

2006.4

三多摩山スキークラブ 会報

4月号 157



2006年4月10日 発行

三多摩山スキークラブ

会長 川上 邦夫

〒180-0013 武蔵野市西久保 3-25-7-303

Tel& Fax 042-253-7289

<http://www.asahi-net.or.jp/~xi7m-ootk/backnumber.htm>



かぐら・みつまた

2006/3/18

写真：堀内享子



<http://www.imagegateway.net/a?i=JmLibJHnTo>



飯綱山・妙高前山

2006/3/4 ~ 3/5

写真：杉山一宏

https://onlinelab.jp/box/mb_prv_top.php?id=sldITcwIjqSo4



妙高前山



鍋倉山

2006/4/1

写真：川崎 敏



目次

かぐら・みつまた	-----	2
飯綱山・妙高前山	-----	3
鍋倉山	-----	3
目次	-----	4
今月の表紙	-----	4
インフォメーション	-----	5
例会、運営委員会、リーダー会、スキー協行事等		
行事案内	-----	6
平標山・神楽峰 初級山スキー	-----	6
飛騨沢・槍沢	-----	6
富士山	-----	7
立山周辺	-----	7
その他、今後予定している行事	-----	7
スキー協関係行事	-----	8
行事報告		
戸隠スキー場から飯綱山、妙高前山滝沢尾根	-----	9
乗鞍岳シール登高トレーニングツアー	-----	11
鍋倉山行事報告	-----	12
近況報告	-----	13
例会・運営委員会等	-----	16
スキー協関連報告	-----	17
編集後記	-----	18
行事案内 / 申込書		
平標山・神楽峰 初級山ス		
立山周辺		
飛騨沢・槍沢		

今月の表紙

3月18日、19日。かぐら・みつまたで初日は山スキーを楽しみ、二日目は、基礎スキーを。そんな予定ででかけた合

宿、初日、神楽峰へ、目の前には苗場山が、詳細は、まだ報告が出されていませので、後日の報告に譲り、とりあえずは表紙・写真報告で。

インフォメーション

例会					
<p>4月例会のご案内 読図について(直進法) 日時 4月12日(水) 午後7時30分~ 場所 国分寺労政会館 (042-323-8511)</p> <p>読図(直進法)の勉強会を行います。シルバーコンパス、鉛筆をお持ちください。</p>					
4月	12日	(水)	午後7時30分~	国分寺労政会館(042-323-8511)	
5月	10日	(水)	午後7時30分~	国分寺労政会館(042-323-8511)	
6月	14日	(水)	午後7時30分~	国分寺労政会館(042-323-8511)	
運営委員会					
4月	26日	(水)	午後19時30分~	国分寺労政会館(042-323-8511)	
リーダー会議					


三多摩行事等予定					担当
4月	15~16日		山スキー	新潟県・越後駒ヶ岳	陶山
	21~23日		山スキー	平標山・神楽峰	21日夜発 二階堂
5月	3~6日		山スキー	飛騨沢、槍沢	高畠
	20~21日		山スキー	富士山	荒木
6月	3~5日		山スキー	立山周辺	大川
	3~5日		山スキー	長次郎谷(剣沢)	近藤

その他 スキー協関係				問合せ先
4月	15~16日		山スキー交流会	秋田八幡平 全国スキー協 03-3971-4145
5月	3~6日		山スキー実践教室	八甲田山 東京スキー協 03-3971-4144
	4~6日		山スキー実践教室	鳥海山 東京スキー協 03-3971-4144
	13~14日		山スキー交流会	針の木大雪渓 全国スキー協 03-3971-4145
	26~28日		山スキー実践教室	立山・剣沢 東京スキー協 03-3971-4144

行 事 案 内

4月 春スキー本番です。といっても例年と違ってきます。雪崩等に気をつけましょう。				
15(土)~16(月)	2日	越後駒ヶ岳	陶山	左記担当に問い合わせてください
21(金)~23(日)		平標山・神楽峰	二階堂	21日夜発/別記参照
5月				
3(水)~6(土)	4日	飛騨沢、槍沢(槍ヶ岳)	高畠	別記参照
20(土)~21(日)	2日	富士山(白山岳~吉田大沢)	荒木	別記参照
20(土)~21(日)	2日	穂高横尾谷	近藤	左記担当に問い合わせてください
6月				
3(土)~5(月)	3日	立山周辺	大川	別記参照
3(土)~4(月)	2日	長次郎谷	近藤	左記担当に問い合わせてください

平標山・神楽峰 初級山スキー

詳細は 

記録的な豪雪でたっぷり残雪の残る越後の春スキーに出かけませんか？

体力、滑降技術がイマイチだと思っている謙虚な方歓迎！

4月とはいえ天候は不安定で、この春は例年より雪崩の危険が大きくなっています。最近遭難も起きている山域です、気を引き締めて万全の体調で参加してください。

山 域 平標山・神楽峰

山行形態 山スキー。滑降コースはヤカイ沢など上級コースはやりません。


日 時 2006年4月21日(金)夜~23日(日)

初日に本橋から平標山往復

2日目にかぐらスキー場リフト終点から神楽峰に登り田代スキー場へ

交 通 マイカー(二階堂車、杉山車)にて関越道湯沢インターを出て三俣に深夜着

飛騨沢・槍沢

詳細は 

【期 日】 2006年5月3日(水)~6日(金) 前夜発2泊3日/予備日1日

【編 成】 L高畠 SL Mg

【行動予定】 5月2日(火) 西八王子~八王子 IC(中央道)~松本IC~新穂高温泉 仮眠

5月3日(水) 新穂高温泉~槍平冬季小屋 泊/自炊

5月4日(木) 槍平小屋～飛騨沢乗越～槍ヶ岳 槍ヶ岳山荘泊 / 食事付 槍沢滑降
5月5日(金) 槍ヶ岳山荘～飛騨沢～槍平小屋～新穂高温泉～松本IC～八王子IC
5月6日(土) 予備日

【締切り】 4月16日(日)

富士山山スキー

富士山頂からの滑降、天候の良い日を選んで実行します。雪が少ないので登山中心になる可能性あり。

期日：2006年5月20日(土)～5月21日(日)(19日夜発)

目的山域：富士山(白山岳～吉田大沢)

出発・集合：未定(参加者と調整。なお、車が手配できない場合は中止)

宿泊：テント泊(5合目駐車場)

レベル：上級スキー登山

参加資格：山岳保険加入者

装備：山スキー用具一式 / 行動食(3食) / 非常食 / 歩行アイゼン

締め切り：5月例会

担当：荒木(電話 0422-37-0639)

申し込み / 問い合わせ 荒木まで

立山周辺

詳細は



2月例会で読図の勉強に利用した山です。東洋一の大雪庇ができるところです。天気次第ですが、前日宿に泊って、宿の車で登山口へ。

日程 6月3日(土)～5日(月) 2泊3日

集合 6月3日(土)9:30am / 立山・室堂ターミナル 待合室

コース 立山周辺 / その他

帰りはタンボ平を滑降予定

宿泊 雷鳥荘(2泊)(0764-65-5777)

装備 山スキー一式(含スキーアイゼン) / 春スキーの服装と装備、(含雨具) 日焼け止め対策、 / サブザック(メインと共用できる場合不要) / 3日、4日の昼食2食 + 非常食1食 / メインのザックは板をA形に固定できること、

締切日 5月20日

申込み 大川まで 参加者確定しだい詳細を決めます

042-365-2184 Eメール j_ookawa@h3.dion.ne.jp

その他、今後予定している行事

以下については、行事担当(予定)に、お問い合わせ下さい。

越後駒ヶ岳(新潟県)

期日：2006年4月15日(土)～4月16日(日)(14日夜発)

担当：陶山(電話 0422-37-0639)

申し込み/問い合わせ 陶山

電話

メール

穂高岳・横尾谷(長野県)

期日：2006年5月20日(土)～5月21日(日)

担当/問い合わせ先：近藤

電話：

メール：

長次郎谷(剣沢)(富山県)

期日：2006年6月3日(土)～6月4日(日)

担当/問い合わせ先：近藤

電話：

メール：

その他

東京スキー協は、山スキー教室

東京スキー協2006 山スキー教室開催日程

どなたでも参加できます。

回	日程	場所	教室概要	宿泊 参加費
7	5月3日(水) ～6日(土)	八甲田山	南・北八甲田山のバリエーション豊富な広大な山域を。山スキーの入門にも最適	猿倉温泉
8	5月4日(木) ～6日(土)	鳥海山	適度なスロープ、そして雄大な景観。多くのコースを楽しめる東北山スキーの代表格	ホテルまさか
9	5月26日(金) ～28日(日)	立山・剣沢	北アルプス 3000メートル級の雄大な斜面の大滑降。温泉につかり気分は極楽	雷鳥荘

問合せは、東京スキー協 03-3971-4144へ

全国スキー協関係

	日程	場所	教室概要	宿泊 参加費
	4月15日(土) ～16日(日)	秋田八幡平	06年東北交流山スキー。昨年、一昨年と月山で行いましたが今年は、秋田八幡平です	東トロコ温泉
	5月13日(土) ～14日(日)	針の木雪渓	富士山から、針の木雪渓に変更しました。雪の心配はありません。全国から集まります。	大町温泉

問合せは、全国スキー協 03-3971-4145へ

詳細は(秋田八幡平)

<http://www.cpi-media.co.jp/skikyo/iinkai/pdf/44.pdf>

詳細は(針の木雪渓)

<http://www.cpi-media.co.jp/skikyo/iinkai/pdf/52.pdf>

戸隠スキー場から飯縄山、妙高前山滝沢尾根

報告：杉山

期間 3月3日(金)夜 ~ 5日(日) (前夜発1.5泊2日)

参加者 リーダー：杉山、メンバー：樋口(仁)、樋口(浩)、中川、石川

宿泊地 黒姫倶楽部

経過および感想

近藤さんが計画していた会山行が中止となったため、近場の人たちに声をかけて黒姫倶楽部をベースとして初日は戸隠スキー場から飯縄山を經由して戸隠スキー場に戻るクラシックルートを滑り、二日目は定番の妙高前山から滝沢尾根を滑るコースを滑ってきた。二日間とも最高の天気に恵まれ、充実した山スキーを堪能できた。

4日(土)は黒姫倶楽部を午前9時過ぎに出発。戸隠スキー場の中社ゲレンデに10時前に到着しリフトを3本乗り継いでスキー場トップの瑠璃山(めのうさん)山頂に午前10時40分に到着した。瑠璃山と飯縄山との鞍部までまずは滑り降り、そこからシールを付けて登り返し、午後1時半過ぎには全員が飯縄山山頂に到着した。山頂からは眼前の戸隠山をはじめ、北アルプスの嶺峰、妙高山や信越国境の山々が一望でき、しばし昼食休憩を取りながら、展望を楽しんだ。



コルから飯縄山への登り

飯縄山山頂を午後2時すぎに出発し、飯縄神社の神社があるピークまではシールで登り返し、ここでシールをはずしていよいよ滑降に入る。最初は開けた尾根上を滑り降りるが、途中から樹林が濃くなり木の間を縫うように滑り降りる。そうしているうちに予定していたルートから外れてきたことに気づいて、トラバース気味に予定コースのある尾根に向かうが、ここで私と他のメンバートラバースしている高さが異なっていたことで、他のメンバーが尾根に乗ることが出来ずに別れ別れとなってしまう。幸いにも携帯電話で連絡が取れたため、林道に当たるまでトラバース気味に下るように指示して事なきを得た。麓の中社ゲレンデには4時半過ぎに下山した。



飯縄山山頂にて

5日(日)も朝から快晴の天候に恵まれた。午前9時半には赤倉観光ホテルスキー場のトップに到着。シールを付けて前山の急斜面を登り始める。途中まではブナ林の中を行くが、今年雪崩の発生した斜面では最も安全な右寄りの子尾根を細かく刻む。急な斜面に苦労するメンバーもいたが、午後12時半過ぎには頂上尾根に到着。ここで遅めの昼食休憩を取る。

山頂までは20分程度の行程だが、山頂よりのんびり出来そうな場所で良いと思う。

昼食後は一登りで前山山頂に到着。ここでシールをはずしていよいよ滝沢尾根の滑降が始まる。最初は狭い尾根を下るため慎重に下る。尾根が広くなったところに急な斜面があり、ここを過ぎると快適な中斜面。雪質は重めで最初の急斜面では苦勞するが、お正月明けの陶山さん岩鞍スキー教室で習ったカービングターンのおかげで、重めの雪も途中からは快適に滑ることが出来た。

ブナ林が出てくるあたりになると、地形が複雑になって来て、ルート判断が求められる。かなりの方が滑った跡があるため、思わずそちらにつられてしまい、予定のコースから外れてしまう。途中からノートラックの快適なブナ林を気持ちよく滑っていると、さらにコースから外れていることに気が付く。予定のコースに戻るため、沢をトラバース気味に渡ったりする。

コースの最後は急な沢への下りが待っているが、ここは皆横滑りで問題なく通過。その後のグレンデ



前山斜面の登り



尾根に到着。大休憩

までのトラバースでは、またもトレースに導かれてミスコースし、最後に階段登高が待っていた。

前回このコースを滑ったときは、天候が悪かったためか、慎重にコース取りをして滑ったためミスコースはしなかったが、今回は天候も良く、多くのトレースがあり、前回の記憶を頼りに滑ったため、時々ミスコースをしてしまった。人のトレースは当てにせず、地図を確認しながらコース取りが必要だった。反省材料として次回に活かしたい。



乗鞍岳シール登高トレーニングツアー

記 樋口仁巳

期日 : 3月12日(日)夜行日帰り

参加者 : L 陶山正、樋口浩子、樋口仁巳

行程 : 9時30分乗鞍高原スキー場リフト乗車 10時シールを装着し、カモシカ平を出発 13時位ヶ原付近(標高2550m)にて滑降開始 13時30分あつという間に駐車場付近に到着。湯けむり館で入浴し体を温めてから帰京。

天候 : スキー場下部は、アラレ後重たい雪。カモシカ平上部は吹雪。

前週の妙高前山ツアーのとき、前山の急斜面でシール登高に苦しんだ浩子宮様は、多忙の陶山師匠にシール登高の特訓をお願いし、急きょ乗鞍岳ツアーに出かけることになりました。私仁巳も急斜面でのシール登高の勉強をさせてもらいました。

シールを装着して吹雪のカモシカ平を出発するとまもなく狭い急斜面にでます。さっそくここで急斜面シール登高&キックターンのトレーニングになりました。東京でシャドウキックターン(注)に励んできた成果が少しは出たでしょうか。

浩子宮様は急斜面で365歩のマーチになっていました。3歩進んで2歩下がる。(これ以上この話を書くと我が家の治安が保たれない状態になるので避けます。)

しかし、陶山師匠から、「歩行は2軸歩行で、ストックと足の3点支持で急斜面を登る」とのアドバイスで生き返ります。私仁巳も目からうろこが落ちた思いでした。

文章にすると長くなりますが、例えば、2本のストックと右スキーによる三点支持の状態から、左スキーをすり足でゆっくり滑らして進みます。このとき、二本の手を使って柵を乗り越えるようなイメージで足を動かすとうまくいきます。進めた左スキーを安定させたら、今度は右側のストックと両方のスキーによる三点支持の状態、左手側のストックを左スキーの横に突いて固定します。手足の動きが左右逆になる(1軸歩行)のではなく、左右の手足を同調させていく(2軸歩行)のがポイントです。

さて、吹雪のため前方の視界はありませんでしたが、標高2550mの位ヶ原付近まで登ったと思われまます。その後は、パウダー状態となった快適な斜面を滑降し、あつという間に出発点の駐車場まで戻りました。

その後、パウダーの感覚に名残を惜しみつつ、温泉で汗を流して帰京しました。

(注)最近「シャドウキックターン」がマイブームになっています。鍋倉山で陶山さんと荒木さんに教わった「抜き上げキックターン」を自宅でイメージトレーニングしているうちに、谷回り、山回り、抜き上げの3種類の「シャドウキックターン」ができました。ただし、駅の階段などで練習していると他の人に変な顔をされるので、場所を選んで行いたいものです。

鍋倉山行事報告

報告 笹木祐司

実施日：2006年4月1日(土) 晴天

メンバー：笹木(L)、長部(SL)川崎、吉原、斎藤、近藤知子

行動記録

7:50	温井集落の除雪最終地点発(550m)	10:49	尾根上 (1200m)
8:30	小屋 (700m)	11:18	山頂着(1288m) 12:15 発
9:06	尾根上の棚(790m)		山頂は360度の展望
	この間、斜度のある登り有り。	13:11	滑降終了尾根下で休憩(805m)
9:32	尾根上の棚(900m)	14:00	車に戻る
	斜度が緩くなりブナ林を歩ける。		
10:16	尾根上 (1035m) なかなか いい感じです。		

感想

鍋倉山はブナ林を歩く気持ち良さ、山頂、尾根からの展望の良さのあり、一日ツアーをのんびりと楽しめた山だった。

しかし、気温が高かったため雪の状態が悪く板が滑べらず、快適なスキーが出来なかった。登っているときはブナのツリーランを楽しめると考えていたので期待はずれ。次回は雪の良い時期を狙い、ツリーランを楽しみたいと思う。

今回は読図練習が目的のひとつであったがここは入山地点から尾根の取り付きまで平地小屋、沢といった目標がありまた、尾根に取り付けば山頂まで迷うような地形もなく判り安く、いい練習になった。鍋倉山は山頂から東方面に下りれば尾根が違って入山地点にもどれるので読図初心者にも安心できる所でした。実際、下りのときにミスコースをして違う尾根に入ってしまったが問題なく戻ることが出来ました。これは視界がよく、温井集落が上から見たことで、滑走中にコンパスの確認を怠ったことと、滑り始めに尾根の分岐をよくイメージしていなかったことが原因と考え、反省をしている。

先輩方の協力のおかげで事故もなく、リーダー初心者としていい勉強になりました。

ありがとうございます。



近況報告

斉藤シゲ子

2/17～2/20 蔵王

19日、20日快晴、山頂360度の眺望。スノーモンスターも立派。

亀井澄男

2/17～2/20 八甲田

5年ぶりにシールを使う。板・ビンディングは10年目。他の方と大分違う。来シーズンは一式更新したい。

2/11～2/13 野沢

労働組合の行事。例年行っている(15年)。

笹木祐司

2/4～2/5 野沢

2/11 ブランシュタカヤマ

2/25～2/26 野沢

今シーズンは野沢のみ。2月の後半は、もう春めいてきました。

勝亦勇一

2/11～2/12 野沢温泉スキー場

八王子労連スキーツアーに参加。久しぶりにビデオ撮影していただき、自分のすべりを見た。

2/19 野辺山シャトレゼスキー場

日帰りで教職員組合主催のスキーツアーに参加。バス

3/4 清里サン・キッズメドウズスキー場

職場の人、3人で日帰りスキー。富士見山、八ヶ岳赤岳等がよく見えた。ラッキー

二階堂耕司

2/10～2/11 前武尊

深雪楽しめたが、少し重く手ごわかった。

2/23～2/26 八甲田山

好天に恵まれ、大岳登山ラッキー。ガイドの努力で深雪もいっぱい滑れた。

陶山 正

2/11～2/12 三俣神楽

芳山の山スキー学校実技2回目。深雪滑降とシール登高の講習を行う。初日は神楽峰まで行き田代スキー場へ向かって深雪滑降。2日目悪天でゲレンデの側を深雪探して滑る。

2/18～2/19 武尊

芳山の山スキー学校実技3回目。歩行と雪洞体験を行う。4月のごとき暖かく。雪洞かたくて大変だったが、その分快適でした。

2/23～2/26 八甲田山スキーツアー

八甲田スペシャルパーティーで山スキー三昧。八甲田大岳、小岳、井戸岳、赤倉岳といっぱい登れましたが、3～4月の陽気で深雪できずとも楽しい山スキーでした。報告別途。

小村慶子

2/16~2/20 八甲田山

厳寒時にもかかわらず、3/4の快晴。八甲田大岳からの展望も堪能した。来年はもっと長く滞在できるようにして深雪にも遭えるようにと思う。

中川幸子

2/11~2/12 三俣神楽

労山の山スキー学校行事に参加。

2/18~2/19 武尊

労山の山スキー学校行事に参加。初めて雪洞を掘り寝る体験をした。雪は硬かった。

3/4~3/5 飯綱山山スキー、妙高赤倉前山

杉山さんをリーダーに個人山行。天候もよく、それが一番。楽しい山行でした。

大川 淳

2/17~2/26 八甲田山・酸ヶ湯

初めの3日くらいは新雪でよかったが、後半は天気が続き「深雪」には程遠くなった。その代わり、遠出が多くなった。大岳、小岳、井戸岳、と頂上アタックになり、それぞれの山頂からの大斜面の大滑降が可能となった。

吉原露子

2/23~2/26 八甲田山

深雪でなく春のような快晴。

2/11 前武尊

手軽にオフピステを楽しめた。

近藤知子

2/11 白樺湖ロイヤルヒル

2/18-19 石打&ナスパ

2/25-26 東京スキー協の教室で湯の丸山へ。

1日目は晴天で春スキー気分、翌日は風雪の冬スキーと、1回で二通りの練習が楽しめました。

3/5 六日町八海山スキー場

山頂駅から少し稜線をたどり、八海山(薬師岳?にシュプールも)や越後駒ヶ岳を展望。外の滑りもちょっぴりチャレンジ。

斉藤シゲ子

2/5 宇都宮アルプス

低山だが5山を登る。天気に恵まれ登ってきた山が見え満足。

2/17~2/20 東京スキーまつり 蔵王スキー場

6人の教室でレッスン。カービングの滑りができてきたとのこと。9条を守るのデモ宣をしてスキーヤーにアピール。

3/10 栃木三峰山と星野村の節分草

600mの山だが、鎖、梯子、急坂ありなかなかの山。節分草は満開。

3/11 高尾山を案内する。

高尾山で最初に発見されたシロミのアオキに会う。江川杉の近く。

樋口仁巳

3/4 戸隠・飯綱山

リーダー杉山さんのもと、快晴の戸隠飯綱山を滑ってきました。稜線が一望できる山で、とても気分の良い山行でした。この日は黒姫倶楽部泊。夕方は恒例のクロの散歩です。

3/5 妙高前山

この日も快晴でした。妙高前山の急斜面にやや手こずりましたが、その後のブナ林の滑降はフカフカで快適でした。帰りに池の平・ランドマークで温泉に寄りました。露天風呂では、たった今滑ってきたばかり稜線が目の前に広がっているので、妙高前山ツアーの復習に最適です。

3/12 陶山さんに乗鞍岳に連れて行ってもらいました。

シール登高の特訓を受けてきました。

樋口浩子

3/4 戸隠・飯綱山

3/5 妙高前山

マットレスの上で遊んでいるようなフカフカの滑降にはしゃぎました。シールにはうんざりするほど手こずり、皆さんを待たせてしまいました。シール登高の練習をしなければいけないと思います。

杉山

2/11～2/12 労山山スキー学校 神楽峰・深雪滑降訓練

初日は天候に恵まれ神楽峰山頂から田代スキー場方面へ深雪滑降が出来た。二日目は荒れた天気となり、登高は途中であきらめゲレンデ脇の深雪を滑る。宿泊した新兵衛での交流も盛り上がり、メンバーの親交が深まる山行だった。

2/18～2/19 労山山スキー学校 上州武尊・雪洞ビバーク訓練

二日間とも最高の天気に恵まれ、雪洞を作ったポイントも最高の所だった。積雪が多く、大きな雪洞が出来て快適に過ごすことが出来た。初めての雪洞作りを経験できたのが良かった。

3/4～3/5 戸隠スキー場から飯縄山、妙高前山滝沢尾根(別の報告通り)

3/25～3/26 労山山スキー学校 梅池・天狗原から蓮華温泉・木地屋

労山山スキー学校最後の課程で、蓮華温泉を宿泊地とする総合滑降訓練に参加した。こちらも最高の天候に恵まれ、雪も良く温泉も堪能できて文句ない山行だった。

例会、運営委員会、リーダー会議報告

3月例会報告



2006年3月12日 午後7時30分から同9時 / 出席者24名
報告事項、近況報告、勉強会

救急法・蘇生法(島崎)

「装備としての救急法(予防と何かある前の準備として)」

歪をとり正しい身体運動を / 条件の
予測と活動の決定 / 緊急体制 / 保険

「救急法」

蘇生法 / 三角巾の基本 / 凍傷・低体
温症



歪をとり正しい身体運動を / 条件の予測と活動の決定
/ 緊急体制 / 保険

運営委員会報告(略)

今後の例会での勉強会は、

安全に楽しむために必要な技術、知識とスキー操作を学びましょう。

例会では、勉強する場を設けています。短い時間ですが、参加し、みんなで勉強しましょう。

あなたが希望する課題がありましたらお知らせ下さい。会員、みんなで考え勉強することで課題は学んでいくことができます。

3月運営委員会報告

日時 2006年1月18日

場所 国分寺労政会館

委員 川上、荒木、長部、近藤、高島、中川、吉原(下線者、出席)

委員会概要、報告、議事内容：

事務局

会報 4月号発行、

例会 4月例会の主題は、読図(直進法)について再度簡単に(講師 長部氏)

会計

入退会について

今月は、変動ありませんでした。

次回運営委員会 4月26日(午後7時30分から)

リーダー会議報告

報告ありません。

スキー協関係

東京都勤労者スキー協議会(東京スキー協)

<http://www.cpi-media.co.jp/skikyo/>

スキー協通信掲載箇所

<http://www.cpi-media.co.jp/skikyo/tsusin/tsusin.htm>



全国勤労者スキー協議会(全国スキー協)

<http://www.mmjp.or.jp/wsaj/>

全国勤労者スキー協議会(全国スキー協)山スキー部掲示板ができました。下記URLへ

<http://okuda0948.sakura.ne.jp/skikyo/light.cgi>

東京スキー協

3月24日	クラブアンケート送付(各クラブへ)
4月6日	常任理事会
4月20日	理事会
4月27日	第29回東京スキー協総会原案発表
5月11日	理事会
5月18日	常任理事会
5月25日	総会議案送付
6月1日	常任理事会
6月25日	第29回東京スキー協総会

●山スキー関連とウィークデー委員会行事、ジュニア委員会行事を除く。

4月26日 山スキー委員会

詳細は



山スキー教室は、行事案内末に掲載しています。

全国スキー協山スキー関係

整理 NO	日程	会場	行事名	主管する県またはブロック
15	06/04/15-16	八幡平	東北山スキー交流	全国山スキー部
20	06/05/13-14	針の木大雪渓	針の木大雪渓大滑降	全国山スキー部

4月11日 山スキー部会

雑記帳

我が家の近くの桜もそろそろ葉桜、家では石楠花が咲き出し、チューリップが...、と。こんなつもりで山に行くと、まだまだ冬。

8日から9日にかけて、「遭難相次ぎ」(朝日)、「不安定な雪 危険な入山」「山スキー認識不足も」(信濃毎日)という新聞記事が、三多摩で出かけた方はいないのか、いるのか...

「雪崩を避ける技術を持つことではないの

か」というのが私の持論。「そんなことをいっていたら、行けないよ」といわれそうだが、しかし現実には起きている中でどうすべきなのか、新雪雪崩・表層雪崩は、人為的誘発要因が主要なところにあるようだ。斜度、いつ降ったか、降ってるのか。すこしでも考えて山に入ろう。

春スキーといっても、天候の急変もあり万全の体制で。たんしい春スキーの報告を寄せてください。

三多摩山スキークラブ会報(2006.4 157)

発行 川上邦夫

編集 長部保雄

ホームページ編集 大槻 真人

<http://www.asahi-net.or.jp/~xi7m-ootk/backnumber.htm>

発行連絡先

180-0013

武蔵野市西久保 3-25-7-303

Tel/Fax 042-253-7289

2006.4.10 発行

平標山・神楽峰 初級山スキー

記録的な豪雪でたっぷり残雪の残る越後の春スキーに出かけませんか？

体力、滑降技術がイマイチだと思っている謙虚な方歓迎！

4月とはいえ天候は不安定で、この春は例年より雪崩の危険が大きくなっています。最近遭難も起きている山域です、気を引き締めて万全の体調で参加してください。

- 山 域 平標山・神楽峰
- 山行形態 山スキー。滑降のコースどりはヤカイ沢など上級コースはやりません。
- 日 時 2006年4月21日(金)夜～23日(日)
初日に本橋から平標山往復
2日目にかぐらスキー場リフト終点から神楽峰に登り田代スキー場へ
- 交 通 マイカー(二階堂車、杉山車)にて関越道湯沢インターを出て三俣に深夜着
- 集 合 8PM JR 西国分寺駅南口(参加者の状況で変更します)
- 宿 泊 三俣旅館「新兵衛」
新潟県南魚沼郡湯沢町三俣829 電話 025-788-9008
- 費 用 宿泊費 前夜泊朝食付 4,500円、1泊2食付 6,500円プラス交通費、リフト代
- 装 備 (個人) 山スキー道具一式、ビーコン、スコップ、ゾンデ、GPS(持っている人)、保険証、行動食2食、非常食、常備薬(必要な人)
(共同) ツェルト、コンロ、コップ、非常薬
- 参加条件 山岳保険加入者
- 申込締切 4月の例会
3月25日現在の参加者 今井、小川、近藤(シ)、杉山、伊達、二階堂
- 地 図 2万5000分の1 三国峠・苗場山
- 担 当 二階堂 耕司
電 話 042-372-0525 携帯 090-2319-3763
メール ni.koji@nifty.com

「平標山・神楽峰山スキー」参加申込書

2006年 月 日

表記の件、下記により参加を申し込みます。

氏名		生年月日	19 年 月 日生 才
住所	Tel		連絡先(Tel)
その他			

立山周辺 大滑降

'06/3 大川

何度行っても飽きない立山、山スキーの醍醐味は立山にあり！

滑り重点、滑り納めにふさわしい、今シーズン最後の行事、今年度の成果を確認し、大スケールの大斜面を思いっきり滑ろう！

雷鳥荘には昨年から本格の温泉ができました。

今年は下記日程をベースに平日(5/29~6/2)もやりたいと考えています。参加数によっては日程を調整させて貰うかもしれません。

- 日 程 6月3日(土)~5日(月) 2泊3日
- 集 合 6月3日(土)9:30am
立山・室堂ターミナル 待合室
- コース 立山周辺
その他
帰りはタンボ平を滑降予定
- 宿 泊 雷鳥荘(2泊)(0764-65-5777)
- 装 備 山スキー一式(含スキーアイゼン)
春スキーの服装と装備、(含雨具)、日焼け止め対策、
サブザック(メインと共用できる場合不要)
3日、4日の昼食2食+非常食1食
メインのザックは板をA形に固定できること、
- 締切日 5月20日
- 申込み 大川まで 参加者確定しだい詳細を決めます
042-365-2184 Eメール j_ookawa@h3.dion.ne.jp
なお私は先発の予定です

「立山山スキー」参加申込書

2006年 月 日

表記の件、下記により参加を申し込みます。

氏名		生年月日	19 年 月 日生 才
住所			連絡先()
その他			

山 行 計 画 書

「三多摩山スキークラブ」
 代表 川上邦夫 TEL042-253-7289
 山岳団体名 「やますき」
 代表 勝亦勇一 TEL 042-674-9875

「新穂高～槍平小屋～槍ヶ岳」

- 【期 日】 2006年5月3日(水)～6日(金) 前夜発2泊3日 / 予備日1日
- 【目 的】 飛騨沢・槍沢を滑る
- 【編 成】 L高畠 SL Mg
- 【集 合】 JR西八王子駅南口
- 【地 図】 笠ヶ岳・穂高岳・槍ヶ岳(二万五千図)
- 【行動予定】 5月2日(火) 西八王子～八王子IC(中央道)～松本IC～新穂高温泉 仮眠
 5月3日(水) 新穂高温泉～槍平冬季小屋 泊 / 自炊
 5月4日(木) 槍平小屋～飛騨沢乗越～槍ヶ岳 槍ヶ岳山荘泊 / 食事付 槍沢滑降
 5月5日(金) 槍ヶ岳山荘～飛騨沢～槍平小屋～新穂高温泉～松本IC～八王子IC
 5月6日(土) 予備日
- 【共同装備】 ツェルト、ラジオ
- 【個人装備】 山スキー道具一式、コッフェル、コンロ、懐電、防寒具、水筒(テルモス)、武器、スコップ、ビーコン
 嗜好品(酒類)、食器、ポリタン、マグカップ、シュラフ、食料、エアーマット、クトー
- 【締 切 り】 4月16日(日)
 参加者の方は事前に打ち合わせを行います。

【参加者】

担当	名 前	性別	年齢	住 所	連 絡 先
L	高畠 近義	男	58		
SL	近藤 修通	男	57		

- 【所属団体】 「三多摩山スキークラブ」東京都勤労者スキー協議会 / 「やますき」日本勤労者山岳連盟
- 【下山連絡】 川上邦夫 東京都武蔵野市西久保 3-25-7-303 TEL042-253-7289
 勝亦勇一 東京都八王子市別所 1-84-19 TEL042-674-9875

「槍沢・飛騨沢山スキー」参加申込書

2006年 月 日

表記の件、下記により参加を申し込みます。

氏名		生年月日	19 年 月 日生 才
住所			連絡先()
その他			