

# 県連ニュース

2020年 1月号 NO-510



『権現岳の小さなオベリスク(八ヶ岳)』

## 滋賀県勤労者山岳連盟

## 2020年 1月号 目次

巻頭言	新年のご挨拶	2
案内	近畿ブロック搬出技術講習	
	尾根搬出、岩搬出、岩のセルフレスキュー	3
	ハイキングコース	5
	救助隊 積雪期搬出訓練 京都府連	6
報告	第10回理事会報告会	7
	音羽山周辺（ハイキングセミナーⅢ報告）	8
寄稿	ネパール エベレス街道トレッキング報告	10
	ぐうたら会長のつぶやき	15
予定表		16

表紙の写真：『権現岳の小さなオベリスク（八ヶ岳）』

比良雪稜会 田中利彦氏 2018.10 撮影

## 新年のご挨拶

会長 友永 芳和

皆さまあけましておめでとうございます。昨年は、自然災害の多かった一年でした。地球温暖化の影響でこれからも災害の起こるリスクは高まっています。私たちが他人事とは思わずに日頃から対策を考えて、いざという時の備えをしておくことが大切だと思います。

山登りも同様です。以前お世話になっていた山の会のモットーは「オールシーズン・オールプレイス・オールウェザー」でした。どんな季節のどんな場所でも、どんな天気でも行動できる力をつけようという事でした。その目標に向かって努力する事が大切だと教わりました。ちょっといい加減な会だったので、とてもそれを実行しているとは思えない点多分にあったのですが・・・。

滋賀県連だけでなく、全国的に組織の高齢化が進んでいます。ともすれば後ろ向きに考えがちですが、言葉を換えれば人生経験の豊かな方が増えたという事です。山登りだけでなく、様々な活動にお知恵を拝借してタモリではありませんが、「山の友だちの輪(ちょっと古かったかな)」を広げて行ければと思います。

川の流れに例えれば、滋賀県連を含めて全国的に活動がよどんでいる状態です。水面に小石を投げ込んで波紋を広げて流れをかえたいものです。年齢にかかわらず新しい会員が入会することによって流れが変わります。今年は会員拡大を図りましょう。県連だけの力では無理ですから、皆さんの協力を得て、アイデアもいただいて、たくさんの新入会員を迎えいれましょう。

今年は私の干支の年で 72 歳となります。昔の俳人だったか「正月や冥途の旅の一里塚」なんて読んだ人がいました。死は命ある者のゴールです。どんなふうにもゴールテープを切るのか考える年齢になったという事です。でも山登りをする者は幸せです。幾つになっても登るべき山は無数にあります。命の尽きる日まで、一つ一つ、コツコツと登り続けることができます。どこかの大臣の発言ではありませんが「身の丈にあった」山登りを続けて行くことができます。私の記録によると 1406 回十の山行をやっています。2000 回を越えるまでやろうと思えば幾つまで生きている必要があるのだろう。そんなささやかな楽しみを与えてくれるのも山登りです。皆さんも、それぞれに目標を持って末永く山登りを続けていただきたいと思います。

今年も皆さんにとって穏やかで充実した年になりますように願って言葉足りずですが新年のご挨拶とします。今年も滋賀県連の活動にご協力よろしくお願ひします。

<案内>

## 第41回 近畿ブロック搬出技術講習会

### 尾根搬出、岩搬出、岩のセルフレスキュー【事前申し込み制】

- 日時 2020年4月5日(日) 8:00 受付開始 8:30~15:30 雨天決行、警報発令中止
- 場所 百丈岩やぐらおよび百丈岩周辺 (JR 道場駅より徒歩約 30 分)
- 内容 引き上げ引き下ろしシステムのレスキュー、背負い方法等のレスキューシステムを実践で学ぶ。
- コース

- ・尾根コース・岩コース (初級者・経験者コース)
- ・岩セルフレスキューコース

いずれのコースも事前受付となります。(岩セルフレスキューコースは先着 10 人です)

#### ●装備

- ・尾根コース:ヘルメット\*、ハーネス\*、自己確保用装備\*、安全環付カラビナ\*、スリング\*、デ이지チェーン又はパス、確保器\*、カラビナ\*等
- ・岩コース・岩セルフレスキューコース  
ヘルメット\*、ハーネス\*、自己確保用装備\*、確保器\*、安全環付カラビナ\*、デ이지チェーン又はパス\*、カラビナ\*、クイックドロロー\*、スリング\*、アブミ、ハンマー等

\*は必須装備です 上記の他、各コースとも一般装備(行動食、水筒、雨具等)必要。

#### ●対象者

- ・岩登りの経験があり、搬出技術の向上を目指す方。
- ・「岩セルフレスキューコース」は搬出技術講習会の参加経験者で主に岩登りをされる方のみとします。
- ・新特別基金、又は、それに準じる山岳保険加入者。

#### ●参加費 1000 円

- 前年のテキストをお持ちの方は持参してください。修正、追加分は当日お渡しします。  
当日、必要な方は 500 円で販売します。

#### ●申し込み方法

参加していただける方は 3 月 9 日 (月) までに友永に連絡してください。

電話番号 077-524-5618 メール [yt19481013@yahoo.co.jp](mailto:yt19481013@yahoo.co.jp) です。

<特記事項>

- 雨天決行です。当日の朝の 7 時 30 分時点で警報発令時は中止します。
- 訓練中の事故等に対しては自己責任での安全確保をお願いいたします。各コースともヘルメットの無い方は参加できません。
- 前夜泊は鎌倉峡河原にてテント泊可能です。(場所に限りがあります)
- お車でお越しの方へ
  - ・当日はたくさんの参加者が予想されます。出来るだけ公共交通機関をご利用下さい。車の場合は、道場駅前の駐車場か鎌倉茶屋管理の奥の駐車場(いずれも有料)をご利用下さい。
  - ・道場駅からやぐら前まで路肩は駐車禁止とします。
  - ・百丈岩やぐら前は講習会場として使用しますので駐車できません。
  - ・夜間遅くに来られる方は、近隣住民の方へのご配慮をお願いします。

●参加者事前登録への協力について。

講習会当日の受付が大変混雑いたしますので、参加者の登録を事前  
 をお願いしております。登録方法は左記 QR コードまたはリンクア  
 ドレスから WEB フォームに直接入力してください。PC・スマホ  
 が困難な方は当日受付にて登録票の記入をお願いします。



(WEB フォーム入力締切 4 月 1 日)

<https://forms.gle/bYETEUyzNc56wjcm9>

**チョット一休み 鹿の楽園** (奥秩父笠取山の夜明け前)

撮影 比良雪稜会 田中利彦



## 第41回 近畿ブロック搬出技術講習会

### ハイキングコース

●日時 2020年4月5日(日) 9:30 受付開始 9:50~15:30 雨天決行

●集合・会場

明日都浜大津 4F「ふれあいプラザ」ホール

〒520-8530 滋賀県大津市浜大津 4 丁目 1-1

TEL 077-527-8351

●持ち物 山行時の装備一式

(昼食、水筒、雨具、ストック、三角巾、スリング<120cm・60~100cm>、カラビナ等)

●内容 応急手当、搬出技術

●対象者 ハイキングの山行リーダー及びハイキングでのレスキュー技術の習得を目指す方。

●参加費 500円

●前年のテキストをお持ちの方は持参してください。修正、追加分は当日お渡しします。

当日、必要な方は500円で販売します。

<特記事項>

●講習中の事故等に対しては自己責任でお願いいたします。

●軽登山靴、または運動靴で参加可能です。

●参加していただける方は3月9日(月)までに友永に連絡してください。

電話番号 077-524-5618 メール [yt19481013@yahoo.co.jp](mailto:yt19481013@yahoo.co.jp) です。

●参加者事前登録への協力について。

講習会当日の受付が大変混雑いたしますので、参加者の登録を事前  
にお願いしております。登録方法は左記QRコードまたはリンクア  
ドレスからWEBフォームに直接入力してください。PC・スマホ  
が困難な方は当日受付にて登録票の記入をお願いします。

(WEBフォーム入力締切 4月1日)

<https://forms.gle/bYETEUyzNc56wjcm9>

※まだ案の段階です。変更があるかも知れません。



## 救助隊 積雪期 搬出 訓練 の案内 京都府連

実施日: 2020 年 1 月 26 日 (日) 降雪、雨天決行

対象者: 雪山ハイキングや雪山縦走に参加されている方

受付: イン谷口トイレ前広場 8 時 30 分 開始; 9:00 15:00 反省会后解散

場所: 正面谷周辺

内容: ビーコン、プローブ 訓練、ラッセル歩行訓練、負傷者の梱包、引上げ引下ろし

持ち物: 積雪期の日帰り個人装備 ビーコン、スコップ、プローブ、ヘルメット、ハーネス、  
等必要な登攀用具 (原則、アイゼンは使いません)

ビーコンやプローブ、スコップ、ハーネス、登攀装備を持っていなくても、参加  
可能です。(ビーコン、プローブ訓練の時は見学だけでも勉強になります。登  
攀装備がなくてもメットがあれば負傷者搬送のお手伝いはできます)

締め切り; 2020 年 1 月 10 日 (金)

上記のように京都府連から案内が来ました。

参加希望の方は 1 月 9 日 (木) までに友永に連絡してください。

電話番号 077-524-5618 メール [yt19481013@yahoo.co.jp](mailto:yt19481013@yahoo.co.jp) です。

## 2019年度 第10回理事会 報告

12月12日(木) 19:00 - 20:30

司会: 宮内 記録: 中島

出席: 友永、宮内、中島、池田、古川、今村、渡壁、飯野、濱、田中  
(理事会定数12名)

欠席: (連絡有) 藤関、高玉

議題:

### 1. 3/8定期総会午前中「講習会&講演会」実施について

・会場確保 10:00~12:00 (総会と同じ会場)

・目的 安全登山のすすめと会員拡大を図る

・内容(案)「山登りを始めたい人のための講習会」

装備について「靴の選び方」「服装について」「リュックの選び方」

「パッキングの仕方」等をテーマにして、講師(4人)が分担。

一人あたり15分~20分。個別質問コーナーを設ける。

・参加費 無料

・参加対象 一般、会員

・担当 教育・遭対部

・その他 チラシを作成し、大津市広報および滋賀民報に掲載依頼する。

### 2. 総会議案書草稿作成

・2019年度活動報告&2020年度活動計画案 現時点の資料配布、討議は次回。

・総会までの日程

1月16日(木) 第11回理事会 2019年度活動報告議案検討

1月30日(木) 第12回理事会 2020年度活動計画案議案検討

2月 会計監査

2月13日(木) 代表者会議&第13回理事会 議案検討、決算・予算検討

2月 議案書印刷製本。郵送は機関紙発送と同時が望ましい。

3月5日(木) 第14回理事会 総会準備 午後4時位から資料集印刷

3月8日(日) 第44回定期総会[滋賀県スポーツ会館]

### 3. 組織拡大への取り組みについて

・3月8日の講習会開催

・体験教室・体験山行

・会員の友達勧誘

・勧誘チラシの作成と活用



・ホームページの充実

4. 各部報告 組織：会員数動向 (前年度末比 207 /206 100%)

山友	岳友	雪稜	彷徨	ちごゆり	シャクナゲ
71/72	52/51	48/44	14/14	17/17	5/5
合計 2019.11E/2019.10E					
207/203		102%			

各会 11 月末男女別会員数

山友 (35+36) 岳友 (29+23) 雪稜 (29+19) 彷徨 (7+7)

ちごゆり (8+9) シャクナゲ (3+2)

教育・遭難対策：なし

自然保護：・2020 年 1/10 近プロ自然保護委員会

機関紙：・県連ニュース1月号 12/15 締め切り 12/20 10時～印刷・発送

財政：理事会交通費の請求 1/30 までを次回 1/16 理事会に持参のこと

救助隊：・12/16 第4回京都・滋賀打合せ

SKI-NET なし

C S S:12/2 雪山基礎講座オンライン参加者 8 名 (申し込み受講生 9 名)

5. その他

- ・栄誉功労賞の申請 申請は1名ですが、現在推薦はなし。
  - ・永年会員賞 20年以上在籍の会員 各会でまとめて宮内理事長まで
  - ・2020年2月15日～16日第34回全国連盟総会 (代議員で友永会長出席予定)
  - ・霧が峰メガソーラー署名活動のお願い (PDF署名用紙を各会に配信済み)
- 次回第11回理事会 2020年1月16日(木) 19:00～

<報告>

音羽山周辺(ハイキングセミナーⅢ)

2019年11月16日 晴

(参加者)友永、豊田、馬場、中西

(コースタイム)

国分団地 8:50---9:40 国分山 9:50----10:05 国分峠---11:00 330mP11:30----12:35 460mP  
---14:05 登山口---14:40 瓦ヶ浜

石山駅よりバスで国分団地に行く。バス停の先から取付く。昨年同様全般的に荒れたコースだが、昨年に比べると良くはなっていたが足元注意だと思ったのに、登り始めて早々に踏んだ石が外れて転倒した。幸い大事には至らず。中西さんを先頭に地図で赤丸をつけた地点を確認しながら進む。最初の赤丸は二つ目の鉄塔の先だが、しっかり確認ができていた。昨年の倒木は整理され歩き易くなっていたが右に左によけながら行く。国分山から国分峠間の倒木も整理されずいぶん歩き易かった。ピークを確認しつつ思ったより早く国分峠に着いた。峠より一登りすれば緩やかな尾根となる。少なくなったが相変わらず倒木がある。地図で三角形になった緩いピークの先が赤丸だが、特徴が無いので行き過ぎてしまいがちだ。良く尾根の流れを読む必要があります。その先の急な登りが終わったピークで食事とする。ここから 361m ピークまで尾根は細かく曲がりくねって地図読みには最適です。361m ピークの手前にある小ピークで迷いがちだ。良く方向を確かめる必要があります。ピークの右を巻いて進み登れば 361m ピークです。ここで左に向きが変わる。ここから若葉台分岐まで幾つピークがあるか確認してもらう。次の赤丸は小さなピークで少し向きが変わる所。しっかり確認出来て進む。460m ピークを越えて下った分岐が次の赤丸。しっかりした道に出た所です。後は緩やかに下る尾根。観音越の赤丸を過ぎ、平尾へ下る分岐が次の赤丸。ここまでしっかり確認できました。今回は平尾に向かわず、そのまま 367m へ向かう。367m を越えた小ピークから急な下りとなる。下って少し緩い尾根となり、次の下りになる所を赤丸にした。気を付けないと行き過ぎる所だ。ここからの下りはルートが尾根を少し外れる。尾根の右の斜面を巻き気味に下り平地に出る。ここは右の谷が現在地の確認に最適です。ここからは尾根を下るだけだが、地図に現れないピークなどある。車の音が聞こえ始めて車道に出る。ここまでの地図読みは終了し、瓦ヶ浜へ向かった。

3回の講習ではなかなか身に着きませんが、コンパスの使い方や地図を広げる習慣はそれなりに身に着いたと思うのですがどうでしょうか。今後の山行に役立てば幸いです。

#### **参加者の感想**

中西みちる(滋賀山友会)

秋晴れでとても気持ちのいいハイキングセミナーでした。

登り始めは倒木を跨いだりくぐったりで、ちょっと険しい山道でした。途中大きな岩があったり、竹が生えていたりと今までの登山道とは少し違う感じがしました。

3回目ということで、先頭を歩かせていただきました。先頭を歩くことで、道が間違っていないかだけでなく、歩きやすい道に行くことや、歩くスピードにも配慮することがとても大事なのだと思いました。講師陣に地図読みのポイントや、迷いやすい分岐点、珍しい地形などとてもわかりやすく説明していただき、勉強になりました。

3回のハイキングセミナーはどれも楽しかったです。今後は、いただいた地図を元に自分でも歩いてみようと思います。ありがとうございました。

# ネパール エベレスト街道 トレッキング報告

山 域:ネパール エベレスト街道 日 程:2019年11月1日(金)~13日(水)  
参加者:村田啓二(岳友会 CL) 谷内資康(彷徨 SL 記録) 谷内里美(彷徨 会計)  
村田恵美子(山友会) 中西享子(山友会)

## 【行 程】

- 1日 セントレア空港 14:30(タイライオン航空) 16:50 発  
=バンコク 19:30 着(空港内仮眠)
- 2日 バンコク 11:35 発=カトマンズ空港 14 時着=カンティブ  
ルテンプルハウス(泊)
- 3日 ホテル 3 時=6:40 ラメチャップ空港 8:40=9:10 ルクラ空  
港 9:30…パクディン(昼食 11:15~12:45)…ベンカル 15:35  
(泊)
- 4日 ベンカル 8 時…9:40 ジョサレ 10:30…11:5 吊り橋下 11:15  
…12:15 ファーストビューポイント 12:25…ナムチェ 13:30  
ラサゲストハウス(昼食)ナムチェ散策(泊)
- 5日 ナムチェ 7:45…9:50 エベレストビューホテル 11:05  
…ナムチェ 12:15(昼食)午後ナムチェ散策(泊)
- 6日 ナムチェ 7:55…8:20 アーミーキャンプ 9 時…ナムチェ  
空港…11:30 クンデピーク 12 時…12:50 クンデ(昼食)  
13:45…14 時クムジュンゴンパ 14:30…ナムチェ 16:30  
(泊)
- 7日 ナムチェ 7:30…8:20 コンボチェ 8:40…11 時ブンキテ  
ンガ(昼食)11:45…タンボチェ 14 時ドリームガーデンロ  
ッジ(泊)
- 8日 タンボチェ 5:30…6:45 タンボチェピーク 7:15  
…8:30 タンボチェ(朝食)



(国立公園ゲート)

9:30…加藤保男慰霊碑…吊橋  
10:45…12:30 ブンキテンガ  
13:30(昼食) 14:50 ナムチエ  
…15 時ナムチェバザール  
16:20…ナムチェ(泊)

- 9日 ナムチェ 6:55…7:50トプラ  
ラ 8:05…二重吊橋下 8:25…  
9:20 公園入 9:30…10:15 ベンカル 10:30…パクディン(昼食  
11:50~13 時)…ルクラ 16:10 アルパインロッジ(泊)
- 10日 ロッジ 6:30…ルクラ空港 7:15=7:45 カトマンズ空港  
8:10=ホテル…市内見学 買物…ホテルシヤンカー(泊)
- 11日 予備日 カトマンズ観光 ホテルシヤンカー(泊)
- 12日 ホテル…市内散策=カトマンズ空港 15 時=バンコク  
19:40(空港内仮眠)
- 13日 バンコク 7:45=セントレア空港 15:45=帰途



ラメチャップ



ルクラ 出

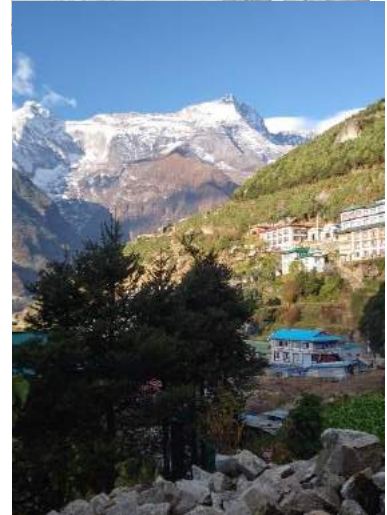
## 【概要】

2日 カトマンズ到着。ガイドのセルキと合流。外観がお寺のようなホテルに宿泊。

3日 ホテルを深夜出発、専用車にてラメチャップ空港に移動。国内線に乗りルクラ(2800m)に到着。ルクラからエベレスト街道をベンカル(2650m)のロッジまで歩く。(歩行時間5時間)

4日 ベンカルからジョサレを通過して国立公園に入り、急登が始まる。二重吊橋を渡って標高差600mをひたすら登る。エベレストの見えるファーストビューポイントを過ぎると緩やかな登りとなりナムチェ(3450m)に到着。さすがに3500mまで来ると足取りが重い。ロッジはラサゲストハウス。奥様の料理がおいしい。シェルキのお兄さん(サブガイド)が営んでいる。宿の前から右奥にコンデピーク(標高6168m)が白く輝いている。(歩行時間5時間30分)

5日 高度順応日 ナムチェから急登を登り、高所に放牧されている牛のヤクを見ながらエベレストビューホテル(3900m)まで往復。ホテルのテラスはトレッカーであつという間に席が埋まり、早く着いたのでゆったりと温かい紅茶を飲んで景色を堪能した。ホテルからは「母の首飾り」と呼ばれるアマダブラム(6856m)エベレスト(8848m)、ローツエ(8414m)など絶



ナムチェから見えるコンデ山



クンデピーク 後ろ左奥ローツエ右アマダブラム

景が広がり、時間を忘れるほどの素晴らしいビューポイント。(歩行時間4時間)午後は自由行動。ナムチェからヘリポートを経て尾根に登ってナムチェの上の村まで散策

6日 ナムチェの高台にあるアーミーキャンプでエベレストとシェルパのテムジン像をバックに写真を撮り、博物館を見学。クンデピーク(4100m)に登る。目の前に神の山クンピラ山(登山禁止5761m)が聳え、南にクスムカンガル(3人の坊さん)タムセルクなどの6000m峰、眼下にはクンデ、クムジュンといった高地の村が一望できた。絶景を堪能して下山し、昼食後、雪男の頭髪が展示されているクムジュンゴンパ(仏教寺院)を拝観。ヒラリー学校(小中高校)を経てロッ

ジに戻った。(歩行時間 6 時間)

7日 ナムチェから再びエベレスト街道を歩く。山の斜面を切り開いた道が続く。コンボチェを経てブンキテンガで昼食。タンボチェに着き、15時からタンボチェのチベット仏教寺院で読経を見学した。(歩行時間 6 時間)

8日 早朝に出発し、タンボチェピーク(4200m)まで往復。エベレスト、ローツエ、ヌプツエ(7861m)などヒマラヤの7000m~8000m峰が間近に見て展望を満喫。目の前に真っ白なタブチェ

(6367m)が迫り、エベレスト街道は眼下に続いている。後ろを振り向くと谷の奥にロッジに戻って朝食後、加藤保男の記念碑に立ち寄りナムチェに戻る。夕方はナムチェバザールでピーナッツやハチミツなど買物。(歩行時間 6 時間 30 分)  
ロッジで夕食時にセルキのお母さん飼育のヤクの牛乳と宿の奥さんが焼いた登頂祝いの手作りケーキを頂いた。

9日 ナムチェを出発。宿の皆さんと別れを惜しむ。お母さんから魔除けのマンダラの白いレース布を各自いただく。ルクラまでの長い道のりをひたすら歩く。(歩行時間 7 時間 30 分)

10日 ルクラを出発しカトマンズまで飛行機で移動。ホテル到着後、ダルバール広場まで歩き、商店街や市場、ヒンズー教寺院を散策。豆、ハチミツ、ヤクチーズなど買物。

11日 市内を観光し古都パタンの王宮と寺院、ネパール最大の仏塔があるボダナートへ。夜はチベットの鍋料理の夕食。

12日 カトマンズを出発バンコク経由で 13日セントレア空港に到着。

## 【感想】

初めてのネパール、エベレスト街道はカラパタールまでの半分を歩きました。景色が雄大で世界各地からトレッカーが多数やって来ます。リピーターが多く20日程かけて一周するそうです。次は来年11月にぜひムスタン王国とアンナプルナの峠越えを歩きたいです。(谷内資康)

海外では何があるかわかりませんが、飛行機が飛ばなくても平然と待つ強い心が要ります。



タンボチェへの道：谷間の後ろは左からタブチェタムセルク(馬の鞍 6608mがすぐ上に見える)エベレスト、ローツエ、アマダブラム



タンボチェから奥にエベレスト、右にローツエ、中央から左に



食事は野菜中心で毎日おいしく、ナムチェでは八宝菜炒めとモモが好きでした。スープとごはんを山盛り食べられますが日常生活はつつましい生活です。山はすごくきれいです。エベレストビューホテルは高そうでゲストハウスで充分でした。機会があれば行かれることをお勧めします。(中西享子)

世界最高峰のエベレストが見れて感激です。現地の皆さんはとても親切で初めて食べるダルバートはとても美味しい。タンボチェから見たエベレスト街道の続きぜひ歩きたいです。(谷内里美)

10年前の同じ日にナムチェバザールに宿泊したが空地もないほどお家とホテルが増えて驚きましたアマダブラム(6856 ㍎)は同じ姿で聳えているが氷河は以前よりだいぶ少なく感じました。(村田啓二)

エベレストをはじめ、白い6000㍎級の山の美しいこと、ナムチェ(3440 ㍎)の坂道を走る元気な子供たち、素朴な大人たちと「ナマステー」とあいさつを交わす。ゾッキョ(牛)で荷物を運ぶ道はフンだらけ臭いが気になったが、帰るころには慣れてきた、長いつり橋を何本も渡る、最後まで怖かった。ナムチェ育ちの日本に住むガイドさんのおかげで食事は美味しく、カトマンズでのお買物、観光も大満足でした。(村田恵美子)

#### **追記:費用 その他**

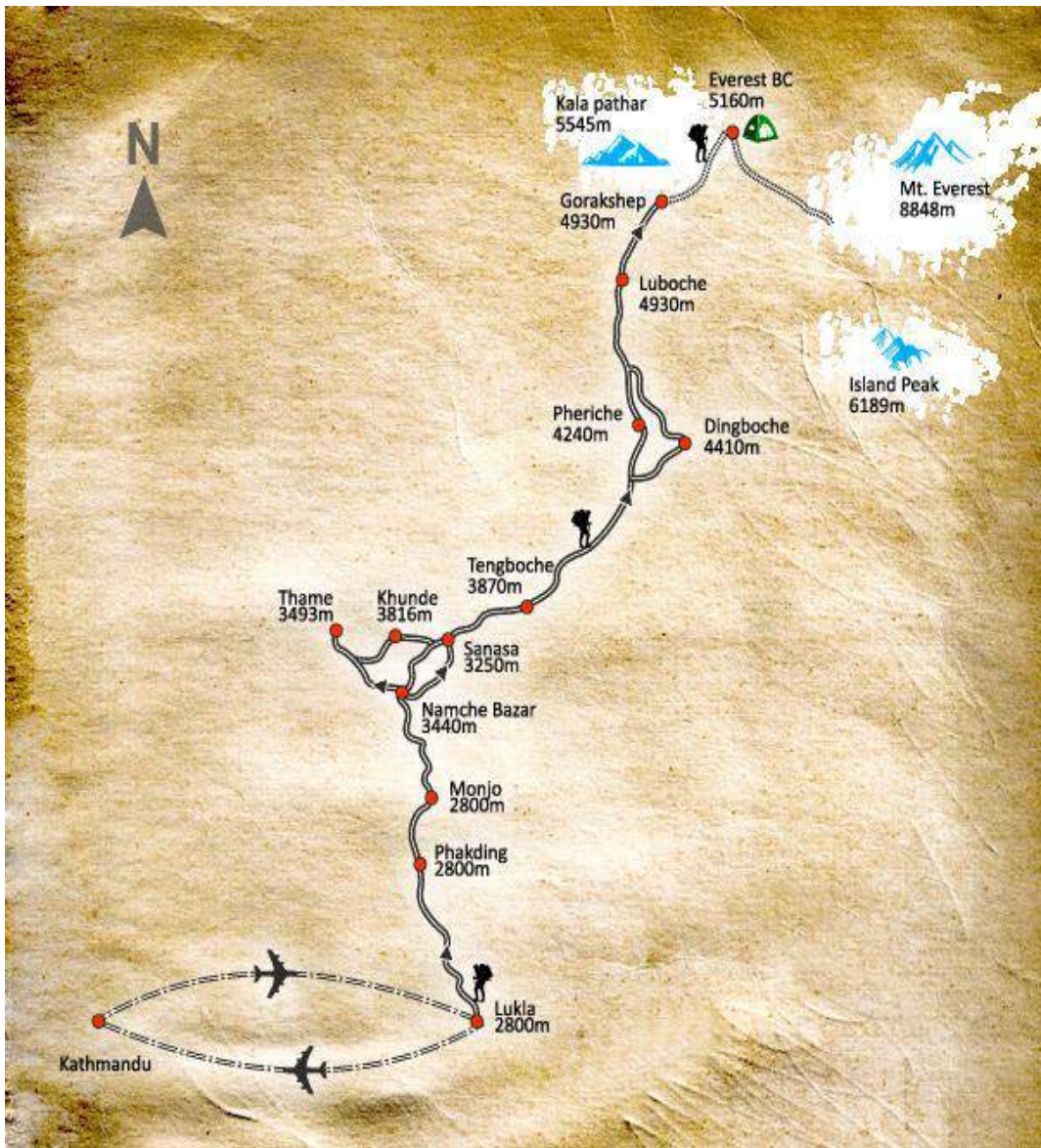
航空券 53656 円 機内荷物預け(往復)約 8000 円 ビザ 4400 円 保険約 8000 円 ガイド料 10 泊 11 日(食事付)240000 円 ガイド・ポーターチップ一人 5500 円 セントレア駐車場一人 1600 円(8000/5)合計 約 322000 円

(バンコクでの食事、みやげ、アルコール、空港までの交通費は除く)

カトマンズは暖かいがホコリと車の渋滞がすごい。エベレスト街道をトレッキング中は過しやすいが朝晩は冷える。特にナムチェから高度が高いタンボチェは寒かったが冬用の防寒具は必要なかった。乾燥と砂埃りのためマスクなど喉のケアが必要。また、日射が強いのでサングラスが有効。高山病予防のダイヤモンドは現地での高度順応が長かったので毎日飲まなくても高山病は出なかった。

宿や食事はガイド関係者で内容は良く、帰りのカトマンズ行き飛行機も前日に手配いただけ

た。  
タンボチェから先のカラパタールやゴーキョまでがハイライトらしいので次にエベレスト街道を歩く機会にできれば峠越えをして1周したいものです。



## ぐうたら会長のつぶやき

会長 友永 芳和

私が滋賀に来て思ったのは、比良の沢を全部登ろうという事です。もちろん不可能ですが、今まで20本以上登ったと思いますので、その古い記録でしばらくお茶を濁したいと思います。始めは最初に登った沢の記録からです。

No391 85-3 武奈ヶ岳(明王谷～口の深谷) 1985年5月29～30日

比良山で最初の谷に入る。坊村バス停から10分で明王谷の取付きです。装備を着けて出発。しばらく行くと堰堤に出る。右から高巻くが、感が鈍ったのかルートの取り方が拙く苦勞した。F1は知らずに通過しF2に出た。簡単に越え、右側に崩壊壁を見送ってF3に出る。左側のハーケンに導かれて人工で越える。アブミの回収に苦勞した。これで明王谷の核心部は終わる。頭上に橋が見えて口の深谷出合に着く。思ったより小さな流れだった。薄日が時折り差し込んだ。所々によく踏まれた道があり適当に使って進む。ゴルジュ帯の中に15m程の滝があった。小滝を除き全て高巻きで越える。別に困難な所もなく過ぎて行く。インゼルを過ぎ少し行くと20mの滝。左側より斜上し、落ち口で少し苦勞したが乗り越す。後は穏やかな流れをピチャピチャと進んだ。ワサビ峠へ向う登山道を過ぎさらに詰めた。流れも小さくなり沢から出る。途中で落石が踝に当たって武奈ヶ岳へ登るのにフーフー言った。藪が浅くて助かった。痛い足を引きずりながらワサビ峠より中峠へ向う道を下り、先ほど通った口の深谷出合でビバークする。明日になれば足も少しは良くなるだろうと、ラーメンをすすりツェルトを被った。

山の朝は早い。鳥達の朝の囀りで目が覚めた。ゆっくり仕度をして出発。中峠から小川新道を下り奥の深谷の上部に出て、登山道を黙々と歩き林道に出る。奥の深谷出合、口の深谷出合と過ぎ、明王谷を見下ろしつつ休憩。痛い足を引きずりつつバス停まで頑張った。

※もう30年以上経ってしまいました。時の流れは残酷ですネ。

1月は明智光秀にまつわる天王山に行きたいと思います。

1月18日(土) 9時 山崎駅集合

コース 山崎駅～天王山～十方山～柳谷観音～奥海印寺

※場合によっては十方山から引き返します。

参加していただける方は1月14日(火)までに友永に連絡してください。

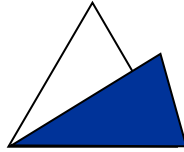
電話：077-524-5618 メール：[yt19481013@yahoo.co.jp](mailto:yt19481013@yahoo.co.jp) です。



## 行事予定

	日	県連・全国行事	日	各会の行事	会	
1			1	初日の出山行(権現山)	雪稜	
			1	同上	山友	
			3	愛宕山・初詣	山友	
			4	新春登山(武奈ヶ岳)	彷徨	
			5	愛宕山・新年会	岳友	
			12	新春山行(武奈ヶ岳)	雪稜	
	11-13	妙高ゲレンデスキー(スキーネット)	11or19	ミーティング	ちご	
	16	理事会	17-19	志賀高原ゲレンデスキー例会	山友	
			19	堂山(アイゼントレーニング)	岳友	
			19	40周年記念祝賀会	雪稜	
18-20	八ヶ岳・横岳 (雪山基礎講座2020/CSS)		22	ミーティング	彷徨	
			25	ミーティング	岳友	
			26	武奈ヶ岳	岳友	
		29-2/1	ニセコモイワ(スキーネット)	26	菜の花なぎさ公園&八幡山	ちご
				26	三重 子ノ泊山 千支山行	山友
		30	理事会			
2			2	愛宕山	雪稜	
			2	比良(雪上訓練)	岳友	
			9	立木山ハイク	ちご	
	13	代表者会議・理事会	9	高見山	岳友	
			9	打見山～荒川峠	雪稜	
	14-16	奥美濃・土蔵岳～兎洞 (雪山基礎講座2020/CSS)	15-16	八ヶ岳連峰・天狗岳	岳友	
			16	京都西山と保津峡歩き	岳友	
			16	定期総会	雪稜	
			19	ミーティング	彷徨	
	21-25	三段山・十勝岳白銀荘(スキーネット)	22	伊吹山地・上谷山 50座山行	山友	
		23	樹氷ハイク・比良	ちご		
			29	ミーティング	岳友	
3	1	奥美濃大日岳(雪崩講習会スキーネット)	1	虎子山	雪稜	
			1	銀杏峰と部子山周回	岳友	
	5	理事会	1	須磨アルプス 高御位山	岳友	
			7	十二坊	ちご	
	8	山登りを始める人の講習会(午前)				
	8	第44回定期総会 (午後)	14-24	オーストラリア(コジオスコ山)	彷徨	
			14-15	八ヶ岳連峰 赤岳	岳友	
			15	和泉山地 生駒山	岳友	
			15	紀見峠～金剛山	雪稜	
			25	ミーティング	彷徨	
		29	佐和山～彦根城ハイク	ちご		
		29	総会、ミーティング	岳友		

会名略号 山友:滋賀山友会、岳友:湖南岳友会、雪稜:比良雪稜会、ちご:ちごゆり山歩会  
 シャク:シャクナゲ溯行クラブ、彷徨:彷徨倶楽部  
 スキーネット:山スキーネット滋賀、CSS:クライミング研究会滋賀



2020年2月号の原稿は、1月15日〆切です。  
原稿の投稿先は [tfurukawa@dj8.so-net.ne.jp](mailto:tfurukawa@dj8.so-net.ne.jp) まで、用紙サイズは **B5**、  
フォントは本文 **10.5~11**、タイトル **12~14**、余白は上下左右 **19mm**とし、  
使用する写真は **200KB 以内**としてください。  
皆様のご協力をお願いいたします。

「県連ニュース1月号」 No.510

発行日:2019年12月20日

滋賀県勤労者山岳連盟

TEL 080-4971-6231

〒520-0836

Email [shigarosan@gmail.com](mailto:shigarosan@gmail.com)

大津市杉浦町 9-30

ゆうちょ銀行（店名 418）

<http://shigarosan.jimdo.com/>

普通 0239956

発行責任者 宮内 眞子

編集委員 高玉 敬子 古川 哲郎 渡壁 由美子