

# 月刊 岩小舎 2月号

## ■技術委員会企画

「」 1月30日(日) 「」

### 奥秩父・東沢流域清兵衛沢手前右岸の氷／アイスクライミング技術研修会

「」

◆メンバー：横川秀樹(L)、伊藤幸雄(SL)、黒田記代

◆記録：横川秀樹

アイスクライミングは面白い。  
 アイスクライミングは奥が深い。  
 しかし、アイスクライミングの講習は年に1回しか  
 かない。  
 だから、山塾でアイスクライミングを積極的に  
 やろうという人は増えない・・・。  
 もちろん、アイスが上手な人も増えない。

このような状況では、無名山塾ではアイスク  
 ライミングは未来永劫普及しない！それは絶対に  
 イカヘンのだ。山塾アイスクライミング普及委員  
 会の一員として、できることは何かと考えたとき  
 浮かんだのがこれだった。

「よしっ、私の持てる知識・テクニックを総動員し  
 た技術研修会を開き、ただアイゼンとバイルを  
 力任せに打ち込むだけがアイスクライミングで  
 はなく、もっともっと奥が深いものがあるのだ。そ  
 れを伝えねばならぬ・・・」

ずいぶん肩に力が入った決意ですが、まあし  
 ようがないです。テンションを上げないとやる気  
 ができませんから。

てなワケでいろいろありましたが、結局浅村君  
 と黒田さんがこの研修会に参加したいという意  
 思を表明してくれました。サポートしてくれるの  
 は伊藤さん。(浅村君は仕事の都合がつかず  
 残念ながら不参加)

さて当日予定していた清兵衛沢は氷の状態  
 が悪く、結局、講習会と同じ場所で実施すること

にしました。  
 実際に行った内容は、  
 1. スクリューの打ち方(体勢、打つ角度、抜くと  
 きの体制、)  
 2. バイルの打つ場所、打ってはいけない場所  
 3. 効率的な登り方、ムーブについて  
 4. シングルアックスでの登り方

|                                       |    |
|---------------------------------------|----|
| 【今月の目次】                               |    |
| ■技術委員会企画                              | 1  |
| 奥秩父・東沢流域清兵衛沢手前右岸の氷<br>／アイスクライミング技術研修会 |    |
| ■講習山行                                 |    |
| 南アルプス・策ヶ岳                             | 2  |
| 南アルプス・仙丈ヶ岳                            | 3  |
| 玉原・鹿俣山／山スキー                           | 4  |
| 上州武尊・前武尊／山スキー                         | 5  |
| 奥秩父・東沢周辺／アイゼンワーク                      | 6  |
| ■今月の TIPS No.11                       | 7  |
| ～2点確保をしてみよう～                          |    |
| ■自主山行                                 |    |
| 南アルプス・間ノ岳尾無尾根                         | 8  |
| 北八ヶ岳・天狗岳                              | 9  |
| 志賀高原・岩菅山／スキー登山                        | 10 |
| 神楽峰／テレマックススキー                         | 11 |
| ■山の学習帳 No.9                           | 12 |
| ～日焼け止めクリーム その2～                       |    |
| ■同人便り じん帯繁盛記 ～その6～                    | 13 |
| ■こちら技術委員会 ～残された届け～                    | 14 |
| ■'05 新春懇親会                            | 15 |
| ■編集室だより&会員一言集                         | 16 |
| ■1月の山行一覧・3月号の予定                       | 17 |

5. トラバースの方法

6. A0(フィフティ使用)のリードとフリーのリード

7. Vスレッド(アバラコフ)の作り方

などなど、伝える相手が黒田さんが一人だったので、かなりきめ細かい内容を実施することができたと思います。

多分、もう少しで、黒田さんはかなり登れるレベルになるでしょう。

さて、こんなにエラソウに書いている私は何者かという、昨シーズン 9 日間、今シーズン 10 日間程度、アイスをやっているだけで、レベル的には南沢大滝をリードするぐらいでしかありま

せん。

ま、逆に言えば、アナタもやる気があればそのぐらいのレベルにはすぐになれます。3 月 20 日に八ヶ岳の南沢小滝・大滝で第二回アイス研修会を開きますので、興味のある方はお問い合わせください。(本科2年目以上対象。パイル有料レンタルあり。)

### 【行程】

西沢溪谷駐車場(5:30)～清兵衛沢(7:00)～清兵衛沢手前右岸の氷(8:30)～研修終了(15:30)～西沢溪谷駐車場(16:30)

## ■講習山行の記録

「」 1月7日(金)～1月10日(月) 「」

### 応用ステップ／南アルプス・策ヶ岳

「」

◆メンバー：田中良一(講師)、阿出川忍

◆記録：阿出川忍

今回、食と住の担当をしていた私は、大きなザックと手提げを持って電車に乗り、山に入る前に駆で怪我をしてはいけないと思(？)、荷物を全て前泊の宿へ送っていましたが、前日M下君より仕事の都合でキャンセルとの連絡が入り、2人用のテントを持って身延入り。宿で不要となった4人用テント・食料などを送り返し、荷物を作り直しました。重た～い。これで、ラッセル出来るのかなと、かなり不安。

明日からの禁酒生活を思い、たっぷり体にアルコールを入れて寝ました。

タクシーで1時間、田代入口まで行き、林道歩きを1時間半で登山道入口です。身支度整えて出発。なにしろ講師と2人なので、何をやるにも遅れてしまう私を、じっと我慢強く待つ田中さんでした。内河内川左岸のガレをトラバースしたり、雪の積もった栈道や橋をいくつも渡りながら進みます。それぞれに番号が付いていて50以上あります。しっかりしている物はほとんどなく、傾いたり、踏み抜いてあったりします。凍って谷の方へ傾いている橋は、だいたい手すりも谷の方に膝位まで傾いていて、とても怖いで

す。アイゼンを着けたかったのですが、言い出せませんでした。だって、田中さんは普通に歩いているのです。すごい！どこに足を置いたか見逃さないようにして、ついて行きました。数回あった渡渉も慎重にクリア。周りの景色は、雪で覆われた樹木、滝や溪谷がとてもきれいです。

静かで誰にも会いません。最高です。途中まであった足跡も尾根に取り付く頃にはなくなり、いよいよラッセルの始まりです。雪はサラサラ。ここ何年もこんな雪に遭っていない。スキーがしたい。雪合戦は無理だな。雪洞はどうなっちゃうんだろう？とか、いろいろなことを思いながら、登ります。なんせ2人しかいないので、大変です。サラサラ雪は先頭を交代して、2番手になっても、あまり変わらず大変でした。そのうち、頭の中を同じ言葉がグルグル廻り始めました。「M下くん、なんでキャンセルしたのよ。今からでも来て～！」

15時前に転付峠到着。そのちょっと先の平らな所にテントを張りました。ここにはトイレもあります。食事を済ませ早々と就寝。

前夜作っておいた水を私がシュラフに入れる

のを忘れてしまい、朝食作りに手間取りました。失敗です。

雪のちらつく中をワカンを履いて出発。荷物が全然軽くなっていない気がする、変だな～、食べたのに。しばらくはゆるやかな上り下りです。潜る潜る、も～大変。休憩で地図を見ても、僅かしか進んでいません。昨日の言葉が又頭をグルグル廻りだした 2 回目の休憩で、田中さんが「今日はもう頂上は無理です。」と言い、私に2つの選択肢を出しました。

①時間を決めて行ける所まで行って、引き返す。



②500m 位下って二軒小屋まで行き、明日、又上り返して同じ道を引き返す。

ん～ん・・・軟弱な私は、ここから今すぐ引き返すという③案を提案し、押し切りました(笑)。そうと決まれば帰りは速い。自分達の付けてきた道をどんどん進み、あつという間に、テント場まで着きました。行きの半分の時間でした。時間はたっぷりあるので、雪訓をしたり、地図読みの勉強をしながらバス停まで戻りました。

頂上は踏めませんでしたが、策ヶ岳へ続く道がとても気に入ったので、必ず、また登りたいです。

### 【行程】

1月8日

民宿(6:00)-タクシー-田代入口(7:00)～登山道入口(8:30)～保利沢小屋(11:10)～転付峠(14:53)～テント場(15:00)

1月9日

テント場(7:00)～2225m 付近(9:00)引き返す～田代入口(15:51)

「」 1月7日(金)～1月10日(月) 「」

## 基本ステップ／南アルプス・仙丈ヶ岳

◆メンバー：松本善行(講師)、岩崎元郎、黒田記代、福島彰男、神森揮要子、松永己幸、田中治男、尾久一朗、ゲスト1名

◆記録：神森揮要子

1/7(金) 茅野前泊、1/8(土) 茅野駅 6:30 集合、ジャンボタクシー1台に乗車し戸台に向うが、途中雪の路面でスリップしたのか？事故の影響で迂回を余儀なくされる。突然のハプニングに岩崎先生より、時間の都合で八ヶ岳に変更するかもしれないと言われ行く先の不安を感じたが、無事戸台の駐車場に 8:30 着。

8:55 出発、氷、雪と歩きづらい川原を 3 時間、12:00 頃から八丁坂を登り始める。共同装備、食材などで一杯のザックが肩に重い！アイゼンを着けていないので、昨年(2017)の講習で練習した歩き方を思い出しながら慎重に歩く。北沢峠付近では積雪 70～80 cm位だった。15:10 テント場へ到着、A 班、B 班それぞれにテントを設営し

た。

A 班の夕食は福島さん準備のカツ丼、豪華なカツに今日の疲れも吹っ飛ばすようだ。水はテントのすぐ横の川で調達でき、雪を溶かさずにすみラッキーであった。テントの設営の仕方やテントの中での行動、効率のいい準備の仕方などを岩崎先生より教わり、明日の天気を願いつつ 19:00 就寝。

1/9(日) 4:00 起床 6:20 出発。昨日は晴天であったが、今日は雪が降っている。松本講師より、アイゼンを着けていくように指示があるが手が寒さで思うように動かない。靴底の雪を落とし確実にセットしなければ外れて危険である。準備を終えヘッドランプをつけ北沢峠のトイレ

横から登りだすが、ふかふかの雪にアイゼンも効きにくく引っ掛けないように注意しながら歩く。相変わらず雪は降っているが、風はなく暑い！！。休憩時ペットボトルの水を飲もうとすると、シャーベット状態になっていてびっくり、もう少し時間がたち標高が高くなれば、凍って飲めなくなりそう。幸いテルモスに湯を入れているので帰りまでなんとかかなりそうだが……

途中 1 人 10 分づつのラッセルをしながら森林限界を抜けると風、雪ともに激しくなり寒さも一段と厳しくなる。手の小指の感覚もなくなり、頬に吹き付ける雪がとても痛い。視界も悪く小仙丈に着いたころには益々吹雪になりこれが冬山の恐ろしさか！と変に納得してしまう。岩崎先生より、12 時までには頂上につかなければ引き返すといわれ、何とか 12 時までには頂上へと進むが、頂上などとても見えない。強風で雪が飛ばされてむきだしの岩と氷の上を確実にアイゼン歩行をしなければと慎重に歩くが、不安になる。ついに頂上手前で時間は 12 時岩崎先生の的確な判断でリタイア、テント場から約 6 時間吹雪の中、ここまで登ることができともうれしい。が、下りのルートが雪で消され不明……黒田さんを先頭に慎重に踏み後を探しながら下るがどこもかしこも同じような状態でどこがルートか判らない。小仙丈を過ぎ目印の赤い旗を見つけた時には、もう大丈夫だとホッとする。後はトレースがはっきりしているのでどンドン下る。3 合目当たりでアイゼンをはずし、キックステップで歩くよ

うに言われ、かかとを使いながらバランスよく歩く。15:30 やっとテント場に着き無事戻れたことを感謝せずにはいられない。恐ろしいといわれる冬山を思い知らされた。

黒田さん差し入れの甘いお汁粉で身体が温まり疲れが取れそうだ。今夜の夕食は、伊勢えび汁、干物、お酒も入り今日の 1 日を振り返り、話が弾み楽しい時間を過ごし 21:00 就寝。

1/10(月) 5:00 起床 7:20 分出発。皮肉にも晴天 11:30 戸台着。12:30 タクシーにて茅野駅に……温泉に入り駅前の焼肉店で疲れをぶっ飛ばそうと焼肉を食べ 17:30 電車で新宿へ。今回の講習の反省点は、荷物のパッキングの仕方、テントの中での荷物の整理の仕方、水の容器、雪山の行動食、吹雪の中のルートファインディングなど学び直さないといけないし、経験を重ねることが大切であると思った。

#### 【行程】

1 月 7 日 茅野泊

1 月 8 日

茅野駅(6:30)～戸台(8:30/8:55)～八丁坂(12:00)～北沢峠(15:10)幕営

1 月 9 日

北沢峠(6:20)～仙丈ヶ岳ピク手前(12:00)～北沢峠(15:30)

1 月 10 日

北沢峠(7:20)～戸台(11:30)～茅野駅(12:30)

「」 1 月 9 日(日) 「」

### 応用ステップ／玉原 鹿俣山・山スキー

- ◆メンバー：工藤寿人(講師)、伊藤幸雄、久野真由美、伊藤栄子、斉藤典子、福田洋子
- ◆記録：福田洋子

機は熟した、いざ行かん山スキーデビューじゃ。な～んでね！

去年も一昨年もスキーを楽しんでいる連中を羨望の眼差しで羨ましく(妬ましく)見つめては興味津々でその様子をうかがい自分はXCスキーでお茶を濁していましたが。ふふう～ん、舞台は鹿俣山、奇しくも私の山デビューの場所ですよ、これはもう行くっきゃ無いでしょお膳立ては整ったって感じ。

とは言うもののゲレンデ暦は 5 回だし短いスキー(フリーベンチャーと言う奴)だし不安が無かった訳じゃありませんが正月と一緒にゲレンデに行った工藤講師が良いよって言ってくれたし他のメンバーは頼もしいし絶対楽しめそうな予感がしました。

ゲレンデのリフトを横目に見ながら憧れのシール登行でブナの樹林に行く、やっぱいいね。スキーを脱いだら膝上まで潜るんだらうにスウー

スウーと行ける。クロカンでは横に階段登降するような斜面がシールでしっかり踏ん張れる。うれしくて思わずリフトの人に手を振ったりなんかしてしまった。

途中、随所で足はこびの仕方・ラッセル・登りキックターンなどゲレンデでは到底やりそうに無い山スキーならではの技術を教わりながら順調にゲレンデ脇を進みます。他のスキーヤーやボーダーの奇異なモノを見るような眼差しが快感に感じられる頃ゲレンデ終点に到着。

山頂まではもう少しと思いましたがここからが核心でした。尾根に積もる雪が波の様にうねりを持っているので弱点を狙うようにルートを選びます。藪と斜度が増してジグザグを切るにもキックターンを使い最後は階段登降から木登り(短いスキーだから出来ました)で懐かしい山頂に

無事到着しました。始めて来た時は藪に埋もれていた山頂の標柱は雪に半ば埋もれ周囲の展望は前回同様モヤッと見えませんでした。リフトを使わずに来れた達成感がなんとも云えない喜びでした。

スキーは滑る為の物、下りは楽勝でしょ。と行きたい所ですがそこはほれ、チョー初心者の私は藪を縫って曲れないのでズリズリ横滑りで急斜面を走らなるとか緩斜面に行きついた物のここからは更に追い討ちを掛けるかのように短いスキーの弱点が判明、みんなの様にスウーッと行かず潜って滑れません。しょうがなくストックで漕いで歩いてなんとかゲレンデに出られました。深雪にめっぽう弱かったのね。

思えば山塾に入って間も無い頃に読んだ岩崎さんお薦めの本「雪山・藪山」で出てくるスキーを利用しての登山を何時か私もとずっと憧れていました。やっと入口に立てたかな？機動力として使いこなすにはマダマダ遥か彼方の感がありますが、めげずに経験を技術を上げて行こうと思えました。これまでとまた違った山に出会える様に。

## 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。

### 【行程】

玉原スノーパークハウス(10:40)～ゲレンデトップ(12:45)～鹿俣山山頂(1:45/2:05)～スノーパークハウス(3:00)

「」 1月23日(日) 「」

## 応用ステップ／上州武尊・前武尊往復・山スキー

◆メンバー：工藤寿人(講師)、福田洋子、斉藤典子、久野眞由美、遠足2名

◆記録：久野眞由美

沼田から国道120号のスキー渋滞で、OGNAほたかスキー場に到着したのは午前11時過ぎ。リフトを3本を乗り継いで、スタート地点のゲレンデトップを出発したのが、ほぼ正午頃となりました。

ゲレンデトップで、既に標高1828m。曇天だが時折薄日も射し、周囲の展望は良好、無風、しかも積雪量は充分過ぎるほど、と山スキーには恵まれた日でした。

リフト終点でシールを装着し、前武尊への尾根へ取り付きます。深いトレースがあり、山スキー・テレマーク・山ボードの人気の高いエリアである事がうかがわれました。

今回、Fさんは登りはスノーシューで、ゲレンデ板を背負って上がりました。スキートレースの幅は、スノーシューには少々狭い、との事でした。

樹林の中、ジグザグにしばらくの急登。踏ま

れすぎたトレースは油断するとシールが滑り、方向転換時のキックターンも、しっかり踏まないでズリとずっこけたり。登りキックターンの練習には、そこそこの斜度があつてちょっと緊張感も伴い良い所ではないでしょうか？(ズル〜と滑っても樹に引っかかって止まりそうだし・・)こんな場面では、スノーシューは難なく快適そうでした。

樹林が灌木に変る頃には斜度も緩み、トレースは尾根を絡みながら大きくジグザグに登行を続け、周囲の展望を楽しみながら緩やかな前武尊のピークへ到達。標高 2039mの前武尊ピークに立つと、行く手に大きな滑り台のような剣ヶ峰が目を引き、日光白根山をはじめ連山のパノラマが展開。前武尊には、立派な金属の屋根囲いの日本武尊(ヤマトタケルノミコト)の社(?)があり、山スキーヤー・テレマーカー・山ボーダーが三々五々憩って賑やかでした。

休憩の後、シールをはずして滑走モードで、いよいよお楽しみ！。登路を少し下り、十二沢

源頭にさてドロップイン！……と言いたい所なのですが、少々狭く急斜面なので、左にトラバースして広い中斜面を見つけて、皆それぞれのスタイルで飛び込んで行きました。足首上くらいのパフパフの深雪！転ぶと埋まっちゃうのですよね。なるべくノートレースのまっさらな斜面を見つけては、パフパフ、おっと！、ズボッ！、と十人十色のツリーラン。滑り・転び楽しみました。

登り返し無く済むように、途中から右へ十二沢に滑り込み、次々と襲い来る(?)リフトの搬器にぶつからないようにすり抜けて、最後にゲレンデへポンと飛び出しました。

### 【行程】

沼田駅(9:30)～(車)～OGNA ほたかスキー場(11:05/11:35)～(リフト)～ゲレンデトップ(11:55)～前武尊ピーク(13:20/13:50)～十二沢ゲレンデ(15:20)～駐車場(16:00)～沼田駅

「」 1月30日(日) 「」

## 基本ステップ／アイゼンワーク(アイスクライミング)・奥秩父東沢周辺

「」

◆メンバー: 金沢和則(講師)、山野美香、山野昭人、福島彰男、松永己幸、神森揮要子、尾久一朗、野中達也、遠足1名、ゲスト1名

◆記録 : 松永己幸

東沢本谷側壁すごい氷壁。初めて見る。

まずはギア類の説明とアイスクリュウの説明とそれぞれの使い方、スタンスの取り方の説明を受ける。

縦走用のピッケルとバイルの効き方の違いや、異なった氷が張っている壁の違いを体験する。またバイルを打ちこむだけでなく引っ掛けての登り方や、氷が薄くなっていて岩が見えている時の対応の仕方、氷壁の懸垂下降を学習する。

岩場と違い自分でホールドや足場を作れるので岩場ほどドキドキしなかった。バイルの振り方とアイゼンの蹴りこみの習得ができていないので、今後の課題になった。

### 【行程】

西沢溪谷駐車場(6:15)～東沢本谷側壁(8:00)講習開始～講習終了(15:15)



## 今月の TIPS (No.11) ～二点確保をしてみよう～

岩を登る際の基本となる技術が三点確保。三点支持ともいいます。さてこの三点確保ですが、この教え方が日本で一番上手い人は誰だかわかりますか？

そう、無名山塾主宰の岩崎さんです。ご本人に聞いてみてください。間違いなく「それはオレだ」とお答えになるでしょう。

では、二点確保の教え方が山塾で一番うまいのは誰だかわかりますか？「えっ、二点確保・・・。雪上でピッケルと両足のうち、どれか二つが地面に付いている状態のこと？」と、思ったアナタ。なかなか優秀です。それも二点確保ですね。でも、今回のテーマは岩場での話です。

さ、では答です。岩場での二点確保の教え方が一番うまいのは、実は、私です。

予想通りの回答で面白くもなんともない？ ん・・・む。では、とっとと本題に入りましょう。岩場での二点確保とは何かをまず説明します。これは、「ダイアゴナル」という技術で「カウンターバランス」の一種なのですが、こう書くとちょっと難しそうですよ。でも、内容はいたって簡単です。

- (1) 右手でホールドを取りに行くとき、
- (2) 左手は、当然ですが、ホールドをつかんでいます。
- (3) 右足は軸足として、フットホールドに置きます。(なるべく左手の真下方向がよい)
- (4) 左足はバランスの取る足として、左に投げ出すだけで、フットホールドには置きません。

つまり、左手と右足だけで体を支える瞬間があるので、今回は「二点確保」と名付けてみました。実際には二点確保というよりも、「足を切る」という呼ばれ方のほうが馴染みが深いでしょう。人工壁などへ行くと「はい、そこで左足を切って！」というインストラクターの声が響いていたりします。

軸足ではない足を無理やりフットホールドに置くと体勢が窮屈になってバランスを崩すことがよくありますが、この「ダイアゴナル＝足を切る」を意識することによって、かなり登りがキレイになります。(注意点として、切ったほうの足は、壁にスメアリングしておく必要があります)

三点確保を基本ステップとすると、今回紹介したテクニックは、応用ステップと言えるかもしれません。ですから、クライミングを始めて間もない人がいきなり実際の岩場で試すのはおすすめしませんが、多少の経験を積んだ方には、是非、人工壁で試して頂きたいと思います。最初は戸惑うかもしれませんが、すぐに登りやすさを実感できることでしょう。(同人・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、1年間で岩・沢・雪の基礎的な技術(24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: [sanjc@coffee.ocn.ne.jp](mailto:sanjc@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)

## ■自主山行の記録

「」 12月30日(木)～1月1日(土) 「」

### 南アルプス・尾無尾根から間ノ岳(～北岳～池山吊尾根)撤退)

「」

◆メンバー:松本善行(L)、宮下卓宏

◆記録 :松本善行

#### 【ポイント】

間ノ岳弘法小屋尾根に比べ、その南側に位置する尾無尾根の記録を綴った資料は少ない。アプローチが長く積雪量にもよるが、ルートファインディング及び数回に亘る渡渉ありと、尾根取付きまでは一日がかりとなる。まずはエアリアマップ中記載の「熊の平」の平坦地へ辿り着くことを目的とする。名の通り尾無尾根末端は深く切れ落ち、ゴルジュからの直登は危険である。廊下状となる手前で右の尾根に取付く。

#### 【本文】

鷲ノ住山からの下降を終え、吊橋を渡り奈良田から広河原への林道に這い上がる。地図上ではこの林道と、下降前の夜叉神峠から広河原へ通じる南アルプス林道とは近接し真横を走っているように見えるが、実際は標高差 400m 前後もあり、立体感を覚える。

広河原とは逆手に進み、荒川合出で奈良田への林道と別れる。ここからトレースが消えるが、ラッセルという程のものではない。渡渉が幾度もあり多少難儀する。それと川原に積もった新雪がゴーロを隠し、下ろした足が予想した接地面の形状と不一致であること少なからず、非常に歩きづらい。

途中、吊橋を渡るのを横着し、水流をジャンプ一発、渡渉失敗！プラブーツを半ば濡らす。今晚まじめに乾かさないと、翌日は容易に凍傷になることだろう。暫くは地図で確認しながら次第に目的の尾根基部に近づく。なにしろ資料がない。行ける所まで遡行してみようと思った。ゴルジュ帯へ入ってから直ぐに直登不可能な滝が現れ、氷壁登攀となる様相を呈している。「バックだ！」宮下君に告げて戻るのだが、どこから目的の尾根へ取付くかわからない。地図から緩そうな傾斜を読みつつ、再び開けた川原の一点を決めて斜面に近づくとも目印のピンク布が

あった。そこから適当に登り始めると、踏み跡、トラロープまで出てきた。どうやら正規ルートに入ったようだ。それにしても林道終点から幾たびも電気コードが延びていて、それを見失ったり発見したりを繰り返してきたのだが、どうも我々の目的とする尾無尾根へと向っている。最終的には尾根上 1,800m付近まで延びていた。果たして作業用の目印であったのか、或いは登山者のためでもあったのかは不明である。

「熊の平」はとても開けていて、テン場としては申し分ない。仮に人気ルートであったらテント村もできるぐらいの適地と言える。一日目はここで切る。

翌日は暗雲の中を出発。直ぐに細沢に架かる吊橋に当たる。なるほど吊橋の傍らに水量警報ランプ(?)と人工施設があり、実際何のためのもなのかは確認していないが、今までのピンク布、電気コードはここへ至るための目印なのかも知れない。

いきなり痩せ尾根の急登が始まる。各所脆い箇所があり注意は必要だ。徐々に高度を稼ぐが、次第に天候が悪化しだして昼前には吹雪となる。当初地図上では 2,700m付近に緩斜面が認められるので、二日目の幕営地として予定はしていたが、テントがまともに張れるという保証はない。ここは早目に行動を打ち切り、2,500m付近の適地で落ち着くこととした。その晩テントで明日の行動予定について検討した。明日の天候次第では撤退もやむを得ないだろう。ラジオで天気予報を散々聴くがよくはなさそうだ。無理はしない。最終的には撤退と判断した。

下山は登りよりも緊張感がある。慎重に下る。尾根全体を通して痩せているが、慣れたパーティーならロープは不要である。吊橋への下降手前にある落盤防止用(?)ワイヤーネットにアイゼンを引っ掛けよう注意し、熊の平帰着。

さて、下山と決めた場合の、下界でのみ実行



可能な数々の煩惱、そのイメージからくるエネルギーは我ながら凄まじい。二日がかりの行程を本日中にこなす予定である。前日より更に新雪が積もって川原も歩きづらいが、既に知れた道であるから、荒川出合まではえらく短く感じた。ただやはり鷲ノ住山への登り返しはきつい。昨年の矢田氏との北岳山行を思い出す。更に夜叉神峠までの林道もこれまた長い。しかしあれが待っていると思えばどうということはない。

最後の問題、そう、タクシーが日の暮れた夕刻に来てくれるかである。最悪、この夜叉神峠でテント泊となるがそれは御免である。何のために今日中に戻ったのかわからないではないか！いく社か携帯で連絡をとるものの、アイスバーンの状態を今時間登るのは無理という回答ばかり。確かにその通りだ。しかも元日で人手は足りないから決して文句は言えない。それでも気の毒に思ったださるのだろう、他のタクシー会社を紹介される。しかしそこでも断られ、徐々に絶望感漂ってくる。そしてもう最後にしようとした一社、相手側の「1時間以上かかりますが、

いいですか？」の問いに、「構いません！！！」の応答。やった！来てくれる。既に指が刺さって身体もぎこちない。宮下君の出してくれたコンロで暖をとりながら、本当に来てくれるのかと疑っている。

電話をしてから 50 分ぐらい経ただろうか、明らかに車のそれとわかるヘッドライトが見えた。タクシーであった。その後は記すまでもないことだろう。

#### 【行程(結果)】

12月30日(木)

夜叉神峠(8:10)→荒川出合(11:00)→熊の平(15:30)

12月31日(金)

熊の平(7:30)→細沢吊橋(7:40)→尾無尾根上 2,500m付近(15:00)

1月1日(土)

尾無尾根上 2,500m付近(7:00)→荒川出合(13:30)→夜叉神峠(17:30)

「」 12月30日(木)~12月31日(金) 「」

### 北八ヶ岳・渋の湯～黒百合平～天狗岳

「」

◆メンバー: 齊藤典子(L)、福田洋子

◆記録 : 齊藤典子

「北八ヶの寒さは一度体験した方がいいよ～」ということで、雪山も歩きたい寒さも楽しんで？みることにした。

一日目、奥蓼科渋の湯バス停より堰堤下の広場から右手にかかる橋を渡りいきなり急登してジグザクと高度を上げ、一汗かくと樹林帯のゆるやかな登りになる。歩いて行くと両脇の尾根がだんだん低く見えてきてきた。もうすぐ森林限界を超えて平らかな？

樹林帯を抜けるとひらけたところにポンと出た、黒百合ヒュッテだ。大きなソーラー板が備えてあった。前週、雪はどの位あるのか小屋に電話を入れた時は「雪はまったくありません」といったけど、そうかたっぷり降ったんだ。

テント設営を始めるが、すぐに手の指がじんじんと痛くなってきた。福田さんが早めに着込ん

だほうがいいよ、と言ってくれた意味が判る。午後 3 時半、風は少しあり厳しく冷え込むのを早速体験。小屋の温度計はマイナス 14 度を示していた。じゃ、ちよっとお腹からあっためようと飲んだ夕食前のお湯割りはいいなあ～。さてメニューは味噌煮込みラーメン野菜たっぷりウインナー入り。

2 日目、4 時半起床、夜中時折強風が吹き雪は降り続けていた。月のはっきり見えるがその周りに雲が出ていた。朝は残りの汁にアルファ米をサラサラ入れて炊き込んだ。味が薄いかなと思ったら、七味(福田さん持参)をかけてみると味が決まりますね。

天狗は西尾根を縦走しようと思っていたが、天候が悪くなることが判っていたのでテントに余分な荷を置いて東天狗を踏んで黒百合平にまた

戻って来ることにした。中山峠で防寒身支度を整え直し、岩稜地帯を登って行く。風は強く冷たいけれど「けっこういい天気じゃ～」と途中ホクホクしていたが、東天狗に着いた時はあれが西天狗という方向はガスって何も見えなかった。

下山は来た道を戻らずにスリバチ池のある方へと足を向けた。「天狗の奥底」と言われるところか、フッカフカなのでアイゼンを外して岩稜を下る。岩場にうっすら付いた雪は慣れなくてちょっと滑るのが怖いけど、樹林帯に入るとこの方がおもしろくて快適だった。黒百合ヒュッテの正面に向かってどんどん降りた。

強風の中テント撤収し、アイゼンなしで滑るこの歩きに慣れないと身体をまかせつつ、転ん

でも楽しみながら下山。大晦日を黒百合で過ごすとする登山者が登って来るが、森林の中のトレースは時折吹く強風に吹き消されていた。

硫黄の匂いが近くなってきたら渋御殿湯だ。冷え切っていたのかピリピリとみえるいい湯だったなあ。雪はさらに降り続いており東京に着いたら雨だった。

### 【行程】

12/30(木)

JR茅野駅から諏訪バス発 10:20～奥蓼科渋の湯着 11:19～黒百合着 15:30(テント泊)

12/31(金)

黒百合発 6:00～中山峠～東天狗～黒百合平～渋の湯バス(最終 14:55)～JR茅野駅

「」 1月29日(土)～1月30日(日) 「」

## 岩菅山 スキー登山

「」

◆メンバー:岩本一郎(L)、渡部吉実、沢口千鶴子

◆記録 :渡部吉実

1月29日(土)は12時前に奥志賀ゴンドラ前(宿泊先の目の前)に11時すぎに到着し沢口さん、岩本さんと相談した結果ゲレンデスキーとなり16時30分のリフト終了までリフトを乗り継いで高天ヶ原のあたりまで好天のもと滑った。

この日の宿はスポーツハイム奥志賀、目の前がバス停で入り口には木製スキーに革製のベルト状のペンディング?、ストック代わりの棒が飾ってあり、スキー博物館といった趣。歴史のあるスキースクール(杉山スキースクールと書いてあった)のようだった。

翌30日(日)5時過ぎに起床したら窓の外は吹雪いていた。6時出発だったが用意していただいたおにぎり(コンビニおにぎりの2倍はある)、味噌汁、沢山のおかずとコーヒーをいただきながら明るくなるのを待った。

ようやく外に出るとスクール生(この宿は本来スクール生専用の宿のようだ)が体操をはじめるところだった。昨日からの積雪は40～50cmくらいで宿からシールをつけ昔は有料道路だったという道をラッセルしていった。1時間ほどするとようやく吉沢左岸の目指すべき緩やかな尾根

に取り付くことができた。細いダケカンバが生えている林の中をゆっくりと登って行く。ずっとラッセルだしメンバーも3名なので交代して行ってもつらい。あと2人くらい居てくれると助かるのに。(とはいえその殆どを岩本さんに行っていた)

途中等高線が半島状に突き出た感じの特徴ある地点に差し掛かるとコマツガ系の針葉樹に行く手を阻まれる。まるで「フリーキック時のゴール前に群がる敵陣」みたいだ。おもしろい事にこの等高線の上が針葉樹、下がダケカンバと言う感じに植生がほぼ分かれていた。我々は仕方なくこの1700mの等高線に沿ってトラバース気味に進路を取った。が頂上に向う尾根にここはという弱点が見つからない。ガイドブックにあったように適期は積雪が落着く3、4月か好天に恵まれないとピークを踏めないのかなという気がした。

最大高度1750mをマークしたところで休憩兼協議した結果「天候も回復する兆しがなく宿まで下る時間を考えるとここあたりが潮時かな」ということになり、まだ10時すぎではあった

が勇気ある撤退を決めた。普通ならここでシールを外して滑降という場面だが斜面に生えている木が密なことと滑れるほどの斜度が無くシールを付けたまま下った。「私、下りは自信が無い」と言っていた沢口同人も登り3時間の行程をあっけなく1時間で下った。途中トレースが吹雪で無くなっていたがコンパスと赤布を頼りに旧道まで出られた時には皆ホッとした。というものの視界がまるっきり無い状態ではなかったことがせめてもの救いであった。旧道に出てもまたラッセルが1時間ほど続き 13 時過ぎに宿に無事到着した。

スキーをはいていながらほとんど滑る事ができずに単なる「くたびれもうけ」の感は否めなかったが「本来の山スキーはこうなんだ」ということに気づかせてくれた山行だったと思う。そういえば昨年2月の四阿山も吹雪いていてピークを踏めなかったし 1, 2 月の山スキーは好天に恵まれる確率が低く新雪が降るとなかなか難しいのだろう。

さて今回の山行で得られた最大の収穫は「岩本さんの計画登山」だ。私は目的地の2万5千円を購入すると磁北線を引きコピーするまでで終わってしまうが、岩本さんは「沢を2本越えて〇〇橋を過ぎたらこの斜面に取り付き、1750m 地点まで上がったならここで〇〇度の方向で進み

更に尾根で特徴あるところに来たら〇〇度に合わせるということをやめ下界にいるうちに決めていて地図にその線を書き込んである。

確かに吹雪いていたりすると現地を手袋を外して地図とコンパスを睨めっこすること自体が大変で岩本さんのように通過するであろう地点ごとに予め〇〇度に進む、ということをや地図から読取りその通過地点ごとのチェックポイントとでもいうかプロセスをや地図の裏側に入れておくということがすごく参考になった。この辺は是非机上講習で一度取り上げていただきたい内容ではないかと思う。私のような釣り上がりの人間にはとても勉強になりました。これからの沢登りをはじめとする自分の山行に加えて行きたい。それと GPS を持参されていて現在地を見失った時に現在地を確定させるという時にはかなり頼れる味方となりそうだ。次に購入したいアイテムとしてトランシーバーの次くらいに入れておきたい。(もう少し防水対策を施して欲しいことと値段が下がってくれると良いのだが)

#### 【行程】

旧道入り口(6:40)～いわすご橋(7:45)～1750m 地点(10:10)～いわすご橋(11:40/12:10)～ 宿到着(13:10)  
<天候 雪>

「」 1 月 29 日(土) 「」

### 神楽峰 テレマークスキー

「」

◆メンバー:伊藤幸雄(L)、久野眞由美(SL)、工藤寿人、伊藤栄子

◆記録 :伊藤幸雄

恐れを知らないと言うか、他人からは無謀とも言われながらも我ら新人テレマーカー四人組は神楽峰の深雪に挑むことにした。久野、伊藤(栄)、伊藤(幸)の3名はテレマーク経験3回、工藤氏に至っては経験1回の超素人メンバー、意気込みだけは超一流。ロープウェイとリフトでスキー場頂上まで上がり、テレマークスキーにシールを張って歩きだす。山スキーの徒行と違って普通に歩く感じに近い。皆、最初はぎこちない動きだったがしばらくするとそこは経験豊かな山スキーヤーもう歩くだけならプロ級。1時間半

ぐらい歩いて、神楽峰につづく尾根にでた。通常だと尾根伝いに登って頂上にするのが本来の山スキーでしょうが、今回はテレマークスキーが主体で安易に滑りやすいところから下ることに反対するメンバーは一人もいなかった。天気は晴れて気分最高、廻りの景色も360度絶景。だが足元は恐怖で怖い。いざスタート、いきなり棒立ちの後傾スタイルあっちこっちで深雪に埋まっているメンバーがいる。立ち上がるのに悪戦苦闘、しかし笑いが自然と出てくる。ゲラゲラやギャーギャーの叫び声(?)。皆、スキ

一を始めたころの新鮮な気持ちになっている。

12 時にゲレンデに到着。一応、ゲレンデ練習する予定ではあったが腿がカチカチの筋肉痛、数本滑って駐車場に帰ることにした。下山ルートを滑って 14:30 駐車場に着く。

教訓、「テレマーカーは一夜にしてならず」

### 【行程】

みつまた・かぐら駐車場(8:00)～スキー場上部～(10:30)神楽峰尾根～滑走～(14:30)駐車場

## ◇◆◇ 山の学習帳 No.9 ◇◆◇

### 【日焼け止めクリーム その2】

**SPF 値:** SPF 値は Sun Protection Factor の頭文字を採ったものです。直訳すると「太陽(光)防御因子」。紫外線の遮光能力の尺度です。この尺度の決め方ですが、まず特定の時間(通常 30 分程度)紫外線を浴びた時の日焼けの状態を 1 と約束します。そして日焼け止めクリームを塗った際に、これと同等の日焼けを得るのに何倍の時間が必要であるかを SPF 値とします。たとえば SPF 値が 15 の日焼け止めクリームは、30 分×15=450 分、すなわち 7 時間 30 分紫外線を浴びると、ようやく塗らなかつた場合と同様の日焼け状態になる事を意味します。SPF 値が 50 だと 25 時間。通常 25 時間連続で太陽光を浴びることはありませんし、お風呂にも入ったりするでしょうから、実用上 50 以上は必要ないだろうと言うことで、SPF 値の上限は 50 とする約束になっています。

**なぜ酸化チタンと酸化亜鉛を混ぜるのか:** 主成分である両者とも白色顔料で遮光能力があるのですが、得意な波長が微妙に違うためです。2 つを混ぜることによって、遮光できる波長の範囲を広げることができます。生物に影響を及ぼす紫外線は波長によって UVA と UVB と命名されています。UVB の波長は 280～320nm、UVA は 320～400nm です。波長の短い UVB は皮膚の表面でとまりますが、作用は強く、や

けど状態の日焼けや、シミ・ソバカス、時には皮膚ガンの原因となります。波長の長い UVA は、作用はゆっくりですが、日焼けの他、しわ・たるみの原因となります。日焼け止めクリームはできるだけ両者を効率よく遮断する必要があります。酸化亜鉛は 380nm 以上で遮蔽能力が急激に低下するのに対し、酸化チタンは酸化亜鉛ほどではありません。この両者を適当に混合することにより、効果や価格を調節しているものと思われま

**自作するには:** 日焼け止めクリームの材料はネットで販売されていますが、完璧に市販品を真似するには正確な混合比を知る必要があります。混合比は、X線回折と呼ばれる方法を用いると比較的容易に決定することができます。酸化チタンと酸化亜鉛の混合物にX線を照射すると、両者に特有のX線の反射パターンが現れます。この反射のパターンの強さの比が即ち混合比ということになります。しかしながら作る手間や使用量を考えれば、市販の日焼け止めクリームが合わないなどの特殊事情がない限りは、買ったほうが手軽ですよ。ちなみに日焼け止めクリームには、紫外線を吸収するタイプのものもありますが、酸化亜鉛や酸化チタンの混合物が主成分の、紫外線を反射するタイプの方が、肌への刺激は少ないとされています。敏感なお肌をお持ちの方は、成分を確認してから購入しましょう。  
(同人・山野)

\*\*\*\*\*

## ■ 同人便り ～矢田 実～

\*\*\*\*\*

### 【じん帯繁盛記 その6】

「山に行ってください・・・？編」

MRI 検査後、ギブスは取れたものの松葉杖の不自由な生活が続く。リハビリの甲斐もありようやく膝が曲がるようになりストックに移行したところ「靭帯が切れている」ことを痛感した。通勤途中電車が急停車、無意識に左足で踏ん張った瞬間、激しい痛みと共に膝が「ガク」と崩れ転倒。情けないやら、悲しいやら。

念のため急遽 2004 年8月 18 日病院へ。Y 先生曰く、前十字靭帯損傷の特徴「膝崩れ」との事。「常に意識的に行動してください。いまは辛抱強くリハビリを続けることです。」現実はなかなか厳しい。涙・・・

そんなこんなで、さらに1ヶ月経過。9月 15 日定期検診に出頭。いつものラックマン (Lachman) テストの実演販売。今度はインターン生が真剣な顔でチャレンジ。ああ・・・今回もモルモット状態。「そう、ACL(前十字靭帯)が損傷しているとエンドポイントが無くグニヤとした感じがするでしょ。よく覚えておいてください。」実習はさらに続く。膝関節計測器 KT-1000 の登場・・・頰骨の前方への緩みを計測。

診察を終えた後、Y 先生から意外な答えが帰ってきた。「矢田さん、山に行ってください・・・」「はあ？いいんですか・・・」戸惑う小生。「普段からかなり鍛えられていましたから、思ったより膝の緩みがありません。1ヶ月ぐらいたら登山をしてみてください。」「現状で不安が無いなら

手術をしない選択もあります。トレッキング位なら問題ないと思います。」おいおい、おいらがやりたいのはトレッキングじゃなく「はーど？な山登りだよ！」と思ったが、反抗してもしょうがない。登山をしたことのないY先生はどうもイメージが湧かないらしい。

さらにY先生「登山をやられる方・・・え～と特殊な・・・方の治療例が少ないので、何処が困ったのか是非報告してください。その上で再建手術を検討しましょう。」う～む、やはりそう来たか。貴重な検体ということか！さすがは白い巨塔。「サポートはした方がいいですか？」と尋ねる小生に「気休めです。ほとんど役にたちません。」きっぱり答えるY先生。おいおい・・・思わず苦笑い。「それでは次回診察は 2 ヶ月後にしましょう。なにかありましたら連絡ください。」今回は無事 AM9:30 に終了。

テスト山行の候補地は、①長時間歩行はしない。②高低差が少ない。③エスケープルートが多い④コースが良く整備されているなどの理由から、裏高尾縦走と石老山を選んだ。裏高尾縦走は社会人登山の出発点だからちょうど良い。十数年ぶりだ・・・

一人ではさすがに不安なので旧友の「M氏」に同行をお願いしたところ快く引き受けてくれた。事故の下山サポートに続き感謝の念に耐えない。仕事の都合で 11 月に予定がずれ込んだが、とにかく山へ行ける・・・期待と不安のテスト山行がスタートした。

次回「裏高尾珍道中記編」に続く

## 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

\*\*\*\*\*

## ■こちら技術委員会～講師/金沢和則～

\*\*\*\*\*

### ＜春の雪山＞

陽光の山。4月半ばから5月ともなると北アルプスの山々もそんな雰囲気にも包まれる。

厳冬期では様々なフットワークのよさが必要となるが、残雪期の山となると少しだけ扉を開いてくれるので遊べる範囲が広がってくる。

岩と雪稜ミックスのバリエーションもいいし、夏なら藪で難儀するようなコースをつなげた縦走や山スキーを駆使した計画など、実り多い山を楽しめる。そして、山を下れば暖かい春の様相となれば山行の印象もさらに深まる。

でもご用心。時として冬模様に逆戻りの日々も。そうかと思えば雨模様と目まぐるしく変化するのも特徴だ。となるとウェア関係が悩むところ。厚手の冬山用ヤッケ類はかさ張るし、雨ではもったいない。「じゃ雨具がいいか」となるけど、口元くらいをカバーできる大きな風帽がついていないと、吹雪かれたときにつらい。それがなければなら目出帽なりで吹雪かれたときの対応策は考えておくことだ。

わたしはチョットだけ風帽もしっかりした雨具でこの時期は対応する。このときの雨具は春先や冬始めの期間限定使用いや仕様か。雪または雨かも・・・って両方考えられる時期だけにしか登場しない。だって夏の雨まで使うと消耗が激しくもったいない！ 夏はもう使い古しの元ゴア雨具だ(笑)。

そしてインサイドはレイヤードで対応。半袖と長袖の組み合わせ。暑さと寒さの変化に対応できる。それから足元だが、スパッツはできるだけシッカリとまともなゴア仕様を使うとよい。この時期、雪は水分が豊富。昼間、歩くときスパッツ上で融解した雪からの水が入り込む。防水のしっかりした靴を履いていてもスパッツがやわいと、せつかくのいい靴でも機能が半減する。

もうひとつ気を使う大切なことは歩き方。アイゼンワークだろう。朝方と昼間と夕刻、雪の表情が大きくかわる。凍った雪面、ところどころは氷状に、それも昼間の形のままだので凸凹していることも。そうかと思えばぐしゃぐしゃの軟雪、腐れ雪、足元すくわれ滑ったりなんて。とういこと

で臨機に対応できるフットワーク、膝の動き、重心移動が必要となる。このためにも4月の始め芝倉での春山ピッケル・アイゼンワーク講習会は大切だ(チョット宣伝・笑)。

さあ、それから出かけよう。この時期ならではの雪山スペクタクルが結構あるものだ。

そうそう GW の餓鬼岳から北燕への縦走での話。入るひとは少ないがここは夏でも登山道があるところだ。登山口の白沢から尾根に出たあたりから雪が多くなってきた。ここからずっと雪の上となる。

1日目は晴れ、2日目は耐風姿勢をとらないと飛ばされそうな風と降雪。ほとんど厳冬モード。3日目は快晴。他のパーティーは前後に入っている様子もなく、ときどきラッセルやら凍った雪面やら変化のある縦走を楽しみ、あとは北燕から燕岳そして下山へとこぎつけた。そう燕岳まで後どうみても20分ほどと思える距離だ。ここから雪山スペクタクルが始まる(大袈裟か)。

北燕の東側に夏道が通っている。ところがそちら側には大きな急雪壁が山肌から剥がれそうで剥がれない微妙な位置で連なっている。それも完全に壁になっていればいいのだが少しずつ分断され、大きな雪柱が乱立しているようだ。大きさは下まで100メートルはあるだろうか。ひとつひとつをクリアしていかないと前には進めない。おまけに雪は腐って崩れそう。西側を探れば、ここも結構スッキリ下まで見渡せる急斜雪面。でも締まっているし、切れていない、「しゃあないな」帰るにはここ突破しかないと、弱点を狙い雪を被った花崗岩スラブをトラバース。ところどころラッセルも交え先に進んだ。もう少しでクリアかと思えばノッペリ岩塔が遮る。しょうがないので東側の雪柱にトライ。いやらしげなのでロープが欲しい。

そのときは舐めていたわけではないがコース全体は夏の登山道があるところでそれほど必要はないだろうと準備の段階では考えていなかった。それでも出発直前に何気なく7ミリ 20メートルを持っていこうとザックに放り込む。おかげ

で安心を与えてくれた。計画より大幅に時間はかかったが下山予定のその日に無事帰ることができた。

悪場となったところは夏なら登山道を数分もしないで抜けてしまうところだろう。雪があること

で演出された舞台だ。時期が少しでもずれるとステージ状態は違ってくる。状況に応じて問題解決をはかっていく楽しさが残雪期の山にもある。そろそろ残雪期の山計画を考えてみるのもいいのでは。楽しいですよ。

### ◆ '05 無名山塾新春懇親会 ◆

暦の上では翌日に立春を迎えるとはいえ厳しい寒さの2月3日、ホテルメトロポリタン・桜の間にて'05 無名山塾新春懇親会が盛大に行われました。今年は岩崎主宰の還暦記念イベント一ヶ月経過の報告も兼ねています。

雑誌や本でもおなじみの山小屋の御主人や、出版社の方々、そして無名山塾会員やOBなど総勢 150 余名の参加者で会場は埋め尽くされ、今回初めて参加の私は圧倒されてしばし呆然。岩崎主宰の人脈の豊かさを改めて実感したのでした。

岩崎主宰のスーツ姿を見たのはこれが初めてではないでしょうか。見慣れないせいか、新鮮な感じがしました。何年か前入会したての頃、確かスーツを着るような場には出たくないとか何とか、おっしやっていたような記憶があります。

庶民代表の私としては、会費 10,000 のパーティーに自費で参加するのもそうあることではありません。挨拶の間も料理に心馳せ、半分も聴いていなかったような…とにかく皆さんそれぞれに、美味しいお料理とお酒、そしてなにより歓談のひとつときを大いに楽しんでいました。

まだ入会して3年少々の私にとっては存じ上げない方々がほとんどでしたが、紹介して頂いた山小屋のご主人や山塾OBの方のお話が聞けて、有意義な時を過ごすことが出来ました。抽選会では豪華景品までGET！しっかり焼酎と物々交換しました。ありがとうございました。

(同人・山野美香)



## ■□■□ 編集室だより ■□■□

ずーっと昔、ずいぶん若い頃にやったことのあるスキー。辞めた理由は、①寒いのが嫌い ②道具が重い ③ちっとも上手にならない(たぶん③が一番の理由)。

先シーズン、山塾のみんながスキースキーと楽しそうに盛り上がっているのを見ているうちに、なんだか落ち着かなくなり、また始めてみるか！という気持ちになりました。とはいえ出遅れスタート、みんなになんとかついて行けるようにならねば、と思い、今シーズン初めてスクールなるものを受けてみました。だからってすぐに上手くなるわけではないですが、あとは練習あるのみ。ということで、地道にトレーニングを積み春にはいよいよ山スキーにチャレンジ！と思っています。

何かを始めようとするとき、きっかけや踏み出す勇気って必要ですよ。幸か不幸(?)か山塾の仲間がいるお陰でそれはあっさりクリア、ですが…残る問題は費用の捻出です。

山スキー道具一式の購入となると“ヘソクリ”だけでは足りません。この歳になって、夜スナックでアルバイトって訳にもいきまい。なんとかならないかなあ…と思いを廻らせていたら、閃いてしまいました。

今年の夏、仕事でイタリア・フィレンツェに行く予定の主人について行こうと始めた 500 円玉貯金。だいたい貯まっていたわけ。イタリアにも行ってみたいけれど、夏はまた剣や泊まりの沢やクライミングで忙しい日々が続くはず。フィレンツェは…老後にでも行こうかな。

そうと決まれば話は早い、早速カタログと睨めっこ。ちょうどそのとき山岳雑誌が届きました。まるで今の私の心を読んでいるかのような山スキー道具の紹介記事には思わず笑っちゃいましたがとても参考になります。あ～、でも素人には結局なが良いやらよく分からない。

500 円玉のいっぱい詰まった袋を抱えて、とりあえずお店に行ってみよう。

(m)

～\*～\*～\* 2月の一言集 ～\*～\*～\*

◆1月は、山板・テレ板と、登山靴ならぬ板ばっか履いてました。テレマーク、「ヒールフリーでソウルフリ

ー」っていうけれど、まだまだそれには程遠く…。(久野)

◆初めての冬山で、落ちて来そうな程の星空と、モルゲンロートに染まった小仙丈を見られた。幸せを感じた。(松永)

◆スキー30年振りに滑る。カービングスキーの凄さに驚く。“魔法のスキー板”なのだ。思う様に滑れる。なんと素晴らしい板なのだろうか。カービングのお陰で昔が蘇る。(福島)

◆アイス技術研修会に参加。ステップとして得る物が多かった”ハナマル勉強会”。横川さんを独り占めしてしまいました。アイスクライミングもまた楽しい。(kuroda)

◆「チャレンジャーズ・レース 2005 Japan Cup・Tokyo Trail Run 100」ハセツネを上回る up-down と未知の距離に身体がもつのか？既に 3 ヶ月切って 4/30start！(松本)

◆ちょっと前の事ですが、昨年の大晦日に山から帰ってみると大掃除が終わっていました。わあ～、感激！でも、ちょっと母の立場もない…。今年もやさしい子供の理解と協力の下、どんどん山に登っちゃいます。(阿出川)

◆初雪山の仙丈。足下ツルツル、ずぼっ。濡らした手袋は外した瞬間にカチカチ。空手チョップ数十発見舞いなんか指が入った。反省だらけ、疲労と極寒が身にしみた…。(尾久)

◆5 月連休前に入院、靱帯再建手術の予定。目指せ 9 ヶ月で 90%以上回復。春山で再出発なるか？(矢田)

◆3月いっぱいまでグレンデスキーに力を注ぐ予定にしました。4・5月は山スキーへ！(ぶひよ)

◆スキー、すき～、好き～と、好きこそもの上手なれ。山スキー、滑りもあるけど登らないと始まらないか！？(kanazawa)

◆志賀高原は冬山よりも寒かったです。今月は山よりもスキーのことを良く考えています。今年暮れには山スキーデビューかな。(山野昭)

◆久しぶりに風邪をひく。喉が痛い。鼻が出る。頭が重い。肩が凝る。腰がだるい。眠い。(横川)



## ■1月の山行一覧

|    | 種類 | 場所   | 日程            | メンバー                                     | 記録  |
|----|----|--|---------------|--|-----|
| 1  | 自主 | 北八ヶ岳・天狗岳                                     | 12/30-31      | 斉藤(L),福田                                 | 斉藤  |
| 2  | 自主 | 南アルプス・<br>間ノ岳尾無尾根                            | 12/30-<br>1/1 | 松本(L),宮下卓                                | 松本  |
| 3  | 講習 | 南アルプス・笹ヶ岳                                    | 1/7-10        | 田中,阿出川                                   | 阿出川 |
| 4  | 講習 | 南アルプス・仙丈ヶ岳                                   | 1/7-10        | 松本,岩崎,黒田,田中,福島,神森,松永,<br>尾久,ゲスト1名        | 神森  |
| 5  | 講習 | 玉原・鹿俣山/山スキー                                  | 1/9           | 工藤,久野,伊藤幸,伊藤栄,福田,斉藤                      | 福田  |
| 6  | 講習 | 上州武尊・前武尊/<br>山スキー                            | 1/23          | 工藤,久野,福田,斉藤,遠足2名                         | 久野  |
| 7  | 自主 | 神楽峰/テレマークスキー                                 | 1/29          | 伊藤幸(L),久野,工藤,伊藤栄                         | 伊藤幸 |
| 8  | 自主 | 志賀高原・岩菅山/<br>スキー登山                           | 1/29-30       | 岩本(L),渡部,沢口                              | 渡部  |
| 9  | 技委 | 奥秩父・東沢流域<br>清兵沢手前右岸の氷/<br>アイスクライミング技術研修<br>会 | 1/30          | 横川(L),伊藤幸,黒田                             | 横川  |
| 10 | 講習 | 奥秩父・東沢周辺/<br>アイゼンワーク                         | 1/30          | 金沢,山野昭,山野美,福島,神森,松永,尾<br>久,野中,遠足1名,ゲスト1名 | 松永  |

## 月刊 岩小舎 3月号の予定

(2005年3月15日発行)

## 【掲載予定】

## □講習山行

吾妻連峰峰西大嶺/山スキー  
八ヶ岳/硫黄岳・赤岳  
八ヶ岳/峰の松目～硫黄岳～天狗岳  
八ヶ岳/西岳～編笠山

## □自主山行

日和田 RCT  
藤坂ロックガーデン RCT

☆原稿は3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～)

3月24日(木) 岩登り入門

4月21日(木) 沢登り入門

5月26日(木) 夏山サバイバルと

セルブレスキュー