宮庭ビル4F

tel: 03-3357-3377

mail: saito@fits-tyo.com

担当: 遠藤/斉藤

中国の青いケシ 探訪記

—四川省編④—



メコノプシス・プルプレア

中国四川省、巴朗山峠 標高 4500m

写真・文 松永秀和

夏、巴朗山（バーランシャン）峠の周辺は一面の花畑となる。青いケシ以外にもケマンソウ、サクラソウ、ユキノシタ、サウスレアなど様々な高山植物が一斉にその華麗さ、可憐さを競い合う。時に降雪があつたりすると、純白の絨毯の上に赤、青、黄色の無数の花が星のごとくちりばめられ、地上のパラダイスとなる。何度でも訪ねたくなるところだ。

ここで咲く青いケシは4種ある。既に紹介した3種はいずれも大型で華やかであるが、残りの1種、メコノプシス・プルプレアは15cm〜30cmと比較的小型で楚々とした花だ。岩陰や丈の高い草間で咲くので、深窓の乙女といった感じだ。以前はM・ランキフォリアの亜種レピダとされていたが、吉田外司夫氏や青いケシ研究会による甘肅省調査で、原記載地の種と異なっていることがわかり、別種となる予定だ。雄蕊の葯に紫色の斑点がでることから、プルプレア（purple=紫）と命名される（2019年12月現在）。

私が訪れた2013年には、この峠を貫通するトンネルが建設中であつたが、2016年完成。便利になったのはよいが、この素晴らしい花畑が見られなくなるのはちよつと残念だ。

vol.85



山の色の变化と時間

夕方は山も空もすごい美しくなります。
その時間の経過と色の見方を私の水彩で見てみます

1. 夕方になり、まだ太陽がでているときは空と山の明度があまり変わらないで表現しますが、空に少し「黄色」を入れると良い表現になります。



2. 夕日が沈むころになると空の青が見えますが、黄色を強く入れるときれいです。「オレンジ」を使わないで「赤」で黄色のところに持っていくのがわたしの好きな表現です。



3. 夕日が沈む瞬間の「夕焼け」の色も綺麗です。一回で空の表現をすることを勧めています。山はその明度が暗くなっていくといいです。



4. 太陽が沈んでまだ綺麗な夕焼けが見えるときは上に「夜の濃い色」(藍色)を入れるといいでしょう。浮いてる雲も乾かさないうちに乗せていくと良いです。



あらかると

雪の林道歩き

石井光造

いまでも不通になっている只見線、全線開通は二年先とかいう。小出から大白川には行けるようになったらしい。ここから五味沢の音松荘に行き、守門岳黒姫の下にある可愛らしい湿原田代平への雪道歩きには、心に残る風景が幾つもある。

処女出版の『静かな山歩き』4冊(I~IV)に四季の田代平の風景を表紙にした。このため五味沢林道を往復したことは数回になる。初夏の水芭蕉、秋の草紅葉の湿原などは、林道そのものも変化があつて、飽きることなく歩けたものだが、白一色の雪道歩きは、忍耐そのものだった気がする。

単調な林道歩きだが、途中に目印になる風景が記憶のキーになっている。破間川あぶるまの谷を隔てた松の緑が印象的な白い岩峰を行くたびに撮影していた。右写真には冬、中が四月の残雪豊かな時期、同じ雪道でも、雪と岩の色合いが異なる。冬は天候が悪く背景の山も見えない。左の夏の写真で岩峰が一番白く見えたのには、びっくりだった。

No.217

山の基礎装備
雪でも使える
軽量・コンパクトストック

笹原芳樹

元カモシカスポーツ本店店長

冬本番です。寒いですよねえ。私は年を重ねるにつれて、手先・足先が冷え冷えになり、冬は大嫌いです。誕生日が8月のためか、昔は夏が好きでしたが、近年暑くてつらいのでコレまた嫌いです。やっぱり春と秋が過ごし易いので良いのかなあ。

一般的に冬の山は「キケン、怖い、寒い」そして「遭難!!」なんて暗く思われてないでしょうか? 「山歩きは春から」なんて冬眠を決め込んでいる方もいらっしゃるかもしれませんが、1ヶ月、2ヶ月と山に行かないと、体力も山のカンも冬の間に落ちちゃいますよ! 夏は高い山なら快適です

し、冬は無風で晴天の時や森林限界を越えなければ、楽しめる山はいくらでもあるものです。私は街の冬は嫌いですが、冬の間山々はとても好きなんです。雪や霧水がきれい、空気が澄んでいて眺めが良い雪道の方が歩き易い場合もあるんです。まあ春夏秋冬、良い時期の良い山に行ければ、幸せなんですよ。

そして、雪のある

写真1 ブラックダイヤモンド社・ディスタンスFLZ

アルミ合金製で、スタンダードなタイプ。長さは15～20cm調節可能。若干色違いのウィメンズタイプもある。¥15,300



全長	収納時	ペア重量
95～110 cm	33 cm	415g
105～125 cm	36 cm	445g
120～140 cm	41 cm	475g

写真2 ブラックダイヤモンド社・ディスタンスカーボンFLZ

カーボン製で、とにかく軽い。長さは15～20cm調整可能。以前のモデルより強度アップしたが、価格は高いから大切に使う。¥20,700



全長	収納時	ペア重量
95～110 cm	32 cm	332g
105～125 cm	35 cm	360g
120～140 cm	40 cm	385g

写真3 冬場の冰雪には

冬場の冰雪には、購入時付属の金属製のテックティップカーバイドに替えること(紛失したら別売あり ¥900)。状況に応じて、右のZポールティッププロテクター(いわゆるゴムキャップ ¥650)を使う。



写真4 Zポールスノーバスケット

ディスタンスシリーズの固定バスケットにクリップして使用する専用タイプ。¥1,200



大きなリングが装着可能となり、雪のある山でも使えるようになっています。スノーハイキングの強い味方になってくれること、間違いなしです。ただ、注意点があります。プラスチック製のテックティップバーは金属製のカバーバイドタイプに付け替えて冰雪対応にし、舗

装路や木道などでは別売のゴム製Zポール用ティッププロテクター(写真3参照)をご利用ください。また、Zポール専用のスノーバスケットはやや小さな上スパイク(石突)部の長さも短いので、本格的な雪山では重くとも大きな目のスノーバスケットタイプのストックを使ってください。



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。



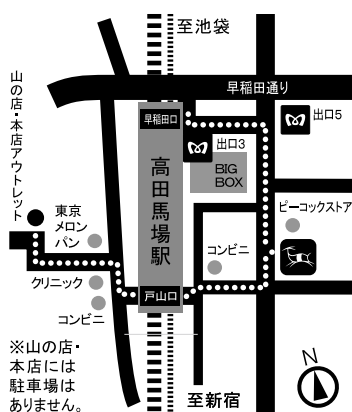
美味しいコーヒーと選りすぐりの登山用品。
山が大好きなスタッフ。カモシカのお約束。

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!

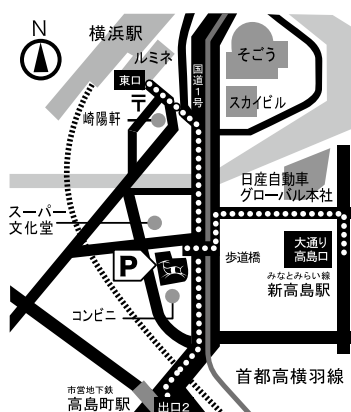
山の店・本 店

JR高田馬場駅から徒歩3分



山の店・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 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・ウィスパートビル1F
- 山の店・松本店 TEL 0263-48-2424 〒390-1242 長野県松本市和田4478-1

世界の大自然へ、おすすめの世界の山旅

アンナプルナ・ダウラギリ パノラマ・トレッキング 8日間

発着地 東京・大阪・名古屋・福岡
出発日 3/17(火)・3/24(火)・4/14(火)・4/28(火)
旅行代金 320,000円~398,000円

ガンドルンの村より望むアンナプルナ・サウス▶



花のキプロス島、フラワー・ハイキング 8日間

発着地 東京・大阪
出発日 3/14(土)
旅行代金 342,000円

世界遺産の街パフォスの海岸を散策▶



最高級ロッジでめぐるエベレスト展望 ヘリ・トレッキング 9日間

発着地 東京・大阪・名古屋・福岡
出発日 3/13(金)・3/30(月)・4/15(水)・5/1(金)
旅行代金 462,000円~498,000円

エベレスト山群を眺めながら、コンデ・ロッジで朝食▶



英国3つの最高峰登頂と湖水地方 エディンバラゆったり滞在 11日間

発着地 東京・大阪
出発日 5/15(金)・6/12(金)
旅行代金 678,000円~688,000円

ネス湖畔のアーカート城▶



北島の名峰ルアペフ山&タラナキ山登頂と トンガリロ・クロッシング 9日間

発着地 東京
出発日 2/8(土)・3/14(土)
旅行代金 592,000円

トンガリロ・クロッシング最高地点の
レッドクレーター付近よりのぞむエメラルドレイク▶



春の花咲くマルタ諸島ハイキングと 世界遺産ヴァレッタ 8日間

発着地 東京
出発日 3/2(月)・3/16(月)
旅行代金 358,000円~366,000円

ゴゾ島の南海岸を歩く。
白い石灰岩の断崖を持つ海岸線がマルタ諸島の特徴▶



タスマニア島 オーバーランド・トラック大縦断 10日間

発着地 東京
出発日 3/13(金)
旅行代金 708,000円

ベリオンギャップから
タスマニア島の最高峰Mt.オッサへ▶



世界遺産サンティアゴ・デ・コンポステーラ の巡礼路を歩く 10日間

発着地 東京
出発日 5/16(土)・6/7(日)
旅行代金 442,000円~452,000円

自然豊かな「フランス人の道」の巡礼路を歩いて、
サンティアゴ・デ・コンポステーラの大聖堂を目指す▶



情熱のアンダルシア・ハイキングと シエラ・ネバダ山脈、白い村 8日間

発着地 東京
出発日 3/1(日)・4/19(日)
旅行代金 476,000円~486,000円

マルベリヤの街の背後に聳えるラ・コンチャ峰▶



白銀のアシニボインと カナディアン・ロッキー スノー・ハイキング 8日間

発着地 東京
出発日 3/27(金)
旅行代金 472,000円

最高のスノーフィールドとスノーシュー・ハイキング▶



旅行企画・実施



観光庁長官登録旅行業第490号/一般社団法人日本旅行業協会 正会員 © 武蔵火災保険

ALPINE ツア サービス 株式会社

- 東京 / 〒1105-0004 東京都港区新橋3-2-5 (第5東洋海事ビル4階) 本社 ☎03(3503)1911
 ネイチャリングツアー ☎03(3503)2611
 □ 大阪 / 〒550-0003 大阪市西区京町堀1-4-3 (TCF肥後橋ビル2階) ☎06(6444)3033
 □ 名古屋 / 〒450-0002 名古屋市中村区名駅3-23-2 (第3千禧ビル3階) ☎052(581)3211
 □ 福岡 / 〒810-0073 福岡市中央区舞鶴1-2-8 (セントラルビル5階) ☎092(715)1557
 □ 北海道 / 北海道地区総代理店 (株)りんゆう観光 〒060-0909 札幌市東区北9条東2丁目 ☎011(711)7106
 ※北海道地区総代理店へはフリーコールはございませんので、直接おかけください。

山旅・専用フリーコール **0120-938-290**

営業時間/平日: 9:30~18:30、土日祝: 定休

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

マチュピチュ遺跡へと続くインカの古道をトレッキング

インカ・トレイル・トレッキングと
マチュピチュ、クスコ、ナスカの地上絵 12日間

発着地 東京
出発日 7/10(金)・8/21(金)・9/18(金)
旅行代金 別途お問い合わせください。

マチュピチュ遺跡が感動のゴール▶

