



2020年1月号(No.2)
 公益社団法人 日本山岳会
 The Japanese Alpine Club
 東京都千代田区四番町5-4
<https://www.jac1.or.jp>
 編集担当: 新井 梓

3か月に一度発行する「山」YOUTH版では、YOUTH CLUB 世代の会員のご活躍、東京や各支部のYOUTH CLUBの取組みなどをご紹介します。話題のご提供や感想など、ご意見何でもお待ちしております！(新井)

ヤマトモ 登山家/花谷泰広

持続する学びとコミュニティの場づくりをめざす

日本山岳会120周年記念事業として進められている「ヒマラヤキャンプ」。リーダーである花谷泰広さんと若手メンバーが、ヒマラヤ未踏峰登頂に向けたトレーニングに励んでいます。2013年にピオレドール賞を受賞し、現在は「ファーストアッセント」社の代表取締役を務める花谷さんに、このプロジェクトの概要や、今後目指している活動についてお伺いしました。

—花谷さんは2015年から、「海外登山を希望する若者の受け皿づくり」として、20代、30代の登山者を対象としてネパールの未踏峰を目指す「ヒマラヤキャンプ」を主宰してこられました。昨年には3回目の未踏峰登山を行い、登頂(パンカール・ヒマール 6264m)を果たすなど、成果を挙げておられます。しかしなぜ今回、日本山岳会とともにプロジェクトを行おうと考えたのでしょうか。

花谷泰広(以下「花谷」) ヒマラヤキャンプを「仕組み」にして、次の世代に継承したいからです。今は僕が主宰ですから、僕が「やめた」と言ったらこの活動は終了してしまう。活動を継続し、海外登山の受け皿を強固にするには、大きな母体があったほうがいいと思っています。考え抜いた挙句、日本で最も歴史があり、登山文化の大きな蓄積がある日本山岳会にご相談しました。登山の先駆者たちがいて、公益社団法人であるということも、その理由です。—海外登山メンバーを公募することにはメリットとデメリットがありませんか。

花谷 このプロジェクトの趣旨は、20代、30代の若者に、海外登山のチャンスを等しく作りたいということです。だから公募のメリットは、いろいろなメンバーが各地から集まるということです。ダイバーシティの現代において、所属がどこであるかによって篩ふるいにかけられるのはナンセンス。どんな奴らが集まってきても、海外の山に登るんだという1つの方向さえ向いてくれていればいい。そして彼らが日本山岳会でも活動していってくれるようになれば、仕組みの継承も少しずつなされていくと考えて



花谷泰広さん。パタゴニア・フィッツロイにて

います。

デメリットはあまり感じていません。今回も顔も名前も知らないメンバーがネットを通じて集まりました。この18名は、クライミングや縦走、旅好きなど志向の異なるメンバーですが、思い思いにトレーニングに励んでいます。この中から6名を選抜き、来年春にはヒマラヤ登頂を予定しています。

それから、海外登山を難しく考えすぎないでほしいんです。日本人は特に、海外登山に対する心理的ハードルが高いと感じています。費用面でも、僕はこれまで、ヒマラヤキャンプの予算は企業スポンサーを募ったりして、自分で集めてきました。今はクラウドファンディングという手法もありますし、アイデア次第ではないでしょうか。

—独立独歩の思考はどこから生まれるのでしょうか。

花谷 僕が初めてヒマラヤに行った、信州大学山岳会2年生の時でした。1996年、先輩と一緒にネパー

ルの未踏峰ラトナチュリ（7035m）に登頂したんです。それまで冬山の経験は1年生の冬に一度だけ。それでも海外の未踏峰の頂を踏みしめることができました。また、信州大学は「監督」という立場の人間をあえて置かない。つまり、学生が自分で考え、自分でどう登るかを決めるんです。そういうクリエイティブな登山をさせてもらえたことが原点かもしれません。

——花谷さんといえば、「ファーストアッセント」社の代表取締役でもあり、甲斐駒ヶ岳・七丈小屋の指定管理事業を引き継いだことでも知られています。

花谷 甲斐駒ヶ岳は学生時代から親しんだ、大好きな山です。頂上からは縄文土器が発見されてもいるってご存知ですか？ きっと駒ヶ岳神社ができるずっと前から信仰されていた山だと思うんです。とてもいいお山です。僕の会社は、山を通じて地域を活性化することを目指しているのです。七丈小屋の魅力をお伝えすることで、多くの人が甲斐駒を訪れて

くれたら、嬉しく思います。時に行政とも協働することで、山域の魅力を高めていこうと思っています。

ただ、ヒマラヤキャンプが自分の仕事の中の一部であって全体ではないように、小屋運営もまた一部分です。登山業界の様々な状況を、視点を引いてみておかないと、個人の仕事で終わってしまう。広い視野をもって登山業界を見ていたいんです。

——虫瞰鳥瞰を実現していくということですね。ほかにはどんなことをお考えですか？

花谷 登山文化の継承を続けていきたいと思っていて、「YAMAP アカデミア」で山の先輩の貴重な経験をお聞きし、次の世代に共有するイベントを始めました。どんどん登山にかかわる学びとコミュニティの場を構築したいんです。クライマーとしての自分の経験を生かし、山という素晴らしい資源の魅力をもっと広めたい。そのためには、山を多角的視野から見つめていることが必要だと考えています。

（聞き手：新井梓）

連載 ②

東さんの乱学塾

冬山のカロリー補給・ウェアリングを科学的に考えてみよう！

冬山は厳しい条件下だけに、カロリー補給・ウェアリングが重要です。カロリー補給＝高カロリー（甘いもの）と考えますが、寒冷環境なのでパワーバーなどは硬くなり補給が困難です。また、甘いものだけではインスリンショックを起こすことと、夏山以上に発汗でミネラル分を失うので、ミネラル補給は必須です。ちなみに、筆者は食パン一口大に切ってガーリック・ハーブソルトを加え、オリーブオイルで焼いて持参しています。更に水分補給も重要です。凍傷・低体温症ともに、寒冷環境に加えてカロリー不足・水分不足がそれぞれの発症に大きくかかわるので注意が必要です。

続いて、人体の熱放出経路から効果的なレイヤリングを考えてみましょう。

- ①靴下の保温層に加えて、断熱効果のある中敷きを使用する。（熱伝導）
- ②厚手のフリース衣類より薄手のフリースの上に薄いウインドブレイカーを着用する。（対流）
- ③首・手首・足首など血管が体脂肪で保護されていない部分を効果的に保温するネックゲイター・手首の長い手袋・ゲイターを着用する。（放射）
- ④汗を素早くベースレイヤーに移動させて、肌を常に乾いた状態にするメッシュのインナーを着用する。（気化）

そして大事なことは、こまめにウェアの着脱をして体温調整をすることと、歩行スピードを調整して、大量に汗をかかないことです。モノには限界があります。機能だけでカバーできない領域があり、そこを人が考えたり、工夫したりしてカバーすることが重要です。ゆめゆめ、道具に頼った無粋な登山をしないようにしましょう。

◎YCの支部訪問記◎広島支部と東海支部

楽しいYOUTH交流！ 伯耆大山と伊吹山

YOUTHの仲間がつながる語らいの場所



伊吹山と東海 YOUTH との親睦会

一夜明けて次は東海へ、まずは滋賀と岐阜の県境に位置する伊吹山に登りました。伊吹山は深い山であるにもかかわらず、頂上手前までドライブウェイ（全長17km）が伸びていて、琵琶湖や濃尾平野が一望できる絶景ポイントが何カ所もありました。山頂は強風が吹き荒れていました。

東海 YOUTH の鈴木邸では、富雄さんはじめ東海 YOUTH の女子達が心づくしのお料理とともに迎えてくださり、飲んで食べて、山のことを楽しく語り合いました。東海の女性陣が次回山行について熱心に話し合う場面もあり、積極的に取り組んでいる様子がうかがえました。

顔が見える情報

インターネットが普及する以前の山岳会は、山友を作る山のスキルを教わり教えることの他に、山の情報を得る場でもありました。現在は、情報はひとりでいくらでも手に入れることができます。でもそれは正しい情報とはかぎりません。かといって人の肉声で伝えるものが絶対正しいとは言えませんが、それでも顔の見えるつながりは、たとえばその人となりから察せられる信憑性など、文字にはないニュアンスを交換することができます。

今回の交流会では、人の暖かさをしみじみ感じました。そしてどの支部でも同じ悩みをかかえ、それぞれ試行錯誤しながらも元気に進んでいるように思われました。（鎌田）

※メンバー：本部 L野澤誠司、SL岩本崇、古川研吾、鎌田典子、東海 同乗/鈴木絵美子、懇親会/鈴木富雄、木村綾子、原奈緒、谷口直子、村上晴香、榊原優羽、広島 大山山行/L安松崇、SL勝田直樹、川崎貴弘、田中明良、懇親会/兼森志郎、斎陽、池本喜浩、坂原忍、円石利恵子、井上紀江

前号の北海道 YOUTH に続いて、広島 YOUTH と東海 YOUTH との交流のようをお届けします。

行程は、11月1日出発、2日広島 YOUTH と伯耆大山コラボレーション登山及び交流会、3日伊吹山登山及び東海 YOUTH 交流会、4日帰京。本部 YOUTH から4名の参加、それに東海 YOUTH 1名が同乗しました。

石を担ぎ上げる伯耆大山

快晴の秋の山をカサコソと歩き、伯耆大山に登りました。川床から入山、大休峠まではゆるやかな道で、足元の紅葉の落葉を拾っては放るなどし、お話ししながらゆっくり登りました。

三鈷峰に到着してぐるりの景色を楽しんでいると、なんと広島 YOUTH の若者達のザックからレジ袋に入った石がゴロゴロ（総重量ひとり10kg以上!）。聞けば一木一石運動（増加する登山者によって植物が踏み荒らされ頂上が荒れたため、木や石を持って上ろう、という保護活動）があり、登山口にたくさん置いてある石を、ザックにたんまり持ち上げたのだということでした。

広島支部長の山荘での親睦会

登山を終えた後、斎支部長の山荘（ルーデンス斎山荘、右上写真）で、広島支部 YOUTH の方々との親睦会が行われました。柔らかい牛肉に自家製の野菜に採れたての松茸…松茸ですよ…がわんさか入ったすき焼きを御馳走になりながらお酒を酌み交わし、お互いの活動のあれこれを話し合いました。

伯耆大山三鈷峰



広島 YOUTH 親睦会



東海 YOUTH 親睦会

YC トピックス

●広島支部 YOUTH CLUB

- ・毎月1～2回の山行を行っています。
- ・クライミング技術講習、冬山技術講習、レスキュー講習等の開催。
- ・夏、冬に合宿を行います。
- ・毎月第2水曜日に支部ルームでミーティング

■入会について

日本山岳会広島支部「ユースクラブ」では、若手登山者の育成を目的に新しい仲間を募集しています。ハイキングからクライミングへとステップアップをしたいと思っている方、これから登山を始めたいと思っている初心者の方も大歓迎です。

■入会資格・期間

- ・日本山岳会の準会員として入会していただきます。
 - ・年齢 59歳までの方で、性別・経験は問いません。
 - ・期間：入会日から最長3年間（活動体験的会員）
- ※3年経過後は通常会員へ移行することも可能です
 広島市南区大須賀町 17-5 シャンボール広交 203号
 TEL：082-569-6617 FAX：082-569-6618

<http://jac-hiroshima.sakura.ne.jp/>

●越後 YOUTH 現在胎動中！

全国で一番高齢化していると言われている越後支部では、桐生支部長が先頭に立って頑張っています。越後支部の平均年齢は74歳で、50代が11名、40代が1名という構成であり、若手会員の勧誘・加入・育成が急務でした。昨年の支部総会でYOUTH委員会を設置し、支部長直轄組織として活動を開始。60歳未満の会員が核となり、本部YOUTHからも参加し、合同山行などで盛り上げていく事を確認しました。スノーハイキングや雪崩講習会を実施する予定で、夏山にはない面白い山行をしようと今から盛り上がっています。

その結果、年末までに50代3名と30代1名が入会・申請中で、20～30代を勧誘中です。地方の若手メンバーは、山仲間との交流を求めて情報発信をしていますが、日本山岳会の全国組織を活用することで、多くの若手メンバーが集まってくれと確信しています。

