

発行者/杉田浩康 事務局/藤井伸 〒399-0711 塩尻市片丘5010-106
印刷所/双葉印刷有限会社 編集者/沼田陽子 〒397-0001 木曾郡木曾町福島5604-1
長野県山岳協会 HOMEPAGE URL <http://www.nmaj.org/>

酷暑の夏山登山教室

◆ 中信支部

支部長 栗原 久

中信支部の夏山登山教室は、「夏休み、親子でクライミング」を実施しました。夏休みに入っただけの七月三十日に朝七時から開催しました。参加者は八家族、子ども十二名、父母八名でした。スタッフは、センター職員二名、中信支部七名で運営しました。

準備運動を行ってから注意事項を伝え、いよいよクライミングのスタートです。子どもたちは、「登ったよカード」を持っていて、どんどんルートに挑戦



していきます。お父さんお母さんも果敢に挑戦しますが、子どもたちの軽快さにはついていきません。参加のみなさんが自分の目標達成目指して頑張って登っていました。ルートに十一回トライした子が三人いました。暑いなか、楽しみながら頑張りました。反省点を踏まえつつ、来年も教室を継続していきたいものです。

◆ 伊那支部

支部長 塩澤成人

伊那支部の夏山登山教室が七月二日(日)、伊那山の会事務所で、参加者七名、スタッフ五名で開



催されました。

参加者には日帰り登山に行く服装、持ち物で来ていただき、服装や持ち物、装備、行動食と非常食についてスタッフの経験を含め話し合いました。次に歩き方について、事務所内のクライミングボードや階段を使って登り下りなどの歩き方、ロープを張って鎖場に見立て、通過時の注意点を講習しました。また、クライミングボードを少し登ってみて、三点支持についても体験しました。地図読みについては、山と谷、等高線、磁北線などの基本的な部分と最近の地図アプリについても説明がありました。最後に、山での失敗談を含め実際の山での出来事や魅力についてフリートークキングをして終了しました。

◆ 諏訪支部

下諏訪山岳会 藤森千吹

三峰山に登りました。以下は児童の感想です

初めての山登り

川岸小学校3年 くわがわたかみつ
ぼくは、ママから「登山にいくよ」言われてどんなところなのかなど思いました。しゅう合場所までくねくね道で、きりが多かったです。トンネルもかま



ぼこ型でせまくてびっくりしました。道は少しぬれていたけど楽しかったです。初めて会ったおばちゃんの話しかけてくれました。草むらにはとんぼやバッタがたくさんいました。カとかアブにさされなくてよかったです。山のてっぺんはサイコーにすずしくて、大きな岩にねそべったら気持ちよかったです。行ってみたいから楽しかったです。

山のニュースは
信濃毎日新聞

信濃毎日新聞ご購入のお申込は ☎0120-81-4341 まで

県勢が活躍した北信越国体

成年女子・少年女子総合1位 鹿児島へ 少年女子監督 大西 浩
 少年男子も次へ繋がる健闘

七月二十九日(土)・三十日(日)に新潟市のクライミングジムCAMPAにおいて、第四十四回北信越国体スポーツクラ



イミング競技が開催された。

大会は猛暑の中で行われ、初日のボルダリング競技で少年男子は三完登二位と健闘。女子は少年女子の徳嵩選手、成年女子の中嶋選手がいずれも四完登、少年女子の佐藤選手が三完登の見事な登りを見せ、いずれも一位となった。

大会二日目のリードは、少年女子を皮切りに始まったが、全体の一発手でスタートした佐藤選手が、持ち前のダイナミックな登りで、いきなり完登にあと二手まで迫る素晴らしい登りを見せ、観客をうな

らせた。続く徳嵩選手は、粘りの登りでじわじわと高度を稼ぎ、佐藤選手を上回り、最終ホールドに手を伸ばしたところでフォール。あわや完登かと思わせるほど完璧なパフォーマンスを見せ、ワンツーフィニッシュ。少年男子は井出選手、野本選手ともに持てる力を発揮し、高みを目指したが、わずかな差で三位となった。最後に行われた成年女子では、三森選手が持ち前の粘りある登攀で気を吐くと、最終中嶋選手も健闘し、二日間わたる競技を終えた。

県勢の総合成績は、昨年の栃木国体入賞チームの貫禄を見せた成年女子、まだまだ伸びしろのある若さの少年女子

令和5年度 第35回北信越高等学校体育大会

大町岳陽高等学校 河竹康之

右記の大会が、(令和五年)六月十六日(金)から十八日(日)にかけて、福井県敦賀市にある西方が岳(七六四m)と蝶螺が岳(六八六m)一帯で行われました。長野県からは、男子が県ヶ丘高校と本校、女子が屋代高校と本校が出場しました。

一日目は開会式と設営、

知識審査を行い、二日目の日中に登山行動、そして夜は北信越各県の山岳部員達と交流会を行いました。部員達にとって特に印象に残っているのは、何と云っても海を見ながらの登山です。特に圧巻だったのは蝶螺が岳周辺です。眼下にコバルトブルーの海。そこに白い砂州を

広げて浮かんでいる水島。これらを見ながらの歩きには生徒達のテンションも最高潮でした。三年生はこの大会で引退ですが、最高の思い出になった大会でした。今回の大会を企画してくれた福井県高体連には本当に感謝です。ありがとうございました。

がいずれも総合一位、次へと繋がる頑張りを見せた少年男子が三位となり、チーム長野として立派な成績であった。この結果、少年男子は惜しくも鹿児島国体への出場を逃したが、無条件出場の成年男子に加え、成年女子、少年女子が十月八日から十日に行われる鹿児島国体への切符を手にした。

第44回 北信越国体 長野県選手団 成績

種別	ボルダリング	リード	総合	鹿児島国体出場
成年女子	1位	3位	1位	○
少年男子	2位	3位	3位	
少年女子	1位	1位	1位	○

第44回 北信越国体 長野県選手団

種別	選手	選手	監督	トレーナー
成年女子	三森 里子	中嶋 諒	橋詰 正興	服部 徹
少年男子	井出 有翔	野本 晃多	京谷 仁	小河内博貴
少年女子	佐藤 伊吹	徳嵩 悠乃	大西 浩	四方 佑紀

奥穂高・前穂高を全眺できる湯けむり館

中の湯温泉旅館



夏は焼岳、冬は上高地の基地として満喫して下さい。

スノーシューレンタル有
 松本市安曇中の湯
 TEL 0263-95-2407
 FAX 0263-95-2514

爺ヶ岳&鹿島槍ヶ岳
 北アルプス入門コースベストワン
 柏原新道で手に入れる大パノラマ
冷池山荘 一種池山荘 新越山荘
 連絡先 大町市平借馬5328
 TEL 0266112211 2663



http://www.nishiitoya.com E-mail info@nishiitoya.com



松本市上高地
 TEL 0263-95-2206
 冬期事務所 (11月中旬~4月中旬)
 松本市浅間温泉3-26-10
 TEL 0263-46-1358

涼を求めた夏山山行

ホワイトバーチ長野

■北海道旭岳〜トムラウシ縦走と十勝岳
8月9〜17日 7名

ホワイトバーチ長野創立四十周年記念山行。水問題、ヒグマ対策やトイレ事情に天候など、あれこれ対策を考え臨んだ山行に達成感を感じる事が出来た。



トムラウシ

駒峰山岳会

■大雪山、十勝岳、トムラウシ山、羊蹄山
7月5〜8日 3名

時期もよく、たくさんのお花畑に巡り合うことができた。天候には少し恵まれない場面もあったが雄大な北海道の大自然を堪能できた山行だった。



羊蹄山

ライフ&マウント

■御嶽山王滝川沢登り
8月9〜11日 4名

王滝川を五年ぶりに再訪した。アプローチの林道は一人がやっと歩ける程に藪化しており苦労する。王滝川に入渓すると、前と変わらぬ姿にほっとする。王滝川に二泊し原始のままの谷を堪能する。初日に小雨が降った以外は夕立もなく天気に恵まれた。た



王滝川

だ温暖化のせいか沢底は茶色のコケでヌメったところが多く、滑りやすかった。

伊那山の会

■西穂高岳
7月16日 3名

■会山行 天狗山
7月20日 6名

■谷川岳 8月5〜6日 3名

■西黒尾根
3名

■一の倉沢南稜
3名

終了点後の草付きが悪く核心部は南稜後の草付きだった。



一の倉沢南稜

■南アルプス全山縦走

■仙丈ヶ岳〜光岳〜深南部
8月9〜18日 1名

■夏合宿西駒ヶ岳 6コース
8月19〜20日 11名

船本マウンテンフィールド

■二子山スーパークヤン・中央稜



バットレス

7月15日 3名
開拓され間もないルートへ。時間が余ったのでついでの中央稜も登攀してきた。

■錫杖岳前衛壁 3ルンゼ
7月16日 2名

昼スタートでお手軽アルパインのつもりも、びちゃびちゃの厳しいコンディション。

■鷲羽岳〜水晶岳
7月15〜16日 2名

北アルプス深部に念願の縦走を果たせた。

■小川山烏帽子岩左稜線
7月17日 2名

マルチピッチクライミングのトレーニングでロングなマルルートを!

■北岳バットレス 下部フラック〜Dガリー奥壁継続
7月22〜23日 2名

昨年はピラミッドフェースに登ったので今年はこっち!

フリークライミング、アルパインの練習はもちろん登山、沢登り、レジャー、基礎体力向上にも! 初心者歓迎! 老若男女、誰でも楽しめます!

Climbing Center ARTWALL

平日 13:00~22:00 長野市真島町河合189-1
土 10:00~22:00 TEL 026-284-8136
日祝 10:00~20:00 URL http://artwall.jp

クライミング施設設計・施工、ホールド販売 etc. お気軽にご相談ください!

山とスキー専門店
プリンリン

松本市中央2-1-7-14
TEL・FAX 0263-333-3633
営業時間 11時〜18時30分
(日祝〜18時) 火・水曜定休

槍とともに100年

槍ヶ岳肩	槍ヶ岳山荘	槍 沢	槍沢ロッジ
直通 090-2641-1911		直通 0263-95-2626	
南 岳	南岳小屋	表銀座	大天井ヒュッテ
直通 090-4524-9448		直通 090-1401-7884	
岳 沢	岳沢小屋	槍ヶ岳山荘事務所	
直通 090-2546-2100		松本市理橋1-7-2	

■巻機山 米子沢

7月22〜23日 2名

楽しい沢泊のほずも焚き火
ができず、避難小屋泊へ…。

■黒部五郎〜薬師岳

7月22〜24日 3名

素敵な稜線歩きを楽しめた。

■笠ヶ岳周回

8月3日 2名

クリア谷〜笠ヶ岳〜弓折の
周回ロングコースをワンデー
で！

■岩倉川 樽ヶ沢

8月4日 4名

沢初体験向けのメンバーに
体験的な山行として…。

■北岳ハットレス

■第四根主稜

8月5〜6日 3名

新人向け山行で本格派アル
パインのバットレスへ！

■滝谷ドーム 中央稜線

8月5〜6日 2名

初めての滝谷は、まずはこ
こから！

■飯豊山縦走

8月4〜7日 2名

念願の飯豊山縦走を果たせ
た。

■錫杖岳前衛壁 1ルンゼ

8月11日 2名

錫杖初体験のメンバーの為
に、すっきりした1ルンゼに！

■蝶ヶ岳

8月11〜12日 2名

穂高の眺望がすばらしい蝶
ヶ岳へ、のんびりテント泊一
泊で！

■前穂高東壁 北条新村、北
壁〜Aフェース

8月13〜14日 2名

初日は奥又までアプローチ
して、そのまま北条新村、翌
日北壁〜Aフェースを登って
そのまま下山。



北条新村

■稲子岳 南壁左カント

8月16日 2名

新人向けの経験値UP山行！

飯田山岳会

■沢上谷

7月17日 3名

■阿弥陀南稜

7月23日 7名

七月例会山行で無名峰から
山頂まで無事通過。途中フイ
ックスロープを使った実践が
でき、スキルアップできた。



北 岳

中野山岳会

■白峰三山

7月31日〜8月3日 4名

長い行程だったが、無事に
帰ることができて良かった。
連日天気にも恵まれ大パノラマ
を見ながらの縦走、いろいろ



阿弥陀岳

■小川山ガマルート

7月26日 2名

■仙塩尾根

8月3〜6日 3名

な花も見る事ができてとても
良かった。その反面自分の体
力、技量に合った山行をしな
ければいけない事を学んだ。

国体スポーツクライミング
競技選手団への支援のお願い

長野県山岳協会

「特別国民体育大会 燃ゆ
る感動 鹿児島国体」が十月
八日から開催されます。
選手強化、本大会準備に多
大な努力と費用がかかってお
ります。

国体選手団へのカンパを、
皆様にお願いたします。

① 口数

* 加盟団体
一口三〇〇〇円で一口以上

* 個人

一口二〇〇〇円で一口以上

② 振込先

* 八十二銀行池田支店
普通口座

店番号…484

口座番号…277901

名義人…ナガノケンサン

ガクキョウカイ

③ その他

カンパをしていただく際に、
団体名や個人名が分かるよ
うにお願いいたします。

九月中にお願いできれば幸
いで。

アルピース
OUTDOOR SHOP



世界中のクライマーに支持
されているブランドです

長山協峰山岳会
久井田ひかりのお店

☎399-4117 駒ヶ根市赤穂4405-4
☎090-7181-6988

§ ホームページ



§ Facebook

§ Instagram



山の写真やコメント、ローカル情
報、協会情報の共有など、みんな
で創る楽しい Web ページを目指
します。協会員のみなさまの情報
提供をお待ちしています!!
投稿・お問合せはメールフォー
ムから

長野県山岳協会の
個人会員になりましょう

信州の山に登り、学び続ける。
安全で豊かで楽しい登山の実践
を目指し、一緒にしませんか。
各種特典もあります。詳しくは
ウェブページ「個人会員」から。

山と山は相隣りて美し
山と山は相隣りて美し

双葉印刷(有)

〒390-0007 松本市城東二二二一六
TEL (0263) 3322263
FAX (0263) 3367718