

JAC北九だより

NO.52 (平成22年第2号)

社団法人 日本山岳会 北九州支部 Kitakyushu Section of The Japanese Alpine Club 発 行: 社団法人日本山岳会北九州支部 事務局: 北九州市門司区新原町12-27

関 口 興 洋 方

TEL·FAX 自宅 093-382-6436 携帯 090-8919-6776

発行人:大庭常生

編集人:伊藤久次郎・関口興洋印刷:山口県山口市水の上町2-25

内藤製本所

自然環境保全事業

回収ゴミ24袋! 長年放置の燃えないゴミ

霊峰英彦山 清掃登山 42人参加!

福岡県の霊峰、英彦山(1200m)の清掃登山を3月 28日(日)、月例登山として実施した。

清掃登山は、昨年まで北九州の最高峰福智山(901 m)で行っていたが、わが日本山岳会北九州支部が今年で創立10周年を迎えることで、さらに一段高い山へと、英彦山に場所を移した。

当日は午前9時ごろ、北九州支部から31人、一般の門司山歩会から11人の合計42人が別所駐車場に集合。添田町から預かったポリエチレンのゴミ袋をそ

れぞれ持って、山頂に向かって出発した。山頂までのコースは、表参道の中岳階段コース、北岳豊前坊コース、南岳鬼杉コースの3コースで、それぞれゴミを拾いながら登り、正午ごろ積雪の中岳山頂に集合。昼食後全員で山頂周辺のゴミ拾いをして表参道を下山した。

下山途中も、展望台下の見えない草むらにたくさんの古い一升瓶や、50年以上前のものと思われる空き缶や空瓶などが見つかり、これを回収しながら



清掃登山に参加したみなさん。英彦山別所駐車場で

下山した。別所駐車場にゴミを集め、燃えるゴミと燃えないゴミの「ゴミ仕分」けを行ったところ、燃えるゴミが10袋、燃えないゴミが14袋、合計24袋の回収であった。

英彦山は、登山道では目立ったゴミは見当たらなかったが、登山道から横に外れた草むらやヤブの中では、まだまだ投げ捨てられた古いビンや空き缶などがゴロゴロしている状況が見られた。特に山頂上宮や展望台休憩所のがけ下では、何十年もそのままであり、燃えないゴミがトラック数台分あると言われている。(伊藤Q)

英彦山清掃登山感想

一番驚いたゴミは一升瓶! ビジター 今 田 智 絵

健康のためと思い登山を始めて1年がたちました。この1年で一番多く登った英彦山。初めての登山も英彦山。望雲台で、今まで見たことのない絶景に驚きつつ、下を見ると断がい絶壁でとても恐ろしかったこと。長い長い石の階段で、次の日から1週間ほど足がパンパンにはれたこと。初めて山伏を見たことを思い出しつつ、今回、英彦山にゴミ??? 清掃登山??? と思いながら南岳を目指し登り始めました。

渓流の水音をここちよく耳にしながら進んでいくとビックリ!! 不法投棄と思えるような大きなゴミ(さすがに拾えませんでした)、大きな杉の木(鬼杉)や材木石を見ながら登っていきました。道々、山のゴミと思うようなあめの袋、お菓子の袋、ガラスの破片、割れた器、カン、ビン、一升瓶など想像もしなかったゴミ、ゴミ、ゴミに驚きながら、3カ所の鎖場をやっとの思いで登り、雪が残る南岳山頂へ到着。

南岳からの景色を観賞し、英彦山神宮上宮のある中岳を目指し、途中、南岳斜面に残る雪景色がとても美しく感動!! 上宮に到着し、30分ほど清掃。壊れた金網が散乱し、あめ、お菓子の袋、カン、ビン、ガラスの破片などを拾い、奉幣殿の方へ下り、別所の駐車場



下山後、別所駐車場でゴミ仕分けをする

駐車場に集められたゴミ、ゴミ、その多さにビックリ!! 自然の中に人間が捨てたゴミ、生活のゴミがこんなにあるのかと思いました。一番驚いたゴミが一升瓶! どうして山に・・。マナーが良いとされる日本人、自分たちはマナーを守れているのか、考えさせられた清掃登山でした。これからどこへ行っても "ゴミを持ち込まないようにする" "ゴミは自分たちで持ち帰る" を心に、小さなエコから始めようと思います。

参加者

JAC北九州支部(31人) 日向 祥剛(11427) 広美 (11990) 伊藤 久次郎 (13499) 西村 信子(13520) 濱松 禮子 (13523) 馬場 基介(13532) 舛 木 隆(13534) 関口 興洋 (13643) 横山 洋子(13804) 西村 俊二 (13810) 山田 武史(13992) 高 城 季美子 (14046) 中岡 邦男 (14206) 俊 一 (14523) 平野 一幸 (14691) 坂 本 千佐子 (北九379) 門司山歩会(11人)合計 42人

10 周年記念誌 製作費募金のお願い

一口 千円以上、何口でもOK!

申し込み受付は、支部会計担当馬場基介(TEL093-371-8656)まで。各委員まで連絡下されば、振り込み用紙をお送りします。個人、団体を問わず受理します。募金された方は記念誌にお名前を掲載させていただきます。

村民あげて25年続く諸塚山山開き

No.11977 溝 部 忠 増

九州中央山地に春を呼ぶ、名峰「諸塚山」(1342m) の第25回山開きは3月7日、無事終わった。あいにくの悪天候だったが、"日本一早い"のキャッチフレーズに誘われて、宮崎県内外から、多数の登山客が駆けつけた。

地元の諸塚村あげての運営、支援は大成功で、 村観光協会、村役場、飯干をはじめ、各公民館など 多くの方々が、森林理想郷をめざす心が一致したイ ベントだった。

雨と風で、視界不良の中を飛来した朝日新聞社のヘリコプターも、山頂に微かに姿を見せて、山開きに花を添えた。

この四半世紀続くイベントは、1985年朝日新聞社主催の「朝日森林文化賞」森づくり部門の優秀賞を地元の村が受賞したのと、日本山岳会宮崎支部の選定した「みやざき100山」の一つに選ばれたのを機にはじまった。これまでに、三代の村長にリレーされて、イベントは年ごとに広がり、いまや九州各地、西中国(山口・広島)から、村の人口を越える登山者が集うようになった。

この日も、登山者に対し、アケボノツツジと福寿草で飾る記念のワッペンがおくられ、豚汁、甘酒がふるまわれた。また、地元の各生活改善グループの主婦たちの手づくりの特産品が、家ずとして飛ぶように売れた。

この山開きが、諸塚村のむら起こしの大きな転換点となり、林業をはじめ、シイタケ、お茶、畜産などの産業振興に、村民一体となって大きな成果をあげている。一次産業の不振が全国的に深刻化した中で、同村は構造改革を推進。素材生産のみの産業から、付加価値創出型の産業への転換を図り、中でも森林組合の小経木木材加エセンターの整備も進んだ。また、若者を中心に、森林産業隊を編成。「FS C森林認証制度」でも認証された。この制度は、1993年に誕生した。「森が適切に管理されているか」を第三者の機関が国際的に統一された審査・認証するもので、わが国では2、3の自治体が認証されている。

さらに、都市との交流により山村観光ももたらした。 それらの背景には各地域にある公民館活動を通じて、 全村民が協力しあい、自分たちの村づくりに励み、「森 林理想郷」をめざすことが村の指針となっているからだ。

また、受賞とともに贈られた賞金100万円をもとに、 村の予算から200万円を追加して「村森林郷創生基金」をつくり、この利息収入を財源として「諸塚村森林 文化賞」も制定、村の産業・文化などに功績があっ



山開きのテープカット。杉の木を使い、「ウッドカット」で、このあと山頂へ。

た個人、または団体に対し「功労賞」と「奨励賞」をおくっている。 2009年度までに、特別功労賞2人を含む功労賞15人、奨励賞が21人、15団体計36組の方におくられている。

この25年の間に、山村と都市部からの登山客を結ぶ交流が深まり、都市から来た子供たちのキャンプ、森林をめぐる文化シンポジウム、セミナーなどいろんな催しが、相次いで催されている。

私は、朝日新聞の現役時代グリーンキャンペーンを担当、中でも「朝日森林文化賞」では社内の選考委員をつとめ、村の受賞を機に、当時の甲斐重勝村長に山開きの企画を誘いかけ、お世話を続けている。私の主宰する小さな登山クラブの仲間とともに、毎年訪れており、私にとっては"第二のふるさと"となっている。

1995年の第10回山開きでは、私が村から感謝状

をいただき、2005年の20周年記念の山開きでは、 私が編集責任者となって、記念誌を制作。私は、こ の秋には八十路になろうとしているが、2015年の第 30回山開きまで、杖を手に参加を続けようと考えて いる。

人口2000人余り、うち高齢者が35%、一方若年者は15%という山村が、町村合併もはばみ、全村森林公園一百彩の森づくりをめざす姿を、いつまでも見つめて行きたい。

「静かだった森、私たちだけのものだった森が、いま、多くの人々を惹き寄せ、語り始めている」と、 黒木重人村観光協会長の誇りある発言を信じたい。 山に生まれたものが、山に生きるために、山を守り、 山を育てる。このひたむきな姿勢が何よりも尊い。 諸塚村は、「森づくり、人づくり、村づくり」の無限の 可能性を秘めている。

月例山行(1月23日) (糸島郡二丈町) アラレ降る二丈岳(711.4m)登山

北九410 椋本 逸雄

今回の参加者は、門司山歩会の10人に、ビジター2人を含む28人で、マイクロバス2台に分乗して、小倉駅北口を午前8時15分に出発。途中、国道202号線沿いの二丈渓谷ゆらりんこ橋入口」の標識のところで、福岡の山田さん、室津さんと合流し、ゆらりんこ橋駐車場に9時50分到着した。

2班に分かれ、駐車場を10時15 分に出発。目の前のゆらりんこ橋 (つり橋)を渡り、二丈渓谷遊歩 道へ(10:20)。加茂川の渓谷沿 いを進み、40分でコースの見所の 1つ「明神の滝」に到着(11:00)。 降り出したアラレ模様の中で、さわ り程度だったが、水量が多く、岩 場もきれいだし、夏場はいいだろ うなと思った。10分で加茂神社に 到着。ここに来て、アラレの勢いが 増し、みな急いで雨具姿に着替え る。ここを出て林道沿いを10分、 西ルートの「二丈岳登山口」(西 登山口) に到着(11:30)。休憩を 挟み、ここから1時間で山頂の一画 「二條城跡」に到着(12:30)。 右側に戦国時代の石垣の遺構があ り、その先には大岩が群居し、そ の姿は圧巻である。アラレはやみ、 曇り空であったが、ここからの海の 眺めは素晴らしい。眼下に深江湾、

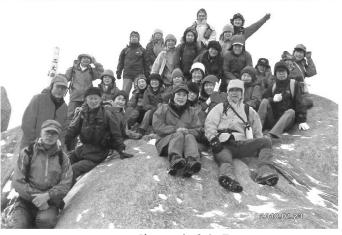
そして玄界灘が一望でき、開放感を味わえる場所である。海側に向かって横たわる大岩の先が二丈岳山頂(711.4m)で、冷たい潮風と零下2度という寒さの中、岩の斜面に腰を下ろし、集合写真を撮る。風よけの岩場を探し昼食をとったあ

と13年10年大へ(二らへ16下方れ25時。つか登下: 15丈ら(15時関面帰たの登下: 120年とに路のは、15:20年の路に路のは、15年10年の場合におります。

なお、帰りの車中(小倉方面)で、 大楠さんより、打ち上げの「北あきたのにごり酒」(一升)が振る舞われ、帰りを楽しく締めていただいたことに感謝申し上げます。また、今回の山行を計画され、お世話いただいた山田さん、アシストの室津さん、ほか参加されたみなさまのおかげで無事遂行できたことに 感謝し、結びとします。

参加者(合計28人)

原 広美(11990・救急) 大楠益弘 (13465・門司山歩会指導員) 濱 松禮子(13523) 浦田和夫(13530) 馬場基介(13532) 舛木 隆(13534) 室津健次(13986・SL) 山田武史 (13992・CL) 大木康子(14498) 末次幸子(北九369) 森本信子 (北九389) 倉本とき子(北九400) 椋本逸雄(北九410・記録) 大内



アラレ降る二丈岳山頂で

喜代子(北九412) 福田陽子(北 九422) 中野洋子(北九431) 原田 常代(ビジター) 今田智絵(ビジ ター)

門司山歩会 河内 聡(記録) 河内三千代 白上智恵 白川恂子 畑井真子 日高フジ子 平野良子 松尾静香 松崎香代子 渡邊寿子 留守本部 板倉健一

月例山行(2月10日~14日)

雪のない伯耆大山冬山山行(1)

No.13471 板倉 健一

2月の厳冬期というのに、伯耆 大山は雨が降っていました。大山 寺のバス停から下山キャンプ場ま で道路に雪はなく、アスファルト が丸見えの駐車場にテントを張り ました。



アスファルトが丸見えの駐車場で

雨の中、元谷に入り雪上訓練を しました。元谷の堰堤までの林道 も雪は無し。元谷小屋に寄って屏 風岩下の斜面まで登りましたが、 雪がついてなく凍結していました。 膝を曲げ、腰を落としての斜面の 登下降とトラバースは、アイゼンワ -ク訓練に最適でした。

テントに帰り、食後は2台のコン 口を炊いて衣類を乾かしました。

2月12日は夏道から弥山に登りま した。昨夜の雪で気温が下がり登 山道は凍結し、4合目でアイゼンを つけました。山田さん、室津さん は腰の状態が悪いとのことで、6合 目小屋で待機してもらいました。小 屋のすぐ上の斜面が凍結しており、 その状態が上部まで続きました。 頂上小屋の全体が見え、1階の入 口の前の地面にも雪はありません でした。冬の伯耆大山で初めて見 る光景でした。想像以上雪が少な いです。下りは吹雪の中を、凍結 した尾根を慎重に下りました。

2月13日は宝珠尾根から三鈷峰 です。下宝珠から尾根に取り付き ましたが、尾根は樹林帯で厳しい やぶこぎを強いられました。西村さ んにがんっぱってもらいました。中 宝珠越からは尾根がやせて凍結し

> てきたので、帰りを考 えて上宝珠越の最後の 登りの途中で引き返し ました。雪が少なくて 元谷に降りられず、宝 珠尾根を下りました。

今年の大山は条件と しては厳しかったです が、全員無事に山行を 終えたことをリーダーと して、うれしく思います。

アイゼンに 心澄まして 凍る尾根

行程

2月10日(水) 福岡、小倉夜行 バス発。

2月11日(木) 米子着、大山寺 下山キャンプ場テント設営。10:20 テント出発、元谷で雪上訓練。 15:40テント着

2月12日(金) 6:30起床。9:15 テント出発。11:25 六合目小屋 着。13:15頂上着。13:25 頂 上出発。15:40 テント着。

2月13日(土) 5:30起床。7:05 テント出発。8:00下宝珠取り付 き。10:52中宝珠越。11:15撤退。 13:40テント着。22:30 米子 夜行バス発。

2月14日(日)福岡、小倉着。

参加者

C L 板倉 健一 S L・救急 山田 武史 室津 健次 装備 会計・記録 西村 信子 食料 森本 信子

伯耆大山冬山山行(2)

弥山登山 3 日目

北九389 森本 信子

雪の夏山登山道を行く。両手指 先の感覚がなくなり、ジンジンと痛 む。氷混じりの道になりアイゼンを 装着する。かじかむ指先ではうまく いかず、すぐにゆるむ。助けを借 りてやっと取り付ける。

ギラギラと凍ったりょう線。荒れ 狂う吹雪の中、ピッケルとアイゼン を頼りに何とか頂上へ。遮るもの は何もないはずだが視界不良、寒 い。休む暇なく下山にかかる。息 でサングラスが曇る。外すと顔が 痛い。

谷底が大きく口を開き、滑り落ち るのを待ち構えている。恐怖のあ まり足がすくむ。へっぴり腰になり、

氷面とアイゼンの角度、体重移動 がうまくできない。注意を何度もさ れながら、やっと6合目の避難小 屋へ。ホッと一息できました。登っ てきた道を戻り、何とか無事下山 することができました。前日、氷上 歩行訓練したのに、寒さと恐怖の ため、特に下山は難しかった。

御一緒の皆様には大変御迷惑 をお掛けして申し訳ありませんで した。リーダーの板倉様には丁寧 な個人レッスンをしていただき感 謝しています。皆様、有難うござ いました。

安全第一。

上宝珠越まであと200mほど。

時間は11時15分。「2時までには

木々に邪魔され、しりセードが

できないので、自分たちが付け

たトレースを一歩一歩たどって戻

2003年、2004年、2008年、

今年と4回の大山冬山合宿に参

加しましたが、その都度、気象

条件、山の状態も違う。行くたび

に違う顔を見せてくれる冬の伯耆

願わくば晴天の下、山頂から

大山。魅了されています。

360度の展望を楽しみたい!!

る。無事に留守部隊と再会。

戻ります」と留守部隊との約束。

伯耆大山冬山山行(3)

4日目 宝珠尾根より三鈷峰へ

No.13520 西村 信子

前日の弥山登山 で腰痛のため、6 合目の避難小屋で 待機していた山田 さん、室津さんは まだ違和感がある ということでキャン プ地で留守番とな った。

山田さんと「三鈷 峰に登りたいです ね」と願望して今 回の計画となった



ラッセルをする私 (西村)

だけに、さぞかし残念だっただろ うと思う。

私、森本さん、板倉さんの順 でこの2日間の降雪で雪道となっ た大神山神社の参道を通り、安 全祈願をして8時に宝珠尾根取り 付きに。ここでアイゼン装着。森 本さん、今日はうまくできたよう だ。トレースは全くなし。ひざよ り少し上までの雪をラッセルして、 木々の間を半ばやぶこぎ状態で 進む。青空がのぞき、樹氷越し に大山の山りょうが見える。「あぁ ~今日登っている人はいいなぁ。 うらやましい!」と1人つぶやく。

中宝珠越の手前で森本さんに バトンタッチ。約2時間のラッセ ル。2年前の腰までのラッセルに 比べると楽なのだが、やはりき つかった。

中宝珠越からは板倉さんがトッ プ。いてついた三鈷峰が真正面 に見える。6年前の時は元谷経由 でユートピア小屋まで行ったのだ が、今回は出発時間も1時間遅か ったし、と思っていたらリーダー より「撤退」の声が・・・・

交流登山

宮島 広島支部「新年互礼登山」に参加して

№.11990 原 広 美

『2010年1月10日(日) 広島支部 新年互礼登山』の案内を頂いた。 宮島8:00集合、今回で4回目の 参加になる。杉村支部長や兼森総 務委員長、今では姉妹のようなお 付き合いの路子さん、そして広島 支部の方々に迎えられ新年のごあ いさつをした。北九州から3名の参

加でしたが久しぶりの再会で話が 弾む。3コースに分かれての山行 だったので北九州支部含む13名は 四の宮コースを選択、サブリーダ ーの兼森さんを先頭に山頂に向か う。弥山(529.8m)山頂10:30 着。こちらより景色の良い大岩のあ

下山後13時から始まる新年会の 会場"蔵宿いろは"に向かう。広

って下山開始した。

る古戦場跡の駒ヶ林に向かう。休

憩後11時30分多宝塔コースに向か

島らしく"かき""タイ"のお刺身 は最高でした。司会はジョーク満 点の"マツダの豊田さん"。一人1 分の今年の抱負が順番に回ってき た。会員の皆さんが登山に対して 高い目標を持っていることに私も負 けてはいられないと気持ちを新たに

今年5月29日~30日英彦山に来 ていただくことを約束して会場を後 に桟橋からフェリーに乗り下関に向 かった。100周年記念事業の分水 嶺踏査から始まったお隣の支部と の交流、来年も皆様とお会いしたく 楽しみにしています。

参加者

武永 計介 内藤 正美 原 広美

海外山行記

キリマンジャロ最高峰 ウフルピーク(5895m)制覇 2010. 2. 25 8:15(日本時間14:15)登頂 北九412 大内喜代子

60歳に計画した、キリマンジャ 口登山は、家族に悲しい出来事が 起こり、キナバル山(4095m)登 頂で中断していましたが、昨年の 夏、中国大姑娘山(5025m)に 登頂した事で、再びキリマンジャロ への思いが強くなりました。6カ月 間、下関の里山、竜王山(613. 9m) へ週2回のトレーニング登山 を続けて来ました。2月17日から12 日間の山旅がついに実現しました。 初めはケニアナイロビからアンボセ リ国立公園でサファリを楽しむこと となり、像の大群、シマウマ、トム ソンガゼル、イボイノシシなど目の

してゆっくり時を過すが、前半は毎 日曇り、雨と天気は良くない。山 に入っての後半は天気に恵まれハ ットからのマウエンジ峰 (4830m) は岩山で山頂あたりは切りたって いて雄々しい。その左手にわずか にキリマンジャロ山頂部の雪が見 えている。24日は8:00スタート し4700m地点のギボハットまでゆ っくり7時間の歩きとなり、足元の かわいい花々ヘシャッターを押す。 マウエンジ峰、キリマンジャロにも シャッターを押した。

下草の花と、山の景色にピント を合わせシャッターを押したが、こ

> れが結構苦し く高山病にな りかねない作 業となった。 息苦しくなっ て大きい深呼 吸を何回も繰 り返してやっと 元に戻った。 ゆっくり歩くこ とに専念すべ きだったと気



アフリカ大陸最高峰 キリマンジャロ山頂の氷河

当たりにして、テレビで見るシーン と違って迫力満点、思わずデジカ メのシャッター押しまくりでした。

タンザニアからの登山開始のた め、移動中はキリンやダチョウの 群れに興奮したりしてドライブを楽 しみました。

2月21日、登山口マラングゲート への手続きを済ませ10:20登山 開始した。

1日目はマンダラハット(2700 m)、2日、3日目ホロンボハット(3) 720m)。ここまでは高度順応日と

づいたが、高山病にはかからなか った。4700mまでの行程にはいろ いろの花があり、ジャイアントセル シア、日本で見るマツムシ草、フウ ロー、ハハコグサ、オトギリ草な どを見つけながらのんびり歩いて1 4:30にハットに着いた。ここで2 人ひどい高山病のためリタイヤし た。夕方17:30軽い夕食を取り23 :00まで仮眠を取る。25日午前0 時の出発まで満天の星空にしばし 目を奪われる。北斗七星、カシオ ペア、南十字星まではっきり見るこ とができ、また、無数の星のキラ



ターと登頂を喜び合う! ウフルピーク(5895m) で

メキに押されて出発する。ギルマ ンズポイント (5685m) まで6時間 の歩行なので、この峰で朝日が昇 る光景を拝む予定と思われた。前 方を見ると早く出発した人達のヘッ ドランプの明かりがチラチラと見え た。私たちのグループ6人はと見る とすごくゆっくりのペース。その中 の2人はすでにフラフラの状態、歩 いては止まりで大丈夫かなと思い つつ後ろに続いている私も次第に 寒くなり、手足の先に冷えを感じる ようになってきて、体が温まらない。 このペースでは日の出が見られな いと同時に時間的にウフルピーク (5895m) まで行動できるか不安 になってきた。この段階でも私は 高山病らしき症状はなく、心の中 は最高峰を目指していた。

団体行動の難しいところは1人先 に行くことができない。しばらくジ レンマの中、止まると寒い寒いと訴 える私に、そばにいたタンザニア ポーターが、先に行こうと言うゼス チャーと掛け声で歩き出したので すぐ後ろに続いた。その場所は急 斜面のジグザクコースに入ってい たので大変苦しく、足の運びと呼 吸法で何とかギルマンポイント(56 85m)に6:10到達。ポーターと握 手、写真を撮ってもらって日の出まで 景色を見渡すと、遠くにわずか残って いる氷河を見ることができた。

地球温暖化によっていずれ近い将来消失してしまうのだろう。

残ったメンバーと再会した時は 陽は高くなっていた。6:45メンバーは下山を始めたが、私とポーターは最高峰に向かい1時間30分後に最高峰ウフルピーク(5895m) 頂上に立った。バンザイ!! ポーターと抱き合い固い握手。

登頂していたほかの外国人にお

願いしてシャッターを押してもらった。 ヤッター! 感動と興奮にしばし 動いした。 若も美いた所で用れた

酔いしれ、落ち着いた所で周りを 見る余裕が出てきた。目の前には 氷河帯が見え、その向こうには雲 海が広がっていた。

感激を胸いっぱいにして、またポーターと抱き合い下山を始めた。 4700mのハットには11:00に

4700mのハットには11:00に 着いた。先に下山した仲間にはこ こで出会った。

彼らは3720mのハット目指して 下山して行った。1時間の休憩後、 私も下山開始、途中で先発隊と合 流し一緒にハットに着いた。翌朝一緒に登ったポーターに出会い感謝の気持ちを伝えUSドル少々手渡した。

マランゲートでは現地ガイド、ポーター、コック等総数25名のメンバーとお別れの乾杯。その時一緒に最高峰に登ったエゼロンと言うポーターが私に黒い石を差し出し何か言っている。ウフルピークストーンと言うらしく、彼は私にこれをプレゼントしてくれたのです。ベストフレンド有り難う!! キリマンジャロ有り難う!!

梅見会が縁で、高畠さん手入れの山「三高山」が全国に紹介

(「五十嵐 賢の山のたより」 2009.11.27から)

白馬山から三高山へ

(福岡県嘉麻市)

五十嵐 賢 (日本山岳会福岡支部 No.12539)

「福岡県の山」に載せている大法、白馬山は遊 歩道が整備され、豊かな森が続く魅力ある低山で ある。しかし白馬山からすぐ南にある三高山へは道 がはっきりせず、山頂もはっきりしなかったので取 り上げていなかった。もともとこの3山とも地図(2.5 万図)に山名が記載されておらず山頂標識の標高、 たとえば白馬山の261mは地図ではその高さは存 在せず、等高線では240mまでしか確認できない。 そんな理由でこの山域には改訂版作業に合わせて 何度か足を運んでいた。今年2月、地元の人から麓 の梅林公園の梅見に泊まりがけで来ないかと誘わ れて飛んでいったのは、そんな気がかりなことが解 決できる手がかりがあるかもしれないという期待が あったからだ。旧知の人もおり、日本山岳会の仲 間(私は福岡支部、彼らは北九州支部)ということ もあり、楽しい梅見の会だった。そして期待通りの 成果があったのは、見せてもらった1万図ではちゃ んと260mの等高線が確認できたのだ。しかもGP Sでも確認されていて山頂標識の261mはほぼ正確 で、私の本では旧山田市発行のパンフレット記載の 233mとしていた間違いが氷解したのである。1万

図に載っている260m等高線が2.5万図には載っていないという地図上のミスだろうということが分かった。それで改訂版の本では261mに訂正した。しかし、これは白馬山のこと、三高山は2.5万図の237mピークと思っていたら、こちらも1万図で確認できる251mピークと分かった。いずれも2.5万図と1万図の整合性がない。それでも三高山を含めて紹介できないかと思っていたが改訂作業の余裕が20日しかなく間に合わなかった。

しかし、このメンバーの1人、高畠さん(高畠拓生、No.13541)という地元のかたが地道に調べてくれたおかげで私の疑問に解決の道を開いてくれたし、彼が整備している三高山へのコースもなんらかの形で紹介したいと思っていたら、来年の2月号、つまり梅見の時期に合わせて月刊誌(山と渓谷2010年2月号)で取り上げてくれることになった。道を整備しても歩く人がいなければ再び荒れるので、多く

の人に歩いてもらうのが一番の整備になる。 それにこのコースはいくつかの展望のいいと ころがあり、そこが北周りの大法山コースにない魅力で、しかも福岡県の山を代表する英彦山が真正面に見えるのだ。この写真は改訂版の裏表紙でお目にかけることにもなっている。



(山と渓谷2月号から)

福岡支部主催「岳人のつどい」に参加

「山でバテない体力と心構え」講演で、改めて自覚

No.13499 伊藤 久次郎

当日、1月23日(土) は、北九州支部の月例山行 で、二丈岳登山に参加予定であった。ところが、福 岡支部から「岳人のつどい」のご案内を受けたので、 私と関口事務局長は、二丈岳登山をキャンセルして、 そちらの方に参加することにした。そして、二丈岳か ら下山してフロも入らずそのまま、「岳人のつどい」 の会場にかけつけたのは、山田武史会員と室津健次 会員であった。

主催の日本山岳会福岡支部のほか、福岡県山岳 連盟と福岡県勤労者山岳連盟が後援をしていた。会 場は、福岡市中央区天神の平和楼で、当日午後3時 から講演が始まった。講師は、運動生理学専門で、 九州大学健康科学センター・健康科学第一部門准教 授・斉藤篤司先生(1960年、山形県生まれ)で、「山 でバテない体力と心構え」と題して話された。

斉藤先生は、九州大学健康科学センターが行って いるネパールの健康調査にも参加。その合間をぬっ て、ヒマラヤのトレッキングを何度か遂行。ネパール 人の歩く姿の美しさと速さにがく然としたそうである。 1996年から福岡県勤労者山岳連盟中高年部の体力 測定や「運動能力測定山行」などを実施されている。

先生は、各地での講演会のほか、2009年7月、「健 康になる九州の山歩き」(監修・西日本新聞社刊) を出版した。また、山の専門誌「岳人」9月号に「鍛 えた体力を生かして縦走するために、からだトラブル 対処法Q&A」を発表している。それによると、「山で バテる」原因には、大きく分けて三つあり、①水バ テ、②シャリバテ、③気持ちで「もうだめ、というバ テバテ」があり、そのいずれも放っておくと事故につ ながると指摘している。

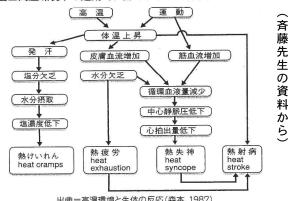
では、講演内容から資料などを参考にして、私な りにまとめてみたので紹介する。

①の水バテとは、発汗に必要な水分が補給されな いと体内に熱がこもり、さらに脱水の程度が進むと熱 疲労を起こす。熱疲労はオーバーヒートであるから 体を冷やすことが重要。だから水が必要。また反対 に、たくさん汗をかき、さらに水分を多く摂取しすぎ ると体液が薄まって、低ナトリウム血症になる。初期 には虚脱感や疲労感が現れ、重篤な場合は錯乱、 発作、こん睡が起こり、死に至ることもある。つまり 発汗で失われる以上の多量の水分を飲むことがまず く、発汗で失われたナトリウムを補充するために、塩 あめなどの塩分補給がいいという。

②のシャリバテとは、筋肉には筋肉専用のエネル ギーで、グリコーゲンという形で糖分が貯蔵されて いる。平たんなところを走るマラソンでも3時間も走 ると使い尽くされ、枯渇とともに急速に疲労感を感じ、 動けなくなる。これをシャリバテという。シャリバテに 陥らないために大切なのが食事。せめて前の日から 糖質(炭水化物)の多い食事を心がけ、筋肉のグリ コーゲン貯蔵量を増やしておくこと。下界では糖質の 取りすぎはメタボの元だが、山の上では食べ過ぎは ない。

③の「もうダメ、バテバテ」という気持ちが起こる のは、せっかく日ごろから体力づくりに励んでも、か らだを動かしてくれている脳の元気がなくなると動き たくなくなる。中枢性(脳)の疲労は、これ以上運動を 続けると身体的ダメージが大きくなるというメッセー ジ。原因についてのメカニズムは、少し難しいので 省略として、バテバテを防ぐには今はやりのBCAA (分岐鎖アミノ酸) がある。スポーツドリンクなどに もBCAAが入っているが、このBCAA食品(肉や魚 など)を多く食べて血液中に増やしてあげることでバ テバテを防ぐことができる。食品の代わりに今流行 のタブレットや顆粒などさまざまな携行できるサプリ メントがあるので、これを利用するとよろしいようで。

図■高温環境下の運動時に認められる生体反応と熱障害



出典=高温環境と生体の反応(森本、1987)

講演会終了後、午後5時から斉藤先生を囲んでの 懇親会となった。山田氏と室津氏は、この懇親会だ けの参加となったが、我々4人は福岡支部やほかの 方々と卓を囲んで大いに懇親を深めた。

◇◇◇報告・お知らせなど◇◇◇

平成21年度 支部事務局担当者会議の報告

No.13643 関口 興洋

日程: 平成22年1月30日(土) ~31日(日)

場所: 1月30日 JAC本部104会議室

1月31日 プラザエフ (四谷)

1. 尾上会長挨拶

本会議の目的は、支部長会議で取り上げた議題の周 知徹底を図ることである。その他支部間の情報交換、本 部への要望事項インプットなど。

〈現在の動き〉

昨年、宮下会長から会長職を引き継ぐにあたり、宮下前会長は理事会の活性化を図るために若い会員を理事に抜擢し(1/3)活力が生まれた。JACの「再生と復権」をスローガンに取り組んでいる。

常務理事会は、会長、三副会長(宮崎、神崎、藤本)と成川、岡部常務理事の6名で構成されている。

「山」1月号で四つのプロジェクトチーム (P.T) を立ち上げた旨、所信表明をおこなったが、現在の悩みは若年層会員の減少 (平均年齢66~67歳) と新公益法人制度への移管問題である。本部の組織は横軸でP. Tは縦軸とみなし、理事会との乖離を防ぐ方策として理事会のメンバーは必ずどこかのP.Tに入ってもらうことにした。また、P.Tの責任者として総括担当者をおくことにした。

2. 会務報告

- プロジェクトチーム報告
- (1) 法人改革 (吉永P.Tリーダー)、総括担当 藤本 副会長

1月29日、中間報告を理事会に提示した。

鳩山内閣の所信表明により、公益の概念が変わってきた。従来より方針がゆるくなってきた。風向きが変わってきた様子が伺える。但し、公益事業に50%以上充当するとの原則は変わっていない。5月ごろ新しいガイドラインが出る予定。

(2) 支部活性化(神崎副会長、総括担当)

P.Tリーダーには石橋会員が就任。

首都圏の会員は元気がない→支部化が必要。 既存の支部は一層の活性化が求められる。とにか く会員の増強をお願いしたい。支部の現状を把握 するためにアンケートをお願いした。

(3)「山の日」制定P.T (リーダー成川常務理事、 総括担当 藤本副会長) 成川リーダーより今までの経緯にしたがって説明 が行われた。

(4) JAC-YOUTH (リーダー 古野前理事、総括 担当 尾上会長)

以下、尾上会長よりの発言

チームにはプロガイドにも入ってもらっている。 若い人の勧誘は10数年前から行ってきたが、効果 が上がっていない。そこで、若い人をひきつける 方策を考えたい。

- 若い非会員(一般人)向けの講習会開催 山スキーの講習会に人気があり50人集まった。 簡単な岩登り、フリークライミング
- 日本のトップレベルのクライマーをJACに招集 して日本全体の登山界のレベルアップに役立て る。一部プロガイドに話したところ全面的に協力 する旨の約束をもらった。
- 支部との関係

講習会の門戸を開く。プロ講師の派遣、講習を受けたい人はJACに参加してもらう。交通費と日当を支払う必要があるので、予算措置を講ずる。支部の若い人で関心のある人はJ-Yに参加してもらいたい。とりあえず登録だけでもお願いしたい。古野リーダー(後輩)と自分は一身同体となって取り組む。

<入会資格について>

宮崎副会長より、入会資格はそれほど厳密に考えていないとのコメントあり。

(余談)

越後支部は従来、入会資格として「冬山経験10年以上」を標榜していたが、今後は「人格高潔+山が好き」 にレベルダウンする由(田辺事務局長)

<総務委員会よりの事務連絡>

- ・訃報 1月17日 信濃支部の金子支部長が逝去 1月24日 鰺坂前副会長が逝去
- ・ネットワークの活用

- ・年末年始の天気予報(北アルプス)、 携帯電話で通 信可能なため、登山者から感謝された。5月のGWにも 実施予定。場所は剣岳、白馬岳、槍・穂高。予算が許 せば範囲を広げたい。
- ・昨年の年次晩餐会で展示した「支部おすすめの花の 山」が好評であったので、二次使用の許諾依頼があ った。
- ・会旗の注文受付 20枚一括(3枚組) 10,000円程度 サイズ (大) 1000x1600mm (中) 700x1000 mm (小) 460x560mm

〈東京多摩支部〉

1月13日理事会で設立承認した。1カ月以内に設立総 会開催の要あるも変則的に承認した。

設立総会は2月20日開催予定。

〈埼玉支部〉

4月3日設立総会の会場確保を前提に手続を進める。 役員はほぼ内定。

<システムプロジェクト>

新しい会員管理システム(米国の「SALES FORC

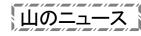
E」システム)を導入する。映像を使って概要説明が行

- ・宮崎副会長より今後のスケジールの案内
- (1) 全国支部懇談会

新しい3支部を除くと宮城支部だけ残っている。今 年は未定。栃木、茨城、千葉の3支部で検討してもら いたい。

- (2) 3月13日(土)、JAC総会開催。支部長会議はない。
- (3) 6月12日(土)、平成22年度第1回JAC総会。支部 長会議開催。
- (4) 支部の事業・決算報告を4月20日を目途に提出 すること。
- (5) 委任状の様式変更の要あり。 従来の一括方式と異なり、議案ごとに賛否を問う様 式に変更する。
- (6) 5月初め 評議員会開催
- (7) 議案書の発送 5月中旬
- (8) 12月4日(土) 年次晚餐会

以上





日本山岳会東京多摩支部が発足 初代支部長に竹中氏

日本山岳会東京多摩支部の設立総会が2月20日、 立川市であり、初代支部長に町田市在住の竹中彰氏 (67) が選出された。全国で29番目の支部となる。

東京多摩支部は会員約200人。雲取山や三頭山 など人気の山が連なる多摩地区を舞台とした一般市 民参加の登山や、ハイキングを計画している。

(2月21日 朝日新聞)

坊ガツルにも携帯エリアが 法華院EXPRESS(2月22日的)から

「2010年2月18日の午後から通信のエリア改善が 図られ、FOMAの通話できる場所が大きくひろがっ た。山荘内でもアンテナが3本立つ場所が増えたし、 1本~2本立つ場所もひろがっている。これはただエ リア拡大という話ではなく、山荘にとって重要なこと である。山荘の唯一の通信手段である公衆電話は昭 和37年の北千里の大量遭難死の後に設置された。

当時は離島とか山間地の便利の悪い場所では無 線式の電話が珍しくなかった時代であるが、50年近 くの時を経て、有線から携帯へと変わり、山荘の電 話方式は日本でも数台しかなくなり、現実として部品 の生産が打ち切りとなり、修理をしながら持ちこたえ てきた。これは明日にでも修理不能な部品がでた場 合、電話が使用できなくなり、いよいよ陸の孤島状 態になってしまう。予約の電話も受けられないのは もちろんのこと、家族への無事到着の電話も出来な くなる。竹田市のケーブル回線も見送りとなり、衛星 公衆電話も費用や衛星の入れ替えの面から見送りと なり、最後は法螺貝か狼煙かというとこまで追い詰 められていた。携帯のエリアに入れば、心強い通信 手段となる。救助要請もしやすくなる。また、画期 的システムである山ナビも本格運用ができるようにな る。登山の事故者を軽減するためにも、エリア拡大 は重要なことなのです。山荘の公衆電話も撤去の日 が近いことは間違いありません。多くの命に係わるこ とに携わってきた公衆電話に感謝するとともに、その 最後を見守りたいと思います。」

山岳ガイド国家試験も トムラウシ事故報告で協会が提言

北海道・大雪山系トムラウシ山(2,141な) で昨年 7月、東京のアミューズトラベルが主催した登山ツア ー一行18人のうち愛知県からのツアー客ら8人が凍 死した遭難事故で、日本山岳ガイド協会の特別委員会(節田重節座長)は24日、最終報告書を公表。 事故の原因をガイドのミスとした上で、国が関与し、 レベルに応じた資格の導入も検討すべきだと提言した。(2月25日 東京新聞)

富士山の日制定で記念行事 3月末まで各地で多彩に(静岡)

「富士山の日(2月23日)」を県が制定したのを受けて、県内各地では3月末にかけてさまざまな記念イベントが繰り広げられている。計123の自治体と民間団体が式典を催したり、施設を無料・割引にして盛り上げている。 (2月3日 東京新聞)

山岳遭難が減少 県警昨年まとめ 死者は38人[長野]

県警地域課は昨年の山岳遭難状況をまとめた。発生件数は、夏の天候不順で登山者が減ったことから、前年より9件減少して173件。遭難者は186人で前年比13人減、死者は38人で同比6人減だった。行方不明者は6人で2人増えた。

山域別の遭難者は北アルプス槍・穂高連峰が40 人と最多。北ア全体では96人に上る。

年代別では60代が56人、70代以上が27人で全体の約4割を占め、高齢者遭難の多発傾向が続いている。

状況別では、転落や滑落による遭難が61人と最も 多く、うち20人が死亡。前年は7人いた落石や雪崩、 落雷による死者はいなかったが、疲労による凍死者 がゼロから9人になった。病死も7人いた。

同課は「今の時期は急激に気温が上昇し、雪崩が起きる可能性もある。巻き込まれた場合に備えてビーコンを携帯するなど装備を十分してほしい」と呼び掛けている。 (2010年2月12日 TOKYO Web)

ヘリで回収 ゴミ3700キロ 秦野・表丹沢クリーン作戦(神奈川)

登山道周辺に散乱して登山者からひんしゅくを買っていた不燃物などのゴミを収集する官民一体となった初めての大クリーン作戦が3月中、秦野市の表丹沢で展開された。尾根筋に集められたゴミをヘリコプターで降ろすという作業も初実施され、3700キロが回収された。

クリーン作戦は秦野市や県、丹沢山小屋組合、県山岳連盟などの団体が中心となり、3月6日を皮切りに日曜日を中心に計6日間実施、一般参加者を含めて延べ328人が参加した。(4月3日 東京新聞)

北九州支部10周年記念登山[海外] 韓国・智異山(チリサン)9人で出発

平成22年5月14日~16日(3日間)の韓国・智異山(チリサン)登山参加者は、3月末の〆切りで次の9人がきまった。

(参加者) 伊藤久次郎、関口興洋、室津健次、 山田武史、神代籌子、平野一幸、椋本逸雄、 大内喜代子、原田常代。



新刊紹介

○ 九重山法華院物語〈山と人〉

松本徰夫・梅木秀徳(編)

九州の屋根・九重の魅力を広めた6人の山男たちの物語。九重山群と坊ガつる・飯田高原・久住高原の自然と歴史を紹介。2100円

なお、松本氏は日本山岳会福岡支部長を歴任、現在 顧問。梅木氏は現在、日本山岳会東九州支部長。とも に坊ガつる讃歌の作詞者で知られる。

会員異動 (4月20日現在)

新会員 (本部会員)

(氏名)		(会員番号)	(住所)	(推薦者)	
大内 喜代子		No.14689	下関市	(原 広美)	
椋本	智彦	N0.14690	築上郡築上町	(関口興洋)	
平野	一幸	No.14691	糟屋郡篠栗	(伊藤久次郎)	
吉田	克己	${\color{red}No.14692}$	山口市	(原野幸雄)	
稲富	栄	No.14699	下関市	(内藤正美)	
青木	信也	No.14715	福岡市中央区	(関口興洋)	
(支部会員)					

赤瀬 榮吉 北九435 古賀市中央 (榊 俊一) 半田 路子 北九436 小倉北区 (大庭常生) 竹本 正幸 北九437 行橋市 (濱松禮子) 竹本 加代子 北九438 同上 (同上) 原田 常代 北九439 下関市 (原 広美) (同上) 小濱 隆 北九440 同上 大河原 由美 北九441 同上 (同上) 橋爪 明代 北九442 小倉北区 (橋爪久吉) 今田 智絵 北九443 門司区 (大木康子) 2. 退会

(本部会員)

松屋 信之 No. 6343 (北九州支部のみ退会)

篠田 勝行 No.11467 細川 功 No.12364 森永 義忠 No.13983

(支部会員)

信田 順美 北九370

平成22年度 山行計画(案) 北九州支部

月	期日	山名	内 容	リーダー	レベル			
平成22年								
4月	17日(土)	右田ケ岳	縦走	横山	初級			
5月	14日(金)~16日(日)	韓国 智異山	10周年記念	山田	中級			
	29日(土)	岳滅鬼山~英彦山	縦走。前夜祭と広島支部との交流	九 内藤(原)	中級			
	30日(日)	英彦山	山頂上宮で山開き神事	日向(高畠)	中級			
6月	5日(土)~8日(火)	北アルプス 針ノ木岳(大雪渓)	針ノ木岳 慎太郎祭	関口	上級			
	13日(日)	九重・扇ケ鼻 (瀬の本~赤川)	ミヤマキリシマ観賞	丹下	初級			
7月	27日(火)	犬ケ岳	キツネノカミソリ観賞	椋本	中級			
8月	21日(土)~22日(日)	祖母山	シュラフ持参	原	中級			
	22日(日)	英彦山	山の日制定アピールと森林	巡 西村	"			
		久住山	視活動での一斉登山 	山田	"			
		福智山		太田	"			
9月	22日(水)~27日(月)	北アルプス 槍ヶ岳(上高地/新穂高)	10日たきム 人法がよ	Junt) T.A.	上級			
	22日(水)~28日(火)	〃 (笠ケ岳)	10周年記念 合流登山	山田ほか				
10月	23日(土)	男池~大戸越~吉部	スタートとゴールが異なる	横山(山田)	中級			
11月	3日(火)	緩木岳	宮崎ウェストン祭	高畠(山田)	初級			
12月	7日(火)	広島・宮島の弥山	瀬戸内海の眺望	原	"			
<u> </u>	平成23年							
1月	16日(日)	足立山~戸ノ上山	縦走 (豚汁あり)	馬場(浦田)	中級			
2月	20日(日)	広島・冠山	冬山登山	内藤、武永	上級			
3月	27日(日)	英彦山	清掃登山	伊藤、関口西村	中級			
4月	17日(日)	陶ケ岳	岩登り訓練	板倉	"			
5月	1日(日)	雷山~井原山	ミツバツツジ観賞	室津	"			

山行計画のご案内

5 月の山行

英彦山(1200m)山開きと 広島支部との交流登山

と き 5月29日(土)~30日(日)

行程 29日(土) 岳滅鬼山登山(広島支部と交流 登山)。英彦山山開き前夜祭に参加

30日(日) 英彦山登山(頂上で、神事に参加) 申 込 事務局・関口興洋(093-382-6436)まで。

6 月の山行

針ノ木岳(2820m)慎太郎祭と 雨飾山(1963m)

と き 6月5日(土)~8日(火)

行程 5日(土) 北九州一名古屋一大町(泊) 6日(日) 針ノ木大雪渓一慎太郎祭一小 谷温泉(泊)

7日(月) 雨飾山登山一雨飾荘(泊)

8日(火) 南小谷一名古屋一北九州

申 込 事務局・関口興洋(093-382-6436)まで。

九重・扇ケ鼻(1698m)と ミヤマキリシマの観賞

と き 6月13日(日)

行程 登山ロー瀬の本〜扇ケ鼻〜赤川に下山 下山口は赤川(運転手のみ移動し、登山口 の車を回収)

申 込 丹下(TEL/FAX 093-391-8193) まで。

7 月の山行

犬ヶ岳(1131m) と キツネノカミソリの観賞

と き 7月27日(火)

行 程 登山口一恐渕コースー犬ヶ岳一ウグイス谷

サロン ルーム

毎月第4水曜日

毎回盛況!

4月のサロンは、ありません。 5月のサロンは、26日(水)

5月のサロンは、26日(水) 6月のサロンは、23日(水)

時間 午後6時30分から

場所 小倉北区魚町「コール天」

(魚町銀天街、酒房武蔵より西へ約30m)

費用 3,000円前後(ワリカン制です)

コースー登山口

申 込 椋本 (TEL/FAX 0930-56-3795) まで。

8 月の山行

森林保全巡視員の協力のもと、九州の主だった山への一斉登山を行う。これは、JAC本部が掲げた「山の日」制定プロジェクトに呼応して、我々も地元にアピールと宣伝をする。

と き 8月22日(日)

山 域 ① 祖母山 (リーダー:原) 21日(土)から出発予定(下記概要参照)

② 英彦山 (リーダー: 西村)

③ 久住山 (リーダー:山田)

④ 福智山 (リーダー:太田)

⑤ その他 任意に、上記以外の山へ の入山を希望。

活動 従来の、ゴミ不法投棄や高山植物の盗掘 などの監視の他に、最近韓国岳で小学生 の遭難事故もあったので、小学生をはじめ として単独登山者への声かけ、また、服装 などで不備があれば指摘し、安全登山を呼 びかける。

申 込 各リーダーに連絡願います。

① 祖母山(1756m)

と き 平成22年8月21日(土)~22日(日)

コース 北谷~祖母山~風穴経由~北谷

出 発 21日(土) 小倉、午前11時ごろ

宿 泊 上畑あけぼの塾1200円。シュラフ持参

| 申込み 原 広美 fax,tel 083-245-5490

〆 切 8月11日

劔岳「点の記」ルートを辿る

4人で長次郎谷から挑戦

バリエーションルートのひとつである劔岳の長次郎谷 挑戦は、6月23日出発(4泊5日)、または6月30日出 発で計画中。参加メンバーは、武永計介、福田陽子、原 広美、伊藤Q次郎の4人。恐羅漢山での雪渓訓練も体験 し、あとは陶ケ岳での岩登り訓練を予定している。

編集後記

○10周年記念誌の投稿が少な いようです。5月中旬まで受

け付けますのでどうぞお送り下さい。メールで送っていただくと助かります。Q

○ 山の原稿は、

〒826-0032 田川市西平松11-8 伊藤久次郎宛。旺/Fax 0947-42-2772 Eメール原稿(写真も含む)は、

アドレス rw4ux6@bma. biglobe. ne. jp です。