大阪府山岳連盟広報紙
山岳おおさか
http://sangaku-osaka.com/

No.204号【平成27年春号】
2015年4月1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

❶ステップアップ講座❷加盟団体の紹介30❸春山の楽しさ ❹❺委員会だより❻パーソナルメンバー制度❼冬山講習会／レスキュー講習会❽催行予定

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

安全登山の為に ステップアップしませんか

最近山を手軽に楽しむ方が増えています。登った時のすがすがしい達成感、可憐な高山植物、イオンたっぷりの緑。しかしそんな楽しい山は、いつも危険と隣り合わせなのです。安全で楽しい山登りを楽しむために、基本的な知識と技術を身につけてみませんか。

大阪府山岳連盟では、安全登山に通じるさまざまなプログラムをご用意し、皆さんの楽しい登山をバックアップしています。講師は何れも、（公財）日本体育協会公認スポーツ指導員（山岳）や、大阪府山岳連盟公認登山インストラクターなど山岳専門家が務めますので安心です。まずは気軽に参加してみませんか。

安全登山実践講座

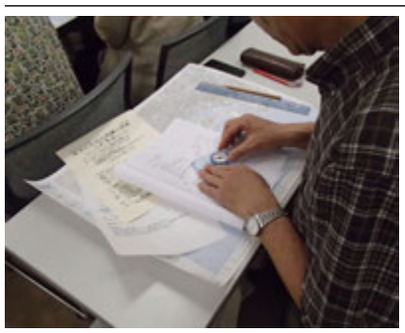
これから山を楽しもうという方を対象に、基本的な山の知識と技術を、座学と実技講習を5回に分けて学び「山のギモン」を解消します。まず説明会とどなたでも参加できる知識講習会を無料で行いますので、お気軽にご参加下さい。

4月19日（日）
午前の部　11時～12時
午後の部　13時～14時30分
◎場所　グランフロント大阪「好日山荘併設マウントラボ」
◎対象　自分で山を楽しみたい人なら誰でも
◎内容　午前の部「山を知ろう」ほか、午後の部　マップを使いこなす、山のお悩み・疑問相談会など
◎参加費無料（第1回目のみ）
※第2回目～第5回目は受講料1万円。詳しいことは第1回目説明会で行うほか、ホームページをご覧ください。

読図講習会

地図が身近なツールになれば…、コンパスを使いこなしたい…。そのような登山者の願いに少しでも近づけるようにと読図講習会を座学と実技を2日に分けて行います。興味のある方などどなたでも参加できます。これを機に苦手な地図を味方につけ楽しみ方を増やしましょう。

5月16日（土）〈座学〉
場所　大阪科学技術センター
17日（日）〈実技〉
実技場所は16日発表



◎内容　地図の見方、コンパスの使い方から、山での実践的なことまで一通りのことを行います。
◎参加費　３０００円

救急法講習会

もしも山でケガをしたら、また夏場に熱中症にかかったり、雨に降られて震えがとまらない…、山でこんな病気や事故が起こってしまった時どうしたらいいのか、自分たちの持っている装備で何ができるかを、救命救急の専門家がわかり易く解説します。

6月13日（土）一日目
14日（日）二日目
◎場所　大阪科学技術センター
◎内容　山でのファーストエイド
◎講師　惠秀彦（いさおひでひこ）氏
日山協遭難対策常任委員
◎参加費　６０００円

※いずれも詳しい内容やお申し込み方法などは、ホームページにて。

山スクール開校

◀次ページ

岳人の独り言

山行の目的が、ピークハントだと言う。そんな計画や記録類を見るようになって久しい。違和感を覚えるのは、私だけだろうか。

ひところ、ピークハンターという語が雑誌などで使われていた。よく計画を練らずに、あたかも弾丸ツアーの個人版のように、無茶な入山を繰り返す人を形容したものだ。そこには、危険性への配慮が不足した博打のような登山を戒める意味が込められていたように思う。

それが今、登山者の間に変な具合に定着し、「今度の山行はピークハントしよう」という具合になっている。言葉の意味が変わることは悪くない。しかし、かつて警鐘が鳴らされた事態を受け止め、計画を自省する姿勢が伴っているだろうか。

登頂するという行為をピークハントと呼び替えているのであれば、不幸なことだ。

指導委員長　北山　峰生

大阪府山岳連盟主催 山スクール開校

この春より「基礎をしっかり学びたい」「北アルプスを安全に登りたい」「本格的なアルパインにチャレンジしたい」など幅広いご要望にお応えするため「山スクール」を開講します。

講師は、スポーツ指導員（山岳）の資格を持った専門家が務めます。

「山スクール概要」

◎校長　有永寛　公認上級スポーツ指導員（山岳）・元主任検定員　◎講師　公認スポーツ指導員（山岳）

◎内容

◇トレッキング　クラス

・目的の目安　基礎をしっかり学びたい

・目標の目安　「白馬」で夏の雪渓を体験する、「塩見岳」で山の大きさを体感する

・参加の目安　登山の事を基礎から学びたい方

◇アルパインⅠ　クラス

・目的の目安　北アルプスを安全に登りたい

・目標の目安　「涸沢から奥穂高」など岩稜の山を踏破する。

・参加の目安　縦走だけでなく岩稜の山登りを基礎から学びたい方。

◇アルパインⅡ　クラス

・目的の目安　本格的なアルパインにチャレンジしたい

・目標の目安　「前穂北尾根」など岩稜登攀。

・参加の目安　アルパインⅠの受講を修了した方。

それぞれ座学と実技を実施し、登山の基礎を幅広く学んでいただきます。

◎期間　春～夏期、秋～冬期の2期制。

◎受講料　クラス及び期間により異なります。

まず開校に先立ち「説明会」を開催します。どうかお気軽にお越しください。

「説明会」

◎**4月15日**（水）19時～19時30分

「入校式」　20時～（※引き続き入校者の方のみ）

◎場所　大阪セルロイド会館3階会議室

◎対象　山スクールに感心のある方ならどなたでも

◎参加費　説明会のみ無料

※事前のお申し込みが必要です。

◎お申込みお問合せ

大阪府山岳連盟　事務局「山スクール」係

加盟団体の紹介(30)

シャープ山岳部

SAC(Sharp Alpine Club)

1960年12月、シャープ山岳部の前身である早川電機山岳同好会が発足し、その翌年12月に会社・労働組合の両方から一年間の活動実績を認められ、早川電機株式会社山岳部として発足しました。その後1975年に会社が社名をシャープ株式会社に改めるのに呼応し、現名称「シャープ山岳部」になりました。

発足当初は、世の中の流れ同様、アルピニズム色の濃い活動を行い、1961年大峰山系孫普賢岩初登攀、1968年北ア硫黄尾根厳冬期単独初登攀などの記録があります。1965年には、大阪府岳連の創設以来、初めて職域山岳会から岐阜国体山岳部門へ大阪代表として出場しています。

1977、79年に劔岳で遭難事故が相次ぎ、また、主力メンバーの海外勤務や要職への昇進等も重なり、部活動は1980年代中盤から長期の低迷時代に入りましたが、主力メンバーはマッターホルン、キリマンジャロ、レーニア山等、海外の山々に足跡を残しています。

一時、部員数が50名を割り込むような衰退ぶりでしたが、中高年登山ブームが始まった1990年代後半以降、現行主力メンバーの入部を契機に、再び発展期を迎えました。現在では、原則としてシャープ株式会社の社員を対象に、部員数はおよそ100名（2014年12月現在）。職域山岳部としては国内屈指の規模と言われています。かつての先鋭的な活動に代わり、業務との両立を図りつつ心身の健康を保つライトな山行が多くなりましたが、それでもロッククライミング、沢登り、山スキーなど、オールラウンドに活動しています。

その他、大阪府山岳連盟認定の登山インストラクターを3名輩出、さらに定年退職後のOBも含め雑誌やガイドブックへの執筆活動を行うメンバーもおり、幅広く活躍しています。

SAC広報

SINCE 1975
mont·bell
ウエア・ギアに遊び心も
揃えてお待ちしています!
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 モンベル本社ビル別館1階
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大阪駅店	大阪市北区梅田3-2-135 ALBi
＊大阪鶴見店	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
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
＊天王寺MIO店	大阪市天王寺区悲田院町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
堺おおとり店	大阪府堺市西区鳳南町3-199-12 アリオ鳳 2階
みのおキューズモール店	大阪府箕面市西宿1-17-22 みのおキューズモール EAST1-2階
ららぽーと和泉店	大阪府和泉市あゆみ野4-4-7 三井ショッピングパーク ららぽーと和泉 4階

＊「大阪鶴見店」「天王寺MIO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。

山は春色らんまん！

―春の山を楽しむ―

大阪府山岳連盟理事 オーマウントニアリングクラブ 中村知世

寒かった冬が終わった3月。山ではセツブンソウ、フクジュソウが咲き春の到来を告げます。もう少し暖かくなればウメやモモも咲き始めます。そんな色鮮やかで春爛漫な山へ出かけましょう。

滋賀県・伊吹山。雪解けを待つように咲くのがセツブンソウで旧暦の節分のころに咲くのでこの名がついたとか。一合目のスキー場跡を進み三合目へ。白く小さなものが視界に入る。これがセツブンソウ。ひとつ見つかればどんどん見つかる、これが小さなお花見の醍醐味。

三重県・藤原岳。山岳大阪の秋号で紹介した山です。セツブンソウとともに雪解け真っ先に咲くのがフクジュソウ。八合目あたりからカルスト地形の石灰岩が点在する山付近にフクジュソウは群生する。「どの子がかわいいかな？」迷うほどに咲いているフクジュソウに思う存分楽しんでくださいね。ただし踏みつけないでね。

（左上から時計回り）セツブンソウ　フクジュソウ　オオバキスミレ　シロヤシオ　アカヤシオ

日本列島が春色で染まる4月。関西ではサクラやミツバツツジ、足もとにはスミレが次々に開き春であふれます。日本中が春であふれています。そんな春を感じに野山へ出かけましょう。

奈良県・住塚山。屏風岩公苑にあるヤマザクラは圧巻。小長尾橋バス停から屏風岩方面に向かって集落の中を進むとやがて屏風岩公苑。室生火山群にある住塚山には2キロもの長さにわたる屏風岩の岩壁があり、その麓を多くのヤマザクラが美しく彩っている。夜にはライトアップもされアメリカのヨセミテを思わせる風景に感動。4月下旬が見ごろ。

京都と大阪の境・深山。笹原がゆるやかに続く山は深山。その登山口であるるり渓一帯はるり渓高原と呼ばれミツバツツジが咲く。見ごろは4月下旬。

そして足もとに咲くスミレちゃんの紹介です。滋賀と福井の県境・三国山。手近な花の山。カタクリやイワウチワもあるがスミレの種類が多いので有名。代表的なのがオオバキスミレ（黄）とシハイスミレ（赤紫）。4月中旬から5月上旬が見ごろ。

高山も低山も花を楽しめる5月。3000メートル付近では残雪を楽しむにはいい時期。しかしここは敢えてお花を楽しんでみるのもよし。ツツジやシャクナゲもこの時期。

大阪・金剛山。妙見谷コースを行く。沢沿いの道にはニリンソウやユキザサの白い花が点在する。やがて沢を離れ、ササの急斜面を登れば山頂へ出る。転法輪寺の境内にはニリンソウやクリンソウが咲いている。見ごろは5月中旬から下旬。

滋賀県・霊仙山。霊仙山の南西尾根には花が多い。今畑から笹峠では黄色いサワギクが見られる。琵琶湖の眺めのいい近江展望台に出ると石灰岩地帯の地形になり、岩の間からゲンノショウコが咲いている。見ごろは5月下旬から6月上旬。

夏山直前の6月。やや標高の高い山ではまだ春山。まだまだ花を楽しみましょう。

奈良県・大台が原。シロヤシオの群落にその一週間前にはアカヤシオ。6月第1週は運が良ければ両方が見られる東大台一周コース。ビジターセンターから日出ヶ岳を目指す。正木ヶ原から大蛇嵜までの間にシロヤシオの群落を鹿と一緒に楽しもう。大蛇嵜周辺にはアカヤシオが見られる。5月にはシャクナゲが綺麗。シロヤシオの見ごろは6月上旬から中旬。

奈良県・釈迦ヶ岳。もう1つおまけでシロヤシオです。釈迦ヶ岳は大峰奥駈道のほぼ中心にある山。6月第1週には稜線上はシロヤシオで白く染まる。今回は前鬼からのコース。世界遺産の古道を登り、稜線へ出るとお堂がある深仙ノ宿を経て山頂までシロヤシオのトンネルが続く。見ごろは6月上旬から中旬。

みなさんにとって春色は見つかりましたか？この春「ひみつの花園」へ行ってみましょう。

好評発売中
ブータンの小さな診療所
坂本龍太 著
ブータンに憧れた一人の医師が、人々の協力のもと始めた地域に根ざす高齢者健診プロジェクトと心温まる交流の記録。
四六判 208頁 2000円

5月刊
登山案内 一等三角点全国ガイド【改訂版】
一等三角点研究會 編著
五百m以上の全一等三角点546の登山道を研究会会員が実際に辿った。震災等による経緯度・標高の変動をうけ全面改訂。
A5判 予価2000円

4月刊
京都 神社と寺院の森
京都の社叢（しゃそう）めぐり
渡辺弘之 著
京都市内約二百社寺の樹木や森を多年調査してきた著者が、その森の貴重な樹木などを紹介。見やすいガイドマップ付。
A5判 184頁 1800円

好評発売中
奈良名山案内
世界遺産の峰めぐり
エスカルゴ山の会 編著
登山口の最寄駅から山頂を経て帰途の最寄駅まで、オールカラーの美しい写真と地図をそえて、コース全体を完全ガイド。
A5判 208頁 2000円

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

委員会便り

パーソナル委員会

パーソナルビギナー山行

比良/釈迦岳

1月25日（日）

参加者14名

先行トレースがあると思いきや、釈迦谷リフト道から釈迦岳直登ルートは私たちが当日の先発列車。昨日までの薄いトレース頼りにアイゼンで踏み跡を付けていきます。その後はコンクリートのように雪面が固められ、後続パーティの方々に大変喜ばれることになりました。

釈迦岳手前の雪原地帯は、各自が自由にラッセルしながら何本もの足跡やスジを斜面に描きつつ登り、それぞれがラストスパートをかけて山頂へ。ほぼ予定時刻に到着した釈迦岳山頂は積雪約1m強ほど。その後快調にダケ道を下り、大山口手前でアイゼンを外し、ほぼ定刻の13時40分にイン谷に到着。雪道登山を満喫しました。（佐伯典昭）

比良/権現山～蓬莱山

比良権現山～蓬莱山 スノーシューハイク

2月8日（日）

参加者8名

平バス停～ドン谷（登山口）～アラキ峠～権現山～ホッケ山～小女郎峠～小女郎ヶ池（昼食休憩）～蓬莱山～打見山

ドン谷（登山口）10時に出発。アラキ峠まで標高差306mなだらかに登ります。雪質は非常に踏み固められ歩きやすい。アラキ峠到着後スノーシュー及びワカンを装着。権現山まで急登の尾根道。雪は非常に多いですがワカンのおかげでスムーズに歩くことができました。次はホッケ山を目指し稜線を歩きます。新雪をワカンで突進、マシュマロの上を歩いているような感覚でした。

小女郎池到着後岸本リーダーによるツエルト設置の仕方及びツエルトの重要性を教えて頂きました。昼食休憩後、最終目的地の蓬莱山へ向けて出発。個々それぞれ隊列を少し外れ新雪をワカン及びスノーシューで気持ちの良い歩きを楽しみ、蓬莱山に到着。打見山に15時に到着し、ゴンドラリフトで全員無事下山しました。（参加者）

氷ノ山

2月21日（土）

参加者は12名。氷ノ山自然ふれあい館響きの森駐車場についた時は天気も穏やかで、テント場まで30分くらいで到着。夜から予報通り今年初めての春一番の風が吹き始めた。22日（日）は風も収まり気味でしたが昼から雨が降る予想だったので春米尾根ではなく距離の短い雪山ルートを取りましたが、尾根に出たところで、風がつよく好天の兆しもなかったので引き返しとなりました。

予定より早く帰ってきたのでキャンプ場でワカン歩行訓練を1時間程度して下山しました。キャンプ場は雪が2mくらい積もっており、深雪を味わいました。（山西　温）

技術委員会

第5回登山技術研修会

3月29日（日） AM9時～

神戸登山研修所

参加者12名

「確保について」をメインテーマに、アルパインクライミングで使用している確保用具・方法等を検証した。

▽オートブロッキング・ムンターの紹介と解除、

▽ラッペリングアクシデントからの脱出、等を研修した。

夏のお勧め海外トレッキング

ネパール

○トレッキング in summer ヒマラヤ14日間《夏休みを利用してヒマラヤの花畑へ》
〔出発日〕期間中、毎日出発可能
6/1(月)～8/6(木)、8/15(土)～8/31(月)……¥375,000
8/7(金)～8/14(金)……¥403,000

○天空の花畑探訪 夏のゴーキョ 20日間《究極のブルーポピーと出会う》
〔出発日〕7/3(金)、7/17(金)……¥532,000

ヨーロッパ

○アルプス・ハイライト・ハイキング12日間《ヨーロッパ三大名峰を巡る》
〔出発日〕6/15(月)……¥495,000
8/5(水)……¥540,000

○ツール・ド・モンブラン 12日間《憧れのモンブラン1周トレッキング》
〔出発日〕6/26(金)、7/17(金)……¥505,000

アフリカ

○キリマンジャロ登頂とチャーター・マウンテンフライト11日間《ヒマ観だけのオリジナルコース》
〔出発日〕6/25(水)、9/16(水)……¥677,000
8/20(木)……¥698,000

◆その他、アジア、中国、ブータン、北米、オセアニア など ～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 マウンテントラベル
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　フリーダイヤル 0120-777802

アルパインツアー《大阪支店おすすめ企画》

▲モニュメントバレー

アメリカ西部の大自然の中ハイキングを楽しむ
【大阪発着】グランドサークル 満喫ハイキング 9日間
［出発日・旅行代金(大阪発着)］
■5/25発……¥448,000

直行便で花々が咲き誇る極東の秘境へ
【大阪発着】カムチャッカ半島 アバチャ山登頂と 花のバチェカズェッツ山麓 5日間
［出発日・旅行代金(大阪発着)］
■7/11発……¥368,000

▲美しいカリャーク山を眺めながら歩く

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

ハイキング委員会

第176回大阪岳連ハイキング　大阪50山　札立山

12月7日（日）

参加者10名、スタッフ3名六十谷駅から登山口まで意外と難しい里山のルート、道路地図を利用してオリエンテーリング方式にて辿った。ひたすら中道を登って見返り山から札立山山頂へ、更に見返り山から観音山を経て出世不動尊横に下山、年末恒例の忘年登山となった。

第178回大阪岳連ハイキング　樹氷の　高見山

2月1日（日）

参加者11名、スタッフ2名霧氷バスを利用しての高見山、ほ～んと寒かったです。樹氷も綺麗でしたが、背景が青空であればもっと素晴らしかったでしょう。

山頂付近は強風で、ピークハントとはなりませんでした。標高の割にはちょっと厳しい雪山体験となりましたが、場数を踏めば素敵な景色に出会えます。（田中昭男）

第177回大阪岳連ハイキング　大阪50山　神於山

1月18日（日）

参加者13名、スタッフ4名2007年から始まった大阪50山、遂に完登しました！土砂降りの雨の五月山、道なき道の岩雄山、ゴルフ場の中に三角点のある石堂ヶ岡等、皆さんと思い出話にふけりながら最後の神於山へ。30分であっけなく着いてしまったけれど、ポカポカとした暖かい一日でした。執筆者のお一人、佐藤政明さんに来て頂いて50山選定にまつわるあれこれを聞くこともできました。全座登頂した井吹光代さん、おめでとうございます。（田中昭男）

祝！大阪50山完登

大阪50山シリーズ最終回に同行して

大阪50山完登おめでとうございます。

1月18日小春日和の中、ナカニシヤ出版から出されている「大阪50山」の編集者の一人として招待を受け最終の山として岸和田市の神於山に同行させていただきました。

大阪50山の選定は1998年大阪府山岳連盟50周年記念事業として「大阪50山―大阪50之嶺峰」（非売品・限定版）の発行に対して始まったもので、編集会議が始まったのは1994年秋から、年が明けて1995年1月17日、あの阪神淡路大震災が起こったのですからもう20年を過ぎています。

岳連ハイキングで大阪50山シリーズとして始まったのが、2007年2月4日高安山・高尾山からです。最終回は2015年1月18日ですので足かけ8年かかったことになります。

大阪府山岳連盟は山岳会と違って山登りだけをこなしているわけではありませんので時間が掛かることも仕方のないことですが、一度も中止になることなく行われたのは立派というしか有りません。1年平均4回で多い年は2009年に7回行っておりますが、その中には大雨でジュブジュブになりながらの五月山なども含まれ50山完登された方も1名おられました。担当していただきましたスタッフの方々本当にご苦労さまでした。

大阪青雲会　佐藤政明

大阪府山岳連盟のパーソナルメンバー制度

一人で登る山も楽しいですが、山登りを通じて知り合った仲間と登る山は更に楽しいものですね。山での歩き方、荷物の詰め方など実践での技術を身につけることや、地図の読み方を始め、山でケガをした時にどのように対処するかなど知識を深めることも、一人で行うより仲間と切磋琢磨することの方が楽しく覚えることができるでしょう。

誰もが手軽に行える登山ですが、個人で活動している登山者のために、「仲間を作る」「山岳会を紹介する」「山の知識を深める」などを目的としたメンバー制度が、パーソナルメンバー制度です。

安全登山の普及と日本山岳協会・山岳共済保険の窓口として、一般登山者（山岳会に未所属の方）を対象に情報サービス提供等登山の発展に寄与する事を目的として平成7年に創設されました。今年で20年になります。

現在のテーマは「憧れの山に　楽しくチャレンジ」です。毎月、メンバーの方の希望を取り入れた次のような活動を積極的に行っています。

①パーソナル委員会で企画した楽しい「山歩き」
②憧れの山に必要な技術、岩登りやアイゼントレーニングなど「練習会」
③安全登山への各種「講習会」

例えば「山歩き」では、月に1～2回のペースで山行を行っています。一般山行では、一人ではなかなか行くことのない奥深い山や、夏は沢登り、また春夏秋冬の各シーズンには1泊2日の宿泊山行を行い、季節に応じた憧れの山を楽しみます。また比較的初心者の方を対象としたビギナー山行では、関西地方のちょっと頑張れば登れる山を中心に、本格的登山への入門山行実施しています。

「練習会」は、日本体育協会公認スポーツ指導員（山岳）や大阪府山岳連盟公認登山インストラクターなどが講師となり、春先には岩稜歩き練習会を、また冬前にはアイゼンピッケル練習会を行い、それぞれ基本知識と基本技術が身につくことを目標に、本番を前にした合同練習を行っています。

「講習会」では、遭難対策委員会主催による読図講習会や救急法講習（何れも1面参照）、また指導委員会による冬山講習会などが用意され、参加される際にメンバーの割引制度などがあります。

また、本格的に山登りを行いたい方には、大阪府山岳連盟に加盟している約60の山岳会から、皆さんの山行スタイルや目標、また活動内容にあった山岳会を紹介するお手伝いなどもしています。

それ以外にも、登山に関することならどのようなことでも相談に乗り、人生を楽しく過ごせる場として活用していただければと考えています。年会費は3000円です。4月から新年度になりましたので、これを機にパーソナルメンバーとして、山登りを楽しんでください。

パーソナルと私

遥か昔、高校生だった頃ワンダーフォーゲル部に所属していたこともあり、自分の為の時間が取れるようになると、自然と足は山に向いていました。しかし、「元ワンゲル」と言っても山の知識や技術となるといい加減なものですから、もう一度きちんと学びなおしたいと思っていた時に、立山での冬山講習会を知り、参加させて頂きました。

その行き帰りのバスの中に数名の『パーソナル』の方がおられて、皆さん本当に楽しそうに山の話をされていたのが印象的で、私も仲間に入りたい、技術や知識を高めたいとの思いで、すぐに入会手続きをさせていただきました。入会後毎月送っていただく案内を見て、これも行きたい、あれも行きたいと思うもののなかなか都合が合わなくて思うように参加できずに歯がゆい思いをしていましたので、3月末の乗鞍岳にはなんとしても行こうと決めました。白く輝く稜線を想像するだけでも心が浮き立ってくるようでした。

乗鞍登山の当日を迎え位ヶ原山荘を出発しました。雪の白、空の青、常緑樹の緑のコントラストが本当に美しく心を奪われるようでした。アイゼンに履き替えてからの登りは本当にきつく、凍っている所もありよほどしっかり踏みしめないと滑りそうで恐怖を感じました。前の方のアイゼンの跡もわかりにくくどこに足を置いていいのか立ち往生しかけていた私のすぐそばにいつの間にかリーダーが来て下さっていて、的確なアドバイスを下さり、どうにか前に進むことができました。そのお陰もありその後に続く剣ヶ峰への登り下りはそれほど難しいものではありませんでした。

頂上からの眺めは本当に絶景で、心の底から「来てよかった」と思いました。

『パーソナル』に入会したことによって、自分だけでは決して成し遂げえなかったであろう雪山を体験でき山の世界が広がりました。皆様に感謝！感謝！です。（M・H）

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。

山岳連盟は登山の好きな人のお役に立ちたい！

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。
毎月1回のパーソナル委員会に参加できます。

年会費　3000円（登録期間は4月1日より1年間／中途加入可）
ホームページからでも入会申込できます http://sangaku.osaka.com

パーソナルに入会して安全で楽しい登山をしませんか。

第71回 冬山講習会

1月19日の説明会、25日の事前練習に続いた本番では、晴れ渡った青空のもと、雪上歩行や緊急時の対応方法をしっかり練習しました。

2月7日～8日

場所　大山

参加者　14名

1班　4名　講師（岩田　朴）

2班　4名　講師（阿麻橘　氷見）

3班　3名　講師（森田）

4班　3名　講師（八木）

・内容　読図、ワカン・アイゼン歩行、ラッセル、滑落停止、冬山テント生活技術、雪崩捜索、ハンドテストなど

1日目、4班に分かれ、それぞれ目的に応じたカリキュラムで冬山へ備え、技術の習得を行いました。

2日目は幕営地近くで積雪の構造を学び、ハンドテスト、埋没体験、埋没者捜索など一連の雪崩遭難の対応を体験。2日を通して充実した内容となりました。

（参加者の感想です一部抜粋）

昨年12月、突然冬山に行ってみたいと思い立ち、おそるおそる説明会に参加したのですが、会場では、私たち超初心者の質問にも、ひとつひとつ丁寧に受け答えいただき、感銘を受けました。「僕らはどんな人がきても楽しんでいただけるよう準備しています」「こんな機会にこそ体験してみては」という言葉に背中を押され、テント泊を選択。結果は大正解で、雪上でのテント泊は断然楽しく、講師お手製のキムチ鍋で心身あったまって熟睡でき、思い出にのこる一夜となりました。

事前講習会でのアイゼン歩行は、わかりやすくて本当に役立ちました。とくに、下りが苦手な私にとって「まっすぐ普通に歩いておいで」というアドバイスが、シンプルだけど非常に有益で。何度も上がったり下りたりしているうちに、「怖がらなくてもいいんだな」と身体が覚えた感じもあり、大山での下りでも、このときの言葉がとても励みになりました。

大山での講習会の一日目は、六合目付近でピッケルを使っての滑落停止を繰り返したり、わかんを使って歩いてみたり、実際に身体を使ってさまざま体験でき、充実した一日となりました。山頂までは行けませんでしたが、満足感でいっぱいです。

また二日目の講習（弱層テスト、埋没体験など）は、雪山の厳しさを改めて思い知るもので、非常に勉強になりました。教えていただいたことを大切に、これからもコツコツ山を歩き、また来年もぜひ、参加したいと思っています。

お世話になった岳連の皆様、そして度々助けていただいた同行の皆様、本当にありがとうございました。

積雪期 レスキュー講習会

1月31日～2月1日

・マキノ高原スキー場一帯

・参加者　21名

雪崩事故に遭遇したら、生死を分けるのはいち早い発見と適切な救助。雪山を楽しんでいる方でも、雪崩に遭遇することを予め想定し「アバランチトランシーバー（ビーコン）」を身につけている方は少ないようですが、雪の性質や雪崩が起こる仕組みを知り、雪崩に遭遇するリスクに備えておくのも安全登山の基本です。この講習会では、基本コース、応用コースとも、雪崩遭遇から埋没者発見、救助、搬送の流れを、それぞれのレベルに応じた座学と実技を1泊2日で学びました。

・内容（基本クラス）・アバランチトランシーバー、プローブでの捜索・埋没体験・掘り出し方法、低体温症の予防、処置・梱包、搬送・スノーマウントの作製など（応用クラス）・事故発生から捜索、掘り出し、搬送、アンカー設置、搬送シミュレーション

初日の午前、午後は各コース別に一つひとつの動作を学習。なかなか一般登山者が普段持つ機会の少ない雪崩捜索三種の神器「アバランチトランシーバー（ビーコン）、プローブ（ゾンデ棒）、スコップ」それぞれの特徴や使用法の学習を中心に、雪崩事故などによって雪に埋没した人の位置を特定し、発見した埋没者を雪から掘出し救助するまでの方法をシュミレーションしながら学びました。その際、雪崩に巻き込まれた時の状態を、身を持って知ってもらう埋没体験では、呼吸ができる空間と無線連絡ができるように安全性をよく確保した上で3名がチャレンジされました。体験者はそれぞれに「視界は真っ暗、体が押しつぶされそうなぐらい雪が重く伸しかかり、もがこうと思っても身動きひとつできず、冷たくとても苦しい中で不安が募りました。」と、震えながら感想を述べていました。また、ビバーグの際に役に立つスノーマウント作りも体験し、雪が少量でもスコップやツエルトなどのシートがあれば、比較的短時間に簡単に「かまくら」ができるということを実感してもらいました。夜は全員で座学を通して理論の学習と、掘出した埋没者を安全に搬送できるようシート担架の作製を中心に練習。また二日目に雪崩に遭遇したパーティを救出するという想定で捜索活動のシミュレーションを行い、講習を総括しました。

参加者はそれぞれに、「今までは雪崩に遭遇するなど関係ないことだと思っていたが、この講習会を通じて備えることの大切さを学びました。」と講習会の意義深さを述べていました。

2015 4～6月のご案内

チャレンジダイトレ！

第41回 チャレンジ登山大会

4月12日（日）

ダイヤモンドトレイルコースのうちの二上山から天見駅までの縦走に、登山とトレイルランでチャレンジ。あなたの体力・脚力・技術に応じて初級、中級、上級を認定。

◇コース
スタート　葛城市「ゆうあいステーションふれあい広場」
⇩二上山（岩間峠）
⇩葛城山（初級ゴール）
⇩金剛山（中級ゴール）
⇩南海天見駅（上級ゴール）
◇記念Tシャツ、踏破認定証

登山の部は当日受付可

スポーツクライミングコンペ ほしだカップ

スポーツクライミングの技術・競技力の向上と、さらなる普及・発展を目的に第11回ほしだカップ」を開催いたします。

5月24日　日曜日
会場　大阪府交野市ほしだ園地内クライミングウォール
種目　リード競技
種別　①オープンクラス
②ミドルクラス
③ビギナークラス

今回の「ほしだカップ2015」は、平成27年度大阪府民体育大会（第70回紀の国わかやま国体）と（公社）日本山岳協会が主催するクライミング競技会等に大阪府代表選手を選考する予選会を兼ねています。参加応援お待ち致します。

パーソナル山行

4月29日（日）
鈴鹿山・竜ヶ岳
5月24日（日）
岩稜歩き練習会Ⅰ（蓬莱峡）
6月28日（日）
岩稜歩き練習会Ⅱ
7月24（金）夜～・26日（日）
戸隠山・高妻山

ビギナーチーム山行

4月26日
京都北山　天ヶ岳
シャクナゲ尾根～天ヶ岳～鞍馬
5月17日
比良（大津ワンゲル道）
イン谷口～釈迦岳ヤケオ山～涼峠～北小松
6月14日
鈴鹿　御在所岳　湯の山～中道～御在所岳～市の谷新道
7月12日
高島トレール　大谷山　マキノPL～石庭～大谷山～寒風山～マキノPL

ほしだ園地クライミングウォール

施設利用講習会＆体験講習会
5月10日（日）
施設利用更新講習会
5月11日（月）

大阪岳連ハイキング

179回大阪岳連ハイキング
4月18日（土）
吉野山　お花見ハイク
蜻蛉の滝から吉野山最高峰・青根ケ峰～奥千本、上千本、中千本～吉野駅
180回大阪岳連ハイキング
5月9日（土）
鈴鹿
藤原岳～御池岳
181回大阪岳連ハイキング
6月21日（日）
金剛山　石ブテ東谷

自然保護委員会

4月29日（水）
金剛山みどりの募金活動
金剛山登山道

大阪府山岳連盟 平成26年 年次総会

◆5月18日（月）19時～
◆東成区民センター
大阪市東成区大今里西3丁目2番17号

お問合せ　大阪府山岳連盟事務局
06-6973-3675
yamaosaka@hera.eonet.ne.jp
詳細またはオンライン申し込みは
http://sangaku-osaka.com

里山の植物

〈ハナミズキ〉

（ミズキ科・ミズキ属）

花水木（ハナミズキ）はアメリカの東部海岸からメキシコにかけて分布する落葉高木で、ワシントンのポトマック河畔に植栽されているソメイヨシノ返礼として日本にもたらされたことは有名である▼桜がアメリカで良く育っているのと同様、ハナミズキも日本の気候に合っているようだ▼ハナミズキの名は、ミズキの仲間で花が目立つことに由来する▼別名アメリカヤマボウシの名は、日本の近縁種のヤマボウシに似ていることによる▼山法師（ヤマボウシ）はハナミズキと同じミズキ科の仲間で、本州から九州の山地に生えている▼「山法師」の名前は、中央の丸い花穂を坊主頭に、4枚の白い花びらを　白い頭巾に見立て、比叡山延暦寺の「山法師」になぞらえた▼箱根はヤマボウシの日本一の名所といわれ、6月中旬に白い花が群れて咲き、「かながわの花の名所100選」にも選ばれ、芦ノ湖東岸中央部から見る三国山のヤマボウシが特に美しいと言われているが、ハナミズキに人気を奪われ、隠れた存在であるのはハナミズキの花より艶やかさが劣るからであろう。

（石水久夫）

編集後記

編集作業、現在はパソコンの編集ソフトが充実して、随分楽になった。それでも最終段階の校正ではミスが許されないので、何度も読み返し、修正をかけることになる。HPの場合はすぐに訂正出来るが山岳大阪はそうはいかない。頑張りましたが、はてまだチエック漏れてるところありますでしょうか。漏れがありましたらご容赦ください。

今回は新規催行をメインにしました。春です、新期になります。新しい山へ。春らしい明るい紙面になったでしょうか。

（豪ノ宮）

大阪印刷工業株式会社　〒581-0038 八尾市若林町2丁目114番地 TEL072-949-3777 FAX072-949-6843