

発行者/杉田 浩康 事務局/佐伯 和人 〒393-0045 諏訪郡下諏訪町南四王6150-9-305 TEL & FAX 0266 (26) 7939
印刷所/双葉印刷 編集者/沼田 陽子 〒397-0001 木曾郡木曾町福島5604-1 TEL & FAX 0264 (22) 3683
長野県山岳協会 HOMEPAGE URL <http://www.nmaj.org/>

元気いっぱい若い世代 with コロナ

高等学校新人体育大会登山競技大会報告 地区専門委員長

南信地区 小西 透

例年より二週間ほど早く、九月十八日に実施した。新型コロナウイルスのため日帰りとし、八ヶ岳連峰の西天狗岳を唐沢鉱泉から往復するコースで開催、男子は十チーム二十六名、女子は四チーム十名、七校からの参加者で、濃霧、強風にも負けず読図の正確さを競った。

中信地区 大西英樹

今年度は一時期、コロナ禍で大会開催が危ぶまれていましたが、何とか九月十八日に大町市の鷹狩山周辺を会場に開催することができました。例年なら他校との交流や研修



南信

も含めて二日間で行っていたのですが、この時期はまだ活動で宿泊が認められていなかったため、一日だけのあわただしい大会となりました。当日は雨で、歩くには快適ではなかったのですが、元気いっぱいの高校生達はそれをものともせず、楽しんで参加していました。

北信地区 福島伸一

コロナ禍で例年二日間だったものを競技のみの一日で計画しましたが、台風の接近による大雨警報が出たため、急遽中止になりました。昨年台風で中止し、二年連続の残念な結果となりました。



中信

東信地区 塩川 淳男

加盟校数が二校になり、コロナ禍の難しい時期であり、今年度は実施を見送りました。

**湯俣の自然を楽しむ
ジュニア登山教室**

ジュニア委員長
栗原 久

九月六日にジュニア登山教室を実施しました。大町市内の小学生十二名、スタッフ五名の参加で行いました。

目的地は、高瀬渓谷湯俣、噴湯丘です。台風の影響で天候が心配されましたが、計画のとおり行動することができ、とてもよかったです。

川の状況も良く、噴湯丘のすぐ近くまで行くことができました。間近で見る噴湯丘に子どもたちも大喜びでした。

その場で一時間ほど過ごし、温泉卵をつくったり、温泉が流れ込んでいる川に足をつけたりして遊びました。夏休みはどこにも遊びに行くことができなかった子どもたちがほとんどで、大自然の中、明るい声が響きました。新型コロナウイルスへの対応として、車両での移動時間や集会時においては、マスクを着けるなどの対策を行いました。



「また行きたいです」といった子どもたちの声はうれいものです。スタッフ一同、楽しい遠足をまた企画したいものです。登山教室の様子は、長野県山岳総合センターの「You Tube」で観ることができます。

山のニュースは
信濃毎日新聞

信濃毎日新聞ご購読のお申込は ☎0120-81-4341まで

協会活性化に向けて動き始めました

長野県山岳協会の活動を活性化させるために三つのワーキンググループ（WG）を作りました。多くの人の意見を聴きながら、協会員が魅力を感じる協会、登山者が入ってみたいと感じる協会を作っていきます。

1. 情報発信強化WG

協会ホームページ・やまなみと山岳センターホームページの連携と分担・内容などを見直し、協会内外への発信力を強める

検討メンバー

◎西田 伊久間・沼田・赤梅
各支部やまなみ編集委員

2. 協会活動を見直す会

協会の組織・活動を見直し、協会員のメリットになる活動を増やすとともに、情報発信強化WGと一緒に新しい会員を増やす活動を進める

検討メンバー

◎河竹
三尾・西之園・及川

3. 国体の準備WG

2028年長野国体で、スポーツクライミング競技を主管する体制を整える

- ・選手の発掘と強化
- ・指導者・スタッフの養成
- ・協会内外の環境づくり

検討メンバー

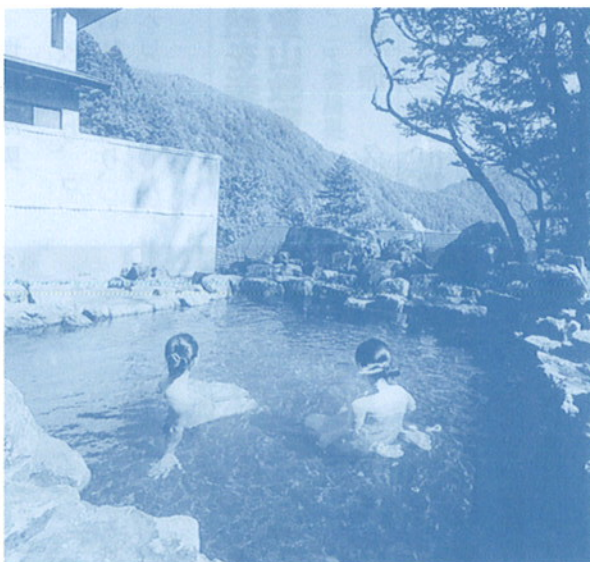
◎杉田 森山・傘木・大西
松田・早石・中嶋・唐木

★検討メンバーは、◎のついたまとめ役を中心に、関係する理事で構成していますが、誰でも参加できます。

★検討の進捗状況は理事会に報告し、必要に応じて加盟山岳会にも報告します。

奥穂高・前穂高を全眺
できる湯けむり館

中の湯温泉旅館



平成10年安房峠中腹に移転。

夏は焼岳登山、冬は上高地の
スノートレッキングの基地として
満喫して下さい。

スノーシュー・XCスキーレンタル有



〒390-1516

長野県松本市安曇中の湯

TEL 0263-95-2407

FAX 0263-95-2514

快晴に恵まれた秋山交流会

伊那支部長 久井田ひかり

今年の伊那支部秋山交流会の幹事会は伊那山の会の皆さんで、十月二十五日高鳥谷山(たかずやさん一三三一・三三三)を計画して頂きました。

この山は伊那市の南東、駒ヶ根市との境界にある信仰対象の山です。高鳥谷鉱泉の裏手で、駒ヶ根市東伊那の板取地区に高鳥谷神社の本宮があり、頂上には奥宮が置かれています。この神社は戦の神様として祀られていて、駒ヶ根市指定無形民俗文化財の秋の例大祭「矢納めの神事」の儀が行われています。また、神社の社叢全体は県の天然記念

物に指定され、特に参道の赤松の太木の並木が有名です。眺望は第一級で東には南アルプス、西には中央アルプス、そして足下には伊那谷と天竜の流れを見る事が出来ます。

山頂まで車で来る事も出来ますので、伊那山の会の鍋班の皆さんが先回りして材料を運び、「きのこ鍋」を用意してくれていました。きのこは伊那山の会の吉沢さんが前日に山から取って来てくれた物でした。快晴に恵まれ、伊那谷、二つのアルプスの大展望を楽しみながら親睦を深める事が出来ました。



フォトギャラリー



八本歯のCOLから北岳

穏やかな天気のおかげで、富士山に見守られながらの北岳登頂、八本歯ノ頭と八本歯ノCOL間のロープを使った登降、下りの砂払手前付近での雷鳥との出会いは素晴らしいです。(飯田山岳会 松山千里)



上：北八ヶ岳の樹氷

正月山行での北八ヶ岳。近年になく見事な樹氷が見られました。

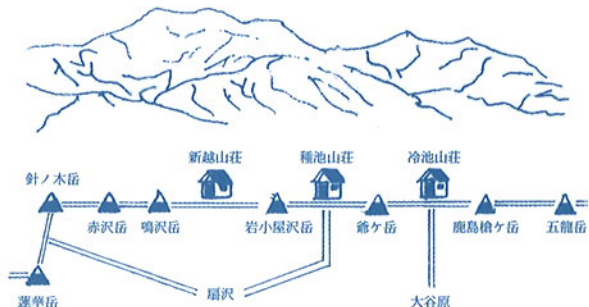
下：硫黄岳から赤岳を望む

風の強い硫黄岳は毎年きれいなシュカブラが出来ます。(下諏訪山岳会 藤森正彦)

— 中部山岳国立公園 — 北アルプス

爺ヶ岳 (2669m) & 鹿島槍ヶ岳 (2889m)

北アルプス入門コースベストワン！
柏原新道で手に入れる大パノラマ！



新越山荘 — 種池山荘 — 冷池山荘

連絡先 大町市平借馬5328 柏原一正
TEL 0261-22-1263

登山・クライミング・キャンプ
カヌー・テレマーク・山スキー



山とスキー専門店 **ブンリン**

松本市中央2丁目7の14
TEL & FAX 0263-33-3633

営業時間 10:00~19:30 (日曜祝日 10:00~18:30)
定休日：水曜日

長山協キャンプ in 小川山

指導委員長 小口得也



第三十四回長山協キャンプ in 小川山を十月四日に行いました。コロナ禍のため例年のような焚火を囲んでの大宴会は感染リスクを高める恐れがあり、日帰りでの開催となりました。天候悪化のため二年連続で中止となっており、三年ぶりの開催にも関わらず、四十三名と多くの方の参加を得ることができました。当日は開始時間に小雨が降っており空模様を心配しましたが、途中で雨は上がり、無事に続行できてほっとしました。

初心者講習・事前講習・登攀技術講習の三つに分かれて講習を行います。初心者講習は道具の説明・ロープワーク・スタカトシステムの訓練・懸垂下降など、一通りの技術を一から習います。事前講習は少人数のため、密度の濃い講習ができました。また、登攀技術は三班に分かれ、それぞれを担当して頂いた講師のもとに各種技術の研鑽に努めました。

指導委員長になってから初めての実施のため、進行方法等の配慮が行き届かず、参加者の皆様にご迷惑をおかけした部分もあったかと思いますが、参加者の皆様のおかげで無事に実施できたことに感謝申し上げます。

クライミング大会報告

スポーツクライミング委員長 早石利枝

新型コロナウイルスの影響で延期になっていた大会が、9月から続々と再開されました。思うように練習できないなかでも工夫しながら練習を重ね、少年女子中嶋諒、川嶋すず菜の2名が以下の大会に参加しましたので、結果をご報告いたします。

大会名	開催日	開催地	中嶋諒	川嶋すず菜
ジャパンツアーボルダリング第1戦	9月12日	B-PUMP 荻窪 (東京都杉並区)	9位	27位
ジャパンツアーボルダリング第2戦	9月26日	プレイマウンテン名古屋IC店 (愛知県名古屋市)	9位	出場せず
ジャパンツアーリード第1戦	10月4日	鳥取県倉吉市クライミングセンター	25位	17位
ユースリード選手権	10月11日	桜ヶ池クライミングセンター (富山県南砺市)	20位	18位
ジャパンツアーボルダリング第3戦	10月25日	岩手県営運動公園内クライミング競技場 (岩手県盛岡市)	5位	34位



槍とともに90年

山と山は相連りて美し
山と山は相隣りて美し

双葉印刷(有)

〒390-0807 松本市城東二二二一六
TEL (0263) 3212263
FAX (0263) 3617128

槍ヶ岳肩 槍ヶ岳山荘 南岳 南岳小屋

直通 090-2641-1911

直通 090-4524-9448

槍沢 槍沢ロッジ アルプス銀座 大天井ヒュッテ

直通 0263-95-2626

直通 090-1401-7884

お問合せは…☎390-0813 松本市埋橋1丁目7の2 槍ヶ岳山荘事務所 TEL (0263)35-7200・FAX 35-0637

お薦め 山の本

『聖職の碑』 『ドキュメント 道迷い遭難』

新田 次郎 著 (講談社)

羽根田 治 著 (山と溪谷社)

県立長野図書館長 森 いづみ



八年前、甲武信ヶ岳・釜の沢東俣を廻り、「両門の滝」を経て山頂に至る山旅をテレビで見たのが、始まりでした。滝つぼの碧に紅葉が映え、「山にはこんなに美しい場所があるのか」と驚きました。子供の頃は父に連れられて、四季折々、故郷の山に登りましたが、大人になって本格的に登山をしようと思ったのは、これが初めてです。「両門の滝」へ行くには、ハイキング

とは違って、きちんとした登山の技術が必要だと聞いて、地元の山岳連盟が主催する登山教室に入りました。冬山、春山、夏山、秋山を経て、雪山教室、沢登り教室に参加し、山を始めて四年目に「両門の滝」へ到達できた時の喜びは、何物にも代えがたいものでした。登山が好きになってからは、山に関するエッセイや、山を舞台にした小説、登山技術に関する本も沢山読みました。憧れの山に登頂する達成感や、どこまでも伸びる山の稜線歩き、高山植物、山の動物たちとの出会いはもちろん、山がある地域の文化や歴史を知ることが、楽しみの一つです。



お薦め本の一冊目は、新田次郎さんの『聖職の碑』です。映画化もされた名作で、ご存じの方も

多いと思いますが、一九一三(大正二)年に伊那駒ヶ岳で起きた遭難を扱った小説です。本編の他に詳細な「取材記」が収録されているのも興味深く、物語の背景となる当時の教育思想や、遭難のさまざまな要因などを丹念に調べ、真摯に執筆した作家の姿が浮かび上がってきます。極限の状況で、人はいかに生きるのか。深く考えさせられる作品です。二冊目は、羽根田治さんの

『ドキュメント 道迷い遭難』です。他にも「気象遭難」や「滑落遭難」などがシリーズで出ています。実際に遭難した人の生々しい体験談と検証が組み合わされ、とても臨場感があります。「自分にも起こるかもしれない」「遭難を避けるにはどうすれば良いのだろう」と思いながら、夢中になって読みました。

最後に、私が勤める県立長野図書館の「信州の山岳」文庫をご紹介します。二〇一五年に(株)山と溪谷社と長野県との間で締結した「信州の山岳文化創生事業」の推進に関する包括連携協定に基づき、山岳関係の書籍、約三百点の寄贈を受けました。図書館二階にコーナーを設けてあり、私もよく借りています。また、県内には各市町村に百二十もの公共図書館があります。なかなか山へ行きにくいこのご時世、「晴耕雨読」ならぬ「晴登雨読」はいかががでしょうか? お近くの図書館にも、ぜひお出かけください。

槍・穂高に乾杯



日本百名山 常念小屋 Mt. Jōnen 2,857m
JAPAN ALPS

松本事務所/松本市沢村1-11-18 〒390-0877 TEL0263-33-9458
山のしおり進呈(送料不要) 山小屋直通 TEL090-1430-3328

シリーズ 山の失敗談

茅野山岳会 村上 周平

失敗談を……と言われましても。「私、失敗しないので」(´・ω・´)
そうは言っても山登り続けてうん十年ともなりますと、なにかしらの古傷も。



ハンダ下でモゾモゾしていたらいきなり抜けたホールドと共に落下。気づくとぶら下がったおへその辺りに錆びたハーケンとさっき掛けたヌンチャクが……「これはもうちよいでグランドだった」。風で飛びそうになった帽子を無意識に押さえようとして落ちたことも「帽子が飛んでハットした。いやいやキャップでしょ」。やっと越えようとしたレτζに蛇がトグロを……「蛇に罪はない。ハチの巣やコウモリの時もあったね」。シーズン初めに裏同心にアイヌへ、取り付きで準備を始めたらアイゼン忘れ……赤岳鉞泉まで走って借りに行ったり「うっすん、ドジった記憶が次々と蘇る」。

しかし、何と言っても失敗をしてはいけないのになにかとやらかしてしまふのは懸垂下降ですね。吹雪いて爆風のルンゼを降りようとロープを投げても舞い上がっていくだけ……上だか下かもわからないままラッペルすると案の定絡んだロープがスタック「なんとかプルージックで自己脱出するもオーバーパンツが穴だらけに」。日没迫る岩壁でロープを投げて慌てて懸垂していく。ハッと気づくとヘツドランプの先に地面がない……掛け替える支点になりそうな木はかなり上方に「真っ暗な中、汗だくで登り返し」。こんなところが代表格かな。脱ぎかけのフラットソールを落っこしたことも何度かあった。でも大した怪我もせずいるわけで、まあ、多少の失敗は次のバネ！ と前向きに捉えていくってもんでしょ。

可愛い高校山岳部時代のこと。丹沢で沢登りの愉しさを覚え通っていたのですが、冬になって友人が突然「雪が付いた沢ってどんなかな？」とやって言い出し、その頃はアイスクライミングなんて言葉も知らないのに「面白そうだし綺麗かな……」てノリで二月の沢（確か勘七沢だったかな）へ行くことに。雪景色の滝は目を眩るほど美しく、そして当然のごとく眺めるだけでは収まらず、堰堤を越えF1、F2を登り……「左岸をヘツレば取り付けそう……」すっかり調子に乗った私はグロブで雪を払いながら滝壺を抱えたF3を登ろうとしたその瞬間。何が起ったかわからないまま、滝壺に首までドブン！ 凍った滝をアイゼンも履かず登ろうてんだから当り前の結果ですよ。稜線に出て膝までの雪に震えながらの下山は「技術を身に付けないきゃ」と思ったきっかけもありました。



<http://www.nishiitoya.com/> E-mail info@nishiitoya.com



〒390-1516 長野県松本市上高地
TEL 0263-95-2206
FAX 0263-95-2208

冬期事務所 (11月中旬～4月中旬)
〒390-0303 長野県松本市浅間温泉3-26-10
TEL & FAX 0263-46-1358

夏山山行報告 中信支部

山 岳 会	期 日	山域・山名	山 行 態	参 加 数	感 想 な ど
C M C	8月13日～16日	黒部東沢谷	沢 登 り	2	ブナ立尾根からニノ沢経由で黒部東沢谷を目指したが、ニノ沢のゴルジュ地形に阻まれ撤退した。
	8月14日～16日	黒部川赤木沢	沢 登 り	2	涼と癒しを求めて、黒部川源流域・赤木沢を廻行してきた。透き通ったエメラルドグリーンの釜にはたくさんの岩魚が……。美しい赤木沢で、天気にも恵まれ、素晴らしい夏の思い出ができた。
	8月13日～16日	金木戸川 (双六谷)～九郎右衛門谷～中ノ俣川下降	沢 登 り	2	金木戸川は流れが悪く、以前に比べて沢が荒れていた。中ノ俣川下降は時間がかかった。
	8月8日	火 打 山	ハイキング	2	のんびりハイキングを楽しむために8、9日、一泊二日の予定で出かけたが、天気が悪く、さらに11時には高谷池ヒュッテに着いたので日帰りに変更した。頂上まで行ったが火打山も見ることができず残念だった。
	8月10日～12日	劔 岳	縦 走	2	当初北方稜線の予定だったが、新型コロナウイルスの影響で黒4トンネルのバスが人員制限をしており、2時間以上も待たされ、真砂沢泊となった。翌日、長次郎谷を登ろうとしたが、出会いは例年より20mも低く、丁度居た救助隊の人に止められたため、平蔵谷を登り、登頂、劔沢泊。翌日、室堂から帰った。
L & M	8月9日～10日	御嶽山大ヒゼ沢	沢 登 り	7	御嶽周辺はよく行ったが、今回のルートは初めてだった。割と積極的に直登したり、高巻きも小さく巻いて懸垂で降りるなどしたので、想定していたより難しかったと思う。水量は少ないものの、色々な要素があって面白い沢だった。

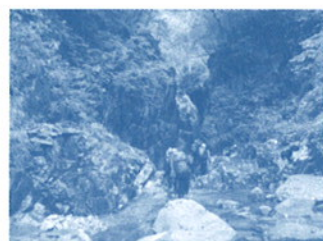
フリークライミング、アルパインの練習はもちろん
登山、沢登り、レジャー、基礎体力向上にも！
初心者歓迎！老若男女、誰でも楽しめます！

Climbing Center ARTWALL

平日 13:00-22:00
土 10:00-22:00
日祝 10:00-20:00

長野市真島町川合 189-1
TEL 026-284-8136
URL <http://artwall.jp>

その他にも、クライミング施設の設計・施工
ホールド販売 etc. お気軽の御相談ください！



CMC 双六谷 (金木戸川)



CMC 劔岳



世界中の山々でご活躍の長野県のみなさまへ 神々の国ネパールはいかがですか

ごあいさつ

弊社は創立以来、登山隊、調査隊、撮影隊などへのサポートやトレッキング、各種観光旅行の手配に、多くの方々のご支持をいただけてきました。今後ともお客様にご満足頂けますよう努めて参りますので、何卒よろしくお願い申し上げます。日本語でお気軽にお問い合わせください。

登山隊取扱い実績

- ・メジャーエクスペディション (ネパール政府許可峰と中国への登山隊) 371隊 (2019年末現在)
- ・ライトエクスペディション (ネパール山岳協会許可峰) 436隊 (2019年末現在)

Cosmo Trek 株式会社 Cosmo International Tours 株式会社

本社 Lazimpat Kathmandu Tel:977-1-4416226, 4411437

Fax: 977-1-4001674 e-mail: fumi@mos.com.np (邦文)

URL: <http://www.cosmo-nepal.com> POBOX 2541 Lazimpat Kathmandu Nepal

長野県
山岳協会
NAGANO MOUNTAINEERING
ASSOCIATION JAPAN
公式Web

<http://www.nmaj.org> では協会員の投稿を募集しています。

楽しい登山の写真とコメント、登山に関わるローカル情報等々の投稿で、充実したホームページを創り上げて行きたいと考えます。投稿方法はホームページ〈メールホーム〉からお問い合わせください。なお、ホームページの全体構成を考慮したうえで掲載を決めますのでご了承ください。

クライミング
ギアはお任せ
ください。

ビギナーさん
大歓迎!

経験豊富なスタッフがお待ちしております。

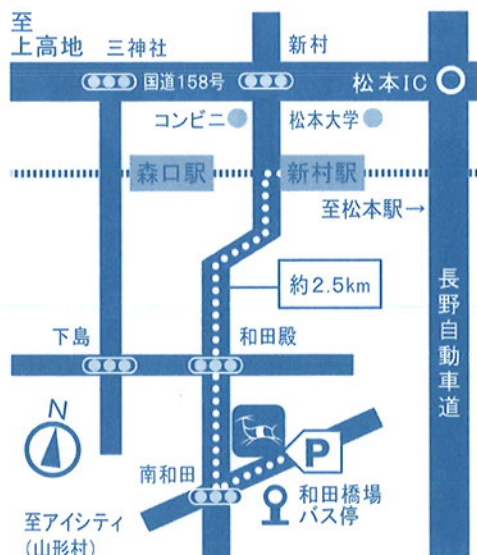
●山の店・松本店 TEL 0263-48-2424

〒390-1242 長野県松本市和田4478-1

OPEN 10:30 CLOSE 20:00(月~金)/19:00(土・日・祝)

KAMOSHIKA カモシカスポーツ

山の店・松本店 松本ICから約6km



kamoshika.co.jp