

巻頭文 石原達夫代表

山想倶楽部山行記

2012年

- | | |
|-----------------------------------|-----------|
| 4月：カタクリの群落と高田城址公園の日本三大夜桜 | 記：高橋 聡 |
| 6月：花の島 佐渡 大佐渡山脈 縦走 | 記：寺田 正夫 |
| 6月：米国セコイア国立公園とヨセミテ国立公園の旅 | 記：石原 達夫 |
| 7月：岩登り教室（湯河原・幕山） | 記：石原 達夫 |
| 7月：再挑戦の針の木岳～烏帽子岳縦走 | 記：高橋 聡 |
| やっと思行けた雲の平より高天原 | 記：田矢 八束 |
| 針ノ木より烏帽子を経て笠ヶ岳へ | 記：醍醐 準一 |
| 8月：八ヶ岳・体力維持山行 | 記：石原 達夫 |
| 9月：霞沢岳 八右衛門沢遡行 | 記：日出平 洋太郎 |
| 10月：錦秋の北東北を楽しむ山と温泉 | 記：田矢 八束 |
| 10月：全国支部懇談会in千葉参加後の山想倶楽部の懇親会開催 | 記：森 武昭 |
| 12月：忘年山行報告（大峰山・上杉謙信の物見の岩にてクライミング） | 記：高橋 聡 |

2013年

- | | |
|-----------------------------|---------|
| 1月：飯田橋「かくや」にて山想倶楽部新年会が開催される | 記：西谷 加江 |
| 2月：雪洞堀実演スキー合宿 | 記：武田 頼子 |
| 山想倶楽部スノー合宿に参加して | 記：国分 リン |

個人山行：中国側K2(チョゴリ)峰を巡るトレッキング報告 記：川井 靖元

小文：高年齢者が山岳スキーを安全に楽しむための小文 記：石原 達夫

25年度行事予定 掲載漫画：とよた時（豊田時男）

写真：表表紙（涸沢からの奥穂高岳） 裏表紙（福寿草） 撮影：川井 靖元

生涯登山のすすめ

石原達夫

山想倶楽部もそうだが、登山界の老齢化が進み、段々と登山仲間が減ってきているのは淋しい。60代まで活発に山登りをしていても、70代になると急にやめてしまう人が多くなってくる。理由は様々だが、一番多いのは体調を崩し、それがきっかけで山に行かなくなるケースだろう。昨年自分も経験したことだが、足を怪我したりして暫く歩かないと、てきめんに筋肉が衰えてしまい、老年だけに回復は著しく遅い。幸い自分にはスキーというのがあったため、何とかスキーから登山につなげることが出来た。

登山をやめても、健康維持のため散歩あるいはジョギングをされている方も多いと思う。ご存知のように山に登るということは、近所の散歩とは違い、非日常的な雰囲気を経験することにある。美しい山の景色や、高山植物の群落をめでながら、きれいな空気のもとで歩くのは楽しいことだ。山小屋での友達との会話も楽しい。

登山は一般に散歩よりも長く歩くし、登りがあり、下りがあるということで、エネルギー消費や筋肉負荷は日常の散歩よりはるかに多い。血液循環は高まり、呼吸量も上がり、これは全身に良い効果をもたらすことは明白な事実である。キンさん、ギンさんの例にもあるように、筋肉は老年になっても鍛えればそれなりに発達するという。ということは登山を続けることで必要筋肉もそれなりに維持強化され、これがさらに登山を継続可能とするという生涯登山そのものとなる。

さて生涯登山をするためには幾つかの留意すべきことがある。

第一には、体に無理のかからない登山計画を立てることである。つまり自己の身体機能にとって無理のない登山ということになる。長い歩行時間、長い鎖場、多い岩場の登りは避けた方がよいだろう。場合によっては地図帳のコースタイムの何割増しかのゆっくりした登山計画も考えるべきだ。あまり無理をして、帰宅した次の日から足や体のあちこちが痛くて、生活に差障りが出るというようでは困る。

第二には、山は標高にこだわらない、それなりに価値のある山を選ぶべきである。この辺りは、スポーツアルピニズムを拠り所にしていた方には初めは抵抗感が有るかもしれない。しかしそういう登山をする歳は過ぎたのだ、と認識し、これからは健康維持のために山に行くのだ、という頭の切り替えが必要だろう。ということであれば何も対象は山ばかりではなく、状況に応じ、歴史ある旧街道を歩くことでも、伝説や歴史的に由緒ある丘陵や山辺を歩くというチョイス

も良いだろう。

第三には、くたびれた時や天候の急変した時、逃げ込むことのできる山小屋等の施設が途中にあるようなコース設定をするとよい。生涯登山の場合、体の負担を軽減するため、リュックは極力軽くしたい。装備で外的リスクの対応を図るとリュックが重くなる。何か問題が発生した場合、山小屋等の設備を利用することで危機対応が出来る。

第四には、体調の変化に敏感に対応できる雰囲気パーティで共有することだ。息苦しくなったらばすぐ休む、疲れてきたと感じたら休む、寒気を感じたらすぐ衣服を重ねる。生涯登山の場合、若い人と異なり、身体の不調は急激に悪化することがあり、場合によっては取り返しのつかない事になる。場合によっては登山を中止し、引き返すという判断が出来る様なパーティの暗黙の了解があると気が楽だ。

そのほかにも留意事項はあろうが、要は楽しみながら登ることが生涯登山の継続に重要なことである。諸氏の長い経験を生かし、自己の生涯登山のスタイルを作り、仲間に提案してもらえれば、チョイスが多くなりまた楽しい。

山想倶楽部では、生涯登山に対応した山行計画が幾つか企画されている。登山を中断されている方は、これを機会に山想倶楽部の例会山行に参加されることをお勧めする。

以上



カタクリの群落と高田城址公園の日本三大夜桜

(大平山でのスノーシューとテレマークスキーを楽しむ)

記：高橋 聡

参加者：石原達夫、田谷八束、寺田正夫、寺田美代子、武田頼子、中野八千代、川村光子、小亀真知子、長谷川敦子、植村、臼木、高橋聡、小笠原辰夫

計画案内書(一部抜粋) 主幹事 小笠原辰夫

【期 日】：2012 年 4 月 7 日(土)～4 月 8 日(日) 1 泊 2 日

今シーズンは豪雪の妙高でしたが、雪解けを待って一斉に花々が咲き始めます。その最初がカタクリと桜です。上杉謙信公ゆかりの鮫ヶ尾城址公園のカタクリはピンクの絨毯を山一面に敷き詰めた様に群生し、ほぼ同時期に日本三大夜桜で有名な高田城址公園の桜も満開となります。今回は豪雪とあって例年より一週間程先にずらしましたが、運がよければ同時に見ることが出来るでしょう？との企画で始めたのだが、3月の例会で、どうも今年は一週間程度ずらしても下手をすれば2－3分程度しか桜花は咲いていないかもしれないが、それ以上延ばしても仕方がないので2012年4月14日(土)～4月15日(日)に行うことに決定した。

4月14日

午前10時に長野駅に集合し、温泉のある小さなホテル『赤倉ユアーズ・イン』オーナーで有り当山想倶楽部の会員である小笠原辰夫氏の運転するマイクロバスの出迎えを受けて乗車。すぐ『赤倉ユアーズ・イン』に向かい割り当てられた部屋に荷物を放り投げて、高田城址公園の観桜に向かう。

道中鮫ヶ尾城址公園を眺めると、未だ深い雪の中。高田城址公園の桜は、薄くは色付いているがこれも蕾状態、車を止めて蕾を楽しんでも仕方ない、夜に日本三大夜桜（日本三大夜桜とは、東京上野公園、青森県弘前城址弘前公園と高田城址公園）のボンボリを楽しみにすることとし素通りして、昼時なので直江津で昼食とする。



昼食後予定外だが、戦国の名勝と謳われた上杉謙信公の城として天下にその名を轟かせた春日山城跡に行く。ここでは鮫ヶ尾城址公園の代わりに天守近辺でカタクリの群生や、ニリンソウ、ショウジョウバカマ、スマレ、エンレイソウ等等の花を楽しむ事が出来た。帰路謙信公と春日山城展に入館し往時を偲びました。展示館前の掘り端には土筆が群生しており、今回の参加者はそれなりの年齢なので、今では殆んど造

る事がなくなった土筆料理の作り方にいろいろな意見が出ていたようでした。



カタクリ



カタクリの群落

宿に帰り温泉に浸かり、夕食後再び高田城址公園の百万人観櫻のボンボリ見物に行くと、ボンボリに灯が点されると昼間に眺めたのとは全く違った趣があり、これはこれで素晴らしいものがありました。

4月15日

朝 5 時頃目を覚まして妙高山方面を眺めると濃い霧が立ち込めており、上空では西の方より雲がかなりの速さで流れているので、本日の天気が心配されたが、出発する午前 9 時には快晴となる。

本日の行動は妙高山の南側にある大平山（標高 857m）で有る。

武田鞆子君は柏崎に有る雪割草の里に雪割草（キンポウゲ科のミスミソウやスハマソウの和名があり、此处には約 30 万株の野生種の雪割草が有る）を見に行くと言って朝食後一人で出発。他の物はスノーシューやテレマークスキーを持って大平山に向かう。



大平山への登路

10 時に旧大平山スキー場前より各自スノーシューやテレマークスキーを付けて林道沿いに歩み、スキー場上部に小一時間で到着。此处で小休憩を取り、妙高山を背に記念写真撮影。

いよいよ此処から軽いアップダウンを繰り返しながら樹林帯の中を行くこととなる。狭い尾根道ではスノーシュー組は快適そうだが、テレマークスキー組はテレマークスキー指導員の小笠原氏以外は、全員初めてなので、ゆるい登りといえど中々苦勞しているようである。そうこうしているうちに 13:10 に大平山に到着。昼食を摂りながら、周りの山の名前を小笠原氏に説明して貰い 13:40 に出発。登りは難なく来たのだが、頂上直下の下りは一寸傾斜が有るので、全員難渋しているようだ。



妙高を背に

細い尾根道の下りでは、テレマークスキー組の多くが板を外して担いで歩いていた。

スキー場迄下りてくると、スキーを外していた者も再びスキーを付けて、それなりにかっこよく??滑降を楽しみ、またスノーシュー組も上部の急斜面をお尻で滑り落ちる物、こわごわ下りる者等、楽しみ方もさまざまに春の雪山を十分に満喫し 15:10 には車に辿り着く。

登山用以外の不要な荷物は『赤倉ユアーズ・イン』にデボしてあるので、ホテルに寄り荷物を整理後、小笠原氏に長野駅迄送ってもらい長野駅で 17:00 に楽しかった行動を解散とした。

花の島 佐渡"大佐渡山脈" 縦走

記：寺田正夫

今回は、新潟市の西方 約 45km の海上にある日本海最大の島“佐渡ヶ島”を訪ねる事になりました。島の大きさは、東京 23 区の約 1.5 倍程、気候は温暖で越後平野に比べて積雪も少なく、ビワ・夏みかん等も育つ北の大佐渡山地と南の小佐渡丘陵に挟まれた国中平野は、米の主要産地だそうです。旅のメインは 6/2 日の金北山縦走です。

月 日：平成 24 年 6 月 1 日 ～ 6 月 3 日

参加者：高橋 聡 .石原 達夫 .田矢 八束 .廣島 孝子.武田 頼子 .日出平洋太朗 .小笠原 辰夫.
寺田 正夫 .寺田美代子 以上 9 名

6/1 日(晴)

JR 新潟駅 10:40 集合タクシーにて新潟港 フェリー乗場へ 11:30 発 高速艇にて佐渡両津港へ 12:35 着 佐渡島 両津港に接岸す。この旅の案内役、小笠原氏と合流 “慶応大学 医学部”の名入りのワゴン車に乗車し、いよいよ佐渡の旅の始まりです。初日は佐渡北部観光、大野亀等海岸べりの海を見、奇岩を見 又浜辺に咲く花を見ながら散策を楽しみました。



佐渡大野亀カンゾウの群落



佐渡大野亀カンゾウの群落

16:30 宿着。今回 2 日間の宿は椎崎温泉“あおきや”夕食には蟹が一匹ずつ各人につきました。楽しい食事もあり、各人指定の部屋に戻り、今日は静かに眠りに付きました。

6/2 日(晴)

6:45 朝食 7: 30 出発(ワゴンタクシーにてドンデン小屋に向う)8: 10 ドンデン小屋 着 8: 15 出発(いよいよ金北山縦走に向う)9: 45 マトネ(笠峰)937.5m 到着。10: 40 プカイ沢のコル 11: 00 イモリー平 到着 (昼食) 11: 40 出発 12: 15 天狗の休場(途中残雪地トラバース)12: 50 役の行者 13: 20 あやめ池 13: 45 金北山 到着 (この辺りは 航空自衛隊のレーダー基地でした)



金北山山頂



金北山山頂

15:05 白雲台駐車場 着(ここまでが長く一番幸かった)16:00 “あおきや” 着。今日も良い天気
に恵まれ、楽しいトレッキング佐渡の町並みを見下しながら “up.down” のくり返し 花.景色と
天候に恵まれた山行で、久しぶりに心地良い汗と疲れは宿の温泉で癒されました。今日の夕食も
蟹が一匹出ました。



旅館の夕食



夕食懇親会

夕食後は近くの神社で“薪能”を見ましたが、野外見学のため気温が低く途中で宿に引き返しま
した。

6/3 日(晴)

7:30 朝食 8:10 出発。今日は市内観光～帰京の予定。昨日の山行きと違い身も心も緩み、車内
では中年集団らしく“駄洒落”の連発で大爆笑。車は“慶応大学 医学部”(一行は医者ではなく、
全員精神科の患者でリハビリで佐渡へ観光に来たと言う想定)。トキの森公園、佐渡金山、佐渡
奉行所 (4名お白州へ)。昼食(島で人気の寿司屋、弁慶寿司美味しい)。歴史伝説館(お土産売
り場でジェンキンス氏と会う)。長谷寺(牡丹で有名)歴史を感じるお寺でした。3日間の旅も今
日で終わりです。小笠原氏の案内で楽しい旅と成り、終日笑いの絶えぬ仲間とで本当に思い出に
残る佐渡の旅でした。16:30 両津港 出発(高速艇にて新潟港へ) 17:35 新潟港着 18:14 発
JR 新潟駅～東京行新幹線にて帰京す。

米国セコイア国立公園とヨセミテ国立公園の旅



高橋 聡

石原達夫補記

期日 平成 24 年 6 月 25 日～7 月 4 日

参加者 石原達夫、高橋聡、吉永英明、広島孝子、武田頼子、寺田正夫、寺田美代子

添乗ガイド 山田功

6 月 25 日(日本時間)

6 月 25 日午後 3 時全員予定通り成田空港に集合し、ユナイテッド航空 9690 便に乗機するも 1 時間程遅れて 18 時 30 分の出発となった。

6 月 25 日(米国西海岸時間)

現地時間午前 11 時 20 分(時差は 8 時間なので、日本時間は 26 日の午前 3:20 分)サンフランシスコ到着、着後レンタカー(14 人乗りのマイクロバス)の後部に各自のトランクを積み込む。雄大な米国の風景を楽しみながら、途中のコンビニ等で買い物をして、本日のホテルであるフレスノのコンフォートインフレスノに 18:40 到着。此のホテルにもレストランが有るのだが、荷物を部屋に入れると、すぐ近くのレストランに食事に行く。

6月26日

昨日も何台かのハーレーダビットソンのバイクがホテルの駐車場に停まっていたが、朝外に出ると昨日よりも増えている。我々の同行者でハーレーの好きの女性が、しきりにバイクの写真を撮っていると、持ち主が現れたので、交渉してこれらのバイクに跨り写真を撮って貰い超ご機嫌である。

フレスノを出発しキングスキャニオン国立公園へ向けて朝 8 時に出発。本日の予定はクリスタルケーブ見物とモロロック、シャーマン將軍の木の見物である。クリスタルケーブ進入路に着き(11:40)、約 800m 程歩き鍾乳洞入口に着いた。鍾乳洞入口ではレンジャーが何やら言っているが日本語でしゃべっているのではないので、何を行っているのか不明だが、中に入ったら周りの物には触れないようにとの事らしい。いよいよ鍾乳洞探検である。レンジャーが先頭で歩いているが、鍾乳洞の中には、かすかにでは有るが、足もとが何とか判別できる位の灯りが灯されている。懷中電気を持ってこなかったのも、すり足で歩かないと暗黒の世界を歩いているようで、気持ちが悪い。そのうち後ろの方で何人かの人が足を踏み外して転んでいたようだ。

段々と奥に入り広いホールに入ると、ガイドが全員に座るように指示すると灯りが途絶え暗黒の世界が出現した。光と言う光は途絶され全くの暗闇である。これが5分も続いたのだろうか。何か此のダークの世界が神秘的である。昔の修行僧も此の様な経験を為して修行に励んだのだろう。心が洗われる感がある。そうこうするうちに 50 分程で鍾乳洞探検も終わり、車の所に帰ってきた(13:40)。 遅い昼食をとり、次に向かったのは独立した大きなドーム状岩峰であるモロロックの展望台である(14:50-15:30)。そしてシャーマン將軍の樹と言われているセコイアの大木の見学に向かう。なるほど大きい、この樹の大きさは、直径 11 メートル、重量 1.385 トン、高さ 83 メートル。年輪は 2,200 年とあるが周りが大きい為か、そのようにあるとは感じない。キングスキャニオンに移り、グラントグローブビレッジにあるジョンミューアロージに到着する(18:10) 夕食はビレッジ内のレストランだ。(19:00~)

6月27日

8:30 にホテルを出発し、キングスキャニオン沿いの道路を走る。途中のシダーグローブビレッジ内のコンビニで若干の買い物をし(10:00)、少し車で走りシーダーグローブトレイルの登り口に着く(10:30)。山頂のキャニオンオーバールックの展望台に登り(12:15-13:05)、シェラネバタ山群の南側の景色を望遠しながら昼食とする。またコンビニによりアイスクリームを食べる。次に向かったのは世界で 3 番目に大きいと言われているセコイアの樹である通称グラント將軍の樹の見学である(15:50)。此のゼネラル・グラント・ツリーエリアには非常に大きなセコイアの樹が沢山あり、米国の各州の名前が付けられているが、その中でもゼネラル・グラント・ツリーエリアと言われているだけにグラント將軍の樹は圧倒的に巨大である。直径 12 メートル、重量 1.325 トン、高さ 82 メートル。年輪は 1,700 年とあるが直径や高さは計測すればすぐに出るだろうが、重量や年輪等はどのように計測したか、何も書かれていないので不明である。その後泊っているホテルの傍にあるパノラマポイントであるアウトルックに行き(17:10)、シェラネバタ山脈の北

から北東方面を眺めホテルに帰着する(18:25)。ホテルは昨日と同じホテルであるが、レストランはビレッジには一軒しかなく、昨日と同じレストランに行く。レストランでは昨日と同じ様なステーキを注文するが、レアで依頼しても日本ではウエルダンと言ってもおかしくない位に火が入っている。米国生活が長かった石原さん曰く米国の料理は適当なのだから仕方ないとの事。確かに肉は日本と比べると安い事は安い、肉質も悪くあまり美味くない。女性の2名がピザを注文するが中々出て来ず、他の物が食べ終わって暫らくしてから出来上がってくる。特大の物を注文した為か、待ちくたびれたかは不明だが食しきれず、男性陣に半分くらい食べて貰っていた。

6月28日

本日はいよいよヨセミテ国立公園に移動である(8:20)。今晚から4日間は同じホテルであり室内で炊事が出来るようにコンロや冷蔵庫、食器等が付設されているので、途中スーパーに寄り、明日よりの朝食や昼食、ビール、水、その他の食料等の買い物をする。マリポサから入園し、ワオナホテルの前を通り、グレーシャーポイントに至る(13:30)。ここからはハーフドームや、エルキャピタンが良く見え、また眼下にはヨセミテバレーが見下ろせる。ここで昼食となる(14:30)。車は下って、次にヨセミテを一望できるトンネルビューに立ち寄る(15:45)。ハーフドームや、エルキャピタンを眺めていると、これらの岸壁に登りたい衝動に駆られるが、今の体力では、登れる可能性は無い。明日のハーフドーム登頂のための駐車場を確認し、ステイブルに立ち寄り(16:30)、ヨセミテ公園の少し外にあるヨセミテビューロッジに到着する(18:00)。

7月29日

いよいよ本日は今回のメインイベントであるハーフドーム(2,693m)への登頂である。このルートは往復で27.4kmと長大で、また標高差は1,460mもある。かなりの長丁場が見込まれるので午前4:30に集合し、登山口の駐車場に5:00に着いて歩き始める。道はヴァーナル・フォール下までは観光道路でアスファルトが敷き詰められていたが、やがてヴァーナル滝が見え始めると、急な石段が続く(6:20)、その滝の横のミストトレイルを歩いてゆく。エメラルドプールで対岸に渡り、ネバダフォール横に登り切ると、ハーフドームが見えるようになる(7:45)。この基部を半周するようにつけられたトレイルは緩いながら延々と登りが続いている。やっと登りつめたドームを真近に見る日陰で昼食とする(10:10)。ドームの基部には2人のパークレンジャーがいてドームへの登山許可証の確認をしている(近年、事故防止のため一日300人の人数制限が有り、申し込んでも抽選に当たらないと頂上まで行くこと不可)。支度を整えて、いよいよ炎天のハーフドームへの登りにかかる(10:50)。先ずは、前山と言うべきドームを登ると、いよいよ高度差120mのハーフドーム本体の登りとなる(11:35)。90センチ位の幅でワイヤーロープが架けられており、そのワイヤーロープを両手で引っ張りながら登っていくのだが、氷河に磨かれた一枚岩は平均斜度45度程度で、しかも氷河により表面は墓石みたいにつるつるに磨かれているので滑りやすく、登りにくい事この上なく、腕力で登るしかない。ここを上り下りの人が行き交うので、すれ違いには結構気を使う。高度感あふれる頂上(12:15)では達成感と共に暫し素晴らしい展望を

楽しむ。頂上からの下りは慎重にワイヤーに身を託して降りる(12:55)。ここは安全のため、ベルトとスリングで確保するべきであろう。半数以上の登山者がそのようにしていた。チェックポイントで少し休んだのち(14:00)、長い下山路をひたすら歩きに歩く。車に乗り込んだのは18:00であった。

7月30日

少し遅くホテルを出る(8:30)。本日の行動は標高2500mで6-9月の夏期しか通行が出来ないタイオガロードを車で走る。オルムステッドポイント(9:50-10:10)では、昨日登ったハーフドームを遠望する。氷河湖のテナヤレイク(10:15-10:25)では氷河で丸く削られた山々をみて、高原のツオルムン・メドウに至る(11:00)。この外れに聳えるレンバートドーム(2.880m)への登頂である。ルートはレンバートドームの傍の駐車場から歩きだし、あまり判然としない踏み跡を辿りながら一時間程ゆくと右からきている尾根にはっきりとしたルートが有ったが、もう少しで頂上である。フリクションの効いた岩の上を少し歩くと頂上だ(12:20-14:00)。天気も良く、周りの景色も素晴らしい。ゆっくりと時間を掛けて昼食だ。帰路は登ってきた路ではなく正規ルートを下ると30分くらいで車道に着いてしまった。ここより車はさらに東の方にあるタイオーガ・パスを越えて3.000mの高さにあるエレリー・レイク迄行き(2:35)、前方にある4.300mのドナ山を眺める。帰路、ツオルムン・メドウのビジターセンターで、電話にて明日の午後の乗馬の予約をする。

7月1日

本日はヨセミテ公園を楽しむ最後の日である。見るべきところは色々とあるので、先ずは車で公園迄行く。時間セーブのためカレー・ビレッジで自転車を借りる(10:00)。ブレーキが付いてない踏切型なので、少しの時間試し乗りをして慣れてから出発。先ずは草原を抜けてヨセミテ公園内にある世界3大ホテルの1つと云われる豪華なアワニー・ホテルに行き、ゆったりとお茶を飲む。次はヨセミテフォールズと呼ばれている滝の見物である、滝の直下までは自転車は乗入れ不可なので、歩いて滝に行く。遠くからは上下2段になって良く見え、ハーフドームと共にヨセミテのシンボルマークとなっているが、トレイルの途中では上部のアップパーフォールはよく見えるが、下部の滝は樹林帯に阻まれ近くに行かないと見る事が出来ない。(この滝は3段になっており上部の滝はアップパーフォール、中段はカスケード、下部がロウワーフォールと呼ばれて、各々の落差は435m、205m、98mだが中段は下からは見えにくい)残念ながら水量が少ない。帰路は、レンタル時間も迫ってきたので、急いで自転車を返し(12:00)、カレー・ビレッジで昼食とする。次いで乗馬クラブに行く(14:00)。受付してからしばしの間、乗馬についての説明があった。各々あてがわれた馬に乗り(15:00)、一団となってガイドに従い2時間ほどのミラーレイク往復の観光をするが、中には終わる頃にはお尻が痛くて堪らんわと泣きが入っていたようだ。

7月2日

昨日で楽しかったヨセミテでの予定もすべて終わり、本日はサンフランシスコへの移動だ(8:00)。4時間ほどでサンフランシスコのホリディインホテルに到着。ホテルは海辺のフィッシャーマンズウォーフにあるのでウォーフ名物のシーフード店でランチをする。その後各自思い思いに町中のショッピングや散策を楽しむ。19:00に全員集合し今回最後の晚餐会をすべく町に繰り出していき、名物の蟹入りチョピーノや丸ごとのダンジネス蟹を食べた。また夕刻のサンフランシスコのシンボルのケーブルカーにも乗った。

7月3日

後は日本に帰るだけだ。朝(8:15)ホテルをシャトルバスで出て、サンフランシスコ空港に着く(9:45)。 サンフランシスコ発 11:39 発で空路帰国の途に着き 7月4日 14:20 に無事に成田に到着し解散となった。



岩登り教室（湯河原・幕山）

石原達夫・記

期日 7月25日

参加者 高橋 聡、日出平洋太郎、田矢八束、石原達夫

10 時、湯河原駅集合、高橋さんの車で幕山公園に向かう。 公園内工事のため駐車場に停められず、民間の駐車場に停める。

今回は、9 月初旬予定の北アルプス・明神岳縦走に備えた岩登り教室戸ということだった為か、参加者が少ない。 もっと多くの人に参加してもらいたかったというのが本音である。

コーチは、今でも大学山岳部現役の学生を指導している高橋さん。



はじめにロープの結び方から始める。今はダブルエイトノットが主体、これを繰り返し練習する。次にこの結び方でハーネスにロープを接続する。

さて、実践に入る。岩場には予めボルトが設置してあり、上部には確かなアンカーポイントがあり、練習場は完備されていると言える。高橋さんがボルトにクイックドロワー(ヌンチャク)を懸けスムーズに登っていく、下の確保者はチューバー(確保器)を使い適切にロープを送る。その後、参加の各者が交代して2回登る。下降は、確保者のロープ・テンションでロープに身を任せ下降する。これは ATC を使うから出来ることで、旧来の確保方法ではこれは出来ない。



シューズは、フリクションクライムのためクライミングシューズが適している。はじめ通常の登山靴で登ったが、バランスクライムのためこの細かい岩では苦勞する。2回目はクライミングシューズを借りて登ったが、フリクションが使えるので腕の負担も少ない。

次にエイト環を使った、懸垂下降の練習をする。エイト環は、ロープに掛けたり外したりするときに落下しやすいのでカラビナをうまく使って、落下のないようにロープを掛けることが原則だ。よくロープを外からかければ落とさないとされるが、やはり万が一に備えるべきだろう。たまたま下の平地で、それをせずにエイト環を外していたところを高橋さんに見られ、「ここで石原さんに注意するとは思わなかった」と言われた。何事も普段の習慣付けが必要と云うことだ。懸垂下降も2回行ったところで、時間も3時となり教室は終りとする。その後いつものごとく温泉で汗を流し、湯河原駅で解散となる。

人によっては、自分は岩登りをしないので、講習会には出る必要はないと言われることがあるが、山に登っている限り、好むと好まざるとに関わらず、岩登り、ロープ捌きが要求される事態に遭遇する事がある。その場合に慌てないで対応する為にも、岩登り教室の基礎訓練は受けるべきものと思う。

再挑戦の針の木岳～烏帽子岳縦走

期日 平成 24 年 7 月 29 日～8 月 2 日

参加者 石原達夫、田谷八束、醍醐準一、廣島孝子、高橋聡

7 月 29 日 (高橋・記)

7 月 30 日朝 6:00 扇沢で待ち合わせて行く事にする。しかし夜行バスで行き、寝不足で歩くのはと考え、本日は大沢小屋で泊り、田谷さんに連絡し大沢小屋 8:00 待ち合わせとし、大沢小屋に電話し宿泊の連絡をする。大沢小屋は本日は満員との事だったので、大町駅近くの旅館で宿泊とする。松本駅で石原さん、広島さんと会い大糸線で大町へ向かう。穂高駅を過ぎた辺りより雨が降り出し、大町駅手前では雷神の雄叫び激しく、昨年の二の舞かと心配するが、やがて小降りとなってきた。本日泊る宿には食事は付いてないので、宿にザックを預け駅前の食堂で、食事をし、食後駅の近くにあるスーパーで明日以後の行動食を購入する。

7 月 30 日 天気晴れ・曇り後・晴れ

朝一番のバスで扇沢に着くと、田谷さんの他に醍醐さんがいる。醍醐さんは昨日は柏原新道より登り新越山荘に泊り、本日針の木小屋で待ち合わせの筈。どうしたのと聞くと、一昨日の夜行バスが取れずに昨夜のバスで来たとの事。納得。

7:00 今回のメンバーが此处で全員そろったので、登山道入り口で登山届を提出し、ゆっくりと登っていき、大沢小屋で休憩。

(8:15～8:35) 大沢小屋では、管理人が石原さんの顔を見て、リベンジですかと声をかけてくる。今回も此处で泊る予定だったのだが、電話したら満員だと言われたので、昨日は大町に泊ったよと言うと、すみませんね、此处は僕一人しかいないので、15 人も泊ると食事の用意が大変なので御免なさいとの事でした。

雪溪の状態を聞くと、例年以上にあるから気を付けて行って下さいと見送られて出発する。

小屋から小一時間も歩くと雪溪に出る。雪溪に出るとガスが出てきて薄ら寒い。アイゼンを着用しゆっくりと登って行くが、時々冷氣と共にガスが体に巻き付くと眼鏡が曇って何も見えなくなる。13:00 に針の木小屋に到着。



針の木小屋で宿泊受付をして、割り当ての部屋に入り田谷、醍醐、廣島の3名は針の木岳の頂上に向かう。部屋でゆっくりしていると、なんだか聞いたような声が聞こえてくる。良く見ると旧知の斎藤健一君、下河辺史郎君等の顔が見える。お互いにこんな所で合うとは吃驚。又狭い小屋乍らも同室との事で二重に吃驚だ。彼らは今朝奈川渡にある青山学院の小屋を 5:30 に出て 8:00 より扇沢を歩きだしたとの事。その所要時間は我々と同じだ。扇沢に車を置いているので、明日は種池小屋迄行き、扇沢に下りるとのこと。下河辺君とは JAC の委員会で毎月顔を合わせているが、斎藤君とは本当に久しぶりだ。偶然の会合を祝して夕食迄乾杯が始まった。

7月31日 天気晴れ

朝食は 5:30 からなので、出来るなら早く出発したいので、一番の朝食をいただき 6:30 に斎藤君、下河辺君の見送りを受けて船窪小屋に向けて出発。

高橋は出発してから直ぐに何だか呼吸がおかしい。空気が肺に入ってこない感じで、息切れが酷く歩けない。先行している人たちに声を掛けるも聞こえないらしくて、どんどん置いていかれる。蓮華岳の頂上で待ってて呉れるだろうから、苦しいがゆっくりでも行くしかない。蓮華岳に 8:00 にやっとなつてみると誰もいない。下を見るとはるか下の方に4人組とその後ろに2人組が歩いている。



蓮華岳

多分4人組が仲間だろう。此处で追いついたなら、どうも調子が悪いので帰るよと言っていたところなのだから、連絡が取れないと遭難騒ぎとなるので厳しくて仕方がないが行くしかない。蓮華の科尔までは下りだけなので何とかなるだろうと思い、みんなに少しでも追いつくことを先決として休みも取らずに下りだすが、どうにも足が思うように進まない。先行隊は蓮華の科尔で、私を待つ為に長い休憩を取ってくれていたのでは何か追いついた。(9:30~9:40)乾いた喉に水を流し込み、疲労で血糖値が下がっているだろうから甘いものと、腹に貯まるものを流しこんで歩きだす。

此处より北葛岳の頂上迄も今の私には苦しい登りが始まり、すぐに置いていかれる。北葛岳頂上では30分くらい遅れただろうか。どんなに疲れていても遅れて歩いているので休むわけにはいかない。

北葛岳と七倉岳のコル手前で写真を撮りながら、待っていてくれたので此处で又なんとか追いついたが、もう限界に近い。

(12:40)少し休んで歩きだすが、此の調子でも後2時間も我慢して歩けば七倉岳に着くだろう。そこからは10分も下ると本日宿泊する船窪小屋だ。昔昔のその昔山学部で合宿で疲れてフラフラになりながら歩いていた人達もこんな感じで有ったのだろうか、ふと思い出す。



七倉乗越

何とか3:00過ぎには船窪小屋に到着すると宿の人が鍾を慣らして迎えてくれ、お茶を一杯頂くと何とか人心地が付いたのだった。

此の小屋の食事は、わざわざ此处の食事が美味しいと何度も訪れる人もいるようだが、以前にも泊まったことが有り、確かに他の小屋よりも良く感じられる。こじんまりとしてアットホームな感じが一番良いところだろう。

此の小屋は消灯が20:00なので早々と就寝する。



船窪小屋の御嬢さん

8月1日

此处の朝食は烏帽子方面に行くにはかなりの時間がかかるので5:00より用意してくれている。朝食後5:30には出発。高橋は体調不全の為此处より七倉に下りる事にして烏帽子に向けて出発した人たちを見送り、4時間ほどで七倉に付いて七倉温泉で湯を浴びて帰京する。

(以下、石原 達夫・記)

さて、高橋さんが体調不良で下山したので、ここから先は石原、広島、醍醐、田谷の4人となった。メンバーの1人が小屋にストックを忘れ、取に戻ったりしたので、実質の出発は5:45過ぎとなる。まずはテント場に向かってゆるい下り、そのうちに急な下りとなる。船窪乗越で、最近整備されたという針の木古道と別れると、道は険しくなり急登となる。今日は不動沢の大崩壊、これを過ぎると濁沢の大崩壊の縁を歩くことになり、なかなか気の抜けないコースである。



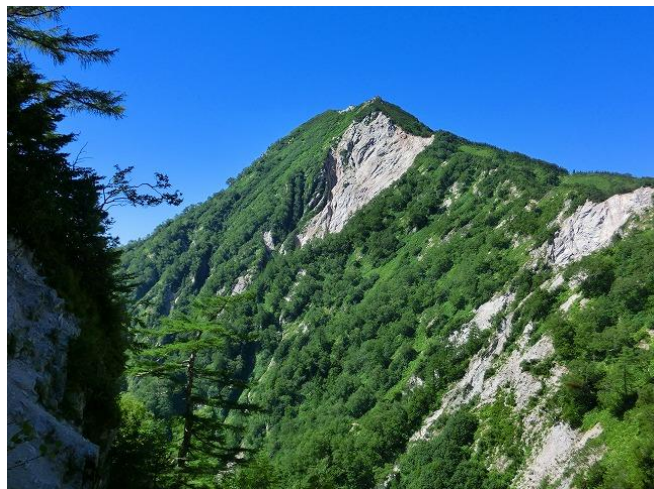
不動沢の大崩壊

登山道は崩壊のない針の木谷側の樹木帯につけられていて直射日光からは免れるが、1 日中、鎖場が出たり、梯子が出たりの登り降りが連続するコースで結構消耗戦である。船窪岳(6:55)を過ぎると俄然険路となり時間がかかるようになる。 2549M ピーク(8:25)、2299M ピーク、2341M ピークあたりがそのクライマックスであるが別に難しいところではないが、兎も角、半端でない登り降りの繰り返りで疲れさせてくれる。

不動沢の崩壊はどんどん進んでいるよ

うで、私らが登っている最中にも自然崩落があり大音響と土煙が上がっていた。ここで若い女性大きな袋とごみ挟みを持って現れた。 烏帽子小屋から船窪小屋までごみ拾いだそうで、ご苦労なことである。左手には船窪小屋が遠望されるが、これが後ろに見えるようにならないければ、不動岳に着かない。

途中 2 か所ほど、不動沢側の崩壊部の最上部につけられたきわどい登りがあり、疲れたメンバーの足もとが気になる。小さい岩を鎖の助けで登り切ると、不動岳山頂となる。(11:55)。これから先は下り、登りはいくらか緩和されるが、まだ濁沢の崩壊の上部を通過しなければならない。烏帽子の岩峰が間近に見えるようになり、その左手には烏帽子の田圃の池が光って見える。最後の大登りので南沢岳を過ぎると(14:50)、間もなく烏帽子の田圃のお花畑に着き、一転ほっとする風景となる(15:06)。



まだ遠い不動岳

烏帽子の頂上はカットシコマクサの咲く砂礫地帯を下る。今日は私らの前に 6 人ほど先行したはずだが、一向に見えない、随分先に着いてしまったのだろうか。疲れたところに無慈悲に出てくる前烏帽子を乗り切ると樹林帯に入り、すぐリンドウで囲まれた烏帽子小屋に着く(16:00)。烏帽子小屋は空いていてゆったりとしていたのがよかった。



不動岳のきわどい登り



烏帽子の田んぼと烏帽子岩

8月2日

今日は下山の日である。田矢さんはこれから雲の平から薬師岳、醍醐さんは三俣から笠が岳とまだまだ長い道のりが待っている。この2人に別れ、(5:30)ブナ立て尾根を下る。結構な人数の登山者が上がってくる。小じんまりしたグループ、ツアーと思しき大人数のグループ、単独行、大学山岳部のパーティ等。約2時間半で濁沢の河原に出て、30分程度で高瀬ダムの堰堤に着く。堰堤上で客待ちをしていたタクシーに乗り大町に向かい私らの山行は終わる。

付録

やっと思行けた雲の平より高天原

田矢八束

期間8月2日2より8月5日

8月2日 晴れ

針の木より今日まで3日間一緒に、この烏帽子小屋より七倉へ下る石原さん、広島さんに見送られ、これから双六より笠ヶ岳に向かうと言う醍醐さんと、途中まで一緒にする。

私が行く予定の所は、雲の平と高天原である。このコースは今まで何回も行こうと計画したが、なかなか往けなかった所であった。昨年針の木より烏帽子迄のコースを登る為、大沢小屋迄行っただが、雨風が酷かったので、大沢小屋より退散したのであった。

今年は天気も良く無事に昨年の想いを遂げる事が出来、感無量の処がある。これから先は緩いコースではあるが、まだ4日程ある気を引き締めて行こう。

醍醐さんとは13:00頃ワリモ北分岐で分かれ、祖父岳(2.825)へ、この頂上よりの眺めと言ったら最高で、雲の平の全てを一望する事が出来て感激です。手前にキャンプ場、奥の方に雲の平山荘を望見し、全体が這松帯であるが、平らで広々としていてまるで草原の様な景色で真に気持ちの良いところです。ここより雲の平山荘には、花を愛でながらゆっくりと行っても緩い下りなので1時間ほどで着いてしまったのですが、本日の行動はこれまでと

して、小屋に入ってゆっくりと休む事にしました。

8月3日 晴れ

此処の朝の食事は早い。5時より朝食である。今日の行動予定は高天原に行き、温泉に入り、その後は黒部川源流点の見学を目的としている。

高天原に行くのには高天原峠をって行くのが一番早い、高天原小屋には2:30程で着き小屋には寄らずに温泉沢に向かい、温泉の横を通り龍晶池に。龍晶池は閑静な森に囲まれた小さな池ですが、水面には漣の一つも無くひっそりとしていて、周囲の木立も水面に綺麗に投影されており、誠に幽玄で心が洗われる思いがしました。

まだ時間も早いせいか、高天原温泉には誰も居ず、貸切りでゆっくりと入ることが出来ました。この温泉は、白濁しており、私には少し熱めでしたが、汗でほてった体には気持ちが良い、大いに、満喫しました。

次に向かったのは水晶池ですが、ここに行くルートは、高天原山荘より高天原峠の方に少し戻ってから左側に岩苔乗越の標識が有るので、この道を40分ほど歩くと左手に見えてきました、この水晶池は全くの期待外れで、水の色ときたら赤茶色で何故だか奥の方はどんよりと黒く濁っているので長居は無用と早々に引き揚げました。

本日最後に向かったのは黒部川の源流点です。昨日醍醐さんと別れたワリモ岳分岐点傍の岩苔乗越より南西方面に40分ほど下りて行くと三俣山荘分岐付近の沢に黄色いプラスチックの板に黒部源流と書かれていました。これで雲の平周辺で行きたい所は完了です。

此処より急なガレバを登り雲の平の第2雪田、第1雪田をって行けば4時間もあれば雲の平山荘に帰りつくだろう。

今日の雲の平山荘の食事は、一人一つの鍋で無く10人で一つのおおきな土鍋を囲んでの石狩鍋です。汁のベースは地元の酒蔵から取り寄せている酒粕です。具は野菜がたっぷりと入っていて、椀にたっぷりと入れて全員が4-5杯食べても食べきれないほどでした。

お腹も一杯になり、明日行く薬師岳を思いながら消灯時間を待たずに就寝です。

8月4日 晴れ

朝5時に出発する。小屋よりは木道を歩いて行く。暫らくすると下りとなり、苔むした岩の下りで歩きにくい。10:00頃太郎小屋に到着し少し休んで薬師岳に向かう。ゆっくりと歩いても13:10に頂上に着いた。周りの景色を楽しみ下山に懸かり、太郎小屋迄下りても良いのだが、少しでも山の余韻を楽しむ為、本日は薬師岳山荘に(14:30)泊ることにする。

8月5日 晴れ

本日も誠に天気が良い、今回の山行は天気が良すぎて暑すぎる。だが雨に降られることを考えれば文句の言いようがない。ゆっくりと薬師岳小屋を出発しても今日は一日下るだけだ。ゆっくりと歩いて行こう。周りの景色を十分に楽しみながら歩いても、折立には12:30

に着いた。今回の山行は本当に天気に恵まれて快適な山の旅を楽しむ事が出来た。後半の山行は予てより希望していた山行でしたが、此のことは一重に楽しい仲間との山行のおかげであります。感謝。

針の木より烏帽子を経て笠ヶ岳へ

醍醐準一

8月2日

針の木より楽しく一緒だった人たちと、此の烏帽子小屋で別れ、今日は田矢さんと二人で野口五郎岳、真砂岳、水晶小屋を経てワリモ北分岐迄同行です。その先は又別々の山行である。田矢さんはワリモ岳分岐出別れた後、雲の平山荘へ、僕はワリモ岳、鷲羽岳～三俣山荘へ向かい山荘へは 14:50 着。少し早いようだが、双六迄行くには少し時間が無いので、ここで泊る事にする。

8月3日

朝食後 6:00 に出発。いざ笠ヶ岳へと気分だけは高い。一時間程で三俣蓮華岳の頂上に着き、双六小屋には 9:00 着。常に左側に聳える槍ヶ岳を見ながら一人旅をのんびりと楽しみ、笠新道分岐で時間もあるので大休止。ここより笠ヶ岳山荘は指呼の間である。15:30 笠ヶ岳山荘着。

8月4日

6:30 小屋発。本日は今山行の最終日である。此处より槍見温泉まで、通常なら 6 時間 30 分もあれば着くだろう。途中まではかなり順調に下っていたので。早めに下りてもバスが 13 時くらいしか動いていないので、途中の涼しいところで横になったら、うっかりと寝過ごしてしまい、一日に何本も無いバスに乗り遅れてしまいました。

八ヶ岳・体力維持山行

石原達夫・記

期日 8月16日、17日

参加者 石原達夫、醍醐準一、石岡慎介

8月16日

お盆休み中とのことで特急あずさの指定席は売り切れとのこと。新宿8:00のスーパーあずさ5号は自由席で行く。醍醐、石岡両氏は7:00頃より並んでいたとの事、お蔭で列のトップ。茅野10:03着。駅の訳の分からない案内図でバス停のない側の出口に出る。もしや美濃戸荘まで行けるかもしれないと思い、タクシーに乗るが案に相違して、美濃戸口までとなる(10:55)。自家用車の走る砂利道をたどり、「やまのこ」に着く(11:40)。ここで昼食の小休止、10分そこで歩きだす。行者小屋に直接出る南沢ルートをたどる。気温は相変わらず高いが、日陰の道なので幾分しのげる。横岳の稜線が迫ってきたところで行者小屋に着く(14:20)。しばらく外でのんびりし、涼しくなったところで小屋に入る。大変空いている。驚くほどトイレは綺麗。食事も上等。良いですね〜こう云う小屋泊まりは。

8月17日

朝食は5:30からとの事で、支度して朝食をとる。地藏尾根に向けて小屋を立つ(5:50)。樹林帯の急坂を登ると梯子が出てくる(6:15)、ここから岩尾根になり、大同心、小同心が頭をもたげてくる。最後の鎖をぬけると稜線の地藏の頭に出る(6:50)。小屋を出立してから休みなしで、そのまま赤岳山頂に向かう。山頂も立ち止まっただけで(7:30、)阿弥陀岳の方面(標識では文三郎道)に向かう。鎖のある岩壁で権現岳への道に別れ(7:35)、阿弥陀岳の稜線に出、文三郎道に分かれて中岳に登る(8:15)。ここで出発以来初めての休憩をとり、スナックを食べる(8:25)。阿弥陀岳は水を飲むだけでほぼ通過(9:10)。ここから先は通る人が少ないようで、急に細くなった御小屋尾根道をひたすら下ることになる。はじめの岩稜に付けられたルートはそのうちに急なガレ道となり、スピードが出ない。不動水(10:15)あたりから樹木帯となり歩きやすくなる。辺りの様子が里山風になると間もなく別荘地に着く。舗装された急勾配の道路をたどると、美濃戸口のバス停に出た(12:00)。ここで風呂に入る。13:20 澁のバスに乗り、茅野からは、14:20 発・満席のあずさに乗る。今回は、地図帖上で、累計歩行時間7時間余のコースを総時間約6時間で歩いたことになり、先のやたら時間のかかった針の木ー烏帽子縦走の挽回が出来た。

霞沢岳 八右衛門沢遡行



倶楽部企画/ '12/9 月山行

記：日出平 洋太郎

参加者：石原達夫(L)、田矢八東、日出平洋太郎、次田(ガイド)

日 程：平成 24 年 9 月 3 日

記 録：前夜は山研泊り。突然山行不加となった聰さんが罪滅ぼし？のシェフを務めてくれ、ゲスト気分の豪勢な晩餐会となる。ガイドとは明朝 6 時半、八右衛門沢橋で落合う。

9/3(月) 石原、田矢、日出平の 3 人は 6 時前に山研を出る。空は晴れていて雨の心配はなさそう。6:15 八右衛門沢橋着。沢は全くの涸沢で、岩がゴロゴロしている。20 年ほど前に、当時大学生だった息子とこの沢を詰めた事があるが、沢の様子がまるで違っている。

6:25 次田ガイドと合流、左岸の工事用道路に沿って遡上を開始するが道路は直ぐ無くなり、岩がゴロゴロの沢に入る。砂防用の鉄骨の堰堤が頻繁に現れ、それを避けて右岸、左岸と易しい方を選んで登る。

7 時、時折り GPS を覗いたりしていたガイドがルートを確認すると云って、出発点に戻る。こちらは、突然の休憩である。30 分ほどしてガイドが戻り、ルートは OK と、改めて出発。沢は狭くなり、岩はデカイのがゴロゴロしていて逃げ場がない。8 時、ガイドにシュリングを繋いで垂らしてもらって岩を攀じる。一人ずつなので 20 分ほど掛かる。30 分ほどして二度目のシュリング頼り。



沢を見上げる。

9 時頃から小雨になる。9 時半、高さ 5 m ほどの一枚岩の壁にぶつかる。



シュリングでは間に合わない。本格的ロープ頼りになるので、念の為にザックの底に入れてきたクライミングシューズに履き替える。これで楽に攀じ登れる。シュリングやロープの世話になる事再三ならず、中々手強い沢である。10 時半ころ一息入れる。小雨も降りっ放しなのでビショ濡れである。K1 と K2 間の稜線が直ぐ上に見え、昼前には縦走路に出られるだろうと思ったが、ガレ場での落石を警戒してか、ガイドは右にトラバース、枝尾根に取り付いて時間ばかりが経過する。13 時半、我らを待たしてガイドが偵察に出る。20 分ほど待って、ガイドの声に応じて 14 時、小ピークに出るが、主稜線ではない。稜線はこの支尾根をもう一コブ越えた先だ。もう一頑張りとお藪漕ぎをして 14 時半、漸く縦走路に飛び出した。ガイドは携帯で徳本小屋にコンタクトして、やれやれ。こちらは霞沢岳を楽しみにしていたが、この時間では無理だ。真っ直ぐ徳本に向ってもヘッドランプの世話になるだろう。腹ごしらえをして 14 時半、徳本小屋に向って出発。K1 で記念写真。



また一緒になった。 (以上)

クライミングシューズに履き替えて攀じ登る

ヘッドランプの灯りを頼りに徳本小屋に着いた時は 19 時を回っていた。濡れたものを脱ぐのもそこそこに夕食。寝床に案内されれば他の客はみんなもう寝ている。20 時半消灯。

八右衛門沢は昔と様変わり、巨岩ゴロゴロで崩落の最中の様相である。快適な沢には程遠く、人の入っている形跡も無い。翌日、石原はガイドと明神に下る。田矢、日出平は島々へ。だが石原とは新島々で

錦秋の北東北を楽しむ山と温泉

－秋田駒から乳頭烏帽子へ－

記：田矢 八束

倶楽部企画/ '12/10 月山行(写真：日出平)

山行日：2012年10月10日

集合場所：田沢湖線赤湊駅(無人駅)

集合日時：前日(10/9)の16時31分(ここで宿の車のお迎え)

コース：国見温泉、森山荘(モリサンソウ) 6:10 発－7:03 横長根合流－8:51 横岳 57－9:2 男女岳(オナメ岳)(秋田駒最高峰 1637m) 36－10:05 横岳に戻る 12－11:17 湯森山 38－12:55 笹森山 13:02－14:08 烏帽子岳 14:27－16:20 乳頭温泉、孫六湯泉着(泊)。

歩程：森山荘－2H40M－横岳－35M－男女岳－35M－横岳－1H5M－湯森山－1H17M－笹森山－1H10M－烏帽子岳－1H53M－孫六温泉

メンバー：7名。L：日出平洋介、M：石岡慎介、田矢八束、吉永英明、武田頼子、廣島孝子、石原達夫

10月9日

この日は夕方、国見温泉に行くだけ。集合場所と時間は田沢湖線の赤湊駅 16:31 だから、それまでの1日の大半をどう過すかが問題。大方はそんなことに悩まず、昼頃に東京発の新幹線で来るようだが、それでは勿体無い。ボクは独りで姫神山に寄ってくることにした。集合時間に遅れてはいけないので東京から前夜発の夜行バス、盛岡駅には早朝に着いた。姫神山は標高 1124m、端正な山だが大きくはない。盛岡から近いので交通の便もいい。城内登山口から下山口の一本杉駐車場まで3時間ちょっとで縦断し、盛岡駅にはまだ昼休みの時間に戻った。駆け足登山だったが好天に恵まれ、頂上からは 360 度の展望に恵まれた。岩手山は雄大で、啄木がオラが山と詠っただけのものはある。

盛岡駅に戻ったのが 12:45、日出平 L は 16:03 発の在来線に乗れと云っていたが、3 時間以上も待ちきれず、14:10 に乗り、赤湊駅には 14:53 に着いて驚いた。ホームの前にあるはずの駅舎がない。あったのはトイレと小さな自転車置き場だけ。こんなに何も無い所で長時間待つのはちょっとした難行である。一人、ポツンと待つこと 1 時間半、宿の車 2 台が迎えに来てくれる。そうこうする内に 16:31 の列車が到着、直ぐ発車する。ホームには待ち焦がれた仲間 6 人が残されていて、これで皆さんに合流だ。7 人は車 2 台に分乗、30 分程秋田県境方面に走って国見温泉森山荘に到着した。早速露天風呂に入ったが、途中でワン公用の温泉もあった。18 時から夕食、名物のキリタンポが出た。食後、宿のご主人(JAC の会員らしい)から 1970 年の女岳爆発時の貴重な映像を見せてもらう。部屋にはワン公用のケージもあった。ここは愛犬に優しい温泉である。もう一度温泉に入るもする事なし、明日が本番なので 8 時半頃には早々と床に着いた。

10月10日

いよいよ今日は国見温泉(森山荘)→秋田駒(最高峰、男女岳)→笹森山→乳頭山→孫六温泉の長丁場である。起き抜けに外へ出て観天望気、霧雨模様であまり嬉しくない。出発が早いので朝食は弁当にしてもらっていた。支度の出来た者は早々にお握りを頬張っている。



女将を囲んで出発前の記念撮影

秋田駒の一角、横岳には 8:50 に到着した。途中、大焼砂辺からは風も強くなり、濃霧と火山礫で難渋した。先が長いので主稜線から外れている最高峰男女岳へは空身で行ってくる。阿弥陀池まで 100m 程下っての登山返しだが空身なので負担にはならない。頂上には 9:30 に着いたが濃霧で何も見えない。風強く、寒いので写真だけ撮って早々に下山する。



③秋田駒最高峰 1,637.4m、2.5 万図では男女岳。強風で寒い、ガスで何も見えず。

6:10 膝が不調で孫六に直行する石原さんと宿の大女将に見送られて 6 人は出発した。霧雨は止んだが、霧が濃い。予報ではそう天気が悪くなると思えないが、良くなりそうでもない。30 分弱で主稜線(横長根)にでる。霧の切れ間、稜線の向こうに田沢湖が見え隠れする。



②出発から 2H 弱、横岳へは未だ遠い。全面紅葉だがガスが濃く鮮やかとは言えない。

10:05 横岳に戻る。11:17 湯森山着。ここで女性陣は笹森山経由のショートカットルートを提案して小田原評定となる。腹が減ったからだろうと昼食にすれば元気が出る。当初の計画通り、乳頭山経由とすることに決す。

11:38 湯森山発、笹森山は何の変哲もない小山だが、意外に大きい。宿岩辺からはこれでもかというほどの単調な登りが続く。笹森山 12:55 着。この辺りから霧が晴れて紅葉も綺麗に見えた。目の前には乳頭山の美しい三角錐が現れた。



④湯森山、昼前だが腹ごしらえをして後半に備える。

烏帽子岳(乳頭山)には 14:12 着。田沢湖は白く光って美しい。日出平 L が携帯で孫六温泉に電話、石原さんは既に到着の由。

⑤笹森山を越えて烏帽子岳(乳頭山)、秋田駒より紅葉が鮮やか。



⑦白く光るのは田沢湖



⑥烏帽子岳（乳頭山）頂上。出発から 8 時間。

後は歩きやすい田代平小屋経由ルートで孫六まで約 2H、16:20 には孫六温泉に無事到着した。国見温泉から所要 10H ちょっとであった。

石原さんと再会、夕食は 17:30 からと。何はともあれ温泉に入る。夕食にはキリタンポと鍋、4 人と 3 人に別れるのは仕方なし。美味しく、楽しく、結構長く食堂で過した。部屋に戻ってまた温泉だが他にすることもない、今日も早く寝た。会山行はこれで終り。



10 月 11 日～14 日

昨日で会の山行は解散である。真っ直ぐ帰る人、盛岡でワンコ蕎麦を賞味する人と色々だがボクは 14 日まで温泉と山の延長戦を考えていた。個人的なことだが珍しい体験をしたので簡略に記す。

⑧ 目的の乳頭七湯の内、孫六温泉に無事到着。早く温泉に入ろう。

10/11 起きたら何と雨である。今日は大深温泉まで行く予定。姫神山を考えていた日出平さん、石岡さんと共に一番バスで田沢湖駅まで出る。駅で二人に別れ、一人で玉川温泉行きのバスに乗る。着いた頃には天気になった。玉川温泉からは歩いて焼山へ、昼頃には焼山山荘に着いたが風雨、霧と今日の天気は不安定極まりない。御生掛温泉では登山道が行止り、聞けば廊下の一部が登山道だそうである。大深温泉には 15 時過ぎに着いた。部屋はゴザが敷いてあるだけのオンドル式である。着の身着のままで寝るが寒くない。

10/12 今日藤七温泉まで。朝 5 時に起きたら星空で、好天を期待した。6 時出発、7 時頃には風雨と霧になる。8:30 八幡平の頂上に着いたががっかりした。展望台の建替中で鉄パイプの櫓が組み立てられ、小型のショベルカー、資材等が積まれて、狭い頂上は工事現場である。8:45 八幡沼畔の陵雲荘で食事を摂り、10:48 茶臼岳に着く。茶臼山荘で小休止するが室内で 5℃、寒い筈だ。11 時に出発、また風雨である。14:10 藤七温泉着。夕食はまたもキリタンポだったが食べ放題、ご飯は食べずにキリタンポばかり食べた。

10/13 今日松川温泉まで。未明は風雨、霧と悪天だが、9 時頃には回復との予報を信じて 8 時出発、モッコ岳ーケンソ森ー大深山荘(昼食)とだだっ広い尾根筋を歩く。13:30 頃、漸く日が射すようになった。15 時、松川温泉は峽雲荘に草鞋を脱いだ。その前に岩手山(姥倉山)登山口を偵察した。

10/14 予定は岩手山に登り、夜行バスで帰宅すること。岩手山は前日に初雪が降ったらしく、それが気掛かり。4:25 出発、7:25 網張分岐、8:20 切り通し、10:25 御神坂駐車場分岐、10:30 不動平、荷物デポ。11:10 岩手山頂着、雪は大した事なし。お鉢廻りして 11:45 不動平、14:55 御神坂駐車場着。15:24 盛岡行きのバスで 16:30 盛岡着。以下省略。 (了)

全国支部懇談会 in 千葉参加後の山想倶楽部の懇親会開催



石原邸にて

10月20日に千葉県九十九里町で開催された全国支部懇談会には山想倶楽部からも十数名が参加した。翌21日には、その中の13名が支部主催行事を遠慮して、山想倶楽部としての懇親会を実施した。9時30分に宿泊先の国民宿舎サンライズ九十九里を車4台に分乗して、成東駅近くにある浪止観音にお参りした。かつては本堂の真下まで海があり、波を切る巖の上に建てられたことから名のついた寺院と言われている。四季折々の花々や美しい本堂、境内裏手の石塚山の奇岩などが、訪れる人の目を楽しませてくれるとのこと。

寺院見学を楽しんだ後は、石原代表のお宅へ伺い、よく手入れされた芝生の庭でバーベキューを楽しんだ。幹事さんが用意してくれた食材を料理する人、火を起こす人、テントなどの設営を行う人、など手際よく準備が進められた。その後、犬吠埼灯台方面へドライブに出かけていたお二人が到着して、食事開始。肉・野菜ともに良く売れて一段落したころ、今度は西村会員からの「ホタテ」の差し入れの宅配便が届き、一段と賑やかな食卓を囲んで、談笑の方も大いに盛り上がった。途中参加の大塚会員には、山想倶楽部はもとよりJAC全体のホームページ作成に貢献していることの労をねぎらった。

時間の経過するの忘れて楽しい会は盛り上がったが、お日様が西へ傾き始めたところで、お開きとなり全員で後片づけをして、15時30分過ぎに解散した。石原代表ご夫妻はもとより、この会を企画していただいた吉永副会長、食材を用意していただいた高橋代表代行、小亀会員はじめ皆様に感謝申し上げます。（森 武昭）

参加者：石原夫婦、高橋 聡、吉永英明、日出平洋太郎、醍醐準一、寺田夫婦、廣島孝子、小亀真知子、武田頼子、西村幸雄、畠 登、大塚幸美、森 武昭

忘年山行報告（大峰山・上杉謙信の物見の岩にてクライミング）

平成 24 年度忘年山行

期 日 平成 24 年 12 月 8 日(土)～9 日(日)

場 所 赤倉ユアーズイン

参加者 石原達夫、田谷八束、川村光子、国分リン、西谷隆亘、西谷可江、川井靖元、小亀真知子、小笠原辰夫、高橋聡

行動記録

12 月 8 日



東京駅の長野新幹線乗車ホームで列車を待っていると、子亀、川村、国分、西谷夫妻の各氏達と会い同行する。長野駅に 10 時 18 分に到着すると指定席に乗っていた石原、田谷の両氏も下車してきて合流。これでユアーズインに直行する山岳写真家の川井氏以外は揃ったことになる。東口にマイクロバスをつけて待っている小笠原さんと合流して乗車。本日

行く目的地は、上杉謙信が武田信玄と川中島の戦いで陣を引いた大峰山(720m)である。登り口にある霊山寺の駐車場に車を止めさせていただき、11 時頃より登り始め、当初の計画ではコース途中にある物見の岩(2 段で構成され高さが粗 80 メートル 5.7～12a で長野近在の方々によく登られているらしい)でクライミングの真似事をする予定で有ったが、雨もパラツキ寒いのでこれは中止とし頂上目指して歩き、一時間ほど歩くと頂上に着きました。頂上にはコンクリートで大峰城が復元されていたのですが、大門は金属製のシャッターで閉じられ中を見ることはできませんでした。その内雪が激しく降ってきたので、写真を撮り、走るように下りました。13:00 駐車場着後すぐに出発

丁度昼食を摂るのによい時間、昼食を済ませてもユアーズインに行くのも早いので、善光寺へお参りに行くことにする。善光寺の案内によると、このお寺のご本尊である一光三尊阿弥陀如来様は、インド～朝鮮半島百済国に渡り、仏教伝来の折に百済～日本に伝えられた日本最古の仏像とも伝えられているそうです、642 年に現在の地に遷座し 644 年に伽藍が造営され、この仏様をここにお連れしてきた方の名前を取って善光寺とつけられた。

創建以来十数回の火災にあったそうだが、1707年に現在の本堂を落成し、続いて山門、教蔵などの伽藍が整えられ以後息災に現況を護持しているようです。又ここは無宗派であるが境内にある天台宗の『大歓進』と浄土宗の『大本願』この二つのお寺に守られているそうです。

善光寺を出たのが 15:00 頃であったか、時間も丁度良く 16:00 頃には川井さんもユアーズインに着いている筈なので、これよりはどこにもよらないでユアーズインに向かう事とする。



本日の宿であるユアーズインに着くと、既に川井さんも到着されており、荷物を割り当てられた部屋に入れる。16:20 頃より川井さんがこれまで撮り溜めたムービーフォト『世界名山の旅』をパソコンとテレビを繋いで始まり南北アメリカ、欧州、中国、ネパール等等世界各地の名山の写真を解説付きで一時間をかけ見ることが出来ました。最後に同氏が今年新

疆よりラクダに乗り k2 の北面に行ってきたお話がありました。

川井さんは参加者にこの写真を見せるためだけに今回参加、有難うございました。

後は温泉に入り食事を楽しみ、和やかな時を過ごしました。

12 月 9 日



昨夜来より降っていた雪が 20 センチ近く積もっている。午後より他用がある川井、国分の両名は朝食後には帰り、他のものは本日の行動予定を変更し戸隠神社の奥社に行くことにする。

謂われによると戸隠神社は神世の昔、[天の岩戸] が飛来し、現在の姿になったといわれている戸隠山を中心に発達し、祭神は[天の岩戸開きの

神事] に功績のあった神々『天手力雄命(アマテガカラノミコト)、天八意思兼命(アマヤコトモカネノミコト)、天表春命(アマウハルノミコト)、九頭龍大神(クズリウノカミ)、天細女命(アマウスメノミコト)』を、お祀

りしているとのことで、平安時代は修験道の道場として全国に知られた霊場で有り、比叡山や高野山と共に『三千坊三山』と言われるほどに栄えたそうです。

10:20 に奥社入口の駐車場に車をつけ、すぐに歩き出す。奥社迄雪の中を歩き一時間ほどで奥社に到着。この近辺で積雪量は 70～80 センチ近くある。人それぞれの思いを胸に祈願を成し、雪の為か閑静で重厚な趣のある奥社を後に駐車場に 12:20 に到着。以後は戸隠でも旨いと定評のある蕎麦店で昼食を為し、長野駅にて解散となりました。

今回の忘年山行は天候の為、結果は雪見と祈願山行でした。



戸隠神社奥の院参道



戸隠神社奥の院

飯田橋「かくや」にて山想倶楽部新年会が開催される



飯田橋「かくや」にて

山想倶楽部新年会に出席して

記：西谷 可江（14934）

日 時：2013(平成25)年1月16日（水）午後6時～8時半。

場 所：飯田橋「かくや」

出席者：石原達夫、小笠原辰夫、川村光子、菊池武昭、国分リン、醍醐準一、高橋聰、田矢八束、寺田正夫・美代子、中川秀利、平井貴久枝、深田美好、吉永英明、西谷隆亘・可江 以上16名。

昨年10月、千葉支部主催の全国支部懇談会で参加者名簿を手にした私は、山想倶楽部の参加者の多さに先ず驚きました。会員皆様の連帯の強さ、活力に満ちた、何と素晴らしい会なのだろうと深く印象に残りました。

その後、間もなく、私とJAC同期入会の、スキーマの名人・川村さんが当倶楽部へ入会されたことを伺いました。また、以前からの知己の、代表代行の高橋氏の暖かいお人柄の魅力とで、私も是非入会したいと申し込みましたところ、快く承認して頂きました。日常の例会には都合がつかず、参加できない私は、先の12月の赤倉での忘年山行で、包容力のあ

る石原・山想倶楽部代表や会員の皆様方にお会いし、新年会でも他の多くの皆様に入会の御挨拶をしたいと、この日を待っていました。

当日は、新年会に向かう前に、当会員・川井靖元氏の写真展「雪稜讃歌」を新宿三井ビルにて拝見しました。川井氏には昨年の忘年山行の折、ムーヴィーフォト『世界名山の旅』というタイトルでヨーロッパ・アメリカ大陸・ヒマラヤの高山のスライドとお話を伺ったのです。この写真展では、モノクロの素晴らしい写真の数々。空の色、風の音や雪の様ななど想像をかきたてられる、カラー作品では味わえない深い感動を覚えました。

2日前の1月14日、急激に発達した『爆弾低気圧』の影響で7年ぶりの大雪に見舞われた東京都心。昨冬より6日早い初雪で積雪8cm。JR飯田橋駅からの道路沿いの未だ融けやらぬ雪も何のその、待ち合わせをしていた川村さんと足取りも軽く会場の「かくや」へと向いました。

お料理が美味しいと伺っていた「かくや」。予想通りの落ち着いた雰囲気のお店。さわやかなスタッフの方々。総勢16名で奥のスペースは親密度もぐんと増す賑やかさ。

高橋氏の司会で開会。

石原・代表からの「今年は少し楽な山をゆったりと楽しみましょう。海外トレッキングも計画しているので、よろしく。」という御挨拶につづいて、菊池会員の音頭で乾杯。

山口の銘酒「獺祭（DASSAI）」が振舞われ、瞬く間に酔も回って、会話も弾みました。

高橋氏より2012年の山行一覧が配布され、2013年度山行計画立案に当って、会員各自の行きたい山を述べることになりました。「キリマンジャロ——皆さん登れますよ。」、「台湾の山へ是非、案内しましょう。」、「NHK大河ドラマの舞台、わが故郷、会津の山へ是非。」、「東京奥多摩の三頭山や雲取山へ登ってみたい。」、「鹿児島のも素晴らしいですよ。案内します。」、「群馬、新潟の山へ…。」などなど、いろいろな提案がありました。

酔で脳細胞が麻痺した私。正確に報告できず申し訳ありません。

山の経験がほとんどない私にとっては、いずこも訪れてみたい山々。さて、どんな計画となるのでしょうか。今から皆様と一緒できますことを楽しみにしています。

同じテーブルの吉永・日本山岳会副会長の、全国支部への暖かい支援の眼差を感じさせる、興味深いお話に引き込まれ、時の経つのを忘れて、拝聴しました。

飲み放題、美味しいお料理、楽しい会話、素敵な皆様…至福の新年会も名残惜しく、9時頃、お開きとなりました。

ご一緒させていただけますことを感謝しつつ、これからの山行に胸ふくらませ、帰途につきました。本当に有難うございました。

(了)

雪洞堀実演スキー合宿

赤倉スノー合宿報告

期 日：平成 25 年 2 月 9 日～11 日

場 所：斑尾山・斑尾スキー場

宿泊所：新赤倉温泉ユアーズ・イン

参加者：石原達夫、広島孝子、武田頼子、
国分リン、小亀真知子、田谷八束、菊池
武昭、長谷川敦子、高橋 聡、寺田夫妻、
横田昭夫、松島岳夫、古閑栄子、染谷美
佐子、小笠原辰夫 16 名



斑尾スキー場

2 月 9 日 昨年よりずいぶん少ない雪で

交通機関の乱れもなく宿に着く。全員が

集まった午後 2 時頃から、宿であるユアーズインの横で訓練を行う。先ずビーコン 3 台で雪に埋もれた人を探す訓練で有る。誰も雪の中に埋もれてくれないので、ビーコンをレジ袋にくるんで雪に埋める。残りの 2 台を持って 2 方向から雪中に埋めたビーコンを探し始める、2 台が交わったところを掘るとレジ袋の端が見えてきて無事に回収できる。たいしたものだと感心する。ゾンデ棒で雪面を刺してみるが、2m50cm ほど雪がつもっているのが解るだけで、人が埋もれて居るわけではないので、その手ごたえが解らない。



雪洞堀

すぐ横の斜面では雪洞を掘るグループが既にかかなりの広さの雪洞を掘っている。寒いので中に入らせてもらおうと、風が来ないので暖かい。生か死の場面になったらこんな所も有難いかもしれないが、暖房の効いた宿の方が良い等と言いながら宿舎に入る。

2 月 10 日 スノーシュー組行動

本日は斑尾スキー場に行き、頂上近く
迄リフトを乗り継ぎ、スキー組とスノ
ーシュー組に分かれて行動する。スノ

ーシュー組は斑尾山頂を目指す。スキーをつけている小笠原さんや山スキー組も一緒に行動、雪底が出来ている登り下りもある細い道を歩く。30 分程で頂上に着く。2010 年の 9 月初旬一人でここを登ったが、夏道と冬道では全く違い記憶が甦らない。風を避けた斜面で

昼食。12時45分には下り始める。途中スキー場横の樹林帯は深雪で斜面がきつく滑りそうで怖い。圧雪されたスキー場でも恐る恐る歩いていたらしい。小笠原さんに遠くから「もっと胸を張って、顔は前をみたまま、下を向かない」と注意される。その通りにすると急斜面でもサッサと歩けるようになったのが不思議。

スキー組との待ち合わせのレストランには3時の約束が2時に着いてしまい、軽食を取ってのんびりする。スキー組は3時5分前に帰ってきた。車を回してピックアップしてもらい、宿へ帰る、夜は10時頃まで男性の屋根裏部屋で宴会。

3月11日

昨夜半から降り出した雪で真っ白。いつまでも降り続けている。電車が普通になると嫌だから、すぐ帰るという横田さんの車に乗せてもらい、田谷さんと共に妙高高原駅迄送って貰う。長野駅で田谷さんと別れ、一路家路を辿った。

記 武田頼子

山想倶楽部スノー合宿に参加して

カリカリのアイスパーンに怖くて声を上げ転んだ。高橋さんが下から声で指導をしてくれ、やっと滑れる斜面に着き、安心した。ストックの付き方、体重移動、目線や、シュプールを同じように描くと上手になること等、何度も丁寧に教えられ滑り降りた。マンツーマンの指導を受けられ、本当に高橋さんに感謝したい。

昨年12月山想倶楽部の忘年山行でお世話になった赤倉ユアーズインオーナーの小笠原会員宅で行われるスノー合宿を楽しみに参加した。

参加予定だった友が行けなくなり、長野から信越線妙高駅に着き、同乗JACの仲間6人と小笠原氏に迎えを受け宿に着いた。

午後からスキーかなと思ったら、「雪山でのもしもの訓練をします。」ビーコンやゾンデの使い方を習い、雪洞掘りの実習を和やかに行い、最後の雪面の弱層テストは山想倶楽部の石原氏・高橋氏が30センチ四方高さ1mの雪柱を残し、穴を掘り、その雪柱の側面をのこぎりで切ると何層もの雪の層があり、叩くと崩れる層を何度も見せてくれた。始めてみた実験で、雪崩の怖さを思った。昨年5月の北穂の下山中に表層雪崩に遭ったことを思い出した。この雪層は



弱層テスト

形を変え、熟練した岳人の命を奪うのか、改めて思う。



斑尾山頂

リフト券売り場は下で、そこも長い行列、リフト乗り場も行列、スキー場通いをして久しぶりの混雑に驚いた。スノーシュー組が10人、スキー組が5人で、ハイク組の青空の雪林の中、登り始めを見送った。初めてのコースは緊張で余裕がなく、高橋さんにこの斜面でレッスンするよと何度も滑っていたら余裕ができ、楽しくなった。15時に集合場所へ戻ったら、もうハイク組は戻っていた。

夜の山想倶楽部の反省会で、小笠原氏に言われたことが、胸にこたえ、今も心に刻んでいる。「スキーも山も格闘技、向かっていこうという気持ちが無ければ、前進しないです。気持ちが無くなったら、終わりです。だから高橋さんに連れられ上から滑ることが出来たら一歩前進です。」

翌日、一晩で50～60㌢の積雪、降り続く雪に、昔の故郷会津の生活を思い出したが、前日の教訓も忘れ、妙高でスキーをしないで帰ったことを深く反省した。もっと欲ばりになろう。

2月10日 宿の窓から朝日に焼けた山が見え、今日はスキー日和と嬉しくなった。

「今日はスノーハイク組とスキー組に分かれて行動します。小笠原会員が斑尾山頂上へガイドします。リフトで上まで行き、そこは絶好の妙高山見晴で集合写真を撮り分かれま

す。」
2台の車で斑尾スキー場へ、3連休中日で駐車場は満杯で上の第二駐車場へ行くと、急いで駐車スペースを広げていた。そこへ駐車出来たが、

記：国分リン

中国側 K2(チョゴリ)峰を巡るトレッキング報告

記：川井靖元



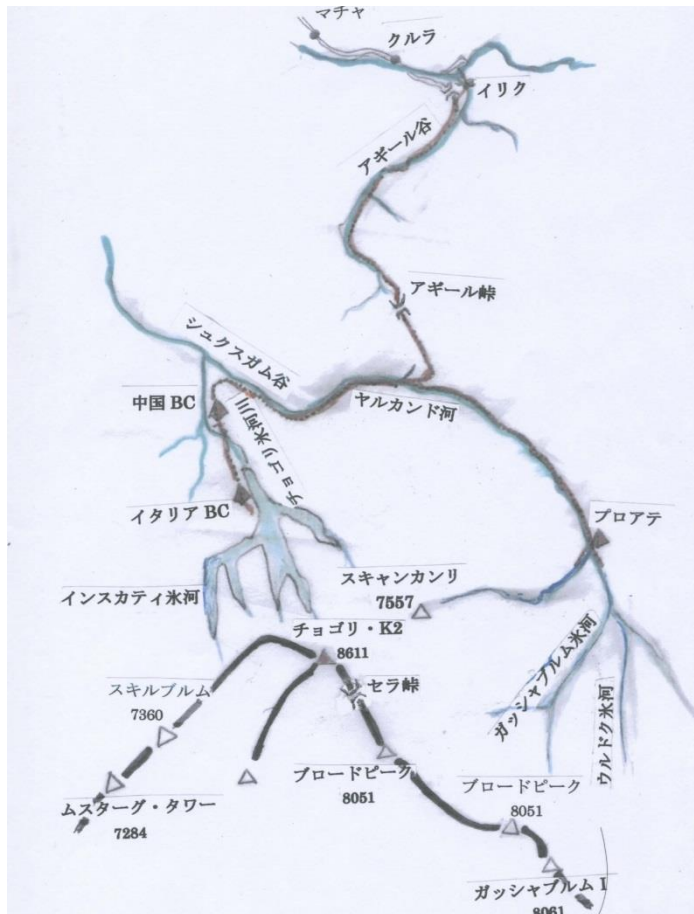
イタリア BC よりの K2 峰

2012 年 9 月 21 日より中国カシュガル北面より 25 日間の日程で世界第 2 の高峰 K2 を巡るトレッキングをした。メンバーは中国人の烏里烏沙氏（チベットカム山岳研究会）をリーダーとする男性隊員 3 名女性隊員 2 名の 5 名(内 JAC 会員 2 名)で、いずれもヒマラヤ、アンデス、南極等の高所極地での経験豊かなしかし高齢のトレッカーである。この計画は 2 年前から検討され、中国政府等への 7 件に及ぶ許可申請も事前準備されたが、最終的には現地の新疆山岳協会に全面的にお世話になることになった。パキスタン側に比較すると、登攀者、トレッカーは著しく少なく、日本人の入山者はここ 2 年間で全くなかったそうである。



ラクダで渡渉する K2 トレッキング隊

K2 峰に登攀、トレッキングする場合、一般的にはパキスタン側から入山、南面のバルトロ氷河を登るが、今回のトレッキングは中国新疆側から乾季にラクダを使って入山アプローチした。北京より新疆の首都ウルムチへ、さらに空路でシルクロードの交差点カシュガルに入った。これより 2 日間 RV 車で走り、山麓



K2 地図

のイリク村よりラクダに
 換え 16 日間のテントトレ
 キングとなった。最終目的
 地は 1954 年にイタリア隊
 が K2 峰に初登頂した時のイ
 タリア BC(ベースキャンプ)
 で標高は 4450m である。BC
 への道はヤルカド河を遡
 行することになるが雨季の
 7, 8 月は通行不能になる。
 河巾は広いところで 500m
 以上のところもあり、河の渡
 渉 150 回、ラクダの背に跨
 らないと渡れない難所は 20
 カ所に及んだ。この大河川は
 下流でタクラマカン砂漠に
 吸収、消失するので、世界地
 図には殆ど記載されていな
 い。ラクダが登れる最高地点
 の中国 BC へは 4900m の峠
 越える。河原を襲う低温の砂

嵐、ラクダからの落下、装備の河への落下流失などあり、又ラクダの業者のストなど予想外のトラブルも発生した。

最終のイタリア BC へは高度の低い中国 BC より最少装備を背負っての登行となった。イタリア BC では水は無くビバーク状態での宿泊となった。朝夕の撮影は、天候はほぼ良好で、K2 峰は北面で正逆光の撮影となった。チョゴリ氷河の氷河盆(末端尻)へはガレ場を下らざるをえず、ザイルなどのサポートがないため降下を断念した。しかし広大なヤルカド河と両側に迫る 6~7000m 峰の眺めは素晴らしい。

ガイド、ポーター、ラクダの輸送などの体制はお粗末で、イギリス人が長年指導、舐めたネパールやパキスタンの体制に比較すると大変遅れているようだ。同時期にドイツ隊、アメリカ隊のトレッキングと行き交ったが、われわれと同様苦勞ししているようである。帰路カシュガルの名山ムスターグ・アタに立ち寄り好天に恵まれた。

高齢者が山岳スキーを安全に楽しむための小文

石原 達夫

昨今の会の活動報告の中には事故すれすれのものを認めるし、あるいは一般に報道されている山岳スキーの事故報告等を聞くにつけ、安全な山岳スキーとは何か、特に高齢化したわが ASC ではこれにどう対応すべきか私見を述べたい。

山岳スキーの危険性の認識

山岳スキーは、歩行による登山に比べ、其の下降を機動性の高いスキーで行う性格上、快適な滑降を求めて大斜面や沢筋など雪崩危険地帯に入ることが多く、その上、自らもシュプール等で不安定な雪面を更に刺激することになり雪崩の危険は一層大きくなる。登行においてもシール登行であるので、斜面への刺激は歩行に比べて大であり、歩行雪山登山のように雪崩危険個所を避けてリッジ通しで登るということも難しい。スキー下降では、動きがスピーディであることから、迅速な危機認識と回避動作を要求される。このように歩行雪山登山よりはるかにリスクの高いことを、先ず認識すべきである。特に行動中の雪崩回避について、十分な知識と経験をふまえ、高度の注意を払い、かつ実行する必要がある。もし山岳スキーを愛好する人の出発点が夏山登山とグレンデスキーであったとすると、この点を極めてイージーに考えてしまう傾向にあるので、注意すべきである。

高齢化傾向

最近の登山での死亡事故では圧倒的に高齢者が多いといわれる。もともと登山者自体が高齢化しているので、事故も高齢者が多いのは当たり前だが、発生確率が若年者と比較して高いと云われている。そういう意味合いからも当 ASC も高齢化が進み、年齢的にも危険地帯に入っている。

高齢化とともに衰えてくるのは体力的には瞬発力や持久力の低下、疲弊した場合の回復の遅さ等がある。一方メンタル的には、危機の認識力、判断能力の低下があり、更に異常が看視される状況下においても、現行動の継続のみに気をとられ、新しい行為に移るということに抵抗を感じるようになる。十分な知識がありながらそれを実施に移すことが面倒になる。適切な道具がありながらそれを使おうとしない。状況の悪化を殊更無視し、希望的観測で現状行動を続行する傾向が強くなる。かような実態があれば、残念ながら若年者より危機的な状況下では適正な行動がとれないということを認識しなければなるまい。

この様な各種の能力低下は、疲労したときにさらに著しくなる。とすれば、行動中に疲弊(バテる)してしまうような事は先ず避けねばならない。また一度疲労すると、多少の休憩では心身とも回復は見込めず、更に悪天候下では休憩する事によりかえって熱量を失い、最悪の方向に急速に進行する。こうなると、まったく動きが悪くなり、非常の場合の適切な判

断、回避行動がとれなくなるばかりではなく、あるいはそれ以前に容易に低体温症になり、為す術もなく命に関わる重大なる局面におちいることになる。そこまで行かなくても、疲れてしまったら肝心の滑降に移った時、普段のスキーの実力が発揮できなく、残念な思いをすることになる。

安全で楽しいスキーをするには

いかなる場合でも体力の消耗による疲弊は避ける。登りで体力を消耗しないように、自分の体調に見合ったペースで登ろう。天候の悪化は体温を速やかに奪い、体力の消耗に拍車をかけることになる。常に衣服での体温調節が出来るようこまめに気を配ること。寒さを感じたらすぐ防寒着を着よう。

バテ防止のためには、極力荷物を軽くすることも必要だ。山岳スキー時の危機対応を装備のみに頼ると過剰な道具を持つことになり、ただでさえ少なくなったスタミナを消耗するばかりではなく、その結果、行動は遅くなり、肝心な快適なスキー滑降もできなくなる。最小限の装備だけを持つには、前回の山行で、何が有用で何が不要だったか、チェック表を作り、次回は前回有用だったものだけ持っていけばよい。最近はスキー用品を始め、各種の道具の軽量化が進んでいる。多少値は張るがこの様な軽量品を選ぶのもよいと思う。

用具類は山行前に十分整備し、正しく機能することを確認しておこう。折角選んで持っていった装備は適切に素早く使えるように日頃から訓練しよう。皆さんお持ちのスコップは雪洞作りに適している。非常時にはすぐ雪洞を掘れるように、頭と体に覚えさせておこう。風雪の雪山ではツェルトはあまり有効ではない。よくてせいぜい短時間の風除け程度にしただけ役立たない。雪洞なら安全にひと夜を過ごせる。この場合に役立つ軽いレスキューシートは必需品だ。春先の雪面ではクトーが意外と役立つ。登りで一寸のスリップでも積み重なると大変疲れる。適切にクトーを使えば随分と登りが楽になる。

早朝のやや急な斜面や、ショートカットとうで急斜面に登りをする時にはアイゼンを使うことになるが、兼用靴でも足首が必要十分に曲がらないので、12本アイゼンが適している。ただ12本アイゼンを履いていて転倒すると、仰向けになって滑落する事がある。この場合、安全に停止するにはピッケルが必要だ。ピッケルによる滑落停止が出来るようにしておこう。なお登りにアイゼンを必要とした斜面は、雪質が軟化しない限り、アイゼンで下るべきである。スキーで滑降することは厳禁である。

さて、雪崩の危険については必要以上に注意を払わなければならない。面倒がらず先人としての知識を実践にしてほしい。いずれの方法でもよいが、雪層チェックは必ずしなければならない。いちいち挙げないが、雪崩発生の可能性が少しでもある様な斜面の通過時の基本事項、禁止事項はぜひ守ってもらいたい。

コンテンジェンシープラン

これは、基本的には、種々の起りうる異常ケースを勘案して総合的に立案するものだが、

要はいかにして無事麓に戻るかということに帰す。しかし、我々が通常計画する程度の山岳スキーでは、幾つかの可能性の高い危険に直面した場合の対応プラン作成で十分だと思う。よく現場で判断すればよい、という方がおられるが、現場の判断は現状維持というイメージなものになりやすく、結果として最悪を招きかねない。事前に全員がプランそのものをよく理解し、現場で最善の選択が出来るようにしておかなければならない。行動を中止して戻るという選択は、往々にして最も重要なものとなる。

終わりに

高齢者の山岳スキーは楽しむことが第一である。一部の例外者を除き、チャレンジングやアグレッシブな山岳スキーの年頃は既に終わったと認識すべきであろう。

行動中でも、天候が悪化したり、積雪の状況が雪崩やすいと思われたり、あるいは困難なスキー滑降を強いられそうだと、思ったならば、もう楽しいスキーではないので、ここで潔く諦めて戻ろう。体調が良くないと思われたらそこで戻ろう、無理をして心不全を招いたり、あるいは疲弊して取り返しのつかない事になったら大変だ。

楽しいスキーのみ目指す、これが高齢者の安全スキーの基本だと思う。

今年度の主な行事予定

4月20－24日	八甲田スキーツアー（実施済）
5月26－27日	東海道池鯉鮒宿歴史ウォーキング
6月1－2日	鍋倉山（信越トレイルの内、残雪と新緑のブナ）
6月18－28日	ピレネーの山旅（花のトレッキングと3峰登山）
7月～8月	* 思い出の北アルプスを歩くシニアの山旅
9月～10月	* 上越の山
10月	* 九州の山旅シリーズ
11月	* 大和の歴史ハイキング
12月14－15日	忘年山行 赤城、榛名山
1月15日	新年会
1月	JACスキー懇親会（倶楽部推奨山行）
2月	山想倶楽部スノー合宿 妙高
3月	* ヨーロッパ・アルプスのスキー旅行

*印の行事について：実施は予定されていますが詳細は未定です。

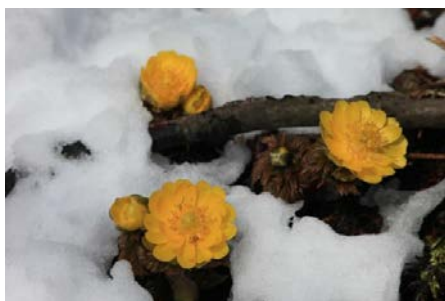
詳しくは、のちほど山想倶楽部のホームページに記載されます。



前穂高岳から屏風岩ノ頭への
びる北尾根は、まるで恐竜の背
びれのような形。5月、酒沢は
まだ雪の真っ只中。満員の五、
六のコールを避け、四、五のコー
ルから登りはじめます。稜線に出
ると向こう側に上高地の赤い屋
根の建物。快晴の最高の登はん
日和でした。

山迷漫画家：とよた時

（豊田時男）



福寿草

山 想 倶 楽 部 会 報 誌 V o l : 9

発行日／平成24年5月1日

発行者／日本山岳会同好会：山想倶楽部

編集人／石原達夫 高橋 聡 大塚幸美