



○ 労山基金運営委員会

高齢化による

治療の長期化に思っていること

近年、持病に関連していると思われるような膝の治療、その他の怪我の治療が長引く実例が増えたと感じる。私事だが、四月、五月で白内障の手術をした。細かい字が見えにくくなり、知り合いがすれ違っても気づかない等何かと不便を感じていた。手術の結果、以前のように見えるようになったが、加齢とともに何かと不自由なことが多くなっていくことをひしひと感じている。

コロナ禍のこの三年間は、移動の制限や行動の制限によって私たちの山行活動に大きな影響をもたらした。山行を継続していることで、筋力・体力を維持できているものの、活動が制限されれば低下していくことは防げない。山に登るといことは、厳しい自然環境（低酸素・低気温、雨・風、高温・低温）にさらされたり、長時間の歩行や悪路（岩、雪、氷等）を上下したり、思い荷物を持って肉体

を酷使したり、自分の身体に負荷がかかることである。私たち高齢者はこのような登山活動を行っていることを自覚したうえで、事故防止の対策として、膝・高血圧等の疾患のある方は主治医に相談したり、アドバイスを受ける等して、事故に遭わないように心がけることが必要だと思っている。

（伊藤正勝／労山基金運営委員）

○ 組織部

小さな労山マークの大きな効用

組織部会は毎回、実に真剣に論議している。短い時間で伝えきれない事、表現できなかった事などもあり、最近提案意見等の「意見文書」も出されるようになった。「全登研集会」は、10月29日（土）

（30日（日）、東京都のホテルコンチネンタル府中で開催され、講演者として伊藤佳さん（三俣山荘）が決定している。集会の募集要項、日程、分科会等の詳細は、後日お知らせするので、多くの参加を希望する。東京近辺は少し足を延ばせば山も多くあり、集会の帰りに

立ち寄る交流山行計画などもよいと思う。

さて、先日屋久島に二泊三日の山旅をした。二日目泊が新高塚小屋だった。小屋は多くの宿泊者でごった返していた。そんな中ザックにつけた労山マークのココヘリをみて、声をかけてきた方がおられた。お話を聞くと某県連の労山会員とのことで、会員をどのように増やしておられるか尋ねたところ、もっぱらHPやFBからの加入が多く、此処4～5年の間で若手、熟練、山経験者の加入が多くなった。労山マークが同じ労山仲間を見つけ出し、組織拡大の話までお聞きすることが出来た。小さな労山マークの持たらしめた大きな効用を再認識する。

（久保典子／組織部長）

○ 山筋ゴーゴー体操推進委員会

ワンデイ・サポーター養成講座を

近日中に実施

山筋ゴーゴー体操の全会員への普及は2019年総会で施策が承認・決議されたものだ。

そこでも講習会実施に際してはサポーターの養成は欠かせない、とされており、講師、サポーター、地方連盟の協力の下、毎年普及活動が行われてきている。

そのサポーターを養成する「サポーター養成講座」だが、地方連盟からは、二日間だと会場の確保が難しい、また会員からは、二日間という期間は厳しいし参加しづらい、定例山行等ともぶつかる、等の声を頂戴してきた。

5月定例委員会では「サポーター養成講座」を議論し、現状のサポーター登録者の年齢層が高い事、サポーターの次の段階である「インストラクター」の早期養成が望まれている中、若年層のサポーター養成の必要性を確認した。

結論・提案として、山筋ゴーゴータ操がDVDやQRコードから自由に何回も視聴し学習できる現在、各自で事前に十分に学習していただければ、一日養成講座も可能ではないかとの結論に至った。

この養成講座の開催・受講条件

の詳細については決まり次第地方連盟に知らせていくので、よろしくお願ひしたい。

(久保典子／山筋ゴーゴータ操推進委員長)

○遭難対策部

現在まで五名の死亡事故が発生

4月7日から5月11日までに届いた事故一報は32件32名。

5月11日までに発生した死亡事故は5件5名となり前年を超えた。その内容は、冬季縦走での凍死、アイスクライミングでの滑落、冬季登山での凍死、日帰り登山での心肺停止、伊豆での登攀転落事故。各1名が死亡した。当該の会や県連盟では、安全登山に関する講習や講演を行い死亡事故再発防止の取り組みを実施している。

遭難対策部会でも7月に仙台市で開催予定の全国遭難対策担当者会議で事故の経緯や教訓を共有し今夏以降の事故防止を進めたいと考えている。

男性16名。女性16名。転倒での事故は、14件。80代、70代が7名

含まれていて高齢者の転倒が多い傾向である。

所属連盟は東京が9名、京都・大阪が各3名。新潟・和歌山・福岡が各2名。宮城・埼玉・神奈川・長野・静岡・愛知・奈良・島根・広島・大分が各1名。

年齢は、80代1名。70代9名。60代8名。50代8名。40代5名。30代1名。

登山形態では、無雪期16名、積雪期3名、山スキー3名、登攀4名、人工壁3名、訓練3名。訓練中の事故が3件発生した。雪上訓練やアイゼン訓練、登攀訓練での事故であるが、安全対策を十分に行的訓練中の事故は出来るだけ防いでもらいたい。また、室内ジムでの事故も3件発生。ブレイヤールが目を離れた事によるグラウンドフォールの事例も報告された。相互に確認しあい不注意による事故の発生を防いで頂きたい。

※事故一報の一覧表は次ページを参照してください。