

「秋山の気象判断実技講習 大菩薩嶺」開催報告

猛暑の名残が続く10月下旬、都心より10度ほど気温が低い大菩薩嶺の周回ルートで、秋山の気象判断の実技講習会を開催しました。実技講習では、二つの情報を組み合わせるためのトレーニングを行います。一つ目は、入山前の「事前情報」で、計画期間中の予想天気図等により、危険な暴風雨や降雪、高度別の気温変化など、人体に深刻なダメージを与えないか、核心部の通行時間帯に危険がないかなどを確認します。二つ目は、登山中に入山する「現地情報」で、現場での体感や観測結果、高地でも取得可能な気象情報などです。こうした二つの情報を組み合わせ、遭遇する様々な気象の変化をとらえて検討し、危険を回避し、安全登山のための意思決定を行います。

大菩薩嶺は日本百名山の一つでもあり、秋晴れの素晴らしい景色を期待しましたが、当日の天気予報は「曇り時々雨」とはいえ、ソコソコ雲もあって雨も降るとのことなので、気象講習会としては絶好の条件に恵まれました。唐松尾根から振り返ると、上下に分かれた雲の層のスキマに甲斐駒ヶ岳付近の稜線が見え、高層には灰色の雲が一面に広がり、富士山の前衛の山々には、白い雲海が広がっています。目の前で繰り広げられるダイナミックな大気の運動に、受講者も講師も見惚れます。結局雨は降りませんでした。安全登山を続けるには、こうした二つの気象情報を必須の装備として、食料などとともにも持ち歩くことが重要です。

気象委員会 委員長 島田 義信



富士山と雲海、上層雲の写真



大菩薩嶺山頂で集合写真

「第32回日本山岳耐久レース(24時間以内)長谷川恒男Cup」開催報告

2024年10月13日～14日、今年も奥多摩の山々71.5kmを駆け巡る「日本山岳耐久レース(24時間以内)長谷川恒男Cup」が、あきる野市の五日市中学校をスタート、五日市会館をフィニッシュとするコースで開催されました。今年は晴天の下、1,818名が参加し、1,503名が制限時間の24時間以内にフィニッシュし、完走率は82.7%となりました。

総合優勝は男子が2回目の優勝となる吉野大和選手(7時間20分51秒)、女子が初出場で初優勝となる吉住友里選手(8時間49分01秒)でした。男子最年少選手は城道慎太郎選手(16歳)、女子最年少選手は鹿森翼選手(21歳)でした。最高齢完走者は早川恒雄選手(83歳)で、23時間59分04秒、最終ランナーとして最後まで諦めずにフィニッシュしました。

昨年より設定した三頭山周辺の国立公園特別保護地区での歩行指定区間については、昨年のエリート選手が走行可能、一般選手が走行不可という区分けから、19時以降一律に走行を不可へと変更しました。今大会は来年スペインで行われるトレイルランニングの世界選手権のロング部門の選考レースとされていることから、選手間の公平性を尊重し、かつ競技性と自然保護の調和を保つためにルールを変更しました。

自己への挑戦として、42km地点の月夜見第二駐車場まで水分の補給は得られず、自分のスピードと消費するエネルギーを考えて、持ち物を精査するスタイルは他のトレイルランニング大会には見られない特徴です。

次回も多くの選手の挑戦を楽しみにしています。

トレイルランニング委員会 委員長 川瀬 恵一



女子総合優勝 吉住 友里選手



男子総合優勝 吉野 大和選手

加盟山岳会紹介・会員番号 52 ～どんぐり山の会～

どんぐり山の会は、昭和30年6月にそれまで緑山岳会で活躍していたメンバーによって設立されました。全員が「俺が俺が」の時代だったので、代表はおるか会の名前さへ決まらずにいたところ、「どんぐりの背比べ」だから「どんぐり山の会」で良いんじゃないの?、また会長という歳でもないで代表という肩書で、当時24歳だった小川裕三が頭ということでスタートしています。昭和6年生まれの南博人氏や松本龍雄氏らと同年で、谷川岳に年中通っていました。

創設メンバーの中には、谷川小唄やノ倉ズンドコ節の作詞者・富岡久也氏もいます。初登攀も何本かあるようですが、その当時は記録するよりもどンドン登れという雰囲気が強かったようできちんとした記録が無いようです。来々が創立70年になるので記録を集めているところです。どちらの会でも同じでしょうが、設立後20～30年頃が最盛期で山田勲以下武井暢明・堤信夫などが海外で活躍し、青沼雅秀・岡田勇孝・坂本憲正などがルート開拓やフリー化などで国内外で活躍しました。

現在は長期休暇取得が難しいメンバーが多いので、国

内の岩・雪・氷のルートをファンクライミングで登ることが多いです。11月には70周年記念事業第一弾として九州クライミングツアーを行い、日向神エリアの東南、カニのハサミ岩と宮崎・雌鉾岳スラブを登り三澤澄男氏を表敬訪問しました。切磋琢磨して自了した登山者になることを目指す、共に登る仲間を求めています。

どんぐり山の会 代表 海田 勝



左上: カニのハサミ岩西稜
右上: 雌鉾岳左エリア下部
左下: 雌鉾岳左エリア見上げ
右下: カニのハサミ岩エントランスエリア



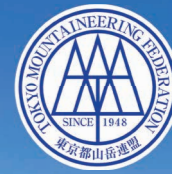
三澤澄男氏を囲んで「俺・鹿川」にて

編集後記

令和六年も通信四号まで発行出来ました。毎年のことですが通信四号の企画、編集の頃になると、年度末で忙しい通信一号、山の風が気持ち良い初夏の二号、夏山のなごりが残る三号と、その時期の気候や世の中の出来事などが思い出されます。もう何年も前から言われていますが地球の温暖化が進み、今年も世界各国で大きな天災に見舞われました。地球温暖化を元に戻すのはすでに手遅れだという学者もいるようです。今号はこの秋に行われた大きな大会報告を二つ掲載しました。アスリート達は元気に頑張った結果を残している。いま我々にできることは次世代を担う若人たちが希望を持って世界を残すことだと思っていますが、都岳連も様々な活動を通してアスリート達を応援し続けています。年が明けて一月には恒例の新春の集いも開かれます。また皆様と元氣にお会いしたいと思います。出版委員会 星野恒行



スポーツ振興くじ助成事業



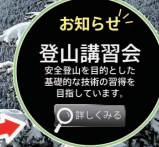
2024年4号

公益社団法人東京都山岳連盟

TMF とがくれん通信

写真: 個人会員 児玉 礼 / 雪のハケ岳

都岳連HPでクリック!



2024年度役員研修会・講習会での事故防止と事故発生時の対策を考える

2024年度は11月に2回役員研修会を行ないました。9月15日安全登山教室登り教室で講師が転落し骨折、警察消防に夜間救助して頂く事故が発生したことを踏まえ、これまで約20年の間に講習会中に起きた事故事例と教訓を共有し、事故防止と発生時の対応について意見交換を行ないました。教室・講座によりばらつきもあり、これから取り組む内容もあります。新しい年を迎えるにあたり、安全な登山・クライミングを楽しんで頂く一助となれば幸いです。

講習会(山行・クライミング)におけるリスクシミュレーションと事前準備

- 講習中の事故トラブル(発生箇所・ケース)の想定と対処方法
 - 各講習パターンで想定される事故やトラブルを想定し参加者にも共有
 - 転落のリスクがある箇所、コース・メンバーの状況に応じた安全対策準備
 - ロープを使う講習では講習手順、安全確保策を資料化し参加者にも共有
 - 怪我等に備えた応急処置用品・持病薬などの用意(共同・各個人)
 - 外傷、ひび・骨折、捻挫、火傷、持病から想定される傷病薬等
 - エスケープルート・講習継続可否の判断基準を想定
 - テント・雪洞泊での酸欠、鍋をひっくり返し火傷等炊事のリスク
- 傷病発生時の対応想定
 - 転落など以外にも体調不良や心臓・脳疾患が発生した場合の対応を想定する
 - 意識混迷、意識不明(脈あり)、心肺停止・脈無し
 - 夏の熱中症、冬期の低体温症、凍傷など自然状況による傷病への備え



登山学校総合講座第1回 雪の立山縦走

事故発生時の一次対応

- 安全確保＝滑落などは安全な場所、救助対応が可能な場所まで移動・搬送する
- 応急処置＝怪我傷病の処置を行なう
 - ・沢登りやバリエーションなど、ロープを使った活動を山で行なう講習講師はロープレスキュー・移送技術は必須、基本用具必携
 - ・講師は応急処置などのセルフレスキュー対応ができること

事故発生時の二次対応＝搬送・下山・救助要請

- 自力下山＝歩行可能、搬送可能、緊急対応が必要でない場合
- 救助要請
 - ・重傷病の場合＝医療機関での早急な手当てが必要
 - ・下山までパーティ内で搬送対応できない、難しい場合

リスク管理・安全対策は組織として対応する

- 基本＝担当任せにせず、対応・対策の方針を共有、浸透・確認を行なう
- 事前準備と対応想定、講師の習熟、参加者との共有
- 救急用品携行+連絡手段確保(携帯不感地帯ではトランシーバを携行)

公益社団法人東京都山岳連盟 会長 廣川 健太郎



公益社団法人 東京都山岳連盟

〒101-0048 東京都千代田区神田町2-10 パークサイドセブン2F

Tel/03-3526-2550 (月～金13:00～17:00) Fax/03-3526-2551(常時) https://www.togakuren.com E-mail:lej04543@nifty.com

<出版委員会からのお知らせ>

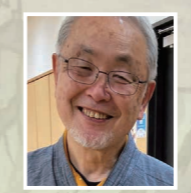
とがくれん通信のタイトル写真を皆様から募集いたします!!
都岳連ホームページ山岳写真募集コーナーへ「とがくれん通信タイトル写真」とコメントをいれて応募してください。

杉山修の山と版画の世界



「利尻月光」6版29色摺 400×500mm
越前和紙 顔料 墨

2023年度の山の遭難者数は3,568人で過去最多を記録したそうだ。
 ◎年代別では、1位：70才代 2位：60才代
 ◎事故要因では、1位：道迷い 2位：転倒 3位：疲労
 驚いたのは山域ではなんと1位が高尾山、2位が北アルプスだった。山岳救助隊の出動回数も過去最多、高尾山ではヘリコプター出動案件もあったそうだ。たとえば長野県や岐阜県では県外からの登山者のために県の予算で警察、防災ヘリに多大な予算を使われている。地元自治体としては迷惑な話だろう。我々登山者は正しい知識、情報、体力をもって登山しなければならない。
 さて今回の作品は北海道、利尻島、利尻山です。深田百名山に入っているので多くの登山者が全国から訪れる。日本海とオホーツク海に挟まれている独立峰のため海流や海風の上昇気流が遮られずに気象の影響を受けるため天候も不安定になりがちだ。
 私達の山岳会、好山会はある年この山で合宿を計画した。北面からの登山道、南面からの登攀、やはり北面の沢からのスキーと3ルートからの集中登山だった。山行は予定どおり終了して帰りのフェリーまで日程が余ったのでレンタカーで島内を一周することになった。その際に訪れたオタマリ沼からの利尻山の姿だ。午後の斜光線で沢筋に立体感がでて凛々しい姿だった。
 あえて薄暮に月を想像して作品にしてみた。



プロフィール
 杉山 修(すぎやま おさむ)
 1946年東京、下町に生まれる。
 登山活動の傍ら、四季を通して、写真・スケッチの取材を行い、山岳風景をテーマに、自撮り、自彫りの木版画を発表している。
 好山会会員、日本山岳画協会代表幹事、日本版画院同人、日本山岳文化学会会員
 ホームページ: osamuhanga.com

山岳写真講座「白駒池周辺で秋を撮る」実施報告

山岳写真家の塩田諭司氏(2023年全日本山岳写真展協会賞受賞)を講師に迎え、2024年10月19日～20日、北八ヶ岳・白駒池周辺にて秋の山岳写真教室を行いました。初日は、白駒池から高見石まで登りながら写真撮影、高見石小屋では名物の揚げパンを楽しみました。今回は青苔荘に宿泊して翌朝は、青苔荘の苔観察会に参加。白駒池周辺で苔を観察、生態などを教わりながらの写真撮影。なんと、国内には1800種の苔があって、八ヶ岳には519種類も確認されているとのこと。観察会を終えて、青苔荘で美味しいアップルパイもご馳走になりました。
 2日目はこの後、麦草峠まで歩きながらの写真撮影。苔や紅葉の写真撮影の仕方、構図に関する質問が飛び交って、なかなか前に進みませんが、これもまた写真教室ならではのゆったり山行。フィナーレは麦草ヒュッテ名物のかぼちゃプリン。紅葉、苔、そしてスイーツと盛りだくさんの2日間でした。
 その後10月29日には机上講習会(講評)が行われ、撮影した写真についてアドバイスを頂きました。受講生の素晴らしい作品は講師のコメントとともにHPでご覧いただけます。山岳写真教室は都岳連認定プロガイドが帯同しますので、登山初心者の方でも安心して参加頂けます。また、スマホのみでの参加でも大丈夫です。
 今後も定期的に開催しますので、是非ゆっくりと山を楽しみながら、塩田講師の丁寧な指導の下、素敵な写真を撮ってみませんか？



青苔荘前で集合写真



高見石小屋の揚げパン

白駒池の紅葉

プロガイド養成委員会 宮崎 薫

全国優待施設案内

- ◎宿泊施設
 - ◎奥多摩/三条の湯
 - ◎奥秩父/雲取山荘
 - ◎富士山/三ツ峠山荘、トモ工館
 - ◎谷川岳/関東/谷川岳肩ノ小屋、永楽荘、谷川温泉(株)旅館 たにがわ、孀恋の宿 あいさい、土合山の家、下仁田 荒船の湯
 - ◎日光/日光澤温泉、スパ・ビレッジカマヤ、(株)奥日光小西ホテル
 - ◎浅間/天狗温泉 浅間山荘
 - ◎尾瀬/山ノ鼻小屋、尾瀬小屋、燧小屋
- ◎新潟/笹原館、燕温泉(有)ホテル花文、赤倉温泉大野天風呂「滝の湯」
- ◎丹沢/蛭ヶ岳山荘、みやま山荘
- ◎八ヶ岳/蓼科山頂ヒュッテ、赤岳天笠荘、ヒュッテ夏沢、美濃戸山荘、八ヶ岳山荘、八ヶ岳オーレン小屋、ペンションさんどりよん
- ◎北アルプス/明神館、太郎平小屋、薬師沢小屋、高天原山荘、スゴ乗越小屋、みくりが池温泉、雷鳥沢ヒュッテ、らいちょう温泉雷鳥荘、ロジック立山連峰、大和リゾート(株)Royal Hotel 長野、中房温泉、殺生ヒュッテ、新穂高温泉 ひがくの湯と登山者食堂、白馬八方温泉
- ◎中央アルプス/ゲストハウスみんなのいえ
- ◎南アルプス/北岳肩ノ小屋、山彦荘、赤石温泉
- ◎東北・北海道/八幡平高原ホテル、アルプ天元台、八甲田山荘、飯豊山荘、竜山荘、三斗小屋温泉 大黒屋、酸ヶ湯温泉、八幡平リゾート(株)八幡平マウンテンホテル、(株)宿かり屋ドッドコム 焼走り国際交流村、(有)元湯甲子温泉 大黒屋、十勝岳温泉、(株)社凌雲閣
- ◎関西・中国/ホテル大山 しろかね、ペンションいぶき、皆生温泉(株)三井別館
- ◎四国/剣山頂上ヒュッテ
- ◎登山用具販売店 神田/さかいやスポーツ
- ◎クライミングジム 西東京市/クライミングジム GIRI.GIRI

「SAGA2024 (第78回国民スポーツ大会)」競技結果報告

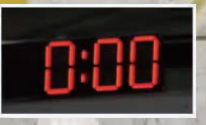
少年女子ボルダーク決勝 残りゼロ秒で2人同時に完登、優勝を決めた!!
 左:山崎選手 右:松浦選手



東京都庁で行われた解団式で、国スポ優勝団体として東京都山岳連盟が表彰されました(左:山崎選手、右:松浦選手)



優勝トロフィーの喜びを分かち合う(左:上原玄武選手、中:上原一剣選手、右:世原選手) SAGA国スポで総合優勝を果たした東京代表選手・監督



■競技別成績/選手団

種別	監督	選手	選手	リード	ボルダーク
少年女子	渋谷 愛	松浦 朱希	山崎 彩葉	1位	1位
成年女子	武田 尚子	青柳 未愛	柿崎 未羽	1位	4位
少年男子	柿崎 暢	上原 一剣	笹原 蓉翠	7位	5位
成年男子	大高 伽弥	上村 悠樹	上原 玄武	7位	7位

トレーナー 市川 圭一、藤井 沙季

第78回国民スポーツ大会が佐賀県多久市で開催され、都岳連のスポーツクライミング代表選手たちが、2013年東京国体以来11年ぶりの天皇杯・皇后杯をW獲得しました。

大会当日は天候にも恵まれ、心地よい秋晴れのもと競技に臨むことができました。今大会より国民体育大会から国民スポーツ大会に名称が変わり(以下国スポと呼ぶ)、初のナイトゲームが採用され、また秋篠宮佳子さまが観戦に訪れるなど話題性の多い大会でもありました。

東京チームは、少年女子・成年女子・少年男子・成年男子の4種別全て関ブロを通過して、国スポに参戦しました。3日間の競技日程の中、ボルダーク・リードの2種目を予選・決勝の2ラウンド戦い、全種別・全種目で決勝進出してポイントを獲得し総合優勝することができました。

少年女子の松浦朱希選手・山崎彩葉選手は中学3年生と大会最年少ながら、リード・ボルダーク2種目とも優勝、チームの総合優勝に大きく貢献してくれました。松浦選手は2種目ともMVP賞を獲得して多久市から表彰を受けました。

成年女子の青柳未愛選手・柿崎未羽選手は、大会直前のケガや選手交代があった中、ベテランの力を発揮してリード優勝・ボルダーク4位の成績を獲得してくれました。また競技以外にもチームを引っ張ってくれました。柿崎選手はリードでMVP賞を獲得しました。

少年男子の上原一剣選手・笹原蓉翠選手は、関ブロ不戦通過で、しかも2人とも国スポ初出場でしたが、チームワークがととも良

く、みごと決勝進出して結果に繋がってくれました。宿舎では年下選手の宿題を手伝う優しい一面も見せてくれました。

成年男子の上村悠樹選手・上原玄武選手は、直前で選手交代があり、また強豪が多い種別での戦いで2種目とも決勝進出してチームに貢献してくれました。また上原選手は兄弟での参戦となりました。

この大会と同じ日程で開催されたアジア世界選手権に、国スポ参加予定であった小俣史温選手、中村真緒選手、平野夏海選手、美谷島ももか選手が招集され、4名の選手・監督を交代した中でも国スポが総合優勝することができ、改めて都岳連選手の“強さ”と、“層の厚さ”を実感する大会でもありました。

最後になりますが、仕事を休んで帯同してくださった監督の皆さま、3日間選手のケアにご尽力くださったトレーナーのお二人、選手育成に携わって頂いた指導者の皆さま、活動を支えて下さったSC局の皆さま、派遣をサポート頂いた事務局の皆さま、育成事業という性質ゆえ収益性を伴わないSC局を支えてくださっている、都岳連の皆さまのご理解・ご協力あっての成果であり、心から感謝しております。

- 期間 2024年10月12日(土)～14(月)
- 場所 九州クライミングベースSAGA (佐賀県多久市)
- 総合成績
- 男女総合(天皇杯) 優勝
- 女子総合(皇后杯) 優勝
- スポーツクライミング局 理事・副局長・国スポ選手強化委員長 柿崎 暢

