



2017年(平成29年)
10月号(No. 869)

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

目次

日本山岳会学生部ザンスカール遠征隊がL8峰に初登頂	1
支部合同会議を開催、将来に向けての着実な一歩を踏み出す	4
冬山トレーニングで行く冬富士の厳しさについて再認識を	6
追悼 覚悟の人 田中壯佑さん	8
追悼 奥野道治君	9
図書交換会出品目録および購入申込みの案内	10
活動報告	12
山行委員会	
新入会員	13
支部だより	13
東九州支部	
Climbing & Medicine	80
図書紹介	15
図書受入報告	16
会務報告	17
ルーム日誌	18
会員異動	18
INFORMATION	19
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

日本山岳会学生部ザンスカール遠征隊が L8峰に初登頂

「未踏峰に登りたい」という隊長の熱意から始まった4人の学生部遠征隊が、インド北西部・ザンスカールの未踏峰L8峰(6020m)の初登頂に成功した。「山岳部らしい泥臭い登山をすることができた」というこの遠征について、高根澤隊長がレポートする。

高根澤亮太

隊長／江口岳志(21) 神奈川県横浜
浜市出身、東京医科大学
隊員／宮地 聡(23) 神奈川県横浜
浜市出身、東海大学

【目的の山】IMF Route for 104
Open Peak List in J&K No.40
P6020 (L8峰) LAT33.09.24
LOG77.02.14

【遠征期間】

2017年8月16日～9月13日
【遠征隊メンバー】
隊長／高根澤亮太(21) 神奈川県
藤沢市出身、日本大学

隊員／西田由宇(21) 東京都世田
谷区出身、東海大学

2年前の夏、私は日本大学山岳部のザンスカール遠征隊の一人として未踏峰に挑戦していた。私のなかで初めての海外がこの遠征であった。見るもの、触れるものすべてが初めてであり、新鮮であっ

た。そして、何よりヒマラヤの山々に圧倒された。日本の山とは比べものにならないほど大きく、険しく、美しい。とても充実した時間だった。しかし、我々は頂上を目指し、ルートの難しさからそれ以上進むことができなかった。このとき私は、未踏峰登山の難しさと自分の登山技術の未熟さを思い知らされた。そして、必ずリベンジをしようとして誓った。

本格的に遠征に向けて動き出したのは2016年11月からである。日本大学山岳部の遠征の際も大変お世話になった京都大学山岳部OBの阪本公一氏に山を紹介していただいた。それと同時にメンバーも集結し、本格的な準備を始めた。自分たちの大学の部活動をこなしながら、遠征の準備やトレーニングをコツコツと行なった。

最初の合宿は2月の八ヶ岳。赤岳主稜と阿弥陀岳北稜の登攀であった。生活技術に関してはあまり問題なかったが、フィックス通過の際は大学によつて知識が異なっていたため、その場で確認を行なった。その後も杓子岳双子尾根や奥穂高岳南稜で合宿を実施した。実際にメンバー同士で山に行く機会は少なかったが、短い時間を効率的に使い、ロープワークや生活技術の確認、共有を行ない遠征本番に備えた。

灼熱のインドへ

8月16日(水)～17日(木)

前日は期待と不安のせいでなかなか寝付けなかった。いよいよ始まる。空港には多くの方々が見送

りに来てくださった。皆に別れを告げ、日本を飛び立った。

8時間のフライトを終えてデリーに降り立つ。とにかく蒸し暑い日本とは違う暑さだ。何より人が怖い。我々の荷物を狙っているのか、荷物の周りをうろろうしている。タクシーにも無事に乗ることができ、ホテルでひと息をついた。

IMFではリエゾン・オフィサーと合流し、登山にまつわる注意点などを説明された。インドという日本とは全く異なる環境を勢いで乗り切った1日であった。

8月18日(金)

いよいよレーに向けて飛び立つ朝、なかなかリエゾンが空港に現れない。チェックインを済ませた後も全く来る気配がない。なんと、大量に持ち込んだ荷物のせいで手続きが遅れ、飛行機に乗れなかったらしい。彼は1日遅れでレーに無事に到着した。

買い出しの手間を省くためすべての食料や装備を持ち込んだお陰で、レーではリラックスして過ごすことができた。

1週間のキャラバンを経て

8月20日(日)〜26日(土)



偵察時、AC付近(5300m)から見たL8峰

L8峰に向けて長い旅が始まった。初日は高所順応を行なうためツォ・モリリという湖を目指す。ツォ・モリリはとても巨大な湖で、周りに連なる山々も美しい。西田が体調を崩していたため、ほかの3名とガイドのツェワンさんで高所順応を目的に5900mの峠を目指した。悪路のため5400m地点までしか行くことができなかったが、頭痛や息切れなどの高度障害に襲われた。

キャラバン期間中の食事はすべてコックが作ってくれる。スパイスの利いたものが多いが、パスタやピザ、チャーハンまで出てくる。すべて美味であった。西田はスパ

イスのせいか終始、腹痛に襲われていたが、ほかのメンバーはもりもり食べていた。

その後は3日間の車両移動、3日間のトレッキングを経てベースキャンプ(BC)にたどり着いた。途中、学習院大学が登頂したL14峰や、2012年に学生部が登頂したL11峰を見ることができた。この周辺の谷にはまだまだ多くの未踏峰が存在する。美しく堂々と聳え立つ山々を前に胸が躍った。

予定の東稜から北稜に転進

8月28日(月)

いよいよ登山期間に入った。27日に行なった偵察で、当初予定していた東に延びるピナクル帯の尾根(東稜)が非常に脆く、通過は困難であることが分かった。そのため、1つ尾根を乗っ越して北側に延びる尾根(北稜)を目指すことになった。北稜に取り付くためには大きな氷河を下る必要があった。しかし、偵察では氷河の末端を確認することができなかった。また、予想以上に天候が悪く、雪が降り続き、濃い霧に包まれながらの行動であった。

出発日は1人当たり40kg近いザ

ックを担ぎ、ガレ場をひたすら登っていく。ザックを背負っているだけで息が切れてしまう。細かく休憩をとりながら、偵察の際に見付けた幕営予定地を目指した。5300m地点でテントを張った。徐々にL8峰が近付いてくる。

29日は荷物の半分を稜線上にデポした。5600m地点まで高度を上げる。この日も天候が悪く、氷河の末端や北稜を確認できなかつた。距離感もつかめない。実際にここまで行かないと何も分からない。これが未踏峰の難しさだと思った。

8月30日(水)

残りの荷物を背負い、東稜を乗っ越す。昨晩から雪が降り続き、5cmほど積もっていた。視界は昨日よりも悪く、辺り一面真っ白であった。荷物が軽いとはいえ、空気が薄いため息が切れる。ペースを上げ過ぎないように気を付けながら稜線を目指した。

デポを回収し、いよいよ未知の領域に足を踏み入れる。西田と高根澤が先行し、クレバスや落石に注意しながら下っていく。昼過ぎになると徐々に霧が晴れ始め、周囲を見渡すことができた。実際に奥に下りてみると、氷河がなだら

かにつながっており、容易にアタックキャンプ(A・C)を設営することができた。しかし、落石が多く、常にガラガラと音を立てながら落ちてきていた。落石の心配がなさそうな場所にA・Cを設営した。夜は冷え込み、気温が下がったせいか、氷河が割れる音がたびたび聞こえた。爆発音のような低い音だ。恐怖のあまり何度も目が覚めた。

2年越しの夢を果たす

8月31日(木)

アタック日。期待よりも不安の方が大きかった。昨日の昼間、ひどい頭痛に襲われたせい、夜はあまり眠れなかった。朝、少し頭痛はしたが問題なさそうだった。天気は曇りだが、ときどき晴れ間が見えた。風は弱い。山頂は薄い雲に覆われていた。

まずは山頂につながる稜線に向けて歩き出す。途中の氷河で2ヶ所ほど川ができていた。深くはないが流れが早い。川幅の狭い所を慎重に飛び越える。氷河歩きを終えるとガレ場に入る。途中に何箇所か雪が残っており、アイゼンがしっかりと効き歩きやすかった。傾斜は緩やかだが、空気が薄いせ

いかなり息が切れる。高度障害が出ないようにゆっくり登っていく。

主稜線に上がる手前の5mほどの雪壁に到着する。バーが刺さらないため22cmのアイス・スクリューを使用し、支点構築をする。雪の下は硬い氷になっていたが、アイゼンとアックスはしっかりと決まる。主稜線に出ると6000m級の岩峰が連なる景色を見ることができた。非常に美しい。ほとんどが未踏峰だと思われる。バーで支点構築を行ない、全員問題なく通過する。

ここから山頂までは長い雪稜歩行となる。雪庇に気を付けながら進む。先ほどよりも緩やかな登りだが、標高が高い影響かなり息が切れる。全くペースが上がらない。軽い頭痛もし始めたが、ここで引くわけにはいかないと自分で言い聞かせた。しっかりと水分とレシーションを取り、一步一步ゆっくり進んでいく。

途中に2ヶ所クレバスが口を開けていた。底が見えないほど深く、鋭い氷柱がばつくりと口を開けたクレバスの中に垂れ下がっている。赤旗を立て、慎重に通過する。頂

上まであと30m地点、もうひと踏ん張りだが、体が重い。息が上がらる。隊員たちに声を掛けられながら一步一步進んでいく。

ついに山頂に到着した。周りの山々が低く見える。疲労はピークに達していた。しかし、喜びはそれをはるかに上回っていた。とうとうリベンジを果たすことができた。2年越しの夢を叶えることができた。しかし、まだ半分だ。A・Cに戻るまでは気が抜けない。

気持ち切り替えて下山に集中した。主稜線に出た場所までは20分ほどで下れてしまった。5mの雪壁はクライムダウンで下りることができた。その後もガレ場を1



8月31日12時25分、全員でL8峰頂上に立つ

時間ほどで下り、A・Cに到着した。9月2日(土)

1日レストを挟み、皆が待つB・Cに帰って来た。やっと肩の荷を降ろすことができ、皆と熱い握手を交わし、暖かいチャイを飲んだ。体が暖まるのと同時に、達成感と幸福感が湧いてくる。皆も同じようだ。私たちは未踏峰に登ることができたのだ。

登山後の感想

「未踏峰に登りたい」——私のわがままから始まった遠征であったが、多くの方々に支えられ実現することができた。隊員全員が笑顔で帰国できたことを、大変嬉しく思っている。アタック日、L8峰までの道のりは決して難しいルートではなかった。ロープを出す機会もほとんどなかった。簡単に登れたと言えそうなのかもしれない。しかし、B・Cからすべての荷物を担ぎ上げ、A・Cを設営し、山岳部らしい泥臭い登山をすることができたのではないだろうか。そのすべての行程を踏まえて、未踏峰の頂に隊員全員で立てたことが、私自身にすばらしい達成感を与えてくれた。

REPORT

支部合同会議を開催、将来に向けての
着実な一歩を踏み出す

9月23～24日、全国33支部が一堂に会した支部合同会議では、当会が新執行部下において、将来に向かって具体的に動き出したことが、それぞれの立場から説明された。また、多くの高齢会員を擁する当会の、山行における安全対策についても議論がなされた。

永田弘太郎・谷内剛

9月23日(土)～24日(日)、2017年度の支部合同会議を、東京・四谷駅前の主婦会館プラザエフで行なった。全国33支部から支部長および事務局長が参加し、理事や関係する委員長なども合わせ100人近い出席者となり、規模の大きな会議となった。なお、昨年は出席者の発言機会が少ないなどの意見があつて、東日本・西日本エリアに分けての分割開催だったが、相互の意見交換の必要性などが求められ、全国支部が一堂に会しての開催となった。

【1日目】

冒頭の小林会長の挨拶では、これまでの成果を踏まえ、新たに改革を進める方針が示された。

前年度まで、タテ軸を支部と若手の活性化に、ヨコ軸を日本山岳会再生委員会を中心とした、①制

度設計、②会員サービス、③収益事業の三本柱として取り組んできた。昨年10月から発足した準会員は91名となり、会員カードの優待施設ができてさらに拡張され、収益事業も進んでいる。一方コスト削減も進み、その結果、財政赤字が大幅に圧縮され、黒字転化も視野に入るようになってきた。今年度には永年会員から寄せられた約250万円を超える寄付金も大きな助力となっている。

今年度はさらに改革を進めるため、①記念事業委員会の新設、②公益法人運営委員会を改革事業推進委員会と改称し、公益法人運営小委員会、改革事業推進小委員会で構成、③再生委員会の事業を再生事業推進ワーキング・グループに継承し、会長が主導するとの方針が示された。

〈会務報告〉

◆記念事業委員会について（重慶副会長）

新設された記念事業委員会では、創立120周年を迎えるにあたり、喫緊の「会員増強」「支部の活性化」「安全登山の強化」を中心課題とし、会全体で創立120周年の準備に取り組み、長い伝統を持つ日本山岳会の歴史を内外に知らしめる活動を行なうという方針や、具体的な内容案とそのタイム・スケジュールの概要が示された。また、実施するための募金組織を立ち上げる旨が報告された。

◆支部活性化策について（重慶副会長）

登山者人口や構成年齢、事故発生件数の推移などの紹介があり、既存会員をはじめとした高齢登山者の事故抑制対策を重視して、支部の活性化につなげていくこと。また、安全教育の機会を求める若年層獲得に向けたネットの活用について提案があつた。

◆支部の山を海外発信することについて（神長常務理事）

これまでの海外委員会を、新たなコンセプトを持った国際委員会と改称。「日本の登山文化、山岳地

域の情報を海外に発信」し、「日本の自然の豊かさや山岳文化・伝承などを支部員の言葉で世界に発信」する目標を掲げ、各支部への協力を呼びかけた。まずは支部の山や文化を、ホームページを通じて外国語で紹介する。

◆会計報告書および寄付金の取り扱いについて（古川常務理事）

平成29年度「支部予算書」および「支部会計報告書」作成のための留意点を説明。また、支部での寄付金の取り扱い方法について説明があつた。

◆再生事業の進捗状況について（佐野改革事業推進委員会委員長）

これまで日本山岳会再生委員会で行なわれてきた事業について報告があつた。「山のお弁当」は、昨年初夏から高尾山にて販売を開始。登録商標を出願、登録した。「登山用品販売」は、JACマーク、個人名を入れた登山用品のテスト販売を開始した。

◆「山の日」のイベントについて（萩原「山の日」事業委員会委員長）

8月11日に栃木県・那須で開催された第2回「山の日」記念全国大会の報告があつた。また、全国支部にアンケートを依頼した「山の



全国支部並びに本部役員・関係者が多数出席し、報告や意見交換など様々な議題が討議された

日」への取り組みについて、結果の報告があった。7月から9月にかけて、親子登山など「山の日」の関連イベントを実施した支部は26支部だった(約8割)。

◆安全登山について(中山副会長)

高齢者が際立つ山岳遭難事故の増加を受けて、各支部における安全対策の意識付けの強化と、行なったアンケート結果の報告があった。加えて、支部山行における計画書の提出と事故発生時の本部の連絡体制についての説明がなされた。個人山行の責任の所在や登山計画書について意見が出された。

◆広島支部での遭難事故の報告(八幡広島支部支部長)

8月29日に発生した北海道・幌尻岳における遭難事故について説明があり、事故を受けて広島支部の当面の活動休止が報告された。各支部からは事故発生時の対応についての質問があった。

【2日目】

〈意見交換〉

◆会員数の現状とこれからの方針(永田常務理事)

現在の会員数と年齢構成の分析によって、近い将来に会員数が大幅に減少する予測が報告された。

そして、その打開策として「会員一人一人による入会者の誘いかけ」が提案された。

◆日本山岳会の現状と課題、準会員制度の取り組みについて(吉川財務委員会委員長)

吉川委員長からも会員数と会費収入の分析結果が示され、当会全体としての危機感の共有と準会員獲得を推進するための提案がなされた。財政困難な状況下で、支部においては地元の支援や公的助成金活用によって活動の活性化を進めてもらいたい、との提案があった。

〈報告および連絡〉

*山本支部事業委員会委員から、北関東ブロックと南関東ブロック合同の「支部事業情報交換・交流会」の実施状況について、映像を交えながら報告があった。

*大塚デジタル・メディア委員会委員から、ホームページ、ブログ、フェイスブックの違いや、それらを活用することによって得られる支部の情報発信や会員増強のメリットについて、実例を交えながら説明があった。

*今年度の年次晩餐会の概要(申込み順の指定席、講演会は13時開始など)の説明。また、当日午前中の支部長会議は開催せず、連絡会

とする旨説明があった(永田常務理事)。

*来年2月に安全対策を主眼とした「支部指導者の安全対策講習会」が行なわれる旨の連絡があった。(宮崎支部事業委員会委員長)

*西山北海道支部長から、2018年7月21〜22日、北海道上川町で行なわれる第34回全国支部懇談会の開催概要について説明があった。また、栃木支部の前田事務局長から、2019年第35回全国支部懇談会は、栃木支部で開催予定であるとの発表があった。

(総務担当常務理事)

ALERT

冬山トレーニングで行く冬富士の厳しさに ついて再認識を

事故の8割が下山中の滑落

羽田政人

地元の山岳会ということで、我々御坂山岳会員は富士吉田署の山岳救助隊員に任命されています。要請の9割は積雪期の富士山の行方不明者の捜索か、遭難救助で出動している状況です。

自宅から見える雪に抱かれたシンメトリーの富士は実に美しく、毎日見ても飽きることがありません。そんな美しい富士山も、内面は非情な山なのです。戦後以降、山梨県側だけでも冬季に約260名からの遭難死者を出しているのです。事故の約8割が下山途中の、八、九合目からの滑落です。

厳冬の富士の斜面は、雪が降っては昼の気温で表面が溶け、それが氷点下の夜に凍り、アイゼンのツアツケが1mmと刺さららない、鉄板のような蒼氷と化すのです。九合目に立つと、何一つ遮る物がなく五合目まで一気に見渡せる、約30度からの凍った大斜面を下山

山梨支部／静岡支部

するのは、何度経験しても緊張以上に恐怖心すら感じます。

滑落死した現場での遺体は無残過ぎて、とても家族には見せられません。氷の斜面を時速60km以上の速さで数kmの距離を滑落する途中で、飛び出ているいくつもの岩に当たり、そのたびに体のどこかを打撲、骨折のダメージを受けるのです。きつく締めているはずの登山靴は脱げ、上下の着衣はズタズタにちぎれて肌が見え、両手足は骨折したため関節の反対方向に曲がり、頭蓋骨が割れているため顔の皮が冷たい地表に凍り付き、人相が識別できない状態のこともあります。亡くなった滑落者は、多少の違いはありますが、ほとんどの方がこのような形で見つかっています。

5月の北岳で、滑落をもうに目撃したことがあります。バットレスの4尾根上部を登攀中、「ギャーッ」という悲鳴とともに中央稜から人が降って来たのです。後は

チュルチュルという滑る音がしたかと思うと「グエー、グエー」と何度か奇声が聞こえ、しばらくして静かになりました。奇声を発したときが、多分岩に当たって打撲を負ったときだと思います。

私の脳裏には、この人の最期の姿が、富士山で亡くなった滑落者の姿と重なって浮かんできました。頂上で写真を撮っていて、雪庇を踏み外したとのこと。このときの断末魔の悲鳴は、いまだに私の耳に残っています。

滑落の原因として、歩行中にアイゼンを引つ掛けてバランスを崩した、八合目で小用を足していて突風で飛ばされたなどという事故もあります。富士の風は3方向だけでなく、斜面を上ってくる下方からの突風も要注意です。七合五勺で休憩中、上部にいたほかのパーティーが誤って落としたザックが当たり、滑落した事故もあります。これなどは、もちろん落とした方も悪いが、斜面での休憩の基本である、上部からの危険に対してどう回避するか、注意が足りなかったかと思えます。

なお、富士山の斜面においては、バランスを崩したとき滑落停止の



まずは徹底的に雪上訓練を受けるのが山頂への第一歩(吉田口)

姿勢を取るにも、その瞬間に、一発目のピッケルの打ち込みで停止しないと、滑り始めるとまず停止は困難であろうと思います。

最後に、富士山で逝ったすべての岳友のご冥福をお祈りします。
(山梨支部会員／富士吉田警察署
山岳救助隊)

怖いのは突風とアイスバーン

有元利通

毎年、冬富士遭難についての報道に接します。また、京都のグループで亡くなった方の遺族からは、静岡市が裁判で訴えられていて係争中です。救出にへりで行き、吊り上げた後、落下して行方不明に。



強風が地吹雪となって舞い上がる厳冬の富士宮口

翌日発見したが、死亡していたというケースです。また昨年、本会の一支部での遭難死亡例もありました。これらと私の経験も踏まえながら書いてみます。

私の場合、30代後半まではすべて単独行でした。単独行者が冬山技術を習得するには、本による知識と実践しかありません。幸い私が冬山を始めた20代ころには、ヤマケイのアルパインガイド別冊『冬山入門と案内』という本があり、

冬富士についてもこれで学びました。この本は、富士山測候所に勤めておられた山本三郎さんが、富士山について執筆されています。

私の厳冬期富士登山は、御殿場

口です。厳冬期の富士を登る場合、まず登ろうとするルートに夏に何度か登って、地形を頭に入れておいて欲しいと思います。特に御殿場口では、下りですまずホワイトアウトになります。この場合は右へ右へとルートをとって下ります。右へ行けば、宝永山、双子山、樹林帯が出てきますから。

先述の京都のグループの例では、亡くなられた2人のうち、エベレストに登っていたリードの方の方は別として、もうひと方(遺族が裁判を起こされている方)は、夏富士は一度登られていたか、という程度の経験でした。また、女性2人は夏富士未経験のようで、大分経験不足と感じました(私が目にした事故報告書のコピーより)。

したがって、夏の富士に2、3度登ったら、初冬(10月中・下旬～11月初め)か、残雪期(4月～6月)の富士を登っておいて欲しいと思います。これは、前述の山本さんも書いておられます。

冬富士で厳しいのは、突風とアイスバーンです。風は左右上下から来て雪を舞い上げ、つむじを巻いて去っていきます。下から見ると綺麗ですが、八合目から上

ではその最中に身を置くわけで、しつかりとした耐風姿勢が取れないと極めて危険です。

それからアイスバーンです。前の京都のグループでは、比良山系で冬山訓練をやった、とありましたが、全く条件が違います。比良では雪ですから、アイゼンも良く効くでしょう。滑落停止もピッケルでできるでしょう。富士山は言うまでもなく独立峰ですし、比良の3倍の高度です。富士宮口では、11月中・下旬ごろから九合五勺の上は凍結して、徐々にアイスバーンになっていきます。御殿場口の八合目から上の大弛(おほたるみ)(夏道)や、吉田口の夏道・本八合から上や吉田大沢直登コースは、早くからアイスバーン状になるでしょう。

私が登っていた御殿場口・長田尾根も、測候所が無人になった少し後で測候所が設けた鉄柵が撤去されたので、安全ルートはなくなりました。長田尾根もピッケルとアイスバイルで確保しながらの登・下山になるでしょう。大弛コースはもつと危険ですから要注意。なお、「1月ごろ山頂の雪はどのくらいですか」とか聞かれますが、雪は年により、日によ

って違います。山頂の雪が一番多いのは、5月下旬～6月初めです。冬型の気圧配置が強いときは、降った雪はすぐ飛ばされるので、尾根上や頂上、御鉢では少ないです。もつとも、飛ばされた雪は沢筋に積もり、吉田口や御殿場口・大弛ではそれが凍結していきます。

アイスバーンで滑落すると止まりません。雪ではないので、滑落停止訓練も意味をなしません。新雪の後はアイゼン、ピッケルが良く効きます。ただ、午前中登っているときは良いですが、下るときは雪が飛ばされていて、アイスバーンが出てきたりもします。

以上、気がついたことを書きましたが、そのほか気象の変化を早く、深く読み取ることが必要です。天気は冬型の西高東低ではなく、移動性高気圧を狙うのが良いでしょう。このごろは冬型の気圧配置が弱くて、山頂の雪も多めのことが多いになりました。それと春一番が3月より早く、2月の2週目くらいに吹くこともあるので要注意です。そういうときは、絶対に入山してはいけません。まず登れませんし、遭難あるのみです。



覚悟の人 田中壯信さん

八木原 園明

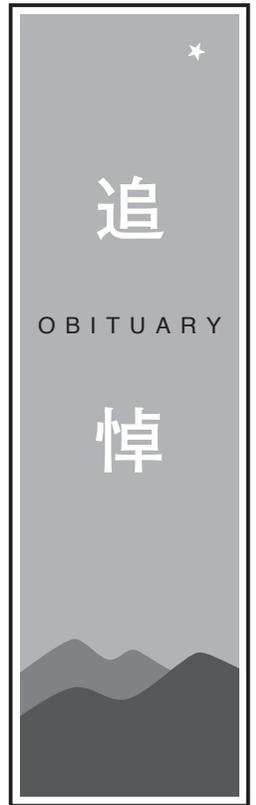
前群馬支部長の田中壯信さんが9月4日に亡くなった。胃癌で、発見されたときにはもう難しい時期だったという。私どもがご本人から聞かされたのは、今年の春先のことである。1940(昭和15)年8月生まれ、77歳だった。2人のご子息も医師に。

「覚悟の人だった」と高崎市倉渕町の東善寺住職・村上泰賢さんは言う。東善寺へ奥さんと赴いたのは2月ごろだったというから、発見直後のようである。「私は生きる覚悟をした」と言い、「宏岳院医燈壯光居士」の戒名を付けてもらい、葬儀の相談までしたという。泰賢和尚は群馬県高体連登山部の元委員長であり、1980年の夏休みに、自ら群馬県内の高校登山部顧問を隊長としてインドのシヤルミリ峰(6096m)を初登頂したときの隊長である。東善寺は幕末の重臣で、倉渕町で処刑(斬首)された小栗上野介忠順の菩提寺である。

田中壯信(たなか・そうきち)

会員番号 7968

1940年8月15日 前橋市生まれ。
1956年 前橋高等学校山岳部入部。
1963年 鵬翔山岳会入会。
1969年 群馬大学医学部卒業、同大脳神経外科入局。
1971年 日本マナスル西壁登山隊。
1972年 群馬県山岳連盟ダウラギリIV峰登山隊。
1973年 エベレスト第II次RCC登山隊、日本山岳会入会。
1978年 マナスル・オリンパス登山隊(アルパイン・スタイル)。
1987年 群馬県山岳連盟理事に。
2013年 日本山岳会群馬支部長に。



亡くなる数日前の1日には「山の空気が吸いたい」と言って赤城山へ行き、車からは降りなかったが、冷気を吸って帰って来たという。前橋生まれの山好きとしては赤城山が「近くて良い山、ふるさとの山」だったろうし、赤城に別れを告げて来たのか。

今から50年も昔、5月の連休に八ヶ岳の全山縦走をして前橋駅へ着いてバスを待っているとき、特大のキスリングを背負って自転車で帰る田中さんを見送ったのを覚えている。鵬翔山岳会の合宿の帰りだったと思う。

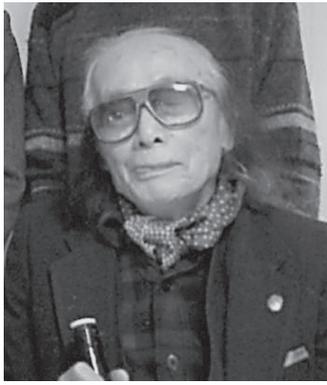
田中さんと一緒の山は、1972年春、群馬県山岳連盟のダウラギリIV峰だった。田中さんは1年前の71年にマナスル西壁を経験していて、唯一人の8000m峰経験者だった。群馬初の鳴り物入りヒマラヤ登山も、松井高重郎さんの高山病死などで登山は失敗に終わった。登山隊の報告書には、田中ドクターによる克明な検証がされていた。

1981年、私がカンチェンジュンガで両足に凍傷を負い、帰国の翌日に長野の佐久病院へ行くと、なぜか田中さんの脳外科病棟に入

院。内臓は丈夫なわがまま凍傷患者に外泊許可を出し、田中さんに私を泊めて、奥さんの手料理で一杯飲ませ、また翌朝一緒に病院へ戻る。ほかの患者がうらやむ、優雅な外泊だった。

4年ほど前、日本山岳会の群馬支部を設立することになり、「支部長就任のお願い」に藤岡の介護老人保健施設へ行く。渋々引き受けてくれたが、条件は「八木原君が事務局長をやるなら」だった。私も渋々引き受けて支部は無事にスタートした。施設長室にはマナスル(71年、78年)やエベレスト(73年)などの写真が掛けられていた。

告別式当日、式場へ入ると自ら選び製作した高校山岳部から社会人山岳会時代、4度のヒマラヤ登山、そして家族登山がスライドショーとして流されている。最後には感謝の言葉まで添えられていた。私などには末期癌を宣告された人の心の内を察しようもないが、田中さんは、家族にさえ痛さや苦しさを訴えることもなく逝つたという。医師としての矜持か。覚悟の上の見事な人生の締めくくりであった。



奥野道治(おくの・みちはる)

会員番号 9853

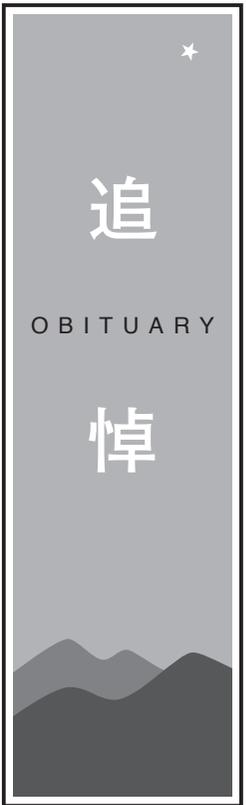
- 1948年 東京大学卒業、在学中はスキー山岳部に所属。
 - 1986年 日本山岳会入会、紹介者は松丸秀夫、中村純二会員。
 - 1991年 美術クラブSUN燦会を結成。
 - 1995年 晩餐会での展示を機に同好会となり代表就任(2012年まで)。
 - 2017年6月8日 逝去。
- 『美術家名鑑』(2006年版)によると、雅号は奥野溪石、版画(木版画)家。慈彩会、大調和会、日本山林美術協会に所属。

追悼 奥野道治君

中村純二

奥野君とは、ともに東大スキー山岳部(TUSAC)に属し、当時は戦時中で食料などが大変不足していたが、山スキーだけはよく楽しんだ。

昭和22年1月には、東大乗鞍寮を根拠地にして位ヶ原山荘にも登って、剣ヶ峰や富士見岳などにかけたが、彼は花巻温泉で生まれ、少年時代は、冬はもっぱらスキーを使って過ごしてきたので、スキ



ーの腕前は木下是雄先輩を凌ぐものであった。その後、蔵王のコーボルト・ヒュッテや、吾妻山の薬師温泉などにも出かけた。

同年5月には奥日光・光徳小屋、夏には奥又白谷、その後、剣岳・源次郎尾根などに出かけている。

彼は昭和42年から2年間、関西に移ったが、たまたま抽選で当たった交通至便なマンションの部屋が大変広かったため、田口一郎、釣田正哉が中心となり、関西TUSACルームとして大いに賑わった。世話人は松丸秀夫、奥野道治、笠

原健二郎であった。

奥野君はそのころから版画をよく作成するようになり、東京に戻ってからは自宅でTUSAC美術展を開き、鈴木正俊、三宅次郎、榎本進らの賛助出品もあつて盛会だった。

山岳会の行事で裏磐梯に出かけたが、東大教養学部のみ文講師ロシエさんも参加したクロスカントリー・スキーには奥野君も加わり、銅山小屋まで登ったり、五色沼ではワカサギ釣りを楽しんだりした。

20年ほど前には、白神山地の沢歩きに彼を誘った。赤石川を遡行して白神沢との合流点で支稜に取り付き、玄関岳に登った。小沢を

渡ったり、ヤブをかき分けての登りは、彼にはちよつと厳しかったようだが、ともに玄関岳のすばらしい展望を楽しむことができた。

夕方、クマゲラの巣がある沢筋の草地にテントを張ったところ、次々にクマゲラが巣に戻り、口移しで雛に餌を与えるシーンが目撃でき、すばらしい一刻であった。このときのいくつかの場面も、その後の「溪石」の版画となり、よき思い出となっている。「溪石」は奥野君の号。

去る6月18日、彼の訃報を知られたが、彼との長い交友を思い、淋しい気持ちを感じ得なかった。

(名誉会員、元副会長)

「山の日」歳事記 十月 灯火親しむの候②

山の言葉に耳を澄ませよう

山と向き合っていると、山の語り出す言葉が聞こえてくる。山に語りかけた人の言葉が聞こえてくる。媒体は何であれ、それが伝えるのは言葉だが、山自体が、さまざまな言葉が響き合い、文化を発信する巨大なメディアではないかとも思える。

インターネットが活字出版に取って代わりそうな昨今だが、アメリカでは紙媒体の印刷本が復活傾

向を見せているらしい。読書の秋……去りゆく夏の山々がまた語り始める。耳を澄ませてみよう。(穂)



彫金「森の知性フクロウ」 帖佐美行・作

ナンバー	書名	著者	出版社	発行年、その他	価格
124	穂高の岩場 1	岩稜会 編	朋文堂	S34 初版 函	2冊セット 1200
125	穂高の岩場 2	岩稜会 編	朋文堂	S35 初版 函	
187	山の画帖 コマクサ叢書 第十二巻	茨木猪之吉	朋文堂	S34 初版 函	600
192	日本アルプス登山と探検	ウヰホ著 岡村精一譯	梓書房	S8 初版 函 蔵書印あり	1000
193	雲表縦走	藤木九三	三省堂	S10 初版 函 壊れ サイン入り	600
197	山 研究と随想	大島亮吉	岩波書店	S5 三刷 函 蔵書印あり	800
205	黒部	冠松次郎	修道社	S34 初版 函	2冊セット 1000
206	黒部続篇	冠松次郎	名著刊行会	1966 初版 限定版第519号 直筆短歌・サイン入り・函	
207	奥秩父研究	原 全教	朋文堂	S34 初版 カバー	1500
212	詩集 雲表	藤木九三	黒百合社	S6 初版 函	600
234	復刻版 梓書房 山 1巻 昭和9年創刊号-6月号	小島烏水、 木暮理太郎、 田部重治ほか	出版科学 総合研究所	S55 全6巻 函	6冊セット 1500
235	復刻版 梓書房 山 2巻 昭和9年7月号-12月号				
236	復刻版 梓書房 山 3巻 昭和10年1月号-6月号				
237	復刻版 梓書房 山 4巻 昭和10年7月号-12月号				
238	復刻版 梓書房 山 5巻 昭和11年1月号-7月終刊号(2月号休刊)				
239	復刻版 梓書房 山 6巻 付巻				
247	山の眼玉 朋文堂山岳文庫 第九巻	畦地梅太郎	朋文堂	S32 初版 函	2000
248	山は屋上より 朋文堂山岳文庫 第五巻	足立源一郎	朋文堂	S31 初版 函	1000
249	原野から見た山 朋文堂山岳文庫 第七巻	坂本直行	朋文堂	S32 初版 函	1000
250	日翳の山 朋文堂山岳文庫 第十一巻	上田哲農	朋文堂	S33 初版 函	1000
276	山の憶ひ出 上巻	木暮理太郎	福村書店	1954	800
277	山の憶ひ出 下巻	木暮理太郎	福村書店	1953	800
278	忘れえぬ山 I	串田孫一編	筑摩書房	S34 初版 函	800
279	忘れえぬ山 II	串田孫一編	筑摩書房	S34 三刷 函	800
280	忘れえぬ山 III	串田孫一編	筑摩書房	S34 二刷 函	800
281	山 I	串田孫一編	筑摩書房	S35 初版 函	800
282	山 II	串田孫一編	筑摩書房	S35 初版 函	800
283	山 III	串田孫一編	筑摩書房	S36 初版 函	800
315	マナスル ★	日本山岳会編	毎日新聞社	S29 初版・カバー	2冊セット 1200
316	マナスル ★★	日本山岳会編	毎日新聞社	S33 初版・カバー	
326	大島亮吉全集 1 紀行	本郷常幸・安川茂雄編	あかね書房	1969 第1刷・カバー・函・帯	5冊セット 1000
327	大島亮吉全集 2 随想・誌・訳詩・訳章・書簡	本郷常幸・安川茂雄編	あかね書房	1970 第1刷・カバー・函・帯	
328	大島亮吉全集 3 先蹤者	本郷常幸・安川茂雄編	あかね書房	1970 第1刷・カバー・函・帯	
329	大島亮吉全集 4 研究・論叢・翻訳・記録	本郷常幸・安川茂雄編	あかね書房	1970 第1刷・カバー・函・帯	
330	大島亮吉全集 5 大島亮吉研究	本郷常幸・安川茂雄編	あかね書房	1970 第1刷・カバー・函	
365	山で一泊	辻まこと	創文社	2001 第7刷 函・カバー	1000
373	穂高の岩場 1	岩稜会	朋文堂	S34 初版 函	2冊セット 1200
374	穂高の岩場 2	岩稜会	朋文堂	S35 初版 函	
438	今西錦司全集 第一巻 生物の世界/山岳省察/山と探検	今西錦司	講談社	S49 第二刷 函	10冊セット 2000
439	今西錦司全集 第二巻 草原行/遊牧論そのほか	今西錦司	講談社	S49 第一刷 函	
440	今西錦司全集 第三巻 ヒマラヤを語る/カラコルム	今西錦司	講談社	S50 第二刷 函	
441	今西錦司全集 第四巻 生物社会の論理	今西錦司	講談社	S49 第一刷 函	
442	今西錦司全集 第五巻 人間以前の社会/人間社会の形成	今西錦司	講談社	S50 第一刷 函	
443	今西錦司全集 第六巻 御崎馬の社会調査/村と人間	今西錦司	講談社	S50 第一刷 函	
444	今西錦司全集 第七巻 ニホンザルの自然社会/ゴリラ	今西錦司	講談社	S50 第一刷 函	
445	今西錦司全集 第八巻 日本山岳研究	今西錦司	講談社	S50 第一刷 函	
446	今西錦司全集 第九巻 私の自然観/自然と山と/そこに山がある	今西錦司	講談社	S50 第一刷 函	
447	今西錦司全集 第十巻 私の進化論/私の履歴書	今西錦司	講談社	S50 第一刷 函	

●頒布価格が500円以下の本は省略しています。全目録はホームページ(図書委員会)から検索できます。また、必要な方にはお送りしますので、お申し出ください。

●目録の申込みは、日本山岳会まで ☎03-3261-4433

●図書室で未所蔵の図書については、予め図書室で販売予定価格での購入をさせていただく予定です。

図書交換会出品目録および購入申込みの案内

今年も年次晩餐会で「図書交換会」を開催します。出品本は昨年より多い約470冊です。交換会当日の詳細は19ページの「インフォメーション」に掲載していますが、会場に来場できない方は、下記の要領で購入の申し込みを行なってください。

- 郵便(日本山岳会 図書委員会宛)またはメール(狩野 ☒ykano8888@gmail.com)で11月15日までに申し込みください。
- 購入希望図書の番号、書名、購入希望者の名前と会員番号を必ずご記入ください。入札本(★印1～6)の場合も、入札価格を明記の上同じ要領でお申し込みください。
- 複数の申し出があった場合は、当日、会場で抽選を行ないます。来場できない方の抽選は図書委員が代行し、本は交換会終了後にお送りします
- 購入図書の送料は購入者負担とし、代金と一緒に請求させていただきます。

ナンバー	書名	著者	出版社	発行年、その他	価格
★1	山と書物	小林義正	築地書館	S32 初版 函	2冊揃
	続・山と書物	小林義正	築地書館	S35 初版 函	2500～
★2	畦地梅太郎全版画集	畦地梅太郎	講談社	S54 第一刷 函・保護函	入札3000～
★3	先蹤者	大島亮吉	梓書房	S10 初版 函 蔵書印あり	入札1500～
★4	単獨行 加藤文太郎遺稿集	津田周二編	加藤文太郎遺稿集刊行會	S11 非賣品 謹呈サイン入り	入札2000～
★5	やま	志村烏嶺 前田曙山	橋南堂	明治四拾年 初版 ハードカバー	入札1500
★6	山は魔術師 私の山岳写真	田淵行男	実業之日本社	1995 初版第一刷 カバー・函	入札1500～
33	山で会った人	松方三郎	築地書館	1975 10月	5冊セット 1200
34	手紙の遠足	松方三郎	築地書館	1975 11月	
35	山を楽しもう	松方三郎	築地書館	1975 12月	
36	アルプスと人	松方三郎	築地書館	1976 1月	
37	民芸・絵・読書	松方三郎	築地書館	1976 2月	
63	横有恒 全集 I 憧憬	横 有恒	五月書房	1991 初版 函・帯	
64	横有恒 全集 II 情熱	横 有恒	五月書房	1992 初版 函・帯 関連記事切抜き	
65	横有恒 全集 III 静寂	横 有恒	五月書房	1993 初版 函・帯	
94	日本山岳名著全集 1 日本アルプスの登山と探検・アルピニストの手記	田部重治・尾崎喜八・ 深田久弥 監修	あかね書房	1962 第1刷 函	12冊セット 2000
95	日本山岳名著全集 2 日本アルプスと秩父巡礼・山の憶い出	田部重治・尾崎喜八・ 深田久弥 監修	あかね書房	1962 第1刷 函	
96	日本山岳名著全集 3 尾瀬と鬼怒沼・黒部溪谷	田部重治・尾崎喜八・ 深田久弥 監修	あかね書房	1962 第1刷 函	
97	日本山岳名著全集 4 山行・スイス日記・雪・岩・アルプス	田部重治・尾崎喜八・ 深田久弥 監修	あかね書房	1962 第1刷 函	
98	日本山岳名著全集 5 山・山と雪の日記・北の山	田部重治・尾崎喜八・ 深田久弥 監修	あかね書房	1962 第1刷 函	
99	日本山岳名著全集 6 伊那谷・木曾谷・単独行・霧の旅	田部重治・尾崎喜八・ 深田久弥 監修	あかね書房	1962 第1刷 函	
100	日本山岳名著全集 7 山の絵本・静かなる山の旅・若き日の山	田部重治・尾崎喜八・ 深田久弥 監修	あかね書房	1962 第1刷 函	
101	日本山岳名著全集 8 石に入る日・わが山山・山の明け暮れ	田部重治・尾崎喜八・ 深田久弥 監修	あかね書房	1962 第1刷 函	
102	日本山岳名著全集 9 山なみはるかに・山岳省察・回想の山山	田部重治・尾崎喜八・ 深田久弥 監修	あかね書房	1963 第1刷 函	
103	日本山岳名著全集 10 泉を聴く・赤石溪谷・山の素描	田部重治・尾崎喜八・ 深田久弥 監修	あかね書房	1963 第1刷 函	
104	日本山岳名著全集 11 千山万岳・山岳湯仰・山旅の素描	田部重治・尾崎喜八・ 深田久弥 監修	あかね書房	1963 第1刷 函	
105	日本山岳名著全集 12 山の犠牲・板倉勝直追悼号・籠川谷の遭難・銀嶺に輝く・ 憧れの山へ・石楠花・風雪のピバーク・日本山岳遭難史ノート	田部重治・尾崎喜八・ 深田久弥 監修	あかね書房	1963 第1刷 函	

活動報告

山岳会の
各委員会、同好会の
活動報告です。

山行委員会

パミール・ハイウェイと ワハーン渓谷

知られざる山岳国へ、4WDで、
という案内に惹かれて参加。

中央アジア・カザフスタンのア
ルマトイからタジキスタンの首都
ドゥシャンベに入り、主に国内を
移動する。ここは立派な街路樹に



ヴェンの仏教遺跡

囲まれた美しい町で、ソ連統治下
では「スターリンの町」と。旧ソ連
時代の最高峰(7495m)もあり
「コミユニズム峰」と呼ばれたが、
独立後これが出身者の名前「イス
モイル・ソモニ峰」となる。
3日目、ドゥシャンベより4W
D3台に分乗移動、ライクムに向
かう。途中からアフガニスタンを
対岸に望みながら国境の川、パン
ジ川沿いに進んだ。対岸は奥地な
のか家も少なく穏やかな風景。以
後、進むにつれ牛を放牧する村人
緑に囲まれた大きな村々などは
川で沐浴する人たち、小型機械で
山道を造っている場面も見え、見
事な扇状地が多い。
カラークからパミールに入る。
パミール高原はこの国土の45%
を占める。人口は3%、7地域あ
り言語も異なる複雑さ。中心地は
ホルグで、町の北東部にルーシャ
ン山脈、東にシユグナン山脈が広

がり、高峰群を眺められる。
5日目、パンジ川より上がった
場所の温泉に行った、野外は女性
に譲ってもらい、青空の下で快適
だった。
クライ・カハカ要塞(国境警備
隊が駐在)では石段をかなり登つ
た。高所でアフガニスタンの山並
みとパンジ川がとてもきれいに見
下ろせた。
その後、雪に覆われたカールマ
ルクス峰(6723m)が左、エン
グルス峰をその右に眺めながらヤ
ン村に着いた。ランガール(281
0m)への途中のヴァン仏塔では、
道路に駐車してトラバースぎみに
登った。
パンジ川を離れパミール・ハイ
ウェイのハルゴツシュ峠(434
4m)越えに入った。道中は峠・
湖・雪を頂く高峰群がとてすば
らしい。マルガブ(3518m)手
前で車中からきれいな虹がしばら
く消えず、端から端までゆつたり
と広がっていた。マルガブに連泊。
9日目、キルギスのサリタシュ
へ、パミール・ハイウェイ最高地
点、4655mのアクバイタル峠
を下り、カラクル最大の湖ラク
ル(3924m)、ギジル峠と、タ

ジキスタンとキルギス国境を越え
サリタシュに到着。
10日目、朝の散歩でレーニン峰
(7134m)がはつきりきれいに
見えた。今日からはマイクロパス
1台で全員移動。途中、道路沿い
のユルの民家の中を見せていただ
いた。人と馬ではなく、馬に乗っ
て羊を放牧する人たちは伝統的な
遊牧民の生活だろうか？

オツシュはこの国第2の都市。
車も多く、街路樹の見事さはドゥ
シャンベ以上か？ 街路樹で隔て
られ、歩道が1段下がっている所
もあった。夕方の便でビシュケツ
クへ。

11日目、ビシュケツクから陸路
アルマトイへ。入出国(ゲート)が
離れていて、荷物を引きずつての
移動は難儀した。翌日、ソウル・
成田と順調に帰国。

天候に恵まれて、この時期はま
たたくさんの花々が咲いていた。
見事な山道は4輪駆動で移動する
だけでも満足だった。

皆さんと楽しく仲良く旅をし、
無事帰れてやれやれだった。

(大庭貞江)

支部



全国各地の支部から、それぞれの活動状況を、北から南へとリポートします。

東九州支部

「山の日」は大分市民のふるさとの山、霊山へ

昨年は「山の日」施行記念の年の行事として、大分県内の山岳4団体（大分県山岳連盟・日本山岳会 東九州支部・大分勤労者山岳連盟・全九州アルパインガイドクラブ大分支部）で「大分県『山の日』記



霊山山頂での記念撮影

念登山大会実行委員会（委員長・

東九州支部長）を立ち上げて、九重山系で記念大会を開催した。今年も山の日になんだ登山行事を実施しようということで、同じ4団体が合意に至り、名称も「大分県山の日登山実行委員会」（実行委員長は同じ）として再スタート。

今年以降、毎年県内各市町村の馴染みの山を舞台にして、順番に山の日登山会を実施しようということになり、皮切りは県都大分市で市民に一番馴染みの深い、霊山（610m）を選んで、「山の日登山」ふるさとの山に登ろうinおいた・霊山」として地元誌などを通じて一般市民に呼びかけて、登山会を実施した。

山の日8月11日金、集合場所の大分市「七瀬川自然公園」に集まったのは、山麓地域のスポーツクラブ「わさだ夢クラブ」をはじめ、市内の小・中学生から地元のお年

Climbing&Medicine・80

登山家の呼吸、忍者の呼吸(その2) 低標高での長時間活動時の呼吸

齋藤 繁

8月号に特殊な環境での呼吸法として、高所登山における呼吸と忍者の水遁の術について紹介したところ、興味深かったというコメントをいただいた。そこで、続編として「二重息吹」と「無息忍」について、2回に分けて紹介する。

平地での活動でも呼吸法に気を遣うことが健康管理上重要であることは、古くから繰り返し記述されている。禅宗の修行のポイントを記述した『天台小止観』には「十二種息」という呼吸のパターンが紹介されていて、心身を健全に保つための養生法とされている。白隠禅師の『夜舟閑話』や貝原益軒の『養生訓』にも、同様の起源から健康管理上の重要事項として呼吸法修練が強調されている。とりわけ「丹田(臍の少し下のこと)」に意識を集中して呼吸するようにと記されており、腹式呼吸で横隔膜が十分下がるまで大きな呼吸をする、肺を十分広げて換気血流不均衡(血液が流れているのに換気されない肺胞があると、血液の酸素化が悪くなること)を是正する、ということが経験的に意図されていると想像される。また、ゆっくり吐くことが良いとされていて、これは慢性呼吸器疾患の患者さんに「口すぼめ呼吸」などで、末梢の肺胞がつぶれにくい呼吸法を指導することに相当すると考えられる。

登山と類似の活動である修験道でも、呼吸法を意識していると思われる点がいくつかある。法螺貝を吹きながら歩くと、相当肺が広がるだろうし、「六根清浄」と口をあまり開かない文言を唱えな



長距離を走って極秘情報を伝えるときに、忍者は「二重息吹」を心掛けたという。ながら歩くことは、前述の「口すぼめ呼吸」に通じるところがある。同じように、登山活動中に大きく吸ってピューと口笛を吹くように吐くことは理にかなっている。重い荷物を背負って山を登る強力や、ヒマラヤのポーターも経験的にこうした終末呼気陽圧(息を吐くときに最後まで肺側にプラスの圧力がかかるように、吐くときに空気の通り道を狭めること)を心掛けていると考えられる。

さて、入手した極秘情報を依頼元の城主に山野を駆けて届ける際、忍者はどのような呼吸をしていたのだろう。伊賀流忍法に詳しい川上仁一氏によれば、「伊賀流千里善走之法 二重息吹」という呼吸法が忍者軍団の間では推奨されていたとのことだ。これは、「吸、吐、吐、吸、吐、吸、吸、吐」という呼吸で、この呼吸法を心掛ければ、千里を休まず走り抜けられるということだ。筆者とその仲間でもトライしてみたが、はっきり言ってかなり難しい。この呼吸法が無意識に行なえるようになるには、相当修行を積まないと無理だろう。千里はさすがに誇張と思われるが、トレランや山岳耐久レースに出場する方々にお試しいただきたい呼吸法だ。

(群馬大学大学院医学系研究科)

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>

(参考) 佐藤香澄・編集 歴史群像シリーズ特別編集『図説 忍者と忍術』学習研究社(東京)2007年

寄りまで約100名。初めに簡単な開会セレモニー、注意事項の説明や準備体操の後、グループ分けをして隊列を組んで登山を開始。住宅地を抜けて山麓から頂上までの高度差は約600m。約3時間かけて全員山頂に到着。記念品を配り、狭い山頂で分かれて記念写真などを撮り、昼食後はグループごとに下山。午後3時過ぎには出発地の公園へ全員下山して流れ解散。事故もなく山の日の行事を終えた。

(飯田勝之)



図書紹介

南極O B会編集委員会編

南極大陸大紀行

—南極観測60年—



2017年5月
成山堂書店刊
A5判 232頁
2400円+税

子郎氏など、J A Cの先輩たちの功績が大きかった。多くの人たちは鬼籍入りした(地質学・木崎氏は健在)が、本書では、初期の隊員たちのパイオニア・ワークの数々に言及している。

70年代ころからは、点と線でしか知られていなかった未知の内陸を面で踏査しようとの大計画が始まる。年々充実する輸送力や観測技術を駆使して、みずほ基地やドームふじ基地を拠点に観測や研究の成果を次々と上げていく。

今年、我が国が南極観測を開始してから60年を迎えるという。かの「宗谷」は、苦難の航海の末、オングル島に接岸し、1957年3月27日、西堀栄三郎隊長は南極大陸への上陸地点探しに出発して、未知の大雪原や氷原の踏査が始まった。

60年代までは、数次にわたる内陸踏査を繰り返し、極点到達、やまと山脈の調査など、現在の極地観測、研究の土台造りがなされた。これらに深く関わった西堀氏以下、村山雅美氏、鳥居鉄也氏、木崎甲

広大な南極大陸は、雪原、氷原や巨大クレバスばかりでなく、巨大岩峰群があったり、長さ200km以上で、3000m級の岩の山塊があったりで、地球規模の環境や気候の変動の歴史を探索するには申し分ない地域らしい。3000mを超す深さから古い年代の水が採集されて解析されたし、大量の隕石の採集もされた。

各専門分野の活動や成果が苦勞話とともに、観測隊の年代別に、テーマごとに当時の若かった担当者が回想的に語っている。いずれも専門的で、記述はスムーズには理解しがたいけれど、随所に挿入された「コラム」は、内陸踏査と観測に欠かせない宿泊、輸送、どんなものを飲み食いするか、防寒着、医療問題などウラ話的なものも含めて楽しく読める。

巻頭のカラー口絵は、氷雪に埋もれかかったみずほ基地や内陸踏査の様子、特異な南極大陸風景など珍しい写真が掲載されている。等高線の入った南極大陸全図(昭和基地起点の南進経路や白瀬隊の軌跡などを示している)は、ほかの数点の地図を含め貴重で興味深いものだ。拡大して折り込みにして欲しかった。

南極踏査の冒険談もさることながら、学術的な実績を分かりやすくまとめた一書といえる。

ついでながら、成山堂書店から刊行されている、南極O B会編『南極観測船「宗谷」航海記』は、初めての南極航海記を中心に初期観測隊員の回想が生々しく描かれていて興味深い。また、極寒の地での観

測の様子が詳しく書かれた『南極読本』は、極地の研究や探検に関心ある人にお薦めの好著である。

(松澤節夫)

北村昌之著

メコンを下る



2017年6月
めこん刊
四六判678頁
5500円+税

すでに前号(9月号)の会報に著者本人が手記を寄せているが、本書は地球上に残された未踏の大河

寄付金および助成金などの受入報告
(平成29年9月30日まで)

寄付者など	受入金額など (単位千円)	寄付の目的、その他
野澤誠司理事	50	学生部ザンスカール登山隊
中山茂樹理事	50	学生部ザンスカール登山隊
山田和人会員	10	学生部ザンスカール登山隊
松原尚之会員	10	学生部ザンスカール登山隊
中谷康司会員	50	学生部ザンスカール登山隊
吉川正幸会員	30	学生部ザンスカール登山隊
吉川正幸会員	70	法人運営費用
長谷川恵理会員	10	学生部ザンスカール登山隊
匿名	200	広島支部への補助 (幌尻岳遭難事故対応費用)
桜門山岳会	633	学生部ザンスカール登山隊
東海大学山岳部OB会	180	学生部ザンスカール登山隊
落合正治会員	30	学生部ザンスカール登山隊
落合正治会員	70	法人運営費用
永年会員5名 P.19に氏名	80	永年会員からのご寄付

の全流初降下を狙ってメコン川に挑んだ、東京農大探検部の11年に及ぶ苦闘の記録である。
未知だった地理的水源の発見から、源流の山の登頂、上・中流部の激流突破、下流部の見聞豊かな川旅まで、劇的に様相を変えていく大河への取り組みが、豊富な資料、情報を交えて詳細に記述され、メコン川の全体像と、現代における河川の探検とはどのようなものであるかがよく分かる本になっている。

なかでも圧巻なのは、前半の大部分を占める激流部突破の記録で、中国科学院と提携しながらの遠征を繰り返す。青海省、チベット自治区、雲南省と下降の足跡を延ばしていくなか、次々と現われる難所を切り抜けていく様子は、息をもつかせず読み進ませる緊迫感と迫力に満ちている。
周囲の地表から水面まで1000mも2000mも切れ落ちていく深い峡谷。ひとたび入り込めば脱出不可能な谷底で航行不能な激流と遭遇したとき、隊は船(カヌーやゴムボート)ごとの大高巻きを余儀なくされる。命を懸けての突入か、困難と苦労を伴う大がかりな高巻きか。難易度と隊員の實力を見極めながらの決断を迫られ、

際限のない危険と疲労に苛まれたつ、それでも飽かずに下流を目指す姿勢からは、探検の目的達成に懸けた著者らの情熱と気迫が読む側にもひしひしと伝わってくる。
おそらくは、引き締まった文体の力もあるのだろう。その文体が後半のラオス、カンボジア、ベトナムの流れを下る章に入ると一転、緊張が解けて大河の波にたゆたう船さながらに、诗情豊かなものになつていくのも、本書の魅力だ。
大学院修了後もまとまった定職には就かず、探検部の監督を務めつつこの11年の探検に懸けてきた著者は、本書の執筆にさらに11年を掛けたという。その年月による思考と表現の熟成が、700ページ近い大冊の全編に反映していると言っても過言ではない。
探検とは、知的情熱の肉体的表現だと言われるが、大河の地理的水源に迫る科学の目と、激流に挑む冒険心、川面から歴史や人々の暮らしを思う旅人の旅情を併せ持つ著者が、肉体的表現の果てに、このような著作による表現にたどり着いたことを喜びたい。読み終わって、本当にそう思わせる一冊である。
(岡村隆)

図書受入報告(2017年9月)

著者	書名	頁/サイズ	発行者	発行年	寄贈/購入別
松本市立博物館(編)	山岳画家 武井真澄:松本市市制施行110周年記念特別展	48p/30cm	松本市立博物館	2017	発行者寄贈
ゆきわり百名山編集委員会(編)	ゆきわり百名山:日本山岳会ゆきわり会20年のあゆみ	95p/21cm	ゆきわり会	2017	発行者寄贈
せたがや文化財団・世田谷文学館(編)	「山へ To the Mountains」展:世田谷文学館・企画展図録	80p/21cm	世田谷文学館	2017	発行者寄贈
JAC京都・滋賀支部(編)	創立30周年記念誌	160p/26cm	JAC京都・滋賀支部	2017	発行者寄贈
武藤昭 他	穂高岳の岩場(復刻)	189p/24cm	山と溪谷社	2017	出版社寄贈
佐々木亨	詳しい地図で迷わず歩く!丹沢・箱根 371km	144p/21cm	山と溪谷社	2017	出版社寄贈
佐々木亨	詳しい地図で迷わず歩く!奥多摩・高尾 384km	144p/21cm	山と溪谷社	2016	出版社寄贈
後藤真一	丹沢の谷200ルート:全ルート踏査!	320p/21cm	山と溪谷社	2017	出版社寄贈
ヤマケイ登山総合研究所(編)	登山白書2017	162p/30cm	山と溪谷社	2017	出版社寄贈
羽根田治	人を襲うクマ:遭遇事例とその生態	220p/19cm	山と溪谷社	2017	出版社寄贈



**平成29年度第5回(9月度)理事会
議事録**

日時 平成29年9月13日(水)19時00分～21時10分

場所 集会室

【出席者】小林会長、重廣・野澤・中山各副会長、神長・永田・古川・谷内各常務理事、安井・清登・齋藤・星・近藤各理事、平井・石川各監事

【欠席者】大久保・波多野各理事

【オブザーバー】節田会報編集人

【審議事項】

1・監査法人との財務に関しての指導・助言業務契約の継続について

当年度の大陽ASG有限監査法人との財務に関しての指導・助言業務契約の継続について審議した。(賛成13名、反対なしで承認)

2・雪崩救助方法の標準化に関する協議会について

「雪崩救助方法の標準化」に関する協議会「設立に当たり、加盟団体となることについて審議した。(賛成13名、反対なしで承認)

報告

1・7月受付分の入会希望者9名、

2・8月29日(火)に発生した広島支部「幌尻岳事故」の状況について報告があった。(中山)

3・8月7日(月)～14日(月)に開催された第11回3国学生交流登山について報告があった。(中山)

4・今後の3国学生交流登山の日中韓での協議について報告があった。(中山)

5・上高地梓川右岸専用水道事業組合の平成29年度負担金について報告があった。(野澤)

6・山研の定期消防設備点検作業と報告書について報告があった。(野澤)

7・各支部でのYOUTH CLUB設置の展望について報告があった。(野澤)

8・医療委員会主催のメデイカルハイキングを今後春・秋2回の開催とするとの報告があった。(野澤)

9・広島支部の募金活動について報告があった。(古川)

10・平成28年度決算において公益性の適格基準を満たしているとの

報告があった。(古川)

【協議事項】

1・支部合同会議について(永田) 9月23日(土)～24日(日)に開催される支部合同会議の議題について協議した。

2・入会者の増強について(永田) 今後の会員数の推移の分析と入会者増強のための方策について協議した。

【報告事項】

1・7月受付分の入会希望者9名、

報告があった。(古川)
 11・平成29年度秩父宮記念山岳賞の審査予定について報告があった。(谷内)

12・同好会「JACグローバルクラブ」の設立承認を行なったとの報告があった。(谷内)

13・今年度の晩餐会の概要について報告があった。(永田)

14・カシオより販売提案のあった「PRO TREK Smart」の機能概要について報告があった。(永田)

15・JAC主催山行における事故発生時の理事への連絡について報告があった。(永田)

16・本部会室の照明器具の更新とこれに掛かる経費の予算化について報告があった。(永田)

17・「山」9月号の発行について報告があった。(神長)

【連絡事項】

1・石川直樹写真展「POLAR」 9月5日(火)〜平成30年1月8日(月)・祝

2・田淵行男写真展「田淵行男が愛した安曇野Ⅱ」 10月3日(火)〜平成30年2月4日(日) 1、2ともに田淵行男記念館

3・第21回2016「植村直己冒

険賞」授賞式・記念講演会 9月30日(土) 開場12時30分 開会13時30分 豊岡市日高文化体育館

4・千葉工業大学体育会山岳部60周年記念式典 10月14日(土) 15時〜 千葉工業大学津田沼校舎

5・福岡支部創立60周年記念事業 10月13日(金)、12月9日(土)

6・国立登山研修所創立50周年記念式典・祝賀会 11月26日(日)受付開始13時〜 開会14時 富山市パレプラン高志会館2Fカルチャーホール

【今後の予定】

1・10月度常務理事会 10月3日(火)18時30分 集会室

2・10月度理事会 10月11日(水)19時〜 集会室

3・第33回全国支部懇談会(茨城支部) 10月13日(金)〜14日(土)つくば市つくばランドホテル

4・第33回宮崎ウエストン祭・記念山行(宮崎支部) 11月3日(金)〜4日(土)西臼杵郡高千穂町 五ヶ所公民館ほか

5・熊本支部設立60周年記念式典および記念登山 11月18日(土)〜19日(日)熊本市アークホテル

ルーム日誌
 9月

1日 YOUTH CLUB

2日 総務委員会(新入会員オリエンテーション)

3日 総務委員会 高尾の森つくりの会

4日 常務理事会 スケッチクラブ

5日 資料映像委員会 図書委員会 山行委員会 支部事業委員会

6日 YOUTH CLUB 九人会 スキークラブ

7日 自然保護委員会 資料映像委員会 「山の日」事業委員会

8日 総務委員会 山岳研究所運営委員会

9日 理事会 休山会 山想倶楽部

10日 財務委員会 フォトクラブ 山岳地理クラブ

11日 山の自然学研究会 総務委員会 スケッチクラブ スキークラブ
 12日 YOUTH CLUB 三水会 つくも会
 13日 資料映像委員会 科学委員会 改革事業推進委員会

25日 みちのり山の会
 総務委員会 青年部 フォトクラブ

26日 デジタルメディア委員会
 遭難対策委員会

27日 図書委員会 家族登山普及委員会 麗山会 00会

28日 資料映像委員会 学生部
 山遊会

30日 土曜会
 9月来室者 468名

会員異動
物故
 野崎裕美(6478) 17・9・22
 田中壯佑(7968) 17・9・4
 佐藤 節(9087) 17・8・26
 平松勝司(9458) 17・9・16
 服部公子(A0021) 17・9・12

退会
 福士節子(8147) 首都圏
 大桶益弘(13465) 北九州





インフォメーション

◆蔵王スキー懇親会のお知らせ

山行委員会

1月のスキー懇親会は蔵王スキー場で開催いたします。

日程 平成30年1月21日(日)～24日

(水)

費用 3万7000円(通信費、保険料、懇親会費用等含む)

宿泊 蔵王温泉・五感の湯 つるやホテル

定員 20名

現地集合・現地解散

申込み 12月20日までに会員番号

住所、氏名、電話などを明記し、郵送、FAX、メールで高橋聡まで。〒102

10072 東京都千代田区飯田橋2-12-10

FAX 03-3222-0908

✉ sanko@jac.or.jp

*参加申込者には詳細案内をお送りいたします。

◆第43回山岳史懇談会

「白瀬南極探検隊の業績と航海」

図書委員会

1910～12年に、白瀬轟大尉

らによって行なわれた日本初の南極探検の記録映画(デジタル修復されたもの)を観ながら、当時の苦

難に満ちた南極探検と航海の様子を語っていただきます。

講師 渡辺興亜会員(極地研究所名誉教授)

日時 11月17日(金)18時30分

会場 日本山岳会104号室

問合せ 松澤節夫まで

TEL 080-2332-19301

✉ setsuomatsuzawa@gmail.com

◆第35回図書交換会

図書委員会

恒例となつている図書交換会を

年次晩餐会会場で開催します。

日時 12月2日(土) 13時開場、14

時から抽選開始

会場 京王プラザホテル 年次晩餐会会場

陳列されている本をご覧の上、

抽選開始時間までに購入申し込みをお願いいたします。年次晩餐会に出

席されない会員も参加できます。

また、例年どおり事前申し込みも

受け付けます(事前申し込みにつ

いては10・11ページに掲載)。

問合せ 近藤雅幸

TEL 080-6629-4630

✉ yabuyama_hg1486.99@jcom.

home.ne.jp

永年会員からのご寄付の報告

平成29年9月中に、5名の永年会員の皆様から合計8万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。

(順不同、敬称略)

3万円 庄司駒男

2万円 平井一正

1万円 宮本貞雄、岡本丈夫、安藤文字



◆編集後記◆

●9月は信越トレイルを「つまみ

食い」するため、北陸新幹線の飯山

駅に初めて降り立ちました。野沢

温泉などでスキーを楽しんだり、

トレイルを歩くインパウンドのお

客さんも増え始めたせいか、新幹

線の駅らしからぬ、アウトドア・

テイストのおしゃれな駅舎でした。

●2008年に開設された信越トレイルは、斑尾山から鍋倉山を経て天水山まで、長野・新潟県境の

関田山脈を縦走する80kmのロング

トレイルです。近々、天水山から

苗場山まで延伸する予定ですが、

そうなるまで、当会報5月号で紹介

した「ぐんま県境稜線トレイル」と

接続できます。このような形で全

国にトレイルがネットワークされ、「山旅」を楽しめる日が来ることを

夢想しています。

(節田重節)

日本山岳会会報 山 869号

2017年(平成29年)10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 小林政治
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