



2017 年 (平成 29 年)
12月号 (No. 871)

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

平成29年度年次晩餐会を開催、 500名を超える会員およびその同伴者が全国から集まる	1
その同伴者が全国から集まる	1
広島支部の日高山脈・幌尻岳に おける遭難事故報告と検証	5
「2017雲取山」標高年で多彩な催しを開催	8
追悼 宮本数男氏を偲ぶ	10
東西南北	11
活動報告	11
山行委員会	
第7回指導者養成講習会のご案内	12
遭難対策委員会より	13
支部だより	13
宮崎支部／東九州支部	
図書紹介	15
新入会員	16
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
年末年始休業 12月29日～1月5日

平成29年度年次晩餐会を開催、 500名を超える会員およびその同伴者が全国から集まる

平成29年度年次晩餐会が12月2日、東京・新宿の京王プラザホテルにて開催された。全国から集まった出席者は517名を数え、食事やお酒を交えながら交歓を楽しんだ。恒例の記念講演会では、デナリ南西壁をスキーで滑降した山岳スキーヤー・佐々木大輔氏と、NHK山岳カメラマン・関裕一氏をゲストに迎え、世紀の挑戦に迫った番組づくりの裏側を語ってもらった。

■会長挨拶 山の日は第2段階に

会場には「利尻山」から「開聞岳」まで日本全国の名山の名前が付けられた53のテーブルが並び、出席した517名の会員およびその同伴者は、それぞれ指定されたテーブルに着いた。

開会の辞の後、小林政志会長より次のような挨拶があった。

「今年8月11日、栃木県的那須にて第2回『山の日』記念全国大会が行なわれたほか、全国33支部では、山の日になんて家族登山など様々な事業が実施された。本会にとって、山の日第2段階に入っただと思う。山の日を契機にこれまで以上に山や自然に触れ合う人のすそ野を広げ、次世代に引き継ぐ



晩餐会是小林政志会長の挨拶でスタート

活動を行なっていくことが、本会の使命であると考えている」
「公益社団法人として活動をしていくには資金および会員の増強が不可欠であり、制度改革、会員サビスの向上、収益事業の企画などを進めた。制度改革では昨年10

月に準会員制度を導入して、現在102名の入会があった。一方でコストの削減も進め、財務上の黒字化も視野に入っている」
「今年の総会終了後、2025年の創立120周年に向けた記念事業委員会を立ち上げた。少し早いと感じる方もいるかもしれないが、じっくり腰を据えて、各支部とも連携しながら、準備を進めていきたいと思っている」

なお、挨拶の最後に、東宮御所の侍従より連絡があり、皇太子殿下から「晩餐会に出席できず真に残念である。盛会を祈っている」とのお言葉を頂戴したことが披露された。

■物故会員は78名

続いて物故会員に対して黙祷を



雲取山荘主人・新井信太郎さんの音頭で乾杯

イ初縦走をはじめ数々のヒマラヤ登山で活躍した。船村徹さんは、日本を代表する作曲家であり、晩年は「山の日」の制定およびその振興に尽くされた。

■32名の新永年会員を代表して遠藤京子会員が挨拶

平成29年度の新永年会員は32名。そのうち久保田保雄、水越武、島田公博、澤村眞治、石田要久、遠藤京子会員ら6名が晩餐会に出席し、壇上に上った。新永年会員を代表して挨拶に立ったのは、京都・滋賀支部の遠藤会員。

行なった。昨年11月末から今年11月末までに亡くなった会員は78名。筑木力さんは、高校山岳部顧問として長年、高校生を指導される一方、越後支部の機関紙『越後山岳』の編集者として尽力された。高室陽二郎さんは、山梨放送社長、山梨日日新聞社常務としてマスコミ業界で活躍されながら、日本山岳協会顧問、山梨県山岳連盟名誉会長として山岳界にも多大な貢献をされた。元広島支部長の平位剛さんは、生涯にわたってアフガニスタンのワハーン回廊の踏査と研究を行ない、平成16年度には秩父宮記念山岳賞を受賞。長谷川良典さんは、1974年のナンダ・デヴ

なお、今年度の新永年会員の名前は以下のとおり。

貝森健治、岩崎三郎、高橋善数、久保田保雄、菊池修身、桜井善志、牧繁録、田中弘士、水越武、島田公博、澤登均、小川武、青木一夫、深谷金之助、澤村眞治、中野守成、黒柳満義、山際新一、松屋信之、白川義員、吉川仁、石田要久、長谷川昌雄、近藤育代、原謙一、梅本知榮子、渡辺斉、渡辺信彦、戸塚守夫、遠藤京子、廣江研、嵯峨野宏

■新入会員は137名

今年度からは準会員も参加

今年度は137名の新入会員を迎えた。新入会員数は、昨年度までは5年連続で200名を超えており、6年連続とはいかなかったが、それでも多くの仲間たちが山岳会に加わってくれた。晩餐会にはそのうちの58名が参加。代表として、東九州支部の河野達也会員が進み出て挨拶した。河野会員の会員番号は「A0001」。つまり、昨年10月から導入された準会員制度の第1号会員である。

「登山を始めたのは、植村直己さんが冬のマッキンリー（デナリ）で

消息を絶った直後だった。植村さんの本を読み、『いつかは自分も』と思い、高校の登山部へ。しかし、大学では山岳部がなかったため、本格的な登山からは遠ざかってしまった。それが3年ほど前、縁あって東九州支部長と登山を一緒にさせていただく機会があり、高校時代に味わった山のすばらしさを思い出し、以来、支部の会友となって、先輩方と大分県内や北アルプスの山に登ってきた。歴史ある日本山岳会の準会員第1号となったことは、誇りであるとともに、身の引き締まる思いがする」と挨拶した。

なお、新入会員の皆様には以下に写真をアップしている。

〈<http://www.jac.or.jp/bansankai.zip>〉

■乾杯の音頭は雲取山の標高年にちなんで新井信太郎会員が

鏡開きのために壇上に上がったのは、小林会長のほか森武昭会員、尾上昇会員、宮下秀樹会員、齋藤惇生会員の歴代会長経験者。お酒は、15代会長・故今西壽雄名誉会員ゆかりの「四海王」であった。

乾杯の挨拶は、東京都の最高峰・雲取山にある雲取山荘の主人・新井信太郎会員。雲取山の標高は2

017mで、今年の西暦と同じという事で、「山小屋は毎日超満員で、断るのが大変なぐらいだった」とのこと。「山岳会の皆さんは、年が変わったら、ぜひおいでください」という新井会員の言葉に、会場からは大きな笑い声が起こった。

乾杯の後開宴となり、テーブルごとに会員同士の交歓が進み、美味しい料理を満喫した。途中、ハープ奏者の高山聖子さんによる「山はふるさと」の生演奏なども楽しみつ、会の終わりには全国33支部の紹介もあり、盛況のうちに閉会となった。

■講演会、山岳写真展、特別展示

晩餐会の前に、記念講演会、山岳写真展、図書交換会などが行なわれた。

記念講演会は3部構成で、会場には300名を超える会員が集まり、真剣に耳を傾けていた(各講演内容は後述)。

山岳写真展は、今年創立25周年を迎えたアルパインフォトクラブが主催。会員による国内外の山や自然の美しい写真50点のほか、特別展示として皇太子殿下によるアイガー北壁の写真が展示され、多

くの会員が殿下の写真の前で記念撮影をしていた。図書交換会では約470冊の山岳古書を陳列販売した。

また、今回の特別展示として、崎中正会員より創立100周年の際にご寄贈いただいた「シュラーギントワイト・アトラス(図版)および書籍の公開が行なわれた。シュラーギントワイト3兄弟は1855年よりインドのアッサムから南はセイロン、北は新疆のカシユガル、さらに西チベット、シッキムやネパールなどで調査を展開し、4巻の報告書のほか、1861年に図録集として「アトラス」を刊行した。会場では、今から約150年前に描かれた美しいリトグラフ(石版画)を鑑賞することができた。

講演会

■JAC学生部ザンスカール遠征2017報告

高根澤亮太

学生部の4名の会員によってインド・ヒマラヤ、ザンスカール地方にある未踏峰・L8峰(6020m)の登頂がなされた。メンバーは、日本大学4年の高根澤亮太会員を隊長に、東海大学4年の西田

由宇会員、東京医科歯科大学4年の江口岳志会員、東海大学3年の宮地聡会員。期間は8月16日〜9月13日(会報10月号で既報)。

報告は高根澤隊長によってなされ、遠征中の写真が次々にスクリーンに映し出された。現地での隊員たちの表情は活き活きとしており、登山だけではなく、遠征をトータルで満喫している様子が伝わってきた。

登山自体は、BC建設から登頂まで1週間足らずで、アタック・ルートではロープを出す機会もほとんどなかったため、高根澤隊長は「L8峰までの道のりは難しいものではなく、簡単に登れたと言え、そうなのかもしれない」と言う。だが、その一方で、確かな充実感もあったようだ。

「未踏の山に自分たちで相談しながらルートを作り拓き、BCからACまでの荷物もすべて自分たちで担ぎ上げ、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かと思います。一生の宝物になる登山ができた」(高根澤)

なお、ピーク名は、レナック谷に狼がいたこと、山頂が狼の耳のようになり双耳峰になっていたことから

現地の言葉で「狼の雪山」という意味の「シャंक・カンリ」と名付けて申請している。

■登山のための体力トレーニング——加齢に負けない工夫とは？

山本正嘉

冒頭、司会者より「この講演は、私たちの会に最もふさわしいテーマではないか」との話があった。確かに、現在の日本山岳会会員の平均年齢は68.5歳。山登りを安全に長く楽しみ続けるには「加齢に負けないトレーニング方法」はぜひとも学びたいところであろう。

講師は、鹿屋体育大学教授であり、登山の運動生理学の第一人者



皇太子殿下の作品も飾られた写真展会場



デナリ大滑降を語る佐々木大輔さん(左)と関裕一さん

である山本正嘉会員。

講演はまず、登山は思っている以上にハードな運動であること、山で事故を起こすのは「60〜70代で、登山経験10年以上の、いわゆるベテラン」が最も多いことなどが、具体的なデータに基づきながら解説された。また、日ごろのトレーニングとしてウォーキングや駅の階段での昇降を行なっている人が多いと思うが、「ウォーキングや駅の階段昇降は実際の登山に比べて負荷が小さ過ぎるので、トレーニング効果はない」「登山仕様のトレーニングをしなければならぬ」とのこと。

では、具体的にどのようなトレ

ーニングが登山に適しているかについては、以下の提言があった。

＊日常は、筋力強化に重点を置く。自体重を負荷にした筋力トレーニングを週に2〜3回行なう。内容はスクワット、上体起こし、脚上げの3種目が、15回×5セットずつ案にできることを目標に。

＊2週間に1回は山に行く努力をし、それができない人は普段の運動を充実させる。

＊「月間登下降距離」を意識する。

1ヶ月の合計が上り・下りとも2000mになることを目標に。

＊大きな山に出かける前には、最低3回は低山に出かけてトレーニングをする。

また、行動時のエネルギーと水分補給については、エネルギー消費量(kcal)および脱水量(ml)は「体重×行動時間×5」の計算式で求められ、その数値の7〜8割を摂取することが必要だと言う。

「登山の体力は、年齢、性別は関係なく、普段の登山の蓄積量が重要になる。また、今日話したことはあくまで基礎的なことで、個人差がある。なので、とにかく自分でいろいろ試してみることが大切だ」

(山本)

■デナリ滑降とカメラワーク

佐々木大輔、関裕一

今年6月、山岳スキーヤーの佐々木大輔さんが北米最高峰のデナリ頂上から南西壁をスキーで滑降。その挑戦の様子は、9月3日にNHKスペシャル『世界初 極北の冒険 デナリ大滑降』として放送された。講演では、南西壁を滑った佐々木さんと、その滑りを映像に収めたNHK山岳カメラマンの関裕一さんに、番組の制作秘話などを話してもらった。

初めに、放送された番組を20分ほどに再編集したダイジェスト版を上映。地上5ヶ所と上空から捉えた迫力ある滑降シーンや、メンバーの滑落事故、佐々木さんの間一髪のルートミスなど次々起こる出来事に、会場に集まった会員たちは固唾をのんでスクリーンに見入っていた。

その後、佐々木さんによる自身の経歴の紹介があり、スキーや登山を始めたきっかけや20代でのプロスキーヤーとしての活動、2000年のマッキンリー(デナリ)滑降など、これまでの海外遠征の話などが語られた。

関さんからは、「どのような撮

影プランで臨んだか」「どんな難しさがあったか」など撮影の裏話が披露された。今回、3名の出演者に対して14名の撮影隊を編成。10台のカメラを動員して、地上5ヶ所・上空撮十小型で、佐々木さんの姿を多角的に追った。最低気温マイナス32℃、最高気温25℃という極端な温度差がある苛酷な環境で、しかも国立公園内でガソリン発電機が使えないという制約もあり、対寒冷・省電力機材を選んだり、ソーラー・システムを利用するなど機材・設備面において工夫を凝らしたそう。また、関さんは明治大学山岳部出身で、先輩である植村直己さんが行方不明になったデナリで仕事ができたと「特別な感慨があった」と語る。

最後は、講演会全体の司会を務めた萩原浩司会員をコーディネーターに、2人のフリートークとなった。佐々木さんからはデナリ南西壁を滑ろうと思った動機や、番組ではあまり語られなかったカシン・リッジの登攀について、関さんからは大雪に見舞われて雪崩の危険を感じながらの撮影であったことなどが話された。

(文・谷山宏典、写真・中島純忠)

REPORT&VERIFICATION

広島支部の日高山脈・幌尻岳における 遭難事故報告と検証

広島支部長 八幡 浩

北海道、日高山脈・幌尻岳にお

いて、日本山岳会広島支部に所属する62歳から73歳の8名のパーティが徒渉中、3名が死亡するという事故が発生した。広島支部にとって、昨年の富士山事故に続いて起きた死亡事故である。現在、事故原因の究明と今後の対策について検討し、報告書を作成中であるが、現時点での事故の経緯と原因、これから取るべき対策について概略を述べる。

遭難事故の経過

2017年8月8日、個人山行の登山計画書が広島支部山行委員会に提出された。メンバーはリーダー・円石利恵子(65歳)、サブリーダー・金行卓郎(64歳)、日高孝司(64歳)、荒本正之(73歳)、藤田昭子(62歳・仮名)、多田幸子(68歳・仮名)、越川あずさ(68歳・仮名)、柳田明(66歳・仮名)の8名であった。

8月24日10時45分、広島空港発。
8月27日15時、幌尻岳登山基地

のとよぬか山荘着。

8月28日3時、とよぬか山荘発。4時、第2ゲート着。林道を歩き6時30分、林道終点の取水施設着。7時、四ノ沢出合あたり着。徒渉を十数回繰り返して8時40分、幌尻山荘着。9時、幌尻山荘着。13時、幌尻岳着。16時30分、幌尻山荘着(迫)。

8月29日4時30分、起床。夜半からの雨がまだ降っており、5時、柳田は金行に下山について相談している。柳田は山荘管理人に会い、沢が少し増水していること、出発するなら出発時に管理人にもう一度相談することを約束した。柳田は天気予報で午後から天気が悪くなると認識しており、朝食は食べないで早々に下山を開始することにした。5時20分、出発の準備を終了し、円石、柳田は管理人の所に行き出発を伝えた。

管理人からは、沢が増水していること、明け方に雨が強まり、昼から天気が良くなること、途中での待機が怖いこと、ロープを張る

と時間が掛かるので沢の中に人が立って介助すること、水量が増えたらビバークすること、滝の所の橋まで行くと徒渉は後2ヶ所であることを、を伝えられた。

5時30分、各自雨具の上に簡易ハーネスを着け出発した。沢水は昨日よりおおむね50cm増水しており、時間を掛けながら慎重に歩き、10回程度の徒渉を行なった。2ヶ所の徒渉地点の水深は柳田の股下あたりまであり、金行、柳田が沢中央でサポートした。

6時45分、事故現場の1つ手前の徒渉地点に到着した。円石の指示で初めてロープを使用し、フィックス・ロープを張った。この徒渉で越川が途中でバランスを崩したが、無事渡ることができた。

7時40分、四ノ沢出合から40〜50m下流の、事故が発生した徒渉地点に到達した。ここまで全員、増水した沢に危険を感じていない。雨脚は弱くなっていたが、水は少し濁ってきた。リーダーの円石は流れが速く徒渉はできないと思い、「ここは渡れない」と言った。しかし、リーダーとして待機の指示は出していない。柳田、金行、日高の3名が相談、戻れば1時間30分、



事故当日の額平川・四ノ沢出合付近の流れ
2017年8月29日7時33分

行けば後30分と考えたが、待機という考えは浮かばなかった。円石、藤田、越川、多田、荒本は相談に加わっていない。

金行が「これだったら行けるよ」と言いつて、ビレイされて徒渉した。徒渉後、右岸のロープ固定場所より5m下流の左岸に、立木を使いフィックス・ロープを張った。次に日高がフィックス・ロープにカラビナ・スリングでビレイし、徒渉を開始した。日高は沢を3分の2くらい渡った所で転倒した。左岸の金行はリュックを背負ったまま沢に入り救助に向かったが、日高の所で転倒し、起き上がれなかった。続いて右岸の柳田がリュック



検証のために訪れた事故現場(2017年9月30日撮影)

クを背負ったまま救助に向かったが、日高、金行の体を起こすことはできず、岸に上げることもできなかった。右岸の荒本は空身で救助に向かったが沢で転倒し、動けなくなった。いずれもフィックス・ロープに簡易ハーネス、スリング、カラビナでつながっており、体は下流には流されていない。円石は女性3名に沢に入らないよう指示した。柳田は動かなくなった日高、金行、荒本を左岸近くに固定し、左岸に渡った。

8時02分、携帯電話で救助要請をするも、つながらなかった。

8時53分、円石が残った4名に待機を指示した。左岸に柳田、右

岸に円石、藤田、越川、多田がツエルトをかぶって待機した。

10時、柳田が下流側から登って来た登山者2名に救助要請を依頼し待機。

12時30分、ヘリコプター到着、日高、金行、荒本は2便に分けてヘリコプターで平取国保病院へ担送された。

13時30分、徒歩の救助隊到着、5名は救助隊についてもらい下山した。

15時、門別警察署で事情聴取を受けた。死亡原因は3名とも溺死(警察情報)。

広島遭難対策本部の対応

8月29日12時26分、森戸山行本部長に門別警察署から遭難事故の知らせあり。

13時、支部ルーム内に遭難対策本部を設置。情報収集を行ない、遭難者3名の確認後、それぞれの遭難族に連絡。北海道行きの意志を確認し、飛行機便の手配など交通・宿泊予約を行なった。

8月30日、1家族に1名のサポート支部会員とともに3遭難族は北海道へ出発。到着後、3遭難族とサポート会員は生存したメンバー5名と合流、遺体受け取り・担送な

どを手配した。

8月31日16時30分、3遭難族と5名の生存メンバー、サポート会員3名は、同じ飛行機便で広島空港に到着した。

遭難事故の原因

浮かび上がってきた主な問題点は以下のとおり。

(1)支部における山行のリスク管理機能、(2)会員の高齢化、(3)会員の意識、(4)会員の技術、(5)支部組織の5つに大別される。

(1)支部における山行のリスク管理機能の問題

広島支部では昨年の富士山事故以来、例会山行の登山計画書のチェックを、安全委員会に加えて支部長以下各委員長でチェックし、安全を図ってきた。山行本部長が危険と判断した場合、山行を中止させる権限があり、実際、本年の第1山行委員会の沢登り計画を中止としている。個人山行については、県内外の雪山や岩登り、沢登りと、県外の宿泊を伴う山行は計画書を提出することになってはいないが、チェックするようにはなっていない。本山行は個人山行であり、宿泊を伴う県外山行なので、計画書が提出されているのみである。

事故発生後の対応には役立ったが、事故を防ぐことはできなかった。

(2)会員の高齢化の問題

荒本は73歳、ほかの7名は65歳前後の年齢であり、同世代の人間と比べると元気ではあるが、世間では高齢者と呼ばれる年代である。

体力、瞬発力、判断力等が衰えているという認識はあったであろうが、自分自身の能力の把握ができていなかった可能性は否定できない。

(3)会員の意識の問題

①富士山事故の検証でリーダーシップ、メンバーシップの認識の欠如が指摘されたが、今回の山行でもリーダーを安易に決めており、全く教訓が活かされていなかった。

②危機意識の欠如。富士山事故の後、広島支部は事故説明会を開催したが、会員各自に事故を起こしてはいけないという危機意識を認識させるには不十分であった。

③自身の安全確保。事故に遭遇したときには、自分の安全を確保して行動することが救助の基本である。

④危険予知能力。メンバー中2名は、昨年の7月17日に黒部源流・赤木沢出合の手前で急な増水により赤木岳にヤブこぎをして撤退するという、沢が増水する怖さを経

験しているにもかかわらず、今回その経験が活かされなかった。

⑤行動変更の判断力。当日の朝は、前日の予報と変わっていることを知りながら計画を変更することなく、そのまま出発した。その後は待機等の状況判断をする機会が何度もあったにもかかわらず、最悪の事態に突き進んでいる。

⑥リーダーを含めパーティのメンバーが自分の判断力、ロープ技術などの自己能力に対して正しい認識、自覚を持っていなかった。

(4)会員の技術の問題

各人の山行履歴から夏山の一般的登山については経験豊富で、十分な実力があつたと思われる。しかし、今回の山行には短い距離ではあるが沢登りの部分が含まれている。パーティのメンバーで沢の経験があるのは円石のみで、ほかの7名については初心者レベルでしかなかった。また、ロープを出しているが、ロープワークについても実力はなかった。

(5)支部組織の問題

今回の事故メンバーは、すべて登山講座を経て入会した会員である。登山講座出身の会員には、連れて行ってもらおうという意識が抜

け切れず、登山者として自立できていない会員が多い。今まで講習会・勉強会を行なってきたが、結果的に役に立たなかった。また、高齢になった会員に対して、登頂のみでなく多様な山の楽しみ方を紹介することができなかった。この問題を解決できなかった広島支部の責任は免れない。

今後に向けての対策

(1)山行のリスク管理の問題

例会山行、個人山行にかかわらず、登山計画書の提出時にはメンバー全員で作成したリスク評価表の添付を義務付け、山行についての問題点(危険箇所等)の検討と対策について全員で共有する。

提出された計画書は支部関係者に配布し、チェックを行ない、問題があれば支部関係者および山行メンバーで再検討を行なう。

(2)会員の高齢化の問題

新しく「高齢者組織」を立ち上げ、新年度より委員会として活動する。

(3)会員の意識の問題

会員が主体となった遭難事故の事例、雪崩、気象などの勉強会を通年で行ない、会員のリーダー、メンバーとしての心構えを醸成し、登山者としての自立を図る。また、

勉強会を通じて多様な山の楽しみ方を知る機会を作る。

(4)会員の技術の問題

山行本部内に日本体育協会の山岳指導員資格を持つ会員で構成される指導部を作る。指導部は本部・他支部の山行リーダーやプロガイドとの技術交流・勉強会を行ない、最新の安全登山技術の習得に努め、会員に伝達・指導する。

(5)支部組織の問題

支部組織の抜本的な改革を行なう。山行安全指針を作り、会員に周知徹底する。

おわりに

今回の事故および昨年の富士山事故を通じて浮き彫りになったことは、広島支部の山行体制、指導体制に多くの不備があり、事故につながったことである。自立した登山者を作るべき日本山岳会広島支部が、育成に失敗したことを改めて認識し、組織改革を行なう。そのため、現執行部に支部内外の有識者を加えたワーキング・グループを作り、2017年度内に組織改革案を作成、支部総会の決議を得て実施する。

「山の日」歳事記 十二月 迎春 年賀はがきに2年続けて富士山が



今年もあとわずか、年賀状はもう投函されましたか。お気づきかと思いますが2018年、戌年の年賀はがき(インクジェット用)に描かれているのは、富士山に見立てた犬の顔。年賀は

がきの意匠に富士山が登場するのは2年連続で、3年目を迎える祝日「山の日」施行と無関係ではないように思ったのだ

が……、我田引水でしようか。

できるだけ多くの仲間とともに、「山に親しむ」という「山の日」の意義を、富士の裾野のよう

に広げていく日本山岳会らしい取り組みを、と祈念しつつ……。良い年をお迎えください。(岳人)

REPORT

「2017雲取山」標高年で多彩な催しを開催

東京多摩支部

東京多摩支部にとって極めて思い出深い2017年が暮れようとしている。今年は、東京都の最高峰で、唯一2000mを超える雲取山の標高が2017mであるところから注目された。これを機に雲取山に登ろうと、支部は記念講演会、記念登山を催し、広く呼び掛けた。期中、支部が選定した「多摩百山」を発表、奥多摩町、観光協会などの音頭もあり、登山基地の奥多摩駅は、上高地バスターミナル並みのにぎわいだった。

記念講演会で登山呼びかけ

なんのことはない。たまたま、その年が山の高さと一致するというだけの話だ。しかし、山やにとつては、それだけで嬉しいのだ。近くは、越後駒ヶ岳が2002m、尾瀬の景鶴山が2004mだった。雲取山を見逃すと、日光の於呂倶羅山の2020mまで待たなければならぬ。

地元の奥多摩町にイベントの共同開催を打診した。態勢が整い8

月20日、奥多摩町がJR古里駅前の奥多摩文化会館で講演会を開催した。金邦夫、山野井泰史さんが講演した。東京多摩支部は、環境省、都環境局・水道局、山梨県丹波山村などとともに後援した。300人を超す入場者があり、河村文夫町長は「奥多摩町は観光に力を入れている。登山者が増えていくことが嬉しい」などと語った。10月17・18日には、おくたま地域振興財団と雲取山への記念登山を行なった。16人が参加、東京多摩支部は参加者を引率した。

雲取山を語ってもらうには、雲取山荘の管理人・新井信太郎さんに登板してもらわなければなるまい。11月3日には、支部独自に立川市で「雲取山荘——小屋を守って60年」と題して講演会を開催、新井さんによもやま話を語ってもらった。締めくくりは11月5・6日の支部記念山行。いずれも雲取山に魅せられた人たちの熱い想いに支えられ、盛大に終えた。



奥多摩町が開催した講演会

■奥多摩町講演会

▽青梅警察署山岳救助隊で、奥多摩に20年間勤務した金邦夫さんは、日本山岳会の会員だ。「山をスポーツとして見るなら、こんなすばらしいスポーツはないが、リスクの高いスポーツでもある」と言う。2015年、全国で2508件の遭難事故が発生。死者、行方不明者335人。地域としては、長野、北海道、富山に次いで東京都。東京には2000m級の山は雲取山しかないのに、遭難件数では全国第3位になった。大半が道迷いによる。さらに道迷いから転落などだ。林業の町だから、作業道が縦横に走っていて道迷いになる。高齢者

は持久力はあるが、敏捷性がない。それに筋力不足。道に迷っても、体力がないから引き返せない。「道に迷ったら元の所まで引き返してほしい、お願いします」と言っているのに、下りの方が楽だというので、引き返さない。最後には沢に下りてしまう。

▽山野井泰史さんは、「40年間、世界の山に登り続けた」と語った。若いころはJR奥多摩駅の後ろにある「屏風岩」にロープも付けず、よく登った。高さ15mくらいあるだろう。暇になるとクライミングに情熱を傾けた。山登りのきつかけは、TVで山岳映画を観て感動したことだ。鳳凰三山に登った。10歳か11歳だった。当時の写真を観ると、ニッカボッカをはき、固形燃料で水を沸かしている。皮のベルトにマジックで登った山の名前を書き記していた。それから15年経ち、再び奥多摩に住むようになった。奥多摩湖がよく見える。畑を作っている。猿が来る。奥多摩には石灰岩があつて、クライミングにいい岩場があり嬉しい。まだ登っていない岩場がたくさんある。夏は溪に行く。

▽講演の後、滝澤憲久・都レンジャ

1、石井秀典・日本山岳会東京多摩支部幹事を加えてパネル・ディスカッションを行なった。滝澤さんは「雲取山は東京で唯一の亜高山帯。北側にはコメツガの針葉樹林があり、春にはバイカオウレンやオサバグサなど、ほかでは見られないような草花が見られる。そのような植物とクマ、シカ、カモシカ、イノシシ、ニホンザルなど大型哺乳類が生育できる環境があるのが、奥多摩の魅力だ」と言う。火山がない。その代り石灰岩の山がある。アルカリ性になるので、ほかの山と違う植物が生える。石井さんは、「山登りは奥多摩から始まって奥多摩に戻ってくる」と言う。奥多摩の山の個性、山の文化・歴史も知って、登って好きになる。

金さんは、動植物が豊富と言った。ダキツギガエルというカエルを紹介した。ヤマメに抱きついて離れない。ヤマメは迷惑そうに抱きつかれて泳いでいる。正式にはナガレタゴガエルという。昭和30年代に奥多摩の川で見つかった。トウキョウサンショウウオもたくさんいるし、奥多摩には何があるか分からないのが楽しい。

■新井信太郎さん講演会 「雲取山荘を守って60年」

1928(昭和3)年、秩父鉄道が雲取山荘の前身、武州雲取山を建設した。現在の山荘から50mほど登った所にあつた。管理人は不在で、使用料は缶に入れるようになっていた。30年、秩父鉄道の富田治三郎が初代管理人となった。いつも鎌を持っていたので「鎌仙人」と呼ばれた。

新井信太郎さんは35年、秩父の農家の6人兄弟の長男として生まれた。中学2年の夏休みに雲取山に登った。鎌仙人の遠い親戚にあたる。60年、鎌仙人の後を継いで雲取山荘の2代目管理人となった。小屋は2代目の小屋として開業、日本山岳会のマナスル初登頂で登山ブームとなり、増築し、収容人数は150人から300人になっていた。98年、秩父鉄道から山荘営業権を購入、2000人収容の今の小屋に建て直した。

小屋の近くに田部重治のレリーフがある。63年に秩父鉄道が作った。新井さんは80kgの砂利を運んだ。先代の発想で富田新道を開いた。皇太子様にお泊まりいただいた。話は尽きなかった。

■支部記念山行を実施 全国から19人参加、紅葉に感激

11月5〜6日、東京多摩支部主催で雲取山に登った。会報「山」で募った結果、参加者は東海、埼玉支部のほか、ワンダーフォーゲル部、入会希望の会員が加わって計19人となった。うち12人が、東京多摩支部が奥多摩駅近くに設置しているベースキャンプ「奥多摩BC」に前泊した。

朝7時のバスで出発。鴨沢から七ツ石山、石尾根を経て7時間のコースを順調に歩き雲取山に。山頂は夕霧が懸かり、眺望は十分ではなかったが、新しく建った高さ2017cmの標識と眺望を楽しんだ。



七ツ石山から石尾根を経て雲取山を目指す

だ。山荘は満員だった。

2日目は大ダワ、霧藻ヶ峰、三峯神社を経て下山した。コースはときどき人に会う程度の静かな山歩きであった。紅葉が最高の時期であり、特に西側の和名倉山、両神山の山肌に陽が当たり、色付きがすばらしかった。

■支部で「多摩白山」を選定 好きな山は雲取山がナンバーワン

東京多摩支部が設立5周年記念事業として進めていた「多摩白山」がようやくまとまり、「たま通信」に概要を掲載した。選定と同時に支部会員が実際に登った山をアンケート調査した。105人からの回答があり、トップは97人の高尾山となった。次いで御岳山、景信山と続き、4番目に雲取山がランクされた。雲取山は94人が登山していた。「好きな山」を問うところ、雲取山が60人で、高尾山、大岳山の30〜20人を大きく引き離れた。東京多摩支部にとつて雲取山は、だれもが認める「ふるさとの山」なのである。

／写真・高砂寿一
(文・石井秀典、高橋重之、石塚嘉一)

追

OBITUARY

悼

宮本数男氏を偲ぶ

森田信人

2017年10月12日17時55分、前日本山岳会福井支部長で、アルパインスキークラブの元代表・宮本数男さんが亡くなりました。88歳でした。その知らせが入ったのは午後8時30分ごろで、翌日の茨城支部での全国支部懇談会に備えて早寝をせねば、と準備中のことでした。

宮本さんは、ご自身のお話では昭和4(1929)年大阪生まれ。



宮本 数男(みやもと・かずお)

会員番号10622

昭41(1971)年、アラスカのマッキンリー(現デナリ)峰を目指す福井県初の海外遠征登山を主宰されるため、同年3月、福井県土木部課長職を辞し、自ら建設設計事務所を開業されました。その後、福井山岳会会長、福井県山岳連盟会長を歴任、昭和62(1987)年には山岳同好会福井くろもりクラブを設立されました。

幼少時にお父さんの故郷福井へ移住されました。終戦の年に菊安山から日本海に沈む夕日を眺めて感動し、登山に興味を持たれたそうです。昭和25(1950)年、福井山岳会の白山大衆登山に参加し、その年に同会へ入会され、岩登りや冬山の経験を積みました。昭和36(1961)年5月には、深田久弥氏を荒島岳へ案内されており、そのときの記念写真は、福井ではよく知られています。

日本山岳会へは福井岳連会長時代の1990年、当時の富山岳連会長・藤平正夫氏から勧められて入会され、その翌年の全国支部懇談会(立山)で、日本山岳会副会長・松田雄一氏から福井支部設立を要請され、1991年11月に福井支部を設立、事務局長に就任されました。2000年から11年間支部長を務められ、2011年、支部設立20周年記念式典を期に退任されました。この間、長年の自然保護活動、登山の普及活動などに対して、1996年には藍綬褒章、1999年には福井新聞社文化賞を受賞されています。

山歴は海外遠征と国内の隅々まで足跡を残しておられますが、晩年にはチベットの未踏峰に興味を持たれ、1999年のチュングチーズ、チュンググローズ峰を皮切りに、同山域の6000m級の未踏峰の初登頂を多数達成されています。最後のチベットとなった2010年9月に、81歳でダカンリ峰に挑戦されて5700mまで登り、後はほかの隊員が登頂を果たしました。

2003年には日本三百名山を完登されるなど、山登りを人生の

目標に掲げて歩き回られた方でした。分県登山ガイド『福井県の山』初版・改訂版など福井県内の山に関する著作も多く、2016年に出版された『ふるさと福井の山』(二百山)が最後のものになりました。

私が宮本さんと知り合ったのは、もう80歳にならんとされていたころです。往年の馬力は衰えておりましたが、山道を下るスピードは大したもので、同様に山スキーでも、登りはピリでも下りは負けんぞ、といった具合でした。宮本さんと最後に登ったのは2年10ヶ月前の2015年1月18日、支部山行の西方ヶ岳でした。例のごとく最後に山頂へ到着され、全員で記念写真を撮りました。

肺癌や脳梗塞、胃癌といった大病を乗り越えて山に生きた宮本さんの葬儀が終わり、出棺の前に会葬の山仲間たちが「雪山賛歌」を合唱して最後のお別れをしました。宮本さんのような生き方をする人は、これからもそれほど多くは出ないと思います。ヒマラヤ探検時代を象徴する登山家がまた一人去り、さみしさが募ります。

(福井支部長)

N 東 西 北 S 南 南 北

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）

笠ヶ岳で南裔禪師の慰霊祭を実施

木下喜代男

文政5（1822）年、笠ヶ岳に登った播隆上人は、その後、槍ヶ岳を開山したためいまだその名を知る人が多いが、越中出身の播隆より40年前に登頂したのは、地元高山にある宗猷寺（臨済宗）の南裔禪師である。

播隆については現在も槍ヶ岳へ

南裔禪師をしのぶ



慰霊登山の新聞記事

の慰霊登山、慰霊祭が実施され、「播隆ネットワーク」などの研究組織が活動しているが、南裔については地元でも知る人が少なく、今まで顕彰などが行なわれたことがなかった。没後210年が過ぎたことから、今年の9月9日（土）、宗猷寺の副住職をはじめ有志で笠ヶ岳に登り、遺徳をしのんで慰霊を行なった。

近代登山以前の笠ヶ岳へは、元禄年間に鉦削り仏で有名な円空が登ったとの言い伝えがあるが、これは円空が地元に残した十一面観音像の背面に5つの山岳名を書いていたため、これらにすべて登ったのではないかとの推測から出たようだ。墨書された山岳名には、保多迦嶽（穂高岳）、錫杖嶽、伊応嶽（硫黄嶽）現在の焼岳などの登りにくい山もある。

南裔は天明3（1783）年6月末、地元の有力者今見右衛門の案

内で、同寺の後輩北洲禪師、飛驒郡代役所（高山陣屋）の地役人などを伴って登頂し、頂上に仏像と登頂者の名を印した鉄札を奉納した。したがって、これを笠ヶ岳の開山と見てよいだろう。その40年後に登頂した播隆がその鉄札を持ち帰り、頂上にあつた仏像のことを『迦多賀嶽再興記』（これは日本最古の登山記録とされる）に詳しく書いている。この著書の題名でも分かる通り、播隆は南裔が開山した笠ヶ岳を再興したわけである。

天明年間（1782）年には長雨などの影響で全国的な飢饉が発生し、これは天明7（1787）年まで続く。そして天明3年6月には浅間山が大噴火して2万人

の死者が出た。南裔の登山の目的は、これらの災いの鎮護祈願、犠牲者の慰霊であつたといわれる。

当日は天候に恵まれ、午後2時半から頂上の祠の前で、ちょうど四国からツアーで来ておられた中高年の皆さんなど一般登山者二十数名にも参列していただき、副住職の読経で慰霊を開始。南裔、北洲、播隆の慰霊と併せ、昨今各地で多発している自然災害などで亡くなられた方々の慰霊も行なつて、無事慰霊祭を終えた。なお、これを機に「南裔顕彰会」を発足させ、毎年、の慰霊登山、禪師の業績研究などを行なうので、ご賛同いただける方は筆者までご連絡ください。（☎090-4863-15158）

活動報告

山行委員会

年次晩餐会記念懇親山行に参加して

山岳会に入会して年次晩餐会には2回目の参加であったが、記念懇親山行には初めて参加した。あちこちで声を掛けていただき、支

日本山岳会の各委員会、同好会の活動報告です。

平成29年度 第7回指導者養成講習会のご案内

日本山岳会支部事業委員会

日本山岳会の活性化・会員増強の方策として支部山行が準会員や山歴の若い会員の定着事業として注目されているところですが、活性化に伴って支部山行が増加し、遭難事故の危険も増えています。各支部での山行の安全管理に必要な知識と技術を学ぶ指導者養成講習会を開催します。支部山行におけるリーダーの育成を目的としており、登山のすばらしさを伝え、安全な登山が実践できる資質を備えた会員の増強を図るとともに、支部活動の一層の発展に資することを目的とします。

主催 公益社団法人日本山岳会 支部事業委員会
 日時 平成30年2月17日(土)：座学、18日(日)：実技
 場所 安藤百福記念 自然体験活動指導者養成センター 長野県小諸市大久保1100 (JR小諸駅よりタクシー 10分)

費用 8000円(概算) 宿泊費・食事2食・現地交通費・資料代を含む。

*参加者の人数により現地交通費(貸切バス代)が変わる可能性があります。

なお、参加費は受付時に集金します(釣り銭のないようにお願いします)。

内容 【座学講習】17日

◆事故防止と遭難救助活動(仮題) 講師=長野県警察山岳遭難救助隊

◆日本山岳会の遭難対策 講師=川瀬恵一・遭難対策委員長

◆支部山行および登山教室指導要綱 講師=重廣恒夫・副会長、担当理事

◆夕食後、講師を囲んだ懇親会を予定しています。

【実技講習】18日

◆水ノ塔山登山と講習(雪上技術およびセルフレスキュー) 講師=重廣恒夫

参加資格 日本山岳会会員で、積雪期登山のリーダーを目指す者。山岳保険に加入している者。

募集 20名

締切 平成28年2月10日(金) 定員になり次第締め切ります。

申込 別紙申込書に記載し、メールにて下記宛にお送りください。

申込先 支部事業委員会 武藤篤生まで dr.mutoh@gmail.com

その他 スノーシューのレンタルがありますので、希望者はお申し込みください。

18日の水ノ塔山登山の昼食(行動食)は各自でご用意ください。

部の交流会などで顔見知りになった方たちも増え、山の知り合いが全国にいたことが嬉しかった。当日は快晴。12月にしてはとも暖かな日差しで山に歓迎されているかのようだった。さぞ寒いであろうと厚着をしてダウンも着てきたが、すぐに脱いで軽装で歩き

始めた。

一本木登山口から尾根を黙々と歩く。リーダーの方がとても優しく、ゆつくりとした足取りでメンバーすべての人に気を配ってくれていることが感じられた。誰一人遅れることなく、一步一步歩き続ける。あまり自信のない私は、後

れをとって迷惑を掛けないように前方でついていくが、ときどき後ろを振り返ると長い列になって80人近い群れが山に向かってくる。その表情は皆笑顔で、楽しく、汗でキラキラしていた。樹木に覆われた道を進むと、途中の突出岩からドーンと富士山が現われた。しばし足を止めて皆スマホやカメラを手に記念写真。山頂にはちようど笠のような雲が懸かっていた。近くで見ると姿はさすがに日本一の山。神々しい威厳を感じた。急な登り道を続けて行く。と尾根に出て少し平坦な道になる。そこからさらに歩いて行くと足和田山山頂に着く。雪をかぶった富



富士山をバックに三湖台で記念撮影

士と河口湖・西湖・本栖湖・山中湖が見える。ここで昼食、休憩。エネルギーを補充した後は足和田山から三湖台まで、道々の西湖や御坂山系の山を眺めながら歩く。大きく開けた三湖台からは富士山はもちろんな南アルプスの山々がきれいにその姿を見せてくれた。雲一つない。どの山が何と分らない私は先輩方に教えてもらい、なんとか北岳山頂を探ることができた。今度はあの山を登ってみたいなどと夢が膨らむ。この瞬間がたまらないと思う。ここで集合写真を撮り、紅葉台・鳴沢氷穴を目指す。下りは尾根筋の広い道をまっすぐ下り、青木ヶ原の樹海を進む途中で「借金は必ず返せます」という看板が目に入ってきて、そういう場所であったことに苦笑する。鳴沢氷穴では説明をしてくれたお兄さんのユニークな冗談に笑い、ヒヤッとする氷穴で寒くなり、暖かいバスでほっとした。山はいつでも待っていてくれる。そして、山行をともにできる仲間ができた。山岳会に入り、たくさん仲間と山行の機会をいただきたい、これからも精進していきたいと思う。(信濃支部 斉藤弘美)

遭難対策委員会より

委員長 川瀬恵一
担当理事 中山茂樹

昨年11月と今年8月に本会で起きた遭難に多くを学び、より一層の安全対策を会として講じていくことが急務であると考えます。

具体的に次のような対応をするよう当委員会、理事会で手続き・審議を進めております。

すべての会員に対して、次のことを励行していただくよう遭難対策委員会の規程を改訂します。

＊

◇他の団体や主催者が然るべき登山計画書を別途作成し、必要な公的組織へ提出する山行を除き、すべての山行において登山計画書を遭難対策委員会へ提出すること。

◇支部や本部委員会・同好会においては、その組織内で行なうすべての山行（主催山行にとどまらず「個人山行」も含む）の登山計画書を受理し、適切なチェックを行なう体制を整える。そのチェックを通った、あるいはその結果として修正された計画書を遭難対策委員会へ提出することとする。

◇支部や委員会・同好会における登山計画書受理に当てはまらない

山行（たとえば、支部に所属しない会員の個人山行など）については、チェック体制をとることはできないが、直接遭難対策委員会へ提出することとする（2017年12月25日施行予定。改訂された規程と運用要領は、ウェブサイトでご覧いただけます）。

＊

まず、登山計画書を作成することは登山の基本であり、これを励行することの重要性を会員全員に改めて認識していただきたいと思えます。普段から登山計画書を作成・提出している皆さんもこれを機に改めて、山行前の準備が周到にできているか、これまでの自分（たち）の登り方に無理や危険がなかったか点検してください。そして、反省すべき点を見付けて改善していただく「体質改善」こそ重要であることを申し添えます。

加えて、山岳保険の重要性についても理解・納得を求めます。自分の山行形態に応じた危険割増の付いた保険かどうか、救助・捜索費用が十分かどうかを見直してください。また実際に事故に遭った場合、救助・捜索費用だけが補填される制度では不十分であり、山岳保険（入院・治療費のための保険）への加入もお勧めします。

支部

だより

宮崎支部

第33回

宮崎ウエストン祭報告

例年どおり今年も11月3日、高千穂町と日本山岳会宮崎支部共催により「第33回宮崎ウエストン祭」が開催された。

会場の五ヶ所高原・三秀台は、文字どおり正面に祖母山を仰ぎ、久住山、阿蘇山など九州の名峰が遠望できる風光明媚な高台である。この高台にウエストン師の生家から贈られたヨーク石を使った洋鐘付きの高さ7mのウエストン碑がある。

ウエストン碑は、昭和37（1962）年に五ヶ所の旧家・矢津田家に残る明治23（1890）年11月6日付けの日記に「英人ジョンフランドラン君及神戸在留同国人ウエストン氏同道にて祖母嶽登山往復共立ち寄る、河内泊まりの

由也」という記述が発見されたことが発端となつて、高千穂町、地元山岳会、そのほか多くの有志の力添えにより昭和41（1966）年に建立された。それ以来、毎年11月に「ウエストン顕彰祭」として継続されてきたが、昭和60（1985）年、日本山岳会宮崎支部が発足したことに伴い「宮崎ウエストン祭」と名称を新たに今日に至っている。

当日のウエストン祭式典参加者は、高千穂町当局者、地元の方々、地元小学校の児童、そして山仲間を含めた約170名であった。式典は、ウエストン師を偲び、山岳遭難者の冥福を祈って黙祷から始まり、地元児童による点鐘、支部会員・地元児童による献花、関係各位の挨拶、支部会員によるウエストン師に捧ぐ詩の朗読、地元児童の作文朗読、参加者全員によるウエストンの歌合唱へと続き、最

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。



ウェストン碑前に集合した九州各支部会員

後に地元村おこし協議会会長の音頭により万歳三唱で終えた。

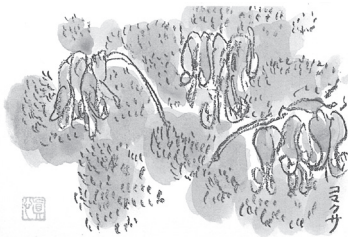
式典の後は、祖母嶽神社で神事が行なわれた。その後、本年6月に祖母嶽大崩山系がユネスコ・エコパークに認定されたことから、これを祝うイベントが五ヶ所小学校運動場の特設会場において開催されたので、これに参加し、地元の料理や焼酎などを楽しむことができた。

さらに五ヶ所地区公民館・ひめゆりセンターに場所を変え、九州管内を中心とした日本山岳会員約50名で懇親会を開き、夜が更けるのが惜しいくらいに盛り上がった。

翌4日、北九州支部会員は丹坊岳へ、熊本支部会員・宮崎支部会員は祖母山に入った。天気も上々で、祖母山の3〜5合目あたりは紅葉の盛りであつた。

晩秋の三秀台周辺は、民謡「刈り干し切り唄」にあるように雑草を刈った後の美しい丘が連なり、その後方をなだらかな山々が囲んでおり、ウェストン師が「九州の軽井沢」と称賛したと伝えられるのに値する風情がある。このキャンパスにウェストン碑をデザインし、建立に漕ぎ付けられた先達の知恵と努力に改めて敬意を表する次第である。自然愛・人間愛を貫かれたウェストン師を偲ぶこの式典が、これからも盛大に継承されるよう祈念してやまない。

(荒武一樹)



東九州支部

11回目を迎えた

日韓交流登山

11月3日(金)、4日(土)に第12回日韓岳人交流会、第11回日韓交流登山会が九重山系で持たれた。韓国山岳会蔚山支部と東九州支部の日韓岳人同士の交流は今から12年前(2005年10月)、大分市と工業姉妹都市を結んだ蔚山市の記念訪問団の中に多数の韓国山岳会員がいて、当支部と交流会の場を持つたのが始まりである。

その場で毎年交互に訪問団を派遣して交流登山を行なうこととなり、翌年その1回目の訪問団を九重山系に迎えて以来、今回で6回目の訪問団を迎えることとなる。

11月3日(金)、当支部会員24名の待つ長者原登山口の広場に、午前10時に一行20名が到着。互いに旧知の岳人同士、1年半ぶりの再会を喜び合う。加藤支部長が歓迎の挨拶を述べ、韓国側代表の李顧問が挨拶した(通訳は日本文理大学3年生の韓国の留学生)。

そして、すぐに初日の登山開始だ。この日は出発時刻が遅れているため、長者原から下泉水、上泉

水を経て黒岩山から牧ノ戸峠へ下山し、迎えるバスで長者原へ下る半日強のコース。晴天に恵まれ、色付き始めた山麓から、今まさに錦糸の彩りを見せている中腹の紅葉を堪能しながら、のんびり秋の稜線歩きを楽しんだ。

下山後は宿舎の「法華院温泉・ホテル花山醉」で交流会と懇親会だ。夜の交流会だけ参加の支部会員も駆けつけて、総勢53名のにぎやかさだ。ここでもまず支部長の挨拶、続いて李顧問の挨拶。乾杯のあと懇親会で、まずは日本側から各自自己紹介、続いて韓国側の自己紹介。いっそう和やかなムードとなり、日本の方から日本舞踊やフラダンス、オカリナ、横笛、ハーモニカなど。韓国からは歌やダンスなど、楽しく交歓しながら、あつという間の3時間であつた。

2日目は三俣山登山である。前日とは違って低い霧が山を覆い、冷たい風の朝である。一行は大曲登山口から入山して、スガモリ越から三俣山山頂へ。絶えず冷たい北風が吹く霧の中だったが、山頂に着くのを待っていたかのように霧が晴れて、青空が現われた。思わず大歓声である。記念写真を撮



三俣山をバックに記念撮影

つて下山を開始するところになるとまた霧が覆ってきた。急ぎ脚で下山しスガモリ越で昼食後、冷たい風に追われるようにすぐにまた下山。

14時過ぎにホテル花山醉に全員再結集で、ここでお別れセレモニー。互いに寄せ書きした支部旗を交換し、来年の韓国での再会を約して「さよなら」「アニョンヒケセヨ」と手を握り合い、出発するバスを見送って2日間の交流の幕を閉じた。

(飯田勝之)

『治す！山の膝痛』の書名は、私たち長年の膝痛持ち登山愛好者には福音の書に思える。

まず第1～2章では、分かりやすいイラストをたくさん使って、膝関節の構造と機能が説明されていて、膝関節や筋肉、靭帯など膝のメカニズムが理解しやすくて親切だ。

第3～6章は膝痛予防のため部位別のストレッチと筋力トレーニング方法を教えている。

私は整形外科に通い、各種のリハビリ、鍼、スポーツ・トレーナーに指導してもらい、トレッキング・



2017年10月
山と溪谷社刊
四六版206頁
1500円＋税

治す！山の膝痛
膝の不安を解消する7つの知恵

小林哲士著



図書紹介

ポールやサポーターを使い、登山中は痛み止めを服用し続けてきたし、もちろんリュックは軽くしている。さらに何をすれば良いのか？ 本書は答えてくれそうだ。

筋力トレーニングで、膝痛になりにくい体を作る。そのためのストレッチの方法が絵入りで分かりやすい。トレーニングは翌日に軽い筋肉痛がある程度がちょうど良く、ゆっくり呼吸しながらするのが効果的、と著者は強調する。バランス良い食事で栄養を付け、筋疲労を補うなど栄養の大切さも述べられている。

人間の体は損傷した組織があると自分の力で治そうとする。炎症は痛みや腫れを引き起こすけれど、筋を修復させる役割も持っている。なので、炎症を完全に抑えると修復も遅くなる。ただし、炎症は長期間続くことはない。2～3週間痛

みが続くときは病院で受診するように勧めている。膝への負担が少ないやり方で大殿筋を鍛える方法をはじめ、中殿筋、腓腹筋、前脛骨筋を鍛えるためのストレッチ方法を示し、膝を補うのにいろいろな筋肉を使った方が良く強調される。また、膝に負担を掛けない歩行術は、重心と体の線が一直線になるように、良い歩き方が膝痛を和らげるのに大切、と示す。

折に触れてこの本を参照しながら、自分のトレーニング方法を見直して、膝痛改善と予防に励みましょう！

(河野直子)

著 者	書 名	頁／サイズ	発 行 者	発行年	寄贈／購入別
富山県立山博物館 (編)	「宮様、山へ」：大正期登山ブームのなかの皇族登山・・・	68p／30cm	富山県立山博物館	2017	発行者寄贈
千葉工業大学山岳部 (編)	千葉工業大学山岳部60周年記念誌	408p／30cm	千葉工業大学山岳部OB・OG会	2017	発行者寄贈
小清水定男	登高の思い出	68p／21cm	小清水定男(私家版)	2017	著者寄贈
山本正基	続 かながわのハイキングコース ベスト40ぶらす1 (かもめ文庫)	295p／15cm	神奈川新聞社	2017	出版社寄贈
芦澤一洋	アウトドア・ものローグ (ヤマケイ文庫)	301p／15cm	山と溪谷社	2017	出版社寄贈
小林哲士	治す! 山の膝痛 : 膝の不安を解消する7つの知恵	207p／19cm	山と溪谷社	2017	著者寄贈
「エノナキウサギ」編集委員会 (編)	エノナキウサギ : ナキウサギふぁんくらぶ写真集	96p／21cm	ナキウサギふぁんくらぶ	2017	発行者寄贈
高澤光雄	深田久弥と北海道の山	216p／19cm	白山書房	2017	著者寄贈
南極OB会編集委員会 (編)	南極読本 : 隊員が語る寒冷自然と観測の日々	221p／21cm	成山堂書店	2014	発行者寄贈
三ツ井悟 (編)	やまの自然 : JACやまの自然学研究会報告書 2017年	71p／30cm	JACやまの自然学研究会	2017	発行者寄贈
Ed Douglas (ed.)	The Alpine Journal 2017 (Vol.121)	475p／22cm	The Alpine Club	2017	発行者寄贈

その他

- ①『分県登山ガイド』既刊分 山と溪谷社 2016～2017年刊(計17冊) 出版社寄贈
- ②世界山岳名著『Riccardo Cassin』他(韓国語版) Haroojae Book Club 刊(計10冊) 邊起兒氏寄贈
- ③2017年度・図書交換会出品図書『Himalaya (近藤等・著 1953年刊)』他(計41冊) 購入

会務報告

平成29年度第7回(11月度)理事会

議事録

日時 平成29年11月9日(木)19時00分～20時42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・

【欠席者】大久保理事

【オブザーバー】節田会報編集人

古川・谷内各常務理事、安

井・清登・齋藤・星・近藤・

波多野各理事、平井・石川

各監事(齋藤理事は所用の

ため協議事項4まで欠席)

平成29年度(後期) 「海外登山助成対象登山計画」募集

海外登山助成対象登山隊審査委員会

公益社団法人日本山岳会では登山界の活性化を目指し、優れた海外登山計画に対して「海外登山基金」による助成を行なっています。第38回となる今回も、困難を求めている挑戦、発想の新しさ、夢多い計画など、ユニークな登山計画を支援したいと考えています。会員資格やパーティ編成等の条件は問いません。奮ってご応募ください。

記

- 対象 平成30年2月～平成30年7月末に海外の山へ出発する登山隊
- 申込方法 所定の様式(事務局にご請求ください)に記入し、登山計画書(15通)を添えて申請してください。
- 申込締切 平成30年1月10日
- 審査と助成期間 平成30年2月中に審査し、理事会で決定、助成。なお、助成対象となった登山隊は後日、報告書の提出を必ずお願いします。JAC会報「山」に掲載します。
- 問合せ・申込み先 日本山岳会事務局
電話03-3261-4433

【審議事項】

1・平成30年度「特別事業補助金」の募集について

平成30年度「特別事業補助金」の募集について審議した。(賛成13名、反対なしで承認)

【協議事項】

1・名誉会員の推薦について(小林) 名誉会員の推薦状況について協議した。

2・平成29年度第7回指導者講習会実施要項について(重廣) 支部事業委員会主催の平成29年度第7回指導者講習会実施要項について協議した。

3・広島支部「幌尻岳事故」について(中山) 広島支部「幌尻岳事故」について情報の確認と今後の対応について協議した。

4・復活会員制度について(永田) 復活会員の入会金減額提案について改革事業推進委員会での検討結果を受けて協議した。

5・支部連絡会議の議題について(永田・谷内) 12月2日(土)に開催する支部連絡会議の議題について協議した。

6・評議員懇談会の議題について

(谷内)

11月15日(水)に開催する評議員懇談会の議題について協議した。

【報告事項】

1・9月13日～10月8日受付分の入会希望者14名(うち復活会員1名)、10月受付分の準会員入会希望者5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・熊本支部からの寄付金1件、東九州支部からの助成金1件、永年会員からの寄付金1件の受入について報告があった。(古川)

3・理事の記念式典等の会費支出状況について報告があった。(古川)

4・第33回全国支部懇談会について報告があった。(重廣)

5・新潟県山岳協会創立70周年記念海外登山講演会(共催越後支部)について報告があった。(重廣)

6・11月1日(水)に行なわれた広島支部での講演会の概要について報告があった。(中山)

7・11月7日(火)に行なわれた広島支部との面談の状況について報告があった。(重廣)

8・上高地山岳研究所の閉所作業について報告があった。(安井)

9・慶應義塾福祉研究センターか

らの資料借用申請に対して許可を行なったとの報告があった。(神長)

10・後援名義使用申請3件について許可を行なったとの報告があった。(永田)

11・年次晚餐会の概要について報告があった。(永田)

12・科学委員会からの「山のマナー」冊子制作の協力要請に自然保護委員会が応じ、今後、委員会として携帯トイレ普及促進活動を行なっていくとの報告があった。(谷内)

13・「山」11月号の発行について報告があった。(神長・節田)

14・財務委員会からの勧告について報告があった。(古川)

【連絡事項】

1・富士山国有林におけるニホンジカの重点的な捕獲実施について

2・日本勤労者山岳連盟「望年会」12月7日(木) 18時30分～(受付開始) 19時～21時30分 日本勤労者山岳連盟事務所

【今後の予定】

1・支部連絡会議 12月2日(土) 10時30分～12時 京王プラザホテル 42階「高尾」

2・年次晚餐会 12月2日(土) 12

時30分～(受付開始) 京王プラザホテル

3・事業計画・予算等

・平成29年12月初旬 平成30年度支部事業計画・予算(提出依頼)

・平成30年1月中旬 平成30年度支部事業計画・予算(提出期限)

・平成30年1月下旬 平成29年度支部事業報告・会計報告(提出依頼)

・平成30年2月下旬 平成29年度支部事業報告(提出期限)

・平成30年3月下旬 平成29年度支部会計報告(提出期限)

ルーム日誌

11月

1日 図書委員会 山行委員会

2日 YOUTH CLUB

6日 総務委員会 青年部 高尾の森づくりの会

7日 財務委員会 スケッチクラブ

8日 支部事業委員会 山想倶楽部

9日 理事会 山岳地理クラブ 九五会

10日 YOUTH CLUB

13日 自然保護委員会 スキークラブ スケッチクラブ

14日 フォトクラブ

15日 評議員懇談会 資料映像委員会 YOUTH CLUB

B 三水会 つくも会

16日 科学委員会 みちのり山の会

17日 図書委員会

18日 山の自然学研究会

20日 総務委員会 資料映像委員会

21日 総務委員会 自然保護委員会 スキークラブ

22日 総務委員会 麗山会

24日 総務委員会 山遊会

27日 総務委員会 改革事業推進委員会 青年部

28日 総務委員会 資料映像委員会 YOUTH CLUB

フォトクラブ

29日 総務委員会 資料映像委員会

会 家族登山普及委員会

30日 総務委員会 図書委員会

学生部

11月来室者 512名

会員異動

物故

山内敦人(5328) 17・10・17

小林忠雄(6104) 17・11・19

田中貞夫(7452) 17・11・23

加藤明文(8058) 17・11・14

中西俊三 (9851) 17・11・10
杉本 敏 (14521) 17・11・3

退会

安藤文子 (5765)
姫野和記 (5903) 東九州

関口淑子 (8857) 静岡
諏訪 武 (8904) 越後
林 悦子 (15254) 東海
三枝海枝 (15342)
三島美紀子 (16094) 千葉

I N F
O R M

インフォメーション

A T I
O N

◆裏磐梯イエローフォール・スノーレック 山行委員会

磐梯山の爆裂火口付近山腹斜面にできるイエローフォール(氷瀑)をスノーシューで訪れます。冬だけしか会えない絶景ポイントです。

募集

集合

2月18日 11時30分 裏磐梯レイクリゾート五色の森。東京駅7時30分ごろ発

で間に合う。猪苗代駅からホテルの無料シャトルバスあり。

解散 2月19日 15時30分 裏磐梯レイクリゾート五色の森。

行程

東京駅に19時30分ごろ帰着。1日目午後から裏磐梯スノーレック(檜原湖、五色沼周辺)。

2日目イエローフォール・スノーレック ホテル8時45分出発。連絡バスにて裏磐梯スキー場へ。リフト上からスノーシューでイエローフォールまで歩く。11時ごろ到着予定。14時ごろスキー場下へ下山。連絡バスにて裏磐梯レイクリゾートに戻り解散。

宿泊

裏磐梯レイクリゾート
TEL 0241-371111

装備

ゴアテックスなどの外套上下、フリースなど防寒着、登山靴、スノーシューまたはワカン、ダブルストック、スパッツ、サングラスまたはゴーグル、手袋、耳当て、マフラー、日焼止めクリーム、ヘッドランプ、1日目昼食、2日目行動食。

*スノーシューのない方はレンタルできる。山行申込み時に要連絡。

費用

1万5000円(宿泊費・リフト券・傷害保険・懇親会費・事務費など。裏磐梯までの交通費は含まず)。

申込み

征矢三樹
E-mail: sanko@jac.or.jp

TEL/FAX 03-6886-4392

氏名・会員番号・住所・電話番号・生年月日・緊急連絡先(留守宅等の連絡先)をお知らせください。個人情報保護は、登山届に限っての利用です。

*申込みの方に詳細案内を送ります。バス便など冬ダイヤになると若干行程が変わることがあります。

◆編集後記◆

●はるかな昔、東海自然歩道の下見で、奈良公園から柳生街道を滝坂道を経て柳生へ、さらに笠置山、鷲峰山、瀬田唐橋と歩いたことがあります。その折、素朴な忍辱山の里にある円成寺に詣で、大日如来坐像(国宝)をたった独り、ゆつくり拝観したことが、半世紀を過ぎた今でも印象に残っています。●この仏像は、運慶の「処女作にして傑作」と言われるものですが、その御仏との再会を願って、東京国立博物館の特別展「運慶」に行ってきました。ところが、運慶ファミリーが一堂に会した展覧会というところで会場は長蛇の列。人の頭越しに心太のように押されながら鑑賞してきました。「手に取るなやはり野に置け蓮華草」ということでしょうか。(節田重彰)

日本山岳会報 山 871号

2017年(平成29年)12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 節田重彰
Eメール: jac-kaiho@jac.or.jp
印刷 株式会社 双陽社