



2017年(平成29年)

4月号(No. 863)

公益社団法人

日本山岳会

The Japanese Alpine Club

定価1部 150円

会員の会報購読料は年会費に含まれています

URL ● <http://www.jac.or.jp>e-mail ● jac-room@jac.or.jp

35年かけて本州中央分水嶺を単独縦走

2006年、日本山岳会は創立百周年記念事業として、会の総力を挙げて中央分水嶺(北海道・宗谷岬〜九州・佐多岬間、約5000km)を踏破したが、その本州部分を単独で歩き続けたひとりの登山家がいる。35年かけての細切れ踏破ではあるが、継続する意思と歩きつないできた行動力の軌跡を綴っていただいた。

町田有恒

スタートは奥利根の山から

2016年11月6日、山口県の火ノ山から壇之浦に降りて、私の本州中央分水嶺縦走は終わった。1981年8月、高校3年生の夏休みに、単独で奥利根の丹後山〜平ヶ岳間を歩いて以来、35年かけての細切れ踏破であった。

1982年ごろ、アサギ同人の家田勇男氏の奥羽山脈スキー縦走の記録を雑誌で見て、山岳会などの集団ではなく、個人でもこのよ

うな超長距離縦走が可能であることを知った。家田氏のようなスキー技術はないが、自分もそんな長い山脈を歩いてみたい。そう思っ

て奥羽山脈に手を染めたのが、分水嶺縦走の始まりだった。

当初は青森県から山口県まで歩くことなど考えてもいなかった。何しろ奥羽山脈だけでも途方もなく長い。そのうえ登山道があるのはほんの一部だけ。ヤブこぎは得意な方だが、何百kmもこぎ続ける



冬の青森県・龍飛崎

ことはできない。雪の上を歩いた方がはるかに楽なので、1月から3月にかけての積雪期を中心に、急がずマイペースで奥羽山脈に取り組んでいった。1回の山行を4日から7日程度に区切って、歩きつないでいった。サラリーマン個

人の趣味なので、誰かとパーティーを組んで歩くことはなく、常に単独行であった。

その間、奥羽山脈だけを歩いてきたわけではない。あくまでも東北地方や北海道における未開のヤブ尾根や溪谷の踏査が自分のメインテーマであり、奥羽山脈はその一部に過ぎなかった。国内に残された秘境性を追い求めて、東北地方では南会津の数々の稜線や溪谷に足を運んだし、安達太良連峰〜飯豊連峰〜朝日連峰〜月山の縦走、北上山地の縦走、白神山地の縦走と沢の遡下降、北海道では日高山脈の縦走と遡下降などにも精を出していた。それらは奥羽山脈にも増して魅力的で楽しかったため、奥羽山脈の踏破には長い年月を要することとなった。

目次

35年かけて本州中央分水嶺を単独縦走・・・	1
第5回登山教室指導者養成講習会を 長野県・小諸市で開催・・・	4
規程類の改正等についてのお知らせ・・・	6
図書受入報告・・・	7
さんけん通信・・・	8
東西南北・・・	9
活動報告・・・	10
山行委員会	
支部だより・・・	11
栃木支部／関西支部	
Climbing & Medicine・77・・・	12
図書紹介・・・	13
新入会員・・・	14
会務報告・・・	15
ルーム日誌・・・	16
会員異動・・・	16
INFORMATION・・・	17
編集後記・・・	19

▶日本山岳会事務(含図書室)取扱時間
月・火・木・・・10～20時
水・金・・・13～20時
第2、第4土曜日・・・閉室
第1、第3、第5土曜日・・・10～18時

1999年までになんとか安達太良山から青森県の夏泊崎まで歩き終えたら、次は関東地方外周(栃木県境、群馬県境)の未踏区間を埋めたり、関東外周から奥羽山脈につながる作業が始まった。奥羽山脈の南端は安達太良山という意識があったが、安達太良山より南は川桁山塊や猪苗代湖岸山地と呼ばれ



分水嶺脇の静寂境、南八甲田の黄瀬沼

る山々が連なり、那須連山に接続している。知名度の低いヤブ尾根であるが、こうした不遇な山稜こそ先人の記録が乏しく、何が出るか分からなくて面白かった。

発表された記録に刺激を受けて

2004年に関東外周から夏泊崎までのおおむねつながった段階で大仕事が終わった気分になり、西日本に踏み出そうという気は起こらなかった。

そんなころ、2006年に日本山岳会が創立百周年記念事業として、本州にとどまらず、九州、北海道も含めて中央分水嶺の縦走を成し遂げた。巨大団体の力をもつてしても3年以上かかっており、全行程を通して歩いた人物はいな

い。また、期間内に広島県を歩いていない点も気になった。続いて細川舜司氏が2009年に本州の分水嶺を個人として初めて完歩した。氏の著書『日本の「分水嶺」をゆく』によると39年間を費やしている。私が中部山岳以西の西日本も歩いてみようかと思ったのは、これらの記録がきっかけである。

とはいえ、西日本以外にもやるべきことは多かった。

私はそれまで夏泊崎を北端と考えていたが、日本山岳会と細川氏は龍飛崎を北端としていたため、認識を改めて津軽半島を縦走しに行った。年末に龍飛崎から冬山装備で南下しようとしたが、ヤブが雪に埋まっておらず見事に失敗。代わりに5月の連休に歩きに行きたが、これまたほとんど雪がなく、ヤブこぎに終始した。標高の低い津軽半島で快適な雪山縦走ができるのは、ほんの一時期だと知った。

奥羽山脈の中でトレースが完全にはつながっていない部分も歩き直した。和賀山塊の薬師岳の北方、禿岳の北方、翁山の東方、半森山の南方、二井宿峠の北方、板谷峠周辺などがそれで、ほんの1km程度の空白区間であっても、赤線



奥美濃の雄、屏風山

をしつかりつなぐために再訪した。東岸の道路を歩いてごまかしていた十和田湖は、南岸・西岸・北岸の山稜を改めて歩きに行った。意外に残っていたのが尾瀬周辺で、県境と分水嶺が一致していない。尾瀬ヶ原や県境を歩いてつないでいても分水嶺を縦走したことにならないので、歩き直しが必要だった。中部以西の難関は奥美濃山地であった。油坂峠から能郷白山の間を暖冬の正月に歩きに行ったら、やはり雪不足で歩けなかった。雪辱を果たすため夏場に沢の継続遡下降でつなぎ、それはそれで充実感があったが、稜線を歩けなかった不満が残った。三度目の正直と

して5月の連休に稜線縦走に向かったが、ほとんど雪は落ちていて、ヤブこぎばかりになった。稜線に立ちはだかる頑強なシヤクナゲは、奥美濃山地を象徴するものだった。

奥美濃山地を終え西日本へ

2010年に奥美濃山地をクリアしてから、西日本への縦走を本格化させた。滋賀県、京都府、兵庫県の分水嶺歩きは、いたって順調だった。しかし、鳥取・岡山県境のヤブは予想以上であった。太さは親指より太く、背丈をはるかに超えるササ（むしろタケといった方がいい）のヤブに苦しんだ。恩原三国山から人形仙の間だけは冬季に歩いたが、それ以外は冬場に日程が取れず、無雪期にヤブをこいだ。遅々とした歩みでトレースは延びず、先が見えない。山口県に着くのは何十年後かと覚悟しながらの行脚であったが、広島県に入ると楽になった。今思えば、図太いササが見られた中国山地の核心部は、黒岩高原から大山（擬宝珠山）あたりまでだった。ササの太さや高さは、冬季の積雪量に比例するのかもしれない。

広島県の分水嶺は面白い。庄原

市から世羅町あたりは、2万5000分の一地形図を見ても、分水嶺が分かりにくい箇所が多いのだ。できるだけ忠実に山中を歩くつもりでいたが、迷ったり誘惑に負けたりして、道路を歩いて通過した部分もある。

広島県の分水嶺は本州の中でも特異な場所だが、広島県に限らず、「山腹をどこまで巻くことが許されるか」は縦走中の悩みどころであった。縦走だから、無名の小さなコブを巻くことは当然あり得る。かといって、大きなピークまで巻いて山麓の道路を歩いたら縦走にならない。基準を一体どこに置くべきか。稜線から何百m以上



広島県・海見山付近でササの中に幕営

離れてはいけない、といったルールを決めて歩いている人もいるそうだが、私は休暇がままならない勤め人で、日程に余裕がなかったため、その点はいささか曖昧で、葛藤があった。

私が鳥取・岡山県境のヤブにもがいていた2014年、徒登山岳会の執行一利氏が、大間崎を北端とした本州縦走を38年がかりで完成させた。終盤に行なわれた下北半島の縦走は特筆されるべき成果だ。

分水嶺踏破の先にあるもの

それから2年遅れで私も山口県の下関に着き、完歩することがで



分水嶺踏破を終え、関門海峡(地下トンネル)をくぐって九州へ

きた。ほかに記録を発表せずに完歩している人がいるかもしれない。分水嶺だけに集中して取り組んでいれば、個人でも10年以内で歩くことは可能だろう。それは40年近くかかった細川氏も執行氏もきっと同じで、最初は完歩を意識せず、山行を積み重ねるうちに「これは案外つながるかもしれない」と思っ、踏破に本腰を入れたのではないだろうか。

下関に着いて、もう分水嶺を歩かなくて済むという思いの反面、執行氏の歩いた下北半島を自分歩いているので、少し気になっている。日本地図を広げれば、本州の真の北端は夏泊崎でも龍飛崎でもなく、下北半島の大間崎なのは明らかだ。

また、関東地方に住む自分にとって、日ごろはなじみの薄い中国地方の土地勘ができたのは収穫であった。中国山地は分水嶺を歩くのに夢中で、分水嶺から外れた山や谷、観光地を訪ねる余裕はなかったが、三段峡や長門峡、秋吉台などは、地形図を見るだけでも興味深い。老後にゆつくり訪ねてみたいと思っている。

REPORT

第5回登山教室指導者養成講習会を長野県・小諸市で開催

3月4日(土)・5日(日)の両日、小諸市において登山教室指導者養成講習会を開催した。本講習会は、支部の活性化と次期リーダーの育成を推進するための施策として支部事業委員会が企画し、今回で5回目を迎える。回を重ねるごとに参加する支部の数も増え、今回は栃木、埼玉、千葉、東京都摩、神奈川県、岐阜、富山、京都滋賀、四国の各支部から19名が参加した。

近年の支部会員の減少は全国多くの支部が抱える問題であるが、新入会員を獲得するための方法として有効に機能しているのが、各地域の非会員を対象とした登山教室の開催である。実施している支部はまだ少数であるが、それぞれ入会者獲得の効果を挙げている。しかし、登山教室を開催するためには、技能のみでなく、初心者に対して登山技術と安全管理を指導するための教育のノウハウなど必要となる。

今回は、冬山登山における講習

支部事業委員会 武藤篤生

会で指導者を務める際に必要となる安全管理と指導技術を習得することを目標にして、外部より講師を招き3つの講義と実地講習を行った。スノーシュー・ハイキングは、初心者が気軽に取り組める冬山の入り口である。そこで、今回は初心者に安全で楽しい冬山体験をさせるためのスノーシュー講習も取り入れた。

1日目は安藤百福記念・自然体験活動指導者養成センターでの座学である。大久保副会長と宮崎支部事業委員長より挨拶と講習会開催の趣旨の説明を行ったのち、3つの講義を実施した。

弦間将樹氏は、各種資料と長野県警察山岳遭難救助隊の行った救助活動の事例から山岳遭難の実情を示し、その分析から冬山の事故の特徴を明らかにし、注意や配慮すべき事項を示した。また、山岳遭難救助体制の概要や救助を求める際の注意点を紹介した。

猪熊隆之氏は、気象現象の基と

なる基本的な原理を分かりやすく説明した後に、冬山の天気の特徴を紹介した。さらに実際の天気図を示しながら、天気図や観天望気の情報から現場でどのような判断をするべきかを説明した。

黒沢徹氏は、山岳ガイドとしての経験に基づいて、登山教室で受講生を引率する際に配慮すべき注意事項を説明した。新人の指導者にとって、現場で人任せにせず自分自身で判断することの重要性を強調し、受講生から出された様々な疑問や場面に対して、全員で議論しながらどのような判断をするべきかを、根拠も示しながら説明した。また、講義後の質疑応答と夕食後の懇親会では、登山教室を実施している支部と実施していない支部間での情報交換も活発に行なわれた。

2日目はバスで車坂峠に移動し、黒沢徹講師の指導の下、麓ノ登山を往復しながら実地講習を行なった。指導者として行なわなければならない判断を下す訓練のために、講師は具体的な指示を出さず、交代で受講者2名がリーダーとサブリーダーになり、その判断の下で登山を進めた。判断を行なう場面では、講師のリードの下で判断内

容を検証した。

スノーシューを装着してアサマ2000パークスキー場を出発し、ゲレンデに隣接した雪原を尾根まで登る。尾根の途中でアイゼンに履き替え、麓ノ登山を往復する。途中で講師の指導の下、装備、衣服、休憩、食事、スケジュール管理、アイゼン歩行、ピッケルの使い方などの技術講習を行なった。天候は下り坂であったが、途中、観天望気によつて昨日の猪熊隆之氏の講義内容を実地で確認することができた。本講習会も回を重ねることに参加する支部の数が増えている。また、毎回支部会員を参加させている支部においても、新人の登山教



麓ノ登山で実施された実地講習



3つの講義が行なわれた安藤百福センターでの座学

室スタッフを中心に派遣するなど、次期リーダーの育成という本講習会の目的によりふさわしいものになりつつある。受講者の所属支部で登山教室が開催され、そこから新しい仲間を迎えられることを願う、次回以降の講習会も続けてゆきたい。

3月4日(土)会場…安藤百福記念・自然体験活動指導者養成センター、カンファレンス・ホール

＊講義「山岳遭難救助活動と事故防止」／講師・弦間将樹(長野県警察山岳遭難救助隊副隊長)

＊講義「山岳気象の基本と冬山の天気入門」／講師・猪熊隆之(気象予報士、株ヤマテン代表)

＊講義「積雪期登山の安全管理」／講師・黒沢徹(日本山岳ガイド協会所属山岳ガイド)

3月5日(日)フィールド…高峰高原＊実地講習「麓ノ登山往復」／講師・黒沢徹(同前)

リーダー自身が成長し、視野を広げることの大切さを実感

東京多摩支部 北原周子

3月4日～5日の日程で、支部事業委員会主催「第5回登山教室指導者養成講習会」に参加した。この講習会には、第1回、第2回に続き3度目の参加である。

東京多摩支部では2012(平成24年)、たちかわ市民交流大学の「初心者登山教室」として、一般公募による登山教室をスタートさせた。女性参加者が多く、サポートの女性スタッフとしてお声が掛かり、翌年2月からお手伝いしている。当初は戸惑うことばかりで、先輩会員の見よう見まねの手さぐり状態にジレンマを抱えていた。資格もなく、知識やスキル、経験の乏しさを補うための手立てを求めていたとき、平成26年9月、森前会長の提案による登山教室指導者

養成講習会の第1回、第2回が開催されることを知り、参加させていただいた。

第1回は「登山におけるリーダーの法的責任」「失敗しない登山計画の立て方」についての講演が、市ヶ谷のルームで行なわれた。

第2回は「山の救急医療」と今回もご指導いただいた黒沢ガイドによる「リーダーの安全管理」「山での読図」、2日目は黒斑山で「実地講習」が行なわれた。「リーダーの安全管理」では、山岳遭難事故が増加する昨今、いくつかの要素が重なることが多く、リーダーの責任だけでなく、原因を個人のレベル(技術、準備、トレーニング、体力、経験、判断力など)に落とし込んでおく必要がある、と話された。

弱い人に合わせることを、自立した登山者を育てることが大切。仲間や山岳会などのアマチュア登山(ガイド登山、ツアー登山に對し)では、先輩から後輩に技術や知識が伝えられていくもので、仲間意識を持ち、人と人との関係性を強め、一人一人の状況をつかんでいくこと、ガイドレシオ・プラスアルファのものが大事だと教わった。人数把握や体調管理のほか、リ

ーダーとして、現場ではときどき後ろを見てチェックすることが信頼感につながる。後ろがついてきているか、離れないようにスピード、間隔をコントロールし、一定のスピードで止まらないこと。苦手な人、おとなしい人には積極的に声を掛けることなど、様々な形態のガイド経験をされている上での指導は、すぐに実践に活かされた。「リーダー自身が、抵抗のあること、新しいことを吸収すること、成長し、視野を広げることができるとい言葉が心に残った。

今回の講義では、最近、登山用品店などで登山教室が流行っているが、ただ連れて行ってもらうだけの登山教室は疑問だ。思考停止に陥らず、一人一人が考えることが必要だ、と話された。

2日目の麓ノ登山実習では、2人1組でリーダー、サブリーダー役になり、実際にすべきことを考える実習が行なわれた。長野県警察山岳遭難救助隊・弦間氏、ヤマテ代表・猪熊氏の講義では、リスク管理の厳しさを身の引き締まる思いで聞かせていただいた。今回勉強したことを心に刻み、より良い登山教室を目指したいと思う。

NOTICE

規程類の改正等についてのお知らせ

規程類の制定、改正等を行ないましたので要点のみ掲載します。

詳細は日本山岳会のホームページ(Bサイト)・「会員専用ページ」の規程集をご覧ください。

C1 規程類管理規程別表

〈改正点〉新規に制定した規程の別表への登録、組織の改正に伴う管理責任者の変更等(平成29年3月14日改正)。

C5 表彰規程

〈制定理由〉会長特別表彰規程をも含めて、新たに表彰規程を制定した(平成29年2月8日制定)。

C17 日本山岳会上高地山岳研究所管理規程

〈改正点〉準会員制度の導入に伴う利用者区分の改正(平成29年2月8日改正)。

C19 秩父宮記念山岳賞実施規程

〈改正点〉ほかの規程と合わせて条文形式に変更するとともに、受賞者氏名等の発表時期を明示した(平成29年2月8日改正)。

C30 会章等の使用に関する規程

〈制定理由〉日本山岳会の会章、会員章、略章等に関する根拠規程を新たに制定した(平成29年3月14日制定)。

D3 日本山岳会上高地山岳研究所利用要領

〈改正点〉本告示の後に詳細を掲載しているので参照のこと(平成29年3月14日改正)。

D8 JACマーク使用要領

〈改正点〉会章等の使用に関する規程の制定に伴い廃止する(平成29年3月14日廃止)。

(総務・公益法人運営委員会)

上高地山岳研究所管理規程および同利用要領改正のお知らせ

「日本山岳会上高地山岳研究所管理規程」(以下「管理規程」という)および「日本山岳会上高地山岳研

究所利用要領」(以下「利用要領」という)の改正についてお知らせします。

ご存じのように、「将来にわた

って通常会員数を増やし、当会の運営基盤、財政基盤を確立し、日本山岳会を安定的に運営していくため、当会の活動内容を理解する人を増やし、会員の裾野を広げていくこと」を目的に昨年10月から「準会員制度」がスタートしました。

これを受けて、山研に関わる「管理規程」と「利用要領」を改正することとなり、3月の理事会で決定したのでお知らせいたします。改正後の「管理規程」と「利用要領」は、日本山岳会のホームページ(Bサイト)・「会員専用ページ」の「規程と要領」に掲載するとともに、山岳研究所運営委員会運営ウェブサイトに「利用要領」を抜粋・掲載していますので、ここでは主な改正点についてお知らせします。

【管理規程】山研の利用者については同規程第5条で定めています。が、本会会員に加えて準会員を追加しました。また、非会員が本会、山研または山研利用者に損害を与えた場合、同伴(紹介を含む)した会員および準会員が「賠償の責を負う」旨、明記しました。

【利用要領】「管理規程」に基づき「利用要領」に利用者の資格、利用

第19回「秩父宮記念山岳賞」の推薦募集について

秩父宮記念山岳賞審査委員会

第19回「秩父宮記念山岳賞」の推薦(他薦に限る)を次のとおり受け付けますので、事務局まで資料をご請求ください。当会のホームページを活用される方は、推薦募集の詳細を掲載しておりますので、推薦要項・所定様式(ダウンロード可能)などをご参照ください。多数のご推薦をお待ちしております。

なお、本賞は公益目的事業でありますから、受賞対象者を本会会員またはグループに限定していません。

- ◎対象分野 登山活動／山岳に関する文化的活動、学術的業績
- ◎提出先 日本山岳会内 秩父宮記念山岳賞事務局
- ◎締め切り 平成29年8月31日

申し込み方法、利用料金、利用割引、施設利用時の注意事項などを一部改正しました。

①利用者の資格は、「学生部加盟の大学山岳部員」を「団体加盟の会員」に含めるとともに、「支部会友」および「海外山岳団体」を非会員に含めました。これは本会の定款、定款施行細則、管理

「山の日」歳事記 四月 新緑の山を歩き、大地の息吹を感じよう

「春山は淡治にして笑うが如く」という。やわらかなパステルカラーの若緑に彩られたこの季節の山では、芽吹き始めた樹間や林床のそこかしこで、早春の

花々が登山者を出迎えてくれる。そして山菜。大地の生命力が噴き出してきたような、その力強さと瑞々しさは、日本の春山ならではの恵みである。(重)

規程等に支部会友等の定めがないこと、また、山研の運営費用は会員および準会員が支払う会費により賄われているため、費用負担していない方は会員・準会員と区別しました。

② 利用料金と利用割引を一部改正しました。会員の利用料金は準会員を含めて従来どおりですが、非会員の団体割引の料金を若干値上げしております。

③ 火災防止のため火災報知器を設置しました。このため、焼肉やバーベキューのように煙が多発するものは、台所以外使用禁止(外部テラスも禁止)とし、火気厳禁の趣旨から「花火禁止」を明記しました。

(山研運営委員長 安井康夫)

山研利用料金一覧表

(円/泊)

区分/料金	利用料金	平日割引	団体割引
会員および準会員	3,000	2,000	2,500
非会員	4,000	3,000	3,500
中学生	1,000	1,000	1,000
会員・準会員に準ずる者	3,000	2,000	2,500

(注1) 平日割引とは、祝祭日前夜を除く月曜日から金曜日夜の利用を対象とする

(注2) 団体であっても祝祭日を除く月曜日から金曜日夜は平日割引とする

図書受入報告(2017年3月)

著者	書名	頁/サイズ	発行者	発行年	寄贈/購入別
河合明宣 他	NPOマネジメント(新訂): The Open University of Japan	303p/21cm	放送大学教育振興会	2017	発行者寄贈
みず森ひろ史	まほろばの山と高原	235p/19cm	白山書房	2013	出版社寄贈
米倉久邦(編)	「登山を楽しむ科学(IX)」フォーラム	21p/30cm	JAC科学委員会	2017	当会発行
松本市立博物館(編)	河野齢蔵: 生誕150周年記念特別展 博物学者のProfile	50p/30cm	松本市立博物館	2015	発行者寄贈
松本市立博物館(編)	松本まるごと博物館ガイドブック: ようこそ学都松本へ	196p/21cm	松本市立博物館	2014	発行者寄贈
溝上春見(編)	山: 長崎大学山岳部創立50周年記念誌	352p/26cm	長崎大学学士山岳会	2005	発行者寄贈
権藤司(編)	山から始まる自然保護: 山の自然学クラブ会報(第16号) No.16	160p/30cm	山の自然学クラブ	2017	発行者寄贈
川村匡由	地域福祉源流の真実と防災福祉コミュニティ: 浅間山「天明の大噴火」被災地復興の教訓	156p/19cm	大学教育出版	2016	著者寄贈

2016年度 洋書購入リスト

No.	書名	著者名	発行所	発行年	内容
1	Alpine Warriors	B. McDonald	Rocky Mountain Books	2015	スロヴェニアのスーパー・アルピニズムの軌跡。2015年ノンパ山岳書フェスティバル山岳史賞受賞
2	Up and About —The Hard Road to Everest—	Doug Scott	Vertebrate Publishing	2015	ダグ・スコット(1941~)(1975年エヴェレスト南西壁初登攀)の自叙伝
3	In Some Lost Place —The First Ascent of Nanga Parbat's Mazeno Ridge—	Sandy Allan	Vertebrate Publishing	2015	ナンガバルパット西面マゼノ稜の初登攀記(2012年) 2013年度のピオレドール賞受賞
4	The Maverick Mountaineer —The Remarkable Life of George Ingle Finch: Climber, Scientist, Inventor—	R. Wainwright	Allen & Unwin	2015	1922年のエヴェレスト隊でクライマーそして酸素器具の考案者として活躍した異端の登山家ジョージ・フィンチ(1888~1970)の評伝
5	The Ghosts of K2 —The Epic Saga of the First Ascent—	Mick Conefrey	Oneworld	2015	新資料を駆使したK2登攀史(1902~1954) ボナッティらの初登頂論争への新見解も含む

■図書室では毎年、洋書を購入しています。日本山岳会の蔵書として適切と思われる海外の本を、図書委員会が厳選して購入しています。2016年度に購入した洋書は5冊ですが、本の内容も簡単に紹介しましたので、ぜひ図書室で閲覧してください。興味深い写真も満載です。

さんけん通信

山研を開所します

——野鳥歌う春の上高地へのお誘い

今年も上高地のシーズンが始まります。山研の開所作業は4月22・23日、宿泊は4月25日から可能です。上高地開山祭は27日に河童橋で行なわれる予定です。

5月の上高地は快晴率が高く、青空を背景に神々しくそびえる穂高連峰を期待できます。

また、この時期は夏鳥たちが繁殖に向けて早朝からにぎやかに囀ります。オオルリはカラマツのてっぺんで伸びやかな美声を披露し、コマドリは針葉樹の林でお得意のコロトウーラを聞かせてくれます。5月も下旬になればカッコウもやって来て、大正池方面でよく鳴きます。耳を澄ましながらゆつくりと散策していると、野鳥にも性格の違いがあることが分かってきて、とても愉快です。

たとえば、おなじみのウグイスは意外に強気で、人が近くを通ると笹藪から「ケツキョケツキョ」と威嚇してきます。一方、のんきなアオジは無頓着で、梢に止まって、ひ

山研管理人 元川里美

たすら気持ち良さそうに歌っています。気ぜわしいヒガラやコガラはちよこまかと動くので、見ていると目が回ってきます。ホトトギスに至っては寝ぼけグセがあるのか、夜間に突然「特許許可局!」と叫んで驚かされます。

山研周辺にはカラ類の群れがよく訪れます。まだ木々の葉が茂らないうちは小鳥たちの姿を見つけやすいので、部屋の中に居ながらバード・ウォッチングを楽しめることもあります。昨年はキビタキがやって来て、山研前の林で鮮やかな黄色の喉元をチラつかせながら、ひとしきり遊んで行きました。

生命力溢れる春の上高地。お勧め情報を用意して、山研でお待ちしています。

*山研予約のご連絡は、5月の連休までは本部事務局へ、それ以降は直接、山研へ申込んで下さい。
山研電話 0263-1951253
3 F A X 0263-1951263
5

山研に自動火災報知器を設置

平成28年12月5日、山研の自動火災報知器設置工事が完了し、9日に消防署の検査に無事、合格しました。消防法改正に伴い、自動火災報知設備の設置が平成30年3月31日までに義務化されています。山研は消防法上「旅館・ホテル等」に分類されているため、面積に関係なく自動火災報知器の設置となります。工事費用節約と工期短縮の観点から有線ではなく無線による施工方法を選択しました。報知器メーカーから情報を収集するとともに、昨年3月に梓川消防署・安曇出張所を訪問して今後の進め方について相談。設置工事と申請手続きは、消防法上の資格と専門的な知識が必要のため、機器の選定と発注は電気知識がある山研委員が一部行なったものの、多くは専門業者に委ねざるを得ません。設備導入後の定期的検査と故障時の速やかな対応も考慮し、上高地出入り業者に委託することとしました。

システムの概要は、間仕切りされた各部屋・倉庫の用途に応じて煙感知器と熱感知器が煙や熱を感じると、自動的に無線中継機を

通して管理人室の受信機に伝わり、全館の警報ベルが鳴る仕組みです。山研の建物構造上、2階・1階は無線式の感知器を取り付けましたが、地下談話室は電波が届かないため、有線式となりました。山研の開所後、雪が積もる前に工事を完成させて消防署の検査を受ける必要がありました。工事前の届出、機器類の納期等により、11月上旬に地下談話室の配線、11月中旬に室内の足場設置、12月5日に感知器、無線中継機、受信機の取付工事を行なって、9日、雪のなか消防署員が来られて、検査合格をいただきました。

(山研運営委員長 安井康夫)



ニリンソウの群落と山研

東西南北

N

S

会員の皆様のご意見、エッセイ、俳句、短歌、詩などを掲載するページです。どしどしご投稿ください。(紙面に限りがありますので、1点につき1000字程度をお願いします)

続・秘峰登山のススメ

〈下〉

西川元禧

北アルプスでは越中沢岳(2591m)を追加したい。立山・一ノ越から浄土山(2820m)に登り、竜王岳(2872m)・獅子岳(2740m)と縦走。各種の高山植物が美しい五色ヶ原で泊まって翌朝は鳶山(2616m)を経て4時間ほどで越中沢岳に到着する。北アルプスのど真ん中にあることを実感する。この先3時間半進んでスゴ乗越の小屋に着き、翌朝は4時間かけて間山(2582m)、北薬師岳(2900m)と登り、展望の良い稜線をさらに2時間進むと薬師岳(2926m)に到着。頂上から2時間半下れば山小屋のある太郎兵衛平にたどり着く。

北アルプスでは南沢岳(2626m)も追加したい。針ノ木雪渓を登り、峠から左に、登山者がもっと少なく静かなコースを進み、頂上付近にコマクサが広がる蓮華岳(2799m)を経て北葛岳(2551m)、七倉岳(2509m)を越すとランプの宿・船窪小屋に着く。翌朝、崩壊の激しい稜線の縁を慎重に歩く所もあって船窪岳第2ピーク(2459m)、不動岳(2595m)と進み、さらに砂礫の道を進むと南沢岳に到着する。山頂付近はコマクサが咲き360度の展望だ。縦走路は烏帽子岳(2628m)、三ッ岳(2845m)、野口五郎岳(2924m)、真砂岳(2862m)と続くが、日程の都合で烏帽子小屋からブナ立尾根を下つても良い。南アルプスでは白峰南嶺の稲又山(2405m)を追加したい。水場が近い転付峠付近で幕営し、翌

日展望のない生木割(2539m)を経て策ヶ岳(2629m)に到着。さらに南に布引山(2584m)、所ノ沢越と進み稜線西側の水場のある小平地で幕営。翌日、稜線を進むと途中、踏み跡が判然としないう箇所もあるが稲又山に到着する。シラビソなどに囲まれ展望はないが貸切の静寂が得られ、山頂の少し先からは聖岳も眺められる。その先は明瞭な登山道が続き、青雉山(2400m)から水場のある池ノ平を経て林道に下れば畑薙ダムは近い。

北陸は白山連峰の別山(2399m)をお薦めしたい。にぎわう白山(2702m)から南竜ヶ馬場へ向かうと登山者が少なくなり、別山まで足を延ばす登山者はさらに少なく、静かに休憩しながら大展望を満喫することができる。その先、南へ草地で展望の良い稜線を三ノ峰(2128m)、二ノ峰(1962m)、一ノ峰(1839m)、銚子ヶ峰(1810m)と秘峰を越え、さらに下って水場もある神鳩避難小屋に泊まる。翌日は岐阜県石徹白の大杉まで下って、長い林道を蜿々と歩き、1700年前の創建と伝えられる白山中居神社に到着

する。

近畿では琵琶湖の西に連なる比良山系の釣瓶岳(1098m)を追加したい。山系北麓の朽木から蛇谷ヶ峰(902m)に登ると東には琵琶湖の眺望が広がり、長い稜線を進むと、やがて釣瓶岳に到着する。頂上からは、南の樹間から二百名山の武奈ヶ岳(1214m)、南東にはシャクナゲの時期ににぎわう堂満岳(1057m)や釈迦ヶ岳(1060m)が見えて、武奈ヶ岳から1時間の距離なのに登山者がいない。武奈ヶ岳からさらに南下し、ワサビ峠を経て鯖街道の坊村へ下る。

四国では白髪山(1770m)を追加したい。一ノ森(1880m)から剣山(1955m)、次郎笈(1930m)とササで美しい山肌の稜線を縦走し、樹林帯に変わって避難小屋を過ぎる。さらに西に進んで主稜線から南に分岐する尾根を50分行くと白髪山に到着する。

静かな山頂からの展望は北に三嶺、東に剣山、西に天狗塚、綱附森(1643m)が眺められる。分岐に戻り北に向きを変えて進むと、広いササ原に池がある三嶺(1894m)に到着する。西にササ原の

稜線を西熊山(1816m)へと進み、稜線鞍部から東に少し下った所に水場が近い避難小屋もあり、小屋から1時間20分でササ原にコマツツジが点在する美しい天狗塚(1812m)頂上に到着する。この山もすばらしい展望の秘峰である。

九州では祖母・傾縦走路の真ん中にある本谷山(1643m)を追加したい。九合目なのに水場の水量が多い山小屋から20分で祖母山(1756m)頂上に到着する。昔は九州最高峰と思われてウエストンも登頂している。稜線を南進、灌木に囲まれているが展望もある障子岳(1709m)を過ぎたあたりからやや開けた尾根道を古祖母山(1633m)へ向かう。頂上はスズタケが茂って展望はないが、春は稜線にアケボノツツジが咲く。尾平越まで下り、稜線を緩やかに登り、水場のあるブナ広場を経て樹林帯を進むと本谷山に到着する。木に囲まれ展望は全くないが、頂上前後の稜線から祖母山や傾山などが見えるし、貸切で静寂を味わえる。この先のトクビ展望台も眺めが良い。次の笠松山(1522m)も木に囲まれ、展望は傾山方面のみ。さらに約1時間下って九折

越の避難小屋に泊まり、翌日1時間半登り返せば三百名山の傾山(1605m)に到着する。

霧島連峰の獅子戸岳(1429m)も追加したい。百名山を目指す人は、えびの高原・賽ノ河原から最高峰の韓国岳(1700m)に登ることが多いが、大浪池登山口から大浪池(1411m)火口縁まで30分かけて登り、満々と水を湛えた直径630mの火口湖を半周し、避難小屋を経て韓国岳へ登るコースは静かで変化に富み、面白い。

獅子戸岳は韓国岳から南東へ1時間余で到着する。緑のない月面クレターのような火口の山が多い霧島で草や灌木があり、展望も良いのに登山者はほとんど来ない。さらに進むと火口底にエメラルドグリーンの池がある新燃岳(1421m)、次の中岳(1345m)は登山者も多く、ミヤマキリシマの春は特ににぎわう。高千穂河原から登り返して御鉢(1408m)の大きな火口の縁、馬ノ背を経てガレ場を登れば、天の逆鉾で有名な高千穂峰(1574m)に到着する。
*新燃岳および獅子戸岳は、火山活動のために2017年4月10日現在、登山はできません。

活動報告

山行委員会

蔵王の樹氷原 スノートレックに参加して

スノーマンスタールで有名な蔵王スノートレック(山行委員会主催)に新潟から参加した。メンバーはスノーシューのベテランぞろいで、男性8、女性8、合計16名だ。

かみのやま温泉駅に11時集合し、ジャンボタクシーで蔵王ライザワイルドスキー場中腹にあるペンション「tooコットン」へ向かう。

この時期蔵王エコラインは冬季閉鎖中で、バスだとスキー場の駐車場までだが、さらに宿の駐車場まで上がってもらった。そこからは徒歩。荷物はスノーマービルで運んでいただき、スキーヤーに注意しながらグレンデを横断し宿にたどり着く。なかなか瀟洒で素敵なペンションだ。少し休憩して、午後からは足慣らしのスノーシュー

・トレッキングに出发する。

山行委員が前日に下見をしてテープを付けておいてくださり、安心してブナ林の中を思い思いにふかふかの雪と戯れ、見晴らしの名所まで行って引き返した。天候が回復して、まだ歩き足りない人はさらに宿から上部のブナ林を登った。宿に戻り、夕食までの時間に自己紹介をしたり、差し入れのお酒やおつまみをいただきながら山の話で盛り上がった。

さて、夕食がまた豪華なフランス料理のフルコース。こだわりのワインとともに満足、満足。締めのコヒーがこれまた美味しい。それにしても、休日なのにスキー場は混雑していない。穴場か。

翌朝、2名の現地ガイドと合流して、同宿の若いカップルとともにスノートレックに出掛ける。宿からリフト乗り場までグレンデ脇を下り、リフトを2基乗り継いで

日本山岳会の各委員会、同好会の活動報告です。



雪の樹林帯を登るメンバー

標高1446mからスノーシューを履いて歩き始める。

なだらかな斜面を御田神の避難小屋を目指し歩くが、辺りはガスに覆われ視界が全く利かない。モンスターが所々に現れ始める。

小屋は雪に埋まり屋根を残すのみ。ここから樹氷林へ。沢状の場所が雪庇が張り出し、視界が利かないときは、ガイドなしでは進むことができない危険地帯だった。

中腹まで下ると見事なブナ林になり、ときおり日差しも出て、快適な歩みになる。突然ウサギが飛び出したり、キツツキの巣穴をのぞいたり、ガイドから植生についての説明を聞いたりしながら、午

後2時宿に戻った。遅い昼食のけんちんうどんと紅茶が疲れを癒してくれた。

私が若かったころ、新潟からスキーに行くといえ、もっぱら蔵王が主流だった。しかし、昭和57年に上越新幹線が、昭和60年に関

支部



全国各地の支部から、それぞれの活動状況を、北から南へとレポートします。

栃木支部

栃木支部創立10周年記念事業募金へのご寄付

栃木支部会員等33名から合計4万8000円のご寄付をいただきました。ここに謹んで御礼申し上げます(敬称略)。

10万円 坂口三郎
5万円 渡邊雄二
3万円 山野井武夫、中村靖弘
2万円 石澤好文、長百合子、神島仁誓
1万円 日下田實、森元一、小島守夫、前田洋子、牛窪光政、前田

越自動車道が開通し、上越沿線のスキー場が蔵王に取って代わり、わざわざ蔵王まで足を延ばさなくなった。懐かしい冬の蔵王を計画していただき、ありがとうございます。

(佐藤レイ子)

文彦、山本武志、上田景子、仙石富英、菱田克彦、後藤尚、船村徹、君島敏明、藤田礼子

その他 鈴木清一、白田徳雄、蓮實淳夫、渡辺剛、斎藤隆、稲葉昌弘、早川和子、石井シモ子、仲島正子、村田美代、井上孝郎、北見正光

関西支部

関西支部80周年記念募金の報告(最終2015年9月1日〜17年3月31日現在)

会報2015年2月号(846

号)報告(2015年8月31日現在)後の関西支部80周年記念事業への追加寄付金は390万円となり、合計で990万円となりました。ご協力に感謝いたします。

2015年9月1日以降にご寄付いただいた方々のご芳名を報告させていただきます(金額・入金日順)。(関西支部長 金井良碩)

50万円 重廣恒夫

42万円 茂木完治

20万円 黒田記代、松仲史朗、(一社)大阪府山岳連盟

10万円 野村珠生、辻和雄、武藤文隆、(特非)科学工芸技術委員会

8万円 ダイキン滋賀山岳部

5万円 十河利雄、鎌田守恭、大宅秀美、高木稔、新本孫宏、塚崎義人、茂木一真、金井良碩、(株)ケ

ンコー社

3万円 近藤宏、中村久住、坂口直樹、和子、橋本圭之輔、近大薬

学山岳部OB会、釘武昌、秦康夫、川崎美穂子・振一郎・麻美

2万円 杉山イタル、森山宏昭、小島一喜、河野直子、山田和人、栗

尾雅恵、広瀬健三、助川征、廣田猛夫、斧田一陽、野入和明、福山

恵理、山内幸子、久保和恵、澤田

Climbing&Medicine・77

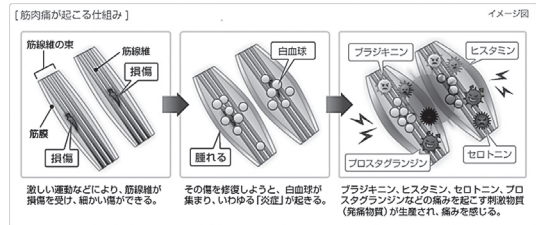
下山後の筋肉痛とアミノ酸の効果

浜口欣一

筋肉痛とは運動に伴って生じる筋肉の痛みで、運動が終わった後、数時間から数日までの間に起こる筋肉痛を、一般に筋肉痛と言います。登山後に経験しますが、普段使わない筋肉を使い過ぎた場合に起こります。

筋肉痛のメカニズムはよく分かっていません。以前は、骨格筋のエネルギー源であるグルコースが分解され、ATP (エネルギーの貯蔵・供給・運搬を仲介している物質) を取り出す際に生じる乳酸が骨格筋に蓄積するためと言われていました。しかし現在は、普段使わない筋肉を使ったり、同じ筋肉を使い過ぎると、筋線維や周囲の結合組織が傷つき、これを修復するために白血球を中心とした血液成分が集まることで「炎症」が起き、ブラジキニンなどの刺激物質が生産され、筋膜(筋肉を包んでいる膜) が刺激されて痛みが起こると言われています(イラスト)。つまり筋肉痛とは、傷ついた筋線維が修復する過程で炎症が起き、生成された刺激物質が筋膜を刺激して起こることです。

筋肉の収縮運動には、伸びながら力を発揮する遠心性収縮(伸張性収縮<階段を下りる>)、縮みながら力を発揮する近心性収縮(短縮性収縮<階段を上がる>)、伸縮なく力を発揮する



第一三共ヘルスケア・からだの症状・筋肉痛から

等尺性収縮(腕相撲)に分けられます。登山は、遠心性収縮と近心性収縮が主体です。特に筋肉痛になりやすいのが遠心性収縮です。筋肉を伸ばすときの方が筋線維への負荷が大きくなるために損傷が起こりやすく、修復にも時間がかかるからです。野口いづみ氏は、富士山を駆け下りたときにクレアチンキナーゼが3倍以上に激増していた経験があるとのこと。下るときは意識して穏やかな動作で筋肉への負担軽減を心がけるようにしましょう。

筋肉痛の予防には、日常の筋力アップトレーニングが重要です。筋肉の傷害を少なくするために、登山前の十分な準備運動とストレッチで骨格筋を動きやすい状態にすることや、下肢を冷やさないことも有効です。また、アミノ酸は筋肉の成分で、蛋白質の合成を促進し、分解を抑制する作用があります。筋肉の損傷を防ぎ、筋肉痛を軽減させる効果も期待できます。筆者は、アミノ酸製剤を服用した結果、思いのほか筋肉痛が軽減した経験があります。下山後の筋肉痛を軽減させたい場合に、登山前、登山中、下山後にアミノ酸製剤を摂取することが勧められます。

なお、過去のコラムは次の手順でご覧になれます。ご活用ください。

日本山岳会ホームページ→日本山岳会の活動案内→委員会→医療委員会 <http://jac.or.jp/info/iinkai/iinkai.html>

幸子、(株)MCM宮川廣年、大宅幸夫、松葉孝博、橋本剛
1万円Ⅱ西野俊一、安喜保、中島隆、井関正裕、嶋岡章、宮野章、大川紀美、平野晋一、上山加代子、南英敏、富澤克禮、今西美紗子、橋本直樹、馬島有美、内藤正司、阪下幸一、新井浩、川田哲二、大津陸郎、伊原哲士、赤山伸夫、須磨岡、小林京子、立石弘己、上田修美、山本義博、竹中雅幸、黒岩敦子、荻野昌宏、宗實慶子、金井健二、前田正彰、岐部明弘、羽田英彦、藤本悟、油谷昭、岡田春義、奥山重正、関谷誠、高野富夫、寺野四郎、永田啓治、仲村哲治、樋口博司、御影悦造、三上豊一、山本壽雄、八幡茂実、田中祥介、匿名、森本悠介、西岡睦代、杉山善三、深澤優子、岩田雅一、福田栄美子、山崎銓、田島聖子、武部佐和子、花村清文、山並久次、加納基嗣、千々岩廣臣、川島知子、黒岡勝弘、足立良雄、杉浦純二、石田智、西川和幸、日置誠司、小形修司、古川トシ子、磯田裕司、日置一孝、小山滋、清瀬祐司、江面孝子、松波幹男、福田孝幸、馬上寛、轟昌一郎、米山悟、藤本三樹雄
以上 132名



図書紹介

渡辺千昭写真集 聖山―永遠のシャングリ

渡辺千昭著



2017年2月20日
日本カメラ社
25.7×24.6cm
132頁
4500円+税

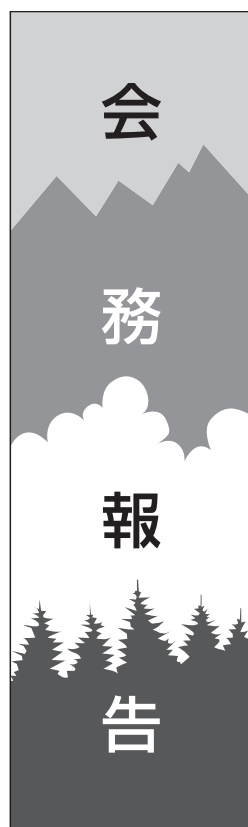
渡辺千昭さんはチベット、天山、アルタイ、長白山など中国大陸各地の秘境から、奥秩父、丹沢などの身近な山々までを多角的な視点でとらえ、創作活動をしている山岳写真家である。2003年にはご本人が「中国取材の一里塚」と表現される『シャングリ―東チベットの仙境へ』（東京新聞社）を出版されたが、その後も取材エリアを拡大し、四半世紀にわたる中国辺境撮影の集大成が本書である。「聖山」には人々の崇拜と信仰が伴う。チベット文化圏では信仰さ

れる聖山は「土地の神」を意味する「ユラ」と呼ばれる。この写真集に登場する山々はまさにその土地の「神」であり、厳しい自然環境の中にあつてその圧倒的な存在感を畏れ敬う人々の感情を反映している。また、響きのいい言葉「シャングリ」は本書の序文で中村保氏が解説されているように、元はジェームズ・ヒルトンの小説『失われた地平線』に出てくる架空の桃源郷であるが、チベット仏教圏に広く伝播した「時輪タントラ」に説かれる伝説上の仏教王国「シャンバラ」が語源ではないかと言われている。「聖山」も「シャングリ」も人々の長い歴史の中での信仰や感性の反映であるので、その場所に実際に身を置いて感じる機会があれば一番良いのであるが、そういう場所はない。はえてして辺境であり奥地である。私も四半世紀以上にわたりこの口

ケ地の多くの場所を実際に訪れており、そのご苦労が実感できるひとりである。

横断山脈に属する梅里雪山山群、ミニヤコンカ山群、コンガ雪山山群などは降雨量が多く、大量の積雪により氷河が形成される地域だけあつて天候が安定せず、山容を望むことすら容易ではない。こうして迫力ある画像で眺められるということは、写真家としての執念の賜物であり、文字どおりありがたいことだ。そして、そのレンズを通すと山々は時空を超えた信仰の聖山に、里は太古からそこに暮らす人々の営みこそが桃源郷であることを見事に映し出してくるのである。

桃源郷は今、一党独裁制の大国中国の中にあつて、チベット問題や大開発などにより急激な変貌の真つ只中にある。本書は今後、これらの地域の人々にとつてもノスタルジアな記録となるのかもしれない。しかし、渡辺さんは希望を失っていない。あとがきで「この大陸は、広大で奥深い。俗世間を外れた仙境には、まだまだ私の知らない桃源郷が存在している、と信じたい」と述べている。（渡部秀樹）



平成28年度第10回(3月度)理事会議事録

日時 平成29年3月14日(火)19時00分～20時40分

場所 集会室

【出席者】小林会長、吉川・大久保・山田各副会長、神長・佐藤各常務理事、勝山・中山・野口・落合・山賀・直江・星・谷内各理事、平井・重廣各監事(所用のため神長常務理事は業務執行報告11まで欠席)

【欠席者】大槻理事

【オブザーバー】節田会報編集人

【審議事項】

1・海外登山基金の使用計画変更について

海外登山基金からの110周年事業に係る支出の取り崩しおよび同基金の来年度以降の目的(計画)を海外登山等の助成金および12

報告

0 周年記念事業の海外登山の助成金とすることについて審議した。(賛成13名、反対なしで承認)

2・平成29年度事業計画書・予算書(案)承認の件について

平成29年度事業計画書・予算書(案)について審議した。(賛成13名、反対なしで承認)

3・会章等の使用に関する規程の制定について

会章等の使用に関する規程の制定について審議した。(賛成13名、反対なしで承認)

4・上高地山岳研究所管理規定および利用要領の一部改正について

上高地山岳研究所管理規程および利用要領を一部改正することについて審議した。(賛成13名、反対なしで承認)

5・平成29年度山研管理人の雇用について

平成29年度日本山岳会上高地山岳研究所の管理人およびアルバイ

トの雇用契約締結について審議した。(賛成13名、反対なしで承認)

6・中部山岳国立公園登山道標識デザインの一化について

中部山岳国立公園登山道標識デザインの統一化について、環境省に対し当会が一般社団法人全国山の日協議会、公益社団法人日本山岳協会、日本勤労者山岳連盟、公益社団法人日本山岳ガイド協会とともに要望書を提出することについて審議した。(賛成13名、反対なしで承認)

【報告事項】

1・2月受付分の入会希望者19名および1団体、準会員入会希望者6名について入会承認を行なったとの報告があった。(小林)

2・日本山岳会再生委員会から準会員入会者数の推移、会員カード申込数および提携先件数の報告があった。(佐藤)

3・5月13日(土)・14日(日)東京国際フォーラムにて開催予定である「全国山の日フォーラム」の概要について報告があった。(大久保)

4・全国山の日協議会の継続的な事業に関する標語案について報告があった。(大久保)

5・安曇野山岳美術館からの「没後20年記念原田達也版画展」への名義後援依頼について、これを承諾したとの報告があった。(佐藤)

6・公益法人安曇野文化財団からの「石橋崇至写真展」への名義後援依頼について、これを承諾したとの報告があった。(佐藤)

7・5月10日(木)～12日(金)開催の「第59回山松会夏山相談所」への協賛依頼について、これを承諾したとの報告があった。(佐藤)

8・3月9日(木)に開催された「平成28年度第3回評議員懇談会」において「役員選任及び役員就任年齢の制限」について意見交換を行なったので、今後、理事会において検討、対応していききたいとの報告があった。(佐藤)

9・2月16日(木)に開催された医療委員会主催講演会「登山者に役立つ膝の痛み・トラブルの予防と対処」について報告があった。(野口)

10・3月4日(土)・5日(日)に開催された「第5回登山教室指導者養成講習会」について報告があった。(大久保)

11・平成29年度通常総会出欠はがきを料金受取人払郵便とし、仕様変更することについて報告があつ

た。(佐藤)

12・平成29年3月末(平成28年度末)会費滞納除籍対象者について報告があった。(佐藤)

13・「山」3月号の発行予定について報告があった。(節田)

【連絡事項】

1・マナスル環境学術登山隊2016報告会について 2月25日(土) 東京農業大学

【今後の予定】

1・次期理事会等
4月度常務理事会 4月4日(火)18時30分 集会室
4月度理事会 4月12日(水)19時00分 集会室

平成29年度第1回評議員懇談会
4月18日(火)17時 集会室

2・事業計画・予算等

・平成29年3月31日(金) 平成28年度会計報告(提出期限)

・平成29年6月24日(土) 平成29年度通常総会(主婦会館プラザエフ)

会員異動

物故

筑木 力(2842) 17・3・23
堀越利男(4255) 17・3・2

石島襄二(4909) 16・11・18

柳 正博(9465) 17・2・14

渡辺美夫(11274) 17・2・24

武田 康(12754) 17・3・4

伊藤勇二(12979) 17・2・17

長谷川利鎌(13413) 17・2・28

八木五郎(15211) 17・3・

退会

池内信彦(7137) 石川

三原洋子(7689)

石井康夫(8086) 首都圏

大津幹夫(8104) 関西

藤谷和正(8387) 首都圏

西 信博(8459) 北海道

鈴木雄一(8695) 首都圏

古川良雄(9146) 越後

佐藤 有(9720) 福島

柏倉信義(10255) 首都圏

内山貞男(10334) 越後

佐藤曜子(10476) 福島

関口寿一(10618) 埼玉

夏目正憲(10625) 東海

吉田博至(10824) 神奈川

垣見侑子(10868) 東京多摩

高井やす子(10990) 越後

洞野吉徳(11071) 北海道

田中守之(11217) 東海

志賀 勤(11253) 東海

室賀 實(11355) 首都圏

秋山庸一(11403) 首都圏

中川平八(12081) 首都圏

宮崎 紘(12140) 京都・滋賀

井汲 博(12907)

清水和男(13007) 北海道

松島 宏(13293) 広島

大島美恵子(13479) 山形

池田祥祐(13672) 京都・滋賀

相澤秀直(13762) 秋田

松山幹男(13790) 宮崎

幕田光明(13851) 宮城

大和康郎(13872) 福井

西澤 忠(14570) 首都圏

桑田明美(14621) 広島

海野奈美子(14683)

延末義明(14739) 広島

藤川幸彦(14841) 広島

小林厚子(14866) 越後

藤原 咲(15189) 広島

田中洋行(15235) 首都圏

渡邊春実(15256) 東海

竹次優子(15324) 東京多摩

土居竹美(15541) 東海

波野壽代(15642) 福岡

日比野好春(15759) 岐阜

中村壽子(16030) 千葉

ルーム日誌 3月

1日 図書委員会 山行委員会

2日 山行委員会 YOUTH CLUB

6日 総務委員会

7日 常務理事会 スケッチクラブ

8日 家族登山普及委員会 休山会 山想倶楽部

9日 フォトクラブ 山岳地理クラブ 九五会

10日 公益法人運営委員会 二火会

13日 資料映像委員会 スキークラブ スケッチクラブ

14日 理事会 山岳研究所運営委員会 マウンテンカルチャ

15日 青年部 三水会 つくも会
16日 科学委員会 YOUTH CLUB みちのり山の会
17日 山の自然学研究会 スケッチクラブ
21日 資料映像委員会 再生委員会 スキークラブ
22日 自然保護委員会 麗山会 緑爽会 00会

23日 学生部 山遊会 フォトクラブ
24日 支部事業委員会
27日 総務委員会 YOUTH CLUB
28日 デジタルメディア委員会 遭難対策委員会
30日 青年部 3月来室者 520名

INFORMATION

◆新入会員のための徳本峠越えとウエストン祭

山研運営委員会
ウォルター・ウエストンの足跡をたどり、新緑の島々谷から残雪の徳本峠を越えて上高地入りします。上高地では山研に1泊して、翌日「碑前祭」に参加。新会員の仲間づくりを手助けする企画です。
日程 6月3日(土)・4日(日)
現地集合・解散。
費用 1万2000円(1泊2食、

◆山の日フォーラム開催

第2回の全国「山の日」フォーラムが5月13日と14日の両日、有楽町の東京国際フォーラムで開催される。テーマは「自然体験などを通じてたくましい子どもたちを育てよう」など。全国山の日協議会、環境省、林野庁、文部科学省などで構成する実行委員会が主催する。「山の日」を国民の祝日とすることが決まった2年前の3月には、同じ会場で第1回が開かれ、シンポジウムやトークショー、行政機関や関連企業などによるブース出展に、2日間で1万8000人が集まった。

2回目の今年は前回より規模は小さいものの《山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する》という祝日制定の趣旨を▲山と安全▲山と親しむための具体的なアクション▲貴重な資源としての森林と水▲登山と健康▲山と地域振興など、今後の具体的な行動に結びつけるテーマに絞り、基調講演やシンポジウムを問題提起の場にしたとしている。入場無料。

フォーラムとは別に同じ日の2日間、近くの日比谷公園で開催される「みどりとふれあうフェスティバル」に「山の日ゾーン」が設けられ、一般企業、非営利団体、行

政官庁が、祝日「山の日」にちなんだ展示をする。詳しくは当会または全国山の日協議会 (<http://www.yamanohi.net/>) のホームページで。

◆2017年度自然保護全国集会「外来種に怯える山の植物たち」

自然保護委員会(岐阜支部共催)
日時 7月9日(日)～10日(月)
場所 岐阜市港町 宿泊は十八番楼

日程 9日Ⅱ集会(支部報告、基調講演、グループ討議、懇親会) 10日Ⅱフィールドスタディ(伊吹山)

費用 1万4500円(フィールドスタディのバス代などは別途必要)
申込み 5月31日までに10日の参加有無を明記し、はがき、Fax、メールなどで。〒274-0006 船橋市習志野台4-43-1102 川口章子

FAX 0474-463-8721
syaki@pony.ocn.ne.jp
*申込者に詳細を送ります。

◆「修験の聖地を訪ねる」探索山行へのお誘い 科学委員会

関東を代表する修験寺院、三峰神社は流行のパワースポットだ。お守り「白い気守」が大人気。神社内の興雲閣に宿泊し、翌日に霧凧ヶ峰へハイキングを楽しみ、大滝温泉で汗を流す1泊2日の旅。

日程 6月10日(土) 7時30分 新宿西口の工学院大学正門前集合。バス約3時間で三峰神社表参道登山口へ。三峰神社・宮司の講話の後に食事、宿泊。

11日(日) 霧凧ヶ峰往復約4時間のハイキング後、バスで大滝温泉―新宿駅西口(解散)。

費用 約2万円(バス代、宿泊費)を予定

募集 40名(先着順)

申込み 氏名、性別、年齢、住所、電話番号(携帯が望ましい)を記載の上メールで

✉ kagaku@jac.or.jp 米倉、松本へ。はがきは米倉久邦

〒102-0007 5千代田区三番町7-6-303

携帯090-57900-

5052(米倉)、090-

5338-0118(松本)。

◆第4回アジア・太平洋登山学会／第37回日本登山医学会合同学術集会

6月2日～4日、松本市のキッセイ文化ホールで表紙集会が開催されます。登山医学会会員以外の方も参加でき、市民公開講座は無料です。

テーマ 登山医学と高所生理学の新たな幕開け

大会HP <http://mm2017.unin.jp/> 参加費 一般2万円、学生7000

0円(事前登録割引あり) 日程 6月3日(土)

・会長講演「[High-altitude pulmonary edema in Japan] 花岡正幸(信州大学内科学第一教室)

・シンポジウム「[Molecular and Genetic Aspects of High-altitude Adaptation]

・シンポジウム「[Mountain Emergency Medicine: Mountain Rescue]

・一般演題 6月4日(日)予定

・特別講演「[High-altitude Training]

・シンポジウム「[スポーツクライミングを支える医科学]

・一般演題

・市民公開講座 テーマ「女性と登山」

◆国立登山研修所 創立50周年記念講演会

主催 国立登山研修所友の会 日時 6月11日(日) 12時30分受付開始 13時開会

講演 13時10分～〈山岳気象〉猪熊隆之氏 14時50分～

〈冒険〉角幡唯介氏

定員 先着250名 参加費 無料

✉ tozanken.tomonokai.info@gmail.com

◆没後20年記念 原田達也版画展(企画展)

安曇野山岳美術館 登山家としても活躍した山岳画家・原田達也氏が、カラコルムのスキルブルム峰で写生中に亡くなって20年。この節目に当館所蔵の版画作品を一堂に展示し、氏の描く「山」と「生きざま」を体感していただき、作品のすばらしさを多くの方に伝えることを目的として開催します。

期間 4月21日(金)～7月19日(水) ただしGW期間を除く毎週木曜日休館

会場 安曇野山岳美術館第2展示室 長野県安曇野市穂高

有明3613-26

入場料 一般・大学生 600円

中学・高校生 300円

小学生以下無料(常設展・企画展共通)

◆岩橋崇至「大地の貌」展

安曇野市豊科近代美術館

当館25周年記念、春の特別展を開催します。

期間 4月28日(金)～6月4日(日)

時間 午前9時～午後5時

会場 安曇野市豊科近代美術館 全館(月曜、祝祭日の翌日休館) 長野県安曇野市豊科

5609-13 ☎ 0263-7315638

入場料 一般 700円 高校・大学生 500円 中学生以下無料

主催 安曇野市豊科近代美術館、公益法人安曇野文化財団

共催 信濃毎日新聞社

協力 岩橋崇至写真事務所、キャノン株式会社

後援 安曇野市、安曇野市教育委員会、市民タイムス、NHK長野放送局、SBC信越放送、NBS長野放送、TBSテレビ信州、abn長

野朝日放送あずみ野テレビ、あずみ野エフエムイベント 5月6日(土) 岩橋崇至講演会 5月21日(日) 子ども写真教室 4月29日(土)・5月13日(土)・5月20日(土) ギャラリートック ほか美術館バラ祭り

第71回ウエストン祭ご案内

今年も恒例のウエストン祭を上高地にて開催します。6月3日は島々宿から徳本峠越えの記念山行が行なわれます(悪天等により中止もあるので事前にご確認ください)。翌4日は梓川畔のウエストン広場で碑前祭が行なわれ、献花・献歌の式典の後、山を愛してやまない方が講演を行ないます。長い伝統に支えられたウエストン祭も71回を迎え、大切な山岳遺産として引き継いでいきたいと思っています。多くの会員の皆さまのご参加をお待ちいたします。

《ウエストン祭概略》
6月3日(土) 徳本峠記念山行 (22km、所要約8時間)

◆創立81周年日本山岳画協会

日本山岳画協会

日本山岳画協会はJACの会員が大半で構成されている山岳画家の団体です。このたび左記のとおり25名の作品展を開催します。

日時 7月2日(日)〜8日(土) 11:00〜17:00 (2日は12:00から、8日は17:00まで)

場所 東京交通会館B1 ゴールド

島々宿にて午前6時から島々町会の協力による出発式。信濃支部長挨拶、山行リーダーによる危険箇所や注意の後、参加登録して出発(自己責任による山行が基本です)。

6月4日(日) 碑前祭

ウエストン碑前広場にて午前10時から記念式典。日本山岳会会長挨拶をはじめ、献花、献歌、詩の朗読、山行報告が行なわれます。

「記念講演」田辺壽会員(元オ・プランタン・ジャポン社長、ヒマルチュリ初登頂者、元日本山岳会副会長)

(信濃支部ウエストン祭実行委員会)

サロン 東京都千代田区有楽町2-10-1

TEL 03-3215-7933
連絡 〒110-0011 東京都台東区三ノ輪1-28-16

杉山 修

TEL FAX 03-3873-2290
*なお、オープニング・パーティを2日18:00〜20:00に行ないます。

会報「山」延着のお知らせ

会報「山」は、昨年10月号から発送方法を、これまでの帯封からビニール封入に変えました。会員の皆さんへの年次晩餐会や新会員証発行の案内などを、会報とともに送ることができるようになり、またB5判の状態で折らずに発送できるようにしました。しかし、ビニール封入することにより、作業に多少の手間と時間が必要になるようになり、会員の皆さんのお手元に届くまでに多少の日数がかかるようになりました。これまでどおり速やかにお手元に届くよう努力いたしますが、多少の時間的な猶予を見ていただきたく、お願いいたします。

(会報編集委員会)

◆編集後記◆

●私の故郷である佐渡島の春は、山野草の花だよりから始まります。4月に入ると、船の中には登山者の姿が目立ってきます。特に年配の女性が多く、彼女たちのお目当ては、通称雪割草と呼ばれるミスミソウの中でも最も人気が高いオオミスミソウです。とりわけ佐渡のそれは花びらが大きく、色の変化の多様さで評判ということです。

●佐渡にはシカのような大型草食動物がいなく、島民も野草などには関心がなく、花たちは自然のままに咲いていました。ところが、近年は島内でも「雪割草展示即売会」が開かれていますし、盗掘も起こっているようです。島の人氣が高まることは嬉しいのですが、少子高齢化・人口減とともに、また心配ごとが増えました。(節田重節)

日本山岳会会報 山 863号

2017年(平成29年)4月20日発行
発行所 公益社団法人日本山岳会
〒102-0081
東京都千代田区四番町5-4
サンビューハイツ四番町
TEL 東京(03)3261-4433
FAX 東京(03)3261-4441
発行者 日本山岳会会長 小林政志
編集人 節田重節
Eメール:jac-kaiho@jac.or.jp
印刷 株式会社 双陽社