

もみじ

—広島県山岳・スポーツクライミング連盟会報—



一般社団法人 広島県山岳・スポーツクライミング連盟

〒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>

郵便振替口座 01380-6-37958

題字デザイン 今村みずほ

編集 西部伸也

本号内容

1. インターハイ (8/2~6 宮崎県高千穂町) 報告 2
2. 登山教室 (2 年 8/11~12 煤井谷・奥三段狭、1 年 8/24~25 比婆山連峰、岩稜クラス 8/24 福田頭) 報告
3. 県民ハイキング (8/25 東広島 龍王山) 報告
4. チャレンジクライミング (8/31 PURE GREEN) 報告
5. 中国高校登山大会県予選 (9/7~8 宮島) 報告
6. 岳連短信 (寄贈御礼、9~10 月行事案内、写真展案内、茨城国体応援団参加申込、山岳・SCセミナー案内)

1. インターハイ報告 2

8/2~6 宮崎県高千穂町祖母山系で開催されたインターハイ登山大会については前号で報告しましたが、ノートルダム清心チームの感想文も届きましたので掲載します。

『インターハイを終えて』

(ノートルダム清心高校山岳部 2 年 永山 遥、奥野 美優、角本 柚香、弘法 桜奈)

8 月 2 日~6 日に、私たちは宮崎県高千穂町で開催された全国高校登山大会(インターハイ)に参加しました。清心の生徒としては 8 年ぶりであり、学校内でも沢山の友人や先生方に応援していただいたので、頑張らなければならないと思い、下見の日程の間にも実際に山に登ってみての読図対策だけでなく、山に行かない日にはテントの設営の準備をするなど、できる限りの準備をして臨みました。大会が近づくにつれ、他校の選手の姿もちろはらと見かけるようになり、徐々に緊張してきました。

迎えた大会当日。県の大会では見たことのないほど

の多くの選手がいて、全国大会という舞台を実感しました。不安はもちろんありましたが、今まで 4 人で頑張ってきた日々を信じて全力で挑みました。

大会中はもちろん大変なこと、辛いこと、悔しいこともありましたが、地域の方による温かいおもてなしをいただいたり、審査員としていらっしゃった広島学院の先生に声をかけていただいたり、私たちの顧問の先生だけでなく修道の顧問の先生にも話しかけていただいたりすることで不安もほぐれ、非常に楽しむことができました。特に登山行動最終日の交流会で他県の登山部について知ることができたのはとても楽しかったです。

結果は 13 位だったため入賞することができず、非常に悔しさが残りました。県の大会とは違う審査に慣れていなかったことも大きな敗因ですが、単純な装備の入れ忘れ、読図の見落としなどをしてしまったことは非常に悔しいです。それでも筆記試験ではかなりの好成績を取ることができ、自分たちの実力が少しは全国の舞台でも認められたのかな、と思えました。

今後はこの悔しさを忘れずに秋の中国大会で優勝することを目指して日々練習を積んでいきたいと思っています。これからも応援よろしくお願いいいたします。



ノートルダム清心チーム。8/2 コース隊編成の前に

2. 登山教室報告

第5回2年生 8/11(日)～12(月)

登山形態：テント泊山行

山城：煤井谷、奥三段狭

人数：15名(スタッフ含)

今回の2年生は1年生と合同で沢登りに行ってきました。天候に恵まれ予定通りの山行ができました。

(指導部長 森本 寛)

『8月の山行を終えて』

(2年 堀田 豪紀)

今月の山行は1年、2年合同での沢登りでした。沢登りは去年の登山教室で行って以来の1年ぶりでした。

去年は、初めての沢登りで岩の上を歩くのが難しく苦勞した思い出があります。今年は、2回目ということと、2年生になって岩稜帯を歩くことが多くなったせいか、岩の上を歩いても去年のようにフラフラせず自分なりの成長を感じることができました。

それでも、苔がついているような岩は、滑る岩か滑らない岩かの見極めが難しく、油断しないように歩きましたが、気を抜いた瞬間に滑り、岩に尻もちをついてとても痛い思いをしました。

また、滝を登るときに、フィックスロープを張ってもらってクレムハイスで通過することや、上部からビレイしてもらい中間エイトノットとカラビナでハーネスと結合して登って通過することが、去年よりスムーズにできるようになっていたのも、1年間での成長を感じることができて嬉しかったです。

それでも、沢登りや、6月に行った石鎚山の東稜ルートなどのバリエーションルートはまだ自分たちだけで行ける技術がありません。卒業するくらいになってもまだまだ自分たちだけではバリエーションルートに行ける技術がつくとは思いますが、少しでも向上できるように今回やったことを復習し、スタッフの方々が行ってくれたフィックスロープの張り方や、ビレイのやり方を少しでも理解できるように勉強していこうと思います。

バリエーションルートは一般の登山道とは違い緊張感があり楽しいものですが、一歩間違えれば大きな事故につながるものということを忘れずに、しっかりと技術を身に付けていつか自分たちで行けるよ

うになりたいです。



(写真提供 森本 寛)

第5回1年生 8/24(土)～25(日)

登山形態：テント泊山行

山城：比婆山連山

人数：11名(スタッフ含)

前回の1年生は台風でテント泊を中止としましたので初のテント泊山行となりました。テント泊装備を担いで距離を歩いてみました。各自がそれぞれの問題点を発見できる山行になりました。

(指導部長 森本 寛)

『8月の登山教室』

(1年 吉部 恵理)

1年生の講習としては今回初のテント泊縦走訓練となり、私は初の「記録係」が回ってきました。重荷を背負って記録を取りながら、45分毎タイムコールしながら、写真を撮りながら歩けるか？1日目13キロ、2日目16キロの距離で、4月から1度も楽勝だった記憶はなく…。

大問題だったのは1週間前から体調不良(酷い湿疹)が治まらないこと。あれこれ考え荷物を軽減してなら歩き通せると判断し当日申し出て(本当は前日までにすべきでした)日帰りの荷で歩きました。

結果、急坂を除いては一人軽快に歩いて申し訳ない気持ちになりました。先頭を歩く時、早過ぎるとCLから注意が入り、エア重荷をイメージして一歩ずつ足を進めるように心がけました。日帰りとはテント泊装備の差がどれだけか身を持って知りました。汗をしたたせながら、痛む足や膝をかばいながらいいペースで歩

く仲間たちを見て気力・体力・登山への意欲が凄い！
と思いました。私もザックを担いだ瞬間から、集合場
所へ着いた時からやる気スイッチが入ったのは確か
ですが、まだまだ甘過ぎです。

昨年は暑くて大変だったと聞いて覚悟していまし
たが、今年は涼しいくらいだったのも幸いでした。

余力があった分、比婆山ならではのブナ林や景観、
山野草（本当にたくさん！）を存分に楽しみ、記録係
の役割もほぼ出来たつもりでしたが、帰ってから抜け
に気づきました。天候やそのコース状況、山行前後の
時間も書かなければ。また久しぶりに使うカメラは時
間設定がされておらず、後で時間を見ることが出来な
い不備があり思い出すのが大変でした。（こうやって
毎回一つずつ学習中。）

食事も前月に続き手順書通りに行かなかったけれ
ど（水の量等）、夕食ドライカレー・朝食トマトリゾ
ットそれぞれ担当者の工夫があつてとても美味しか
ったです。

テントの設営・撤収も教わりながら行ない、テント
泊は暑過ぎず寒過ぎず快適でした。

今回歩荷が出来なかったので体調が戻り次第、次回
11月のテント泊縦走に向けて少しずつトレーニング
をしようと思います。毎回終了直後トレーニングする
と言っていますが…気候もよくなるので頑張ります。



（写真提供 森本 覚）

第1回岩稜クラス 8/24(土)

登山形態：沢登り

山城：福田頭

人数：9名（スタッフ含）

この度、登山教室の今後の方向性を模索する為、教室
のOBを集めて岩稜クラスとして試験的に実施してみ
ました。卒業年度は違うのですが、同じ事を学んだメ
ンバーなので足並みそろえてスタートする事ができ
ました。

（指導部長 森本 覚）

『感想文』

（岩稜クラス 宮本 政明）

登山教室の卒業生を対象にした、岩稜クラスを新設
すると案内を頂いた。レベルアップをするために、何
かないかと探している時だったので迷わず申込みを
した。

第一回は、8月24日 福田頭 中尺田川の沢登りスタ
ッフ4名と受講生5名で、横川駅から現地へ向かった。
台風後のぐずついた天気で、ロープワーク講習に変わ
る可能性もあったのだが、今日はいい天気だ。熊野神
社の駐車場に寄り入渓準備をした。個人山行ではのん
びりと準備を進めるが、みんな手際がいいので遅れを
取らないように意識をした。5分程車を走らせ大トチ
駐車場へ移動し、入渓前にロープワーク講習を受けた。
フィックスロープ、クレイムヘイスト、中間エイトを
受講生が順番に行い一つ一つ丁寧に確認をして頂い
た。個人山行ではロープを使うことがないため、ロー
プワークが曖昧になっていた。

大トチを訪れたのは20年ぶりだ。その時は周りの
ロープもなかったので、ウロを覗いたことを思い出し
た。

大トチ脇から入渓。水量はあるが流れは穏やかだっ
た。歩き始めは見えない川床の石に足を取られる事も
あったが、しばらくすると体が適応してくれた。一時
間程歩くと淵があり、フィックスロープを張りクレイ
ムヘイストで通過した。次に渡る者が早めにセットを
済ませる事で、効率よく通過する事が出来た。続く二
つの滝は中間エイトで確保してもらい登った。落差は
5m程だったが、手掛かり足掛かりを見つけにくく通
過に時間がかかった。沢に日が差し込まないため、待
ち時間で体が冷えてしまった。上着の材質や待ち時間
に水に入っていたことも原因だと思う。今回は苔が綺
麗な沢を3時間歩いたが、9月も沢登りが計画されて
いるので、反省を活かし対策をしたい。

岩稜クラスは1月まであるので、半年間は刺激のある山が楽しめそうだ。今後も宜しくお願い致します。



(写真提供 森本 寛)

3. 県民ハイキング報告

(東広島山の会 福永 やす子)

期日：8月25日(日)

場所：東広島市西条町寺家 西条龍王山(575m)

コース：西条駅北口⇒御建神社(9:34)⇒憩いの森公園事務所(10:20/10:34)⇒もみじ谷コース⇒龍王名水(10:50/11:13)⇒龍王山山頂(11:50/12:50)⇒新立1号古墳見学(13:25/13:33)⇒水害被害見学(13:45)⇒公園事務所(13:55/14:05)⇒御建神社(14:30)解散後有志酒蔵散策

担当：東広島山の会

参加者：一般参加者10名、担当団体18名、担当団体以外会員24名 計52名

行動キロ数：8.2 km

行動時間：昼食・休憩他を含め5時間とゆっくり時間

概要

昨年の西日本豪雨でJRが不通となり、龍王山も土砂崩れの被害が出て当分の間入山禁でした。

今年も心配していた連日の長雨も当日は晴れて絶好の登山日和に恵まれました。

JR沿線の山なのに一般の方の参加者が少なく残念ではありましたが、八月の猛暑に50人を超える参加者が集まり龍王山の見所を案内出来た事は大変良かったです。

西条駅北口が出来る以前は大きく迂回しなければ

龍王山に行けず、北口のお蔭で今回の歩きが実現した。西条駅北口に出て御建神社のご厚意で敷地を借りて開会式行った。岳連会長挨拶、担当会長の説明、入念なストレッチ、熱中症の説明を済ませ3班に分かれて御建神社に参拝。狛犬の見分け方や屋根瓦の仕組み、奥に鎮座する京都伏見からの分霊の松尾神社酒都西条の守護神等の説明を受け、御建グラウンドを迂回して一路東広島市管轄の憩いの森公園事務所へと移動。トイレを済ませ太陽を避けるコースとしてもみじ谷コースを歩く。2002年龍王山はひろしま「山の日」の最初の会場として山のグラウンドワークが開催された場所で、酒の町と連動して酒蔵を守るJACの前垣氏に説明をお願いした。2006年故佐々木教授の教えの元、二か所の溜樹を設置した「西条龍王の名水」の由来、龍王山の水がフロン含有率で酒蔵の地下水に52年掛けて出て来る事など……。この名水を使ってファーストエイドの講習会で習得した熱中症予防の経口補水液を作り参加者に飲んでもらった。

経口補水液の作り方：水 1,000ml (砂糖 40g + 塩 3g) 無塩トマトジュース&果汁 100ml を加える。
⇒高いOS-1 を買わなくても簡単に自宅で出来るので作ってみて下さい。

***経口補水液**：食塩とブドウ糖を混合して、適切な濃度で水に溶かしたもの。真水よりも小腸において水分の吸収が円滑に行われる為、主に下痢・嘔吐・発熱・発汗による脱水症の治療に効果的との事。

その後、暑い中山頂に到着。山頂では待機されていた前垣氏が山頂より北に見える造賀方面の田園の酒米「山田錦」、南の西条の町並み等を紹介。「山の日」で披露していた故郷ひろしまの山の歌を作曲者のOBの方と一緒に歌った。その後集合写真を撮りそれぞれに昼食をした。ささやかなゼリーも添えて……。

下山はコースを変えて木陰を通り、新立第一古墳を見学。古墳は五世紀のもので五か所あり農民の有力者の古墳らしい。その後昨年の西日本豪雨の土砂災害の状況を見学し公園事務所に到着。トイレを済ませて班ごとに御建神社で閉会式。ストレッチを終え解散しました。

反省会がある為、酒蔵見学はご案内出来ませんでした。暑い中大変お疲れ様でした。今度はゆっくりと

余裕をもって皆さんをご案内したいと思います。



開会式後のストレッチ



「西条龍王の名水」説明



山頂記念写真



山の歌

（次頁に楽譜・歌詞を掲載。当日は*太字を歌う）



古墳見学



昨年の豪雨災害跡



当日のコース。憩いの森は東側を登り、西側を下る



故郷 広島山 渡部 公子 作曲 大岡 義明 作詞
(初版平成 5 年 一部改正平成 19 年)

- *① 高き恐羅の 嶺越えて / 砥石 眼下に聖湖か
熊笹の丘 十方山 / アー 広島 ふるさとの山
- ② 岩のキレット 窓が山 / 三倉の 三岳も岩の剣
馬の背またいで 鎌倉寺 / アー 広島 ふるさとの山
- *③ 石仏たずねて 白滝へ / 望むは 四国の連山に
夕日に浮かぶ 野呂の山 / アー 広島 ふるさとの山
- ④ 比婆を歩いて 烏帽子山 / 御陵の御霊 吾妻山
眺めば大山 雪の城 / アー 広島 ふるさとの山
- *⑤ 胸突き八丁 白木山 / 町並み広がる 呉婆々字へ
武田の山より 三滝寺か / アー 広島 ふるさとの山
- ⑥ 海を渡れば 紅葉谷 / かえでを拾って 弥山岩
向かう古鷹 安芸小富士 / アー 広島 ふるさとの山
- *⑦ 出湯つかって 湯来山の山 / 滝のしぶきで 身を洗う
竜頭のせせらぎ 天上山 / アー 広島 ふるさとの山
- ⑧ 岩をたどって 天神岳へ / 岩の伝説 岳山に
火山の岩 うつる海 / アー 広島 ふるさとの山
- *⑨ 眺めは絶景 我が里に / 西条歩けば 龍王山
酒蔵並ぶ 白煙に / アー 広島 ふるさとの山
- *⑩ 山は広島 我が里を / 春夏秋冬 登る山
ぐるりと廻って また登る / アー 広島 ふるさとの山

興味を持ってもらい、将来の国体選手を目指してもらいたい。



交流の様子



競技の様子

5. 中国高校登山大会県予選報告

(西部)

9/7(土)~8(日)、廿日市市宮島の包ヶ浦・弥山一帯で広島県高校登山大会(第59回中国高校登山大会県予選)が行われました。大変蒸し暑い天候でしたが、高校生たちは元気よく歩きました。

大会成績は以下の通りです。(数字は得点)

- 男子①広島学院 99.3 ②修道 96.0 ③基町 94.4
④五日市 85.5 ⑤廿日市 84.1
女子①ノートルダム清心 97.6 ②基町 93.2
③五日市 88.6

以上の8校と、3人チームながら成績優秀であった男子の高陽(81.0)が、10/25(金)~27(日)に島根県三瓶山で開催される第59回中国高等学校登山大会に出場します。中国大会での各校の健闘を祈ります。

(次頁に大会の写真と競技の概略説明を掲載)

4. チャレンジクライミング報告

(競技部長 錦織 宏美)

選手発掘等を目的に県の補助事業として、昨年度から県内3箇所のジムに協力していただき、3回実施しているチャレンジクライミング広島。今年度の第1回目を8/30(土)、昨年度も協力していただいた安佐北区のクライミングジム(PURE GREEN)で実施。

当日の前半は、競技ルールの説明を兼ねて、28名の参加者同士の交流を中心に実施。競技経験のある子が、初めての子へレクチャーするなどスキルアップを図った。

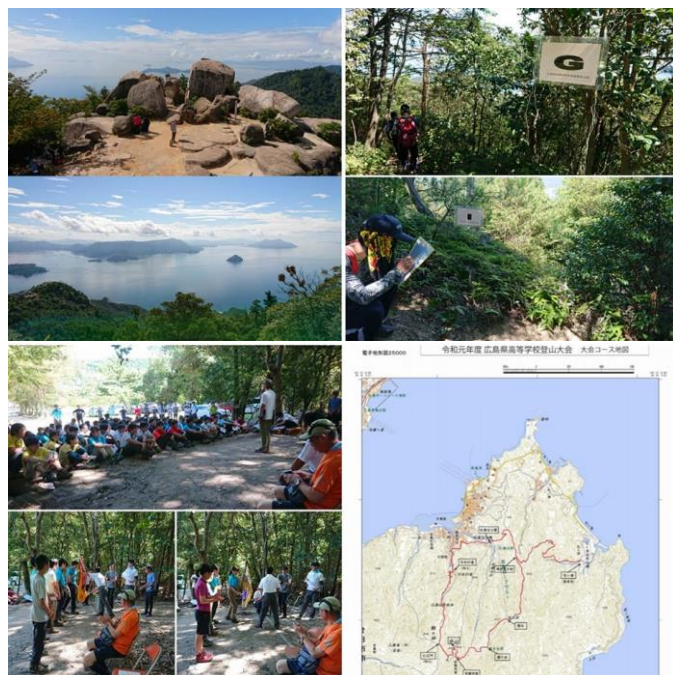
後半は選手レベルを4カテゴリーに分け、各10課題による競技(コンテスト方式)により、実競技を体験(競技経験のある選手はガチ競技ですが)。

他ジムで登っている子も昨年より増加した。競技へ



1 日目は包ヶ浦で開会式

続けて装備審査、各種テスト(登山知識・救急法・気象)
と各種講習会(天気図作成・登山知識・読図技術)
設営ではインターハイ出場校(修道・清心)が模範演技
2 日目朝の集合、1 日目審査物返却と質問受付



弥山山頂からの眺め、読図ポイントのチェック(読図は
2 万 5 千分の 1 地図で 1 ミリ以内の誤差であれば正解)
閉会式と 2 日目登山コース

6. 岳連短信

1. 寄贈御礼

三原山の会『筆影』No. 474 (9 月号)

福山山岳会『会報』R 元. 9 月号

広島やまびこ会『やまびこ』No. 761 (10 月号)

2. 9~10 月の行事案内

(集合時間・場所等の詳細は当連盟ホームページの
「岳連カレンダー」のページを開き各行事をクリック
すると確認できます。不明のものについては事務局に
お尋ねください。)

9/14~15 J O C ジュニアオリンピックカップ (富山県
南砺市)

9/16~22 第 1 回広島県山岳・SC 連盟写真展 (広島市
NHK ギャラリー)

9/26~30 韓国大邱訪問 (八公山岳祭・マラソン参加)

9/28~30 全日本登山大会 (岐阜県高山市・下呂市)

9/29 岳連例会山行 (冠岳・三倉岳)

10/4~6 国体 S C 競技 (茨城県鉾田市)

10/19 山岳・S C セミナー (広島市西区民文化センター)

10/20 県民ハイキング (高松山)

10/23 岳連例会山行 (大野権現山・おむすび岩)



包ヶ浦から博奕尾を経て大聖院まで隊行動後、
白糸の滝から仁王門まで(標高差 350m)タイムレース
(規定時間男子 35 分・女子 45 分をクリアすれば満点)
白糸の滝~最終ゴール(包ヶ浦)はチーム行動となり、
その区間の規定時間もあり(男子 3 時間半・女子 4 時間)

10/25～27 中国高校登山大会 (島根県三瓶山)
10/30 全員協議会 (広島市西区民文化センター)

3. 写真展案内

連盟の第1回写真展のポスターです。期間中、会場では会員の皆様から寄せられた 30 数点の写真を展示予定です。ぜひ足をお運びください。

第1回
広島県山岳・スポーツクライミング連盟
写真展



会場 NHK ギャラリー2F
会期 2019 年 9 月 17 日 (火)～9 月 22 日 (日)
9:30～17:30 (最終日は 16:30 まで)
(一社) 広島県山岳・スポーツクライミング連盟

4. 茨城国体応援団参加申込

連盟では茨城国体スポーツクライミング競技の応援団宿舎として鉾田市の民宿(素泊り 3500 円)を手配しています。応援団参加希望者は、**9/25(水)19 時まで**に西部まで申し込んでください。全日程でなく、途中から、あるいは途中までの参加も可能です。

5. 山岳・スポーツクライミングセミナー2019 案内

昨年度、平山ユージさんをお招きし、従来の『山岳・辺境文化セミナー』の名称を変えて開催した当セミナーですが、本年度は当連盟理事・広島登山研究所代表の松島宏さんを講師に迎えて開催します。奮ってご参加ください。

参加希望者は **10/11 (金) までに FAX またはメール**で、氏名・〒・住所・電話・FAX 番号・e-mail を記入のうえ、事務局まで申し込んでください。

山岳・スポーツクライミングセミナー2019

中国新聞「ちゅうごく山歩き」筆者
松島宏
講演会
「生涯登山」
アルパインクライミングと里山登山

10/19 2019
(土)
13:30 開場 14:00 開演 15:30 終演

第2部 お楽しみ抽選会
登山用品や山のカレンダー等多数をご用意しています!

会費 ¥2,000
高校生 ¥500 中学生以下無料
広島県山岳・スポーツクライミング連盟会員、個人会員は半額

会場 広島市西区民文化センター

上 座: (一社) 広島県山岳・スポーツクライミング連盟
後 座: (公財) 広島県体育協会
(公社) 日本山岳・スポーツクライミング協会
特別協賛: 広島登山研究所
アルパインツアーサービス (株)
ひろでん中国新聞旅行 (株)
協 賛: (株) アーイズ、大塚製薬 (株)

お問合せ
(一社) 広島県山岳・スポーツクライミング連盟
TEL: 083-296-7507
(月～金) 11:00 時

掲載のエベレスト Summit Stretcher による Tibet からの風景

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。寄稿の場合は所属、役職を記入下さい。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。

○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。

○この会報はメール配信しています。配信ご希望の方は岳連事務局までメールアドレスをお知らせ下さい。