

新山協ニュース

会長 藤井 信
 新潟県山岳協会
 長岡市学校町3-11-7
 TEL 0258-32-4835

事務局 杉本 敏
 長岡市大積町2-乙735甲
 TEL 0258-47-0368

編集者 遠藤家之進正和
 上越市本城5-4-102
 TEL 0255-26-9986

わが国近代登山の先駆 タカトウニヘエ 高頭仁兵衛

分水山岳会

山田 一 男

今夏の最高気温の日に遭遇した45回弥彦山松明行進も、地元山岳会の永年の努力により近年になく土曜日とあって参加者も多く盛會裡に無事終了した。41回を数え高頭祭も支部員20余名の参加を得て、多宝山との鞍部大平園地の寿像碑前で翁の慰霊とこの1年の山岳殉難者に祈りを捧げた。本年は折しも生誕満120年に当たる。

碑の建立は昭和25年7月弥彦山頂に建てられ、昭和35年この地に移築された。それらの経過については「越後山岳二号」に詳しくのべられている。

三山を持ちて ゆきたし死出の旅

と詠んだのは日本山岳会創立者の一人である高頭仁兵衛だ。1955年駒ヶ岳の山開き、越後支部総会に大湯温泉に来られたのが最後の旅行で夫人同伴されている。武田久吉、楨有恒を共に迎えてであった。

仁兵衛は明治10年5月、父清藏義宗、母リク長岡市深沢で生まれ旧地主の長男だった。幼少時は体が弱かったが、高等小学校へは隣の小千谷市片貝まで毎日歩いて通学した。11才頃源平盛衰記、太平記、三国志、水滸伝、大閻記など読みふけた。13才の夏寺泊から弥彦山へ登ったのが山好きの始まりだった。16才の秋、片貝まつりの花火を製作中に爆発、両眼と右手に大けがをしたが、失明は免れた。上京して漢学塾二松学舎の三島中洲塾長宅に寄宿し玄関番をしながら、目の治療に通った。

が花火好きと山好きは続いた。21才の時、富士山へ初めて登山、越後三山や苗場山へも登った。このあと甲斐駒岳、八ヶ岳、乗鞍岳、白馬岳、立山、槍ヶ岳、燕岳、常念岳、木曾駒、御岳と次々に踏破。さらに九州へ足をのぼし、英彦山、阿蘇山、霧島山、桜島、大正に入ると尾瀬、日光、奥

会津、越後の山々。昭和初期には台湾へ遠征して、新高山や上越の谷川岳などへ。その登山記などを、雑誌に発表した。山岳関係の資料や本など約三万冊を集め、それをもとに6年がかりで「日本山嶽志」(1906年刊)をまとめ上げた。明治時代後期の登山案内書で一四〇〇ページにわた



弥彦山 大平園地に建つ寿像碑

る大作。日本山岳書の古典といわれる名著である。こうして日本近代登山がスタートし、仁兵衛ら仲間7人による日本山岳会が生まれ、機関誌「山岳」の発行人となった。東京、横浜在住の人が多く中であつてただ一人越後の片田舎の出身者であり、永らく会の運営に莫大な資金を提供した。

日本山岳会初代小島久太会長のあと、2代会長に就任、その後名誉会員となる。酒豪であったが飲んでも乱れなかった。54年夏脳出血が再発、58年春に死去80才だった。「この子は30才まで生きられない」

といわれた少年が山登りで鍛え、山で長寿をまっとうした。メモ

藤原朝臣 幼名 式シキ 式太郎シキタロウ

名 義明
称 仁兵衛
号 海峰

中高年登山教室に参加して

三条市西大崎2-15-17

高橋 キミ子

この登山教室に参加させて頂き、かぞえて6回、初めての参加から今年で6年目です。初めての参加の時は、どなたも知らない方ばかり。日が近づくにつれ、2人の不安を察してかのように、1週間程前に電話が入り、まだ顔をみたこともない私共に、参加の説明や、いろんなアドバイスをして下さり、1度もお会いしていないのに、やさしく、笑顔で話して下さっている様子で、受けている主人の話し方から、相手の方のやさしさが、近くに居る私にも伝わってきました。三条の私共はまだ、こんなにして下さるなんて、どんな登山教室だろうと初回から

驚きました。毎年、参加の都度お電話を下さいました。ほんとうにありがたいございました。各々体調悪く、1人だけの参加2回、あと4回は2人いっしょに参加させて頂いて喜んで居ります。この教室での講演が、その後の山行でとても役に立って居ります。今年はどうなお話しを聞けるかと、楽しみに参加して居ります。聞いたことを、地元の人仲間との山行で話して喜ばれて居ります。

話してました。高山植物、名前の由来、蛇紋岩特有の植物の説明、特に植物には関心があり、当日はひとつひとつに名前をつけて下さり、書き止めて、帰ってから現地の花を思い浮かべて確認して居ります。

当日は、早く目ざめ、白みかけた空、雨も上り、刻々と稜線があらわれて行く。おにぎりを頂いて出発。鳩待峠をスタート、雨が降りはじめ、先行きの不安もあるスタートでしたので、昨日の講演、一口アドバイスでの「リーダーが雨具を着たら、自分達も着る」ということをすっかり忘れて、各々勝手にリーダーが着ないのに雨具を着てスタートしてしまいました。小休止に、リーダーの指示で雨具をリックに納め、時間と共にすみ渡った青空の下での山行で、そして最高の展望でした。

至仏山の頂上で、いく班に分れて写真を撮って頂き、燧ヶ岳、尾瀬ヶ原、雄大な山並みは最高の展望でした。

役員の方々、リーダー、サブリーダーの行き届いた指導の下に、無事に山行を終える

ことができ、感謝して居ります。

「1人の方が足がつった」とのこと、少し遅れ、その班の方々が入浴出来なかったとのことで、その方々は気の毒なことでした。

この教室の計画から実行までには、事務局をはじめ、役員の方々が、大変御苦労されたことを思うと、私共一般の参加者は、感謝の念にたえません。ほんとうに、ありがとうございます。



お花畑を楽しみながらワル沢ノ頭へ

全国山岳遭難対策協議会に参加して

遭難対策委員会 副委員長

榎井利幸

平成10年度全国山岳遭難対策協議会が7月9日～10日、奈良市で開催されました。(趣旨は登山における遭難事故を防止するため、山岳遭難の原因等について研究協議し、今後の遭難対策の具体的対策に役立てる。)

全国から165名の参加、新潟県からは4名、山岳関係では高体連の藤田善思さんと私でした。

1日目は講演・講義、2日目は四つの分科会に於ての討論でしたが、あまりに広いテーマ、時間不足のためここでは(財)日本協医科学委員の山本正嘉先生の「登山者の体力と遭難防止について」と題した講義の中から報告します。

中高年登山者に多い、下りで転んで骨折する事故を例に、「技術的な不足より体力不足が主な原因、特に脚力不足」を指摘されていました。信じられないかも知れないがフルマラソンに要する運動量より8時間の登山活動の方が1.5

倍～2倍のエネルギーが必要とされるという科学的データがあるというのです。陸上競技他、いろいろなスポーツに熱中する人は、週に2～3日練習を重ね、週末に試合を望むのに、登山者は普段なにもしないでいきなりマラソンよりもエネルギーを消費する山で出かける。荷物をかっいで1,000メートル登れば心拍数は170拍に達し、下山では片足にかかる力は体重の2倍以上、乱暴に下山した場合には4～5倍にもなる。そのうえ60才の登山者の筋力は20才の約半分、バランスは3分の1まで落ち込んでいる人が多いと言われていました。では、どうすれば事故を防止できるのか……。先に申しあげた「転んで骨折」事故に対しては体力トレーニング以外無という事です。体力、脚力があれば、バランスも崩さないし、歩きにも余裕がある。バランスを崩しても十分に体を支えられる。登山では、

登りは、心臓・肺機能の強化下りは、脚の筋力の強化が求められます。具体的なトレーニング方法を紹介しますと、
1、週1回の山行(理想的)
2、月2回以下の山行しかできない人は次のようなトレーニング
①1日300メートル以上の階段の上り下り
②踏み台昇降運動
③自転車(登りのトレーニングに適)
④水泳(脚力はつかないが、心肺機能の強化になる)
⑤ジョギング・ウォーキング
3、腰痛予防のため腹筋を強化する。スクワットやかかとあげ等が有効
まとめとして、多くの登山者が大変な運動なんだという意識がなく、トレーニングしていない。コースの知識にとぼしい。等、基本的なことを守っていないのが現実で、体力、脚力をつける事で事故の確率を下げる事は可能であるとしています。
山岳協遭難対策委員会では「登山事故防止のために」というチラシを、未組織登山者の集まる山開きの会場等で配布し、事故防止を呼びかけています。その内容は今回の会

カムチャッカの高山植物 ⑭

むささび会 加藤明文

シロバナオキナグサ (キンポウゲ科)

分布：極地 (キンポウゲ科)



一見して同じ科のキタダケソウかヒダカソウか？とうたがったが、カムチャッカ火山調査隊の報告には上記名前が記されており、たしかにオキナグサを開くとこうなるし、それよりも葉がそっくりでもあり、まちがいないと思われる。

株で立ち上り20～30cm、花の径も2～3cmと大きく清純そのものの植物であったが、写す方は大変でピント合わせもままならずの蚊の大群ではまったく降参するのみである。大きな焚火を作り全員そのまわりに集まり、その炎と煙で蚊よけをして一歩たりともその場を離れようとは思わなかった。

花の色：白

行事案内

議での的を得ていますので随時訂正、追記を重ねながら、また今回参加された県の保健

体育課の協力も得ながら事故防止を呼びかけていきたいと思えます。

●クライミング講習会

北信越国体において、仮設で設置されたクライミングウォールが、この度常設設備として整備され、使用可能となりました。

糸魚川市の厚意により、諸用具も用意され、登攀技術の向上に寄与しようとする熱意を感じます。

誰からも親んでもらえるよう登攀技術の習得と、普及を目的とし講習会を開催しますので、多数の参加をお待ちしています。

会場 糸魚川総合体育館
日時 平成10年10月4日(日)
受付 10時

机上講習 10時30分～12時

クライミング講習 13時～16時

会費 1,000円(昼食含)

申込 稲田春男に9月24日(木)

までに申込んでください

TEL0254-2418057
新発田市大栗町5-8-15

〒949-1324
中頸城郡神崎町百木1023
TEL0255-3613958

●平成10年度新潟県山岳協会 親睦登山要項

奥早出・粟・守門県立自然公園に指定されている河内山塊の一角の木六山から銀次郎山を今回の会場としました。

奥早出の紅葉の一日を楽しみに多数の参加をお待ちしています。

会場 銀次郎山
日時 平成10年10月17日(土)～18日(日)

宿泊 村松町チャレンジラン

ド杉川 村松町大字上杉川
1910-1

TEL0250-5516543

受付 17日 午後3時

会費 2,000円

申込 田辺信行に10月、9日

(土)までに申し込んでください。

〒956-10056
TEL0254-2418057

登山事故防止のために

山岳遭難事故の主な原因は、第1に山に対する登山技術と経験が未熟であること。第2に気象条件を無視して行動すること。第3に登山者の体力不足があげられる。

今年天候不順で、先の集中豪雨で各地の山魂のコースも荒れている様子。秋山山行は十分に注意してください。

1、普段からの心がけ
①自分に合ったトレーニングで体力、持久力を養う。

2、山行計画について
①コース・日程
②リーダーの決定
③天候の変化を予測できるようにしよう。

3、計画書を出しましょう。
①登山計画書の内容
②メンバーの氏名、住所、年令、連絡先、電話番号

③提出先
●日程、コース
●任務分担、装備等

●登山口 ●登山地の警察署 ●家族・職場等

お 願 い

平成10年度10月専門委員会行事予定

日 時	行 事 名	会 場	担 当
10.10.11～16	A級指導員共通科目集合講習会	東京	指導技術
10.10.17～18	親睦登山	銀次郎山	総務
10.10.24～25	第27回自然保護研修会	管仲五頭山麓	自然保護
10.10.24～28	第53回神奈川県国体(成年男子・少年男子)	神奈川県横浜市	国体
10.10.	ジャパンカップ		クライミング
10.10.31～11.1	自然公園指導員総会	愛知県蓬萊町	自然保護

日山協・文部省登山研修所等10月行事予定

日 時	行 事 名	会 場	担 当
10.10.11～16	A級指導員共通科目集合講習会	東京	日山協
10.10.24～28	第53回神奈川県国体	神奈川県横浜市	日山協
10.10.	全山道中央協議会幹事会	文部省	日山協
10.10.31～11.1	委員総会 環境庁自然公園指導員講習会	愛知県蓬萊町	日山協

登山用品専門店

— 信頼できるパートナー —
大新スポーツ

新潟市東堀6 ☎(025)222-3736

登山・アウトドアの専門店

ICI 石井スポーツ
新潟駅前店

新潟市東大通2丁目5番1号 ☎(025)243-6330(代)