

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/>

長山協 山のセミナー報告

国際登山部長 中島 俊 弥



一月二十七日(土)、長山協「山のセミナー」があがたの森文化会館で開催され、三十人ほどの参加者が集まりました。

昨年は協会員による海外登山が少なく、海外登山報告は一本。「登山初級者が行く海外遠征」と題して、松本マウンテンフィールド会員、篠ノ井総合病院の渡辺大智氏より、同僚の方と二人(ともに研修医)で登ったカリマンジャロ登山の報告と、短

期で高山に登る場合の高山病リスクについて、過去の事故事例を挙げ医学的視点を踏まえて報告がありました。

医科学分野からは日本登山医学会認定国際山岳医師三浦裕氏より、「冬山と夏山の山岳診療所で経験した症例から学ぶこと」の講演がありました。赤岳鉱泉山岳診療所および蝶ヶ岳ボランティア診療所において診療に尽力された経験から、いくつもの事例を挙げて登山者に身近な凍傷や高山病の防ぎ方と初期対応について説明され、示唆に富む

内容でした。

遭難対策分野からは「雪が織りなす物語」と題して、信州大 学名誉教授、大町市立山岳博物館館長鈴木啓助氏より講演がありました。雪ができるまでの細かなメカニズムなどをあらためて学び、「雪は天から送られた手紙である」と言われる理由が分かる内容でした。また、日本は世界有数の豪雪地であること認識し、登山者は入山前数日の天候や気温の情報から表層雪崩の危険度を予測することが大切であるとお話でした。

ウィンターミーティング in ハケ岳

指導委員長 高橋 政男

九回目を迎えるウィンターミーティング in ハケ岳が二月十七日(十八日)にかけて赤岳鉱泉・行者小屋周辺で開催されました。



赤岳鉱泉の柳沢大貴氏のご理解を得て、行者小屋に二十五名の長野県山岳協会員が集うことが出来ました。初心者、指導者資



格取得希望者、上級者と各班に分かれ、取り組みました。交流会、研修会などの様子もコロナ禍以前に戻った感じを強く受けたところです。

私は指導者資格取得希望者への事前講習として、任意参加の初日はジョーゴ沢での雪上歩行の研修、二日目は阿弥陀北稜でロープを使用した登下降の研修に同行しました。

普段実践しているであろう雪上の歩行と、ロープを使った行動について、それぞれのレベルで、反復復習しながら指導者へ向けて研修が実施されました。

二日間、冬山にしては暖かすぎの感はありましたが、天候にも恵まれ、外での活動は充実したものでした。また、屋内での交流について一層充実した意思疎通、情報交換の場になったと思われま

山のニュースは
信濃毎日新聞

信濃毎日新聞ご購読のお申込は ☎0120-81-4341まで

ジュニア登山教室

ジュニア委員会 栗原久

二月三日(土)、「みんなで登ろう! 雪のたかがり山ハイク」を山岳総合センターとの共催で実施しました。

子ども四名、親四名、スタッフ四名の参加でした。NHKの取材もあり、賑やかなパーティーとなりました。

集合時間九時、初めの会を開き、自己紹介を行いました。大町市内の参加はありません

でしたが、伊那から参加された方もみえました。

子どもたちは交代で先頭を変わりつつパーティーをリードして行きます。途中センターの赤梅さんから動物の足跡などの説明があると、興味深そうにうなずいていました。

降雪の後、雨が降ったため、柔らかな雪道ではありませんが、みんなバランスよく登っ

ていきました。

十一時半位に鷹狩山山頂に着きました。天気は快晴、鹿島槍をはじめ、大町の山が一望です。好きな場所でお昼を食べて記念写真を撮りました。

下山は凍った道も難なく通過し、そり遊びをしながら登山口に帰着しました。

子どもたちも一緒に楽しかった様子で、「また一緒に登れたらいいね。」と終わりの会で話をしていたのが印象的でした。



台湾学生雪山研修会

登山部長 大西浩



二月十三日から十七日まで、台湾の国立政治大学山岳部のOB二人を含む学生ら八人(うち女性三人)が雪山研修のために来日した。当初は山岳センターへ受け入れの打診があったが、センターでは、日程的に主催事業との関係で受け入れられないということ

で、代わって国際委員会が受け入れ、中島俊弥国際登山委員長が内容を詰め、実施に至った。講師は中島、赤田幸久、大西浩が担当し、入山準備補助及び留守本部対応を西山均

が担当した。十三日は山岳総合センターで大西が「雪山に入山するための事前知識」「雪崩サーチ&リサーチ」について机上講習を行った後、夜遅くまで入山のための装備・食糧の準備を入念に行った。

研修は「雪を知り、親しみ、そのリスクを知る」というコンセプトのもと、八人を二班に分け、十四日から十六日まで鹿島槍スキー場上部黒沢尾根を会場に、雪質の観察、雪上生活技術、歩行技術(つば足・アイゼン・わかん)、ピッケルワーク、ロープワーク、危急時対策としてのシェルター作成、雪崩サーチ&レスキ

ューなどを行った。

入山初日の十四日は快晴で汗ばむほどだったが、十五日は曇天で午後からは雨。夜半からは前線の通過で強風となり、気温も一気に低下し、十六日の撤収・下山時は吹雪となった。冬山の様々な顔に触れることができたのもよい経験になった。参加者のうち四人は雪を見るのも初めてということだったが、皆雪に触れることを楽しみつつ研修に取り組んでいる姿が印象的だった。言葉の壁が越えて、国際交流の輪が広がるよい研修会だった。

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 | 種池山荘 | 新越山荘

連絡先 大町市平借馬5328
TEL 0266 112211 2663

上高地 西系屋 山荘

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

冬山山行記録

松本岳友会ライフ&マウント

■鉢盛山
1月13〜14日



初日は吹雪で、小鉢盛山の手前でテントを張りました。新年会を兼ね、久しぶりの冬山テント宴会はとても楽しくできました。

翌日は快晴でしたが、入山者は他に誰もなく、終始新雪ラッセルのため思った以上に時間がかかり、頂上への登りの手前で残念ながら下山しました。山歩きは十分楽しめました。
(小野文孝)

松本マウンテンファイールド

■甲斐駒ヶ岳、黄蓮谷左俣
1月11〜12日

アイスルートとしても人気の高い黄蓮谷へ、成人の日の連休に行ってきました。直前で積雪があったものの雪崩れるほどではなく、氷結状況も上々!

広大な黄蓮谷では、桁違いなスケールの氷瀑が次から次へと現れ、終始飽きることなく楽しく登ることができました。
(横澤 充)



諏訪山岳会

■広河原沢3ルンゼ
1月3日 内山、狭間



今シーズンは降雪が少ないので八ヶ岳なら尚更アプローチは楽だろうと油断していたが、沢には前日に降った乾いた雪が溜まっていて、膝下のラッセルに手こずった。

取付き付近の水はやや水分が多かったが、標高が上がると水も固くもろくなり、変化する水を快適に楽しめた。

伊那山の会

■槍ヶ岳

12月29日〜1月3日

加藤他1名

年末年始で槍ヶ岳に行ってきました。槍平小屋から取付くのではなく、中崎尾根末端から登りました。核心は千丈沢乗越に上がるころでしょうか。飛驒沢から登っている人は見かけましたが、同じルートを行く人とはすれ違いませんでした。長い尾根を登ることで、槍ヶ岳の大きさを肌で感じるこ

とができました。



飯田山岳会

■陣馬形山

1月8日

7名

澄んだ青空と輝く雪を冠した中央アルプス・南アルプスを眺めながらの陣馬形山例会

アルピース
OUTDOOR SHOP

MONTURA

世界中のクライマーに支持されているブランドです

長山協駒峰山岳会
久井田ひかりのお店

☎399-4117 駒ヶ根市赤穂4405-4
☎090-7181-6988

2023
リニューアル
オープン

CLIMBING CENTER
ART WALL

ボルダリングと
リードクライミングが
出来る施設
見学無料、体験の方も
随時受付中!

TEL 026-284-8136

山とスキー専門店
ブルリン

松本市中央2-7-14
TEL・FAX 0263-333-36633

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

山行は、山を楽しめる状態であること、一緒に歩ける山仲間がいること、身近にすばらしい展望の山があることの幸せを思いながらの一步一步でした。



東北信支部

■蟻の塔渡り

1月7日

3名

好天に恵まれ、八方睨まで辿り着くことができました。



蟻の塔渡り

ちよつこ先駆け

夏山登山教室のお知らせ

東北信支部 和田 司

参加費 五〇〇円

期日 令和六年六月八日(土)

申込

内容 雁田山七五九m (上高井郡)

メールでお願いします

座学 小布施町 四時間程度)

長野 代表 和田 司

募集 石井スポーツスタッフによる「安全登山の基礎知識」

締切日

五月二十四日(金)

小学四年以上 二十名

定員になり次第締切ります。



北信にある関田山脈の尾根を伝い、大河と火山が生み出した苗場山麓の大地を縫う信越トレイルは、第一セクションから第十セクションまで総延長一〇キロに及ぶロングトレイルです。出発点は、斑尾山山頂から黒岩山、仏ヶ峰、鍋倉山(写真)、黒倉山、関田峠、牧峠、伏野峠、野々海峠、天光山から里に降り一般道を歩き、森宮野原駅を通り結東温泉まで。結東温泉には映画の舞台にもなった中津川渓谷の観光名所、三倉橋があります。三倉橋は吊り橋になっており、渡る時はけっこう揺れるので注意。一般道を歩き大赤沢まで、途中から古道

牧之の古道に入り、小赤沢まで、苗場神社から苗場登山口一合目に入り最終目的地苗場山山頂まで、総延長一〇キロの道のりになります。一日セクション毎に分けて登るのがベストです。途中水場、テント場、トイレがありますが、場所によってはトイレ、水場がない場合がありますので確認をしてから登るのが良いと思います。詳しく知りたい方は、なるべく森の家にお聞き下さい。(電話番号〇二六九一六九二二八八八)

今年、関田山脈一帯に熊が多く出没しています。鈴や携帯ラジオなど、音が出るものを必ず身に着けることをおすすめします。尚、テント泊する場合には一人テントは避けた方が良くと思います。

東北信支部長 松山 武彦

お詫びと訂正

前二五一号の国体スポーツクライミング大会の記事で「野本」選手のお名前が「野中」になっており、大変失礼いたしました。ここにお詫びし、訂正させていただきます。

山の写真やコメント、ローカル情報、協会情報の共有など、みんなで作る楽しい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

ホームページ

Facebook

Instagram

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。

山と山は相連りて美し
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 (〇二六三) 三二二二二六三
FAX (〇二六三) 三六七一二二八