

発行所 愛知県山岳連盟
 発行人 石川 富 康
 編集人 中平等 新 一
 名古屋市天白区中平3-1902
 TEL&FAX 052-802-8062

◇11月28～29日 救助技術研修会・講習会（南山） <http://www.geocities.co.jp/Athlete/1653/>



羽鳥峰に登った参加者のみなさん

少年少女登山教室（親子ふれあい登山）

のんびり楽しみながら羽鳥峰に登る

今年度の少年少女登山教室は9月26日土曜日、朝明溪谷・羽鳥峰において実施された。当日はスタッフの他2組6名の参加があり、絶好の晴天の下、途中、水遊びをしたり、クリ拾いをしたりしながら、のんびり登山を楽しんだ。参加者には4才の女の子もいたが、みんなで無事羽鳥峰に登り切り、眺望と昼食を楽しむことができた。

子供たちも、山に登りながら各自でいろいろな楽しみを見つけ、「ぜひ、次回はもっと高い山に登りたい」という感想を持つてくれた。

この行事は、「登山愛好家のすそ野を広げ、次の世代を育てよう」という目的を持つ

ていることは間違いない。今回参加した子供たちも、山というフィールドに興味・関心を持つてくれたと思う。将来、積極的に登山活動に当たってくれるようになるかもしれない。しかし、それだけでなく、公益法人としての愛知県山岳連盟がどれだけの社会貢献を行い、社会教育の一翼を担うことができるか、という意義・目的も持ち合わせている。現時点では、試行錯誤を重ねながら実施しているところであるが、回を重ねながら体制・企画を充実させ、より多くの参加者を得て盛況が得られるように、今後とも努力していきたい。

（関谷雅樹）

- ・とき 2009年11月27日(金) 19時から
- ・ところ 愛知県スポーツ会館（大会議室）
- ・どなたでも聴講できます。お誘い合わせの上、ご来場下さい。

『遭難を考える』講演会

- ・講師 佐藤 裕介 1979年生まれ
- （正月黒部横断、アラスカ・ベアーツウース初登攀、マツキンリーでの継続登攀、インドヒマラヤ・カランカ北壁初登など）
- ・主催 愛知県山岳連盟

中高年安全登山指導者講習会

好天の三日間、机上講習や
ビバークなどの実技を学ぶ

平成二十一年度中高年安全登山指導者講習会(中部地区)が、去る九月二十五日(金)〜二十七日(日)の三日間、長野県山岳総合センター及び七倉沢周辺で行われ、中部九県から三十二人の参加があった。

初日、十二時から受付が山岳総合センターで始められ、開講式が十二時四十五分に行われる。

冒頭、長登健国立登山研修所所長が「此度の講習会で遭難防止の手立てを理解していただき、中高年者登山の安全な指導に尽力して頂きたい」と挨拶。終了後は直ちに講義が始まった。

最初に「中高年の体力と登山」と題して、山本正嘉鹿屋体育大学教授が「中高年は一般登山道の下りで起こす事故が非常に多い。これは体力、特に脚力の不足が原因しており、それには脚力を強化するトレーニングが必要である。トレーニングの方法も単に階段の昇降やウォーキング、水泳などは登山には役立ってお

らず、有効なものに改善していく必要がある」などと指摘し、その後、別室において脚力や筋力強化の体力測定を行い、各自が弱点や能力を理解しながら、適切なトレーニング法を学んだ。

つづいて「転滑落の防止と危急時対策①」で、柳澤昭夫長山協会会長が「遭難要因で多いのが転・滑落である。若くても年輩者であろうと、初心者は山を歩く事に慣れていない。二本足で歩くにはトレーニングがある。山道では体力の衰えからくる疲労が加わっ



各自で体力測定を行なう

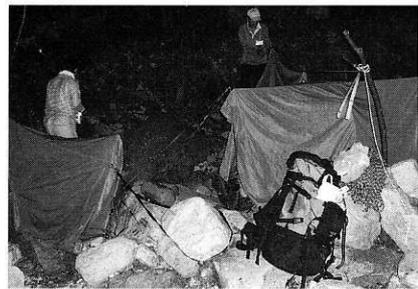
てスリップする。バランス感覚も悪くなっているので計画的なトレーニングが必要である。それを補うには、直ぐ歩き出すことはせず、ストックは必ず二本で三点支持を保ちながら歩く。そして何よりも体力をつけること」と話す。

講義終了後、バスでビバーク地の七倉沢に向かい、七倉登山案内所を下し各班毎に歩き出した。約十五分でビバーク地に着き、薄暮迫る頃に川原や林の中でツェルトが張られた。

二日目、前日からの好天に受講者は元気に朝食の準備にとりかかり、昨夜からの貴重な体験を味わった。

七時三十分、実技のためそれぞれが目的の地に移動する。最初は岩間を縫う清冽な流れの沢で、へつりのトラバースをフイックスロープを張って行われた。三点支持で横へ横へとルートを求めて移動する微妙なバランスに、慣れない人は落ちることもあった。また、上流へ遡行しながら渡渉を繰り返し、十一時三十分ビバーク地に帰着した。

後半は、林道に出て負傷者の手当、ザックと雨具による搬送、ツェルトで担架を作るなど、受講者は熱心に取組ん



林の中や川原でビバーク

でいた。実技が終ると再びバスに乗車し、黒部観光ホテルに向かった。ホテルでは入浴の後、再度講義が行われた。

小林俊夫日本登山医学会会長が「高山病への対処」について、中高年者における加齢に伴う身体機能の変化について説明され、特に登山で起こり得る非特異的の症状として、発熱、全身倦怠感、食欲不振、浮腫などがあげられた。

また、最近増えつつある「登山と突然死」について「初心者に限らずベテランの人にも起きている。入山前の睡眠不足や早朝の登山開始などが基因している。突然死を防止するにはメディカルチェックや睡眠不足をきたさない登山計画が重要である」と結んだ。

次に「転滑落の防止と危急時対策②」を柳澤会長が再度講義「凍死を防ぐにはウールの下着をつけ、風や濡れを防ぐこと。雨の中で一夜を過ごすには火を炊くことが一番、樺の生木はよく燃える。また、転滑落を防ぐにはロープの技術を身に付けること。山から生きて帰ることが重要なので、天気の良い日は行動しない。余裕のある行動をとる。そして助け合うことも大切であり、そうすることによって事故は減る」と、自身の経験をもとにユーモラスに語った。

これを以って予定された実技と講義がすべて終了し、十九時夕食を兼ねた情報交換会が行われた。班毎にテーブルに付き歌や懇談にと始終盛り上がり、和やかなうちに終了した。

三日目、朝バスで再び山岳総合センターへ移動し会議。まず、課題提起を長山協顧問・田村宣紀氏が「中高年登山の現状と課題について」発表し、つづいて研究協議で分科会が行われた。

第1分科会「リーダーの役割と心構え」第2分科会「危急時対策(実技講習に関わって)」第3分科会「中高年登山のかかえる諸課題」につい

講習会に参加して

新鮮な感動と出会い

岡崎山岳会

畑 講平

て、それぞれ別室にて真剣にディスカッションが交わされた。最後に全体会で、各分科会の発表があり、講習会は滞りなく終えた。

引き続き行われた閉講式で、受講者全員に修了証が授与され、受講者を代表して中平等新一が謝辞を述べた。また、長山協指導委員長・伊澤則昭氏が講評をし、主催者を代表して日山協副会長・内藤順造氏が「長野のやり方は、中高年に必要な事を絞ってやられ有意義な講習会になった。受講者の皆さんも確固たる技術を身につけてください。また、未組織者にどのように情報を伝えていくか、日山協も頑張ってください」と述べた。

最後に、柳澤会長が「山のハイリスクを如何に排除し克服していくか。山は中高年者にやさしくしてくれませんか。今度学んだことを持ち帰って皆さんに伝授してください」と結んで、三日間のハードスケジュールも無事終了した。

(中平等新一)
(愛知県参加者)

畑講平、宮城勝江(岡崎山岳会)、浅野直子(千種アルパインクラブ)、森嶋雅人、西チサ子(やまびこ山想会)、川瀬宣夫(知多山遊会)、中平等新一

講習会は講義と実技と研究協議で構成されている。講義では「中高年の体力と登山」「転落滑落の防止と危急時対策」、「高山病への対処」をテーマに経験豊かな講師陣が実例を基に詳しく解説された。体力測定では30秒間上体起こし(腹筋力)や5秒間ステッピング(敏捷性)などにみんな真顔で取り組み、測定値(体力年齢)に一喜一憂した。実技は七倉沢に移動して行われ、初日はツェルトでのビバーク、翌日は危急時対策としてのロープワークで、いずれも実践的で直ぐに役立つ内容だった。

17時に七倉沢のビバーク地(登山道と川原の間の林内)に到着、日が暮れる状況で各自適地を探しツェルトを張り、食事をして寝るといふ設定だ。もちろん不慣れな人は講師が指導してくれた。

翌日はハーネスを装着して日帰り装備で七倉沢を遡行しながら講習が続く。高巻き道ではフィクスロープにビレイ



沢のへつりをトラバース

を取りながらの通過で基本動作を学んだ。へつり箇所ではフィクスロープの張り方、支点の取り方、確保の仕方などをリード、セカンド、・・・、ラストの役割の違いを含めて丁寧に指導していただいた。実技は昼までで終了し、大町温泉郷「黒部観光ホテル」で汗を流した。午後の講義の後は豪華な夕食と賑やかな情報交換会で盛り上がり、部屋での二次会まで主催者、参加者ともども楽しく語らうことができた。

最終日は山岳総合センターに戻って分科会が行われ、密度の濃い意見交換を行った。今回で5度目の参加になるが、毎回新鮮な感動と出会いがあり楽しい講習会である。

実践を意識した内容

やまびこ山想会

森嶋雅人

今回縁があつて参加する機会を得て、期待と不安を抱きながら参加させていただきました。

◆1日目、講義終了後ビバーク地へと移動する。普段の山行では、ザックの底で潰れて眠っているツェルトが今回の主役だ。日没を迎え徐々に暗くなる。ヘッドランプで指先を照らすも中高年の宿命か暗がりでの作業はいつもに増して見え辛い。設営が終わる頃はすっかり闇の中。今夜は雨の予報も無く、安心して狭いながらもしっかりと作りだされた空間に横になる。外ではプチ宴会で盛り上がりつつもあつたが、これは訓練なんだと自分に言い聞かせて孤独な時間を楽しむ事にしたが、結局熟睡出来る訳もなく朝がやってきた。

◆2日目、心配していた渡渉は浅く、ロープを使つての危険箇所での転落滑防止に絞つての実技となった。2班のメンバーのレベルがまちまちのため、基本的な事を確認の意も含めて再度教えてもらう。それぞれの役割を明確にして行動開始。我が班は特にトラ

名古屋駅前の山とスキーの専門店

駅前アルプス

〒450-0002 名古屋市中村区名駅四丁目11-27 (第2トヨタビル東館1F)

TEL 052-565-1417

登山ツアーと山行計画の御用命なら!

2009年 山旅の予定満載 オールカテゴリー年間総合カタログ 無料でお届け致します お気軽に請求下さい!

オーダーメイドの山旅も承ります お見積りも無料! お気軽にどうぞ

初心者からベテランまで...国内日帰りから海外の名峰まで 高所登山の前に最適な低酸素トレーニング室を設置しています!

観光庁長官登録旅行業第1366号/日本旅行業協会正会員/ bonds保証会員

アミューストラベル株式会社

〒450-0002 名古屋市中村区名駅4-11-27 第二豊田ビル東館7階(1階は駅前アルプスさん) TEL:052-588-5617 FAX:052-588-5618 ホームページ http://www.amuse-travel.co.jp

ブルも無くスムーズに消化され、休憩中もミニ情報をゲットするなど、大変中身の濃い実技となった。

今回、いづどこでも直面しそうな現場が設定されていて、より実践に近い事が体験できたと思う。ザックとカッパを使用した搬送や実際に立木を切り添え担架を作るなど、こ

こでも実践を意識した内容であった。

◆3日間を通しての講義内容も、今の自分にとってかなりタイムリーな内容で勉強になった。

今回習得した知識・技術を持ち帰り、会の仲間や後輩にしっかり伝えていきたいと思っている。

第30回国体東海ブロック大会

成年女子・少年女子が本国体へ

7月18日(土)、19日(日)の日程で、本年度の東海ブロック大会が行われた。競技の構成は、1日目のリード競技と2日目のボルダリング競技、会場は、1日目は浜松スクエアクライミングセンター、2日目は静岡市に場所を移してビッグロック静岡であった。

力及ばず4位であった。少年女子は静岡には及ばないまでも健闘して2位に入り、見事に本国体の出場権を獲得した。本大会の山岳競技は、10月3日から5日まで新潟県で行われる。本年度は成年男子を加え3つのカテゴリーでの出場となる。健闘を期待したい。

〈成年女子〉

- 1位 愛知(戸根木麻衣、山下真奈) 2位 岐阜 3位 静岡

〈少年男子〉

- 1位 静岡 2位 岐阜 3位 三重 4位 愛知(栗原俊、堀沢良円)

〈少年女子〉

- 1位 静岡 2位 愛知(山本奈奈、田中靖乃)



ジュニアクライミング講習会

愛知県体育協会および名古屋市体育協会の補助金によるジュニアクライミング講習会が7月22日にはビッグロック名古屋、24日には豊橋のカクタスにて行われました。22日の第1回講習会には高校生35名(男子のみ)の参加があり、田中周平氏はじめ3名の講師の方からボルダリングとトップロープクライミングの講習を受けました。また、24日の第2回講習会には高校生14名(男子9・女子5)中学生2名(男子のみ)の参加があり講師の藤城大知氏より講習を受けました。この講習会をきっかけとしてクライミングに興味

味を持ち、今後につながっていくことを期待しています。今年度のジュニア関係事業の予定は以下の通りです。

◆競技普及・啓発事業(講習会)

- 第1回 7月22日(水) ビッグロック名古屋
- 第2回 7月24日(金) カクタス
- 第3回 12月24日(木) ビッグロック名古屋

◆ジュニア層強化事業(記録会)

- 第1回 9月26日(土) キューブ
- 第2回 11月14日(土) カクタス
- 第3回 1月23日(土) エイム
- 第4回 2月13日(土) ビッグロック名古屋

なお、各事業の参加資格は「中・高校生」ということだけですので、身近にそのような方がみえれば是非参加を促していただければ幸いです。(岩狭満)

第2回気象講習会

今年度の第2回(三河地区)気象講習会が9月13日(日)豊川高校を会場に行われました。講師に高体連の田辺元祥先生を迎え、気象通報の聞き取り方、天気図記号の記入方法、等圧線のひき方を中心に講習を受けました。参加者は山岳会より6名、高校生が14名でした。(岩狭満)

安心して選べる三河地区
のプロショップ

JR刈谷駅前

穂高

〒448 刈谷市校町1-13
TEL.0566 (23) 8611
定休日/火曜日
営業時間/10:00~20:00

登山用品豊富!

ビギナーからエキスパートまで

使って安心 **MERZEN** のクリップ

このほかにも各種そろえております

帽子キーパーにも便利!

フィッシュクリップ キーパークリップ パワークリップ

株式会社マーゼンプロダクト

〒470-0112 愛知県日進市藤枝町小山645 Tel.0561-73-3411

気象講習会に参加

イノアックコーポレーション

徳永 三男

気象についてはテレビ、新聞の予報などで登山するところの降水確率をみるぐらいの知識しかありませんでした。この講習会で天気図の書き方

春山合宿報告

剣岳・早月尾根

チーム猫屋敷

・メンバー 山口・森山
今回の合宿は、夏に予定しているマッターホルン登頂のための技術習得並びに体力強化として山口が計画立案してくれた。

4月29日 晴れ

6時10分 馬場島駐車場を出発。松尾平付近から雪が現れ、先日降った雪でトレースは全く無い。ゴールデンウィークは、我々が初めての登山者のようにだ。高度を上げるに従って、小窓尾根、三の窓など見えてきた。剣一帯は、どこから見ても神々しい。
14時30分 早月小屋着。テントは、我々のテントのみ。日中は気温が高く小屋の屋根から落ちる雪解け水を水筒や鍋で集め、水作りのお仕事はな

見方の基本を教えていただき、天気予報の見方が変わってました。気圧の動き方なども今後よくみて登山するときの参考にしていきたいと思えます。今後ともこういった基本になる講習会を開催してもらえると助かります。

し。その後早月小屋に、数人の登山者が泊まりに来た。
4月30日 晴れ
薄明かりの中、4時30分出発。雪は適度に締まっておりアイゼンがよく効く場所も有るが、凍った斜面に新雪が積もっているので緩い斜面でもしっかりとアイゼンを掛けないと雪ごと流されて行ってしまう場所も多く苦労した。

先頭の山口が付けてくれるトレースへ確実にアイゼンを効かせながら慎重に登っていく。歩き始めて2時間、急な雪壁をキックステップで登って行く目筋に剣岳が現れる。ここからが核心で、やせ尾根や傾斜のきつい斜面を行く事になる。途中、岩場を巻いて登ろうとするも斜面がアイスパーン状態。ここでハainesを付けザイルを出した。尾根伝いにいけない場所は、雪面をクライムダウンとトラ

パスを交えながら進む。カニのハサミのところは鎖がほんの少し出ているだけでほとんど雪壁になっていた。早月尾根の稜線から頂上稜線に向かって正面にみえる急なルンゼは、新雪が風で飛ばされアイスパーン状態だが、ルンゼの上部に支点があり、それほど傾斜もないので最短距離で刃の稜線に出る事にした。登山道ではないので落石や浮石に気をつけながらルンゼを抜ける。稜線へ出てから山口が先頭を譲ってくれる。ナイフリッジ状の稜線を慎重に行くと祠の屋根が雪の中から出ていた。9時40分山頂到着。山頂は、我々2人だけ。富山県警のヘリが頭上を旋回して行つた。無風快晴、360度の大展望。振り返ると早月尾根に我々のつけたトレースが早月小屋へと伸びている。他には、源治郎尾根と別山尾根にトレースがあった。

今日中に名古屋へ帰る我々には、景色を楽しんでいる時間は余り無く10時15分 下山開始。最後の急なルンゼなど2か所所懸垂下降。雪面をトラパスした所などでザイルを出した。雪も腐り始めていてアイゼンが効きにくく雪の下が凍っている斜面は、不用意に足を置くとすぐに流され

指導部勉強会

初心者も参加の「読図」

9月28日(火)午後7時30分から県スポーツ会館に於て、23人が出席して行われた。
勝野準生指導委員長が「勉強会には名古屋、東三の両会場とも熱心な皆さんが多く出席され嬉しく思っています。道迷いを防ぐには読図は大切な事なので、ぜひ勉強していただく」と述べた。講師は坂口公美さん。

まず、布で山の模型を作つて地形を覚える。更に地形図の見方、コンパスの使い方、磁北線など学び、地図の登山道は稀に間違っていることがあるから、登山道を見るのではなく地形を見る。どのような地形を通るか予想しておく。また、距離を測るのに歩測を用いるのも有効である。など聞きながら、実際に地図上で全員が順番にルートを通つたりました。

名古屋・伏見 長者町の山用品専門店

MOUNT & OUTDOOR GOODS PRO SHOP
ステラルピーナ
(旧ジャッツバーム)

名古屋市中区錦二丁目5-31 長者町相互ビル2F ☎052-231-0739
営業時間/11:00-8:30pm (日曜日は7:00pm迄)

CLIMBING PARK 東三河初のクライミング施設



http://climbing-park.com

☎0532-26-3737

住所:愛知県豊橋市関屋町138番地

MONTANA
モンタニア

住所 愛知県豊橋市萱町5番地 ☎0532-55-0125 http://www.montania.jp

日山協・無雪期レスキュー講習会に参加

中身の濃い講習に充実感!!

指導普及部長 高木 宏

9月4日～9月6日の2泊3日間でレスキュー講習会に参加しました。今年度より文部科学省登山研究所が独立行政法人になり社会人一般向けのレスキュー講習会は、日本山岳協会がTOTOの補助を受けて登山研究所に替わって、年2回開催することになったものです。

9月4日13時開講式後、全体講習として「山岳遭難事故・登山のリスク管理」を遭対委員長の内博氏、「最新の応急手当」をいさむ英彦氏が講義されました。その後クラス別(縦走13名、セルフレスキュー12名、チームレスキュー3名)に別れての講習となり、私のクラス(チームレスキュー)では、講習内容と装備についての説明と注意があり1日目は終了となりました。夕食後は、青山千彰氏による「トムラウシ山の遭難」の事故状況のビデオと説明を受け、事故に対する意見交換が行われ

ました。

2日目・3日目は各クラスの講習が室内トレーニングルーム・屋外岩壁訓練棟を使用して行われました。チームレスキューでは、2日目は支点の構築、ルート工作、懸垂下降での救助、ディスタンスコントロールによる救助、負傷者の搬送、ライジングの実技講習を(検証をいくつか)実践し、3日目は事故を想定してのシミュレーションを行いました。

主任講師の町田幸男氏は谷川岳で救助隊副隊長として活躍されている方でもあり、実際に救助現場で使っている技術・システム・考え方を熱心に指導して頂きました。講習生3名に対し講師4名の構成だったため、非常に中身の濃い講習を受けることができ感謝しています。今後この講習内容を愛知岳連に伝達できるように努力したいと思います。

第64回国民体育大会

愛知卓勢健闘も入賞逃す

第64回新潟国体山岳競技が十月三、四日上越市安塚B&G海洋センター特設会場で行われた。愛知卓勢は成年男女少年女子が出場し健闘したが、入賞できなかった。

成績は次のとおりです。

▼リード競技

成年男子19位(大山、守口)

成年女子14位(戸根木、山下)

少年女子16位(田中、山本)

▼ボルダリング競技

成年男子15位(大山、守口)

成年女子11位(戸根木、山下)

少年女子16位(田中、山本)

救助技術研修会講習会

■募集要項■

1. 日時 11月28日～29日
 2. 場所 豊田市・南山岩場
 3. 参加資格 愛知岳連会員
 4. 内容
 - ・28日指導員研修会
 - ・29日一般会員講習会
- いずれも①A縦走コース
②B1岩場初級コース③B2岩場中級コース
5. 参加費 10000円
 6. 申込締切 11月10日(金)
 7. 申込先 高橋優
- ☎0568・78・3943
尚、机上勉強会を豊橋11/11名古屋11/17に行います。

◆11・12月スケジュール

月日	内容
11. 3	県民登山教室(白滝谷道～広沢道)
11. 4	常任理事会(OMCビル)
11. 7～8	高体連・新人大会(釈迦ヶ岳)
11.11	指導部勉強会(三河)
11.17	”(名古屋)
11.22～23	鈴北岳植生保護～自然観察会
11.27	「遭難を考える」講演会(県スポーツ会館)
12. 1	常任理事会(OMCビル)
12.22	冬山遭難対策会議(県スポーツ会館)



観光庁長官登録旅行業第490号/(社)日本旅行業協会正会員

ALPINE ツアー サービス

海外トレッキング/世界の山旅 専門旅行会社
まずは「ツアーカタログ」ご請求下さい

個人&グループでのご利用お待ち申し上げます

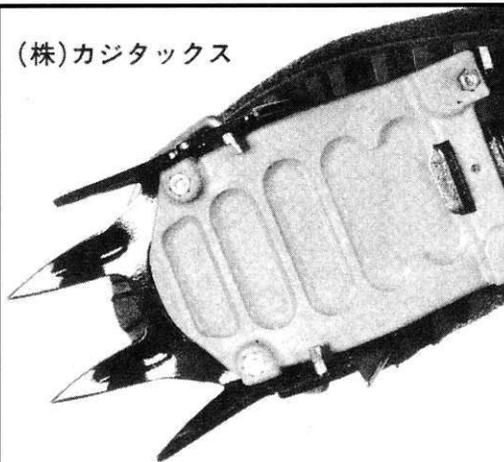
名古屋営業所 TEL: 052-581-3211

〒450-0002 名古屋市中村区名駅3-23-6 第2千福ビル8階

FAX: 052-561-8338 E-mail: nagoya@alpine-tour.com

ホームページ http://www.alpine-tour.com

(株)カジタックス



KAJITAX

雪稜・氷壁・銀世界

自然派のグッドパートナー

〒487-0024

愛知県春日井市大留町598 ☎0568-51-5110, FAX51-7799