

山岳ぐんま



一般社団法人 群馬県山岳・スポーツクライミング連盟

発行人：吉田直人 / 編集人：根井康雄

〒 371-0123 前橋市高花台 1-6-5 tel 090-8842-2158

E-mail : info@gunmaken-sangakurenmei.net



top News

チャレンジキッズ 角田山登山

ジュニア委員会 阿部悦子

3 月 29 日、チャレンジキッズプロジェクトで新潟県の新潟市西蒲区にある標高 481.7 m の角田山へ。角田山は弥彦山から北に続く日本海に面した弥彦山地北端に位置し、標高こそ 500 m 足らずだが、海拔 0 メートルから登るなかなか厳しい山。そして花の名山でもある。

群馬では体験することのできないまさに海と花の絶景の中を登る登山コースに身体障がい児 1 人を含む年長から中学 3 年生までの 16 人が参加した（保護者 14 人も同行）。障がいがある子どもの受け入れはチャレンジキッズでは初めてのことだった。

「新潟 角田山登山」 活動記録

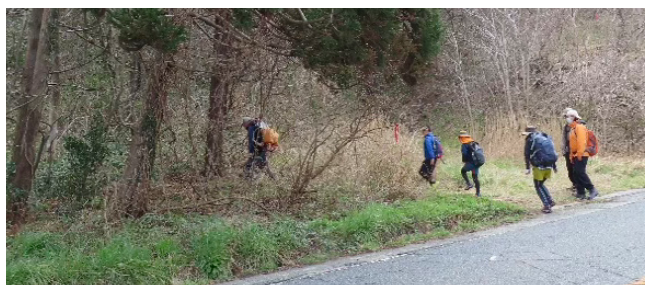
2025 年 3 月 29 日

記録：阿部悦子

時間	活動内容	時間	活動内容
5:30	受付 スタッフ・参加者の荷物の積み込み	12:05	5 班到着 到着した班から観音堂で昼食 海を眺めたり遠くの山を眺め山名を教えて もらうなど地域の山との違いも感じながら 過ごす
5:55	中央バス前橋バスセンター発 車中で睡眠をとる 谷川岳 PA で休憩 配布資料に沿って自然解説 配布資料を見ながら地図の役割や見方、 地図記号の説明やコンパスの使い方 越後川口 SA で休憩 到着後の行動予定を説明	13:00	観音堂 出発 日が当たると花が開くので朝よりもよく開 いている様子を観察する（特にカタクリ） 花の名前の由来等興味をもって考えたり 説明を聞いたりして興味をもった様子 狭い休憩場所では特に足元の植物を踏まぬ ようにする理由を考えた後説明を聞く 雨の後で特に滑りやすい急斜面はゆっくり 慎重に下るよう注意を促す 年齢が大きい子どもたちは特に花の素晴ら しさを感じられた様子で親子で感動し合う 姿も見られた
9:25	角田浜 到着 ※スタッフ協議の結果桜尾根往復に変更	15:00	角田浜 到着 帰りの準備 15:25 出発 睡眠休憩 車窓から見える山の紹介 車内で閉会式
9:40	トイレを済ませ班ごとに出発 海面に触れて海拔 0 m から歩き始める オオミスミソウ群生地で観察 イノシシの掘った穴や盗掘らしき穴を見て 原因を考えさせてから説明 班で一緒にならぬよう調整して休憩 （エネルギー補給や水分補給の大切さを考える） 資料に掲載されている花をみんなで見つけ 資料で確認したりスタッフの説明を聞いた りしながら歩く（資料掲載の花ほとんど有り）	18:50	中央バス前橋バスセンター到着
11:50	1 班を先頭に順次山頂に到着 記念撮影	19:00	荷物を受け取り解散



海面に触れてから出発します



車道から登山口へ



株式会社エーアールアイ
東京都練馬区上石神井 3-18-1
TEL 03-5991-4638



急登を登る子どもたち



オオミスミソウの観察と解説



時々海を眺めながら歩きます



大勢の登山者がここで休憩しています



角田山山頂



下山方向をコンパスで確認してみる



角田山山頂を後に下山開始



休憩した場所には大きな木、早速木登り



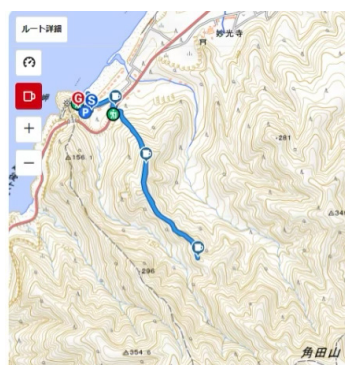
はじめに登った子に触発されて挑戦する子が次々に！

3月29日（土）

角田山登山 立花さんの様子

記録：佐藤緑

駐車場発（9:40）- 登山口（9:50）- 180 m（10:40）- 昼食 230 m（11:20 ~ 11:50）下山開始 - 登山口（13:20）- 駐車場着（13:30）他の参加者が戻るまでバス内等で待つ



スタートは海から、歩き始めました。登山口からは、班とは別に雫葉さんのペースで登りました。オオミスミソウやカタクリなどの花が現れると自分のカメラで写真を撮っていました。

登りが続くので、時々立って休みながら、急なところはお父さんが後ろからサポートして登りました。急登が終わったところで、5班のメンバーと一緒に記念撮影をしました。そこから少し下りになりましたが、ぬかっていて滑りやすく、お父さんが前から抱き上げておろすなどして、滑らないように気を付けながら下りました。



笹が茂っていて休憩できるところがなかなか見つからず、その分、考えていたところよりも遠くまで登りました。そこで昼食をとり、下山しました。時々休みながら、お父さんが後ろや前からサポートして、下りました。すれ違ったり追い抜かれたりするときは、狭い登山道でしたが、スペースを見つけてよけていました。海が見え、駐車場が見え、もう少し声をかけながら下り、バスに到着するまでよく頑張り歩きました。





ナムチェ・バザール俯瞰（2024年12月）

本隊の皆は強かった？ゴーキョ・ピークへは強行軍。口をそろえて「つらかった」と本音を吐いた。エベレストを見るには朝や昼間では光線の関係でもうひとつ。素晴らしい夕景を見るために、とのアン・ドルジェの決断？（策略？）でマツェルモから一気に登らされる。断念直前、息も絶え絶えで絶景を堪能した彼らはレンジョ・パス越えを取りやめ、往路を戻り、22日にKTM帰着。矢野はSPO2数値が6～70台？とかで順応不十分のままの毎日。本当につらかったらしい。本心を言えば、

私がいることで私の介助役を果たしている風にしてられるうちは良かったが、私の戦線離脱でしんがりを一人で引き受けざるを得なくなった？矢野の勤務地はカタールやインドネシアで海拔は低い。運動はゴルフくらいで運動不足も甚だしい。87～88年の冬のアンナプルナ登山以来、卒業、就職でヒマラヤからは全く離れていた身。

アン・ドルジェ・シェルパ。72年の群馬岳連のダウラギリ4峰隊のサーダー、ラクパ・テンジンの兄でキッチン・ボーイとして参加

したアン・ソナ・シェルパの長男。1991～2年のサガルマータ冬期南西壁隊のメールランナーとして群馬の隊に初めて参加した。

私は12月18日ルクラからカトマンズへ戻り、19日に故ランジャン・バッタチャリアさんの家を探しに行く。今夏末に君代夫人が亡くなったと聞いたからであった。変わりようの激しい、ネパール。特にカトマンズは激しい。数年間行かなかったら路地へ入る道が分からない。1971年から2024年まで、54年間で52回、コンスタントにネパールを訪れ、



カトマンズの街のど真ん中にある「アンナプルナ寺院」
豊作の神様



ネパールでも川や湖で獲った魚をカレー料理などで食べる（パドガオン市）



タメル地区が発展するきっかけとなるウツェ・レストラン（1971年当時）



現在のウツェ・ホテルとレストラン



ランジャンさんの長女礼香（左奥）とその娘のマヤとカンチャ・シェルバ君（右）。ラーメン店「北海道」にて。少し高いがうまい

長い時は10か月半もODAの仕事で滞り、ランジャン邸の隣のホテルに住んでいた私でも「浦島太郎か！」と思わされるくらいである。

空から見るとカトマンズ盆地が建物で埋め尽くされている。70年代初頭の空港の周りは田圃だけ。リングロードが80年代初めに完成して混雑が緩和されるか？との夢想も、夢のまた夢の混雑ぶり。総人口2700～800万人のうち、300万人が盆地に集中？

20日にやっと探し当て、ラン氏夫妻の長女・礼香母娘と再会。手放したホテル跡地には20階を超すマンションの建設中。ラン氏も山田昇達の遭難の数か月後に逝った。線香をあげ、思い出話。ラン氏がヒマラヤ登山手配業をやめた直接の理由を礼香も知っていた。この日、12月20日は群馬岳連による36年前のアンナプルナ南壁冬期初登攀の日であったが斎藤アンペイと小林俊之の命日でもあった。ラン氏は「ヤギ、俺は

これ以上アンペイなど親しい山屋の死を見たくない。今後の登山の手配はよその会社に頼め」と2人の葬儀の後で言った。思い出し、礼香と2人で涙を拭いた。翌日は長男ロビンも呼び出してタメルでかつ丼、天丼を食べた。

12月20日は31年前にやはり我が群馬岳連のサガルマータ冬期南西壁隊の田辺治と江塚進介が2次隊で登頂している。その2日前の18日に名塚秀二と後藤文明が世界初の南西壁冬期初登攀に成功し、22日には尾形好雄と星野龍史がダメ押し登頂を果たした。佐藤光由は冬の乾燥した冷気で喉をやられ、連続する強烈な咳き込みは肋骨を折り、登頂を諦めざるを得なかった。冬の8000mのヒマラヤは冷酷です。それを目指した我々にとって、12月は忘れられない月だ。

物価高はネパール経済発展の証しか？我々がネパールへ通い始めた1971年、72年の当時は1ドルが

360円。銀行での交換レートは1ドルが10ルピー。つまり1ルピーが36円であった。自由市場交換レート、早い話が「闇ドル交換レート」はドル札が50ドル、100ドルの高額紙幣であれば1ドルが16～17ルピーになった。360円が10ルピーでなく、17ルピーになれば、1ルピー36円が、21円ほどで交換できた。闇に走った。

カトマンズの街中で飲むミルクティーは1ルピーの10分の1、「10パイサ＝2円」で飲めた。ポカラの飛行場前の掘っ立て小屋のようなホテルからキャラバンを始めて、その日のキャンプ地ヤンザで飲んだミルクティーはエク・スカ（シュカ。4分の1ルピー＝25パイサ＝5円ほど）であった。為替レートが変わったので単純比較は問題だが、今回のエベレスト街道は下部で1杯100ルピー程度。ゴーキョー辺りまで行くと150ルピーまでに上がる。現在は1ルピーが1.2円換算程度か？時は移ろう。

「雪崩埋没者の見つけ方講習会」に参加して

遭難対策委員会 松木 崇

今回、群馬県山岳・スポーツクライミング連盟遭難対策委員会による、一般初心者向けの「雪崩埋没者の見つけ方講習会」に参加しました。雪崩の危険性を理解し、適切な搜索と埋没者の掘りおこし対処法を学ぶことを目的とした講習会です。

講習は朝の8時30分から始まり、お昼休憩を挟んで15時まで行われました。講習の内容は、埋没者を見つけて掘り起こすための実技体験と緊急時の対応力を高めるため、ビーコンとプローブを使用した具体的な埋没者

の搜索手順を学びながら、実際の雪崩現場を想定した演習を行いました。

講習を通じて、雪崩の危険性や対処法についての理解が深まりました。実際に体験することで、緊急時の対応力が向上し、自信を持って行動できるようになりました。

今回の雪崩講習会を通じて、多くの貴重な知識と技術を学ぶことができたので、この経験を活かし、さらなる知識の向上と実技の習得を目指していきたいと思っています。(3月8日)



トレッキングや登山の国内・海外旅行保険はもちろん、自動車保険、火災保険、傷害保険、生命保険などを取り扱っております。メールや電話、Zoom 等でもご契約頂けるので、千葉県船橋市の保険代理店ではございますが、ご用命頂けると幸いです。

東京海上日動火災保険(株)、東京海上日動あんしん生命保険(株)代理店

(株) And-Arc

〒273-0012 千葉県船橋市浜町 2-1-1 ららぽーと三井ビルディング 7F

TEL:047-489-1661/FAX:047-489-1667

2024 年度登山教室スノーシュー講習 実施報告

指導委員会 対比地 昇

令和 6 年度の登山教室最後の行事であるスノーシュー講習が令和 7 年 2 月 22 日(土)、玉原湿原周辺にて実施され、無事に終了した。8,9 月に行われた登山教室参加者から希望者を募り 7 人の申込みがあったが、直前に仕事や体調不良などにより 4 名のキャンセルがあり、当日の参加は 3 人となった。

講師は班長：細野、副班長：山越、対比地の 3 人が担った。

天 気：曇りのち雪、風：なし、気温：平年以下で低い、積雪：2m 以上で多い、新雪も約 20cm あり。

❶ 8:00 ～ 8:30

沼田 IC 近くの萬屋建設駐車場に集合。開会式、レンタルスノーシュー配布、調整。

今回は開催日直前に冬型の天気が続き、集合場所までの道路状況を心配して電車を利用する参加者もいた。講師が沼田駅まで迎えに行くなどの対応をした。今年度は寒波の張り出しも強く積雪量も多く、雪山初心者に不安を与える要因となった。

❷ 8:30 ～ 9:00

たんばらスキーパーク P に移動。

講師の自家用車 2 台に分乗し、たんばらスキーパーク P まで移動。その場で服装、装備の準備・確認。

❸ 9:20

登山開始。

駐車場西の圧雪車庫脇から入山。積雪量、新雪も多く、つば足だと 50cm 位沈み込み、歩行困難となった。直ぐにスノーシューを装着することとなったが、雪の上で足場も不安定なこともあり 30 分位かかった。地形図とコンパスを利用してブナ平北東の 1323m ピークを目指し、スノーシュー歩行を開始。スノーシューを履いても 20 ～ 30cm 位は沈み込んだ。



さまざまな講習をしながら

4 12:00 ~ 12:55

1323m ピーク手前の 1310m 地点にて昼食休憩。

途中、沢地形 2 カ所を確認し、地形やコンパスワーク、雪山での注意事項等を確認しながら歩いた。新雪も多くあり先頭を交代しながら歩いたが、だいぶ時間のかかる登山となった。12:00 になったところで昼食休憩。雪も降ってきて気温も低くなってきたので、ツェルト利用の講習をしながら休憩を取った。

5 13:10

1323m ピーク着

この辺は地形図に補助曲線が使われるほど平坦であり、地形が読みにくいという特徴がある。進行方向がコンパスの指す方向からずれていくこともあり、読図も難しい。スマホの GPS 機能を頼ってしまうこともやむを得ない面がある。ただ、今回は気温が低く、スマホを外気温にさらすと直ぐにバッテリー切れの表示が出てしまった。肌に近いところに戻すと回復するのだが、スマホの弱点を参加者に示すいい機会になった。

6 13:20 ~ 15:05

ブナ平から夏道を利用して下山。

やはり、ブナ平は平坦で地形が読みにくく、夏道から少しずつずれていってしまった。ところどころで GPS を使って現在地を確認しながらの下山となったが、バッテリーが切れてしまうということもありしっかり確認できず、登山口からだいぶ外れたところで道路には出てしまった。

7 15:15

センターハウス着。記念撮影。

センターハウス屋根の上にはずっしりと重そうな雪が 2m 以上積もり、その前の東屋はすっぽりと屋根まで雪に覆われていた。例年になく積雪の多い年であったが、みなさんいい表情で写真に収まっていた。

8 15:30

駐車場着。装備を整理して萬屋建設まで移動。

9 16:30

萬屋建設 P にて閉会式

細野班長の講評で締めくくっていただき、閉会となった。



今年の大雪を物語るセンターハウスの雪



深雪の中をスノーシューで進む

【参加者からの感想】

先日の登山教室では大変お世話になりました。とても勉強になり、よい経験をさせていただきました。

登山教室に参加することがなければ、地図読みをすることもできなかったですし、雪の上で転んだら起き上がるのも大変、ということもわからなかったと思います。

地形を意識する大切なことを教えていただき、また、休憩する際にツェルトということも知らなかったです。登山教室を通して、たくさんのことを学ばせていただきました。今後の登山に活かしたいと思います。本当にありがとうございました。

群馬県スポーツ功労者賞を頂いて 『自然から学び心豊かに』

吉田文江

佐 藤理事長より「年の順なので」との事で、理事会で推薦いただき、受賞することができました。ありがとうございました。

22歳で桐生山岳会に入会し、富士山での滑落や高所登山での凍傷や雪崩にあっても、生命が助かり諦めずに現在69歳まで夫を始め桐生山岳会や群馬県海外登山メンバー、女子登攀クラブメンバーとの繋がりで山登りを楽しく継続しています。

自分の好きな事をやり続けると必ずご褒美が来ることを自ら経験をしてきました。1月に富士山滑落後、内蔵破裂してもその年の10月の群馬国体の選手になり、高所登山で右手の中指が短くなってから1回目のサガルマータ遠征で夫と出会いました。自分にとっての最悪でも、諦めずに自分のやりたい事を実行して行けば、必ずサポートしてもらえる人に出会い身体は再生していきます。

これから何があるか解らない時代、自然から学ぶ事が、最大に心が豊かになると思います。70歳代に突入しても行ける山に行き心豊かに過ごして行きたいと思います。



アルファ化米

乾燥米飯

のぞみちゃん

nozomi foods Co., Ltd.
あなたの安心を支えるWel-heart
<https://www.nozomi-f.jp>

WEB

Facebook

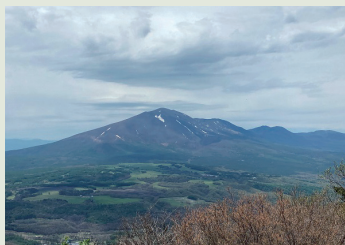
群馬の山

17

浅間隠山

二度上峠から山頂往復コース

日本二百名山、ぐんま百名山に選定されている浅間隠山(矢筈山)は、浅間山東方にある円錐形の美しい山で、山頂部は矢筈山の別名の通り、2つの峰に分かれている。このコースでは、1時間半から2時間程度で眺望の素晴らしい山頂に達することができる。登山道も特に危険な箇所はなく、年配者や子どもも含め、多くの登山者を集めている。北東山麓には鳩の湯・薬師温泉の浅間隠温泉郷がある。西を望むと広大な高原の向こうに浅間山がそびえ、遠く四阿山、草津白根山方面も望める。浅間隠山の名前は、中之条町や東吾妻町方面など、この山の東側からは、浅間山が隠れて見えないことから付けられたとされて



浅間隠山頂から望む浅間山

いる。また、山容が矢の尾部のV字形に似ていることから矢筈山、あるいはこの山のある地名から川浦富士とも呼ばれる。登山口の県道54号二度上峠付近に駐車スペースがある。

コースタイム(合計2時間50分)

二度上コース登山口⇒<0:30>尾根⇒<1:10>浅間隠山

浅間隠山⇒<0:50>尾根⇒<0:20>二度上峠登山口

「群馬の山歩きベストガイド 安心して歩ける126コース」

群馬の山歩き ベストガイド

安心して歩ける126コース



定価 1400円 + 税
ISBN978-4-86352-249-7

群馬県山岳連盟と日本山岳会群馬支部、群馬県勤労者山岳連盟による群馬県山岳団体連絡協議会の編集で、上毛新聞社から発売中。お求めは岳連総務委員会へ。県内外の書店でも好評販売中。

後編 記集

4月のはじめ、桐生市自然観察の森から登り、吾妻山を経て反対側の吾妻公園に下った。吾妻山南東面の急な道は岩の露出が進んでいる。下山時、山火事予防の啓発チラシを配っていた消防の方に聞いたところ、けが人の救助のための出勤もあるという。老若男女に親しまれている吾妻山。県内にはほかにも近郊にあって賑わっている山も多い。登山道について、われわれが出来ること、すべきことを考えてみたいと思った。



(有) 山とスキーの店 石井

DreamBOX

伊勢崎市宮子町 3448-2

TEL 0270-21-8025 FAX 0270-21-8026