



JAC-Tochigi

2019年 5 月

栃木支部報

第 1 2 号

目次

- p 1 支部報の発行に寄せて — 2019年—
- p 2- 4 公益事業: 「親子登山教室」, 「山の講演会」
- p 5- 8 支部山行・行事の記録
- p 9 ユース栃木: 登山技術勉強会
- p 10-11 支部・マスターズ・ユース栃木年度記録/計画
- p 12 ユース栃木: 虹芝寮スプリングミーティング

支部報の発行に寄せて —2019年—

栃木支部長

渡邊 雄二

今年度の栃木支部の最大のイベントは、5月25日～26日に「第35回全国支部懇談会」を日光国立公園の奥日光の地で主催することです。全国から会員160余名をお迎えすることになり大変嬉しく光栄なことです。目下、役員を中心にその開催準備で多忙な毎日になっており、わずか50名程度の弱小支部が主催するには少々重荷に感じますが、豊かな奥日光の自然と歴史的な多くの文化遺産を糧にして、楽しく思い出多い有意義な懇談会になるよう支部会員の一致団結の下にご協力をよろしくお願い申し上げます。日光市をはじめ地元の関係者のご協力もいただきましたので、参加者の皆さんがまた日光を訪れたくなるようなおもてなしができればと思います。

悲しい出来事である那須雪崩事故からこの3月で丸二年を迎えました。高校山岳部の安全登山推進のために、関係機関がそれぞれ指導者向けテキストや高校山岳部生徒向けのパンフレット等を作成しました。これらの資料の作成にあたっては、本支部の会員が編集や執筆に関わっております。高校山岳部の標題がついていますが、安全登山のための標準の内容が網羅されており、一般登山者の教材にもなりますのでこの機会に紹介しておきたいと思います。

本年2月に栃木県教育委員会は、「高校生と指導者のための安全ハンドブック」(A6版)と同「資料編」(A5版)の2種類を発行しました。A6版の「ハンドブック」は、山行中に利用できる手帳のタイプ、A5版の「資料編」は安全登山のための基礎知識などが記載されています。

また、3月には国立登山研修所が日本スポーツ振興センターから、高等学校登山指導者用テキスト「安

全で楽し登山を目指して」(A4版196頁)と生徒向けの冊子「高校山岳部 はじめの一步」～知って楽しむ登山の魅力、学んで避けよう登山のリスク～(A6版20頁)が発行されました。テキストは、安全登山を実践するための高校山岳部の指導者が知っておくべき基礎知識や習得しなければならない基礎技術が網羅されており、それらに関して実際の場面を想定したリスクマネジメントに関する総合演習問題も掲載されており、正に教師用指導書の内容となっています。生徒向けの冊子は、指導者向けテキストをベースに山岳部員が登山の魅力とリスクを学び、顧問の先生の指導の下で安全に楽しく登山を実践するための基本的内容がイラストをふんだんに使って分かりやすく解説されています。これらは、県教委や国立登山研修所のホームページで公開されておりますので是非ご覧下さい。



那須の事故以来、学校現場での登山活動は厳しい制約（ガイドライン）があります。登山は老若男女が自然の中で楽しめる生涯スポーツとして愛好されています。青春真っ只中の高校生たちが思う存分に登山を楽しむのは、何も学校の教育現場だけではありません。青少年が地域社会における社会体育として、生涯スポーツの一つとして、安全に楽しく四季の山々を楽しむために、私たち大人が携われることがあるはずです。私たちが公益事業として実施している「親子登山教室」のように保護者の理解により「青少年登山教室」の開催も必要になるでしょう。公益社団法人日

本山岳会栃木支部としては、栃木県山岳・スポーツクライミング連盟とも連携してそのような活動を模索し、推進していかなければならない時期かと思っています。本県の青少年の登山活動が萎縮せずに、のびのびと活動できる一助となれるよう、具体的に取り組む努力したいものです。

（平成31年4月記）

※ 国立登山研修所のホームページ

<https://www.jpnsport.go.jp/tozanken/tabid/82/Default.aspx>

公益事業：第7回日光光徳「親子登山教室」

美しく雄大な自然にふれながら、親子の絆を深め、他人との協働と日光山系（日光白根山）の登山による自然体験を通して、心身ともにたくましく自立する青少年の人格形成の一助とする。

【開催日】 平成30年7月14日（土）～15日（日） 1泊2日

【開催地】 栃木県日光市 学習院日光光徳小屋 及び 山王峠／日光白根山（2577.6m）

【主催】 日本山岳会栃木支部 【共催】 栃木県山岳・スポーツクライミング連盟

【後援】 栃木県教育委員会・日光市教育委員会・学習院山桜会

◆ 7月14日（土） 晴れ

9:30～10:00 光徳駐車場にて受付
10:30～ 光徳小屋着／開会式
11:00～ 昼食、荷物の整理
12:05～14:10 山王峠ハイキング
15:30～ タベの集い・夕食準備
17:00～ 夕食、後片付け並びに明日の朝食準備
20:00～20:30 講話
21:00 就寝

◆ 7月23日（日） 晴れ時々曇り

4:30～ 起床、朝食準備、朝食、部屋の清掃
6:30 光徳小屋発
7:15～ 7:30 ロープウェイ山麓駅
8:00～ 山頂駅、準備体操後登山出発
11:10～12:00 日光白根山山頂、昼食
14:20～14:55 山頂駅（整理運動）
15:15～15:30 山麓駅閉会式、解散

平成24年に開始された親子登山教室は、今年度第7回目を迎えた。今回は親子8組、19名、講師2名、栃木支部スタッフ10名で実施した。

9時30分から受付を開始し10時に光徳小屋まで荷物を持って移動し、開会式を行う。支部長の挨拶、日程説明、部屋割り、スタッフ紹介の後自己紹介をし、管理人さんより山小屋使用上の諸注意をしていただき、記念写真を撮り終了する。

昼食後準備体操をして、小学2年生の親子を先頭に低学年から隊列を組み山王峠ハイキングに出

仲畠 正子

発する。山王峠着13時20分。見晴らしの良いベンチで一休みする。

14時10分光徳小屋に着いた後、15時30分まで自由時間。子どもたちは、鬼ごっこをしたり、敷地内を流れる川でサンショウウオの赤ちゃんを捕まえたりして、仲良く遊び始める。スキーのできる斜面は管理人さんが草刈りをされていて、格好の遊び場。さっそく段ボールを調達してきてそり滑りをするが、思うようには滑らず、工夫を重ねながら遊んでいた。

15時30分よりタベのつどいを行い、参加者代表に抱負を述べていただき、明日の登頂を誓い合った。すぐに子ども達11名とスタッフ2名で夕食の準備に取りかかる。メニューは定番のカレー2種類、ビーフカレー辛口とチキンカレー甘口、シーチキンサラダ、コーンポタージュスープである。今回



は小学5年生が最高年であったが、自分のできる事ややりたい事を行いながら、手際よく料理していく。11合と8合の電気釜二つ分のお米研ぎは、2年生が上手にやってくれた。皆で協力してあっという間に完成。17時より夕食、その後18時より再び子ども達で、明日の朝食準備に取りかかる。梅干しと塩こんぶのおにぎり、豚汁を作る。

20時から星空観察会であるが、今年も残念ながら厚い雲に覆われて星座の観察をすることができなかったが、富永講師より、火星について詳しく説明してもらった。21時全員就寝。

登山教室2日目、4時30分に起床し、子ども達は朝食準備と出発準備をした。6時30分に光徳小屋を出発、丸沼高原山麓駅へ向かう。山麓駅では7時30分からロープウェイが運行するため、既に長い行列ができていた。

昨年度までの親子登山教室は、男体山ファミリー（男体山・女峰山・太郎山）に登り、2巡したところで、今回初めての日光白根山登山になる。関東以北の最高峰で、栃木県と群馬県の県境にそびえ、日光火山群に属し、山頂一帯はいくつもの小ピークやくぼ地で形成され、複雑で変化に富んだ地形で大変人気のある山である。日光白根山ロープウェイは、山麓駅の標高約1400メートルで、山頂駅2000メートル地点まで一気に運んでくれる。

青空の下、山頂駅で準備体操をして、全員元気に出発。最初は針葉樹林帯のなだらかな道が続く。分岐のところで最初の休憩を取った後は傾斜が増してくる。



29人と長い行列のため、時々山側によけて、速い人に追い抜いてもらう。針葉樹からダケカンバなどの明るい森へ徐々にな変わっていき、尾瀬の山や、ロープウェイ山頂駅が樹間より見えるようになり、随分歩いてきたなあ実感する。その間も植物の説明を受け、特にヒカリゴケを見つけた時は、渋滞がさらにひどくなる。

歩き始めて2時間が経ち、森林限界を超えると、見渡す限りのパノラマとハクサンシャクナゲが満開で迎えてくれた。山頂まで砂礫の斜面は大変歩きにくい、5年生の6人組はおしゃべりも止まらず大変元気である。ピーク直下は大きな岩の岩稜帯で、慎重に登り南峰の祠に到着。直ぐに急下降して登り返して、奥白根山山頂へ11時5分到着。山頂東の肩のところが広いので、そこで昼食休憩とした。



12時より下山開始。遙かに遠い山脈は雲の中に隠れてしまったが、男体山ファミリーや去年登った大真名子山や皇海山、武尊山、会津駒ヶ岳等の山並みを見ながら、また歩きにくい砂礫地を元気に下っていく。登った道を下るのであるが、こんなに長かったかしらと感じながら下る。

14時に山頂駅に到着した。整理体操と記念写真を撮って休憩時間を設ける。15時15分山麓駅に全員集合し、閉会式を行う。親子登山教室修了証を参加者の子ども達に渡した後、渡邊支部長挨拶、事務連絡をし、15時30分散散した。

私は、親子登山教室参加者の皆さんから毎回エネルギーを充満してもらって帰ります。いろいろな場面でそう感じるのですが、ひとつの例としては、「富永講師が作った奥日光の生きもののほんの一部～白根山～コンプリート！」の声を聞きました。また、子の限界はこの辺り？と考えていると、予想より遙かに上回って頑張る姿とか、子どもは遊びの天才とか、いろいろ感じられます。たくさんの方の協力で親子登山教室が続けられており、感謝と喜びの気持ちで一杯です、ありがとうございました。



【ヒカリゴケ】(Wikipediaより)
ヒカリゴケ科ヒカリゴケ属のコケ
1科1属1種の原始的かつ貴重なコケ植物

公益事業：第12回「山」の講演会

演題：『登山という趣味を健康長寿に生かすために』

- 日時：平成30（2018）年12月2日（日） 14:00～15:45
- 会場：コンセーレ（栃木県青年会館）
- 講師：齋藤 繁（群馬大学大学院医学研究科教授、日本山岳会理事）
- 主 催：（公社）日本山岳会栃木支部
共 催：（一財）栃木県青年会館 後 援：栃木県山岳・スポーツクライミング連盟
- 参加者：79名（内訳：栃木支部会員 13名、一般参加 66名）

●講演概要

「山歩きは健康に良いというイメージがありますが、取り組み方を間違えると関節の故障や持病の急変による「遭難」につながります。真の健康増進登山はどんなスタイルか、裏山の軽登山から海外の高所登山まで広範な例をあげて解説します。」



講演会の様子

[今日のお話]

身体能力の年齢⇒chronological age（暦の年齢）
biological age（生理機能年齢）

山登りと心臓⇒心拍数の調節

心臓の栄養・酸素供給

登山の前の心機能チェック

高血圧や動脈硬化の進行を食い止めるための登山
⇒血圧の調節

健全な手足の血管

血糖値の急激な変動防止

山で活躍するための呼吸法

⇒鼻呼吸と口呼吸

肺の機能を100%利用

呼吸による水分ロス

[個人の心得（あらゆる運動に関して）]

健全な肺⇒禁煙、うがい、

トレーニング（場合により口すぼめ呼吸）

頻脈にならない心臓⇒動脈硬化、狭心症の予防

十分な血液量⇒脱水の予防

十分な赤血球Hb⇒食事の注意

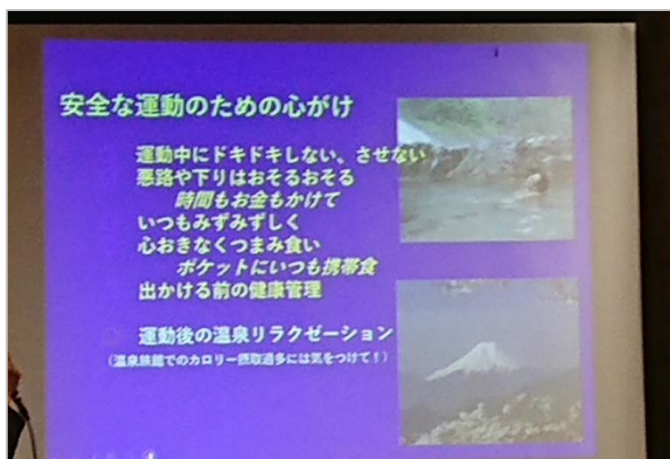
末梢まで行き渡る血管⇒筋肉運動

運動後のリラクゼーション⇒温泉

「山歩きは健康に良いというイメージがあるが、取り組み方を間違えると、関節の故障や持病の急変による「遭難」につながる。真の健康登山はどんなスタイルか、プロジェクターを使っての説明や、参加者の演習を交えながら、分かり易く、記憶に残るような講演であった。」

最初に、身体能力の年齢の章では、片足立ちの演習を行う。目を瞑った途端にできる秒数が減り、老化現象を自覚した。また、心臓と血液と疾患についての説明では、自分の体調を知ることと同時に、同行者の様子に異変がないか目を配る必要があることを再認識した。また、登山後のカロリーの取り過ぎを警鐘された。最後の下りの足への負担についても実演つきで、体力に余裕を持った登山が重要であることを痛感した。

あっという間に1時間30分が過ぎ、参加者から質問が出た。予定の時間では足りなく、もっともっと話を聞きたい講演会であった。（仲島 正子 記）



支部山行・行事の記録

夏山懇親会：

奥鬼怒 加仁湯

渡邊 雄二，石澤 好文

平成30年8月25日（土）～26日（日）

奥鬼怒温泉郷 加仁湯宿泊

参加者：渡邊，坂口（三），前田Y，前田F，
石澤，上田，仙石，菱田，猿山，藤田，
村田他家族4名

8月25日（土） 女夫洩駐車場集合 14：30

■ 14時40分猿山氏が徒歩で加仁湯に向かい女夫洩駐車場を出発。道を間違い、女夫洩駐車場に戻り、加仁湯のバスにて宿舎に移動。17時30分加仁湯着。

■ 猿山、渡邊を除く13名は、加仁湯のバスにて15時10分駐車場を出発。15時35分加仁湯着。渡邊支部長は既に到着し入浴していた。

■ 渡邊支部長の記録

大清水～物見山～鬼怒沼～加仁湯（天気曇り）

今回の夏山懇親会は、加仁湯への現地集合という企画になったので、久しぶりに懐かしさも手伝って大清水～物見山～鬼怒沼～加仁湯のルートを通ってみた。前日まで台風20号の影響でどうなるかと思っていたが、幸いに快晴とは行かないまでも晴れ間ののぞく曇り空の天気になったので、自宅を出発した。

大清水（1180m）は尾瀬沼の入り口なので駐車場も整備され、一ノ瀬までのシャトルバスもまめに運行されている。尾瀬沼への人の群れを避けて、車両通行禁止の相羽沢林道を進む。相羽沢金山跡で林道が終わり、山道へと入る。しばらくすると湯沢出合いとなり倒木を利用した一本橋があるが朽ちていて使い物にならない。徒渉をすることなく左岸から右岸に渡ることができた。

ここからが急登の連続となるが、物見山の山頂は森といくつかのギャップがあるのでその全容は望めないのが残念。山頂への尾根はほぼ東の方向に真っ直ぐ伸びている。南の方向には四郎岳、南東の方向には燕巣岳がよく見え、そこから北に延びる尾根の山頂が目指す物見山だ。標

高1850m付近からは胸突き八丁の急登で、いい加減疲れ果てた頃に山頂（2113m）到着となった。

林の中の山頂なので360度の展望とはいかずそれでも木々の間から白根

山、燧岳、尾瀬沼などが遠望でき日光国立公園のど真ん中にある実感がわいた。山頂での休憩中、一瞬ぎあーとにわか雨に降られたが事なきを得た。

山頂から鬼怒沼へ下山途中から鬼怒沼湿原が望め、登ってきたルートとの大違いを実感し



た。鬼怒沼までは誰とも会うことはなく、約50年ぶりの物見山登山を十分に堪能できた。いまでも登山道がきちんと整備されているのは嬉しく感じた。時期的に湿原には高山植物はほとんど無かったが、鬼怒沼に写る逆さ「根名草山」の美しさを堪能して、懇親会場の「加仁湯」に下山した。（渡邊記）

大清水駐車場（8：55）～湯沢出合（9：40）
～物見山（12：30～13：00）～鬼怒沼（13：20～13：40）～加仁湯（15：10）

■ 18時より渡邊支部長の挨拶に続き坂口氏の乾杯で夕食及び懇親会を始める。参加者の近況報告してもらい、盛況の中終了する。

■ 夕食後、待望の温泉に浸かり二次会場に集まり歓談する。歳のせいか23時には差し入れの酒も飲みきれず全員床に就く。

8月26日(日)

■ 朝風呂を浴び、7時30分朝食。

■ 9時にバスが出るとのことで、ロビーに8時に集合し集合写真を撮る。



菱田氏は徒歩にて女夫溺駐車場に向かう。村田さん家族はゆっくりとしていくとのことで加仁湯に残る。残り9名は、8時55分マイクロバスにて、女夫溺駐車場に向かう。9時15分女夫溺駐車場着。駐車場にて9時20分解散。上田さん以下女性陣は白河付近の峠散策に向かう。残りは帰途に着く。(石澤記)

山岳環境保全事業：

日光清掃登山

平成30年7月1日(日) 晴

栃木県山岳・スポーツライミング連盟と共催
丸沼高原から日光白根山 支部関係者9名参加

山岳環境保全事業：

那須クリーンキャンペーン

平成30年9月2日(日)

栃木県山岳・スポーツライミング連盟、栃木県
勤労者山岳連盟と共催
那須岳茶臼岳～南月山 支部関係者5名参加

秋山山行：日光市栗山 月山(1287m)

仙石 富英／猿山 浩

平成30年11月3日(日) 晴

参加者：前田F，上田，仙石，猿山

栗山ダム広場(8:30集合)＝8:43出発

…ビーフピア広場登山口(9:00) …尾根下山路
分岐…月山山頂(9:50～10:10) …下山路分岐
…ダム管理棟…栗山ダム広場(11:00)

朝から雲一つない快晴で、ダムサイトの駐車場から目の前には女峰山の雄大な山容と六方沢橋がはっきり見えていた。紅葉の盛りだが広い駐車場に他の車はなかった。駐車場から閉鎖されたゲートを超えて、程なくバーベキュー用のコンロがいくつも並ぶビーフピア広場に到着した。

月山を目指すには、ここからさらに南進し、鎖場を超えて山頂に至るコースもあるが、私たちは手書きの道標に従い、左手の西尾根を直登するルートを選んだ。このルート距離は短いが最初から急登で、登るにつれ、尾根は痩せて左右に切れ落ちている。新緑の頃ならアカヤシオやシロヤシオ、ヤマツツジなどで花のトンネルになるのだが、この時期の紅葉もまた素晴らしかった。高度が増すと左手に栗山ダムが一望でき、会津や雪を被った上越国境の山並みまで遠望できた。

鞍部に登りつめると尾根分岐となる。左はダムへ続き、右は頂上へ向かう。そこからはピークを一つ



越えるとすぐに月山の頂上に着いた。頂上には小さな祠と三等三角点があった。

頂上で写真を撮り、素晴らしい眺めをゆっくり堪能して下山した。下山には尾根分岐から登ってきた道ではなく、ダムへの下山道を利用した。途中、踏み跡が左右に分かれる箇所がいくつか出てくるが、すぐに合流することになる。しかし、標識のない穏やかなピークで、道が左右に分かれる箇所があった。右の方がやや広く見えたので、しばらく下ったが、失敗に気づき、振り返り羽目になった。当然だが改めて地形を確認しながら歩くことの大切さを感じた。

山行中他のパーティに出会うこともなく、静かなのんびりとした優雅な時間を過ごすことができた。下山後は、それぞれの車で小百田舎そばの店までドライブし、昼食会となった。

山行中他のパーティに出会うこともなく、静かなのんびりとした優雅な時間を過ごすことができた。下山後は、それぞれの車で小百田舎そばの店までドライブし、昼食会となった。

冬山山行： 岩舟山～晃石山～大平山縦走

麦倉 常治

平成31年2月2日（土） 晴

参加者：麦倉，石井

朝の両毛線岩舟駅は人も少なく、会山行で二人と寂しいが、天気も良くコンディションとしては最高であるので、気持ちよくスタートする。

まずは、岩舟山高勝寺への参道の階段の急な登りである。小高い山にあるお寺までは、結構登り応えがある道である。程なく高勝寺に着く手前の展望台では、下の岩舟駅からみかも山まで良く見渡せる。また高勝寺は由緒あるお寺で、関東の高野山と言われるくらいのお寺で、立派な山門や三重塔、そして立派な本堂がある。そこでお参りをしてから、馬不入山方面に下ってゆく。

お寺を下って車道を歩きながら鷲神社を過ぎると山道に入り、馬不入山まで登りは人も少なく、結構きつい登りが続く。馬不入山の山頂に到着する。山頂からは西の赤城山などがよく見えて、富士山も遠く見える。

そこからは桜峠に下って、晃石山の登りになる。それまで人が少なかったものが、桜峠からは人も増え出す。晃石山山頂に着くが、ここも結構人が多く休んでいる。山頂では日光方面の景色を楽しむが男体山や女峰山は、山頂が雪雲に隠されそれ以外は、雲の中である。晃石神社に下って昼食にする。

パラグライダーの飛行場をのぞく。ここから南に開けた景色は絶景である。富士山、筑波山は言うに及ばず、東京都心の高層ビル群や、東京スカイツリーなどもよく見える。

下り道を行くとぐみの木峠なり、このあとは平坦なのんびりしたコースで、大平山神社を經由して謙信平で休憩する。茶店に入り、名物の卵焼きと、団子をいただく。店内で温かいお茶もありがたかった。大中寺へ下って、大中寺を少し見物して、参道から、車道に出て、田園ののどかな風景を楽しみながら大平下駅へと向かう。背後には、今日歩いた馬不入山から晃石山、大平山の稜線がはっきり見える。のんびり歩いていると両毛線大平下駅に到着する。1日の無事を確認して、駅で山行を解散とした。

北関東ブロック（千葉・茨城・群馬・栃木） 四支部合同懇談会（千葉支部主管） ：安房鴨川 内浦山県民の森

前田 文彦

期 日：平成31年2月16日（土）～17日（日）

場 所（宿泊）：内浦山県民の森

参加者：千葉支部 三木支部長 以下22名

茨城支部 浅野支部長 以下11名

群馬支部 北原支部長 以下 7名

栃木支部 渡邊支部長 以下 7名

【2月16日（土）】 晴

■ 開会式、各支部活動報告 13時15分～

■ 講演会

第1部「生きて還って、また登る」 松田宏也 氏
「ミネヤコンカ奇跡の生還」著者、千葉副支部長
大学に入ってから山登り、ミネヤコンカの壮絶な登山、その後の登山再開の話。

第2部「南房総の自然の見どころ」 吉田明子 氏
東京大学千葉演習林職員、森林インストラクター
千葉演習林は清澄地区に1894年創設、その後北側の山林を加え現在の面積は2,200ha。
南房総の植生や小動物を紹介。

■ 夕食・懇親会 入浴の後、17時30分より
千葉の三木支部長の挨拶で開始。海に近い山の中ゆえに、海の幸がいっぱい。楽しいときを過ごした。その後の二次会は夜まで団欒が続いた。



懇親会の食事：これに加えて金目鯛とサザエ

【2月17日（日）】 曇（一時小雪）

雲は広がっていたが、時折日が差す天気。朝食をとり部屋を片付け、広場に集まったところで記念集合写真を撮った。

今日の行動はAコース（登山：前田F）とBコース（観光：坂口，前田Y，上田，長，藤田）の二手に分かれた。

[Aコース]

内浦山県民の森 (9:00) ~林道
奥谷線~麻綿原天拝園 (10:30)
~一杯水林道~清澄寺 (11:45~
13:00 ; 昼食, 妙見山)
途中植生や地層の傾きなど見なが
ら、ただひたすら林道を歩いた。



途中から遠方の太平洋を眺める



[Bコース]



内浦山県民の森 (記念品
作成 ; 9:30) ~誕生時~
神明神社~
鴨川市菜々畑ロード~
潮騒市場~清澄寺 (12:00~
13:00 ; 昼食, 妙見山)

清澄寺での昼食中に小
雪が舞ってきたときには
どうなるかと思ったが、
たいしたことなく止んで
くれた。



大本山 清澄寺

清澄寺から車で内浦山県民の森に戻り、三木支
部長の挨拶で14時前に解散した。

千葉支部の皆様、ご苦労様でした。海の幸がふ
んだんにある食事と翌日の山行を楽しむことがで
きました。今回山頂に登った妙見山は、考えてみ
れば生まれて初めてピークに立った“千葉県の
山”となりました。ありがとうございました。

(前田 F)

《栃木支部ホームページ》活用ください

URL :

<http://jac.or.jp/tcg/index.html>

日本山岳会会員外も閲覧できるHPです。
支部活動の案内と報告を掲示します。



※「支部会員ページ」と「支部アーカイブ」は
支部会員限定ページです。“ユーザー名”と
“パスワード”が必要となります。

YOUTH 栃木：登山技術勉強会

「読図とナビゲーション」

今年度のユース栃木主催「読図とナビゲーション講習会・勉強会」は、前年度の日本山岳会会員と県山岳連盟所属団体員を対象とした「雪崩勉強会」とは変えて、未組織登山愛好者／初心者を含めた一般を対象とした机上「講習会」と、ある程度の「読図とナビゲーション」のスキルを持つ人を対象に机上講習と実技演習をセットで2日間行う「勉強会」の2つのコースを企画し参加者を募集した。

1日のみの「講習会」は新聞に開催案内を出したこともあり、60～70才代の一般登山愛好者（初心者）を中心に集まり、（道迷いを防ぐ）「読図とナビゲーション」への関心の高さがうかがわれた。また知識と技術のスキルアップを目的とした「勉強会」には、県山岳・SC連盟や県勤労者山岳連盟の指導者クラスの人も参加した。

参加者の『地形図の読み方、コンパスの使い方、勉強になりました。』「これからの山登りがいっそう楽しくなりそうです。』の言葉が、価値ある結果を表していると思っている。

前田 文彦

期 日：平成31年1月19日（土）～20日（日）

受付・講義会場：コンセーレ（栃木県青年会館）

実技講習会場：古賀志山周辺

講 師：主任講師 村越 真 氏

（静岡大学教授，国立登山研修所専門調査委員，

日本オリエンテーリング協会副会長）

参加費用：講習会 1,500円

勉強会 2,500円

参加者：講習会 51名，勉強会 21名

日 程：

【1日目】 1月19日（土）

講習会・勉強会（机上講習） コンセーレ

12：00～受付／12：45～開講式

13：00～16：30 机上講習

何のための読図なのか理解した上で、読図とナビゲーションに必要な知識・技術を学ぶ。

目標：地図から地形が分かる／地図記号が分かる／地図の使い方が分かる。

【2日目】 1月20日（日） 晴

勉強会（実技演習）宇都宮市 古賀志山

7：45～宇都宮市森林公園駐車場集合・開講

8：00～13：00 実技演習，閉講・現地解散

実技演習の流れ：

前半は全員一緒になって歩き、現在位置（配布地図に示されたチェックポイント）確認とその根拠を理解する。

後半は3班に分かれ、参加者同士ペアになって、ルート在先読み（リスク検証）／ルート維持／現在位置確認のルーチンワークを行う。

■講義と実習の内容

◆講義の骨子

- ・登山と道迷い遭難
- ・読図スキルは本当に必要か？
- ・基本的な地図記号と地図の約束
- ・地形を把握する
- ・プランニング
- ・ルート維持の情報
- ・現在位置の把握
- ・コンパスの基本的使い方

初級で身につける知識とスキル	
地図の入手	アウトドア利用できる地図の種類を把握し、地形図など代表的な地図の入手方法を記している。
記号の名称・特徴を知る	距離、高差、降下などの記号表現の意味を把握している。近、三角点、電線、道路、川、谷など主要な地形記号の名称と特徴を知っている。道と境界線を識別できる。
地形を把握する	様々な地形の地図から正しい読み取りができる。
地図上の方向を知る	地形図と実地を照合する方向を把握している。
等高線の読み方（傾斜、間隔、地形、経緯）	等高線と主峰の位置を把握している。等高線間隔、ピーク・尾根・谷の地形表現、経緯の基本認識を把握している。
等高線から地形を把握する	ピーク、ピークから伸びる主峰、谷の谷など地形の地形図から読み取れる。
地形図とコンパスを適切に利用する	必要な地形が読み取れるよう利用する。等高線加工して利用可能。コンパスと一緒に利用しやすくなるように持てる。
地形図を使って地形を把握する	地形図の位置や地形の形を把握できる（コンパスは使わずでもできる地図）。
コンパス（地形図）を適切に持つ	サムコンパスやフレートコンパスの適切な持ち方を把握している。地形図と一緒に持つ。
磁石を使った方向の把握	磁針を使って八方位を把握する。目印となる特長のある方向や道路（道）の伸びる方向を八方位精度で把握できる。
経緯や等高線を調べる	経緯線やピークまでの等高線を大まかに読み取れる。
人工物や地形の先読み	人工的なランドマークやピークを利用して現在地把握しやすい場所を先読みできる。
道の形や八方位でルート維持	道の形状や八方位程度の方向感覚で道を維持できる。
人工物や地形で現在地把握	人工的なランドマークやピーク、または尾根や谷の中など地形を利用して現在地把握できる。

◆実技演習

■行動開始前の行程確認（プランニング）

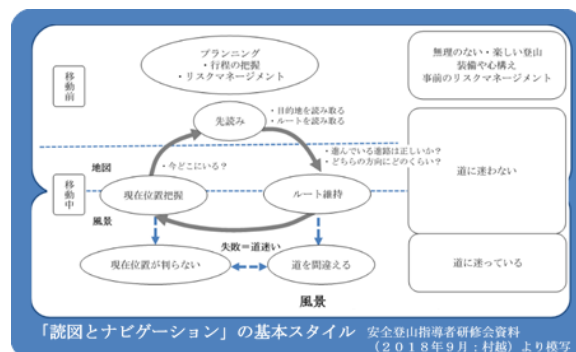
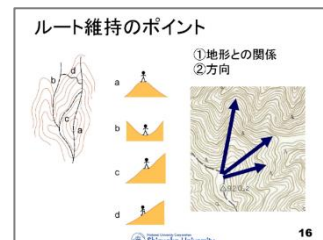
ルート先読み＝想定されるリスクは？

■現在地把握

地形の見やすい場所（情報を取りやすい）を探す。
現在地把握のための情報取得＝根拠（できるだけ多く）。

■ルート維持

- ・地形を読む。
- ・地図上の方向と実際の方向を一致させる。
- ・地図と実際の地形の対比。



支部・マスターズ・ユース栃木年度記録

平成30年度支部通常総会

期日 平成30年5月26日

会場 コンセーレ（栃木県青年会館）

参加者 会員19名

支部長挨拶 支部長 渡邊雄二

本日はコンセーレ横山理事長様はじめ皆様にご出席いただき、お忙しいところありがとうございます。コンセーレ様には、本支部との共催事業等で大変お世話になっています。本年も昨年同様、ご支援ご協力をお願いしたいと思います。

一昨年起きた那須の雪崩事故では、安全登山の点から登山における安全管理のあり方に大きな影響を与えています。スポーツ庁は、国立登山研修所をはじめとして諸関係機関や団体による広い範囲での安全登山の指導を要請しました。登山研修所をはじめとして、指導者層だけでなく広く一般を対象とした、新たな研修会が企画されています。会員の方にはこのような研修に是非参加して欲しいと考えます。

来賓祝辞 栃木県青年会館理事長 横山陽一 様

支部総会おめでとうございます。日本山岳会栃木支部様には、栃木県青年会館の諸行事に参加いただきありがとうございます。昨年8月11日に「山の日」全国大会が那須で開催されました。「山の日」全国大会の成功に関わった皆様の努力に敬意を表します。

安全な登山に対して、山登りが文化として定義される活動が期待されています。一般財団法人として青少年の育成に対して、多くの団体と協業しながら支援をしてまいりたいと思います。日本山岳会栃木支部様の御発展をお祈りします。

支部長より総会での議案のご審議よろしく願います。との挨拶があり、第1～6号議案すべて審議・承認され、閉会した。

《平成30年度 ユース栃木 山行報告》

ユース栃木として二事業を実施した。

① 平成30年4月14～15日

谷川岳虹芝寮スプリングミーティング

栃木支部のほか群馬支部、東海支部、首都圏、成蹊踏高会など9名参加。

平成30年度実施支部行事一覧

事業	期日	場所	内容
共益事業 ユース栃木 虹芝寮スプリングミーティング	4月 14～15日	成蹊学園虹芝寮 ・一ノ倉岳	登山と懇親
共益事業 支部通常総会	5月26日	コンセーレ	総会
共益事業 栃木支部報発行		—	支部報発行 (第11号)
公益事業 日光清掃登山 (栃木県山岳・SC連盟との共催)	7月1日	奥日光周辺	奥日光周辺の清掃
公益事業 栃木県「山の日」関連イベント 光徳親子登山教室 (栃木県山岳・SC連盟との共催)	7月 14～15日	学習院光徳小屋 ・白根山周辺	奥日光での キャンプと登山活動
公益事業 安全登山のためのファミリー登山教室 in 那須 (主催：栃木県「山の日」協議会)	8月19日	那須岳周辺	安全な登山の 講義と登山活動
共益事業 加仁湯夏山懇親会	8月 25～26日	奥鬼怒温泉 加仁湯	懇親会
公益事業 那須岳クリーンキャンペーン清掃登山 (栃木県山岳・SC連盟との共催)	9月2日	那須岳周辺	那須岳周辺の清掃
共益事業 秋山山行	11月3日	日光 月山	登山と懇親
公益事業 栃木県「山の日」関連イベント 「山」の講演会 (コンセーレとの共催)	12月2日	コンセーレ	登山の文化や 環境保全の講演会
公益事業 栃木県「山の日」関連イベント ユース栃木「読図とナビゲーション」 勉強会 (特別事業補助金事業)	2019年 1月 19～20日	コンセーレ ・古賀志山周辺	登山に関する 知識と技能の習得
共益事業 冬山山行	2019年 2月2日	見石山 他	登山と懇親
共益事業 四支部合同懇談会 (千葉支部主管)	2019年 2月 16～17日	鴨川内浦 県民の森周辺	四支部(栃木・茨城 ・千葉・群馬) 懇談 会と登山

役員会を4回開催した(6月, 10月, 12月, 3月)。

(ユース栃木山行報告続き)

② 平成31年1月19～20日

読図とナビゲーション勉強会

コンセーレ(座学), 古賀志山(実技)で開催。

栃木・群馬支部や県山岳連盟所属山岳会の他
一般含め72名参加。

《平成30年度 マスターズクラブ 山行報告》

マスターズクラブでは、栃木百名山の山行を継続して行った。

平成30年

5月 丹勢山(1398m) 7名参加

6月 女峰山(八風まで) 5名参加

7月 日光清掃登山(支部行事)

9月 那須クリーンキャンペーン(支部行事)

11月 戦場ヶ原散策 3名参加

12月 アド山(371m) 8名参加

平成31年

1月 寺久保山(357m) 6名参加

3月 鎌倉山(200m) 8名参加

支部・マスターズ・ユース栃木年度計画

2019年度支部行事（案）一覧

事業	期日	場所
共益事業 ユース栃木 虹芝寮スプリングミーティング	4月6～7日	成蹊学園虹芝寮・一ノ倉岳
共益事業 支部通常総会・懇親会	5月19日	コンセーレ
共益事業 栃木支部報発行		—
共益事業 第35回全国支部懇談会（栃木支部主催）	5月25～26日	奥日光周辺
公益事業 「山の日」協議会イベント 活動の紹介パネル展示（広報活動）（主催：栃木県「山の日」協議会）	6月17～28日	栃木県庁15階
公益事業 日光清掃登山（栃木県山岳・スポーツクライミング連盟との共催）	7月7日	奥日光周辺
公益事業 栃木県「山の日」関連イベント（申請） 光徳親子登山教室（栃木県山岳・スポーツクライミング連盟との共催）	7月13～14日	学習院光徳小屋・社山
共益事業 夏山山行・加仁湯夏山懇親会	8月24～25日	奥鬼怒温泉 加仁湯及び周辺
公益事業 那須岳クリーンキャンペーン&清掃登山（栃木県山岳・スポーツクライミング連盟との共催）	9月1日	那須岳周辺
共益事業 秋山山行	10月4～6日	烏海山
公益事業 栃木県「山の日」関連イベント（申請） 「山」の講演会（コンセーレとの共催）	〔未定〕	コンセーレ
公益事業 海外登山の集い（栃木県山岳・スポーツクライミング連盟との共催）	11月～12月	〔未定〕
公益事業 栃木県「山の日」関連イベント（申請） ユース栃木「山岳ファーストエイド&セルフレスキュー」勉強会（特別事業補助金事業予定）	11月23～24日	古賀志山
共益事業 冬山山行	2020年1月〔予定〕	〔未定〕
共益事業 四支部合同懇談会（茨城支部主管）	2020年2月〔予定〕	〔未定〕

《事業委員会》

一昨年まで開催してきた「ヒマラヤの集い」は、栃木県山岳・スポーツクライミング連盟の「海外登山の集い」に共催で参画することにした。事業委員会として下記の5事業を実施する。

- ・光徳親子登山教室（栃木県山岳・スポーツクライミング連盟との共催）：学習院光徳小屋でのキャンプと奥日光周辺の登山
- ・「山」の講演会（コンセーレとの共催）：登山の文化や環境保全の講演会
- ・夏山山行・加仁湯夏山懇親会／秋山山行／冬山山行：登山と支部会員懇親会

《自然保護委員会》

「日光清掃登山」（奥日光周辺の清掃）と「那須クリーンキャンペーン&清掃登山」（那須岳周辺の清掃）を継続実施する。

栃木県「山の日」協議会イベント

■協議会活動の紹介＜パネル展示＞

栃木県庁15（いちご🍓）階

《2019年度 マスターズクラブ 山行計画》

平成31年 4月 古賀志山
令和元年 6月 白笹山
10月 姥が平
11月 三滝
12月 かまど倉
令和2年 1月 大小山
2月 足利天狗山

他、支部公益事業の「日光清掃登山」、「那須クリーンキャンペーン」に参加予定。

《2019年度 ユース栃木 山行計画》

下記の2事業を実施する計画。

- ・虹芝寮スプリングミーティング：栃木支部内外の岳人との交流と登山（4月）
- ・「山岳ファーストエイド&セルフレスキュー」勉強会：登山に関する知識と技能の習得（11月を予定）

他、高校山岳部活動や若き岳人を対象として支部の活性化をはかる活動を推進する。

令和元年 第35回全国支部懇談会 は栃木県奥日光で行います

公益社団法人 日本山岳会
第35回全国支部懇談会
奥日光・光徳
2019年5月25日（土）～26日（日）



中禅寺湖（日光）から見た日光（栃木支部 山岳会撮影）

主催：（公社）日本山岳会 栃木支部

■記念講演：

日光自然博物館

演題：「近代登山とアーネスト・サトウ父子の日光への山旅」

講師：飯野達央 氏

■宿泊：

日光アストリアホテル

■交流登山

- ▶ 切込湖刈込湖ハイキング
- ▶ 英国・イタリア大使館別荘記念公園

虹芝寮スプリングミーティング 2019

昨年、天候不良とブロック雪崩のリスクから登高中止となりましたが、今年は好コンディションのもと一ノ倉岳の山頂に立つことができました。