

会員と千葉県連盟をつなぐ

# ちばニュース

2023年11月号&12月号



## 千葉県勤労者山岳連盟

Chiba Workers Alpine Federation

2023年12月1日発行 通巻367号

**冬山到来！**

**綿密な計画で安全登山を…**

## 11月号&12月号（合併号）目次

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| ・ 目 次                             | 2  |
| ・ 10月理事会報告                        | 3  |
| ・ 11月理事会報告                        | 7  |
| ・ 関東ブロックセルフレスキュー講習会報告（教育遭難対策委員会）  | 11 |
| ・ クライミング講習（入門編）報告（教育遭難対策委員会）      | 14 |
| ・ 関東ブロック自然保護集会報告（自然保護委員会）         | 16 |
| ・ 山行報告：紅葉の志賀高原を楽しむ（市川山の会）         | 19 |
| ・ 山行報告：房総の山復興プロジェクト「富山」（ハイキング委員会） | 21 |
| ・ 山行報告：ナヤカンガ（ネパール）（船橋勤労者山の会）      | 22 |
| ・ 山行報告：ネパールトレッキング（海外委員会）          | 25 |
| ・ 山行案内：房総ハイキング（ハイキング委員会）          | 27 |
| ・ 12月・1月予定表                       | 28 |

『11月号』は、編集者の都合で休刊とし、『11&12月号の合併号』としました。

**個人情報があるので取り扱いには留意して下さい。**

『山行報告』や『集会報告』などの投稿をお待ちしています！

その際の『書式』は、可能な限り次の通りでお願いします。

**ワード、A4、横書き、MS 明朝、12 ポイント、余白：上下左右各 25mm**

写真などを挿入しても、別にお送りいただいても結構です。

『表紙用写真』も募集しています！（写真説明を添えてください）

毎月 **20 日頃**を目処にメールでお送り願います。

<送付先> 機関誌委員会 廣木國昭委員長 [danphiro@jcom.zaq.ne.jp](mailto:danphiro@jcom.zaq.ne.jp)

委員：安彦秀夫 [mt25hm4abichan49@gmail.com](mailto:mt25hm4abichan49@gmail.com)

### <表紙写真説明>

#### 『富山(とみさん)』北峰広場にて

11月23日(木：勤労感謝の日)に、『房総の山復興プロジェクト』の呼びかけで、千葉県内3山岳団体が、登山道整備などをした山々をそれぞれ歩き、復興状況などを視察しました。

千葉労山として、『富山(西尾根…北峰…南峰…福満寺の周回コース)』を56名の参加で歩きました。『西尾根』は歩きでのあるコースとのことで、周回コース以外のコースを歩かれた参加者もいました。写真は、北峰広場での集合写真です。(編集子)

千葉県勤労者山岳連盟 2023 年 10 月 理事会議事録

作成者：まつど遠足クラブ 1 年さくら組 鈴木

日 時 2023 年 10 月 19 日（木）19:00～21:13

場 所 ZOOM 利用オンライン会議

参加者一覧（2023 年度）

|       |           |   |          |   |             |   |                  |
|-------|-----------|---|----------|---|-------------|---|------------------|
| 県連理事  |           | × | 松宮（市川）   | ○ | 野田（かがりび）    | ○ | 深草（あびこ）<br>（代）高橋 |
| ○     | 藺田（ちば）    | ○ | 西岡（ちば）   | ○ | 五木田（こまくさ）   | ○ | 羽鳥（東葛）           |
| ○     | 酒井（船橋）    | ○ | 田中（ふわく）  | ○ | 今井（茂原）      | ○ | 渡邊（松戸）           |
| ○     | 鈴木（まつど遠足） | ○ | 小林（山翠会）  | × | （仮）豊田（らんたん） | ○ | 戸石（民医連）          |
| ○     | 荒井（岳樺）    |   |          |   |             |   |                  |
| 県連役員  |           | ○ | 広木（会長）   | ○ | 野田（理事長）     | × | 具志堅（副理事長）        |
| ○     | 菅井（自然保護）  | ○ | 伊東（教遭）   | ○ | 安彦（海外）      |   |                  |
| 全国連役員 |           | ○ | 石川（副理事長） | ○ | 山本（理事）      |   |                  |

○：出席、×：欠席 理事と役員兼務の場合は理事の方に記載

## 議 事

### 1. 理事長挨拶（野田）

10 月になり急に秋らしくなってきました。気温の変化が激しいので皆様体調に気を付けてお過ごしください。紅葉の季節となりました。秋の登山を楽しみましょう。

来年 3 月総会の準備を開始します。各委員会活動のまとめと来年度の準備を始めてください。県連の会計年度は全国連と同じ 1 月～12 月です。

岳人あびこ深草さん、病気が回復したので暫くぶりに参加されました。

### 2. 役員会報告（広木）

10 月 12 日（木）オンライン役員会 13:00～15:00

- 1) 来年度総会の準備について
- 2) 船橋勤労者山の会より提案のあった、県連事務所使用料金について
- 3) 各委員会活動について
- 4) その他

### 3. 各委員会報告

#### 1) 教育遭難対策委員会（伊東）

##### ①事故報告

団体名：千葉こまくさハイキングクラブ

日時：2023 年 8 月 6 日 場所：秋田駒ヶ岳 事故者：79 歳 男性

状況：横岳から焼森岳に到着後、休憩を取り、火山石の細かい石に足を滑らせ転倒、自力で下山。翌日、太腿が腫れたため整形外科を受診。

傷病名：右足太腿の肉離れ 事故の原因：転倒

※ 事故一報は教遭委員会（伊東）へ速やかに提出してください。

## ②クライミング講習

②-1. 10/1 10時～12時 五回目実施 場所：グリーンアロー海浜幕張店  
講習生二人ペアでリードクライミング訓練

②-2. 10/29 六回目（最終） 外房の鶴原岩峰にて訓練予定  
来年度も継続の予定。リードクライミングができるようになってきた。

## ③事故防止・経験交流集会

日時：11月18日（土）10時～16時30分（9時30分より受付）

場所：労山全国連会議室 飯田橋駅から徒歩10分

申込：定型フォームにて申込受付中 締切は11月3日（金）

## 2) 自然保護委員会（菅井）

関東ブロック自然保護集会

11/18～19日 横浜市上郷森の家、鎌倉ハイキング

参加者：菅井委員長、山本（久）委員 締切 10月21日（土）

## 3) ハイキング委員会（田中）

「房総復興PJ 県内3団体のハイキング（11月23日 勤労感謝の日）」

現在の参加者：50名（東葛地区大型バス）＋その他地区予想20名＝70名程度？

下見の結果、予定のルートがキツソウでした。

参加者より、別ルート①福満寺往復 ②伏姫洞窟散策の提案がありました。

11/14 委員会で参加者等の確定を行います。

## 4) 組織委員会（野田）

今年度後期に行う「各会状況調査」について

2年毎に行っている各会の状況調査の方法などを準備中。まとまり次第各会に依頼します。年内に提出して頂く予定。その後組織委員会で3月総会に発表できるようにまとめる予定です。

## 5) 女性委員会（広木）

ワンコイン講習会場所選定中 11月～12月頃

（今年度の会場予約が終わっているので難しい）

石田先生と協議中 高齢者向け

## 6) 海外委員会（安彦）

ネパールトレッキングの最終準備中。（9/27：Q&A Zoom ミーティング実施）

① 山行計画書作成・配信・確認（全国連盟海外委員会へ近日中に提出予定）

② 部屋割り表作成・配信（ホテル、ロッジ）

③ ガイド、ポーター、ドライバー、観光ガイド等のチップ算出・配信（両替後集金）

④ ヘリコプターフライトルール変更に伴うトレッキング日程変更調整・配信

⑤ 手配会社からの搬送依頼品および提供品（除菌消臭剤）の確認・準備

## 7) 機関紙委員会（広木）

ちばニュース 11 月号は休刊とし、12 月号は 11 月・12 月合併号とします。

## 4. 役員会からの連絡（野田）

- 1) 船橋勤労者山の会より来年度の事務所利用料金について提案があり、役員会で協議しました。

今後理事会で協議して決めます。「県連事務所使用規定」の見直しを行います。

- 2) 登山時報の送付先を確認しました。10 月 10 日全国連事務局に変更依頼済み。

- 3) 労山カレンダー注文対応（詳細は別紙労山カレンダー取扱い書、10/21 修正版発行）

①県連取りまとめ担当 具志堅副理事長

②発注方法（昨年と同様）

各会より直接全国連に注文する。⇒ 同時に県連取りまとめ担当にも連絡する。

③ 支払い方法 各会より県連口座に振り込みし、会計が一括して全国連に支払う。

（各会からの振込手数料は県連負担、振込時に手数料を差引いて手続きする）

④ カレンダー代金

1000 円/部：『全国連 700 円』＋『県連 300 円（送料、振込手数料含む）』

- 4) 連盟費（県連＋全国連）未納の会が 6 会あります。（会計 小林）

早めに納入をお願いします。来年度以降、各会の総会が終了後、準備でき次第納入して頂くようお願いします。

- 5) 来年度県連役員の選出をお願いします。

来年度は総会年ですので、役員の改選年になります。（再選可能）

特に、現在不在の事務局長、会計（交代時期）の選出をお願いします。

## 5. 来年 3 月総会の準備について

- 1) 日 程 2024 年 3 月 2 日（土）予定

- 2) 開催方法 ①案 対面方式 ⇒ 基本に進める。

場所の確保が必要。千葉県総合スポーツセンター1 月に申込予定

②案 オンライン方式（13:00～16:00 3 時間程度）

- 3) 参 加 者 各会代議員、理事、役員 100 人程度

- 4) 概略作業スケジュール

| 10 月       | 11 月 | 12 月       | 1 月                | 2 月 | 3 月 |
|------------|------|------------|--------------------|-----|-----|
| 全体準備       |      |            |                    |     |     |
|            |      |            |                    |     |     |
| 各委員会 報告書作成 |      | 年内 90%完成目標 |                    |     |     |
|            |      |            |                    |     |     |
|            |      |            | 1 月理事会で説明、2 月理事会承認 |     |     |
|            |      |            |                    |     |     |
| ★総会        |      |            |                    |     |     |

- ① 年内中に総会資料原案ほぼ完成 ⇒ 1月理事会で説明、2月理事会承認
- ② 2月理事会承認後、各会に配布（電子データ）し質問を受け付ける→回答準備
- ③ 総会の開催方法により、多少の変更あり。

## 6. 全国連からの情報展開（野田） 7月、9月理事会で説明済み

### 1) 「労山登山学校交流会」募集

日 程 10月21日（土）～22日（日）

場 所 宇都宮市森林公園 湖森館 古賀志山

対 象 登山学校関係者及び会のリーダー

募集人数 30人 締切 10月16日

## 7. 各会理事からの活動状況報告

- ・ 岳人あびこ：10/14に岳人祭（忘年会と交代で開催）。独自の自然観察、クリーンハイク、ゆるゆる山行など高齢化に伴った活動を行なっている。
- ・ ちば山の会：県連委員会活動、各委員会に1～2名参加しているが、活動されていない委員会があるようだが…？  
9月新人歓迎山行時に、参加者がコロナに感染した。注意が必要
- ・ こまくさHC：ホームページを見ての入会が多い。毎月会報誌を発行している。  
来年会創立40周年、会報誌発行400号になる。

## 8. 全国連理事からの連絡・情報提供等

### ①石川 昌 副理事長（船橋勤労者山の会）

2022年度は事故が増加しており334人中7名が亡くなっている。23年は現時点で死亡が7名なので、前年を上回りそう。転倒事故が前年同様に多く、特に下山中の事故で8割は転倒、女性の事故が多くなっている。過去最高になる可能性がある。筋力強化などを検討したい。

### ②山本 尚徳 理事（かがりび山の会）

来年、自然保護集会を開催予定。

## 9. その他協議・連絡事項

- 1) ちばニュース11月号は、担当安彦さんが海外登山のため不在につき休刊
- 2) 2023年度理事会予定  
11月理事会 11月16日（木）オンライン会議  
⇒時々、対面で行ってはどうか…との意見がありました。  
役員会で協議します。
- 3) 理事会での協議事項があれば、事前に役員会までメールで連絡をお願いします。
- 4) 県連事務所の使用について、船橋勤労者山の会より連絡あり。  
「11/1(水)、11/29(水)の19:30～21:00に例会で使いたい」

以上

千葉県勤労者山岳連盟 2023 年 11 月 理事会議事録

議事録作成者：戸石衛（歩こう会）

日 時 2023 年 11 月 16 日（木）

場 所 オンライン会議 19:00～21:20

参加者一覧（2023 年度）

|       |           |   |          |   |                 |   |                  |
|-------|-----------|---|----------|---|-----------------|---|------------------|
| 県連理事  |           | × | 松宮（市川）   | ○ | 野田（かがりび）        | ○ | 深草（あびこ）<br>（代）高橋 |
| ○     | 藺田（ちば）    | ○ | 西岡（ちば）   | ○ | 五木田（こまくさ）       | ○ | 羽鳥（東葛）           |
| ○     | 酒井（船橋）    | ○ | 田中（ふわく）  | × | 今井（茂原）          | × | 渡邊（松戸）           |
| ○     | 鈴木（まつど遠足） | × | 小林（山翠会）  | × | （仮）豊田<br>（らんたん） | ○ | 戸石（民医連）          |
| ×     | 荒井（岳樺）    |   |          |   |                 |   |                  |
| 県連役員  |           | ○ | 広木（会長）   | ○ | 野田（理事長）         | ○ | 具志堅（副理事長）        |
| ○     | 菅井（自然保護）  | ○ | 伊東（教遭）   | ○ | 安彦（海外）          |   |                  |
| 全国連役員 |           | ○ | 石川（副理事長） | × | 山本（理事）          |   |                  |

○：出席、×：欠席

## 議 事

### 1. 理事長挨拶（野田理事長）

11 月も中頃となり急に寒くなり、寒暖の変化も激しいので皆様体調に気を付けてお過ごしください。紅葉の季節となりましたが、秋を通り越し冬になったようです。雪に気を付けて登山を楽しみましょう。

### 2. 役員会報告（広木会長）

11/9（木）13:00～15:20 下記議題にて役員会（オンライン会議）を開催

- 1) 来年度総会の準備について
- 2) 県連事務所利用規定見直しについて
- 3) 各委員会活動について
- 4) その他

### 3. 各委員会報告

#### 1) 教育遭難対策委員会（伊東委員長）

##### ①クライミング講習

10/29 に 6 回目講習を鵜原海岸岩峰で行い、全日程を終了しました。受講生 8 名のアンケートを回収し、報告書にまとめる予定です。協力いただいた講師の方々にお礼を申し上げます。次年度も継続して実施を予定しますが、講師の負担を軽減するため、新たな人材（会で教授・指導されている方）を募集しますので、ご協力をお願いします。



## ②事故防止経験交流集会

日時：11/18（土）10:00～16:30

場所：日本勤労者山岳連盟事務所 1 階会議室 参加予定：17 名（8 会）

## ③教遭委員のスキルアップ訓練

12/16（土） 日和田山にて 7 点セットを用いた確保技術、下降方法などの訓練を予定しています。

## ④事故一報

- ・ 10/22（日） 千葉こまくさ HC 60 代・女性 雁ヶ腹摺山 転倒・捻挫
- ・ 11/04（土） 松戸山の会 50 代・男性 鳳凰三山 転倒・尾骶骨骨折

## 2) 自然保護委員会（菅井委員長）

関東ブロック自然保護集会（11/18～19）が横浜市上郷森の家で開催（鎌倉ハイキングを実施）されます。参加者は菅井委員長、山本久美子委員の 2 名です。千葉県の自然保護に関する最近の動向（クリーンハイク等の活動）を報告する予定です。

## 3) ハイキング委員会（田中委員長）

### ①11/23（木：勤労感謝の日）「房総の山復興 PJ 県内 3 団体によるハイキング」

千葉労山は、当初計画の『富山（西尾根→北峰→南峰→東尾根の周回コース）』を実施予定です。伏姫籠穴・福満寺の散策コースを追加しました。

### ②ロングトレイル（浪花→御宿、2024/01/27/土）、ウィークデイハイキング（2024/06 頃）の計画を検討しています。

## 4) 組織委員会（野田委員長）

2 年毎実施の『加盟会状況調査』に関し、今年度実施要項を報告します。調査内容は過去の設問を継承しますが、様式を一新します。

記入用紙は Excel シート 1 枚（印刷 2 ページ）、3 部構成（①会情報、②会員情報[会員数・入会数・退会数]、③分析指標）としました。

活動状況・会員入退会状況の調査期間（2023/01/01-2023/12/31）の終了日を提出日とするのは無理があるとの意見が複数あり、**提出期限を 2024/1/14** としました。

## 5) 女性委員会（広木委員長）

### ワンコイン講習会

会場確保が困難なことから講師（石田先生）と協議のうえ、中止としました。

## 6) 海外委員会（安彦委員長）

### ネパールトレッキング

- ・ 11 日間コース（10/25-11/4）10 名、20 日間コース（10/25-11/13）7 名、体調不良で計画通りに山行できなかった参加者もいましたが、全員帰国しました。
- ・ 出発の直前に現地のヘリコプターフライトルールが変わり、日程・行程の変更を余儀なくされました。



- ・20日間コースでは5000mの峠越え、乾季の乾燥で喉を傷め咳に悩まされ睡眠不足に苦しむなど、予想以上にきつい山行でした。
- ・11日間コースでも、コース途中のホテルで国連会議が開催され、2時間の足止めがあり、予定のロッジに宿泊できないなどのハプニングもありましたが、カトマンズ観光などは予定通りに楽しめました。

7) 機関紙委員会（広木委員長）

ちばニュース 11月 は休刊し、12月号を11・12月合併号として発行します。

4. 役員会からの連絡（野田理事長）

1) 県連事務所利用見直しについて役員会で協議

①将来を考慮した使用方法については引き続き協議

②加盟会の事務所利用における共同装備保管について

会装備の保管は県連事務所を利用するのではなく各会に対応するようにしてはどうか…との意見がだされ、利用料金を含め継続協議することにしました。

2) 労山カレンダー注文対応

具志堅副理事長（県連取りまとめ担当）より現況報告（5会 34部）。各会においては11月末までに申し込みを終え、副理事長に報告することにしました。

3) 来年度県連役員選出について

来年度は総会年で役員の改選年になります。現在不在の事務局長、会計の選出（立候補・推薦）をお願いいたします。

5. 来年3月総会の準備について

1) 日程 2024年3月2日（土）予定

2) 開催方法 対面方式を基本に準備中

3) 参加者 各会代議員、理事、役員 計100人程度

会場について、千葉市、船橋市内公民館、及び千葉県総合スポーツセンター（研修センター）を予定し抽選申し込みを準備中。

6. 全国連からの情報展開（野田理事長） 10/29 メール配信済み

1) 11月末組織数調査

11月末時点での男女別会員数を12/10までに野田理事長、具志堅副理事長まで報告してください。この会員数が2024年度の全国連盟費および県連加盟費の算出根拠となり、提出後は退会有無にかかわらず支払い義務が発生することになることを留意してください。

2) 栄誉功労章申請（12/31 期限）

①栄誉功労賞 労山運動の前進に功績のあった会員

千葉県連への割り当ては3名。対象者の推薦をお願いします。

②永年会員章 労山会員として20年以上在籍する現在籍会員を対象

各会で申請手続きを行ってください。

3) 来年度の全国連役員推薦のお願い

現在（2023 年度）千葉県連からの役員

石川（船橋勤労者山の会） 副理事長 遭難対策部長

山本（かがりび山の会） 理事 自然保護委員会委員長

2 人には引き続き全国連役員を継続して頂くようになりました。 なお、全国連から理事 1 名追加選任の依頼がありますので、推薦をお願いします。

4) 第 36 回（2024 年度）総会

2024/2/17（土）～18（日） ホテルコンチネンタル府中

千葉県連 代議員 3 人（来年 1 月 31 日までに申請）

5) 全国連事務局より

今年度より形式が変わった登山時報、JWAF journal についての意見を求められていますので、意見・要望等をお願いします。

7. 活動状況報告 （東葛山の会、船橋勤労者山の会、ふわく HC）

1) 東葛山の会（羽鳥理事）

会員数は総会（6 月）時点の 51 名から 55 名になり、平均年齢は 72.5 歳です。コロナ期と比べ入会者・見学者は増えており、その多くはホームページを閲覧しているとのことですので、その充実は重要と実感しています（東葛近郊の市の広報にも公募を掲載しています）。 山行は 162 回/年、参加者 774 名（会山行 19、個人山行 135、県連山行 8）で、コロナ以前に戻ってきています。

2) 船橋勤労者山の会（酒井理事）

ホームページで会員を公募しています。 昨年度は 22 歳と 30 歳の男性、今年度は 47 歳と 23 歳（大学で山岳部所属していた）の女性と、いずれも若い会員が入会しました。 地道に会活動を実践し、会員を増やす努力を行っているので、その成果が表れてきている…と思っています。

3) ふわくハイキングサークル（田中理事）

会員の高齢化が進んでいて、山行に参加しない会員がいます。 高齢化の影響で、役員や山行リーダーの担い手が不足してきていることや、会報誌の発行も難しくなっています。

8. 全国連理事からの連絡・情報提供等

特になし

9. その他協議・連絡事項

理事会予定

2023 年 12 月 21 日オンライン、 2024 年 1 月 18 日オンライン

2024 年 2 月 15 日対面会議（船橋市西部公民館予定）

以上

## 茨城県連主催 セルフ（ハイキング）レスキュー講習会 参加報告

船橋勤労者山の会 橋本光陽  
(千葉県連教育遭難対策委員)

日時：2023年9月16日(土)13時~17日(日)15時

場所：筑波ふれあいの里（茨城県つくば市）

参加：41名（茨城24名、栃木4名、埼玉4名、東京1名、千葉5名、全国3名）

講師

川嶋高志氏（日本勤労者山岳連盟理事長、MFAプロバイダー、東京都勤労者山岳連盟  
救助隊副隊長、ココヘリ労山搜索隊副隊長）

大和田英子氏（UIAAハンドブック翻訳者、日本勤労者山岳連盟理事・国際部長）

石川昌氏（日本勤労者山岳連盟副理事長・遭難対策部長、ココヘリ労山搜索隊副隊長）

### 概要

茨城県連主催でセルフ（ハイキング）レスキュー講習会が開催された。関東ブロック各県連にも案内があり、茨城県連から24名、関東各都県から14名が参加した。

千葉県連からは東葛山の会より3名、船橋勤労者山の会より2名が参加した。

1日目は事故遭難の教訓等、スライドや講師陣が関わった事例、人間の思考の特徴の解説などの座学があった。この他、三角巾を用いた腕・足首の固定方法、ブレードコンパスの基本的な使用方法の実技解説があった。夜は希望者によるナイトハイクがあり、コンパスを用いたルートファインディングが行われた。夕食後、親睦を深めた。

2日目は救助要請事例がスライドを用いて紹介された他、事故発生時の対応シミュレーション（事前課題の答え合わせ）、頸椎保護と回復体位、胸骨圧迫（心臓マッサージ）の実技指導があった。



### 講習内容

< 1日目 >

#### 講習1 机上講習 遭難の教訓(事故の統計と事例より)

- ・川嶋氏、大和田氏から、自身が関与したクライミング中の滑落事故を取り上げながら、対応法の事前学習の必要性、遭難事故時の緊急連絡方法が紹介された。
- ・石川氏から、警察庁発表の2022年度山岳遭難概況の特徴、労山事故概況のうち共通項目で比較した特徴点が解説された。今後、GPSアプリやココヘリの普及に向けた課題の一つとの説明があった。

#### 講習2 実技講習 三角巾の使い方(腕と足首の固定方法と止血法他)

- ① 三角巾を用いた腕の固定法（骨折、打撲時）-頂点を固結びすると腕が抜けにくい

② 固定時の結び方（傷口にあてたまま解きやすい「本結び」）

③ 八つ折り（たたみ三角巾）

④ 足首捻挫の固定法（草鞋結び）

⑤ 三角巾を利用した止血法（主に大腿部の止血対応を実践）

- ・知識、技術を身につけ、状況に応じた適切な対応法の必要性が強調された。

### 講習3 ブレードコンパスの利用法（室内解説）

- ・地形図の基本解説、ブレードコンパスの使用法が解説された。
- ・コンパスの磁針が狂っている時は、磁石をコンパスの裏側にあて、下から上に複数回なぞると直せる。
- ・地図読みの訓練として、ヤマケイ「山岳地形と読図」（木元康晴氏）で紹介されたコース、沢沿いから尾根を経て山頂へ辿り着くコース設定などが推薦された。
- ・2日目午後に、屋外駐車場周辺でブレードコンパスを用いた実技解説があった。

### 講習4 遭難対策「思考の偏りと認知の歪みについて」

（UIAA 総合登山技術ハンドブックの使い方、登山と山岳文化の教養講座より）

- ・A か B か（例：確保器かエイト環か、紙地図か GPS か）の「二立対立的思考」は危険に陥りやすい。状況に応じて選択できる知識・技術の習得の必要性が強調された。ハンドブックではこの観点からメリ・デメを記述していることが紹介された。
- ・誰もが「回避できない思考の偏り」を持つ。一人では解決・克服できないこともある。複数メンバーで乗り越えられる可能性があり、そのためにも山岳会（労山）の意義があると強調された。
- ・レスキュー対策は、日常生活の中でシミュレーション（想定）することで備えられる。想像力を駆使する。
- ・リーダーが最も危険に晒される。他のメンバーが救助・対応できることが必要。
- ・山行報告書を作成し反省点を挙げることで、記憶が内面化され、応用範囲が広まる。

< 2日目 >

### 講習5 机上講習 救助要請と緊急連絡先の役割（実際の事故事例から）

- ・雪山遭難事故（複数）を例に、家族への遭難連絡（メール）により救助隊の出動遅れ、警察や所属山岳会、ココヘリへの救助要請の重要性が強調された。
- ・各会でも、救助対応の流れを事前に話し合うこと、新入会員への説明が必要。
- ・近年の警察救助対応を例に、登山届アプリ「コンパス」の重要性が強調された。
- ・労山でのココヘリ登録は2000名。IDが分からなくとも氏名で特定可能。

### 講習6 （事故対応）の答え合わせと解説（報告者：茨城連・高橋理事長）

- ・事故対応に関する事前課題（宿題）の答え合わせと解説がされた。
- ・事故発生時の緊急連絡については、個々の体力、経験、装備によって対応は分かれるが、メンバー間での意思統一の重要性が強調された。
- ・労山基金の「ハイキング」3倍給付特例基準を参考に、各会での山行形態（ハイキング、日帰り登山）の区分にも役立ててほしいとされた。

### 講習7 転滑落者・行動不能者への対応（頸椎保護と回復体位）

- ・倒れている人を発見したら、まずは自分の安全を確認（滑落、落石、熊・蜂等）。その後、要救助者の意識確認、110番で「山岳事故」の通報。

- ・気道確保の際は、眼鏡使用者は外してから体位変換。
- ・胸骨圧迫（心臓マッサージ）は救助隊・AED 到着まで継続。  
（1 時間以上要する場合もある）
- ・CPR&AED パーソナルトレーニングキットを用いて胸骨圧迫の実技指導があった。



## 感想

船山でもセルフレスキューの机上講習を予定しているため、即座に参加希望を出した。日程案では実技指導時間よりも座学の時間が多かったが、実際の事故事例や予備知識、人間固有の思考・認知の話は、技術習得の上で基礎となるものであり、2 日間を通して充実した内容だった。

事故事例の傾向や分析では、労山など山岳会組織であっても、山行レベルが厳しくなるほど、滑落事故も多くなり死亡事例も増加する。労山の事故原因別で「道迷い」は 0 件だが、労山基金の給付事由で「転倒」、「滑落」などに分類される中には、道迷いを起因としルート外で事故にあうケースもあるという。組織登山者では道迷いは少ないものの、山行レベルの高まりに比例して道迷い・道間違いによる遭難・事故リスクも高まるようだ。重要な指摘と感じた。

三角巾の使い方や事前準備（八つ折り）などは、使用経験がないと未開封のまま眠っていることがほとんどであろう。講習を機に救急装備を再確認したい。

この他、これまで千葉県連（教遭委員会）で検討課題に上がった事項に関連して、以下の点を報告する。

### （1）緊急連絡と登山届アプリ「コンパス」（以下、コンパス app）

事故事例報告で取り上げられた事例は、いずれも家族には遭難連絡（メール）されたものの、会や警察への連絡が遅れ、出動も遅れた。会や警察への緊急連絡は「恥ずかしい」「迷惑をかける」と捉えず、最悪の事態を回避するための最良の手段となる。

警察の初動をより早める手段として、警察への登山届が有効だが、登山ポストへの計画書投函は県を跨ぐ山行では不十分であり、救助要請後に登山ポストへ駆け付けなければならず、動き出しが大幅に遅れるという。コンパス app はルート上の自治体で共有され、初動時に即座に計画書を確認でき、動き出しも早いという。

会の山行管理利用には課題は多いが、ポスト投函の不安や提出先探しの煩わしさを改善できる点はメリットだろう。暫くは個人的に活用してみたい。



### （2）7 点セットの補助ロープの長さ

県連では基本装備として「7 点セット」を推奨している。

- ①120cm スリング 1 本、②・③60cm スリング 2 本、④環付きカラビナ 1 個、⑤・⑥カラビナ 2 個、⑦補助ロープ 10m 1 本）。

今回の講習ではロープワークはなかったため個別意見交換に留まったが、予定ルート、補助ロープを扱えるメンバーによって、10m 1 本、20m 1 本、10m 1 本×2 人などを判断しているとのこと。なお、正しく扱えるメンバーがいなければ安易な使用により却って事故を招くとの考えに同感。

以上

# 2023 クライミング講習（入門編）実施報告

教育遭難対策委員長 伊東春正（かがりび山の会）

教育遭難対策委員会主催で実施したクライミング講習（入門編）を報告します。

## (1) 講習の背景

近年、スポーツクライミングが一般化し、室内ジムなどでボルダリングやロープクライミングを楽しむ人々も多くなっており、新しく入会する会員の中には、室内ジムだけではなく、外岩でのクライミングも行いたい…という希望者が増加している。

一方では、高齢化で経験者が引退し、個別の会ではクライミング技術を教えることが難しくなっている。

そこで、『山岳事故を防ぐ』という山岳会本来の責務と、『クライミングをしてみたいという要請』に応えるために、県連主催によるクライミング講習を開催することとした。

## (2) 講師

教遭委員 3 名と会でクライミングを教えている 3 名の協力で計 6 名。

## (3) 受講生

47 歳から 60 歳の男性 3 名、女性 5 名の計 8 名

（岳人あびこ、ちば山の会、かがりび山の会、茂原道標山の会、松戸山の会）

## (4) 講習期間

2023 年 5 月 20 日（土）～ 10 月 29 日（日）の期間に、月 1 回で計 6 回実施

## (5) 目標

室内ジムでリードクライミングができるレベルをめざした。

## (6) 講習内容

① 1 回目：アウトドアショップ 「ヨシキ&P2」 10 時～15 時

- ・ 装備の説明
- ・ クライミングとビレイのやり方の説明と実技

② 2 回～5 回目：室内クライミングジム（グリーンアロー海浜幕張店）10 時～12 時

- ・ 貸切専用で 4 本のロープで訓練。
- ・ 最初は受講生二人がペアを組み、講師がバックアップビレイを行いながらトップロープクライミング訓練。
- ・ 次にリードクライミング訓練に移り、講師がトップロープで確保しながら、登攀時にもう 1 本のロープをクリップする「擬似リード」で訓練。
- ・ その後、トップロープの確保なしでクリップの訓練を行い、最終的に 8 名全員がリードクライミングができるようになった。



③ 6回目：鵜原岩峰 9時30分～14時

外岩体験ということで、高さ10mの二つの岩峰に6本のロープを張り、トップロープクライミング訓練。

室内ジムではスルスル登れていたが、外岩ではなかなか登れない人がおり、ジムでは手掛かりがしっかりとあるが、外岩では出っ張りや穴が小さいため、腕力で登っている人はてこずることになる。

(7) 受講生の感想

- ・クライミングを始めるにしても、どこから手を付けて良いかわからなかったの  
で、道具の説明から丁寧にしていただき、大変勉強になりました。
- ・月に1回だと前回の内容を忘れてしまうこともあり、もう少し期間を短くして  
も良かったのではないかなと思う。
- ・経験者初級クラスの講習を企画してほしい。
- ・会にはあいにく指導者がいないので、今後のレベルアップは外部講習などでス  
キルアップするしかないと思っています。

(8) 今後に向けて

講師は毎回参加してかなりの負担となっていたが、一方の受講生からは次のレベルの講習企画を求められている。

教遭委員会としては、今回の講習で教わったことを会に戻って展開してほしいところだが、それには、リードで登りトップロープの支点構築ができなければならないが、今回はそこまでの講習は行っていない。

これらは次年度の課題として検討していきたい。



グリーンアロー海浜幕張店



鵜原岩峰

以上



# 関東ブロック自然保護集会報告

自然保護委員長 ちば山の会 菅井 修

- 主催 日本勤労者山岳連盟関東ブロック
- 主管 神奈川県勤労者山岳連盟
- 日時 2023年11月18日(土)～19日(日) <1泊2日>
- 場所 横浜自然観察の森 上郷森の家
- 内容

## ① 11月18日(土)

9:00 瀬上沢事前観察会

根岸線「港南台駅南口」集合  
市民の森保護活動代表者の  
説明で、『→瀬上市民の森  
→瀬上湖→しんどう広場  
→大丸山→上郷森の家』を散策 (山本氏の報告参照)



13:30 受付

14:00 講演 「瀬上沢—横浜南部最大の緑地を開発から守った」

角田東一氏 (NPO 法人 蛍のふるさと瀬上沢基金 理事長)

東急の開発計画から瀬上の貴重な自然を守った運動の報告 署名運動等

16:00～18:00 各県連盟の活動報告

- 1) 群馬 23年度クリーンハイク 足利の山 43名 谷川 148名 金山 25名  
前橋バードウォッチング 35名 足尾植樹祭 55名 尾瀬 60名
- 2) 茨城 竹林整備を埼玉県連と合同、足尾植樹  
日立市産廃最終処分場建設反対
- 3) 埼玉 23年度クリーンハイク 4ブロックで実施  
秩父高篠峠植樹と下草刈り 低山での登山道整備 2～3回/年  
東北復興支援とみちのく潮風トレイルツアー  
足尾植樹 茨城竹林整備作業
- 4) 千葉 河川・沼・海岸でのクリーンハイク実施  
こまくさ：花見川 、 岳人あびこ：手賀沼周辺  
県連：磯根海岸波打ちぎわクリーンハイク報告
- 5) 東京 都連の自然保護部の活動 町田 丹沢 天目山
- 6) 神奈川 丹沢のクリーンハイク実施
- 7) 「福島をわすれない」プロジェクト報告

※ 質疑討論後、記念写真を撮り、懇親会で交流を深める

## ② 11月19日(日) 鎌倉までのハイキング

上郷森の家出発(9:00) → 自然観察センター → 天園 → 瑞泉寺 → 鎌倉宮  
→ 鶴岡八幡宮 (山本氏の報告参照)

# 『関東ブロック自然保護集会 in 神奈川』に参加して

かがりび山の会 山本久美子

神奈川県連主催の自然保護集会に、群馬、茨城、埼玉、千葉、東京、神奈川の各地方連盟から参加がありました。

講演は、角田東一氏による「横浜南部最大の緑地を開発から守った」があり、その後、各地方連盟から活動報告がありました。

他会の報告を聞く有意義な集会でした。

集会会場の『上郷・森の家』までは4箇所の市民の森を歩くルート、市民の森保護活動の代表者の丁寧な説明付きの観察ハイキングでした。

コース内には横浜市最高峰の大丸山があり、都心の林立するビル群まで遠望する絶景の低山でした。保護活動のおかげで自然環境が守られ谷戸の珍しい植物、昆虫など自然環境が維持され次世代へ繋ぐ大切さを学びました。



瀬上谷戸での説明を聞く参加者

2日目 9:00 森の家を出発し市境尾根を過ぎ一部天園コースを歩き天台山を過ぎて、鎌倉観光地を通過して終点の鎌倉駅へと到着しました。

楽しいイベントハイク、人気の鎌倉エリアは避けましたが、古都の雰囲気を楽しみました。



「森の家」から出発



鎌倉時代の墓「やぐら」



鶴ヶ丘八幡宮



## 第7回花見川クリーンハイク報告書

千葉こまくさハイキングクラブ 五木田啓文

日程：2023年11月9日（木） 晴 参加者：17名

地域社会貢献活動の一環として、会員多数が居住する千葉市花見川区の花見川クリーンハイク（年1回）を始めてから今年で7回目。

花見川区役所をスタート地点に、2班に分けて10時に出発し、瑞穂橋から亥鼻橋間の両岸の清掃活動に2時間程汗を流しました。

7回目なのに、回収したごみの量は減少するどころか増加していることに心を痛めます。



ゴミ回収の量は、下記の表の通りです。

| 可燃ごみ            | 不燃ごみ         | 合 計             |
|-----------------|--------------|-----------------|
| 110.5 kg (23 袋) | 99 kg (19 袋) | 209.5 kg (42 袋) |

活動終了後は、持ち寄った手作りの野菜や漬物などを囲み、区役所近くの野外広場で昼食会。昔の山行の思い出話やこれからの山行計画などの話に、時の経過を忘れるほどの大盛り上がりでした。

山の仲間との親睦を大切にしつつ“**継続は力**”を合言葉に、これからも自然保護活動を大切にしたいと思っています。

# 紅葉の志賀高原を楽しむ

市川山の会 菅野 尚子

10月14日（土）～15日（日）の1泊2日で、紅葉が始まったばかりの志賀高原の『山』と『池』と『湿原』と『温泉』を楽しんだ。

## 第1日目 志賀山・奥志賀山・四十八池周回コース 晴れ

西船橋を6時20分出発。参加者は21名。碓氷峠付近で工事渋滞に遭ったが、車窓からは、前方に槍ヶ岳・穂高岳、鹿島槍ヶ岳や、夏に市川山の会で登った白馬岳など北アルプスの名峰群が望まれ大満足。

予定を遅れること1時間半、12時30分ようやく硯川登山口に到着。前山リフトに乗り5分で前山山頂に。風がなく穏やかな日で、横手山、笠ヶ岳や鉢山などがぼっちり見えた。思い思いに展望を楽しみながら昼食。

30分後、志賀山をバックに記念撮影をして出発。モウセンゴケが生える島が浮かぶ渋池を通り過ぎ、池巡りコースとの分岐に。しばらく針葉樹と笹の道を進むと木の根が絡む急な登り。四つん這いで必死に登り、15時志賀山頂上(2,035m)着。頂上は樹木が繁りあまり展望がきかない。頂上の先からは急降下。2本のストックを使い慎重に下る。鞍部に出ると眼下に爆発火口に水がたまった鬼の相撲場の池やお釜池や草原、ハイマツの樹海が広がる。鞍部からしばらく登ると裏志賀山の分岐。往復10分という案内に惹かれ、空身で裏志賀山(2,040m)に登る。途中ぬかるみがあったが予定通り頂上に。頂上には志賀山神社の小さな祠が鎮座。頂上の先で行き止まり。そこからは、眼下の真っ青な大沼池や岩菅山、裏岩菅山、焼額山などが展望できた。

四十八池湿原をめざす。たくさんの池塘が浮かび尾瀬ヶ原のようだが、午後4時半を過ぎていたので、周りを見る余裕もなく、足元を気にしながら一心不乱で木道を進む。あずまやとトイレを過ぎると平らな広い道で志賀山分岐に。そこからは、行きと同じ道を急ぐ。前山のリフトは運転を終了していたので、前方にそびえる笠ヶ岳を見ながら下山を急ぐ。ライトは使わなかったが、ホテルに着いたときは真っ暗だった(17時45分)。

急いで入浴すませ18時45分夕食会場に。蓋つきお膳に鍋、天ぷらなど、各人のどを潤す。夕食後は飲み物、つまみを持参して幹事室で歓談、山談議で盛り上がる。その後、2人ずつしか入れない露天風呂に入る。露天といっても駐車場の中に立つ小屋だが、ヒノキの湯舟には乳緑色の酸性の湯があふれていて気持ちよく温まった。

## 第2日目 池めぐり自然探勝コース 小雨後晴れ

朝ぶろに入り、7時半朝食。おかずがたくさんで「アサタン」は満たされた。9時

雨具をつけて出発。今日は小雨のため全員自然探勝コースのハイキング。蓮池までバスで移動。昨日は枯れている葉が目立っていたが、雨に洗われたためか、木々の葉が生き生きとして白樺の黄葉やハゼやウルシの紅葉がきれいだ。

9時30分ハイキング出発。10分ほど国道を進むと道路沿いに蓮池。周囲の紅葉が湖面に映り込み、小雨の中で風情がある。ワタスゲ湿原から長池方面への歩道に。真っ赤に色づいたハゼやウルシやナナカマドが目につく。雲海の向こうに妙高山が浮かぶ。

ゆるい坂道を上る。雨もおさまり着脱タイム。丸池のゲレンデを進み下の小池に。国道を横断して信州大学自然教育園に。紅葉したホツツジ、ハクサンフウロウやスズランの赤い実、シラタマノキの白い実をみながらロックガーデンを進み長池に。また雨の降りが強くなる。中池の左側の山道を登る。途中で道の間違いに気づき池の端まで戻る。まがたまの丘に向かっていたようでこの間約30分。長池からは広い平な道を進み上の小池に。サツマイモの皮の色をしているのにクロベ（ヒノキ科）の樹林。小休止しティータイム。宴会の残りのつまみが配られる。ここでもM家特製の揚げ餅が人気。

先に進むと日影湿原。岩の上に根を張っている根上りの木を見て進むと三角池。雨が湖面で波紋を描くのが面白い。洞窟の中のヒカリゴケ探しをしたりしながら進むと、田ノ原湿原が目の前に広がる。黄褐色のグラデーションの草もみじ、手前の紅葉したツツジ、湿原の向こう側の紅葉した木々、木々の向こうには鋭角的な笠ヶ岳。景色を楽しみながら木道を歩いていると、ガスが流れてきて一変して幻想的な風景に変わる。今回一番のハイライトだ。

ほどなく終着地の木戸池に。12時到着。池の畔や小屋の中で昼食。12時45分集合写真を撮り、バスでホテルへ。ひと風呂浴びて、13時45分にはホテルを出て帰路に。雨も上がり日が射してきた。コンビニで飲み物や食べ物を調達し、日本百名山のDVDを視聴しながらドライブを楽しむ。帰りの高速道路はスムーズに流れ、西船橋に19時前に到着。

心配された2日目の天気も小雨ですみ、かえって生き返った紅葉・黄葉の木々が見られ、趣のある山行ができた。この年になると山小屋泊まりはきつい。温泉付きの宿は何よりもありがたかった。感謝です。





房総の山復興プロジェクト「復旧した登山道を皆で歩こう！」

## 「富山(とみさん)西尾根から周遊」に参加して

東葛山の会(ハイキング委員)羽鳥健一郎

2019年9月の台風15号で、房総半島の山は大きな被害がでました。

富山(350m)の最も楽なコースであった伏姫籠穴の先も崩落しました。その結果、これまで余り使っていなかった富山の西尾根コースの整備が行われました。県連ではハイキング委員長の田中さんが尽力されました。

今回は整備された西尾根コースをメインに大勢で歩きました。

■日時：2023年11月23日(木/勤労感謝の日) 日帰り

■天気：曇りのち晴れ

■集合：道の駅「富楽里」 午前10時集合 (現地集合、現地解散)

■参加者：7会 56名

ふわくハイキングサークル5名、ちば山の会4名、千葉こまくさハイキングクラブ2名、  
岳人あびこ12名、かがりび山の会6名、松戸山の会6名、東葛山の会21名  
(東葛エリアの岳人あびこ、かがりび山の会、松戸山の会、東葛山の会の45名は、  
大型バス1台を利用)

■コース：道の駅「富楽里」出発 10:00…10:20 西尾根登山口…12:50～13:25 北峰(昼食)、記念写真…下山 13:50～14:00…福万寺…15:30～16:00 道の駅「富楽里」

■歩行時間：5時間30分～6時間(会単位で行動)

ストレッチ体操をしながら参加者全員が揃うのを待ち、田中ハイキング委員長と野田県連理事長から挨拶の後、会ごとに出発。

今回は参加者が56名のため会単位で行動し間隔をあけて歩きました。大勢の会は3班に分けました。一本の尾根道で小さなピークが20か所あり侮れないコースでした。最初から西尾根歩きをせず伏姫籠穴と福満寺だけを目指して歩いた人が3名、西尾根コースの途中で伏姫籠穴へショートカットし下りた人が7名。46名は北峰を踏み福満寺へと下山しました。朝方は一部雨のエリアもありましたが現地に着いてから汗ばむ天気で皆さん半袖になったり衣類調整が忙しかったです。西尾根はロープを張った緊張する箇所も多々ありましたが天気は良く吹く風も心地よく頑張って歩きました。

現地解散でしたので下山後は道の駅で買い物をしたり、早めに帰途につく会もありました。

東葛エリアのバスは16:30出発。夕焼けが綺麗で富士山も霞んで見えました。皆様お疲れ様でした。





# ヒマラヤ・ランタン地域：ナヤカンガ 5844m 報告

船橋勤労者山の会 酒井 荘多

**メンバー：酒井** L、

**ゲルジュ**（ガイド 61 歳、ルクラから徒歩 2 日のヘイワ村在住、チュルウェスト・パチェルモ 2 回・ピサンピークにガイドしてもらった）、

**ドルジュ**（ポーター 27 歳、ゲルジュの長男）、

**スリラマ**（ポーター 28 歳、カトマンズ在住）

**10/23** 成田 10:20 発マレーシア航空でクアラルンプール 16:45 着。20:00 発でカトマンズ 23:30 着。

Web チケット往復 135 千円。アンナプルナ社：

<https://www.annapurnafoothills.com/> のニーマ社長が空港出迎え。市中でタクシーのタイヤが道路脇の穴に落ちパンク。スペア交換に 40 分。サムサラホテル泊。

**10/24** 13:00 ニーマ社長とゲルジュ ガイドと共にサムサラホテルで打合せ。現地費用 3,000 ドル支払い。

**10/25** 08:00 同ホテルをタタ（インド）製の四駆で 3 人で出発。途中、スリラマを拾う。秋晴。

14:30 シャプルベシ 1503m 着。ホテル泊

**10/26** 07:30 同ホテル発。晴れ。水力発電工事林道を歩き、ロバ道を歩く。樹林帯で白猿と出会う。

15:00 ラマホテル 2480m 着。ロッジ泊

**10/27** 07:15 ラマホテル発。晴れ。樹林帯を抜け、開けた谷を歩き、15:30 ランタン 3430m 着。ロッジ泊。

太陽光温水シャワーを浴びる。8 年前の地震による雪崩で、以前のランタン集落は流されたため、奥に新たなロッジ群が出来た。

**10/28** 08:15 ランタン発。晴れ。12:15 キャンジンゴンパ 3830m 着。7 千 m 級のランタンリルンや中国国境の 6 千 m 級の峰々を望む快適なロッジ泊。夜は冷えこむ。

**10/29** 高度順化日。一人でコンパ（ラマ教の寺）の奥の川沿いに歩きランタンリルン氷河を眺める。2 時間の軽いハイキング。



5400m ギブアップ地点



BC でプジャ（安全祈願）の後くつろぐサギラマ・ドルジュ（中央）

**10/30** 高度順化日。晴れ。キャンジンリ 4700m にハイキング。雪は無し。疲れたので 4500m で引き返す。下りでアルゼンチンの女性が足を捻挫しガイドに背負われて下山。帰国が大変そう。

**10/31** 09:00 キャンジュンゴンパ発。晴れ。地震で大崩れしたガレ場に 50m ロープをフィックスして通過。英国隊の為にフィックス残置。15:00 に BC4300m 着。雪の無い広い草地に BC 設営。夜はマイナス 10℃ 位。寒い。

**11/1** 高度順化日。晴れ。

**11/2** 08:30 に BC 発。晴れ。13:40 に C1:4950m 着。夜はマイナス 15℃ 程。寒い。

**11/3** 高度順化日。晴れ。ドルジュが英国隊とのロープシュア打ち合わせの為、キャンジュンゴンパに下る。13:00~17:00 雪。

**11/4** 高度順化日。晴れ。13:00~17:00 雪。ゲルジュが C2 予定地の偵察に出る。14:40 に C1 に戻る。崩壊した大岩、ゴローやガレで歩き難く、上部には良い場所がないとのこと。ゲルジュは 16 年前に登っているが、山容が変わってしまったと。ドルジュが C1 に戻り報告。英国隊はキャンジュンゴンパから引き返したとのこと。また、ガレ場にフィックスした 50m ロープが盗まれていたとのこと。ひどい。



C2 からのナヤカンガ（緑を行くがピンクの手前で断念）

**11/5** 10:00 にゲルジュとスリラマと共に C1 発。晴れ。12:30 に C2:5300m 着。テント 1 張で C2 設営。スリラマは C1 に戻る。夜はマイナス 15℃ 程度。寒い。

**11/6** 高度順化日。晴れ。200m のフィックスロープを 50m に切りメインロープにする。ゲルジュがルートファインディングに出る。帰ってからルートを検討。大岩壁の左ルートは上部が見えないので、右ルートの雪部分から三角雪の左に出て、そこから雪稜に上がることを目標とする。雪稜上部に大クレバス（ギャップ）が見えるが、行ってから考えることにする。

**11/7** 寝過ごして出発が遅れる。06:30 に C2 出発。晴れ。雪の付いたゴローを行くが、浮石とサラサラ雪で消耗する。疲れ果て、10:00 に 5400m 程の地点でギブアップ。12:30 に C1 に戻る。前回 9 年前の船山隊がギブアップした所とほぼ同じ高度。8 年前の地震による岩石崩壊で雪稜の下の方山容が変わってしまい、雪ゴロー通過が難しくなったうえ、73 歳で体力が無く、しかたない。地震後に誰も登頂していないのも分かる。次回は若手に期待。



C1 にて ゲルジュ・ガイド



11/8 晴れ。スリラマにC2に上がってもらい撤収。3人で09:30にC2出発。11:30にC1着。

11/9 晴れ。C1撤収し09:30頃C1発。13:00にBC4300m着。

11/10 晴れ。BC撤収し07:30にBC発。キャンジュンゴンパのロッジで11:30~13:30昼食。16:00ランタン3430m着。ロッジ泊。10日ぶりにシャワーを浴びる。

11/11 08:00ランタン発。晴れ。17:30バンブー1970mのロッジ着。とても長い下り。みな疲れる。暗い小さなロッジ泊。夜、ピザとビールで打ち上げ。チップ渡す。ガイド140ドル、ポーター70ドル。

11/12 06:30バンブー発。晴れ。09:00シャプルベシ手前の工事林道着。ここまで乗合ジープに来てもらい、09:30出発。15:30カトマンズのタクシー乗場着。タクシーで16:30サムサラホテル着。

11/13 サムサラホテル泊。

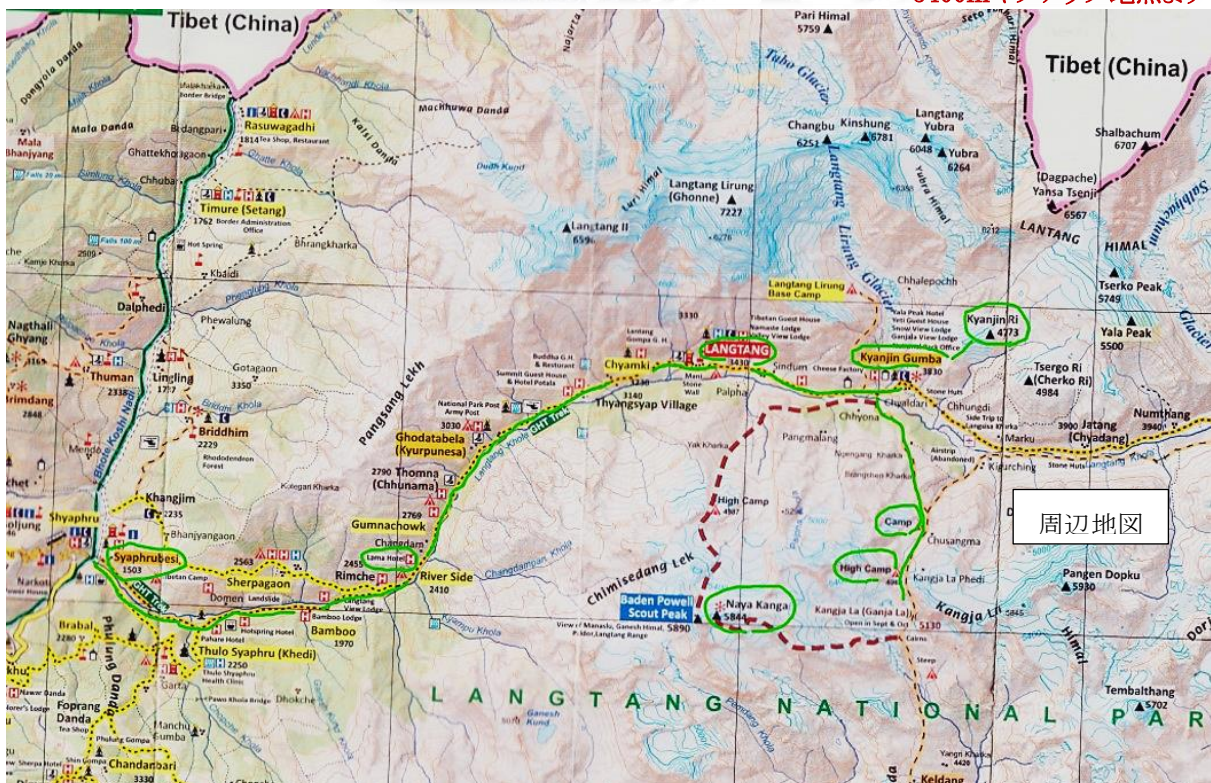
11/14 23:30カトマンズ発のマレーシア航空でクアラルンプール06:25着。

11/15 クアラルンプール09:40発で成田17:30着。

雪の峰  
夢叶わぬも  
輝けり



5400mギブアップ地点より



# ネパールトレッキングを終えて

(『準備』から『カトマンズ入り』まで)

海外委員会 安彦秀夫 (東葛山の会)

コロナ禍で海外トレッキングを企画することができませんでしたが、感染者数が減少していることもあり、念願の『ネパールトレッキング』を実施することにし、今年春に、以前から情報交換をしていた『株式会社ワンダーズアドベンチャー』代表の中山岳史氏に相談 (Zoom とメール) をし、具体的な日程やコース、費用などを提案していただきました。

『2023 ちばニュース 5 月号』に、2 つのコースの案内を掲載し参加者を募りました。  
**世界最高峰『エベレスト 8,848m』を千葉県連の仲間と一緒に自分の目で見てみよう…**という熱い思い (願い) を込めて呼びかけました。

① 11 日間コース：エベレスト街道トレッキング

② 20 日間コース：5000m 峰 2 座登頂 (カラパタール 5545m、ゴーキョピーク 5360m)  
(2 峰間の移動はヘリコプターを利用)

更に、『2023 オンライン講座』の中で、中山岳史氏に講師をお願いし、海外トレッキングの楽しみや魅力そして誰もが気になる高山病について講演をしていただきました。テーマは次の通りです。

◆ 第 1 回目 (6 月 22 日)：ヒマラヤトレッキングの魅力と注意点

◆ 第 2 回目 (7 月 27 日)：現場から学ぶ高山病の予防と対応

参加申込み・問合せの出足は鈍かったのですが、『オンライン講座』開催や『ちばニュース』への掲載、そして、最終締め切りも 8 月 10 日まで延期したところ、参加者は、①11 日間コース 10 名、②20 日間コース 7 名の合計『17 名』になりました。

この間に、11 日間コースの参加者が多くなったことより、『ヘリコプターを利用しシャンボチェの丘からカラパタール中腹(5,300m 地点)へ飛び、写真撮影(約 20 分)。その後、世界で最も高い場所にあるホテル「イエティマウンテンホームコンデ (もしくはコンデホテル)」へ移動。逆さエベレストを見つつ、パラクピーク (4,618m) を目指す…』というオプションに 10 名全員が参加することになりました。

更に、参加者を対象としたオンライン説明会も数度開催し、持ち物、装備、海外保険、レンタル品などについて中山さんから懇切丁寧に説明をしていただきました。

出発日も近づき、各参加者は具体的に装備や持ち物などを準備し、スーツケースなどにパッキングすることも考え始め、幾つかの疑問や不安、心配なことが出てきたよ



うです。「それらについての最終的な確認をしたい…」という声があり、中山さんがネパールに出発する直前にオンラインで『Q&A ミーティング』を開催（9/27）し、各参加者は不安・悩みなどを幾分でも解消できたことと思います。

10月に入り、先にネパール入りしている中山さんから『ポーターの荷物預け量』と『ヘリコプターフライトルール』が今秋から変更され、当初のスケジュールでは実施できなくなった…という連絡があり、日程の変更などを余儀なくされました。

- ① 11日間コース：ヘリコプター利用オプションを無くし、最初に募集した際のスケジュールで実施せざるを得なくなりました。
- ② 20日間コース：5000 峰 2 座間のヘリコプター移動が出来なくなり、チョラ峠 5420m越えを 3 日間かけて行い、ゴークョからルクラまでのヘリコプター移動に変更しました。
- ③ 1 人のポーターへの荷物預け量が、ハイカー 3 人から 2 人に減少し、ポーターの人数が若干増えることになり、共通チップの再計算をすることになりました（カトマンズ初日夜、両替後、現地ルピーで集金をすることにしました）。

10月25日（水）午前7:30に、成田空港第2ターミナル3階北口2（空港内）に、電車事故の影響もあり若干遅れる人もいましたが、17名全員が元気に揃い、チェックインを済ませ、搭乗口に向かいました。

搭乗口待合室で、NHK BS プレミアムで放送されているエベレストトレイルなどで知られる『アルパインクライマー・山岳カメラマン』の中島健郎氏とお会いしました。なんと、彼は、最寄り駅が『東武野田線：川間駅』で私と同じだったのです。お互いの電話番号を交換し、帰国後に連絡を取ることを約束しました。（私の体調がすぐれず、まだ連絡を取っていません。）



中島健郎さんを囲んで



エベレスト 8848mを飛行機から遠望（初対面！）

約 8 時間のフライトでネパールのカトマンズ空港（トリブバン国際空港）に降り立ち、中山さんや現地ガイドの人たちに迎えられました。2 台の車に分乗し、狭い路地を何とか進み『フジホテル』に着き、レンタルのダッフルバッグ、シュラフ、ダウンジャケットを受けとり、各部屋に移動しました。

夕食、両替、スマホの SIM カード購入などを済ませ、ホテルに戻り、明日からのトレッキングに向けて荷物を 3 つに分け、ベッドの人になりました。

（私の部屋が無く、急遽 3 ベッドの部屋に滑り込むことができホッとしました。）

＜参加者からの感想を『2024 ちばニュース1月号』に掲載します。 ご期待を…！＞



## 第 36 回房総ハイキング『JR 浪花→御宿』開催案内

2019・2021・2022・2023 年中止 今年こそ外洋を見に！

日程 2024 年 1 月 27 日(土) (現地集合・現地解散) 日帰り

集合 JR 浪花駅改札口外 午前 8 時 45 分(集合次第出発)

コース 房総海岸を歩く (JR 浪花駅～JR 御宿駅 歴史探訪)

参加者 各会 5～6 名程度 (各会で行動) 間隔開けて行動

移動 電車利用

費用 交通費 千葉駅から 1,166 円 (片道)

当日行動 JR 千葉駅 5 番線 千葉駅 7:10 発 (外房線勝浦行き) それぞれ乗車  
(往路) ⇒JR 浪花駅 8:24 着 (1 時間 14 分)

コースタイム 浪花駅 8:45 出発⇒八幡神社参拝 9:00/10⇒岩船港入り口⇒岩船地蔵尊 9:45/55⇒釣師海岸 10:05/10⇒瓢箪池 10:20/30 (オーシャントレイルコース) 尾根道⇒小浦海岸 12:00 (昼食) 12:30⇒海洋生物研究所 12:40⇒ドン・ロドリコ上陸地見学 (往復) 13:00⇒小浪月⇒メキシコ記念塔入り口 13:20⇒記念塔 13:40/30 (オーシャントレイルコース下山) ⇒岩和田海岸⇒月の砂漠海岸⇒月の砂漠象 14:30 着⇒御宿駅 15:00 着 (電車の時間に合わせて歩く。) 解散  
(帰りの電車 御宿発千葉行き) 14:41 15:10 16:05 特急 16:22

歩行 6 時間 15 分(休憩含む)

尚、天候、道路事情によりコースの変更あり。

問合せ・参加申込 田中康男 (ハイキング委員会)

E-メール [dzb05434@nifty.ne.jp](mailto:dzb05434@nifty.ne.jp) TEL 090-8331-6858

申込締切 2024 年 1 月 10 日(水)

☞ 参加申込は各会で纏めてください。

☞ 車で来て、御宿駐車場に停めたい方 御宿発 8:46⇒浪花 8:50 (5 分強遅れ)。  
(ショートメールで御宿に来ている事を知らせてください)

☞ 駅のトイレが少ない！ (可能なら千葉駅とかで！)  
岩船地蔵尊にはトイレあり！

☞ ハイキング委員会にて詳細を決め、『2024 ちばニュース 1 月号』に再掲載予定

# 県連活動予定表

| 12月 |    |                         | 1月 |    |                        |
|-----|----|-------------------------|----|----|------------------------|
| 日付  | 曜日 | 県連活動予定                  | 日付 | 曜日 | 県連活動予定                 |
| 1   | 金  |                         | 1  | 月  | 元日                     |
| 2   | 土  |                         | 2  | 火  |                        |
| 3   | 日  |                         | 3  | 水  |                        |
| 4   | 月  |                         | 4  | 木  |                        |
| 5   | 火  | 房総の山復興プロジェクト外会議(ZOOM)   | 5  | 金  |                        |
| 6   | 水  |                         | 6  | 土  | 小寒                     |
| 7   | 木  | 大雪                      | 7  | 日  |                        |
| 8   | 金  | ネパールトレッキング思い出交換会        | 8  | 月  | 成人の日                   |
| 9   | 土  |                         | 9  | 火  |                        |
| 10  | 日  | 『会員数』報告締切               | 10 | 水  |                        |
| 11  | 月  |                         | 11 | 木  | 役員会 (ZOOM) 13:00-15:00 |
| 12  | 火  |                         | 12 | 金  |                        |
| 13  | 水  |                         | 13 | 土  |                        |
| 14  | 木  | 役員会 (ZOOM) 13:00 -15:00 | 14 | 日  | 『加盟会状況調査』提出期限          |
| 15  | 金  |                         | 15 | 月  |                        |
| 16  | 土  |                         | 16 | 火  |                        |
| 17  | 日  |                         | 17 | 水  |                        |
| 18  | 月  | ハイキング委員会18:00 県連事務所     | 18 | 木  | 理事会(ZOOM)19:00-21:00   |
| 19  | 火  |                         | 19 | 金  |                        |
| 20  | 水  |                         | 20 | 土  | 大寒                     |
| 21  | 木  | 理事会(ZOOM)19:00-21:00    | 21 | 日  |                        |
| 22  | 金  | 冬至                      | 22 | 月  | 教育遭難対策委員会 (ZOOM)       |
| 23  | 土  |                         | 23 | 火  |                        |
| 24  | 日  |                         | 24 | 水  |                        |
| 25  | 月  | 教育遭難対策委員会 (ZOOM)        | 25 | 木  |                        |
| 26  | 火  |                         | 26 | 金  |                        |
| 27  | 水  |                         | 27 | 土  | 第36回房総ハイキング：浪花～御宿      |
| 28  | 木  |                         | 28 | 日  |                        |
| 29  | 金  |                         | 29 | 月  |                        |
| 30  | 土  |                         | 30 | 火  |                        |
| 31  | 日  |                         | 31 | 水  |                        |

## 事故発生時の連絡先

各委員会、25日までに予定を連絡ください。

●事故一報は事故発生後1ヶ月以内に！

●全国連盟と県連教育遭難対策委員会の両方にメールまたはファクスで！

全国連盟事務局

県連教育遭難対策委員会

メール： jwaf@jwaf.jp

メール： itou2385@yahoo.co.jp (伊東)

ファクス： 03-3235-4324

メールのみとします

## 連盟費の振込先はこちら！

郵便振替口座 00160-3-481509

(ゆうちょ銀行 〇一九店 口座番号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 1-29-18 レジデンス幕張台 101号室

電話： 043-306-1190

E-mail： rousanchiba@grape.plala.or.jp

HP： https://www.cwaf.jp

事務所に常駐者はいません