



2017 年 (平成 29 年)
7 月号 (No. 866)

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年度通常総会開催
再生事業の推進により、財政状況に明るい兆し。
体制一新でさらなる改善を目指す …… 1

第71回ウエスタン祭開催さる …… 4

初参加の徳本峠越えとウエスタン祭 …… 5

優しい家族が育んでくれた山登りへの道 …… 7

第2回景信山メディカルハイキングを実施 …… 8

第37回日本登山医学会学術集会報告 …… 9

追悼 心優しき先輩を偲ぶ …… 10

「山へ! to the mountains展」開催中 …… 11

東西南北 …… 12

支部だより …… 12

東九州支部

新入会員 …… 13

図書紹介 …… 14

図書受入報告 …… 15

会務報告 …… 16

ルーム日誌 …… 17

会員異動 …… 18

INFORMATION …… 18

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
夏季休室 …… 8月11日~20日

平成29年度通常総会開催 再生事業の推進により、財政状況に明るい 兆し。体制一新でさらなる改善を目指す

平成29年度通常総会が6月24日、東京・四谷の主婦会館プラザエフで開かれた。会員144人が出席、①平成28年度事業報告②平成28年度決算報告③平成29年度・30年度役員選任について審議した結果、いずれも原案どおり可決承認された。この総会では、かねてより検討を重ねてきた財政基盤の強化策が成果を上げつつあり、厳しい財政状況に改善の兆しが見えてきたことが報告された。

■小林会長挨拶 組織活性化と財政強化で元気な日本山岳会に

冒頭、小林政志会長は次のように挨拶した。「これまで尾上前々会長、森前会長時代から進めてきたYOUTH CLUBと支部の活性化を継ぎに、再生委員会が進めてきた活性化実現のための制度設計、会員サービ向上、収益事

業を横糸にして目標とすべき本会の姿を描き、現体制で運営を進めてきた。

その結果、会員数の下げ止まり、コスト圧縮などを実現することができ、29年度は黒字化も視野に入ってきた。また、今年5月に永年会員に寄付のお願いを差し上げたところ、134名の会員から250

万円という多額の寄付が集まった。心より御礼申し上げる。

今年度は執行部も人が入れ替わり新体制となる。今後も元気な日本山岳会を目指していきたい。

■事業報告・決算報告

総会には982人から委任状が提出され、2046人が議決権を行使した。出席した144人を合わせ3172人となった。在籍者4971人の過半数を上回って総会は有効に成立、議案審議を開始した。佐藤守総務担当常務理事が28年度事業報告を、吉川正幸財務担当副会長が同決算報告を説明。

■進会員制度など会員サービス事業の開始が収益改善に貢献

「事業報告」 将来の財政基盤強化のため、再生委員会が具体案を作成し実行している。新たに発足し

た進会員制度や新会員カードによる会員サービス向上は成果を上げつつある。

また、コンプライアンスの徹底とガバナンスの確立のため、各種規定類の整備を進めるとともに、全国33支部とのコミュニケーションの円滑化のため、支部合同会議の充実を図った。

登山振興事業については、YOUTH CLUBが雪山山天気予報の充実および冬山登山指導事業の積極的な展開などを実施し、従来にも増して活性化をすることができた。

平成28年8月11日が国民の祝日「山の日」となったので、各支部と連携し、広報活動を行なった。

また、平成28年は本会が主催したマナスル登山隊の初登頂60周年

に当たることから、5月にカトマ
ンズで開催されたネパール政府に
よる記念式典に、本会役員と多数
の会員が参加するとともに、山の
日制定記念事業と一体化した記念
講演会を平成28年7月に開催した。

海外登山については、創立11
0周年記念事業としてのネパール
登山隊2隊の支援を前年度に引き
続き行なうとともに、当年度の海
外登山助成金を1隊に支給し、
各々の隊は大きな成果を挙げた。

山岳環境保全事業については、
高尾の森づくりの会が小学生から大
人までを対象に活動を進めている
だけではなく、三宅島、気仙沼大島
などでの活動にも取り組んでいる。

会員動向について報告があった。
平成12年度を会員数のピークとし
て、10年以上にわたって毎年10
0名程度減少していたが、直近5
年間では歯止めが掛かりつつある。
平成29年3月現在の会員数は49
83名。本年度は2009名の新入
会員と準会員34名の入会があった。
経常赤字幅は220万円に

〔収支決算〕 平成28年度は、前年
度の110周年記念事業の継続、
マナスル初登頂60周年記念と国民
の祝日「山の日」普及の催しと、大



総会冒頭で挨拶する小林政志会長

きなイベントが続いたために赤字決
算となった。しかし、以前から実施
している経常赤字解消の方策の効
果が顕著になり、財政健全化に向
かって薄明かりの見える決算となつた。

経常収益合計1億2630万円
は、前年度に多かつたネパール大
地震救援募金が減少したことによ
り、対前年比で4・0%減少して
いるが、経常費用合計も1億34
31万円となり14・7%減少した
結果、経常損失は800万円の赤
字となった。最終損益である当期
損失も同額であつて、赤字幅は対
前年比で1790万円減少した。
過去5年間の事業年度では、経
常損益の赤字幅は600万円前後
であつたが、平成26年度から財政
再建計画を策定し、経費削減に努
めた結果、当年度の経常赤字幅は
110周年記念事業費を除くと2
20万円にまで減少した。

〔収益の推移〕 平成28年10月から
準会員制度が導入されたが、会員
と準会員の増加数は、前年度の新
会員とほぼ同数だつた。会員と準
会員の受取り会費の合計額は52
44万円となり、対前年比でわず
かに増加したものの、会費と入会
金の合計額は微減となつた。

事業収益は、主に年次晩餐会の
参加料収入が1383万円である
が、この5年間で順調に増加してい
る。そのほか、登山教室などの収入
も順調に増えている。

〔事業費と管理費の推移〕 事業費
については、総額で1億3012万円
となり、前年度比2311万円、
15・1%の減少となつているが、そ
の要因は募金によつて集めたネパ
ール大地震救援事業費と110周
年記念事業の減少によるもの。

支部事業費は、本部からの各支
部に交付した運営交付金および支
部事業助成金733万円と新入会
員獲得奨励金65万円、特別事業助
成金等100万円を原資とする支
部の活動費用で、当年度は支部側の
募金も含めて2119万円となり、
前年度比で1・7%減少となつた。
上高地山岳研究所事業費(ミニ
水力発電事業費含む)は、減価償却

費等を含み当年度は900万円と
なつた。建物の経年劣化による修
繕費用の増加が続いている。

平井拓雄監事からの監査報告が
あつた。収支計算書等が正確かつ
妥当であり、理事の業務執行が誠
実に行なわれたことを認める、と
報告した。質疑応答の後、採決を求
めた。大きな拍手で承認された。

■報告事項

〔29年度事業計画・予算案〕 年度
事業計画・予算案は3月の理事会
で承認し、内閣府に提出している。
その内容を報告した。

登山振興事業として秩父宮記念
山岳賞、海外登山隊への助成、機関
誌『山岳』ほか図書の刊行は従来ど
おりだが、特に6年目となるY O
U T H C L U B事業(登山講習会
の開催、雪山天気予報配信、日中
韓学生交流登山の実施等)に注力。
会員の高齢化は、Y O U T H C L
U Bによつて緩和傾向にある。ま
た、「山の日」施行に伴い、関連す
る事業の推進体制を充実させる。

環境保全事業は、全国11支部で
行なわれている森づくり事業を推
進し、全国的な展開を目指していく。
業務執行体制については、まず
財政基盤を確立する。会費収入は、

平成14年の6800万円をピークに27年度には5200万円と1600万円の減少となっており、通常業務の維持が困難になりつつある。一方、準会員制度や一部の支部で取り組んでいる登山教室、会友制度などは会員増加に貢献しており、今後も会員増強の検討を進める。

〔新支部長紹介〕 8人の新しい支部長が紹介された。青森は中村勉氏(9498)、宮城は冨塚和衛氏(14612)、山形は野堀嘉裕氏(15137)、群馬は北原秀介氏(8267)、静岡は有元利通氏(9703)、京都・滋賀は松下征文氏(12629)、広島は八幡浩氏(7091)、宮崎は荒武八起氏(10735)。

■質疑・応答

芳賀孝郎会員(4637) 110

周年事業はどのような計画だったのか。海外基金について、公益法人になったときに留保金を使った理由は？

吉川副会長 公益法人は内部留保金を溜め込んではいけなさと決められているので、記念事業委員会を立ち上げ、『インド・ヒマラヤ』『ヒマラヤの東 山岳地図帳』『JAN』特別号の発行や学生部

の登山隊への援助金、マナスル初登頂60周年記念事業に活用した。上條敏昭会員(7738) インバウンド客の増加やシカの食害から上高地の環境を守りたい。森づくりや野生動物の保護をどのように進めていくべきか、アドバイスが欲しい。

山田副会長 地域特有の問題については地域(支部)から発信して欲しい。そうすれば自然保護委員会も取り組み方を考えることができる。三好まき子会員(9945) 図書管理費600万の内訳と図書管理特定資産100万円の使い方は？

吉川副会長 内訳はスタッフの人員費、図書室床面積分の減価償却費。特定資産の100万円は2ヶ所からの寄付であるが、図書委員会で書架を整備する予定であることと、寄付者(故人)の膨大な蔵書を処分する費用として計上。

有元利通会員(9703) 支部助成金の内訳を知りたい。吉川副会長 支部助成金の内訳は、各支部に知らせている。

長田義則会員(5465) 永年会員に届いた寄付のお願いについて、1口1万2000円はどのような目論見によるものか。会費を上げる考えはあるのか。

小林会長 寄付の金額についてはあくまでお願いであり、目論見はない。会費を上げる考えはない。神崎忠男会員(6002) YOUTH CLUBの若者たちは、本会を支える人材となるのか。公益化したことにより、例えば山岳保険の運営や安全登山についてはどのように議論されているのか。

山田副会長 YOUTH CLUB Bの中には卓越登山を目指す部もあり、学生部も海外の未踏峰へ遠征予定。将来の日本山岳会を支える人材が育ちつつある。

小林会長 理事会での議論はないが、貴重な意見として承る。高原三平会員(7494) 先ほど



144人の会員が出席した総会の模様

134名の永年会員がご寄付を下さったと聞き、そのありがたさ、本会の良識を実感している。大島輝夫会員(4012) 科学委員会は公益社団法人にふさわしい活動をしている。会報「山」に載せて欲しい。

長尾悌夫会員(5144) 物故会員の追悼記事を掲載した会報「山」や「山岳」がご遺族に届いていない。届けるべきだ。算 邦男会員(13052) 会員名簿があることで各地の会員と交流できた例もある。名簿を復活させて欲しい。

佐藤常務理事 名簿が悪用される可能性もあるので、会報でもお知らせしたとおり、復活しない方針。

〔新理事会体制の紹介〕

総会直後に臨時理事会が開催され、理事の互選により、以下の執行理事の役職が決まりました。

会長 小林政志(再任)、副会長 重廣恒夫、野沢誠司、中山茂樹、常務理事 神長幹雄(再任)、永田弘太郎、谷内剛、古川研吾

(報告) 新井 梓 写真 廣田 博

REPORT

第71回ウエストン祭開催さる

日本山岳会信濃支部

第71回ウエストン祭は今年も上高地で、6月4日の碑前祭と前日の徳本峠越えにより執り行なわれました。

記念行事・徳本峠越え

6月3日の徳本峠越えは、朝早くから島々町会の方々より恒例のお茶、漬物などの接待をいただきました。今回の山行のために登山道を整備してくださったのは、長年にわたって登山道を整備している松本市山岳観光課、(財)自然財団上高地支所、徳本峠小屋などの有志で作り、今年正式に発足した「古道(徳本峠)を守る人々」です。2日間、延べ30名によるツルハシ、手弁当による作業で、本当に頭の下がる思いです。

一般参加者約200名は安曇支所前で受付、松本市教育委員会の安曇公民館の受付では、安曇小学校児童9名と保護者2名、安曇中学校生徒15名と同伴父兄2名、大野川小学校児童2名、同伴父兄2名、大野川中学校生徒1名と同伴父兄1名、計34名の参加がありました。

した。これは徳本峠越えでは恒例のことですが、数十年前、小学生のころ徳本峠を越えた人のお孫さんが今、徳本峠を越えているのです。いかに長い伝統が人を育てているかという例証のようです。日本山岳会信濃支部員23名、本部関係者7名、新入会員18名によつて行なわれ、腕章を着けた信濃支部員が同伴、医療関係では飯村富彦医師、渡辺庸子医師が同行してくださいました。

晴天に恵まれ、出発は早朝6時でしたが、各々時間の関係もあり早く出発した人もありました。出発前に塚原賢勝・信濃支部長より挨拶があり、下見をした東英樹・山行リーダーの登山道に関する注意事項があり、体操の後出発しました。また、山岳会本部の受付も同じ場所で行なわれました。

峠越えを終了した会員が温泉ホテルに到着したのは午後3時以降となりましたが、全員無事の報告がされたのは夕方5時を回っていました。温泉ホテル玄関では会員



碑前祭で主催者として挨拶する小林会長

の受付が3時半より行なわれ、会計の金井支部員、鳥橋支部員があたりました。徳本峠を越えた人以外は記念品の販売にあたり、ターミナルは菊島会員を中心に、河童橋は横田会員を中心に受け入れが行なわれました。

徳本峠を越えた信濃支部員は清水一郎、尾日向洋、福井芳隆、鶴見文子、姥貝悦子、有賀良夫、飯村富彦、古幡開太郎、河西邦彦、中坪皓、植松晃岳、山浦源太郎、斎藤弘美、渡辺庸子、三輪力、東英樹、畑雄司、宮坂登、古島次子、松本潔、永坂淳、入夏淑恵、穂苺康治の23名。

打ち合わせ夕食会

打ち合わせ夕食会は、午後6時より温泉ホテル2階食堂で開かれました。信濃支部員47名、講演者・田辺壽氏、本部の小林政志会長、森武昭前会長、宮崎紘一元副会長を合わせて51名となりました。司会は新人育成の目的もあり、三輪力支部員が担当しました。信濃支部長の挨拶、小林会長の挨拶、平林ウエストン祭担当会員より明日の仕事の配分につき説明がありました。井口謙治会員の乾杯の後、内輪の会議のため和気あいあいとして楽しい夕食となりました。

仕事の配分については、会場設営は福井芳隆支部員をチーフに角田啓蔵支部員の車での運送を中心に全員設営を行なうこと、記念品販売では昨日の寒い中、中心に行なっていたいた菊島、横田支部員を後方に引かせ、渡辺登司美、安藤忠雄支部員、鳥橋、松林支部員の代わりに森永、入夏、斎藤支部員をあてました。

宿泊者は、小林会長、塚原支部長をはじめ47名でした。

碑前祭

昨夜の打ち合わせどおり会場設営も完了して、4日10時より次の式次第で碑前祭を開催しました。



「山」から学ぶものについて記念講演した田辺壽会員

《第1部 式典の部》司会…古幡開太郎

- *開会挨拶 日本山岳会信濃支部 長・塚原賢勝
- *献花 安曇小学校4年児童2名
- *献歌 「ウェストンの歌」安曇小学校4、5、6年生児童
- *黙祷
- *主催者挨拶 日本山岳会会長・小林政志
- *来賓挨拶 松本市長・菅谷昭代理、副市長・坪田明(信濃支部員)

*詩の朗読 尾崎喜八(信濃支部2代会長)の詩「碑前にて」朗読…渡辺庸子(信濃支部員)

- *合唱等 安曇小学4、5、6年生児童 曲目…リコーダー演奏「エーデルワイス」、合唱「アルプス一万尺」指揮…河合春樹先生

《第2部 記念行事》

- *記念山行報告 徳本峠山行リリーダー・東英樹(信濃支部員)
- *記念講演 田辺壽氏 演題「変るもの・変らざるもの」田辺

氏略歴 東京都出身、慶応義塾大学山岳部に所属。1960年、ヒマルチュリ(7864m)初登頂。当時、日本登山史上ではマナスルに次ぐ高峰三越を経てオ・プランタン・ジャボン社長、ダイエー代表取締役専務、ダイエーホークス(プロ野球球団)社長などを歴任。元日本山岳会副会長。筑波大学客員教授。

*午餐会 12時より午後1時30分まで、上高地温泉ホテル内において行なわれました。

午餐会はウェストン祭開催にあたり日本山岳会員とそれを支えていただいた松本市をはじめ、長野県、環境省、林野庁、国土交通省などの官公庁、支援団体である北アルプス山小屋友交会、上高地観光旅館組合、上高地タクシー協議会、(財)自然財団上高地支所、上高地町会など、関連団体の方々と交流会です。来年もまた会いましょうと再会を誓う会で、最後にカレーライスを食べずのを恒例として

REPORT

初参加の徳本峠越えとウェストン祭

三田芳江

6月3日〜4日、山研運営委員会にお世話になり、「徳本峠越えとウェストン祭」に参加した。「新入会員になつたら、ぜひ参加する」といいよ。良い経験になるから」と先輩たちに勧められて参加を決めた。

前夜、同じ千葉支部の友人とともに東京駅発の夜行バスに乗り込み、午前4時過ぎに安曇支所に到着した。多少の寝不足はあっても、これから始まる山行に期待が高まり疲れも気にならない。身支度を

います。参加者は90名でした。司会…ウェストン祭実行委員長・平林節生

お礼の挨拶 信濃支部長・塚原賢勝/日本山岳会会長・小林政志 来賓挨拶 環境省松本自然環境事務所長・高橋博幸 芳志、祝儀紹介 乾杯 上高地町会長・上條敏昭 午餐会終了挨拶 上高地旅館組合 長・奥原幸 (平林節生)

整えて簡単な朝食を済ませ、島々公民館に午前5時半に集合した。式典の後、信濃支部の山行リーダーからコース説明と注意事項が伝えられ、準備体操、出発式が行なわれて、午前6時過ぎに総勢24名の山研隊は出発した。

心配だった天気は快晴で、風もなく申し分ない。島々谷川のせせらぎを聞き、青空と新緑を眺め、早朝の澄んだ空気を味わいながら気持ち良く1時間半、林道を二俣まで歩いた。途中、戦国落人悲話、そ



徳本峠に向けて登る参加者たち

の伝説に思いを馳せた折口信夫の和歌の説明を伺い、その土地にまつわる歴史を教えてください、興味深かった。休憩していると、峠越えに参加している安曇小・中学校の児童・生徒とPTAのグループが、行き過ぎながら挨拶してくれる。毎年恒例の行事だそうで、親子でこの長い行程を一緒に歩けたら良い思い出になるし、家族の絆が深まるだろうな、と思った。

しばらく行くと昔の山の暮らしの痕跡、炭焼き窯跡があり、昼食場所の岩魚留小屋まで何度か橋を渡りながら、およそ3時間、なかなか道を進んで歩く。

昼食時にはスタッフからお味噌

汁をいただき疲れが癒えた。岩魚留小屋の見事なカツラの巨木の前で記念撮影をし、「ここからが大変なので、頑張ってください」と声を掛けられた。九十九折の急登を途中の冷たい力水でひと息つき、徳本峠小屋手前の雪渓を足元に注意しながら登り切ると、やっと徳本峠に出た。小屋では具たくさんのおいしい豚汁が振る舞われ、先に着いた小学生たちでにぎやかだった。ウエストンが涙したという峠からの明神岳や穂高の絶景は、雲に隠れて残念ながら見えなかったが、いにしえの足跡をたどれたことが嬉しかった。

下り始めも残雪があり、アイゼンを着けるほどではないが、滑らないように気を付けて歩く。視界が開けた場所から穂高の山々がよく見え、皆でカメラに収める。ヤマシヤクヤク、エンレイソウ、アオチドリ、サンカヨウ、クルマバツクバナソウ、ニリンソウ、シヤクナゲなどたくさんのお花にも出会えた。午後3時半、明神に無事に到着。

この後の、初めての山研での宿泊を楽しみに上高地に向かった。ニホンザルの親子が出迎えてくれ、

子ザルの可愛い姿に癒された。素敵な山荘風の山研での夕食は、稲荷寿司、サラダ、山菜の和え物、水炊き鍋、ピザなど手作りのお料理がテーブル一杯に並び、様々なお酒が用意された。スタッフの方々のおもてなしに感謝しながら、お腹いっぱいいただき、同じテーブルの東海支部、東京多摩支部の方々と山の話で盛り上がった。途中で、小林政志会長もいらしてお仲間と歌声も披露して下さり、全員が楽しい時間を共有できた。

翌日も快晴で、朝食をいただいた後、明神池の辺りを散策した。池では愛らしいカモの親子やオシドリが観察できた。71回目を数えるウエストン祭に参加するために午前9時半に山研を出発。ウエストン碑の前の会場にはすでに人だかりができていた。

安曇小の子どもたちがレリーフに献花、一生懸命に合唱・合奏する姿に心が洗われた。また、信濃支部の山行リーダー東さんが、記念山行報告のときに歌った「坊がつる讚歌」の替え歌も、山への強い思いが感じられて印象に残った。

記念講演は日本山岳会元副会長の田辺壽さんの「変わるもの・変ら

ざるもの」。ヒマルチュリ初登頂、ベトナム縦断、登山家としてだけでなく、経営の世界でも大きな仕事を成し遂げられた田辺さんのお話は、山を登ることで学ぶのは自然を愛すること、自然に育てられること、自然との共生。これからの人のためにも、自然を守るこの大切さが伝わってきた。

100年以上も前にウエストンが歩いた同じ道を、昨日は自分も歩くことができたことに感謝して、そこで見た風景が変わることなくあり続けることを願い、感じたことをずっと心に留めておきたいと思った。

ウエストン祭終了後、信濃支部主催の午餐会に出席した。関係者の挨拶で、古道を守る会の方々による登山道整備のお陰で安全に徳本峠越えができたことを知った。恒例のカレーライスはとても美味しく、同席した信濃支部・東海支部の方とも話が弾んだ。初めて参加した徳本峠越えとウエストン祭は多くのことを学べた、忘れられない経験になった。お世話になったたくさんの方々、ありがとうございました。

(会員番号15962)

NEW MEMBER

優しい家族が育んでくれた山登りへの道

竹淵 陸

初めまして、私は竹淵陸と申します。どうぞよろしくお願いいたします。

今回、日本山岳会会報「山」の編集部より「JAC入会にあたって」の気持ちを何か書いて欲しい、とのご依頼を、総務担当の佐藤守さん経由で受けました。あまり上手な文章は書けません、現在の気持ちを書いてみたいと思います。

私は現在、15歳です。この4月から高校1年生になりましたが、兄3人、姉1人の5人兄弟の末っ子です。私たち5人の兄弟姉妹は、全員が静岡高校山岳部のOB・OGおよび私が現役の部員です。また、すぐ上の兄と姉とともに現在、JAC会員です。

一番上の兄は、静岡高校山岳部の絶滅の危機を救った？ レジエントということです。二番目の兄は、インターハイの県予選で、雨中歩荷の秘密特訓が活きて、歴代最高記録を超える記録で行動していたようですが、集中豪雨による大雨洪水警報の発令で、幻の記録

となってしまうたという記録保持者です。それぞれの兄は、北大と筑波大で解剖学と教育学で博士号を取得するために大学院で研究中ですが、忙しくて、あまり山には行けないようです。

私をJAC入会に導いてくれたり、山登りに興味や関心を抱かせてくれたのは、すぐ上の兄とその上の姉です。姉は静岡高校開学135年目にして初めて女子登山部を創り、一代にしてインターハイ東海大会優勝に導いた、山岳の鉄人です。常にトレーニングを欠かさず、山や自然についての研究も怠りませんし、誰よりも山を愛しています。そして、山の厳しさを私に教えてくれたのも姉です。

すぐ上の兄は、気象や山の特徴、山登りの装備について詳しく、ていねいに教えてくれます。特に山の気象に関しては、気象予報士の資格を取るだけあって、すごいです。

姉とすぐ上の兄の2人とも現在、北大で勉強中です。北の大地に広

がる各地の山々を登りまくっているようです。2人は私の山岳生活のお手本であって、良きアドバイザーです。私は3人の兄と姉を尊敬しています。

ところで、私を幼いころから山登りに連れて行ってくれたのは、父と母です。小さいころ体が弱かった私に無理のないコースを選んでくれて、よく信州の山々へ行きました。初めて本格的な登山をしたのは、私が小学校5年生のときで、家族で信州の蓼科山(2531m)に登りました。写真は

そのとき、山頂で撮影したものです。左から父、私、姉、母、そしてすぐ上の兄です。

私にとって山登りは、大自然の美しさを満喫することが大きな目的ですが、それ以外に事前に学ばなければならぬことを学び、自然を前にして謙虚になることを教えられ、そして、何よりも安全確保と生命の大切さを考える重要な機会となっています。父はこれまでアフリカ

のキリマンジャロやヒマラヤのアンナプルナ・サウス、南米のアコンカグアなどを登山してきました。今度、私と一緒に北米のデナリ(マツキンリ)に登りたい、と言っています。とても楽しみです。

これまでは両親・兄姉という優しい家族での山登りを楽しんできました。これからは尊敬できる山岳部の先生方や、自慢できる、すばらしい仲間とともに山登りを楽しんでいきたいと思っています。



小学校5年生、初登山のおり、蓼科山山頂にて家族で記念撮影

REPORT

第2回景信山メデイカル・ハイキングを実施

医療委員会 秦和寿

若葉のさわやかな5月20日(土)、医療委員会では奥多摩・景信山で第2回のメデイカル・ハイキングを行なった。遠く関西支部からの参加者も含め24名、スタッフ5名の29名で実施した。混雑する高尾駅前のバスに乗りし、小仏に向かう。今回は植物の形態や分類を専門とする元東京都林業試験場の亀

谷行雄講師を招いた。亀谷講師は登山道で見られたツタウルシやヤマウルシなど、激しいかぶれを起こす有毒植物の識別法を示した。イラクサの有毒物質は、アセチルコリンやヒスタミンなどの説明もあった。実物を見ながらなので記憶に残り、今後の山行時に役立つと思われた。

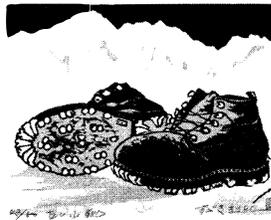


講師のレクチャーに真剣に聞き入る参加者たち

頂上(727m)では「かげ信小屋」の青木さんが講習会用のテーブル席を用意してくれた。この小屋には、登山者がハチやマムシに咬まれ「薬はないか」と立ち寄ったこともあるという。前回は青木さんも講習会を聞くことができたが、今回は接客に忙しく、聞けなかったのが残念ということであった。
ここでは野口講師が、切り傷の消毒法や足首の捻挫と骨折時の対処法、さらに膝痛や腰痛のテー

「山の日」歳事記 七月 天近き大雪渓を人歩む 松尾良久

並みよろふ山に雪形つばくらめ
石楠花や雲ひつかかる沖の耳
炎天をいただく嶺のときき数
駒草に憩ふ岩場の昼深し
穂高岳真つ向ふにして岩魚釣
雲の峰いくつ崩れて月の山
雪渓を悲しと見たり夜も光り
髭白きまで山を攀じ何を得し
「山」の秀句を独断で……高秋・選／版画・鈴木正俊



ピングの方法など多岐にわたって話した。さらに小型人形を使っての心臓マッサージを全員が体験した。景信山のようなハイキングでも、受講生3人がトラブルを起こした。腹痛には大正の漢方胃腸薬、足つりには芍薬甘草湯とゴムベルト、足のマメにはクッションパッドを用い、それぞれ奏功し、山の医療の好例となった。
山中ではブユやハチなどがあるのが当たり前で、虫刺されも多い。近年ではマダニの深刻な問題があり、皮膚寄生した場合、どう除去するかが課題である。秦講師はワセリンやヨード軟膏を用いてマダニの呼吸を制限し、皮膚から除去

する方法を見せた。
今回の講習内容のように山中の有害生物(有毒植物、衛生害虫)や応急処置法などを实地に学び、念頭に入れておくと、いざというときに冷静に判断でき、被害を最小限にすることができる。
講習後のアンケートでは9割以上が「大変良かった」「良かった」で、具体的には「かぶれを起こす植物の話、医療キットや具体的なテーピング法、マダニ処置法などが役立ちそう」とのことだった。
下山後に懇親会を行ない、17名が参加した。個々の事例などを話し合い、有意義な情報交換の場となった。

REPORT 第37回日本登山医学会学術集会報告

医療委員会担当理事 斎藤 繁

信州大学医学部内科学第一教室主催の第37回日本登山医学会(花岡正幸会長)学術集会が、日本山岳会の後援を受けて、2017年6月2日(金)から4日(日)までの3日間、松本市キッセイ文化ホールにおいて開催された。この学術集会は第4回アジア・太平洋登山医学会学術集会との合同開催で、国内から244名、国外から56名の参加者があった。

日本登山医学会は医師などの医療関係者、運動生理学などの研究



3つのテーマでシンポジウムも開かれた

者、救助関係者、山小屋関係者、山岳ガイド、旅行者など登山や高所での安全や健康に関わる多くの業種の会員がいる。学術集会の発表、討議内容も、基礎研究から実地臨床までバラエティに富んでおり、様々な研究活動が実践されている。

アジア・太平洋登山医学会は中国青海大学の格日力教授が中心となり設立した学術団体で、登山医学とともにアジア周辺地域における高地住民の健康問題も主眼に据えた幅広い活動をしている。本会でも格日力教授ご自身が発表され、会を盛り上げた。

学術集会のテーマは「登山医学と高所生理学の新たな幕開け」であり、登山医学、高所トレーニング学、高所環境医学の3点について特に主眼を置いてプログラムされていた。日本と周辺地域における、登山医学についての研究の進歩・普及、登山活動の安全への貢献なども発表された。シンポジウムは「高所順応の分子的遺伝的側

面」「山岳救急医学と山岳救助」「スポーツクライミングを支える医科学」の3つのテーマについて行なわれた。

多様なトピックに関心を持つ参加者の、多くのニーズに応えられる幅の広い内容になっていた。山岳医療・救助学にも力点が置かれており、山岳救助関係者の関心にも応えられたと思われる。なかでも、2020年の東京五輪を見据えた高地トレーニング学や、火山噴火など山岳災害に対する山岳医療・救助学は、一般国民の関心も高いテーマであり、タイムリーなテーマであったと思われる。

学術集会終了後の6月4日の日曜日午後2時から、市民公開講座

「女性と登山 私にとつての山」が開催され、写真家・小松由佳さん、白馬村山岳ガイド・高木律子さん、南信州山岳ガイド・小川さゆりさん、内科医・高濱充貴さんが講演し、多くの聴衆が参加した。

また、開催に併せて『高山病診療ガイドライン』が発刊された。書店や大手通信販売で購入可能である。開催期日は好天に恵まれ、参加者のなかには、北アルプスや八ヶ岳登山、あるいは国宝松本城などの観光へと足を延ばした方も少なくないものと思われる。梅雨入り前の6月は新緑がまばゆい絶好の観光シーズンであり、周辺行事と併せて盛会裏に会は終了した。

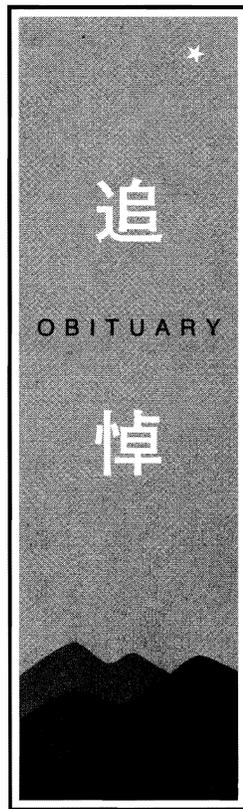
【優待サービス一覧(第2期)の追加&訂正】

会報6月号と同封いたしました「日本山岳会会員に対する優待サービス一覧(第2期)」について、追加と訂正がありますのでお知らせいたします。〈会員サービスWG〉〈追加〉

- *【北海道】十勝岳温泉凌雲閣/宿泊料金の10%引き/①0167-39-4111/②左記に同じ
- *【東北北部】蒸ノ湯温泉(ふけの湯)/宿泊料金の10%引き/①0186-31-2131/②左記に同じ
- *【那須・鬼怒・尾瀬】日光澤温泉/平日のみ1名様缶ビール1本(350ml)サービス/①0288-96-0316/②左記に同じ
- *【中央アルプス】ぬくもりの宿・駒の湯/宿泊料金の5%引き、入浴料100円引き/①0264-23-2288/左記に同じ
- *【四国】剣山頂上ヒュッテ/宿泊料金の500円引き/①0883-56-0966/②088-622-0633

〈訂正〉

- *【東北南部】の「月山佛性池小屋」は「月山佛生池小屋」に訂正してください。
- *【南アルプス】の「広河原山荘」は先方様のご都合により、提携先から除外されます。

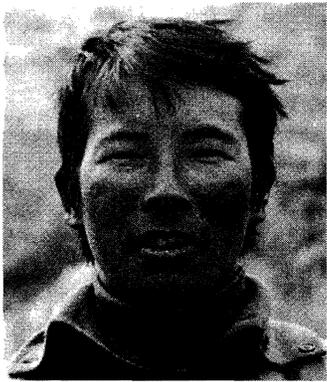


心優しき先輩を偲ぶ

根深 誠

不断の努力を怠ることなく切磋琢磨し、山と向き合っていたのは40年も50年も昔のことだが、思えば早いものだ。山岳部現役時代の合宿山行、個人山行、そしてOBになってからのヒマラヤ登山、そこで培われた仲間意識は、古希を迎えて足腰が衰えた今だからこそ懐かしく、掛け替えのない財産として心に宿る。

わけても1977年のヒマルチ



長谷川 良典 (はせがわ・りょうてん)

会員番号6699

1947(昭和22)年 東京都足立区生まれ。

1975(昭和50)年 チューレン・ヒマール西稜初登攀。

1976年 日本山岳会ナンダ・デヴィ日・印合同登山隊に参加、東・西両峰の初縦走に成功。

1977年 ヒマルチュリ東尾根。

1979年 日本山岳会隊としてチョモランマ北面を偵察。翌年、同本隊にも参加。

1981年 明治大学エベレスト西稜登山隊。

1984年 冬のデナリで遭難した植村直己さんの第2次捜索隊に参加。

1991年 明治大学チョモランマ登山隊で東壁へ。

ユリが忘れられないのは、不慮の事故で仲間を失い、若き命の尊厳を、不幸な形で学ばねばならなかったという不条理を思い知らされたからだ。私たちにとっては痛恨の極みだった。

当時、私たち明治大学山岳部並びに炉辺会では、未踏のエベレスト南西壁を目標に、その前哨戦として、30歳前後の若手メンバーからなる登山隊を組織し、長大な東尾根からのヒマルチュリ登頂を目指した。前々年のチューレン・ヒマール西稜からの初登頂、前年のナン

ダ・デヴィ初縦走と、すでにヒマラヤで実力を発揮していた長谷川さんが主力を担っていた。私は長谷川さんの1級下で、前年、偵察に出かけ、万全を期していたにもかかわらず本番では体調を崩し、充分な働きができなかった。

登山は降雪が続ぎ、連日、ラッセルに苦戦し、壮絶な内容だった。2ヶ月余りに及ぶ登山活動。雪崩によるC5の埋没、再建、続くC6建設。そして未踏の東壁を突破し、頂上間近で引き返す。その途中の東壁を下降中、雪庇崩壊によるブロックの直撃を受けて仲間が即死。遺体を搬送し、茶毘に付す。

艱難辛苦に打ちひしがれることなく黙々と行動していたのが長谷川さんだった。搬送した遺体をC4に安置し、雪の祭壇を設け、仮葬儀を執り行なった。長谷川さんが手に印を結び、真言を唱え、祈祷した。そのあと全員で部歌、校歌を斉唱した。遺体を茶毘に付した場所では、亡くなった近藤芳春さんの名前に因んで「近藤岩」と名付けた岩の上に大きなケルンを積んだ。BCを撤収し、帰路のキャラバンは雨季が始まっていた。上流の村々で水葬に付された遺体が増水

した川を次々と何体も流れていく。川岸に埋葬された遺体が、増水で自然に掘り起こされて流れ出すのだ。その流れを、ポーターの女性や子どもたちの安全を図り、隊員が背負って徒渉した。

途中で村へ帰るポーターが別れを惜しみ、卵やジャガイモを私たちに分け与えてくれた。今では見られなくなった、人情溢れる登山隊との交流のひとつコマである。涙を流すポーターを労わり、長谷川さんが自分のジャンパーを脱いでポーターに着せたのが印象に残っている。その心優しい人柄に、長谷川さんが僧侶であることを改めて私は実感した。

*

過日、長谷川さんの実家、観音寺で本葬儀が執り行なわれた。席上、古い仲間と久しぶりで会った。現役時代、冬山合宿の準備期間に入ると、観音寺の境内で雑煮の餅をついたものだった。雑煮は冬山合宿ならではの献立であり、狭苦しいテントで肩を寄せ合い食べた、若き日の、山に焦がれていたころを思い出す。

若き日の山を思えば懐かしく眠る御霊の安らかなるを

EXHIBITION 「山へー to the mountains展」開催中

東京都・世田谷文学館

かつて作家の深田久弥は、「山のような人間にならねばならぬ、山のような文章が書けるようにならねばならぬ」と語りました。彼の独創的な自然観察眼と、信念により生み出された山の文学は、今なお人々を魅了してやみません。

本展では、深田をはじめ時代やジャンルを超えて、同じ「山」というフィールドで繰り広げられてきた、多様な「知」と「表現」に迫ります。

【二合目】山×漫画「そこから道は二つに分かれていた」

漫画『孤高の人』は、新田次郎の小説を原案として、坂本眞一(1972)漫画家、が現代的な視点で描き直した作品です。主人公・加藤文太郎(1905)1936)は実在した登山家で、数々の登攀記録を遺しました。坂本漫画の文太郎はラスト、K2への単独行を決行します。

【三合目】山×先駆者「アルピニズムの芽吹き」

小島鳥水(1873)1948

随筆家は、ウォルター・ウエストンと知り合い、志賀重昂の勧めもあって山岳会創立に尽力しました。鳥水は数々の著作を遺し、日本近代における山の文学の創始者となったのです。ここでは、鳥水と日本山岳会の歴史をたどります。

【三合目】山×文学「百の頂に百の喜びあり」

深田久弥(1903)1971作家は、旧制第一高等学校在学中より文学作品を発表し、のちに鎌倉文士として活躍しました。『日本百名山』では、対象となる山をその歴史や関連する詩歌から、あるいは著者自身の登山記からと、様々な観点で紹介しています。

【四・五合目】ではそれぞれ、「山×写真」「山×地質」と題し、山岳写真と「百名山の岩石」をご紹介します。

【六合目】山×植物「山とお花畑」
田辺和雄(1900)1961植物学者)は旧制一高時代に旅行部に所属し、後輩となる深田久弥と交友を深めました。帝大植物学

科進学後は、調査のための登山に没頭しました。植物学者の登山スタイルをご覧ください。

【七合目】山×建築「私はここに立つ」ここから建築が始まる」

山岳地帯での建築にも情熱を注いだ吉阪隆正(1917)1980建築家は、近代建築界の巨匠、ル・コルビュジエの弟子の一人です。彼はまた遠征隊を指揮し、未踏の登山ルートに挑むほどの本格的な登山家でもありました。

【八合目】山×日常「それでもわたしは山に登る」

田部井淳子(1939)2016登山家は、広く人々から愛された登山家の一人です。「筋力、スピードでは男性にかなわない。だったら女性のペースで」という強い信念の下、「女性同士で登る」とここにこだわり、女性ならではの自覚を持って山に臨んだのです。

【九合目】では「山×仲間」と題し、深田久弥の自宅「世田谷区」にあった「九山山房」を復元展示します。

【十合目】山×写真「今、この瞬間に人々はあらゆる環境で多様な暮らしを送っている」

石川直樹(1977)写真家の登山原風景は、海につながって

いました。海や川を上流へたどった先に森があり、その延長に初めて登った山がある。そのとき、自分と大地との関わりが立体的に立ち現われることを感じたそうです。

■会期 平成29年7月15日(土)9月18日(月・祝)*毎週月曜日は休館。ただし7月17日、9月18日は開館・翌日休館。

■開館時間 午前10時〜午後6時(入場は午後5時30分まで)

■観覧料 一般800(640)円/65歳以上、高校・大学生600(480)円/中学生以下無料/障害者割引あり。*()内は20名以上の団体料金および日本山岳会会員証をご提示いただいた個人。*7月21日(金)は65歳以上無料、8月11日(金・祝)「山の日」は無料観覧日

■アクセス 京王線「芦花公園」駅南口より徒歩5分/小田急線「千歳船橋」駅より京王バス(千歳鳥山駅行き)利用「芦花恒春園」下車・徒歩5分

■問合せ 〒157-0062

東京都世田谷区南鳥山1-10-10

TEL 03-5374-9111

FAX 03-5374-9120

URL: <http://www.setabun.or.jp/>

東 西 南 北

N

S

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

岡澤祐吉さんの追悼記事

大森久雄

一昨年9月に亡くなった岡澤祐吉さんについては『山岳』第百十一年(2016年)号に小林俊樹・古幡開太郎両会員の追悼があるが、先ごろ本会図書室でスイスのAACB (Akademischer Alpen club Bern) (山岳学士山岳会)の会報第111号をながめていたら、そこに大きくポートレート写真と記事が掲載されているのが見つかった。全文ドイツ語。私には理解できない言葉だから、本会図書委員でドイツ語に堪能な平井吉夫会員に翻訳してもらった。簡単に内容を紹介します。

岡澤さんは自身がドイツ語をよく理解していて、スイスの山関係の訳書を何冊か持っているが、ス

イスの、特にドイツ語圏の山と人々に大きな関心を持っていた。スイスに親しい友人が何人もいて、そのなかにベルナルド・モーザーという人がいた。お互いにSuke (Sukejoshi)、Bernardoとファーストネームで呼び合う仲だったように、「日本・スイスの山の友情」と題するこの記事でも、その睦まじさが紹介されている。

岡澤さんの訳業で大きいのは、グリーンデルヴァルト在住の登山ガイドと日本人登山者との交流をガイド手帳からまとめた『スイス山案内人の手帳より』(ベースポール・マガジン社、1987年)で、当然その本のことも紹介されている。そのほか日本山岳会の月報編集者だったことや日本の山での活動にもふれてある。

執筆はAACB会員のManfred Heim氏で、岡澤さんは同会の会員

ではなかったそうだが、深い付き合いがあったようだ。平井氏の解説によると、AACBはSAC(スイス山岳会、会員数は10万を超える)とは別の組織で、本来はアカデミカー(大学卒業生、大学生)などを主体とする集団。1905年創立。『日本百名山』英訳者のMartin

支部



だより

全国各地の支部から、それぞれの活動状況を、北から南へとレポートします。

東九州支部 スズタケ枯死とシカの食害調査

去る6月3日(土)、大分県植物研究会との共同作業で行なう、9回目のスズタケ枯死とシカの食害調査が本谷山の西の稜線で行なわれた。この調査は5年前の本会の公益社団法人移行が起点となる。当支部においていかなる公益的業務に取り組みかという検討のなかで、近年、九州のほとんどの山域で著しく進行しているスズタケ枯死が、山の仲間でも話題となっていたこ

Heim氏はAACB(チューリヒ瑞士山岳会)の会員。

諸外国の山と人々を日本に紹介した方は当会に何人もおられるが、岡澤さんもそのひとり。それが本会のスイスでも評価されていた追悼になったのであろう。稀有な例と思われたので、ご報告する。

とを受けて、その実態調査を手掛けてみようということになった。ちようどそのころ、県の委託を受けてシカの食害調査を開始していた大分県植物研究会から、当支部の企画を知って共同作業の持ちかけがあり、意気投合して開始したのが始まりである。

本谷山の西の稜線に県が設置した定点観測地点の観測と、尾平越から山頂に至る稜線の、樹木のシカの食害状況や植生状況の調査を行なうのがこの作業である。専門的なことは研究会のメンバーに委ねることにして、我が会員はもっ

ばらその作業の手伝いをするという形で進めてきたのである。昨年10月に8回目の作業を実施し、県の委託による調査作業は平成28年度で終了。その後、調査報告書の作成が終わったところであった。

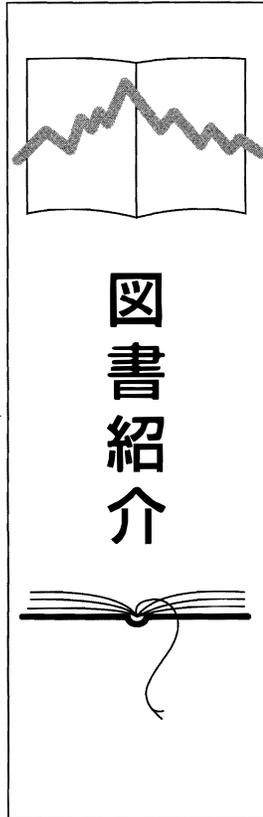
そこで今後のことを協議するため、本年2月、大分市の居酒屋にメンバーが集合、酒を酌み交わしながらの相談である。その結果、今後も我々独自に調査を継続することにより、長期的にシカの食害状況やスズタケの枯死と復元の状況、森林や樹木の変化などを記録に残し、検証していくことは意義が大きいということであり、県が設置した定点観測の施設は存続させてもらい、両者で引き続き共同作業を進めることとなったのである。その最初の作業がこの日であった。

快晴の天気恵まれた午前7時、いつものとおり緒方町「道の駅原尻の滝」に集合したのは、我が支部のメンバー8名、研究会メンバー8名で、まずは今日の作業のミーティングをして、車に分乗して尾平トンネルの登山口に移動。8時30分に登山開始で、約30分で尾平越の稜線に着く。今回から定点観測と稜線移動観測を6月と10月に

交互に実施することになり、今回は稜線移動観測となった。我々に任されたのは前回までに見付けて目印を付けたシカの食害樹木以外の、新しい食害樹木を見付けて目印を付け、その樹種や木の大きさ、食害の樹皮の広さなどの記録である。今回の調査では、新しい食害は思いのほか少なかったことが分かった。しかし、森林管理署が設置した金属ネットで囲まれた中の林床と、その外の林床とでは下草の成育が格段に違うことが分かった。かつては猛烈なブッシュ状態であった稜線のスズタケは、今はもうほとんど枯死してしまい、その後に見える下草も食べ尽くされた跡が、広い範囲で裸地になっている所が見られ、これが大雨などで洗い流されれば、稜線の崩壊につながるのではないかと懸念される所もあった。今後の調査見守りが必要だろう。

調査団一行は3時間かけて本谷山山頂まで調査記録しながら登り、山頂で弁当を開いて休憩の後下山午後3時30分、尾平トンネル登山口で次回の打ち合わせなどをして現地解散となった。

(飯田勝之)



図書紹介

田部井政伸著
**てっぺん 我が妻・田部
 井淳子の生き方**



2017年6月
 宝島社 四六判 230頁
 1200円+税

なんとエネルギーギッシユな生き方
 であろう。半世紀を超える山人生
 をこれほどに謳歌し、目まぐるし
 く駆け回るその行動力にとってもつ
 いていけない。恐らく国内の登山
 家たちのなかでも、テレビ出演は
 ダントツ1位であったのではない
 だろうか。「世界初エベレスト女
 性登頂者は誰でしょう」と問えば、
 正解率100%の答えが返ってく
 る。登山家・田部井淳子は、それ
 ほどに有名人である。
 残念ながら昨年、風のごとくこ
 の世を去ってしまったが、妻・淳

子さんをサポートしてきた夫・政
 伸氏はどういう人物であり、どう
 いう夫であったのだろうか。ちょ
 っぴり気になっていたが、多忙を
 極める妻・淳子さんの大いなる活
 動の裏で、政伸氏の自由で柔軟な
 生き方が印象に残った。

政伸氏は、マッターホルン、ゲ
 ランド・ジョラスなど2大北壁の
 輝かしい登攀歴の持ち主である。
 政伸氏を、凍傷で足の指4本を失
 うというアクシデントが襲い、新
 婚間もない夫の身を案じた淳子さ
 んは、同じクライマーとしての限
 りない尊敬と信頼の溢れた手紙を
 送っている。実に初々しく、夫を
 想う新妻の熱いラブレターではあ
 るが、まだ若い20代の淳子さんの
 冷静さと対応のどこかに、すでに
 登山家・田部井淳子が見えた気が
 する。

田部井家のカレンダーは、次第
 に妻の山の予定が多く埋まってい

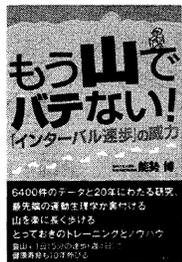
ったという。女性だけの山岳会発
 足6年後、ついに女性だけの海外
 遠征隊が、田部井淳子を世界のて
 っぺんに立たせた。そこには、基
 本、男女の行動に差別がないとい
 う考え方を持つ政伸氏と、互いが
 支援者であり、理解者となった夫
 婦の絆こそが不可欠であった。幼
 い娘を託して行ったエベレスト遠
 征の半年間の2人の手紙は、何よ
 りもそれを証明している。

好きなことを自由に楽しもうと
 いう田部井家の家風をとことん実
 行してきた夫婦である。やり残す
 ことなく歩き続けた妻との二人三
 脚が、ひとまずここに終わった。
 が、広がった淳子さんのワールド
 がある限り、著者・政伸氏は、止
 まってはられないに違いない。

(晝間弘子)

能勢博著

**もう山でバテない！「イン
 ターバル速歩」の威力**



2017年3月
 山と溪谷社 四六判 208頁
 1200円+税

山登りを趣味とする人ならば、

だれでも高い山やちよつとハードなルートなどに憧れるものだ。だが、悲しいかな体力は下降線をたどる一方で、それに気づかないため、登りたい山と登れる山のミスマッチが生じ、中高年の遭難は増加するばかりである。

さて、そこでこの「インターバル速歩」というトレーニング方法である。登山を運動生理学の見地から解説し、体力(持久力)と筋力を同時に付ける方法として紹介されている。

どんな方法かという点、少し乳酸が出るような(とはいえず、自分で出ているかどうかは分からない)ので、ちよつときついと感じるくらい(「速歩」を3分間。それに続けて「ゆつくり歩き」を3分間。この6分間を1セットとして1日に5セット行ない、週に4日以上行なうというものだ。毎日ということではないのがあるがたい。それに1日の中で1度に5セット続けて行なう必要もなく、通勤時2セット、夕方に2セットと分けて行なってもよいというから、トレーニング嫌いで三日坊主の筆者にもできそうではないか! とにかく週に60分の速歩を行なうことである。

背筋を伸ばして手を前後に大きく振って大腿で歩く。さつそうと歩くこと2ヶ月目で効果が表われ、5ヶ月目で体力は10%アップ、つまり10年前の体力に戻る。言葉を換えれば「若返った体力が手に入る」。なんと魅力的な言い回しだろう。

このトレーニング方法の伝授が本書のコアであるが、「はじめに」で書かれているように「若いころに登山を経験して再び始めよう」と考えている方、最近健康のために里山歩きを始めたが、いざれ本格的登山にチャレンジしたいと考えている方に向けて、長年登山を実践されてきた著者が、体験談・失敗談を紹介して、登山の基本や注意点も解説する「登山読本」ともなっている。ここには体力を付けて、安全に有意義な登山を楽しんでもらいたいという著者の強い願いが込められていると思う。さらにコラムとして書かれている内容も併せて読めば、著者の山を軸とした自分史とも言えよう。トレーニングを実践して、タイトルどおり「もう山でバテない」体で豊かな登山を楽しんでみたい。

(荒井正人)

図書受入報告(2017年5月～6月)

著者	書名	頁/サイズ	発行者	発行年	寄贈/購入別
濁川孝志	星野道夫の神話 : 未来を照らすそのスピリチュアリティ	148p/20cm	コスモス・ライブラリー	2017	著者寄贈
安間繁樹	西表島探検 : 亜熱帯の森をゆく	342p/21cm	あつぷる出版社	2017	著者寄贈
北村昌之	メコンを下る : 東京農業大学探検部学生・OBの11年に亙る記録	676p/19cm	めこん	2017	著者寄贈
越生町教育委員会(編)	越生の自然 2008 : 越生町史自然史編	590p/31cm	越生町	2008	発行者寄贈
E.サトウ(著) 庄田元男(訳)	アーネスト・サトウの明治日本山岳記 (講談社学術文庫 No.2382)	286p/15cm	講談社	2017	出版社寄贈
菊地俊朗	釜トンネル : 上高地の昭和・平成史	270p/19cm	信濃毎日新聞社	2017	著者寄贈
南極OB会編集委員会(編)	南極観測60年 南極大陸大紀行	232p/21cm	成山堂書店	2017	編者寄贈
羽根田治	生死を分ける、山の遭難回避術	159p/21cm	誠文堂新光社	2017	出版社寄贈
大津雅光	野鳥と共に四季の山旅	368p/22cm	白山書房	2017	出版社寄贈
高澤光雄	北海道の山を登る	279p/19cm	白山書房	2017	著者寄贈
田部井政伸	てっぺん : 我が妻・田部井淳子の生き方	230p/19cm	宝島社	2017	著者寄贈
芳賀孝郎	私のシュプールII : 山とスキー、人との出会い	228p/19cm	北海道新聞社 事業局出版センター	2017	著者寄贈
川島敏郎	大山詣り(有隣新書 No.79)	213p/18cm	有隣堂	2017	出版社寄贈
大野崇	モンブラン山群 : Massif du Mont-Blanc 大野崇写真集	88p/29cm	山と溪谷社	2008	著者寄贈
能勢博	もう山でバテない! : 「インターバル速歩」の威力	208p/19cm	山と溪谷社	2017	出版社寄贈
東秀機(著) 江崎善晴(絵)	完全図解スポーツクライミング教本	159p/21cm	山と溪谷社	2017	出版社寄贈
北島英明	山岳遭難は自分ごと(ヤマケイ新書 No.YS036)	206p/17cm	山と溪谷社	2017	出版社寄贈
中西俊明	作例でわかる! 山岳写真上達法	183p/26cm	山と溪谷社	2017	出版社寄贈



**平成29年度第3回(6月度)理事会
議事録**

日時 平成29年6月14日(水)19時00分～20時45分

場所 集会室

【出席者】小林会長、吉川・大久保・山田各副会長、神長・佐藤各常務理事、勝山・中山・野口・大槻・落合・山賀・直江・星・谷内各理事、平

寄付金及び助成金などの受入報告(平成29年6月16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
(公)安藤スポーツ・食文化財団	100	子供サマーキャンプ(自然児学校)補助金
林 雅弘 会員	50	永年会員からのご寄付
広島支部 八幡 浩 会員	200	広島支部運営、学生・ユースクラブへの補助
伊藤ハム(株)	50	高尾の森づくりの会活動への支援
エリオニクス(株)	100	高尾の森づくりの会活動への支援
三井住友信託銀行	200	高尾の森づくりの会活動への支援
電源開発(株)	100	高尾の森づくりの会活動への支援
富士電機(株)	50	高尾の森づくりの会活動への支援
(株)アーバン	100	高尾の森づくりの会活動への支援
メタウォーター(株)	50	高尾の森づくりの会 気仙沼大島森林復旧支援事業
アサヒビール(株)	100	高尾の森づくりの会活動への支援
コニカミノルタ(株)	200	高尾の森づくりの会活動への支援
広島支部会員等 111名	1,125	富士山遭難の末本君に対する見舞金として
永年会員137名 別紙 氏名	2,493	有志からのご寄付のお願いに対する永年会員からのご寄付

井・重廣各監事

【オブザーバー】節田会報編集人

【審議事項】

1. 新支部長の就任承認について
群馬支部より申請のあった支部長交代について審議した。群馬支部 新支部長 北原秀介(8267)(賛成15名、反対なしで承認)
2. 同好会規程の改正について

同好会規程(C-21)の設立手続きおよび活動状況の把握に関連する条文の改正について審議した。(賛成15名、反対なしで承認) 改正日を平成29年6月14日とする。

3. 2017年度学生部ザンスカール遠征隊の派遣と援助金の依頼、募金について

2017年度学生部ザンスカール遠征隊の派遣と援助金の依頼、募金について審議した。(賛成15名、反対なしで承認)

4. 募金開始について

広島支部より申請のあった平成28年11月富士山遭難者への見舞金およびYOUTH CLUBより申請のあった学生部ザンスカール登山隊の募金開始について審議した。(賛成15名、反対なしで承認)

【協議事項】

1. 三国学生交流登山の今後について(中山)

三国学生交流登山の今後の継続について協議し、その意義と実施内容等を踏まえ、今後の継続協議とすることとした。

2. 本部会議室の同好会等の利用について(吉川)

本部会議室の同好会等の利用に

ついて協議し、現在の利用状況の分析を踏まえ、今後の継続協議とすることとした。

【報告事項】

1. 5月受付分の入会希望者15名および準会員入会希望者10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. 広島支部における富士山滑落事故報告書取りまとめ状況について報告があった。(佐藤)

3. 寄付金および助成金の受け入れについて報告があった。(吉川)

4. 医療委員会より「第2回景信

- 山メデイカル・ハイキング」および「第37回日本登山医学学会学術集会」について報告があった。(野口)
- 5・安曇野山岳美術館から申請のあった「大谷一良版画展」の名義後援について、これを承認したとの報告があった。(谷内)
- 6・日本山岳・スポーツクライミング協会役員の就任について報告があった。(谷内)
- 7・日本ロングトレイル協会より申請のあった「山」5月号巻頭記事のHPへの掲載について、これを許可したとの報告があった。(神長)
- 8・「山岳」2017年の内容について報告があった。(神長)
- 9・会報「山」6月号の発行について報告があった。(節田)
- 10・平成29年度通常総会における葉書の集計状況について報告があった。(佐藤)
- 11・日本山岳会再生委員会にて検討されたJACマーク入りグッズの試験販売開始について報告があった。(佐藤)

【連絡事項】

- 1・2017年「登山医学セミナー(東京・大阪)」7月8日(土)10時20分～16時 東医健保会館 2

階大ホール 7月9日(日)10時30分～16時10分 大阪医科大学 臨床第一講堂

【今後の予定】

- 1・平成29年度通常総会 6月24日(土)14時～主婦会館 プラザエフ
- 2・臨時理事会 6月24日(土)総会終了後 主婦会館 プラザエフ
- 3・同好会連絡会 7月3日(月)19時～104会議室
- 4・7月度常務理事会 7月4日(火)18時30分～ 集会室
- 5・自然保護全国集会 7月9日(日)～10日(月) 岐阜市
- 6・7月度理事会 7月12日(水)19時00分～ 集会室
- 7・山岳4団体役員懇親会 7月20日(木)18時30分～ 南国酒家(渋谷区)



- 1日 YOUTH CLUB
- 5日 総務委員会
- 6日 「山の日」事業委員会 スケッチクラブ
- 7日 常務理事会 山行委員会
- 8日 新旧役員会 山岳地理クラブ
- ブ 九五会

- 9日 フォトクラブ 二火会 YOUTH CLUB
- 12日 図書委員会 スキークラブ スケッチクラブ
- 13日 山岳研究所運営委員会
- 14日 理事会 山遊会 休山会 山想倶楽部
- 15日 科学委員会 公益法人運営委員会 みちのり山の会
- 16日 フォトクラブ
- 17日 山の自然学研究会
- 19日 総務委員会 資料映像委員会
- 20日 会報編集委員会 山の自然学研究会 スキークラブ
- 21日 マウンテンカルチャークラブ フォトクラブ 三水会 YOUTH CLUB つくも会
- 22日 総務委員会 学生部 01会 山遊会
- 23日 総務委員会
- 26日 資料映像委員会 青年部 緑爽会
- 27日 総務委員会 遭難対策委員会 平日クラブ
- 28日 自然保護委員会 麗山会
- 29日 資料映像委員会 家族登山普及委員会
- 30日 支部事業委員会

6月来室者 497名

会員異動

物故

- 中嶋正夫 (2725) 17・6・27
- 寺田鬼久麿 (4364) 15・3・17
- 宝井俊夫 (4683) 17・5・31
- 小野正喜 (7312) 14・6・26
- 田辺 潤 (8932) 17・6・5
- 二木裕子 (11563) 17・6・1
- 望月晴隆 (14139) 17・6・13
- 退会 西関良光 (4904) 福島

蒲池邦太 (7236)

- 高田邦雄 (10614) 関西
- 大内倫文 (10787) 北海道
- 山本以久子 (12260)
- 海老沼清 (12814) 首都圏
- 八木長次 (13616) 首都圏
- 山口千枝子 (14193) 静岡
- 坂田よしゑ (14253) 首都圏
- 山田悦史 (15088) 東海
- 増永滋生 (15171) 関西
- 奥宮清人 (15340) 京都・滋賀
- 石田優季 (15504) 京都・滋賀
- 寺田忠史 (15661) 静岡
- 河野圭佑 (15797)

INFORMATION

登山

◆第33回 全国支部懇談会

「万葉の峰・筑波山へ」ふるつて

「ご参加を！」《再掲載》 茨城支部

期日 10月13日(金)～14日(土)

宿泊 筑波山中腹・筑波山温泉

「つくばグランドホテル」

参加資格 会員、準会員、および

関係者

費用 1万6000円(泊2食、

弁当付き、親睦登山を含む)

申込み 7月31日(月)まで。支部所

属会員は支部で一括申込み

日程

《1日目 10月13日(金)》

12:00～受付開始 13:00～開会

式 13:30～講演会 ①井坂敦実

氏(郷土史家)「古代の山の信仰・

筑波山を中心として」

②藤井敏嗣氏(元日本火山学会会

長)「我が国の火山の現況・富士山

も噴火するの」

③山田明氏(茨城支部会員・元国

土地理院職員)「100年目の剣

岳三角点設置」(ビデオ映写と解

説)

17:00～自由時間(入浴等) 18:00

～懇親夕食会 20:30～2次会

《2日目 10月14日(土)》

筑波山(871m)にA、B、Cの

3コースに分かれて親睦登山。7:00

～朝食 8:00～出発

●Aコース(御幸ヶ原コース)筑

波山～白雲橋コース 歩行約4

時間 ほか休憩、昼食時間)

●Bコース(白雲橋コース)筑波

山～御幸ヶ原コース 歩行約4

時間 ほか休憩、昼食時間)

●Cコース(ケープルカーを利用

し筑波山自然研究路を散策 歩

行約1時間30分 ほか休憩、昼

食時間)

●Dコース(地図と測量の科学

館)および「地質標本館」見学(所

要約3時間) *各コースとも

ホテルに帰着次第解散

申込み・問合せ

日本山岳会茨城支部事務局

西川元禧 〒30001235

茨城県牛久市刈谷町5丁目219

TEL 029-87227645

✉ nishiker@yhb.ne.jp

*親睦登山コース、お支払いなど

の詳細については茨城支部ホ

ムページをご覧ください。

◆第35回 図書交換会の出品図書募集について

図書委員会

本年度も図書交換会を年次晚餐

会の会場で開催します。本欄に眠

っている山岳書をお寄せください。

会場ご希望者に頒布します。

出品図書は8月末日までに、氏

名、会員番号を明記して「日本山岳

会・図書委員会」宛にお送りくだ

さい。頒布価格は図書委員会に一

任させていただきますが、頒布が

成立した場合は、価格の80%を出

品者にお返します。なお、原則

として出品点数は一人50点までと

し、当会の刊行物並びにガイドブ

ックと雑誌はお断わりします。

*問合せ 三好まき子

TEL 090-801918601

✉ 344mm@mbe.nifty.com

◆錦秋の尾瀬山行のご案内

山行委員会

秋のゴールデン・シーズンに錦秋の尾瀬と帝釈山を訪れます。宿泊は秘湯「湯の花温泉」です。健脚向きコースとのんびりコースをご用意しました。ふるってご参加ください。

日程 10月7日(土)～9日(月)

集合 東武日光駅7日10時45分

行程 7日東武日光駅―御池―沼山峠―尾瀬沼(長蔵小屋泊)

8日(健脚班・燧ヶ岳登山) (のんびり班・尾瀬沼周遊)―湯の花温泉 9日馬坂峠―帝釈山―田代山―猿倉―東武日光駅にて解散

参加費 3万7000円

申込み 山行委員・上村紀子

☎0901776013121

✉sanko@jac.or.jp

*傷害保険加入のため、性別・生年月日をお知らせください。参加者には詳細をご案内します。

◆山研運営委員会主催の企画

「秋の徳本峠越え」

山研運営委員会

ウォルター・ウェストンの足跡をたどり、島々谷から秋の徳本峠を

越えて上高地入ります(雨天決行)。

実施日 9月30日(土)～10月1日(日)

費用 8000円(傷害保険料含む)

定員 20名(先着順)

申込み 8月31日(木)までに安井康夫まで。

連絡先 ☎0901727017

753 ✉jac-sanken@jac.or.jp

*申込者に詳細案内を送ります。

◆撮影会の案内

アルパインフォトクラブ

当会では今秋、山研を利用して撮影会を行います。同時に初心者を対象にした会員・準会員参加の写真教室を企画しました。

日程 10月22日(日)～23日(月)

集合 22日午後3時 上高地・山

研

費用 8000円

定員 先着10名

参加希望者は住所、氏名、生年月日、会員番号、電話、携帯電話を明記して9月20日までに申込みください。

山本武志 ✉team@mva.biglobe.ne.jp

☎025818311756 (電話不可)

◆第5回中村好至恵山の絵展

日野春アルプ美術館

現場で描いた山の水彩画を中心に展示します。ハヶ岳方面の山行に併せて、どうぞ来館ください。

会期 9月9日(土)～10月9日(月)

10:00～16:00 火・水は原則休館ですが、お問合わせください。

会場 日野春アルプ美術館

☎055113216325

山梨県北杜市長坂町長坂下条134212

問合せ 中村好至恵

✉yamane.yokohama@icloud.com

◆杉山修 山の版画展

会場 モンベル東京京橋店2Fサ

ロン

日時 7月22日(土)～8月6日(日)

10:00～20:00

問合せ 杉山修 〒1101000

11東京都台東区三ノ輪1-

28116 ☎0313387

312290 / 0900154

4014552

✉sugiyama@osamuhanga.com

◆編集後記

●6月は福島と長野の山に行ってきました。福島は猪苗代湖東岸の額取山と吾妻連峰の一切経山です。一切経山は、文字どおり山頂に小さいの樹木がないため、遠く月山や蔵王連峰まで、すばらしい展望が待っていました。とりわけ眼下の五色沼は、梅雨の晴れ間の紺青の空を映して見事でした。

●長野の山は車坂峠から籠ノ登山を歩きました。山頂でのんびりお昼を楽しんでいると、西峰の方から聞き慣れた声が……。なんと、森武昭・前会長ご夫妻の一行でした。今話題の藤井聡太四段のコメントではないですが、思わぬ「僥倖」にびつくり。四季折々の自然との出会いがあり、こんな山上での邂逅があるから、「山」がやめられないんですね。(節田重節)

日本山岳会会報 山 866号

2017年(平成29年)7月20日発行
発行所 公益社団法人日本山岳会
〒102-0081
東京都千代田区四番町5-4
サンビューハイツ四番町
TEL 東京(03)3261-4433
FAX 東京(03)3261-4441
発行者 日本山岳会会長 小林政志
編集人 節田重節
E-メール:jac-kaiho@jac.or.jp
印刷 株式会社 双陽社