

連盟ニュース

No.362

神奈川 3

2015. 3. 10



救助隊関東ブロック交流集会・合同訓練 撮影：早川尚武

2015年度ハイキングリーダー養成学校入校案内／日程
第33期(2015年度)アルパインリーダー養成学校募集要項
「第2回福島のこどもたち夏休み」保養プロジェクト

「事故一報」の送付先をお知らせいたします。

* 「事故一報」の全国・県連へ迅速な連絡*

全国窓口： 労山新特別基金制度運営委員会メール kikin@jwaf.jp / FAX03-3235-4324

県連窓口： 遭難対策部メール kanagawa.soutai@gmail.com



神奈川県勤労者山岳連盟

〒221-0822 横浜市神奈川区西神奈川1-18-2 永田ビル3階

TEL/FAX 045-434-2726 <http://www.k-rouzan.net/>

発行責任者 入木田実文

振込先 ゆうちょ銀行 記号 10280 番号 61104271

名前 カナガワケンキンロウシャサンガクレンメイ

他金融機関からは 028 普通預金 口座番号 6110427

2月号(No.361) 目次

原稿募集：『自由投稿欄』原稿をお待ちしています。

「事故一報」の送付先

《お知らせ》

▽遭対部便り2015年3月	遭対部	3
2014年神奈川県連盟 山岳事故リスト (2014年1月1日～12月31日 事故一報より)	事故一報より	4
▽「第2回福島の子どもたち夏休み」保養プロジェクト	女性委員会	5
▽登山者サロンのご案内		6
▽2015年度ハイキングリーダー養成学校日程及び内容		8
▽第33期(2015年度)アルパインリーダー養成学校募集要項		9
▽2015クリーンハイク第3回実行委員会：3月30日		7

【本の紹介】

*「山筋ゴーゴー体操」「スポーツのひろば」		11
[第53回新日本スポーツ連盟神奈川県連盟スポーツ祭典] 予定一覧案		12

《報告》

○第34期下期定期理事会速報3/8		3
○全国連盟第31期第1回評議会/2015/02/21(土)-22(日)		6
○クリーンハイク第2回実行委員会2/23		8
○「第2回福島の子どもたち夏休み」保養プロジェクト第2回実行委員会2/16		8
○常任理事会議事録3/2		7
○神奈川県勤労者山岳連盟各会の活動報告と予定		13-15
川崎労山、川崎HC、柴笛、AC横浜、横浜HC、こぶし、ナーゲル、藤沢山の会、相模AC、さがみ山友会、みずなら、やま++、M&C、Grazie、メーグリ家		
○県連のスケジュール3月～5月・・・16 / 登山時報3月号・・・・・・・・・・		2
○2015年度の全国的な規模の集会・会議予定		16



登山時報	
3	March 2015 No.481
CONTENTS	
03	山河追想 横山和雄
04	鈴鹿・藤原岳 藤太尾根の妖精たち 大西健基
06	ニュージーランド・Mt. アスバイアリング 3033m 氷河と雪と岩稜を越えて 山本一英
08	ワカンハイクを楽しもう! 柳田節子
09	★ クイズ 地図読み達人 宮内由幸子 小島成行 豊島 好道 高
10	★ 草花彩彩 市野博志
12	心みちと 平野社長の夢現で、登山の多様な世界につなげよう 大塚信康
13	★ ちりちゃんの子連れハイク 市川江利子
14	ダイヤモンド富士を期待して 身延・七瀬山 大坪健立
15	支援決定委員会が主催する天竺講習会 前日光地蔵岳で 今野典博
18	★ 私の雪山ワタシと登山 どんな山がやりたいんです 洞井孝雄
20	山の身体を考える トレーニング実技編 石田真直
22	偵察大山三題 春の山登り上 珠連編定あため登山西條 中村宗大 横山ハツタン、空中長歩の経験だった 三葉野俊春 2年連続で登山、届かぬ山、経験はる程だ! 片山昌一
27	★ モイモイのモイ 伊藤志博
28	★ アドベンチャー・トラベル 大城直樹
30	JWAF CLICK
31	全国連盟の妖精
32	専門委員会活動報告
34	編集後記
35	インタビュー ロビ、土中丸治さん 高木本祐
36	地元会員特別インタビュー 成瀬 聖樹山/三浦誠 田村 志平山一/高橋 真由樹
38	ブックエディト 山が大好き、登山家 山形直樹(編集) ほか 高田孝治 ほか
39	あらかると「雪中行軍」 石井光彦
40	えつらん亭 空回一編(紀から) 伊藤ちはる
41	★ 読者欄こう 高井孝子
42	★ オススメ山道具 スノースコップ 藤原光樹

34期下期(2015年度)定期理事会速報

3月8日(日)、東神奈川地区センターに於いて13時15分から16時30まで、定期理事会を開催した。理事28名中17名が出席し理事会は成立した。女性委員会から1名が参加した。

議長団を選出し議事を進めた。理事長挨拶の後、各部、委員会から報告と計画、収支と予算と会計監査の報告を受けた。休憩後質疑応答、まとめ、採択し定刻に終了した。

質疑応答では、おもに救助隊と各リーダー養成学校について発言があった。救助隊のあり方で、登録者の整理、実働隊員、後方部員、を把握したい。実働部員の技量向上は進めて貰いたい。ハイキングリーダー養成学校とアルパインリーダー養成学校の協力と単科机上講習の公開講座にしてはどうか。将来を見据えると、ボランティア活動で執行部を運営しているが、それ相応の対価が支払われる方向に来るのではないか。事故報告書のフォーマットを作ってはどうか。

「第2回福島のこどもたちと夏休み」保養プログラム実行委員会が、短期の委員会として承認された。(文責、三上)

遭対部便り 2015年3月

遭対部

昨年度の事故一報の紹介

昨年の秋から事故一報を県連遭対部に対しても報告するようにお願いしてきましたが、各会から4件の事故一報が報告されました。今後は適宜県連内に紹介し、類似の災害防止に役立てたいと思いますので、今後ともご協力をお願い致します。

今回は昨年度の事故一報のいくつかを紹介し、会員の事故防止に役立てていただければ幸いです。

事例1

発生日時：14年10月6日14時頃

発生場所：丹沢・大山

事故者：70代女性

事故状況：日向薬師バス停までの舗装された林道で、苔で滑り転倒した際、手首を骨折
原因と対策：急な登山道から緩やかな車道に出てバス停も近いことから、安心して油断した、登山も終了し、心身ともに疲れが溜まり、集中力が低下した等が考えられますが、これらについてはドアツードアまで気を引き締めてもらい以外にないと思われま。特に舗装された林道であっても苔蒸していたり、凍結している場合は大変滑り易く、転倒する危険が少なくないだけでなく、路面が固いために衝撃も大きく、思わぬ怪我につながります。林道だけでなく、駅の階段昇降時も含めて、十分な注意をお願いします。

事例2

発生日時：14年9月20日14時頃

発生場所：新潟・清津峡遊歩道

事故者：60代男性

事故状況：峠を降りて、バス停に向かう途中で、川に沿った斜面の岩の多い道を歩行中に足元に気を取られて頭上に張り出した杉の木に頭を強打し、そのはずみで足を滑らせて約80cm下の流れの中に落ち込み、額(前頭部)に3ヶ所の裂傷を負った。現地で吐血後、同伴者と共に自立歩行し病院で手当を受けた。

原因と対策：頭上、足元には十分に注意をすることを、さらにパーティ同志で声を掛け合い、特に濡れた石や河辺の斜面等には安易に乗らないよう、歩かないように注意を喚起したい。

事例3

発生日時：14年10月13日8時頃

発生場所：島根・三瓶山

事故者：60代女性

事故状況：濡れていたと思われる石に滑り右寄りに転び、右手を強打。右手首の変形、激痛腫脹、右手のスプーン状変形があり、右手前腕が動かさず救急車で搬送された。右骨遠位端骨折。

原因と対策：事例2と同様に、先頭を歩く人、さらにパーティ同志で声を掛け合い、足元には十分に注意をすること、特に濡れた石等には安易に乗らないよう、歩かないように注意を喚起したい。

2014年神奈川県連盟 山岳事故リスト (2014年1月1日～12月31日 事故一報より)

No.	事故日	年齢	性別	登山形態	事故原因	事故状況	傷病名
1	1月25日	68	男性	登攀	転・滑落	懸垂下降中、腰付近より滑落した	骨盤複雑骨折
2	3月14日	44	男性	冬季登攀	凍傷	両手首に凍傷、防災ヘリにてピックアップ	低体温症 手首凍傷
3	4月14日	40	女性	冬季登攀	転・滑落	浮石を掴んでしまい、数十センチ落ちた	左足首捻挫
4	4月25日	37	男性	積雪期登山	その他	右膝周辺を捻ったかして膝裏周辺に痛み	筋を痛めた
5	6月1日	62	男性	登攀	その他	リードしていた際、肘に痛みを覚えた	
6	7月27日	39	男性	沢登り	転・滑落	約5～6mの滝からスリップして滑落	踝骨骨折
7	8月24日	39	女性	沢登り	転・滑落	道迷いを起こし、20m沢に転落	頭部裂傷、右指間裂傷、腰椎骨折
8	9月15日	39	男性	登攀	虫・動植物	後頭部右下にマダニに刺された	マダニ咬傷
9	9月20日	67	男性	無雪期登山	転・滑落	川に沿った斜面を歩行中、足を滑らせ約80cm滑落	額の裂傷(3ヶ所)
10	10月13日	68	女性	無雪期登山	転・滑落	濡れていた石に滑り転び、右手を強打	右手遠位端骨折
11	10月21日	34	男性	人工壁	その他	被った壁から落ち、壁に衝突、後頭部を打ち、出血	後頭部打撲
12	10月25日	70	女性	無雪期登山	転倒	下山途中、バス停までの間、林道の苔で転倒	右手首骨折
13	11月1日	58	男性	登攀	転・滑落	右手ホールドが剥がれ転落	左足下肢骨折
14	11月13日	38	女性	人工壁	その他	落ちる際、とっさにロープを掴んだため親指付根創傷	右母指創傷

年代別事故者： 30代 6名、40代 2名、50代 1名、60代 4名、70代 1名

男女別事故者： 男性 9名、女性 5名

形態別事故： 無雪期登山 3件、積雪期登山 3件、登攀 4件、沢登り 2件、人工壁 2件

原因別事故： 転倒 1件、転・滑落 7件、凍傷 1件、虫・動植物 1件、その他 4件

事故の傾向

1. 全国の年代別の事故者は60代がダントツに多いが、神奈川県では30代、40代にも多い。
2. 原因別では、転・滑落が事故原因の半分以上を占めており、注意力が散漫に加え、バランス感覚、体力の衰え等が要因となっている、と考えられる。

神奈川県労山 会員の皆さんへ

「第2回福島の子どもたちと夏休み」保養プログラム協力をお願い



2014年「第1回 福島の子どもたちと夏休み」長野県小谷村で思いっきり遊びました。

東日本大震災と福島第一原発事故から間もなく4年。復興どころか復旧さえままならないのに“風化”の声も聞かれます。一番心配なのは、放射能の影響の中で暮らす福島の子どもたちのことです。「校庭、家の庭などは除染していても通学路は除染されていない、その中を毎日子どもたちが登下校している現実には心が痛むのです」と福島県労山の会員さんが話してくれました。

そこで、全国連盟女性委員会では、福島の子どもたちの力になりたいと保養プログラムを企画しました。それが、2014年8月、第1回「福島の子供たちと夏休み」です。長野県小谷村に南相馬の小学生21名を迎え、長野県労山の会員をはじめ43名のボランティアの協力を得て、成功させることが出来ました。

実施後、子供たち、その家族、地域の方々から、この取組を続けて欲しいという声が多くあり、2015年第2回目の保養プロジェクトは神奈川県労山で実施することになりました。

福島県労山の仲間は「福島を忘れないでほしい。是非、福島に来て、被災の現場をみてほしい」と訴えています。神奈川県労山は実行委員会を立ち上げ、以下の内容で実施します。皆さんの協力をお願いします。

実施内容

△目的 こどもたちを自然の中で土に触れ、水に触れて、ゆっくりと遊ばせてあげたい。

△日程 2015年7月30日(木)～8月1日(土) 2泊3日

△場所 神奈川県立三浦ふれあいの村

△主催 神奈川県勤労者山岳連盟

△協力 南相馬市PTA連絡協議会 NPO法人南相馬こどものつばさ

△対象 南相馬市の小学4年生～6年生 20名

実施体制

●神奈川県連盟に福島こどもたち保養PJ実行委員会を立ち上げた。
(2015年1月16日)

●実行委員10名 ボランティア20名 30名規模

●実行委員会協力メンバー

実行委員長 磯部(地平線)、副実行委員長 清藤(常任理事、川崎HC)、若澤(常任委員、相模AC)

渉外 渡辺(相模AC)、事務局(長) 関根(みずなら)、会計 萩原(藤沢山の会)、伊藤(横浜HC)

高橋、森谷(藤沢)、青柳(山ブキ)、藤元、山下(全国女性委員会)



実施計画

1/5 神奈川県連 常任委員会 本プロジェクト実施を承認。

1/16 第1回実行委員会

1/ 南相馬教育委員会後援依頼、三浦ふれあいの村特例審査申請

2/16 第2回実行委員会 募集要項、ボランティア募集、カンパ協力をお願いを作成。

3/8 神奈川県理事会で取組報告、協力要請

4/ こどもたちの募集開始

6/ 現地説明会。南相馬を訪問し被害の実際を視察予定。

協力の内容

- ① 実行委員会への参加
- ② ボランティアとして参加(1日でも大丈夫です)
- ③ カンパ(1口500円)
- ④ 現地視察に参加(南相馬市)



協力申込書

名前 _____ 会名 _____

連絡先 電話/e-mail _____

① 実行委員会参加	
② ボランティアの参加	全日程・7/30 ・7/31 ・8/1
③ カンパ	口数
④ 現地視察参加	

登山者サロンのご案内

昨年、秋に続いての開催となります。世界中でテロや内戦が勃発しています。今こそ、平和が必要な時です。平和でなければ登山はできません。戦争がいかに悲劇をもたらしたか、みんなで考えましょう！戦争を知らない方々の参加を歓迎します。

◇ 日 時 3月24日（火）午後7時 開会 （午後6時30分開場）

◇ 会 場 日本勤労者山岳連盟事務所1階 会議室

□ 挨拶 西本 武志 氏（日本勤労者山岳連盟会長）

□ 第1部 講演：「平和憲法があぶない」 —私の戦争体験— 宮澤・レーン冤罪事件にもふれて
講師： 山野井孝有氏（北大生・宮澤弘幸『スパイ冤罪事件』の真相を広める会 代表）

□ 第2部 懇談会 「青年学生が山登りを楽しめる社会にしよう」※労山役員と会場参加者との懇談

◇参加費◇ 500円 （資料、お茶代）

事前申し込み不要 当日、会場へ直接お越しください

■ 主催 ■ 登山者後援会 〒204-0003 東京都清瀬市中里6-95-5-104 西本武志方 042-492-4095

■ 問合せ先 ■ 斉藤義孝 080-5520-9152

労山第31回第1回全国評議会に参加して

2015/2/24 県連常任理事 伊藤(健)

神奈川県連盟の評議員として、掲題の評議会（2/21-22：東京晴海グランドホテル）の第一日目に参加してきました。私としては、3年前に、一クラブの事務局長の立場から代議員として参加して以来の全国の総会でしたが、理事・役員構成も変わられていて、とても重く受け止めなければならない会議・討論・内容だった思いがしております。ここでは、神奈川県連として今後考えなければならない点について、私なりにまとめてみました。

第1点は、遭難対策の課題です。

2014年度の事故一報ベースでの「連盟別事故者数」（全国291件）では依然として、**神奈川県は2013年度（22件）から14件と減少はしましたがワースト5にあり、特に会員（670名）に対する比率では2.0%と高く、ワースト2となっています。**

一概に数字だけを捉えるのは問題の本質を見誤ることもあります。真摯に他連盟の活動にも学び、考え、今後の遭難対策・改善に一層取り組む必要性を痛感しました。

第2点は、会・クラブの組織強化です。

神奈川県では9割以上の加盟団体がHPを開設しているとの報告がありましたが、今一度各HPの内容・更新頻度等を精査して、本当に会員のために有効なツールとなっているかを精査するの必要を感じました。そして、なによりも、「労山の理念を理解する活動を連盟とクラブですすめる」、「各地域での未組織登山者の登山教室の開催」、「次世代会員を迎え入れられる会・クラブづくりの推進」、です。「ROUSAN パートナーズ制度」の活用も含めた、単独の会・クラブでは開催が困難な登山教室等は、近隣の会・クラブやブロック単位での、地道な計画性をもった活動が求められている、と思っています。

第3点は、安全登山スタンダード作りの検討です。

「安全」とは何か？という問いかけは抽象的な内容ですが、ここで検討がされているのは、一般的な「技術書」や「テキスト」ではなく、私たちが日常的に登山活動を展開するために必要な基本的な知識・技術、不文律などの、日常の山行の中で生きる登山の基本となる「安全の考え方プラスそれを支える最小限の技術」（例として、「理論（登山の理念）」「スキル」「感性」「体力」など、労山全体としてのみならず、登山界としての「不変」「普遍」的なもの)としての、「スタンダード」を目指すとして

のみならず、登山界としての「不変」「普遍」的なものとしての、「スタンダード」を目指すとしています。日々の遭難対策活動に加えて、ある意味「登山の基本」となる考え方をまとめる活動に、関東ブロックが中心となるとありますので、神奈川県連としても注視し、出来るところは協力していくべき、と思いました。

その他、多くの課題が報告・討議がされましたが、上記3点のみですが、県連盟の理事会・会員の皆様の今後の前向きな議論の一助となれば、幸いです。

常任理事会議事録

H27年3月2日（月）

県連事務所19：15～21：15

出席：渡辺、小林、丸山、若澤、三上、加藤、伊藤健、清藤（記録）

欠席：入木田、早川、三瓶

【事務局】

- * 2月21日（土）22日（日）全国評議委員会開催、神奈川より2/21伊藤健、2/22加藤が出席・・・21日の報告は別紙にて参照
- * 3月8日（日）34期上期議案書討議
- * 3月10日（火）事務局長会議開催、連盟ニュース表紙募集
- * 2016年県連50周年を迎える準備について。
- * 事務局員不足・・・事務局長会議の交通費の精算、連盟ニュース印刷、差し込み作業を担当して欲しい。

【財政より】

- * 2月16日（月）34期上期会計監査実施し承認を得た。

【専門部活動報告】

自然保護委員会

- * 2月24日（火）クリーンハイク第2回実行委員会／東丹沢登山道はゴミが少なくなっている。小田原ナーゲルで西丹沢檜洞丸のクリーンハイクを予定する。山北町からゴミの収集を翌日に行う事で内諾を得ている。

救助隊の配置で西丹沢では無線が届かない可能性があるので人員派遣、難しいとの意見があった。

登山道整備に人員を増やして力を入れる。

救助隊

- * 2月21日（土）～22日（日）関東ブロック開催 神奈川主管

他県の案内が遅かったので東京、茨城不参加。神奈川、栃木、千葉、群馬、埼玉で36名の参加。チームレスキューからセルフレスキューが主体となっている。参加県でグループ分けをして訓練行い良い刺激になった。意見交換では新しいやり方をして行こうと共通認識を確認、顔の見える交流会となった。

- * 3月12日（木）運営会 関ブロ反省会

- * 4月12日（日）救助隊総会

遭対部

- * 講習会を企画しても参加者が少ない。1泊2日から机上と実技を別々に行い参加しやすくして行く。

- * 6月～7月ファーストエイド講習会

- * 2014年神奈川県事故報告のまとめ・・・別紙参照

- * 事故一報は速やかに報告して欲しい。

教育部

- * 連盟ニュース2月号に第33期アルパインリーダー養成学校募集要項の案内。

ハイキング委員会

- * ハイキングリーダー養成学校はここ数年受講者が少ない、初級リーダー学校と連携が必要ではないか。

- * 全国遭難対策部 田上氏講演会を予定。

【他】

今後の日程

- * 9月5日（土）～6日（日）
関東役員ブロック 茨城主管
- * 9月12日（土）～13日（日）
全国ハイキングリーダー学校 兵庫主管
- * 10月17日（土）～18日（日）
全国自然保護委員会
- * 10月24日（土）～25日（日）
全国女性委員会
- * 2月27日（土）～28日（日）
関東ブロック救助隊交流集会
- * 4月末頃 足尾銅山の植樹プロジェクト
- * 新スポニユースにクリーンハイク、福島の子ども保養プロジェクトの記事を載せて周知、協力を仰ぐ。
- * 34期下期定期理事会の日程9月6日（日）予定
次回常任理事会 4月6日（月）19：15～

第38回 丹沢大山クリーンハイク・2015

5月30日 水質調査・前夜祭／5月31日 クリーンハイク・登山道整備
第3回実行委員会：3月30日 県連事務所 19時15分から21時
各会から実行委員を送り出して下さい。

2015. 第38回丹沢クリーンハイク 第2回実行委員会及び自然保護委員会

出席者：渡辺（相模AC）、磯部（地平線）、大用・当山（川崎HC）、萩原（藤沢山の会）、古山（カモの会）、伊藤（横浜HC）、上島（雪童）、関根（みずなら）、高橋（横浜AC）、佐藤（山ブキ）、小清水（小田原ナーゲル）、三上（こぶし）、栗田（やま++）

※役員選出確認

事務局長・書記・・・古山（カモの会）
会 計・佐藤（やまぶき）、伊藤（横浜HC）

※救助隊への協力要請

渉外担当・渡辺さんより救助隊へ依頼連絡する

※チラシ内容確認

コースD（丹沢山）、新M（西丹沢・歩行時間約7時間）については一般参加者は不可

登山道整備・二ノ塔について（終了予定12時頃は載せない）／大倉尾根について（募集人数20名）・・・やま++より7～8名参加予定（コース変更可）／川崎HCより参加希望あり

一般申込み切り・・・5月23日（土）

チラシタタキ台修正後、三上さんに製作依頼する

※日程について

5月31日は西丹沢山開きのため、駐車場、バスの混雑が予想される。

一般登山者の邪魔にならないよう、ゴミ回収等に配慮する。

檜洞丸→犬越路を下りながら林道のゴミ回収をし、15時終了を目指す。

ゴミ回収について、山北町担当者より了解済

※県その他の後援要請や秦野市へのゴミ回収依頼は電話連絡をする

以前は県庁へ挨拶に行っていたが、その必要は特にない旨

自然保護委員会

関東ブロック自然保護集会成功で終了。

次回開催地、群馬県への参加要請申し合わせ・・・10月17日・18日

第2回福島子ども保養プロジェクト実施に向けて、スタッフ・ボランティア協力の呼びかけ

第5回東北震災ボランティアを実施するに当たり、作業内容を検討したらどうか

記 関根

第2回福島の子どものための保養プロジェクト

2月16日第2回 実行委員会

出席者：磯部、萩原、藤元、山下、青柳、関根

※磯部さんより現状報告

場所 YMC A 三浦ふれあいの村

日程 2015年7月30日（木）～8月1日（土）

特例審査申請を1月25日提出

神奈川県教育委員会より南相馬教育委員会の了解を取り付けてから承認

再度、NPO法人こどものつばさへ後援・協力要請について連絡する。

次回開催は静岡県連が引き継いでくれることになりました。

※会計について萩原さんより報告

子供たちへの参加費について検討・・・1人あたり 5000円

神奈川県連より補助金・・・10万円

インターネットレディーフォーへ補助金申請をだす・・・希望金額10万円（要検討）

前回プロジェクトより繰越金・・・126,959円今回予算へ繰り入れ

支出については細かい行動予定が未定なため暫定60万円くらいを見込み

各県連及び神奈川県連各会へカンパ要請をお願いしたい。メール送信する

原発被災地を歩くガイドブック販売をする・・・評議会用・県連用

※実行委員の担当係り

実行委員長・・・磯部

副委員長・・・清藤、渡辺

渉 外・・・渡辺、磯部、藤元

議事録・事務局・・・関根

資金集め（カンパ）・・・山下

会 計・・・萩原・伊藤

ボランティア・・・若沢（相模A）、高橋・森谷（藤沢山の会）、青柳（やまぶき）、中田（やま++） その他

オブザーバー・・・藤元・山下（全国女性委員会）

※3月8日神奈川県連下期定期理事会に出席、取り組み報告及び協力要請する

渡辺・関根出席

※次回実行委員会

神奈川県教育委員会より連絡確定後に連絡通知する

神奈川県勤労者山岳連盟 ハイキング委員会

2015年度ハイキングリーダー養成学校入校案内

ハイキングリーダー養成学校では、ハイキング・登山の基礎技術の習得、安全山行に対する知識、統率力を身に付けるようにします。目標としては新入会員の講師ができ、夏山一泊程度のリーダーが出来る事とします。

記

期 間：2015年4月2日（木）～11月13日（金）

講 習：机上講習と実技山行（内容は5頁です）

資 格：リーダーをやる意欲があり、会の推薦を受けた人及び一般受講生。

人 数：10名

受講料：連盟員・ROUSANパートナーズ会員10,000円 一般受講生15,000円

場 所：「かながわ県民センター」

横浜市神奈川区鶴屋町2-24-2 045-312-1121

時 間：PM7:00～9:00

加藤正敏（藤沢山の会） 〒253-0052 茅ヶ崎市幸町6-13-206

TEL. 0467-87-7080/090-8081-4661

清藤秀子（川崎ハイキングクラブ） 〒250-0875 小田原市南鴨宮3-26-1-102

TEL. 0465-48-2153/080-5055-2708

Eメール: seidou.hideko@rainbow.plala.or.jp

※講習内容によって安全確保のためスリング、カラビナ、ヘルメット、沢シューズ、ハーネス等の装備、テント泊ではシュラフ、エアマット、大きめのザック（45ℓ～50ℓ以上）が必要になりお持ちでない方は借りるか、購入費用がかかります。

04/02(木)【入校式・机上講習】ハイキングリーダーとは／労山の考え方・会活動・計画書・報告書の書き方・地形図について

04/12(日)【山行】森戸川から二子山／安全山行(歩き方・持ち物)・地図の見方・コンパスの使い方

05/21(木)【机上講習】ロープワーク／スリング・カラビナの使い方・ロープの結び方・装備の準備

05/24(日)【山行】鷹取山/湘南／ロープワーク・三点確保・岩場の通過

06/06(土)～07(日)【山行】大室山/西丹沢／テント泊の体験・行動中の判断と対応

06/18(木)【机上講習】山の天気／天気の詳細・夏山の注意

07/16(木)【机上講習】救急法／セルフレスキュー応急処置

08/02(日)【山行】(予備日8/16)葛葉川本谷/丹沢／沢とはどんな所・沢を安全に通過する

09/17(木)【机上講習】山での生活技術／1泊山行・テントの装備・役割分担

10/03(土)～04(日)【山行】赤岳/八ヶ岳／リーダーシップ・メンバーシップ

10/15(木)【机上講習】山行計画／形図を読む・ミーティング

10/18(日)【山行】ミツバ岳～権現山/西丹沢／図にない道・地形を読む

11/01(日)【修了山行】岩殿山/大月／自分達の力で歩く

11/13(金)【修了式】修了書授与／今期の振り返り・懇親会／県連事務所

○かながわ県民センター・・・横浜市神奈川区鶴屋町2-24-2 TEL:045-312-1121

○県連事務所・・・横浜市神奈川区西神奈川1-18-2 永田ビル3F TEL:045-434-2726

申込書は県連HPからダウンロードして下さい。

神奈川県勤労者山岳連盟

第33期(2015年度)アルパインリーダー養成学校 募集要項

岩、沢、読図、雪山、登山計画、気象判断など登山者必携である基礎知識、基礎技術およびパーティリーダーとして必要な判断や行動を目的として、神奈川県勤労者山岳連盟では「アルパインリーダー養成学校」(通称リーダー学校)を開催いたします。当学校は一年を通じて総合的な知識や技術の習得だけでなく、同期メンバーと目標に向かって相互に助け合う、登山本来のパーティシップ、リーダーシップを学ぶことを目的としています。

1. クラス及び募集人数

初級・・・15名程度(※初めて受講される方は原則初級となります。)

中級・・・5名程度(※原則初級修了者。神奈川県山岳連盟の代表から推薦がある場合は、初めてでも検討します。)

2. 対象者

- (1) 15kg程度の荷物を背負って、一日8時間程度を2日間、一般登山地図に書かれたコースタイムで歩ける方
- (2) 登山中に支障をきたす可能性のある持病等をお持ちでない方
- (3) パーティーのために前向きに取り組める方
- (4) 机上、実技とも一年を通じ8割以上は出席可能な方(理想は10割です)
- (5) 講師及び受講者間の諸連絡はPCメールで、計画書はEXCELを使用していますので、そのような環境の方が望ましいです。
- (6) 上記要件を満たす方でしたら18歳以上60歳程度まで年齢不問。

※性別・年齢問わず多くの登山者が受講・卒業しています。

3. 目標

共通 山岳パーティのリーダーとして安全管理ができ、「人に連れて行ってもらう登山」から「自らがマネジメントできる登山」ができるようになる。

初級 (1) 知識・技術面

- ①クライミング・・・必要なロープワーク、ビレイ、IV級登攀
- ②沢登り・・・歩行、徒渉、滝登攀、高巻き、ビバーク、遡行グレード1級程度
- ③読図・・・地形図準備、コンパス使用法、実際の地形判断
- ④登山計画・・・計画の重要性、計画書の作り方、安全対策
- ⑤気象・・・四季に応じた典型的気象パターンと対策
- ⑥雪山・・・歩行、雪山独自の危険性とその対応

(2) リーダー&パーティシップ

- ・パーティの意義、リーダーとしての役割の修得

中級 (1) 知識・技術面

- ①クライミング・・・ロープワーク、ビレイ等を初級に対して援助、V級登攀、マルチピッチ登攀の基礎
- ②沢登り・・・遡行グレード2級程度
- ③読図・・・地形図準備、コンパス使用法、実際の地形判断を初級に対して指導援助
- ④登山計画・・・計画の重要性、計画書の作り方、安全対策
- ⑤気象・・・四季に応じた典型的気象パターンと対策
- ⑥雪山・・・ロープを使用する初級登攀

(2) リーダー&パーティシップ

- ・リーダーの役割を理解し、計画から下山までパーティを統率できる

4. 事前学校説明会

日時：4/5(日) 18:30～20:30

会場：かながわ県民センター708号室

〒221-0835 神奈川県横浜市神奈川区鶴屋町2-24-2(横浜駅西口徒歩5分)

学校の主旨や内容と、受講を希望される方の持っているイメージのミスマッチを防ぐため、上記のとおり事前学校説明会及び第一回机上講習を実施します。

5. 講習予定 ※毎回机上講習後に次回実技講習の打合せを行います。

机上講習はかながわ労働プラザ（石川町駅）又はかながわ県民センターで行います。

机上および実技講習を欠席される場合は、都度メールにてご連絡ください。

- ・ 04/05(日) 【机上】 入学説明会・装備説明とロープワーク
- ・ 04/19(日) <実技>クライミングⅠ／広沢寺（予定）
- ・ 05/13(水) 【机上】 登山計画
- ・ 05/17(日) <実技>クライミングⅡ／湯河原幕岩（予定）
- ・ 06/10(水) 【机上】 読図
- ・ 06/14(日) <実技>読図／丹沢（予定）
- ・ 07/08(水) 【机上】 沢登り
- ・ 07/12(日) <実技>沢登りⅠ／丹沢（予定）
- ・ 08/05(水) 【机上】 夏山気象
- ・ 08/22(土)-23(日) <実技>沢登りⅡ／奥秩父または谷川方面（予定）
- ・ 09/09(水) 【机上】 マルチピッチクライミング
- ・ 09/26(土)-27(日) <実技>クライミングⅢ／御坂・三ツ峠等
- ・ 10/14(水) 【机上】 遭難対策と救助
- ・ 11/11(水) 【机上】 冬山装備・技術
- ・ 12/02(水) 【机上】 冬山気象
- ・ 12/05(土)-06(日) <実技>雪山Ⅰ／富士山五合目付近
- ・ 01/13(水) 【机上】 リーダー論
- ・ 01/23(土)-24(日) <実技>雪山Ⅱ／南八ツ・赤岳周辺
- ・ 02/03(水) 【机上】 深雪・雪崩
- ・ 02/13(土)-14(日) <実技>雪山Ⅲ／上越・谷川周辺
- ・ 03/09(水) 【机上】 修了式
- ・ 03/26(土)-27(日) <実技>卒業山行／八ヶ岳、上越周辺など（予定）

※実技実施場所には講師・受講生の車に乗り合わせて向かいます。

実技補講（希望者のみ）

1月・・・労山関東ブロック協議会主催 雪崩講習。その他、遭対部主催ファーストエイド講習会、日本勤労者山岳連盟主催クライミング、沢登り講習会等。受講生の習熟度合いや要望に応じて実施する場合もあります。日程、場所は随時案内します。（補講受講費は別途です）

6. 受講費

- ・ 神奈川県労山加盟会員の方・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 45,000円
- ・ 他の都道府県労山加盟会員・ROUSANパートナーズ会員の方・・・・ 60,000円
- ・ それ以外の方（一般）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 70,000円

※初級・中級とも上記受講料です。

※同級2年目以降の受講者は各5,000円引です。

※一年間の受講費です。交通費、テン場代等施設使用料、食費、宿泊費、装備費、連絡通信費、振込手数料等は含みません。

※ROUSANパートナーズは、日本勤労者山岳連盟が運用する個人会員制度です。詳細はHPを御覧ください。http://www.yama-tomo.jp/

7. 山岳保険

労山新特別基金加入の方は最低5口、できれば10口加入をお願いします。

労山以外の方は、実技前日までに搜索救助補償が必ず付いている山岳保険にご加入後、保険会社名、内容をお知らせ下さい。個人会員制度「ROUSANパートナーズ」もご利用いただけます。

8. 申込み切 3/31(火)

申込書に必要事項をご記入の上、メールにてお申込み下さい。申込書は県連HPからダウンロードして下さい。ご質問等も下記メールアドレスへお送り下さい。

【申込および連絡先】

神奈川県勤労者山岳連盟教育部（担当・三瓶）／ kanagawa.lschooll@gmail.com

いつでも山に登れる 山筋ゴージャゴージャ体操

石田良恵著 A5判96頁 定価:本体1500円+税

桐書房刊



DVD付き

(本文2色刷)

山に登っていても、加齢とともに筋力は必ず落ちる。一日15分の山筋体操で、100歳まで爽やかな登山!!

<本書の特徴>

- ①みんなでできる登山の安全を支える体力づくり。
- ②我流では効果半減。DVDでよくわかる。
- ③登山の生理学は必ず必要!! 基本をやさしく学べる。

(主な目次)

- 1 なぜ多い高齢者の登山事故
- 2 加齢と筋力の変化
- 3 筋力トレーニングの効果
- 4 自分の体力年齢を知る
- 5 山へ登るための持久力のつけ方
- 6 登山で使う主な筋力群
- 7 山筋ゴージャゴージャ体操筋力編
- 8 山筋ゴージャゴージャ体操ストレッチ編
- 9 転倒防止予防の筋トレ
- 10 登山と筋肉痛
- 11 筋肉づくりの栄養学
- 12 登山のための栄養学
- 13 サプリメント登山
- 14 水分補給の生理学
- 15 スtockとサポートタイツ 他

労山会員は特別価格で購入出来ます。

送料は、一冊80円、2冊120円、3冊以上は送付方法により応相談。

<申込先> 全国連盟事務局にFAXまたはメールで、書名、部数、団体名、送付先を明記してお送り下さい。代金振替用紙を同封して発送します。

FAX 03-3235-4324 メール jwaf@jwaf.jp 〒162-0814 東京都新宿区新小川町5-24

スポーツ
のひろば

2015 3月号
No.475

定価 290円
年間購読 3,600円



CONTENTS

東北復興支援

第30回全国スポーツ祭典

サッカー・ミックスバレーボール・テニス・バドミントン

身体のゆがみは パフォーマンス向上の敵

会報ピックアップ「可愛いおばあちゃん」「御嶽山噴火」

京都西山ハイキングクラブ・京都田辺山友会より

発行 = 新日本スポーツ連盟

ホームページ
<http://www.njsf.net>

東京都豊島区東池袋2-39-2 大住ビル402
TEL 03-3986-5401 FAX 03-3986-5403

第53回 神奈川県スポーツ祭典 予定一覧(案)

2015年～2016年

	種 目	日 程	会 場	参 加 費	備 考
1	横浜駅伝	4/29	榊町公園	1チーム 17,000円	42.195Km(7区間)
2	卓球大会(年齢別団体戦)	4/29	県立体育センター	4,000円	3単2複
3	テニスシングルス	5/24	県立体育センター	4,000円	男・女8ゲームスプロセットマッチ & コンソレ
4	卓球大会(一般団体戦)	7/4	県立体育センター	3,000円	2単1複
5	サッカー大会	6～10月	県立体育センター他	1チーム 15,000円	トーナメント
6	軟式野球大会	7～9月	三ツ池公園他	1チーム 10,000円	トーナメント
7	高校生テニス大会	7/24	県立体育センター	2,000円	シングルス
8	高校生テニス大会	8/12	県立体育センター	1ペア 3,000円	ダブルス
9	水泳大会				
10	テニスダブルス	9/13	県立体育センター	5,000円	男・女8ゲームスプロセットマッチ & コンソレ
11	陸上競技大会	9/19	大和市 スポーツセンター		【男子】100m 200m 400m 800m 1,500m 5,000m 4×100mR 4×400mR 走高跳 走幅跳 砲丸投 【中学男子】100m 1,500m 走幅跳 砲丸投 【壮年男子】(40才以上)100m 1,500m 5,000m 【女子】100m 200m 400m 800m 1,500m 5,000m 4×100mR 走高跳 走幅跳 砲丸投 【中学女子】100m 1,500m 走幅跳 砲丸投
12	卓球大会(個人戦)	9/21	秩父宮記念体育館		
13	バドミントン(個人戦)	9/21	県立体育センター	1ペア 3,000円	
14	テニスミックス	9/27	県立体育センター	5,000円	8ゲームスプロセットマッチ & コンソレ
15	河原駅伝	10/11	川崎古市場	1チーム 15,000円	42.195Km(6区間)
16	バレーボール大会	10/18	県立体育センター	1チーム 10,000円	男女6人制
17	ミックスバレーボール	10月予定	保土ヶ谷公園体育館	1チーム 10,000円	ミックス
18	ウォーキング	秋予定		500円	
19	第49回神奈川 スキー祭典	15年末 ～16年始	長野会場	コースごとに定める	クラス別教室、交流会、競技大会
20	アルペン大会	15年2月	長野県スキー場		回転・大回転
21	バドミントン(団体戦)	2016年 3/27	県立体育センター	1ペア 3,000円	
22	春スキー祭典	16年3月 下旬	長野県スキー場	未定	スキー教室他
23	<湘南スポーツ祭典> 湘南陸上競技大会	2015年 5/23	県立体育センター	1種目1,000円 2種目1,500円 リレー2,000円	小学生の部(50m、100m、1500m) あり。高校生以下は1種目800円 2種目1,000円
24	<横浜スポーツ祭典> 横浜ロードレース大会	2015年 4/12	榊町公園	3,000円 (高校生2,000円)	5km、10km、20km男女年代別
25	<川崎市スポーツ祭典> 川崎ハーフマラソン大会	2016年 3/13	多摩川マラソンコース	3,000円	ハーフ 男女年代別
26	<関連行事> 第43回新春マラソン	2016年 1/10	古市場陸上競技場 多摩川マラソンコース	3,500円・3,000円 (高校生2,500円)	30Km、10Km男女年代別
27	<関連行事> 2015丹沢クリーンハイク	2015年 5/	丹沢大倉根根・大山	無料	安全に歩ける靴・服装で参加の事

※会場、参加費等変更になる場合があります。各大会実施要綱をご確認ください。

神奈川県勤労者山岳連盟各会の活動報告と予定

川崎勤労者山岳会 会報「あざみ」 <http://www.geocities.co.jp/kawasakirousanhp/>
報告：森川 昇 計31名(男 女)

02/01 高尾/景信山・陣馬山 02/01 湘南/鷹取山 F C 02/14-15 西伊豆/城山 F C

川崎ハイキングクラブ http://homepage2.nifty.com/kawasaki_hc/
報告：市川二郎 計120名(男60 女60) 平均年齢63歳

01/17(土) 倉岳山 (15)	02/14(土) 檜岳山稜/西丹沢 (11)
01/17(土) 十国峠/箱根 (8)	02/14(土)-15(日) 天狗岳/八ヶ岳 (11)
01/17(土) 大楠山/三浦半島 (13+1)	03/01(日) 大山/例会山行
01/17(土)-18(日) 赤岳/八ヶ岳/県連L学校 (1+5)	03/07(土) 枅形山～緑ヶ丘霊園/川崎の里山を歩く
01/24(土) 石割山/富士山 (9)	03/07(土) 扇山/長歩き山行
01/24(土)-26(月) 八方尾根/白馬 (1)	03/12(木) 机上学習会/憧れの山に登るための準備と基礎知識
01/25(日) 景信山 (30+3)	03/14(土) 本社ヶ丸(中央沿線)冬山?春山?を愉しむ
01/26(日)-28(水) 裏磐梯/五色沼周辺 (1+2)	03/18(木) 明神が岳(箱根)箱根の縦走
01/31(土) 吾妻山/湘南 (8)	03/21(土) セーメーバン(大月)静かな早春の尾根歩き
02/01(日) 日金山(十国峠)/箱根 (19+3)	03/22(日) 旧東海道箱根～三島宿/旧東海道を歩く
02/07(土) 笹尾根/奥多摩 (19)	03/28(土) 流山・江戸川の土手/菜の花を楽しむ
02/08(日)-09(月) 日光・湯元/戦場ヶ原・金精沢 (11)	03/28(土) ミツバ岳(丹沢)ミツマタの花を見に
02/11(水) 御前山/奥多摩 (4)	03/29(日) 多摩スポーツセンター/体力測定・講習会
02/14(土) ジダンゴ山/丹沢 (8)	

川崎柴笛クラブ 機関紙「柴笛レポート」 <http://www.shibabue.com/page/page-1.htm>
報告：永宮祐子 計38名(男25 女13) 平均49歳

02/01 シダンゴ山 ガイドツアー	02/11 鍋割山 (3)	02/21 白毛門登山口付近 (3)
02/01 広沢寺 (4)	02/11 大倉尾根 (1)	02/22 上野口～伊吹山 (1)
02/01 大倉尾根 (1)	02/14 石尊稜、中山尾根 (2)	02/24 城ヶ崎 ガイドツアー
02/04 三条の湯/三条ダルミ (1)	02/14 大幡四十八滝沢 (2)	02/25 大菩薩峠 (1)
02/07 滝沢 (5)	02/14 西黒尾根 (8)	02/28 雲取山 (2)
02/07 犬殺しの滝・相沢奥壁大氷柱(5)	02/15 城山/ワイルドボア・二間バンド(3)	02/28 千波の滝/芦安 (3)
02/07 大倉尾根、丹沢山 (2)	02/15 高水三山 (1)	02/28 日光白根山 (4)
02/08 三つ頭 権現岳 (3)	02/18 七つ石、高丸山 (1)	02/28 岩殿山 (2)
02/08 金峰山 (3)	02/19 塔ノ岳 (1)	02/28 稲子岳南壁/&唐沢の滝(2)
02/10 広沢寺 (2)	02/19 犬殺しの滝 (2)	02/28 大室山、加入道山 (2)
02/11 金ヶ窪沢大滝 (5)	02/21 荒川出合の水瀑 (5)	02/28 広沢寺 (2)
02/11 権現山～蓬萊山 (1)	02/21 小同心クラック (2)	

アルパインクラブ横浜 <http://acy.jpn.org/>
報告＝岸 直哉 計 30名(男 21:女 9) 平均 歳

02/07 湯河原幕岩 (3)	02/14 丹沢 (1)	02/21-22 八ヶ岳縦走 (2)
02/07 乗鞍・猫岳 (2)	02/14 蓼科山 (3)	02/21-22 白毛門(救助隊関東ブロック交流会) (6)
02/07-08 八ヶ岳・赤岳鉱泉(1+1)	02/14 西丹沢・同角尾根 (読図山行) (2)	02/28 丹沢 (2)
02/08 谷川岳・西黒尾根 (2)	02/14-15 八ヶ岳・阿弥ヶ岳北稜 (2)	02/28 鷹取山 (2)
02/11 丹沢・モミソ沢 (2)	02/21 金峰山 (2)	02/28-03/01 八ヶ岳・石尊稜 (2)
02/11 塔ノ岳 (1)		

横浜ハイキングクラブ 会報「四季」 <http://www.yokohamahc.web.fc2.com/>
報告＝中川武洋 計56名(男24:女32) 平均64歳

[2月]	個人山行	03/01 枅形山、生田緑地
会・県山行	02/15 川苔山 (1+1)	03/08 要害山
02/12 室内例会	[3月]	03/15 陣馬山
02/26 運営委員会	会・県山行	03/22 三浦アルプス
02/12-14 岩原スキー (7)	03/12 室内例会	03/29 トレーニング山行
02/15 根岸森林公園・観梅(13)	03/21 運営委員会	

横浜こぶしの会 会報こぶし <http://http://sankamikuma.webcrow.jp/>
報告＝三上茂 計20名(男11人 女9人) 平均 61歳

02/01 新年会(12)	03/15 高柄山	03/29 達磨山
02/11 甲州高尾山(6)	03/28 ミツバ岳	

藤沢山の会 会報「稜線」 <http://fujisawa-yamanokai.com>
 報告=斉藤 緑 計98名 (男45:女53) 平均67歳

02/01 白銀山・星ヶ山 (5)	Vハイク (5)	自然観察会下見 (5)
02/01 鷹落場・鳥手山 (5+他)	02/14 大楠山 (5)	02/21 奥多摩連行峰鎌沢尾根/ Vハイク (6)
02/02 曾我丘陵～台山/ Vハイク (6)	02/14-15 北軽井沢/ 会バスハイク (24)	02/24 本白根山 (1)
02/07 宝登山 (9+他)	02/15 箱根外輪山 (2)	02/28 松田山 (3)
02/09-10 牛奥ノ雁ヶ腹摺山～ 滝子山 (1+他)	02/15 頭高山～八国見山(3+他)	02/28 婆娑羅山～大鍋越/ Vハイク (5)
02/13 金ヶ窪沢 (1+他)	02/15 ニツ塚 (1+他)	02/28-03/01 守屋山・北八ツ (1+10)
02/13 熊倉山長尾尾根/ 02/21 森戸川源流域/	02/19 三浦富士・武山 (4)	

小田原ナーゲル山の会 機関誌(月刊ナーゲル通信)Web山行報告集 <http://nagel.jp/>
 報告=青木義隆 計19名 (男14:女5) 平均51歳

01/03 高水三山 (3)	01/17-18 志賀高原笠ヶ岳・山田牧場 (山スキー) (2)
01/04 塔ノ岳 (1)	01/18 西穂高丸山スノーハイキング (1+5)
01/10-11 菅平・根子岳 (山スキー) (1)	01/25 北横岳 縞枯山 (1+1)
01/11 蛾ヶ岳 (2)	01/31-02/01 渋の湯から黒百合平・天狗岳 (1+10)

相模アルパインクラブ 機関紙「こだま」 <http://sagamiac.sakura.ne.jp/>
 報告:阿部正一 計34名 (男24:女10) 平均 歳

01/25 愛鷹山 (4)	02/07-08 唐沢の滝 (8)	02/15 広沢寺 (7)
01/25 鍋嵐山 (2)	02/13-15 赤岳～硫黄岳 (2)	02/15 白毛門/救助隊関東ブロッ ク下見 (2+1)
01/25 霧積エリアのアイスゲ レンデ (2)	02/10 幕岩 (1+1)	02/15 石老山 (1+1)
01/31 ヨモギ平～塔ノ岳 (3)	02/11 幕岩 (2)	02/15 幕岩 (1+3)
02/01 金時山 (1+2)	02/11 幕岩 (3)	02/16 城ヶ崎 (1+1)
02/01 広沢寺 (2)	02/11 弘法山 (1)	02/20 仏果山～経ヶ岳 (1)
01/31-02/01 神津牧場のアイスゲ レンデ (3)	02/11 箱根峠～三国山～金時 山 (1+1)	02/21 三つ峠裏/金ヶ窪沢アイ スゲレンデ (4)
02/01 菰釣山 (1)	02/12 矢倉峠～明神ヶ岳～明 星ヶ岳 (1+1)	02/21 城ヶ崎 (5)
02/01 幕岩 (6)	02/14 幕岩 (2)	02/20-22 白毛門/救助隊関東ブロッ ク (2+1)
02/02 城ヶ崎 (1+1)	02/14-15 城ヶ崎 (3)	
02/07 葉山アルプス (4)		
02/07-08 小川山アイスツリー・		

みずなら山の会 <http://home.h02.itscom.net/mizunara/>
 報告:賀川紀代美 計49名 (男25 女24) 平均60歳

02/03(火) 丹沢/広沢寺 クライミング(2)	アイスクライミング(2)
02/07(土)-08(日) 八ヶ岳 美濃戸～赤岳鉱泉～中岳 沢～阿弥陀北陵～文三郎～行者～美濃戸 アイスクライミング・冬バリエーション(4)	02/21(土) 富士山/宝永山 山スキー(2)
02/06(金) 丹沢/大倉＝丹沢山ピストン 雪山ボックトレ(2)	02/21(土) 丹沢/養毛→ヤビツ峠→表尾根→塔の岳→ 大倉尾根 雪山ハイク(2)
02/10(火) 丹沢/広沢寺 クライミング(2)	02/21(土)-22(日) 谷川岳/白毛門(労山救助隊関東ブ ロック講習会) 雪上セルフレスキュー(3)
02/11(水) 富士山/御殿場口～太郎坊 山スキーORボード(1)	02/21(土)-22(日) 奥多摩/高水三山・惣岳山～岩茸 石山～棒ノ折山～さわらびの湯 雪山ハイク(4)
02/11(水) 湯河原/幕岩 クライミング(4)	02/24(火) 横須賀/鷹取 クライミング(3)
02/12(木) 南ア/尾白川支流ガンガノ沢錦滝 アイスクライミング(2)	02/24(火) 丹沢/広沢寺 クライミング(2)
02/12(木) 西上州/霧積温泉 アイスクライミング(2)	02/25(水) 鳳凰三山/夜叉神＝杖立峠ピストン スノシューハイク(2)
02/13(金) 奥秩父/乾徳山(国師が原経由ピストン) 雪山ハイク(2)	02/27(金)-03/02(月) 南ア/鋸岳 (戸台～大岩下泊～ 角兵沢～第一高点～三つ頭泊～六号～甲斐駒～北 沢峠泊～丹溪山荘～戸台 冬山縦走(2)
02/14(土) 丹沢/大倉＝丹沢山ピストン 雪山ハイク(2)	02/28(土) 北八ヶ岳/ピラタスRW～坪庭～北横岳～ 雨山峠～ピラタスRW 冬山ハイク(3)
02/14(土)-15(日) 御嶽山/全国雪崩講習会 (2)	02/28(土) 三浦河津桜見物と三浦岩礁の道ハイク ハイキング(14)
02/14(土)-15(日) 武尊山/前武尊 十二沢 山スキー(6)	
02/15(日) 富士五湖/西湖桑留尾川行者帰り沢	

さがみ山友会 会報：源流遡行 <http://sagamisanyuukai.web.fc2.com/index.html>
報告：早川尚武 計28 (男 23: 女 5)

12/27-30 聖岳東尾根	01/10 尾白川流域・ガンガノ沢 シークレット大滝
01/04 三つ峠 金ヶ窪沢	01/11 芦安・カモシカルンゼ、マシラ
12/28-01/04 屋久島・九州/クライミングツアー	

やま+ <http://yamaplpla.hustle.ne.jp/xoops/>
報告：栗田 彰 計16名 (男11: 女5) 平均54.5歳

02/04 勉強会 (ロープワーク)	02/11 三浦富士 (1)	02/25 例会
02/06 シダゴ山～高松山 (3)	02/21-22 金峰山 (3)	02/28 セルフレスキュー勉強会
02/11 曾我丘陵 (5)	02/22 入笠山 (2+2)	

山岳素行童人メーグリ家 <http://www.yamareco.com/modules/yamareco/grpinfo-76.html>
報告：後藤真一 計12名 (男5: 女7) 平均 歳

02/09-12 山滑走積丹・ニセコ・羊蹄山 (1+2)	ノ尾根 (1)
02/11 丹沢/大室山 (2)	02/16 箱根・湯河原/湯河原幕岩 (2)
02/15 富士・御坂/御坂・桑留尾川行者帰り沢 (2)	02/21 丹沢/金目川水系 モミジ谷 (1)
02/15 丹沢/水無川水系 セドノ沢左俣左沢～ホソノ	

M & C <http://mandc.moo.jp/>
報告：丹羽郁太 計22名 (男17: 女5) 平均45歳

02/01 西上州立岩1ルンゼ (1+2)	02/14-15 城山 フリー(1+1)
02/01 西上州神津牧場シャイアン、入門砦、ナバホ、コマンチ アイス(3+1)	02/15 越後登山口巡り トレッキング(1)
02/01 城山 フリー(1+1)	02/15 城ヶ崎 フリー(1+1)
02/01 広沢寺トレニング(県連救助隊) (1+3)	02/19 南ア芦安カモシカルンゼ、トリコルネ
02/01 城ヶ崎 フリー(2+2)	アイス(1+1)
02/07 信州大谷不動左岸壁右、左岸壁中央、左岸壁左 アイス(1+1)	02/21 城山 フリー(1+1)
02/07 城山 フリー(1+1)	02/21 南ア大武川一ノ沢大滝 アイス(2)
02/07-08 谷川一ノ倉沢衝立岩左方ルンゼ (1+1)	02/21 吾妻連峰西吾妻山 トレッキング(1+1)
02/07-08 信州米子不動十八幅の滝、アナコンダ、龍神 アイス(1+1)	02/21 谷川一ノ倉沢衝立岩中央稜 アルパイン(荒天敗退) (1+1)
02/07-08 西上州犬殺しの滝、仔犬殺しの滝、相沢奥壁大氷柱、エイプリルフルアイス(5+1)	02/21-22 瑞浪、豊田 フリー(3)
02/07-08 ハツ真教寺尾根 トレッキング(1)	02/21-22 谷川白毛門雪上トレニング (関東ブロック救助隊) (1+31)
02/08 奥秩父岩根山荘 アイス(1+1)	02/21-22 足尾松木沢ウメコバ沢中央岩峰、松木沢幕岩 アルパイン(1+1)
02/11 上州玉原ゲレンデスキー (1+2)	02/22 南ア芦安カモシカルンゼ、トリコルネ アイス(1+1)
02/11 南ア尾白川流域岩間ルンゼ、ガンガノ沢 アイス(5+1)	02/24-26 屋久島淀川口～宮之浦岳～縄文杉 トレッキング(1)
02/11 笠間 フリー(2)	02/28 ハツ稲子岳南壁 アルパイン(1+1)
02/11 奥秩父小川山唐沢の滝 アイス(1+1)	02/28 瑞浪 フリー(2)
02/12 西上州霧積温泉 アイス(1+1)	02/28 城ヶ崎 フリー(1+1)
02/14-15 南ア荒川出合アリースプリング、3ルンゼ右のナメ滝、夢のブライダルベールアイス(3+1)	02/28 屋久島蛇之口滝 トレッキング(1+1)
02/14-15 谷川西黒尾根トレッキング(L学校) (2+20)	02/28-03/01 ハツ赤岳東稜アルパイン(荒天敗退) (2)
02/14-15 ハツ赤岳東稜 アルパイン(荒天敗退) (2)	02/28-03/01 ハツ赤岳東稜 アルパイン(荒天敗退) (3+1)
02/14-15 南ア戸台川流域象の鼻 アイス(1+1)	02/28-03/01 谷川一ノ倉沢衝立岩中央稜 アルパイン(1+1)

G r a z i e <http://ocha-time.xsrv.jp/>
報告：梅谷 和広 計15名 (男9: 女6)

01/31-02/02 救助隊雪上訓練(12)	02/14-16 阿弥陀北稜 (2)	02/21-23 雲取山 (2)
01/31-02/02 天狗尾根 (3)	02/14-15 はなみずき祭 (きった)	02/21-22 広沢寺・マルチトレ (2)
01/31-02/02 西上州アイス (3)	02/14-16 日光白根山 (2)	02/22-23 谷川・滝沢第三スラブ (2)
02/07-09 阿弥陀南稜 (6)	02/14-16 稲子湯?夏沢峠～硫黄岳	(2)
02/07-09 谷川・左方ルンゼ&衝立岩中央稜 (2)	02/20-23 関東ブロック救助隊交	02/28-03/02 谷川雪洞掘り (4)
02/11-12 広沢寺 (2)	流集会	02/28-03/02 丹沢縦走 (2)
02/11-12 富士山幕岩 (丸山)	(深雪搬出訓練) (33)	02/28-03/02 谷川岳東尾根 (2)
02/13-16 全国雪崩講習会 (28)	02/21-23 稲子岳南壁左カンテ&	02/28-03/02 谷川・滝沢第三スラ
02/14-16 LS深雪	黒百合ヒュッテ (3)	ブ (2)

県連のスケジュール

日	曜	3月	日	曜	4月	日	曜	5月
1	日	広沢寺清掃集会	1	水		1	金	
2	月	常任理事会	2	木	HCL-ダ-入校式・机上講習	2	土	
3	火		3	金		3	日	
4	水		4	土		4	月	
5	木	遭対部会	5	日	アルパ インリ-ダ-【机上】入学説明会	5	火	
6	金		6	月	常任理事会	6	水	
7	土		7	火		7	木	
8	日	第34期下期定期理事会	8	水		8	金	
9	月		9	木	遭対部会	9	土	佐渡島交流山行
10	火	事務局長会議	10	金		10	日	佐渡島交流山行
11	水	アルパ インリ-ダ-修了式	11	土	救助隊総会	11	月	常任理事会
12	木	救助隊運営会	12	日	HCL学校実技	12	火	事務局長会議
13	金		13	月		13	水	アルパ インリ-ダ-机上
14	土		14	火		14	木	救助隊運営会
15	日		15	水		15	金	
16	月		16	木		16	土	
17	火		17	金		17	日	アルパ インリ-ダ-実技
18	水		18	土		18	月	
19	木		19	日	アルパ インリ-ダ-実技	19	火	
20	金		20	月		20	水	
21	土	アルパ インリ-ダ-卒業山行	21	火		21	木	ハイキングリーダー机上講習
22	日	アルパ インリ-ダ-卒業山行	22	水		22	金	
23	月		23	木		23	土	
24	火		24	金		24	日	ハイキングリーダー実技山行
25	水		25	土		25	月	
26	木		26	日		26	火	
27	金		27	月	CH第4回実行委員会	27	水	
28	土		28	火		28	木	
29	日		29	水		29	金	
30	月	CH第3回実行委員会	30	木		30	土	水質調査・前夜祭
31	火					31	日	クリーンハイク・登山道整備

2015年度の全国的な規模の集会・会議予定

- | | | |
|----------------|----------------------|------|
| ○関東ブロック役員交流集会 | 9月5日(土)～6日(日) | 茨城主管 |
| ○全国ハイキングリーダー学校 | 9月12日(土)～13日(日) | 兵庫主管 |
| ○全国自然保護委員会 | 10月17日(土)～18日(日) | |
| ○全国女性委員会 | 10月24日(土)～25日(日) | |
| ○関東ブロック救助隊交流集会 | 2016.2月27日(土)～28日(日) | |