2024年4月25日発行　年4回1・4・7・10月の25日発行　1987年3月23日第三種郵便物承認　ISSN 1880－4993

登山時報

春号

SPRING

No.583

特集　第36回総会

能登半島地震ボランティア活動／足尾WCM

日本勤労者山岳連盟

登山時報

2024
春号
No.583

〈表紙の写真〉
「鈴鹿御在所岳裏道から見たアカヤシオ」加藤三津明（大垣勤労者山岳会／岐阜）

CONTENTS

01 巻頭言 川嶋高志
02 第36回総会　報告
07 『改訂新版　栃木の山150』の紹介 八木澤昌通
10 足尾ウィンタークライマーズミーティング 三瓶健
14 震災ボランティアにおける山岳団体の役割 北市正
16 登山者だからできる能登災害ボランティア 木下育美
18 登山と山岳文化の教養講座（冬） 大和田英子
21 2023年の事故概況 石川昌
24 登山に役立つ気象のお話 野尻英一
26 遭難の教訓　備忘録⑤『単独』 川嶋高志
30 山筋ゴーゴー体操　講習会とサポーター養成講座 宇田川道恵
32 スティーブのノースウェールズ庭だより 大和田英子
34 山の自由帳 篠塚優
35 子づれ山さんぽ 武井真理
36 マンガ　フゥフゥハァハァ 村松孝一

晴れた！

日本勤労者山岳連盟 理事長　川嶋高志

石巻登山マラソン実行委員・スタッフ

春は浅い。花の便りもまだ届かない。でも、早春のその日は、明るく晴れわたっていた。

宮城県石巻市水沼東部構造改善センターで朝早く目覚めた私たちは、「第６回石巻登山マラソン」の資材を車に積み込んで、石巻市総合運動公園へ移動した。この行事は東日本大震災からの復興と、森林（里山）を活用したスポーツ振興、さらに石巻の魅力を発信する地域交流を目的として2019年に始まった。

第１回大会は季節外れの大雪の中、参加者280名を得て無事に終了した。2020年の第２回はコロナ禍のためマラソンは中止、トレッキングと宮城県連救助隊によるヒトココとドローンの捜索訓練を雨の中で実施した。第３回（2021年）と第４回（2022年）は500名を超える参加申込があったが、コロナの影響で完全に中止。昨年の第５回は大雨の中、200名以上が完走した。

そして第６回となる今回、第１回から石巻登山マラソン実行委員会代表を務める岡良一宮城県勤労者山岳連盟理事長の執念が実り、前日の雨も止んで快晴となった。毎回支援をお願いしているオーセンティックジャパンの大峰菜奈子さん（晴女）が350個のヒトココ子機を参加者のために持参したことも功を奏した。

このコースの魅力は、「石巻緑のハイキングロード」として整備された走りやすい里山ルートと、稜線から見えるリアス式の海岸線の美しさだ。今回初めて天候に恵まれ、参加者はこのルートの魅力を存分に楽しんだ。しかし、悪天の中で開催された今までの大会も、参加者には好評だった。それは地域住民が一丸となって、心を込めてもてなしたからだ。参加賞として地元の野菜や果物が用意され、ジビエカレーもふるまわれた。私たちが担当した中継地点では、スタッフの女性が声をからして応援していた。このアットホームな雰囲気がスタートからゴールまで続いていた。

全国から参加者を募り、新しい地域文化醸成の一端を担えるような大会を住民が協力して作り上げた。その中心に宮城労山、石巻山の会の仲間がいる。ここに労山がある。ともに花咲く季節を迎えよう。

第36期総会 報告

未来のために 和平と安全登山を目指そう！

日本勤労者山岳連盟の第 36 回総会が、２月 17・18 日に東京都府中市のホテルで開催された。参加は 32 地方連盟から 57 名の代議員（定数 76 名）と傍聴・取材 6 名、全国連盟役員など総計 99 名となった。 ２日間にわたって代議員から積極的な発言が続いた。討論では、一般財団法人山岳基金における財産保全について、代議員から設立や運営の経緯について丁寧な説明を求める意見が相次ぎ、執行部は一般会員も理解できるような資料の作成を約束した。

第 1 号議案（2023 年度総括・2024 年度方針）は全会一致、第 2 号議案（2023 年度決算・2024 年度予算）は賛成多数で可決され、全国連盟役員が選出された。

総会の最後には、能登半島地震救援募金 200 万円 の目録が、渡邊健治・全国連盟副会長から坂田孝雄・ 石川県連会長へ手渡された。（募金は 4 月に累計 320 万円となった）

参加者アンケートより

総会に出席した各地方連盟の代議員の意見・感想を紹介する。

山行活動について

●全国連盟は登山届出システム「コンパス」を強く推奨しているが、全国の会・クラブ、会員に理解を深めるために登山届として利用していくわかりやすい手引きを全国連盟から発信してほしい。アプリの紹介に留まる限り、各会に浸透していかない。●携帯トイレの普及と啓蒙活動の強化が課題ということについて同感。●山筋ゴーゴ体操は登山界で先進的な取組なので、登山界全体に広がるようにすると、労山の名と価値ももっと認知されるだろう。●登山者のトイレマナー（携帯トイレの持参と活用）を広げてほしい。●自然保護についての具体的な活動報告が弱く、どう反対するのかが見えない。●安全対策基金の地方連盟講習会補助の増額は賛成。●兵庫から提起された高齢化対策は共通の課題であり、生活、文化、社会的

背景などを含めて引き続き考えていく必要がある。●労山基金の団体のメリットを教えてほしい。

組織活動について

●若者をどう労山に迎え入れるか、どう世代交代を図っていくか、もっと分析と議論が欲しかった。●組織拡大の分野でどうして労山会員を増していくことが必要なのか、議論が不足している。末組織の登山者についてどうしていくのか？地方連盟まかせでいいのか。●会員数減の歯止めはやはり発信が大事。ネット活動を広める必要がある。●一番の課題は組織員の減少と考える。現代に至っては若者の多様性に合わせる必要があるとも感じる。山・自然の魅力を若者に広めていきたい。●組織拡大の取組は、組織、個人双方の地道な活動が不可欠。●登山の最近の傾向の分析がもう少し必要ではないか。●全国連盟での新しいイベントの取組がほしい。●女性委員会の果たした役割確認と今後について掘り下げる方向性についてはよいと思う。

一般財団法人山岳基金について

●法人化については否定的な意見はなかったが、進め方について厳しい意見が多かった。もっと理事会で議論を深めて提案されたい。●財産移行の経過を納得できるよう全会員に説明してほしい。総会代議委員は分かったと思うが、総会に参加していない会員へ説明できない。●総会前の事前説明があった方がよかった。いきなり方針として示されたので突然だった。●基金の適正運用を求める。今期方針については問題がある。●財団法人又は公益法人化への行程を示してもらいたい。●山岳基金の財団法人としての説明をもっと発信して、全国各会に理解を深めてもらう必要がある。「労山基金」各会員の寄付金である「労山基金」の行きつく所なので丁寧な説明が必要。

その他の活動について

労山の理念が伝わることが大切と思う。●地方連盟への支援拡充、講師、リーダー層育成、継承へのより一層の注力を願う。労山基金内部留保の多額な金額を適正、明快な活用を求める。必要以上に集められた金額は貯め込む必要はない。●趣意書を検討するとのことだが、表現を変えると元の時代背景が分からなくなる恐れがある。●『登山研究誌』を復活してほしい。ホームページ上につくれば経費はゼロ。委員は引き受ける。

地方連盟の活動報告について

●埼玉県連の「登山祭典」という言葉が印象的だった。●全地方連盟の報告がHPに載っているとよい。●組織目線の報告が多く、登山者目線の話もあるとよい。●会員拡大ツール①YAMAPコミュニティ欄②HPにチャットを設ける等の紹介がとても参考になった。●登山道整備やYAMAP活用による会員拡大など参考になった。●いろいろな報告が参考になった。新入会者を迎えている所でも、その後のサポートが課題とのこと、共通した思いで受けとめた。●平和の活動がまったく報告ない。これは真剣に考える必要がある。●時間の関係で聞けないところもあり残念だった。そのぶん会議外で個人的に聞けてよかった。●講師の不足はどの県でも共通の課題となっている。乙訓山の会の会員拡大の方法が参考になった。●それぞれ地方ごとに課題や問題があり、工夫して対応している様子がある。会員拡大に多くの力を注いでいるのが見られた。宮城県では自治体と協力して登山道整備に関わっておられ参考

になった。●各地の動きが分かり、参考となる報告が沢山あった。今後に活かしたい。●トイレの問題が参考になった。

機関誌紙・メディア全般について

●電子媒体のみで結構。●大変良くできていると思う。●リニューアルして、見やすく読みやすくなった。より内容の充実を期待したい。

JWAF journal について

●機関紙を journal に移行したのは成功であった。●毎月拝見している。身近な内容が出ていると思い入れが強くなる。●事故一報、交付認定書はよく見ている。●とても読みやすく全国の動きが分かり、運動の指針として活用できてありがたい。●全会員の目に入り、毎月会の例会で利用している。● 25 日発行で印刷の場合、手もとにわたるのが翌月になり、なにか「古さ・遅れ」を感じる。市販雑誌のように翌月表記にしては？●発行日を前倒ししてほしい。●地方連盟では全国連盟の活動がわかるのでこれからも発行してほしい。

登山時報について

●季刊にして内容も充実、全国連盟の編集努力に感謝。●登山時報は連盟内で購読者が少ないのが現状。●季刊・登山時報をもっと広げる努力をしてほしい。●登山時報の個人購入を進めていく。

ホームページ（以下 HP）について

●機関誌として全会員が読めるシステムが進んでいると常々思っている。●トップページのインフォメーションがわかりやすい。●会員外からの関心が引けるよう、山や山行状況をビジュアルよく見られるようにしたらどうだろう。会員になるメリットもわかりやすく掲示したらどうだろう。会員に向けては会議や行事の結果の報告がほしい。●各地の情報 (山情報など）が HP で知ることができれるとよい。●労山カレンダーは日曜始まりを求める意見があった。HP に電子カレンダーフォームを入れて曜日変更もできるようにし、行事を入れたものを付けたらどうか。●HP に基金パンフレットが PDF ダウンロードできるようにしてほしい。（※労山基金のリーフ『労山基金 個人のご案内』は、HP の「労山基金」欄に掲載しています。ぜひご覧ください。編集部）

総会の運営について

●発言が多く良かった。参考になった。●国会とは大違いで、皆さんの積極的な意見に対して理事の方々のまじめな解答があり、誠に有意義だった。●外向き、前向きの討論を期待したが少なかった。●地方連盟の活動報告を漏れなくやってほしい。●議案書は総会前に読み込めるよう早めに送付してほしい。●決算報告書は分かり易い表現方法を考えてほしい。例えば過去５年間の収入・支出・繰越金の状況、グラフ表示などで。●決算・予算の資料は訂正が多かった。チェックを十分に行ってほしい。●会員を減らしている中での会議だったが、今後の明るいイメージがあった。

その他、要望など

●各会議内容の報告を、その都度地方連盟あてにメールしてもらえるとありがたい。全国理事会や各部局が何を考えているのか分からないことがいちばん不安なこと。これは地方連盟と各会、各会員との関係と同じなので、自らの戒めとしたい。●役員皆さんの日頃の奮闘に敬意を表しつつ、取り組まれていることがなかなか地方連盟や会、会員に見えないことが残念。県連としても自らの活動とともに全国の動きを伝えていきたい。

第36期第１回総会開催の会長あいさつ（要旨）

日本勤労者山岳連盟　会長　浦添嘉徳

「平和と登山」を実現するために
戦争に反対し、核兵器禁止を！

浦添嘉徳会長の第 36 期総会での主催者あいさつの要旨を紹介します。

浦添会長は、あいさつの冒頭に能登半島地震で犠牲となられ方々に哀悼の意を表し、被災者の方々にお見舞いを述べた。そして、昨年一年間に山岳遭難で亡くなられた７名の仲間の哀悼の意を表するため、総会参加者に起立をお願いして黙祷した。そして、総会議案の補足のために、全国労山の「趣意書」と「自然保護憲章」の内容に沿ってあいさつをおこなった。

世界平和を脅かしている戦争・紛争などが勃発していることに対し、ロシアによるウクライナ侵略戦争は停戦の出口を見いだせない状況にあること。また、イスラエルによるパレスチナのガザ地区の病院・学校・住宅地への無差別攻撃によって、子ども、老人、女性など約３万人以上が犠牲になり、ジェノサイドといわれるような大量殺戮が行われていることなど、世界平和が脅かされる事態であることを指摘した。

「世界のオザワ」と言われた世界的指揮者の小澤征爾さんが２月に亡くなられたが、小澤さんは被爆 60 年の年に、広島で市民とコンサートを開き、ヒバクシャ国際署名に名を連ねられた方で、マスコミのインタビューで、「日本は戦争ですごい間違いをして戦争の一番いやな体験をした」、「日本は戦争をしないことを決めた国です。世界のなかで小さな国ですがこんなことを決めている国は日本だけです。戦争をしないという考えを大事にして、世界に発信していく」必要があることを紹介した。

2023年に山岳遭難で亡くなった7名の会員に黙祷を捧げた

そして、全国連盟の「趣意書」前文の、我が国の近代登山は、1930年代に国民的なスポーツとして発展していたが、登山の正常な発展は、当時の軍国主義の支配と侵略戦争の拡大によって著しく阻害されたことを指摘するとともに、「確固とした世界平和は、海外登山発展の基礎である。諸国民との相互理解、友好をさらに深めることが強く求められている」と謳っていることを紹介。軍事力と軍事力の競争や対決・対立ではなく、憲法9条の立場を堅持し、話し合いと外交努力によって戦争を回避していくことの必要性と「平和と登山」を実現していくために戦争反対、核兵器禁止を訴える国民平和大行進の運動をさらに強化することが大事であることを訴えた。

気候変動の問題では、温室効果ガスによる地球温暖化は、山岳団体としても避けて通れない大きな問題・待ったなしの課題であることを指摘。国連のCOP28が地球温暖化の主原因である「化石燃料からの離脱」を表明したのは初めてであることを紹介。地球温暖化による気候変動は、山岳自然にも影響を及ぼしており、山岳団体も積極的に取り組まなければならない大きな課題であることを強調した。そして、①気候変動は、地球規模で持続可能な地域社会の生活を脅かし、生物多様性の存続そのものも脅かしていること、②登山者が山歩きを楽しんでいる地域の動植物群は環境の変化に脆弱（ぜいじゃく）であること、③地球温暖化によって特別天然記念物のライチョウなどの希少動物が絶滅の危機にさらされていることを指摘。温暖化を抑制し貴重な山岳自然を守るために、省エネ・循環型社会の実現が必要であること―を訴えた。

そして最後に、全国労山の活動と方針、決算・予算の問題で、労山基金運営委員会からの拠出金について、全国理事会で十分に議論が尽くされていない議案が提案されていることについて言及した。労山規約第30条には「この連盟のすべての会議は、会員に対して公開することを原則とする」と定めていることから全国労山の会長としての責任で、問題点を指摘した。

それは、「一般財団法人山岳基金」の運営と「全国連盟の規約・労山山岳事故対策基金規定などの関係と整備が不十分であることを指摘。労山の財産を守っていくためには、①みんなが納得のいくような丁寧な議論をしていく必要があること、②「一般財団法人山岳基金」の運営管理についても、ガラス張りの「運用規定」などを整備する必要性、③そのために、全国の労山の仲間の知恵と力を結集するような議論をすすめることが必要で、総会代議員の皆さんがこの議案について、積極的に質問や提案など、熱心に討論され賢明な判断をしていただく必要があること―を訴えた。

「改訂新版　栃木の山 150」の紹介

宇都宮ハイキングクラブ　八木澤昌通（全国理事・ハイキング委員）

A5 判／ 336 頁
定価 1980 円（本体 1800 円＋税）
2024 年 2 月 26 日第 1 刷発行
全国の書店でお求めいただけます！

改訂新版 栃木の山150 全体マップ

「栃木の山 100」から 150 まで

宇都宮ハイキングクラブは、1991 年にクラブ創立 10 周年を記念して「栃木の山 100」を発行した。折からのハイキングブームもあり、地方出版物としては稀な 27,000 部を発行した。それ以来、1997 年に「栃木の山 120」を、2004 年に「栃木の山 140」と山座数を増やし、その後の東日本大震災の影響などを考慮して、2013 年に「栃木の山 150」（以下「150」）を発行した。

今回「150」発行から 10 年が過ぎ、自然災害や地域の過疎化に伴う公共交通機関の改廃によって、登山口までのアプローチ方法が変更になったこと、社会経済状況の影響による著名な建造物の変化、そして新たな施設の開設など、登山路を含む状況が大幅に変化したため、「改訂新版　栃木の山 150」（以下「山 150 改」）を発行することとなった。

当初は情報収集や簡易な調査で見直しができると目論んでいた。しかし、着手してみると思いのほか台風や豪雨による倒木、手入れが行き届かなくなった登山路の崩壊や荒廃があった。しかしまた、地元の方々によって登山路の整備が行なわれ、ハイキング、登山が安全に楽しめるよう組織的に維持されている山域もあった。

赤川ダムから古賀志山

古賀志山の紹介

栃木県にも様々な魅力ある山が多いが、ここでは地元の宇都宮市や栃木県内をはじめ、広域的に訪れる人が多い古賀志山について紹介する。

古賀志山はハイキングを始め、岩場の難場通過やルートファインディングの体験、ロッククライミングの入門やフリークライミングのゲレンデがある。また季節によって、カタクリ、アカヤシオ、ヒカゲツツジ、ニリンソウ、ショウジョウバカマといった花もあり、晩秋から春の日溜まりハイクや、山岳展望といった、多様なハイキング、登山を楽しめる近郊の山である。しかしその地盤は古生層ジュラ紀の岩場であり、年に数件の滑落による重傷事故や死亡事故も発生している。そのため、重大事故とならないようヘルメットの着用が奨められる。また、古賀志山の登山路はNPO法人「古賀志山を守ろう会」が整備や修復、案内板の設置などを、組織的に継続して維持管理している。この法人はハイキング・登山愛好者にとって益するところが大きく、感謝されている団体である。

アカヤシオの花

ショウジョウバカマ

ルート紹介

「山 150 改」で古賀志山にかかわるルートを 4 コースほど紹介しているが、これらのコースの詳細は同書を購入していただくとよいだろう。

ここでは「山 150 改」には掲載していないが、上記の 4 コースを組み合わせた、岩場、展望、長距離、ルートファインディングといった要素を含んだルートを紹介する。なおこのルートのうち、赤岩山から御嶽山の間は岩場や鎖場が続き、過去に滑落死亡事故が発生している。ヘルメットの着用はもちろん、岩の登り下りの練習をしておくことが望ましい。

時間の目安（数字の単位は「分」）：南登山道駐車場―100―赤岩山―90―御嶽山―15―古賀志山―15―富士見峠―50―斑根石山―60―手岡峠―50―431P―30―猪倉峠―30―シゲト山―40―鞍掛山―50―鞍掛山登山口―40―長倉山―20―森林公園駐車場（歩行時間合計 590 分）。概ねの距離 10.5Km

累積標高差上り 932 m、下り 938 m。登山定数 30

新進気鋭のクライマーが集結（写真提供・小池美咲 / ぶなの会）

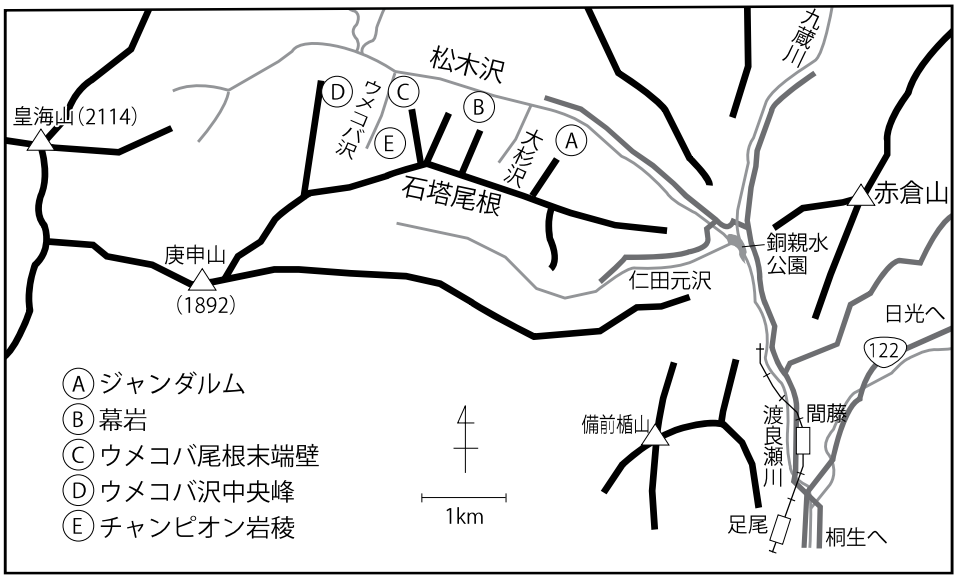
足尾WCM報告

受け継がれるクライマーの精神

青年学生委員・遭難対策部員　三瓶健

WCM（ウィンタークライマーズミーティング）は、アルパインクライマーのためのイベントだ。2008年、馬目弘仁氏と横山勝丘氏によって始まり、全国の冬期登攀を志向するクライマーの親睦と交流を目的に開かれている。これまでに、滝谷や明神岳、御在所岳などで実施されており、16回目を迎えた今回は、栃木県日光市の足尾・松木沢で1月27～28日に開催された。足尾は過去にもWCMが実施されており、地元クライマー主催による「栃木WCM」も開催されるなど、アイス・ミックスクライミング志向の人々に人気のエリアだ。

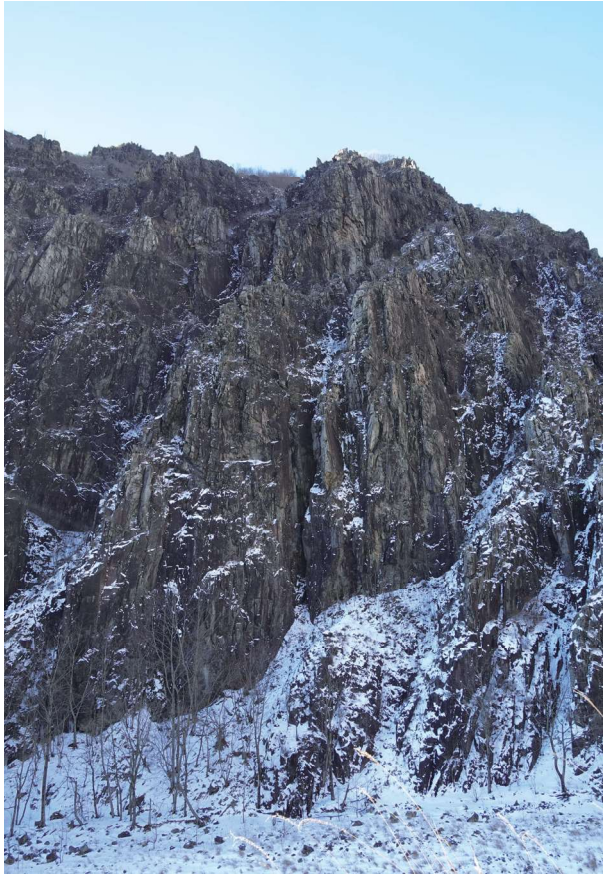
1月27日（土）晴れ。早朝、銅親水公園駐車場に集合。参加人数は、過去最大の約50人。顔ぶれを見ると、皆が「山が好きで好きで仕方ない」といった様子だ。年齢層は20代～60代まで幅広く、特に若者の姿が目立つ。はじめに主催者から2日間の流れが説明される。この時、協賛企業からの協賛品とともに、2回分の簡易トイレも配られた（トイレ問題にもきちんと対応しているのはさすが！）。携帯電話の電波が届かないエリアであることから、各パーティにはトランシーバーが配布され、エリアごとに配置されたサポートメンバーを通して迅速に連絡できる態勢が敷かれた。



緊急時対応や環境面への配慮を説明

WCMは、クライマー同士の交流だけでなく、事前に振り分けられたメンバーとルートを登るのも醍醐味の１つ。私とパートナーが登るのは、幕岩にある「右壁ワイドクラック」というルート。「ヘッドランプ必須」という説明を踏まえると、完全な内面登攀になりそうだ。私はワイドクラックが大好物で、冬期クライミングでもフィストジャムやニージャムといったワイド技術を駆使することが少なくない。だが、ただでさえ手ごわい足尾の壁、しかもワイド。若干の緊張感を持ちつつルートに向かう。パートナーとは、ＷＣＭ当日までメールでやり取りしていて、リアルでの対面はこの時が初めてだったが、すぐに打ち解けられた。ロープを結んだときのコンビネーションもスムーズだったが、これは、参加者全員が確かな技術と豊富な経験をもつから可能なことだろう。

取り付きに到着し、ギア＆ヘッドランプを装備してお互いの状態をチェック後、いよいよスタート。「右壁ワイドクラック」はワイド部分が２ピッチ、さらに上まで伸ばして岩頭まで行けばプラス２ピッチ程度のルートだ（下降は木や支点による同ルート下降）。ワイドクラックというと、“ひたすらずりずり登ってとても疲れる”と感じる人が多く、実際、狭い岩幅で唸り続けて苦しいこともある。私は個人的に、“岩の間に体を入れてロック→体を岩から離して


手強い足尾の壁（中央凹角が右壁ワイドクラック）

すぐに打ち解けて意思疎通も万全

（＝アンロック）登る→体を入れて再びロック”というルーティーンがワイド登りの基本だと考えており、この時もそれを心がけて登ることができた。途中、シェルのポケットを壁にこすり過ぎて破いてしまい、カメラを落としてしまったが、パートナーが回収してくれて助かった。夏も冬も、ワイドクラックはどうしても服が傷みやすい…。ちなみに、ヘッドランプは２ピッチ目で使用した。

足尾は古くから登られているクライミングエ

リアで、冬にはアイスクライミングで賑わうことも多い。起点となる銅親水公園から近い順に、ジャンダルム、幕岩、チャンピオン岩稜、ウメコバ沢と壁がそそり立ち、最も遠いエリアでも２時間強のアプローチだ。ほとんど平坦な道なので、アクセスも良い。ルートによっては節理が発達しており、カムやナッツなどのプロテクションをセットしながら自由にラインを引くことができるのが魅力だ。近年、地元有志によって支点整備が進められ、メジャールートでは信頼できるボルトが増えているので、レベルアップしたいクライマーにはぜひお勧めしたい。半面、不安定な浮き岩や落石が多いので、しっかりしたリスクマネジメントとラインを読む力が求められる。先行パーティがいたら、同じルートには取りつかない方が無難だろう。

奮闘的な内面登攀が続く

登り終えたパーティが続々と集結

閑話休題。夕方以降、続々と登り終えたパーティが戻ってくる。駐車場から近い大広場に設置された巨大テントでは、報告会、懇親会とイベントが目白押しだ。夕食は、サポートメンバーが作ってくれたおでん、宇都宮餃子などを美味しくいただいた。報告会では、カナダ在住のクライマーによる現地でのクライミング生活、東北エリアの登攀ルート紹介、札幌北稜クラブ（北海道道央地区連盟）が誇る若手クライマー・鈴木雄大氏らによる海外遠征（ペルー、パキスタン）、2023 ヒマラヤキャンプといった内容が、スライドとともに報告された。ミーティングは深夜にまで及び、テント内はいつまでも熱気に包まれていた。

１月 28 日（日）晴れ。２日目は完全に自由行動で、朝早くからルートに取りつく人、ゆっくりスタートする人、まだ寝ている人それぞれ。私は駐車場から最も近い岩場であるジャンダルムに行き、昨日とはまた別のパートナーとルートを登る予定だった。ところが、登り始めてすぐに体調が悪化してしまい、マルチピッチを登る自信がなくなり、早々に撤退する羽目に…。私たちが引き揚げてきた昼頃には、報告会を開いた巨大テントも撤収されており、元の静かな風景が広がっていた。帰り際、地元のベテランクライマーとの会話で伺った、「この足尾の岩場を次の世代に残していきたい。そういう想いで活動を続けています」という言葉は、ＷＣＭというイベントの理念を体現しているように思えた。

地元有志によって岩場の支点整備が進められた（写真はジャンダルム）

今回、初めてＷＣＭに参加する機会を得たが、何よりもまず、参加者の若さが強く印象に残った。新進気鋭のクライマーたちが集まるのだから当然だが、高齢化が叫ばれて久しい山岳会の世界とは様相が異なると感じた。では、若い彼らが山岳会に所属していないかと言えば、そうではない。参加者の大半は、山岳会を含む何らかの山のグループに入っている。彼らは所属会だけでなく、既存のコミュニティを超えたつながりを自分たちで開拓し、ロープを結び、国内外の壁を登っているのだ。そのような動きは、インターネット通信が始まった20世紀の終わりからあったが、近年のＳＮＳなど情報網の発達が、そうした横のつながりをさらに加速させているように思える。私自身、所属会以外のパートナーと登る機会が増えた。

「もう山岳会の時代じゃないよ」。ある参加者が言った言葉だ。山のアクティビティが多様化し、コミュニティも細分化された現代において、ある意味では正鵠を射ているのかもしれない。一方では、山岳会が次世代のクライマー、

熱い想いが溢れた報告会

登山者を育むゆりかごの役割を果たしているのも事実だ。純粋に自分の山との関わりから興味をもち、参加したＷＣＭだったが、山岳会、山岳団体のこれからの在り方についても考えさせられた。なお、WCMのダイジェストムービーがYouTubeで公開されている（制作・小池美咲／ぶなの会）。イベントの空気感が伝わってくる動画なので、ぜひご覧いただきたい。こちらのQRコードからどうぞ。

（https://youtu.be/K2Js9QBSs9A?si=1LOTO0Gb6sMtwRlu）

震災ボランティアにおける山岳団体の役割

倒壊したブロック壁の撤去と搬出作業

石川県勤労者山岳連盟　理事　北市　正

能登半島地震は、その名の通り“半島”地震だった。京都が都だった頃は北の果てだった北陸地方の北部に突き出す、日本列島最大の半島末端を震源とした大地震。地理的特徴は救助・救援を困難にし、ボランティア活動へ行くこと自体が障害となった。

震災後、当時理事長をしていた私のもとには、県連でのボランティア活動の募集に関する問い合わせが多数あったし、私自身も活動を模索していた。県内で発生したアクセスの悪い被災地で、地元山岳団体の特色を活かした活動ができないか。山岳団体の特色は①パーティ行動が可能であること、②ザックに荷を積んだ人力運搬が可能であること、③クライミングの基礎技術があり高所作業可能であることだと考えた。

災害ボランティア団体とのコラボで軌道に

石川県の担当者へ相談しても手が回らない状態だったが、登山道整備の知り合いがRATs NESTという災害ボランティア団体と関わっており、相談に乗ってくれた。団体主催者と活動について打ち合わせし、山岳団体としてのボランティア活動が始まった。

志賀町ボランティアセンター訪問

県連内でボランティアを募り、10名程度で志賀町ボランティアセンターを訪れ、RATsからニーズ表を受け取り、段取り。ニーズ表には要望者と要望内容が記載され、地理情報QRコードをたよりに現地へ向かう。要望内容は、主に損傷したブロック壁の撤去と搬出、瓦の搬

建機クレーンを使った撤去作業

クライミングをいかんなく発揮した屋根上の作業

屋根の雨漏り応急処置作業

出。

手作業のみで作業できる現場は我々で完結。建機や破砕機が必要なレベルの作業は技術ボランティアと臨機に合流する。

作業現場に着いた県連チームは、作業内容を確認し、ミーティングで各自の役割分担や安全上の注意点を打ち合わせる。大ハンマー担当は損傷したブロックを破砕、運搬担当が一輪車で搬出、積み込み担当が３ｔダンプへ積み込む。搬出が完了したら震災ゴミ集積場へ持ち込み、その間に残りのメンバーは次の現場に向かう。多い時は１日で５現場を完了させ、日常的に山岳地帯でのパーティ行動を実施している、山岳団体のチームワークを存分に発揮した。

今回の地震では瓦文化の根強い地域柄、屋根の損傷が多かった。屋根の応急処置、修復は雨漏りに直結する、住めるか住めないかの要素だ。ただ高所作業となるため、一般ボランティアでは作業できない。ここでも、山岳団体の特色を発揮した。日常的にハーネスを装着し、ペアになってロープを結んだクライミングを行っているため、屋根上で頂点の棟瓦を支点にした両面での作業に、即座に対応した。

現在活動している志賀町は、能登半島西側の比較的アクセスの良い地域だが、それでも手付かずの損傷した家屋、ブロック、道路が多数見受けられる。素人目にも、復旧には相当の時間を要する現実が伝わってくる。微力ではあるが、今後も山岳団体の特色を活かしたボランティア活動を継続していきたい。

義援金の御礼

能登半島地震では多くの方々が被災しました。石川県勤労者山岳連盟の会員には能登在住の方が少なかった事もあり、直接に生命にかかる被害はありませんでした。しかし、家屋の損壊などの被害があった会員が 10 名いて、震災から３ヶ月経った今なお不便な生活を強いられている会員もおります。

全国の労山の皆様の動きは速く、私たち石川県連が右往左往しているうちから、多くの義援金が全国連盟に寄せられ、ボランティア活動に駆けつけてくれた方もおられました。全国の労山の仲間たちの活動・活躍には、本当に感謝しかありません。

皆様からお寄せいただいた大切な義援金は、石川県連の理事会で諮り、被災した会員へのお見舞金として、これからも続く復興支援のボランティア活動の一部として、そして、石川県や日本赤十字社などを通した寄付として、全て有意義に使わせていただく事をお約束いたします。

石川県勤労者山岳連盟　副会長　浅瀬和人

登山者だからできる
能登災害ボランティア

星と焚火『能登支援チーム』 木下育美（山岳冒険倶楽部　星と焚火 / 福岡県）

私たちのチームで初めて救援ボランティアに行くべきか話し合ったのは、１月２日のことだった。この日からいつでも出発できるように支援のための準備を始めた。

しかし、石川県知事より早々に個人的なボランティアの自粛を呼びかける報道があり、忸怩たる思いで２月まで様子を見た。

２月になっても水さえも供給できていない地区が多くあり、残念ながら地震発生直後の災害状況とフェーズはあまり変わることはなかった。今となっては、早く現地で活動していれば、より早く不自由な生活をしている皆さんの力になれたのにと後悔しかない。

石川県による県外ボランティアの受け入れについての指針は、あくまで一般ボランティアの受け入れ態勢が整っていないという理由からの発表だ。しかし、能登の最奥部の集落からは「早くボランティアの方に手伝ってほしい」と悲痛な生の声が聞こえてきた。行政も、スキルの高いプロボランティアについては暗黙の了解で、公式にはストップをかけている状況ではなかった。

チームは、学習塾を経営する僕と会社を経営する相棒の２人。東日本大震災の時も登山者としていち早く現場に出向き、現場のニーズにあった活動を自己完結型で行ってきた。アルパインクライミングで培ったレスキュー技術。雪穴を掘って一夜を過ごすことができる経験と体力。自己完結型の支援活動はお手のものだ。奥能登の２月段階のフェーズでは、まさに私たちのチームのような力が求められていた。

能登へは相棒と２人、アーム付き３トントラックで向かった。トラックには水とお湯の供給システムを作るための500 ℓタンク２つ、湯沸かし用の浴槽、灯油ボイラー、揚水ポンプ３台、配管材料。解体及び倒木処理のためのチェーンソー、エンジンウインチ、発電機、土木高所

出発準備中

歩道をふさぐ倒木をチェーンソーでカットしグラップル車に乗せる

作業ギアー各種。高齢者介護施設で２か月近くお風呂に入れていない入所者さんの、汚れてしまった布団を新調するための布団20セットなどを満載し、七尾市に向かった。２月15日の夕方16時に福岡を出発し、着いたのは翌朝10時。ほぼ休憩なしで18時間近くかかった。

到着してすぐさま水とお湯の供給システムを作りはじめ、夕方にはほぼ完成した。前日朝から不眠で30時間以上。初日の活動がやっと終わった。この夜は高齢者施設の支援物資置き場に寝床を借りた。

翌日お昼には、お風呂にお湯を供給することができた。約50日ぶりに入るお風呂。おじいちゃんおばあちゃんの笑顔がすべての苦労を吹っ飛ばしてくれた。健常者は早い段階から近くの温泉に入ったり、自衛隊の仮設温泉にも行くことができた。しかし、介護が必要な方にはそんなことはできなかった。自力でトイレにも行けない高齢の方々にとって、お風呂に入れない50日間がどんなに過酷なものだったか、想像にたえない。

お湯の供給システムの後は、施設のキッチン・洗濯機・トイレへ水を供給するシステムの構築に入った。お湯も水も、僕らは専門の職人ではないし、そんなに材料もそろわないので、ホームセンターで手に入るもので代用した。

30名ほどが入所するこの施設では、トイレの洗浄を１回行うのに10ℓの水が必要で、それを１日10～30回ほど行う。洗濯機一つで80ℓ、それが６台フル回転するから、１日2000ℓ近くになる。施設の職員さんは僕らが来るまで、20ℓのポリタンで行っていたのだ。１日だけでポリタンが約100本必要で、これを給水車からもらって運ばなければならなかった。僕らの手助けがどれだけ役に立ったか。改めていい仕事ができたと自負してしまう。

50日ぶりにお風呂に入ったおじいちゃん

給水と給湯のシステムと雨仕舞の小屋

キッチンへは散水ホースでシステムを作った

洗濯機への給水この作業をポリタンで行っていた

３日目からは、近隣の道路の整備に回った。車道は応急処置が済んでいたが、歩道の整備は行き届いてなかった。倒木をチェーンソーでカットし、アーム付きトラックで処理場に運ぶ。こんな作業をしながらあっという間に１週間の活動期間が終わった。

できる人が、できる事を、できる時に、できる所で。祈る事でも寄り添う気持ちだけでも大切なことだ。

僕ら登山者にはより多くのことができる。皆さん躊躇しないで、ぜひ手助けに行って下さい。

登山と山岳文化の教養講座

技術教育部　大和田英子　冬季

この講座も予定していた春、夏、秋と順調に開催され、最終の冬季となった。課題図書は、辻まことの『辻まことセレクションⅠ山と森』を読了し、それぞれが関連する山行を行い、エッセイを書く、という段階も無事に終了した。合評会では、より良いエッセイ執筆のために何段階かに分けて、講師の方からアドバイスを行った。

まず、日本語の書式を守り、余計な英文記号や勝手な括弧使い、不要な空白を極力避けること。「てにをは」に留意し、意味が不明確になる場合は指示語、代名詞を補う。一つの文章に、二つ以上の主語を盛り込まない。一つの動詞で受ける主語は一つに絞る。エッセイでは、タイトルにも注意を向け、読者の意識を掴む。次に、内容では、あまりにも多くの情報を詰め込まず、なるべく情報を絞って小出しにする。面白い小ネタを挟みたくなる気持ちはわかるが、散漫になるきらいがあるので、バッサリ切る勇気も必要である。山行記録ではなくエッセイなので、書き手の視点から少しフィクションの視点が入っても許容される。特にエンディングはしっかり締める必要がある、などなど。こうしたポイントを実例を挙げて、参加者ひとりひとりのエッセイの細部を点検しながら、お互いに話しあった。今回は最終回となるので、参加者のお一人、Ｓさんのエッセイを例に、どのように上記のポイントをクリアしていくのか、添削前と添削後のエッセイを挙げておこう。

【添削前】

登山と山岳文化の教養講座 エッセイ合評会（冬季）

辻まこと『セレクションⅠ』

辻まこと「セレクションⅠ」の中で「言いたい放題」は気に入った章の一つである。

この章を鑑み、スキーを題材に綴ることにする。

＊　＊　＊

雪崩講習が、今は閉鎖した苗場旧ゲレンデスキー場で行われるというので、久しぶりに苗場に向かう。

朝は快晴の中、群馬に車が入ると右に赤城、左に妙義が見え始めた。群馬の学校運動会は、紅組対白組ではなく赤城組対妙義組に分かれると、前夜テレビで放送していたことを思い出す。

雲一つない晴れた景色も猿ヶ京温泉を過ぎると辺りは一変し、路面が白くなり始めた。「世界

スキー場出口にはビーコンチェッカー

神楽ヶ峰から苗場山を望む

地図を逆さにすると、日本海は日本列島の山脈に遮られた池であり、シベリアから湿った空気が日本海側に雪を降らせる。このように景色が突然変わる場所は世界でも稀なんだ」と、同乗者が呟く。『国境の長いトンネルを抜けると雪国であった』は、日本文学の川端康成のフレーズであるが、この描写が世界に受けたことを妙に納得する。..などと思いながら、新しくなった一般国道の短いトンネルを抜けると、そこは今も雪国であった。

昭和の時代、上越の各スキー場は、競って競技スキーの大会を開催していた。映画「私をスキーに連れてって」がブームにより拍車をかけた。

辻はこの章で回転競技について、「仕事と社会の旗門の狭さにつまづきながら暮らしている都会人が、スラロームの妙技にうっとりすることは無理のないことであるし…自分がそれをすり抜けることができれば社会的なコンプレックスを救済するに違いない」と綴る。実際はコンプレックスの救済より、負けたコンプレックスの方が大きかった気がする。その頃の車内は、今日のレースの悔しさを、次はどこのレースで巻き返す？ などの話題がもちきりであった。

それは、決められた整地面を 1/100 秒でも速くゴールをくぐるのが目標の世界。曲がるのに板をズラすといった無駄な「摩擦」を生む動作を極力少なくし、自然の引力をいかに効率よく自分の力（スピード）に変えることが競われ、その動きこそがカッコよかった。決められたコースを無駄なくこなし、出世街道をまい進することこそが大切な時代であった。

令和になって今、人手のかかる競技大会は消え、まだ誰も滑っていない斜面をスキーやスノボで滑るのが人気を博している。深雪に埋もれようと負けずに這い上がり、自分のシュプール

（道）を描く。そして、人の踏んだコースを辿るのではなく、未踏の道を切り開く。それは会社を立ち上げ、困難に埋もれようとも負けずに何度も会社を立ち上がるベンチャー社長こそがカッコいい時代となった。

辻は書の中で、章の最後を以下で結んでいる。

「多数の人気を博する傾向のある形式は、一つの時代の傾向を示している」なるほど‼ これも一つの時代の文化か。

【添削後】

スキー今昔

雪崩講習が、今は閉鎖した苗場旧ゲレンデスキー場で行われるというので、久しぶりに苗場に向かう。雲一つない晴れた景色も猿ヶ京温泉を過ぎると辺りは一変し、路面が白くなり始めた。「国境の長いトンネルを抜けると雪国であった」は、川端康成のフレーズであるが、新しくなった一般国道の短いトンネルを抜けると、そこは今も雪国であった。「世界地図を逆さにすると、日本海は日本列島の山脈に遮られた池であり、シベリアから湿った空気が日本海側に雪を降らせる。こんなに突然景色が変わる場所は世界でも稀なんだ」と、同乗者が呟く。

昭和に遡ると、上越の各スキー場では、あちらこちらで競技スキーの大会を開催していた。映画『私をスキーに連れてって』がそんなスキーブームに拍車をかけていた。

辻まことは、この回転競技について、「仕事と社会の旗門の狭さにつまづきながら暮らしている都会人が、スラロームの妙技にうっとりすることは無理のないことであるし自分がそれをすり抜けることができれば社会的なコンプレックスを救済するに違いない」と綴っている。だが、実際は社会的コンプレックスの救済より、現実に競技で負けたコンプレックスの方が大きかった気がする。その頃は、今日のレースの悔しさを次はどこのレースで巻き返そうか、そんな話題でもちきりであった。

スキーの回転競技では、整地斜面を 1/100 秒でも速くゴールをくぐるのが目標となる。ターンの際に板をズラすといった無駄な摩擦を生む動作を減らし、重力をいかに効率よく自分のスピードに変えるかに重きが置かれていた。社会では、決められたコースをそつなくこなし、出世街道をまい進することこそがもてはやされた時代であった。

昨今、人手のかかるスキー競技大会は姿を消し、まだ誰も滑っていない斜面をスキー やスノボで滑るのが人気となっている。深雪に埋もれても負けずに這い上がり、自分のシュプールを描く。人の踏んだコースを辿るのではなく、未踏の道を切り開く。仕事でも、困難に埋もれようとも負けずに何度も会社を立ち上がるベンチャー企業がカッコいい時代となった。道なき道に挑むのが令和のトレンドである。

辻まことは次のように総括している。「多数の人気を博する傾向のある形式は、一つの時代の傾向を示している。」なるほど。バックカントリースキーが人気なのも時代を映す文化の一面か。私は、新雪を前にしばし感慨に耽った。

現在の苗場スキー場

2023年の事故概況

遭難対策部 部長　石川　昌

前年度と比較して、次の3点が大きく変化した。

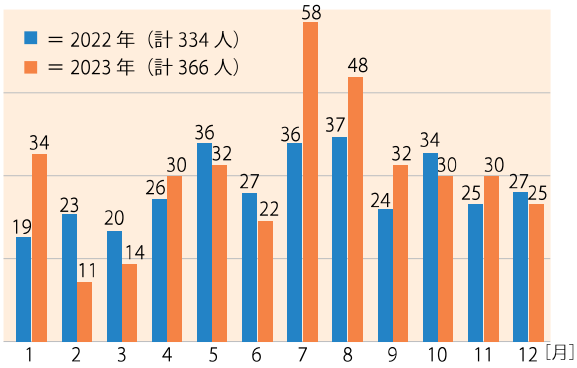
1.　事故者の増加。1995年からの統計上で事故者数は過去最多となった。新型コロナが5類に移行した23年は各会の山行が増加したことにより急増したと考えられる。事故件数は361件、事故者数は366名。長野県や富山県・岐阜県でも統計開始以来最多の事故数になっているとのことである。前年は、都市近郊の事故が多発したが、23年は海外登山や登攀系の登山、2000mを超える山への登山でも増加した。

2.　事故者の高齢化が前年からさらに進んだ。年齢構成は、2023年に75歳以上の事故者が33人で、前年同様に30台で推移している。年代別の最多数は65～69歳で69人となり、この数年で70～75歳に推移し移行していくと考えている。

　事故者の平均年齢は62歳で、60歳以上の事故者は138人で全体の68%である。

3.　5年間男女の差は殆んどなかったが、2022年同様に女性の事故者が大幅に増加した。2023年の男女別登山者数の実態を現時点では掴めていないが、各山岳会から寄贈された会報から推定しても、女性会員の登山者数は男性を超えて

表-1　月間別事故の状況



全国過去10年間の事故の推移（2013～2022）

図-1　事故者数

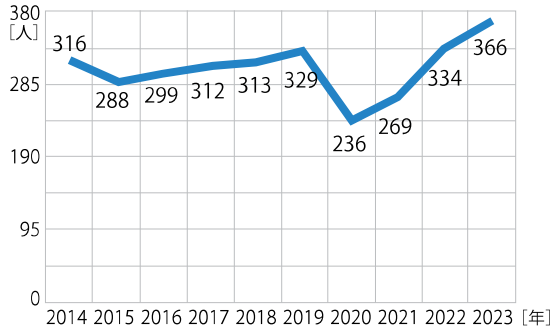


図-2　死亡行方不明

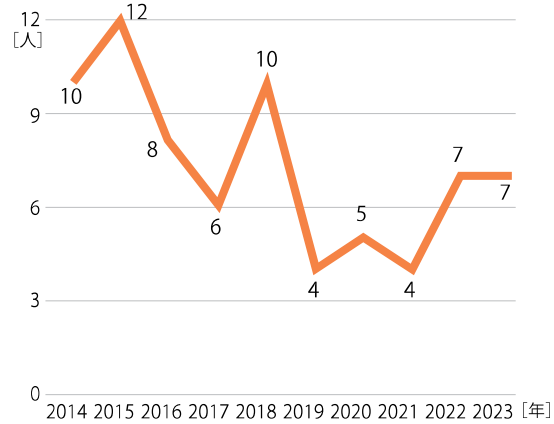


図-3　年代別・男女別事故者の状況

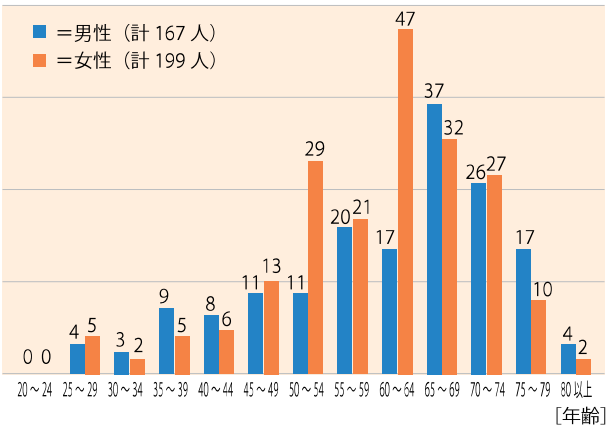
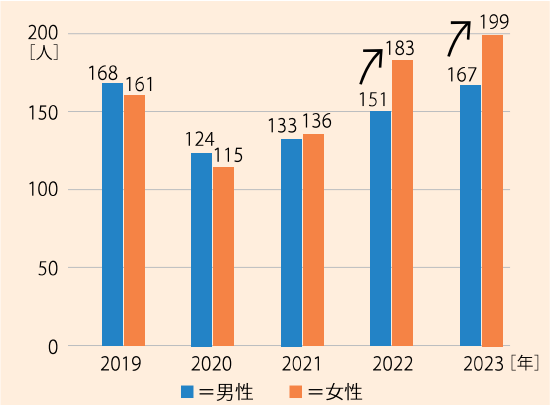


図-4　男女差 2023



いることも要因の一つである。この要因がどこにあるのか？どれだけの会員が山に登っているのか実態を把握することが必要だと考えている。

更に、特徴的な変化があった。

1. 事故発生の時間帯が変化した。2022 年は 13 時台（図 - 5）に事故のピークが集中したが、2023 年は以下のような 2 つのピークとなった。魔の 11 時と 13 時である。11 時では、転倒（28）・転滑落（13）・動植物（7）が多い。13 時は、転倒（36）・転滑落（7）となり、11 時台は転滑落事故、13 時台は転倒事故が多い傾向にある。12 時以降の下山時の転倒事故が、12 時（22）・13 時（32）・14 時（20）であり、転倒事故の発生は下山時に集中している。

2. 登山形態では登攀（冬季登攀・氷瀑含む）や海外登山が急増し、山スキーや人工壁や訓練が減少した。沢登りや積雪期登山は微増の傾向である。

図 - 5　時間帯別事故者の状況

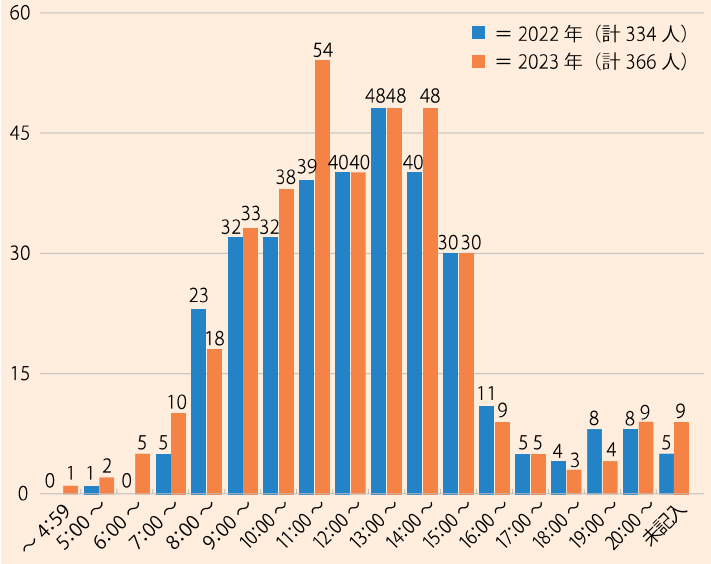


図 - 6　形態別事故者の状況

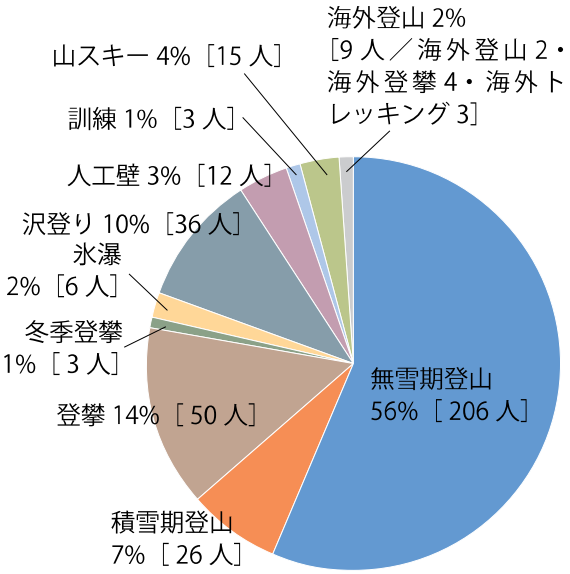


表 - 5　事故発生時間と原因別状況

時間	人	転倒(体勢含む)			転・滑落(墜落含む)			落石(落氷)			虫・動植物		高度障害			病気			道迷い			凍傷		火傷		下山遅れ		疲労		その他			合計
		202			90			8			25		2			6			1			3		1		1		1		26			366
		男	女	下山中	男	女	下山中	男	女	下山中	男	女	男	女	下山中	男	女	下山中	男	女	下山中	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	下山中	
～4:59	1											1																					1
5:00	2	1	0	1	1		1																										2
6:00	5	2	1	2	1																			1									5
7:00	10	3	4	4	1				1																			1					10
8:00	18	4	7	2	3	1										1															2	1	18
9:00	33	6	15	7	3	2	1				1	3										1									2		33
10:00	38	5	14	8	6	2	2	2		1	2	1										1								2	3	2	38
11:00	54	11	17	17	8	5	6	1	2		2	5																		2	1		54
12:00	40	10	15	22	5	7	4					1																			2		40
13:00	48	10	26	32	4	4	4	1			1	1																		1			48
14:00	48	7	17	20	9	7	3	1				2	1		1		1	1												2	1	1	48
15:00	30	9	9	14	3	5	2						1				1	1												1	1		30
16:00	9	1	2	2	2	1	1					1																		1	1	1	9
17:00	5	1	1	2	2	1	3																										5
18:00	3	0	1	1							1																			1			3
19:00	4	1		1	1												1									1							4
20:00	6	0			3	1	1															1									1		6
21:00～	3	0			1												1		1		1												3
記載無	3	1	1	1		1																											3
不明	6	0									1	2				1														1	1		6
		72	130		53	37		5	3		8	17	2	0		2	4		1	0		3	0	1	0	1	0	1	0	11	15		366
	366	202		136	90		28	8		1	25		2		1	6		2	1		1	3		1		1		1		26		5	174

※ 2023 年の事故者数 366 人中、下山時での事故は 174 人 (48%)。174 人中の転倒事故は 136 人 (78%)。時間帯は 11 時から 14 時に約 7 割。

3. 事故の原因として、転倒事故（体勢含む）や転・滑落が増加した（体勢とは、転びそうになって手を突いたり足を捻ったりと、最終的には転倒しなかったが転倒同様バランスを崩したり体勢を崩すこと）。急増したのは動植物である（マダニ・蜂・木の枝や笹などでの事故も含めた）。雪崩・荒天は無い。凍傷や高度障害は減少傾向にある。

図-7　原因別事故の状況

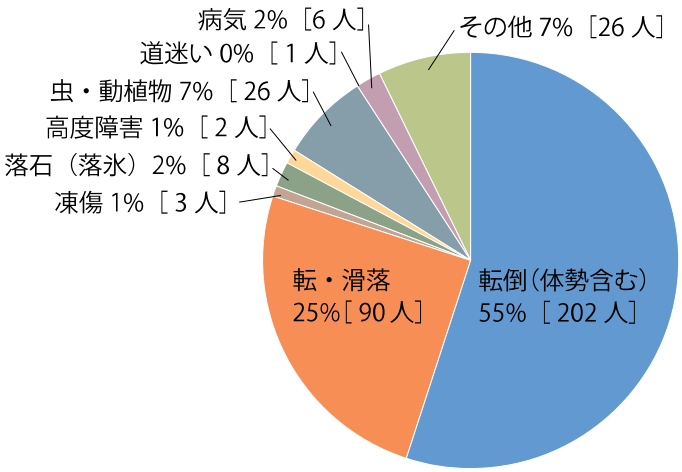


表-8　原因別事故の状況

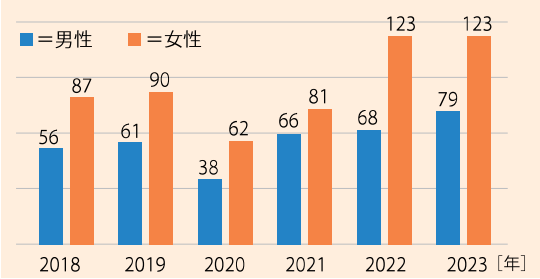
	転倒(体勢含む)	転・滑落(墜落含む)	落石	虫・動植物	高度障害	雪崩	病気	道迷い	凍傷	火傷	荒天	下山遅れ	その他	合計
20年	100	85	3	10	0	0	1	0	4	1	1	0	34	239
21年	147	82	9	14	0	0	1	0	7	0	0	0	9	269
22年	191	81	7	13	4	0	4	0	7	0	0	0	27	334
23年	202	90	8	26	2	0	6	1	3	1	0	1	26	366

※その他は、下山中や下山後に痛みが出た事例、特定の原因が不明な事例、同行者の滑落に巻き込まれた事例等が含まれる。

※虫・動植物は、マダニ 14、蜂 4、ヒル 1、不明 1、枝・竹等 6 が含まれる。

4. 転倒事故の男女差については、2018 年から 2021 年まで 20 ～ 30 人前後女性が多い傾向が続いていたが、2022 年は 55 人、2023 年は 44 人の差がついた。

図-8　転倒による男女差

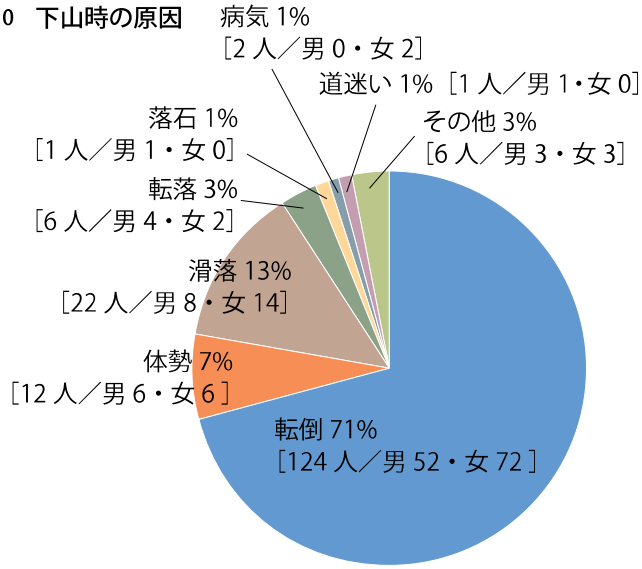


下山時の事故について、2022 年総事故数 334 人中、下山時の事故は 171 人（51%）で、事故の半数は下山中に発生している。そのうち転倒（体勢含む）130 人（76％）が下山中の転倒事故である。

2023 年は、事故者数 366 人中、下山時の事故は 174 人（48%）。174 人中、136 人が転倒事故（体勢含む）（78%）。

新型コロナの制限が解除されて山に登山者が戻ってきたことが、前年より事故の増加に繋がっている。転・滑落では、各自の力量を超えた登山や単純なミスを回避するためのチェックを怠っている事例が多発している。さらに、高齢の登山者が下山中に起こす転倒（体勢）が多く、下山時の転倒防止が事故者数を減らすための大きな課題の一つである。統計的には、圧倒的に緩傾斜帯での転倒事故が多い状況を考えると、脚筋力の低下と転倒に対応できる反射神経の低下が考えられる。日頃よりの低山を含めた登山を行うことと同時に、筋力トレーニングを積極的に取り入れ、脚筋力やバランス能力、反射機能を高める努力も必要である。

図-10　下山時の原因



登山に役立つ 気象のお話

天気図の基本のおさらい、春山で活用！

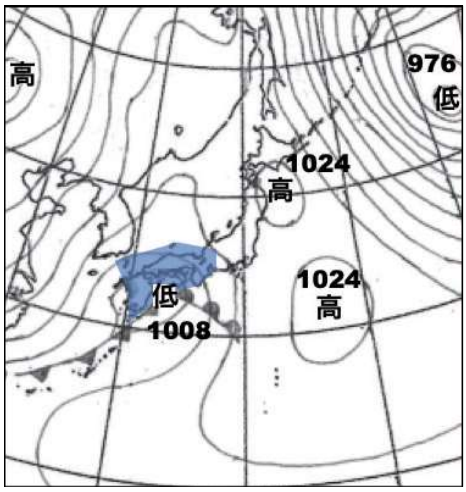
気象予報士・野尻英一

見方の基本は低気圧を見つけること

まず、天気図の基本のきの字は「高気圧は天気が良く、低気圧や前線は天気が悪い」ことだ。天気予報の歴史をみても、そもそも天気図は低気圧を見つけ、動きを予想するために作られてきたものなので、これだけで八分通りOKだ。さっそく図1の天気図で実際にみてみよう。四国のすぐ南に前線を伴った低気圧があるが、それに近い愛知、岐阜から九州は概ね雨や雪になっている。静岡、長野、富山以東はこの時点ではまだ降り出していないが、低気圧が東に進むにつれてじきに降り出すと予想できる。

（後先になったが低気圧や移動性高気圧は西から東に移動することもあらためて確認しておこう。移動性高気圧というからには「移動しない高気圧」もある。その話はまたの機会に）

図1：低気圧が近づいてきた場面の天気図
（2024年2月29日）
※日本列島の雨(雪)域を青で示した。



次の基本は風の吹き方　ぐずつく山の天気

風向きは低気圧のまわりは反時計回り、高気圧は時計回りと覚えよう（図2）。風の強さは一般的に等圧線の間隔が狭いほど強い。移動性高気圧は中心付近では等圧線の間隔が広いため風が弱く、周囲で風が吹いていることが多い。実はその高気圧の風により天気がぐずつくことがある。図3がその例で、日本付近に大きな移動性高気圧があり、天気図の見方の基本からは日本列島は晴れていると考えられる。事実その通りだが、四国から九州の太平洋側は一部で雨が降っていた。高気圧の周囲の風向きは時計回

図2：高気圧、低気圧のまわりの風の吹き方

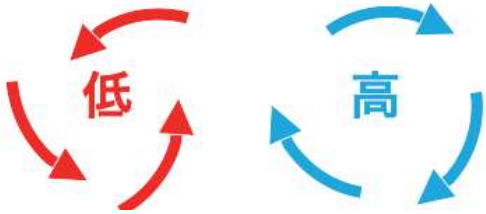
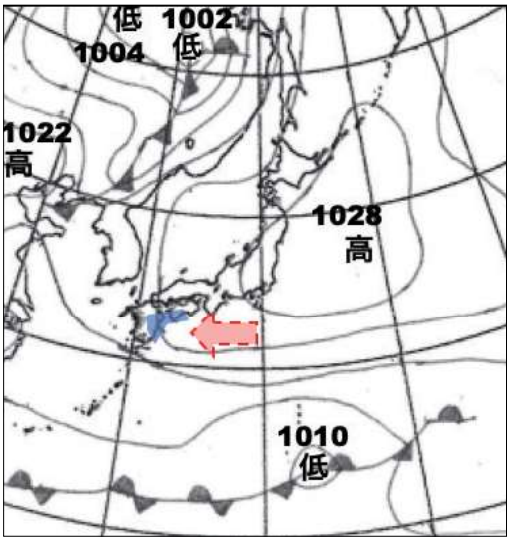


図3：高気圧の範囲内で雨の降る場合の天気図
（1979年5月5日）
※日本列島の雨域を青で示した。本州・四国沖の太平洋は高気圧の南で東風が吹いている（赤矢印）。

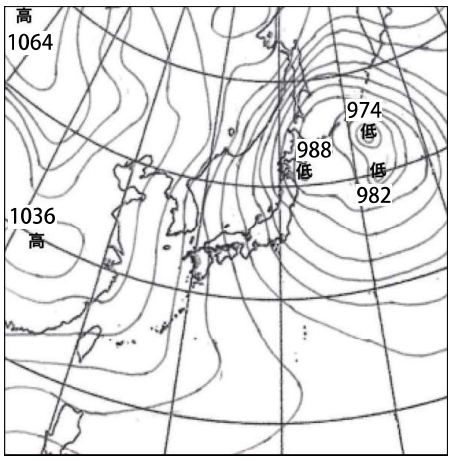


りなので本州、四国の南の太平洋上は東風になっている。その東風により海上の暖かく湿った空気が四国西部から九州の太平洋に面した山に吹き上がって雲が発生した。このように海から山に直接風が吹き当たる場合は、その山の天気がぐずつく場合がある。

天気図は「型」で理解しよう

実際の天気分布は天気図のどこに高気圧や低気圧、前線があるかによって特徴があるので、天気図をいくつかの型に当てはめて理解しよう、ということが行われている。天気図型には、西高東低型、南高北低型、北高型、梅雨型などがあるが、最も有名なのが冬季に現れる西高東低型だ。西高東低型はアジア大陸に優勢なシベリア高気圧があり、日本の東に大きな低気圧がある型で日本列島の西側で気圧が高く東側で低い。図４がその一例。西高東低型では風向きは前述した低気圧、高気圧の周りの風の吹き方から、日本海では北～北西～西風、南西諸島や東シナ海では北～北東風となる。つまりシベリアからの酷寒の風が日本海を吹きぬけるが、日本海は対馬暖流が流れ込み水温が高いため雲が発生しやすく、風が日本列島の山々に当たるとさらに雪雲が発達し日本海側の山々は吹雪になる。これが西高東低型の仕組みだ。

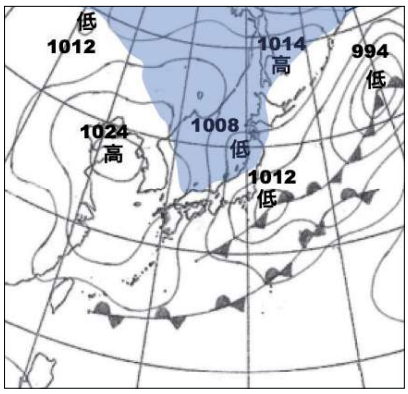
図４：西高東低型の天気図（2024 年 1 月 24 日）
※ 1064 高気圧の中心は天気図の左上枠外にある。

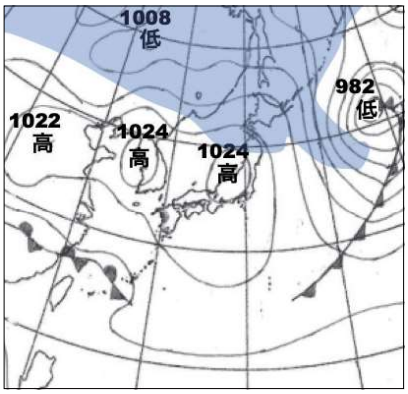


４～５月になっても西高東低型気象遭難パターン

例年４月になるとシベリア高気圧が弱体化し西高東低型は現れなくなるが、４～５月になっても“西高東低型に似た”天気図はよく現れる。図５がその例で 2019 年 GW の天気図だ。シベリア高気圧はもう無いが、移動性高気圧が中国大陸にあって、関東から北陸以西は西高東低型と同じような形になっている。つまり日本海の風向は西高東低型と同じ北西風で、北アルプスなど日本海側の山には日本海からの風が当たるのだ。そのため、これらの山は天気がぐずつくことがあるが、上空に寒気があると雪雲になり真冬同様の吹雪模様になる。図５のときも真冬の平均程度の強い寒気が入っており立山や槍ヶ岳で予定した山小屋にたどり着けない等の遭難があった。秋にも同じような場合があり、これは春、秋に多い気象遭難パターンでもある。今では気圧配置の変化や上空の気温は予想可能で、前号でも紹介したようにパソコンやスマホで調べることもできる。春山の無事故を祈りたい。

図５：西高東低に似た天気図
（2019年４月27日［左］、28日［右］）
移動性高気圧が西から移動してくる場面では一時的に西高東低型に似た気圧配置になる。上空に強い寒気がある時は日本海側の山は春や秋でも真冬同様の吹雪になるので、高気圧が張り出してきたからといって油断しないこと。
※上空約 5500 m で -24℃以下をアミカケ。（北陸の真冬の平均的な気温が -24℃）





事故者発見現場（赤城山）

遭難現場からのレポート

第五回

遭難の教訓

日本勤労者山岳連盟 理事長　川嶋高志

☆この連載では、実際の山岳遭難事故をもとに、推測により教訓を引き出している。
疑問点などの問い合わせは全国連盟・遭難対策部へ寄せていただきたい。

備忘録⑤『単独』

○労山会員からの事故一報は昨年、これまでの最多を更新した。登山活動は自然の中で長時間行動し、気象条件に大きく影響される。遭難事故の可能性は誰にでもある。登山者は自ら不測の事態に備えなければならないが、組織（会・クラブ）に加入し、山行の管理を行うことで安全性を高めることができる。

しかし山行管理をしていても、2007年1月下旬から3月初めにかけて、2件の道迷い遭難死亡事故が発生した。この経緯は登山時報2007年6月号に「緊急レポート」として掲載した。最近「山行管理ができない」「労山基金の山行規定がよく分からない」という声を良く聞くので再度、事故防止の教訓として取り上げる。

○群馬県／赤城山

1月28日の朝、待ち合わせ場所を間違えたSさんは、せっかく登山口まで来たのだからと一週間前に4人で登った赤城山（黒檜山）に再度単独で登ることにした。所属会の山行管理者には、計画の変更を携帯電話で伝え了解を得た。頂上までは順調に登り昼前には下山を開始した。ここで何らかのアクシデントがあり、往路を戻る予定が登山道から外れ西側の谷筋へと降りて行った。このときアイゼンにワカンを装着していた。やがて15mほどの滝上から滑落。頭部と胸部を負傷したが、ある程度身体が入る穴まで移動してビバークした。しかしその後、低体温症で凍死した。

日帰りの予定だったので、夜になっても下山連絡がなく山行管理者がメールで連絡したがつながらなかった。翌日の29日23時になり、家族から「まだ帰宅しない」という連絡を受け、直ぐに捜索隊が出発し、深夜2時に登山口でSさんの車を発見。早朝4時に群馬県勤労者山岳連盟救助隊と警察で家族と打ち合わせをし、捜索活動に入った。県警ヘリも捜索したが30日は発見できなかった。

翌31日正午に所属山岳会の会員が双眼鏡でザックを発見。近くで事故者を発見し、県連救助隊がスケッドストレッチャーで車の入る場所まで搬送し家族と警察に引き渡した。

○兵庫県／氷ノ山

3月4日の午後、Bさんは日帰りで氷ノ山を往復する計画書を出して登山を開始した。途中の避難小屋に「3／4　17：09小屋着、雪が少ない」と記載してあったので、おそらく頂上へは行かず小屋から下山した。その途中で何ら

スケッドストレッチャーで搬送（赤城山）

かの原因で登山道から離れ道迷いとなった。18時から19時の間に、京都在住の次女の携帯電話に5回「遭難している。滝のそばにいる。大変寒い。助けて。」という留守電を入れていた。その後は携帯電話が通じなくなった。留守電を聞いた娘さんから深夜、警察と所属会に連絡があり翌朝（5日）8時から警察を中心の捜索を開始したが、この日は発見できなかった。

5日16時に所属会から兵庫県勤労者山岳連盟救助隊へ出動要請。翌6日の朝8時から合同捜索を行った。その結果、県連救助隊員がザックと沢の中に浮いている事故者を発見した。その後、県連のスケッドストレッチャーで登山口まで搬送して警察に引き継いだ。

解説

二つの事故には共通点が多い。

①50歳台の女性。②単独行。③地元の慣れ親しんでいる山域。④長い歴史のある山岳会所属。⑤発見・搬送は所属地方連盟救助隊が主に行った。

大きな問題となるのは連絡方法である。赤城山のSさんの場合は車の中に携帯電話を置き忘れていた。後日、私が現場を確認しに行ったところ電波は受信できた。滑落した後で移動していることを考えると携帯電話を持参していれば救助要請できた可能性が高い。また、会の山行管理者は下山連絡がないのでメールで問い合わせをしたが、返信がなかった。近場の日帰り山行ということで、それ以上の確認をしなかった。さらに同居している家族も、翌日の23時まで、帰宅しないことをどこにも連絡していなかった。このため初動が丸一日遅れることとなった。

氷ノ山のBさんの場合は、離れて暮らしている娘さんへ携帯電話で5回にわたり電話して留守録を残していた。いつメッセージを聞いてくれるのか分からない状況で、所属会の山行管理者や警察・消防には電話連絡しなかった。緊急時に行動判断を仰ぐことのできる人と連絡がとれれば、最悪の事態を防ぐこ

この滝ツボで事故者を発見（氷ノ山）

捜索する県警ヘリ

とができた可能性がある。

この二つの事故から分かるように、山行管理、特に下山連絡の重要性について、再度、所属団体内で確認していただきたい。計画書は提出しているが、頻繁に行っている短時間の山行や岩トレなど下山連絡を受付けていない場合も多い。所属会員が少なく全員で山行に行った場合や、逆に会員が多く、同じ日に山行が重なるため下山報告を管理しきれないという声も聞く。一人暮らしの方の場合、親族が遠方に居住していたり、山を知らない場合なども下山確認が不確実になりがちである。近場の短時間山行でも、単独の岩トレでも死亡事故は発生している。比較的に若い人でも心疾患で亡くなっている。組織的な山行管理により確実に安全性は高くなる。

労山の会・クラブに所属している、さらに地方連盟に加盟していることの最大のメリットは山行管理にあると言っても過言ではない。下山連絡を受付けてくれる、山行中の緊急時に相談できる山仲間の存在は本当にありがたい。自分の安全をより高めるために、信頼できる山仲間を一人でも多く増やすことが大事だ。最近は携帯メールなどで手間をかけずに対応することもできる。是非、考えていただきたい。

発見された事故者のザック（氷ノ山）

山筋ゴーゴー体操推進委員会　委員長　宇田川道恵

埼玉県連 /

山筋ゴーゴー体操 講習会 開催！

2023年11月26日に埼玉県連で山筋ゴーゴー体操学習会を開催し23名が参加した。

埼玉県連は毎年のように山筋ゴーゴー体操講習会を開催し、会員の筋力増強を目指すとともに山での事故防止に努めてきた。今回も会員の強い要望を受けての開催となった。

山筋ゴーゴー体操推進委員会では、今後補助講師を中心とした講習会への移行を考慮し、埼玉県連にそのテストケースとしての講習会を開くことを相談した。県連が依頼した県内のサポーター２名にも協力してもらい、講師が参加しないため、「学習会」として開催した。

通常は座学に半分時間を割くが、今回は実技を中心に行った。埼玉県連の会員は山筋ゴーゴー体操に慣れていることもありスムーズに進み、グループ別の練習ではサポーターには自分の所属会の参加者を中心に担当してもらい大いに活躍してもらった。自分の会の仲間がサポーターとして細かく指導してくれることが、参加者がリラックスして受講することに繋がるのではないかと思う。今回、サポーターの働きを見て、サポーターの存在とその活躍が、各会の会員の方々にこの体験を伝えていくにあたり、大きな力になることを実感した。

講師不在での初めての学習会は埼玉県連、サポーター、参加者の皆さんの協力いより無事終了した。

谷脇サポーターのグループ

大澤サポーターのグループ

集合写真

参加者感想

- 足の角度や動かし方を教わり、少しのコツで筋肉への効き方がとても変わるので大変ためになった
- 座学でなく体験型なので理解が早い
- 諸筋肉を強化する運動が随所に入っていて、継続して取り組む大切さを感じた

宮城県連／

山筋ゴーゴー体操 ONEDAYサポーター養成講座 開催！

2023年12月9日に宮城県連で山筋ゴーゴー体操サポーター養成講座を開催し８名が参加した。

集合写真

宮城県連は昨年秋の講習会につづき今回のサポーター養成講座開催となった。今回は、講師の体調不良により急遽補助講師のみでの開催となったが、宮城県連は快く了承してくれた。通常の講師による座学は昨年の講習会と重複するため簡略化し、ここ数年の労山の事故傾向等を受けた筋力アップの必要性や労山基金との関係についても言及した。

グループに分かれての練習

実技ではグループに分かれ一つ一つの運動を細かく練習すると、すぐに皆きれいな動きになった。今回は少人数だったのでより丁寧に動きのポイントの練習ができた。また、サポーターになってから所属会にて仲間に体操を伝える際のポイントや、言葉の選び方等伝える側の注意点などの話もした。質問も活発にあがり、終始明るく前向きな雰囲気の中講座が進められ、８名の参加者全員がサポーターの試験に合格した。突然の講師不在となった講座だったが、宮城県連、受講者の方々のお陰で無事終了した。

筆記試験の様子

参加者からは、「サポーター養成講座はマンツーマンで教えてもらえ、ただ講義を聴くという受け身でなく自分自身がサポーターとして声を発して説明したりと能動的な内容で、所属会の仲間に自信をもって伝えていけると思う」との声があった。新サポーターの皆さんの今後の活躍に期待する。

スティーブのノースウェールズ庭だより

Steve Long's Garden Correspondence

国際部長　大和田英子

第４回

クロッカス（黄）

日本の室生犀星という詩人が「寂しき春」という詩を書いている、とエイコから教えてもらった。春は嬉しいもの、楽しい季節とだけ思っていたから、「あをぞらに越後の山もみゆるぞさびしいぞ」というフレーズにはけっこうカルチャーショックがあったよ。

でも、今年は、ことのほか「寂しい春」になってしまった。登山界のレジェンド、ピット・シューベルトが今年３月に亡くなった。青空に雪の映えるアルプスのはるか彼方に行って

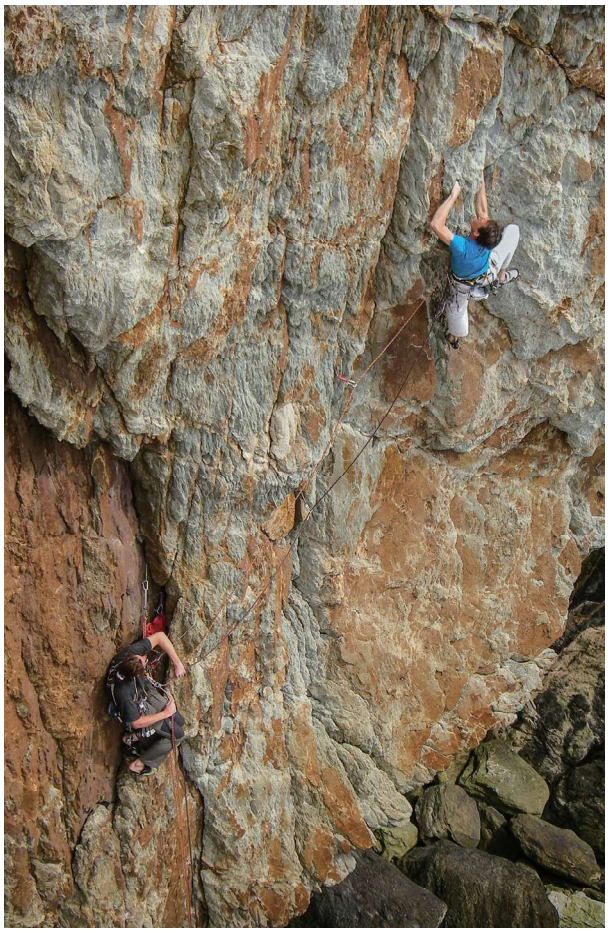
クロッカス（紫）

スノードロップ

しまったんだ。

ピット・シューベルトは労山の40周年記念で来日講演をしたそうだね。ドイツの登山家のみならず、世界中の登山家がピット・シューベルトの『生と死の分岐点』を読んでいると思う。ボクが50周年記念の講演で日本を訪ねた際も、盛んにピット・シューベルトのことを聞かれた。彼は若くしてアルプスの三大北壁登攀を成し遂げ、アルプスの51ルートを初登、グリーンランドやヒマラヤでも初登の足跡を残している。60回以上はヒマラヤに行っているし、もちろん国際山岳連盟でも登山安全委員会で活躍していた。この場を借りて、改めてご冥福をお祈りするとともに、彼の目指した「安全登山」「事故のない山行」を推進していこうと誓っている。この目標を、労山のみなさんと共有できたら嬉しいな。

さて、国際的な催しとしては、日本で7月後半に、アジア山岳連盟の30周年記念行事が予定されている。日本の山岳団体がいくつか協力して盛り上げていく、という情報が寄せられている。みなさんもぜひ、今後の展開に注意してみてください。


ドリームズアンドスクリームズ（夢と叫び）

ボクの庭の春の花、ぜひ楽しんでね。

音楽・文化は
こころのときめき
うたごえ新聞社
日本のうたごえ全国協議会機関紙
〒169-0072 東京都新宿区大久保2-16-36
音楽センター会館内
☎ 03-3209-0638 ／ Fax03-3200-0105
メール journal@utagoe.gr.jp

山の自由帳

Yama no Jiyucho

篠塚優　カモシカスポーツ山の店・松本店

通気と保温　フリースの進化

月日が経つのは早いもので、松本へ移住してもうすぐ２年になろうとしています。今冬も沢山雪山に行くぞ！とウキウキしていた矢先、ゲレンデスキーで転倒し、右膝と足首を捻挫。とほほ。

少しずつ山歩きができるようになってきたので、のんびり海が眺められる雪山にいきたいな、と思いついて新潟の米山にでかけてきました。

こうした山歩きのときは、新しいものを試す絶好のチャンス。今回はこの春から取り扱いを開始するブランド、STATIC（※）のアドリフトハーフジップフーディを着て登ってきました。ここ数年注目されているTEIJIN Octa® を使った製品です。ざっくりというと、超軽量高通気フリース。（XS サイズでなんと 135g ！）

使用時間帯は明け方～昼。かつ雪がない登山口から、雪のある山頂へと向かう山のため、気温差はそれなりに大きいです。にも関わらず、登山開始から下山まで着っぱなし。途中から風が強くなったので、シェルを羽織りましたが、このおかげで生地のもつ通気性の高さと、風を遮った時の保温性の高さを強く実感できました。

私は暑がりで、散々考えて選んだ服の組み合わせでも結局脱ぎ着することが多いので、脱がずにすんだことに感動！

ただ、その高い通気性という性質上、春～秋に使用するのがベストな印象。

夏の場合は主に防寒着として着ることになるので、ザックに入れておく時間が長くなりますが、と～っても軽いので、荷物の軽量化にも貢献してくれます。ちょっと気になることといえば、使うザックや選ぶサイズ感によって裾のずり上がりがあるくらいでしょうか。この日、少し痛む足でトボトボ歩いてたどり着いた山頂からは日本海が一望でき、穏やかな陽気であまりに気持ちよく、気づいたら１時間が経っていました。

のんびりの限りをつくし、下山後には美味しいお寿司を食べ…目的 100％達成です（笑）

当日のトップスのレイヤリング（左からファインラック DL ベーシックタンク、パタゴニア キャプリーン MW クルー、STATIC アドリフトハーフジップフーディ）

米山１　日本海を見下ろしながらの休憩タイム。私にしては珍しく、カップヌードルを持っていきました。

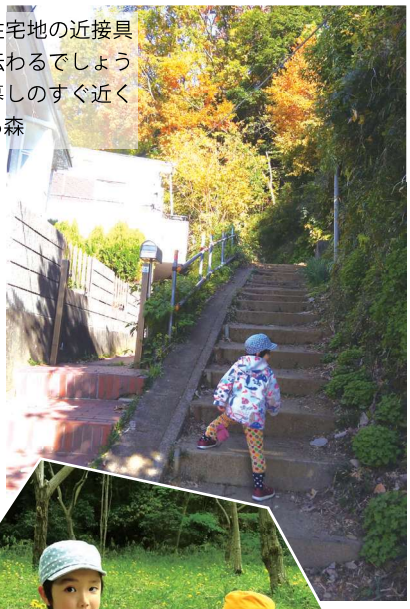
米山２　遠くから見ても美しい山容。素晴らしい里山でした。

（※）STATIC
2020 年に立ち上げられた環境配慮型アウトドアブランド。素材選び、製造工程、修理・廃棄においての環境負荷の軽減を考えて製品づくりをしている。カモシカスポーツでは 2024 年春よりアドリフトクルー他２品番から取り扱いをスタート。

子づれ山さんぽ

武井真理 カモシカスポーツ
七瀬
峻
飛鳥

「通い続ける森の話　前編」



森と住宅地の近接具合が伝わるでしょうか？暮しのすぐ近くにある森

緑の季節は緑がまぶしく、落ち葉の季節は、踏みしめて歩くのが楽しい森。お弁当をもってのプチハイク。かつてのコロナ緊急事態宣言中も度々遊びに行きました。

私は、多摩丘陵を切り拓いた住宅地の、丘の上に住んでいます。標高100m近くあり、見晴らしはとてもよく、富士山をはじめ、関東の山々を一望、遠くに南アルプスも望めます。そこから少し目線を下げると、見渡す限り家家家…みたいな土地柄ですが、その中に、緑のかたまりが点在するのが特徴。宅地開発を免れた「森」が、各地に点在しているのです。保全団体によって手入れがされており、遊歩道がある森も。

自宅から徒歩圏に「多摩自然歩道」「多摩美の森」とよばれる森があります。こういう森が、日常生活のすぐ延長線上にあることは、幸運だったなあと思います。こどもの成長とともに、この森との関わり方、過ごし方が広がってきました。

長女七瀬が0歳赤ちゃんの頃、たまたま区役所で見つけたウォーキングマップの中に「多摩自然歩道」とみつけて、おぶって歩きに行ったのが最初。こもれびが美しく、ひと気がなく静かで、新宿から1時間足らずの住宅地の狭間に、こんな空間があるのか！と驚きでした。

その後は、お弁当を持ってプチハイキングしに行くことが定番となりました。こどもの歩行能力に応じて、ベビーキャリーに乗せたり、抱っこしたりしながら、段々、こども自身が歩ける距離が長くなってきました。森の中の土の道なので、小さいこどもが転んでも痛くなく、また変化に富んでおり、あそびながら歩いていくことができます。

私たち親子だけで、穴場として楽しんでいましたが、七瀬が小学校に上がる頃から、森での過ごし方に広がりができました。

この森の至近距離に住む保育園仲間がいて、森の手入れや農作業をする作業会や、プレーパーク（※）に誘ってくれたのです。保育園仲間の親子で里芋の植え付けをしたり、森の竹林で採れたて！の筍を頂いたり…それをきっかけに、保育園仲間に森が知れ渡ることとなり、森で集まって遊ぶようになりました。　（続く）

※プレーパーク…別名、冒険遊び場。こどもの「やりたい！」に寄り添い、こどもと地域とともに作り続けていく遊び場。できるだけ禁止事項をなくし、こども自身で火おこし、たき火などもできる。

編集後記

2023年の事故者数は、1995年からの統計上過去最多となった。単純なミスや平坦地での躓きなど「防ぎ得た事故」が散見される。山の上り下りの運動は平地の歩きとは異質の運動であることが運動生理学からも解明されている。事故防止は登山者の意識を変えること。事故は自分ごとして自覚することが大切だと思う。（石川昌）

『改訂新版　栃木の山150』には栃木の山愛がいっぱい！章の合間にも栃木県の「高峰ベスト50」「各市町最高標高点」「山に咲く花の開花期」「一等三角点」「とちぎの温泉」…魅力ポイントがふんだんに紹介され、コンプリート心をくすぐってくる。ふむふむ。鬼怒沼のあたり、尾瀬からつないでみたかった…（小池藍）

菜種梅雨。この時期に降る雨の呼び名だ。ここ栃木の思川の土手には桜の淡いピンク色とナタネの黄色と若草色の葉みどりが春を感じさせる。しかし、そこに風も相まって横殴りとなる雨、春の長雨は気が重くなるが、花を咲かせる雨と思えば悪くないか。でも、今年のカタクリやアカヤシオ、日陰つつじなどの花芽の開花は昨年と較べて10日ほど遅れている。というか例年並みだ。あー春の到来！一斉に植物も生物も活動開始の季節、総会も無事終わったので、それぞれの活動勢いよくダッシュ。それが春の季節だ。（今野善伸）

全国ハイキング委員会では“ハイキングセカンドステップ”の改定作業中。山小屋泊まりの項でイビキ対策で意見が分かれている。ひと言でいうと、加害者と被害者どちら側に立つか。前者だといびきをかかない対策をどうするかを記述、後者だと、耳栓をして我慢しましょうとなる。さて皆さんはどう考えますか？（田上千俊）

登山時報

©禁無断転載

2024年春号　No.583　2024年4月25日発行

編集・発行責任者　川嶋高志
編　集　石川昌、石川友好、臼井邦徳、宇田川道恵、浦添嘉徳、久保典子、小池藍、今野善伸、田上千俊、武笠真次、山本尚徳
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　有限会社 カウズ
DTP・デザイン　来住真太

日本の登山者すべてが発信機を持つ世界

あなたがココヘリを持つことで始まります。

届け!
30万人

山の安心をひろげる
プロジェクト 第2弾

今なら
W ダブルで 無料

1 入会金3,300円が無料

2 年会費10月末まで無料

この春・夏・秋
ず――っと安心

本日のお申込みで

10月末まで無料

11月から1年間
年会費5,500円

ご注意 利用継続を希望しない場合は
ご解約申請と**発信機のご返却**が必要です。

※今回のプロジェクトは、今までココヘリにご入会いただいていない
新規の方のみが対象です。

◀ 早く申込むほどお得に!

キャンペーン期間:2024.5月末まで

KAMOSHIKA

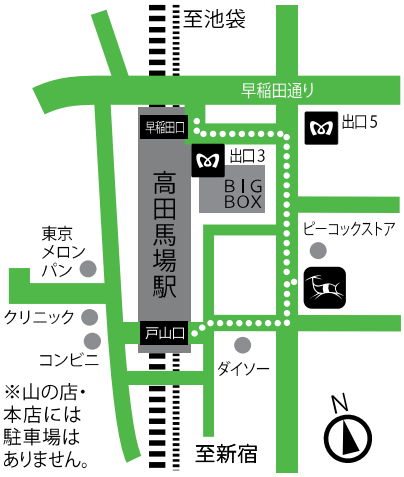
大事なもの、揃っています。

「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

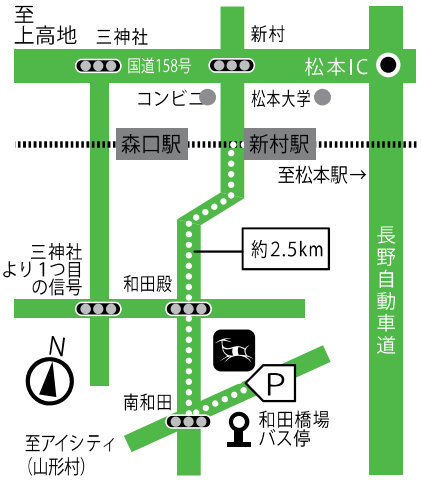
＼オンラインショップ24hrオープン!／　こだわりアイテムと充実の品ぞろえをネットから!

山の店・本　店
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**

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

●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・ウィスポートビル１F
●山の店・松本店 TEL０２６３-４８-２４２４ 〒390-1242 長野県松本市和田４４７８-１

登山時報・春号

1987年3月23日第三種郵便物承認
2024年4月25日発行（年4回1・4・7・10月の25日発行）
第50巻第1号（通巻583号）

発行 日本勤労者山岳連盟

振替口座 00120-8-108163
口座名 労山機関誌委員会

定価300円（送料込）

【禁無断転載】