

# もみじ

—広島山岳・スポーツクライミング連盟会報—



一般社団法人 広島山岳・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](mailto: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 豊田和司

本号内容

1. インターハイ (8/2~6 福岡県英彦山山系) 報告
2. 国スポブロック予選 (7/5~7 島根県松江市) 報告
3. SAGA2024 国民スポーツ大会 (佐賀県多久市)
4. クライミングスクール (9/1、10/6、10/27 三倉岳) 報告
5. 登攀研修会 (9/29 三倉岳) 報告
6. SC コーチ 1 講習会 (10/5~6 エフピコアリーナふくやま) 報告
7. トレッキングスクール (10/18~20 くじゅう連山) 報告
8. ありんこ山行 (8/17 ウラオレ谷沢登り) 報告
9. 追悼広島やまびこ会元会長 中井清一様
10. 岳連短信 (寄贈御礼、11-12 月の予定)

## 1. インターハイ報告

高体連登山専門部 事務局 内藤弘泰 (修道高校)

令和 6 年度 全国高等学校総合体育大会 (インターハイ) 登山大会大会の結果を報告いたします。

【日程】 令和 6 年 8 月 2 日 (金) ~ 6 日 (火)

【場所】 福岡県英彦山山系

【大会結果】 男子 広島学院 第 4 位 99.0 女子 ノートルダム清心 第 5 位 98.6 点

6 月 1~2 日で行われた県総体で、優勝校の広島学院とノートルダム清心がインターハイへの出場権を獲得した。その日から 2 か月間、準備やトレーニング、現地下見を行い、本番を迎えた。

8 月 1 日 (木) には、福岡県の配宿されたホテルに泊まり、翌日からの大会にむけ、装備や知識テストの準備の最終確認を行った。

大会 1 日目。福岡県添田町オークホールで開会式が行われた。開式の前には、筑紫丘高校ギターアンサンブル部のバンド演奏があり、大会を盛り上げてくれた。開会式では、全国高体連登山専門部部長の本多滋明氏のあいさつや、日本山岳・スポーツクライミング協会会長の蛭田伸一氏の激励があった。1 時間ほどの式のあと、諸連絡があり、バスに乗って、大会の中心地となる英彦山青年の家へ移動した。

青年の家の研修室で、自然観察・救急知識・気象知識・天気図の 4 科目のテストが行われ、4 人の選手それぞれが自分の担当のテストを受けた。特に天気図は満点をとることが難しいが、広島学院の担当生徒は見事に満点を獲得した。

テスト後、装備の審査が行われたが、ここで、ノートルダム清心に痛恨のミスがおきた。前日の装備メンテナンスで使った裁縫道具を、宿に忘れてしまったため減点されてしまった。(ちなみにこの減点がなければ第 2 位の成績だった)

その後グラウンドに移動して、テント設営の審査が行われた。10 分間で完成度を見られる審査であるが、2 校とも余裕をもって完成させ、満点であった。

大会 2 日目。いよいよ登山行動である。男子は英彦山のメインルートである中岳コース。銅鳥居から奉幣殿、中岳、北岳を通るルートである。女子は南岳コースで、大きくトラバースしてから南岳へ上り、大南神社を通過して青年の家へ戻ってくるルートである。真夏の暑さのため、数チームにリタイアがあり、救急車が 2 台出動するなど、たいへんなコ

ンディションであったが、広島県の2チームは無事に下山した。

大会3日目。昨日の男女のコースを入れ替えての登山であるが、昨日の状況から判断して、メインザックではなくサブザック行動への変更が大会運営から伝えられた。少し楽になったとはいえ、修験道の山である英彦山は、急坂や滑落しそうな斜面が多く、緊張からの疲労感も大きい。下山後に青年の家の大浴場で入浴できたのは、たいへんリフレッシュできたと思う。また、夕方には落雷の予報があったため、テントではなく体育館での就寝となった。夕食時には大会運営のほうから選手全員にかき氷がふるまわれ、選手たちの歓声があがった。

大会4日目。英彦山の南にある岳滅鬼山から釈迦岳へ縦走するコースを男女ともに歩いた。長いコースであったが、前日の夜はしっかり休めたようで、選手たちは元気に歩ききった。下山して解団式を行い、選手たちはそれぞれの宿にむかった。

大会5日目。それぞれの宿から、閉会式が行われる添田町オークホールへ集合した。審査員長からの講評の後、成績発表が行われた。

広島学院は4位。2～4位が99.0点で同点であったが、体力点で0.9点の減点をされていた広島学院は内規により、順位に差をつけられた。登山行動中の様子を審査員が見て判断する項目のため、具体的な減点理由がわからず、選手たちも悔しさをにじませていた。1位の旭川東高校とは0.2点差であった。

ノートルダム清心は5位。同校が6位入賞を果たしたのは初めてのことである。たいへんな快挙をなしたとげた。

両校とも優秀な成績をおさめ、来年の広島で開催されるインターハイでも活躍を期待できると思わせる、すばらしい結果であった。



## 2. 国スポブロック予選報告

### 成年女子選手コメント

山下真由：中国ブロック大会に向けて相方と練習してきました。来年こそは突破できるように二人で切磋琢磨していきます。

錦織美里：本大会には進めませんでしたが、5年ぶりにペアを組めて楽しかったです。来年に向けてまた二人で頑張ります。

### 成年女子監督コメント

錦織宏美：2年ぶりに監督を務めさせて頂きました。今回は少年女子時代から監督として関わらせてもらった経験豊富な頼もしいペア

の復活で懐かしくもありました。ここ数年、成年女子はブロック通過率1が続いており、厳しい状況ながらも果敢にチャレンジしてくれた2名に感謝です。



が予選なしで全県出場となります。

広島県は、中国ブロック予選のあった他の3種別とも予選通過できず、成年男子に期待がかかっていました。監督は延近昌彦さん、選手は延近陸空斗さんと升田葉さんです。

1日目のボルダー予選、くじ引きによる出場順序が全26チーム中26番目となりました。競技が終わった瞬間に順位が決まってしまう。課題は4課題です。他の県の競技を待った後、結果は17位で、8位までの決勝進出はなりませんでした。翌日のリード予選に期待を繋ぎます。成績〔延近 #1:z1 #2:T1z1 #3:T2z2 #4:z2 升田 #1:z2 #2:z1 #3:T6z6 #4:z1〕競技が終わって会場を後にしようとする頃、リード壁では、日中、予選が行われた少年男子の決勝が始まろうとしていました。「1人でも多くの方に観戦・応援を楽しんでほしい」という思いから導入された「ナイトゲーム」です。照明に照らされた壁の後ろには、月が輝いていました。

2日目のリード予選、2人の選手がそれぞれ、A・Bの2ルートに登ります。この会場には4本のルートがあり、成年女子のリード予選も同時開催です。同時に4本のルートを選手が登っているのを観戦できるという見応えのあるものでした。背後のボルダー会場からは、絶えず、歓声やどよめきが聞こえてきます。スポーツライミングが観戦される競技となっていることを実感しました。結果は26チーム中18位と決勝進出ならず、全国の壁は高かったです。成績〔延近 #A: 30 #B: 31+ 升田 #A: 22+ #B: 26+〕

ところで、中国ブロック勢の成績ですが、本大会に出場した10チーム（成男5、成女1、少男2、少女2）中、決勝に進出できたのは、鳥取の少男と少女、山口の成女の計3チームに留まりました。総合成績で8位に入った県はなく、上位8県中5県が関東ブロックという状況でした。

現地には、山田会長、升田選手のご家族（3名）、村井の5名が応援に駆け付けました。

各種別の監督・選手、強化関係者のみなさま、お疲れさまでした。来年の滋賀県での大会に向けて頑張っていきましょう。

### 3. SAGA2024 国民スポーツ大会報告

(副会長 村井 仁)

第78回国民スポーツ大会 スポーツライミング競技が、10月12日(土)・13日(日)・14日(祝)の3連休に佐賀県多久市にある「九州クライミングベースSAGA」で開催されました。長崎自動車道多久ICから3分の市街地に位置する常設の施設です。

国民体育大会からの名称変更がありましたが、スポーツライミング競技においても大きな改革がありました。従来、成年男子種別はブロック予選がなく、全47都道府県が出場していましたが、ブロック予選が導入され、26都道府県の出場に限られました。ただし、国スポに全都道府県が出場することに配慮し、ブロックごとに、年替わりでいずれかの種別が予選を経ずに全県出場するよう工夫されています。中国ブロックでは今年は成年男子が予選なし、来年は少年女子



らないで.10a」である。

リードクライミングの基礎ロープワークはある程度できるようになったと感じる。メンバーに迷惑をかけないように自宅でも練習してきた。そして自然の岩壁に触れる楽しさもわいてきた。和気あいあいとした講習会の雰囲気心地よい。仕事の都合で参加できないこともあるが、この講習会に参加してよかったと感じている。

ただ…自身の努力不足で思ったより登れない。人口壁を若い頃に数年登っていたので、もう少しは登れるかと期待していたが、自然壁はそんなに甘くはなかった。今日は、「石斛をとらないで」「十六夜」「白日夢 左コース」「なごみスラブ」の4本に挑戦したが、完登できたのは「十六夜」「なごみスラブ」の2本だけである。

もう少し足を置く位置を丁寧に見ないといけない、そして自然壁への恐怖感を克服しないといけない。8回ある講習会もあと3回である。一回一回を大事にして挑みたい。

最後に、もたもたする私をあたたく指導して下さる講師陣のみなさまに多謝！

### 3. クライミングスクール報告

(指導部長 森本 覚)

第5回 9/1(日)山城：三倉岳 源助Ⅱ峰人数：20名  
(スタッフ含) 3人一組でトップロープで確保された状態で擬似リードクライミングとリードビレイを石斛をとらないで、十六夜、白日夢、なごみスラブ、色は匂えとの5本で実施しました。(指導部 塩田 徹)

#### 感想文 下前知義

「腕がきまらない…」左手のジャミングを何度試してもずるずると抜けてくる。親指を掌に包み、クラックにあわせるが、かっちりとはまる気がしない。何よりもこの腕一本に体重をかけるのがこわい。初めてのジャミングでまだ感覚がつかめていないのもあるが、人口壁と自然壁で何よりも違うのは、この「ずり落ちる恐怖」だ。強い日差しの中かで汗まみれになって何度も挑戦したが結局断念することにした。「石斛をと

#### 感想文 長井優典

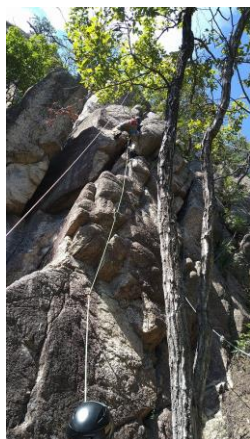
9月になり、2ヶ月ぶりのクライミングスクールです。猛暑はいまだに終わりの兆しを見せず、セミの声の中、汗を垂らしながら岩場に向かいました。本日の岩場では、石斛をとらないで、十六夜、白日夢、なごみスラブ、色は匂えとの5本ルートを用意していただきました。少しくラックがあるため、テーピングを手に巻きました。不細工な出来栄でしたが、クライマーみたいだなと悦に浸りました。

3人1組でクライマー、リードのビレイヤー、トップロープのビレイヤーになります。登る前に意識することは、脚の力で登ること、腕の力を使わないこと、呼吸に合わせて腕を伸ばすこと、身体のバランスをよくすることなどです。いざ登り始めると、腕が痛くなり、脚はプルプルし始めて、落ち着きがなくなっています。次のムーブでやりたいことは決まっていますが果たして本当にできるのか、落ちてしまうんじゃないか、葛藤からその場で萎縮して動けなくなってしまい

ます。

1 本目、登れませんでした。既にテーピングと腕の筋肉繊維はボロボロになってしまいました。エイトフィギュアをほどくことも難しいです。おまけに暑さで、汗が顔面を覆い尽くします。2 本目が終わり、昼食のあと、3 本目、4 本目を登りました。4 本目では、手の指の筋肉がつかまりました。登る前に意識しようとしていたことは全然できませんでした。

岩に必死にしがみついた 1 日でした。下山中、疲れ切っていたためか、足を滑らせ土まみれになってしまいました。次の日は、全身が筋肉痛による疲労感につつまれました。怪我はしないように気をつけながら、今後のスクールも楽しみたいと思います。



(写真提供 塩田 徹)

第 6 回 10/6(日)山域：三倉岳 見晴らし岩スラブ  
人数：20 名 (スタッフ含) 3 人一組で早春賦 右、早春賦 左、左がお好き、タッチミーの 4 本をトップロープで確保した状態で擬似リードクライミングとリードビレイの講習を行ない、無名スラブ右を登り立木を支点にしてのセカンドビレイの講習を行いました。(指導部 塩田 徹)

### 感想文 松井邦幸

10 月 6 日、6 回目のクライミングスクールに参加しました。今回は「早春賦左側」、「早春賦右側」、「左がお好き (上部半分)」、「タッチミー」でリード登攀の訓練を行いました。ここでは、受講生 3 名が 1 組となり、一人がリードで登攀し、もう一人がリードビレイを行い、最後の一人がトップロープでリードをバックアップビレイしました。また、「なんちゃってスラブ」では三人でマルチピッチ登攀訓練を行いました。

スタッフからの留意事項としては、力任せではなく省エネでしなやかに登攀すること。チムニーでは、ハーネスに装着したギアが壁面に接触しないように配置に注意すること。リードとビレイヤーは声を出し合い、密にコミュニケーションを取ること。60cm スリングで作成したあぶみに乗る際は、スリングを土踏まらずに掛けて乗り、身体が左右に振られないようにするため、踵が尻の真下に来るように膝を曲げ、少し体を起こして腰を伸ばして立ち上がる。トップがセカンドを引き上げる際は、膝をつくなどして楽な姿勢を取ること。ロープが絡まないよう、引き上げ時のロープの置き場所に配慮することなどをアドバイスしていただきました。

今回、私は「早春賦右側」と「タッチミー」のスラブが登れませんでした。帰宅後、コースを確認したところ、「早春賦右側」はグレードが 5.9 でした。これが登れなかったのは少し残念というか、悔しいなという気持ちが後になってから湧き上がってきました。

というのも、私は現在、グレード 5.9 をリードで安定して登ることを目標に取り組んでいるからです。

目標を立てて以来、クライミングに真剣に取り組むようになりました。真剣な分、登れた時の充実感や、登れなかった時の悔しさなど、様々な気持ちが引き起

こされるようになりましたが、これらの気持ち全てを含めて、クライミングが楽しいと感じるようになってきました。また、この目標を達成したら、次のステップにチャレンジできると思うと、ワクワクさえてきます。

## 感想文 山本郷子

山登りをしていると岩登りも楽しいと思い、今春からクライミングを始め、基礎から学びたいと考えクライミングスクールに参加しました。

今回はマルチピッチの練習を2人のビレイヤーでしました。最初は2本のロープがあり、戸惑いましたが、だんだん理解していき、スタートしました。マルチピッチのロープの緩み加減が大事だと思いました。クライマーに対し引っ張りすぎてもいけないし、落下時のことも考えないといけないし、クライマーの進み具合も加味しながら練習しました。自分がクライマーとビレイヤー両方できたので、どうすれば登りやすいかという経験もできとても勉強になりました。

ムンターヒッチの引き上げでは、スラブだったためクライマーが落下する機会があり、落下するとどのようになるのかが実際に体験でき、引き上げの態勢を考えることが大切だと感じました。次回の練習では、どうすればなるべく身体がフラれないようにできるか考えて態勢を作りたいと思います。

自分のビレイ時の右手の位置がマルチピッチでは危険な可能性があるというのを教わり、位置替えをしようと強く思いました。

スタッフの皆様はとてもわかりやすく教えてくださり、危険なところやわからないところを的確に指摘して下さるので、とても感謝しています。

クライミングは危険と隣り合わせですが、自然と遊べる楽しさと、自分の成長を感じれて、とても楽しいスポーツだと思います。

スクールも残り2回となりましたが、更に上達したいと思っています。スタッフの皆様、受講生の皆様、どうぞよろしくお願いいたします。





(写真提供 法崎 正和)

第 7 回 10/27(日)山域：三倉岳 中ノ岳、B コース 7 合目人数：21 名 (スタッフ含) 中の岳マルチピッチのチームは 2 パーティに分かれ出発しました。1 パーティはトップアウトでき、1 パーティは撤退となりました。ゲレンデチームは 7 合目で門前払い.7 と七五三.9 と池本クラック.8 と一升餅.8 にて擬似リードの講習を行ないました。

(指導部 塩田 徹)

### 感想文 小林 響子

10 月 27 日にクライミングスクールの総仕上げである、中ノ岳マルチピッチに臨んだ。

当日の朝一緒に登るメンバーの発表があり、私は昨年から共に学んできた 3 名の方と同じ組になった。2 年生の組だった。2 年目だからと言って私はちっとも立派に登れる訳ではないが、苦楽を共にしてきた仲間と頂上を目指せて大変嬉しい思いだった。とは言え、そんな気持ちは一瞬で消え去り、スタートからいつも通り大変だった。

それでも昨年と違っていたのは、周りの状況を落ち着いて見られるようになったこと、自分が次にすべきこと、講師の方の動きを注視しこれから始まることに備えること、この様なことができたように思う。講師の方々、2 年目のスクール仲間、そして今年ご一緒させていただいたスクール生の皆様のおかげで、楽しいクライミングスクールを過ごすことができました。とりあえず自己採点では卒業できそうなので、これからは教えていただいたことを忘れないよう自主練習を積み、いつか、またどこかのゲレンデで皆様にお目にかかりたいです。スクール、残すところ後 1 回、次回マルチ行かれる皆さんガンバ！！

2 年間、ありがとうございました。大感謝！！

### 感想文 受講生：T. N

クライミングスクール第 7 回は 2 班に分かれての講習、私はマルチピッチ組でした。緊張と恐怖、自分が登れなかった時に他の受講生に迷惑を掛けるのでは無いかと思うプレッシャーを感じながらの挑戦でした。

1～3P は登山靴で登れるルートでしたが、セカンドビレイでクローブヒッチ、ムンターヒッチが上手に

出来ず講師の方に丁寧に教えて頂き 3P 目からはスムーズに出来るようになりました。

4P からはクライミングシューズに履き替えて 2 本縦に連なったクラックを登るルート、緊張しながら小さなホールドにしっかり立って無事に登れて一安心。

6P はスラブなルート、スラブが苦手でしたが前日に購入したシューズの性能なのかスラブにしっかり立てる！なんか技術をお金で買ったのかも(笑)

さらに終了点手前の難所、体を前に倒し目の前の岩に手をつけてカニ歩きしながら進む、今までで一番恐怖を感じた場所でした。終了点に付いてセルフを取る手足が震えていました。

そして本日の核心部 6 m のチムニーですが、今回はここで撤退となりました。

ただ、登ってきたルートを引き返す事が出来ず安全に下山する方法として懸垂下降で中の岳左側の谷へ、アプローチを進み 2 度目の懸垂下降で集合場所へ戻る事が出来ました。

安全に戻る事が出来たのも講師の方々の冷静な判断と的確な指示のお陰です。

改めてクライミングにおけるリスクや危険性について考えさせられる貴重な体験でした。安全を最優先に考える重要性を心に刻み、クライミング技術が向上するように、これからも挑戦していきたいと思えます。





(写真提供 法崎 正和)

#### 4. 登攀研修会報告

9/29(日) 人数: 14 名 (スタッフ含) 三倉岳にて「令和 6 年度登攀研修会」を実施しました。2 クラスにクラス分けをし、午前中はラッペル時のトラブル対応について、午後からはリードクライミングでの敗退時の下降方法について講習を行ないました。天候の崩れもなく無事研修を終える事ができました。

(指導部 森本 寛)

#### 感想文 高橋康幸

福山山岳会の先輩に誘っていただき研修会に初参加させていただきました。三倉岳も初めてで楽しみでした。クライミング関係のセルフレスキュー技術は、自宅で練習環境を作るのは難しいですし、改良されたり、ギアの進化により少しずつ変わっていくので、最近の常識や知見を同じ空気を吸える空間で直接ご指導いただけるのは大変有意義でした。

おもな講習内容は、「ラッペル時のトラブル対応」と「敗退時の下降方法」でした。

ラッペル時のトラブル対応での登り返しでは、マッシュャートレスとランヤードでロープとビレイループを接続、足場は 120cm スリングを使いクレイムハイストでロー

プと接続しました。

マッシュャートレスは初めてで戸惑いましたが、改めて考えるとマッシュャーの場合でも、ロープに沿って強いテンションがかかると、マッシュャートレスで 1 回転交差した形になりフリクションの効きが良くなることがあることに気づきました。この状態をマッシュャートレスではセット時に作れ、交差する巻数も選べるので、ロープとフリクションコードとの相性に応じてバランスよくセットできそうですし、動かし易いようにも思えました。ランヤードに使うスリングの長さもいくつか試すことができ、自分にあった長さを見つけることができました。

足場について、今まではフリクションコードにスリングを連結して作っていましたが、1 本のダイニーマスリングでもフリクションが効いて登れるのは私にとっては新鮮でした。フリクションの効きはロープの相性はもちろんです、体重によっても変わってくると思えば種類の違うスリングをいくつか持参していたので、ナイロンやダイニーマ、幅の違いによる自分にあったフリクションの効きの違いを実感できました。

バックアップのエイトノットやスリップノットの使い分け、キンクやねじれをとってからのミュールノットの解除、専用フリクションコードについて等、他にもかゆいところに手が届く実践的なアドバイスをいただけました。

敗退時の下降方法は、リード敗退時に支点強度不明な場合にリスクを減らす下降方法をご指導いただき、初めての経験でしたがとても参考になりました。どちらの課題でもそうなのですが、セルフビレイコードの長さも単に手が届けばよいかというとそれだけではなく、作業がやり易い長さがあることも改めてわかりました。また、破断した捨てビナや支点が落下してくるのをうまくよける必要がある等、状況に即したアドバイス等もいただきました。

講習ではロープワークや手順以外にも、実践的、実際の状況に応じた適切なアドバイスがあり、また、試行錯誤する時間も取っていただけ、技術的なことはもちろんですが、自分にとって最低限どのギアを持っていけばよいかのヒントもいただけたように思いました。今後、自分の理解力や技術、そして体重？に合ったセルフレスキュー技術を深めていけたらと思います。

## 感想文 永田 美奈

福山山岳会に入会し3年目になります。今回初めて県岳連の登攀研修会に参加させていただきました。

セルフレスキューについて、午前中はラッペル時のトラブル対応で、下降修正が必要となり登り返しを行う方法を学びました。

もし実際ラッペル時にトラブルが起こっても誰かに聞けるという状況でなく自分で対処をしなければなりません。今回の研修で改めて、繰り返しの練習と方法、手順など理解し習得しておかないといけないと思いました。

午後からは、敗退時の下降方法について学びました。途中敗退する場合は、ロアダウンするのも支点強度が不明なため、支点が壊れた場合のリスクも想定した方法で下降する必要があることを学びました。安全確保には、様々な方法がありますが、それぞれのメリット、デメリットも知っておかなければいけないと思いました。

講習を受けて、改めて日々の練習や確認が必要だなと感じました。

丁寧に教えていただきありがとうございました。



(写真提供 森本 覚)

## 5. SC コーチ 1 養成講習会報告

(指導部 森本 覚)

令和6年度スポーツクライミングコーチ1養成講習会をおえて日時:10/5(土)~6(日) 参加人数:23名(講師・スタッフ含) 会場:エフピコアリーナふくやま(福山市)

以前から福山市での開催希望がでていたのですが、参加人数の関係で実施できない状況が続いていました。この度、日本山岳・スポーツクライミング協会 SC 指導委員会主催の養成講習会を福山会場にて実施する様にお願いしまして何とか実現できました。申込者が12名に満たない場合は開催を中止するという条件でしたのでドキドキしていましたが、広島県の受検者7名に対して県外から6名も参加頂き全国ネット主催の力を改めて実感しました。受検生は8月17日に他会場の受検者と共にオンラインで1日目の学科を修了されたからの集合講習となります。初日は「クライミングの技術・安全性」「確保」について机上の後に実技講習がありました。2日目は「企画・立案・計画」について講習を受けた後に技術検定と筆記テストが実施され、無事に養成講習会を終えることができました。私も、聴講させて頂きましたのでとても有意義な時間が過ごせました。特に、「企画・立案・計画」の科目は私が受検した時にはなかったので大変勉強になりました。

検定も立ち会いましたので、中央の採点レベルを再確認できたところも良かったと思っています。後日検定の結果が発表されますが、全員合格していただきたいと思います。



(写真提供 森本 寛)

## 6. トレッキングスクール報告

(指導部長 森本 寛)

第7回 10/18(金)~20(日)山域：くじゅう  
連山人数：4名（スタッフ含）10/3(木)三篠  
公民館にて第7回目の机上講習をおこない  
体力強化について講習しました。19日(土)  
午後の降水確率が80%でしたが20日(日)  
は10%でしたので、久住山の往復だけなら  
可能だと判断し10/18(金)夜集合でくじゅう  
に向かいました。結果として、天気は回復  
に向かわなかった為、山頂には向かわず  
下山しました。雨天での歩行やテント設営  
は良い経験になったと思います。

### 感想文 西村理恵

10月山行も、数日前から天気予報と睨めっこしていましたが、やはりの雨。出発は定時まで仕事をしてからの夜出発の予定でしたが、夕方にかけて『雨でテントに停滞することになる可能性』『登頂は難しい』などの連絡が入り、意気消沈、不安になっていましたが、スタッフの方からの「雨でも実施しようと思います」の言葉でモードを切り替えることができ、ザックを背負い出発しました。夕方帰宅ラッシュの駅で、大型ザックを背負って新幹線に乗り込むのは、かなり目立っていたとは思いますが、非日常感があり少し胸が躍りました。

レンタカー会社に到着しスタッフの方と合流、順調に出発しました。BGMと夜のドライブが心地よかったです。長者原に到着し、出発時間を確認後各々就寝となりました。風の音に慣れるのに時間がかかり、早朝の寒さへの怖さから暫くは落ち着きませんでした。体温が寝具に伝わり温まってくるといつの間にか眠れていました。

起床後簡単に食事を済ませ、レインウェアを着用して出発しましたが、雨の衣服調整は本当に難しいです。暑くなりすぎると登りもキツく感じてしまいます。汗をかきすぎてしまって、テント場に到着後に体温で乾かすために色々と着込んでみましたが、汗を吸うだけ

で、なかなかレインウェアもインナーも乾かず不安でした。夕食を少し量が多すぎたなど感じながら一生懸命食べた辺りから体温が一気に上がり、ようやく乾いた実感がありました。汗で思った以上に体が冷えていたのだと思います。次の日の服装は、スタッフの方から肌寒いくらいがちょうど良いとのアドバイスをいただき、かなり薄手のベースレイヤーにしてみたところ、登りでも汗をかきすぎることなく過ごせました。冬山は、さらに衣服調整の工夫がポイントになることも伺ったので、経験しながら探っていきたいと思います。

夕食後は夕焼けも星空も見えず、早めに就寝。何度か目は覚めつつもしっかり眠りました。途中で雨も降りましたが意外と気にならず、山にいる方がよく眠れるというスタッフの方の言葉、本当でした！坊ガツルだったら浸水への不安からそうはいかなかったかもしれません。

雨の中のテント撤収は、考えを巡らせながら手間取りもしましたが良い経験になりました。前日、談話室でのまったり時間に、雨の場合はテント内で靴を履くことなどを教えていただいていたので、就寝前に荷物整理をしたり撤収後のテントを入れるビニール袋等も用意しました。パッキングは出発直前まで出したり入れたりスマートにはいきませんでした、その分早めに起きて時間を作ったことで焦らず対応できたと思います。何事もまだ考えながらするので時間がかかりますが、一つ一つ経験が学びになる楽しさがあります。

まだ暗い中でヘッドライトでの出発も、ルートファインディングの良い経験になりました。仲間がいればこそですが、真っ暗からだんだん白んでいく時間はとても気持ちがよく楽しくもありました。出会ったのがうさぎでよかったです (笑)。

山行は、天候の心配もあり、無理をせず山頂を目指す選択はしませんでした。三俣山を周回するルートは、坊ガツルから平治岳、大船山の山容を臨み、2日目に法華院温泉山荘から諏蛾守越までの岩場登りや、途中の北千里ヶ浜の不思議な景観、黒ボク土など九重の雄大さをほんの少しだけ味わいました。ガスの中に浮かぶ岩の姿は荘厳な感じがしましたし、この時期でもち

らほら咲いているミヤマキリシマも見ることができました。

とはいえ、登ってこそその成長もあるな・・・とも感じるので、次の山行に向けてまた準備をしていきたいと思っています。

今回の山行では、今後の山の目標や自分がどんな登山をしていきたいのかに想いを巡らせる機会になりましたし、九重はまた自分でも計画して行ってみたいと思います。

スタッフの皆様には様々な事情があるなかで、山行を実施していただきありがとうございました。引率していただいたお二人だけでなく、皆様にも感謝いたします。





(写真提供 久保田 征治)

## 7. ありんこ山行報告

(ありんこチーム：上村信行)

日時：8月17日(土曜日)

参加者：16名

ルート：十方山那須登山口(林道風小屋線終点)から  
ウラオレ谷三ツ滝(隠れ四段滝)への往復(行き：沢  
登りルート, 帰り：登山ルート)

登坂時間：6時間30分。距離：4.1km。標高差：366  
m,

当日は戸河内の駐車場に集合し、4台の自動車に乗り換えて那須集落方面に向う。山奥深い那須集落を通り過ぎ、登山開始地である十方山那須登山口(林道風小屋線終点)に到着。ここから一旦沢に降り、ひたすら最終目的地の三ツ滝を目指して沢を登っていく。途中大小の滝や苔むす石や滑った石に足を取られ、バラ

ンスを崩しながらも登っていく。

核心部である三ツ滝までの登攀距離は、そう長くは無いのだが、何分足場が悪く不安定な沢を登ることで想像以上に体力を消耗する。沢との格闘は想像以上にタフである。

途中、滝壺や水溜まりに飛び込んで泳ぐことが出来た。清流に飛び込んでもザックが浮力となり、意外と身体が浮くのが面白いと感じた。猛暑真っ盛りの下界では想像もできない行為である。

しばらく沢を登り、最後の最後に核心部であるナメ滝と三ツ滝が姿を現わす。その頃にはだいぶ体力を消耗し、気力を振り絞って核心部に挑むことになる。1滝目、水流を浴びながらの沢登りは初体験である。滝から流れる水流を全身に浴びると、体温も低下し、想像以上に寒い。また水流で岩場の状況が分かりにくく、手探りの状態で確実にホールドや足場を確認しながら、慎重さを求められる登攀となる。今回滝登り2回目にしてその難しさと厳しさを知ることになった。2滝目、3滝目ともに足場が悪く、滑った石に足をとられた。今回核心部で計2回、プレイヤーのお世話になる。沢登りは、やはり危険が伴うものだ改めて実感する。

今回、「ありんこチーム」の企画に初参加させて頂きました。山行途中「ありんこチーム」とは何なのか? 「ありんこ」のように勤勉にかつ絶え間なく歩き続ける集団なのか? はたまた「ありんこ」には違う意味が含まれているのか? 私の周りにその意味を聞いてみたが、明確な回答はなかった。謎のまま今回の山行を終えた。「バリ山行」(第171回芥川賞受賞作品)ならぬ「アリ山行」は、沢登りの楽しさと厳しさを教えていただいた山行でした。また、次回以降の「アリ山行」にも参加したいと強く思いました。

最後に、この夏ネパールのK2峰で著名な日本人登山家2名が遭難した。彼らの活躍は、多くのメディアやネットでも目にすることがあったので、この悲報には大きなショックを受けた。御冥福をお祈りしたい。この件で、改めて自然の厳しさや恐ろしさを思い知らされた。我々の山行と彼らの山行を比べることは出来ないが、安全に無事帰還することは、どの山行においても共通の最終目的であると考えます。

今回、無事かつ安全に「アリ山行」を終えることができ、企画者、サポート頂いた方々や参加した皆様方には、心より感謝申し上げます。(写真提供も筆者)



## 8. 追悼 やまびこ会 中井 清一様

やまびこ会 会長 加地 清高

やまびこ会元会長の中井清一様が、去る7月16日、91歳でご逝去されました。

中井様は、本会創立3年目の昭和33年(1958年)、25歳の時に入会されました。以来、約65年間、昨年春に体調不良のため会を離れるまで、会員として、また、会長として本会のため多大の貢献を続けてこられました。このような方がご逝去されたことは、痛恨の極みとしか、言うべき言葉が見当たりません。

中井様は、平成5年(1993年)、第5代会長に就任されるや、平成11年に退任されるまでの6年間、いろいろな行事を企画し、推進されました。その精力的な活動ぶりは、誠に八面六臂と呼ぶにふさわしいものだったと、当時を知る人から聞いています。

40周年記念誌発行に際しては、手持ち財源の不足を補うため、全会員の賛同を得て、1,000円/人の臨時会費、計129千円を徴収しています。また、この時期、これらの他にも遠距離の大型登山ツアーを数多く実施しています。これらは全て、中井様の強いリーダーシップと会員との堅い信頼関係の賜物と思います。

中井様は、豪快な中にも温かみのある人柄が魅力的な方でした。山を愛するのと同じように奥様を愛され、酒を愛され、そして歌を愛されました。例会の昼休みや懇親会の終り頃になると決まって「さあ、歌おう

や!」と皆に声を掛けて、”やまびこの歌”やお座敷小唄から自ら作詞された替え歌”やまびこ小唄”を声量豊かな美声で、朗々と、嬉しそうに歌っておられたことが思い出されます。

一方、40周年記念誌の冒頭「相手を気遣う気持ちを大切にして、楽しく朗らかに、永遠に続く会になればと思います」と会長としての所信を述べられました。また、別の機会には「和の精神で、個人攻撃は慎み、建設的な意見を出し合おう!」とも言われました。

残された我々は、中井様の遺訓に沿って、より明るく、楽しい、活力のある「やまびこ会」に発展させる努力を続けていかななくてはならないと思います。合掌

## 9. 岳連短信

### 1. 寄贈御礼

(9/23) 三原山の会『筆影』No. 535 (10月号)

(10/24) 福山山岳会『会報』11月号

(10/13) 広島やまびこ会『やまびこ』814 (10月号)

(10/28) 広島山稜会『峠通信』784 (10月号)

### 2. 11月～12月の行事予定

11/02 (土) 全国クライミング選手権代表選考会 (CERO)

11/02-03 (土・日祝) 広島地区新人大会 (CERO)

11/12 (火) 県民ハイキング調整会議

11/13 (水) 第8回運営会議

11/16-17 (土・日) インクルーシブ・スポーツ・フェスタ (福山・エフピコアリーナ)

11/23 (日) 県民ハイキング・福山山岳会担当 (馬乗山)

11/23-24 (土祝・日) 日本山岳会 120周年行事 (広島・白木山) (広島県山岳・SC連盟は後援)

11/27 (水) 新イベント検討会

12/06-07 (金・土) 高体連顧問等安全登山講習会

12/11 (水) 第9回運営会議

## 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。