

# 月刊 岩小舎 5月号

## ■ 藤坂ロックガーデンを訪ねて

研究生: 山野昭人

「日本 100 岩場②(山と溪谷社)」にも“その他の岩場”の項で紹介されてはいるが、知名度はおそらく低いのではないだろうか。「藤坂ロックガーデン」、私自身も岩登りを始めて2年ほど経過したある日、無名山塾の草野講師から話を伺うまではその存在を知らずにいた。山塾の講習で利用できるかどうかの下見も兼ねて一度偵察に行こうという話がまとまり、4月中旬に工藤講師をはじめ有志で訪れることになった。

①アクセス: 齊藤氏(④参照)によれば、昔は葛生駅から歩いたとのこと。現在ではバスも通っているらしい。4km程度なので分乗すればタクシーでも良いだろう。一番便利なのは自家用車だ。東北道佐野ICから30分足らずだが、近年アウトレットやショッピングセンターのために新しい道ができたので迷いやすい。栃木ICからの方がわかりやすいかも知れない。どちらのルートもまず県道75号線を目指す。75号線に入ったら、佐野IC方面からは東北道をくぐる前の信号で左折、採石場につながる道に入って2つ目くらいの急カーブの左側に駐車場が現れる。つめて入れれば5~6台は駐車できる。栃木ICからは75号線に入ってから3回東北道をくぐった次の信号で右折すれば上記の道に入る。駐車場から山の方にゆるい坂道を登る事5~6分で「藤坂ロックガーデン」の看板が現れる。右上すると岩場の基部に到着する。アクセスは抜群だ。

②成り立ち: 今回の下見の過程で無名山塾として登録したが、登録すると詳細なルート図と藤坂ロックガーデンに関する資料をいただいた。資料と齊藤氏に直接伺った成り立ちは驚くべきものだった。1960年代、藤坂ロックガーデンは国内・国外の岩壁に挑むクライマーのトレーニングの場として盛んに使われていたが、1970年代半ばになると訪れる人も減り、荒れ放題となっていた。1990年代に入り一部のフリークライマーに登られたが、高さ20m幅20mの旧来の部

分に限られていた。ここからがすごい。1997年12月、齊藤氏は青春を賭けた岩場の変わり果てた姿にショックを受け再生を思い立ったのだ。2年半に渡り全ての休日・祝祭日を費やし岩を掘り出した。そればかりでなく旧来の岩場の左右に隠れていた岩まで露出させ、高さ60m、全幅90mの北関東最大のゲレンデを作り出したとのことである。オリジナルなルートに加え、500本以上のボルトを打ち込んで30余のルートも拓いた。こうして水場付きの駐車場、平らな取り付き部分、ルートの掲示、テーブル、椅子が完備されたこのゲレンデは、全て齊藤氏個人の努力で作上げられた。

③他の岩場との比較: 岩場の規模から言うと、最も近いのはつづら岩だろう。下見当日、一見した印象はつづら岩と似ているというものだった。特に基部の傾斜が緩く、上部が垂直に近いと

### 【今月の目次】

■ 藤坂ロックガーデンを訪ねて	1
■ 講習山行	
湯檜曾川周辺/雪山サバイバル	2
湯檜曾川周辺/雪上訓練	3
長峰峠~御嶽山	4
丹沢/鳥屋待沢	4
つづら岩	6
■ 自主山行	
二子山中央稜	7
上州武尊山/スノーシュー	8
八甲田山/山スキー	9
仙ノ倉北尾根~仙ノ倉山・平標山	10
日和田山	10
天覧山・日和田山	11
つづら岩	11
■ 今月のTIPS	6
■ 技術委員会企画 岩の技術確認会	12
■ こちら技術委員会	13
■ 編集室だより&会員一言集	15
■ 4月の山行一覧	16
■ 6月号の予定	16

いう形態が似ている。ルートはメインとなる西壁 30 ルート、南壁 5 ルート、北壁 8 ルートの計 47 ルートであり、つづら岩の 2 倍以上。マルチピッチのロングルートも多いが、下部と上部のルートをつなげば、数多くのマルチピッチのルートを作り出すことができる。下部には「アイゼンロック」がある。II～III 級程度であるが、アイゼンを装着した状態での岩登りの訓練には良いだろう。岩場全体としてアイゼン装着での登攀も許しているとのことだった。このアイゼンロックは傾斜も緩いので、日和田①で行う3点確保の確認にも利用できると思われる。プロテクションは、5.9 以上の難易度の高いルートはボルト主体である。特に墜落の可能性の高い核心部分はハンガーボルトが取り付けられている。ルートによってはハーケン主体のルートもあるので、ルート(プロテクションの強度)の判断とギアの使い分けが必要である。日和田やつづら岩と比べ唯一の弱点は岩の質で、上部は安定しているが、下部と中部がやや脆い傾向にある。3度しか訪れていないが、すでに浮いているホールドをいくつか経験した。その分実際のルートには近いとも言えるだろう。

④ 齊藤雅巳氏:1969 年ヨーロッパ3大北壁を目指し3人で日本を發った氏は、紆余曲折を経て登山史に残る偉業を達成した。グランドジョラス・ウォーカー稜の単独による世界第2登だ。氏

と話して判ったことだが、氏は筆者が通っていた館林第一小学校の校門前にあった文房具屋「勉強堂」のご主人だった。確か隣家が火事になったのをきっかけに店を移転したような記憶がある。卒業した中学校も同窓だ。我が故郷館林に登山史に名を残すクライマーがいたことは意外な発見だった。

三ツ峠に見られるような3P 以上のルートは無いが、駐車場からのアクセスの良さやルートの豊富さを考えると、三ツ峠に勝るとも劣らないゲレンデといえるだろう。アイゼンロック基部から登れば3P の登攀練習も可能だ。岩場全体がほぼ一望できるのも講習会向きなのではないだろうか。是非一度訪れることをお勧めする。団体登録料、個人登録料はそれぞれ年間1万円と千円だ。



## ■講習山行の記録

「」 4月3日(土) 「」

### 基本ステップ／湯檜曾川周辺 雪山サバイバル

「」

◆メンバー:金沢和則(講師)、工藤寿人(講師)、岩本一郎、宮下卓宏、伊藤幸雄、福田洋子、久野眞由美、阿出川忍、横川秀樹、山野昭人、田口浩昭、田中治男、小林幸恵、齊藤典子、山野美香

◆記録 : 田中治男

①ビーコンの操作の確認 ②搜索練習

③埋没体験・搬送練習 ④引き上げ練習

午前 10 時 30 分、土合駅前に集合。一の倉沢出合周辺にてトレーニング。搜索練習の前に①ビーコン操作の確認。個々のビーコンの特性を知り、ビーコンの示す方向と実際の方向との違い、電波誘導の特性の確認。受信、発信をと

り違い、常に誰かのビーコンがピーピー鳴って笑いを誘っていた。②③④では横川班、伊藤(幸)班に分かれて講習。②搜索練習では他の班の埋めたもの3つをビーコン、ゾンデ棒を使って搜索。両班とも埋没に苦心したものの意外に早く発見し、目標の15分は軽々クリアした。ゾンデ棒使用の際、ヒットしたらそれを抜かず別の

ゾンデ棒で確認すること。③埋没体験では、不安な気持ちの中埋没させられ、雪の想像以上の重さを実感した。呼吸が確保されていないと何分も持たない事が想像され、外部の声も聞こえにくい事もわかった。掘り出し後ツェルトを使用して搬送。④1/2や1/3での引き上げを雪上で確認。ピッケルを使って確保支点をセットした。一日の限られた時間の中で盛りだくさんの講習だったと思う。雪山では横着せず必ずビー

コンを使う。講習後半から天気予報どおり小雨混じりの雪となった。講習終了後は4つのテントに分宿したが、伊藤さんは果敢にもツェルトを使ってのビバーク体験。講習後の唯一の反省点はアルコール不足という事であった。

#### 【行程】

土合駅(10:30)～マチガ沢出合(12:00)～サバイバル訓練～(16:00)終了

「」 4月4日(日) 「」

### 基本ステップ／湯檜曾川周辺 雪上訓練

「」

◆メンバー：金沢和則(講師)、工藤寿人(講師)、岩本一郎、宮下卓宏、伊藤幸雄、福田洋子、久野真由美、阿出川忍、横川秀樹、山野昭人、田口浩昭、田中治男、小林幸恵、斉藤典子、山野美香、黒田記代、浅村和史、松本善行

◆記録：小林幸恵

3日の雪山サバイバルのトレーニング終了後、その場でテント泊となる。雪山でのテントの設営を教えていただく。テントの入り口は風向に対し直角の位置に向ける。ポールは雪につけないこと。近くに落ちていた枯れ木を適当な長さに折って、ペグ代わりにして雪の中に埋め足で踏みつけ固定する。ペグは十字形にするとより強力になる。夕飯後、工藤講師に、山での夕食のアイデア、工夫を御指導いただきました。この分野もなかなか奥が深いようです。

朝6時過ぎ、テント場を出発し、芝倉沢に移動。天気は雪でしたが、気温が高いのですぐ溶けて小雨と変わらず、ヤッケ代わりの雨具がだんだん濡れてくるのが気になりました。

芝倉沢の斜面でアイゼン歩きのトレーニング。金沢講師のこの雪質ではアイゼンがダンゴになるとの予測どおり、私のアイゼンは今までにない信じられないくらいの見事なダンゴでした。これでももしかして、アイゼンの雪よけの種類による違いもあるのでしょうか？ダンゴ防止に、スキー板

に使われるワックスを塗ってみたいのですが、何か不都合な事あるでしょうか？

その後、さらに奥に移動して、2班に分かれて、急斜面でピッケルワーク、ロープワークのトレーニングです。

まずは滑落停止。今までとは違い急斜面でのそれはなかなか怖いものがあります。滑落停止がもともと苦手な私は、結局ほとんど停止いたしませんでした。どうしよう。

さらに、スタンディングアックスビレーをしながらのダイナミックビレーのやり方やショートロープの方法。また、アンカーとして使うスノーバー(これって、見るの初めて!)、デッドマン(こっちはスポーツ店で見たことある)の使い方等、非常に盛り沢山でした。じっくり冬山の技術を教えていただいたという気がします。

#### 【行程】

テント場(6:30)～一ノ倉沢付近(8:30)～芝倉沢付近にて訓練(12:00)～土合駅(14:00)

「」 4月9日(金)～11日(日) 「」

### マスターステップ／長峰峠～御嶽山

「」

◆メンバー：田中良一(講師)、黒田記代、日浅尚子、阿出川忍

◆記録 :阿出川忍

御嶽山へ登るのに長峰峠から歩くという計画。地図を見たらすごく長い。一年に1パーティー入るか入らないかという。道なき道を行く為、雪が少なければ藪こぎが待っている。みんなで、雪のあることを願いつつ、木曾福島駅でステーションビバーク。

翌日、快晴。タクシーで長峰峠まで1時間。国道の脇から山道へ。雪はたっぷりありラッキー。どんどん林の中へ入って行く。途中、木に直径20cmくらいの穴が開いていたので、中を覗くとフクロウと目が合いました。毛がふわふわで目がまん丸でカワイイ。9時を過ぎた頃から気温の上昇と共に、雪に足がもぐり始める。急にズボッと落ちる。荷物が重いので、立ち直るのが大変です。あっちでも「キヤー」、こっちでも「ギヤー」、5、6歩ごとに落ちる。穴から出ようとして、又落ちる。ひどい時は腰まで落ちて中が空洞で、足が下に着いていない。助ける側も又もぐる。傾斜の少ない長い道のりをこんな事を続けながら、午後3時2070m地点まで上り、テントを張りました。当然ですが、みんなクタクタです。食事をし、中までビショ濡れになってしまった靴と一緒に早々とシュラフに潜り込みました。が、何回も穴に落ちる夢を見て、足がガクツとなったのは私だけでしょか？

雪が緩む前にと4時55分出発。今日も快晴。1時間半程キックステップで登ると、森林限界。目の前にテカテカに光る急斜面がバーンと現れ、圧倒される。ここでアイゼンを付けて、ルートを決め、慎重に登る。一步一步確実にアイゼンを利かせて登らなければ、滑り落ちてしまう。苦しくて、立ち止まって深呼吸したくても、斜度がきつくて儘ならない。こんな登りが2時間。やっと継子岳に到着。嬉しかった～。飛驒頂上・

摩利支天山・剣ヶ峰・継母岳・継母岳Ⅱ峰・王滝頂上と御嶽山は6つの峰を有する。上り下りを繰り返して、上を廻るだけで5時間かかりました。裾野も広いけど、上も広い立派な山です。又、御嶽山は山スキーヤーも多く、下りはスキーヤーの邪魔にならないように田の原まで下り、ゴンドラでおんたけスキー場へ下りました。ゴンドラは下りは無料でした。山中二泊の予定でしたが、頑張っって木曾福島まで戻り駅前の民宿に泊まり、朝一番で帰ってきました。

雪の状態がいろいろ変わり、苦労した山行でしたが、ルートファインディングや雪履歩き、アイゼンでの岩場通過など学ぶことの多い、いい山でした。来シーズンは、山スキーで行きたいと思っています。

【行程】

4月10日(土)

長峰峠 1350m(7:00)～テント場 2070m(15:00)

4月11日(日)

テント場(4:55)～森林限界(6:20)～継子岳(8:20)～摩利支天山(10:30)～剣ヶ峰(12:50)～九合目(13:30)～ゴンドラ乗り場(15:00)



「」 4月18日(日)「」

マスターステップ／丹沢・鳥屋待沢(右俣)

「」

◆メンバー:小林英男(講師)、向原侑希、伊藤幸雄、福田洋子、南谷やすえ、久野真由美、木之下悟、伊藤栄子、遠足1名

◆記録 :久野真由美

春の爽やかな晴天のもと、山塾本科講習の今年の「沢始め」となりました。沢が突き上げる

三峰山は標高が 1000m に満たないにも関わらず、その流程は意外と長く、滝・釜やゴルジュに富み、さらに遡行終盤の波乱(?)もあって、行動時間 9 時間の充実感あふれる「沢始め」でした。

谷太郎川鳥屋待沢出合の権現橋、車一台が通れる道幅ですが、橋の手前や林道ゲートの前など 3~4 台は駐車可能でした。ここで沢装備を整えている時に、早くもヒルを一匹発見!・・・う～ん、先々、沢山のヒルが「いらっしゃ～い。(桂三枝風に読んでください)」と待ち構えているのかなあ・・・と一抹の懸念を感じつつ、林道を辿りました。歩き始めたら、若芽の緑が眩しく、明るい谷が心地良く、すっかりヒルの事なんかすっ飛んでいってしまいましたが。30分弱、堰堤を越えたりしながら谷沿いの路を辿り、入渓。入渓してからもしばらくは緩やかな沢を、久し振りに履く沢靴の足裏感を確かめながら、少々慎重に歩きました。まだ遡行者を多く迎える時期には早い為か、岩はかなり苔でぬめっていました。若葉のこの時期、木々が鬱蒼と生い茂る夏とは違って、沢がとても開放的に明るく感じ新鮮でした。沢靴にも徐々に慣れ、程良く小滝が出てきて濡れる事も無く、最初の一本を立てるまでは、丁度良い「沢始め」ウォーミングアップでした。

序盤のウォーミングアップの後、さあ、いよいよこれから。沢がS字状に大きく屈曲すると、初めて 10m 大滝が出てきます。これは高巻きでした。踏み跡のある右岸を自然に巻きましたが、1996 年作成の遡行図では巻きは左岸となっていました。この後、二俣までの間や右俣に入ってから、ゴルジュが所々続きます。ゴルジュ内では、小滝が続きました。まだ水は冷たくて、好天といえども・小滝といえども、できれば濡れたくないなあ。最初は鶉の目鷹の目、濡れないルートを探りますが、ゴルジュ内では手が限られてしまい、面倒くさい! え～い! と水線突破。一度濡れてしまうと、気が楽になりますね。もっともこれは、「突撃隊長」の後に続いただけなんですけど・・・。

ゴルジュ帯では、小滝ながらも、へつつたり・突っ張ったり、ショルダー使ったり、凹面登攀、また短いながらもロープを出す状況も多々あって、昨年学んだ技術をいろいろ駆使・復習した感がありました。一冬を越えて遡行者がまだ稀

なのでしょう、滝場の岩のぬめり多く、また、岩が落ち着いていない為か、浮き石が多かったです。ガラッと落ちてくる石、ヘルメットの重要性を体感しました。また、高巻きもあまり踏まれていない分、やや不安定に感じました。

右俣のゴルジュ帯を抜けての終盤、そろそろ沢が枯れてきて稜線が近く見えるあたりで、Fさんと私が先行していました。私の遡行図(「東京周辺の沢」白山書房・遡行図 1996 年作成)では右岸から3本の枝沢が入っていて直進するのがルートでした。このガイドブックにも、「枝沢がいくつも入るが、本流を忠実に詰めて急斜面を一登りで頂上の右手に出る。」とありました。最後の枝沢との分岐で、Fさんが右岸に延びる枯れ沢を、「こっちの方がそれらしいかも。」と指摘しましたが、ひとまずガイドブックの記載とおりに直進しました。実は、これが間違い、というか、ここを遡行する人は最近はいないのだ、という事が、後になって身にしみてわかりました。

とにかくボロボロと滝場が崩壊するのです。古い残置ハーケンがあるので、かつてはルートだったのでしょうが、ホールドやスタンス、ガラガラと崩れます。また、側壁からの自然落石も何回か・・・I氏・K氏の絶妙なバランスによる突破のおかげで、沢を何とか抜ける事ができました。特に、最後の滝場ではどこもかしこもボロボロという状況で、わずかな弱点を突いての突破だったと思います。そのような沢の末端の詰め、これも、かなり不安定なガレ場・ザレ場。落とすたくなくても、ラクが多々。左手の細尾根に逃げる為に、急斜面をトラバースしましたが、ズルズル・ザクザクと崩れる斜面で、ここで滑落したらヤバイ! と少々冷や汗ものでした。尾根に逃げてからも、足元はザレていて不安定、立ち木も枯れたものが多くホールドとしては頼りなく、しばらく緊張が続きました。稜線直下になって、やっと足場が安定してきました。稜線に立ったのは、午後4時近くでした。

稜線で沢装備を解き、日も傾き、ハイカー達もすっかりいなくなった尾根路を下山。斜面のそこそこに、山桜が綺麗でした。

下山後の反省会で、小林講師曰く、「最後のルートの間違えたのは、途中で解っていた。自主などで、あんなに崩れる所に来たら、ルートの間違ったと考えて一度下降すべき。」「悪場に陥った場合に備えて、やはりハーケン・ハンマ

一は必須。」Fさんは、ルートが変っている事があるからと、2つの異なる遡行図を持って来ていました。沢は年々崩壊などによってルートが変り得る事、どんな状況になっても何とかできる・何とかする装備の必要性などを、改めて痛感しました。鳥屋待沢での「沢始め」、今年の復習はもとより、それ以上の経験ができ、内容の濃い「沢始め」であったと思います。

あっ、入渓する前のヒルへの懸念、沢中ではすっかり忘れてしまうくらい、奴らにはお目にかかりませんでした。稜線に上がって沢靴を脱い

だ時、ネオブレンソックスに頑張っ吸い付いていたのが一匹。一生懸命吸血しようとしたのでしょうが、残念ながらもネオブレンの厚さには勝てなかったようです。

### 【行程】

本厚木駅(8:00)(車)～鳥屋待沢出合(9:00)林道に入る～入渓(9:30)～二俣(12:30)～三峰山稜線(15:30)～煤ヶ谷(18:00)(車を回収)～(車)～本厚木(19:10)

## 今月の TIPS (No.2) ～8の字結び～

無名山塾の研究生 10人中、3人しかできなかったこと。それは何だと思いませんか。

その答の前に、山で使う代表的なロープの結び方を挙げてみましょう。まず、8の字結び。それにクロープ・ヒッチ(インク・ノット)。あとはガース・ヒッチとブルージック。とりあえず、これだけであれば初心者としては充分で、山塾の講習(基本ステップ)ではそれ以外はほとんど必要ありません。その中でも、8の字結びはハーネスとメインロープを連結する際にも使われ、おそらく最も重要、且つ、いろんな場面で役立つ結び方と言ってよいでしょう。

ところが、この基本中の基本がきれいにできる人は山塾にはほとんどいません。先日、天覧山で実施した技術委員会主催の「岩の技術研修会」では、ハーネスにメインロープを結ぶ際、完璧な8の字結びができたのは10人中3人だけでした。研究生以上を対象にしてこの状況ですから、本科生ではおそらくそれ以下でしょう。

8の字結びはきれいに結ばれることによって、初めてその真価が発揮される結び方です。ねじれや交差があればその部分で強度が低下しますし、また、一度強いテンションがかかると、ほどこきやすいはずの結び目は堅く締めりどうにもなりません。

8の字結びは奥の深い結び方です。ハーネスに連結する8の字(Figure-8 Follow-through)の他、ループを作ったり(Figure-8 on a Bight)、2本のロープを連結したり(8の字束ね結び)、中間者を連結したり(In-Line Figure-8)、8の字にもう半ひねりを加えて強度を増したり(Figure-9)、さらには、支点の構築やセルフビレーのセットで使うラビットノットなど様々なバリエーションがあります。

本科生の皆さんには、将来、8の字のバリエーションをいろいろ覚えて頂く上でも、まず基本の8の字でメインロープをハーネスにきれいに結べるようになってもらいたいと思います。自分の結び方が完璧かどうか、今度参加する講習会で、研究生にチェックしてもらおうことをすすめます。研究生の8の字結びは、天覧山以降、完璧になっていますよ。(研究生・横川)

「」 4月25日(日) 「」

## 基本ステップ／つづら岩

「」

- ◆メンバー：工藤寿人(講師)、阿出川忍、斉藤典子、黒田記代、田中治男、小林幸恵、南谷やすえ
- ◆記録：ぶひよ南谷

今年3月卒業し、研究生となったぶひよであったが、本当に今日は講習会で研究をした。今、講習会でやっていることはなるほどこういう意味

があるのかと、わかるようになってきた。自分としては岩をそれほどやっていたので、今年度はきちっとした安全第一の技術を身につけた

いというのが目標です。それにしてもこの山塾の講習会にくるとみんなのチャレンジ精神にははっぱをかけられます。どうも、岩は恐怖心があってリードではびびってしまう。結局、マルチピッチをやるに至らなかったがちょっと次の目標ができたようです。今年は自主で五日市・奥多摩の沢をたくさんいきたいと考えているので、そ

んな思いで岩のゲレンデに向かうつもりです。天気がよくて、気持ちのいい一日でした。

### 【行程】

千足駐車場(9:00)～つづら岩(10:30)～東面にてダブルロープでのリードクライミング(14:00)～南面にてマルチピッチクライミング(17:30)

## ■自主山行の記録

「」 4月10日(土) 「」

### 二子山中央稜

「」

◆メンバー:横川秀樹(L)、山野美香、山野昭人

◆記録 :山野昭人

道の駅秩父で待ち合わせ二子山に向かう。1時間ほどすると、二子山が正面に見えてくる。「今日はどの辺をのぼるのかな。」と期待と不安の入り混じった気分で眺める。駐車場につくと、好天であるにもかかわらず意外にも一番乗りだ。フリークライマーは早出はしないらしい。

3人のギアを集めればリードに充分となるようにクライミングギアの数を調節して出発。二子山登山口に踏み入る。10分程歩くと、股峠との分岐点に到着。下降路とは反対の方向に進む。5分ほどで中央稜の取り付けに到着した。前回は取り付けを間違い、懸垂下降して取り付けに戻ってから登り返したとの由。経験者が居ると居ないとでは大違いだ。ギアを制限できたのも、経験の成せる技なのだ納得した。

1～3P目、横川さんがリード。かなり垂直だ。1P目の取り付けから7mほど登った所で一步難しい所があり苦戦。たとえ突破しても、「横川さんに難しい所がはたしてわれわれに登れるのか」という疑問がふつふつと湧いてきた。4度目くらいのトライだっただろうか…うまく切り抜けたのを目にした時には、思わず喝采してしまった。後から思えばここが1P目の核心部で、全体(6P)を通して最も難しい一步に感じた。後ほど横川さんも「1P目で敗退かと思った」と漏らしていた。1P目最後は少々緊張を強いられる右へのトラバース。フレークをまたぐようにすると右側にフットホールドがあるのだそうだが、教えてもら

わなければ全く見えない。かくして両山野ともフレークを跨いだり、乗り越えたりして無事1P目終了。2P目は殆んど印象が無い。左のフェースから登ったと思われる。3P目の核心は何と言っても右上するクラックに沿った部分の上部だろう。前回の登攀では、I氏が残置のスリングを回収してしまったとの事だったが、ありがたい事に新たなスリングがかけられていた。もちろんこれを利用して乗り越えたが、乗り越えようとした瞬間に足が滑り、滑ったところにRCCボルトが出ていたので、これもこっそり利用した。2重のA0だ。3P目の後半から日が当たり始め、ポカポカ陽気の中の登攀になった。

4P目。山野(美)リード。核心は最後の垂壁の出口だが、このピッチは支点が少なくカム類をセットしながら核心に近づく。かぶり気味のフェイスを越えて草つきを登り終了点に到達した。登攀のグレードはIV-だがグレード以上の難度を感じるピッチだった。このピッチに限らず、中央稜のルートはクラックやフレークが多いので、カム類が効果的だと思った。

5～6P目。山野(昭)リード。クラックに沿って登りはじめ、現れたスラブを左にトラバース気味に登って何とか越え、凹角を右上する。あるはずの終了点が見出せないまま通り過ぎてしまった。右上ばかり見ていたがほんの少し左を見れば見出せたらしい。行過ぎたおかげでしっかりとした終了点は無かったが、安定した棚があっ

た。ハーケンが 2 本あったが同一のリズに打ち込まれていたもので、遠めのリングボルトと、岩にかけたスリングでバックアップを取りビレー点とした。6P目。最後の数歩で体が空中に出るが、問題なく終了。終了点が目に入った頃からなんとなく何かを忘れていたような気がしてくる。終了点にたどり着いて予感は的中。「ル、ルベルソが無い！」下の終了点に忘れてきたのだった。仕方なくハーフマストで 1 人ずつ確保。通常であれば忘れてきたことを反省するのだろうが、臨



機応変に対応できたと逆に自己満足に浸ったのだった。

最後の草付きを登って稜線に到着。終了点から 15 分ほどの二子山山頂には数多くのハイカーが集っているのが遠望できた。ここからは一般登山道を下るが、特に出だしはかなりの急下降で早く傾斜が緩くなるように祈りながら下山した。40 分ほどで駐車場に帰還した。天候に恵まれたせいもあるが、景色や高度感など、ゲレンデで V 級程度の登攀をこなせるパーティーにはお勧めのルートである。次回は下部 3P をリードで登りたい。

【行程】

道の 駅秩父(6:30)～二子山登山口駐車場(7:30)～二子山登山口(7:40)～股峠(7:48)～中央稜取り付き(8:00)～登攀開始(8:30)～1P目(8:40)～2P目(9:50)～3P目(10:30)～4P目(11:00)～西岳頂上(13:15)～駐車場(13:55)

「」 4 月 10 日(土) 「」

上州武尊山／スノーシュー登山

- ◆メンバー:伊藤幸雄(L)、伊藤栄子、田口浩昭
- ◆記録 :伊藤幸雄

昨年、スノーシューを購入したものの一度も使用する機会がなかったことから是が非でも今年使わなきゃという思いで武尊山登山を計画した。この我侘な夫婦の企画にやさしく参加してくれたのが田口ちゃんでした。本当はもう一人参加予定者がいたのだが寝坊の「今、起きちゃった」電話でキャンセル。夫婦の我侘企画にはやはり無理があったのでしょうか。

ルートは武尊牧場スキー場からあがって、三合平～非難小屋～中ノ岳～武尊山の往復、私にとっては久々の癒し系コースになるはずだった。

武尊牧場は、我々夫婦にとってとても思い出深いところで、毎年、家族スキーを楽しんだところだったので。多分、嫁さんや子供達のスキー基本はここで出来上がったと思う。今はボーダーの専用スキー場になったようでスキーヤーの姿は一人も見ることが出来ない。

スキー場のリフトに乗って三合平に着くとキャンプ場などが整備され、大きい無料休憩所があるのには時の流れを感じてしまった。

雪質はすっかり春の絞まった雪でツボ足でも問題なく歩ける状態であったが、意地でもスノーシューと思っている我々夫婦は、やっと思える喜びにワクワクしていた。

嫁さんは「TSL225」、私は「MSR」を足に着け準備完了。そんな我々を横目で見ながら田口殿はツボ足で登ることにした。

なだらかな樹林帯をのんびりと、春に向かう木の感触を味わいながら歩きつづけると、中ノ岳直下に着いた。そのころには初めてのスノーシューにも慣れてきたのだが、中ノ岳は急登でとてもそのままでは登れる状態ではなかった。

結局、スノーシューを外しツボ足でストックを突きながらキックステップで登った。

中ノ岳から武尊山まではちょっと嫌らしい細

い尾根を降り、約30分程度で頂上に着いた。そこは360度の展望で、日光白根、皇海山、谷川岳、平ヶ岳などの山々がよく見えた。頂上からみると前武尊に抜ける尾根は尖っていて人が歩いているようには見えなかったが、そこから武尊オリンピックスキー場に下りるのも面白いコースかもしれない。

12:40 頂上を後にして武尊牧場に向かう。下山はツボ足で結局、スノーシューは登りの一部しか使わない山行になってしまった。

登りで気持ち良く歩いたならかな樹林帯も、高度が稼げない分長い下山でちょっと飽きてしまうほどである。やっと、三合平のリフト前に着き、若いお兄さんに頼んで無料で下山リフトに乗せてもらった、軟弱な私達です。

#### 【行程】

武尊牧場スキー場(8:30)～中ノ岳(12:00)～武尊山(12:30)～武尊牧場スキー場(16:00)

「」 4月10日(土)～13日(火) 「」

### 八甲田山／山スキー登山

「」

◆メンバー:宮下裕史(L)、岩本一郎

◆記録 :岩本一郎

宮下氏は昔、八甲田を毎年訪れ山スキーのホームグラウンドとしていたそうだ。その頃を思い出しつつ、八甲田の峰々に登り、滑った。2日目に北八甲田の核心部、3日目に南八甲田の核心部を巡っている。

八甲田は、1. スキー向きの山容である。2. 積雪が充分にある。3. 危険箇所が少ない。4. 山麓を周回道路が通り安全かつ入下山に便利である。などにより、春の山スキーを気軽に楽しむには絶好の山城である。ほとんどのピークにスキーで登れ、ほぼ山頂から滑降できる。上部は適度な斜度、下部は緩斜面である。ロープウェイを利用しての主要なルートには竹ざおとプレートでルートが案内されているが、それにこだわらずとも自由に登降できる。

最も登山らしい3日目の櫛ガ峰を報告する。

登山口までのアプローチに不手際があり、出発が遅れた。傘松峠から広い尾根を登ってゆく。やがて尾根が一時的にはっきりし、急斜面が現れた。ここは右に回りこみながらジグザグに登り、以降は特に難所はナシ。再び広くなった緩やかな尾根を登り、駒ガ峯が目視できたので、駒ガ峯手前の鞍部目指して、やや右に進路をとる。有視界行動は気持ちがいい。駒ガ峯が次第に近づき、やがて白い斜面が眼前に現れ、広場のような鞍部に到着した。

白い斜面を直登し、駒ガ峯に登る。細長い峰

で表示もなくどこが山頂かわからない。ここからは櫛ガ峯手前の鞍部へ向けての下りのはずだが、途中小ピークがあるので、面倒なのでシールのままで行くことにした。下り気味に行くと、広い鞍部にでて目の前に櫛ガ峯の大斜面が迫った。上のほうは急そうである。正面から取付き適当なところで右の少々雪庇状になった尾根上に出てみることにした。

先ほどから北八甲田のピークに雲がかかっていたが、登っている途中で櫛ガ峯も雲がかかってしまい、山頂に到着する頃には、完全に霧の中になってしまった。霧の中三角点と山頂標識を確認。早く降りないとやっかいだとの思いで、すぐにシールをはずして、下りの準備をした。

霧の中を、忠実に戻る。いつでもガスの中はいやだが、駒ガ峯まで戻れば、方向を決めて道路に出るのは難しくなさそうではある。自分たちのトレースも明瞭だった。しばらく下るとガスの下にでて、ある程度視界がきいたが、ガスはじりじりと下がってきて、駒ガ峯に戻った頃にはそこもガスの中になってしまった。

駒ガ峯でシールをはずし、稜線の右をトラバース気味に進み猿倉岳を探す。このあたりは標高差があまりなくて、判断に難しいがスキー用標識の番号が目安になった。さらに地形的な特徴も確認した。猿倉岳から下り始める頃にはガスも切れてきて、高田大岳の山頂が雲の上に出

ていた。それを目印に下った。下るに従い方向を修正しつつ滑ってゆき、うまいこと猿倉温泉に到着した。

【行程】

4月10日 晴

八甲田ロープウェイ山頂駅(11:35)～(12:40)

前嶽(13:15)～銅像茶屋(13:35)

4月11日 晴

八甲田ロープウェイ山頂駅(9:15)～大岳北コ

ル～(10:50)大岳(11:10)～(12:00)小岳(12:20)～(13:30)高田大岳(14:10)～谷地温泉(14:50)

4月12日 晴のち霧

傘松峠(9:10)～(11:00)駒ガ峯～(12:00)櫛ガ峰(12:15)～(13:00)駒ガ峯(13:10)～(13:55)猿倉岳(14:15)～猿倉温泉(14:55)

4月13日 晴

八甲田ロープウェイ山頂駅(9:35)～(10:50)赤倉岳(11:15)～城ヶ倉(12:10)

「」 4月9日(金)～10日(土) 「」

仙ノ倉山北尾根より仙ノ倉山～平標山

「」

◆メンバー・記録:松本善行

【ポイント】

- 1. 群大山荘前の吊橋はワイヤーのみで、底は抜け落ちている。大股開きの体勢で、ワイヤーに左右それぞれ足をかけて渡る(今回最大の核心(笑))。渡渉する場合は残雪期で水量が多いため要注意。
- 2. シッケイノ頭手前の急斜面。雪庇に注意しつつ、二点確保を確実に。

【感想】

当初尾根上一泊の予定が、雪が締まって状態がよく、天気にも恵まれ、土曜のうちに下山できたのは幸運。

山行の動機は、3年前の講習のCUで、シッ

ケイノ頭手前で強風により敗退したことによるリベンジ。但し、その時は3月であり、ラッセルも適度に強いられたため、果たして今回はリベンジ成功と言えるかどうかは疑問。

今期は雪の量も少なく、GWのころにもなればおそらく藪がうるさそう。

【行程】

土樽駅(5:45)～群大山荘前吊橋(7:00)～小屋場ノ頭(8:20)～シッケイノ頭(10:20)～仙ノ倉山頂(11:15)～平標山(13:10)～元橋バス停(15:40)

「」 4月11日(日) 「」

日和田の岩場

「」

◆メンバー:福田洋子(L)、伊藤栄子、伊藤幸雄

◆記録 : 福田洋子

ぽかぽかの陽気に誘われて、巾着田駐車場はハイキングやキャンプの家族連れでいっぱい。川で遊ぶ子供達も歓声をあげて楽しそうじゃないですか。いいな～って、そう…来週には今年の沢始め、私も水で遊ぶのだ!!

でもその前には準備が必要、という事で岩の練習をせねばならん。なんたって滝やら高巻き

やらあるんですもの。苦手苦手とばかり言っちゃいけないのだ。今日の目標は「岩と仲良く」なんです。超～初心者みたいに一步一步の足の置き方、フリクションを確かめながら、「重心の移動は」、「次の手は」なんて練習は今更って皆さん思うでしょう。けど私は真剣です。頭で理解している事を感情にも(身体にも)理解させないと次

に踏み出せないんです。こんな練習に付き合ってくれた伊藤夫妻に感謝。  
「ありがと〜う!! 今日岩と仲良く出来たヨ」

【行程】

日和田の岩場・男岩にて(10:00/16:00)

「」 4月17日(土) 「」

天覧山・日和田山 RCT

- ◆メンバー:横川秀樹(L)、山野美香(SL)、田口浩昭、斉藤典子
- ◆記録 : 横川秀樹

朝7時半に飯能駅に集合。駅前でコンビニを探していると、取引先広告会社M社のS部長にバッタリと出会う。聞けば、私の上司である部長のHとこれからゴルフとのこと。

なんだか朝から仕事のことを思い出して、今ひとつ乗り切らない。

気を取り直して、天覧山下の能仁寺駐車場に車をおき出発。登山道を通ってとりあえず山頂を目指す、途中、ところどころ岩にボルトが打ってある。こんな登山道のすぐ脇でもクライミングをするのかあと、ちょっと感心しながら進んでいくとあつという間に山頂着。

そこで登攀具を身に付け、少し降りると目的地の天覧ハング。しかし、ちょっと難しそうなのと、きょうは、翌週(岩の技術研修会)の下見を兼ねているので、無理はせず、さらに下の易しそうな岩場で登ることにする。

ここは傾斜も緩く高さも10メートルほどなので、軽いウォーミングアップにはちょうどよい。本科の斉藤さんには、山野SLの指導でトップロープの支点の構築とリードの練習(トップロープ補助つき)をしてもらった。

2、3回登って、ロケーションなど回りの状況を確認して、日和田へと移動する。

いつもとは違い、浄水場側の駐車場に車を止め、そこから男岩女岩を目指す。ちょっとしたハ

イキングを楽しみながら到着。

去年の1月以来、1年3ヶ月ぶりに来たがここは相変わらず混んでいる。来た瞬間に帰りたくなるような惨状だ。前週行った藤坂ロックガーデンが恋しい。ロープがすだれ状に垂れ下がっている中、唯一誰も取り付いていない「リッジ」に登ることにする。私が登ったあと、途中のテラスでピッチを切って斉藤、田口両氏が登り、二人が着いたら、斉藤さんは私をビレーし、田口さんはラストの山野SLをビレーする。

登り終わったら、ちょうどステミングフェースのトップロープがなくなっていたので、我々はそこにロープを張らせてもらうことにした。

ステミングフェースとバルジを順番にトライし、次は左側のアンダーリングフェイス(?)、そして疲れた頃に、南面のルートも登ってみる。

夕方5時ごろ終了。

久しぶりに来た日和田で、それなりに楽しめたが、あれだけ混んでいるところに行くのは、ちょっとタメらってしまう・・・と改めて感じたのだった。

【行程】

飯能駅(7:30)～能仁寺駐車場(8:00)～天覧山(8:30)/(10:20)

日和田駐車場(10:40)～男岩女岩(11:10)/(17:00)終了

「」 4月25日(日) 「」

つづら岩 RCT

- ◆メンバー:横川秀樹(L)、田口浩昭、山野昭人、山野美香、伊藤幸雄、伊藤栄子
- ◆記録 : 田口浩昭

あ〜アプローチが長い。暑い。綾滝の水が少な〜い。以上、一言でした。と言う訳には、いかないネ・・・？

今日のパートナーは、やまちゃんですヨロシク。最初に癒し系のオケラルート。ここは最初が核心であとは快適洞窟探検だ。途中で他のグループと遭遇した。このルートを登っているのは僕達だけのはずなんだけど・・・？

三本目は一般ルートの右隣ルート(右クラック)を登ることにした。しかし、僕は途中で足を攣り手も攣ってしまった。トレーニング不足である。

途中でピッチを切って、2ピッチ目はやまちゃんにタッチした。登ろうとしたら後から来たグループが追い越して行った。ここで、約20分も待つことになった。

今日はずづら岩も混んでいたが、ベテランクライマーのマナーの悪さにはビックリです。

### 【行程】

千足駐車場(8:40)〜つづら岩(9:45)  
南面にてトレーニング(17:00)

## ■技術委員会企画

「」 4月24日(土) 「」

### 天覧山／岩の技術研修会

「」

- ◆メンバー：伊藤幸雄、金沢和則、久野眞由美、坂口理子(計測係)、沢口千鶴子、田口浩昭、福田洋子、山野昭人、山野美香(サブ)、横川秀樹(担当)、渡部吉実
- ◆記録：横川秀樹

去年の暮れだったか、本科終了を目前に控えた時期に、ふと『研究生の集い』なるものを年数回のペースで開催していったら良いのではないかと・・・、と思いついた。

これは、研究生(当時は22期生)の間でバラツキのある知識・技術レベルをある一定の水準に引き上げるとともに、あまり知られていないが役に立つテクニックを全員で共有することで、今後の自主山行や本科生の指導などに生かせると思ったからだ。

この提案に対しては思った以上に反響があり、賛否両論どちらもあつたが、その後、紆余曲折

を経て今回の技術委員会主催「岩の技術研修会」という形に落ち着いたのだった。

担当は言い出しっぺの私。これはしょうがないとして、その道連れに山野美香さんと坂口理子さんを指名。一応「両手に花？」の状態で、神聖なる研修会は始まったのだった・・・。

とはいっても、もともとは、どこかの居酒屋の座敷にロープの切れ端を持ち込んで、一杯飲みながら各自の秘技・秘術を公開して「へえ〜」なんて感じで盛り上がれたら楽しいなあ、という程度の考えしかなかっただけに、きちんとした研修会を実施するにはそれなりの準備期間が

## お知らせ

### 無名山塾・本科(登山学校)のご案内

無名山塾・本科は自立した登山者の育成を目的とし、2年間で岩・沢・雪の基礎的な技術(48単位)を取得して頂きます。入会申し込み、お問い合わせは、無名山塾事務局まで電話、FAX、ハガキ、Eメールで。

〒170-0005 東京都豊島区南大塚 1-39-2-1F

TEL:03-3941-3481(平日 10時-18時) FAX:03-3941-3482

メール:ZUA11617@nifty.com

入会金:10,000円、年会費:12,000円

山岳保険料:8,000円(4/1~3/31)

必要だった。

洋書の「Self-Rescue」、「Knots for climbers」、「MOUNTAINEERING The Freedom of the Hills」、和書では「最新クライミング技術」、「生と死の分岐点」、「ROCK&SNOW」誌のジャック中根氏の連載、それからペツル社のカタログなど、もう一度目を通し、それらの中から基本中の基本と思われる部分と安全性を高める上で重要な部分をピックアップして再構成し、10 ページほどの資料としてまとめたものを用意した。

当日の進行状況は下記のような流れ。

1. ロープの結び方、19 種類。  
(その長所と短所。使う場面)
2. 安全確認の原則「BARK」
3. さまざまな支点の構築。  
(その長所と短所。負荷、所要時間、墜落距離の計測)
4. 懸垂下降の手順

何だかこれだけ読むと、本科を修了したのに、また初心者に戻りたかのような内容に思えなくもないが、今回の目的は単純にして明快。

その壺 できていると思ってもできていないこと、忘れてしまったことの確認。(これは「今月のTIPS」に一例が載っています。6 頁参照)

その式 基本技術を、本科生に対してもポイントを押さえて教えられるようになること。言い換えると、理解度・習熟度をより深いレベルにまで到達させること。

その参 本番中、やり方の違いなどで戸惑ったり、時間のロスがないよう、方法・手順を合わせること。

さてさて、実際に行った具体的な中身ということ場で書くには、いささか無理があるというか、そこまでの筆力はないので、支点のパートでの実験結果についてのみ、14 頁にて掲載することにして、報告を終わりとさせていただきます。

\*\*\*\*\*

## ■こちら技術委員会～講師/金沢和則～

\*\*\*\*\*

< 短信 >

岩の技術確認研修会を実施した(研究生以上)。岩登りに関してロープの結び方など基本的な事項を中心にしたが、目からうろこ・・・いろいろな視点から検討でき充実した一日となった。今後の山塾においてもその結果が反映されると思う。これからもダブルロープを用いたクライミングでの注意点を検討するなど地道な活動を考えていきたいですね。

< ゲームの流れ >

流れといっても沢の話ではないし、前回に続いているサッカーの話でもない。

去年の暮れ仙丈岳東尾根に出かけたときの話。山塾という自主山行の企画。私がリーダーということで進行。メンバーは全員で8人と大所帯だがこれはこれで楽しい。二泊 & 予備日一日の計画。一泊目は予定した尾根取り付き近くまで入ることができ順調に進む。二日目が今回のメインともなる東尾根。これをどうクリアできるかがこの企画の重要なところ。

ところでこのときは、私と自主として一緒にいくのははじめてというメンバーが多い。山に対し

での考え方やリズムなど漠然としかわかっていないので一寸ナーバスなスタート(らしくない?! )。

ともかく二日目は朝から樹林の急斜面のラッセルとなった。雪は深くないけどね。なんとかかんとか標高 2700m。この辺りで泊まれたらなんて予定していたが、雪が少なく地形的に無理そう。「さてどうしようかな」「山頂越えないとテントを張るところがなさそうだし山頂まで頑張っちゃうか、でも時間的に微妙なところ」「少し不調で遅れているメンバーも出てきたし・・・このままズルズル進むと後半、夜間行動になったとき意識が統一されてないとみんなもっと疲れるかも」・・・で、ここで少々演出を・・・と「少し下ったところならテント張れるし・・・」消極的案を話す(そんなつもりはなかったけれど)。

『え～っ。それは疲れるよ、あした登りなおすなんて』と声に出す人、上に登ろうと行動する人、(しょうがないか)と思いつつも顔は上を向いている人・・・どうであれ、なんとか上まで頑張ってみたいというエネルギーは溢れていると見た。遅れたメンバーにも頑張れそうかと確認する。『ゆっくりでなら頑張れそう』との答え。別に脅して言わせたわけじゃない(笑)。目が死んでなかったのでフォローすればなんとかなる、20 時くらいま

でなら行動できると確信できた。そこでGO、あとは進むだけ。

ルートは痩せた尾根も現れ、気合いが入り楽しく！なり順調に進む。太陽が沈み薄暗くなり始めるころに、うまい具合に山頂直前でテント適地を発見、楽しい一日を締めくくれた・・・(10年ほど前にも同じ時期にきたが、そのときは山頂越えてから泊まったのでこんなところに適地があるとは予測していなかった、月夜の行動でもよかったけれど・・・適地があつてよかった)。えっ、ところで何が「ゲームの流れ」？流されてるだけで「なにも考えてないんじゃないの(S談)」

・・・そうともいえる・・・

イヤ、え～っと、流れを引き出すというか先を読んでの雰囲気づくり、意識してその気にさせる、流されているように見えても、ゲームの流れをつくる(エラソウ～)。いつも流れがうまくつくれるとは限らない、内心ドキドキも・・・。

ゲームづくりの面白さ、これも山の楽しさ。みんなでこんな雰囲気を楽しめるのが、とくに移動しながら連泊する縦走(一部バリエーションもはいる)形式の山。こんな山もいいですよ。二泊くらいでもいいし、これから今年の夏や秋に向けての計画、イメージできるといいですね。

・・・うん、かなり強引なまとめ(笑)。

## 岩の技術研修会 支点に関する測定結果報告

### ① セット、回収にかかる時間と、墜落距離

	支点の種類	セット時間(※1)	回収時間	墜落距離(※3)
3支点	固定分散	1分10秒	(※2)51秒	0cm
	流動分散	47秒	36秒	20cm
2支点	流動分散	20秒	29秒	60cm
	流動分散(片側に結び目を作る)	49秒	(※2)39秒	25cm
	固定分散	1分00秒	(※2)42秒	0cm
	流動分散(簡易式)	17秒	16秒	15cm
	流動分散(簡易式・カラビナ使用)	28秒	30秒	7cm
	流動分散(簡易式・ヌンチャク使用)	28秒	42秒	51cm

※1: セット、回収は、全て同一人物が通常のスピードで行った。

※2: 結び目は硬く締まっていない状態。テンションがかかると、さらに時間が掛かると思われる。

※3: 一つの支点が破壊されたときの墜落距離(120cmスリング使用。2支点間の距離は24cm。)

### ② 流動分散の支点間角度による負荷の変化(※4)

角度	支点A	支点B	AB平均(※5)	理論値
0度	50.0%	50.0%	50%	50%
30度	56.4%	48.7%	53%	52%
45度	65.0%	45.0%	55%	54%
60度	69.0%	47.6%	58%	58%
90度	75.6%	62.4%	69%	70%
120度	112.5%	100.0%	106%	100%

※4: 100の荷重をかけたとき、それぞれの支点A,Bに何%の負荷がかかったかを測定。

※5: 測定時に、AとBにかかった負荷に差が出たので、AとBの平均値を算出した。

### ③ 通常の流動分散、簡易式流動分散で支点に掛かる負荷の違い(※6)

	支点間角度	支点A	支点B	AB平均
流動分散	60度	62%	56%	59%
流動分散(簡易式・カラビナ使用)	40度	95%	63%	79%
流動分散(簡易式・ヌンチャク使用)	45度	77%	46%	61%

※6: 支点間の距離を30cmにセット。60cmスリングを使用して測定。

## ■□■□ 編集室だより ■□■□

紺碧の空、青葉をわたる爽やかな風・・雪山から新緑の山へと、心も山道具も衣替えの季節がやってきました。そして、いよいよ沢登りの記録が今月号から登場です。

戯れ、抱かれた冷たくも優しい雪が融け、もう1年の1/3が過ぎてしまいましたね。行きたい山、やりたいこと、考えているうちに時間だけが駆け足で過ぎていくような気がしてなりません。ゲーテの言葉にあるように、「急がず休まず」・・己のペースを保ちつつ、仲間と賑やかに、時にはややハードに、時には癒されに、山の懐に飛び込んでいきたい。そんなことを考えながら晩ご飯の献立に頭を悩ますこの頃です。(編集長)

～\*～\*～\* 5月の一言集 ～\*～\*～\*

◆御嶽山を長峰峠からぐるっと登りました。RF、急登、ロング縦走。登山力が試される最高のコースに大感激。(ひあさ)

◆雪訓で雪まみれとなりスタートした4月。雪への未練、まだ滑れるゲレンデでテレマークをしたかと思いきや、翌日は沢初め、そして岩。ああ・・、ちゃんぽん状態。ああ、忙しい。(久野)

◆閉所恐怖症なので、テント生活がとっても苦手。いつもなが～い夜をもてあましてる私。M下君、爆睡の方法教えてー。(阿出川)

◆月1回のバリエーションルート(岩、藪こぎ、沢、雪、なんでもあり)自主プラン。実現めざしてがんばるぞ。参加者大募集。(kuroda)

◆山道具が部屋中に散らばっている。スキーにピッケル、冬用登山靴、アイゼンなどなど。そして今月から沢道具が重なった・・片付かない月。(伊藤幸)

◆今年のG.Wは家で静かに過ごしていました。来年は、山の中で過ごしたいですネ・・・。(たぐち)

◆雪のバリエーション、ついにデビュー出来ました！また一歩、世界が広がりました。しばらくこの感激に浸っています。すご～く幸せ！(小林幸恵)

◆指力がほしい。(浅村)

◆時間に余裕があるから山に行くのか。仕事などで忙しいからこそ山に行くのか。山に行くエネルギーはどこから生まれてくるのだろう・・・何をいままら(笑)。(kanazawa)

◆今月は岩の技術研修会と藤坂ロックガーデンが二大収穫。藤坂は帰省の楽しみになりそう。6月・7月と出張続きで思うように山に行けそうにないので、イメージトレーニングに励みます。(山野昭)

◆雪訓、岩トレ、重荷を担ぎ雪山登山。慣れないことてんこ盛りです。あーだこーだとやって行こうっ！(斉藤)

◆憧れの雪倉岳大斜面を滑降できてしあわせ。でも顔面総日焼けでふしあわせ。(R子)

◆5月。気分はもう岩と沢。あつ、でも走つとかなきや。(横川)

◆水面に浮かぶ薄紅色の花びら、降りそそぐ春の日差し、良いつす「春の沢」。(FUKU)

### お知らせ

#### 原稿の宛先

月刊岩小舎の原稿は、下記までお願いします。

講習山行⇒山野美香

自主山行⇒福田洋子

同人便り⇒坂口理子

今月の一言⇒横川秀樹

メールアドレスがわからない場合は、sanjc2004@yahoop.co.jp までお問い合わせ下さい。

#### ◇YAMA ランダム◇

PETZL(ペツル)のカタログ 2004年版が充実しています。昨年より大判で、約200ページ。登攀の写真は魅力的ですし、巻末の「テクニカルページ」は危険な使い方を図解していてわかりやすい。登山用品店で無料でもらえます。池袋・コージツには山積み、池袋/秀山荘・カモシカスポーツでは聞くと出してくれました。ICI石井スポーツ登山本店には在庫なし(5月1日現在)。

(研究生 日浅)

## ■4月の山行一覧

	種類	場所	日程	メンバー	記録
1	講習	湯檜曾川周辺/雪山サバイバル	4/3	金沢,工藤,宮下,伊藤幸,福田,久野,阿出川,横川,山野昭,田口,田中,小林,斉藤,山野美,岩本,ゲスト1名	田中
2	講習	湯檜曾川周辺/雪上訓練	4/4	金沢,工藤,松本,宮下,伊藤幸,福田,久野,阿出川,横川,山野昭,田口,田中,小林,斉藤,山野美,黒田,浅村	小林
3	講習	長峰峠～御嶽	4/9-11	田中,日浅,黒田,阿出川	阿出川
4	自主	二子山中央稜	4/10	横川(L),山野昭,山野美	山野昭
5	自主	仙ノ倉山～平標山	4/9-10	松本	松本
6	自主	上州武尊山/スノーシュー	4/10	伊藤幸(L),伊藤栄,田口	伊藤幸
7	自主	八甲田山/山スキー	4/10-13	宮下裕(L),岩本	岩本
8	自主	藤坂ロックガーデン	4/11	工藤(L),横川,山野昭,田口,山野美	山野昭
9	自主	日和田山	4/11	福田(L),伊藤幸,伊藤栄	福田
10	自主	天覧山・日和田山	4/17	横川(L),田口,斉藤,山野	横川
11	講習	丹沢・鳥屋待沢	4/18	小林,向原,伊藤幸,福田,南谷,久野,木之下,伊藤栄,遠足1名	久野
12	講習	日和田②	4/24	岩崎,工藤,黒田,シニア1名,遠足4名	—
13	技委	天覧山/岩の技術研修会	4/25	横川(L),金沢,沢口,坂口,久野,渡部,伊藤幸,福田,田口,山野昭,山野美	横川
14	講習	つづら岩	4/25	工藤,南谷,田中,阿出川,斉藤,小林,黒田	南谷
15	自主	つづら岩	4/25	横川(L),伊藤幸,伊藤栄,田口,山野昭,山野美	田口

## 月刊 岩小舎 6月号の予定

(2004年6月15日発行)

### 【掲載予定】

#### □講習山行

八甲田山/山スキー  
白馬岳(杓子岳双子尾根)  
廻り目平/チェアキャンプ  
不動沢の岩場  
奥多摩/逆川  
鳥海山/山スキー  
日和田③

#### □自主山行

藤坂ロックガーデン  
雪倉岳/山スキー  
皇海山～日光白根山  
奥多摩耐久山行  
三ツ峠  
鷹ノ巣谷  
熊倉沢左保 **★原稿は6月5日締め切りです**

発行 無名山塾(埼玉県山岳連盟所属)

住所 東京都豊島区南大塚 1-39-2-1F

電話 03-3941-3481

FAX 03-3941-3482

HP <http://www.sanjc.com/>

編集長 山野美香

編集部 坂口理子

福田洋子

横川秀樹

□机上講座の予定(於:豊島区立勤労福祉会館、19:00～)

5月27日(木)「夏山サバイバルとセルブレスキュー」

6月24日(木)「ロープワーク」

7月22日(木)「テント山行の準備・パッキング・生活技術」