

No.197号【平成25年夏号】
2013年7月10日発行

〒537-0014 大阪市東成区大今里西2-5-12
TEL06-6973-3675 FAX06-7504-4214
yamaosaka@hera.eonet.ne.jp

- ①チャレンジ登山 ②加盟団体の紹介(24)
- ③山ガール安全登山を ④⑤委員会だより
- ⑥ヒマラヤに魅せられて ⑦ 就任挨拶, 理事 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/>



〔遊軍取材記〕2013年4月11日(日)。本格的なトレッキングシーズンを迎え、待ちに待ったとばかり、受付会場は夜明けと同時に大変な熱気に包まれました。毎年2000名を超える方がこのチャレンジに集い、それぞれの思いを胸に、金剛山系のロングトレイルに臨みま



第39回 大阪府チャレンジ登山大会

急遽受付会場が変更になり、お申込の皆様には大変ご迷惑をおかけいたしました。天気も良く、過去最高の参加者数となりました。

みなさん充実した顔でゴールされ、充実から得る高揚が支援する私たちに、も伝わり、とても楽しかったです。皆さんの協力で今回も良い大会が出来ました。ありがとうございました。特別事業委員長 岩越昌樹

す。例年は、撮影ポイントで皆さんの雄姿をレンズに納めていましたが、今年は新しい試みとして、山行全般を一貫通貫で取材してみました。自分自身も全コースを踏破し、参加者の皆さんと同じように汗を掻き、時には苦しみ、声をかけ合いながら撮った写真からは、どのような感動が見えてくるのだろうか。ザックに「撮影希望者は声をかけて下さい」というカンバンを括り付け、受付周辺の取材を早々に終え、6時45分に出発。会う方に偏りが出ないよう、追い越されるほどの速度でゆっくり歩きました。



スタート地点で鯉のぼりを背にした、かわいい姉妹の撮影を皮切りに、お姉ちゃんに励まされながら歩く男の子二人の三人兄弟、おしゃべりに

いただきました。その方たちはもとより、参加した皆さんの、立ち止まってホッと一息ついた安堵感、また鳴りやまない鼓動とほとばしる汗を間近に感じ、おしゃべりの賑やかなしい雰囲気や、顔を歪めながらも踏破を目指している青年の気持ちに同化しつつ、18時30分ごろ天

〈全参加者数〉

一般男子	547
壮年男子	430
女子	120
合計	2809名

登山 1712
マラソン 2809名

〈一般男子〉

1 大杉 哲也	3:18:45
2 原 良和	3:21:06
3 森 良太	3:24:35

〈女子の部〉

1 坂根 充紀榮	4:06:23
2 原 朋子	4:10:33
3 辻井 知代	4:56:17

〈壮年の部〉

1 三原 謙次	3:46:02
2 松本 健次	3:54:50
3 越路 和朗	4:01:57

〈マラソンの部上位成績〉

岳人の独り言

▼岳連ハイキングに参加の若い女性から質問された。「どうして山に登るんですか」え〜？考えたこともない質問にうろたえてしまっ、つい「そこに山があるから」なんて言いそうになったが、本音はそれに近い。生駒だろ〜と、六甲だろ〜と、「そこに山があるから」に間違いのないのだ。▼かつて室堂〜新穂高に縦走する時、(1)ザラ峠を見たい(2)平の渡しに乗りたい(3)赤牛岳に登りたい(4)高天原温泉に入りたいの4つの願望を追加したため、室堂〜五色ヶ原〜奥黒部〜赤牛岳〜高天原温泉〜双六岳〜新穂高というコースになって、累積標高差が凄いいことになってしまった。でも、自分の中の満足感も凄く高得点になっている。▼「健康のため」達成感を得るため「友人と楽しく過ごすため」など、登山の目的は様々だが、そこにサブテーマを設けると山は実に楽しくなる。▼「友達に誘われたから」じゃなくて、「友達に誘われたけど、途中で戦国武将にゆかりの〇があるから、是非見たい」というふうな、「自分なりの是非」をサブテーマにしてもいい。



2012年2月 大峰・観音峰

山行スタイルは縦走を主体に「自主、安全、自由」を重ししながら、各メンバーが余暇を楽しみ、自然と戯れております。

日頃は金剛山や六甲山、北摂周辺の日帰り登山、そして遠征と称して日本アルプスや全国各地の山々の縦走を行っております。最近では道東三山

FAC 大 阪

1985年、クラブの名前どおり、自由に山を楽しむことを趣旨として創設いたしました。



当クラブをもっと知っていただくためには、実際にメンバーと山歩きをして、お話をしながら、いろいろな時間を共にしながら、いろいろと感じ取っていただきたいのです。風呂あがりのビール、これも一緒にしましょう！

年初の陽だまりハイクから、年末の納山ギター宴会まで滞りなく安全に山を楽し

や鳥海山から四国・剣山、久住山などに登り、花を追いかけて、風景を楽しみ、温泉に浸るという感じです。登るだけでなく、いろいろな楽しみを盛り込み、近郊ハイクでも例えれば春の歌垣山のすき焼き、金剛山での天ぷらは恒例となっております！(山頂で鍋を囲んで宴会モードのグループが居れば私たちがも・)現在の会員数は京阪神から播磨地区在住の24名、約4割が女性です。

年齢構成は34〜58歳、新入会員は40歳までとして随時募集しております。



大阪同窓山岳会 50周年記念集会 2010年11月

当会は、1960(昭和35)年に結成されましたので今年で創立53年目となり

大阪同窓山岳会

http://ameblo.jp/faosaka/
http://faosaka.com/
入会希望お問合せは
info@faosaka.com
(記: 田中昭男)

み、まずは2015年の創設30周年が無事に迎えられるように、宴会プランと二日酔いでも登れる山探しに、悩める日々が続きます。

当会で実施する山行は、会員各自がそれぞれの指向で企画し、月1回の集会や月報を用いて参加者を募る形で行われています。会員各自に企画を委ねているためか、小所帯のわりには、ハイキングから、夏山縦走、沢登り、スポーツクライミング、冬山登攀まで幅広い山を楽しむことが出来ていると思います。

例会山行は、月に2〜4回程度、合宿は春・夏・冬と年に3〜4回企画しています。

「同窓山岳会」の名は、創立メンバーが大阪府立西野田工業高校定時制課程の同窓生だったことによりですが、現在では特定の学校とのつながりはありません。

設立当初は日本隊マナスル初登頂に沸き立つ山岳ブームの中であり、青春を山にかけた10代から20代の若者達の山岳会でしたが、現在では40代から50代を中心とした会となり、山行の指向も先鋭から愛好へと移り変わりました。近年の実働会員数は10〜20名程度で推移しており、現在の現役会員は13名(内訳、男性8名、女性5名)です。

山域は、例会では六甲山系が最も多く、他に比良、京都北山、鈴鹿、台高、大峰、鈴鹿などです。またスポーツクライミングでは、星田園地のクライミングウォールやインドアジムでのクライミングも例会として行っています。合宿は、主に日本アルプス方面大台・大峰などです。

最近の山行の記録は、ブログにアップしています。

http://dosaalp.blog.fc2.com/blog-entry-107.html

記 西田浩志

SINCE 1975

mont-bell

ウェア・ギアに遊び心も
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。

本社ショールーム店	大阪市西区新町1-33-20
うめきた店	大阪市北区大深町4-20 グランフロント大阪 ショップ&レストラン南館5階
ALBi大阪駅前	大阪市北区梅田3-2-135 ALBi
大阪鶴見店 Outlet	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 Outlet	大阪市天王寺区悲田院町10-39 天王寺MIO 8階
あべの店	大阪市阿倍野区阿倍野筋1-3-21 岸本ビル1,2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

※ Outlet アイコンのある店舗では、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電話・IP電話からご利用いただけます。

www.montbell.jp

大阪府山岳連盟のパーソナルメンバー制度

山岳会に入っていないくても、個人でも、
大阪府山岳連盟の活動に参加できる制度です。

歩き方からきちんと登山の技術を学んでみたい人、いままでとは違う一歩進んだ山登りをしたい人、楽しい山仲間を求めている人、個人で山登りをされている人たちのニーズに応えます。

パーソナルの登山行・自然保護活動・ハイキング・各種講習会などの岳連活動の案内をします。その活動に参加できます。年会費 3,000円(登録期間は4月1日より1年間/中途加入可)

パーソナルに入会して仲間と安全で楽しい登山を楽しみませんか

山ガールのままでいいんですか？

山を始めたあなたへのアドバイス

安全で楽しい登山を(1)

K.O.D.A.C.山の会会長 日本山岳ガイド協会 山田まゆみ

山ガール出現

『山ガール』という言葉
を雑誌やインターネットで
見かけるようになったのは、
2009年頃でしょうか。書
店には、「山ガール」をター
ゲットにした雑誌が並び、山
道具屋へ行けば、カラフルな
シャツやタイツ、山スカート
が並ぶようになりました。

2010年には、この「山
ガール」と言う言葉がユーキ
ヤン新語・流行語大賞の候補
になり、登山者にも社会にも
知られてきました。そして、
実際に六甲山などの近場の山
でも山スカート姿で笑顔で歩
く「山ガール」たちと出会う
ようになりました。八ヶ岳や
夏の涸沢にも華やかな山ガ
ールの花が咲き出しました。
今や、日本の山のいたるところに山ガールは出現してい
ます。

どこから来たの？

山ガール

お洒落で元氣な彼女たち
は、どこからどうやって現れ
たのでしょうか？

「山ガール」出現の背景を考
えて見ましよう。確かに現代
社会には、元氣でアクティブ
な女性が溢れています。「草
食男子」「肉食女子」などと
言う言葉までありますが、パ
ワフルな女性が多くなりました。
女性の様々な分野での社
会進出は、職業だけではなく、
趣味やスポーツの世界にも広
がりました。

男性と肩を並べ、バリバリ
頑張る女性、かっこいいです
ね。でも、都会の生活や仕事
に少し疲れて癒しを求めている
女性も増えてきたのかも知
りません。

山に登ると言う行為は、し
んどいけれど何故か心が癒さ

れる気がするの、私だけで
はないでしょう。同じ行くな
らお洒落なスタイルで！
そんな女性たちが「山ガール」
となったのでしょう。



山女と山ガール

振り返れば、登山をする女
性が「山女」と呼ばれた時
代、山は「男の世界」でした。
同時に登山界そのものも男性
社会であったと言えるでしょ
う。「メツチェン(若い女の子
通れば、かしら右)等と言わ
れたように女性は少数派でし
た。昭和30年に女性だけの「エ
ーデルワイス・クラブ」を設
立された板倉登喜子さんと皆
さんもご存知の田部井淳子さ
さん、今井道子さんというよう
な「女性登山家」と言われる
ような方々もいます。そのよ
うな偉大な先輩たちに尊敬と
憧れを抱きながら高みを目指
し努力を続けた女性たちも沢
山いました。そんな女性たち
は、「山女」と呼ばれていま
した。

でもその時代の「山女」と
現代の「山ガール」、何かが
違うように感じるので。

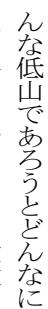
可愛いだけいいの？山ガールの？



ガイドと言う職業柄、月に
20日以上は山にいる私です
で山ガールの皆さんに山で出
会うこともありますし、山ガ
ールさんたちと山を歩くこと
もあります。

彼女たちを「山ガール」
と言う言葉でひとくくりに
し「だから山ガールは」な
んておぼさん臭い説教をす
るつもりはないのですが、
時々思ってしまうのです。「山
ガールさん、可愛いだけでい
いの？」って。

山ガールと呼ばれる方々の
中には、残念ながら山の知識
や技術を持たない方々もいま
す。彼女たちのレベルから考
えれば険しすぎる山を安易に
選んでいる方々もいます。そ
ういう山ガールさんたちに出
会うと私は、残念に思います。
山は、素晴らしい世界です。
体や心を鍛えてくれると同時
に時には大きな癒しを与えて
くれます。けれども山は、ど



可愛いだけの山ガールからの脱出法

では、「可愛いだけじゃな
いのよ」と言える山ガールに
なるためには、どうすれば良
いのでしょうか。初心者か、注
意すべき点とか身につけるべ
き事、女性だからこそ、こん
なことを気をつけようとか。

次回は、その方法について
お話しします。




可愛いだけの山ガールからの脱出法

では、「可愛いだけじゃな
いのよ」と言える山ガールに
なるためには、どうすれば良
いのでしょうか。初心者か、注
意すべき点とか身につけるべ
き事、女性だからこそ、こん
なことを気をつけようとか。

アルパインツアー《大阪発着おすすめ企画》

憧れのアルプスの4,000m峰登頂
世界遺産アレッツチ氷河トレッキングと
4,000m峰ブライトホルン登頂 9日間
【出発日・旅行代金(東京発着)】
■8/25【残4】-----¥536,000
※大阪/東京間 国内線割引運賃制度あり。



▲雪原の中ブライトホルン(4,164m)山頂へ

アフリカ大陸最高峰登頂とたっぷりサファリ
【山麓乗り入れ】キリマンジャロゆったり登頂と
2つのサファリ満喫 12日間
【出発日・旅行代金(大阪発着)】
■8/28【残3】-----¥628,000



▲アフリカ大陸最高峰の頂を目指す

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)

委員会 会 便 り

自然保護委員会

◆4月29日

自然保護委員会での募金活動を実施しました。登山者の皆さまの意識も高く、高額の募金(約55000円)が集まりました。ありがとうございました。

自然保護委員3名、応援参加(大阪山遊会、大阪山旅会)9名 合計12名
(報告 曾我部 芳一)

ハイキング委員会

第158回大阪岳連ハイキング

大阪50山 一徳防山

◆4月21日(日)

参加者8名 スタッフ2名

(足立・松田)

南海三日市〜南ヶ丘バス停
〜登山口〜二ノ坂峠〜一徳坊山〜編笠山〜岩湧寺〜流谷八幡〜南海天見駅

岩湧山を眼前に新緑の尾根歩きを楽しんだ。大阪50山は39座目となった。

第159回大阪岳連ハイキング

大阪50山 小和田山

◆5月19日(日)

参加者10名、スタッフ2名

能勢歌垣山バス停近くで地図を広げこれから行く方向コースを確認。巨大な金の仏像を目指し湧泉寺へ。七面寺の裏手から山道に入る。池で昼食のあと先頭を交代しながらの読図山行。谷沿いの道を詰め、釈迦ヶ岳の尾根に乗つか。一旦林道へ出たあと小和田山へ稜線を忠実にたどる。小和田山頂上は樹林に囲まれた静かな所。鉄塔を目印にゴルフ場の方へ下りる。バス停についた時は雨は本降りになっていた。(氷見・宮崎)



第160回大阪岳連ハイキング

明ヶ田尾山と石堂ヶ岡

◆6月23日(日) 大阪50山

参加者20名 スタッフ1名

今回は読図山行。現在地確認ポイントを決めて、交替でトップを行ってもらおう。道標のある一般道に出て鉢伏山



へ。昼食をとっているとパラパラと雨が降り出す。高山集落への分岐を確認してから明ヶ田尾山のピークへ。写真をとって高山集落へ下山。ここからが本日の難所1時間半の車道歩き。北摂霊園の中を抜けて茨木高原カントリー倶楽部へ行き、石堂ヶ岡の三角点に案内して頂く。大阪50山2座登れました。乾杯!
(氷見美子)

遭難対策委員会

読図講習会

◆5月18日(土)・19日(日)

参加者37名、講師10名
18日科学技術センターで机上講習
19日六甲山系山間部での読図実習 雨の中を1班7名程度に分かれて、5班構成、各班30分時間をずらしての出発。熱心な講習が行われた。

遭難事故原因のトップである道迷い事故を防ぐ為に読図講習会を開催しました。今回はGPSとは? スマートホン、携帯におけるGPS機能の落とし穴、等に付いてもお話しして頂きました。要はGPSも「読図」が出来ないと使えないという事です。「読図」山においては必要最低限の技術。参加された皆さん、身に付けた技術を今後の山行に生かすとともに読図の楽しさも見出しながら事故の無い登山を続けて下さい。遭難対策委員長 石田 英行

アトラストレック特選お薦めツアー情報

- ★ヨーロッパ大陸最高峰コーカサスの名峰を目指す エルブルース(5642M)登頂11日間
●8月6日(火)~8月16日(金) ¥555,000
- ★トルコ・アララット山(5165M)登頂とイスタンブール12日間
●8月7日(水)~8月18日(日) ¥587,000
- ★エメラルドの島 アイルランドフラワーハイキング10日間
●8月21日(水)~8月30日(金) ¥615,000
- ★アフリカ大陸最高峰・キリマンジャロ山(5895M)登頂とサファリ10日間
●8月14日(水)~8月23日(金) ¥548,000
●9月13日(金)~9月22日(日) ¥508,000



株式会社アトラストレック
〒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

新刊

おいしく食べられる山野草の料理

道下 曉子 著(金剛練成会会員) ハンデ判92頁 1200円
山や野の摘み草33種をおいしく味わう多彩なレシピ。

登る、比良山

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

琵琶湖の北に連なる山

近江東北部の山を歩く
草川啓三 著・写真 A5判164頁 1800円
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。

地理の目で歩くスイス・アルプス

坂本英夫 著 A5判192頁 1500円
日本の山より気楽に楽しめるハイキングコースを紹介!

登山案内 二等三角点全国ガイド

一書二冊 読者文庫 編著 A5判260頁 2000円
全国五百米以上の二等三角点への登路と基準資料満載。

ナカニシヤ出版 Tel. 075-723-0111 Fax. 075-723-0095
〒606-8161 京都市左京区一乗寺木ノ本町15
www.nakanishya.co.jp (表示価格は本体価格)

パーソナル委員会

パーソナルビギナー山行

大峰 釈迦ヶ岳

◆5月25・26日

25日、12名が3台の車両で入山し、峠の登山口の近くの道路脇の草原に幕営し、夕食にはすき焼きパーティを催し、親交を深めました。

翌日も朝から好天に恵まれ、6時前には登山口をスタート。途中ベースもよく鹿の親子に出会ったりしながら、8時過ぎには頂上到着。

帰途は、朝には咲いてなかったシロヤシオや、朝より花が増えているシヤクナゲなどを見ながら、10時半には登山口に戻りました。天候とメンバーに恵まれた、楽しい山行でした。(大長鐵夫)



京都北山 峰床山

◆6月23日(日)

参加11名(スタッフ2名) 葛川学校〜中村越〜床山〜オグロ坂峠〜鎌倉山〜坊村



パーソナル山行

乗鞍岳

◆3月23日〜24日

参加者19名

22日(土) 梅田を4台の車で出発。乗鞍スキー場終点よりスノーシュー17とわかん2で広く切り開かれた斜面を登る。位ヶ原山荘泊。

23日(日) 朝食を早めて、予定より早く出発。

肩の小屋口でスノーシューからアイゼンに履き替え、万が一の為ハーネスをつける。好天の中17名無事登頂。遠く槍、双六から立山、御嶽、白山、中央・南のアルプス、近くは穂高連峰と360度の3000mの展望と青空。次に登る雪の峰々を脛に焼き付けて下山に移る。下



(岸本省三)

降は夏道らしき所の傾斜の緩い雪のよい所を選び、それぞれ好きなコースをアイゼン練習しながら下る。無事乗鞍岳登山行を終えた。(中村久住)

岩登り練習会

◆5月12日(日)

初心者岩登り練習会(1)

〈岩場の歩き方登り方〉

参加者24名 講師7名

蓬萊峽にて岩場の歩き方について練習会を行った。

◆6月16日(日)

初心者岩登り練習会(2)

〈確保練習〉

参加者24名 講師7名

百丈岩の櫓横の壁でトップとセカンドの確保練習の後、櫓で60kgの重りを約3m落とす、ビレイ地点での自己確保、足の置き方、ビレイ体制、登攀者への視線の方向、衝撃の強さ、間違えなく止める難しさ、ランニングビレイのポイント、等を実習。櫓の体験の後には経験者を対象に岩場での自己脱出の基本を練習し、有意義な練習会を終えた。

登山用品専門店 **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入高宮町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。

夏〜秋 お勧め海外トレッキング・登頂

8月	【ネパール】	○夏版! ホテル・エベレスト・ビューとポカラの旅 12日間 (出発日) 8月7日(水).....¥486,000
		○マナン滞在とトロン・パス越え 15日間 (出発日) 8月21日(水).....¥452,000
	【モンゴル】	○モンゴル最高峰フイテン山(4,374m) 展望トレッキング 10日間 (出発日) 8月5日(月).....¥430,000
9月		○南ゴビ砂漠とテレルジ国立公園の花の旅 6日間 (出発日) 8月21日(水)、8月28日(水).....¥287,000
	【アメリカ】	○ヨセミテの大自然体験! バレー&ハイカントリー 9日間 (出発日) 9月6日(金).....¥430,000
	【カナダ】	○カナディアンロッキー・ハイキング 8日間 (出発日) 9月3日(火).....¥405,000
		○トゥームストーン準国立公園ハイキングとゴールデンサイドピーク(1,830m) 登頂 7日間 (出発日) 9月5日(木)、9月12日(木).....¥465,000
	【アラスカ】	○デナリ国立公園滞在と氷河巡りの旅 8日間 (出発日) 9月4日(水).....¥498,000
	【ケニア・タンザニア】	○ケニア山・キリマンジャロ登頂とアンボセリ国立公園 15日間 (出発日) 9月4日(水).....¥676,000

～パンフレットをご請求下さい～
ホームページもご覧下さい。 <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
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

●パンフレットで請求 フリーダイヤル **0120-777802**
●お問い合わせは

ヒマラヤに魅せられて(3)

ヒマルコキティ女性登山隊

トルボエクスペディション 45日間の山旅

2012/8.10~10.15

9月15日、稜線に出るとい
ろんな白い山が見えた。あれ
もこれも登れるのではないかと、
誰もいない大雪原を歩いて
気持ちよかった。標高
6042m、無名峰最高。ピー
ク標高6089m立ち、標高
6072m手前で天気が悪化
してきたのでそそくさとハイ
キャンプに下っていった。無
事に全員がツアルカ村に戻っ
たときはほんとに安堵した。



トジェ・ラ(峠)手前 ターシカンが見える

日本に帰国してから、私は
長くぼーっとしていた。

遠征というのは、私たちに
とって人間劇であった。この
トルボという地で村を越え、
峠を越え、谷を越えて、ヒ
マラヤの山々を眺めながら歩
き続け、異国の文化に触れ
て、仲間と対話し、今まで経
験ができなかったことをなし
終えた。そんな風に乗った私
たちに新しい価値観を授けて
くれた。次なる新しい考え方
がぼつこり生まれて、すばら
しいことが起こるかもしれない。

遠征を終えて、
私たちは今。

稲葉 香

トルボ横断を最初に夢見た
のは、ちょうど十年前でした。
トルボ地方へ三度目にして、
自分たちで遠征を作るとい
う壮大な計画をたて、リーダー
のハードなトレーニングやみん
なのおかげを持って、自分の

想像以上の旅となった。仲間
という貴重な存在を始めて感
じる旅となり、仕事と準備と
ハードすぎる毎日が今では懐
かしく愛おしく思います。遠
征中は、いろんな出来事があ
りました。みんながいなければ
成し遂げられなかったかと、
心から感謝しています。

西ネパールのような厳しい
自然環境では、自然のなかに
神々が住み、人間は生かされ
ているのだなと感じずにはい
られない。自然との共存、そ
してそこに住む人々の姿が自
然と一体化されてダイレクト
に感じるができる。私も
そんな風に自分自身を表現で
きたら幸せです。

伴 久美子

今回の遠征は貴重な経験
と時間そのものでした。女性
隊であったこと、12年に一度
の大チベット仏教徒の大祭に
参加し体感できたこと、標高
6000m峰に登れたこと、
トルボ横断を無事に果たせた
こと。仲間にも恵まれて、遠
征中にたくさんの人と出会
い、このご縁に感謝！トルボ
地方では時代の流れの差を感
じることも多かったのです

が、まだまだ伝統文化が残つ
ており、同じ時代に生きなが
ら「こんな時間が流れてい
る世界があるのだ」と不思
議な感覚になりました。そし
て、遠征で出会った人たちか
ら恵まれたものもあり、そこ
に息づく人々の生きていく力
と優しさ、そして人と人との
繋がりを感ずりました。ほん
とに大切なことって、なんだ
ろうか？と透き通ったシンブ
ルな気持ちになります。

吉田 智美

“本気の遊びをしよう”と
トルボ地方への遠征に使命を
もらい、計画・準備を急いで
進め、実現への道を創りまし
た。先人の貴重なアドバイス
を受け、山の世界で初めて
あつた方もたくさんあり、い
ろんな親切と見守をいただき
ました。あつという間に月日
が経ち、人生のなかのたつた
ひとこまでしかないけれど、
思い・想い出の宝物になって
います。仲間のことをほんと
うの意味で理解できたのは遠
征が終わった今かもしれない
です。決して一人ではできない、
ほんとに愉快な遠征になりま
した。そんなことがこれから

も、無数にあればよいのです
が、私たちはフィフティ
(50) 世代まで秒読みです。
果たしてこの先は・・・今、
決断しなければ、なにも始ま
らない。アクションを起こさ
ないとわからないことばかり
です。

少しでもよい後姿になるよ
うに、まだまだ山旅で精一杯
生きてみたいと思います。
稲葉さん、伴さんありがとう。

高所順応について主観

今回、私たちが行ったト
レーニングの一つは富士登山
でした。出発の三ヶ月以内に
三回(伴・稲葉)、私は五回
登りに行きました。そして富
士山での血中酸素濃度 SpO_2
を測りました。一日に二往復
するのが効果的と聞いていま
したが、そのような時間は大
阪からではとつても取れませ
ん。一回目は2012年6月
夜行で大阪を出発して車の運
転を交代しながら、早朝、登
山口に着いてそのまま一合目
から登り、8合目で泊る。翌
朝山頂へ行って大阪に戻ると
いうハードな行程でした。寝
不足がたたって嘔吐を何度か
繰り返したメンバーの姿を思



左から 吉田智美、伴 久美子、稲葉 香

い出します。
血中酸素濃度にしても、高
所順応の早さにしても、人と
自分を比較するのは違うと思
います。比べるのは自分自身
の数値。自分の調子をデー
タ化して比較してみれば、良
いと思えます。登山体力も比
例すると思えますし、どれだけ
登山で心肺能力と脚力を鍛え
ているかも比例してくるので
はないでしょうか。私たちは
順応に長い月日をかけまし
た。5000m以上の峠を幾
度も越えました。順応するま
では思考錯誤しながらです
が、体調をしっかりと観察す
ることで次につなげられます。
順応してしまえば6000m
少しなら誰でも大丈夫な気が
しています。(吉田 智美)

平成 25 年度大阪府山岳連盟理事

(理 事)

山並 久次	会 長	
福田 義弘	副会長	総務委員会委員長
中村 久住	副会長	自然保護・パーソナル委員長
小畑 和人	副会長	指導委員会・法規委員会委員長
飛田 典男	理事長	海外委員会委員長
岩越 昌樹	副理事長	特別事業委員会委員長
石田 英行	副理事長	遭難対策委員会委員長
岩田 修一	理 事	技術委員会委員長
石川 順一	理 事	競技クライミング委員会委員長
氷見 美子	理 事	ハイキング委員会委員長
岸本 省三	理 事	会計委員会委員長
宮崎 一之	理 事	広報委員会委員長
伊勢田佳典	理 事	高体連担当
北 安洋	理 事	特別事業委員会
坂田 茂	理 事	競技クライミング委員会
辻村 清房	理 事	総務委員会
森田 正	理 事	指導委員会副委員長
山本 勉	理 事	特別事業委員会
山西 温	理 事	パーソナル委員会副委員長
中村 知世	理 事	特別事業委員会副委員長
平田 征夫	理 事	遭難対策委員会
薦田 佳一	理 事	ハイキング委員会
遠藤 芳広	理 事	パーソナル委員会
北山 峰生	理 事	指導委員会副委員長
佐伯 典昭	オブザーバー	広報・法規・パーソナル委員会

(監 事)

加茂 隆弘	監 事	
斧田 一陽	監 事	

就任ご挨拶

指導委員長



小畑 和人
諸般の事情から10年ぶりの指導委員長復帰となりまして、副会長という立場、さ

らに法規委員長として連盟全体の組織運営体制見直しに取り組んでいる立場から言えば、指導委員会の正常化に責任と自負して引き受けました。

私が以前、活動方針としていたことを復活させると共に新しい試みにチャレンジして参りたいと存じます。



ハイキング委員長



氷見 美子
今年度から参加費が1000円になりまして、参加したが、参加した皆さんに「岳連のハイキングは電鉄のハイキングとは違うな」と言ってお貰えるよう、頑張っていきます。

会計委員長



目標は「連れて行って貰う人」から「自分で行ける人」に成長して貰うことです。そのためにも、他の委員会の皆様のご協力よろしくお願ひします。

岸本省三
昨年度は、福田会計委員長

自然保護委員長代行



中村久住
今まで山ばかり登って来ま



の補佐役として従事しました。今年度より、会計委員長を就任するに当り、適正な会計処理、健全な財務会計を目指し、努力していく所存でございます。皆様方の一層のご指導ご鞭撻、よろしくお願ひ申し上げます。



したので、自然保護活動をするにあたり少し戸惑っています。しかし委員会活動を紐解くと、大事な地球上の(誕生約45億年)の美しい自然を守る意義深い活動です。自然と人間との共生を志し、少しでも楽しく美しく、又有意義に活動できる様に、委員の皆に教えられるながら頑張ります。ご指導ご協力をお願い致します。

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 技術取得

ID-51 5w 希望小売価格:57,540円(本体価格:54,800円)

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

ほしだカップ2013

報告

◆5月26日 第9回ほしだカップを府民の森ほしだ園地内のクライミングウォールにおいて、開催しました。

来園者2000人を数えるなか、参加選手は総勢70名で、ビギナークラスに若年層の応募が集中し明日につながるうれしい大会となりました。

本大会は第68回東京国体の大阪代表選手選考会も兼ねており、オープンクラスでは強豪選手達の熱い戦いが繰り広げられました。

天候にも恵まれ、このように盛大に開催できましたのは参加選手の方々の協力のおかげです。関係各位のご協力の賜物と深く感謝し、厚く御礼を申し上げます。

実行委員長 石川順一



参加選手の方々の協力のおかげです。関係各位のご協力の賜物と深く感謝し、厚く御礼を申し上げます。

実行委員長 石川順一

スポーツクライミングコンペ OSAKA CHAMPION-SHIP

- ◆表彰
- ◆オープンクラスの部
- 男子
- 1位 竹田 拓哉
 - 2位 清水 裕登
 - 3位 久下 陸弥
- ◆ミドルクラスの部
- 男子
- 1位 児玉 致
 - 2位 多田 雅之
 - 3位 阿部 泰治
- 女子
- 1位 森脇 ほの佳
 - 2位 吉田 百花
 - 3位 新城 綾那
- ◆ビギナークラスの部
- 男子
- 1位 堀田 豪
 - 2位 藤本 脩至
 - 3位 宮本 流星
- 女子
- 1位 藤村 菜緒
 - 2位 永井 杏奈
 - 3位 大塚 優希

生駒チャレンジ登山大会

予定

大阪奈良の展望台生駒山脈(竜の道)を縦走する。

おおさか山の日プレイベント

第7回生駒チャレンジ登山大会を開催します。

体力に応じて初級、中級、上級を認定します。

10月20日(日)雨天決行

▼スタート大阪交野線私市駅 徒歩5分水辺プラザ

生駒縦走コース私市スタート

- 〜むろいけ園地 初級
- 〜なるかわ園地 中級
- 〜高安山 上級

安全登山の集い

11月16日(土)6時開場

大阪科学技術センター

山本正嘉講演会

登山のためのトレーニング

(山本正嘉 鹿屋体育大学教授。教育学博士。日本の登山の運動生理学の第一人者。アコンカグア南壁、チョーユー無酸素登頂。著作「登山の運動生理学百科」)

大阪岳連ハイキング

- 7月20日(土)〜21日(日) 161回大阪岳連ハイキング 比良武奈ヶ岳アプト山行
- 7月28日(日) 白山プレ山行
- 金剛山二河辺道坊領コース
- 8月24日(土)〜25日(日) 162回大阪岳連ハイキング
- 夏山登山 加賀白山
- 9月29日(日) 藤木祭記念ハイキング
- 六甲 芦屋ロックガーデン

パーソナル山行

- 7月20日(土)〜21日(日) 比良・武奈ヶ岳
- 八雲ヶ原ビバーク体験山行
- 9月1日(日) 沢登り 大峰・前期川瀬行
- 9月21日(土)、22日(日) 加賀白山縦走
- 石徹白一三の峰 御前峰
- 10月27日(日) 湖南アルプス

報告

大阪府山岳連盟 平成25年 年次総会

◆5月20日(月) 19時〜21時

◆東成区民センター

司会：岩越副理事長

議長：山並久次会長

書記：中村知世 伊勢田佳典

参加団体29団体(委任15)

- ▼平成24年度事業報告
- ▼平成24年度決算報告、財政現状報告、会計監査報告

里山の植物

キンラン



(ラン科キンラン属)

ギンラン

キンラン、ギンランは日本の野生蘭のひとつで、同じキンラン属に属し、かつては里山の雑木林の林下でも見られ

- ▼平成25年度事業計画
- ▼平成25年度予算
- ▼新任役員の選任(新理事) 遠藤芳広(フオレスト山会)
- 北山峰生(泉州山岳会)
- ▼冬山講習会70回記念行事の取り組み
- ▼使途不明金についての報告
- ▼法規委員会の活動
- ▼パートタイマーの職員雇用 質疑応答の後すべての案件が承認された。
- 閉会の挨拶：小畑副会長

た花であったが、今や絶滅を危惧される花になってしまった。生駒山の山麓では5月初旬、山頂付近では下旬にこの花に巡り逢う事が出来るが、生育環境が悪化したり、採取されてしまったため年々減少していくのは寂しい。キンラン・ギンランは「菌根菌」と呼ばれる菌類と共生するが、特殊な生育形態にあり、特に菌に対する依存度が強く、この「外生菌根菌」は林下等の特殊な土壌にのみ生息し、この花を採取して移植しても家庭で育てる事は難しい。自然のままそととしてやってほしい。

石水久夫