

プリムラ山の会

Primula 79

PRIMULA CUNEIFLORA BULLETIN

プリムラ山の会 (通巻79号) 2010年02月22日発行 発行人: 大坪邦久
編集/デザイン: ミズノデザイン 発行所: 東京都八王子市散田町3-38-6B
primula.ac@gmail.com <http://primula.mizunodesign.com>



プリムラ山の会

Primula

PRIMULA CUNEIFORIS BULLETIN

クーロワール63	002
In A Shot (岡 孝男).....	003
79号の特集 山を始めたきっかけ。.....	004
尾瀬の夜明け (北原 浩平).....	007
秋のマイナーバリエーションルート 3本立 ～舐めてかかると痛い目に合います～ (市瀬 江利子)	009
久しぶりの谷川、一の倉沢本谷下部 (初鹿 裕康).....	016
マイナールートは楽しいニャン =^_^= 西上州タカノス岩北稜& 御座山北西尾根(;_;)の巻 (初鹿 裕康).....	017
南ア・聖岳(敗) (平 真里).....	018
景色を見ながら！音協駅伝& 第29回江東シーサイドマラソン(初鹿 裕康&駅伝部).....	021
続？・なほみさんの いつまでたってもうまくなならないクライミング日記 うめくさ(ページ調節のためのドーデもいい記事)バージョン (水野 奈保美).....	023
山行一覧(2009年10月～12月)	025
TIPSいろいろ	026
編集後記	028

プリムラ山の会は、三つの会に所属する4人によって、冬期登山を主に目指す会として25年程前に創設されました。

当時は、一人を除いて独身で、年齢も比較的若く、社会人としてあまり多くの制約を持たずに登山に打ち込むことができていました。また、4人の登山志向に大きな違いが無く、会運営も4人であることで難しい事はありませんでした。

そのような中でも、冬期の山行については、「会として」時間を掛けるなどして山行内容を話し合っていました。具体的に言えば、弱小の会であり、事故等に対応する人的、金銭的裏付けが無いことから、限りなくミスの無い、確実に帰って来る山行を話し合っていました。しかし、バリエーションルートに向かう山行は、今日と比べ物にならないほど情報が無いことから、無雪期からの偵察や研究、その場での柔軟な対応、全天候型行動、危険引受け理論の考え方など、それなりにみんなの中で整理・確認がされていたと考えています。

それから四半世紀が経ち、会づくりで目指した三つの柱、一つは、「全会員が常に活動している」10人程度の会にすること。二つには、会員を事故で亡くすことのないように訓練や知識の吸収による「安全な登山」を心掛けること。三つには、会運営の根底に「登山も文化」と云う考え方を忘れず、後輩に先輩の知識経験を継承すると共に「仲間を大切に」しながら、一人ひとりの登山意向を出来るだけ保証すること。これら「会運営の柱」は、時代や会員の入れ替わりがあっても、プリムラ山の会として、会員として、山行などを行う上で大事にすべきもので、もし、その方向性なりが違えば、プリムラ山の会は解散すべきと考えています。

人の価値観、生活環境、年齢、性別など、会や会員を取り巻く状況は大きく変わってきており、総会でも話されない「会運営の根っこ」について会員一人ひとりの考えをききたい。ただ、個人的なものを会に持ち込むことは最小限にすべきであろう。

「会として」一人ひとりの会員に責任を持った運営ができているのか。会運営がナーナーや個人的なものになってはいないか。現状をよしと考えるのもあるだろう。しかし、事故など大きなことが起きる前に皆で話し合い、整理・確認しておくことが必要と考えています。
(浅井邦夫)

凍る噴煙 那須・茶臼岳



今シーズンも那須岳通いが始まった。

冬季になると他の山域では日数もかかり、ある程度構えないと入山しにくい。この点那須は私の撮影対象が西面を向いているため、朝出掛ければ間に合う距離にある。当然下山は暗くなってしまう。

冬型気圧配置が崩れ移動性高気圧と成りそうな時に出かけるのであるが、半数は途中で下山してしまう。それは強風とガスの飛来が凄まじく、時には体が飛ばされそうになる。小さな山なのに気象条件は厳しい。

何故此处が風の通り道に当たるのだろうか。西側には谷川・尾瀬などの山塊があるのに！上越で吹き上がった空気が、一気に関東北部の平野を駆け下るのだろうか？

どうせ駄目だろう？デジカメだけを持って出かけた。これが大失敗だった。峰の茶屋でしばらく待つと、青空がぐんぐん広がってきた。牛首方面に廻り込んで行くと、見事に発達したエビの尻尾が数多くある。火山ガスの水蒸気が冷気で岩氷を創る。低山にもかかわらず荒々しい岩塊と岩氷！ダイナミックな景観だ！

夕方のポジションを決め待っていると、12日目の月が昇ってきた。ガスと氷塔・月のバランスを考えシャッターを切った。何処かの星にいるような錯覚になった。今までにないチャンスだった。惜しむらくは重荷を嫌いフィルムカメラを持参しないことだった。フィルムではどのように映っていたらうか？

夕方には西に雲がありその中に落陽して行き赤い氷塔にはならなかった。

山を始めたきっかけ。

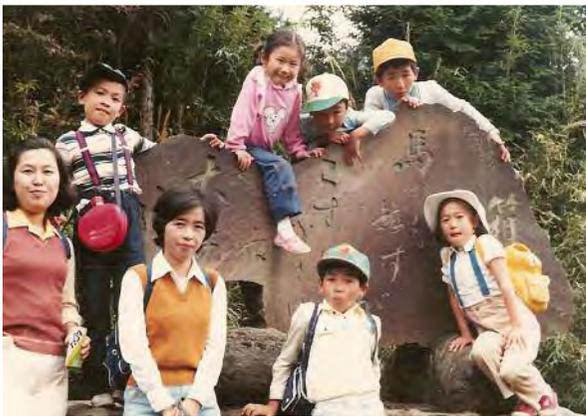
頂いた写真は、デジタル加工すると色調とかもっとキレイになるんですが、あえて原本の雰囲気を活かしてそのまま載せてみました。いい感じでしょうか？

高校生の頃には谷川・奥武蔵など友達と歩いていた。本格的に山に行き始めたのは何とんでも就職してからで、「フリーパス」を手にしてからである。今と違い日曜しか週休はなく夜行日帰りが多く、丹沢・秩父・八ヶ岳・谷川岳など、仮眠も取らないでの山行だった。安い給料での生活なので「フリーパス」の効用は大きく、毎週出かけ酒も飲み、息を弾ませながらの行動で、まるでマラソンだった。そんな状況なので、周囲の景色などは目に入らず、地図に赤線を引くのが目的のようであった。帰りの電車は次の予定で盛り上がり、明日からの仕事は三ノ次位にしか考えていなかった。当時だから許されたのだろうか？

一つのことにも夢中になれる自分と仲間！そして「フリーパス」！この二つが「山を始めたきっかけ」というより「原動力」だった。 (岡孝雄)

ハイキングは好きだった。東京周辺ハイキングガイドを手に、友人とハイクを楽しむ。何回も行けないので、秋の紅葉も終わったころ、単身、奥多摩の倉戸山へ。急な登りに張り切って山頂に着いたが、ヤマケイの登山地図にあった下山道はほとんど廃道と化していた。迷いながらも、車道を目指して降り立ち、単身でも行ける、と妙な自信を持った。

それから、奥多摩、奥武蔵、丹沢など近郊を歩きまわる。さらにフィールドを広げたくなり、現在にいたる。思い返せば、ただの単身ハイカーだった。 (たひら)



子供の頃、近所の友達のお父さんに高尾山や大山、箱根の山に連れて行ってもらった。目当ては下山後に買ってもらえるアイスクリーム。

この頃がもしかして山が植え付けられた第一歩だったのかな。

写真は友達の家と一緒に。どこか箱根の山にて。 (eriko)

転勤族の子どもで、その頃は、「福岡県北九州市戸畑区弁入町1-1」に住んでいた。なぜか住所だけ未だにはっきりと覚えている。この地名ももしかして今はないかしらん。たぶん小学1~2年生、英彦山。当時は昆虫少年で、たいがい男の子はなぜか昆虫少年だったような気がする。虫取り網を振り回し、アゲハ蝶を追いかけて、沢に落ちた。水流の中にはマムシが泳いでいた。捕まえた蝶と網は放さなかった。そうか、記憶に残る初めての山は沢登りだったのか。

そして、東京新宿に住んでいた中学1~2年生の頃。近所の悪ガキどもを集めて、子どもだけで奥多摩へキャンプへ。一番のちびは小学1年生くらい。大人たちは子どもたちのことを今ほど気にかけていなかったようで、子

もの自由度が高かった。この頃の雰囲気は、まさに映画「20世紀少年」。たぶん養沢か神戸岩あたりかな。飯ごうで米焚いて、どっか登って、なんとか帰ってきた。

一緒に行った同級生の友人はその後、雪山で雪崩で死んだ。「都立航空高専将棋頭山遭難事故」。夕刊の一面に掲載された顔写真で知った。事故の半年後に遺体が発見され、長いこと裁判があった。たぶんこのことが雪山を長いこと始めなかった訳だと思ふ。転勤族だったから、写真は散逸して当時のものは見つからない。もしかして写真を撮ってないのかもしれない。

このあたりの出来事が、山をはじめたきっかけであり、始めなかった理由なのだろう。

(北原)

高校でワンダーフォーゲル部に入部したことがきっかけだね。

なんか運動部に入りたかったのだけど、コウモリ系の部活(運動部のようでもあり文化祭にも参加する文化部のような)だし、毎月遠足って感じで入っただけで、甘かった。だいたい、腕立て伏せだって出来なかったんだから…。

最初の山が鳥首峠から大持・子持・武甲山。ぼてぼてだった。高校の部活では毎回毎回痛い思いをしてた気がする。よくもまあ、こんな辛いこと、よくやめないで今まで続けているなあと自分でも思う(後輩がワンゲルに入った理由。ウェイトリフティングとワンダーフォーゲルどっちかカタカナの部活に入りたかったとか…、そんな連中が集まっている部活だった (@_@;)。(H)



私の山登りの始まりは、昆虫採集です。一番多く登った高尾山では、ケーブルカーの終点駅で昆虫の夜間採集をするため、遅れて夜に一人で行くと、登りがとっても怖いのでケーブルカーの軌道を上がったり、リフトの下を登ったりしました。実は、これも別の意味で怖かったで

す。夏には、北アルプスに毎年行きました。榎池・白馬大池、八方尾根、湯俣・千丈沢天井沢等です。それにしても今から40年以上前のことで、装備も悪く荷物が重かったですね。最近では、あの当時の年齢に今戻れたら…なんて考えたりします。(浅井)

あたしも無駄に山歴だけは長く、高校・大学と山岳部だったんだけど、そもそものきっかけは家族で信州に転勤したら、隣のおじさんが山好きで、家族ぐるみであちこち連れてってもらったことですかね。一人っ子だったので、大勢なのが珍しくて楽しかったんでしょう。親族以外の大人ははとりあえずちやほやしてくれるしね。信州越す前の丹沢キャンプ、てのもあったなあ。両親に感謝。

写真は大学山岳部女子パーティ(当然だけど全員芸大生)ハタチくらいのキャワイイ時。(水野)



私が山に登るきっかけは、今から30年も前になる。その時はゴールデンウィーク時季とあって、雪が多くて大変だった。山域は八ヶ岳連峰である。雪山初心者で、ピッケル・アイゼン・かんじき等は、雪山に登るには必須品あるのに持っていかなかった。いや、無かった。それだけ雪山に対する認識が甘かったのでしょう。

蓼科山から縦走して来た友人二人と、黒百合ヒュッテで合流し、そのまま南へ縦走していく。特に文三郎尾根から登った赤岳は印象的であった。頂上付近は雪と氷の世界だった。



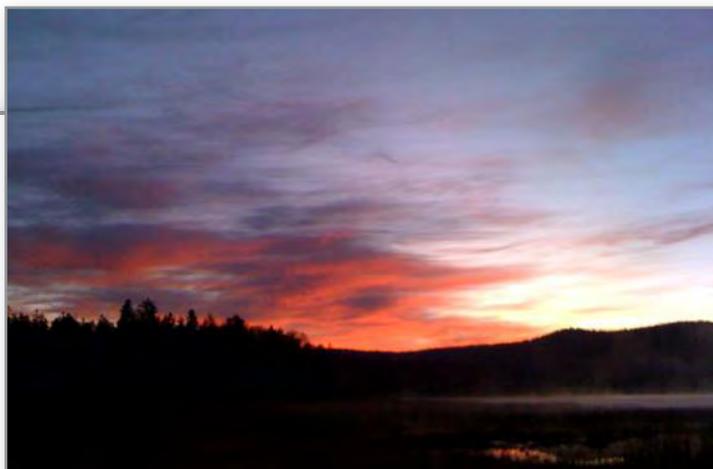
我々にはアイゼンもピッケルも無い状態で、何とか鎖につかまりながらも赤岳頂上に冷や汗を掻きながら立てたことがうれしかった。正しく贅沢な一時だった。赤岳頂上から見える富士山・南アルプス・中央アルプスは、次回の山行欲に導いてくれました。下山は阿弥陀岳と中岳の科尔からシリセードで一気に行者小屋に到着。このシリセードはもう一つの山の楽しみを教えてくださいました。

(山里)

北原 浩平

(日時)2009年10月11~12日(日~月)

(メンバー)北原+1名



.....

そういえば尾瀬には行ったことがなかった
おりもの話を思い出し、紅葉シーズンに行ってみた
渋滞にはまり大清水に着いたのはお昼過ぎ
のんびりと紅葉を愛でながら登っていく
天候は徐々に回復しはじめている

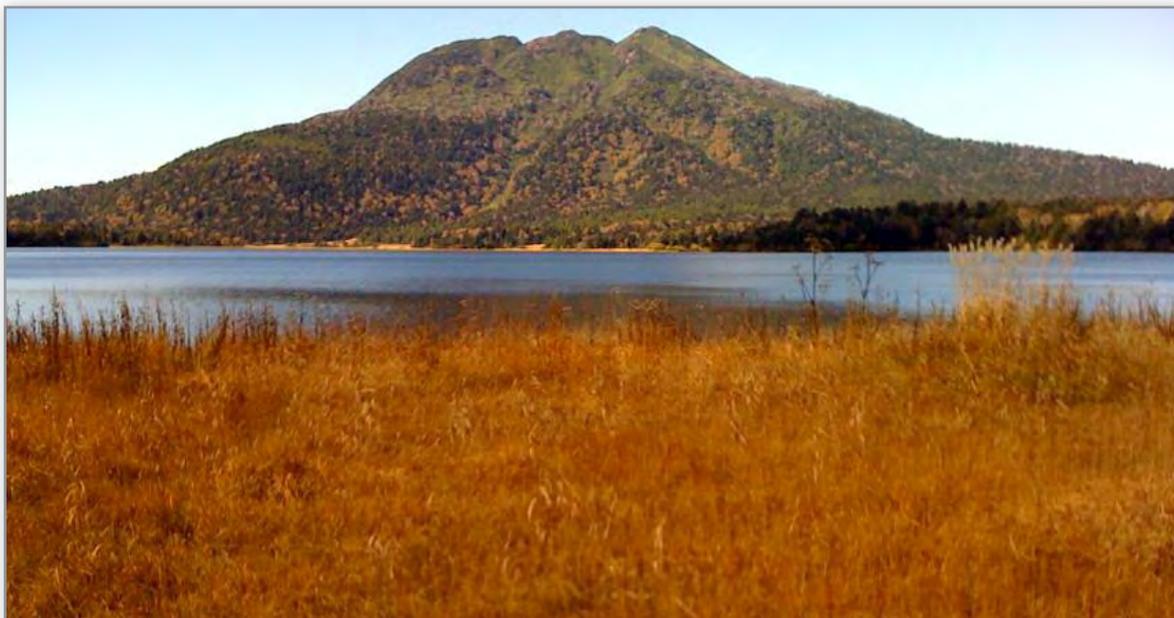


尾瀬の夜明け



燧ヶ岳山頂から尾瀬沼

沼尻のテン場では
闇の中から、けものたちの鳴声が聞こえる
シカ、きつね、そしてフクロウ
未明、テントから顔を出すと
霜が降り真っ白くなった沼畔の向こうが真っ赤に染まっている
期待していた訳ではないのに、期待以上の出来事が起こることがある
自分の思惑とは無関係に万物は流転している
「世界は人間なしに始まったし、人間なしに終わるだろう」
レヴィ・ストロースの言葉が理解できたような気がした



尾瀬沼から燧ヶ岳

秋のマイナーバリエーションルート 3 本立 ～舐めてかかると痛い目に合います～

Primula 79

市瀬 江利子

1, 一ノ倉沢本谷下部

山域: 谷川岳 一ノ倉沢

日程: 2009年10月31日(土)

1/25000地図: 茂倉岳

メンバー: 初鹿 裕康、市瀬 江利子



秋の風漂うテン場。

2009/10/30

井荻 (22:00)=マチガ沢キャンプ場

マチガ沢キャンプ場? に初めて泊ってみる。でこぼこ道を降りて行き、途中の広場にテントを張る。静かで良いところだった。

2009/10/31

マチガ沢キャンプ場(7:30)一ノ倉沢出合(8:10-8:30)-幻の大滝下(11:45)-本谷バンド(15:06)一ノ倉沢出合(17:30)-マチガ沢キャンプ場(18:30)=観能(22:30)

やはり、本谷に行くのなら、下から詰めないと言ふことで、巻かずにひょんぐりの滝に行く。ここに行くのは初めてだ。初めてひょんぐりの滝は左岸のフィクスを使って、テールリッジ末端まで出る。ちょっと最後の抜け口が悪かった。テールリッジから本谷を左岸に行きかけるが、右岸のバンドのほうが易しそうに見えたので、一旦、沢まで降りる。

まずは自分がリードでバンドを登っていくが、とにかく悪い。ぼろぼろの高巻きだ。支点も腐っている。一箇所打ってあったハーケンを見つけ、支点を取る。一旦少し安定し、ここ

でピッチを切ろうとするが、少し先にシュリングらしきものが見えた為、そちらまでロープを伸ばしてみる。が、それが失敗。ハーケン2本の支点はあるものの、ロープぎりぎりやむを得ず打った感じの支点で効くのかどうか心もとない。が、打ち足すリスもなく、足場も切り立っていてかなり不安定。はっちゃんに一つ下の支点まで来てもらい。ここでビレイを取り直し、新たにピッチを伸ばす。

なんとかだましまし、沢が右へと折れ曲がる手前まで到着。ここでハーケンを打ち足して、沢床へ降りようとするが、ここまで、ちゃんとした支点が取れておらず、下に降りる一歩がなかなか踏み出せない。なんだか足を下ろすが下に届かず、これ以上時間をかけていけないので、まずはここまではっちゃんに来てもらう。はっちゃんを上から確保して先に降りてもらおうと、あっさりと下に降りてしまった。私も今度はセカンドでシュリングを持って降りると、結構簡単に降りれてしまった。ハーケンとシュリングをここに残置。

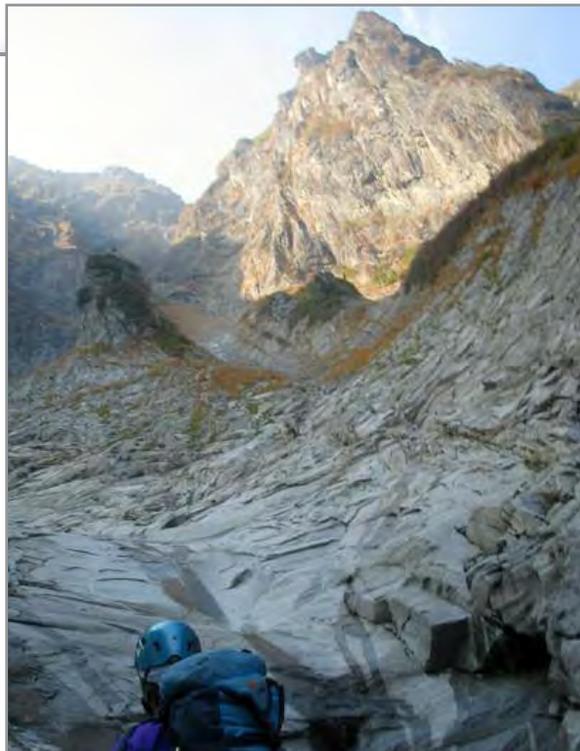
沢が直角に曲がるこの箇所では、よくつばって渡っている写真を目にするが、今回は水が少ないため、岩を投げて間に足場を作り、え



ひょうぐりの滝、左岸を登る

いやで対岸のスラブに乗り移った。ここから暫く本谷を詰めて、南稜テラスへと続くリッジを越すと、雪渓が現れた。が、もしかしてと思ってたことが的中し幻の大滝には、雪渓が架かり、行く手を阻んでいた。幻の大滝は、この南稜テラスへのリッジの奥に回り込んだところにあるため、ここを曲がるまでは全く見ることが出来ず、無論上部からも本谷バンドからも見えず、ここに来なければ雪渓があるかどうか確認できないのだ。ぱっと見た感じではどうにか抜けられるかなと思ったが、雪渓は既にぼろぼろで、上を通過することも、下を通過することも困難。かなり中途半端で、時折、氷が大きな音を立てて落ちている。私達は途方にくれた…。

結局右岸を大トラバースするしかない。行けるかどうか一か八か？手前から上り始め10mほど登ったところで、残置を見つけ、ここからロープをつける。まっすぐ上り始めると、途中から、リスもないスラブになってしまい、あと一歩で安定した場所に行けそうなのだから、



下部大スラブより烏帽子

ここで落ちると、グランドフォールしてしまうので一歩が出ない。どうがんばっても、一歩が出せないのもう戻りしかないので、結構際どいところを登ってきたので、戻るにも肝を冷やした。が、なんとか一歩一歩慎重に戻って起点にたどり着く。はーっ怖かった…。

で仕切りなおし。今度は少し上にルートを取ってみる。ここもなかなか支点が取れない。結局、上部の岩場を乗越して、傾斜の落ちたところにロープぎりぎりまでハーケンを打って確保。その後はっちゃんが1ピッチで大滝の上部あたりまで抜け、次に私がもう1ピッチで大滝上部スラブの入り口あたりまで、その後、はっちゃんの1ピッチでスラブをトラバースし左岸側へ。ここでとりあえずロープを畳む。上まで来てしまうと、滝は全く見えない。本当に幻の大滝だ。ここからはスラブを登っていく。どんどん登っていくと傾斜も結構急になってきて、念のため1ピッチロープを出す。本谷バンドに着き、ここから南稜テラスへ。しかしこの部分がめちゃめちゃ怖く緊張した。テールリ



雪溪が詰まった幻の大滝



大滝を巻く

リッジへの下降も細かい砂利が岩の上に載っていて、思っていたよりも悪く、ザイルを2ピッチ出す。

テールリッジ下でヘッドンを着け、懸垂地点を登り返し、巻き路を行き、ようやく一の倉

沢出合いに着いた。結構時間がかかってしまったが久しぶりの一の倉沢、満足でした。久々にハーケンよく使いました。お風呂に入り、明日登る予定のタカノス山へ。



大滝上部のスラブ



上部の大スラブ



2, タカノス山-タカノス岩北稜

山城:西上州

日程:2009年11月1日(日)

1/25000地図:十石峠

メンバー:初鹿 裕康、市瀬 江利子

最初の急登。下に見えるのが熊倉川

2009/11/01

熊倉-タカノス岩北稜-三段の滝-熊倉=帰京

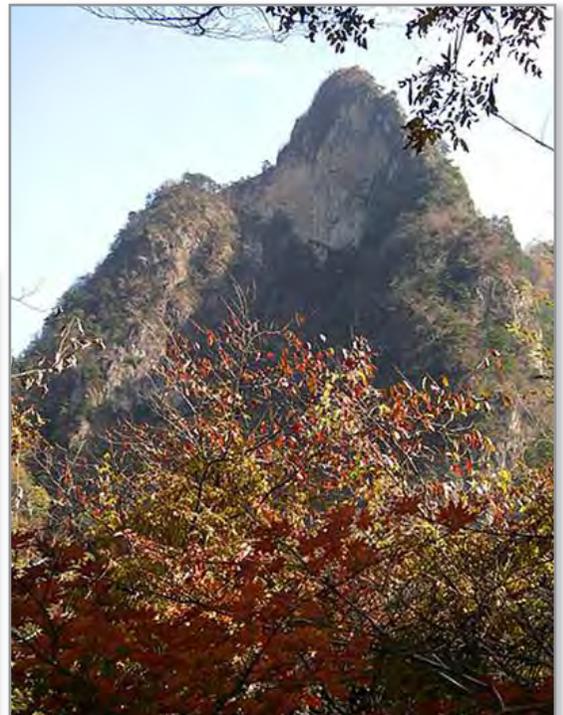
三段の滝の駐車場に昨日はテントを張った。朝ものんびりうどんなどを作っているうちに、駐車場は6台くらいの車でいっぱいになる。取り付きは三段の滝への登山道ではなく、熊倉川沿いに車道を遡って行く。対岸にお墓が見えるところで、川面に下りる階段がある。ここを下りて、この下から岩を飛び越して対岸に渡る。お墓の右手方向から登っていき、右側の尾根へと取り付く。傾斜は最初から結構急で、這うように登っていく。下を見ると集落が見える。P1まで来ると、向かい側の碧岩がよく見える。何年か前にここもはっちゃんと登っている。ザイル3ピッチほどだったか？結構脆くて大変だったように記憶している。やはり

マイナールートは、支点も無いし、ルートもはっきりしないので、侮れない。

で、このピークから下に降りるルートが分からず、一旦下りるが悪くて上り返す。しかし、やはり他にルートが無いため、ザイルを使って懸垂で下りなおす。P2を過ぎ、P3の登りは一番悪かった。安定しない泥付きの急傾斜で、かなり気を使う。50mロープいっぱい、上部の安定した場所に抜けることが出来た。ここは思っていたよりも時間がかかった。こま



P2 から見た P3



P3 から見た碧岩

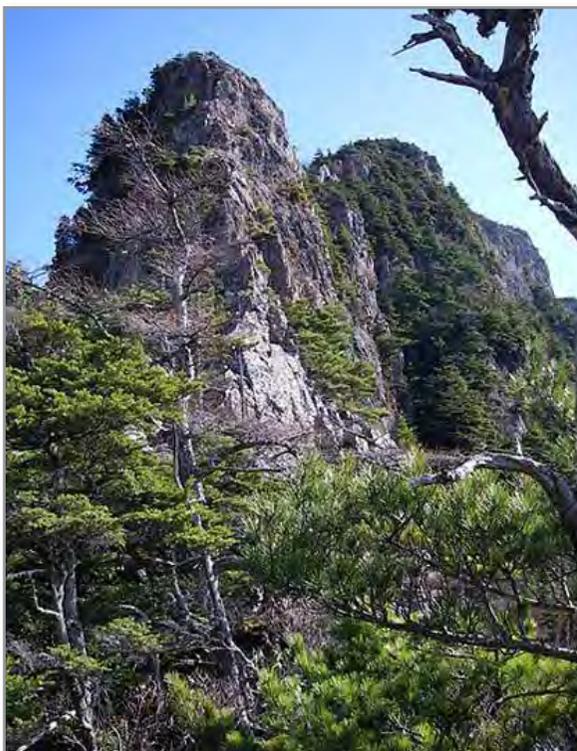


北西稜からの景色。
まだ風はそれほどでもない。

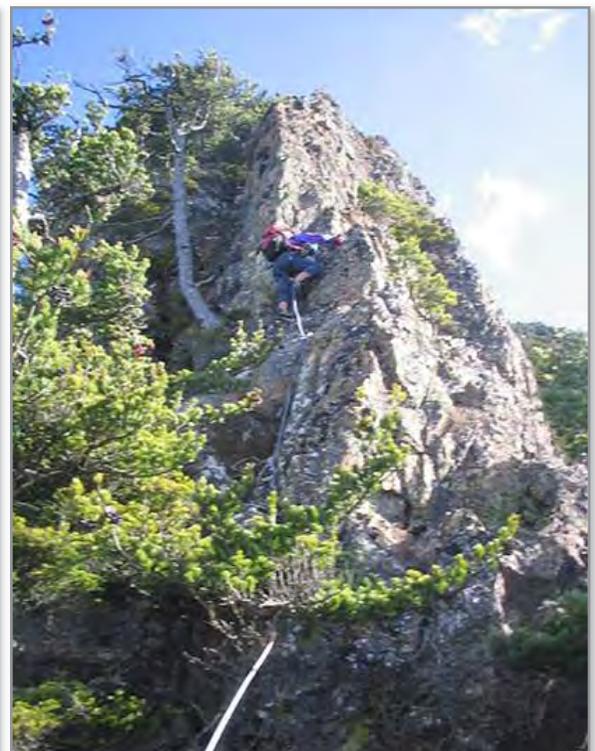
さて、明日に向けて今日のテン場へ急ぐ。山口から林道を進み御座山登山道入り口の駐車場へ。ここは本当に2台程度しか車が止められない。林道脇の平らな場所にテントを張り、スーパーで買ったお刺身で乾杯。ところが、この刺身に当たったのか、明け方から胃が痛くなり、朝はすこぶる調子が悪い。はっちゃんも気持ち悪いと言って、二人ともモチは最悪。私は

何度か嘔吐を繰り返す。動くに動けないので、暫く様子を見る。私はあらかた吐いてしまったので、もう吐くものも無く、二人ともどうにか出発できそうな感じになってきたので、のそのそと準備をして出発する。

のろのろと林道を進んで、御座山への登山道分岐に着く。それとは逆に、北西尾根に向けて伸びているかろうじてトレースの残る登山



上部の威圧的な岩場



1ピッチ目を登るはっちゃん

道を、引き返すような形で進み、右側の適当な尾根を詰め、北西稜に取り付いた。

稜線上はトレースが着いており、藪と岩の尾根を登っていく。天気は良く景色は最高。ただし、岩はとても脆く、実際にやせ尾根上では、持った大岩と足を置いた大岩が同時に動き出した時には心底冷や汗をかいた。上部の岩峰までは思ったよりも長くかかった。不意に出てきた岩峰は威圧的で大きく、本当に登れるのか心配になる。

この岩峰に出ると急に風が強くなる。最初の1ピッチをはっちゃん。確保していても風によるけそうになる。はっちゃんも途中で苦勞しているようだ。強風で手袋が片方飛ばされてしまったのが見えた。ようやくビレイ解除の声が聞こえ、登り始めるが、やはり風が強く、岩がもろくて、難しい。私は2ピッチ目を担当。風は更に強くなってきた。半分くらいまで登ったところで、微妙なバランスを要するところが出てきた。しっかりしたホールドも無く、岩も脆い。この一歩で上に抜けられると分かっているのだが、あまりに風が強くて岩にしがみついているのがやっただ。風が弱まるのを待ち3度トライしてみたが、やはりその箇所まで来ると強風で動けないため、諦めて下りることにした。もうすぐそこが頂上なのに残念だ。それにここから降りるには相当時間がかかってしまう。でもここで落ちてね、と気持ち切り替える。

懸垂で下りるためのしっかりした支点が無いので、一番上の支点を残して(偶然だけど、カラビナとシュリングははっちゃんのものでした。。。ごめんね)、クライムダウンの形で降りる。そこからもう一ピッチ、懸垂。この強風の中の懸垂は結構緊張させられる。痩せ尾根を過ぎ、支尾根に迷い込まないように、慎重に下りていくが、どこかで間違ってしまったようで、行き詰ってしまった。もう日暮れが近づいていることもあり、上に登り返さずに、下に



2ピッチ目を登る私

ある沢へ向かって懸垂で降りていくことにした。5回も懸垂すれば着くだろうと、急な藪斜面を下りていくこと2ピッチ、傾斜がゆるくなり始め、沢が見えた。結局2回の懸垂のみで沢までたどり着いてしまった。登山道は沢を越えてすぐだった。

今回は、こんなに天気が良かったのに、強風でやられてしまった。まさか上部があんなに風が強いなんて予想だにできなかった。岩は格好がよく、岩峰ルートという感じでお勧めしたところだが、なんせ岩がもろいので危険かも。もう一回行ってみたいような、行きたくないような、でもやっぱり気になるので、いつかもう一回行くかも？

初鹿 裕康

【コースタイム】

10/31 晴 旧道駐車場(7:38)―一の倉沢出合(8:21)(8:31)―ヒョングリの滝下(9:03)―テールリッジ下(9:33)(10:00)―大滝(11:53)―本谷バンド(15:31)―南稜テラス(16:17)―中央稜取付(17:08)(17:19)―テールリッジ下(18:06)―旧道駐車場(18:51)

【パーティ】初鹿 裕康、市瀬 江利子

6月に二の沢出合まで雪上訓練で入り、思ったより残雪が少ないので今年は本谷下部に行けるかなと思う。10月になって岡さんから、「今年本谷雪無いよ」という話をいただいたので、計画を立てる。紅葉時期の休日は一の倉沢出合まで車で入れないので、当初、平日の予定だったが雨で×。満を持して10月の最終日に決行となった。一の倉沢の本チャンなんて久しぶり。5年程前の凹状以来かなあ。

土合橋から新道を車で林道終点手前まで入る。明日の天気は良さそうだし、時間もそんなにかからないだろうと思い(いつも読みを間違えるのだが)、出合8:30目標で就寝。

ヒョングリの滝の下でERIKOはラバーソールに履き替えたが、私はアクアステルスのまま登る。残置ロープはあるが意外と時間がかかる。残置ロープをたどってテールリッジをちょっと登ったところに出たが、ここから沢に下るのを躊躇してしまう。やっぱりラバーソールが良かった。

ヒョングリの上からラバーソールに履き替えスタート、水はだいぶ少ない。まずはトイ状のゆるい水の流れを、右から左へと渡るところから始まる。石を真ん中に投げ、足場にしようとしたりしたが、うまくいかず、えいやつと飛ぶ。まあ、落ちたところで水に濡れるだけなのだが…。渡った所からアンザイレン。「はっちゃん調子悪そうだから」とERIKOリード。えらいねえ。コールの後登りだす。結構、浮き石が多くラバーソールでは、細かい砂礫で滑りそうで怖い。もう少しで、ビレイ点に着きそうところで「このビレイ点あまりよくない」とか言われたので5m程クライムダウンして真新しい(今年のかな?)軟鉄のピトンと残置シュリングで再び私がビレイする。しかし、このビレイ点は足場があまり安定してなくて、しかもちょっと斜め。砂礫が上から少しずつ流れてきている感じで、それがラバーソールとの間に入る

と滑る。ほとんど爪先立ちの感じでのビレイとなった(ふくらはぎ鍛えられました)。ERIKO次のピッチの最後の支点からの一歩が下りられないので、その支点でビレイしてもらって、トップを代わって私が行く。すぐ上で確保有りでの下降なら、なんてことなかった。

ここからザイルをはずして、四つん這い状態、二の沢を過ぎて大滝を覗くと(ガン)、雪が残っている。スノーブリッジになっているが、上も下も危険な状態。融けだして、デカイ氷塊が音を立ててガンガン落ちている。こりゃ登れないので、高巻くしかないよなあ。今更引き返すこともできないし。想定外。左から高巻くように、ザイルをつけて4p登る。最初の2p以降はなくてもよさそうだったが、落ちればやばいので、軟鉄のハーケンを駆使して、つるべで登っていく。

大滝を巻き終え、どどーん、としたスラブをノーザイルで登るが、その先ちょっとヤバそうなところで、さらに2pザイルを出す。最後はまたノーザイルで本谷バンドへ。バンドからノーザイルで南稜テラスに行くがERIKOさんはここが核心部だったらしく、私がテラスからザイルを出してやり。

南稜テラスから歩いて多少下るが、上部からの落石が多くてザレ状態になっているので4p程懸垂する。昔はこんなに石なかったよなあ(どうやら最近上部の岩がはがれて落ちたようだった)中央稜の取付からは歩いて下り、ヒョングリの上で靴を履き換えた所で暗くなる。ヘッドンつけて巻き道を登り、最後もう1か所懸垂して、やっと出合へと戻ることができた。

他に1パーティしかいなかった。一の倉沢ほぼ貸切で、気温もまあ寒くなく良かった。大体10月の体育の日あたりで一の倉沢は自分の中では終わりだよなあと思っていたが、温暖化のせいかな、今年の10月最終日は気持ちの良いクライミング日和だった。

初鹿 裕康

【コースタイム】

タカノス岩北稜 11/1 晴/小雨 駐車場(8:42)→P1(9:54)(10:13)→P2(10:31)→P3(12:16)→タカノス岩(13:51)(14:06)→沢(15:24)(15:34)→駐車場(16:13)→

御座山北西尾根 11/15 晴 駐車場(7:38)→登山道と別れる(8:34)→北西尾根取付(9:01)→岩壁基部(11:45)→下降(14:45)→岩壁基部(15:26)→登山道(17:06)→駐車場(17:58)

【パーティ】初鹿 裕康、市瀬 江利子

タカノス岩北稜

最初、道路脇の川を渡るのだが、軽く飛ばないといけない。上から変な親父が見ているので、結構躊躇したが飛んでみればなんてことない。反対側の墓に登り(しかし、ここまでどうやって墓参りに来るんだろう)墓の右の踏み跡から植林帯を適当に登ると、石碑のある岩に出て、さらに登るとP1の下に出る。P2の登りでザイルを出す。秋は落ち葉やらで靴が滑りやすい、春とか夏のほうが10倍登りやすいと思う。P2の下り最後の1歩がどうしても嫌なので、上に戻って他のルートを探すがないので、懸垂して下る。P3は長い登り、ザイルは使わなかったが、メンツによっては使ったほうがいいのかも。タカノス岩の頂上も含め、どのピークも頂上でゆっくりできるスペースがあって、いい感じだった。頂上からの下り。コルの先に赤テープがあったので、そこから歩いて下降するが、落ち葉でザレが隠れてしまい超下りにくいので、懸垂下降を5回もして下る。沢に出たところでちょっと歩いて下るが、ちょっとした滝が下れずにさらにもう1回懸垂して沢に出た。あゝ、今日も時間がかかったなあ。

ネットで調べた人物は頂上まで1時間半だとか全部で3時間だとか超人が多い。でも、我々一般人はこんなもんでしょ。

御座山北西尾根

朝起きたら胃が痛い。ERIKOも同様、どうやら私の飲みすぎだけでなかったらしく、何かに当たったらしい…。出すも出して仕方がないけど出発。登山道をしばらく登り本格的な登りにかかる前の、旧登山道?の分岐から川沿いに30分ほど下った所から北西尾根に取りつく。途中岩場も出てくるがザイ

ルを使わなくても平気だった。ただ、浮き石多く危険箇所あり。途中祠もあった。2時間半もかかって、やっと取付。初リードで行く。どの岩が浮いているのかわからないので、なかなか思い切って登れないのが難点。でもクライミングっぽい。風が結構強いので四点支持のまま、セミ状態になったりする。1p40mほど登ったところの灌木で確保。ERIKOが登ってきて、そのままリード。しかし、風がより一層強くなり、しかも巻いている。確保するのにも、飛ばされそうになるくらいの風だ。風速30mはあるね。上部のERIKOは細かいところ(このルートの核心部?)で風にはがされそうになって苦心しているが、登れない。たった3分でも風がやめば間違いなく登れるが結局風は止まない。ここから下るのにも時間がかかる、しかし待っていても風はやみそうになく2回の懸垂で岩壁基部に戻る。この懸垂もザイルがやたら風に流されてしまい結構時間がかかった。下りはもとのところに戻るのにも道がわかりにくいので、20分ほど下った所から下の川のほうに懸垂してみようということになる。タカノス岩の下降で経験済みだし(*^_^*)。1P懸垂してみると後は結構歩いて下れそうである。下の川も目視できる。「やった」と思って下っているとERIKOの落石。右のふくらはぎに当たった。なんだよー、なんて言っているともう一発。次の落石はさっきのより倍大きい、何と左直撃。ギョエー。でも太いふくらはぎだったので何とか傷くらいですんだ模様。

例によって、ヘッデンのお世話になった。しかし、どピーカン。冬山ならともかくクライミングで風で敗退なんて初めてだ、まあ、いい経験かも…。

次回登るのなら、もっと上部から岩壁基部に向けて登って行けば時間短縮になるね。

平 真里

日程:2009年12月29日～2010年1月1日

山域:南ア・聖岳(易老渡～笠松山～兔岳～聖岳～薊畑分岐～易老渡)

メンバー:初鹿、山里、市瀬、平

2009年12月29日(火)晴れ

易老渡駐車場11:00-稜線13:00-天幕16:00

前夜21時半に新宿集合。深夜、3時前くらいに山麓のキャンプ場に幕。3,4時間の睡眠をとり、再び車で標高をあげる。落石をどかしながら、易老渡の駐車場へ着いたのが10時過ぎ。

この易老渡駐車場の手前に、兔洞林道への分岐があり、その道標には笠松山と記されている。事前に調べたところによると、兔洞林道の先には、遠山山の会の方らにより整えられた登山道があるらしい。が、聖からの下山に都合のよい易老渡から、稜線に上がることにしていた。駐車場脇から、適当に直登するが、足場が悪い。急な傾斜と緩い地盤に脆い岩。ピッケルをつきながら登る。注意していても、岩が落ちる。雪はほとんどなかった。



本日は終了

上部でようやく枝を手がかりにできるようになる。安定したところで、ひと休み。まだらだった雪も高度をあげるに従って、くるぶしくらいになる。16時を過ぎたころ、比較的平坦なところで幕。笠松山山頂には辿りつけず。

2009年12月30日(水)曇りのち雪

幕場07:50-笠松山09:40-天幕16:00

きょうは兔岳の避難小屋まで。行程は長い。が、明るいうちには着きたい。5時起床、7時出発、のはずが7時半をまわる。きょうからアイゼンを付ける。

時々薄日が差している。途中、左手から入る道と合わさって、こちらが林道からの登山道と思われた。なだかな道を辿って9時半前に笠松山山頂。道が穏やかなかわりに、高度をほとんど稼げない。傾斜が増してきたところで、雪が深くなる。樹林の切れ目、雪の吹き溜まりでは、腰くらいになった。夕暮れは迫ってきて、気持ちは焦る。ワカンに履き替えて、黙々と前進。ちらついていた雪が、本降りとなった16時過ぎ、兔岳避難小屋を諦め、天幕。雪を掻き分けて整地を始めるが、諦めきれない初鹿さんが、上の様子を見に行っていた。

明日の天気はどうなるのか、心配しながらの夕餉。ペミカンを鍋にさせていただくと、昨晩よりも暖かく眠れた。雪はいつこうに降り



幕場の整地に浮かれる

やまず、テントから出て踏み跡を外すと溺れる。トイレで沈没しそうになり雪まみれになった。それでも夜は、星が見えるほど晴れたようだ。

2009年12月31日(木)雪

幕場09:10-林道15:30-天幕17:00

朝から雪。5時過ぎに起きたものの、停滞となる。兔岳だけでもピストンするか、そのまま引き返すか。技量に自信がまったくなく、展望もまず期待できない、と私は撤退を(穏便に)主張。風もある、ということで、最終的にはそのまま引き返すことに決まった。

テントを畳んで9時前ころ下山開始。きょうは朝からワカン。急な下りもあつという間である。笠松山頂に着かないうちに、北に伸びる分岐と出会う。木製の道標があるが、字は読めない。テープの印は新しく、頻繁に見えた。ここで、この分岐に従って下るか、あるいは、初日に見つけた、登山道らしい分岐まで、笠松山を越えて行くか相談。

入山口は足場が悪すぎて、駐車場へ直接降

りるのは危険である。とにかく早く林道に(つまり安全なところに)降りたかったので、ここでテープを辿って下りてみることにした。急だが、テープは途切れなくついている。雪に足もとをすくわれながら降り、沢沿いになったところで、岩が出てくる。アイゼンに履き替え、雪の下の岩にころびそうになりながらくだと意外に早く、14時半ごろに林道に降り立った。地図にはないが林道はここまで伸びていたのだろう。

方角的には左、と決め込んで30分以上、登りを交えて歩くと林道が尽きた。反対だったのか…。また引き返して、もとの場所に戻り15時半。林道沿いの笠松山の本来の登り口近く、小屋があるらしい。せめてそこまで行きたい。軽いラッセルをしながら、疲れた体を前に押し出す。もう日も暮れようというところに、建物が見えた。

とりあえず、明日は帰れるだろう。ラジオで紅白を聞きながら、1年が終わろうとしていた。大晦日らしく年越しそばもいただいた。

2010年1月1日(金)晴れ



撤退します

幕場09:00-笠松避難小屋09:20---易老渡駐車場
11:30

元旦は青空が広がっていた。遅い起床で、お雑煮に伊達巻、昆布まき、栗きんとんなどのおせちをご馳走になる。新年を迎えるための重たい食材は、市瀬さんによって担ぎ上げられ、再び担ぎ下ろされたのだった。

9時前に出発。快晴の雪山を何度も仰ぎみながらの林道歩きだった。雪はだんだん少なくなり、11時半前に駐車場に着く。外したスパ

ッツが飛んでゆくくらいの風で、上はかなり荒れているだろう。帰路もがらがら落石のある道の石をどけながら、車で下った。

元旦は、どこの宿泊施設も休み。お湯に入ったかぐらの湯に併設されている宿が唯一空いていたので、豪華に食事も付けて泊り、山行の疲れを癒した。



下山の笑顔



音協駅伝

スタート前

9:00西立川集合。いつも、早く来て練習しているはずの小堀さんが来ない。駅伝なので1人いないと困る。俺2回走るようかな？

ちょっと心配かけつつ、小堀さん登場。第4走でスタートまで時間があるので、気楽そう。おいら、第1走なので焦ってます(初鹿)。

駅伝の順番は一番確実な形で決定。まず、はっちゃん、ある程度いいポジションをゲットしたあと、私と平ちゃん、なるべく順位をキープし、最後は小堀さんでどんどん抜いてもらう作戦？(市瀬)

膝を痛めて以来、走らないつもりだったのに。「駅伝」というものがおもしろそうだったのと、いっしょに走ろう、という甘言にのせられて、出場。5キロとはいえ、いきなり走れるわけもなかったので、週1、2回は近所で練習。夜の公園は、走る人でいっぱいだった。(平)

第1走(初鹿)

1km4分10秒で時間設定。20分50秒目標だね。でもそんなに速く走れるかは微妙。第1走スタート10:30。受付からの時間が短くて焦るし緊張する。「最初だけトップで走ろう」とか言っている選手の隣に一番前で並ぶ。号砲と共にみんなと一緒に飛ばすが身体が重い。言い訳にできるかな。1km表示で3分47秒。ゲッ、速過ぎた。でも、この調子なら頑張れるかも。2kmでタイムを見るが、時計電池切れ、ありえない。折り返して、あと2.5km。気合は入っ

初鹿 裕康&駅伝部

ている。リズムカルに飛ばせそう。でも、最後の直線を長く感じ、曲がってからゴールまではさらに遠かった。次のたすきを渡すまで、次の走者が待っているかも心配だ。何とかERIKOが遠くに見える、ちょっと安心してERIKOにたすきを繋ぐ。イヤ、一杯いっぱいでした。「はっちゃん速かったよー」と第4走の小堀さんにプレッシャーを与えられて、よかった(^)

第2走(市瀬)

はっちゃんは、さすが最前列をキープしてのスタート。スタートから10分もすると緊張してくる。最初のランナーの姿が見えると、チームの番号がコールされる。こんなに速く来るはずないなと思っても、目を凝らして姿を探してしまう。たすき渡しは初めてなのでみんながどうしているのか観察する。どうやら両手を前にして、たすきがピンと張った状態で渡すらしい。と、ついにはっちゃん発見！見る見るうちに近づいて、慌てて前に出る。前の人と交差しながらもなんとかたすきを受け取ると、颯爽と走り出すイメージで走りだす。今日の目標はとりあえず最後までペースを崩さず走る。往路は結構な人数に抜かされる。折り返し地点を過ぎると少しずつ抜かされなくなり、何人かは抜かして最後のトラックに入る。若干気持ち悪くなるが、そのままのペースで平ちゃんにたすきを渡す。何か声を掛けようと思ったけどそんな余裕はなかった…

第3走(平)

当日いちばんの心配は、前の走者がきたときに、たすきの受け取り場所に出られるか、だった。順番待ちの走者の後ろから伸び上がり、彼方に市瀬さんの姿を発見したときは、心底ほっとした。たすきを手にしてからは、次々と私を追い抜いてゆく走者をよそに、いつものペースで走る。ほかの人は速いものだと感心しながら、それでも後半、数人は追い抜いて少し安心。ラストスパートもかけることなく、小堀さんによろしくと言いながら、たすきを渡した。



第4走(小堀)

今年は、江東シーサイドに落選して、緊張感がなくなったのか、11月は5日間62km。レース前の2週間は、1度走ったきり。それでも5kmの記録に、甘い期待を抱く。たすきを平ちゃんからもらって、さあと思ったが足が重いのか、体が重いのか、結果は、20分34秒。おまけにゴール後咳き込んでしまう。個人の記録は別として、たすきをもらって走るのは、小学校の運動会を思いだして、楽しい一時になりましたね。

		個人タイム	順位	通算タイム	順位
第1走	初鹿 裕康	00:20:48	42	00:20:48	42
第2走	市瀬 江利子	00:26:21	125	00:47:09	87
第3走	平 真里	00:27:47	150	01:14:56	113
第4走	小堀 和貴	00:20:34	31	01:35:30	79

180チーム中 79位 プリムラ山の会 01:35:30

感想

男子のみのチームもいる中、混合チームでこの成績なら合格でしょ。(初鹿)

駅伝は思っていたよりもずっと楽しく参加して良かった。チームで戦っている感じがいい。来年はもう一チーム作って、是非みんなで参加しましょう！あみだでのチーム分けも楽しいかも。(市瀬)

駅伝終了後、いくらも走っていない。大会への参加は、日ごろのトレーニングをするためには、良い目標になるものらしい。タイムを競ったら楽しいだろうと、いまはほとんど走らないにもかかわらず、これから走る人を募っている。(平)

第29回江東シーサイドマラソン

21回目です。こんなに長い間走り続けているとは、思わなかった。今回は小堀さんが、参加できなかったので一人ぼっち。モチベーションもイマイチなのだが…。

4分20秒に設定して走るが、最初の1Km 4分30秒。駅伝より43秒も遅い、泣ける。周りのオジサンは「4分30秒かあ。どおりで疲れると思った」とか話している。私疲れていませんが、ピッチは上がりません。人間の身体って楽をすると、キツイことはいやになってしまうのだね。大体おんなじペースで走ることになってしまった。でも、1時間35分は切りたい。

今回またコースが変わって、葛西臨海公園の観覧車が見える。もしかしたらディズニーランドも見えたのかも(そこまで目をこらせなかった)。

35分切るためには、最後の追い込みが必要、気が抜けない、まさに秒単位の自分自身との攻防。去年より2分30秒くらい速かったけど自己ベストより5分も遅い。でも考えてみればハーフになって、まだ4回目。自己ベスト2だった。自分に4秒勝ったかな(@_@;)

★ハーフ一般男子の部★

出走者数:958名 完走者数:924名
139位 1時間34分56秒

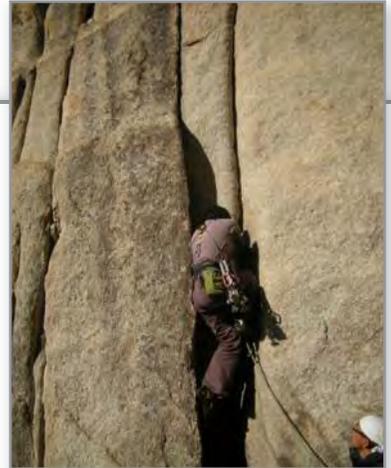
来年は第30回大会。皆で早く申し込んで、参加しましょうねえ。

うまくならないクライミング日記

うめくさ (ページ調節のためのドーデもいい記事) バージョン

水野 奈保美

終わったはずでは?山あ行きませんが
毎週クライミングしてるってご自慢?
…すんませんなあ。編集もたいへんなんですから。



アストロドーム

10/3(土)小川山

・レイバック/クラック限定(レッジを使わない)で登ってみる。面白かった。妹岩へ移動。がら空き。
・カサブランカ/あーやっぱり癒されるわー^^もう少し長かったらもっと素敵なのに。

10/4(日)お昼まで天王岩

・八月革命×4/エイドで無理矢理トップアウト(泣)カチ取った後のほうがなんかムズインデスけど。回数の問題かな。掴んだりかちつたり持久力がかなり衰えてんなー。

10/11・12(日・祝) 錫杖

無償にアルパインクライミングがしたくなって表明したら、はつ&くにおさんが釣れる。3連休のところ、1日出遅れたので出合いのテン場はびっしりテントがあふれ返っていた。遅かったか?いろいろあって目当てのルートは登らなかつたし、時間切れで途中敗退だし、登攀したいはしょぼかつたけど、やっぱお山はいいやね〜。メジャーだけど(だから?)侮れないし。また行きましような。

10/18(日)天王岩

八月革命とたわむれてきた。体がうまく動かないんですかねー。すっかり運動不足な毎日だし。キョンでカチがとれない体になってしまった。振り出し君。いったいこれ何年やってんだ。

10/24(土) 末端壁

知り合いで貸し切り。一日中曇り空で、うすら寒かったが岩の状態は最高。みなさんしきりに「手の、足の、指が冷たい!痛い」と言っていました。私(とUッチー)は別に普通だった。更年期?加齢?
・調和の幻想1P、T&T×1、アストロドーム×1。

の3本。今日もすべてトップロープ。調子が出てくるまでしばらくトップロープに甘えさせてもら

おう。じっくり登れて、今日は満足。

M川さんたちが廻り目にいるっていうので、宴会しに行く。ヨセミテ以来の3人がやっと再会。M川さんはちゃんとナパワインをおみやげに買ってきてくれていて、先に飲んでたY川さんやN島君やI村氏も一緒に、改めて乾杯をしたのでした。

10/31(土)末端壁

アストロドームようやくノータンまでこぎつけた(トップロープだけだな)。

11/3(文化の日) レインボーハング

久々の御嵩。デッドエンドは若者でたいそう混雑していたので、日もあたってきもちよさそうな中洲へ。久々にレインボーハング登れたので満足。あとはトラバースの岩に移動して終わり。

11/6・7・8(金〜日)末端壁

・アストロドーム。時間だけはあるのをいいことに3日も連続して登ってみたけど登れねえーあまた...この状態。初心に戻って登りそこねている課題をていねいに片づけていかないとこの先もうだめかも。まあ、芸風は急には変わらないから。

11/15(日)しつこく末端壁

with O山(M川・Uっち・O前夫妻・ジョン・S久間) 去年の11/15は、ロリータJUNKOが登れた日なのだが、今年の今日は成果なし。ノーズの3人とも今

日は進展ナシの日だった。岩の状態は非常に良いけど日が短く、陽がかげると寒い。私のアストロは先週で(登れないので)終わった。

11/28(土)末端壁

と、言いながらアストロトップロープで1回。寒い・体重い・モチ低い・ダメダメ・手から血・クラックも嫌・こういうときはパフォーマンスクライミンググロッククライマー読まない！取り戻せ。

12/4(金)城ヶ崎・シーサイド

しつこく末端壁予定だったが朝になって気が変わり城ヶ崎・シーサイド。フィックス撤去の現状も見なかったし、人がいない平日にゆっくり登ったかった。ポルトルートもあるからね！

・スカッド2回

登れん。だがこういうのは「クライミングしてる」感があって気持ちいい。クラックばっかのクライミングにちょっと飽きちゃった。ぜいたくだけだね。登り返しは、NP重いからビックウォール式にしたけど、用意が足りなくてちょっと時間かかった。今までの繁盛ぶりが変わらないなら、この登り返しは大変なことになるだろうな。いろいろ工夫が必要だと思うよ。

12/5,6(土・日)天王岩

師匠のステルスビレー。土曜日は午後から雨。日曜日は晴れたものの、染み出しがひどかった。師匠は新しいムーブをつかめたようで、なりより。私は相変わらずひどい出来。あまりのへたくそ加減に気が滅入る。冬男先生にも「なんだ、最近登ってないのか」などと言われる始末。

12/12(土)それでも、瑞牆山

現地は雪景色だった。それでもあまり気温は下がらなかったで、岩場じたいは快適だった。結局アストロもT&Tも登れないままシーズン終了。その足で奥多摩に送ってもらい、プリムラ祭に乱入。

12/13(日)天王岩

プリムラ5人で天王岩へ行く。上の岩場しか乾いていなかった。そうなるとうみんな登れるのはクラックジョイくらいしかないのだが、朝まで飲んじゃったからロープ張るので精いっぱい。「うわ、なんかお酒くさい！」(冬男先生取り巻きのお母さん)「飲み過ぎだよ。酒のにおいがここまで上がった

てきた」(トップロープを回収しに登る私に、上から降りてきた熊田さん)あー気持ち悪。…他にみんな登れるところがなかったので、早々と帰途につききました。普通のとかなら、いつでもお相手桶だからね。

12/19・20(土・日)城ヶ崎

土曜日 オーシャン、なみだち

午後から風が強く寒かった。オレンジ村で忘年会Mつだ・Y子、F沢・M岡・S田(敬称略)に合流。持ち寄ったお酒や食べ物をいただき楽しく宴会。

日曜日 オーシャン、日蓮。

12/23(天皇誕生日)城ヶ崎・オーシャン、日蓮。

前シーズンよりも手(ジャミング)は上手になっているのがわかって、ちょっとうれしい。

最近テーピングなしで登ってるので毎回どこかしら出血してしまうのだが、それはそれで良さがわかってきた。なんか楽しい。あいかわらずクライマーな体幹がバラバラなんで、ただ単に目先が変わっただけで本当はたいした進歩ないのかもしれない。身体的には劇的な進歩がない今、結局体や心を動かすのは、楽しいか、そうでないかじゃねーの？

12/26(土)聖人岩



黒山賛歌

・5.9, 10aアップ
・黒山賛歌×3
・貂がみていた×1
うわあ。登れなくてびっくり。ここまで退化しているとは…でもねムーブは起こせる(ような気がする)ので、続ければ、戻って来ると思うんだよね…。

12/27(日)城ヶ崎

好きなことをやりに来ているのに、

このストレスは何だ？

分相応のルートを目標にするがよい。

欲することを成したまえ。

年末年始は湯河原で。コンケスタで癒すぞ！

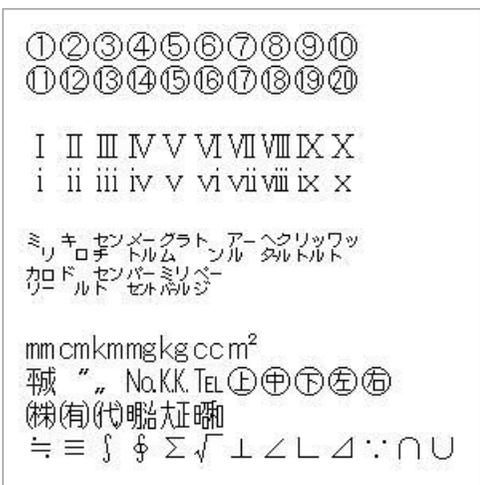
(づつく…かどうかは、わからない)

No.	山行日	山域	ルート	参加者	区分
2648	10月3日	奥秩父	回り目平	水野・他	フリー
2649	10月4日	奥多摩	高水山~青梅丘陵	初鹿	トレイルラン
2650	10/10~12	中ア	檜尾岳~空木岳	平・他1	縦走
2651	10/11~12	奥利根	燧ヶ岳	北原・他1	ハイク
2652	10/11・12	北ア	錫杖岳前衛壁	水野・浅井・初鹿	アルパイン
2653	10月11日	後立	五竜岳遠見尾根・大遠見	岡	撮影山行
2654	10月12日	頸城	海谷山塊・732高地	岡	撮影山行
2655	10月17日	奥多摩	天王岩	水野・他	フリー
2656	10月23日	頸城	海谷山塊・732高地	岡	撮影山行
2657	10月24日	奥秩父	瑞牆山十一面末端壁	水野・他1	フリー
2658	10月25日	頸城	雨飾山	北原・他1	ハイク
2659	10月31日	奥秩父	瑞牆山十一面末端壁	水野・他	フリー
2660	10月31日	上越	一ノ倉本谷下部	初鹿・市瀬	アルパイン
2661	10月31日	奥多摩	三頭山	平・他2	ハイク
2662	10月31日	頸城	海谷山塊・732高地	岡	撮影山行
2663	11月1日	西上州	タカノス岩	初鹿・市瀬	アルパイン
2664	11月1日	後立	不帰岳・奥二股	岡	撮影山行
2665	11月2日	箱根	足尾峠	初鹿・山里・他2	ハイク
2666	11月4日	頸城	海谷山塊・山狭峠	岡	撮影山行
2667	11月5日	上越	谷川岳・一ノ倉沢	岡	撮影山行
2668	11/6~8	奥秩父	瑞牆山十一面末端壁	水野・他	フリー
2669	11月14日	西上州	四方原山	初鹿・市瀬	ハイク
2670	11月15日	西上州	御座山北西尾根	初鹿・市瀬	アルパイン
2671	11月15日	奥秩父	瑞牆山十一面末端壁	水野・他1	フリー
2672	11月15日	奥多摩	越沢バットレス	平・他5	救助訓練
2673	11月22日	奥多摩	奈良倉山・鶴寝山	平・他1	ハイク
2674	11月24日	上越	谷川岳・一ノ倉沢	岡	撮影山行
2675	11月28日	奥秩父	瑞牆山十一面末端壁	水野・他1	フリー
2676	11月29日	奥多摩	鷹ノ巣山	平	ハイク
2677	12月4日	奥秩父	瑞牆山十一面末端壁	水野・他1	フリー
2678	12月5日	奥多摩	天王岩	水野・他1	フリー
2679	12月6日	八ヶ岳	春日溪谷	初鹿・市瀬	アイス
2680	12月6日	奥多摩	天王岩	水野・他1	フリー
2681	12月8日	後立	不帰岳・奥二股	岡	撮影山行
2682	12月9日	頸城	海谷山塊・山狭峠	岡	撮影山行
2683	12月10日	上越	谷川岳・一ノ倉沢	岡	撮影山行
2684	12月12日	奥武蔵	日和田山	初鹿・市瀬・平・他2	岩トレ
2685	12月12日	奥秩父	瑞牆山十一面末端壁	水野・他1	フリー
2686	12月13日	奥多摩	天王岩	水野・浅井・北原・平	フリー
2687	12月13日	奥多摩	御岳山	初鹿・他4	ハイク
2688	12/18~20	南ア	甲斐駒ヶ岳黒戸尾根	小堀・市瀬	偵察
2689	12/19・20	伊豆	城ヶ崎	水野・他1	フリー
2690	12月19日	奥武蔵	樽拔山	初鹿・他4	ハイク
2691	12月23日	伊豆	城ヶ崎	水野・他1	フリー
2692	12月23日	那須	茶臼岳・牛首	岡	撮影山行
2693	12月26日	奥武蔵	聖人岩	水野・他1	フリー
2694	12月27日	伊豆	城ヶ崎	水野・他1	フリー
2695	12月27日	奥多摩	高水三山~青梅丘陵	小堀・初鹿	トレイルラン
2696	12月27日	那須	茶臼岳・牛首	岡	撮影山行
2697	12/28~30	南ア	聖岳	大坪	雪山
2698	12/29~1/3	湯河原	幕岩	水野・他	フリー
2699	12/29~1/1	南ア	兔岳笠松尾根	初鹿・山里・市瀬・平	雪山

原稿の書き方、送り方について。

1. 入稿テキストについて

- ★ プレーンテキスト形式でお願いします。
- ★ 文章中の「数字」「アルファベット」「記号」は半角で入力して下さい。
- ★ 機種依存文字は使用しないで下さい。(下図参照) これらの記号はWindowsパソコン以外では正しく表示されません。



機種依存文字

★ コースタイムなどの矢印「→」「⇒」などを使用する場合は書式を統一して使って下さい。また、記号の前後のスペースは入れないでください。こちらで削除するなど手作業で統一しています。編集の仕事だとは思いますが、基本テキストはご自分で校正して頂きたいと思えます。

- ★ 本文中に作者の氏名を必ず入れて下さい。
- ★ 【重要】文章の適当な場所に段落を作って、読みやすく書いて下さい。段落頭の1文字下げはしなくても結構です。(編集時にスタイルシートで制御します)

2. データ送付について

- ★ データのファイル名
Macで受け取っている都合上、15文字以上の

ファイル名は判別しません。最小限でお願いします。また、ファイル名は必ず「半角英数字」でお願いします。スペースや「.」「/」「¥」なども使わないでください。日付+名前+ナンバリング+拡張子でよろしくです。

例) 090101mizuno.txt
090101mizuno01.jpg
090101mizuno02.jpg

3. 写真キャプション

★ キャプションは本文中に記述してください。文章のどのへんに入れて欲しいかも、ご指定頂くと助かります。

googleウェブアルバムの作成

1 <http://www.google.co.jp/>にアクセスして、右上の「ログイン」をクリックします。



2 メールアドレスとパスワードを入力して、ログインボタンをクリックします。



3 ログインした状態です。メールアドレスが表示されています。



4 メニューの「その他」にマウスをあわせるとプルダウンメニューが表示されます。「写真」を選択します。



5 アルバムのページです。「アップロード」ボタンをクリックします。



6 ブラウザの上にウィンドウが表示されます。「新規アルバムを作成」をクリックします。



7 新しいアルバムを作成するウィンドが表示されますから、アルバムのタイトルや日付を適宜入力して、「続行」ボタンをクリックします。このとき、一般公開を避けたほうがいいでしょう。



8 ここで、ファイルをアップロードします。「Browse...」ボタンをクリックして、指示に従ってアップロードします。



あとは、適宜いろいろいじってみてくださいね。いろいろ面白いと思いますよ。よろしく。

す invictas(負けざりし者たち)

2月6日まさに昨日

冬型がきつくてとても山スキーは無理なので映画を見に行った

「ネルソン・マンデラ」すでに歴史上の人物

27年間の投獄生活を支えていたのはこの言葉だという

invictas(負けざりし者たち)

自分自身が自分を動かしている

信じるもののために(kita)



「継続は力なり」という、言葉がある。

でも、継続が力になるということ知っているのは、継続し続けた人だけだろう。未来が見えないまま続けていくことは難しい。でも、何もしなければ何も変わらない。だけど、努力すれば、未来も世界も開けていくのではないだろうか。そう思ってなけりゃ、やられてるか! (^ ^) ! (H)



なんかー最近新しく知り合うあまりモノを知らない極一部のクライマーに「登れるクライマー」とか思われてる節があって、困っている。too big 勘違いにも甚だしい。…今は情報が紙ではなく、ネット、携帯、SNS、ツイッタが当たり前、ほぼ実況中継状態の「つながり」が若い子の主流でさ、すごく簡単に(すごく薄〜い)仲間の輪があつという間に広がっていくんだよね。カンジの悪いプリムラ育ちの私なんかは、まあいい年もしてる事だし、あんまり無下なく出来ず、一応ニコニコ話をあわして(やって)いるか、放置しているんだけど、実際こういうたぐいの人たちは、だいたいなんだか(つまんどいてくれ>ここから)ものすごく気持ち悪い(<ここまで)んだよね。で、…(忘れていなければつづく:M野)



プリムラ山の会 (通巻79号) 2010年02月22日発行 発行人: 大坪邦久
編集/デザイン: ミズノデザイン 発行所: 東京都八王子市散田町3-38-6 B
primula.ac@gmail.com <http://primula.mizunodesign.com>