

巻頭言集

目次へ

岳友

豊中労山

No.405

(平成22年) 2010 Jan.

1月号

【トピック】

☛ **重要**新年会お知らせ・・・P20



2010 年分

大阪府勤労者山岳連盟

豊中勤労者山岳会

<http://homepage2.nifty.com/toyonakawac/>

目 次

つれづれ山歩き	A班 神田幸枝	BMP1012
遠足の山	A班 上口久男	BMP1011
風伝おろし	A班 箕林恵美	BMP1010
森羅万象の山旅	A班 荒賀孝夫	BMP1009
会の活動をふりかえって	B班 太田誠治	BMP1008
私の進歩	C班 小前玉江	BMP1007
はじめに	A班 大石朝美	BMP1006
山と私	C班 田中良和	BMP1005
私の山のはじまり	A班 菊池輝夫	BMP1004
何が誘惑するのか	A班 小川正光	BMP1003
府連無雪期中級登山学校	C班 二宮幹夫	BMP1002
新入会員雑感	A班 高木洋志	BMP1001

【2009年分は「巻頭言集 09」です】

つれづれ山歩き

A班 神田 幸枝

職場の仲間に誘われ山歩きをするようになったのは20年前位からでしょうか？その頃はソフトテニスに夢中で、一年中ボールを追いかけていましたが元来、運動音痴なので上達せず、たまに職場の人に誘われハイキングにも行くようになりました。1997年、豊中労山の登山バスに参加して初アルプスデビューが「鹿島槍」でした。何も分らないまま新しいザックに荷物をギュウギュウに詰め込み新しい靴、合羽を買いました。これがきっかけで次の年は仲間3人で「秋の八ヶ岳縦走」に行き、段々山の楽しさに惹かれてゆきました。

山に行くからには山の基本を学びたいと豊中労山に入会し、1999年「豊中初級登山学校」修了生となりました。一番の収穫は皆さん同じだと思いますが良き仲間に出会えたことでしょうか！無鉄砲さが災いし、その頃のC班主催の岩登り教室に参加して、体中あざだらけになったりしながら未知の世界への好奇心で一杯でした。初級で学んだ年が豊中労山の30周年と重なり、各山行を企画して横尾に集合する記念山行に6人のメンバーで前穂、奥穂に行きました。訓練もしっかりこなし充実感一杯の山行でした。

会で沢山の先輩に恵まれ、北海道や東北の山々を一緒に歩くことも出来ました。その後、沢登りがしたいとの思いで2002年大阪府連の初級登山学校・夏山編、冬山編に参加し、私の山生活に一層のバリエーションと山の楽しみ方、そして年齢を越えた山の仲間の広がりを与えてくれたことに感謝しています。(カリキュラムの中で走る楽しさを知り、ハーフマラソンの経験までですとは！)

いつも私の山行きを心配していた両親も、この数年で逝ってしまいました。色々あったとき静かに心を癒してくれる山に、気持ちが安らぎ元気がでます。どこでも何時でも行きたかった時期を過ぎ、今は山に対する気持ちも静かに穏やかになってきた様に思います。山行スタイルも変化してきました。山に登るというよりも、山に抱かれる為にといい心境です。仲間と共にテント生活で工夫を凝らし、おいしいものを食べよう！山小屋泊も楽しもう！雪山にも行きたいし、と穏やかにという割には、やる気満々？これからも私の山行人生に長くお付き合いくださいね！

(つぶやき：まさか巻頭言の依頼が私のところに廻ってくるとは！どうして？最近若いや新しく入会する人たちが候補者一杯のはずなのに、どうして私が書いていないことが分ったの？と憂鬱でしたが色々な事を思い返すきっかけとなり楽しい思いをさせていただきました。手島機関紙部長さん、いつもご苦勞様です。そして有難うございます。)

遠足の山

A班 上口 久男

突然の電話で何か一寸書いてくれないか？との事。本当に困ったなと思いながら考える。

山とはなんだろうかと。ふと思い浮かんだのです。辞書で調べると、「山」とは地質学上では周りとの高低差が数百メートル以上とのこと。

私と山との出会いは、子供のころ畑仕事を手伝いながら、いつも眺めていた遠くに白く輝く雄大な姿の大山。春には下蒜山への遠足。初めての山は中学生の時に遠足で登ったその大山です。この頃に、私が山へのめり込む下地ができていたのだと思います。

山に取り付かれた最大のきっかけは、初めて登った富士山でした。当時は登山の知識も無く、普通の格好で登ったものでした。今から思えばよくぞ無事に帰ったものだと。

そののち豊中労山に入会して初めての山登り、そこでは登山の恐怖というものを知りました。会員の皆様には色々と御指導して頂き、迷惑もお掛けしましたが、そのおかげで今の自分が在るのだと感謝しています。

ところで、皆様は頂上に到達したときはどのようにしていますか？
私は三角点に「オオー」と三回言って、タッチした時が山に登った様な気がしている次第です。

私ごとですが、今年九月より中央分水嶺高島トレイル、トレッキング愛発越より朽木桑原まで80キロを挑戦してみるつもりですが、はたしてどこまで行けるかが心配です。山の神が呼んでいるのか、足、膝が痛いと言いながらも、今日も三角点を目指している。

「風伝おろし」

A班 箕林 恵美

今は処暑、この一文が掲載される頃は涼しい秋でしょう。処暑に思い出す山の風景があります。

若かりし頃に信州を訪れていた時の事です。奥蓼科の「渋の湯温泉」から唐松林を抜けて八方台へ向かう途中、登山道から少し外れたところに見晴らしの良い丘があります。地元の人々が開いた丘で、私は心苦しき時や行き詰まった時に何度か登りました。

その丘に登りますと、南八ヶ岳の豊かな裾野と連なる岩稜の山々が一望できます。秘かに「ブラムスの丘」と、また横たわって寝ている巨人の横顔によく似た権現岳を「ジャイアント スリーピー」と名付けて楽しんでいました。

太陽が昇り、日差しが明るくなる頃、裾野から峠にかけて雲が大きな塊になって稜線をなでるように流れるのです。

山の反対側から誰かが天女の羽衣を引っ張っているように見えます。このように雲が山越えするのを「風伝おろし」と呼ぶのでしょうか？ 山、水、風が織りなす自然の造形美は琴線にふれる思いでした。

そして30年後の今、豊中労山に入会し憧れの八ヶ岳縦走は実現できていませんが大いに登山を楽しんでいます。

諸先輩の山に対する姿勢、何より情熱を目の当たりにして「山屋は、かくあるべき」と目標を見ることができました。

豊中労山に入って本当に良かったと喜んでいます。愉快的仲間といつまでも登山ができますように願っています。今後とも、よろしくお付き合いのほどお頼み申します。

「風伝おろし」とは、... 紀南の御浜町と紀和町との境にある「風伝峠」の山頂から流れ落ちる朝霧(さぎり)のことで、10月～5月頃の雨の後、翌日が晴れになる時に多く見られます。晩秋から冬にかけてが、一番きれいに見られるとされています。時間は午前7時～午前8時頃の間、山の向こう側の紀和町の温度が下がり、入鹿盆地に発生した霧が風伝峠を越え、さぎりの里側(海側)が暖かいときに尾呂志地区に下がってきます。(「紀南・さぎりの里 ー三重県南牟婁郡御浜町尾呂志ー」HPより)

森羅万象の山旅

A班 荒賀孝夫

素晴らしい山旅を紹介するに際して「森羅万象の山旅」と表現される場合が有りますが、言葉や文章ではその美しさ、素晴らしさ等が言い表せない山旅を豊中労山に入会して約 3 年、先輩諸氏の温かいご指導・ご案内を頂き幾多の山旅を体験する事が出来ました。

深田久弥の「日本百名山」を目標に多くの方が挑戦する姿がありますが、人は夫々の個人的な経験や趣味や価値観で「私の(百)名山」を持って居られる人も有ると思います、私もこれまでに案内して頂いた山は全て「私の名山」として脳裏にしっかりと焼き付けています。

豊中労山での山行を通じて人との繋がりは、人生の教えを得る場として楽しく参加させて戴いています、多くの方々は夫々の道に通じたベテランのプロ集団と高く評価されるでしょう、歩き方のプロをはじめ、読図、安全、鳥、花地理地図、写真、歌、更に温泉、味噌汁、駄洒落 etc、・・個性豊かな先輩諸氏のお陰で想像だにしなかった、3,000m クラスの山頂に、雪山に、花一杯の天空の花園に・・と多くの素晴らしい思い出を創る事が出来ましたことを衷心から感謝しております。

ところが私事で恐縮ですが去る 6 月 8 日突然睥臓が「もう、インスリン出すの疲れた」と言って拗ねてしまいました。病院に駆け込んだものの「はい、立派な I 型糖尿病です、暫く泊まって行って下さい」えっ えっ・・・・うそっ(参考に:糖尿病の99%はII型で主に生活習慣型に対して、残り1%のI型は遺伝が多く子供に発症するらしい・・云々)で私の様な遺伝無し、高齢、痩せ型の発症は非常に珍しいが原因は不明、あとは悟りを開きこの糖尿病とずーと仲良く暮らす事とし、インシュリンと食事療法で以前のような生活にやっと戻りましたが、問題は今後の「山行」です。市立豊中病院の糖尿病センターの先生達は「何人もインシュリンを打ちながら山へ行っていますよ」に勇気付けられています、これまでの山行で「糖尿病」の方とは1人も逢った事はありません(今全国に患者は1,000万人、予備軍を入れると2,100万人と推定)。やはり体力的に無理か? 又はグループにウイルス侵入に対する拒絶反応? 等心配事が続いて居りますが 再び山旅に挑戦して、この病気での可能性を追求し同じ病気の人達の微力でも参考になればと思っています。

この原稿が岳友に掲載される頃 8 月か 9 月頃を目標に自主トレをして、参加させて頂く機会が有ればと思いい体力造りに努力している現状です。その際は大福餅や饅頭を皆さんに配り同じ仲間造りの増員に努力する所存で御座います。ご協力宜しくお願いします。

会の活動を振り返って

B 班 太田誠治

労山の初級登山学校を終えてB班での活動を含め、様々な山行を楽しみ約1年半が過ぎました。同期の仲間達との話題で共通する意見がいくつかあります。それらの一つに「なぜ会のヴェテランの方々は私たち以上に重い荷物を背負って縦走したり、身軽に動くことができるのだろうか?」「その活力の源は何だろうか?人並みの年齢だったら絶対できないはずなのに…」といったことです。

その理由を自分なりに考えてみました。①その人自身の生まれ持った身体能力によるもの ②人並み以上に山が好きだから ③経験の数 ④山行後のビールを飲むため …謎は深まるばかりです。①、④は素質的なものだと思いますので、その人たちに近づくことは無理でしょう。まして私はアルコール類が苦手です。②、③ならまだ可能かもしれない!…そう信じたいところです。

この1年半労山で経験させてもらったことを振り返ってみますと、印象的なのは初アルプス登山です。夏の八ヶ岳に始まり、後立山連峰、鳳凰三山などの縦走で雄大な山々の存在感に圧倒されました。また満天の星の夜空がプラネタリウムよりも遙かに美しいこと。頂上に達し晴れた空の青さが濃かったこと。テント泊での楽しい食事など幸いにも登山の醍醐味を体験できたことがほとんどでした。また装備や道具が身を守る大事な物であることが槍ヶ岳の春山登山で実感し防寒の大切さが身にしみました。

そのような経験の積み重ねがヴェテランの方々に近づけるかどうかはわかりません。それよりも確かなのは、諸先輩方の的確で率直な助言なくして、楽しく安全に登ることが出来なかったと私は思っています。感謝しつつ、今後も一步一步自分なりの歩幅で経験を積んでいけるよう継続し、少しでも役に立てる存在でありたいなと思っています。

私の進歩

C 班 小前珠江

私の性格は明るくいつも自由で、とても純粋です。

無邪気で感覚的に気ままな行動が行き過ぎて失敗も多いおっちょこちょいの性格です。基本的には根に持たないサッパリタイプで、物事の悪い所を考えず良い所を中心に考える楽道家です。感情表現はストレートで喜怒哀楽がはっきりしていていつも自然体であり、本音で人と摂する事の出来る人間です。

山岳会に入会した理由は、15年間ランナーとしてハーフ・フル・100Kmなどマラソンをやってきましたが4年前に両胸に乳癌が見つかり両リンパにも癌が転移し手術に10時間もかかりました。きつい抗がん剤を4ヶ月、放射線治療1ヶ月、病院に通院しながら毎日会社に通っていました。現在も3ヶ月に一回は診察に行きます。診察室に入る前がドキドキものです。主治医から検査の結果、リンパ節に転移が無いと聞くとホッとします。

健康な時は命の大事さをそれほど感じた事がなかったが、今は一日一日生きている事に感謝しています。体調をくずしてから一年間ほど山歩きをしていました。そのうちにどこかの山岳会に入会したいと思い豊中労山に入りました。私は生来の考える前にやってしまう習性で豊中労山の初級学校から冬山教室、更に去年は大阪府連初級学校に入学しました。

府連ではいろんな山岳会の人達との交流ができました。大阪府連初級学校は川原校長を筆頭にコーチ陣の山や沢への知識、レベルの高さにビックリしました。初級夏編！！では自然の中で楽しむ事を教えていただきました。川原校長は山が好きである基本的なスタイルは、自分なりに楽しみを見つけ永く山を楽しむことが秘訣でしょうと言っておられました。私も自分なりに永く山を楽しむ事を前向きに見つけたいと思います。

私はもっと技量を身につけたいと思い、次のステップとして大阪府連中級学校に入学しました。中級でコーチ陣に指導して頂いた技術や経験を吸収し後に続く人達にそれらを指導、伝授が出来るリーダーに成長したいと思っています。皆さんご協力をお願いします。

はじめに

A班 大石朝美

今年の新年会の会場で「大石さん、私がここに来たと言う事はどう言うことかお分かりですね」と機関紙部長の手島さん。何か嫌な(?)予感…。やはり原稿の依頼でした(笑)。まだまだ山の経験も少なく、自信のない私でいいの?と思いつつも依頼をお受けしました。

- 1月 原稿の依頼 (ついに来た! 苦手なパソコンと葛藤する覚悟)
- 2月 車のドアで指を負傷 (今になってようやく爪が生え変わりました)
- 3月 夫婦共に職場の異動 (これ以上、通勤距離をのばさないで!!)
- 4月 腰痛で整形外科通院 (もう山行は絶望的か…?)
- 5月 慣れない職場 (残業続きであたふたと過ごす毎日)

今年になって毎月不幸が私に襲いかかってきますが、そんなストレスをかかえながらも、仕事の合間に仲間と山に行き、きつい登りは勘弁していただきたいと思いつつ、美味しい物を食べながら、たわいもない話で盛り上がり、お腹を抱えて笑う。これが私のストレス発散になっています。

もう一つのストレス解消の場と言えば新年会でお馴染みの「やまびこ」です。山の歌はもちろん、その他にも話題になった歌や個々の好きな歌を持ち寄って皆で楽しく歌ったり、山の話や写真・映画・テレビ・本の紹介など盛りだくさん。仕事の都合で出席できない時は迷惑をお掛けする事もありますが、月に一度蛍池公民館に集まって、歌ったりおしゃべりしたりしてあつと言う間に2時間が過ぎていきます。仕事をしながらこうして職場以外の方々と一緒に楽しい時間を過ごせるのは有りがたいことです。「やまびこ」はどなたでも参加できます。日程は決まっていないので、連絡を下さればお知らせします。お気軽にお越しくださいね。(宣伝も兼ねて…)

どんな状況でも健康であれば何とか乗り越えられる事も、怪我や病気になるとそうはいきません。今まで経験した事のない腰痛と向き合いながら職場に向かうのはとても辛く落ち込む毎日でしたが、だんだん腰の状態も良くなってきました。いつまでも無理なく楽しい山行が出来るように、自分の身体をいたわりつつ体力もつけて楽しい山行ができればいいなあと思っています。こんな事を思うようになったのは年のせいでしょうか?

6月はどんな不幸に見舞われるか心配ですが、今年の誕生日に社会人2年目の娘にプレゼントしてもらったデジカメを持って、今までは撮ってもらえばかりだった山の写真をいっぱい撮り、思い出を残していこうと思っています。

山の美しさに魅せられ、山の仲間を支えられ楽しく山行できる幸せに、あらためて感謝しています。

山と私

C班 田中良和

入会してまだ1年(もう1年!?)といった感じですが、今年度の事務局長になりました田中来る限り頑張っていこうと思いますので、宜しく願い申し上げます。総会の後、早速機関紙部長の手島さんから「はじめに」の依頼を受けましたので、「山と私」という内容で書かせていただきます。

今から丁度20年前の高校1年の春。高校に入ったら陸上部に入部しようと思っていた私は、どういうわけか怪しげな先輩に強引に勧誘されて、山岳部(正確には山岳スキー部)に入部してしまいました。親は少し難色を示していましたが、基本的に放任的な家庭だったおかげか、山に行くことを認めてもらいました。今思うと、このクラブに入った事が、人生のターニングポイントだったように思います。山岳部は意外と真面目なクラブで、放課後には学校から少し離れた公園まで走って筋トレをしたり、校舎内や周辺でボックトレをしたりして、徐々に体力もついていきました。その年の夏休みの合宿で、生まれて初めて北アルプスに登りました。3泊4日テント泊で小川温泉～朝日岳～白馬岳～祖母谷温泉までの縦走。この合宿では連日快晴で(その代わり、とても暑かった!)、森林限界を超えた高山の魅力にすっかりと魅了されてしまいました。朝日小屋で食べた、先輩が遠くの雪渓から取ってきてくれた天然のかき氷の味は今でも忘れられません。秋には金剛や比良で簡単な沢登りを初体験。また山岳スキー部という事で、春合宿では梅池のスキー場のゲレンデの脇にテントを張って、ちょっとした雪山生活を体験したりしました。またその合宿では、天気の良い日にスキーを担いで白馬乗鞍岳までアタック。そこから急な斜面をターンを切りながら、恐る恐る下ったのも良い思い出です。

大学に入ってから山から離れられずに、ワンダーフォーゲル部に入部しました。その頃には「ボッカマシーン」と呼ばれるくらいに体力がついていて、30kgくらいなら余裕を持って担ぐ事が出来るくらいになっていました。ワンゲルに入って初めての夏合宿が大雪山でした。5泊6日でトムラウシ温泉～トムラウシ山～五色岳～忠別岳～旭岳～黒岳～愛山溪温泉への縦走です。エキノコックスやヒグマにおびえつつも、本州の山とはまた違う、なだらかな稜線の縦走を楽しむ事が出来ました。うちのワンゲルでは基本的に雪山はしない方針だったので、春合宿ではサイクリングやクロカンスキー、里活動や西表島でのジャングルの縦走やリーフ歩きなどの活動もしていました。また、一年を締めくくる春の練成合宿では、京都北山(廃村八丁や小野村割岳、桑谷山辺り)に入って、道のほとんどないブッシュの中を何度も迷いながら縦走したりもしました。おかげで読図はかなり自信がつかいましたが・・・。

社会人になってすぐに東京配属になり、憧れの一人暮らし(といっても会社の寮生活ですが)が始まりました。始めのうちはおとなしく東京見物などを楽しんでいましたが、山への思いがふつふつと湧いてきて、初めて単独で山に登る事にします。初夏の伊豆ヶ岳は展望も良く、単独行にはまって行くきっかけとなりました。その年の秋には、2泊3日の避難小屋・テント泊で奥秩父の増富温泉～瑞牆山～金峰山～甲武信岳～西沢溪谷を縦走しました。平日という事もあって避難小屋では自分一人だけしかおらず、外でがさが音がした時は心細いものでした。この頃に新田次郎の小説『孤高の人』を読み、ますます単独行にはまる事になります。大阪に転勤になるまでの5年間で、奥多摩や丹沢、奥武蔵や中央線沿線の山の主要な山は日帰り山行でほとんど登ってしまいました。冬の天気の良い日は、東京周辺の山から雪を被った富士山が見え、妙に嬉しいものでした。また、ゴールデンウィークやお盆休みなどにまとまった休みが取れると、一人でテントを担いで中央アルプスや南アルプス、尾瀬や日光などにせっせと出かけました。

大阪に転勤になってからは近畿・四国・中国・九州地方の山にも登る事が多くなりました。しかし雪山に関する知識や技術が乏しく、冬になると暖くなるまで近郊の低山でお茶を濁さざるを得ませんでした。「雪山に登りたい!」という気持ちが抑えきれず思い切って一昨年冬、府連の「初級冬山登山学校」に参加する事に。うまくやっていたか心配だったのですが、コーチやスタッフの方々の指導の下、雪山に関する様々な技術や知識を学ばせていただき、また多くの仲間にも恵まれました。その登山学校で当時B班の野村さんと同じ班になった縁で去年の3月、豊中労山に入る事に。また同時に府連の中級登山学校にも参加しました。ロッククライミングは初めての経験でしたが、C班の諸先輩方のフォローを受けつつ、無事に修了する事が出来ました。一度で良いから世界の最高峰に登ってみたいなあと思う今日この頃。(仕事をしている間は無理そうですが・・・)

これからも食欲に山を楽しんで行こうと思いますので、どうぞよろしく願いします。

私の山のはじまり

A班 菊池輝夫

何を書こうか色々迷いましたが、ここまで楽しい山が続けられている私の山の始まりから書かせてもらう事にしました。

私の山の始まりは昭和42年16歳の高校1年生の山岳部入部からです、この年の夏山合宿で当然初めて登った剣岳(当時は標高3003M でした)、蟹の横這い、縦這いがありそして天候にも恵まれた頂上での絶景、そのすばらしさが私の山の起点です。ただその年の秋、小雨降る六甲の大月地獄谷で足を滑らせ前歯2本を折る事故を起こし、山の洗礼？みたいな事があったのも強く印象に残っています、それと昭和43年の2月だったと思いますが、部員二人で登った伊吹山、行ける所まで歩こうと麓の神社にテントを置いてゲレンデを横目に見ながら6合目の山小屋に着いたのですが、急に雪が深くなりこれ以上進むのは無理だと判断し、山小屋で休憩後下山しました。その8時間後位の夜の8時頃だったと思いますが大規模な表層なだれがあったのをあくる日の新聞で知りました、6合目の小屋、その下にもあった小屋までもが潰されました、少しの時間でしたがお話をした小屋の主人そしてスキー客が何人か亡くなられたのを新聞で知りびっくりしました、僅かな時間差で間一髪助かった事もありました。

加藤文太郎にもあこがれ男4人でテントを持ち三泊四日の旅、神戸港で海水を水筒に入れ、ひたすら車道を歩き浜坂にある加藤文太郎のお墓にその海水をかけご冥福を祈った事もありました。その後同じ職場の神田幸枝さん、横山茂さんとも色々な山へたくさん行き、そして豊中労山を紹介してもらい現在に至っています。

今から振り返っても若い時は好奇心も手伝ってか行動力はそれなりにあった様に思いますが、何十年も経つと髪の毛同様行動力も薄くなってきています、豊中労山の多くの方々は優れた行動力、体力、技術が伴っているのには感心します、私も健康維持の為にも頑張りたいと思います。

話があちこち行ってしまいましたがこれからも一步一步大事に山を楽しみたいものです。ただ国策不備のこの迷走日本社会ではしばらくの間、色々な意味で足元の不安定な中での山登りになりそうです。

何が誘惑をするのか

A班 小川正光

成人病予備軍からの脱却と夜型から朝型人間になる目的で始めたハイキングから2年もたたないうちに、何が私を誘惑するのか、何時の間にか 目的が健康から山登りに変わり絶えず高みを求め、多くの山々やコースにチャレンジする自分がおり、そして14年がたちました。

他の趣味を犠牲にしてまで何がここまで自分を引張りだし山にのめり込ませたのか、自問自答しています。特に豊中労山に入会して初級登山学校を終えてから登山の広さと深みを知り、古希までの6年間体力のある間にハードなコースを出来るだけ歩きたいといろいろと目標をたてましたが結果は多くの忘れ物を残し満足までいきませんでした、それなりに楽しめたことを幸せに思っています。後70歳のときチャレンジしようと決めていたコースの忘れ物をとりにいきたいが・・・(まだ歩けるかなあ?)

もともと労山に入会したのは第二の人生を迎えたとき、一日24時間のうち一番大きな空白の時間を埋めるのに一つの柱に山登りがなりうるのか見極めたいからでした。それが何時の間にかミイラ取りがミイラになった感で、見極めるというよりは、はまり込んでいきました。しかし、空白の時間が出来たとき年齢的にも山が一つの空白を埋める太い柱にはなりえない感がしていますが、柱になるという誘惑に負けている己の姿があります。先輩達の山行スタイルや同じ山でもコースを変え、時を変えることにより、違った動植物との出会いがある楽しみを訓練山行で体験しているだろうという悪魔のささやきに誘惑されながら・・・

加齢により平衡感覚が落ち慎重な歩きになっている上に、古希を過ぎいよいよ歩くピッチが遅く、歩幅が狭く、体力の回復に時間がかかるという 実感が強くなってきております。目下私と山の出会いである原点に戻り、体温を1度上げれば免疫力が500~600倍になるといわれているので山歩きで体温を上げ、健康をより長く維持し、健康寿命を伸ばせるよう今後も続けていきたいということで妥協しているこの頃です。

50歳以上は一年間で筋肉が1%強無くなる[動かずに2~3日寝込むと1%無くなる・・・]らしいので、せめてそれが1%にならないよう筋肉を鍛えていくという宿題をかかえながら???

府連無雪期中級登山学校

C 班 二宮幹夫

早いものでもう1月も後半にさしかかっています。

今回は昨年受講した府連の中級登山学校の終了記念文集に投稿したものを引用させていただいています。私が山にかかわるきっかけをつたない文章でつづっています。

愛媛出身、箕面在住の48歳です。無類の釣り好きの父親をもつ私は無類の釣り下手、プロ野球に関しては一さっぱりちんぷんかんぷんですのでくれぐれもお見知りおきを。

私が山にかかわるきっかけは写真撮影が講じてからでしょうか。

所属会にお世話になる前は箕面のフォトサークルに在籍しており、645 フォーマットのカメラ主体に活動しておりました。(へっぽこですが、)

今はその道で名をはせるようになった御所市出身の写真家で、“水の劇場”というタイトルの写真集を出した方がいます。大峰の山々の溪谷、氷瀑を写し込んだものですが、その美しさに驚愕しました。また同時期、2008年に岳連が募集していた冬山講習会に参加して全く経験のなかった雪山に何とも言えぬ感動を覚え、個人山行の限界を感じたのです。「組織に入って山の技術を教えてもらおう!!」

ネットで探して私の生活エリア北摂の“豊中労山”の門を叩いたのはそれからそんなに時間はかかりませんでした。入会手続きをしたのが2008年の9月、そのころ豊中労山の私の班では中級登山学校を志願して終了山行を目前にしている生徒が4人！緊張を肌で感じる、まさにそんな面持ちでした。会の先輩方は生徒の卒業を視野に殆ど出払っていて、私はその間、残っている会の方にジムに連れて行ってもらうという週末が多かったように思います。(根家さん、感謝してますよ～)当時終了山行も終わり、徐々に先輩会員の顔も私自身なじんできました。昨年の入会から今現在に至るまで未だ1年経っていませんが、所属会の方にはいろいろな岩山、雪山、1人では行き得ない危険なところ？に数多く連れて行っていただくことができました。

そんな環境の中、私が中級登山学校を受講するのはごく自然な流れだと自ら感じる次第です。スタッフの方々、いろいろ迷惑をかける48歳の問題児ですが、(笑)温かく見守っててください。え？その後写真撮影の調子はどうかって？朝日校長と同様全くやっていません。邪念が入るといけませんからね。

新入会員雑感

(A班)高木 洋志

明けましてあめでとうございます。良いお年をお迎えのことと存じます。

里山歩きが好きで低山ハイクと小屋泊縦走の班があると会のホームページで知り入会してから楽しく一年が経過しました。

昨年1月の「虚空蔵山」から一年間で32回の山行に参加してようやく会員の方々の顔と名前が50名程度一致するようになってきました。山域を熟知したLDのお陰で初めての山や読図山行が体験でき又以前に登った山でも別のコースがあることが幾つか発見できて感謝の気持ちでいっぱいです。ウエルカム山行の金剛山での豚汁と摩耶山での冷やしソーメンの味わいは格別で組織部の方々の心温まる歓迎に感激しました。新入会員は、なかなか馴染めず顔見知りも出来難いですが一言言葉をかけて頂だけで安心感を得ることが出来ました。

専門部は登山の拙い経験が少しでも活かされればと山行企画部に所属して二ヶ月毎の部会で月2回の山行企画に四苦八苦しながらも泉部長の巧みなリードで一体感を味わっています。部員の方々のサポートで2回LD(丹生山系縦走・紅葉の大御影山)を無事に果たすことが出来ました。

安全登山の為に改善をお願いしたいのですが「岳友」に掲載されている山行案内が簡単過ぎるケースが有ります。参加の目安になるコースの詳細、歩行時間、体力度と技術度をランク分けした基準を会で設けて(例えば★数)記載されていれば会員が力量に合わせて安心して参加でき更にA班とB班の山行も交流が可能になると思います。

総合山岳会はお互いに多様な山行形態を尊重し切磋琢磨してバランスの取れた発展と良い影響を与え合う仲間意識が欠かせません。労山活動の目標は安全登山、自立した登山者の育成、登山技術の継承、登山が出来る自然と生活環境を守ることだと思います。「山が好き、自然が好き、歩くことが好き」の仲間が役割分担を果たし更に高い目標を目指して自己実現と会の発展に汗を流しましょう。

本年もよろしくお願ひ致します。