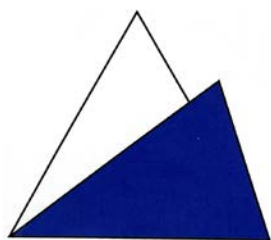


会員と千葉県連盟をつなぐ

ちばニュース

2019年11月号



千葉県勤労者山岳連盟

Chiba Workers Alpin Federation

2019年11月1日発行 通巻319

晩秋の山は日暮れが早い
道迷い・ヘッテン忘れは
大事故のもと

1 1 月号目次

・ 目 次	2
・ 1 0 月理事会報告	3
・ 第 1 4 回ワンコイン講習会案内	5
・ 房総ロングハイク案内	6
・ 夏山特集・東葛山の会	
・ 巻機山 羽鳥健一郎	7
・ 北アルプス縦走	8
・ 塩見岳	9
・ ハイキング委員会・リレーエッセー	
・ 東葛山の会 羽鳥健一郎	1 0
・ こまくさHC 山口 洋子	1 1
・ 県連予定表	1 2

表 紙 説 明

高瀬ダム～烏帽子岳～水晶岳～赤牛岳～黒部ダム
北アルプス夢のパノラマコース縦走を成し遂げて大満足の
「東葛山の会シニア女子隊」の勇姿です。

千葉県連 10月理事会報告

寺崎 眞理（ちば山の会・県連理事）

1. 日 時 2019年10月17日(木) 19時～20時30分
2. 会 場 船橋市西部公民館
3. 出席会 ちば山の会、君津ケルン山の会、船橋勤労者山の会、松戸山の会、
ふわくハイキングサークル、東葛山の会、千葉こまくさハイキングクラブ、
山の会「岳樺クラブ」、かがりび山の会、市川山の会、まつど山翠会、
まつど遠足クラブ1年さくら組
- 役 員 広木会長、鶴田副理事長、古瀬顧問、小林会計、伊東教育遭難対策委員長、
桑原ハイキング委員長、菅井自然保護委員長
4. 議題・討議事項
 - (1) 各委員会報告
 - ① 教育遭難対策委員会
 - 事故報告
 - ・73歳女性、栗駒山で足を滑らせ、右手腕不完全骨折
 - ※69～82歳の怪我が多い。
 - ② ハイキング委員会
 - ・ロングハイクの下見 10月24日(木) ハイキング委員5名で行う。
 - 詳細については、11月12日のハイキング委員会で決定する。
 - ③ 組織委員会（アンケートについて）
 - ・10月11日に委員会を実施した。
 - 後期活動方針…2年ごとに同様の内容でアンケートを実施し、退会の背景・傾向を把握して、各会の会員数減少に歯止めをかけ組織強化の参考にしよう。
 - ・各会の現状と問題を把握する。
 - ④ 自然保護委員会
 - 次年度の、クリーンハイクは5月30日(土)に実施する。
 - ※2020年度・関東ブロック自然保護集会の実施当番のため、実施日・宿泊場所等について12月4日(水)の自然保護委員会で決定する。
 - 東大演習林か大山青年研修センターを考慮中、参加・協力をお願いします。
 - ※全国自然保護担当者会議 11月17日(日)(全国連盟事務所) 菅井委員長参加。
 - ⑤ 女性委員会
 - ワンコイン講習会(11月17日(日) 13時・船橋市西部公民館2F)
 - ※講師：安村 淳氏 「安心安全のためのエネルギーと水分補給法(資料:別紙)」
 - (2) 議事
 - ① 県連総会（実施日3月7日決定、会場は抽選待ち）について…
 - 総会資料について（総会議案書・県連規約類・加盟会活動報告等）
 - ・議案書・・・2年間（2018年度・2019年度）の活動報告（1ページ）
 - 次年度（2020年度・2021年度）の活動方針案（1ページ）
 - 委員会活動を中心に、代表者会議、ちばニュース交流会を加える。

- ・加盟会活動報告は紙ベースで作成せずに、県連ホームページに掲載する。
- ・資料作成スケジュール 締め切り・12月末、1月理事会で討議、2月印刷（外注考慮中）、2月理事会で各会に配布予定。（提出はメール添付で広木会長まで）
- ・文書作成は基本・ A4・余白全て25mm・横書き・MS明朝・12ポイント
- 総会の進行に関する役員選出（議長 2名・書記 2名）
- 県連役員の選出（欠員役員選出を最重点・各委員会への参加者増員）
- ※会場千葉県総合スポーツセンター宿泊研修棟大ホールが万一使用できない場合は（抽選外れ等）、他会場になるが日時は変更しない。

②その他

- 今回の台風被害へのボランティア活動について
 - ・会長…個人的には実態把握を行ったが、県連としては具体的に決定していない。今後状況によっては各会に支援要請を検討して行きたい。
 - 当面は、個人・会で自治体などの支援活動への参加を検討して下さい。
 - ・会員、知人で、ボランティア支援が必要である場合には連絡をお願いします。
 - ・原則的に、ボランティア支援は交通費、食事は自己負担をお願いします。
 - ・意見・問い合わせ等は、広木会長まで
- 県内の山の台風被害状況について
 - ・高宕山、八良塚は倒木が多い。登山道が崩落している箇所もある（東葛山の会の会員3名が、山行（10/17）で確認した。）
- ※「房総の山50選」等についても被害状況を調査して行きたい。
- 永年表彰（入会20年）会員の報告を全国連盟事務局に12月31日までにする事。同時に県連（広木会長）にも報告用紙をメール添付で送って下さい。
- 2019年11月末の会員数を報告して下さい。（広木会長まで）
 - ・次年度の連盟費算出の根底になります。（締め切り12月理事会）、2月末基金更新月
- 全国連盟総会 2月15日～16日 府中市・ホテルコンチネンタルで実施。千葉県連より 代議員 3名選出、希望者は広木会長まで。
- 10月19日（土）13時・全国事務所 関東地区・労山基金実務担当者説明会 千葉県連 5会より5名参加ありました。
- 県連55周年記念行事について（2021年）
 - 現在白紙です。
 - 役員会・理事会を中心に検討し、県連総会に提案する。
 - 個・会の意見・要望、委員会行事等をお寄せください。

以上

千葉県連盟 第54期（2020年度）・第55期（2021年度） 定時総会について
 下記日程で実施しますので参加・協力をお願いします。
 詳細については、後日連絡をします。

- ・実施日 2020年3月7日（土）13時より
- ・会場 千葉県総合スポーツセンターツ宿泊研修棟（予定）
- ・代議員 会員10人に1人

総会役員（議長・書記）の協力をお願いします。

第14回ワンコイン講習会

主催 千葉県連盟女性委員会

テーマ

「安心安全登山のための

エネルギーと水分補給法」

登山のエネルギーには

おにぎりが一番・・・なぜ？

科学的に教えます



下山中の転倒・滑落は、エネルギー切れが一因！
正しいエネルギー補給を学んで、事故防止をしよう

講師 安村 淳 先生

「マウンティンゴリラ登山学校」を主宰し、安全登山・自立した登山・生涯登山をテーマに活躍中。千葉県連では、昨年に続いて5回目の講演会です。

実施日 2019年11月17日（日）13時～16時

場 所 船橋市西部公民館2階（JR下総中山駅より徒歩10分）

参加費 ワンコイン（500円）（労山会員外も同額です）

- ・ 問い合わせ先：千葉県勤労者山岳連盟 ホームページ・事務局への問い合わせ
- ・ 労山会員外の参加を歓迎します。友人・山仲間を誘って下さい。

第 36 回 房総ロングハイキング募集

主催 千葉県勤労者山岳連盟ハイキング委員会

日 時 2020 年 1 月 25(土)～01 月 26(日) 一泊二日 (当日参加可)

集 合 七里川温泉：沖津屋 25 (土) なるべく 16 時 30 分迄に集合
26 (日) 当日参加 6 時 30 分集合

君津市黄和田畑 921-1 電話 0439-39-3211 フリーダイヤル 0120-397428

26 日コース 七里川温泉 7:00 出発—石尊山 7:40/45—岩場下 8:00—岩場上 8:20/40—三角点
(235m) 9:20—林道・大福線 9:30/40—産廃処理場 10:30/40—坂畑線・山道入り口 (記念道標)
10:45—林道 11:30 (昼食) 12:00—山道入り口 12:10—川越藩・横尾番所跡・道しるべ六面塔地蔵
(竹藪の中) 12:40/45—最後の林道 13:00/10—(手掘りトンネル 2ヶ所)—坂畑民家—亀山コミュニ
ティーセンター14:00/10 (トンネル)—亀山駅駐場 14:20 着予定 解散 各地
歩程約 7 時間 30 分 (休憩を含む) 行程は道路状態で多少の変更あります。

25,000/1 地図 「上総中野」「坂畑」

募集人員 60 名位 少々の雨天決行：荒天の場合は中止

費 用 6,000 円 (一泊二食と弁当、移動) 当日参加 1,000 円 (弁当、移動、)

締 切 12 月 27 (金) 各会責任者へ申し込む

直接電車で参加の方

電車時刻 (往) JR 久留里線 木更津発 13:01 上総亀山着 14:11

上記着の時刻に合わせて送迎車が出ます。時刻に変更有注意

自家用車：直接七里川温泉に来て下さい。スペース 5 台位 (出来れば JR でお願いします)

行動予定

01 月 25 (土)	16:30～	受付開始
	17:30～	挨拶、ガイダンス (日程、コース説明)
	18:30～	夕食、交流会後就眠
01 月 26 (日)	6:00	起床、掃除、支度
	6:30	朝食 (弁当を受け取る) (食事は自由)
	7:00	宿前 出発
	14:20	亀山駅着 (車の方は宿のバスで送る)

電車時刻 (復) 亀山駅発 14:26 木更津着 15:35 着 時刻に変更有注意

尚、東葛地区 (東葛、松戸、柏、我孫子) はバス利用して、前日軽登山してから
集合地 (七里川温泉) に行く事にしました。11,000 円 (バス代、1 泊 2 食 弁当、)

行先 房総の海岸を歩く (浪花駅～御宿駅 歴史探訪) 東葛地区以外方参加歓迎。

二日目 合同山行 房総ロングハイキング

※各会纏めて、申し込み先 ハイキング委員長 松戸山の会 桑原年一 まで
申し込み問合せ連絡先 ふわくハイキングサークル 実行委員長 田中 康男
(TEL/FAX 0436-25-0109)

東葛山の会 8 月山行報告

羽鳥健一郎

9 月 4 日の第 1 例会で報告された 8 月の山行報告は 14 件で延べ 47 人の参加でした。今年は悪天候のため会山行 1 件と数件の個人山行が中止になっています。その中で 4 件の夏山報告を致します。

【巻機山に登る】

8 月 1 日から会山行で巻機山に行ってきました。当初、1 泊 2 日の新幹線利用の計画でしたが人数が少なかったので私有車で 2 泊 3 日に変更。参加者は女子 1 名、男子 5 名の 6 名。現在、東葛山の会は会員 55 名で平均年齢 71 歳ですが今回の参加者は 60 歳台 2 名、70 歳代 2 名、80 歳代 1 名で平均年齢は丁度 71 歳でした。鎌ヶ谷から車利用で前泊は塩沢の清水部落の民宿。翌日下山後は六日町の温泉宿に一泊し最終日は塩沢の市内見学をして帰りました。

真夏の巻機山は暑かった。各自が水 3 リットルを持ち井戸尾根コースを往復しました。桜坂登山口を 5:15 に出発し山頂到着 10:45 で、登り 5 時間 30 分。帰りは 4 時間で来た道に戻り 15:05 に桜坂駐車場に着きました。シニア 6 人で真夏の約 10 時間を頑張りました。2 泊目の六日町「さくり温泉」は穴場です。一泊 2 食で 6,100 円しかも天然温泉。数年前「山と溪谷」に紹介されました。



烏帽子岳～水晶岳～赤牛岳～奥黒部ヒュッテ～黒部ダム

(東葛山の会) 桐生 千恵子

3年越しの計画がやっと実現しました。昨年は夜行バスで出発の計画でしたが、今回無理はしないで前夜泊としました。

8/3(土) 標高 1270m 高瀬ダムから烏帽子岳 2628m へ。大汗を流して稜線に出た時の感動、北アルプスやっぱり好き。

8/4(日) 烏帽子小屋から水晶小屋までの 3000m の稜線歩き。咲き乱れる高山植物に癒されて、グルリと周りの山々は名峰揃い、見飽きることがないが雷が来ないうちに小屋に入ろう。

8/5(月) 水晶小屋～水晶岳(2986m)～赤牛岳～奥黒部ヒュッテ(1500m)まで読売新道を歩く。『今日が大本番』苦しい歩きも嬉しい悲鳴・

8/6(火) 梯子と階段のスリル満点の登山道と平ノ渡で船に乗り黒部ダムへ。「頑張ったね」とお互いを誉めあった。

最高の天候に恵まれて北アルプス縦走を堪能してきました。

東葛シニア女子隊 3 名です。



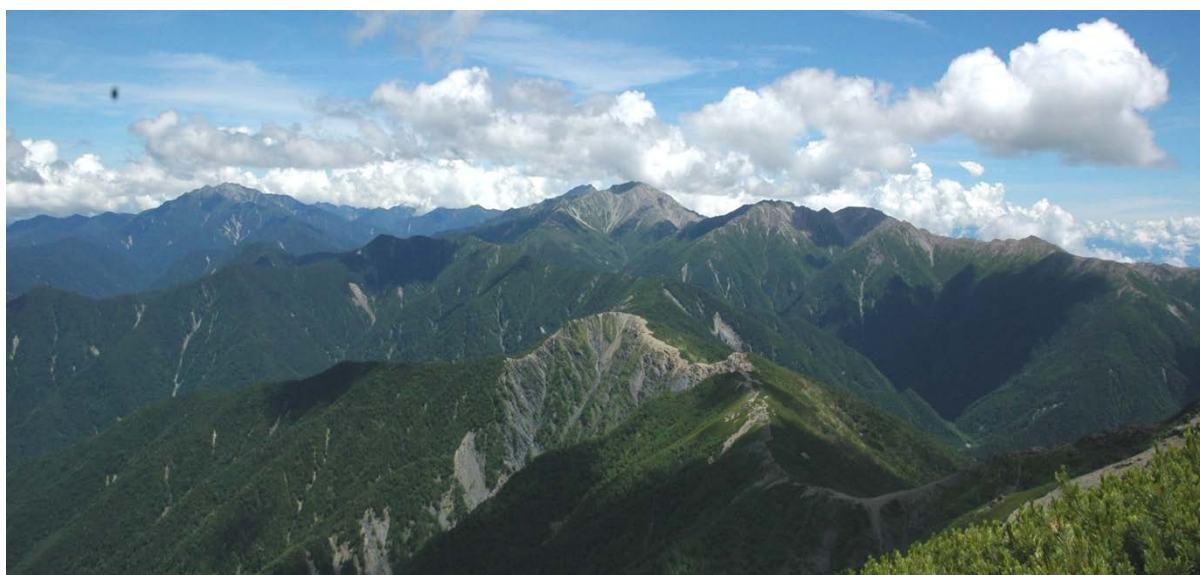
三年越しの 塩見岳 のんびりハイク 2019 年 8 月 6 日～9 日

鳥倉林道＝三伏小屋（泊）＝ 塩見岳 ＝塩見小屋（泊）＝鳥倉林道＝大鹿村（泊）



山頂付近は、遠くから眺める山容とは似つかぬ、岩稜の険しい山でした（写真上段）。

展望は素晴らしく、遥か彼方、雲海上に大日・鷲羽・水晶・槍… が。そして眼前には千丈・甲斐駒・間ノ岳・農鳥が仙塩尾根の奥に鎮座していました（写真中段）。



8 時間掛けてのんびり下山。三年越しの念願が叶ったので、大鹿村で祝賀のもう一泊。一日ひとグループ 限定の離れの宿（写真下段）。

大鹿村 36（さぶろく）災害（昭和 36 年大西山崩落で 42 名が呑み込まれ死亡）の慰霊歌をご主人が歌い、奥様が物悲しい仕草で踊ってくれました。「桜は散っても、悲しみは散らない…」と。

リニア新幹線トンネル掘削工事でゆれる大鹿村。塩見岳という雄大な大自然の麓の美しい村に、二度と 36 災害のような、哀しみに呑み込まれない村作りをして欲しいと、切に願うばかりです。



（東葛山の会 山口洋子記）

涼しかった「棒ノ折山」

東葛山の会 羽鳥健一郎

八月は一勝二敗でした。天気には振り回されて切符のキャンセルで疲れしました。他の仲間も同じストレスがたまっていたようでした。九月初めに「棒ノ折山」のお誘いがありました。私は初めての山でした。5 時間ほどの日帰り山行で大変涼しい思いをしました。川沿の山道はマイナスイオンを浴びながら快適に登れました。また巨岩も多くスリルもありました。お陰様で八月のストレスが解消されました。

台風 15 号で房総半島は大きな被害が出ました。秋の山行は何とか天候に恵まれんことを祈っております。

「棒ノ折山」七首

飯能の駅で乗り換え名栗湖へ車窓に映える^{さるすべり}百日紅愛で
棒ノ折山を目指して白谷の沢沿いの道冷氣に溢れる
棒ノ嶺巨岩奇石をすり抜けてマイナスイオン浴びつつ登る
両側の巨岩が迫る沢沿いをスリル楽しみ目指す棒ノ嶺
新緑や紅葉の頃は如何かと期待膨らむ棒ノ嶺行く
さわらびのお湯に浸かりて振り返る変化に富んだ日帰りの山
池袋途中下車して久々にロマンス通り「千登利」で一杯



ハイキング委員 金井 厚子（千葉こまくさHC）

50歳を過ぎたころから、ハイキング程度の山歩きができたらいいなと思い千葉こまくさハイキングクラブに入会しました。

登山があると初めて知りました。半年ほど過ぎたころ奥多摩の六つ石山に登ったとき暑かったのもあって、息はキレるし心臓はバクバク、ギブアップ寸前でした。

ママさんバレーを30年以上やっていたので、体力には自信があり、ちょっとなめていたとおもいます。登山は全く違うスポーツなんだと初めて気がつきました。それからはコツコツ登り、息切れしないコツも覚えていきました。

もう一つ山で気づいたのは、高所恐怖症、一番怖かったのは北アルプス剣岳での下りのハシゴでした。岩とハシゴが20センチほど離れてついています。その谷底を見てしまったのです、心臓はドキドキ足が震え前に出なくて何秒か固まってしまいました。後ろから「先に行くね」と言われ我に返りました。目をつむってなんとか、ハシゴに取りついて震えながらも、ホッとしたのを今でもはっきりと覚えています。

今年のお正月、登山者を追いながらドローンから見た剣岳をテレビで観て、その素晴らしい風景を堪能しましたが、私にはほとんど記憶がなく前と足元だけを見て歩いたようです。今も谷側は苦手ですが懐かしい思い出です。

山のやの字も知らなかった者が20数年続けてこられたのは、たくさんのリーダーに支えられた幸せと感謝でいっぱいです。

2020年労山カレンダー協力をお願い



2020年労山カレンダーは、従来大型版から「A4中綴じ28ページ」版に変わりました。定価は、一部1,000円ですが、各会には800円で全国より送料無料で送ります。申し込み、支払いは次の通りです。

- ・申し込み：全国連盟事務局に申し込みをお願いします。

同時に、東葛山の会・羽鳥県連理事にメール連絡をお願いします。

メールアドレス hatori0227@jcom.home.ne.jp

- ・支払いは、県連・広木までお願いします。12月理事会に持参するか、下記口座に振込をお願いします。

ゆうちょ銀行：10530-71800571 広木 国昭

例年に比べて、申し込み部数が少ないので協力をお願いします。

県連予定表

11月		
日付	曜日	会議・イベント
1	金	
2	土	
3	日	文化の日
4	月	
5	火	女性委員会 17時～@けん連事務所
6	水	
7	木	
8	金	
9	土	
10	日	事故防止・経験交流会@富津市民の森
11	月	役員会 19:00～@県連事務所
12	火	ハイキング委員会 19:00～@県連事務所
13	水	
14	木	
15	金	
16	土	全国自然保護担当者会議 11/16-17
17	日	ワンコイン講習会 船橋市西部公民館
18	月	
19	火	
20	水	
21	木	県連理事会 19:00～@船橋西部公民館
22	金	
23	土	勤労感謝の日
24	日	
25	月	教育遭難対策委員会 19:00～@県連事務所
26	火	
27	水	
28	木	
29	金	
30	土	組織委員会アンケート締め切り

12月		
日付	曜日	会議・イベント
1	日	
2	月	役員会 19:00～@県連事務所
3	火	組織委員会 18:～@県連事務所
4	水	自然保護委員会 18:00～@県連事務所
5	木	
6	金	
7	土	
8	日	
9	月	
10	火	
11	水	
12	木	県連理事会 19:00～@船橋西部公民館
13	金	
14	土	
15	日	
16	月	
17	火	
18	水	
19	木	
20	金	
21	土	
22	日	
23	月	教育遭難対策委員会 19:00～@県連事務所
24	火	
25	水	
26	木	
27	金	
28	土	
29	日	
30	月	
31	火	

事故発生時の連絡先

- ①教育遭難対策委員会へメールまたはファクス
 メール： itou2385@yahoo.co.jp（伊東）
 ファクス： 043-271-4704（岡田）
- ②全国連盟事務局にメールまたはファクス
 メール： jwaf@jwaf.jp
 ファクス： 03-3235-4324

連盟費の振込先はこちら！

郵便振替口座 00160-3-0481509
 千葉県勤労者山岳連盟

発行者： 千葉県勤労者山岳連盟

発行責任者： 広木国昭

住所： 〒261-0013 千葉市花見川区幕張本郷

電話： 043-306-1190

HP： <https://www.cwaf.jp>

E-mail： rousanchiba@grape.plala.or.jp

気になること（事故一報より）

千葉県連の、2019年の事故発生件数が、前年を越えました。事故の内容は、つまづき転倒による手首骨折や足首捻挫などが多いようです。

軽い事故で済んでいますが、転倒滑落等重大な事故になったケースもあります。これらは、全国的な傾向で、県連でも年々増加しています。

これは、会員の高齢化にも関連すると思います。

高齢化に積極的に取り組んでいる会もあります。

80歳記念山行の企画、温泉・花・史跡めぐり等、山仲間と共に高齢を楽しんでいる報告もあります。

県連として、何時までも山に行ける体力づくり、初級登山者講習会等に取り組んでいます。

高齢会員の積極的な参加を期待しています。

1-29-18 レジデンス幕張台 101号室