

# 新山協ニュース

新潟県山岳協会ホームページ <http://www.echigo.ne.jp/~nma/>

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 諏訪恵一  
 長岡市高畑町610-10  
 TEL 0258-35-4373

編 集 新山協ニュース編集  
 委員会代表 横山征平  
 岩船郡関川村下関1100-1  
 T/F 0254-64-0469

## 第三十二回自然保護研修会開催

会場 長岡市栖吉町／鋸山

新潟県山岳協会では、自然保護研修会を自然保護委員会（委員長七沢恭四郎）の主管で開催した。

自然が急速に荒廃している今日、原因は自然災害、乱開発、過度の入山者による人為的なものと様々であるが、今回のテーマは人為的なものを防ぐ手だてではないのか、登山者の立場から考える研修で、参加者の見附山岳会井口礼子さんからレポートしてもらった。

自然について語り合うのは、無限である自然の領域に足を踏み入れた第一歩。実際に赴き、自然と対話するのは第二歩。これからは第三歩目である自然保護指導員としてその領域にもう一歩足を踏み入れることになりました。

五月十九・二十日に長岡市栖吉町集落センターで開催されました。

初日は雷雨の天候でしたが二十八人の出席者により、意見が交わされ、オーバークラス（過剰利用／過剰登山）、ストック使用の問題、今日的課題の巨木などの観光化による問題が取り上げられ、また臭いのしないトイレの土壌処



▶自然保護研修会

登山道の荒廃が進み、回復するまで閉鎖した方が良くと思わる山名も上がり、手遅れになる前の対処もこれからの重要な課題だと痛感させられました。

特に入山規制や禁止に関しては、外国には例があるが、日本では余程のことがない限り非常に難しいこともわかりました。

植生や池漕げ元活動を続けている、巻機山の作業においてもクリアしなければならぬ沢山の課題を一人でも多くの協力が必要であり、壊してしまった自然の復元の難しさ、大切さ、についてとても深く考えさせられました。

講演では、長岡市立科学博物館渡辺 央先生による「守門岳周辺の野鳥」と題し野鳥の生態から見た自然保護理論を研修しました。

野鳥の四月から五月の繁殖期の生態についてのお話は、野鳥に興味を持つ私にとって胸が弾む内容でした。

野鳥はその姿をじっくり観察することは、難しいので鳴き声で名前を覚えることになると、その山に生息する野鳥の調査には、最低でも三か

ら四回は同一山域に足を運ぶ必要があること。

生態系安定の為にブナ林がいかに大切かということ。そして自然保護との関わりの中で一番大切なことは、「環境の多様性を守ってゆくことである」と結ばれた。改めて自然への深さを感じさせられました。

二日目は予報どおりの良いお天気の中、鋸山（七六四・九m）へ現地研修登山でした。道中ヒヨドリやウグイスの鳴き声を遠くに、近くに聞き、道端にはサンカヨウ、ホウチャクソウ、ウツギ等の花々に迎えられる、若ブナの新緑に覆われた山頂へ到着しました。

標高八〇〇m足らずの連山ではあるが、麓に生活する人々に恵みを与え続けていることを目の当たりにし、

「自然は人をつくり、人は自然をつくる」という言葉があります。常に自然と関わり合いながら、人も、動物も、植物も全てが、作り譲り合いながら日々過ごしていかなければならないことの、大切さを改めて考えさせられ、有意義で楽しい二日間でした。

見附山岳会 井口礼子

# 第56回

## 国体山岳競技県予選会実施

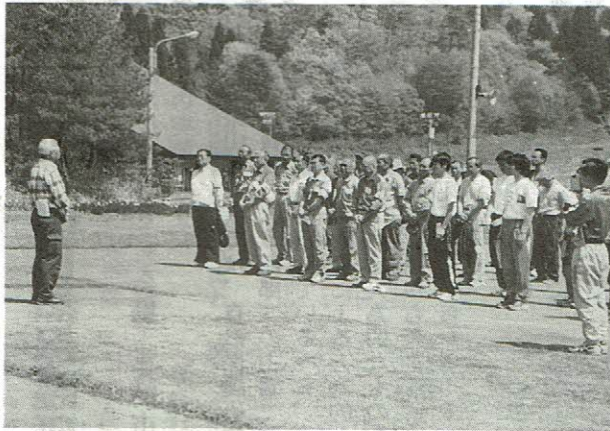
### 長岡市東山を会場に

4月28日(土)長岡市東山に於て第56回国体山岳競技第一次県予選会が実施され、距離約六・五km、標高差四六〇mのコースを縦走・踏査し、次の個人・団体が入賞した。

- ・個人縦走 少年男子
  - 一位 高橋 優太 三条A
  - 二位 広川 岳志 三条A
  - 三位 十五 雷蔵 糸白嶺A
- ・個人縦走 少年女子
  - 一位 田巻 優子 三条B
- 記録 86分31秒
- ・個人縦走 成年男子
  - 一位 木所 英昭 新潟山岳会
- 記録 51分17秒
- ・個人踏査 少年男子
  - 一位 高橋 優太 三条A
  - 二位 広川 岳志 三条A
  - 三位 大山 峰幸 糸白嶺B
- ・個人踏査 少年女子
  - 一位 田巻 優子 三条B
- ・個人踏査 成年男子

- 一位 木所 英昭 新潟山岳会
- 二位 糸魚川白嶺高校B
- 三位 糸魚川白嶺高校A
- ・団体踏査 少年男子
  - 一位 三条高校A
  - 二位 糸魚川白嶺高校A
  - 三位 糸魚川白嶺高校B
- ・団体踏査 少年男子
  - 一位 三条高校A
  - 二位 糸魚川白嶺高校A
  - 三位 糸魚川白嶺高校B
- ・団体総合
  - 一位 三条高校A
  - 二位 糸魚川白嶺高校A
  - 三位 糸魚川白嶺高校B

なお、県代表選手団は6月10日の第二次予選を経て最終決定される。



国体予選会開会式



10日の第二次予選を経て最終決定される。選手の皆様、引続き精進を。役員のご協力ありがとうございました。森国体委員長

## 平成13年度

### 各委員会活動方針①

#### ●国体委員会

##### 事業目標

国体で得点を取る。(1種別でも総合8位以内入賞) 事業計画

- ・県予選会の実施・選手選考今年度北信越地区出場割当(成女1・少男2・少女1)
- ・選手の育成強化

- (1) 国体委員は監督と共にコーチとして大会開催地で強化合宿をする。
- (2) 成年についてはクラ イミング委員会と連携し選手強化をする。
- (3) ジュニア委員会・ク ライミング委員会と連携し選手を育成する。

国体委員会委員は、計画に則り目標達成のために最大限の行動をする。

2009年二巡目国体において、山岳競技の総合優勝に向け最大限の努力をする。

#### ●婦人委員会

「新潟 花の山旅」の27番目に紹介されている田代平湿原へ、トキ草を訪ねて、執筆者である櫻井昭吉氏の案内で親睦登山を行います。近日中に各山岳団体へ詳細をお送り致します。概略は、

1. 日時 7月15日(第3日) 8時集合15時解散
2. 集合 入広瀬村音松荘前
3. 会費 5000円
4. 宿泊希望者は音松荘に宿泊(実費)。
5. 申し込み 7月10日迄に

※宿泊希望者は6月20日問い合せ・申し込み  
新潟市南笹口1・8・63・705  
山田智子 TEL 0251-2417959

#### 次号掲載予定委員会

- ※総務委員会
- ※海外登山委員会
- ※会報編集委員会
- ※遭難対策委員会
- ※中高年登山委員会
- ※自然保護委員会
- ※クライミング委員会
- ※指導技術委員会
- ※ジュニア委員会

# 中高年登山のための登山医学 医者からみた山登り ⑤

医療法人 齊藤医院 院長

齊藤 宣雄

5、装備について  
服装も装備の一つです。まず服装についてお話しします。昨年9月に台風警報のさなか北海道の羊蹄山に登ったグループで、うち2人が凍死するという事故がありました。

いったいどんな服装で登山したのでしょうか。  
凍死は低体温症の究極の状態であり、低体温症は体熱産生能力以上に体熱が放散して体温が保持できなくなった状態です。体熱産生低下の

原因は疲労困ぱいが飢餓によるものです。体熱過剰放散の原因は保温の破綻であります。その誘因は衣服の着方の失敗、雨や汗に濡れる、風に吹き曝されるなどです。  
低体温症は夏でも起こり得るのであります。極端な薄着で行動したり、雨に濡れたりした状態で疲労困ぱいに陥ったときになり得るのであります。羊蹄山の事故は、風の季節ですから適切な手当がなされなければ凍死にいたるのではありません。

衣服を上手に重ね着して、  
ツェルトをかぶったりすれば助かったかも知れません。  
低体温症を防ぐために服装は大切であります。  
衣服は役割によって肌着、中間着、上着、雨具に分けることができるでしょう。その役割によって素材を選び、それを上手に組み合わせることで保温効果を上げなければなりません。それと同時に状況にあわせて着脱をすることです。

山の気象は変わり易く、急に雨になったりしますし、また、麓と頂上では標高差があるの  
で気温の差も大きいです。標高100mごとに6℃づつ気温は下がります。  
また稜線などは風が強かったりするので、更に気温が下がります。面倒がらずに着脱をして体温の調節をしなければなりません。  
次に、衣服の役割に合った素材について検討してみます。まず肌着は汗を吸い易く、速乾性、保温性に優れたものが良いです。最新の合成繊維は表面が滑らかでツルンとしていますが、繊維自体は水を吸わないですが、繊維に加工された小さな溝によっても細管現象が起こり、水を肌着の内側から外側へ運び出してくれるのです。また繊維を中空構造に加工することによって保温性にも優れています。  
ウールもまた吸湿性、保温性に優れております。合成繊維のない頃は、冬山での遭難のとき、ウールの肌着を着たか着てないかが生死の分れ目となりました。しかし、寒い季節は暖かすぎたり、チクチクして着ごこちは悪いです。



黒姫山 (1221.5m) / 全山石灰岩より成る。  
右後方は白鳥山

## 山と岩石

さわがに山岳会 小野 健

### ⑤ 石灰岩の山

世界の屋根といわれるヒマラヤ・アンデス・ヨーロッパアルプスなどの高峰は、大い石灰岩から成っています。つまり、8,000m級の山々は、かつて海底で生成されたと言うことです。エベレストの頂上直下でウミユリの化石が発見されて話題になりました。

県下に分布する石灰岩鉱床は、赤谷・鹿瀬地区にもありますが、黒姫山・明星山が有名です。青海石灰岩は日本海側最大の埋蔵量を誇り、地下資源として化学工業の原料に利用され、地域産業を支えています。

黒姫山は、古生代の石灰紀～ペルム紀(3.5～2.5億年)に生成され、当時の古生物化石を産し、顕著な溶食地形も発達して日本300名山にも選ばれています。海岸近い独立岩峰のため、遠方からも目立つ山で頂上展望がまた見事です。明星山は山腹に大岩壁を擁し、特に南壁はわが国最大の石灰岩衝立壁で、ロッククライミングの恰好のグレンデとして多くのクライマーに親しまれています。

木綿は繊維の一本一本に細かい穴が開いているので抜群の吸湿性を発揮し、水蒸気状態の汗も吸い取ってくれます。しかし、水分を繊維の間に貯

めてしまうので、これを乾かすために体温を失うという欠点があるので登山には向かないのです。しかし、夏山の暑い時には快適です。  
中間着としてはウールのスポーツシャツなどが良く、肌から吸い上げた水分を吸ってもらうために最適であります。スポンもウールが良いです。上衣としてはウールのセーター

### カムチャツカ自然紀行のご案内

#### ご案内

新潟空港発着のチャーター便で、秘境の地カムチャツカへのツアー計画があります。旅行社の企画実施で、出発日は次のとおりです。

ご希望の向きは直接旅行社へ照会・申込みを。

#### ○出発日

七月十五日  
七月二十二日／七月二十九日  
八月 五日／八月 十二日  
八月 十九日／八月二十六日  
※各回とも八日間

#### ○内容

自然観察・大型ゴムボートによる川下り・登山(2、7

や化繊のフリースが良いです。風に吹き曝されたり、雨に濡れると体温を失うものになるので、防風着を兼ねた雨具は必携であります。防水性だけでなく、透湿性と通気性のあるものが最適である。凍傷を防ぐために手袋も靴下もウールが良いと思います。(次回に)

41M)又はトレッキング・大自然露天風呂等

#### ○料金

諸経費を含め一人三十万円前後です。

#### ○照会・申込み先

(株)カムチャツカ開発旅行 事業部

〒120-00071 東京都千代田区富士見一〇五〇三 NTハイム富士見1F  
TEL 03-3222-1948 4  
FAX 03-3222-1948 5

#### 参考事項

過去に新山協有志で遠征と視察登山の実績がある。  
新山協ニュースNo.105号とNo.163号にレポートが掲載されている。

## 大六さん大六山に登る

### 関川村山の会

関川村山の会(会長平田大六)では五月の連休に有志三人で、会長の名前と同名の山に登る機会があった。

所在地は岩手県三陸町行政区管内で、標高は五百十五mほどの本格的な山岳ではないが、登る人と同名の山に登る遊び心をくすぐる登山であった。

大六山は三陸沖に出っ張った小さな半島にあるが、地元では登山の対象になっておらず、確たる登山道もなく、案内版の設置もない。ただし、この山地には、野性のシカが生息しており、地元では猟師職の人もいるとか。

そんな関係か山中に入ると林業の管理道の外、猟師の踏み跡、シカのけもの道がふくそうしており、藪山歩きや読図の手慣れた者が好む山だ。稜線は雑木とササヤブに覆われているが、細い半島で左右に三陸沖のリアス式海岸のながめがよい。ダニの生息はただごとではないが、運が良ければシカが忘れた角に巡り

会える。

この山の外に宮城県女川町管内には大六天山があり、ここにも登った。標高が四百四十mで山頂に神社があり、歩道が整備されているが、登山の対象から外れているのか確たる案内標識も無くひっそりした山だ。

山名由来は仏教に出てくる第六天からきたもので、何事も叶えてくれる神様であることを知り、我が会の会長が神々しく見えて、以来三步後から歩む山行であった。

関川村山の会 横山征平 記



▶大六山々々

### 編集こうき

▲六月の日本列島は梅雨前線の活動が活発になり、雲は低く、雨天が続きますが、植物たちが最も輝きをみせるときでもあります。

沢々の増水による事故だけは避けたいものです。

▲新山協ニュースの特派員(会報委員)が上・中・下越と新潟地区におります。地区の山岳情報や紙面にふさわしい原稿をお待ちしています。編集担当横山へ直接のときは表紙の住所かFAXで。

(征)

## 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)