

## 連盟ニュース 神奈川 4月

No.410



「お花見ハイキング (弘法山)」(川崎ハイキングクラブ 畑誠一)

最近5Gのサービスが始まりそうな携帯電話、でも山は3G。

携帯電話のキャリアは NTTドコモ、AU、ソフトバンクがありますが、自分の行く山域が3Gに対応しているか調べておくと良いです。各社の電波サポートエリアでググるとわかります。

山にはかならず携帯電話をもっていきましょう。スマホに機種変の場合も3Gに対応しているかチェック。

「事故一報」の送付先をお知らせします。

\* 「事故一報」の全国・県連へ迅速な連絡\*

全国窓口：労山基金制度運営委員会メール [kikin@jwaf.jp](mailto:kikin@jwaf.jp)/FAX03-3235-4324

県連窓口：遭難対策部メール [jiko1hou@k-rouzan.net](mailto:jiko1hou@k-rouzan.net) 基金申請書 [kikin\\_info@k-rouzan.net](mailto:kikin_info@k-rouzan.net)

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 入木田美文

発行年月日 2019年4月1日

振り込み先 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 61104271



## 4月号 (No. 410) 目次

①報告		
J M I A安心安全登山実技講習	—————	2
救助隊活動報告	—————	3
②議事録		
新スポーツ神奈川県連盟第8回常任理事会報告	—————	6
常任理事会議事録	—————	8
各会の活動報告	—————	9
県連のスケジュール	—————	12

## I. 報告

## J M I A安心安全登山実技講習「安全登山のためのエネルギー補給法」

講師：安村 淳氏 日本インストラクターズ協会主催

報告：川崎ハイク 清藤秀子

遭難事故の多くは道迷い、転ぶ事故が75%を占め登山者の「知識、経験、体力不足」が挙げられ、「本格的な登山者は減り、観光やレジャー感覚で登る人が増えたため」とあった。道迷いや転滑落はエネルギー不足も事故の誘因にあげられる。

プロが教える安心安全登山講座は4シリーズ最後の実技講習になりました。

疲れたからアミノ酸サプリメントを飲んで回復したという話はよく聞きます。エネルギーは炭水化物を燃やして補給しますので、アミノ酸系より炭水化物系サプリメントを摂取する方が良い。結果的に登山は効率よくエネルギーを補給する必要があります。実際に全国労山の川嶋事務局長も



15時間かかって壁を登攀したときに、ショッツを補給しながら達成した。安村氏もエベレストで食べ物が摂れずショッツだけで登った体験談など、エネルギー補給は登山にとって重要なことだと改めて認識する。

3月16日(土)高水三山/奥多摩で、炭水化物サプリメントだけで5時間歩く実技を行った。この体験はショッツ・ジャパンの協力で1人5個のエナジージェルを提供。1時間ごとに1ショッツ117Kcalと水だけの補給でエネルギーを燃やして歩くことができるか。

前日の夕食と当日の朝食は炭水化物を中心に体内にグリコーゲンを蓄積し、数時間後に脂肪を燃やし身体を動かすエネルギーになるので、登り始める頃には1時間後のエネルギーを補給する必要があるので歩きはじめに1ショッツ摂取、1時間ごとに補給を行った。以外にとっても美味しい物だと感じた。急な登りが2ヶ所あり、パワーが出ないなと感じた以外は行動食を摂ることなく歩けることを体感した。事故が多い魔の時間帯11時と14時、午後はお昼を食べて消化し血糖値が下り、頭がボーっとしたり注意力が散漫になるので飴やチョコレートなどで徐々に血糖値を上げていく。そこでカフェイン入りショッツを13時と14時に補給し覚醒を促すことで、最後まで集中力を切らさず歩くことができたことを体験した。歩き始めと終了後の体重計測で消費エネルギーが効率よく使われていることがわかった。

サプリメントは薬ではないので頼り過ぎないようにしましょう。行動中は炭水化物を1時間ごとに摂取しエネルギーを絶やさないように、下山後はタンパク質を中心に筋肉や内臓の回復を促す。いざという時にサプリメントを上手に使いましょう。登山は1に体力、2に知識・技術、3に楽しく安全山行・以上です。

## 救助隊活動報告

① 関東ブロック救助隊合同訓練【2月23日・24日 東京都連盟主管】本県連より5名参加。

土合山の家及びその裏手の山の斜面にて実施しました。

初日は、要救助者の梱包について、都連盟より実演がされました。これまでとはやや違った、新しい方式との事で紹介されました。その実際を、まずは写真にて見て頂きます。

梱包は、ブルーシートを使用。

足首廻りを、クローブヒッチと、オーバーハンドノットで固定。ロープは充分に余長を取って振り分ける。



要救助者の足首廻りを、クローブヒッチと、オーバーハンドノットで固定。ロープは充分に余長を取って、振り分ける。この振り分けたロープが、先導者が引くロープとなる。



梱包シートの前を裕せて、クローブヒッチで締める。締め上げたロープを、スケッドに固定し、メインロープに結束する形にする。ここでは、流動分散にしている。

正直、分かり易い方式ではなかったです。要救助者の足首を固定する段階で既にやり難いです。充分な余長をとってから結ぶのも、クローブが足首と足の甲の辺りで結び目が二つに分かれるのもやりにくく、取り入れたいやり方とは思いませんでした。また、頭部側で、メインロープと結束をするやり方も、もっとシンプルにしても良いのではないかと感じられました。しかしながら、神奈川県連では、ではここでどの様なやり方をするのか、と言われても、この時点では特に方式を確立していませんでした。我々が実際の現場でスケッドを使用すること

が起りえず、そのためここ数年の間は、訓練でも使っていませんでした。とは言え、やはり救助隊である以上は、しっかりとした方式を決めておくべきであろうと反省するに至りました。梱包には、通常ツェルトを使用しています。これは、我々一般登山者が対処するコンパニオンレスキューにおいても、使うことがあり得ます。スケッドの使用は極めて特殊な状況ですが、その前の段階のツェルト梱包までは習得すべき技術ですので、後はその応用となります。ここまでの流れをシンプルに整理すれば神奈川方式としてまとめられると考えました。この点は、次回3月の訓練で実施することにしました。



24日、雪崩捜索と搬出訓練を実施しました。どう上手くセッティングされたのか、我々の班の捜索対象のビーコンがなかなか捉えられず、ターゲットの発見までに相当の時間を要してしまいました。他の班のビーコンは感知しているが、自分達のターゲットが捕まえられませんでした。また、他の班の隊員のビーコンが、自動復帰してしまい、これにも相当感わされました。しかも、自動復帰している機械の携行者がそれを自覚していないのも問題でした。

かなりの苛立ちの末、ようやくターゲットを発見、梱包から、引き降ろしに入ります。ここで、いくつかの反省点を確認できました。要救助者に結束しているメインロープのテンションが、直接要救助者に伝わってしまい、かなり痛い思いをさせてしまったこと。バックアップロープを2本にしたことで、手返しが悪く、操作や支点の構築に余計な手間となり、時間が掛かってしまったこと。そもそも梱包のやり方をしっかりと確立していないので、時間が掛かると、ロープが要救助者の顔に当たる等の支障が生じたこと等です。これらの反省を踏まえて、次回3月の訓練に臨むこととしました。

## ② 雪崩捜索救助訓練【3月16日・17日 かぐらみつまたスキー場】

昨年に引き続き、かぐらみつまたスキー場において、スキー場のご協力を頂いた中で、今年も雪崩捜索救助訓練を実施しました。救助隊より6名、遭難対策部より1名、一般会員2名、計9名の参加で行いました。初日は、ロープウェイ山頂駅より、少し下った斜面を使わせて頂き、捜索訓練を行いました。

ビーコン捜索、プロービング、掘り出しまで一連の流れを訓練しました。前回の、関東ブロックでの訓練では、

ビーコンの自動復帰の問題がありましたが、今回は、**スイッチの不具合**で、サーチモードに切り替えているにも拘らず、センドモードになったままとなり、捜索に支障を来した事象がありました。やはり、実際に訓練してみないと、起こり得る問題点を知ることができません。これが実際の現場であったら、極めて大きな問題となってしまいます。日頃の訓練の大切さを思い知らされました。

春の湿った思い雪でしたので掘り出しはなかなか大変でした。ダミーも等身大の物を使用したので、実際に人を掘り出すのがいかに大変かを実感することができました。プローブがヒットして、ではどこから掘り始めるのか。要救助者を確保するためのプラットホームの構築がいかに大切か。いきなり真上から掘り始めては却って掘り出しが難しくなり、また、その次の段階への移行が難しくなります。雪崩救助訓練の主眼はこの点にあります。



宿へ戻り、テキストの読み合わせをしつつ、前回の関東ブロックでの反省点を踏まえて、梱包とロープの結束の方式を確認しました。

翌24日、梱包訓練を実施しました。前日、室内で確認した内容を、野外で実際に行います。搬送する側、される側が、実際にどのような状況になるか、体験することが大事です。

また、今回はヒトココの捜索訓練も行いました。現在親機の販売はされておらず、レンタルのみとなっていますが、救助隊では親機を3台装備品として所持しております。ココヘリの会員となっている連盟員の方がおられますが、まだまだ普及は少ないです。(昨年末時点で66名)。救助隊が地上捜索部隊で出動する事もできますので、まだ入会されていない方は、ご検討頂けるとよろしいかと考えます。**労山特別枠は、まだ残っています。**



ツェルト担架



ツェルト担架の作成。端から巻き込むのではなく、折り返して畳み代を重ねた方が持ち易い。

以下に、今回参加された一般連盟員の方からの感想を紹介します。

やま++ (男性)

先週末は大変お世話になりました。貴重な体験をさせて頂き、自分の勉強不足を痛感しました。これを機に、精進に努めます。参加者の方々のお話を伺うと、うちの会はいろいろな意味で大人し過ぎると思いました。会員数が少ないこともありますが、もっと山行数を増やさねばと思います。今後も機会がありましたら、県連の行事に参加したいと思います。よろしく願いいたします。

藤沢山の会 (女性)

湯沢では色々と知識と愛情と体力をふんだんと注いで頂きありがとうございました。ビーコンの使い方などの実体験は凄く刺激を受けました。また搬送される人になり皆さんの作業に身を預けてみて、感じるがありました。決して怪我人にはなりたく無い。なってはいけません。一人が搬送されるのには、ロープやツェルト、カラビナ、もしかりですが、搬送には6人もの人を要します。その現場を考えると強く感じました。参加させて頂き計画と実践をしていただいた救助隊の皆様や諸先輩に感謝します。

----- 県連 HP にも載せています。 -----

## II. 議事録

### 新スポーツ神奈川県連盟 第8回常任理事会報告 (県労山 伊藤健司)

日 時：3月28日 (木) PM7:00~8:30

場 所：神奈川県連盟事務所

出席者：藤本理事長、佐藤副理事長、吉成事務局長、常任理事 計6名

#### ●この間の活動について

3月10日の県労山定期理事会の報告(1. 教育部、救助隊、遭難対策部含めた活動の見直し、2. 新スポとの今後の協力・共同について)と、5月26日の第42回丹沢クリーンハイクの準備状況を報告いたしました。

#### ●第51回県連盟総会

6月8日(土) 14:30~18:30 神奈川県近代文学館にて開催予定で、4月11日(木)の第4回理事会にて招請、議事内容、代議員(県労山3

名)の確認等が行われます。

#### ●県労山から提案

添付にあります、「新スポと労山の活動について」を提案を致しました。自治体・行政に対しての要求活動やスポーツの活動の実践を経て、社会的に認められる活動を継続することの必要性を確認しました。

#### ●新しい種目や青年分野の活動について

沖縄空手の誘致、SNS (FaceBook、Twitter) の活用と新スポホームページの充実を話し合いました。

#### ●これからの取組み

4月～ 第57回神奈川スポーツ祭典開催  
 4月26日～5月1日 国際交流（フランスFSG  
 Tと韓国体育市民連帯が来日）

●その他  
 吉成事務局長作成の「神奈川連盟の協力・共同の  
 歴史と伝統」を学びました。（以上）

## 新スポ神奈川と神奈川労山の、「登山文化」での活動

県労山 伊藤 健司

国土の70%が山岳・森林地帯である日本では、登山は誰でも気軽に親しむことのできるスポーツです。定期的な登山・ハイキングは心身ともに国民の健康増進に寄与し、岩登り・沢登り・積雪時登山など困難な課題への挑戦は、人間的な成長にも役立つものです。

また、四季の変化が多様で大きいことは、世界的に見ても珍しい自然環境であり、里山の文化とともに観光資源としても、貴重なものです。しかし、都市部への住民の集中、林業の衰退、開発による環境破壊、遭難事故の増加など、課題も多く存在します。

### ①山岳環境整備

安全で快適な登山を楽しむためには、トイレ、登山道、指導標、水場、宿泊施設などの適正な整備・環境が必要です。国内では山岳・森林地帯の所有者が公私複雑に入り混じり、行政区域によっても整備状況が異なり、遭難事故対策や環境保全への課題となっています。

県労山としては、丹沢大山国定公園の公衆トイレ整備・充実を行政に要望しています。登山道に関しては、40年続いている丹沢クリーンハイクの取り組みの中で、県（パークレンジャー）の指導の下で整備に協力しております。指導標については、できる限り一定の基準に沿って設置場所や表示を行うこと、登山地図などに明記すること、が重要です。

日本の山々は冬に数メートル、所により数十メートルの積雪となり、春は雪解けから新緑、夏は緑が濃くお花畑が満開、秋は紅葉から落ち葉に埋もれることとなり、同じ登山道でも四季の変化が激しく、降水量も多いため、日常の管理・整備が欠かせません。登山道以外の生活道・仕事道も多く、登山地図への明記と分かりやすい指導標を設置することは、遭難対策と環境保全、ひいては観光資源、「山の品格」としての決め手になると考えます。

### ②登山計画書の届け出先、山岳遭難救助組織

山岳遭難は毎年右肩上がりに増え続け、社会問題にもなっています。都道府県によっては、条例で登山届の義務化や警察署や消防署で山岳救助隊を編成し、山岳遭難対策に力を入れているところがあります。しかし、都道府県により登山届先や方法が異なったりしています。統一的な登山届の受付や管理、さらには全国的には海上保安庁のような専門的な救助対応（山岳保安庁のような組織）が国民の生命を守るために、必要ではないでしょうか。

### ③登山者教育

登山団体が「山の日」の制定を求め、2017年より国民の祝日（8月11日）としてスタートしました。このことは、国民の多くの方が山のことを知らないからです。山が身近にあっても大半の人は都市部で暮らし、年に数回、観光として山岳地域に入る人がほとんどです。このため「山に親しむ機会を増やしてもらいたい、山の恩恵を理解してもらおう」必要があると考えたからです。

自然の中に入るには一定の知識と技術、ルールを身に付ける必要があります。現在、丹沢大山では、山岳スポーツセンター、秦野と丹沢ビジターセンター等がその役割を担っているかと思います。さらに、自主的スポーツ団体である勤労者山岳連盟が計画・主催する山岳教育セミナー・学校・行事（クリーンハイク）等への援助・協力をして頂き、山岳指導者の育成に注力するとともに、指導内容・方法、テキストなどを統一して、広く登山者を教育していくことが必要と考えます。

（2019. 3. 28）

## 常任理事会議事録

日時：4月1日（月） 19:15～21:00

場所：県連事務所

出席：渡辺、小林、入木田、早川、三浦、伊藤、関根、若澤、神野、形屋、清藤（記録）（敬称略）

## 【連絡・報告】

## 県連・事務局

\*3/10（日）定期理事会が開催され議事録はMLにて配信済、県連組織の再編成教育の統合化・中級登山学校の趣意書が承認され、常任理事会では各専門部の意見を収集し9月の理事会に向けて骨子をまとめる事とした。

\*カモの会新任理事に高木宏美（教育部）、田所紀子（事務局・ハイキング委員会）二村友彬（救助隊）に所属しました。

\*連盟ニュース4月号・・・8日に発行・事務局部会開催

## 専門部

## \*自然保護委員会

5/26（日）第42回県連クリーンハイク・・・実行委員会を開催、新日本スポーツ連盟から常任理事の伊藤氏が連絡役として参加。

山のトイレマナーについて・・・山のトイレの殆どがチップイントイレになっている。ヤビツ峠のトイレは県の改修工事によって使用できるようになったがチップがほとんど入っていないそうです。ヤビツ峠だけに限らず山のトイレチップは、どのように使われているか知られていないのが現状、バイオチップの購入や溜まった汚物をヘリで搬送、設置やメンテナンスなど多額な費用がかかります。トイレマナーのチラシを作成しクリーンハイク時に配布しマナーの啓発活動を行う。

## \*教育部

2019年アルパインリーダー学校は初級8名、中級2名の申し込みがあった。入校説明会4/3（水）

4/24（水）安全対策講習に参加。

## \*遭難対策部

当面は救助隊と活動する。

## \*救助隊

2/23（土）～24（日）関東ブロック合同訓練・3/16（土）～17（日）雪崩捜索救助訓練実施

新年度となり登録名簿の整理を行う。4/14（日）救助隊総会

5/26クリーンハイクに安全面のサポートを行う。

## \*ハイキング委員会

初級登山学校は川崎HC2名、藤沢山の会1名、一般2名の申し込みで4/4（木）入校式  
4/24（水）安全対策講習会教育部と共催

## 新スポーツ連盟

\*理事会で連盟費の用途について質問があり財政の開示をMLにて配信しています。

\*3/28（木）第8回常任理事会開催、労山活動及び提案など行いました。ML、連盟ニュース掲載。

\*6/8（土）第51回県連盟総会・労山から清藤、三浦、渡辺が代議員で出席。

次回5月7日（火）19:15～

（以上）

アルパインリーダー学校4/3および初級登山学校4/4が開校しました。



入校説明会 4/3



# 神奈川県勤労者山岳連盟各会の活動報告 3月

活動報告送り先: jim001rouzan.kanagawa@k-rouzan.net

沢	人数	形態	H:ハイキング、A一般登山、S雪山	人数	形態	SKI山スキー、R岩、氷 アイスクライミング	人数	形態
川崎ハイキングクラブ 機関紙「りんどう」 <a href="http://kawasaki-hc.life.coocan.jp/">http://kawasaki-hc.life.coocan.jp/</a>								
報告:原重徳 計121名(男62 女59) 平均年齢66歳								
2/16 堂平山/笠山(秩父)	10	A	2/23 杓子山	3	A	3/9-10 天狗岳/硫黄岳(八ヶ岳)	3	A
2/17 曾我丘陵	3	H	2/24 四阿屋山	6	A	3/9-10 三原山(伊豆大島)	11	A
2/17 金時山	17	A	2/24 セルフスキー/体力測定	18		3/9 高尾山~高尾梅郷	10	H
2/18 三浦半島(小網代の森)	12	H	3/2 三浦アルプス	4	A	3/10 大高取山(奥武蔵)	14	A
2/23 大磯(旧吉田邸)	11	H	3/3 弘法山	15	H	3/9-11 上高地(スノーシュー)	9	H
川崎柴笛クラブ 機関誌:「柴笛レポート」 <a href="http://shibabueclub.blogspot.jp/">http://shibabueclub.blogspot.jp/</a>								
報告:井上 瑞代 計25名(男14 女11) 平均年齢53歳								
2019/2/2-3 西黒尾根	5	S	2019/2/10 三田原山	中止	SKI	2019/2/16-17 雲取山	1+1	A
2019/2/2-3 広河原沢	2	R	2019/2/10 鷹取山	1+1	R	2019/2/16-17 タカマタギ	1+16	S
2019/2/3 横岳(杣添尾根)	2	S	2019/2/10-11 ガンガノ沢、刃渡り沢	中止	R	2019/2/17 城ヶ崎・あかねの浜	1+1	R
2019/2/3 高山不動尊	1+1	H	2019/2/10-11 塔ノ岳・丹沢山	4	A	2019/2/17 四十八滝沢	2	R
2019/2/3 塔ノ岳	1	A	2019/2/10-11 丹沢主稜	4	A	2019/2/17 川苔山	1	A
2019/2/3 戸倉三山	1	A	2019/2/11 湯河原幕岩	1+1	R	2019/2/18 大岳山	1	A
2019/2/3 美濃戸口	1+9	R	2019/2/14-16 米子不動	中止	R	2019/2/23-24 峰ノ松目沢	2+1	R
2019/2/7 唐沢の滝	1+1	R	2019/2/16 三つ峠・金ヶ窪沢	1+1	R	2019/2/24 乾徳山	8+1	H
2019/2/9 峰の松目沢	1+1	R	2019/2/16 雨ヶ岳~毛無山	1+1	H	2019/2/24 黒斑山	1	S
2019/2/9 雲取山	中止	A	2019/2/16-17 赤岳、硫黄岳	2	S	2019/2/27-28 小同心クラック	中止	R
2019/2/10 日向山	1+1	S	2019/2/16-17 赤岳	1	S			
川崎勤労者山岳会 機関誌:「あざみ」 <a href="http://sangakukai.wix.com/kawasakirouzan">http://sangakukai.wix.com/kawasakirouzan</a>								
報告:山崎弘樹 計24名(男13 女11) 平均年齢53.0歳								
3/3 赤城山	1	S	3/14-15 西吾妻山・安達太良山(ツア-)	1	S	3/23-24 焼岳・乗鞍岳(BC)	4+2	SKI
3/7 丹沢・鐘ヶ嶽-日向山	1	H	3/16 滝子山	3	H	3/23-24 焼岳・乗鞍岳	3	S
3/9 海沢探勝路-大岳山-御岳山	2	H	3/16-17 赤岳	1	S	3/24 丹沢三峰山	1	A
3/9-10 斜平山・西吾妻山(ツア-)	1	S	3/18 栗駒山	1	S	3/24 寄・鍋割山-塔ノ岳	1	H
3/9-10 唐松岳	1+1	S	3/21 埼玉県 飯能アルプス	5+1	H	3/28 丹沢 岳ノ台-三角山	1	H
3/9-10 霞沢岳	1+2	S	3/21(中止) 湯河原・幕岩	4	R	3/30-31 空木岳	3	S
3/12 神楽ヶ峰(BC)	1	SKI						
アルパインクラブ横浜 <a href="http://acyjpn.org/">http://acyjpn.org/</a>								
報告:岸 直哉 計26名(女8名,男18名) 平均年齢:42歳								
3/2 三つ峠	3	R	3/14 白州(ボルダー)	2	R	3/23 つづら岩	2	R
3/2-3 赤岳・真教寺尾根	1	S	3/16 阿弥陀岳北西稜	2	S	3/24 湯河原幕岩	4	R
3/2-3 須磨アルプス~六甲山	1	A	3/16-17 編笠山・権現岳	1	S	3/30 丹沢(木ノ俣小屋荷揚げ)	1	A
3/3 丹沢・高松山	1	A	3/16-17 苗場山神楽ヶ峰	1	S	3/30 小川山(ボルダー)	2	R
3/9 丹沢(西丹沢~大倉)	1	A	3/17 塔ノ岳	1	A	3/31 阿弥陀岳	1	S
3/9 筑波連山	1	A	3/21 北川	1	R	3/31 赤岳	2	S
3/10 広沢寺	2	R	3/21 昇仙峡(ボルダー)	1	R	3/31 三峰(ボルダー)	1	R
3/10 北山	1	R	3/22 三峰(ボルダー)	1	R			
相模アルパインクラブ <a href="http://sagamiac.sakura.ne.jp/">http://sagamiac.sakura.ne.jp/</a>								
報告:山行管理部 計35名(男25名 女10名) 平均年齢 57歳								
3/2 奥武蔵・日和田岩	2+9	R	3/10 秋川・天王岩	2	R	3/23-24 八ヶ岳・赤岳	1+6	S
3/2 八ヶ岳・南沢小滝	1	氷	3/13 八ヶ岳・南沢小滝&大滝	2	氷	3/24 高尾山	1	A
3/2 丹沢・仏果山	1	A	3/13 丹沢・屏風岩山	4	A	3/25 丹沢・大室山	1	A
3/2 丹沢・三ノ塔~大山	1	A	3/16 伊豆・城山(会)	8	A	3/25 丹沢・三ノ塔~大山	1	A
3/2 丹沢・大山	2	A	3/17 伊豆・天城山(会)	4	A	3/26 丹沢・丹沢山	1	A
3/3 広沢寺の岩場清掃集会とクライミング(会)	14+	他	3/17 湯河原幕岩(会)	9	R	3/27 伊豆・城ヶ崎あかねの浜・他	2	R
3/3 奥羽山脈・西吾妻山	1+3	S	3/16-17 八ヶ岳・権現岳(L学)	1+4	S	3/27 八ヶ岳・南沢大滝	2	氷
3/8 丹沢・表尾根	2	A	3/16-17 苗場山・神楽ヶ峰(雪崩)	2+8	S	3/30 丹沢・葛葉川本谷	4+2	沢
3/9 丹沢・鍋割山	1	A	3/17 丹沢・広沢寺の岩場	1+1	R	3/31 丹沢・横断	1	A
3/9 丹沢・丹沢山~塔ノ岳	1	A	3/17 丹沢・大山~日向薬師	2	A	3/31 甲府兜岩	9	R
3/9 丹沢・広沢寺の岩場	3+1	R	3/20 北ア・西穂高岳	2	S	3/31 丹沢・三ノ塔尾根	1	A
3/9 丹沢・三ノ塔~大山	1	A	3/23 八ヶ岳・南沢小滝大滝	1+6	氷			
3/9-10 戸隠連峰・戸隠山西岳P1尾根	4	S	3/23-24 八ヶ岳・旭岳東稜	4	S			

みずなら山の会 機関誌:「みずなら」 <a href="http://www.mizunarayama.com">http://www.mizunarayama.com</a>						
報告 阪上晃一 計38名(男22 女16)平均年齢60歳						
3/2 白毛門	1	S	3/13 伊豆大平山	5	H	3/22 草戸山 2+1 H
3/2 湯河原幕岩 正面壁	1+1	R	3/13 平標山	1	SKI	3/23 鷹取ハイキング【+お花見】 3 H
3/2 八方尾根	1	SKI	3/16-17 みつまたスキー場【救助隊雪崩講】	3+6	SKI他	3/23-24 白馬主稜 2 S
3/2-3 八ヶ岳 前沢大滝	1+1	氷	3/16-17 八ヶ岳 南沢大滝	1+1	氷	3/24 湯河原幕岩 正面壁 2+2 R
3/2-3 谷川岳 東尾根	2+1	S	3/16-17 赤岳 天狗尾根【L学講習】	1+1	S	3/24 白銀山 1+7 H
3/3 広沢寺【清掃】	1	-	3/17 湯河原幕岩 桃源郷	3	R	3/24 蛭ヶ岳 1 A
3/6 平標山	2	SKI	3/17 湯河原幕岩 正面壁	1+1	R	3/25 鷹取山 2+1 R
3/9 丹沢早戸大滝	2	A	3/17 湯河原幕岩 正面壁	1+3	R	3/27 湯河原幕岩 桃源郷 1+2 R
3/9 鷹取	2+1	R	3/17 川又	2	R	3/30 丹沢キュウハ沢・竜ヶ馬場東尾根 2+1 A
3/10 河又	2+2	R	3/18 塔ノ岳	1	A	3/30 川苔山 3 A
3/10 瑞牆山	1	A	3/19-20 巻機山(米子沢)・柄沢山	1	SKI	3/30-31 城山 12 R
3/12 鍋割山	1	H	3/20 鷹取	2+1	R	3/31 甲府兜岩 1+3 R
横浜ハイキングクラブ 機関誌「四季」 <a href="http://yokohamahiking.com/">http://yokohamahiking.com/</a>						
報告=宮原義明 計86名(男41:女45)平均65.0歳						
3/14 例会	60		3/2 大山三峰	8		3/15 宇津ノ谷峠 9
3/28 運営委員会	19		3/2 八王子城跡	1		3/20 上州武尊 2
3/3 三つ峠	20		3/2 湯蔵山(スノーシュー)	1		3/24 生藤山~陣馬山 1
3/9 蓼科山	4		3/2 日の出山	1		3/24 三浦アルプス 4
3/10 雪入山・浅間山	6		3/5 開間岳	1		3/24 白銀山(箱根) 3
3/10 吉野梅郷	8		3/5 富士山・ニツ塚	3		3/24 ミツバ岳~屏風岩山 3
3/16.17 安達太良山	18		3/9 大山~七沢山	1		3/25 塔の岳(表尾根) 3
3/23.24 赤岳(八ヶ岳)	6		3/9 倉岳山	8		3/26.27 丹沢山~鍋割山 1
3/30 塔の岳・花立トレッキング山行	25		3/10 浅間嶺	6		3/28 生藤山~陣馬山 3
3/31 等々力溪谷	14		3/10 熊笹山~狐塚峠	1		3/29 逗子ハイランド~衣張山 10
3/3 広沢寺岩場周辺清掃	1		3/11 鷹ノ巣山	7		3/31 弘法山 7
3/16.17 苗場神楽ヶ峰訓練	1		3/14 長卸山	1		
山岳会 カモの会 <a href="http://www.kamonokai.com/hp/index.html">http://www.kamonokai.com/hp/index.html</a>						
報告:嶋田 静子 計69名(男40 女29) 平均年齢39歳						
03/02 谷川岳 東尾根	1+2	S	03/10 天王岩	1+1	R	03/20 広沢寺 1+1 R
03/02 唐松岳	1+1	S	03/13 八ヶ岳 アイスクライミング	1+1	氷	03/20 天王岩 3 R
03/02 谷川岳 幽ノ沢ノコ沢大氷柱	1+1	氷	03/14 黒斑山・蛇骨岳	4	S	03/21 越沢バットレス 2 R
03/02 湯河原・幕岩	2	R	03/15 妙高三田原山、前山	1+7	SKI	03/21 城ヶ崎 3 R
03/02 鍋割山	1+1	H	03/16 陣馬山	1	H	03/21 醍醐丸 1 H
03/02 城ヶ崎	3	R	03/16 四阿屋山	1	H	03/21 本仁田山~川苔山 1 A
03/02 巻機山 米子沢・武能沢	3	SKI	03/16 浅間山	2	S	03/23 白馬・蓮華温泉 3 SKI
03/02 城山	3	R	03/16 塔の岳	1+6	A	03/23 入笠山 2+1 H
03/03 蓼科山	2	S	03/16 城山	2	R	03/23 霞沢岳 中千丈沢 1+6 氷
03/08 北穂高岳 滝谷クラック尾根	1+20	S	03/16 赤岳天狗尾根	1+4	S	03/23 八ヶ岳・編笠山・硫黄岳 1+8 S
03/09 谷川岳 西黒尾根	4	S	03/16 唐沢岳幕岩 左方ルンゼ	1+3	S	03/23 谷川岳 天神尾根 1+1 S
03/09 城山	6	R	03/16 霞沢岳 中千丈沢	2	氷	03/23 雲取山・鷹ノ巣山 1 A
03/09 荒島岳	1+1	S	03/16 編笠山・権現岳・西岳	1+4	S	03/23 塔ノ岳 1 H
03/09 西穂高岳	2	S	03/16 天王岩	2	R	03/23 甲斐駒ヶ岳・黒戸尾根 1+1 S
03/09 越沢バットレス	2	R	03/16 今熊山	1	H	03/23 湯河原・幕岩 5 R
03/09 大楠山	1	H	03/16 城ヶ崎	3+1	R	03/24 越沢バットレス 2 R
03/09 鍋割山	1+1	A	03/17 塔ノ岳	2	H	03/24 八ヶ岳・南沢大滝 2 氷
03/09 城ヶ崎	2	R	03/17 丹沢・三ノ塔	+10	A	03/25 丹沢・大山(大山北尾根) 1 A
銀嶺会( <a href="https://ginreikai101.wixsite.com/ginrei">https://ginreikai101.wixsite.com/ginrei</a> )						
報告: 計4名(男0 女4) 平均年齢47歳						
3/2 八ヶ岳 山ノ神の氷柱	2+1	R	3/14 城が崎	1+1	R	3/23-24 霞沢岳中千丈沢 3+4 R
3/2 谷川 ノコ沢大氷柱	1+1	R	3/16 山の神の氷柱	2+2	R	3/24 南沢大滝 1+1 R
3/3 谷川 東尾根	1+2	S	3/17 夏沢鉱泉G4	2+2	R	3/30-31 三つ峠 1+1 R
3/3 谷川 一の沢左方ルンゼ	1+1	R	3/16-17 霞沢岳中千丈沢	1+2	R	3/30 西穂高岳独標 1+1 S

3/6 奥鬼怒アイス	1+1 R	3/16-17 ドラツーモンチュラカップ	1 R	3/30-31 二子	1+4 R
3/9-10 赤岳東稜敗退→真教寺尾根	1+2 S	3/21 南沢大滝	1+3 R	3/30 高尾 景信山東尾根	1 H
3/9 権現東稜	1+1 R	3/22-23 唐沢岳幕岩左方ルンゼ	1+1 R	3/31 南沢大滝	1+3 R
3/9 西穂高岳	1+1 S				

Grazie <http://ocha-time.xsrv.jp/>  
 報告: 相川 時子 計12名(男7 女5) 平均年齢43歳

3/2-3/3 赤岳(真教寺尾根)	2 S	3/2 塔ノ岳	1 A	3/9 丹沢縦走	1 A
3/16-3/17 赤岳(天狗尾根)	1+4 S	3/16-3/17 編笠山・権現岳	1+4 S	3/24 赤岳(中山尾根)	2 S
3/34 湯河原幕岩	1+4 R	3/30 木の又小屋(塔ノ岳政次郎尾根)	4 A	3/31 阿弥陀岳(北稜)	2 S

M&C(マウンテナリングアンドクライミング) <http://mandc.moo.jp/>  
 報告: 計23名(男16 女7) 平均年齢47.6歳

3/1-2ハケ岳鉱泉アイスキャンディー、山ノ神	2+3	氷	3/9-ノ倉沢出合	1+1 S	3/23経ヶ岳	1	トラン	
3/2-3ハケ岳裏同心、赤岳	1+1	S	3/9兜岩	2 R	3/23-24常念岳	3	S	
3/2-3名張	2	R	3/16-17瑞浪、豊田	4 R	3/23-24ハケ岳 南沢小滝	1+5	氷	
3/2-3上高地アイス	3+2	氷	3/16-17大倉尾根→塔ノ岳→丹沢山→蛭ヶ岳	1 A	3/23-25兜岩、車山高原スキー場	1	R	
3/2谷川 幽の沢ノコ沢大氷柱	1+1	氷	3/16-17ハケ岳 山ノ神の氷柱、夏沢鉱泉GⅢ	2+2	氷	3/24空木池山尾根を池山まで	1+1	A
3/2谷川 中間稜(二ノ沢左壁から)	1+1	S	3/16-17赤岳天狗尾根	1+4 S	3/24ハケ岳 南沢小滝	1+1	氷	
3/3二子山	2	R	3/17ハケ岳 南沢小滝	2	氷	3/26ハケ岳 権現岳	1	S
3/3-ノ倉一の沢左方ルンゼ	1+1	S	3/20兜岩	1+1 R	3/30昇仙峡	2	R	
3/3二子山	2	R	3/21-24名張、瑞浪	2 R	3/30ハケ岳 南沢小滝	3	氷	
3/6兜岩	1+1	R	3/21-24南アルプス鋸岳	1+1 S	3/30-31乗鞍岳、十石山	1	S	
3/9-10名張	2	R	3/22-24唐沢岳幕岩左方ルンゼ	1+1 S	3/30-31昇仙峡、湯川	1+2	R	
3/9城ヶ崎	1+1	R	3/22-23鹿島槍ヶ岳北壁主稜	1+1 S	3/31御前岩→ビッグロック鶴見店	1+1	R	
3/9-10ハケ岳 権現東稜	1+1	S	3/23-24瑞浪	3+1 R				

藤沢山の会 機関誌:「稜線」 <http://fujisawa-yamanokai.com>  
 報告: 山本 博生 人数105人(男 45 女60) 平均66歳

3/2烏帽子岳～湯ノ丸山(教育部雪山)	11	S	3/15大仁、城山南壁	3+	R	3/23~24明神峠～菰釣山～西丹沢	6	A
3/5九鬼山～御前山～神楽山	10	A	3/17高取山	1+	H	3/25オガラ沢の頭～鍋割山北東尾根	2+	A
3/8鶴島御前山～西御前山	4	A	3/17松田山(新人歓迎山行)	31	H	3/26大庭城址・引地川親水公園散策	3	H
3/8大山・雷ノ峰尾根	2	A	3/18~19天狗岳	6	S	3/28鷹取山	3+	R
3/9境界尾根～大山三峰～鍋嵐	4	A	3/19金ピラ山～大丸北尾根	5	A	3/29釜ノ沢五峰(小鹿野アルプス)	8	A
3/10ナコウ山	7	A	3/21日影沢から城山、木下沢	8	A	3/30沼津アルプス(会ハイク)	11	A
3/12~13七面山	4	A	3/23ミツバ岳～屏風岩山	6	A	3/30キューウハ沢～竜ヶ馬場東尾根	4	A
						3/31石砂山	7	H

山岳素行童人メ〜グリ家  
 報告: 後藤真一 14名(男9名 女5名) 平均43歳

2/2~3 谷川ノ倉沢奥壁テールリッジ	2	AC	2/16~17 県連L学校タカマガギ	1+17	SM講師	3/5~6 上越ノ坂戸山&六万騎山	1	SM
2/3 静岡県連主催富士山雪山講習	1+16	SM講師	2/17 名栗河又	2	FC	3/5~4/8 フランスノシャモニクライミング	1+3	AC
2/3 四十八滝沢アイス	1+2	IC	2/17 石老山・石砂山	1	HK	3/9 藤嵐沢講習	1+1	SW講師
2/3 名栗河又(2)FC	2	FC	2/21 湯河原幕岩	1+2	FC講師	3/9 谷川ノ倉ノ滝沢リッジ	2	AC
2/9 堂屋敷沢講習	1+1	SW講師	2/23 逗子ノ長柄桜山	1	HK	3/9 名栗河又	2	FC
2/10 赤鞍山・菜畑山	1	SM	2/24 谷川ノノ沢大氷柱	1+1	IC	3/10 源次郎沢講習	1+4	SW講師
2/10~11 足尾ノウメコバ沢・チコちゃんルート	1+1	AC	2/24 大山川講習	1+1	SW	3/10 辺室沢	1	SW
2/11 大山北尾根読図講習	1+1	HK講師	2/28 長柄桜山地図読み講習	1+19	HK講師	3/15 秦野遭対協合同訓練	1+18	指導
2/11 三ツ峠ノ金ヶ窪沢アイス	2+2	IC	3/2 名栗河又	2	FC	3/16~17 県連L学校赤岳天狗尾根	1+4	SM講師
2/11 景信山	2	HK	3/2 世附川ノ小抜沢	1	SW	3/17 源次郎沢講習	1+2	SW講師
2/16 広沢寺講習	1+2	FC講師	3/2 谷川ノ倉ノ二ノ沢左壁	2	AC	3/17 道志ノ唐沢尾根～二十六夜山	1	HK
2/16~17 三ツ峠・石尊稜	1+1	AC	3/3 広沢寺清掃集会	1+122	HK幹事			

やま++ <http://yamaplpla.sakura.ne.jp>  
 報告: 計14名(男11女3) 平均年齢60.3歳(19/1/1現在)

3/3 横岳	3	S	10 天子山地毛無山	2+2	A	14 幕山	4+1	H
16 神楽ヶ峰 雪山訓練(県連)	1+9	S	24 白銀山(読図)	2+α	A	29 鷹ノ巣山	4	A

雪童山の会 <http://yukiwarabe.main.jp/wp/>  
 計11名(男8 女3) 平均年齢47歳

3/2巻機山	2	SKI	3/9本社ヶ丸	2	H	3/30~31蓮華温泉	2	SKI
3/3阿弥陀中央稜	2	R	3/9乗鞍岳	1+1	S	3/31湯河原幕岩	1	R
3/9谷川岳東尾根	1+1	S	3/16~17宝永山	1+1	SKI			

## 県連のスケジュール

日	曜	4月	日	曜	5月	日	曜	6月
1	月	常任理事会	1	水		1	土	初級登山学校1泊山行
2	火		2	木		2	日	初級登山学校1泊山行
3	水	アルパインリーグ-【机上】入学説明会	3	金		4	月	常任理事会
4	木	初級登山学校入校式・机上講習	4	土		4	火	
5	金		5	日		5	水	
6	土		6	月		6	木	
7	日	初級登山学校実技	7	火	常任理事会	7	金	
8	月		8	水	アルパインリーグ-机上	8	土	県スポーツ連盟総会
9	火		9	木	初級登山学校机上	9	日	
10	水		10	金		10	月	事務局部会
11	木		11	土		11	火	
12	金		12	日		12	水	アルパインリーグ-机上
13	土		13	月	CH第5回実行委員会	13	木	救助隊運営会
14	日	救助隊総会	14	火	事務局長会議	14	金	
15	月		15	水		15	土	
16	火		16	木	救助隊運営会	16	日	アルパインリーグ-実技
17	水		17	金		17	月	
18	木		18	土		18	火	
19	金		19	日	初級登山学校実技 アルパインリーグ-実技	19	水	
20	土		20	月	CH第6回実行委員会	20	木	初級登山学校机上
21	日	アルパインリーグ-実技	21	火		21	金	
22	月	CH第4回実行委員会	22	水		22	土	
23	火		23	木		23	日	
24	水	アルパインリーグ-初級登山学校合同机上	24	金		24	月	自然保護委員会
25	木		25	土	水質調査・前夜祭	25	火	
26	金		26	日	クリーンハイク	26	水	
27	土		27	月		27	木	
28	日		28	火		28	金	
29	月		29	水		29	土	
30	火		30	木		30	日	
			31	金				

### 2019年の全国集会・会議予定

- |                    |                     |
|--------------------|---------------------|
| 5/25-26全国技術交流集会    | 10/26-27全国女性交流集会    |
| 6/29-30全国組織担当者会議   | 11/16-17全国自然保護担当者会議 |
| 7/6-7自然保護講座        | 11/9-10全国登山学校担当者会議  |
| 8.10-11「山の日」記念全国大会 | 2/15-16全国総会         |
| 9/28-29全国ハイキング交流集会 |                     |