

## 今年の夏の冒険学校は、京都市立花脊山の家で開催！

例年、坊村で実施していた夏の冒険学校、今年は京都・鞍馬のさらに裏山、花脊山の家で、8月23日～24日の土日に開催します。キャンプファイヤや川遊びなどを楽しみましょう。

恒例の「ワラジ作り」も行います。今年は両足そろえて作って欲しいなあという思いで、6月8日に、スタッフ4人でワラジ作り研修会を実施しました。

さあその出来映えは、いかがでしょうか？



わら縄は少し扱いにくいので、やはり「ビニールひも」がおすすめです。

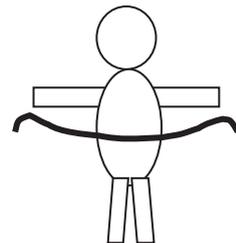
ワラジ（上の写真でヒモが出ているモノ）とゾウリ（ヒモが出ていないモノ）は、作り方は途中まで同じです。ただヒモの長さが違います。

ゾウリは1ヒロ（両手いっぱいの長さ）

ワラジは2ヒロ（両手いっぱいの長さの倍）です。

ワラジのヒモが長い理由は、完成後にヒモを足の甲あたりを通して固定するのに使うからです。

ゾウリは鼻緒を後付けするので、長さが短いです。



長いヒモを両足の親指に引っかけてからワラジを編みますので、5本指靴下があれば便利です。そして、大昔の人のようにワラジでみんなと外を歩きたいと思います。

子供達の笑顔を楽しみにしています。応募お待ちしております。

## 5月18-21日 八尾山の会有志山行九重連山 参加者9名

1日目：9：15 牧ノ戸峠→9：53 沓掛山→11：15 星生山→12：37 久住山→13：17 久住山 避難小屋（昼食）→14：36 北千里浜→15：39 法華院温泉

2日目：オプション早朝山行 5：00 法華院温泉→5：57 立中山→6：48 法華院温泉 8：00 法華院温泉→8：13 坊がつる→9：28 雨ヶ池超→自然観察路分岐→11：37 長者原

5月18日夕方フェリーにて九州に向かう。目覚めたら大分港着。予約していたジャンボタクシーに乗り込み牧ノ戸峠へ。いきなりの舗装された急斜面に息が上がる、沓掛山辺りから岩場続き、今回期待していたミヤマキリシマはマダマダ蕾状態で所々しか咲いてないのが残念。途中ふと上を見るとゴリラが座ってるような岩を発見（見かたに依っては色々見えるみたい）山頂までの登りもごつごつした岩場が続き足元に気を付けながら進んで行った。山頂はガスで真っ白で風もキツく寒いので記念写真のみで早々に下山して避難小屋で昼食とする。法華院温泉への下りは前半とは又違った景色を堪能することができた。



2日目有志何人かは朝5時から立中山（ミヤマキリシマが満開だったと後から聞いた）に2時間の登山、残った3人も遅れて追っかけたが下山してきたメンバーが早すぎて分岐手前で合流し一緒に下山して小屋に残ってた人全員で朝食。法華院温泉を出て坊がつるへ。



三俣山、平治山、大船山に囲まれた広大な盆地であるその場所で女子会の皆で♪坊がつる賛歌♪を大合唱した。私の若い頃は山に行くと必ず山の歌を色々歌って楽しんだが今のメンバーは殆ど知らなくて、ちょっぴり淋しい、、、。雨ヶ池、タデ湿原とも水は全然なかった。長者原への下山は新緑の綺麗な時折木漏れ日の歩きやすい道だった。今回は九重“夢大橋”柴石温泉など観光も出来、雄大な山岳に魅了され良かったが、心残りは山一面真っ赤に染めたミヤマキリシマも堪能したかった。

報告：笠井ふみ子

# 注意喚起 配布資料

20250621 20240920

やぐらでの物損事故が相次いでいます。以下のご注意を。

(1) 重りを鉄筋の末端から必ずよけること

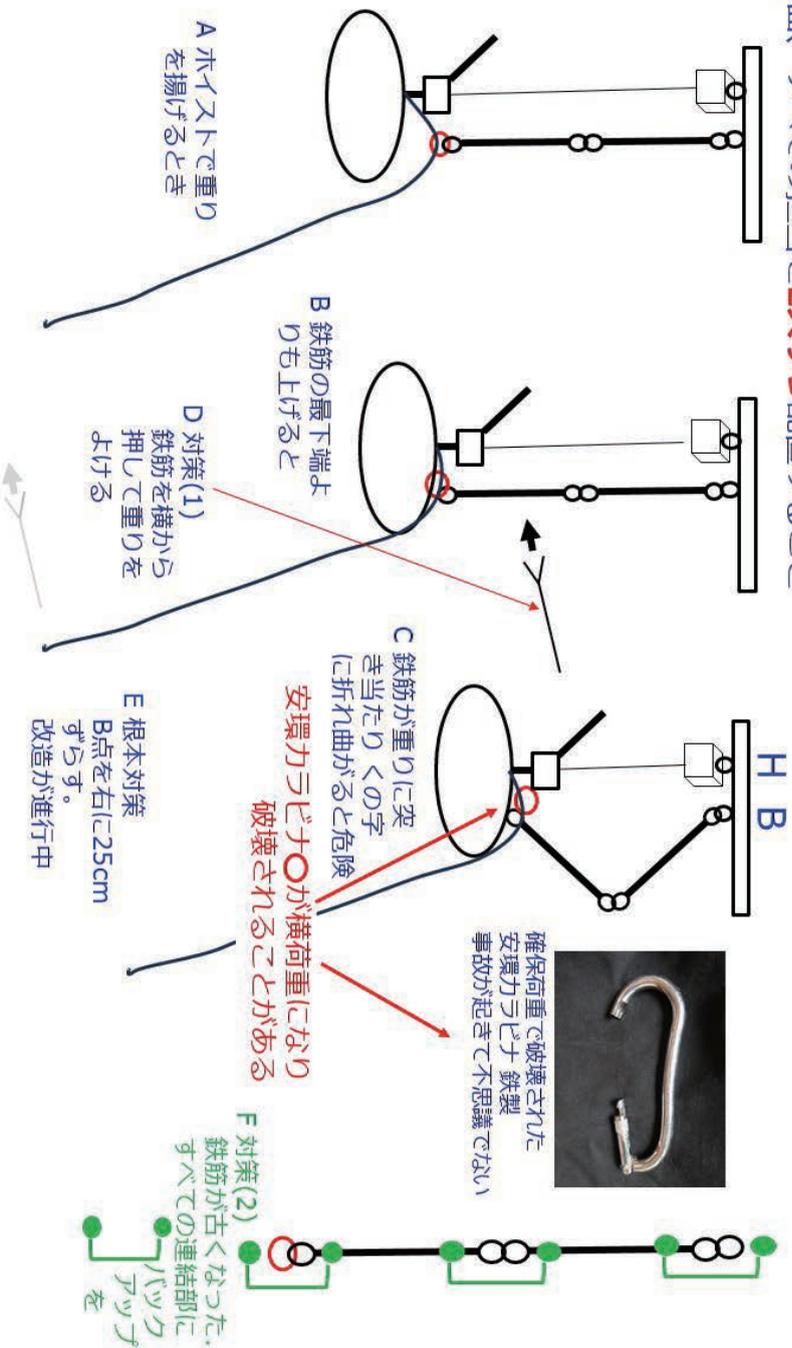
(2) 連結部を1バツクアツプすること

20250525物損事故が発生：スリシート設置用の横バーにクライムアツプ支点をセット+加重した

→ やぐらは遊具並みの安全を旨として設計されてはいません (3)規定を熟読すること

・過去にも統括責任者が見ていない担当箇所でもコーチが事故を起こしました→

(4) 当面、すべての担当を**2人ずつ**配置すること



## 2025 組織部「支援の輪」 第2回目ご案内

能登半島地震災害支援活動 **珠洲市**

大阪労山 組織部 下窪義文

(趣旨) 大阪労山組織部では各会誰もが参加できる役立つ講習の場や話し合いの場を設けることで、交流の輪となり、深め合うことで労山全体の活性化につながることを目的としています。その一つとして「支援の輪」で活動します。労山会員なら誰でも参加できます。

第1回目は輪島市災害支援活動に7名の方が参加されました。

1. 団体名 **大阪労山能登半島地震災害支援ボランティア活動団体**
2. 支援先 珠洲市災害ボランティアセンター
3. 活動日 2025年**8月30日**(土) 9:00～16:00
4. 参加規模 10人以上の団体(登録は8月に入ってからからの登録になります。)
5. 交通 大阪から石川県珠洲市まで車を利用します。高速道路無料通行証利用
6. 災害ボランティア保険は組織部でまとめて加入します。
7. 行程 8/29(金) 大阪発 21時ごろ～石川県珠洲市  
8/30(土) 9:00 石川県珠洲市  
↓ 支援活動内容は現地センターからの指示あり。  
16:00 活動終了 周辺キャンプ地  
8/31(日) キャンプ地 ～ 行動未定 ～ 18:00 大阪帰阪予定
8. 参加申し込み 下記申込欄に記入のうえ 下窪 宛てに申込下さい。

氏名 男・女 才車運転の可否	所属クラブ名 携帯	生年月日 血液 保険口	住所 アドレス 緊急連絡先
才 車運転 可・否	tel 車所有	年月日 血液型 口	住所: _____ アドレス: _____ 緊急連絡先: Tel _____

9. 申込先 大阪労山 組織部 下窪義文(つりばし) 090-6054-9007  
〒658-0032 神戸市東灘区向洋町中1-4-125-606

アドレス [ooyama3783iko38@yahoo.co.jp](mailto:ooyama3783iko38@yahoo.co.jp)

10. 申込締切 **7月30日** までにお申し込み下さい。
11. 参加者会議 活動日1週間前に参加者会議を行います。メールで連絡します。
12. 次回の「支援の輪」の予定です。  
第3回 9月27日(土) 支援先:石川県庁 災害ボランティアセンター(予定)  
定員 : 4～10名
13. その他 高速道路無料通行証は9月30日で終了となります。

# 2025 百名山の輪 交流山行 ご案内

第2回目 石川県 白山 高山植物ツアー 大阪労山組織部 下窪義文

大阪労山組織部では各会誰もが参加できる役立つ講習の場や話合いの場を設けることで、交流の輪となり、深め合うことで労山全体の活性化につながることを目的とします。その一つとして「百名山の輪」を企画します。労山会員ならだれでも参加できます。第1回目大分久住連山は9名の方が参加されました。

1. 山域 百名山 石川県 白山2702m 山中1泊
2. 定員 5～10名
3. 行程表

日程	2025年7月11日(金・夜)～13日(日・夜)
山域	百名山 石川県 白山2702m
山行形態	テント泊・縦走
交通	車
行程(案)	7/11(金・夜) 大阪発 7/12(土) 市ノ瀬駐車場⇄シャトルバス⇄別当出合1260m<砂防新道> 南竜キャンプ場⇄室堂⇄御前峰2702m(往復)～南竜テント泊 7/13(日) 南竜キャンプ場～御舎利山～別山～御舎利山～チプリ尾根～ 別山市ノ瀬新道～市ノ瀬駐車場＝北陸道＝名神＝大阪 ※2日目の行動は参加者会議で決定します。 参加者の体調や天候などにより引き返すこともあります。

4. 参加申込は、下記申込欄に記入の上 下窪 アドレス あて返信して下さい。

申込 氏名 男・女 才車運転の可否	所属クラブ名 携帯	生年月日 血液 保険口	住所 アドレス 緊急連絡先
_____	_____	年月日 血液型 口	住所: _____ アドレス: _____ 緊急連絡先: Tel _____
才 車運転 有・否	車所有 有・無		

5. 申込先 大阪労山 組織部 下窪義文(つりばし) 090-6054-9007  
 〒658-0032 神戸市東灘区向洋町中1-4-125-606  
 アドレス [oooyama3783iko38@yahoo.co.jp](mailto:oooyama3783iko38@yahoo.co.jp)

6. 申込期限 6月30日 までにお申し込み下さい。
7. 参加者会議は山行の1週間前に行います。メールにてご連絡いたします。
8. 次回の「百名山の輪」 予定です。

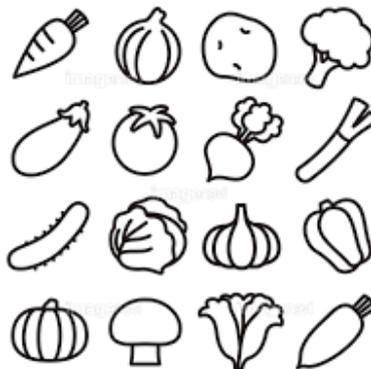
第3回 10月10(金・夜)～13(月・夜) 百名山 谷川岳 1977m 定員5～10名

# 干し野菜を使った料理教室のご案内

主催：女性委員会

ダイエットに向けて簡単・美味しい・軽い

「豚汁」作りを楽しみませんか？



日時： 2025年 9月6日（土）午前10：00～

場所： 大阪府勤労者山岳連盟事務所  
大阪市福島区吉野3-2-35  
一般社団法人大阪宣伝センター機関紙会館内  
TEL06-6467-8544 FAX06-6467-8546

交通： JR環状線 「野田駅」下車 徒歩 4分  
地下鉄千日前線 「玉川駅」下車4番出口 徒歩5分

定員： 先着10名（労山会員のみ）

持ち物： 食器 箸 お茶 筆記用具

参加費： 未定（参加人数により材料費分担します。）

申込み： 笠井 kfumi.1951@gmail.com

申込期限 2025年 8月17日（日）定員になり次第締め切り

# こどもの冒険学校参加者募集

National Institution For Youth Education  
独立行政法人 国立青少年教育振興機構  
「子どもゆめ基金助成活動」

夏休みには ぜひ自然の中で、めったできない体験にチャレンジしてみませんか。

緑豊かな京都・鞍馬の裏山 花脊の村で、川遊び、わらじ作りなどの野外生活をしましょう。



写真は、過去の一例です

スケジュール	
8月23日	土曜日
9:50	出町柳駅に集合
13:00	川遊びとハイキング
15:00	ワラジ作りと入浴・夕食
19:30	キャンプファイヤ
22:00	就寝
8月24日	日曜日
6:30	起床
7:00	森の中の探検・朝食
10:00	野外炊飯
13:30	フィールドアスレチック
15:00	現地解散

【日 程】2025年8月23日(土)～24日(日) 1泊2日

【場 所】京都市立 花脊山の家

【費 用】幼児1人3,590円 小・中学生1人4,800円 大人1人4,960円

宿泊+食事+参加費の合計です。初日の昼食、現地までの交通費は含みません  
(65歳以上、京都市の小中学生は 750円割引します)

京阪・出町柳駅から花脊山の家間の往復バスをチャーターします。

ご利用者は、別途、往復利用料の分担必要、1,600円(大人) 800円(子ども) 園児は無料

## 【募集対象・人数】

- ① 年長以上、小学生と中学生を対象としています。②保護者と子どもでの参加を基本とします
- ③ 定員 子ども24人 大人15人 定員になり締め切ります。(8月12日(火)締め切り)  
(弟さん、妹さんなど については、お問い合わせください)

【活動内容】 キャンプファイヤ、川遊び、わらじ作り、ハイキング、食事も自分たちで作ろう！

【2025年こどもの冒険学校 参加申込書】

参加者氏名	ふりがな	生年月日	血液型	交通手段
		年 月 日	A, B, O, AB, 不明	自家用車、
		年 月 日	A, B, O, AB, 不明	出町柳駅 から 往復バス
		年 月 日	A, B, O, AB, 不明	
		年 月 日	A, B, O, AB, 不明	
住所	〒			
電話			Email	
緊急連絡先			アレルギー	あり なし

## 【申し込み・問い合わせ先】



フォーム



メール

子供の冒険学校 担当 大見則親

PDC00616@nifty.com TEL 075-712-6901 (21時まで)

◇この活動では、団体広報や子どもゆめ基金への報告のために写真撮影を行います。  
撮影した写真や映像等は、広報用にHPやSNS、刊行物等に掲載することがあります。  
なお、子どもゆめ基金へ報告用に提出した個人情報(写真)は、「(独)国立青少年教育振興機構が保有する個人情報の適切な管理に関する規程」に基づき、子どもゆめ基金助成業務以外の目的には使用されません。

【主催 団体】 大阪府勤労者山岳連盟

〒553-0006 大阪市福島区吉野3-2-35 一般社団法人 大阪宣伝センター機関紙会館内

TEL 06-6467-8544

ホームページ ; <http://bokengakko.aikotoba.jp> →

【指導者名】 大見則親 (自然体験活動 NEAL リーダ)



## 5月理事会

2025年5月22日（木）19:00～

開始前に故 浜田光國氏を偲び黙祷を行った。

### 事務局（大見）

(1) 「全国救助技術交流集会の件」対応について近畿ブロック代表者会議で話し合う。

・2025年7月5日（土）～6日（日） 神戸市立神戸セミナーハウス・講堂

・5日 全国連盟遭対部 基調報告

6日 搬送技術（ザイル担架の作り方他）

・近畿ブロック各県連がスタッフとして支援。

・実施要項と申込用紙は、以下のページから。

<https://okurin.bitpark.co.jp/d.php?u=c795dhpXfmrTmW6>

(2) 全国登山研究集会 11月15日（土）午後～16日（日）午前

場所： 新大阪ユースホステル

基調講演： これからの労山（仮題） 講演者 川嶋理事長

登山寿命の延長（仮題） 講演者 石川副理事長

具体的な課題（分科会で検討する）

①筋力トレーニングによる転倒事故防止と登山寿命の延長について。

②市民が求める多様な登山要求への組織体制と教育システムについて。

③閲覧頻度が高い魅力的なホームページについて（SNS活用・更新頻度・内容）。

④自然保護活動の推進について（大規模開発の問題点）

→①～④以外に、大阪らしくみんなが面白がりながら集まって実施している、

独自の活動成果の報告等を盛り込み、アピールしていく場を設けたい。

一例として、障登PTの取り組み、セミナーからステップアップして学び仲間が増えていく山の学校のシステム、今年度組織部の取り組みなど。

ご協力をお願いします。

(3) その他の全国行事情報

・全国ハイキングリーダー学校 6月7～8日 八ヶ岳

・自然保護集会 9月

・若手クライミング集会 10月

## 組織部（下窪）

- (1) 話し合いの輪：9/4 連盟事務所、組織担当者会議
  - (2) つながりの輪：11/2～3 能勢キャンプ場 豊中市立青少年の家 わっぱる  
長期にわたり組織部に尽力下さっていた故 浜田氏を偲ぶ場も設ける予定。  
一日目 セルフレスキュー講習 分科会 登山情報報告会 海外・国内山  
行報告会  
二日目 ピザ作り体験会 交流ハイキング 剣尾山
  - (3) 百名山の輪：今年度3回予定。  
6/6～9 百名山 九州九重連山 ミヤマキリシマツアー 8名で実施  
2回目、7/11～14 百名山 白山 3回目、10/10～13 百名山 谷川岳
  - (4) 組織部「支援の輪」：6/21(土) 輪島市災害たすけあいセンター  
大阪労山能登半島地震災害支援ボランティア活動団体として4～10人の  
枠で車利用予定。  
交通費・飲食等は自己負担。災害ボランティア保険はまとめて加入。  
申込書に記入して 5月30日までに下窪宛 [ooyama3783iko38@yahoo.co.jp](mailto:ooyama3783iko38@yahoo.co.jp)  
送信。
- ・今後の「支援の輪」の予定
- 第2回 8月30日(土) 支援先：石川県珠洲市 災害ボランティアセンター  
第3回 9月27日(土) 支援先：石川県庁 災害ボランティアセンター  
どちらも定員4～10名

## 自然保護委員会（澤村）

- (1) 環境省・いきものログ投稿：今期・1件 累計・85件 全投稿数・188件  
4/18、大阪スキーHC 雷鳥沢でライチョウを目撃、激写に成功。  
5/2、雑木山の会 佐藤さん 八方尾根、丸山ケルン直下でライチョウを目撃。
- (2) 倒木対策 2件 (9件)  
4/29、泉州労山の比良・釈迦岳ハイイクで頭突きしそうな倒木の枝をノコギリ  
処理。泉州労山ホームページ「泉州労山へようこそ」のブログ参照。
- (3) 友が島ごみ調査および戦跡巡り 主催：近畿ブロック自然保護委員会  
5月16日(金) 荒天のため中止。
- (4) たんぼ調査 3月1日～5月31日 データが少ない自治体がある。  
協力を。澤村：ハイイク5回で10株採取、これも「市民科学」。

- (5) クリーンハイク準備で何かあれば連絡下さい。
- (6) 今期総会議案に記載していた定点写真観察活動(山岳自然の異常現象とかゴミ問題など)について、日本山岳会も同様の活動を開始し独自のシステムに写真などの投稿可能となったので山岳写真データベースに参加協力する。

### 女性委員会 (榎本)

- ・5月2日(金)例会。
- ・6/14日(土)夏山に向けての干し野菜を使った料理教室。  
試作、試食会を行った。おいしくできたので、是非参加を。

### 子どもの冒険学校 (大見)

- ・5月18日 クライミング体験会 雨天中止  
<https://bokengakko.aikotoba.jp/2025climbingMay.pdf>  
秋にも予定している。会場の比良元気村はクライミングウォールだけでなく、裏にこどもが楽しめる公園がある。
- ・6月8日 午後 ワラジ講習会 連盟事務所  
<https://bokengakko.aikotoba.jp/waraji20250608.pdf>  
扱いやすいビニールひもを使用して作る。わらじも草履もある。沢登りにも使える。こどもさん、お孫さんと共に参加ください。
- ・8月23日(土)～24日(日) 夏の冒険学校  
京都市立花脊山の家 <https://bokengakko.aikotoba.jp/2025boshu.pdf>

### 海外委員会 (大見)

- ・次回の海外委員会にむけた案件検討中。
- ・夏の高所訓練を考慮中。詳細決まれば案内する。

### 平和と登山委員会 (大西)

- (1) 2025年国民平和大行進  
6月30日に大阪に引き継がれ、7月7日(月)川西市で兵庫県連に。  
大阪労山も8日間、各山岳会・クラブと連携しながら「平和あってこそ登山」の労山の理念に、核兵器廃絶を訴えながら歩きたい。
- (2) 5月3日憲法記念日・おおさか総がかり集会

大阪市北区の扇町公園で「憲法記念日、おおさか総がかり集会」に参加。  
被爆国、核廃絶こそ人類救う、  
憲法9条を守れが大きなテーマ。扇町公園の参加者3500名、大阪労山は  
7名(きたろう3名、こもればい2名、ポッポ1名、泉州1名)。

(3) 講演：フクシマを忘れない！原発事故から14年ー放射線の人体影響から今  
後の課題を深掘りするー

講師：中川和道さん（神戸大学名誉教授）

日時：2025年6月8日（日）午後2時～

会場：東灘文化センター8階第一会議室

参加協力費：800円

\*中川和道さんメールアドレス [climber-nak@bca.bai.ne.jp](mailto:climber-nak@bca.bai.ne.jp)

## 障登PT（山下）

・身体能力を知ろうというテーマで行っている講座の3回目、4回目について、  
詳細が決まり次第報告する。

## 教育遭難対策部（大見）

### (1) 事故調査委員会

- ・事故報告書 兵庫版を参考に改善。フォーマットが決まったら説明会を  
開催。
- ・大台ヶ原事故調査 5月末から6月中旬の金曜夜発で土曜日実施。

### (2) 夏山連絡会 7月24日(木)理事会に引き続き開催。

気象と事故について 報告者と調整中。

### (3) ヤグラ整備 現在の問題点はウインチ支点と確保支点が近いため、落下 時に干渉すること。支点を離すよう改造予定。図面は完成、見積もり中。 6月または7月の理事会承認をめざし、8月初旬に全国連盟に申請する。

### (4) 救助隊（大阪）の現在の状況

2024年度の議案書と会計の報告が未提出。提出してもらえるようはたらき  
かけを続ける。

### (5) 岩登り体験会 今年も開催できるようスタッフ4人で進めている。

### (6) 初級冬山登山学校 スタッフの練度に差があるので、来年度はそこを強化 したい。

## セミナー（中尾）

- ・5月18日（日） 1回目の実技。三点指示を学んでもらった。
- ・次回5月25日（日）は読図山行予定。今からでも参加して学びたい方は連絡してください。

## 高橋理事長

- ・4月14日に近江八幡の会山行中に会員が搬送された。

搬送先の担当医から脱水について言及があり、改めて山岳医 大城先生の著書を読み返すと、日常生活だけでなく、山行中は脱水に対する注意が散漫になりやすいことを自覚した。

ザック中の水をわざわざ取り出すのが面倒なため、水分補給をせず休憩も取らずに登山を続けてしまいがちだが、今後は時々止まってザックから水を出し、僅かな時間でも体温を下げ、水を飲むということを意識して実行したいと思った。

大城先生は登山に優先順位があるとしたら、地図の次に水というように考えてよいとも強調されていた。

夏場の山行は厳しい状況になってきているかもしれないが、今回のことを皆で共有し振り返り、注意しながら山行を続けていきたい。

（文責）中井

## 第一回 百名山の輪 久住山

報告者 高桑昭夫

山域・山名 大分県 久住連山 (1786m)  
参加者 CL下窪 (つりばし)、SL高桑 (きたろう)、薦田 (八尾)  
佐藤夫婦、中島 (雑木)、井上 (KONK)、佐竹 (くすのき)、  
柏原 (ハイジ)

### 山行記録

6/7 (土) 10:15 長者原駐車場→12:05 雨ヶ池越→12:45 坊ガツルテン場テント  
設営→13:25 テン場→14:20 大戸越→15:20 平治岳散策→15:46 平治岳  
→16:18 大戸越→17:00 テン場

6/8 (日) 5:50 テン場出発→6:30 銚立峠→8:00 白口岳→8:40 稲星山→9:30 久  
住山→11:15 諏蛾守越→12:45 長者原駐車場

費用 フェリー往復 : 27,260 円、レンタカー燃料含 : 5,100 円 計 32,360 円/人

とにかく圧巻のミヤマキリシマでした。

新組織部長の下窪さんの発案で六つの『山仲間の輪』の一つで『百名山の輪』の  
第一回を実施しました。準備不足の中、他会の活動情報の交換や学びの場とし  
て、この呼びかけに応じて、参加された方もいます。

もちろん 100 名山達成のためやミヤマキリシマに誘われた方もいます。種々の参  
加動機と 7 つの会からの混成参加者での交流準備は出来ていませんでした。しか  
し、大阪を出航すれば後述のように何の憂いもなく素晴らしい山行でした。

天候は 8 日から九州が梅雨入りした状況にもかかわらず、雨はテントの中とフ  
ェリーに乗船中だけで 2 日間の山行中は降ったとは云えないパラパラ程度でし  
た。余談ですが帰阪後の 9 日夜からは九州は警報級の降雨でした。

計画当初は予約の都合で別府便と大分便に分乗予定でしたが、井上さんのご尽  
力でお発着日前に全員が別府便に乗船できることになりました。

そのおかげで、往路のフェリー内レストランで、先ずは 7 会 9 人の親睦を図るこ  
とができ、これがその後の混成パーティーのチームワークを強くするのに大いに  
役立ちました。それを盛り上げるかのようにさんふらわぁ企画でリーダーの誕生  
会もしました。(誕生日の乗船はレストランが優待だそうです)

別府に到着後は 10 人乗りレンタカーを速やかに借り、これも別便だったらロスタ  
イムが発生していたと思います。長者原駐車場まではリーダーの安全運転で着き  
ました。しかし、駐車場は満車で歩道にも駐車している車もありましたが、グッ  
ドタイミングで出た車があり、ここでもメンバーの日頃の行いとなにかを持って  
るものがありそうな感じに感謝です。

そのおかげで、計画時間通りに山へ出発できました。坊ガツルテント場まではほぼ予定通りで順調に登りました。雨がパラパラ降ってきましたがテント設営中に止み、無事設営完了。その後の予定はテン場までの道中でMさんとお会いでき、ミヤマキリシマ情報を頂いていたため、コースを大船山から平治岳に変更したのが衝撃の感動を覚える始まりでした。リーダーの殊勲賞ものです。確かにテント場からでも平治岳は赤く見えていましたが、その後の感動ほどとは皆も思ってもいませんでした。

平治岳へは高度が上がるにつれて、あちらこちらにミヤマキリシマの花影が濃くなってきます。そして、大戸越

(写真)に着いたときは遠望では想像できなかった、息を飲むほどのミヤマキリシマの爛漫の歓迎です。

さらに、平治岳頂上へ登ると爛漫の景色は最高潮です。テン場に戻る途中に白色のミヤマキリシマを1株だけ見つけ、これまた大興奮です。



また雨がパラパラしてきましたが、テントの中での個食での夕食中は雨も一休みです。交流会もミヤマキリシマの話題で盛り上がりましたが、私を含め何人かが足がつって、これもテント泊のオマケみたいな経験の一つです。それを和ませるリーダーの一言に「つりばし」ではなく「つり足」には痛みも和らぐ笑みがこぼれていました。こういう経験や何気ないフォローの積み重ねでテント泊が上達することを知ってもらう機会にもなったかなと思います。

夜中は強い雨音もするぐらい降っていましたが。明日はダメかなあと覚悟するも翌朝はまたも雨は止んでいる。また何かを感じつつ、テントを撤収して久住山へ出発する。

白口岳からは由布岳を背景に平治岳を望むと(写真)、前日のミヤマキリシマの残像がラップして久住連山が華やかに紅に染まる。

諏蛾守越からの下山道はちょっと嫌らしいガレ場が続くも、滑り易くなる危険な本降りにはならず、慎重に歩き無事に長者原駐車場に着く。



帰路のフェリーの夕食会の反省会では、初めてのテント泊経験での未熟さに情けないとか、次は山の歌を皆で歌いたいなあとか、重いテントは担げないとか、種々の意見を今後活かすように留めて、さらに親睦を深めることが出来まし

た。夜中はどの辺りか分らぬが大雨でしたが、明石海峡大橋が見えるころには雨が止んでいてここでも何かを感じつつ、曇り空の大阪港に着岸する。本当に、最後まで行動には支障のないお天気恵まれたのは、私のゲン担ぎの手拭いのご利益だけでなく、最高のミヤマキリシマと参加者それぞれが新たな仲間との交流が円滑にできた小さな幸運の積み重ねは、初月忌にあたる故浜田さんのご遺徳の賜物ではなかったかと思うほど、何度も何度も何かを感じつつ久住山山行を終えました。

改めて、浜田さんのご冥福をお祈り申し上げます。

以上

## 【百名山の輪 久住連山参加者の感想】

### ■井上眞由美（北大阪のぼろう会）

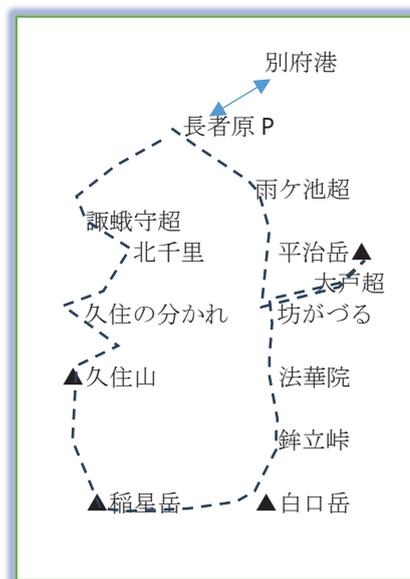
7つの会、9人のメンバーで楽しく交流、各会の様子を知ることができ、学びの多い素敵な企画でした。お天気やお花の開花状況によって臨機応変にコースを変更し対応されたりリーダー下窪さんの判断はさすがで満足感いっぱいの旅でした。

### ■薦田薫（八尾山の会）

この春から受講している登山学校でのテント泊の練習を兼ねて、かつ先輩から色々学びたく、また他会の方々と交流したくて、参加しました。雨にもほぼ当たることなく、大船山を平治岳に変更したものの（大正解!!）予定通りのコースを歩き切ったことが自信になりました。皆さん健脚で、怪我なく下山、素晴らしいです。反省点は、装備は担いで頂き、偉そうにテント泊したとは決して言えないこと。下山後の脚の痛みは、まだまだ歩き方が悪い事を痛感しました、課題は歩荷トレーニングに尽きるかと。重い大きな荷物で歩かれた男性陣の皆さんに感謝しきりです。

### ■柏原庸子（女性ハイキングクラブ ハイジ）

「初めての九州登山、初めてのサンフラワー、初めて尽くしの山行で緊張しました。コースも長いので心配でしたが、ミヤマキリシマの満開をみれたので、凄く満足で頑張って歩き通すことが出来ました。下窪リーダーの判断と行動力に感激しました。また参加者の方々と色々お話できたのも、とても楽しかったです。本当にありがとうございました。」



### ■佐藤俊明（雑木の会）

多くの感動から代表的なものを三つ

①久住の山々をあれほどまで見事に紅に染めるミヤマキリシマ

②それに勝るとも劣らぬ感動の笑顔でそれに見入るメンバーの顔かおカオ

③危ぶまれた空を、玉山で台風さえ足踏みさせたという手拭いのご利益とその持ち主さん

私も、初めてミヤマキリシマに染まる久住連山、初めてご一緒させて頂いたメンバーさん、楽しい船上の食事会初めてづくしの楽しい山旅でした。

今度は、メンバーさん方と「ミヤマキリシマ咲きほこり～くれない染める大船の・・・」と、歌えればと思っています。下窪さん、高桑さんはじめ、ご一緒させて頂きました、メンバーの皆さまありがとうございました

### ■ 佐竹ふじ枝（くすのき山遊会）

他会の方と交流ができた事が良かったです。リーダーの後を歩かせて頂いた事は、貴重な実技講習でした。次は、共同装備の一部を担げるようになりたいです。

### ■佐藤三枝子（雑木の会）

今回は妹の中島昭子と参加させて頂きました。

企画から山行までリーダーの下窪さんサプリーダー高桑さんには大変お世話になりました。又、井上さんのお計らいで同じ船で皆様とお食事の機会ができた本当に楽しい思いをさせて頂きました。以前、夏のノリウツギだけの久住山しか知らない私にとってミヤマキリシのくれないに包まれた久住山は正に念願を叶えられた山行でした。

他にも、オダマキ、リンドウ？、イワカガミ、マイズルソウ等々沢山の高山植物に出会う事が出来ました、夜間のテントと出発時では雨の心配をしましたが、リーダー方のよいご判断で久住連山を堪能させて頂き本当に満足致しました。又、参加者皆さんが楽しく無事下山出来た事が何よりでした。皆さま、これを機会に今後ともよろしくお願い致します

又、妹からも皆さまにお世話になり、又、ご一緒させて頂いた事で大変うれしい思いをさせて頂き本当にありがとうございましたとのことです。

### ■下窪義文（リーダー総括）

・今年から組織部で百名山の輪を提案して第一回目が無事に終了出来た事は良かった。

・船便予約に一月前から参加者確定が必要で、もっと早めたら良かった。

・大阪と神戸港からのフェリー予約便が大阪港からの一つに出来たのでパーティとしてのまとまりが出来た。

- ・パーティの行動としては9～10人までが最適かと、それ以上はアクシデントの要因となりやすい。
- ・参加9名、7クラブの輪が広がり目標を達成できた。船内食事とテントでの食事ができ各会とも交流ができた。

○良かった点

- ・ミヤマキリシマの群咲を見れて良かった。
- ・天気が大きくずれなかったので予定のコースを歩けた。
- ・参加者の皆様の協力で予定通りに行動することが出来た。
- ・フェリーは睡眠も取れて快適だった。

○反省と悪かった点

- ・9名の歩くスピードが掴めずペース配分を間違えた。
- ・歩く順番を工夫すれば良かった。
- ・テント泊初めての方への生活指導が自身出来なかった。
- ・天気は西から新たな前線が近づく予報で具体的に掴め無かった。
- ・山荘泊の希望者もいたが満室で予約できなかった。
- ・公共交通機関バスを利用すれば違う縦走もできた。

# 平和と登山のページ (2025年6月)

平和と登山委員会 文責：大西清見 (泉州勤労者山岳会)

## 2025年国民平和大行進

今年も国民平和行進の時期を迎えました。今年の大阪の平和行進・幹線コースは6月30日～7月7日の8日間ですが、来年からは酷暑対策などを考慮して、この8日間は半日コース、残りの半日分は6月29日以前に前倒しになるようです(検討中)。今年の平和行進は、6月30日に大阪に引き継がれます。大阪到着は、6月30日(月)、柏原市で奈良県連から労山旗を引き継ぎ、7月7日(月)川西市で兵庫県連に引き渡します。大阪労山も8日間、各山岳会・クラブと連携しながら「平和あってこそ登山」の労山の理念に、核兵器廃絶を訴えてながら歩いていきたいと思えます。各コース・通過地点・通過時刻(予定)を掲載しましたので、みなさんの都合の良い日時、コースでご参加ください。

### 【平和行進・幹線コース】

- ◎6月30日(月) 柏原市役所(大和川河川敷) → 曙川公園 → 桜ヶ丘公園 → 岩田公園  
11:25-12:05 13:10-13:20 14:55-15:10 16:25~16:45
- ◎7月1日(火) 河内長野市役所 → 富田林市立多文化共生人権プラザ → 羽曳野市役所 →  
8:20-8:45 10:15-10:40 13:00-14:25  
藤井寺市役所 → 松原市役所  
15:15-15:40 16:45-17:00
- ◎7月2日(水) 泉佐野市役所 → 住吉神社 → 貝塚市役所 → 岸和田市役所 →  
8:30-8:50 9:40-9:50 11:25-11:40 12:50-13:50  
忠岡町役場 → 和泉市役所  
15:30-15:50 17:00
- ◎7月3日(木) 和泉市役所 → 泉大津市役所 → 高石市役所 → 浜寺公園 → いわつた  
8:25-8:45 10:00-10:25 11:40-11:55 13:00-14:20 石津太神社  
15:00-15:15  
→ みみはら地域コミュニティ棟 → 堺市役所  
16:10-16:25 17:00
- ◎7月4日(金) 住吉区役所 → あべのベルタ西側公園 → 大阪城・教育塔前 →  
8:20-8:45 10:20-10:35 12:25-13:20  
大阪地方裁判所前・公園 → 南森町 →  
14:20-14:35  
都島区役所 → 都島本通 → 赤川1 → 旭区役所・大宮南公園  
15:20-15:35 15:50 16:30 17:00
- ◎7月5日(土) 守口市役所→門真市役所 →友呂岐公園→ 寝屋川市役所 →成田山不動尊  
8:30-8:50 9:45-10:05 11:20-11:35 12:20-13:30 14:10-14:30  
→香里団地→ 枚方市役所  
15:15-15:35 16:50

- ◎7月6日(日) 高槻市役所 → 総持寺団地 → 茨木市役所 → 摂津市役所 → 吹田市役所  
8:45-9:15 10:40-10:50 11:30-12:45 14:35-15:00 16:45
- ◎7月7日(月) 豊中市役所 → 池田市役所 → 兵庫県・川西市役所  
8:25-8:50 11:15-11:30 12:10

(注)

- ①各コース担当者です(予定)。6月30日:本田・笠井、7月1日:未定、2日:澤村・大西、3日:澤村・大西、4日:笠井、5日:園、6日:未定、7日:園・笠井
- ②各コースの担当者、参加者は宣伝車に積んである幟、ポールを準備して下さい。
- ③参加者は「大阪労山ノート」に所属会、氏名、感想等をお書き下さい。
- ④参加者はOWAFメールで当日の平和行進の状況、感想を送ってください。

#### 2024年の平和行進



7.2 平和行進、忠岡町役場付近



7.3 平和行進、浜寺公園に向けて

## 登山と熱中症対策

河野 仁（専門：気象学）

要旨 低山では夏季に熱中症の危険がある。熱中症の対策には、通風性、吸湿性、速乾性があり、日射を遮る服装が必要だ。暑さ指数 25（気温 28℃）以上で警戒レベル。暑さ指数 31（気温 35℃）以上で運動中止レベルとなる。

### 1. 人体の体温調整のしくみと熱中症

人間は身体内部の温度を一定に保つ機能を持っている。人間は食事、運動によって体内に熱を生成する。体温を一定に保つために、体外へ熱を放散する。熱の放散量の調整は、通風や汗の蒸発、衣服の厚さ調整で行う。熱は温度の高い方から低い方に流れる性質を持っており、体外への熱の放散速度は体温と外気温の差に比例するため、外気温が高くなるほど放散速度は小さくなる。また、直射日光を受ける場合や周囲の物体（高温になったアスファルトなど）からの赤外放射量が大きい場合、外から体内に熱が入る。さらに、湿度が高く、汗が蒸発しにくくなると熱の放散速度は小さくなる。

熱中症は体内の熱の生成速度と比べて、熱の放散速度が小さくなり、その結果、体温が上昇し、軽症段階で、めまい、立ちくらみ、生あくび、筋肉痛、筋肉がつる、手足のしびれなどがおきる。このような症状が出た時は、涼しい木陰で休憩し、衣類を緩め、冷たいタオルなどで首の周り等を冷やし、水や経口補水液を摂取する必要がある。（厚生労働省、熱中症の予防のために、パンフレット）重症化すると死に至る場合がある。

### 2. 熱中症と「暑さ指数」

「暑さ指数」は、気温、湿度、日射・放射量をもとに、暑さを定量化した数である。登山のような運動状態では、暑さ指数 21（気温 24℃）以上で注意レベル、暑さ指数 25（気温 28℃）以上で警戒レベル。暑さ指数 28（気温 31℃）以上で厳重警戒レベル、暑さ指数 31（気温 35℃）以上で運動中止レベルとなる。（表 1）

参考 <屋外暑さ指数> WBGT（湿球黒球温度）：Wet Bulb Globe Temperature

$$\text{WBGT} = 0.7 \times \text{湿球温度} + 0.2 \times \text{黒球温度} + 0.1 \times \text{乾球温度}$$

（注）暑さ指数、黒球温度の詳しい説明は環境省の次のサイトを参照されたい。

[https://www.wbgt.env.go.jp/doc\\_observation.php](https://www.wbgt.env.go.jp/doc_observation.php)

表1 運動に関する指針（登山は発熱量が大なので、暑さ指数が小さくても危険度が高い）

気温 (参考)	暑さ指数 (WBGT)	熱中症予防運動指針	
35℃以上	31以上	運動は原則中止	特別の場合以外は運動を中止する。 特に子どもの場合には中止すべき。
31℃以上 35℃未満	28以上 31未満	嚴重警戒 (激しい運動は中止)	熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。 10～20分おきに休憩をとり水分・塩分の補給を行う。 暑さに弱い人※は運動を軽減または中止。
28℃以上 31℃未満	25以上 28未満	警戒 (積極的に休憩)	熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、水分・塩分を補給する。 激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。
24℃以上 28℃未満	21以上 25未満	注意 (積極的に水分補給)	熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。 熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。
24℃未満	21未満	ほぼ安全 (適宜水分補給)	通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は必要である。 市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので注意。

※暑さに弱い人：体力の低い人、肥満の人や暑さに慣れていない人など

公財) 日本スポーツ協会「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」(2019)より

### 3. 山の暑さ指数

地上の暑さ指数は、環境省の熱中症予防情報サイトで発表されているので、サイトを参照されたい。また、山中の暑さ指数は生駒山の値が発表されている。

[https://www.wbgt.env.go.jp/wbgt\\_data.php](https://www.wbgt.env.go.jp/wbgt_data.php)

標高による気温補正を使って山中の気温を推定する場合は 気温減率、 $-0.6^{\circ}\text{C}/100\text{m}$  を使う。気象会社による山頂の気温予測値（例えば、日本気象㈱の登山ナビ、有料）は参考になる。

標高 1000m 以下の低山の場合は、夏季に熱中症警戒レベル 25 以上になるので、注意が必要だ。暑さ指数 31 以上だと中止、或いは高山への計画変更などが必要になる。

#### 4. 熱中症や紫外線を避けるための登山の服装

基本は日射を遮ることと通風である。特殊な通風性、吸湿性、速乾性の素材の袖シャツ、木綿の手袋、ひさしの深い帽子、サングラス、日焼け止めクリーム

##### 日射遮蔽 UVカット+ 通風服装



針ノ木峠 2024.8.1

ひさしの深い帽子

サングラス、日焼け止めクリーム

通風素材長袖シャツ

木綿手袋

夏用登山ズボン

<通風性、吸湿性、速乾性素材シャツの例>

##### クールライト ロングスリーブT Men's

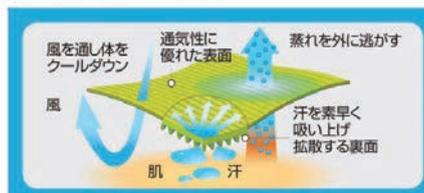


アウトレット価格 ¥3,520 (税込)

品番 #1114450

ブランド モンベル

##### 素材 ウイックロンクール



生地を極めて薄く編みあげることで、熱がこもりにくく、たいへん涼しい着心地を実現した極薄手の長袖Tシャツ。モンベルのTシャツカテゴリー中、最軽量のニット素材を使用し、運動時のストレスを最小限に抑えます。高い通気性と吸水拡散性により、常にドライでクールな着心地をキープ。

ニットとは、1本の糸でループを作りながら編まれた生地

## 懸垂下降の安全性をさらに高めたい 2

OWCC 中川和道 20250619

クライミングを楽しむには、懸垂下降の事故を防ぐことが重要だ。前回の論考をもとに今回は、(1)制動力の適正値はいくらか？(2)適正な速度はいくらか？(3)支点にかかる力の適正な大きさは？などの問題を考えて行く。まず前提となる設定を行う。

### (i)運動学考察の前提

体重(=質量) $m$ のクライマーが、図 1 の懸垂支点  $S$  から時刻  $t = 0$  で懸垂下降を開始した。開始時刻での位置は  $x=0$ 、速度は  $v=0$ 。クライマーは下降器でロープに制動力  $f$  (まずは時間的に一定と仮定)を加えつつ下降していく。この時のクライマーの運動(時刻  $t$  での位置  $x(t)$ 、速度  $v(t)$ )、懸垂支点  $S$  にかかる力  $F_S(t)$ を考える。ベクトル量である位置、速度、加速度、支点にかかる力の符号は、下向きを正にとる。重力加速度を  $g$ 、ロープの全長を  $H$  とする。場合(ii)(iii)を以下のとおり設定し、分けて考察する。

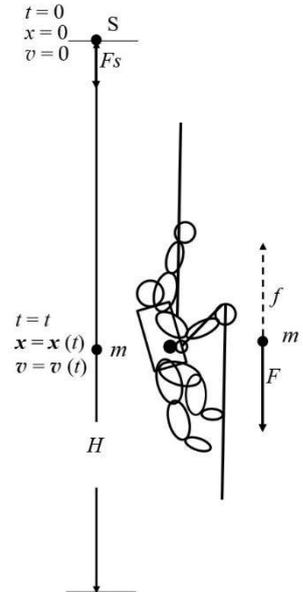


図 1. 懸垂下降の動力学 1

### (ii)手を放して自由落下をしているとき

$m$  にはたらく力  $F$  は  $F=mg$  なので、運動方程式は  $m \frac{d^2x(t)}{dt^2} = mg$  [式 1]。[式 1]を変形すると、 $\frac{d^2x(t)}{dt^2} = g$  となり、図 1 の状況下で、クライマーが受ける加速度  $\frac{d^2x(t)}{dt^2}$  は重力加速  $g$  であり、(2)その大きさは体重  $m$  によらないことが分かる。

[式 1]を積分し、 $v(0)=0$  を用いて、 $v(t)=gt+v(0)=gt$  [式 2]を得る。

[式 2]から、速度  $v$  もまた体重  $m$  によらないことが分かる。すなわち、軽い「羽」と重い「ハンマー」とは(空気抵抗がなければ)同じ速度で落下し、同時に着地する。この時、懸垂支点にかかる力は、 $F_S=mg$  である。

### (iii)下降器を用いて制動力 $f$ (時間的に一定)を上向きに加えつつ 懸垂下降しているとき

$m$  にはたらく力は  $mg-f$  なので、運動方程式は  $m \frac{d^2x(t)}{dt^2} = mg - f$  [式 3]である。これを書きかえて、 $m \frac{d^2x(t)}{dt^2} = m(g - \frac{f}{m}) = mg'$  [式 3']。ここで  $g' = (g - \frac{f}{m})$  は、制動力  $f$  を重力と反対の上向きに加えることによって、重力加速度が  $g$  から見かけの重力加速度  $g'$  に減少したことをあらわし、[式 3']を変形した式  $\frac{d^2x(t)}{dt^2} = g'$  からは、クライマーの加速度  $\frac{d^2x(t)}{dt^2}$  は、自由落下の場合の  $g$  から、 $g'$  に減少すると考える。質量  $m$  が減少すると記述する行き方もあるが、 $m$  はローレンツ不変量なので、ここでは  $g$  が変化するという思考経路をとる。

(ii)と同様の考察から、 $v(t)=g't$  [式 4] を得る。この時、懸垂支点にかかる力は、 $F_S=mg'$  である。

### (iv)実際の数値で考えてみる

では、これらの式に実際の数値を入れて、イメージを考えてみよう。事例ごとに問題を立てながらその解決を目指して進もう。

#### 自問 1 我々は、降下速度 $v$ が 何 m/s になったら危険と判断して懸垂中に停止するか？

懸垂の様子を思い出してみよう。始点  $S$  では下降器のまさつ力をぐっと強め、当然ながら、速度  $v=0$  で出発する。握力をゆるめて下降器のまさつ力を小さくすると、滑り出す。握力一定だと、速度はどんどん速くなる。これ以上速くなると危ない、と判断したら、ストップをかける。この限界の速度はどのくらいだろう？中川の場合は、秒速 3 m/s くらいだ。これ以上速いと、着地の時や降下中も思いがけなく何かにぶつかったときにうまく対処できなくなる。それが、中川はこわいのだ。

このことを数値で検討しよう。位置  $x$  を 0m からロープの標準的な長さ 50m まで変化させ、その位置  $x(t)$  まで達する(落ちる)時刻  $t$  と、その位置での速度  $v(t)$  を、 $t = \sqrt{2x(t)g}$ 、 $v(t) = g t$  によって計算した。その結果を表 1 に示す。

表 1. 懸垂下降の動力学 2

位置 $x/m$	制動力ゼロで 自由落下 $g'=g$		ロープを体重力の 3割で制動 $g'=0.7g$		ロープを体重力の 5割で制動 $g'=0.5g$		ロープを体重力の 8割で制動 $g'=0.2g$		力いっぱい握っ て静止 $g'=0$	
	時刻 $t/秒$	速度 $v/(m/s)$	時刻 $t/秒$	速度 $v/(m/s)$	時刻 $t/秒$	速度 $v/(m/s)$	時刻 $t/秒$	速度 $v/(m/s)$	時刻 $t/秒$	速度 $v/(m/s)$
0.5	<b>0.3</b>	<b>3.1</b>	0.4	2.6	0.5	2.2	0.7	1.4	∞	0
0.7	0.4	3.7	<b>0.5</b>	<b>3.1</b>	0.5	2.6	0.8	1.7		
1	0.5	4.4	0.5	3.7	<b>0.6</b>	<b>3.1</b>	1.0	2.0		
2	0.6	6.3	0.8	5.2	0.9	4.4	1.4	2.8		
2.5	0.7	7.0	0.9	5.9	1.0	4.9	<b>1.6</b>	<b>3.1</b>		
5	1.0	9.9	1.2	8.3	1.4	7.0	2.3	4.4		
10	1.4	14.0	1.7	11.7	2.0	9.9	3.2	6.3		
20	2.0	19.8	2.4	16.6	2.9	14.0	4.5	8.9		
30	2.5	24.2	3.0	20.3	3.5	17.1	5.5	10.8		
50	3.2	31.3	3.8	26.2	4.5	22.1	7.1	14.0		

表 1 をもとに、以下の考察を行った。

**(1) 時間一定の制動力では何がおきるか？ 答：速度が大きくなりすぎて危険：握ったり緩めたりが必須**

上記(iii)のとおり、制動力  $f$  を大きくすれば見かけの重力を減じることができる。見かけの重力減は支点にかかる力の低減を意味するから、安全性は向上する。では、他の角度から見ても安全だろうか？

表 1 から、見かけの重力を 70% に、50% に、20% に減じたそれぞれの場合について、実際に体験する速度を見てみよう。降下位置 10m での速度は、80% の場合 11.7m/s と、とてつもなく早い。危険だ。中川は採用できない。50% の場合は 9.9 m/s、20% の場合でも 6.3 m/s と、やはり危険の域を出ない。これらの検討から**時間一定の制動力では速度が出すぎて危険、やるべきでない**との結論となった。

解決策は、握ったり緩めたりして速度を調整すること(下記の図 2)である。

**(1') 見かけの重力を減じる必要に迫られたときどうするか？** アルパインクライミングでは短時間での危機脱出のため軟弱な支点を使ってでも素早い懸垂下降を行うか or 軟弱な支点を補強する時間をかけて安全を確保するか、どちらかの判断を迫られる場面がある。雷雨中の行動がその一例だ。滝谷で中川もやられた。脱出の素早さによる安全確保か、多少の時間を要する支点補強による安全確保か、トレードオフを迫られる。そんな時、支点にかかる見かけ重力を 20% に減らすような小さな制動をかけたつ懸垂下降したらどうなるか？ を表 1 から考察してみた。すると、a) この一定の制動力のまま 10m 降下した時点での速度は何と、秒速 6.3m。これは危ない。中川は、6.3m/s なんて、とても採用できない。皆さんは、これ、やりますか？ 中川の対案は、下記(2)だ。

**(2) 秒速何 m/s で停止かか？「握る緩める」を繰り返すと、動力学はどうなるか？**

中川が制御可能な速度は、秒速約 3m/s だと思う。この速度に達するまでの時間を表 1 から読み取ると、見かけ重力 30%(少し制動をかけた場合)では 0.7m で 0.5 秒、見かけ重力 50%では 1m で 0.6 秒、見かけ重力 30%では 2.5m で 3.1 秒。この距離ごと時間ごとに、制動力を強めてほとんど停止させる必要がある。ほとんど停止させたあとは再び制動力を緩めて下降を再開する。すなわち、位置  $x(t)$  と速度  $v(t)$  をグラフに描くと、図 2 のように、握ったり緩めたりが必須となる。実際に、仲間たちはこれを行っている。

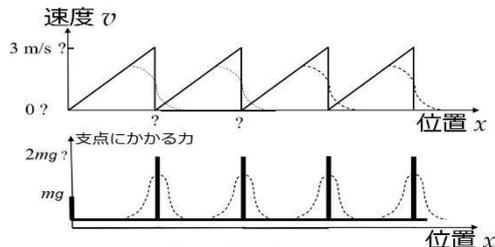


図 2. 懸垂下降の動力学 3

実際に、仲間たちはこれを行っている。

さて、まだまだ問題だらけだ。実験もつよく望まれる。考察の続きは、次号で・・・

(次号につづく)

# 大阪労山「山の教室」

講座の種類に関して、事務所だけの座学、リモートのみ、事務所とリモート併用、実技の4種類になりますのでご注意ください。受講履歴は事務局で管理されていますので、各会の中で受講履歴の把握等が必要であれば下記アドレスに遠慮なくお申し付けください。

kyouikusoutai@osaka-rousan.com

## ◆今年度日程

日程	科目	種別	主講師	主担当	受講料	定員
4月9日 (水)	温室効果ガスによる気候変動と登山への影響	リモート	河野仁	高田和孝	¥500	—
4月16日 (水)	ハイキングレスキュー 入門編	座学	木村治朗	三宅康文	¥500	15
4月20日 (日)	ハイキングレスキュー 入門編	実技	木村治朗	三宅康文	¥1,000	15
5月17日 (土)	地形図の読み方 入門編	座学	脇阪	西本良夫	¥1,000	12
5月18日 (日)	地形図の読み方 入門編	実技	脇阪	西本良夫	¥1,000	12
5月20日 (火)	パーティー論リーダー論1 (概論)	リモート併用	中川和道	阪本 健之	¥500	—
5月21日 (水)	ハイキングレスキュー リーダー編	座学	木村治朗	三宅康文	¥1,000	10
5月25日 (日)	ハイキングレスキュー リーダー編	実技	木村治朗	三宅康文	¥1,000	10
6月3日 (火)	遭難事例研究 (無雪期) 入門編	リモート併用	中川和道	大見 則親	¥500	—
6月11日 (水)	応急手当 入門編	座学	柳川憲一	木村治朗	¥500	20
6月17日 (火)	夏山の気象	座学	山本賢治	高田和孝	¥500	20
7月1日 (火)	遭難事例研究 (無雪期) 実用編	リモート併用	中川和道	大見 則親	¥500	20
9月30日 (火)	アルパ イクライミング のための制動確保 入門編	座学	中川和道	富永 公夫	¥500	12
10月5日 (日)	アルパ イクライミング のための制動確保 入門編	実技	中川和道	富永 公夫	¥1,000	12
10月21日 (火)	パーティー論リーダー論2 (法律)	リモート併用	中川和道	阪本 健之	¥500	—
11月8日 (土)	地形図の読み方 スキルアップ編	座学	脇阪	西本良夫	¥1,000	12
11月9日 (日)	地形図の読み方 スキルアップ編	実技	脇阪	西本良夫	¥1,000	12
12月2日 (火)	遭難事例研究 (積雪期) 入門編	リモート併用	中川和道	大見 則親	¥500	—
12月16日 (火)	遭難事例研究 (積雪期) 実用編	座学	中川和道	大見 則親	¥500	20
1月14日 (水)	冬山の気象	リモート併用	高田和孝	山本賢治	¥500	—
1月20日 (火)	山の病気予防	座学	中川和道	大見 則親	¥500	20

## ◆7月の講座

### ➤ 遭難事例研究 (無雪期) 実用編 座学

日時：7/1 (火) 19:30～21:00

場所：連盟事務所

費用：500 円

申込：<https://ws.formzu.net/dist/S82299274/> (6月から)



事故が起きた時、労山大阪府連の仲間たちは、どこにまず連絡し、どのように行動して対処し

てきたのでしょうか？ [文献1]では労山大阪府連 RO 会の事故 2015 年 12 月の事例から教訓を探ります。 [文献2]では、引率したガイドさんが訴えられた事故の例として、2006 年 10 月 20 日のブリザード遭難[文献2]を考えます。

実技として、夏の防雨風や冬の猛吹雪の中でツエルトを張り、お湯を沸かして生き返る模擬体験をさせていただきます。

[文献1]大阪府勤労者山岳連盟「事故防止は仲間の知恵で」2021 年 4 月、p.56。『岳人』2021 年 12 月号 pp.12-17。

[文献2]「10月のブリザード」、羽根田治『山岳遭難の教訓』ヤマケイ新書 2015 年、pp.51-71

## 事故一報

<b>提出者</b>	氏名		会員番号		地方連盟	大阪府 勤労者山岳連盟
	団体名				団体番号	

<b>事故者</b>	氏名		会員番号		年齢		性別	
------------	----	--	------	--	----	--	----	--

<b>事故発生日時</b>	年月日		時刻		<input type="radio"/> 有雪期	<input type="radio"/> 無雪期
---------------	-----	--	----	--	---------------------------	---------------------------

<b>事故発生場所</b>	山域		都道府県	
	山名	(標高                     メートル)		
	場所			

<b>山行の形態</b>	手書きの場合は下記いずれかに○
	無雪期登山 積雪期登山 登攀 冬季登攀 沢登り 氷瀑 人工壁 山スキー クロスカントリースキー スノーボード 海外トレッキング 海外登山 訓練

<b>事故の原因</b>	手書きの場合は下記いずれかに○
	転・滑落 転倒 落石(落水) 道迷い 病気 凍傷 高度障害 火傷 落雷 雪崩 虫・動植物 荒天
	その他

<b>パーティー人数</b>		<b>救助捜索費</b>	<input type="radio"/> あり <input type="radio"/> なし	ココヘリ加入	<input type="radio"/> あり <input type="radio"/> なし
----------------	--	--------------	---	--------	---

<b>事故の状況</b>	
--------------	--

<b>傷病名</b>	
------------	--

<b>交付申請の予定</b>	<input type="radio"/> する <input type="radio"/> しない <input type="radio"/> 未定	全国労山に提出とともに、大阪労山にも提出して下さい。 jikotodoke@googlegroups.com Fax 06-6467-8545
----------------	---	--

<b>交付申請書</b>	受取人	<input type="radio"/> 基金担当者 <input type="radio"/> パーティーリーダー <input type="radio"/> 会・クラブ代表者 <input type="radio"/> その他					
	送付形式	<input type="radio"/> 書面の郵送 <input type="radio"/> PDFファイルのメール送信					
	送付先	氏名		会員番号		電話番号	
		郵便番号		住所			
メールアドレス(メール送付の場合は必須)							

★交付申請は、事故一報が**事故発生日から30日以内**に運営委員会に届いていなければできません。時効で交付資格を失わない為に、いま症状が現れていなくても、また交付の申請をするか判明しない時でも、事故発生の報告をしましょう。FAX 03-3235-4324 メール kikin@jwaf.jp

★**事故一報と共に、会に提出し受理された山行計画書のコピーを添付して下さい。**

〒162-0814 東京都新宿区新小川町5-24 労山基金運営委員会 7F-7F イール 0120-44-2742(平日10時~18時)

## OWAF メーリングリストのご案内

大阪労山の公式のメーリングリスト（以下、OWAF-ML）のご紹介です。OWAF-MLには連盟行事、伝達事項の案内や、各種登山学校や訓練、講習会の案内などが流れています。その他各登山道の状況、アルプスの山小屋情報、各会入山情報など、相互の情報交換の場として利用されています。大阪府連の会員であればだれでも登録できますので是非ご加入ください。

- **登録方法** 公式な ML なので、登録は原則として各会でまとめていただいております。各会の登録担当者までご連絡をお願いします。担当が分からない場合は直接登録いただいても構いません。
- **各会登録担当者様へ**  
各会、代表・事務局長・理事の方は登録必須とさせていただきます。登録担当者を含めて各役職に変更があった場合にもご連絡をお願いいたします。また退会された会員の方のアドレスもご連絡をお願いいたします。
- **登録申請フォーム** <https://ws.formzu.net/dist/S91846322/>



登録申請フォーム

● **編集後記** 今月号も休載のつもりだった。ところが 6/22 朝、アメリカがイランの核施設 3 か所を攻撃したというとんでもないニュースが流れた。この攻撃については 2 週間以内（口癖らしいが）に結論をだすだろうと…確かにトランプ大統領は言っていた。アメリカは独立戦争などで戦場になったことはあるが、先の大戦で日本のように戦場になったことはない。戦場になる可能性より自国の自負が勝ったのだろう。ロシアのウクライナへの侵攻も含め、大国の世界的権威は落ちた。世界は違う段階に入った…そんな落胆を確信した今朝だった。我が家の玄関の「ウクライナに平和を」のステッカーは当分はがせそうにない。被団協の方々の思いは世界に届き、ノーベル平和賞を受賞し、平和でこそ登山と言いつけた私たちを勇気づけた。落胆ばかりはしてられない。現場の混乱に思いをはせて想像力を働かせて、遅々たる歩みとはいえ、今年も平和行進が始まる。

（高橋明代 2025. 6. 22・14 時 記）

\*\*\*\*\*

今月号各会より会報を送っていただきました。

きたろうニュース（きたろう HC）、にしよど（西淀労山）、ぼんぼん山（高槻）、こもれび通信（山の会こもれび）、福岡県連通信、労山おかやま、やまと友の会、京都労山、噴煙（鹿児島労山）、兵庫労山会報、県連ニュース（和歌山労山）、八尾山の会

発行日 2025 年（令和 7 年）6 月 23 日 No.472（2025 年 7 月号） 編集・発行 笠井、園、高橋、中井、中尾、大西