

大山雪山講習会に参加して ～一年越しの目標～

山陽カルチャーマウンテンクラブ 岡田 かおり

曇天の2月19日午前8時、大山情報館集合。雪山スタイルがこなれている男性7名と女性は私1名の受講者。そして、講師の近藤先生、スタッフの久世さん、女性スタッフの加治さん。総勢11名の講習会だった。

早速、大山寺の大神山神社駐車場からスノーシューで前進。私の腰の高さまである両側の雪の壁の間を、ダブルストックとともに進んだ。

急斜面がある場所に到着と同時に、ピッケルと足を使って雪を掻き分けながら登ることから講習。高さ15Mほどの急斜面を、ピッケルの持ち方、扱い方、手で雪を掻いて道筋を作ること、つま先や膝で踏み固めて次の足掛かりにすること、などを教わった。しかし、雪質が新雪でサラサラしていたため、膝で踏み固めたつもりでも、足を載せるとそのまま下へズルズル・・・せっかく三步進んでも五歩下がるような、そんな足場だった。なかなか進めず、いつもは何事も諦めずに最後までやり抜きたい性分の私が、途中で「もう登れない」と弱音を吐いてしまった。本当に足が動かなかった。しかし、皆さんがサポートして下さったり、「もう少し！頑張れ！」と励まして下さったおかげで、なんとかその頂上まで登ることができた。この登りの講習が、急斜面があるごとに、スノーシューを装着して、つば足で、と何回も繰り返し、往復で行われた。

そんなへトへトな感じで講習は進んでいったのだが、次はスノーシューで3人一組になって、ラッセルしながら登るよう、これもまた何回も行った。見渡す限り踏み跡がなく柔らかい雪質であったが、先頭は体力を後続の人の何倍も使うことを知った。後で考えると、登りなのにヒールリフターも使用せず、ひたすら前だけ向いて必死に登っていたことに、集中してやればできることもあるのだな、ということに気づき、自信につながった。

元谷避難小屋に到着後は、少し休憩。その時間、近藤先生は外で雪掻きをして他の登山者の足場を作ってくださっていたことに、改めて感謝。

最後はこの後の組が訓練をする場所に下りて、斜面を利用してビバークのための雪洞作り。雪山用のスコップを使い、3人で交代しながら雪の重みを両腕に感じつつ、腰も労わりながら一時間かけて、私にとって初めての雪洞が出来上がった。中は背の高い男性が座れる高さがあり、荷物と寝袋を置ける広さで、真っ白な空間と静けさが際立っていて別世界にいるようだった。

この雪山講習会。登山1年目の昨年、先輩から声をかけていただいたが、切を過ぎていたことと、体力にも自信がなかったため、参加できず悔しい思いをしていた。本当は受けてみたかった雪山講習会。1年後(今年)の参加を目標に、この一年間、ランニングや登山トレーニングで、体力の向上に努めてきた。参加できたこと、講習を受けて雪山のいろいろな知識や基本を教えていただいたこと、新しい仲間ができたこと、など「百聞は一見に如かず」であるとともに、「やれるかな？」を「やる」に変えて、目標に向かって日々トレーニングしていくことが大切であると感じた、実りある講習となった。次回の1年後(来年)は、「弱音を吐かずに登りきる！」ことが目標。



B日程ビバーク体験の講習では、雪洞の作り方、雪の中での生活方法、ツェルトを使ったビバーク他を教わりました。

何種類かのツェルトで危急時の対処の仕方などを比較してみました。M社の一人用のツェルトは小さくて素材も薄く、特に冬山ではアイゼンで引っかけて破れる可能性が高いです。一人で使うときもテントメーカーが出している2～3人サイズを持っておかれた方がいいです。もし今から買うのであれば、

オルトボックス社のジェミニダブル(エマーゼンシービバークシェルター)が扱いやすく、値段的にもお勧めのこと。頭からすっぽりとかぶるだけで、簡単にビバーク体制になれる優れたもの(山用品店アシーズで取り寄せられます)。次回装備講習で、使い方の講習を行ないます。(Kaji 加筆)

2022年度 第52回定期総会 開催案内

県連・事務局

岡山県連加盟各会の皆様には県連運営につきまして、いつも多大なご協力とご理解をいただき感謝申し上げます。岡山県勤労者山岳連盟では、下記の通り 2022年度第52回定期総会を予定していますので、ご案内申し上げます。

2020年から全世界で流行し始めた新型コロナウイルス感染症は、現在もなお新たな変異株出現で終息の兆しも見えず3年目に入りました。県外移動の自粛、集会の制限などこれまでの日常が一変してしまい、さまざまな活動の自粛をせざるを得ない状況下で、岡山県連でも、第50回と51回総会は書面決議となりました。また、昨年度は県連50周年の年で、9月に県連創立50周年の記念式典を予定していましたが、蔓延防止等重点措置のため中止を強いられました。そのような中で、皆さまのご協力のもと、10月には蒜山記念ハイキング交流会、3月には鹿屋体育大学教授山本正嘉先生をお招きしての記念講演会を無事終えることができたのは、喜ばしいことです。

さて、全国の勤労者山岳連盟の会員数は、高齢化に伴いここ数年殆どの都道府県連で減少の傾向にあります。岡山県連でも、昨年は36名が減少いたしました。また、県外では山での大きな事故も数件起きています。県連としましても更に、登山リーダー講習の必要性、遭難対策及び事故の情報共有と教育の強化、意識の向上を図る必要性を感じさせられます。

そして、まだまだ続くコロナ禍の中で、県連の活動をどのように行なっていくか、多くの課題が残されています。岡山県連の今後のあり方を考えていくという意味でも、年に一度の総会を有意義な会にしたいと思っています。

総会には各会から次表の代議員の派遣をお願いしています。できるだけ多数の代議員の出席をいただき、活発な意見交換により会員の皆様の期待に応えられる県連を目指したいと思えます。どうぞ、よろしく願いいたします。

【第52回 定期総会】

日 時 2022年5月22日(日) 10:00～15:00

会 場 岡山国際交流センター 住所:岡山市北区奉還町2-2-1

TEL:(086)271-5151

議 事

第1号議案 2021年度活動報告、決算報告、会計監査報告

第2号議案 2022年度活動方針(案)、予算(案)

第3号議案 規約改定、県連連盟費について

第4号議案 役員改選

【各会の会員数と代議員数】 (会員数は2020.11の全国連盟報告数)

団体名	岡労	倉労	みまさか	THD	KHC	PFC	SCMC	NHC	MONTATA	合計
会員数	22	17	59	48	238	11	382	30	8	815
代議員数	2	2	4	2	12	2	16	2	2	44

ロングトレイルを楽しむ

山陽カルチャーマウンテンクラブ 吉房 一子

山の楽しみ方もピークハント、岩、沢、雪、花等々個々人により様々でしょう。その中で私のお勧めは、ロングトレイルを歩くというものです。

私が最初にトレイル歩きに惹かれたのは、滋賀県の赤坂山に登山したときに高島トレイルの公式ガイドブックを手に入れてからでした。

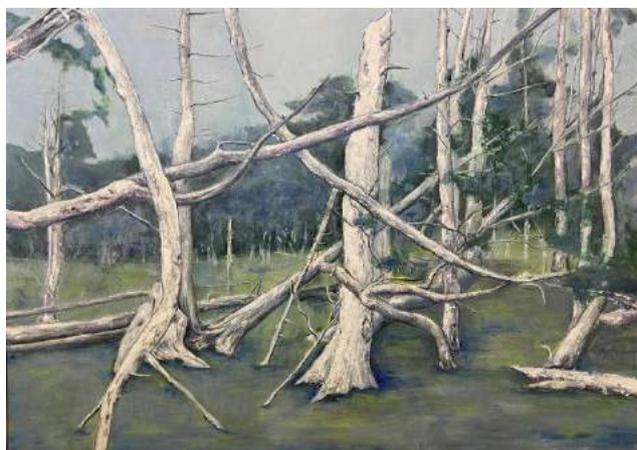
このトレイルは、滋賀県マキノから朽木桑原までの 80 km を歩くというもので、12 の山と 12 の若狭越の峠があり、第 1 回 2010 年 11 月から秋・春と年 2 回、第 10 回の 2015 年 5 月まで約 5 年半かけて完歩することができました。春はカタクリ・トクワカソウ(イワカガミ)などの花、秋は山一面の紅葉と、それぞれの季節を楽しめます。一言でいえば、この地域の歴史民俗と、琵琶湖の水源になっている森の豊かさを楽しみながらのトレイル歩きでした。このトレイルは、一番標高の高い山でも三重嶽の 974.1 m で、あとは、600m から 800m 前後の山々が連なっている尾根上を歩きます。琵琶湖と若狭湾を同時に眺めることができる、ビュースポットもあります。

10 回のトレイルでは、何故か（よく）雨具のお世話になりました。日本海側からの湿った空気が上昇していくため雲ができやすいという、地形的なものと思われませんが、若しかしたら、仲間にレインマンが居たためかもしれません。

このようにロングトレイルとは、その土地の自然、歴史、生活、文化等を知り山を楽しむということでしょうか。

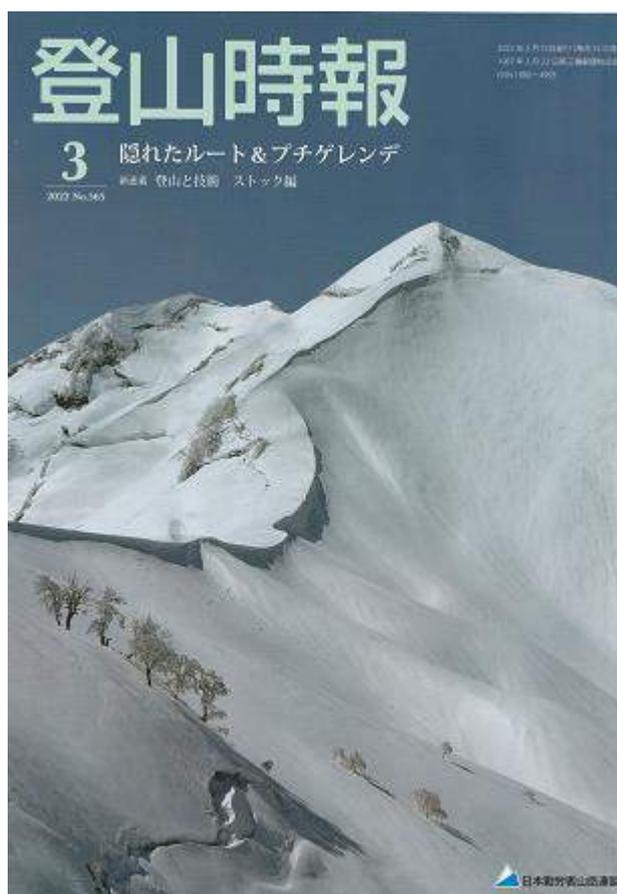
他にも、信越トレイル、塩の道トレイル、国東半島峯道ロングトレイル、みちのく潮風ロングトレイル等々たくさんのトレイルがあります。

山笑う季節です。チョット出かけてみませんか。楽しむ山旅を目指して。



大台ヶ原

(新見ハイキングクラブ 黒田浩美)



- 01 連載 中国の青いケン探訪記 松本秀和
02 隠れたルート&プチゲレンデ
西ノ冠嶽何壁 山の子ルート 堺 秀司
04 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 第35期定期総会に向けて 浦添嘉徳
11 連載 子連れさんぽ 武井真理
12 新連載 登山と技術 今野善伸
14 隠れたルート&プチゲレンデ
鶴島御前山 東陵 田上千俊
15 隠れたルート&プチゲレンデ
鍬柄岳 南陵 酒井正裕
16 連載 山の温泉講座 古田靖志
18 連載 アドベンチャートラベル 大蔵喜福
20 連載 山登りのためのやさしい気象講座
野尻英一
22 連載 事故防止は仲間の知恵で
疋田吉継・中川和道

- 24 ブックエンド 『実践!安心登山』 近藤和美
25 新規加盟団体の紹介
26 えつらん室 記念誌
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 橋本龍平さん
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 めっこ山岳会
38 ミニガイド 治郎丸嶽 太郎丸嶽(熊本県)
吉川義秋
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 山の自由帳 篠塚優

登山と技術 新連載

スキルを身につければもっと楽に、安全に山行が出来るようになる。それは「低山ハイク」「一般ハイク」「縦走(山中泊を含む)登山」の形態にかかわらず共通の問題である。

今月号から「登山技術」欄を設けて、怪我・病気に関する項目、緊急時対応、登攀技術などの項目を取りあげて基礎知識について学んでいく

初回は、基本に立ち返ってストックの使い方を紹介する。(本誌・今野善幸)

ストックの使用の目的と推奨タイプ

登山時の身体への負担を軽減するために一役買ってくれるのがストックである。使用目的は「歩行の推進力アップ」「膝の負担軽減」「バランス保持」にある。

ストックの種類には「スキー型タイプ」と「T字型ステッキタイプ」の2種類がある。

筆者は「スキー型タイプ」を「ダブルストック」で使用することをお勧めする。

以下、ストックの持ち方と歩き方について・・・

2021年度第9回理事会報告

2022年3月10日作成

日時：2021年2月22日(火) 19:00～21:00

場所：ゆうあいセンター 会議室

出席者：11名 欠席者：2名 全：13名

1、報告

(1) 会計報告(久世会計部長)(各理事に送付済)

➢ 気象講座の講師旅費 32,960円(全国連盟から振込)

(2) 全国連盟第35回総会について(原田会長・小林副会長・吉房副理事長) ZOOM会議

・2月19日(土)12:50～18:00

20日(日)8:30～12:00

➢ 第34期下期の活動総括第35期上期の活動方針等審議。

➢ 機関紙委員会から登山時報の赤字問題、会員の1割しか購読していない。2022年度380万円一般会計から補填、今年度中は発行する。
➢ 遭難対策の現状として2022年度すでに3名の死亡事故が発生しているとの報告。

(3) 安全登山講習 教育委員会(加治・久世)

雪山講習 2022年2月19日(土)・20日(日)
ルートファインディング・ラッセル技術
ピバーク技術

➢ A日程 8人 KHC2 SCMC5 広島1

B日程 5人 KHC3 SCMC1 広島1

(4) 教育委員会報告(加治)

➢ 2月2日(水) ZOOM会議 来年度の計画として今年度程度+ハイキング系の講習。
リーダー的な人の勉強会 → 各会に広めていく。

2、議題

(1) 50周年記念事業計画について

イ) 記念誌の編集・発行=記念誌委員会(谷川機関紙委員長)

記念誌は3月末までに発刊予定 → 完成は次年度に。各会の集合写真依頼中。

➢ 3社に見積依頼 → (株)プランニング KOHWAに決定

3月末原稿校了、4月10日発注、4月末納入予定。

➢ 3月8日(火) 20:00～ZOOM会議予定。

ロ) 記念講演会(小林副会長)

・山本正嘉先生講演

タイトル「安全な登山のための体づくりと山での疲労対策」

オプション：実技「登山体操」

・3月5日 10:00～ 岡山国際交流センター 8階イベントホール(会場は9～13時まで借用、事前準備・片付けは理事全員で協力を。)

*2月17日(木)19:00～実行委員会 ZOOM で開催。

➢ 県のまん延防止等重点措置は3月6日まで延長されたが、厳重な感染防止対策を講じて実施。申込者67名(岡労2 倉労8 みまさか2 THD9 KHC16 SCMC23 NHC4 MONTATA2) 全国連盟久保典子組織委員長参加。

(2) 安全登山講習 教育委員会(加治)

イ) 雪上技術講習 2022年3月26日(土) 大山
講師 近藤邦彦氏
ピッケル・アイゼンワーク

➢ 参加者20名程度予定 実技の内容は参加者の技量に応じてきめる。

(3) 総会準備について

イ) 定期総会 5月22日(日) 10:00～15:00
岡山国際交流センター

➢ 各自議案書の分担を決定。

ロ) 議案書作成日程

➢ 3月31日までに原稿、各会報告の作成。

ハ) 各専門委員会の日程

➢ 自然保護委員会 3月18日(金)

19:00～20:30

➢ 機関紙委員会 3月8日(火)20:30～ZOOM

ニ) 総会ゲストについて

➢ 全国連盟 川嶋理事長に依頼。

(4) 県連会費について

県連盟費(120円/月と100円/月)2案で予算案(たたき台)を作成し検討する。

➢ 第3号議案 規約改定 第1条 会費見直し

(5) 次号「労山おかやま」の編集案提案と記事原稿分担(谷川機関紙委員長)

編集案に沿って協議。原稿締め切り

3月16日(常に印刷の1週間前)

印刷は 3月23日(火)

(6) 第7回吉備路の山全山縦走大会(盛重理事)

➢ 中止の連絡ハガキを発送。

今後の理事会日程

2022年 3月23日(水) 19時00分より
ゆうあいセンター(きらめきプラザ内)

2022年 4月27日(水) 19時00分より
ゆうあいセンター(きらめきプラザ内)

*4月の理事会は、申出により4月20日(水)に変更。

県連・各会 '22年4月～年5月 行事・山行予定表

'22年4月 (太字は県連行事)			'22年5月 (太字は県連行事)		
曜	予	定	曜	予	定
1	金	本宮高倉山(KHC)	1	日	
2	土	武庫川溪谷と旧福知山線跡(SCMC)	2	月	
3	日		3	火	
4	月		4	水	
5	火		5	木	
6	水	吉備路(KHC)	6	金	
7	木		7	土	土佐矢筈山・小桧曾山(SCMC)
8	金		8	日	
9	土	白石島(SCMC)(中止)	9	月	
10	日	呉婆々宇山(SCMC)、向山連山(KHC)	10	火	
11	月		11	水	
12	火		12	木	
13	水		13	金	隠岐島(国賀海岸外)(~15)(SCMC)
14	木		14	土	御在所岳・入道ヶ岳(~15)(NHC)
15	金		15	日	黒髪山、愛宕山(THD)、大和葛城山(KHC)
16	土		16	月	
17	日	遙照山(THD)、中国自然歩道③(SCMC)、高妻山(NHC)	17	火	
18	月		18	水	皆子山・芦生の森(~19)(KHC)
19	火		19	木	
20	水	県連理事会	20	金	
21	木		21	土	皿が峰(KHC)、SCMC 総会
22	金		22	日	県連第52回定期総会:国際交流センター
23	土	英彦山(~24)(SCMC)(中止)、船通山(KHC)	23	月	
24	日		24	火	
25	月		25	水	屋島(KHC)
26	火	雄鷹台山(SCMC)	26	木	
27	水		27	金	
28	木		28	土	金時山・瑞牆山(SCMC)
29	金	吾妻山テント泊(~30)(SCMC)	29	日	聖山・高岳(SCMC)
30	土		30	月	
31	日		31	火	高梁自然公園(KHC)

<編集後記>

ようやく暖かい日が続くようになり、春の訪れが感じられます。しかし、世の中は何か落ち着いていない感じが漂っています。

新型コロナでは、まん延防止措置は全国で解除されるようですが、なかなか感染者数は減少しません。これから良い方に展開していくのか。

海外では、ロシアがウクライナと全面戦争、原因は双方にあるようですが、ロシアはこの時代に20世紀前半のようなこのようなことをやるのか、驚いています。どうなるのか読めません。

ふと1995年の出来事を思い出しました。何か感じが似ている。

1月に阪神大震災が起り、テレビで恐ろしい映像を見ました。3月には地下鉄サリン事件が起り、その後の展開は戦争のようでした。

人間、いつ何が起るのかわからない、と思うこの頃です。私も前期ですが老人になっていますので、運命を受け入れる覚悟はできているつもりですが。

「行く川のながれは絶えずして、しかも本の水にあらず。よどみに浮ぶうたかたは、かつ消えかつ結びて久しくとゞまることなし。(方丈記)」 (治)