

No.194号【平成24年秋号】
 2012年10月1日発行
 〒537-0014 大阪市東成区大今里西2-5-12
 TEL 06-6973-3675 FAX 06-7504-4214
 yamaosaka@hera.eonet.ne.jp

- ①安全登山を目指して ②加盟団体の紹介
- ③登山基礎講座 ④委員会だより
- ⑤委員会だより ⑥委員会だより
- ⑦役員紹介 ⑧行事予定



大阪府山岳連盟は、健全な登山の普及と啓発に努め、登山を通じてスポーツの振興に寄与し、会員相互の親睦を図ることを目的としています。

パーソナル会員募集 <http://www.sangaku-osaka.com/>



安全登山を目指して

自分の身を守る技術 知識を身につけよう

登山における「自己責任」皆さんはどのようにお考えになりますか。

私は自分自身の身を守る技術知識を身につけている事ではないかと思えます。

昨今各会等においてもそうかと思えますが「ついていきます」「連れて行って下さい」と型の登山者が増えていくように思います。私の会でも常々言うのですが我々はツアー登山やガイド登山をやっているのではない。皆パー

トナーであり仲間なんだ。もしパーティーの中で何かアクシデントがあったら助け合わなければならぬし一人になつてしまった時には自力で何とかしなければならぬ。その時ちゃんと対処できる知識や技術を身につけておくと。トムラウシや白馬での大量遭難を見ても、もう少し何とかならなかったのかと残念でたまりません。

確かに個人によつて技量も経験も違います。しかし今の自分の立ち位置で最大限の知識や技術を習得する努力をする必要はあるのではないのでしょうか。また知識や技術とどうと何かレスキュー的な事を想像してしまいがちかもしれませんがそれも重要です。しかし歩行技術から始まり登攀、雪上技術、天気判断、読図、装備、食料、ビバーク等山の技術、知識すべてが自分自身の身を守る術ではないでしょうか。

「自己責任」と言う最近は何か逃げ口上の

ような使われ方をよくされます。私はそうではなく自分自身の責任、自分の身を守る為の責任と考えます。

また最近京都、大阪、兵庫の岳連、労山の有志で登山における各種技術の交流を行うおうという動きがあります。個々の組織だけではなくお互いの組織が持っている技術や知識を披瀝し検証、精査し、情報を共有し安全登山に寄与しようという趣旨で連携活動を始めました。

遭難対策委員会でもレスキュー講習会等の他に事前遭難を防ぐ活動の一環として11月に遭難事故原因の第一位「道迷い」に焦点を当て、読図の第一人者をお招きして講演会「安全登山の集い」を行います。

また岳連HPには登山届の入力をお願いしております。現地への登山届は当然ですが、岳連にも届を出して頂く事によりお互いに直前の情報ややり取りや何かあった時、現地で協力し合う事が出来るよう役立てて頂ければとの趣旨から実施しております。皆さん是非協力下さい。

遭難対策委員長 石田英行

安全登山の集い

村越真講演会
なぜ道に迷う？ 迷ったらどうする？
11月10日(土) 18時開場 18時30分開演
 大阪科学技術センター 401号室
 参加費 1000円 事前予約不要

講師プロフィール



村越 真
 1960年静岡生まれ。静岡大学教授。
 ・オリエンテーリング日本選手権15連覇(1980-1994) 通算22勝
 ・アジア環太平洋選手権者(1986、1996)
 (社)日本オリエンテーリング協会業務執行理事、国立登山研修所調査専門委員
 主著書に「山岳読図大全」(山と溪谷社)、「山岳ナビゲーション」(エイ出版社)

岳人の独り言

▼高取山という山がある。六甲連山(須磨の宝塚)の西に位置している。私も5歳頃から両親と登った覚えがある。この山にアラインゲンガー(単独行者)の加藤文太郎が出社前、自宅(神戸長田区)から足腰を鍛える為に毎日登ったという▼高校の先輩から、この大先輩の偉業を聞き、私も二十代頃から本番前には特大ザックを背負い何度となく実行した。が、後年やり過ぎて逆効果となり、膝、循環器が悪化した。周囲からは山をやめろと言われる始末。元来真面目人間だから逃げられない▼登山はタクテクスである。また山岳に於いてカタルシスを体験し、さらに解脱の域に達する事を目標とした。だがちよつと待て！行動できないでは空論に過ぎぬ。身体が資本といえは俗っぽい、絶対に言える▼だから若い人はこの今を楽しみ、自然の素晴らしさを次世代に伝えてほしい。「鉄は熱いうちに打て」は鍛錬だけを言っているのではなく、色々な体験をしないと、色んな体験をしないと、いう事です。すべての岳人に言える含蓄ある格言です。

関西岳友会 近石光昭

加盟団体の紹介(21)

51年の山岳会

今年で創立51年目になります。山を敬愛し、自然に親しみ、安全で楽しい山行を行い、会員相互の親睦と知識の向上を図ることを目的とした山の会です。

現在、会員数は257名(男97名女160名)で、近畿一円の日帰り山行を中



2011年5月 50周年記念祝賀会

心に日本アルプスや全国の山域、海外を活動範囲にしており、会員は40歳以上の方を対象にしていますが、一般登山のほか、沢登り、ハイキング、古道歩き、スケッチ、俳句、写真やスキーなどを実施し、中高年の多くの方に楽しんでいただいております。雑誌や新聞で40歳以上の人達のユニークな山岳会として紹介されたこともあります。

1961年に初代会長 前田正義のもとに会員37名で会が発足。1985年、会員が朝日新聞「声」欄に投稿したのをきっかけに一挙に101名もの入会があり、一時は400名を越える大所帯になったこともあり、50周年は通過点に過ぎない、継続は力なりと一同張り切っております。現在の会長は五代目の益田 武です。山行などの例会は20〜30回あり、累計が

1万回近くになっております。内容は難易度によって4区分されており、それぞれに合った例会を選んで参加することが出来ます。幹事会とリーダー会を毎月開き、安全対策は勿論、いつまでも楽しい会であるように、会の活性化策などを話し合っております。

創立50周年となった昨年は、北ア、後立山、白馬周辺へ107名が参加、8班に分かれて記念山行を行い雄大な景観を楽しみました。下山後有志が集まり、コーヒーやビールでの反省会も会員の楽しみの一つであります。

山が好きで当会の目的に賛同される40歳以上の方、山歴や男女の別なく、まずは体験山行から。詳しくは当会のホームページをご覧ください。
<http://ikoinosangakukai.jindo.com/>
(広報担当 森下秀夫記)

フォレスト山会

フォレスト山会(旧苦楽遊山会)の創立は、まだ新しく、平成22年11月です。



今春、大阪府山岳連盟に加入が認められました。

この会の成り立ち、4、5人のグループがフォレスト山会会長である遠藤にリーダーとして個人的な山行を依頼した事から始まります。そして、人数が徐々に増え、山の会を立ち上げる事になりました。

現在、会員数は19名(男性7名、女性12名)年齢層は40歳代〜70歳代。少人数の会ですが、それゆえに、会員全員が和気あいあいの家庭的な会となっております。

当会のモットーは、安全な登山を目指し、健全な登山の普及と登山事故の防止、そして、自然保護に努め、会員相互の親睦を図ることです。

例会は月2回(毎月第1

日曜日・第3土曜日)と遠征として、例会以外にも随時山行を行っています。

各自のレベルに合った山行をし、ハイキング、沢歩、クライミング、雪山、そして、アルプスまで。

年数回の遠征は、日本アルプスを計画し、その前には、初歩的な岩トレニング・ボツカ訓練・アイゼントレニング等々の訓練も行います。

今年の遠征は、厳冬の2月に上高地1泊テント泊、3月には雪の八ヶ岳、天狗岳へ。

この9月には、西鎌尾根経由で槍ヶ岳計画があります。例会山行は、六甲山系・比良山地・大峰山系・鈴鹿山地を主に行っています。委員会は、2ヶ月に1回(奇数月)、例会の山行計画とその他、色々な事を話し合い親睦を深めています。

私たちと一緒に安全で楽しい山登りをしませんか。
会長 遠藤芳広
forestsankai@hotmail.co.jp

記 川田紀子

登山用品専門店
LODGE
ロッジ

ハイキング用品から本格登山・クライミング用品まで、最新の山登り道具をたくさん揃えています。経験豊富なスタッフ一同100%接客をモットーに皆様のご来店を心よりお待ちしております。

第4ビル店 TEL 06-6341-5578
大阪市北区梅田1-11-4 駅前第4ビル2階

京都店 TEL 075-222-0363
京都市中京区御池通高倉西人高宮町200 千代田生命御池ビル1階

営業時間 10:30~20:00 定休日 無し

ロッジプレミアムショップ <http://www.rakuten.co.jp/e-lodge-2>
ウェブショップ <http://www.e-lodge.jp>
ブログ <http://lodge.blogzine.jp/lodge>
検索エンジンで「ロッジ」を検索してください。

山登りを始める人の為のワンポイントアドバイス

登山基礎講座(2)

一回目は(1)何を持って行くのか(2)山登りに適した 指導委員長 服装。今回は (3)登山靴(4)ザック(5)食料について。 山本一夫

3 登山靴

登山で一番選択の難しいのが靴の選び方です。かつては皮革製登山靴で冬山からハイキング、岩登りまでなんでもこなした時代がありますが、現代は用途に応じた各種の登山靴が販売されていますので、かえって選ぶのに迷うかもしれません。

登山の内容により最適の1足が有りますので少なくとも次にあげた条件を考慮して選んでみて下さい。



左から積雪期用、ハイキング用、クライミング用

- 1 用途。(一般的なハイキング、アルプス縦走、岩登り、沢登り、その他)
- 2 歩く場所に岩場が沢山出てくるか。
- 3 担ぐ重さはどれぐらいか
- 4 歩く時間。

以上の条件から靴の「硬さ」と「深さ」を考えます。

例えば、岩場もなく、ザックも軽く、歩く時間も短い場合は柔らかめのくるぶしの深さまでのローカットの靴でも大丈夫でしょう。逆に、岩場が多く有り、ザックも重く、歩行時間が長い場合は硬めで、くるぶしの上まで足首を包んでくれるハイカットの靴が適しています。ハイカットの靴は足下を安定させ捻挫の発生を防いでくれます。

次に大きさは、これも難しい。きつくて、ゆるくてもだめです。一般縦走用の登山靴は、私の場合は靴の内側で指先が当たる大きさより5

mm程大きめの靴を選んでいきます。しかし右足が左足より少し大きいことやむを得ず靴の敷き皮や靴下の厚みを変えて調整しています。

なお岩稜縦走で傾斜のきつい場所を歩く場合は、靴底のフリクションがよく効くことを第一に考え靴底の摩擦力の大きなピタリ目の靴を履きます。

4 ザック

a 大きさの目安

- *日帰ハイキング 20〜30ℓ
- *1、2泊程度の小屋泊登山 30〜40ℓ
- *1泊以上のテント泊登山 50ℓ以上

b 背負いやさき

ザックの背負いやさを決めるのに重要なのは背負いひもの長さ(背面長)です。

最近ではS・M・Lのサイズ別表示や、女性用と明示してあるザックもあるのでそのようなかから選ぶとよいでしょう。自分の背中の長さに合わせて選んでください。

c パッキングについて

昔から言われているように重たい物は背中近くということ

と同時に「使用頻度」も考慮してパッキングしていくのが合理的かと思えます。その際できるだけ細長く縦に詰めていくと取り出しやすい。1日程度のハイキングならば朝出発時に一番重たい飲料水をザックの一番上に置く程度の配慮で充分かと思えます。テント泊になると暮営地に着いてから必要になるもの(シュラフ、マット、コンロ、共同食、テント、着替え)がザックの下部にパッキングということになります。

d ザックカバーは必要か?



ザックの大きさより少し大きいぐらいのビニール袋

(中にビニール袋を使用)

最近では雨天時の対策としてザックカバーを持参される方が非常に多くなりましたが、私はあまり使いません。大雨や風の強いときは結局ザックカバーのみで外からの雨水の浸入を防ぐことはできません。防水袋が市販されていますので濡れては困るものはこ

れらに入れておくのが良いのですが、高価なので私はザックの大きさより少し大きいぐらいのビニール袋に濡れては困る物をパッキングしてあります。装備の出し入れも楽で沢登り以外の通常の登山では重宝しています。ただし普通のゴミ袋では強度的に不安なので0.1mmの特厚ものを使っています。(1袋Sサイズで70円、Lで200円程度)

5 食料について

朝食・夕食・行動食・非常食それぞれ分けて考えます。

a 朝食

小屋泊の時は、早発ちならば前日にその旨を伝えておくと、朝食分をお弁当にしてくれるところもあります。自炊の場合はパンとお茶とか、カップ麺とか調理の手間のかからない簡単なもので済ませる場合が多い。

b 夕食

自炊の時に時間的な余裕があれば少し手のこんだものにしても良い。いつもインスタント食品で間に合わせるのではなく、たまには鍋で米を炊きうま焦がさずに炊きあげ

られるようになればきつと目置かれることでしょう。

c 行動食

小休憩・大休憩のつど、こまめに摂ります。運動によって失われたエネルギーを早く補充するのが目的ですので、すぐにエネルギーになり易い炭水化物を主にとります。小分けにして素早く一口で食べられるようにしておくこと。

d 非常食

自分の好物で確実に食べられるものを選ぶこと。高カロリーであっても水分がないと食べにくいものは避けること。最近見かけたものとして、ようかん状高カロリー食品、アミノ酸入り活力グミなど色々出ています。足がつった時には漢方薬で良い物もあります。塩を少量なめると回復が早い。(今回は登山届 歩き方等について)

委員会便り

自然保護委員会

ネイチャーハイキング

大本花明山植物園 と明智越えハイク

◆6月10日(日)

久しぶりのネイチャーハイキングは一般参加者5名、スタッフ3名で、かつて明智光秀が築城した亀山城の城跡「中ノ島」に設けられた花明山植物園を訪ねました。

絶滅の心配のある万葉植物など、野草を中心に約千種が植えられていて、珍しい植物も多い。標本収集も内外の著名な研究機関と標本交換を行い、現在20数万点の標本が閲覧可能という。草や木とそれぞれ興味深く楽しみながら明智越えで保津峡駅へ。自然観察とハイキングを両方楽しみました。(三代信子)

国蝶オオムラサキ 観察会「河内飯盛山」

◆7月15日(日)

地元大阪府の山域に、国蝶オオムラサキがいる。オオム

ラサキのことを勉強しようということで大勢の方々に協力頂いて観察会が開催できました。

午後1時・JR野崎駅集合。「大東市野崎まいり公園・多目的ホール」での 土野茂賢講師のガイダンス 「飯盛山



国蝶オオムラサキ (画像 土野茂賢)

河内飯盛山へ。大阪府内はもちろん、遠くは明石大橋まで遠望できました。

予定していたほとんどの場所でおオムラサキを見ることが

ができ、オオムラサキが乱舞するたびに歓声があがっていました。6歳から77歳までの参加者25名がおオムラサキを観察できました。

これからも、大阪府の山域である、河内飯盛山の自然を観察・監視していきたいですね。(山田孝一 宮武隆)

ハイキング委員会

第151回大阪岳連ハイキング

大阪50山北摂「若山」

◆8月26日(日)

案内は「山と高原」地図の執筆者・赤松 滋氏。一般参加者22人、岳連5名、計27名。このコースは高槻市のハイキングコースで磐手橋登山口から若山神社までの太閤道でも良く知られる。赤松氏の説



明を聞きながら若山神社に向かう。ゴルフ場近くからの展望台では京都方面の桂川・宇治川・木津川の三川が合流する地形が観察されて開放的な気分を味わい、終盤にはシイ林の急な曲がり坂を下つて若山神社に到着。ここで解散。ゆつくり組と山崎蒸留所見学組と分かれる。結構楽しいコースでした。(薦田佳一)

第152回大阪岳連ハイキング

大阪50山犬鳴山

燈明ヶ岳と高城山

◆9月9日(日)

一般参加者26名、岳連スタッフ5名、計31名。この山一帯が行場なので、登りも下りも厳しいコースは、普段の山歩きとは雰囲気の違い、まさに行をしていくような感じがかった。

変化のあるお天気と普段よりきつめの歩きでしたが、楽しんでいただけたかと思えます。(三代信子)

《大阪岳連ハイキング予定》

11月25日(日)リトル比良

12月9日(日)

明神ヶ岳・黒柄岳(納会)

アルパインツアー《大阪発着おすすめ企画》



ゆったり3連泊でバリ島の秀峰2座に登頂
バリ島最高峰アゲン山と
バトゥール山2座登頂 6日間

[出発日・旅行代金(大阪発着)]

▲巨大な火口を望む(アゲン山) ■11/6【残5】----- ¥224,000

短期間で効率良くアフリカ大陸最高峰に挑戦
【山麓乗り入れ】キリマンジャロゆったり登頂と
タランギレ国立公園サファリ 10日間

[出発日・旅行代金(大阪発着)]

■12/21【募集中】・1/11【募集中】・1/21【募集中】
----- ¥522,000

■12/26【残4】----- ¥542,000 ▲アフリカ大陸最高峰の頂を目指す



観光庁長官登録旅行業第490号(第1種) / 一般社団法人日本旅行業協会 正会員 © ボンド保証会員
アルパインツアーサービス株式会社

大阪支店 06-6444-3033 E-mail: osaka@alpine-tour.com
〒550-0003 HP: www.alpine-tour.com
大阪市西区京町堀1-4-3(TCF肥後橋ビル2階)

SINCE 1975

mont-bell

ギアもウェアも、 遊び心も揃えて お待ちしております!

アウトドア用品は、
機能的なアイテムが豊富に揃う
「モンベルストア」へ。



本社ショールーム	大阪市西区新町1-33-20
ALBi大阪駅店	大阪市北区梅田3-2-135 ALBi
大阪鶴見店 <small>Outlet</small>	大阪市鶴見区茨田大宮2-7-70 三井アウトレットパーク大阪鶴見4階
天王寺MIO店	大阪市天王寺区慈徳院町10-39 天王寺MIO本館8階
大阪八尾店	大阪府八尾市光町2-3 アリオ八尾3階
堺おとり店	大阪府堺市西区鳳南町3-199-12 アリオ鳳2階
箕面店	大阪府箕面市西宿1-17-22 箕面マーケットパーク ヴィソラ EAST1-2階

※大阪鶴見店では、ファクトリーアウトレット商品も取り扱っています。

【お問い合わせ】モンベル・カスタマー・サービス ☎0088-22-0031 / TEL.06-6536-5740
※フリーコールは携帯・IP電話からはご利用いただけません。

www.montbell.jp

パーソナル委員会

西穂から槍ジャンダルム

◆7月27日～30日

西穂高岳～ジャンダルム
～奥穂高岳～槍ヶ岳縦走

テント班4名、小屋班7名
穂高岳山荘より白出沢下山2名、涸沢からパノラマコース5名、槍まで縦走する、テント2名、小屋2名の計11名のパーティでスタート。

この山行はそれまでに色々な練習を4回行いました。

27日晴れ。西穂山荘泊

28日晴れガス多し。

西穂高岳～間ノ岳～ジャンダルム～奥穂高岳～穂高岳山荘
29日曇天。涸沢岳コル～北穂高岳～A沢のコル～南岳～中岳～大喰岳～槍ヶ岳山荘～槍ヶ岳山荘泊

30日晴れ。槍ヶ岳山荘～槍平小屋～滝谷出合～白出谷出合～新穂高温泉～帰阪。

初めて下る飛騨乗越からの飛騨沢、冬の地形確認も兼ねる。数々の高山植物が今盛りと咲き誇り、昔デナリで見た天国のお花畑(見たことはありませんが)の様だったこと

を思い出した。後は順調に下山し、槍・穂高縦走を無事終えました。(中村久住)

幸い天候に大きな崩れはなく、結果的には縦走するのに暑さ寒さを感じさせない、恵まれた天気だった様に思います。総勢11名のパーティで一人の落伍者、怪我人も無く最後まで縦走できたことを嬉しく思います。全員で憧れのジャンダルムに立ち、喜びを分かちあつた達成感は何にも代え難く、感無量でした。

リーダーの方の経験に基づくアドバイスはより安全な登山を促してくれる貴重なものでした。また、皆さんの心強い協力のもと最後まで楽しく歩けた山行で、良い思い出の一つとして心に刻んでおります。(稲葉博則)



奥穂高でやったぞの集合写真。

パーソナルハイキング

白滝谷から志賀駅へ

◆8月26日(日)

比良 白滝谷

京阪出町柳駅集合～坊村～三の滝～牛コバ～夫婦滝～汁谷～木戸峠～天狗杉～JR滋賀駅解散



夫婦滝から汁谷へ
せせらぎ治いのメルヘンな道

涼風もとめて白滝谷から打見山、また志賀駅へと比良を縦走してきました。パーソナル初参加の方4名を含むフレッシュな組合せ9名による山行となりました。途中沢登りメンバートも遭遇。

青い空の下で涼味溢れ比良の良さが満喫できる良い山行となりました。(佐伯典昭)

沢登り入門

白滝谷遡行

◆8月26日(日)

参加者13名

牛コバで装備を装着。3チームに編成し出発。白滝登山道の二つめの橋から沢に入る。流れに体を浸すと心地よい水温です。各自好きなルートを取ります。各自好きなルートにチャレンジ。夫婦滝は左岸の滝見道を登り、お堂で装備をしまふ。皆さん楽しかったの一言でした。(中村久住)

【参加者】天気もよく水温もそんなに低くなくて気持ち良かったです。入門コースとの事でしたが、思ってたよりも岩登りの箇所が多かったように思いました。



遡行終了 夫婦滝にて(北山)

お知らせ

金剛山へ感謝を込めて

金剛集中登山

10のコースから山頂へ

平成24年11月11日(日)

大阪府山岳連盟創立66周年。おおさか「山の日」・山に親しむ推進月間」協賛。大阪府最高峰を擁する金剛山に、10のコースから山頂を目指す集中登山を行います。

山頂広場では、参加者相互の親睦を深め、全員で「安全登山宣言」唱和など、記念式を行います。

【コース】
▼金剛登山口、及びロープウェイ前より5コース▼葛城登山口、水越峠より3コース▼森屋バス停より、水分道コース▼小和道コース(コース詳細は、ホームページをご覧ください)

- 【参加費】1000円
- 【記念品】記念Tシャツ他
- 【申込み】岳連HPかFAX (06)7504-4214

競技クライミング委員会

【9月9日】ほしだ園地クラ イミングウォールにおいて本年3回目の施設利用と体験講習会が開催された。

利用講習会(審査会)には男女10名の方が合格されました。体験講習会は32名の参加で、ちびっこ12名も混じり大盛況でした。

◆ほしだ園地施設利用講習会
参加者 11名 合格者 10名

◆体験講習会 参加者 32名
男性24名、女性8名
20才以下12名、20才代2名、30才代13名、40才代5名



【9月10日】岳連事務所3Fにて更新講習会を行いました。

◆施設利用更新講習会
参加者 2名 講師 2名
(石川順一)

指導委員会

アルパイン登山教室

◆7月8日(第2回)

参加者17名。蓬萊峡にて初級A班・B班・中級班に分け各班の実力に応じた岩登り練習。初級班は主にトップロープで、中級班はペアを組んで練習し、動作や手順でおいしいところを修正しながらクライミングの基本的な流れをしっかりと学習した。



ビレイの基本動作の確認

◆8月19日(第3回)

参加者15名。蓬萊峡にて午前中は全員で確保練習をしました。墜落のショックを体験してもらうため「肩がらみ」も実施した。確保は制動確保が基本ですがうまくできるようになるまでもっと多くの練習が必要です。午後からは3班にわかれ実践的な登攀練習と懸垂下降の練習をした。



第2回指導員研修会

◆8月25日 第2回指導員研修会

研修会を、岳連事務所にて13時から16時まで実施した。

研修会参加者は15名でした。主な研修内容は、指導委員総会(東京)の報告、義務研修受講厳格化について、新制度(B級検定員、ハイキングリーダー、再登録制度、日本協マイページ、その他)、最近の登山用品(サポータタイツその他)、ロープワークについて研修した。

この研修会は日本体育協会公認スポーツ指導者並びに日本山岳協会公認山岳指導員の資格更新のための義務研修となります。次の研修は11月10日(土)安全登山の集いと同時開催です。(指導委員長 山本一夫)

遭難対策委員会

沢レスキュー講習会

◆7月8日(日)

裏六甲、逢山峡にて行った。参加講習生は10名

まず沢という独特な場面における▼アンカーの設置。▼立木へのメインロープのフィックス。▼メインロープによるインラインフィギアエイトを使用した流動分散。▼岩を使ったアンカー「石八」(石屋さん)が石を運ぶ時に使う方法を応用したやり方)等を行い、次に1/3システムによる斜張り。これも沢レスキューでは必携。最近では9ミとか8・5ミといったロープを使用される事が多いと思います。しかし10・5ミや11ミなどのロープに比べるとこれら



「斜張り」による事故者の搬送

のロープは「延び」が大きい為、相当張り込んだつもりでも人がぶら下がると大きくたわむので要注意。

午後からはシュミレーションを2班に分かれて行ない午後3時講習を終了。

いつもの事ながら時間に制約され、やり残した事も沢山あったように思います。

沢という一種独特な地形においての事故は救助も困難を極め、独特な技術を要します。沢へ入られる皆さん、沢レスキュー講習会を次回は是非お受け下さい。

遭難対策委員長 石田 英行

技術委員会

技術検証会

◆9月8日(土)

百丈岩やぐら 参加者7名

テーマ「フオロワー確保時の支点にかかる衝撃荷重の検証」。トップがフオロワー(セカンド)をビレイしている、フオロワーが落ちた時に、確保の方法及びロープの弛みの有無では、衝撃荷重がどのよう異なるかを検証した。

(技術委員長 岩田修一)

ネパール Herbstシーズンのヒマラヤへ

～ 憧れのホテル・エベレスト・ビューに泊まる旅～

世界最高峰エベレストを眼前に望む、サガルマータ(エベレストのネパール名)国立公園のシャンポチエに「ホテル・エベレスト・ビュー(標高3,880m)」があります。周囲を石楠花や唐松の木立に囲まれ、自然と調和した景観の中、自然のままの地形を利用した全12部屋の客室からは、エベレストを始めとするヒマラヤの峰々が見えただけです。世界一の眺めと「驚沢なひととき」が皆様をお待ちしております。

○ホテル・エベレスト・ビューとボカラの旅 10日間
(出発日)11/6(火)、11/17(土)、11/25(日)、12/6(木)、12/20(木)**¥440,000**
12/23(金)**¥495,000**

○エベレスト街道・シェルパ里トレック 10日間
(出発日)11/12(月)、11/17(土)、11/23(金)、12/2(日)、12/5(水)、12/16(日)、12/19(水)**¥364,000**
12/23(金)**¥436,000**

お勧めコース

○ヒマラヤスーパービュートレッキング 15日間(アンナプルナとタウラギリ山群の隠れたビューポイントへ)
(出発日)11/14(水)**¥420,000**

○マナスル(8,163m)展望ヘリトレッキング 10日間(ヒマラヤに囲まれる山岳撮影ツアーの決定版)
(出発日)11/12(月)**¥465,000**

～ 登頂コース～

○エベレスト大展望カラバタール登頂 20日間 ○ゴキョピーク登頂とレンジョバス越え 20日間
いずれも(出発日)12/20(木)**¥445,000**

ホームページもご覧ください。 <http://www.himalaya-kanko.co.jp/>

航空券 **ホテル** **トレッキング** **パッケージツアー**

パンフレットのご請求と、コースのお問い合わせは、

ヒマラヤ観光開発 大阪支店
マウンテントラベル

MOUNTAIN TRAVEL
大阪 / 〒530-0001 大阪市北区梅田1-11-4-500 大阪駅前第4ビル5階3号

●パンフレットご請求 ●お問い合わせは

0120-777802

ネパールトレック10日間 11月14日(水)～11月23日(金)

- 関西空港よりネパールへはキャセイパシフィック航空利用。
- 経験のない方でもお勤めの快適なロッジ泊トレッキングです。

★アンナプルナ・タウラギリパノラマトレック **¥285,000**

- ①二つの8,000m峰を仰ぐネパールトレックの代表的コース。
- ②ブーンヒルから見るアンナプルナとタウラギリ山群の大展望。
- ③最短でしかも充実した内容のアンナプルナトレックの決定版。
- ④高山病の影響が少ないトレッキングコースです。

★エベレスト ケンブパノラマトレック **¥288,000**

- ①往路は徒歩で登ってシェルパの里ナムチェ、クムジュンに泊まり、4,020mのゴンゴリを訪れ、アイランドピーク、バルチャモなどを展望。
- ②高度障害の影響は多少ありますが、ツァーリダーやシェルパの案内で無理のない行動をしますので安心です。
- ③ロッジ泊でゆったりとした日程なので写真撮影にも最適です。

ニュージーランド・ミルフォードトラックとマウントクック11日間
12/3、1/8、2/12発**¥567,000～¥578,000**

ニュージーランド・ルートバートラック7日間
12/3、1/7、2/11発**¥439,000～¥460,000**

ニュージーランド・グランドトラバース10日間
12/1、1/7、2/11発**¥483,000～¥508,000**

年末年始に行く本格的な高峰登山

- アコンカグア登頂23日間
- キリマンジャロ登頂11日間
- ピコ・デ・オリザバ登頂9日間

株式会社アトラストレック
ATLAS TREK
〒540-0012 大阪市中央区谷町 3-4-5 中央谷町ビル501号
TEL 06-6946-9111 FAX 06-6940-3799
E-mail: info@atlastrek.co.jp URL : <http://www.atlastrek.co.jp>

就任と挨拶

副会長

法人化委員会委員長

小畑和人



仕事の都合で4年間、副会長を退いてい

ましたが、今期より戻らせて頂くことになりました。私の役目として、これからの大阪府山岳連盟の組織の在り方について、大所高所から検討して参ります。

(オールマウンテンクラブ)

会計委員会委員長

総務委員会委員長

福田義弘



会計の透明化と、総務の機能化を図りま

す。両委員長として皆様の期待に応えるよう努めます。

(大阪アマチュアスキークラブ)

競技クライミング委員長

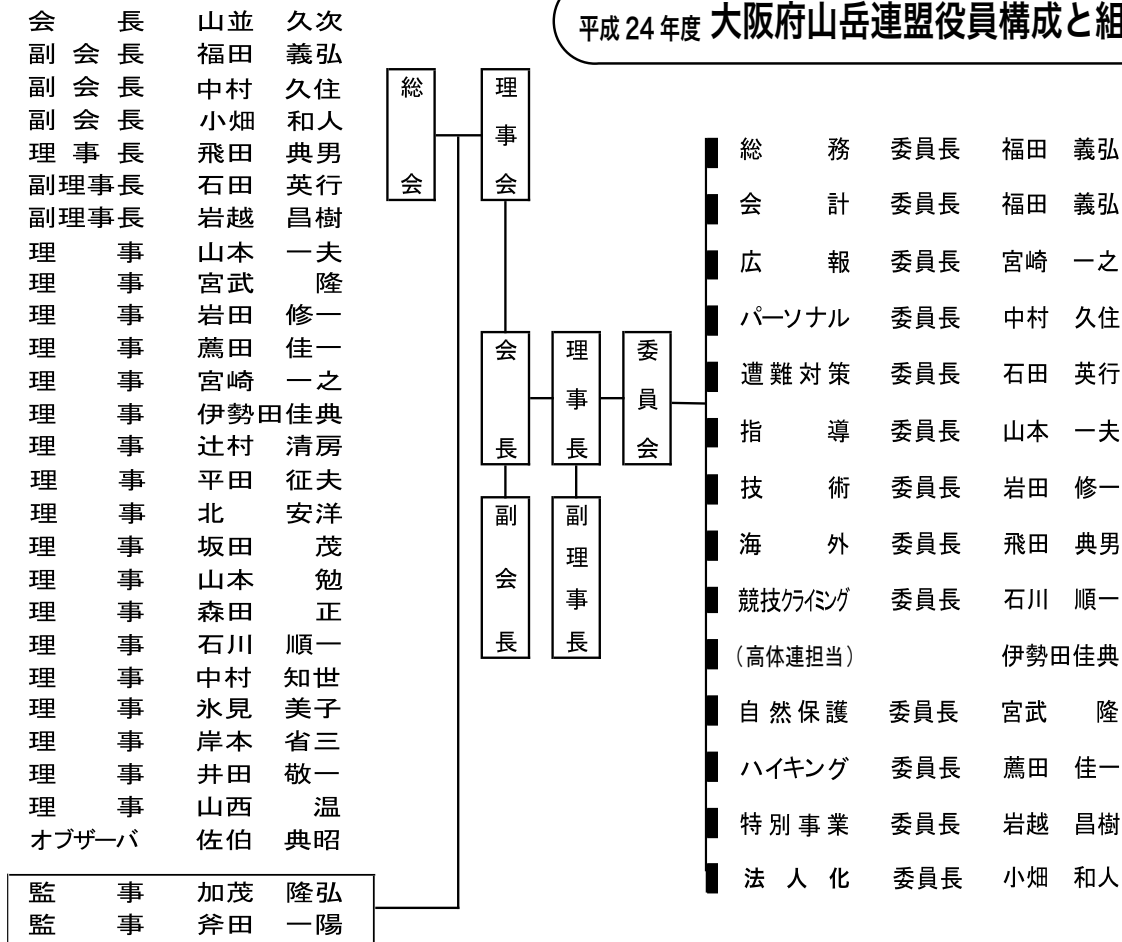
石川順一



ご期待に応えられる様、精一杯務めます。

ご支援の程、宜しくお願ひ申し上げます。(岳友クラブ)

平成24年度 大阪府山岳連盟役員構成と組織



新刊

登る、比良山
草川啓三 著・写真
湖良山系28山・72コース
今までで一番詳しい比良の登山案内書、ついに完成!
A5判164頁 1800円

琵琶湖の北に連なる山
草川啓三 著・写真
湖北の山々の多彩な魅力を四季折々の写真とともに紹介。
A5判164頁 1800円

登山案内一等三角点全国ガイド
一等三角点研究会 編著
全国五百米以上の一等三角点への登路と基準資料満載。
A5判260頁 2000円

飛驒の山
飛驒山岳会 編著
飛驒百余山の山行と、岩場登攀、沢登り等の活動記録。
A5判268頁 2000円

地理の目で歩くスイス・アルプス
坂本英夫 著
日本の山より気楽に楽しめるハイキングコースを紹介!
A5判192頁 1500円

ナカニシヤ出版

Tel. 075-723-0111
Fax. 075-723-0095
[表示価格は本体価格]

高品質がテーマです。

ICOM

山岳で頼もしい
パートナー。

- 2波同時受信機能。
- 最高水準の防水性能IPX7。
- 高精度GPSレシーバー。
- AM/FMラジオ受信機能。

144/430MHz デュアルバンド
デジタルトランシーバー
(GPSレシーバー内蔵)

D-STAR 4アマ免許
ID-51 5w
希望小売価格: **57,540円** (本体価格: 54,800円)

ID-51を使用するには、総務省のアマチュア無線局の免許が必要です。また、アマチュア無線以外の通信には使用できません。
4アマ免許は、表記されている資格以上の免許をお持ちの方が使用できることを表しています。
●D-STARは一般社団法人日本アマチュア無線連盟の登録商標です。●表示画面はハメコミ合成です。

アイコム株式会社 www.icom.co.jp
本社 547-0003 大阪市平野区加美南1丁目1-32 大阪営業所 TEL 06-6793-0331



大阪奈良の展望台
生駒山脈を縦走する

第6回 生駒チャレンジ登山大会

スカイウォーク

とトレイルラン

10月21日(日)雨天決行

▼スタート 京阪交野線私市
駅徒歩5分 水辺プラザ

【生駒縦走コース】

体力、脚力により選べます。
(初級) 私市〜ほしだ園地〜
むろいけ園地
(中級) くさか園地〜ぬか
た園地〜なるかわ園地
(上級) みずのみ園地〜
十三峠〜高安山〜ケーブル駅
参加費 ウォーク2000円
ラン 3000円
参加賞 全員にTシャツ、ゴ
ールにて抽選会。
スカイウォーク(登山)は
当日受付可です。

平成24年度(2012)年間計画 10月～12月

	10月	11月	12月
理事会・役員会	9日(火)理事会 31日(水)役員連絡会	13日(火)理事会 29日(火)役員連絡会	11日(火)理事会
総務委員会	定期発送	定期発送	定期発送
広報委員会	「山岳おおさか」秋号発行 18日委員会	22日委員会	13日委員会
指導委員会	5夜-8日指導員養成講習会 6-8日登山教室合宿 10日TI説明会 13日TI座学①&② 27日TI実技養成 20日登山教室座学⑤ 21日登山教室実技⑤ 3日委員会	3日登山教室基礎講座② 4日上級指導員検定 3夜-4日TI実技検定 10日指導員研修 17日指導員養成座学③ 18日指導員養成実技③ 14日TI知識検定 7日委員会	12日冬山講習説明会 15日登山教室座学⑦ 16日登山教室実技⑦ 15日指導員養成座学④ 16日指導員養成実技④ 5日委員会
遭難対策委員会	14日無雪期レスキュー講習会 1日(月)委員会	10日安全登山の集い 5日委員会	3日委員会
競技クライミング委員会	21日クライミングフェスティバル 15日委員会	11日施設利用者・体験講習会 12日施設利用更新講習会 19日委員会	10日委員会
自然保護委員会	14日栗東自然観察森・草津宿 2日委員会	11日金剛山集中登山 6日委員会	22日舞洲清掃工場見学・天保山 4日委員会
ハイキング委員会	6-8日北ア焼岳登山 19日委員会	11日金剛山集中登山 25日リトル比良ハイキング 16日委員会	9日明神ヶ岳ハイキング 納会(岳連・一般) 14日委員会
特別事業委員会	21日生駒チャレンジ登山大会		
ハートナル委員会	28日山行「氷ノ山」 16日委員会	11日金剛山集中登山 18日アイゼントレ蓬萊峽 20日委員会	18日委員会
技術委員会	17日委員会	21日委員会	19日委員会
体育協会・日山協	27-28日全日本登山大会(福井) 9/30,10/1,2岐阜国体(山岳) 27-28近畿地区自然保護委員総会	3-4日鈴鹿サミット 4日長野SCTレッキング支援 23-24日SEA TO SUMMIT	12日大体協国体反省会 8-9日近畿地区山岳連盟

冬山にチャレンジ!

第69回冬山講習会
2013 in 八ヶ岳

今回は八ヶ岳です。赤岳鉱泉
小屋をベースに3日間に亘り3
つのコースで行います。

*平成25年2月8日(金) 22
時大阪発〜11日(月) 19時大
阪着予定

【募集定員】 32名(18歳以上65
歳までの健康な方 定員になり
次第締め切ります)

【受講コース】

- ◆スノートレッキング
- ◆アルパイン(入門)初心者
コース
- ◆アルパイン(中級コース)

*事前講習会
座学 平成24年12月12日(水)
19時〜 岳連事務所3F

実技 平成25年1月27日(日)
終日 於 比良山

*事前説明会
第1回 平成24年10月24日
(水) 19時〜20時30分
第2回 平成24年11月27日
(火) 19時〜20時30分

☎06(6973)3675

里山の植物

クズ(葛)



(マメ科 クズ属)

クズは日本各地に分布する
ツル植物の多年草で、秋の七
草の一つ。8月の終わり頃か
ら9月にかけて房状の花を咲
かせるが、花は葉群の下にな
って目立たない。伐採跡地や
放棄畑、道路端などに繁茂し、
大群落を形成していることも
多い。盛夏には1日で1メートル
も伸びると言われるほど成長
し、太い茎を伸ばして繁茂す
る、せつかく植栽した樹木に
巻き付いてしまう害草で、若
木の生長を妨げる有害植物と
見なされた厄介ものである。
根には大量のデンプンが貯
蔵されておりこれからクズ粉
を採る。良質の水と冬の寒さ
が厳しい奈良県の吉野葛が葛
粉の代名詞。「吉野本葛」が
作り出す豊かな風味と粘り、
艶、透明感は、和菓子や日本
料理界になくてはならないも
のとなっている。

(石水久夫)