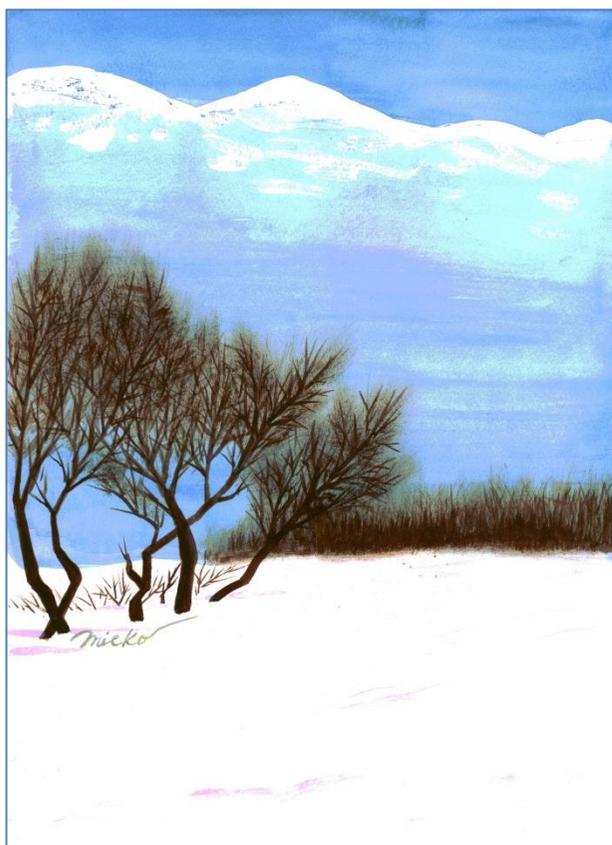


# あかけら

No.351



2018. 2

岩手県勤労者山岳連盟



盛岡山友会



# あかげら

# 2月号

も く じ

- 
- 1 縦走路 「山ごはんの記憶」 大木 由里  
2 今後の日程
- 

3 今後の山行計画

---

- 7 運営委員会報告  
8 事務局から  
9 専門部報告  
●山行管理委員会 ●教育遭対部  
9 志向別山行グループからのお知らせ  
◆岩手の名山歩こうかい、四季の山  
10 行ってきました！
- 

▲山行報告

- 11 宰郷山から大欠山縦走 佐々木 善男  
12 三ツ石山スキーツアー 村田 眞司
- 
- 14 冬山入門講座実技(ピッケル・アイゼン訓練 鶏頭山) 報告 山口 斉  
15 岩手県勤労者山岳連盟主催の雪崩講習会(初級)に参加して 阿部 好晴  
17 エッセー ある日、ある時 “ 餓鬼と畜生 ” 淡 望天  
19 交流の広場



## 山ごはんの記憶

No.452 大木 由里

初めての山ごはん（山行前・中・後にみんなで食べるごはん）は、裏岩手の稜線で食パン3枚入りパックと魚肉ソーセージが渡され、紙パック入りの苺ジャムをみんなであげて食べました。稜線を歩くのも初めてで、遠くの山々の残雪が美しく山の魅力に一気に引き込まれた瞬間でした。

前日キャンプした時は、大抵はカレーライスでした。意外にもご飯が簡単に炊けることがとても面白かったです。ちょっと硬く炊けても、焦げてもそれなりに美味しく食べられました。時には、タラの芽を摂ってきた人がいて天ぷらにして食べた時もありました。また、料理上手な人が様々腕をふるってくれて、限られた食材と調理器具でよく出来るものだと感心しました。ちょっとしたパーティとなり、やはりこれも山の魅力です。

山行前の朝ごはんは、暖かいごはんが嬉しい。ラーメンを雨の中で食べた時は、まだ、レインスーツも借り物で背中を湿らせながらこの後の山行を不安に思いました。別の日は、2つのお鍋の内、一つはうどんにして、油揚げと玉子を落として味噌味が体を温めてくれました。もう1つのお鍋でご飯を炊き、お昼のおにぎりにして、いざ山へ。

山ごはんが一番嬉しいのは、山頂ラーメンでした。下界では食べないシンプルな即席ラーメンは、山を登った後の水分・塩分補給に嬉しいものです。そして、食材は多くないけれど、やっぱり達成感が美味しさを加えているなと思います。

山友会に入った時、姫神山の山行後、豚汁を作っていただいて食べたことがありました。ああ久しぶりの山ごはん。また一つ私の山ごはんの記憶が加わりました。もっともっと、テント泊など参加して山ごはんの記憶を増やしていきたいです。

# 今後の日程 (2018/3/1~2018/4/4)

行 事		行 事	
3/1		18	▲矢越山 (名山)
木		日	
2	2/26~3/4 No.455 大倉 博	19	
金		月	
3	▲栗駒山 (銀世界) ▲田沢山~不動岳~東根山 (県境)	20	3/19~3/25 No.2 渡邊健治
土		火	
4	☆県連総会 (花巻市)	21	▲毛無森 (銀世界)
日		水	
5		22	▲三ツ森山 (ウィーク)
月		木	
6		23	
火		金	
7		24	
水		土	
8		25	
木		日	
9	3/5~3/11 No.385 小田嘉洋	26	
金		月	
10	▲山伏岳 (銀世界) ~11 日	27	3/26~4/1 No.234 古川 孝
土		火	
11	▲八甲田山 (銀世界)	28	◎3 月例会 (勤労福祉会館) 18:45~
日		水	
12		29	
月		木	
13		30	
火		金	
14	◎運営委員会 (勤労福祉会館) 18:45~	31	▲金ヶ崎駒ヶ岳・経塚山 (銀世界)
水		土	
15	3/12~3/18 No.279 松田幸久	4/1	
木		日	
16	▲下東山の北側 (県境) ~19 日の うち 2 日間	2	
金		月	
17	▲源太ヶ岳 (四季) ~18 日 ▲岩手山 (銀世界) ~18 日	3	4/2~4/8 No.382 三浦明夫
土		火	
		4	◎第 32 回定期総会 (勤労福祉会館) 18:45~
		水	

- ◆「やま・ともサロン」は日程を決めず、会員の希望により随時開放します。ご希望の方はお電話ください。090-4318-5128 (No.19 中村美栄子)
- ◆山行管理専用アドレス : morioka\_yamakan@freeml.com

# 今後の山行計画

\* 掲載の山行企画は全会員を対象としています。

【山域/ルート】 栗駒山 1627.4m			企画	グループ銀世界
実施日	3月3日(土)		地形図	栗駒山(1/25000)
目的	栗駒山を滑る			
難易度	歩行:★★	荷物:★	技術(積雪期):★★	
コメント	山頂を目指し、360度の展望を楽しみ、一気にいわかがみ平から駐車場まで滑る。			
締切り	2月25日(日)	打ち合わせ	3月1日(木) 銀世界例会	
問合せ	No.380 大峠茂喜 連絡先:TEL 090-7068-1104 (メール可)			

【山域/ルート】 田沢山~不動岳~東根山 928.4m			企画	県境の風
実施日	3月3日(土)		地形図	南昌山、志和(1/25000)
目的	ラッセル訓練			
難易度	歩行:★★	荷物:★★	技術(積雪期):★	
コメント	志波三山縦走路(不動岳~東根山)でラッセル訓練 コース:秋津神社~田沢山~不動岳~東根山~ラ・フランス温泉館			
締切り	2月23日(金)	打ち合わせ	2月26日(月) 18:30 おでって2F	
問合せ	No.370 本間典 連絡先:TEL 090-6782-2853 or SMS			

【山域/ルート】 山伏岳 1315.1m			企画	グループ銀世界
実施日	3月10日(土)~11日(日)		地形図	秋ノ宮(1/25000)
目的	銀世界初めての山を滑る			
難易度	歩行:★★	荷物:★★	技術(積雪期):★★	
コメント	ルートファインディングをしながら秋田の雪を滑りましょう! 山行は1日ですが、小安峡のコテージに1泊して温泉・中間報告会を楽しみます。			
締切り	2月25日(日)	打ち合わせ	3月1日(木) 銀世界定例会	
問合せ	No.294 松田希 連絡先:銀世界掲示板 TEL 080-3323-2367(メール可)			

【山域/ルート】 八甲田山(高田大岳 1552m)			企画	グループ銀世界
実施日	3月11日(日)	地形図	酸ヶ湯、八甲田(1/25000)	
目的	八甲田の樹氷を滑る			
難易度	歩行:★★	荷物:★	技術(積雪期):★★	
コメント	樹氷を楽しみ、豪快に滑る。酸ヶ湯から大岳を予定。			
締切り	2月27日(火)	打ち合わせ	3月1日(木) 銀世界定例会	
問合せ	No.234 古川孝 連絡先:TEL 090-8923-3120 (メール可)			

【山域/ルート】 下東山(1117.2m)の北側			企画	県境の風
実施日	3月16日(金)～19(月)のうち2日間	地形図	樺台、焼石岳(1/25000)	
目的	秋田県境を歩く(県境区間 1.6 km)			
難易度	歩行:★★	荷物:★★(1泊)	技術(積雪期):★★	
コメント	昨年渡渉で苦労した大深沢の北側の尾根を登って県境を目指します。			
締切り	3月5日(月)	打ち合わせ	3月12日(月) 18:30 おでって2F	
問合せ	No.372 辰巳和司 連絡先:TEL 090-9359-6192、dyy_tatsumi@ybb.ne.jp			

【山域/ルート】 源太ヶ岳 1545m			企画	四季の山
実施日	3月17日(土)～18日(日)	地形図	八幡平(1/25000)	
目的	冬の泊まり山行			
難易度	歩行:★★	荷物:★★	技術(積雪期):★★	
コメント	松川温泉口より入り大深山荘に泊まります。			
締切り	3月7日(水)	打ち合わせ	3月12日(月) 18:30 おでって2F	
問合せ	No.140 石澤妙子 連絡先:TEL 019-625-0180、090-7560-6261			

【山域/ルート】 岩手山 2038.2m			企画	グループ銀世界
実施日	3月17日(日)～18日(日)	地形図	篠崎、姥屋敷他(1/25000)	
目的	雪の岩手山の頂上に登る			
難易度	歩行:★★	荷物:★★	技術(積雪期):★★	
コメント	スキーで登り、お花畑に泊る。			
締切り	2月27日(火)	打ち合わせ	3月1日(木) 銀世界定例会	
問合せ	No.234 古川孝 連絡先:TEL 090-8923-3120 (メール可)			

【山域/ルート】 矢越山 519.6m			企画	岩手の名山歩こうかい
実施日	3月18日(日)	地形図	津谷川、折壁(1/25000)	
目的	気仙沿岸のシンボルに登る			
難易度	歩行:★	荷物:★	技術(無雪期):★	
コメント	下山後気仙大島に橋が出来ました。気仙大橋に寄ってきます。			
締切り	3月11日(日)	打ち合わせ	3月12日(月) 18:30 おでって2F	
問合せ	No.6 千田勝則 連絡先:TEL 019-635-0201			

【山域/ルート】 毛無森 1426.8m			企画	グループ銀世界
実施日	3月21日(水)	地形図	陸中折壁、早池峰山(1/25000)	
目的	積雪期に盛岡市最高峰に登る			
難易度	歩行:★★	荷物:★	技術(積雪期):★★	
コメント	根田茂經由長野峠から稜線伝いに登ります。下りはススイイかな。			
締切り	2月27日(火)	打ち合わせ	3月1日(木) 銀世界定例会	
問合せ	No.234 古川孝 連絡先:TEL 090-8923-3120 (メール可)			

【山域/ルート】 三ツ森山			企画	ウィークディクラブ
実施日	3月22日(木)	地形図	大更(1/25000)	
目的	平日山行を楽しむ			
難易度	歩行:★★	荷物:★	技術(積雪期):★★	
コメント	八幡平市の三ツ森山(3つのピーク)に挑んでみませんか。 北峰(640.5m)、中央峰(626m)、南峰(623.4m)。			
締切り	3月15日(木)	打ち合わせ	3月19日(月) 18:30 おでって2F	
問合せ	No.196 工藤敬子 連絡先:TEL 019-635-3203 FAX可			

【山域/ルート】 金ヶ崎駒ヶ岳 1129.6m、経塚山 1372.6m			企画	グループ銀世界
実施日	3月31日(土)	地形図	夏油温泉(1/25000)	
目的	銀世界未踏のルートからの挑戦			
難易度	歩行:★★	荷物:★	技術(無雪期):★★	
コメント	夏油大橋から金ヶ崎駒ヶ岳へ、そして経塚山へ向かいます。			
締切り	3月14日(水)	打ち合わせ	3月28日(水) 18:30 山友会例会前	
問合せ	No.305 山田潔 連絡先:銀世界掲示板 e-mail kyamada0815@ybb.ne.jp			

【山域/ルート】 焼石岳 1547.9m		企画	グループ銀世界
実施日	4月14日(土)	地形図	焼石岳(1/25000)
目的	ロングコースを滑る		
難易度	歩行:★★★	荷物:★★	技術(積雪期):★★
コメント	春スキーを楽しみます。		
締め切り	3月31日(土)	打ち合わせ	4月5日(木) 勤福、銀世界定例会後
問合せ	No.323 三浦良夫 連絡先:Tel 019-663-8668 (メール可)		

あかげら 3月号に掲載する山行計画は、書面、メールにて、山行企画部

No.234 古川 孝 090-8923-3120(ショートメール可) [mountfuru2@yahoo.co.jp](mailto:mountfuru2@yahoo.co.jp)

までお願いします。締め切りは3月11日(日)です。

なお、フォーマットは会員専用HP左下の様式ダウンロードを御利用ください。

### 原稿のお願い

3月号の原稿締め切り

◎ 3月10日(土)

※手書き原稿の場合は、2日前までとします!

### 原・稿・の・基・準

■ サイズ: B5

■ 本文枠: 幅14cm・縦22cm以内 又は 余白: 上・下・右・左20mm

■ 本文のフォント: 10~12ポイント、明朝体、またはゴシック体で

※編集作業中に文字化けする可能性がありますので、フォントは守って下さい

□ 送り先 ◎手書き原稿(郵送)

会員No.357 渡部 彩子

〒020-0632 滝沢市牧野林 1047-66

Tel 090-7528-1968

◎メール原稿

会員No.301 久保 加世子

メールアドレス [k-kubo@mba.nifty.ne.jp](mailto:k-kubo@mba.nifty.ne.jp)

# 2017年度 第11回運営委員会報告

出席者確認(出席者数：14/23名) 2018.2.14(水)18:45～20:45 勤労福祉会館

渡邊 中村(美) 石澤 小田(嘉) 中村(数) 松田(幸) 千田 古川 福山 小川  
辰巳 渡部(彩) 大倉 大森

【進行：渡邊、 記録：中村(美)】

## 1 会長あいさつ

## 2 報告事項・確認事項

- (1) 現在の組織状況 (2月14日現在)  
会員数 101名 (男 56名、女 45名)、登山時報 53部 (増減なし)
- (2) 各専門部等の取組状況
  - ① 自然保護部…2/17 (土) 冬の自然観察会予定 (岳～七折の滝)
  - ② 会報部…「あかぎら」のページ数を削減したA4版化について検討を始めました  
→下記 協議事項へ
- (3) その他報告事項…別記 (事務局の項に)

## 3 協議・承認事項

- (1) 県連定期総会の代議員選出について  
当会の代議員 10名の選出について協議し、各専門部から1～2名を推薦してもらうこととした。【県連総会 3月4日 (日) 10時から 出席者は9時 都南大橋駐車場に集合】
- (2) あかぎら発行方式の見直しについて
  - A4判コピー中折ホッチキス留めとすることで、印刷製本費が大幅に縮減 (現行の半分以下) できること分かり、PDF版を原則化する前提だった予算上の負担が軽減されることが判明。
  - そこで、新年度は印刷方法を見直すとともに、会員の意向を再確認しながら引き続きPDF版の普及拡大を図ることとする。
- (3) 定期総会議案の検討について…会の目指す姿の再確認と初級登山教室のあり方を検討
- (4) 雪崩ビーコンの購入について  
現在の会装備 (AB1500) 5台が古くて使い物にならなくなったことから、3次元デジタル雪崩ビーコン 2台を購入することとする。

### ◆当面の予定

3月 4日 (日)	県連総会 (花巻市)	3月 28日 (水)	3月例会
3月 14日 (水)	第12回運営委員会	4月 4日 (水)	第32回定期総会

## 事務局から

### 第 32 回定期総会の開催について【重要】

盛岡山友会の第 32 回定期総会を以下の通り開催します。前年の活動総括と新年度の活動方針等を決めるもので、出席は会員の義務です。万障繰り合わせて出席ください。

やむを得ず欠席される方は 3 月 28 日(水)までに委任状を事務局に提出してください。

#### 記

日時：2018 年 4 月 4 日（水）18：45～

場所：盛岡市勤労福祉会館

議題：2017 年度活動総括及び決算、2018 年度活動方針及び予算案ほか

#### ☆ 会員動向（2/14 現在）

会員数 101 名（男 56 名、女 45 名）、登山時報 53 部（増減なし）

#### ☆ 会費納入について

- ・ 今年度の会費等（会費・遭対基金・登山時報代）について、未納の方は早めの納入をお願いします。
- ・ 遭対基金（新特別基金）について、口数の変更は早めに、必ず会計担当の No.140 石澤妙子に連絡してください。
- ・ 登山時報については、新規購読又は中止の場合は 2 月中にお知らせください。

#### ☆ 3 月例会の日程に注意!!

2017 年度の第 31 回総会議案書に、3 月例会が 3 月 21 日（火）になっていましたが、3 月 28 日（水）の間違いでした。ご注意ください。

#### ☆ 「あづまねイイ山イイ湯だなプロジェクト実行委員会」からトークショーのお知らせ

日 時：3 月 3 日（土）13：30～

場 所：オガールプラザ/紫波町情報交流館 1F ロビー

内 容：阿部陽子さんと浅見アナウンサーの対談形式による講演会（無料）

#### ☆ 例会の司会と後片付け担当

担当月	担当部	担当月	担当部	担当月	担当部
4 月/10 月	教育遭対部	5 月/11 月	山行企画部	6 月/12 月	会報部
7 月/1 月	組織部	8 月/2 月	事務局	9 月/3 月	自然保護部

本日の会場担当は **事務局**です

**3 月例会は 3 月 28 日（水） 18：45～**

# 専門部報告

## ● 山行管理委員会

### ・ 年度始めの山行管理受付者について

来年度始め（4/1(日)～22(日)）の山行受付は、山行管理委員の新メンバーが決まるまで今年度のメンバーの順序で継続となります。

## ● 教育遭対部

### ・ 雪洞訓練

ピッケル・アイゼン訓練とシート搬送訓練も行います

日 時 : 3月21日(水・祝日)

場 所 : 網張温泉付近

申し込み : No.267 中村数博 090-2270-9185

申し込みの際に氏名と会員番号をお願いします

締め切り : 3月15日(木)

当日は8:00集合。車は網張温泉ビジターセンター下の駐車場に停めて下さい。

持ち物 ・ 冬山の日帰り基本装備、昼食

・ ピッケル、アイゼン、輪かんじき、ストック、スコップ  
持っている方はカラビナ、スリング



## 志向別山行グループからのお知らせ

### ◆ 岩手の名山歩こうかい、四季の山

No.268 熊谷久美子

「岩手の名山歩こうかい」と「四季の山」の5月から10月までの山行を話し合います。行ってみたい山を情報交換しながら、一緒に企画しましょう。

マンネリ化の傾向になっています。新しい会員の意見や希望を取り入れ、魅力あるものにしたいと思います。

年度末でお忙しいと思いますが、参加よろしくお願ひします。

日時 3月22日(木) 18時30分～

場所 勤労福祉会館



# 行ってきました!

[1月15日～2月18日現在]

No.	月日	山域	ルート	目的	参加者名	会員	分類
1	1月18日	多々羅山 (363.4m) 舟越半島	小谷鳥地区コース (右回り)	里山に登る	L本間(典)	1	個人
2	1月20日	赤倉岳(岩手山 屏風尾根)	パノラマスキー場 ～山頂往復	赤倉岳に登る	L山田(潔)・S村田・大峠	3	個人
3	1月20日	姫神山	一本杉～山頂～こ わ坂	トレーニング	L小田(嘉)・小田(春)	2	個人
4	1月21日	東根山	ラ・フランスコー ス	トレーニング	L高橋(英)	1	個人
5	1月21日	東根山 (928.4m)	ラ・フランスコー ス	トレーニング	L岡(義)・S高橋(恵)・太田代	3	個人
6	1月28日	南昌峠	県道通し	トレーニング	L福山	1	個人
7	1月28日	鶏頭山	岳コース	冬山入門講座 (実地)	【A班】L松田(幸)・S松田(希) 【B班】L中村(数)・S小原(耕) 工藤(敬)・渡邊(健)・高橋(英)・ 佐々木(善)・高橋(陽)・府金(志)	11	会
8	1月28日	鞍掛山	相野沢コース(東 側コース往復)	トレーニング	L石原	1	個人
9	1月30日	姫神山 (1123.8m)	城内口～岩潜り～ 山頂～清水神社～ 城内口	トレーニング	L岡(義)・S高橋(恵)・太田代	3	個人
10	1月31日	幸郷山・大欠山	太田猪去地区～幸 郷山～大欠山～猿 田橋	縦走	L古川・S佐々木(善)	2	会
11	2月1日	高森山 (625.5m)	銭掛路線大葛地区 (盛岡市浅岸)～ 山頂往復	里山に登る	L本間(典)	1	個人
12	2月3日	送仙山	茨川開拓公園～鞍 掛山～送仙山～集 会所(浮島)	トレーニング (読図・カンジ キ歩行)	L小田(春)・S加藤(桂)・S高橋 (陽)・川村(雅)・工藤(敬)・日比 野・中村(数)・本間(典)・辰巳・小 田(嘉)・吉田(成)・大倉	12	会
13	2月4日	赤林山 (855m)	矢幅温泉～山頂往 復	トレーニング	L岡(義)・S高橋(恵)・太田代	3	個人
14	2月4日	青葉(福島県い わき)	未定	クライミング講 習会(ワンムー ブ会員講習)	高橋(英)〔会員外〕複数名	1	他団体
15	2月11日	鞍掛山	相ノ沢コース(東 側往復)	トレーニング	L石原〔会員外〕1名	1	個人
16	2月12日	姫神山	城内冬期限定コー ス	里山に登る	L本間(典)	1	個人
17	2月12日	奥入瀬溪流	グリーンミレット 他	アイスクライミ ング	L松田(幸)・松田(希)〔会員外〕 1名	2	個人
18	2月12日	東根山	ラ・フランスコー ス	トレーニング	L高橋(英)	1	個人
19	2月15日	大師森 (246m)、大 鉢盛山 (634m)	大師山森林公園P ～山頂往復、大鉢 森山林道P～山頂 往復	里山に登る	L工藤(敬)・S本間(典)・中村 (美)・石澤	4	会
20	2月17日	七折の滝	岳～七折の滝往復	冬の自然観察	L日比野・S本間(典)・工藤(敬)・ 大倉	4	会
21	2月18日	黒森山	万寿抗P～ガ口の 滝～弁当場～笠松 展望台手前往復	冬の里山を歩く	L熊谷(久)・S遠藤(千)・中村 (美)・工藤(敬)・日比野・加藤(桂)	6	会
22	2月18日	桐ノ木沢山・区 界	桐ノ木沢口～桐ノ 沢山～区界	高原散歩	L三浦(良)・S古川・松田(幸)・松 田(希)・舟越・大峠	6	会

注：これは、あくまで速報的なものですので、掲載もれや誤り等がある場合はご容赦ください。



## 幸郷山から大欠山縦走

No.477 佐々木 善男

日 程 : 2018年1月31日(水)

天 気 : 晴れ時々曇り、風弱い 気温(平地の予報値): 最低-9℃、最高-1℃

参加者 : CL 古川孝、SL 佐々木善男

行 程 : 9:05 上猪去側から登山開始~9:45 最初のピーク~10:10 幸郷山~10:50 ピーク 347m~11:40 大欠山~12:10 猿田橋近辺に下山

盛岡市上太田の幸郷山(さいごうやま 368m)から大欠山(おおかけやま 319m)に至る岩山を「剣長根」と呼ぶ。標高は低いが、この剣長根、単に長いだけでなく峰が八つ九つと連なる。最も高い幸郷山は南部の米倉を支えた鹿妻穴堰を真下に見下ろす位置にある。穴堰は慶長2年(1597年)から南部藩の御用水堰として本格的に開発された。ふもとに鹿妻神社を祀っていることから、堰の無事を祈願した水上大明神を崇拝し、幸郷山そのものが堰守だったことがうかがえる。大欠山の西側は御所ダム。大欠山は御所ダムの巨大な水圧に耐え支えている、小粒ながら力持ちの山だ。



大欠山山頂

御所ダム東側の猿田橋近辺に車をキープして、上猪去側に行って登山開始。雪で登山道は見えずルートファインディングしながら登りました。人の足跡は全く無く動物の足跡が登山道と思われるところに残っていました。積雪は最も深い所で太もも程度でした、ワカン装着せず登山靴でラッセルして登りました。

最初のピークへの急坂を登って一旦下り、登り返して幸郷山へ到着。樹木に葉がないので岩手山等展望出来ました。葉のある時期の展望は望めないかと思います。

下って次のピークへ登り、下って347mのピークへ登り、そこから3つのピークを越えて大欠山へたどり着きました。尾根道の右側は急傾斜の斜面、小さい雪庇が出来ているところがありました。大欠山で昼食。下山の道は枝尾根が多くルートファインディングしながら下りました。途中からピンクのテープを目印に下り、猿田橋の近辺に降りました。

終始ラッセルでしたが、天気恵まれ、住んでいる所の近くの歴史や名所、旧跡を知る機会にもなり、良い山行になりました。今後も単に山に登るだけでなく、事前に山や周囲の歴史や文化のことを勉強してから登ろうと思いました。私は今シーズンから冬山を始めましたが今回で5回目の冬山山行でした。里山レベルを中心に今後も冬山に登ろうと思います。



## 三ツ石山スキーツアー

No.417 村田 眞司

日程：2018年1月13日(土)～14日(日) 天気：曇り時々雪、後晴れ  
参加者：CL山田(潔)、SL船越、小原、村田  
行程：1/13(土) 9:05 網張スキー場～9:55 10 番プレート～10:45 大松倉山  
～11:15 三ツ石山荘 13:00～13:50 三ツ石山～14:10 三ツ  
石山荘 (山小屋泊)  
1/14(日) 8:05 三ツ石山荘～9:25 10 番プレート～9:35 網張スキー  
場スキーセンター

今シーズンは、雪の降りが早く、網張スキー場も12月9日はプレオープン、12月16日には定常オープンとなり、久しぶりに例年並みの雪が期待できるシーズンインであった。しかし、その後は、山にも里にも雪が少なく、街の道路には雪がない正月となっていた。それでも昨年よりは雪が多い網張スキー場のリフトを降り、三ツ石への入り口となる10番の入り口からスタートした

メンバーは4名。積雪は靴ラッセルほどで、先行者のトレースもはっきり見え、天気は小雪が舞っているが徐々に好天してくる予報であり、まずまずのスタートとなった。食当の小原さんから、スキーセンターにて担ぎ上げる食料が配分された。今朝になって1人のキャンセルが出たため、5人分を4人で分けた。しかし、実際には、小原さんのザックは材料以外の食事備品でいっぱいであり、CLは大きなコッヘルを持っているため、SLと2人で分配した。それにしてもかなりの量であった。車で行くキャンプ並みだ。細かく切られた生の野菜だけで大きなビニール袋がいっぱいだった

SLが快調に歩を進め、一度の小休憩だけで大松倉の頂上に到着。かかった時間は50分であった。雪面はそれほど固いところもなく歩きやすかったとは言え、15kg超のザックにも関わらずかなりの早さで到着した。大松倉からは、シールのまま小屋まで下りてきた。小屋まで1時間20分。日帰り含め、今までの最速タイムではないかとの事だった。



明日のツアーの下見に来られた先行者のスキーが小屋に立てかけてあったが、困ったことに1階のドアが全く動かない。引き戸の上も下も凍りついていたのであった。これも十数年の中で初めてのという事であり、年末の雨のためと推測。そのため、2Fの出入り口から出入りした

着くなり、小原さんが昼食を作り始める。各自持参の冷たくなったおにぎりやパンをお湯などで流し込むのが通常スタイルだが、ストーブにも点火し、暖かい部屋の中でいただく暖かいミートスパゲティは、格別の味だった。この時点で、まだ昼を回ったばかりで、このまま、暖かい小屋でまったりするのも良いかなとも思ったが、食べる飲む以外にやる事はな



いだろうから、本来の目的である三ツ石山頂まで行く事とする。煙突から煙が出て、人の気配を感じさせる小屋を後にして稜線を進んだ。

小屋と正対する斜面の雪庇も、今年は小さかった。稜線では、風が強く頂上が見えない時が多いが、うっすら頂上が見えたのでルート取りは楽であった。頂上直下までスキーで登り、記念撮影をし合った。その後、シールを外していよいよお楽しみである。クラストしているところからスタートし、深雪が現れ始め、不連続に雪質が変化し始める頃から滑りは面白くなってくる。ゲレンデとは違い、どこに何が待ち受けているのかわからないが、ノートラックで、樹木も無い広い斜面を滑り降りるのはたまらない一瞬だ。この時ばかりは、日常の細々とした事やここまでの登りの苦労を忘れてしまう。皆、病み付きになるわけです。いつものようにあつという間に小屋まで着いてお楽しみは終了。1時間ほどで、まだ人の気配が残る小屋に戻ってきた。

ここから、再びシェフは大活躍。昼メニューから再度紹介すると、昼食は、トマトスープパゲッティ、ポテトピザ。夕食は、ピーマンのコンビーフ詰め、ガーリックトースト、クラッカーのおつまみ、鶏鍋。朝食は、



ライスコロケ、クラムチャウダースープ、コーヒーであった。ドアも凍る酷寒の冬山で、これだけの暖かい料理を提供いただきました。料理を作る事も大変だが、ネットを駆使しながらメニューを考えレシピを調べ、実際に試作もし、そこから、人数分の材料を買ってきて、野菜を切ったり下味つけたり肉団子まで作ったりなどの諸準備は、さらに大変だったと察します。道具も、焦げないようにテフロンフライパンから始まり、パスタを茹で上げるパスタングまで持参。職責を120%以上全うするパフォーマンスをしていただいた料理人魂には恐れ入りました。4人で貸切る小屋で、思い思いの飲み物と、ジャズのBGMの中での語り合い、そして街のイタリアンレストラン並みの食事で過ごす夜は、お金では買えないプライスレスな時間でした。

翌日は快晴とまではいかないが、山々が朝焼けに輝く中、小屋を出発。振り返ると、三ツ石山の雲が切れてくっきりと見えてきて、何度も振り返りながら写真を撮りあった。これだけ晴れるのであれば、もう一度滑ってくれば良かったかなとも思いながら、40分ほどで大松倉の頂上に到着。スキー場に合流する手前でシールを取ったが、大松倉が非常に美しく、何度も写真を撮り合った。10番プレートでは、三ツ石山までのバックカントリーツアーの人達が出発準備をしていた。ウェア、スキー、シールの全て



が真新しく、これから山スキーを始める人達で、昨日会ったガイドの方からシールの付け方などの指導を受けていた。その日は、かなり大勢の入山があったようです。充実した2日間でした。

## ■ 冬山入門講座 実技(ピッケル・アイゼン訓練 鶏頭山)報告

No.479 山口 斉

日 程 : 2018年1月28日(日) 天気 : 曇り

参加者 : CL 中村数博、CL 松田幸久、SL 小原耕、SL 松田希、工藤敬子、渡邊健治、  
高橋英里子、佐々木善男、高橋陽子、府金志摩子、山口 斉

前日

氷と岩のミックスクライミングということなので、段ボールの山の中からクライミング用のヘルメットを掘り出す。しかし、ヘルメットは錆びて使い物にならなくなっていた。同じように自分の身も心も錆びて使い物にならなくなった事を翌日、痛感する事になる…。スパッツの靴底に回すワイヤーも切れかかっていたので交換する。

7:00 岳パーキング

装備の確認を行う。(ビーコンチェック等)

7:25 出発

8:15 畳石

列の順番に先頭のラッセルを交代で行う。自分は前日に交換したスパッツのワイヤーが間違っていて取り付けられてあって、靴紐部分が露出してしまふ。革靴でこれはきつい。ラッセルは、すぐに交代してもらった。小原さんは、自作してワイヤー交換をしてきたという。自分は純正品のワイヤーでさえ誤って取り付け、ペンチで固く固定してしまったので、直せない。



10:15 避難小屋

避難小屋からはニセ鶏頭までは、ワカンを装着する。自分は、昔に買って、ほとんど使うことのなかったワカンを持ってきたが、装着方法が悪いのか、すぐに外れてしまう。そのため、遅れてメンバーに迷惑をかけてしまった。佐々木さんは、ワカン・アイゼン等、購入したばかりだが、山行前に、装着して練習してきたという。

11:40 ニセ鶏頭山頂

雪、氷、岩の絶景であった。下りでは、鉄梯子をピッケル・アイゼンで登り降りする訓練を行う。

12:20 避難小屋

小屋の外で、昼食をとる。かなり、冷えてきた。

13:00 出発

13:45 畳石

順調に下る。休憩時にももらったリンゴが美味しかった。

14:20 岳パーキング

ありがとうございました。



ニセ鶏頭山頂

## ■ 岩手県勤労者山岳連盟主催の雪崩講習会(初級)に参加して

No.223 阿部 好晴

日 時：1月20日(土)、21日(日)

参加者：No.19 中村(美)、No.35 石原、No.477 佐々木(善)、No.267 中村(数)、  
No.70 遠藤(千)、No.250 日比野、No.307 加藤(桂)、No.365 府金、  
No.357 渡部(彩)、No.223 阿部(好)、No.373 高橋(陽)、No.2 渡邊(健) 12名  
他に県連加盟の他のグループの人達と石井スポーツ紹介の一般参加者など  
含めて30名弱の参加者

### ● 机上講習・・・ 1月20日(土) 13:00~15:45 西部公民館

司会は下机さんだった。10数年ぶりでお会いしたので懐かしかった。講師は中山建生氏(全国雪崩講習会講師)、『雪山の基本』他の著書があり日本の雪崩の第一人者。1985年に穂高岳、鹿島槍ヶ岳で友人7人を雪崩で亡くした事をきっかけに、アラスカ、カナダ、ヨーロッパで雪崩講習会に参加し、本場の知識を学び、訓練し、登山者と山スキーヤーのための雪崩教育を開始。

日本では今から30年ほど前には、登山者は『雪崩は不可抗力の自然災害』と主張した。ですから、雪崩事故の再発を防ぐための原因を調べるとか、安全教育に力を入れる事にはつながりませんでした。

欧米では雪崩事故はヒューマンエラー(人災)ととらえられている。雪崩に遭遇した場合は埋まってから15分以内に助け出さないと急に生存率が下がる。そのために最低限ビーコン、ショベル、プループをお互いが持っている必要があるとの事。

### ● 実技講習・・・ 1月21日(日) 9:00~14:20 網張ビジターセンター裏東斜面

当日は晴れぎみの天気で風もそんなになく、訓練日和だった。25年位前に盛岡山の会(今は解散)に所属している時に網張スキー場でビーコン、ゾンデ棒(プループ)を使って訓練を受けた事があったが今回のような専門家からきちっとした講習を受けるのは初めて。雪崩訓練の場所は網張ビジターセンターの裏東斜面で樹林帯の下の開けた斜面で行った。スキー場で言えば初中級斜面、斜度は15~20度位か。

#### ○ 弱層テスト

斜面の下の辺りで、高さ1m位、幅2m位を垂直に掘り、層を見る。その層に①握りこぶし②4本指③人差し指(一本指)を入れてみて、弱層かどうかを判断する円柱テスト(ハンドテスト)、ショベルコンプレッションテスト、ジャンプテスト、スクラムジャンプテストを行った。コの字型に掘って、一人歩いたり、軽い振動を与えただけで層がずれた。

腕を組んで5~6人でスクラムジャンプテストも行った。これも20~30cmの雪崩が起きた。どのテストでも、ザラメ雪のような固い層の上がきれいにずれた。本当に平らにきれ



(垂直に掘った層)

いにずれた。座学では 30 度以上の急斜面で起きやすいと聞いていたが、こんな緩斜面でも起きるのだと正直驚きだった。15～20 cm位の雪崩が多く、それが広範囲になるので雪の量が多く1～1.5m埋まるケースが多いとのこと。



(ずれた層)



(円柱テスト)

### ○ 雪埋め訓練

一人ずつ2回行った。頭の辺りは中に少し空間を空けて、肩より下の方は結構詰めるように雪をかぶせた。70cm位埋まった状態で埋まった人が声を出してもなかなか聞こえにくかった。声の通りのよさは個人差があった。埋まった人の声を聞くと、身体が雪の重みで動けず、そこに仲間がいるとわかっていても怖いと言っていた。

### ○ ビーコン、プループを使っての捜索訓練

埋めたビーコン（発信モード）を二班に分かれて、探すという訓練。最初は会装備の旧式のビーコンを借りて行ったが、少々時間がかかった。次にオルトボックスの最新型の物を借りて行った。これは操作も簡単で方向を示す矢印が出、距離も出るので探しやすく、早かった。



(助け出している場面)

### ○ 感想

山スキーは 25 年位前に盛岡山の会に所属している時に揃え、前回 1998 年に盛岡山友会に入会し、銀世界が出来た時に参加して、何回か菅原史也さん、山田純さんなどのベテランについて山スキー山行に行ったが、ビーコンもプループも持っていなかったのも、雪崩の事はリーダー達にお任せで心配もしていなかった。でも、今回講習を受け、いろいろなテストを行い、擬似雪崩体験も経験した。それが樹林帯の下の開けた斜面で、スキー場で言えば初中級斜面、斜度が 15～20 度位がよくある、なんでもない斜面で擬似雪崩を経験して驚きだったし、雪崩はどこでも起きうると認識した。山スキーは再開しようと思っていますが、その際はビーコン、ショベル、プループを買おうと思います。決して安くはないが、命には代えられないと思いました。

また、中山講師も仰っていましたが、一回では覚えられないので、何回も講習を受けてくださいとの事でした。つくづくそう思いました。また、来年も受けようと思います。一つの知識、一つの判断、一つの技術で雪崩を避けられたり、万が一雪崩に遭っても、お互い助かったり、助けられたりすると実感しました。

最後に『雪山の基本』を当日購入し、サインしてもらったが、写真や図版が多く、わかりやすいので冬山に入る方にはお勧めです。

## エッセー ある日、ある時

淡 望天 No.354

### “ 餓鬼と畜生 ”

冬の朝、6時ごろ。北側の窓から、目の前の川を見る。なんの姿も見えない。でも習慣になっているので窓の外に目をやる。葦(ヨシ)原の向こうは、堤防。その向こうは家々の屋。ある日、屋根の上を眺めていると、なにか黒い点が見えた。その点はずんずん大きくなる。あちこちから黒い点々が次々と現れる。点は黒い鳥。黒い鳥はカラスだった。北の空に黒い点々が現れ、鳥となり、カラスとなって、南の空に消えていく。夕方になると、カラスは寝ぐらに帰る。早朝なのだから、これから出かけるのだろう。カラスの朝食時間なのか、それとも出勤なのか。

目的の場所はどこなのだろう。窓から見ていると、反対方向に飛んでいるカラスは一羽もいない。つぎつぎと現れて、消えていく。カラスの飛ぶ方向は北から南なのだ。もし朝食のある方向に飛ぶのだったら、方角は餌のある方向のはずだ。どうしてなのかを考えたのだが、さっぱりわからない。ところが、その日一日だけでなく、朝6時ごろ北を見つめていると、必ず次々とカラスが北から南へ向う。これが毎日なのだ。毎日同じことの繰り返し。日は昇り日は沈む。自然界とは同じことの繰り返しらしい。もっとも、今日のカラスが何年後には別なカラスだ。生き物は必ず死ぬのだから。でも、その子孫のカラスがまた飛んでいる。同じカラスでないが、カラスという種類ではぐるぐる繰り返されている。

カラスじゃない人間といえども、毎朝出勤して、夕方帰宅する。日々の繰り返しが退職まで続く。退職後の人でさえ、毎日家にいて、ときどきどこかに出かける、これも繰り返した。毎朝、カラスが南へ飛んでいくのを見ている自分も同じだ。同じことのぐるぐる回りをしている自分もまたカラスと変わりない。生命のない太陽や月が同じことを繰り返してもなんとも思わない。人もカラスも動物として同じだ。しかし、動物と人間ではどこか違うと思いたくなる。犬畜生ということばがある。畜生は動物の意味だが、可愛い子犬ではない。自分勝手な生き方をする野獣のような<ヒト>をのしる言葉だ。人の姿をして、人でない。このヒトは畜生なのだ。畜生のヒトと<人>、その違いはどこにあるのだろうか。

人間世界も日々の繰り返しが続いて、時代が生まれ、歴史が作られていく。ふと、「まわるまわる」の歌を思いだした。

・・・まわるまわるよ時代はまわる 喜び悲しみくり返し・・・(中島みゆき「時代」)

そうだ。無感覚な木や石と違うのは、人には「喜び悲しみ」のころがあることだ。日々同じことを繰り返しても、その行動には悲喜こもごもの色合いがつく。この世に生まれ、大人になり、結婚し、子育てをして、やがてあの世に行く。生まれたら死ぬということを人類発生から、繰り返している。時代はぐるぐる回り、人生では日々同じことが繰り返されている。どうせ、何もかも同じなら、自分一人がいてもいなくても同じじゃないか、という憂鬱な気分にもなる。ところが、人間には一つだけ同じではないことがある。喜びや悲しみには、人それぞれの色付けがあるのだ。

こどもの頃、<総天然色>の映画が来た。村で大評判になった。村の唯一の映画館で総天然色の映画を見たときは、びっくりしたものだ。暗い色は悲しい時、明るい色は嬉しい時、<人>のころの中には、さまざまな色が交差する。この感情の色付けができるのは畜生になった

ヒトにはできない。

もちろん、動物にだって感情がある。犬猫が鳴く、吠える。馬は笑う。という場面に出会う。それは動物の感情が表れたときだ。木や石でない、命を持つ動物と人間はどこが違うのか。う～む、でも、人間の感情はもっと複雑で、どこかちがうのだよな。と考えていたら、再び「時代」というあの歌が頭に浮かんできた。

・・・そんな時代もあったねと いつか話せる日がくるわ・・・

「ニワトリは三歩歩くと忘れる」という諺がある。うれしいことも悲しいことも、いいことも悪いことも、さっと一瞬のうちに水に流すならば、鶏と同じ畜生になってしまう。幸か不幸か、人間はこころの記憶を蓄積できる。ヒトは生まれると、生きるために必要なもの（食物、愛情）を他者（母、大人）から受け取る。自分がガキの頃、＜マッカーサー＞というあだ名をつけられていた。マッカーサーはアメリカの将軍、敗戦後の日本で一番の＜オエライさん＞だ。「泣く子と地頭には勝てぬ」ように、泣きわめく赤ん坊はマッカーサーなみの権力を持ったことになる。3、4歳の頃までだから、記憶にない。兄や姉に「そんなはずはねえ、嘘だ」と言い返しても、「かかとを見ろよ、平だろう」と言い返される。確かに70年以上たっても、空手家のように、踵は平らで、しかも硬い皮膚だ。泣きながら、踵をどんと床にぶつけたからだそう。しまいには、呼吸困難になり、息が止まる。水をぶっかけて、生き返らせたのだそう。＜クソ餓鬼＞だったらいい。餓鬼とは何でも他人に満たしてもらうための貪欲な生命体だ。やがて、どんなに泣きわめいても、自分のことは自分でやらないと、何事も解決しないことが分かってくる。自立せざるをえないことが身に染みると＜餓鬼＞を卒業する。

餓鬼は＜人＞に移行するための中間過程だ。餓鬼を過ぎると、人になるのが、＜人の道＞だ。＜人の道＞を踏み外すと、＜獣（けもの）道＞に迷い込んで畜生となる。畜生は自分のまわりの人は、すべて自分のためにあると勘違いしている、あまえん坊のまま、自立できず、すべてを他人のせいにして、不幸な星まわりだと嘆き、畜生としての一生を送る。自立した大人はもはやこども（餓鬼）ではない。人としての道を歩んでいる。＜人＞は喜びや悲しみを忘れない。喜びを与え、悲しみを共有するところをもっている。そのところがまわりまわって、時代や歴史となって積み重なる。そこが自然に人の道となる。こうしたこころの歴史が過去の踏みしめられた喜怒哀楽の＜人の道＞なのだ。同じことの繰り返し、いつのまにか時代とともに生き、こころの歴史を創っていく。これは＜人＞にしかできない。

祖先（ルーツ）を探すのは人間だけだ。人はどうして祖先を明らかにしようとしたのだろうか。黒人奴隷がルーツを探すテレビ映画があった。なぜ黒人奴隷がルーツを求める必要があったのか。アフリカのどこかの部族まで祖先を探れたはずだ。そのアフリカにたどり着けば、自分たちの祖先は奴隷でなかったことが分かる。アメリカでは生まれながらの奴隷が、祖先は奴隷でなかった。祖先の時代にさかのぼり、奴隷の歴史が明らかになる。畜生としてのヒトからの解放、＜人＞であることに目覚めた時だったのだ。

・・・あんな時代もあったねと きっと笑って話せるわ・・・

・・・だから今日はいくよくよしないで 今日風に吹かれましょう・・・

ヒトはだれかを頼る餓鬼として生まれる。餓鬼のままヒトになれば、畜生の一生なのだ。餓鬼を卒業すれば、＜人の道＞が拓かれる。

### ★ お宝発見 ★

No.419 小泉岳央

No.19 中村美栄子

今を去ること 20 数年前(古いですね)日本勤労者山岳連盟に『会報賞』なるものがありました。

一度は、残念でしたねー といわれましたが、数年後にわが会の「あかげら」が表彰されました。

20 数年間 ある方のお蔵に眠っていたものが、このほど日の目を見ることになりました。



以下に、授賞記念の楯に添えられた文章を紹介します。



【…これを機会に、これからも、会員に喜ばれ、労山全体の発展につながる会報を粘り強く、着実に、且つ、系統的に発行されることを期待します。みなさまのご奮闘に心からの敬意と感謝の意を表します。】と。

山友会に所属して早 5 年が経とうとしている。地元、長野県茅野市の労山は、20 名程度のアットホームな雰囲気だったから、山友会に仲間入りした当初は、機能分化が進んでいることや、自主運営能力が高いことに驚かされたものだ。

‘過去の知識に囚われることなく、新たな山岳会でのルールに従うこと’そう刺された釘の裏付けには、最新の山岳技術を常に習得し続ける真摯な山に対する姿勢があり、講習ばかりで実践が少ないなあ...とぼやきたくなる気持ちを戒めつつ、休日のやり繰りをして置いて行かれないように励んで参加した。お蔭で初年度には表彰状まで頂いたが、今に至るまで組織運営に尽力できなかった事は、反省の余地がある。

志向別グループの活動では、主に銀世界の方々に大変お世話になった。始めて間もない山スキーだったが、東北の山々への愛情と雪の世界の計り知れない魅力を、温かい友情と共に深めて下さった。

突然だが昨年の 7 月、自ら交通事故を起こし右脚を膝上から失った。当面会の活動に復帰できる見通しが立たないので、今年度を目途に退会を考えている。山への憧れをこれからどう昇華していったら良いか…。

遭対部、会報部、グループ銀世界はじめ、お世話になった方々は数え切れません。この場を借りて御礼申し上げます。

未だ盛岡への病院通いが続いていますので、松葉杖姿を見かけた際はお声掛け下されば幸いです。

ふたたび山の世界へ足を踏み入れる日が来ることを願って。

■□ 表紙の言葉 □■

— ある晴れた日に —

いつか鎌倉森から犬倉山へと思っていた。  
強風に阻まれたり、雪が不足したりで叶わなかった。  
3～4年後の去年の山行日は、気分も空もすっきり晴れ晴れ・・・  
頂上からは姥倉山から岩手山もバッチリ、もちろん目指す犬倉山も。  
犬倉山頂上は寒かった！！  
犬倉から網張へ、スキーでは瞬時だろうけれども歩きは長かった。  
でも満足、満足、で 温泉へ。

No.19 中村 美栄子

あかげら 第351号

2018年2月28日

発行者 盛岡山友会 会長 渡邊健治

編集責任者 盛岡山友会 会報部長 辰巳和司

印刷／製本 (有)小松茂印刷所

盛岡市大沢川原2-5-37

019-623-6073

□■盛岡山友会のホームページ□■

[http://www.geocities.jp/morioka\\_sanyukai/](http://www.geocities.jp/morioka_sanyukai/)

～里山からヒマラヤまで安く、楽しく、安全に！～