

## 巻頭言

2011年12月

### 初めてのリーダー

初めて 山行リーダーに指名された。これまで リーダーは 経験豊かな人がやってくるんだろうなという程度の認識しかなかった。それがリーダーになった。山行先は数ヵ月から半年先までほぼ決まっているが、リーダーは必ずしも決まっていない。それが8月の運営委員会で指名された。

山行先は10月16日予定の能勢の剣尾山である。早速 ガイドブックで剣尾山のページを読んでみる。“一般化したコースで道標もしっかりしていて コースを誤ることはまずないだろう”と書いてある。まずは ほっ！である。

山行概略を9月会報の山行案内に載せなくてはならないが、会報の原稿締め切りが2～3日後で 編集作業にかかっている段階である。あわてる。場所から考えて 公共交通は難しい。自家用車の乗り合わせかバスかなと思う。駐車スペースはあるか？ バスの場合、予約はどんな手続き？費用はいくら？ 参加人員が少なければバスは費用が高いし。

9月号会報の山行案内は、日程と行き先のみしか載せられなかった。

9月例会での応募と追加応募と合わせて12人。これではバスは無理か。

10月例会であと何人応募があるんだろう？ 労山とみなと観光バスとの間の契約要領を調べると、バス申し込みは1カ月前までにすることになっている。キャンセルの場合、前日12時までなら無料。それならとにかく申し込みだけはしておくか。でも何人用を申し込む？とりあえず小型バスを申し込んだ。

### 和田

人数が少なくて乗用車乗になった場合、車提供を誰に頼む？・・・この段階はなんとももやもや いらいらするもんだ。

10月会報の内容は9月号よりは具体的なものにできた。

応募者が増えた。22名になった。よかった。予約したバスで丁度OK。

早速、費用計算をし、山行計画書の作成にかかる。

任務の割り振りも悩ましいものである。特に“感想文”担当をきめるのは悩ましい。感想文は大抵の人が負担に思うだろう。過去1年間の投稿状況を調べてみて、申し訳ないなあと思いながら決めた。

計画書は運営委員会に送り、チェックを受ける。何点かの指摘を受け、修正をした。

天候は？1週間前の予報では好天の予報だったが、日が近づくにつれあやしくなってきた。はらはらものである。B班のリーダーの澤田さんや会長にも天候判断を相談した。前日になって 翌日は好転する事が判った。これでほっとしたものである。

気になる事は他にもある。やった事のないストレッチの号令。コース先導での道迷い。時間配分が適正かどうか。・・・etc

それでも何とか山行を終える事ができました。皆さんに協力頂いたお陰です。只 コースをひた歩きに歩いたというもので後続のメンバーの確認も殆どできず 後で思えば冷や汗ものでした。

当分はこんな状態かも知れませんが 今後ともよろしく願います。

## 気持ちの変化

本 多

最近になって若い人たちにも山に行つて欲しいなと思うようになりました。高御位山遊会に入会した当初は自分のことで精一杯で、会がどうか、登山がどうか、中高年が・若い人がなどはっきり言って何も考えていませんでした。

でも、今年になってヤングメンバーズミーティングに参加したり、兵庫登山の総会に参加したり、富士山に行ったりと、ちょこっただけですが考える機会がありました。

私が高御位山遊会に入会したきっかけは、友達に「富士山に連れて行ってほしい(山に登ったことがあるのは私だけだった)」と言われ、計画を練ろうかなーと思っていたところ、母に「人を山に連れて行くなら、ちゃんと知識を身に付けなさい」と高御位山遊会の教室を勧められたからです。そして、深く考えもせず入会したので最初は山登りの知識・技術を学ぶことをたいして重要なこととは思っていませんでした。いざ入会してみると身に付けるべきことが多いこと！道具の選び方、読図、気象、応急手当、体力、忍耐力・・・すべては安全登山のため、山を楽しむために。

今年の夏、念願かなって友達を連れて富士山に登ることができました。その友達は山の経験は少なく定期的に登っているわけでもない上、高所に行くたびに高山病で苦しむという前歴の持ち主でした。なので、実際に行くまでは計画を立てる段階でかなり緊張していましたが、高御位山遊会で学んだことを活かして高山病にまったくなることもなく友達も目一杯楽しんでくることができました。

富士山の印象は「若者の山」という感じで、真新しい登山グッズに身を包んだ若い人た

ちが最近の山ブームで興味を持ち、初めての登山で日本一高い山に登りに来た雰囲気ので、ガイドがすべてサポートしているのでペース管理も体調管理も万全のようでしたが、中にはガイドなしで登っている若い人たちがいて「さすが若い！」と思わせるペースでどんどん登っている人がいました。

そして、ご来光を見た後の下りで、登るときに見かけた足の速い若い人たちがそこかしこでしゃがみこみ「もう2度と来ない〜」とか、よれよれの足で「もうやだ〜」とか言っている姿を見かけました。

同じような年頃でガイド付きのツアー参加者は下りでヘタっている人を見かけなかったのも、もしかしたらペース配分がうまくいかなかったのかなと思います。

今まではなんとも思わなかったのですが、いつのまにかその人たちを見て内心「もっと準備してくれば登山を楽しめたかも知れないのに。富士山だけじゃなくて楽しい山は他にもたくさんあるのに。もったいないな〜」と考えていました。

会や登山がなぜ若い人たちを増やそうとしているのか。そんなこと考えたことがありませんでしたが、たしかに登山の楽しみをみんなに知って欲しい。先人達が教えてくれる知識・技術を廃れさせるのはもったいない。そのためには、個人で山に行く人がたくさんいてもいいけど、中心となる山岳会が継続・発展していく意味は大きいな、なんて自分の足元より少し前を向き始めた今日この頃でした。



## テント泊の魅力

尾越

テント泊と小屋泊どちらが好きですか？  
 テント泊は荷物が重い、スペースが狭くプライバシーがない、基本的に自炊、お風呂もないと敬遠されがちですが、まず一番に料金が安い、テント場は一人500円位です。荷物はシュラフ、テント、食料が必要ですが、シュラフ、シュラフカバー、マットは、全部で1kg位、教室の終了山行の三の峰等はシュラフカバーだけで十分なので500g減りテント等の共同装備は約1kgとして、食料はアルファ米等を利用すれば日数にもよりますが、小屋泊の装備にプラス2～3kgで行くこともできると思います。アルファ米とは米のデンプンが加熱によって糊化（アルファ化）し、消化・吸収しやすい形になったところで乾燥させた加工米です。1食100gをお湯で15分、水で1時間おくと200gのご飯になり赤飯、ピラフ等、12種類あり好みはありますが、先日の北アルプスで食べた赤飯、ちらし寿司、白飯にフリーズドライのカレーはおいしかったです。

シーズン中の小屋は混んでいると、1畳に2人とか3人で寝る場合もあるようで、それならテントも狭いですが、整理整頓術を学習し、もちろん不要な物を持って来ないことは大事ですが、人数制限ギリギリの場合、ザック等を入れるツェルトを設営する方法もあり、外に忘れ易い登山靴も必ずテント内にいれ、快適に過ごす方法があると思います。

テント泊の食料担当は大変です。縦走となればなるべく軽く、しかも食事もしみのひとつなので余裕があれば、調理も楽しみです。

北アルプスでは一日目はお米からご飯を

炊き、回鍋肉、サラダはおいしかったです。

山ではゴミも荷物となり最後まで持って帰ることになりますので、お肉等はタレに漬けた状態で冷凍し、野菜は洗い、すべて食べられる状態でジッパー付の袋に入れ持参しました。寝るまでの時間、テント内で湯を沸かし、肩を寄せ合って話しているとテントとは思えないくらい暖かく、互いの距離が近いので親近感が沸きます。自然の中なので、雨が降ればテントが直接叩かれ、風が吹けば飛ばされるのではないかとドキドキしながら、うたた寝を繰り返し、朝がきます。子供の頃のキャンプ、20年前オートキャンプがブームだった頃、主人の弟家族とのキャンプを思い出します。

頭まであるザックを背負い西穂高岳から下りて、観光客で一杯の上高地を歩く気分は初心者ながら、見かけだけは一端の山屋さん気分で嬉しくなりました。

山でのテント泊はとても楽しい経験です。そして天候に恵まれれば、もっとテントで快適に過ごせます。

夏山の緑、秋の紅葉の中のテント場は、カラフルなテントたちに彩られその景色が、とても美しいです。

私たちもその仲間入りし、自然を身近に感じませんか？



先日、山行後の飲み会で、冷たいビールで喉をうるおしていた時のこと。初めての山歩き教室の終了山行「三の峰登山」について話が盛り上がった。KさんやSさんは教室の案内で「白山」とあったから教室に参加したという意見やSさんのように「白山」登山は体力的にむりだが、登山の基礎が学びたいなど様々だった。さらにSさんは「三の峰登山」に参加して「誰がギブアップするか。自分がするのではないかと体力の限界であったことを打ち明けた。会長は「限界すれすれでしょう。そこがミソだ」とか。

限界とは「これ以上、あるいはこれより外に出られないという、ぎりぎりの範囲」をいうが、初めての山歩き教室参加者は、山行経験のある人もいるが初心者が多い。初心者を対象とした教室の終了山行として、三の峰の歩行時間約9時間は、長時間歩行の経験が少ない参加者にとって長い行程である。登山をする場合、登山者は山の知識・体力・技術・危険度等考慮し山行を決定する。三の峰の場合、長時間歩行という体力は必要とするが技術・危険度は比較的少ない方なので体力さえあれば歩き通せ、達成感が得られる。つまり、何とか初心者でも登れる山という意味で「限界すれすれ」なのだろう。

私は教室を終了して3年になる。今回、はじめて「終了山行」に参加し「三の峰登山」を体験できた。今回の3日間は雨の予報もなく晴天の中での登山となった。参加者は歩行時間が長いことを意識しつつ「歩き通せるか」と緊張しながら出発した。全員が会長のリードで順調に尾根・頂上へと歩めた。途中、暑いにもかかわらず吹く風は冷房がついているような涼しさであった。心地よさは申し

分ない。澄み切った青い空、白い雲、標高2000m前後の尾根筋から見える遠景や稜線、緑の美しさは言葉で表わせない程美しい。また、光の反射で美しさも刻々と変化する。さらに尾根筋には可愛い花々が競演するかのようには咲き誇っている。こんな体験は登山して初めて出会える。歩いていてスイスの山を思い出すほどであった。下りでは長時間の歩行で疲労もピークとなり、脚が思うようにコントロールできず苦慮する参加者もいたが全員が自力で歩き通せた。達成感を得られた山行となり多くのことを学べたことだろう。「限界すれすれ」と感じた人もあつただろう。しかし、それにもましてグループの人たちの思いやりに触れたのではないだろうか。言葉や笑顔・態度から多くの元気を頂くことも組織の魅力だろう。

通常の日帰り山行では、会長の言われる「限界すれすれ」の体験をする機会は少ない。よって、登山の醍醐味を味わえる山行先として三の峰が7年も継続して選択されているのだろう。鳩ヶ湯温泉の魅力や整備されたキャンプ場があることも大きい。会



長の「山好きの人を増やしたい、良い体験をしてほしい」という熱い思いが伝わってくる。この登山経験が今後の登山場面において、どんなに疲れても、つらくても、登山を続ける原動力になるのではないだろうか。



## 『想定外』と山の安全

須 増

去る5月下旬から3週間程、東北新幹線の駅のある岩手県北上市の方へ長期出張をしていた。仕事の合間に、歴史のある平泉や宮沢賢治の故郷である花巻を訪ねてみた。花巻の大沢温泉では、大槌町より避難し、自炊生活をされている方が大勢おられた。平泉でも観光客は、土・日でも1/3程度とのことで、復旧には、時間がかかりそうである。

「東北は悪いことがないと、ニュースにならない」と言われるように岩手県等は、日本の中でも話題性が少ない所であり、関西から遠いこともあって我々の知らないことや史跡も多い。自然現象でニュースになるようなことと言えば、天候不順により米が凶作になった時や大雪による高速道路の事故ぐらいしか思いつかない。この平穏な沿岸部を地震による大津波が襲い原子炉まで破壊した。この影響でサプライ・チェーン(=原料の段階から製品・サービスが消費者の手に届くまでの全プロセスの繋がり)が寸断されエレクトロニクス製品、自動車、食品などを安定して生産できない状況が今も続いている。そして、電力供給の不安定さもあって、企業の中には海外へ生産拠点の一部を移す動きが、また広がっている。こうした状況の中で、今後の震災などのリスク対策のために「事業継続マネジメント」等への注目が高まっており、危機管理についてのセミナー開催の案内も目立つようになった。これは、大きな災害などが起きた時に、目標時間内に重要な事業再開ができるようにハード、ソフト、スキルを準備しておく必要性を説くものだ。山でも参考になりそうである。今回の震災でも「事業継続計画」の策定をしていたあるメーカーでは、訓練を繰り返していたことにより事業復旧までの時間がかなり短縮になったとのこと。

2004年の「新潟県中越地震」でも、自動車部品メーカーが地震の被害を被り自動車生産に大きなダメージを与えたが、その後の対策が国内で十分に展開されたとは思えない。

政治家、学者などテレビに登場する多くの人達から、今回の津波に関しては、「想定外」という言葉をいやになる程聞いた。想定外には、責任逃れな反省を促さないイメージが強い。想定外を予測して考えられる偉い人も中にはいるだろうと言いたくなった。

私を含めて大半の人は、大津波を知らない。経験したことがないスケールだから想定外? 今回の津波を見て2004年に起きた「スマトラ島沖地震」を思い出した。そこには、為す術もない島に暮らす人達がいた。・・・そして当時、このようなことは、低地だから発生することであり、日本では、起きないだろうと思いついていたように思う。防御が出来ていなかった。また、原発問題にしても、

1986年、チェルノブイリ原子力発電所の  
大爆発事故 1999年9月30日に東海村で起きた  
臨界事故。これらの事故のことを忘れてしまっている。ある小学校で避難ルートの適正な設定をしていなかった為に、距離的にも近くだった裏山へ逃げられず多数の生徒が津波で生命を落とす出来事があったが、これも悲しい。日本では、1850年以降の統計では、M7クラスの地震がなんと10回/年平均で発生している。天災は、忘れたころにやってくる。これからは、想像力を働かせて安全なシステムを作ることが求められる。山でもエスケープルートの確認のみならず、想定外の気象条件に遭遇した時の対応等を事前によく考えておかなければならないと改めて思った。

# 巻頭言

2011年7月

## ふるさとの山

尾内

「ふるさとの山に向かいて言うことなしふるさとの山はありがたきかな」これは、石川啄木の有名な歌ですが、久しぶりに故郷に帰ってなつかしい山々を眺めていると、心が満ち足りて言葉が出なくなるという意味でしょうか。

皆さんは、ふるさとの山といえばどこを挙げられますか。各々郷里の山であったり、思い出の山であるかもしれません。しかし、私達にとって、共通してふるさとの山と言えるのは高御位山でしょう。毎日、眺め仰いでいらっしゃる人もいるでしょう。毎月、清掃登山をしている山、トレーニングに登る山、心境は、啄木とは違うかもしれませんが、冒頭の歌は、当てはまりませんか。

しかし、残念なことに1月に大惨事がありました。もう下草は生えてきています。イシモチソウを見つけることもできました。ササユリも例年より少なめですが咲きました。しかし、炭化した樹木は、そう簡単に甦りそうにありません。

私達は、創立10周年記念として、頂上に山桜を3本植樹しました。誰が植えられたのでしょうか、小高御位山からの登山道に、もみじが植えてありました。高砂市では、ドングリ作戦が計画されていると聞きました。小さな営みかもしれませんが、このような積み重ねが年数はかかりますがきっと緑の山に甦らせてくれるでしょう。そう願わずにいられません。

先月、昨年尾瀬にご一緒した縁で、西宮山岳会さんとの交流山行が実現しました。

先方の希望でササユリが見たいと高御位山に登りました。内海さんが、ふるさとの土地や川、そして山の歴史にまつわる貴重な話をしてくださり、皆さん興味深そうに聞き入っておられました。高御位山を初めて登られた人が多く、あいにくのお天気で展望こそ望めませんでした。コースはバラエティに富んでいて、岩場のスリルもありと大変感動され、喜ばれました。今度は、季節をかえて、お天気のいい日に来たいと再訪を約束して帰られました。

春はツツジが咲き乱れ小鳥がさえずる。初夏にはササユリが癒してくれます。秋は紅葉に虫の声が季節の移り変わりを感じさせてくれます。東西南北十数カ所に登山口があり、300メートルの低山でこれだけ人気の山はないでしょう。

私達は、元会員の河合さん作詞で高御位山遊会讃歌も創り上げました。ふるさとの山「高御位山」この宝物を大切に守り、後生につないでいきたいものです。

交流山行を計画する中で、初めて知ったのですが、高御位山には、ほんとうに色々なコースがあります。まだ歩いていないコースもあります。毎月の清掃登山で、たまには違ったコースを歩いてみるのもいいかもしれません。きっと新しい発見があるでしょう。



## 巻頭言

2011年6月

私は、どんな低山でも頂上に立つと、いつも三角点にタッチをする。

北アルプス・南アルプスなど高い山でのタッチは感激します。

三角測量の際の基準点、すべての測量の平面的な位置関係の最も基本となる基準点をいう。三角点は、規模および精度に応じて等級が定められており、一等三角点から四等三角点まであり、全国で約100,000点そのうち一等三角点は969点あるそうです。(国土地理院がこれらを測量)

地図作成はもちろんのこと道路の建設、都市の開発などの公共事業を行う際にはなくてはならないものです。この他にビル・煙突・タワー・灯台などを利用した五等三角点があります。三角点は一般に山頂付近や見晴らしのよいところなどに設置され、緯度、経度が正確に求められ、その位置には三角点と書かれた文字が南面になるようにして「三角点標石」、「永久標石」または「金属標」が埋設してあります。

三角点は必ずしもその山の頂上に(最高点)に有るとは限らないので、三角点の高さと、その山の標高は一致しないことがあります。

光波測距儀の普及により「三辺測量」に移行しつつありますが、大規模な場合でもGPSなどの利用で、三角測量を行うことは近年きわめて少なくなっているものの、三角点そのものは局地測量の基準点として利用されることが多いようです。

兵庫県には一等三角点の山は21座、二等三角点は109座あります。

一等は18cm角、二等と三等は15cmの角、四等は12cm角の御影石、もしくは軟質の岩石で上面の中央に+が刻まれ

## 三角点

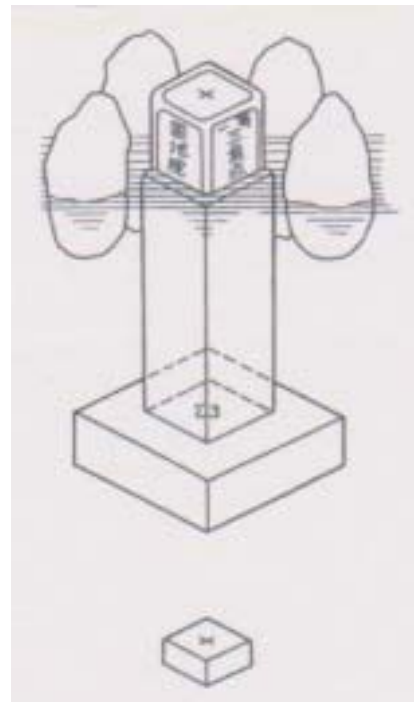
Machi

て、その中心が三角点の位置で高さです。

また、一等三角点の標石の重さは90kgあって、広島県の一等三角点は、明治22年に7山、翌23年に6山、埋設されており、その当時は石を背負って山頂まで運ばれており、苦勞が偲ばれます。

夏山といえ3,000m級の山はそれなりに標高差のある登り下りが待っています。岩場もあれば、ガラガラしたザレ場もあります。一日の行動時間も7・8時間はざらで、3・4時間ですんだ山とは明らかに違い、ある程度の体力が必要になってきます。体力には、筋肉、持久力、しなやかさなどが含まれる。ちょっとした岩場や段差の乗っ越しには筋力やしなやかさが必要であり、長時間の行動には持久力が当然必要です。今年の夏山は北アルプスです。トレーニングをして安全な楽しい山行にしたいものです。

三角点にタッチを忘れずに・・・・



## 巻頭言

### やっぱり山は真剣勝負！

松下

4月号会報の巻頭言で上田さんが取り上げておられたが、2011年3月11日に東北地方太平洋沿岸を襲った東日本大震災の影響をテレビで繰り返し見ながら、翌々日実施の第45回六甲全山縦走を歩く事の是非を考えた。結局、県連盟から“検討の結果、予定通り実施”の通達があり、参加した。

震災の数日後に石原慎太郎・東京都知事は東日本大震災に関して、“日本人のアイデンティティーは我欲。この津波をうまく利用して我欲を1回洗い落とす必要がある。やっぱり天罰だと思う。”と述べた。天罰というのは失言としても、言い難いことをズバツと言う氏らしい発言で、政治が暗中模索のような現状で、国民が協力して自国を立て直すきっかけになったらと私も思う。

このような最中、被災地の方々には申し訳なく思いながら六甲全山縦走（3月13日実施）に参加したのだが、今年的全縦はというと、全般に女性陣の粘り強さと熱意が感じ取れた。全縦を支えたリーダーは言うまでもなく、辛抱強く歩き通したKさんと仲間をフォローしながらパーティーに追いついてきたOさんには心から拍手を贈りたい。

当会ではというと、今年度の山歩き教室の募集で多くの方が教室へ参加されている。政治の世界でも山の世界でも、やはり正しい方向へ舵を執らないと平和=安全から遠ざかってしまう。山歩きを志す私たちは正しい山の歩き方、取り組み方を学ぶ事で、これからも高御位山遊会の皆さんと“自立した登山者”をめざして行きたいと思う。

初心者であっても、天候に恵まれ、良きリーダーに恵まれ、それなりの体力を備えれば、昨年の南アルプス集中登山のように、特に困難に遭わずに快適な登山を楽しむ事もできる。しかし、登山は自然がフィールドなので良い条件の時ばかりとは限らない。

登りたい山があったら、資料を集め、シミュレーションしてみる事。地図を広げ、自分の力量から外れていないか、トレーニング計画や装備計画など何が必要か分かってくると思う。

先月の17日に多くの参加メンバーを得て、大船山読図山行を実施できた。この時の地図読みは真剣そのものだった。地図とコンパスだけでなく、周囲の地形、現在地の把握、概念図を起こしての事前のシミュレーションを生かして読図を楽しめた。こういった一つ一つの積み重ねが大きな山、厳しい山を目指すステップになって、安全で充実した山行が楽しめる。

登山のためのABCは・・・

- A, 人に頼らず自分で歩く
  - B, 家族の理解
  - C, 自分の身体を知る
  - D, 自分の性格とメンバーシップ、パーティーシップ
  - E, 社会人であること
- そして、
- F, 登山に夢を持てたら、やっぱり“山は真剣勝負！”

この情熱が大切です





# 巻頭言

2011年4月

## 東日本大震災に思う

上田

その日、私は午後四時頃に帰宅し、なにを見ているということもなくテレビをつけた。そして現れた画面がなんであるのかしばらくは理解できず、昔あったゴジラとかガメラとかの映画をやっているのかとさえ思った。やがて一時間余り前に三陸沖で巨大地震が発生し、その後を大津波が襲い、家や車が海にのみこまれ、船が陸に突き進んでくる信じがたい光景が、現実の大惨事だとわかった。しかしなんという凄まじさだろう、人々が嘗々として作りあげてきた町や生活が一瞬のうちに藻屑と化してしまった。被災地の人達の恐怖や無念さは押測ることも出来ない。M9.0、阪神淡路大震災の1450倍のエネルギーだという。

発生から10日がたった。死者8,277人・安否不明18,245人・避難者343,563人という数字もすべてではなく日に日に増える。建物や農漁業の被害は推計もできない。一週間たっても食べ物がない・ガソリンがない・灯油がない・毛布がない・医薬品がない・避難所で高齢者が次々亡くなる。これで日本は先進国だったのだろうかと怒りを感じるのは私だけではないだろう。

13日以後の新聞の一面は福島原発の記事でうめられている。状況は最悪で、素人目には安全に収束できるようなには思えない。政府や東電、何人もの学者や専門家が「大丈夫、冷静に行動して」というが次の画面では原子炉建屋が吹っ飛び白煙があがっている。

牛乳とハウレンソウから食品衛生法の暫定規制値をこえる放射線が検出され福島県と茨城県は生産者や農協に出荷自粛を要請したが、官房長官は「直ちに健康に影響を及ぼす数値ではない」という、規制値を超えたら大問題ではないのか、なんのための規制値かと言いたい。おまけにレントゲンやCTスキャンと比較しての

「大丈夫」には怒りを通りこして笑ってしまう。

福島原発のことは「想定外の大地震」「想定外の大津波」ではすまされない。異論があるかもしれないが、コスモ石油の火災はテレビの画面からでも恐ろしいほどの火勢だったが、燃え尽きたら消えると思えた。だが原発は違う、「世界一の技術」「なにがあっても安全」といって推進してきた人達の責任があると思う。このために人命救助や生活支援が遅れたと思う。根本から原発の安全性を問いなおす時だと思う。

国中の人々が心を痛め、義援金募集や支援に取り組んでいる。日本だけではなく世界の人達が被災者と被災地の一日も早い復興を願っている。労山全国連盟も義援金募集や支援活動を訴えている。私もわずかながら義援金をだし、また訴えた。国と自治体は学者・専門家の知恵と力を総結集して原発事故を解決し、国民の生活と安全最優先の復興対策をとってほしい。

東日本大震災のことは気になるが、山はこれからいい季節になる（花粉症の私はちょっとうとうしい季節でもある）今年も八ヶ岳にいった美しい雪山を見たが、山頂で、寒さで震えあがるよりも、涼しい風に吹かれて憩える山頂のほうがいい。4月、5月はたくさんの山行が計画されているし、「初めての山歩き教室」も開催される。ひとつでも多くの山行に参加したい。今年残念なことは1月の山火事のために高御位山のつつじが見れないことだ。どれだけ咲くか歩いてみたいし、これも早く回復することを待っている。



## 巻頭言

### 川の流れるように

山本

「 知らず知らず歩いてきた細く長いこの道、振り返ればはるか遠く故郷が見える、、、 」この歌は「美空ひばり」の生前最後に出たヒット曲で、あたかも自分の最期を悟って歌ったかとも思える曲です。この曲の詩は人生の苦難を道に例え、行先には凸凹道や曲り道、地図にもない道と障害が多々あるものだが、これを「川の水」が何事も無かったようにスラリスラリと流れる様に、人生でもいろいろな障害、苦難があるが、時代の変化に身を任せながら、障害を苦とせず生きたいと解釈できる。

もう一人「水」を人生に例えた戦国の武将がいる。姫路宝殿城の城主であった黒田官兵衛である。司馬遼太郎が書いた「播磨灘物語」の主人公として登場する彼はその名前を晩年住んだ福岡で「黒田如水」と呼ばれていた。福井の永平寺に彼の人生訓とした「水五則」が掲げられている。

- 1、自ら活動して他を動かすは水なり。
- 2、常に己の進路を求めて止まらざるは水なり。
- 3、障害に逢い厳しく精力を倍加するものは水なり。
- 4、自ら潔くして他の汚濁を洗い清濁せいじやくに入るのは水なり。
- 5、洋々として大海を満たし発しては雲と変じ霧と化す。凝っては玲瓏れいろうたる鏡となり、しかもその性を失わざるは水なり。



平時は静かに落ち着き優しく穏やかさを持つが、ある時は岩をも砕く激しい勢いをみせる。そして霧や氷となって形を変えてもその本質は変わらない純粹さを持つ。水の持つ特質そのままを表しているが、「水」を「人」に置き換えて読むと、「黒田官兵衛」が生き様を水の如くとすることに武士道を見出し、人生訓とした事が頷ける。

山登りもよく人生に例えられる。織田信長は人生50年と謡ったが今や男女の差はあるものの80年である。私が定年を迎える時ある上司に、「20歳迄は親の脛かじりで自分の事で精一杯だから、成人になってやっと一人前、社会的にはこれ以降が名実ともに人生と云える。80歳まで生きるとして50歳で中間点だから60歳なら全盛期の年代だ。定年になったからといって、隠居気分浸って一服しては駄目だ」と言われた。山登りをこれに当てはめると成人迄はアプローチ、50歳前後では公私それぞれで一番変事も多く多難な場面がある頃、まさに山行の頂上手前最高難度の急登ヶ所と云える場面、そしてそれを越すと人生も落ち着いてきて世間の煩わしさから解き放される状態となってくる。まさに頂上から快適尾根の下りになり景色を見ながら余裕の出る所だ。しかしこの下りとして安閑としていてはおられない。年齢と共に身体も脳機能も確実に下降して病氣、怪我と障害の起きる要素は高まり、時には命取りになることにさえ遭遇する。気を緩めると断崖絶壁からの転、滑落も起こりうるのだ。山行は無事に下山して入浴後ビールでも飲んでゆっくりとくつろげるが、人生の終焉には、多くは何らかの病に冒されて苦しみながら、或いは何の意志もないままに没していく。一生を現役でと願いたいものだが、なかなか困難な事だ。「水」が最後にゆったりと泰然自若と大海に達するように、落ち着いた気持ち、状態を保持しつつ人生の終盤を迎えることができるのだろうか。

何れにしても現状山仲間の多くは下山の途の年齢域にある。滑ったり、転んだりしながらでも道に迷わないよう、事故を起こさないように衰えていく体力、気力の萎えるのを僅かでも遅延する努力をして、いくばくかでも現役を長らえ「ピンピンころり」の人生終焉を迎えたいものだ。

2011年2月

## 事故のない山行をめざして

### 渡邊

山岳遭難事故は年々増え続けており、山岳関係者の間で、原因の考察や対策が検討されています。山での遭難事故防止のためには山岳会関係者は勿論、登山者自身でもそれなりの対応が求められています。

山行するに当たっては安全を最優先して行動する必要があります。昨年の夏山遭難事故を様態別に見ると 転落、滑落(28.7%)、病気、疲労(23.6%)、道迷い(18.9%)、転倒(18.5%)というデータがあります(岳人12月号より引用)。

様態別にそれぞれ対策も違ってくると思いますが、事故減少のための地道な努力が必要で、手近かに出来ることから始めるべきでしょう。

道迷いについては事前に綿密な計画をすることは勿論ですが、山行の際はシルバーコンパスの正確な利用だけではなく、地図を読み、地形が読めることも必須条件です。これらの要件は自分が学習して身につける以外にはありません。また、転倒についても同様で、出来るだけ多くの山行をし、いろんな登山道を経験することで、歩行技術やバランス力等を身につける必要があります。スリップなどによる転倒は多くの方が経験していることと思いますが、転倒は一瞬のことであり、細心の注意をしながら歩くより方法はありません。特に気を付けなければならないのは山行中の後半では疲れもあるため、転倒し易い状況にあります。転倒が滑落に繋がることもありますので、転ばない技術を養う必要があります。

一方、現在当会で検討課題になっている山行先のランク付けについては参加者が知識や登山技術、体力に見合った山行先を選択することで、無理のない山行が出来、ひいては事故防止に繋がることが期待できます。山岳遭難事故対策のためにも早期実施が望まれます。

また、持病や疲労による事故対策として会員の持

病など自主的に登録してもらい、「いざ」と言う時、リーダーが適切に対応出来るようにすることも、今後の検討課題と思います。

一方、山歩きをしていれば多少の無理があってもより厳しい山にも行きたい気持ちもありますし、自分の実力以上の山を歩くことで、より達成感を味わうことが出来、多少の冒険をしてでも挑戦するのもよいでしょう。そのためには自己の山岳知識や登山技術のレベルアップをした上で、難度の高い山を目指す必要があります。中にはそんな難しい山には行かないから必要ないと言う人があるかも知れませんが、山行にあたっては、基本的に下見をしていないため、初めての山などはどんな場面に遭遇するか分かりません。例えば土砂崩れの後とか、危険と思われる場所を安全に通過するためには自己確保をしておけば、安心して通過できます。人によっては自己確保など一度も使わなくて済むかもしれませんが、いざと言うときの対策ですから、技術の習得はしておくべきでしょう。より難度の高い山を目指すためには必須条件と言えます。仕事や家庭の事情で学習会に参加できない方もあると思いますが、その気になれば実践的な技術は別にして、山の情報や知識については本や参考資料などである程度のことは勉強できると思います。事故の半数以上が50歳以上の高年者に多いというのも山の知識や技術のないまま山歩きをする人が多いことも一因と言われています。幸い高御位山遊会ではその気になれば関連知識や技術について学習ができる環境が用意されていますので、必要とされる最低限の基本的な知識や技術の習得をするために、時間を割いていただきたいと思います。お互いに「自分の身は自分で守る」を目標に努力しましょう。





# 巻頭言

2011年1月

あけましておめでとうございます。

新たな10年を目指して

砂川

2000年の最初の10年が終わり、次の10年が始まる。2000年は高御位山遊会の歴史と共に歩んでいるように感じている。今年から三つの目標を掲げて15年、20年と一歩でも二歩でも進めて行きたいと考えているところだ。

その一つとして、新たにアルパインを目指したハイグレードな登山への取り組みを進めて行きたい。その内容は

その山に「岩場」「雪渓」という要素があるかどうか、「歩く」という人間の持つ基本的な能力だけでやり過ごせない場所がある山岳（剣、穂高など）への山行を無理なくこなせる、いわゆる本格的な山岳（菊池敏之）での登山を目指したいのである。

それには「岩登りの技術」「ロープワーク」「氷雪での技術」が求められる。そこに一般縦走登山とは違った一線がある。そこにはどうしても、それらに対応した技術が必要であり求められる。

より高みを目指して学習会に参加する、これらの実践的なトレーニングを行う、もう片方で大切にしたいのは事故を防ぐためにも、厳しい山行を行う上でも、お互い山仲間としてのパーティーシップ、絆（きずな）である。登山者としての実力を備えたメンバーも養成できる名実共に山岳会としての高御位山遊会を目指そうではありませんか。

その二は、「ゆっくりズム隊」の編成である。何も体力が求められる本格的な山岳の走破を目指すばかりが山岳会ではないと考えるからである。「登山」にはさまざまな形態や目的が



あって良い訳で、近郊の楽しいハイキング、常々言っているように、その

地域の山岳自然や歴史、文化を知りその地域の人々との交流を深める心休まる山歩きがあっても良いし、又、自然観察的な目的（高山植物、野花や野鳥を愛でる、山や自然の景観からスケッチする、俳句、川柳を作る）その地域の食文化を知る、温泉巡りなど等の文化的な要求を「山行目的」とした山行計画があっても良い訳である。このような山行を主体とした「ゆっくりズム隊」も片方で進めて行きたい。

その三は、播磨地域で登山者のセンターを目指して、「初めての山歩き教室」を他の地域にも広げ播磨全域から高御位山遊会への結集をはかりたい。

トムラウシでの事故以来、登山界の識者の方々から一般登山者を対象にした登山を学ぶ講習会、教室が少ないと指摘されている。登山を学ぶ講習会なり教室が大都市だけでなく地方にももっと多くあることが求められている。ただ現段階では日本の登山団体の統一したカリキュラムと指導者の養成が成されていない。この10年間行ってきた我々の「初めての山歩き教室」のテキストとその内容は基本的なところで、そんなに外れているとは考えていない。しかし、教室だけの期間に、その全てを習得できる訳はないので、やはり会に入会して継続した学習と実践的なトレーニングが求められるところだ。基本的には地図が読める、概念図が書ける、シルバコンパスが使える、天気図が書ける、天気を読めるなど、自立した登山者としての養成ができる、又学べる場が今最も求められている。全国連盟が今個人会員制度を提案しているが、新たなこの制度とも連携した形での会員拡大と共に、高御位山遊会の新たな10年の軌跡を播磨地域で登山者のセンターとして求められる会にしようではありませんか。