

県連ニュース

2011年12月1日発行
栃木県勤労者山岳連盟

日本勤労者山岳連盟 第29期第2回評議会 報告・・・	1
登山道における放射線量測定について・・・	2
白馬観光の会員優待施設が増えました・・・	3
「山筋ゴーゴー体操」パンフレットのご案内・・・	5
野木山想会今野さんからの投稿2・・・	6

日本勤労者山岳連盟 第29期第2回評議会 報告

報告者 八木澤昌通

11月3日 全国連事務所において11:00より16:00まで評議会が開催されました。
(評議員54名中40名出席)

概要

「個人会員制度」導入の第2次案に対する質疑応答。

詳細は後日、労山より登山時報等など、何らかの形で報告されると思いますので、内容はそちらにゆずります。

今後の予定として、最終案が来年2月開催予定の全国連の総会において提案される見通しです。この提案が可決された場合には、当初、全国連及び有志の地方連盟がこの制度を実施し、その後、遅くとも5年を目途にその他の地方連盟に、移管をしていくという予定になると考えられます。

以上

登山道における放射線量測定について

標題について、関係者間において打ち合わせをしましたので以下、報告します。

① 日時及び場所

2013年11月3日 16:10より16:30 まで

全国連事務所2階会議室

② 実施団体兼出席者

全国連プロジェクトチーム（以下「PT」） 4名中3名

福島県1名 群馬県1名 東京都3名 栃木県1名 計9名

③ PTの役割 登山道における放射線量のデータ収集に専念する。

したがって、分析やコメントは行わない。これらは専門の方々が行う。

測定方法 測定方法については統一した方法や手順で行う。

今回、合意した測定方法は下記のものです。

この合意により過日配布してある「測定手順書」が一部変更になります。

従来

1、測定手順

・
・

③ 電源を入れてから、1分後にディスプレイに表示された値を測定値として記録する。

変更後

1、測定手順

・
・

③ 測定器の電源は入れっぱなしにしておく。測定器の値は、10秒ごとに変化するので、10秒ごとに5回分、記録する。

5回分の記録は測定用紙の余白に記入する

なお、測定を実施しながら、改良点など判明すると思われるので

定期的に上記、実施団体間において、見直しをする予定です。

※参考として、測定器貸与の状況は以下の通りです

測定器台数 全10台

台数貸与の内訳 福島県4台（永久貸与）栃木県1台

群馬県1台 東京都1台 全国連保有台数3台

白馬観光の会員優待施設が増えました

無雪期のシーズンに優待施設になってもらった白馬観光との交渉で優待施設が増えました。八方などのリフトは除外ですが柵池と麓の温泉について会員証での優待が一部可能となりました。

白馬3スキー場ウインターシーズン割引対応について

日本勤労者山岳連盟 御中
事務局長 川嶋高志 様

向寒の候、時下ますますご清祥の段、お慶び申し上げます。毎々格別のご配慮を賜り、厚く御礼申し上げます。

グリーン期の弊社輸送施設のご利用をいただき誠にありがとうございました。冬期についても登山者の皆様に八方尾根・白馬岩岳・柵池高原をご利用いただきたく、下記のとおり割引特典をご提案させていただきます。八方・岩岳については温泉の割引になりますが、柵池については「日本山岳スキー選手権」の開催日が含まれる期間の輸送施設割引を設定いたしました。まずは、ご確認をいただきたいと思います。

…割引内容…

□八方尾根スキー場

○温泉

・提携施設と期間

『第一郷の湯』『第二郷の湯』『みみずくの湯』…通年

『おびなたの湯』…3月～（積雪期は閉鎖）

・料金（上記全施設共通）

大人 500円 → 400円 子供 250円 → 200円

（ただし、特定割引期間中の併用割引は出来ません）

□白馬岩岳スノーフィールド

○温泉

・提携施設と期間 『岩岳の湯』…平成23年12月7日（降雪時から）～

平成24年4月1日 / 夏期営業期間

・料金 大人 500円 → 400円 子供 300円 → 250円

□柵池高原スキー場

○柵池パノラマウェイ（ゴンドラリフト+ロープウェイ）

・期間 平成24年3月10日（予定）～平成24年5月6日

・料金 大人往復 3,000円 → 2,700円 子供往復 1,500円 → 1,350円

大人片道 1,720円 → 1,550円 子供片道 850円 → 770円

○ヘリコプタースキー&スノーボード

・期間

1st…平成24年3月10日（予定）～平成24年5月6日

2nd…平成24年4月7日・8日・14日・15日・21日・22日・4月28日～5月6日

・料金 大人 10,000円 → 9,000円 子供 9,000円 → 8,000円

○温泉

- ・提携施設と期間 『梅の湯』…通年
- ・料金 大人 700円 → 600円 子供 500円 → 450円

…利用方法ほか…

□現地窓口での対応内容

- ・日本勤労者山岳連盟会員証（有効期限内の会員証）をチケット窓口にご提示下さい。
- ・会員証1枚につき5名様まで割引料金にて利用可能。
- ・施設によっては特別割引期間等があります。その場合、割引特典の併用はできませんのでご注意ください。

梅池バリエイシ	http://www.tokyu-hakuba.co.jp	往復券 10%引	399- 9422	長野県北安曇郡小谷村 大字千国乙 12840-1	0261-83- 2255	3月～11月まで 春期ハリスキー 1000円引
梅池 梅の湯	http://www.tokyu-hakuba.co.jp	大人 100円引 子供 50円引	399- 9422	長野県北安曇郡小谷村 大字千国乙 12840-1	0261-83- 2255	通年
白馬岩岳対面	http://www.tokyu-hakuba.co.jp	大人 100円引 子供 50円引	399- 9301	長野県北安曇郡白馬村 大字北城 12056	0261-72- 2474	グリーン シーズン限定
岩岳の湯	http://www.tokyu-hakuba.co.jp	大人 100円引 子供 50円引	399- 9301	長野県北安曇郡白馬村 大字北城 12056	0261-72- 2474	通年
八方アベライン	http://www.tokyu-hakuba.co.jp	往復券 10%引	399- 9301	長野県北安曇郡白馬村 大字北城 4258	0261-72- 3280	5月GW以降～ 11月まで
八方温泉	http://shinshu-hakuba.com/onsen/	大人 100円引 子供 50円引	399- 9301	長野県北安曇郡白馬村 大字北城 4258	0261-72- 3280	・みみずくの湯 ・第一郷の湯 ・第二郷の湯 ・おびなたの湯

白馬観光開発㈱ 岩岳営業所 深澤 實（ふかさわ みのる）
〒399-9301 長野県北安曇郡白馬村大字北城 12056
TEL0261-72-2474 Fax0261-72-3541
Mail m.fukasawa@tokyu-hakuba.co.jp

「山筋ゴーゴー体操」パンフレットのご案内

労山全国女性委員会ではかねてより懸案であった「山筋ゴーゴー体操」の冊子が出来上がりましたのでご案内申し上げます。女性の側から遭難や事故を無くすための活動の一環として、「山筋ゴーゴー体操」の冊子が生まれました。筋力をアップして、いつまでも楽しい山登りを続けて行きましょう。

2011/11 全国連盟女性委員長 藤元理津子

「山筋ゴーゴー体操」の内容案内。

大きさ…A5タイプ ページ数…47ページ、

内容…1 なぜか多い50代以降の事故

2 年齢と筋力の関係を知ろう

3 登山に必要な筋を鍛える

4 体力年齢は何歳？

5 山筋ゴーゴー体操（筋トレ編）

6 山筋ゴーゴー体操（ストレッチ編）

7 山筋ノートを付ける

パンフレット価格…一冊@200円

送料…1～6冊80円、7～10冊120円、20冊以上無料

（11冊～16冊は2点セットで郵送200円、

17冊～19冊240円）

申込先…メール jwaf@jwaf.jp

又は FAX：03-3235-4324

支払方法…パンフレットを送るときに請求書と振替用紙を同封いたします。



・・・・・・・・・・切り取り線・・・・・・・・・・切り取り線・・・・・・・・・・

◆◆◆「山筋ゴーゴー体操」パンフレット申込書◆◆◆

日本勤労者山岳連盟 御中

都道府県連盟名：_____

会 名：_____

担当者名：_____

連絡先：電話又はメールアドレス

パンフレット申込数：_____冊

送付先郵便番号と住所：〒

送付先宛名：

送付先電話番号：

野木山想会今野さんからの投稿 2

野木山想会の今野です。最近、県連ニュースの原稿があつまらなくて苦労していることと思います。

事務連絡（県連理事会、行事の開催案内とか）で読者にとっては、あまり興味がないと感じていることも多いでしょう。

そこで私のもう一つの所属山岳会の山行模様を紹介しますので、ぜひ掲載をお願いします。盛り上げていきたいと思ひます。

＝宇大山岳部 2011 夏季合宿山行レポート（立山室堂～新穂高温泉縦走）＝

8月18日（木曜） 天気 曇/雨 縦走初日 雷鳥沢幕営地 泊

記録：マッシー 写真提供：カエデ 文責：ジイヤ

先行車
宇大・ミニストップ 午前3時集合
0400時出発

後続車（追掛け組）

一路松本市・新村駅 06時30分 到着

先行車のUターンを待つ

07時30分合流後扇沢へ出発

扇沢	06時40分 到着	09時 到着
先発車	07時 松本へUターン	
トロリーバス	07時30分 出発	09時30分 出発
黒部平	07時50分 着	11時 到着
大観峰	09時05分 着	
室堂・立山駅	09時25分 到着	11時45分 到着
後続を待つ	11時50分 先発組と後続組が合流	
室堂・立山駅	12時10分 出発	
雷鳥沢・幕営地	12時50分 到着	

出発前に一人ひとり体重計を持参したので、ザックの計量をおこなう。

今回は2日前にSLが日程を読み違えて参加できなくなったが、既に食料等のパッキングは事前に完了しているので、一人分を減らさずに携行することにした。

マッシー(4年) 25.8kg ウミト(4年) 25.0kg 部長(3年) 24.0kg

カエデ(3年) 25.0kg ジイヤ(3年) 23.0kg イノッチ(1年) 20.0kg タロー(1年) 19.0kg



ミニストップでザックの計量とパッキング指導



扇沢駅 朝一番に乗ろうと行列だ

テント設営後、一の越を経由して雄山に軽く足慣らしを予定していたが、室堂を出発する時から雨具着用だったので、その意欲はしぼんでしまって幕営地に直行した。何か雲行きが怪しい。早めに夕食準備に取り掛かるが、2時半には雨が降ってきた。凄い降り出した。雨が止まないので手分けして炊事を担当することになり、第一テントではご飯を担当、第2テントでは鍋の仕込みが始まる。4時半には夕食、鳥鍋の予定だったが具材調達時点で豚鍋に変更。初日から豪勢な料理に舌鼓をうって大満足。お腹が一杯になれば自然と眠くなるのは仕方ない。5時半には朝早かったためにもう眠りに就いてしまった。10時ごろに目が覚める。冷たいのだ。テントの中、私の場所は一番下側なので水浸しになっている。一番上がウミト、真ん中が1年の太郎とイノッチ、私が一番端っこだから、エアマットからずり落ちた右足がビショリになっている。あとは朝までまんじりと夜が明けるのを待つ。



まだ 出発前の余裕の1年生



何も見えず せめて案内図で地形を確認



地獄谷を通過する「鍋ご一行様」



雷鳥沢幕営地 空は雲が垂れ込め降る気配



さあ 着いたぞ！ テント設営だ



次は晩御飯の準備だ！ 奥は管理人小屋・トイレ



本日のメニューは豚鍋 グツグツ煮えている



朝食はご飯に浅漬け、味噌汁 おかず無し

ところで、どうして先発車と後続車があるのか、疑問を持った方は鋭い。我々は立山・室堂から南北に縦走して新穂高温泉に抜けるのだ。下山後にタクシーで戻るのは金が掛かり過ぎる。車 2 台を新穂高温泉に回送すると 1 台 28000 円だから 56000 円になる。これでは学生は利用できない。ここが大学生の本領発揮、実に感心したのが次の帰路作戦だ。パズルみたいだがわかるかな。扇沢の場合は

- ・先行車は宇都宮から 5 人で扇沢に到着して、運転手以外の 4 人を下ろして先行させる。
- ・先行車は松本方面の無料駐車場に戻って 1 台をデポ。後続車とはこの無料駐車場で合流する。
- ・合流後に後続車の車で扇沢に戻って、無料駐車場に駐車する。
- ・先行組は雷鳥沢幕営地でテント設営と夕食準備。後発隊は遅れて合流。（今回は室堂で合流）
- ・サブザックで立山付近を足慣らし。（今回は雨のため意欲をくじかれる）



町の活性化の一環として駐車場を創設
(ここに車を停めて松本に買い物へ)

築 20 年のデリカは今や宇大・山岳部公用車

新穂高の場合は

- ・新穂高から運転手 2 人で 11 時 30 分の松本行きバスで松本市内に向かう。
- ・松本市内にデポした車は、すぐに新穂高にとんぼ返りして、残ったメンバーを回収する。
- ・扇沢に駐車した運転手は松本駅到着後 信濃大町まで大系線で向かい下車、アルペンルートバスで扇沢に戻る。扇沢で車を回収して松本方面に向かう。
- ・松本インターチェンジ近くの焼肉屋で合流する。そして焼肉倶楽部「いちばん」で食べ放題で死ぬほど食らう。そのあとはしょうがないから宇都宮に帰る。

これだと扇沢まで戻るまでの料金が

バス代	新穂高温泉～松本駅	2800 円	
JR 電車	松本～信濃大町	650 円	
アルペンルート	信濃大町～扇沢	1330 円	計 4780 円

それに松本電鉄 新島々までが 2500 円、新島々～新村駅 までの乗車賃が 440 円、計 2940 円なので合計 7720 円で済む。8 日間 2 台の車を無料駐車場に停めたのでこの値段だけで済むのだ。



黒部アルペンルートのご案内



殉職者 171 名の名前が刻まれている



黒部平でまずはスナップ写真



雷鳥沢を一の越から振り返りつつ

8月19日（金曜） 天気 曇/時々雨 縦走2日目 五色ヶ原幕営地 泊

起床	05時	模様眺め
食事当番開始	06時00分	雨の中 意を決して行動開始
朝食	07時30分	終了07時50分
テント撤収	09時10分	終了10時20分 ちょっと撤収に時間掛かり過ぎ
雷鳥沢幕営地	10時35分	出発 雨が小雨になる
一の越	12時35分	到着 ~12時50分 出発
浄土山分岐（富山大研究所）	13時20分	通過
龍王岳直下	13時45分~55分	10分休息 ここはテント2張り可能だ。
鬼岳東面	14時10分	通過
立ち休み	14時35分~14時40分	タロウのジュース回し飲み
獅子岳	15時05分	到着 14時15分 出発
ザラ峠	16時20分	通過
五色ヶ原幕営地	17時00分	到着 クールダウンのストレッチを入念に実施
夕食開始	17時40分	
夕食（カレー）	19時30分	
就寝	21時15分	

3時起床だが誰も起きない、雨の中起きるのを躊躇している。皆な雨の中を行動するのを嫌がっている。カエデは風邪を引いたみたいだ。2番テントでは遅くまでカードゲームをしていた。部長は片頭痛するといって薬はないかと聞いてきたが、生憎持参していない。SLの不参加で渡してあった救急セットを持って来ないから仕方ない。結局、出発は雨が止んだ10時半を過ぎる。一の越へのルートが以前と変わっている。剣岳と同じ橋を超えて大きく迂回しながら時計回りに辿って昔ルートに合流している。雨で川の地形が変わってしまったのだ。途中には白山フウロや白山イチゲ、咲き終えたチングルマ（綿毛）の群落があちこちに見られ疲れを忘れさせてくれる。



正面が大走り（別山へ）上流の雪渓



剣岳方面を渡橋して大回りで一の越ルートへ



白山イチゲの群落地



チングルマが咲き終わって寒そうに震えてた

計画では本日はスゴ乗超の幕営地（約 10 時間）までの予定であったが、早々と五色ヶ原幕営地までに変更する（歩程約 5 時間）ことを決定。一の越を通過して浄土山分岐までは女性的でたおやかな峰であったが、過ぎて龍王岳の裏側を通過する箇所になると、ヤッホー！、岩は切り立ち残雪残る雪渓とともに急峻なアルペン風景に一変する。獅子岳の頂上を踏んでザラ峠までは、急な下りのガレ場があり、鉄梯子に鎖が登場して気の抜けない箇所だ、要注意だ。



後ろを振り返ると立山室堂山荘が見える



雷鳥沢から一の越へはなだらかな登山道だ



一の越から後ろを振り返ると雄山がデーンと 龍王岳を過ぎると奇岩が、白いのは雪渓



鬼岳付近は鉄梯子に鎖が登場

アルパイン的な風景にヤッホー



獅子が岳付近を通過 岩が崩れてきそうな気配 タロー僕中国から来た こんな雪初めてだ

そう登山道が滑りやすくザラザラしているからザラ峠と命名されたのではないかと勝手に由来を想像する。史実によると 1584 年戦国武将・佐々木成政が冬の立山超えを断行して浜松城の徳川家康に謁見したことが「さらさら超え」→「ざらざら超え」と呼ばれ、それが「ザラ峠」になったと記されている。ザラ峠を越えてしばらく進むとお花が多くなる、そのうち木道にでると幕営地は近い、小屋を経由せず直接に向かう。

朝食 ご飯、魚肉ソーセージ、スープ、茄子と胡瓜の浅漬け
昼 行動食（各自） 羊羹、ゼリー、葡萄糖、アミノバイタル、マルチビタミン
夕食 カレーライス



幕営地 五色ヶ原



クールダウンのストレッチ 明日も働いてね