

# もみじ

—広島県山岳連盟会報—



一般社団法人 広島県山岳連盟  
 〒733-0011 広島市西区横川町 2 丁目 4-17  
 電話・FAX (082) 296-5597  
 E-Mail : hgakuren@lime.ocn.ne.jp  
 URL : <http://hiroshima-gakuren.or.jp>



慰霊碑前にて記念撮影

## 平和都市 広島から、

## 山への感謝と尊崇を

### アジア山岳連盟総会・創立 20 周年記念開催 2014・11・22 (土) ~26 (水) 平和公園周辺で

アジア山岳連盟総会が「広島山岳平和祭」として、11月22日から26日までの5日間広島平和公園周辺で開催された。

アジアの15の国・地域の登山家約420人が触れ合い、平和に山登りができる環境を考える広島山岳平和祭が第2日目(23日(日))平和公園前で開催された。1分間の黙祷の後10時から慰霊碑前で神崎会長はじめ各国代表が平和宣言。広島観光親善大使から参加者

全員が白菊を受け取り、献花。全員で記念写真を撮った。(写真右)引き続いて、平和記念資料館を見学した。

当日は午後「世界自然保護集会」(会場:アステールプラザ)が開催、18時からUAAA創立20周年記念祝賀会がリーガロイヤルホテル広島で開催された。松井一實広島市長から来賓挨拶をいただいた。

1日目(22日)は、日本山岳会(JAC)、日本山岳協会(JMA)、日本ヒマラヤ・アベンチャー・トラスト(HAT-J)の総会、全国集会があった。

第3日目(24日)は弥山(宮島)ハイキング・宮島島内観光。(オプション、ディナークルーズ)4日目(25日)はUAAA総会。(オプション、山口秋吉台ハイキング)。5日目解散式。

以上5日間の多彩な行事を終了した。



UAAA 総会 (アステールプラザ 4 階会議室)

2014・11・25 写真提供 村越 稔氏

多数のご来広、歓迎します

### アジア山岳連盟記念祝賀会挨拶

広島市長 松井一實

実は、今日、こういったかたちでアジア山岳連盟の皆様が集まっていたいただきましたが、今から 3 か月前の 8 月 20 日に広島市で豪雨災害が発生してしまいました。被災者の支援や被災地の復旧・復興のため多くの方に御支援をいただきまして、この場をお借りして御礼させていただきます。本当にご支援有難うございました。

さて、本日、ここにアジア山岳連盟創立 20 周年記念式典が盛大に開催されますことを心からお祝い申し上げます。神崎会長のリードのもとで開かれるというふうに思っております。こんなに多くの方がこの広島に来ていただいていることを心から歓迎を申し上げたいと思います。

アジア山岳連盟は、先ほどお聞きしますと、1994 年 (平成 6 年) に発足して以来、実に 20 年間という長きにわたり、登山の普及・発展を目指して、山岳及び自然環境の保護と安全な登山の啓発に積極的に取り組んでいただいていると承知しています。

その長年にわたるご尽力に対し、感謝申し上げますとともに、山岳連盟の今日の繁栄と伝統を築き上げられた、会員並びに関係者の皆様に深く敬意を表します。

### 山岳は自分自身と戦うスポーツ

ところで、私自身は、スポーツは二つの種類に分類できるのではないかと考えています。一つは自分自身と戦うこと、自分の能力の限界を試すといったスポーツに分類できます。もう一つは相手がいて、相手と道具を使って争うというスポーツに分類できると思います。そして、広島では、その後者のスポーツであるサッカーと野球があります。

今日、ここにお迎えした皆様がされるスポーツは、後者の分類とは異なり、前者のスポーツであり、すなわち、道具を使って相手と争うのではなくて、道具を使いますけれども、自分自身の能力の限界に挑むというスポーツではないかと考えています。

そして、自分自身と戦うと同時に自然の懐に取り囲まれていかにに自然に馴染んでいくか、自然をわがものにするか、その技を競う、そんなスポーツではないかと思っています。

### 平和を考えるきっかけを作るスポーツ

私自身は、今日、皆様方が平和について勉強されたと伺いまして、スポーツをやられる方々としては、お互いに技を競うスポーツ、まさに、自己鍛錬ですね、自然と接点を持ちながら自分自身をいつも見つめながら挑戦するこのスポーツは、本当に平和を考える、そういうきっかけを作るにふさわしいスポーツだというふうに感じております。

それは、まさに、人の力を越えた自然というものに対峙しながら、みずからの能力を試す、ここに、自分の限界を知りながらどう調和するかということを考え、その思考方法が私は、平和を創りあげていくときの基本的な発想だと思うんですね、調和です。

ですから、そういうふうに、自然と調和を学べる人間は当然、人との調和を学ぶ、だから、戦争を求めない、いかに平和な心安らかな状態を求めるかということに通ずるというふうに思っています。その皆様方が、この広島に集まっていたいただいたこのご縁を機会に、ヒロシマの思い、あんなふうな悲惨な思い、原爆が投下されて多くの方が一瞬のうちに亡くなってしまったという思いをですね、他の誰にもさせてはならないという思いを皆さんに持ち帰っていただいて、日々の生活、登山活動にも活かしていただければありがたいなと思っています。

皆様方、アジア山岳連盟、政治的にはなかなか難しい状況のアジアの皆様がこの地にこういう形で集まっています。皆様方の日々の平和を祈る活動がアジア地域における平和への架け橋、或いは、それを導くための動線になるように心から祈念いたすとともに、ここにおられる皆様方の御健勝を併せてお祈り申し上げます。ヒロシマのこの地を代表する人間としてご挨拶をさせていただきます。本当に、本日はようこそおいでくださいました。

平成 26(2014 年)11 月 23 日

松井一實

**国体反省会報告**

日時：11月13日(木)

場所：リーガロイヤルホテル

**入賞までの取り組み、今後の課題と抱負****理事 佐藤 健 (競技部長)**

本日は、貴重なお時間をいただき、皆様に山岳連盟の取り組みをご報告申し上げたいと思います。

山岳連盟は長崎国体で少年女子が97年大阪国体以来の入賞を果たすことができました。苦節17年。その空白の17年間はどんなものであったか、思い出すのも辛いですが、正直に申し上げたいと思います。

山岳競技は96年の広島国体で総合優勝をし、その強化の貯金があった5年間ほどは成年男女を中心に入賞していました。それはランニング能力の高さが求められる縦走競技と踏査競技、そしてクライミング競技という3種目があったからです。2008年開催の大分国体から、種目の見直しがありクライミング競技のみとなりました。広島県は縦走競技に力を入れ、元陸上選手を中心に選手強化をしてまいりました。山口県や鳥取県は早くからクライミングに力を入れ県立の施設を整えたり高校内にクライミングボードを設置したりして強化をはかり、クライマーを育てていました。しかし広島県は目先の得点に目を奪われ、計算の立ちやすい縦走競技に最後まで力を入れクライマーを育てる努力を怠っていました。

またインターハイにクライミング競技がないことも影響し、高校生のクライミング強化は高校単位では現在もほとんどなされていません。少年が活躍している県の多くが高校にクライミング部があり学校毎に強化しています。

山岳連盟は、2002年から始まった県立体育館のキッズクライミングスクール、翌年の2003年にクライミングスポーツ少年団を立ち上げジュニアの指導を始めました。練習場所は、民間のボルダリングジムです。ちなみに第1期生が今年の成年男子大学4年生の斉藤孔

明君です。

競技力の向上が大きく上向いてきたのは、この3年前からです。それには3つの要因があります。

1つ目は、練習環境の整備です。いままで小さなボルダリングジムしかなかったのですが、府中町に、ボルダリングとリードクライミングの両方の練習ができるクライミングジムができたこと。今まではるばる大阪や東京のクライミングジムに行って練習をしていたのが、学校帰り、仕事帰りに毎日でも練習ができるようになったことです。ちなみにこのクライミングジムは私が教員を早期退職して私財を投じて立ち上げました。

2つ目が、広島から初めて全日本代表選手を輩出したこと。市内で働いていた中野稔という選手を私のクライミングジムの社員にし、仕事をする傍ら世界を目標に練習に励んでもらいました。その甲斐あって中野は昨年全日本代表選手としてワールドカップに参戦し、世界のトップ選手と戦い、その経験を生かして練習用のコースを作っています。クライミング競技は練習するコースの質がとても大切です。そして練習にやってくるジュニア選手にそのコースを登らせアドバイスを与えています。

3つ目が、ジュニアの練習会を府中町のジムで毎週日曜日と定例化したことです。クライミングクラブの子供たちも年々増え、保護者も巻き込んで熱心に練習を行っています。

長崎国体で入賞した少年女子の2選手も、このジムで練習を積んで力をつけた選手です。二人のうち高1の錦織美里選手は、昨年は全日本ユース代表、今年は全日本代表に選抜され、世界ユース選手権大会やワールドカップ印西大会に出場しました。

ジュニアの選手にとって、身近に全日本代表選手がいて、一緒に練習をしているので、おおいに刺激されています。

それと最後に忘れてはならないことがあります。研究熱心なトレーナーさんがついてくれたことです。体のケアだけでなくクライミングに必要な体の動かし方、体づくりもアドバイスしていただきます。

こうして多くの人の協力を得て、やっと少年女子が

国体で入賞できるまでになりました。しかし、まだまだ選手層は薄く、これからも競技力を維持、さらにアップしていくためには、ジュニア選手の発掘と練習の質を高めていくことが必要だと思います。

山岳連盟では、強化指定選手を決め、強化に当たっています。

クライミング競技はまだ日が浅い競技ですが、全国各地でクライミング大会が開催されています。日々の練習の成果を確かめるためにも一つでも多くの大会に出場し、経験を積ませたいと思います。

スポーツ王国、クライミング王国広島を目指してこれからも努力していきたいと思います。

山岳連盟の取り組みが少しでも参考になれば幸いです。本日はありがとうございました。



## 講習会報告

「中高年安全登山指導者講習会」西部地区  
を受講して  
三原山の会 和田実夫

### 講習の内容

- 1、期間：2014・11・1～3
- 2、場所：休暇村 蒜山高原、蒜山
- 3、講習内容
  - 1日目講義 中高年登山者の現状と課題  
講義及び実習 登山時のファーストエイド  
講義 有痛性筋痙攣への対処法
  - 2日目実研修 蒜山トレッキング後塩釜キャ

ンプ場にて実際の訓練

### 3日目研究協議及び発表

4、講師：北村憲彦氏（日本山岳協会理事）、  
大城和恵氏（日本登山医学会山岳ファーストエイド委員長）  
知野亨氏（ファイテン・スポーツトレーナー）

11月1日朝、マイカーにて蒜山に向かって出発。一般道を通り庄原、日南町を経由して約3時間半で休暇村へ到着。受付を済ませたのち、講習会場に入り開始を待ちました。

最初の講義「中高年登山者の現状と課題」は登山者の中での中高年の比率及び事故件数に対する中高年の事故の比率を紹介し、事故をなくすための対策について説明がなされた。纏めとして、「事前に綿密な計画を立て、準備とリスク管理を行う」「自立した登山者とタフなチーム」を目指す。

次の講義「山岳ファーストエイド、低体温症の対策」は山で遭難した傷病者に対する対応の手順の講義を受けたのち、二人一組で交互に傷病者と救護者の役になり応急措置の実習を行った。翌日の蒜山トレッキング後、実際にフィールドで実施することもあり、全員一生懸命であった。

次の講義「有痛性筋痙攣への対処法」はマッサージやストレッチ方法についての実際に体を動かしながらの説明でした。その他、ファイテン（株）製品の宣伝も交えながらの講義でした。

11月2日は5、6名のグループに分かれ蒜山のトレッキングを行い、終点の塩釜キャンプ場で「ファーストエイド、低体温」応急措置の訓練を行った。グループでの応急措置はリーダー役の指示に基づいて、全員が行いその後、講師による評価が行われた。

宿舎に帰り入浴後、全員で夕食を囲み情報交換を行いました。各県代表が自己紹介や地域の紹介等を行い最後に、来年開催予定の京都代表の来年への意気込み及び参加への呼びかけなどがありました。

最終日の11月3日はそれぞれのグループに分かれ、今までの講義内容について他の人への伝達方法及び問題点について協議を行い、グループごとに発表を行いました。

最期に修了証を渡され、記念写真を撮り解散となりました。

今回の講習を受け、自分の中で一番の比重を占めていたものは「山岳ファーストエイド」の 3 S ABCDE です。家に帰りテキストを見直すと、講義では聞けなかった部分のことが記述されていてもう一度読もうという気になります。このテキストが禁複製、禁転載になっているのが残念です。来年の京都開催も是非参加できればと思っています。

(三原山の会「筆影」N0417 から許可をいただいて転載しました。)

## 第 8 回クライミングスクール

### クライミングに一步ふみ出す

個人会員 安松 崇

日時：(補講) 2014 年 11 月 8 日 (土)

：(第 8 回) 2014 年 11 月 9 日 (日)

場所：(補講) 三倉岳 源助二峰

：(第 8 回) セロ

最終回のスクールは土曜日に補講として三倉岳で源助崩れⅡ峰、日曜日は雨でクライミングジムでの練習でした。2 日続けての練習で腕がパンパンで限界でしたが、やさしい先生に激励され、腕にムチを打って登り、たくさん落ちました！腕の筋力を使うのではなく、重心や足の使い方を教えて頂き、他の生徒や先生のムーブを見て考え、再度チャレンジして、登れた時の達成感は格別でした。クライミングは体を動かすスポーツではあるけれども、岩に向かって、集中し思考する時間はとても心地の良い時間と感じました。

正直、登れなかった課題があり、ロープワークで手こずる場面もあった。たくさん登り、習ったことを慣れるまで反復練習する時間が足りなかったと思う。憧れだったクライミングに一步踏み出すことができた。

「高きに登るには卑きよりす」諦めず仕事に、山に研鑽を積み、より高みをめざしたい。

最後になりましたが、丁寧に、やさしく、時には厳しく指導していただいた先生方、本当にありがとうございました。

## 岳連短信

### 1、国体山岳競技入賞

○第 69 回国民体育大会 山岳競技リード

少年少女 第 6 位 広島県

監督 錦織宏美

選手 山下真由

錦織美里

○第 69 回国民体育大会 山岳競技ポルダリング

少年少女 第 8 位 広島県

監督 錦織宏美

選手 山下真由

錦織美里

平成 26 年 10 月 19 日

### 2、UAAA 総会風景 2014・11・25



総会風景



アステールプラザにて

### 3、京才会長叙勲祝賀会

2014年9月23日、広島県山岳連盟会長京才昭氏の旭日双光章叙勲の祝賀会がリーガロイヤルホテル広島で行われた。当日は約200人を前に神崎忠男日山協会会長らが祝辞を述べた。



#### 事業計画

2015年(平成27)1月

- 4(日) 新年互礼登山(宮島)
- 10(土) 岳連例会山行古観音山(倉橋町)
- 14(水) 第10回運営委員会  
ビギナーズレッスン(県立体育館)
- 17(土)～18(日) 冬山技術研修会(大山)
- 24(土) 広島県スポーツ指導者研修会(国際会議場)
- 23(金) 国体・インターハイ報告会(新年会)
- 28(水) 全員協議会

#### 登山中の9つの危険

- 1、道迷い(もみじ134 7p掲載)
- 2、転倒、転落、滑落

急峻な登山道で転倒することは、則、転落に繋がります。転落は、人体に大きなダメージを与え、場合によっては死に至ることもあります。まず、転倒、転落しないことを心がけましょう。転倒、転落は、一瞬にして起こりますので、起こったのちでは防ぎようがありません。しかし、転倒しそうなところ、転倒しそうなのは、ある程度予測できます。時限に注意を喚起することによってある程度、転倒、転落を防ぐことができます。

#### 山の風景 47

大神ヶ岳(益田 1177m)

2014・7・5 写真提供 森 智昭(ひこばえ)



(左下より)

転落防止には、事前の準備もあります。まずは、足腰を鍛え、つまづかない体力を維持すること。危険な場所では、ゆっくり歩くこと。ロープ等の安全補助具を使うこと。忘れてはいけないことに、登山靴のヒモをしっかりと締めて足が靴の中でぐらつかないこと。転落、滑落は、何よりも起さないための予防が大切です。

万一、転倒、転落してしまったら、防御策として、岩稜や岩場を歩くときは、ヘルメットを被ることをお勧めします。東部にダメージを与えないことが重要です。(「安全ハンドブック2014」から抜粋、以下省略)

#### 編集部より

- この会報は、皆さんの提出原稿を編集して発行しています。岳連行事・山の情報・行事参加の感想など気軽にお寄せください。編集の都合で一部手直しすることがあります。ご了承ください。
- 各研修会、講習会へ参加された方は積極的に報告書を提出ください。随時掲載いたします。
- 会員団体で会報発行されたら岳連事務局まで恵送下さい。随時紹介します。

題字デザイン 今村みずほ

編集 仲井正美