

# 月刊 岩小舎 1月号

## ■2005年 新年に寄せて

### 『未熟なままでいつまでも青春気分!!』

講師:工藤寿人

新年早々、「巻頭を飾るにふさわしい文章を」などとプレッシャーをかけられて頭が可笑しくなったのか、「四十にして惑わず、五十にして……」などと論語の一節が頭をよぎる。五十にして天命を知るか。孔子様ならいざ知らず、未熟な講師は、いつまでたっても成熟する事を知りません。

そんな自分にとって山登りは、未熟な心を映し出してくれるもの。それが、山登りの一番の魅力だと思っている。そして山スキーは、私が山と向き合っていくための大切な手だてという事になる。

山スキーの大好きな場面は、スキーを履いて雪深い黒木や、あるいはぶなの森にゆったりと分け入っていく時である。時には、恐れや不安な気持ちが頭を持ち上げてくる。が、そんな心の弱さに向き合えば心はいつしか、とても自由で解放された気分がいっぱいになるのです。

ところで、未熟であるという事は、別な見方をすれば発展途上にあるという事か。いつも可能性を信じて自分の山登りの可動域を少しでも広げたい。今年テレマークにチャレンジしたのも、守りに入るのではなく、可動域を広げるための試みです。

どうです。未熟もまんざら悪くないという気持ちになりませんか。無名山塾だって、まだまだ発展途上。みんなで可動域を広げ、山をおおいに遊び尽くしましょう。

### ◇本科24期生 紹介◇

尾久 一朗さん／東京都(11月入会)  
野中 達也さん／東京都(12月入会)

### 追記

ところで、最後に山行プランの提案。

1. 山スキーのテント泊山行(無理かなー)
2. 赤岩峠から八丁峠までの赤岩尾根の縦走は毎年の定番となっていますが、その反対方向、店丸山、帳付け山への縦走に魅力は感じませんか。さらに足を伸ばせば南天山への環状縦走ができそうですが。だれか、この指止まれ!!

### 【今月の目次】

■2005年 新年に寄せて 『未熟なままでいつまでも青春気分!!』	1
■今月の TIPS No.10 ~氷の登り方~	2
■講習山行	
丹沢・水無川／アイゼントレーニング	3
大倉尾根～塔ノ岳／ポッカ訓練	3
富士山／雪上訓練	4
神楽スキー場周辺／山スキー	5
■自主山行	
大倉尾根～塔ノ岳／ポッカ訓練	6
八ヶ岳・裏同心ルンゼ／ アイスクライミング	8
八ヶ岳・赤岳主稜	8
富士山登頂	9
前道志(山梨)・倉岳山／ ルートファインディング	10
鳳凰三山／テント縦走	11
北岳・池山吊尾根	12
■山の学習帳 No.8 ～日焼け止めクリーム その1～	13
■同人便り じん帯繁盛記 ~その5~	14
■こちら技術委員会 ~残された届け~	15
■編集室だより& 会員一言集~2005年の夢~	17
■12月の山行一覧・2月号の予定	18

## 今月の TIPS (No.10) ～氷の登り方～

山には「旬」というものがある・・・岩崎さんの言葉です。

では、1月の「旬」と言えば何でしょう。工藤講師なら山スキーとなるでしょうが、私の場合は、やはり「氷」、アイスクライミングです。山スキーは、5月ごろまで比較的長期間楽しめますが、「氷」の場合は1～2月(場所によっては3月)のごく短い期間しか楽しめません。

ですから、短期集中で取り組まなければなりません。

また、山塾でのアイス講習は年一回、入門編があるだけです。黄蓮谷などのクラシックルートを目指している人には、自主などでステップアップしていくべきかと思います。

さて、今回、お伝えするのは細かい技術ではありませんが、覚えておくべき基本的な事柄です。まず、傾斜による登り方の違いです。

- ①ゆるい傾斜は、アイゼンのフラットフットイングだけで登る。
- ②それより傾斜が強ければ、フラットフットイングとピッケルを杖にして登る。
- ③さらに傾斜が強ければ、シングルアックスで登る。
- ④それ以上の傾斜になれば、ダブルアックスで、正対で登る。
- ⑤さらに急(ほぼ垂直)の場合は、ダブルアックスでムーブを組み立てて登る。

①～⑤が、それぞれ何度ぐらいのことなのかは、実地で体験する必要がありますし、経験により多少の個人差はあるかもしれませんが、登り方は柔軟に変えられるようにしておくほうが有利です。(それぞれの具体的な登り方は、ここでは割愛)

そして、もう一つのポイントは、アックスやツァッケ(アイゼンの前爪)は、強く打ち込む必要はないということです。これは、特にセカンドで登る場合の基本です。リードで登る場合、墜落は絶対許されませんから、強く打ち込む必要がありますが、セカンドで登る場合は別です。トップがあけた穴を積極的に利用し、できる限り引っかける(フッキング)だけで登りましょう。慣れないうちは、不安もあるでしょうが、徐々に、落ちそうかどうかの判断がつくようになります。フッキングは、スピードアップのためにも有効な技術です。

もちろん、どうもフッキングの感触がイマイチだという場合もあるでしょう。そういうときは迷わず打ち込んでください。(そうしたときのためにも、強く打つ練習は必要です)

3月に、これらの基本的な事柄を実践する技術研修会(アイス講習受講済みの方を対象)を開く予定です。興味のある方はお問い合わせ下さい。

(研究生・横川)

### 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: [sanic@coffee.ocn.ne.jp](mailto:sanic@coffee.ocn.ne.jp)

入会金:10,000円、年会費:12,000円

山岳保険料:8,000円(4/1～3/31)

## ■講習山行の記録

「」 12月4日(土) 「」

### 基本ステップ／丹沢・水無川本谷 アイゼントレーニング

「」

- ◆メンバー：金沢和則(講師)、坂口理子、山野美香、阿出川忍、松永己幸、福島彰男  
◆記録：松永己幸

アイゼンを装着するという事が購入時を含めて2度目で、不安と期待が入り混じった気持ちでのアイゼン歩行。どのように歩けばよいか、どのようにアイゼンを効かせるかの講義の後実地トレーニングに入り、ぎこちなく歩き始める。

F2～F3間でコンティニューアスでの歩行を学習する。ロープで繋がれているし、アイゼンを付けているのでパートナーに怪我させてはと気になってしまい、歩きづらかった。

F3は初めて水無川本谷に来たとき落下した

トラバース気味の岩である。さてさてリベンジだ。岩に向って成長したよと言いたかった。

F5まであつという間に終了してしまい、アイゼントレがたどたどしいままであり物足りない感じがした。アイゼンを装着して歩くのは、もっともっと練習しなくてはなあと認識した。

#### 【工程】

戸沢キャンプ場(10:00)～F2 上部(12:00)～F5 上部(16:00)～戸沢キャンプ場(16:40)

「」 12月5日(日) 「」

### 基本ステップ／大倉尾根～塔ノ岳 ポッカ訓練

「」

- ◆メンバー：金沢和則(講師)、松本善行、岩本一郎、渡部吉実、小松清貴、伊藤幸雄、横川秀樹、山野昭人、山野美香、福田洋子、久野眞由美、伊藤由以、伊藤栄子、阿出川忍、黒田記代、斉藤典子、小林幸恵、田中治男、松永己幸、福島彰男  
◆記録：福田洋子

#### 技術委員会・負荷(ポッカ)訓練実行委員会(係?)

まずは、皆さんに御礼申し上げます。

2005年12月5日、夜半より早朝まで吹き荒れる暴風雨で、電車等交通機関がマヒした為来られない方が相次ぎ、一時はどうなるかと思いましたが、無事に尊仏山荘の預かり品(500kg)を荷揚げする事ができました。本当にありがとうございました。

思えば数ヶ月前の技術委員会、いつもの様に遅れて行ったら皆に満面の笑顔と拍手で迎えられて(む、な、何事…)と思ったら、「ポッカ係よろしく～」パチパチパチ……。 (シ、シ、シマッタ、そんな話が決まってしまうとは！！ガビ～ン！！) 「し、しょうがない引き受けるさ」とは言ったモノの何すんの～って感じ。

去年までは講師や事務所が連絡入れて本科

2年次生が前日から手伝う形だったようだけど、今年からは技術委員会が主体ってことだから…。そうか、連絡とか準備の段取りとかもしなくちゃいけないんじゃない。私のもっとも苦手とする、知らない相手に電話を入れるってのもあるよ。正直、困りました。

それでも従来の手はずや考えられること、やった事を羅列すると

- ①尊仏山荘に連絡を入れる(少なくとも一ヶ月前に、日時・荷揚げキロ数)
- ②前日より準備に当たれる人と車を募る(何人・何台?)
- ③大倉駐車場に連絡(1～2週間前位?)
- ④ふたたび尊仏山荘に連絡(前日の荷物引き受け時間の確認)
- ⑤手伝い、及び前泊者の食事の手配(これは何でもイッカ、飲ませれば良いだけ)

- ⑥ 荷物用のテントを事務所に借りて食事場所用のでっかいタープの手配(講師に借りる)
  - ⑦ 当日の係分け(荷物計り係・脱落者バックアップ係・集金係・タイム名簿のチェック)
- みんなの協力と応援があつて、なんとかかんとかなりました。前述もしましたが皆さん(研究生・本科生・講師・同人・遠足・シニアの方・そして大幅に遅れてもがんばって来て最後の荷物を担いでくれた、みどるの方)本当にありがとうございました。そんなこんなで自分は任務が重すぎたのか? 舞い上がりすぎたのか? 体調悪く、荷揚げ自体を免除させていただいてしまいました(ゴメンナサイ)。

デモね、そもそもボッカをこの時期にやる意味を自分なりに考えたならば、  
**【冬の装備は重たいぞ!! シェラフだって厳冬期用だしアイゼン、ピッケル、スコップ、ゾンデにビーコンだ。おまけにテントもフライは冬用に雪**

が付いて、バリエーションに行こうものならザイルにガチャ等々】

やっぱり身体を重い荷物に慣らしたり、どの位なら歩けるか体力を計っておくべきなんですよね。

今回は当日に参加出来なかったメンバーも個々に自主ボッカで頑張った報告を寄せてくれました。私自身も翌週に、大倉尾根のような登りのボッカとは行きませんが地元のサークル仲間との山行では一人だけボッカ装備(19kgだったのが途中の峠ですいとん粉 1kgに柚子を買ってしまった、合せて 20kg強)で行ってまいりました。本格的な雪は今年の冬は遅そうで富士山での雪訓ですら雪があるかどうか危ぶまれ(ホントに無かった!)ですが年末から年始にかけて、又 この冬の山行を安心安全に出来るよう、心構えと体調・体力をこの時期は整えておくようにしたいです。楽しみたいですもんネ。

「」 12月17日(土)~18日(日) 「」

### 基本ステップ／富士山・雪上訓練

- ◆メンバー: 工藤寿人(講師)、田口浩昭、山野昭人、福田洋子、山野美香、斉藤典子、阿出川忍  
田中治男、尾久一朗
- ◆記録 : 尾久一朗

夜 10 時半ごろ、吉田口馬返しに着いた私たちはテント泊組一同は、予想以上の暖かさに拍子抜けした。気温は 0℃そこそこ、ほとんど無風で防寒着を脱いでも寒くない。「明日は雪訓」という雰囲気がいまひとつ盛り上がってこなかった。

美しい冬の星空を堪能しつつ、手早くテントを設営し就寝。冬の富士山をなめてはいけないと、今回は-10℃対応のシェラフをもってきた。暖かいのを見越して薄着でもぐり込んだのだが、朝起きてびっくり。まるで子供のように全身から大汗をかいていた。シェラフは汗が結露してびしょびしょ。冬山の本番でやったらまずいなと思うほどだった。それほど暖かかったのだ。

午前 3 時、起床。相変わらず無風、快晴。各自手早く朝食を済ませ、テントを撤収。テント泊組以外のメンバーとも合流し、4時45分、馬返しを出発。ヘッドライトをたよりに5合目佐藤小屋を目指す。

今回が山塾の講習デビューの私は、最初か

ら経験不足に突き当たった。些細なことだがネックになったのが、子供から借りた登山ザック。予想外の暖かさで、防寒着の多くをザックにしまっておきたかったのだが、容量が小さくて入らず、着込むしかなかった。汗をかきすぎて、体温調整が滅茶苦茶になってしまった…。おまけに、この子供ザックにはピッケルがうまく固定できず、手に持つしかなかった。闇にまぎれていたからいいものの、暖かな山道を暑苦しいでたちで、ピッケルを片手に登る姿は、見てくれもよくなかったに違いない。

よりによって「子供用」をもってきたのは、参加要項の持ち物に「サブザック」と書いてあったからだった。本当は 20~30L程度の自分のザックをもってきたかったのだが、「これじゃ『サブ』じゃなくて、『メイン』だよな」などと変な気兼ねが生まれ、無理にサイズダウンしたのだった。来年以降の要項からは「サブ」という文字は消して、例えば「シェラフなど、登山口でしか使わない装

備はテントに置いていくから、ザックとは別に持ってきてもよい」などと、初参加の人にもイメージがつかみやすいようにして欲しいと思った。

日が昇り、明るくなった頃、休憩をとりながら自己紹介。研究生など数名は、中腹にテントを張り、明日、登頂を目指すという。かっこいい。

ここで、工藤講師より、歩き方の基本となる「静加重・静移動」を教わる。ポイントは、①踏み出す足をフラットに着地させる、②後ろの足を強く蹴らず、そっと持ち上げる、③歩幅を小さくして重心を滑らかに移動させていく、など。アイゼン歩行の基礎にもなるから、階段の登り降りなど日常生活でも練習するようにとのこと。以降、「静加重・静移動」の練習をしながら登っていく。どの程度できていたかは分からないが、地面に氷が張っていると思い、滑らないように足の真ん中に慎重に重心を移動していくイメージで練習してみた。

8時、佐藤小屋に着き、眺望が開ける。それまで、どこにも残雪がなかったので予期していたが、雪ははるか上、7～8合目まで行かないようだった。「これだけないのは山塾始まって以来だ」と言う。そんな年に雪訓デビューとはついていない…。

1時間弱、休憩して佐藤小屋を出発。結局、どこかに小さな雪渓が現れるのを期待して、上を目指すことになった。

途中で「耐風姿勢」の練習。風の弱い日だったが、時おり強い風が吹いてくるので、早速、試してみた。さらに、砂礫の急斜面を雪に見立てて「キックステップ」の練習。しかし雪と違い、足を蹴りこんでも足場がぼろぼろと崩れていくので、ピッケルで2点確保しても、バランスをとるのが難しい。指導する工藤講師も何度かバランスを崩し、「雪より難しい」と苦笑いしていた。

11時、まだ雪は現れない。これ以上登るとトレーニングの時間がなくなるとの判断で、6合目付近の砂礫の斜面でアイゼンを履き、トレーニングを開始した。新品のアイゼンにはかわいそうだったが、練習しないよりははまだ。

まずはピッケルの使い方。「持ち方には様々な流儀があるが、山塾流はブレードを前に右手でもつ。万一滑落した場合にすぐに停止姿勢に入れるから」との説明に納得した。

続いて、アイゼン。基本は「静加重・静移動」で、雪面に靴底をフラットに置き、爪を垂直に打ち込むこと。あと、転倒しないための重要な注意がいくつか。①後ろの足を雪面から向くときは引きずらず、真上にぬく、②爪を反対側の脚のスパッツなどにひっかけないように、2本のレールをイメージして足を動かしていく、③斜登降などで方向転換するときは、絶対に足を交差させない、など。

残念ながら滑落停止訓練はできず、工藤講師が石の上に寝そべり、「下半身から回転させて、胸の前で打ち込む」などとデモをするにとどまった。コツは分かったが、どこかで実践しておかなくてはと思った。

50分ほど練習をして、この日の講習は終わった。

暖冬のおおりで雪を踏むことはできなかったが、「悪条件でも臨機応変に考えれば様々なトレーニングができる」ということが印象に残った。(でも、来年はもっと雪ふってくれ～)

### 【行程】

富士吉田駅(22:00)→馬返し(22:30/翌 4:45)～5合目佐藤小屋(8:00/8:50)～6合目付近にてトレーニング(11:00/11:50)～馬返し(15:05)

「」 12月25日(土)～26日(日) 「」

## 応用ステップ／神楽スキー場周辺・山スキー

「」

- ◆メンバー：工藤寿人(講師)、福島彰男、シニア1名
- ◆記録：福島彰男

山スキー講習に初めて参加しました。今回は多分大勢の方が参加されるのではないかと思っていましたが、ビックリしました。なんと生徒は

2人です。工藤講師と私と末木さんだけです。私にとって、山スキーをいろいろ教えて頂くのにはこの上ない有難い講習会(個人指導)です。

天気予報では日本海側は雪、太平洋側は晴でしたので間違いなく湯沢は雪または雪雲だと思いやってきました。意外にも風もなく素晴らしい天気ではありませんか。信じられません。初滑りの日にこのような天気に恵まれ幸運です。

早速、10 時頃宿を出発、宿(ロッジやしろ)のご主人にゴンドラ乗場まで車で送ってもらい、一気にみつまたロープウェーとリフトを乗り継ぎ、さらに神楽ゴンドラで神楽山頂駅に。まずは足慣らしという事で軽く滑り出し、一気にリフト乗場までノンストップ。私は 30 年振りのスキー。昔慣らしたと言ってもいきなりではどうなるのか自分自身心配でしたがものの数分で何とかバランスが取れ転ぶことなく無事滑り降りることが出来ました。

暫くはリフト、ゴンドラを使いみつまたスキー場、田代スキー場で滑りまくりました。先頭は工藤講師、続くのは福島その後に末木さんです。本当に気持ちが良い。雪質は“かたくり粉”状の雪質で最高。素晴らしいゲレンデです。足慣らし後ドラゴンドラ(苗場まで 5481mで所要時間約 15 分、こんな長いゴンドラを良く作ったものだと驚く)で苗場に。苗場は雪質が悪く直ぐ又みつまたに戻りました。

午後からはいよいよ山スキー講習を。ゲレン

デから外れた所で適当の斜面を見つけそこでシールの貼り方、そしてシールをつけての歩行、歩行はスキー板を持ち上げずに前に滑らせながら歩くのがポイントと言われ、最初はなかなか慣れないが序々に慣れスムーズに。斜登高での登りそして方向転換はキックターン。特に直登でのシールの威力は凄い、かなりの斜度までいけました。又シールを付けての滑りなどマンツーマンで一通り教えて頂きました。

2 日目。天気は昨日と様変わり朝から雪。なんとなく滑りたくない。かなり降っています。気が重いけど仕方なく支度をして(若い時は雪が降ろうか雨が降ろうか関係なくとにかく滑りたい一心だった)昨日と同様宿のご主人にゴンドラ乗場まで送って頂く。

今日は工藤講師による基礎スキーのレッスン、主にショートターンの練習である。工藤講師の後に末木さんが滑る。その後福島が滑る。

2 日間殆ど休まず滑りまくった感じ。充分堪能したスキー山行でありました。シーハイル。

#### 【行程】

12 月 25 日 宿出発(10:00)～宿戻り(16:00)  
12 月 26 日 宿出発(8:00)～宿戻り(14:30)

## ■ 自主山行の記録

「」 12 月 1 日(水) 「」

### 大倉尾根～塔ノ岳ノボッカ訓練

「」

◆メンバー: 福島彰男(L)、伊藤由以

◆記録 : 伊藤由以

ボッカ前の足慣らしトレーニングに出かけた。12月に入ったというのに暖かい日だ。身支度を整え8時40分大倉を出発、各自のペースで尊仏山荘を目指す。

私は一年ぶりの大倉尾根登山だった。遠足倶楽部のお手伝いでいろいろな山を歩いているおかげか、20Kgという荷のせいかな、思った以上に快調に脚が進む。

舗装された道路を歩き、登山道へと向かう。出だしはなんと言うこともない、なだらかな山道。

見晴し茶屋を過ぎると、いよいよ岩がゴロゴロだったり、人が入りすぎてなのか気の毒にも無残に深くえぐられてしまったりの急坂で歩きにくい通称『馬鹿尾根』の始まりだ。

私は、駒止茶屋から堀山の家までの間の『水戸黄門』に出てきそうななだらかで広々している山道が好きだ。思わず歌なんか口ずさみ、足取りも軽くなってしまふ。しかし、堀山の家から花立山荘までは、ガラッと変わって気の遠くなるような、岩がゴロゴロした急坂と、歩きにくい何千段

(数えた人がいるそうだ)もの木の階段が続く。私の一番苦手な道の始まりなのだ。

いつも必ず堀山の家の前で、禪を締めなおしてから(実際には締めてはいないですよ!) 気合を入れて歩き出すのだ。『馬鹿尾根』というよりも『鬼尾根』と呼びたいと毎度思う。

でも、そんな道にも良いところはある。晴れている時には、丹沢の麓の町並や相模湾が一望。江ノ島だって大島だって見える。両側には富士山だって、箱根の山々だって、大山だって、丹沢の山並みだって見える。あの急坂は、実に眺めの良い場所なのだ。

天神尾根の分岐で、有名な「ボッカおじさん」と会った。短パン姿で惚れ惚れするようなたくましい脚を惜しげもなく披露しながら「今日は二度目のボッカだ」と笑顔でサラッと言う。後で聞いたのだが、15時から会社に行って仕事だった

そうだ。パワフル過ぎるう〜!!!

尊仏山荘で2時間たっぷり休み、13時45分下山開始。天狗のようなパワフル福島氏は、いつの間にか私の視界から消え、15時20分には大倉着だった。15分後、私が大倉に着いた時には、ジョッキを片手に余裕の笑顔で迎えてくれたっけ…ちなみに、福島氏は今年3度目のボッカだという。

既に、30Kgで2回ボッカ済。今日は私にあわせ25Kgにしてくれた。毎回時間も短縮だということからすごい!

年上の後輩には負けてはいられぬ、年下の先輩なのであった。

#### 【行程】

大倉～塔ノ岳

福島＝25Kg・4時間、伊藤＝20Kg・3時間10分

「」 12月4日(土) 「」

### 大倉尾根～塔ノ岳／ボッカ訓練

#### ◆メンバー・記録: 田口浩昭

大倉バス亭にマイカーで5時30分に到着、まだ周りは暗いので明るくなるまで待つことにしました。

今回は30kg負荷、水15kg、寝袋、ロープ60m、マット、1人用テント、ギア類、その他諸々です。

7時にスタート、天気は曇りとときどき日が差します。歩くペースは1時間ごとに休憩する事となるべくベンチの有るところで休むようにしました。それから、負荷での山道の歩き方など考えながら歩いていました。例えば、大股、小幅歩き、猫背、背筋を伸ばすなどをやりながら塔ノ岳山頂を目指しました。

花立を過ぎた付近で左足が2回ほど攣りそうになりましたが、どうにか無事に山頂に到着です。10時40分でした。水は尊仏山荘に卸しました。

帰りは寄り道をしながら、単独山行を楽しみながらの下山でした。

#### 【行程】

大倉バス停(7:00)～雑水場(7:45)～駒止茶屋(8:40)～花立(10:05)～尊仏山荘(10:40)～大倉バス停(14:30)

#### 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@yahoo.co.jp までお問い合わせ下さい。

「」 12月11日(土) 「」

### 八ヶ岳・裏同心ルンゼノアイスクライミング

「」

◆メンバー:横川秀樹(L)、伊藤幸雄

◆記録 :伊藤幸雄

8:00 美濃戸口集合、10:00赤岳鉱泉着。  
八ヶ岳には雪の気配がまったくない。  
今シーズン、一発目の足慣らしとして裏同心を選んだものの氷が付いているのか不安になる。  
10:40 赤岳鉱泉を出発し裏同心の出合に向かう。

11:15 裏同心出合着、うれしいことに F1 には氷がしっかりと張っていた。ルート集に書いてある通り、八ヶ岳で最も早く氷結するようだ。しかしシーズン始めの人気ルートでもあるためか混みあっているのは確かで我々の前にも 3 パーティも並んでいた。

11:50 横川リードで F1 スタート。久々のアイスで心地よい緊張感がはしる。

意外と氷は硬め、しかしアイゼンの食い込みが悪い。昨日研いでおけばよかったと悔やむ。15mぐらいの F1 を終了した段階で脹脛が張ってしまい、今日はリードは無理かなと自覚する。

F2 は約 50mでこのルートの中でも一番長い、角度も 70~80 度ぐらいであろう。これも横ちゃんにリード頼んじやった。ここは最後の落ち口が若干いやらしいので注意が必要。そんな中、フリー(ザイル無し)で登るパーティに追い抜かれてしまう。

その抜かれたことよりもフリー状態で登る姿を見て嫌な感じを受けてしまった。まー経験が違うということでしょうが短くても垂直に近い氷瀑をノーザイルでは出来ません。

F3 は 8mで約 70 度の階段状で登りやすい感じを受けた。このころになると太陽の日差しを

背中に浴び、気分も最高!

F4 はナメ状で角度もあまりないのでそのまま直登し最後の F5 に向かう。

F5 は 10mで 80 度ぐらいではあるが、このころになると氷も柔らかくなってきてアイスピトンの効きも悪くなってきた。そこは慎重に登る。右上には大同心の壁が大きく見えてきた。そして 14:15 終了。

帰りは大同心下の草付を右上して大同心稜に向かうが、これが意外と辛い。足が重く感じ息も荒くなってしまう。情けなー!

大同心稜を下り 16:00 赤岳鉱泉着。

この時期のアイスクライミングは暖かくてお勧めですよ..

#### 【行程】

美濃戸口(8:00)~車~美濃戸(8:15)~赤岳鉱泉(10:00)~赤岳鉱泉(10:30)~F1(11:15/11:50)~F5 終了(14:15)大同心稜(15:10)~赤岳鉱泉(16:00)



「」 12月12日(日) 「」

### 八ヶ岳・赤岳主稜

「」

◆メンバー:横川秀樹(L)、伊藤幸雄

◆記録 :横川秀樹



ちょっと前(本科生2年目頃?)は、憧れのルートでもあった赤岳主稜。今ではそんな憧れはなく、まあ問題なく行けるだろうなあというぐらいで、いきなり中山尾根じゃ「ナメテンのか?」と言われそうだから、いや、ちょっと不安だから、一応、その前のステップとして企画したというのがホンネのところか。

そうそう、ちょっと前の憧れルートとしては、赤岳主稜のほかに、剣岳のCフェース、穂高の滝谷ドーム中央稜と・・・、あと一箇所どこだっけ。一ノ倉の南稜かな。忘れてしまった。それにしても、本科2年目の頃、あの頃は、夢も希望もあったなあ・・・。アレ、まるで、今はないみたいだ。おっと、話が横道にそれた。

さて、赤岳鉱泉の朝食は朝6時。これを食べたからの出発なので、鉱泉を出たのは7時ちょっと前。あとで知ったことだが、主稜などバリエーションへ行くときは、朝飯は自前のパンなどを用意し、小屋のメシは食べないで早立ちをするのが正解らしい。

ということで、トラバース地点に着いた頃は、先行パーティがぎっしり詰まっていた。まあしょうがない。これも勉強だ。

我々の直前のパーティは7人。3人・2人・2人と3班体制で行くようだ。「どちらかの山岳会の方ですか」と聞いてみたら意外な返事。「いえ、ガイド登山を通じた知り合いとか、いろいろ・・・」「エエ〜ッ、やばそうな人たちですねえ、あなた方は。遭難おきたら絶対めめますよ!」なんて

口では言わないけど、どうもヘンな集団。

見たところ、最初の3人チームは、ザイルの処理でトラブっている様子。次の2人チームは落石を起こすし・・・。なってない!

やっ和我々も登攀開始。チムニーを速攻で駆け上がり、続く2ピッチ、3ピッチと進む間の待ち時間には、前の集団のシンガリを務めるオバサマと会話をしたりしつつ、とりあえず友好関係を築きあげる。

4ピッチ目からは緩斜面なので、ここで伊藤さんと相談。コンテで上部岩壁まで一気に進んで7人をゴボウ抜きすることに決めた。追い抜きざまに「すみません、先行きますんで」と一応ニコリ笑って、なるべく感じのいいパーティを演出したつもりだったが、どうだったろうか。

そんなこんなで、上の岩場も簡単に抜けると、また緩斜面になって、あと一息で頂上の小屋だ。天気も上々、風もそれほど強くなく、途中で伊藤さんがザックに落石を一発受けたが怪我もなく、無事終了。

雪の全くない赤岳主稜は、写真で見た雰囲気とずいぶん違っていたが、まずまず、快適に楽しめたと思う。

## 【行程】

赤岳鉱泉(6:50)~中山乗越(7:15)~行者小屋(7:30)~文三郎道トラバース地点(8:15/9:00)~登攀開始(9:50)~赤岳北峰頂上(12:15/12:40)~赤岳鉱泉(14:10/14:30)~美濃戸(15:40)

「」 12月18日(土)~19日(日)「」

## 富士山登頂

- ◆メンバー: 山野昭人(L)、福田洋子、山野美香
- ◆記録 : 山野美香

18日、雪の無いところでの雪訓(?)後に講習隊と別れて、6合目指導センターの建物とプレハブ小屋の絶妙な空間にテントを張る。今回ここを幕営地を選んだのは、昨年佐藤小屋幕営地で強風の為ほとんど睡眠がとれなかったことと、少しでも高度を稼いでおきたかったからだが、この判断は正解だったようだ。三方壁に囲まれて風対策はバッチリだった。とはいえここは富士

山の6合目、時折砂埃を伴う強風に見舞われテントの中にも体感温度はグングン低下、アルコールも無くなったので早々に就寝、明日に備えることにした。

明け方寝苦しくて目が醒めた。なんと暑いのだ。夜まで吹いていた風もやんで外に出ても寒さは感じない。気まぐれな富士山の天気迷惑されながら身支度を整え、講習組の金沢講師と

無線で交信後出発する。既に講習会と思われる10名前後のパーティが何組か登っていた。

ヘッドランプの明かりを頼りにザレ場を進むが雪は8合目まで皆無だった。ここでアイゼンを付け、斜面をジグザクに進み高度を上げていく。見上げれば山頂は意外と近く感じるが、「見えてから遠いんだよね」「本当にあれが山頂かな？」などと話しながら前進。

まだ若かりし頃、8合目で高山病の症状が出て辛い思いをしたことが頭をよぎるが、今回はその心配もないようだ、快調快調。

9合目を過ぎたあたりで山頂からガスが降り始めちょっと気持ちが重くなったが、暫く進むと少し先を行くパーティが無線で「只今山頂に到着」と交信している。それを聞いて小さくガッツポーズ。やはりそこが山頂なのだ。後続の二人に「もうすぐそこだよー」と声をかけ、ひと登りで石碑の立つ山頂に到着した。万歳！

早速無線機を取り出し交信を試みた。「金沢さん応答願います」「……」う～ん、残念。登頂の喜びを伝えなかったのに…。

気温がグングン下がり視界もあまり利かないので記念撮影後すぐに下山することにした。

山頂直下、凍っている雪面に左足を乗せた瞬間強風にあおられバランスを崩し滑落してしまった。即滑落停止を試みるも斜面が凍ってい

てはね返された。斜面が緩やかだったので加速こそしないもののそのまま流されていく。幸い距離的にそれ程離れていないところを登ってくるパーティに止めて頂いた。ラッキーな偶然が重なり事無きを得たが、ほぼ無風状態からの出発、高度を上げてからもそれほど強い風が吹くことがなかったのも風に対する気持ちが緩んでいたかもしれないこと、そして技術不足が浮き彫りとなり多に反省している。私の元に降りてきた時の二人の蒼白な顔を見て、心配をかけてしまっただけで申し訳ないと思っただけで済んだ。

その後慎重に下山を続け、8合目の小屋が見えてきたあたりで下から講習組の声。雪を求めてここまで登ってきたようだ。なんとか追いつこうと頑張るも、下りの早いことで有名な金沢講師に追いつくはずもない。テント撤収後は荷もグンと重くなり、講習組に会えることは諦めゆくりと下山、日没と同時に馬返しに到着した。

#### 【行程】

12月18日

6合目指導センターにて幕営

12月19日

出発(5:20)～7合目(7:00)～8合目(8:30)～9合目(10:00)～山頂(11:40)下山開始(11:50)～6合目(14:30/14:55)～馬返し(17:00)

「」 12月23日(木)「」

### 前道志(山梨)・倉岳山／ルートファインディング

「」

◆メンバー：松永己幸(L)、松本善行

◆記録：松永己幸

まず地図上で下調べを綿密に行う。現在地確認の為にチェックポイントを決める、上りNo.1～17、下りNo.18～27。どれだけチェックできるかを課題とする。

しかし計画したルートは一度20mほど下り、沢を越える。チェックポイントNo.5で計画断念、下るには厳しい斜面である。先日の埼玉県岳連リーダー会講習ビデオの様な事故にならないよう、回避することも大切！急遽尾根だけを進むルートに変更する。

こちらは随分立派な踏み後があり、P747を

越えたとトラロープまで設置してあり、一般道かと錯覚してしまうほどの状況であった。しかし踏み跡があるが無かるうが、“私のルートファインディング”が目的であるので、それを敢行すると自然と踏み跡が見えなくなる、不思議なものだ。

チェックポイントNo.14で当初のルートと合流し、チェックポイントを確認しながら山頂へ。山頂からは富士山がとてもよく見えるが、残念ながら今日も8合目以上でないと雪は見られない。

鳥屋山からは下りのチェックポイント、すべて確認するぞと意気込みスタートするが、No.19、

No.22 を見落とす。原因は下りの距離感覚が上りとは違うことを理解していないかったためであろう。下りでは特に支尾根に入り込んではいけなないので、支尾根の方向と進むべき方向の両方を測り確認しながら下る。高度計が少しずつ狂っているようだ。

途中、山座同定の復習とバックベアリングを行う。バックベアリングでは自分の位置をほぼ同定することができた。

反省として、自分の足場確保とコンパスと地図の事で頭が一杯になってしまい、周囲の状況や進む道の様子と形状を窺う余裕が無いので、経験を積むべきである。沢へ下ることは危険を

伴うことが多い。周囲の地形に気を配るべきである。一定時間の上りと下りの歩行距離を把握する(更に地図をみてコースタイムを計算できるようにトレーニングすることであった。

雪山や視界不良のルートファインディングでも落ち着いて同じように行わなくてはならないとアドバイスを受ける。でもほんの少しだけルートファインディングに自信がついた。

#### 【行程】

登山口(9:45)～倉岳山(12:10)～鳥屋山(14:00)～登山口(15:30)

「」 12月29日(水)～31日(金)「」

### 鳳凰三山／テント縦走

◆メンバー：黒田記代(L)、阿出川忍

◆記録：黒田記代

1日目 甲府駅 6:50 集合、タクシーで夜叉神峠登山口に向う。今年は雪が少ない。ところどころ土が見えていた。曇り空で雪が時々ちらつく中出発。夜叉神峠までの登りは暑くて一汗かく。南御室小屋のテント場までゆっくり歩いて、予定通りの時間に到着。

2日目 夜降った雪でトレースなし。私たちが出発しても後から誰も登ってこず、雪が少ないのでラッセルとまでは行かないが、トレースのない登りを薬師小屋までがんばる。ここまでは、樹林帯の登りで、風に吹かれる事がなかったが、薬師小屋から先は稜線に出るし、風も出てきたので小屋の前でアイゼンを装着。

薬師岳手前から風がものすごく強くなってきて、普通に歩けない。耐風姿勢をとりながらがんばって観音岳まで行く。晴れていて周りの山々は良く見える。ますます風は強くなるばかりで、目出帽から出ているまぶたが痛い。耐風姿勢をとりながら少しずつ歩を進める。快晴のうえ雪が少ないので、赤丸印がぼんやり見えていた。ルートファインディングの心配はなかった。ただただ風が強くて、風を避けるため前を見ていられないときもあった。やがてオベリスクが見えて来た。もう少しがんばれば地蔵岳に行けるし、

稜線歩きも終わり風がなくなる地帯になるので、風に耐えて耐えて歩を進めた。ついに鳳凰小屋にたどり着く事が出来た。

鳳凰小屋 12:35 着で、御座石鉱泉まで下山できる時間で迷ったが、無理はしないで鳳凰小屋テント泊に決めた。小屋番の人と話をしていた「無名山塾会員で岩崎先生が宜しく言っていました」なんて話していたら「そう言われたらしかたないな～、テント泊代でいいから小屋の中で寝なさい」という話になり、コタツに入れてもらって小屋番の人と山のはなしで盛り上がってしまった。

この日、薬師小屋から来るはずの3名は来ずじまいで、今朝、鳳凰小屋から薬師岳に向うグループは地蔵岳で引返して下山したとの事。結局この日観音岳から地蔵岳の稜線を歩いたのは私たち2名だけ。小屋番もほめてくれたが、無謀と思われたか？小屋番の人によると今日の風は強い方だとか。どうせ誰も来ないだろうから話し相手にと小屋に泊めてくれたのかしらネ。小屋の中とは言え寒い。外よりはましなのか。

3日目 御座石鉱泉へ下山。半分降った辺りから雪がちらつき始め、御座石鉱泉に着いた時には本格的に降り始めた。タクシーを呼んでも

らったが、雪のため為なかなか登って来れずで、2 時間タクシー待ちになってしまった。この日は東京でも雪。

【行程】

12月29日

夜叉神登山口(8:04)～夜叉神峠(9:25)～南御室小屋テン場(14:30)

12月30日

南御室小屋テン場(6:30)～薬師小屋(8:15/8:40)～薬師岳(8:57)～観音岳(9:44)～地藏岳(12:00)～鳳凰小屋(12:35)

12月31日

鳳凰小屋(6:00)～燕頭山(7:52)～御座石鉱泉(10:14)

「」 12月29日(水)～31日(金)「」

北岳・池山吊尾根

◆メンバー:金沢和則(L)、坂口理子、横川秀樹

◆記録 :横川秀樹

「うっ、滑る。ヤバイ。アイゼンが欲しい。アイゼンは・・・、ザックの中か・・・。あぁっ、ピックが抜ける・・・。お、落ちそうだぁぁ・・・」

あたりは暗い。静けさの中に規則的な寝息だけが聞こえてくる。

「夢か。それにしても昨日はなかなか大変だった・・・。ん、え～っと、今4時36分!?!。わっ、寝坊だぁ。き、起床～っ!」

初日の池山御池までの道は、急な下りと急な登り、ほかにも微妙なバランスが要求される箇所が多く、それがうっすらと雪をかぶって滑り易くなったものだから冷や汗をたっぷりとかかされる一日となった。まあ、何はともあれ無事に BC 予定地に到着し、二日目のきょうはいよいよアタック日。行動時間は 11 時間の予定なので、寝坊はかなりの痛手になりかねないところだったが、幸い数分で飛び起きた。天気はよさそうだ。



6 時 30 分出発。急登から樹林帯を過ぎると広々とした稜線歩きになり気持ちがいい。ポーコン沢の頭に立つと、目の前に雪をかぶって真っ白になったバットレスが人を寄せ付けないような威圧感で迫ってくる。

ほどなくして、きょうの核心部、八本歯にさしかかると、10 人ほどが順番待ちをしている。どうやらロープを出しているパーティがいるようだ。我々も念のため、待っている間にハーネスを装着した。急な岩場の下りだが、実際にどうなっているのかは降り口から見下ろしてみないとわからない。トップの金沢さんが下を覗き込む。まあ何とかなりそうということで残置スリングなどを頼りに一歩ずつ降りていく。3 人ともコルに降り立って一安心。

あとは、一歩一歩高度を稼いでいき午後 1 時過ぎに山頂へ。日本第二位の高峰から、第一位の富士山が良く見える。しかし、風が強いのですぐに下山開始。八本歯の登り返しは、下りで感じたほどは悪くはなかった。

3 日目の下山日はまた雪。この日は東京でも積雪を記録したぐらいなので、ザックなど真っ白になりながら車にたどり着いた。そこには、今回の山行にケガで参加できなくなった山野美香さんからコーヒーとみかんの差し入れが 3 人分置いてあった。感謝。

【行程】

12月29日

夜叉神の森(7:30)～鷲住山入口(9:00)～発電所上の林道(10:30)～あるき沢橋登山口(11:15)～池山御池(14:45)

12月30日

池山御池(6:30)～ボーコン沢の頭(10:00)～北岳(13:15/13:20)～ボーコン沢の頭(15:20)～池山御池(17:15)

12月31日

池山御池(6:30)～夜叉神の森(12:20)

## お知らせ

### メーリングリストのご紹介

無名山塾の本科、研究生、同人、講師の連絡用に sanjc2004 メーリングリストが運営されています。現在、本科生 13 人、研究生 12 人、同人 4 人、講師 2 人が登録しています。登録がまだお済みでない方は是非登録の申し込みを下記アドレスまでお願いします。

sanjc2004@yahoo.co.jp

## ◆◆◆ 山の学習帳 No.8 ◆◆◆

### 【日焼け止めクリーム その 1】

真夏の山、快晴の雪山、両者に共通した問題に日焼けがあります。特に日焼けを気にする傾向の強い女性には日焼け止め対策として日焼け止めクリームは必需品でしょう。今回は日焼け止めクリームについて考察します。

**何がはいつているの？**：日焼け止めクリームの主成分は酸化亜鉛と酸化チタンです。酸化亜鉛はとても生活に密着した化合物で化学式は  $ZnO$ 、白色顔料として化粧品やペンキに入っています。そう、女性が毎朝顔に塗っているファンデーションにも入っています。酸化チタンの「チタン(Ti)」はチタン製のコッヘルでもなじみがありますよね。そのチタンと酸素が結びついた酸化チタン、化学式  $TiO_2$  も酸化亜鉛と同様、白色顔料として用いられています。白いペンキがすぐに黄色くなったりしないことからわかるように、酸化亜鉛や酸化チタンは紫外線を含む太陽光にたいしてもとても安定な物質で、だから肌にも無害なわけです。酸化亜鉛と酸化チタンの混合物を適当な溶媒に分散すれば日焼け止めクリームになりますが、これだけでは市販品にはなりません。酸化亜鉛も酸化チタンも、単体では白い粉末で、通常 0.1 ミクロン程度の粒

の大きさを持っています。「白色顔料」としての役割はこの粒径で果たせますが、日焼け止めクリームに用いる場合には、粒径を 0.02 ミクロンにします。こうすると可視光はさえぎらずに紫外線のみを遮蔽することができるからです。つまりおしろいのように顔を真っ白にすることなしに日焼けから肌を守ることができるのです。逆に厚化粧にすれば日焼け止めクリームはいらないのかも。さて、市販品にはさらに工夫が施されている物もあります。超微粒子の酸化亜鉛と酸化チタンをシリカでコーティングするのです。シリカでコーティングすると使用感、いわゆる伸びや透明感が上がり、酸化亜鉛や酸化チタンの安定性が向上するとか。余談ですがシリカ( $SiO_2$ )は地殻(土)の主成分で、化粧品のファンデーションの主成分でもあります。アマゾン原住民が顔に土を塗っているのを隔世の出来事と思っているあなた、実はあなたも毎朝同様の行為をしているのです。さて以上をまとめると、日焼け止めクリームの主成分は、シリカコートされた超微粒子の酸化亜鉛と酸化チタンということになります。次回からは酸化チタンの多形、酸化チタンと酸化亜鉛を混ぜる理由、市販品の混合比の調べ方、SPF(Sun Protection Factor)値について紹介します。

(研究生・山野)

\*\*\*\*\*

## ■ 同人便り ～矢田 実～

\*\*\*\*\*

### 【じん帯繁盛記 その5】

「再建手術とは？」

「え？え！つながないんですか・・・？」「ええ、ACL(前十字靭帯)の再建手術は、自家腱移植を行います。」「ジ・カケンイショ・・・ですか・・・」聞き慣れぬ言葉にびびる小生。「具体的には、自分の体のある一部の腱をもってきて、本来の前十字靭帯付着部に膝下の脛骨と上骨の大腿骨から骨にトンネルを掘り、そのトンネルの中にとってきた腱を束にして通し、ピンと張った状態で両側を金属などで固定します。」「医学書の図を示しながら淡々と説明するY先生。学生たちの視線が集中する。冷汗！！

「手術直後は腱が骨の中に浮いた状態にあるのですが、周りから徐々に細胞と血管が入りこみ、腱と骨の壁がつながります。」要するに、移植した腱が一旦「壊死」してから、新たな前十字靭帯として再生するとのこと。「だから再建手術！なるほど・・・」と、妙に納得。「当病院では通常膝の内側にある、膝を曲げるための筋である半腱様筋腱を用います。」さらに説明を続けるY先生。学生たちの視線がさらに集中。う～ん・・・

手術は関節鏡でおこない、時間は2時間程度、入院は2～3週間、松葉杖が1ヵ月半、骨と腱の結合がしっかりするまでに約3ヶ月かかるとのこと。

「運動の目標を持って、遅くとも9ヶ月で達成するようします。手術による回復は、外傷前の90%以上を目標にしています。当病院では年間60件以上の再建手術を行っています。」さすが大学病院！「前にも申し上げましたが、再建手術するかしないかは今後の経過とご本人の希望を含め決定しましょう！」患者さんの同意の元・・・この辺は昔の医者とはだいぶ印象がちがう。う～ん民主的。

再建手術をするには、①膝の伸び・曲げがフルにできること。(通常手術を受けると、関節が硬くなるので、十分な膝機能の改善のためには、

完全な伸展と屈曲が大切)②筋力の回復に努めること。(手術前に腿の太さに差がなくなっていることが望ましい)

「今日から新しいリハビリメニューを加えます。机に手を添えた片足スクワット(ハーフスクワット)訓練を朝晩各20回、痛くてもやってください。」「診断は1ヵ月後です。」なんとも内容の濃い診断が終了した。「白い巨塔」に撃沈！！

「3週間の入院か、いつ休みを取ろうか・・・」「麻酔は全身麻酔かな、半身麻酔かな？聞いたときゃ良かった・・・」「半身麻酔なら手術の様子や、骨に穴を開けるときの振動もわかるよな・・・ううう」「復帰まで9ヶ月か長いな・・・」会社までの道すがらいろいろな思いが走馬灯のように駆け巡った。次回「山に行ってください・・・？編」に続く

じん帯繁盛記うんちく3

再建手術

再建材料の違いにより、次のように大別して3種の手術法があります。

それぞれに長所(初期固定力が勝っている、ACLと組織が似ている、痛みが少ない等)。短所(回旋運動の障害、膝伸展機構の障害、長期的な成績が悪い等)があるので、医師からよく説明を受けた方がよいでしょう。

①自家組織使用

膝蓋靭帯(BTB:bone-patellar tendon-bone)、腸脛靭帯(ITB)・半腱様筋腱(STG)・薄筋 等

②人工靭帯使用

③自家組織+(補強用)人工靭帯使用

自家組織は、生体に対する「なじみ」という点では、もっとも優れた材料といわれているようですが、自己の健常の組織を犠牲にすることが欠点であり、関節機能に悪影響を与える点を危惧しなければなりません。人工靭帯は、単独で使用する場合と、補強用を使用する場合とがあります。今日まで様々な手術方法が発表されてきましたが、主流は再建材料に自家組織を用いる方法で、膝屈筋腱のひとつである半腱様筋腱を採取して使用します。

\*\*\*\*\*

## ■こちら技術委員会～講師/金沢和則～

\*\*\*\*\*

### <残された届>

「エアリアマップの実線ルート計画なら自主研修山行届けを出さなくてもいいんじゃないのかな」いつだったかそんな声。

「出さなくてもいい」なんて規定は無い。「出していない計画」には責任を持たないというお約束はあるけれどね。

「ダカラさ責任は自分でトルからさ、出さなくてもいいんだよね」

確かに。複数の山岳保険に入っている人もいるしね。ちなみに当会員が入っている山岳保険は、認知された計画以外では保険対象にはならない。

ここでまとめておくけど、「自主山行できる」会員同士での山行計画はなんであれ出すのが原則と考えている。㊦山行にしたいのなら各自の責任で、いわゆるプライベート山行か・・・

ところで「会への届けを出していない計画については何かあっても責任は持たないのが原則」これらの考えはお互い会員の中でのものだ。何かあっても責任側もそれで突っぱねるし、本人もそう理解してのことだろう。が、果たしてその家族などにおいてはどこまで認識してもらえているか？ 届けを出した山行と届けを出していない(会員同士の)山行とを区別して認識してもらえているのだろうか。また、責任側もどこまで規約違反なので「各自の自己責任で」とつっぱり通せるか。

ま、そうするであろうけど、それぞれに確執だけが残るだけ。

(ここで少し話がシフト)

ねっとりした雪が降り続く。ここは2月のJ岳。J岳のバリエーションに通っていたころの話だ。ねっとり雪の吹雪で不安定なため、ぼくらは再トライとバリエーションルート途中より撤退した。そして日を改め同じ山域に入山、そのアプローチ

途中で知った顔を見かける。確か何か山関係の会でお見かけしたS氏、どうやらS氏の所属する(たしか代表だったか、または中心となっていた方と記憶する)N山岳会で遭難があったとのこと。J岳となりのP岳だ。ちょうどぼくらが撤退した日時と重なる。一般ルート(エアリア実線)を登ってのことらしい。まだ行方不明とのこと。消えてしまったのはN山岳会所属の20代後半の男性と会員外の20代の女性ふたりパーティだそう。夫婦ではなく、ただの男女パーティ。計画書云々というよりは言葉でどこどこに行くといった内容らしい。ともかくP岳らしいとのこと。そこでN山岳会の数人で手がかりを探しているとのこと。

その後、ぼくらは何度かその山域に入る。そしてなぜかいつもS氏を見かけた。ふたりはなかなか見つからない。会のメンバー2～3人と一緒の時もあれば、S氏ひとりのときも。長期戦になると大変だ。N山岳会ではどう規約があるかは知らないが、会員外との山行は認めない会もある。計画書だって正式には出ていないのだ。それでいけば会を挙げての援助もしなくてもいい・・・ってことで止められたらいいんだらうけど、そうもいかないこともあるのか、責任感で続けているのだろうか。山岳会名で情報提供のポスターまでつくられた。結局、春になり雪解けははじめたころにふたりとも見つかった。そして確か秋口かその翌年だったか、その一般ルートに小さな遭難碑がつくられていた。それには女性の名が刻まれている、両親名と共に。想いが込められたつくりだ。そこにはメンバーの男性や山岳会関係のにおいは見当たらない。

遭難したふたりがどんな関係であったかなど知る由もない、残されたその男性の家族やその女性の家族、その山岳会との関係はどんなものだったのか、いろいろあったのかな、そのような遭難碑ができたことに象徴されるものがあつたのかと適当な想像を加えてしまうのが関の山だ。

適当な例ではないかもしれないが当人が責任を持つからといって何かあっても、それだけで終わらない場合もある。無雪期のエアリア実線ルートだから何も無い保証はない。それを思えば、とくに会員同士の計画は「プライベートなんや」と当人たちは会とは関係ないと認識して

いても、世の中の的には何かあった場合、そうお気楽にはことが運ばない場合もある。何らかの場合、組織(会)・当事者・当事者を含めた家族においてスムーズにことを進められる下地のために、ここはやはり「いつ、どこへ、誰と」の数は届けておく必要はあろう。まあ、要はコミュニケーションが取れているかどうかなのだが。⑩山行を望むならそっと耳打ちしてくれればいい。とやかく言いはしない。実際、何事もなく終わってしまえばそのままなのだから。また、ほとんどの場合そうなるのだし。ただ何かおこる可能性はゼロではないので、そのときのためにも・・・という話だ。

「おいおい無届山行や会員外を含めた山行が多そうな?! お前がなにをエラソウに」と言われてしまいそうだが(笑)。

あ、じゃ夫婦とも会員の場合でプライベート山行はどうなるの。「これってプライベート届けなんていないじゃん」 そうそうこの場合は・・・おそらく世間も会員同士であっても、「しゃあいな、プライベートやん」で会へ対応やら、いろいろな面でスムーズに納得してくれるのでは・・・だから責任側では都合悪くなら、計画書を出していても、あ、それってプライベートな山だったようで・・・なーんて逃げちゃうこともできるわけで(ウソソソ・冗談です・笑)。それから会員外がメンバーに入った場合は? など挙げればキリ無いけど、要はいかにきっちりコミュニケーションされているかどうかだろう。そうすることで、山は広がるし、なにかあってもお互いそこそこ不幸な思いをせずことを運べるのではないかと考える。



## ■□■□ 編集室だより ■□■□

「スノーシューのすすめ」

近年アウトドア雑誌にもよく登場するようになった“スノーシュー”。すでに皆さんご存知と思いますが、「西洋かんじき(雪の上を楽に歩くための歩行具)」のことです。

ツボ足では歩くことの出来ない深雪もスノーシューの浮力を使えば縦横無尽。

誰の足跡もない雪原を闊歩する爽快さ、バードウォッチングや動物達の足跡を探索するアニマルトラッキング、そして雪で作ったテーブルとイスでのランチタイム…楽しみ方もさまざまです。

去年の2月、同期4人で行った玉原高原～尼ヶ禿山。誰もいないブナの森を静かに踏みしめ、山頂では晴れ渡る青空、広がる雪景色、そして温かいお汁粉で心癒されたことが忘れられません。そんな思いを山塾会員の皆さんにも是非体験して頂きたく、3月に奥日光スノーシューツアーを企画しました。興味のある方は研究生・山野までお問合せ下さい。

1月20日は大寒。文字通り一年で一番寒い時期です。ここ数週間で雪もたっぷり積りました。雪稜もいい、アイスクライミングもいい、もちろん山スキーもいいですが、スノーシューも今が旬！

(m)

～\*～\*～ 1月の一言集「2005年の夢」～\*～\*～

◆一つとせ、再建手術の成功、二つとせ、現場への早期復帰、三つとせ、たまりに溜まった山行記録の整理(矢田)

◆雨にも負けず 風邪にも負けず 雪にも仕事の忙しさにも負けぬ 丈夫な身体をもち アイゼンでいまだ雪が踏めずとも けっして焦らず 淡々と山を登っている そういうものに私はなりたい(尾久)

◆基本に忠実なクライミング及び山の知識と技術の向上、それらをそれぞれの場面で利用できるようになる事。(松永)

◆沢も、岩も、山スキー&テレマーク含めて雪山も、また地道に1歩ずつ前進！・・・できればいいな、いや、前進させまっす。久し振りに、縦走もしたいなあ～。(久野)

◆赤石沢奥壁、錫杖、唐沢岳幕岩・・・ちょっと嘘っぱいか(笑)いけなかったところ、やり残したおバカ企画

いろいろあるけどどこまで無心になりきり実現できるかが課題か？！(kanazawa)

◆念願のテレマークスキーを今年から始めます。夢の北海道でテレマークをやりたいです。(たくひろ)

◆今年はいち早く、自立する元年とする。今年も大自然に敬意と感謝をもって生きていく。そして、何より 去年の分まで、頑張るぞ！ 去年の分まで、楽しむぞ！。 去年の分まで、充実した日々を送るぞ！。(Yui)

◆田舎暮らしがしたい… 強靱な体力と精神力がほしい… 山塾 11 クライマーの会(?)に入りたい… フツのおばさんに戻りたい… ああ、今年もまた矛盾だらけの1年になりそう。どれかひとつくらいは叶うかなあ。(mika)

◆「露と落ち 露と消えにし 我が身かな なにわのことも 夢のまた夢」とても物悲しい太閤秀吉最後(?)の一句で、なぜかお気に入りです。夢は現実にもなり、逆に現実だったにも拘らず夢だったのかなと思えることもあります。前者に則って、2005年は何事も強気で臨みたいものです。(松本)

◆今年はずっとの山スキーにチャレンジ！それから宿題になっているオオカミ山行。気になっているあの沢にも行ってみなければ。あと、アイゼンほしい板ほしいストックほしいゾウ足ほしい……(以下省略)。(R子)

◆ロッククライミング。力をつけ小川山「マラ岩レギュラー」にトライしたい。これが私の今年の夢。夢の実現のため頑張りたい。(福島)

◆スキー30本・沢30本、数が問題じゃあないけれどもなんか今年は楽しそう。そして、あたたかい心・ときめきの気持ちも持てたらいいなあ。(ぶひよ)

◆先輩研究生に一歩でも近づきたくて。研究生登録めざして頑張ります。(KURODA)

◆本科を無事卒業し、研究生の仲間入り(なれたら)。無理はしないけど、ちょっと頑張る自主山行をどんどん計画・実行していきたいです。(阿出川)

◆一緒にアイスやボルダーや本番やフリーに行ける人たちが増えてくれたら楽しいなあ～！(横川)

◆夢＝有休バンバン取りまくって山に行くぞ！！ 目標＝今年の夏こそは北アルプスへ……！！ (現実＝家事は後回し、仕事は段取りつけて、その隙間をねらって今年も行くしかないネ！！)(FUKU)

## ■12月の山行一覧

	種類	場所	日程	メンバー	記録
1	自主	大倉尾根～塔ノ岳	12/1	福島(L),伊藤由	伊藤由
2	自主	大倉尾根～塔ノ岳	12/4	田口	田口
3	講習	水無川本谷/ アイゼントレーニング	12/4	金沢,坂口,山野昭,山野美,阿出川,福島, 松永	松永
4	講習	大倉尾根～塔ノ岳/ ポッカ訓練	12/5	金沢,松本,小松,渡部,岩本,福田,伊藤幸, 横川,山野昭,久野,山野美,伊藤由,伊藤栄, 黒田,小林,阿出川,伊藤栄,田中,福島,松永	福田
5	自主	八ヶ岳/裏同心ルンゼ /赤岳主稜	12/11-12	横川(L),伊藤幸	伊藤幸 横川
6	講習	富士山/雪上訓練	12/17-18	工藤,福田,田口,山野昭,山野美,阿出川, 斉藤,田中,尾久	尾久
7	講習	富士山/雪上訓練	12/18-19	金沢,坂口,岩本,横川,伊藤幸,伊藤由, 伊藤栄,黒田,阿出川,伊藤稔,小林,福島,松 永,神森	—
8	自主	富士山登頂	12/18-19	山野昭(L),福田,山野美	山野美
9	自主	前道志(山梨)倉岳山/ ルートファインディング	12/23	松永(L),松本	松永
10	講習	神楽スキー場周辺/ 山スキー	12/25-26	工藤,福島,末木	福島
11	自主	鳳凰三山	12/29-31	黒田(L),阿出川	黒田
12	自主	北岳・池山吊尾根	12/29-31	金沢(L),坂口,横川	横川

## 月刊 岩小舎 2月号の予定

(2005年2月15日発行)

### 【掲載予定】

- 講習山行
  - 笹ヶ岳
  - 仙丈ヶ岳
  - 玉原スキー場周辺/山スキー
  - 上州武尊・前武尊往復/山スキー
  - 日和田②
  - 伯耆大山・剣ヶ峰
  - 奥秩父東沢周辺/アイゼンワーク
- 技術委員会企画
  - 奥秩父東沢周辺/アイスクライミング研修会
- 自主山行
  - 尾無尾根～間ノ岳～北岳
  - 岩倉山/山スキー

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～)
  - 2月24日(木) 雪山入門-5「雪山サバイバルとセルフレスキュー」
  - 3月24日(木) 岩登り入門
  - 4月21日(木) 沢登り入門

☆原稿は2月5日締め切りです。