



熊本支部報

(公社) 日本山岳会熊本支部

第45号

令和 1年8月24日 発行

編集・発行者 中林 暉幸

(公社)日本山岳会熊本支部事務局

熊本市中央区帯山 1-25-17-801

山本 直 方



阿蘇立野火口瀬 中央火口丘 左は杵島岳 右鳥帽子岳

目 次

1 平成31年度支部総会を終えて(中林暉幸) …… (1)	③ 春の森林保全巡視登山(田北芳博) …… (14)
2 平成31年度支部総会要約 …… (2)	④ 登山技術・岩登り講習会:岩野山(安場俊郎) …… (15)
3 誌上登山教室:(1)安全登山のススメ(土井理) ……(3)	⑤ 花を愛でる会:蓮花と飯田山(宇都宮信夫) …… (17)
4 平成31年度前期(4月~8月)活動報告	⑥ 登山技術・沢登り講習会:(安場俊郎) ……(18)
① 残雪期富士登山報告(土井理) …… (8)	⑦ くまもと「山の日」登山祭(中林暉幸) …… (21)
② 春季山野草観察会(城戸邦晴) …… (12)	5 事務局より …… (23)

1 平成31年度支部総会を終えて (支部長)中林暉幸

昨年、役員の改選期を経てこの一年間新しい体制で臨んできた支部も、曲りなりに1年を経過することが出来ました。会員の高齢化は年々否応なく進んでいく中で、支部行事への参加に足が遠のく会員も増えつつあるようです。会員が支部活動に関心を持ち、支部の魅力をどう引き立て、新しい若い会員をいかに増やしていくか、課題は果てることなく続きます。海外の山を企画したり、北アルプスなどの魅力ある山を計画したりと取り組みを強化しているところですが、まだ途上といったところです。今年の総会でもそこに焦点を当てながら、支部の下部組織としての「同好会」を発足させました。気軽に参加でき、息長く、山歩きが楽しめる支部活動もできればと考えました。まだ試行錯誤の段階ですが、あくまでJACの目指すところから逸脱することなく、また安全登山の原則を踏まえながら、英知を集めて改良を重ね支部の活性化に寄与できたらと考えています。

2 2019(平成31年度)日本山岳会熊本支部総会要約

期日 平成31年4月21日(日)

時間 午前9時30分～11時30分(続いて昼食会)

場所 熊本県婦人会館 3F 大会議室

出席者 会員33名に対し、出席者15名、委任状13名によって成立、他に会友13名出席

総会次第

- 1 開会の言葉 事務局長
- 2 支部長挨拶
- 3 議長選出 支部長
- 4 議案審議

- 第1号議案 平成30年度事業報告 (山本事務局長)
- 第2号議案 平成30年度収支決算報告 (山本事務局長、池田監査)
- 第3号議案 平成31年度事業計画(案) (山本事務局長)
- 第4号議案 平成31年度収支予算(案) (山本事務局長)
- 第5号議案 支部規約改正について (山本事務局長)
- 第6号議案 同好会および海外活動企画運営委員会の組織化について

第1～5号議案については、一部字句の訂正を除き、原案の通り承認された。

(事業計画は末尾に掲載)

第6号議案 支部同好会および海外活動企画運営委員会の組織化について

事務局より追加議案として提案理由を説明し、支部の組織として、活動上の責任と支部活動の活性化の両面から議論し、その結果、以下のように集約した。

1) 設立する支部同好会名

- ①花を愛でる会 花が好きなメンバーが、適当な時期、場所を決め、山行を楽しみ、観賞する。
- ②写真愛好会 写真の好きなメンバーが集まり、適当な山、時期を決めて撮影会を実施し、有志による展示会を開催して発表の機会を設ける。
- ③ハイシニア同好会 アップダウンの少ない山歩きや、ゆっくりした山行を楽しむ。
- ④キャンプ同好会 キャンプが好きな者同士集まってキャンプを楽しむ。
- ⑤トレーニング(仮称)同好会 体力維持増進を目指すとともに、活動の機会を広げる。

2) 支部同好会規則

- ①同好会は参加する会員(会員とは、日本山岳会会員、準会員、会友とする)で運営するものとし、その活動に支部役員会並びに事務局は直接関与しない。(会員以外の参加も妨げない。)
- ②同好会の会計は、支部会計とは分離し、別途の独自の会計とする。
- ③同好会では会員の中から代表(世話役)を決定する。
- ④事業計画の届を支部安全対策委員会(仮称)に提出する。
- ⑤実施後は、実施報告書を支部安全対策委員会に提出する。

海外活動企画運営委員会について

昨年の台湾の玉山、本年のニュージーランド登山を実施し、熊本支部でも海外登山への参加熱が高まっている。今後、支部の海外活動を企画・運営する委員会を設け、事前の調査、計画立案を担うとともに、実施に当たっては中心になって運営を担当していく。(以上)

3 誌上登山教室

土井 理

国際認定山岳医の土井理先生による誌上登山教室、今回第2回目です。山に登るに当たっては、まず自分自身の身体の状況、トレーニングの状況を踏まえて、登ろうとする山の正体をしっかりと把握して臨むことは登山の常識です。その二つのポイントを論じていただきます。

(1) 安全登山のススメ (12回シリーズ：今回⑤～⑧)

- | | |
|---------------|--------------------|
| ① 総論 | ⑦ 夏山では塩がポイント |
| ② 登山は危険なスポーツ | ⑧ グループ登山では自分の事伝えよう |
| ③ 持病があれば治療しよう | ⑨ 高山病を知ろう |
| ④ 日頃の運動は重要 | ⑩ 低体温症を知ろう |
| ⑤ 行く山を知ろう | ⑪ もしもの時の対応策は |
| ⑥ 山では水が重要 | ⑫ まとめ |

(1) 安全登山のススメ ⑤行く山を知ろう

行く山がどんな山か知って登りましょう。

山は様々な様相に変化します。登山ルートも地図上に色々なルートが記されています。地図上のルートをたどるのも一つの登山ですが、状況判断で進めるルートを自分で決定し登って下山するのが登山です。

標高を知りましょう：山は標高によって大きく変わります。

25℃で海面気圧 1013hPa,酸素濃度を 100%とすると、同じ条件で標高 3000m では、気圧 711hPa,気温 7℃、酸素 70%となります。緯度や湿度を勘案しなければ、100m 上昇すると 0.65℃低下することとなります。富士山山頂では $3700\text{m} \times 0.65^\circ\text{C} \div 100 = 24.05^\circ\text{C}$ で地上より 24.05℃低くなる事となります。約 25℃低下することとなります。

場所を知りましょう：山城・地球上の山のある場所によって変わる。

ヒマラヤの 8000～7000m 級の山々の登山と、アラスカのマッキンリー（デナリ）6190m 登山、どちらが難しいかご存知ですか。上村直己さんや山田昇さんが冬のマッキンリーで亡くなられたのは多くの方がご存知だと思います。冬のマッキンリーはエベレスト登頂よりは難しくなるということです。これは緯度の違いによるものです。キリマンジャロ 5896m はマッキンリーと似た標高ですが登山に用意するものが全く違ってきます。赤道が緯度 0°、南極と北極が緯度 90° となります。同じ標高でも緯度が低下すると太陽から受ける熱エネルギーが多くなり気温が上昇します。緯度が高くなると気温が低下することとなります。

地形を知りましょう：山の天候は地形によって変化する。

独立峰なのか、連なった山なのか、内陸部に山があるのか、近くに海があるのか。

富士山の様な独立峰は周囲からの風の影響を大きく受けます。強風時には風対策が必要になります。後立山連峰の様に海が近くにある山は、海からの湿った空気の影響を受け大雪や大雨をもたらします。屋久島の様に周囲が海に囲まれていると、湿った空気が多く雨が降ることになります。

登山ルートを知りましょう：登山ルートによって必要行動時間・必要体力が違う。

同じ山に登るにも様々なルートがあります。例えば阿蘇の高岳：仙酔峡の遊歩道からのルート、仙酔尾根(通称バカ尾根)ルート、鷲ヶ峰経由のルート、同じ山頂にたどり着くのに、体力や登山技術が大きく異なります。 剣岳登山ルートでは、馬場島から早月尾根ルート、室堂からのルート、黒部からのルートでは、行動時間が全く異なります。

岩壁や急峻な岩場が多い山を移動するには体力、時間、技術を要します。比較的なだらかであれば走って移動することもできます。ルートによって移動する時間は大きく異なります。

もしもの時のエスケープルートも考えて登山ができれば尚安心です。

必要な食料と水を確保しましょう：行動時間によって必要食料・水の量が異なる

前述の様に同じルートでも体力や技術によって行動時間が異なってきます。行動時間が短いと携行する食料や水の量が少なくて済みます。体力が無いと荷物が重くなるという事になります。これは体力が無いと登山できる山が少なくなるという事になります。自分の体力に応じた登山計画が必要になります。

事前に天候のチェックをしましょう：天候によって山の様相は変化する。

地図を読み、地形を見て、雨が降ると沢は増水する、雨や雪が降ると岩は滑る、雨や雪が降ると気温が低下する。雪が急激に降り積もると、雪崩地形では表層雪崩が発生する。日が照り気温が高くなると雪は解け易くなり、全層雪崩が発生する。

登山する季節を念頭におきましょう：季節によって山の様相は大きく変化する。

同じ山でも夏と冬では全く違います。雪が降ると寒い、風が吹くと寒い、陽ざしが強いと暑い、湿度が高いと暑い、等々。特に冬は日照状態や気温で大きく異なります。寒ければ防寒着が必要になります。積雪が多ければ、ピッケルやストック、アイゼンやスノーシューやスキーが必要になります。氷の壁があればアイスアックスが必要になります。急峻な岩壁の山であれば、ハーネスやザイルが必要になります。日照時間が短ければヘッドライトが必要になります。

山に登る前にしっかり下調べして、今の自分に見合った登山を、安全に楽しみましょう。

(1) 安全登山のススメ ⑥山では水が重要

人の体は、成人男性で体重の約60%が、成人女性では約55%が水分と言われています。新生児では約80%、幼児では約65%が水分とされています。

株)フジテレビジョン「直撃LIVEグッディ！」カッツミーのピカット NEWS ボード 担当スタッフ高橋梨菜氏から以下の2点に関して、昨年電話取材を受けました。

「人は水だけで何日生きられるの?」「食料無しで山の中で何日生きられるの?」

北海道で山中子供の置き去り事件 6月4日発見

5月28日から行方不明になっていた北海道北斗市に住む小2(7歳)の男の子、田野岡大和くんが6月4日に7日ぶりに無事発見された。

6月4日に近隣の自衛隊の演習所の倉庫で見つかった。近くに水道があり水だけで1週間近く生き延びた。

遭難2週間、男性を発見 - 湧き水で命つなぐ/天川の弥山

奈良県南部にある大峰山系の天川村の弥山(1895メートル)に10月8日から1人で入山したまま行方不明になっていた松江市内中原町、島根県土木部長富樫篤英さん(53)を、10月22日午後0時5分ごろ、山中の枳尾辻付近で男性登山者が発見し、弥山小屋を経由して吉野署に連絡があった。富樫さんは同2時5

分ごろ、県の防災ヘリで樫原市内の病院に搬送され、あばら骨を折るなどのけがを負っているものの、命に別状はないという。

9日に登山道を外れて滑落し、発見されるまで近くの湧き水だけを飲んで過ごしていた。食べ物は持っていなかったという。**13日ぶりに無事救助された。**全身を打って衰弱しているが、命に別条はない。

1、通常安静時に、皮フの表面及び吐く息から、1日に約1リットルの水を失います。これを不感蒸泄と呼びます。また1日に約1.5リットルの尿がでます。よって、**合計2.5リットルの水分が1日に失われます。**脱水量が、体重の15～25%におよぶと死の危険性があるとされています。急激に水分が失われる場合には15%で、徐々に水分が失われた場合は25%で亡くなります。体重60kgで15%の水分は約9リットルですから、このレベルには3～4日で達します。**水分を取らないと3～4日で亡くなる事になります。**災害における人命救助に関する用語で「**黄金の72時間 (Golden 72 Hours)**」とされているのがこの為です。

水があり、食事を全くしなければ、理論上は3か月ですがその時に体は無い計算です。今までのデータでは3～4週間。一般的には1～2週間が目安とされています。

2、運動をすると呼吸が荒くなります、更に汗をかきます。

登山の水分量は次の式で計算します。

$$\text{補給すべき水分量(ml)} = \text{体重(kg)} \times \text{行動時間 (hr)} \times 5$$

アスリート換算として脱水量を計算に入れると、脱水量を最大許容が体重の2%と考えて計算すると、

$$\text{補給すべき水分量(ml)} = \text{体重(kg)} \times \text{行動時間 (hr)} \times 5 - 20 \times \text{体重(kg)}$$

となります。10時間の山行で体重60kgの人の必要水分量は3000ml、脱水を加味すると3000ml－1200ml＝1800mlとなります。体重60kgのどんな人も10時間の山行では最低1.8Lの水分が必要となります。

3、高い所でお湯を沸かすと、沸点が低くなることが知られています。飽和蒸気圧>大気圧 が泡の出る沸点の条件です。高地では、大気中の飽和蒸気圧が低くなる為に、大気に水分が奪われやすくなります。高度5500mで大気圧は約半分になります。**高地では空気が乾燥している事となり不感蒸泄が2倍近くなります。**よってさらに水分摂取量が必要になります。

4、脱水の症状は、**初期症状 (最高で4%程度)**：喉が渇く、排尿量の低下、肌の乾燥 (特に舌が乾燥)、便秘。**中度症状 (最大体重の10%程度)**：強い喉の渇き、全身倦怠感、口唇の乾燥、めまい、立ちくらみ、頭痛、嘔吐、食欲不振、眠気、頻脈、眼球陥没。**重度症状 (10%以上の脱水)**：意識朦朧、失神、痙攣、血圧低下。

脱水になると動けなくなります。山に入る時には必要な水を計算し確保しましょう。

水を持って行く事、あるいは確実な水場の確保が重要となります。

安全登山のススメ ⑦ 夏山では塩がポイント・熱中症とこむら返りも含めて

登山特に夏山では汗をかきます。汗の中に塩分が**0.3～0.9%**含まれています。

汗を出す汗腺には塩分を再吸収する機能があり、汗が少ない時は、塩分はほとんど再吸収され、塩分の喪失は極めて少なくなります。**汗をかかない時にはスポーツドリンクも必要ありません。**

汗が多量になると、塩分の再吸収能力が追い付かず、体から塩分が失われる事となります。

汗の量を詳細に測定することはできませんし、人によっても汗の量が異なります。気温24度・曇天で、10kmのランニングで約1kg体重が減少する程度が一般的な量と推測します。10kmランニング、体重減

少 1kg で、汗の塩分濃度を 0.3%とすると、 $1000\text{ml} \times 0.3/100 = 3.0$ 10km のランニングで最低でも 3g の塩分が失われる事になります。

ですから運動の時にはスポーツドリンク等塩分の入った物の摂取が必要になります。

ちなみに、ポカリスエットの塩分量が 0.124%、アクエリアスが 0.101%、OS1 が 0.292%、アクアサポートが 0.292%となり、経口補水液が運動時に適切な塩分濃度となります。

汗をかきながら運動を続ける時には、塩分と水分を継続して取り続ける必要がある訳です。

汗が出る理由は、体温を下げる為です。体温が高くなり最も弱い臓器が脳です。ですから脳の温度を下げる為に汗が出ます。体温が高くなり脳が守れない状態になるのが熱中症です。

汗が出て脱水症になった症状が熱中症の 1 度です。こむら返り等の熱痙攣や熱失神、体の水分が少なくなった時の症状です。水分が少なくなり過ぎて汗をかけなくなると、ふらつき動けなくなり 2 度の熱疲労状態となり体温が上昇します。更に体温が上昇すると意識がなくなる 3 度の熱射病となります。

汗をたくさんかいた時にはたくさんの塩分と水分が必要になります。

登山中の四肢の痙攣やこむら返りは、脱水の可能性が高く、水分や塩分が必要になります。

しかし、他にも原因がある事も知っていなければなりません。①筋肉疲労です。筋力が少なく筋肉が疲労すると痙攣がおきます。日頃からのトレーニングで対処できます。アミノ酸サプリが有効なことも知られています。②急激な筋収縮です。ゆっくりと慎重に歩行することで対処できます。③精神的緊張です。交感神経が緊張すると呼吸も乱れ電解質異常をきたしやすくなります。日頃からのメンタルトレーニングで対処します。④電解質アンバランスです。汗で電解質が大量に失われます。運動時の電解質補充で対処します。⑤脱水は上記の如くです。

痙攣の治療に漢方薬の芍薬甘草湯の即行性がある事が良く知られています。現在ではその効果は解明されています。急性効果として、芍薬に含まれるモノテルペン配糖体のペオニフロリンが Ca(カルシウム)イオンの細胞内流入を抑制し、甘草に含まれるグリチルリチン酸がフォスホリパーゼ A2 を介して K(カリウム)イオンの流入を促進する。この 2 つの作用で神経シナプスのアセチルコリン受容体に作用し筋弛緩作用を発現します。遅発効果としてはグリチルリチン酸の作用により塩分を腎臓より再吸収し、血中塩分濃度を上げ痙攣の抑制に寄与することが分かっています。すぐに効くのは、神経に直接作用するからだったのです。やはり特効薬でした。

血圧が高い方は、塩分を多くとりすぎると血圧が上昇する可能性もあります。ですから汗の量を自分なりに把握し、自分に必要な塩分や水分量を摂取すれば良いわけです。血圧が高くても汗をかいた時には塩分摂取は必要となります。

安全登山のススメ ⑧ グループ登山では自分のことを伝えましょう

登山は究極の個人スポーツです。自分の事は自分で行う事が基本となります。単独行登山が本来は基本です。しかし、困難が予想されるルートでの登山をする時には、ガイドさんに連れて行ってもらうガイド登山や、参加者を募って大人数で協力して登山する極地法登山、山岳会等グループで登るパーティ登山等が行われる事が多く有ります。

パーティ登山の最大のメリットは、1 人に問題が出現した時に、グループの他の人が対処し、救助や応援の要請をすることができる点です。しかし、パーティ登山での最大の問題点は、1 人に問題が発生すると、グループ全体に問題が波及する事となります。各個人がグループに問題を発生させない様に最大限努力

することが必要になります。この為には、自分がどのような人物かグループの他の方々に知ってもらわなければなりません。もしも持病がある時には、持病がある事を説明し、何かあった時の対処策を他の方にも知って居てもらわなければなりません。使用している薬剤があれば、薬剤の内容や使用目的をお知らせし、何かあった時はそのことを考慮し、救助者には報告しなければ、救命できないこともあります。

糖尿病は血糖が高くなり、身体に色々な障害を出現する病気です。この治療に血糖を低下させる薬を使用します。登山は日常生活より多くのエネルギーを消費する為、糖は低下しやすくなります。通常と同様の薬剤を服用し登山で多くエネルギーを消費すると低血糖になります。低血糖は重症化すると意識消失し致命的な状態になります。低血糖はブドウ糖を主体とする糖を摂取することで改善させることができます。しかし気づかれなければ意識無く、更には死んでしまいます。糖の薬を内服している時、糖を低下させるインスリンを使用している時には是非パーティのリーダーに報告しててください。前もって主治医の先生に相談しておいてください。

最近**心疾患や脳血管疾患**の為に、血液の流れを良くする為に、抗血小板薬や抗凝固薬を服用されている方が多くおられます。病気の進行や悪化には有効ですが、薬の副作用として出血が知られています。出血は脳内出血をはじめ、腸管からの出血による下血等、様々な出血を出現する可能性があります。出血が起こり始めると、止血が困難になる事があり、治療が遅れると致命的になります。山中で何らかの止血困難な出血があった場合は、医療機関への搬送を急がなければなりません。抗血小板薬や抗凝固薬を使用している時には是非パーティのリーダーに報告しててください。

高血圧で薬を内服しておられる方は最近多く見受けられます。登山する時は、原則、高血圧の薬は内服し血圧がコントロールされた状態で登山する事が一般的です。しかし高血圧の治療薬の中で、体の外に塩分や水分を出して血圧を下げる**利尿薬**は問題が残ります。登山で大量に汗をかくと汗から水分と塩分が奪われます。すると必要以上に血圧が低下することとなります。高血圧で薬を飲んでいらっしゃる方は、自分の内服している薬がどんな薬かを知り、必要であれば是非パーティのリーダーに報告しててください。登山前に主治医と相談しててください。

パーティ登山では遠慮しないでください。山行中、体調を聞かれた時に、多少体調が悪くても、周囲に迷惑をかけまいと、「大丈夫です。」と言われる方が多くみられます。これは大変良くない事です。初期であれば色々な対処ができる事を我慢して、対処できない状態になるまで放置すると問題が大きくなります。体調が悪い時、何か問題が生じた時には、早めにパーティのリーダーに報告しててください。リーダーは経験が多く、問題を解決・対処する知識を持っています。山行前、山行中にリーダーに自分の事を是非報告して下さい。

オキナグサ



キスミレ



① 残雪期富士登山 担当：リーダー 土井 理

期日 2019年4月27日～29日（3日間）

予定ルート：富士吉田登山口（中の茶屋）—馬返し—1合目—佐藤小屋（泊）—6合目—山頂

下山ルート：山頂—佐藤小屋—富士吉田スバルライン5合目

参加者：（リーダー）土井 理、中林暉幸、中村 寛、（別行動で安場俊郎）

今年の冬は気温が高く富士山は雪が非常に少なく、楽観していたが、4月末になり雪が降るといふ大変困った天気で、同日富士山で行われる予定であった、UTMF（ウルトラトレイルマウントフジ）も26日の途中で中止されるという、初めての出来事が出現している。富士山の天候を注視し、当初28日のみ晴れの予想で、29日の天候は期待できなかったが、29日の午前中のみ回復の兆しがあるとの事で決行、登頂可能であれば登頂をする予定とし出発した。

日程・行動・概要

4月27日（土）18:30頃 熊本駅新幹線待合室に集合し19:08発つばめ342号 博多乗り換え20:01発のぞみ98号で京都駅まで。22:45京都駅着-23:18発-京都駅八条口F3乗り場 富士急行バスで乗車後就寝。

4月28日（日）天候は晴。8:30富士山駅下車。9:10富士山駅発 富士急バス馬返し行き路線バスに乗り乗る予定であったが、雪の為、馬返しまでは行かず、その約2km手前の中の茶屋迄しか行かないとのことで、やむなく中の茶屋まで乗車し、以降徒歩で登山開始となった。安場さんは前日に中の茶屋に到着就寝、早朝に中の茶屋の駐車場を先に登山を開始するということがあった。

9:45 中の茶屋（標高1100m）出発。富士吉田の登山古道を徐々にゆっくり登り、10:40馬返し1450mに到着。中の茶屋にも、馬返しにも仮設トイレがあり使用可能、馬返で少し休憩し登山を続ける。11:15





1合目の小屋跡 1520m 通過、11:45 2合目の小屋跡、12:12 3合目の小屋跡、13:00 5合目小屋通過、13:23 5合目小屋の少し上で安場さんと合流した。14:00には4人で宿泊場所の佐藤小屋 2230mに到着した。

宿泊代金は本来 9400 円だが、宿泊者少なく 9000 円に安くして頂いた。ありがとうございました。翌日は午前中のみ晴れの天気、午後は登山困難な予報となっており、翌朝早く出発することとして、小屋でゆっくりすることとした。佐藤小屋にて夕食、朝食の弁当をお願いした。天候が元来悪い予報が出ていた為か、明日の登頂予定者は我々以外誰もおらず、小屋も宿泊者も少なく、宿泊場所では1人で2人分のスペースを使わせて頂いた。外は小雪が舞っており、ストーブが無いと大変寒い状態で、常時零下の気温であった。夕食は「すき焼き」「タラの芽の天ぷら」「おでん」お腹いっぱい食べさせて頂いた。各々翌日の準備をして、21:00頃には就寝した。



4月29日(月:祝日)天候は曇り一時晴れのち風雪
翌日30日は天候が風雪雨の予報であり、29日のみしかなく、本日は行けるところまでと考え登山開始することにした。天候の悪い予報があったことで、登頂予定のグループは他にはなく、やはり我々のみであった。不要な荷物を佐藤小屋にデポし、4:43 ヘッドライト装着、雪の状態が分からないことから、出発時にアイゼン装着し4人そろって佐藤小屋を出発した。



5:00 標高 2325m の6合目の小屋を通過し、5:10には日蓮聖人が法華経を埋納した八角堂を通過し、登山開始45分後の5:25頃には富士山安全指導センターの脇を通過し、富士吉田登山道夏道の登山を開始した。この頃の天候は晴れ、好天が続く事を祈りつつの登山である。雪が非常に少なく、夏道が普通





に登山でき、残雪期登山らしからぬ登山となった。

出発後 2 時間 15 分の 7:00 頃 **2710m** 7 合目の小屋通過

し、登山道とはずれて 2870m 付近の鳥居荘まで雪面を直登した。洋館前通過 8:30、ここまで一緒だった安場さんはここから下山することとなった。安場さんと別れて、8 合目に向かう。標高が高くなるにつれて徐々に風が強くなり、雪面では地吹雪状態となる。本来であれば、雪面を一気に山頂まで登頂するのだが、風が強く、雪面ではあまりに危険性が高く、引き続き夏道を登高する事とした。登山開始 4 時間 17 分後の 9:00 頃 **3040m** の太子館前を通過、9:45 8 合目 標高 **3200m** の白雲荘前を通過、10:30 頃開始 5 時間 52 分で標高 **3400m** 付近本 **8 合目** の富士山ホテルまで登頂した。ここから上が浅間大社の境内となっており、浅間大社にお参りした事になる。

突風で体がよろめく程度の風になり、これより上では更に強い風が推測され、これ以上は危険と判断し、残り 300m 登頂迄約 1 時間を残して下山することとした。風は強く、気温は-10℃前後、雪面は吹雪であった。

数枚の写真を撮り早々に下山。10:35 下山開始。同富士吉田夏道登山道を下山した。雪の少ない露岩の多い部分は歩き難く、7 合目付近からアイゼンを外し、徐々に雲も多くなる中、急ぎ足で下山した。

13:20 には佐藤小屋に到着。安場さんは既に中の茶屋に向けて下山をしているとのことであった。29 日、行程約 8 時間 30 分の登山であった。佐藤小屋のご主人から、本日 10:00 にスバルライン 5 合目まで開通したと、教えて頂き、タクシーをスバルライン 5 合目に 14:45 に予約して頂いた。佐藤小屋からスバルライン 5 合目まで徒歩で約 30 分との事であったので、小屋にデポしていた荷物を回収しパッキングを行い、お茶を頂き少しゆっくりさせて頂いた後、余裕を持って 14:00 前に佐藤小屋を出発した。14:30 にはスバルライン 5 合目到着した。観光バスなどとてもなく多く、観光客であふれていた。中国人や外国人が多く、日本人は少ない様。予約したタクシーは既に到着しており、土産物屋に寄る時間、少し待ってもらい、14:45 頃スバルライン富士吉田 5 合目から新富士駅までタクシーで下山することになった。スバルラインを降りると、麓では本栖湖周辺で富士芝桜祭りが開催されており、車が渋滞、新幹線に間に合う様に時間に余裕を持って出発したのだが、タクシーにはう回路を走ってもらい、なんとか熊本まで当日帰宅できるぎりぎりの時間となってしまった。



帰りの新幹線は、当初の予定通りの新幹線の時間となった。連休中でやはり混雑しており、3人別々の席に着座し、反省会はする事が出来なかった。17:39 新富士駅発—こだま 671 号—静岡乗り換え 17:50 着、18:11 静岡発—ひかり 481 号—20:00 新大阪着、20:16 新大阪発—さくら 573 号—熊本着 23:43 熊本駅到着後 駅の構内にて解散となった。



反省点・考案

今回の5月の連休の初めは天候が悪く、頭初から予定していたためにやむなく実行しましたが、後半は天候が好天で晴れとなっており、実施が天候に合わせられないのが問題点と感じました。期日を変更可能な交通手段の検討も考慮すべきかと考えられた。

今年は雪が極端に少なく、残雪期登山では無く、残雪期ではあるが夏山登山に近い状態でした。地球温暖化の影響を考えると、もう少し早く4月中旬の好天時を考えても良いのかもしれないと考えます。今回0合目からの、佐藤小屋を利用しての登山で、天候さえ良ければ、富士山は容易に登山できる山と改めて認識致しました。

登頂をめざす日の出発が4:43となってしまいました。出発が4:00頃ともう少し早ければ登頂で来たのではないかと考えます。更に、登頂に予想より約1時間多く時間を要し、もう少し時間を持った計画が良いのではないかと考えられました。

今回天気が予報より少し早く悪化し、残念ながら、山頂の手前で撤退致しました。中林支部長や中村寛さんには非常に残念な思いをされたかと思いますが、富士山は容易に登れることを理解して頂いたものと考えますし、又、富士山は冬期や残雪期には毎年数人命を落とされている山であることをご理解頂き、天候が悪い時には絶対に無理をしてはいけない山である事ご理解頂けたらと考える次第です。

次回は融通の利く期日を計画し、4月中旬以降で、0合目から、佐藤小屋経由し、山頂、0合目へ下山の経過を検討したいと考えます。(土井理 記)



② 春季山野草観察会 (担当) 城戸邦晴

すばらしかった山野草観察登山

～この感動を得るためにいつまでも健康で登山を続けたいと願った～

第18回春の山野草観察登山は連休最後の5月6日(月)、白鳥山・時雨岳縦走という、五家荘・椎葉の辺境の山を舞台に行われた。この日は薄曇りだったが、早朝にもかかわらず熊本市民会館には集合時間前に予定の18人が集合した。南区役所で残る18人も揃い、今回は36人参加、会員24人、一般参加12人であった。貸切バスに24人、三宅会員と土井会員のマイカー2台が出動した。しかし、五家荘への道は遠く、狭い。バスは二本杉峠付近で対向車とハチ合わせをしたら、身動きが取れなくなってしまった。なんとか切り抜けて、峰越登山口到着は10時25分。予定より25分遅れだった。



登山は10時45分、4つの班に分かれてにスタート。登山口からなだらかな稜線歩きの山行である。ブナの林とスズ竹の道を歩いて行くと、まず目についたのがバイケイソウ、あちこちに生え、しばしば群落をなしていた。繁殖力が強く鹿が食しないために増えているらしい。1時間ほど上り下りを歩いた頃、突然「鹿だ」の声が起こった。左側30mほどの所に草を食む親子らしき2匹の鹿。小鹿は興味深そうにこちらをながめ、なんと歩み寄ってくるではないか。女性メンバーは大喜びで、「鹿に出会ったのは初めて」「かわいい！」など賑



オオカメノキ

やか。しかしこの鹿が樹木を痛めているとは皆さんご存知だろうか。

ヤマシャクヤクが登場したのは御池の近くであった。しかしまだほとんどがつぼみだった。ドリーネが現れ、御池で12時になり、風穴へ回る予定だったコースを変更し、まっすぐ白鳥山山頂へ向かった。平清経住居跡を過ぎて、ブナの樹林の登りが続く。けっこう長く感じられた。頂上に12時20分着。4班は少し遅れたが全員無事到着。ここで休憩、昼食。すると突然ドローンが舞い上がった。宇都宮会員が操作するドローンだった。上空200mまで行き、撮影。上空からの映像をモニターで見て騒ぐ人達。思わぬイベントに大喜び。後で映像を見せてもらうという楽しみがまたひとつ増えた。

休憩を終えて、写真撮影をし、1時に出発、時雨岳へ向かう。5分ほど歩くと展望台と呼ばれる石灰岩の露出する場所に出た。雨模様の空だったがここは見晴らしがよく、銚子笠、市房山、石堂山、うっすらと高千穂峰、韓国岳まで見えた。ここにはヤマシャクヤクの群落があった。皆さん喜んで写真を撮ったが、ヤマシャクヤクの花の饗宴はまだまだこれからが本番であった。この頃、黒い雲があらわれて小雨がパラついた。



ジロボウエンゴサク



メギ

白鳥山を下りながら樹木を見渡すと頭上にオオカメノキが白い花をつけていた。足元にはジロボウエンゴサクがひっそりと咲いていた。ブナの巨木が立ち枯れている中を下って行った。林道に出た。メギが美しい花をつけていた。

時雨岳への登りにかかる。右手の崖下にコバノミツバツツジが咲いていた。ナツツバキが美しい幹を輝かせていた。そしてヒメシャラの大木が。ウリノキがある、と戸上会員が声をあげた。そしてついに



ヤマシャクヤクの大群落に出会った。一面満開のヤマシャクヤクの花に参加者は大喜び、写真を撮ったり撮り合ったり、しばらくは狂喜の世界。中にはピンクに縁が色づいた個体があり、あでやかな美しさにまた狂喜。「こんなの初めて」「今夜は眠れない」などの声が上がった。時雨岳のヤマシャクヤクは真っ盛りであった。

山頂の周囲には鹿除けネットが張り巡らされていた。開けて入りまた閉める。これが自然を守るためのこのルール。周囲には鹿の食害にあった立ち枯れの木々が立つ。さっき見た鹿は自然の敵なのだった。山頂付近もヤマシャクヤクの大群落。色づいた株も一つではなかった。またイチリンソウ、ニリンソウが足元に。コミヤマカタバミも。ルイヨウボタンの花が見られた（戸上会員確認）。時雨岳 14時50分着。

時雨岳山頂でも記念写真を撮った。ネットの外に出て、15時5分、いよいよ下る。下りは急な斜面だった。登りに取ったらさぞやきつかりと口にしながら、わいわいはしゃいで下っていった。予定より時間を要して、時雨駐車場へ降り立ったのは15時50分。計画より1時間近く遅れていた。

バスが迎えに来ていたが、ここで全員は乗れないことに気付いた。バスに女性と高齢者を載せて峰越登山口へ行き、三宅会員と土井会員がワゴン車で迎えに来てくれることに。残りの人は歩いて行く。15分ほど歩き、迎えの2台の車で全員が出発点に戻った。

ここで「終礼」をし、バスに乗り帰路につく。峰越を出発したのは16時40分。二本杉峠17時45分着、トイレ休憩とお土産に茶店に入る人が多かった。閉店間際で、店頭にあるだけで終わりですよの声について手が伸びた1個150円の芋の天ぷらがおいしかった。

帰りは対向車で窮することもなく、陽のあるうちに山間を抜け、国道もほとんど渋滞せず、バスの正面に夕日が美しく見える中を走り、南区役所に19時5分、熊本市民会館に19時30分に帰り着いた。

今年の春の登山教室はアプローチが長く、大人数であったが、天候に恵まれ、花の状況も満足できた。参加者には喜ばれた山行となった。(城戸 記)

参加者 (会員) 工藤文昭、松本莞爾、石井文雄、安場俊郎、中林暉幸、池田清志、田北芳博、宇都宮信夫、城戸邦晴、松本博美、山本直、土井理、三宅厚雄、戸上貴雄、浦川留美、坂本雄二、岩下律雄、中村寛、植木隆俊、植木啓子、土肥ムツ子、森尾奈美、門司恵美子、外山成臣、

(一般) 松岡睦夫、渡辺益子、下田繁俊、國武麗美、末永保則、宮田慶子、東晶子、安武テツ子、松本絹恵、池田のり子、伊藤松弘、田中昌恵、(合計36名)



ニリンソウ



コミヤマカタバミ



③ 春の森林保全巡視登山 (担当) 田北芳博

6月2日(日)、春の森林保全登山、第一次の計画では阿蘇高岳を計画していたが、阿蘇の火山規制により高岳登山を断念、赤川登山道からの久住山登山に変更、ミヤマキリシマ観賞を兼ねて計画していた。しかし、これも残念ながら天候が悪く中止を余儀なくされた。

④ 令和元年度岩登り講習会：岩野山 (担当) 安場俊郎

2019年6月16日(日) 7:00~15:00 植木町岩野山 晴

参加者 松本 莞爾・土井 理・石井 文雄・安場 俊郎・中林 暉幸・池田 清志・田北 芳博
城戸 邦晴・岩下 律雄・中村 寛・浦川 留美・高屋敷 しの・宮本 浩嗣 13名

初心者のための岩登り講習会を岩野山岩登りグレンデで実施した。南面に面する岩場であり、日射の受けての酷暑が予想されたため、朝の涼しい内に開始するため早朝7時に北区役所に集合としたが、前日の雨があがって意外と涼しいなかでの練習となった。

7:30~駐車場で土井氏の指導で全員ハーネスに装着する。ザイルの結び型、中間結び、等の指導を受けたあとウエルカムグレンデに移動、トップロープでの登攀をする者と、滑落者に見立てた重量物(約52Kg)が落ちた場合ショックをポティービレイ(確保者のハーネスに装着したATCで止める)の体験を実施した。3~4mの滑落でもショックでも、確保の位置から引きずられる人が多く、貴重な体験となった。

その後登攀練習も場所を変え、各人2~3回ずつ練習ができた。

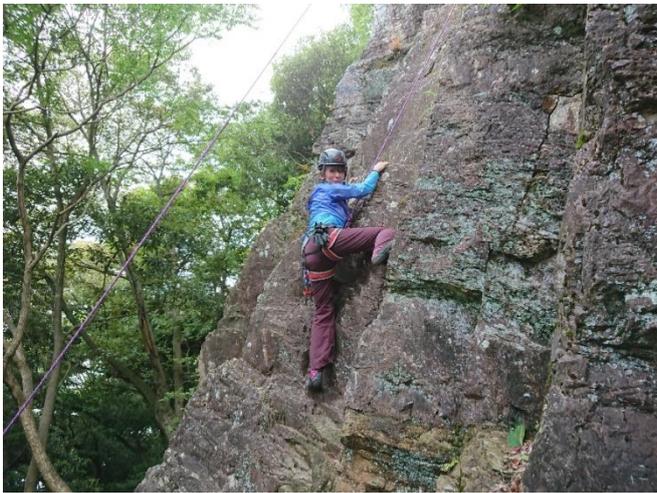
最初は久しぶりの岩で硬くなっていた身体も徐々にほぐれ、余裕がでてきたせい各人は順調に登れるようになってきたように見受けられた。

12:00 駐車場で昼食

13:00~ 午後の部 ウエルカムグレンデで登攀練習

15:00 練習終了。 解散





⑤ 《同好会》 花を愛でる会 第1回活動報告

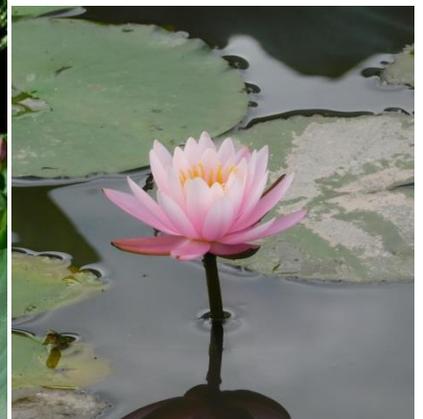
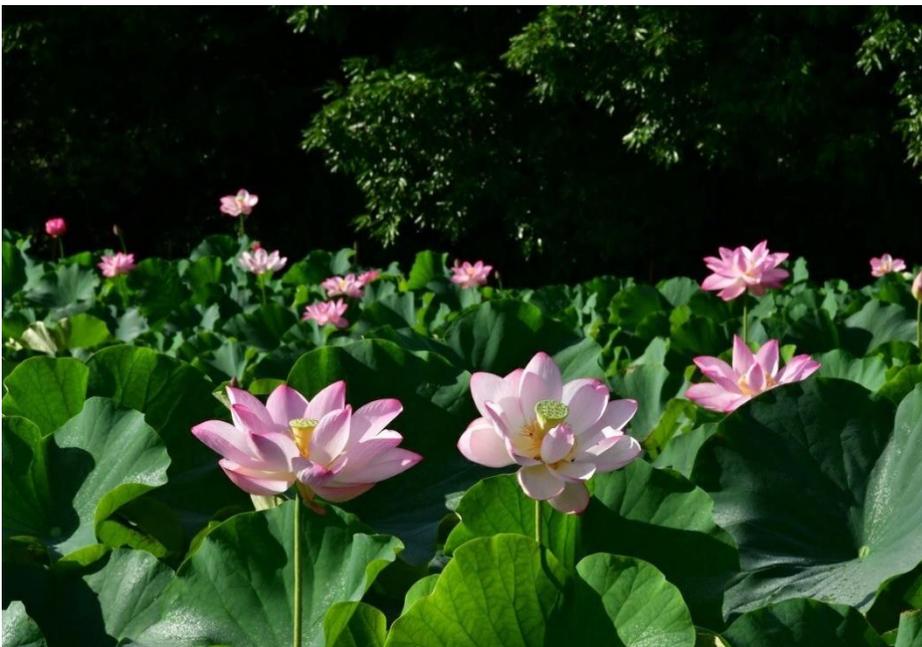
= 蓮の花と飯田山 (431m) =

1.日時：令和元年7月25日(木)

3.参加者：中林、木下、城戸、田北、多田、戸上、脇本、内布、土肥、伊藤、宇都宮
(一般) 木場、高浜、中村、前田 (15名)

伊藤さんが栽培している飯田山近くの蓮園を見学して、そこから飯田山へ登りました。
予定では1時間程の簡単な登山と考えていましたが、途中、花の観察や常楽寺(大聖院)での住職様のお寺の歴史的な背景などの説明があり山頂まで多くの時間を要しました。
山頂では弁当を食べるグループと下山グループに分かれ下山となりました。

.担当：伊藤、宇都宮



⑥ 2019年度 登山研修会・沢登り：祖母山奥岳川遡行 (担当) 石井文雄・安場俊郎

1.期日 令和元年8月3日(土)～4日(日) 1泊2日

2.場所 祖母山奥岳川 黒岩谷遡行

3.参加者 中林暉幸、土井 理、石井文雄、安場俊郎、中村 寛 岩下律雄 浦川留美、国武齡美(8名)

8月3日 午後2時、大津町生涯学習センター東駐車場集合。中林と安場の2台の乗用車に分乗して出発、南阿蘇村栃木の迂回路から阿蘇谷57号線經由滝室坂を登り、竹田ドライブインで休憩、尾平の「ゲストハウス豊後大野」に17時に到着。旧尾平小学校の校舎を改装した同所は3年前にオツルミズ谷に宿泊した宿泊所を更に美しく改装が施してあり、登山者の泊まるには、かなり場違いとなっていた。素泊り4000円で、食材、アルコール類も持ち込み、2Fの合宿所の台所で自炊、ロビーで21時まで宴会。翌日のオニギリを各自用意して就寝。

8月4日、5時起床、朝食、校庭で沢靴・ハーネス装着等の準備を済ませ7時、尾平登山口で登山届箱に登山届を投入して入山。快晴、正面には障子岳・天狗岩の岩峰を望む絶好のロケーションである。鉦澤捨場の広場を進み、川上渓谷の右岸遊歩道に入ると宮原登山道の吊橋をくぐり、7:30 ウルシワ谷出合から左の川上本谷方面へ、三枚谷を過ぎてから沢に入る。花崗岩の一枚岩の美しい渓流を、左右に横切りながら遡行して、右に黒金尾根登山道入口を過ぎてしばらく行くと右手は高い岸壁、沢は緩やかに左にカーブしている。

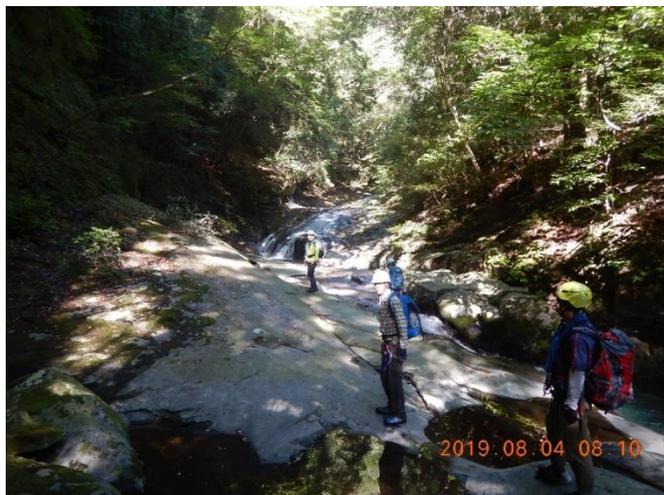
流水が浅い凹みの流れを釜に落としている場所でアクシデント発生。右手の浅くコケが付いた岩盤の斜面で、土井 Dr がスリップ、下の滝壺に落ちた。滝壺は意外に深く水深2m以上、泳いで釜の縁まで戻ったものの上がれずロープを出して上がってもらった。ここは巻くしかなく斜面右を滝の上に上がった。最後尾の土井Drが最後の河原岩盤でスリップ、右足首をひねった模様。足に力が入らないため、ここから先の登りは無理なので下山したいと申出があり、岩下氏が付き添って下ることとなった。このまま下れるか心配したが、少し下れば登山道に出るし、底いながら歩けるとのことであったので、残りの6人はそのまま続行することとなった。

8:30、このあと2箇所、流れがゴルジュ状になっているため高巻きをした。2カ所目は右岸が一枚岩のコケが乗った岩盤だったため、手掛かりがなく、安全のため20mロープを出す。標高780mで右手に黒金谷出合い、休憩。9:30 出発、しばらく登ると緩やかなナメラが200mほど続き、易しい沢歩きとなる。やがて二股、1035m付近、水流は左手だが先は黒金尾根から離れてしまう。正午近い時間なので、早めに黒金尾根の下山路を目指したがよいと判断し、右の水のない支谷に進路をとる。ガシの急登のため、落石を注意し合い、尾根を目指す。1150mから斜面を北にトラバース開始、以前は密生していたスズタケは皆無になっており、藪漕ぎはなくなったが、幼木は枯れ、手がかりが少なく滑りやすくなっている。12:30、尾根筋の黒金登山道1160mに合流する。

一息ついた後下山開始、急な尾根を下り、川上本谷合流、



ウルシワ分岐の流れで冷やしておいたスイカを皆で食べて遊歩道を下り、14:30 尾平登山口到着。土井、岩下両氏は先に宿泊所に無事帰着しており、一安心。先に頼んでいたシャワーは、宿の都合で断られ、やむなく、水で身体を拭いただけで、帰路につく。往路を約 2 時間半程度で大津駐車場には 17:20 ごろ到着して解散した。

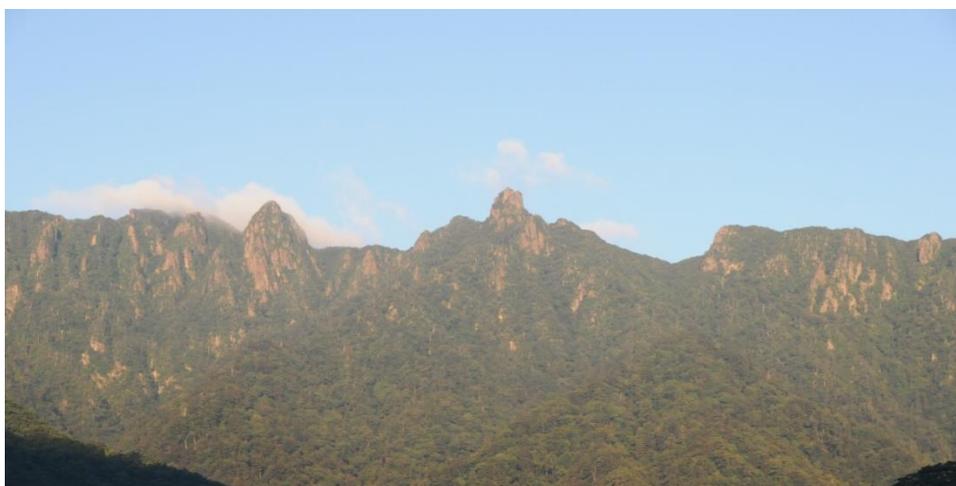
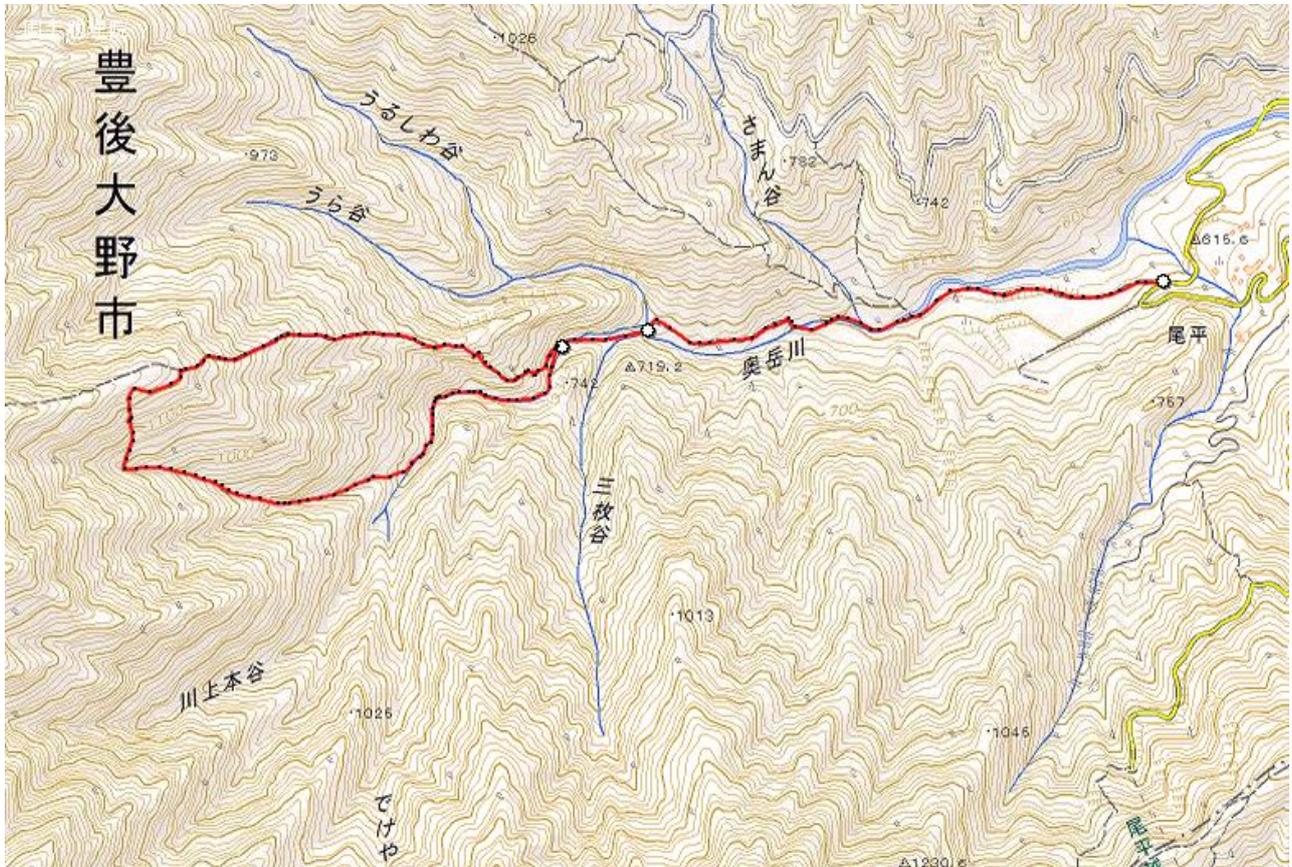


追記 翌日土井Drに電話で尋ねたところ、やはり骨折していて明日手術とのことであった。かなりの重傷だったわけで驚くとともに、尾平まで自力で下山された強靭さに感心した。やはりあの場合は全員で付き添う必要があった。

沢登りは、岩登りと異なり、いちいちロープを出して確保してもらうことが少なく、各自が細心の注意をしても、このようなアクシデントが発生する場合が少なくない。今回は、祖母の沢でも一番易しい沢であって、滝がなく、大きな高巻きを強いられる場面もないが、美しいナメラ歩きを楽しむことができた。初心者向けの沢として吉川満氏の「九州の沢源流」でも遡行図が記載されていない程であるが、やはり心して行動する必要を痛感した。祖母の沢はなめらかな一枚岩が多く、スリップには十分な注意が必要ある事と、また近年鹿害のため密生していたスズタケがなくなり、幼木が外皮を嚙られて枯死し、高巻きや原頭部の詰めには手がかりがなく、土はむき出しになり足が滑りやすく、落石も発生しやすく、危険性が増している。今後の沢登りの場所の選定には十分な配慮が必要であろう。

しかしながら、沢登りは、日本独特の登山形態であり、真夏の沢は涼しく快適な登山路になり、読図や岩登りの技術の向上のためにも、安全には十分注意して今後とも続けたいものである。(安場 記)

2019年8月4日(日) GPS軌跡



尾平より鳥帽子岩・天狗岩の岩峰を望む

⑦ 2019.8.11(日) 第4回くまもと「山の日」登山祭：杵島岳

「ふるさとの山に登ろう、熊本の自然を守り育てよう」をスローガンに過去3回実施してきたくまもと「山の日」登山祭、当初第1回目に行く計画であった熊本を代表する山阿蘇が、思いがけない熊本地震で悲惨にも崩壊し、場所の変更を余儀なくされた。爾来3年、まだ復旧・復興途上ではあるが、阿蘇杵島岳で第4回目の今年実施する運びとなったのは素直に嬉しい。

実施計画に当たっては、共催の熊本県山岳連盟と日本山岳会熊本支部の打ち合わせも、今回4回目となり会合の回数も少なくして、メールでのやり取りにするなどできるだけ負担を減らすように努めた。最大の課題は、多数の参加者を考慮すると、駐車場の問題と数百人が入れる広さの頂上などを考慮しなければならない。諸般の事情を考慮して草千里駐車場から杵島岳登山に決定した。地元自治体の阿蘇市をはじめ、山の店シェルパ、好日山荘熊本パルコ店、モンベル南阿蘇店そして今回初めて株式会社大塚製薬工場の後援も得られ、昨年好評だったくまモン缶バッジ、そして経口補水液OS-1の提供を得ることができた。

開催日が近づくにつれ、幾つもの台風が接近して天候が心配され、また中岳火口の活動の活発化も気がかりであったが、幸い台風は9号と10号の合間を縫う形となって何とか予定通りの実施となった。

当日は午前7時、参加者受付の草千里駐車場に役員集合、下界は晴れていたが標高1100m余の駐車場付近は強風、上空には火山灰を含む噴煙混じりの雲、南東の風に杵島岳頂上付近を覆っている。状況次第では登山活動の変更も考えながら、受け付け準備、各種旗の掲揚など準備を進めていく。8:30からの受付を始めるころには次第に雲は高くなり始め、噴煙もいくらか杵島岳直撃から逃れる方向にみえる。ただ降灰の影響を考慮してAコース予定の火口跡一周は断念し、頂上火口周回に短縮することに決める。9時から開会式は予定通り開始し、主催者挨拶、諸注意の後、A、Bコースの順に登山開始した。強風曇天のため事前に心配していた熱中症の心配は殆どなさそうで幸いではある。参加者の数は200名弱、子供連れの参加者もかなりあるのは嬉しい。登山開始40分弱で杵島岳頂上到着、まだ雲は多いが頂上からの眺望も望めるくらいに雲は高くなってきた。火山灰の心配もない。帽子が飛びそうな風は相変わらずである。

登山者全員登頂したところで頂上集会開始、工藤実行委員会委員長の講話そして高体連代表の高校生の山の日宣言、改めて山の日々の意義を考えさせるイベントも順調に済ませることができた。

その後集合写真を撮り、Bコースはそのまま下山を開始、Aコー



スは頂上火口を反時計回りに周回して、11時半頃には両コースとも草千里駐車場に帰着した。簡単な閉会式を行って、解散となった。予定のコースを短縮したため早い時刻での終了となった。物足りない健脚組は、思い思いに中岳方面或いは鳥帽子岳へと足を伸ばすものも見受けられた。

県内の報道機関 3 社も取材に来てくれた。多くの県民に山の日の意義を再認識する機会になることを祈念しながら片付けを終え、役員の解散となった。(中林記)



杵島岳頂上集会



杵島岳火口を巡る



杵島岳から中岳火口

「第4回くまもと『山の日』宣言」 熊本高校 椎場健誠君

「私達が住んでいる熊本県は多くの自然に囲まれています。中でも阿蘇の美しい山々と雄大なカルデラは、世界中からたくさんの注目を集めています。私たちが今日登った杵島岳は阿蘇五岳の一つであり、3500年前の火山活動によって形成されました。

山は多大な影響を私達に及ぼします。綺麗な水や空気を作るほか、多様な生態系の保存や私達の心を癒す効果もあります。一方で土砂災害や噴火など命を奪う怖い一面もあります。山の性質をよく理解し、山とうまく付き合っていくことが私達の使命です。

山の日である今日、私達は山の偉大さを改めて実感し、山に感謝しなければなりません。ここに、これからも山を愛し、後世にこの素晴らしい自然を受け継いでいくことを宣言します。」



国民の祝日 ふるさとの山に登ろう! 熊本の自然を守り、育てよう!

山の日8.11日

国民の祝日熊本「山の日」登山祭ご案内
第4回国民の祝日「山の日」にあたり、多くの熊本県民の皆様が、ふるさとの山に登り、自然の豊かさに感動し、山の恩恵に感謝すると共に、熊本の自然を守り、育て、後世に引き継ぐことを心に銘記するため登山祭を開催します。多くの県民の皆様のご参加をお待ちしております。

あそごがく 阿蘇五岳 しまだけ 杵島岳

【期日】 令和元年8月11日(日)国民の祝日「山の日」
【場所】 阿蘇 杵島岳
【日程】 8:30~8:55 車千原駐車場 集合(有列になります)
9:00~9:20 開会式
9:30 登山開始(A・Bコースに分かれて出発)
10:30 杵島岳頂上集合
11:30 下山開始
13:30 最終下山終了

山の日 参加記念品 プレゼント
雨天中止 参加費無料

共催 (公社)日本山岳・スポーツクライミング協会 熊本県山岳連盟 熊本県阿蘇市 山の店シェルパ 好日山荘熊本パルコ店 (公社)日本山岳会熊本支部 モンベル南阿蘇店 株式会社大塚製菓工場
お問い合わせ 熊本県山岳連盟 事務局 ☎090-2580-6152 0119日本山岳会熊本支部 ☎090-6289-3817

バッジ 38mm



(ポスター、岳バッジ岳バッジともいずれも佐藤正樹会員のデザインによる。)

事務局より

会員会友の異動(敬称略)

.会友加入者: 伊藤松弘、池田のり子、前田節子

2019(平成31年度)熊本支部事業計画

H31.4.21

No.	月	日	曜		内 容	種別	担当	
1	4月21日	日			平成31年度支部総会：県婦人会館	共益	事務局	
2	4月27日	土	～	4月30日	火	富士登山(計画書受領済) 3月中旬募集締切	共益	土井
3	5月6日	月			春の登山教室(山野草観察会) ：白鳥山・時雨岳	公益	城戸	
4	6月2日	日			春の森林巡視登山	共益	田北	
5	6月16日	日			登山技術講習会(岩登り)	公益	安場	
6	8月3日	土	～	8月4日	日	登山研修会(沢登り)	共益	石井
7	8月11日	日			山の日登山祭 杵島岳(岳連協議)	公益	中林	
8	8月24日	土			ビールパーティー	共益	事務局	
9	9月8日	日			千支の山：猪子伏山、白髪岳	共益	田北	
10	9月13日	金	～	9月17日	火	北アルプス遠征：剣岳	共益	安場
11	9月28日	土	～	9月29日	日	九州脊梁トレイルラン大会支援協力	公益	松本
12	10月6日	日			秋の森林巡視登山：九千部山	公益	田北	
13	10月26日	土			秋の登山教室：由布岳	公益	山本	
14	11月2日	土	～	11月3日	日	宮崎ウエストン祭/ 記念登山	共益	田北
15	12月1日	日	～	12月15日	日	山の写真展	公益	田北
16	12月8日	日			登山報告会	公益	田北	
17	1月18日	土			新年晩餐会	共益	事務局	
18	1月25日	土	～	1月26日	日	冬山登山講習会：くじゅう	公益	佐藤
19	2月22日	土	～	2月23日	日	冬山登山研修会：大山	公益	松本
20	3月8日	日			千支の山(子年)	公益	山本	
21	3月21日	土			宮崎支部交流登山 熊本支部主管	共益	事務局	

	支部報発行						
1	4月21日	日			支部報44号		
2	8月24日	土			支部報45号		
3	1月18日	土			支部報46号		

	本部行事等						
1	5月25日	土	～	5月26日	全国支部懇談会(奥日光)		
2	6月23日	日			JAC定期総会(本部)		
3	9月28日	土	～	9月29日	JAC支部合同会議(本部)		
4	12月7日	土			JAC年次晩餐会		

