

2006.11

# 三多摩山スキークラブ 会報

11月号 163



2006年11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>

## 目次

目次	-----	2
今月の表紙	-----	2
インフォメーション	-----	3
例会、運営委員会、リーダー会、スキー協行事等		
「きたないジジイに、ババア！」06-11 大川 淳	-----	4
行事案内	-----	5
雪崩ビーコン講習会	-----	5
立山初滑り	-----	6
近況報告	-----	7
白山冠雪	-----	8
お願い	-----	8
例会・運営委員会報告	-----	9
2006年～2007年三多摩山スキークラブ行事予定表	-----	10
スキー協関係	-----	11
編集後記	-----	12
行事案内 / 申込書		
2006 雪崩ビーコン講習の案内 (会場地図)		
志賀高原熊の湯 指導員研修会 レベルアップ教室 テレマーク講習会 /		

### 今月の表紙

10月9日白山山頂が白く輝いていたので、紅葉と雪を見に白山に登ることにした。

砂防新道を登る。紅葉はEL2000m以上、甚之助避難小屋付近からが見頃。下山してきたひとに聞くと室堂から上は

登山道に雪があるという。黒ボコ(EL2330m)岩まで登ると、雪をまとった、御前峰、大汝山の白山山頂と、弥陀ヶ原の紅葉、はい松の緑のコントラストがすばらしい風景が見える。川崎さんより、白山冠雪の便りから。表紙写真は「弥陀ヶ原から御前峰」

## インフォメーション

例会

### 11月例会

日時 11月8日(水) 午後7時30分~

場所 国分寺労政会館 (042-323-8511)

主な内容 雪崩・ビーコンについて

				主な内容	
12月	13日	(水)	午後19時30分~	最新山スキー用具	講師: 秀山荘
1月	10日	(水)	午後19時30分~	滑降技術	講師: 川上さん
2月	14日	(水)	午後19時30分~	応急救護(心肺蘇生法を主に)	国分寺消防署員
3月	14日	(水)	午後19時30分~		国分寺消防署員
<b>運営委員会</b>					
11月	22日	(水)	午後19時30分~		国分寺労政会館 (042-323-8511)
12月	日				国分寺労政会館 (042-323-8511)
<b>リーダー会</b>					

三多摩行事等予定						
11月	23日	全日予定	午前10時集合 (昼食持参の事)	ビーコン講習会 講師: 陶山さん	会場 府中・武蔵野公園	5頁
11月	24日~ 26日		初滑り	立山・雷鳥沢付近		6頁
1月	6日~ 8日		岩鞍スキー場	基礎スキー講習会		

その他 スキー協関係				問合せ先	
11月	10日	PM19:00 ~21:00	渋谷勤労福祉会館	山スキーの集い	東京スキー協 03-971-4144
11月	18日	AM10:00 ~ AM12:00	渋谷勤労福祉会館	雪崩勉強会	ラ・ランドネ(矢口氏) 045-845-9113
11月	19日	AM10:00 ~PM5:00	赤城教育会館	山スキー講座	全国スキー協 03-971-4145
12月	16日~ 17日		志賀高原・熊の湯	スキーリーダー・指導員研修会、レベルアップ教室・テレマーク教室	全国スキー協 03-971-4145
1月	6日~ 8日		乗鞍高原	救急・搬送、深雪滑降、雪崩講習会	全国スキー協 03-971-4145

## 「きたないジジイに、ババア！」

06-11 大川 淳

おっと失礼！

これは「毒蝮三太夫・TBSラジオ」での、中高年に対するいつもの毒舌です。きたなければ、いい服を着て、化粧など外見を整えればいい訳ですが...

山スキーでも、ジジイにババア？

人間は誰でも、確実に年は取ってゆきます。年は忘れたいものですが、忘れては困る時もあります。今やクラブの平均年齢は「58才」です。10年前は40才台であったのですが。団塊の世代、それに近い世代と。今、続々と押し寄せてきています。

5年、10年前にはよく出来ていたはずだが...

今は果たしてどうなのか、ということです。

山スキーでは、30度以上の急斜面を登行する技術、急斜面を安定して滑る技術、深雪の急斜面での滑降技術、これらを駆使するための体力やバランス感覚...求められているものは沢山あるわけです。

今の時点で、自分にとっては何が出来て、何が不十分なのか。山スキーに対して、自分の技量、体力をよく見つめ、問い直してみるのもいいのではないのでしょうか。

長くやっていると、とかく山スキーというものに慣れて、意識の上ではあたかも自分がベテランになってしまっている感が生まれます。この「意識だけが先行」してしまっている状態、これを重視する必要があります。

年とともに、バランス感覚、意識、体力などが低下していく訳です。これは、私自身、自問自答するものですが、果たして、いつまでスキーができるのだろうか。もちろん、これに手をこまねいている訳に行かないわけですが。そして、山スキーの楽しさを求め続けたいものです。

「山は逃げないが、年は待ってくれない」等とばかり...

脅迫観念に駆られる様に、達成のためには、気軽に行ってしまう...

レベルによってはヤバイ所、リスクがある所もあるわけです。「おおごと(大事)」を誘発するような、可能性、状況などを見つめてみたいものです。

山スキーはもっと「余裕を持って、優雅に楽しむ」べきものではないのでしょうか。

## 行事案内

『安全』に、楽しく

### 2006 雪崩ビーコン講習の案内

日時 2006年11月23日(木)  
講習場所 府中・武蔵野公園 入口(会場への道順は [頁に掲載](#))  
集合時間 10時00分  
実施内容 ビーコンの特性、実践的な搜索方法  
ビーコン搜索体感と反復練習。その他  
持ち物 ビーコン(持っていない人は申し出てください)  
GPS持っている人は持参  
昼食持参 食器持参(豚汁とコーヒー作ります)  
参加申込み 陶山 0423-66-2287、FAX可  
Mail: N0294893@aol.com

#### 机上で学ぶ

##### 山スキー講座(スキー協) (詳細は、会報10月号162)

日時 2006年11月19日(日曜日) 午前10時から午後5時まで  
主催団体・問合せ先 東京都勤労者スキー協議会(03-3971-4144)

##### 山スキー学校(労山) (詳細は、会報10月号162)

日時 06年12月2日(土曜日)13時30分~17時  
主催団体・問合せ先 東京都勤労者山岳連盟(三尾氏 0422-47-7221)

#### 実践、雪上生活・滑降技術

##### 志賀高原熊の湯 指導員研修会 レベルアップ教室 テレマーク講習会(添付参照)

日時 2006年12月16日(土)~17日(日) 1泊2日  
主催 全国スキー協山スキー部〒170-0013 豊島区東池袋2-39-2 大住ビル402  
TEL03-3971-4145 FAX03-3971-4144

##### 乗鞍 救急・搬送 山スキー講習会

日程 2007年1月6日(土)~8日(振替休日)2泊3日(民宿・テント各1泊 幕営地は  
スキー場上部2,250m付近、林の中)  
主催 全国スキー協山スキー部〒170-0013 豊島区東池袋2-39-2 大住ビル402  
TEL03-3971-4145 FAX03-3971-4144

##### 山スキー学校(労山)

主催団体・問合せ先 東京都勤労者山岳連盟(三尾氏 0422-47-7221)  
全国山スキー事務局の矢口です。

### 雪崩に関する講習会(参考)

労山『全国雪崩事故を防ぐための講習会』  
山スキークラス・スノーボードクラス  
日程：2007/2/10(土)-12(月：祝)  
場所：黒姫高原  
費用：1泊2日クラス 25,000円  
2泊3日クラス 35,000円  
宿泊費、教材費、リフト代、講習会諸経費含む  
詳細：<http://www.jwaf.jp/upload/info/153.pdf>  
備考：労山会員外の方も会員と同じ条件で受講できます

日本山岳ガイド協会  
『雪崩対策技術基礎 講習会』  
日程：2007/2/18(日)-20(火)  
場所：白馬みねかたスキー場および遠見尾根、  
八方尾根  
費用：28,000円  
講習料、宿泊料、障害保険料  
リフト、ゴンドラ代は別  
申し込み先：office@jfmga.com

**雪山は呼んでいる！**

## **立山初滑りのご案内**

山は紅葉が見頃、ハイキングにとても良い時季ですが、高い山からは待望の雪の便りも届き、皆さん虫が騒ぎ始めていることでしょう。

そこで、クラブでは今シーズンの幕開けに先がけて、どこよりも早くスキーが可能な立山で、アルペンルート終了直前の初滑りを企画しました。

雪の状況は初雪、冠雪とも例年並のようです。宿泊は風呂の新装なったおなじみの雷鳥荘です。足慣らしも兼ねて、いち早く雪山の感触を味わってみませんか？

日 時 2006年11月24日(金)~26日(日)

場 所 立山・雷鳥沢付近

交 通 扇沢までマイカー(電車とバスまたはタクシーも可)+アルペンルート

宿 泊 富山県中新川郡立山町 電話 076-465-5777

1泊2食付(税込)8400円+入湯税150円

25000/1 地図 立山、剣岳

申込期限 11月8日(水)例会まで(欠席の人は必ず事前に申し込んでください)

担 当 者 二階堂耕司

電話 042-372-0525

携帯 090-2319-3763

メール [ni.koji@nifty.com](mailto:ni.koji@nifty.com)

詳細は参加者に別途計画書をお渡しします。

## 近況報告

杉山一宏

10/8(日) - 9(月) 北アルプス・常念岳

10/8は、風が強く、槍穂方面から飛んでくる雪で吹雪状態。10/9は、打って変わってすばらしい天気となり、新雪の山と紅葉のコントラストが美しかったです。

齊藤シゲ子

9/22(金) - 23(土) 皇海山

晴天で沢登。気持ちよい山行

9/24(日) 青梅・大荷田(里山)ハイキング

そばを蒔いたので花が咲くころでたずねる。めずらしくナンバンギセルが群生。そば、花・実が撮りにとられないようにネットはり。

9/25(月) 五日市・戸倉三山(アップダウンが多い山・7時間半かかる)

9/28(木) 青梅里山ハイキング

10/11(水) 奥多摩湖南岸ウォーキング(いこいの広場)

コバルトブルーの湖に紅葉が映えたらすばらしいだろう。

吉原露子

10/8(日) - 10(火) 槍ヶ岳

降雪後の三段染めを楽しんできました。来年の春スキーの下見を兼ねて。

伊達定治

10/8(日) 蛭ヶ岳(丹沢、神の川上流から地藏尾根直登)

マイナーなルートで渡渉あり、ロープあり、ぶな原生林等と、楽しめるルートであった。また天候もベストで伊豆大島の先まで遠望できた。

二階堂耕司

9/16(土) - 18(火) 八ヶ岳・阿弥陀岳、硫黄岳

久方ぶりのテント山行でバテ気味。御小屋尾根から阿弥陀は初めて。

10/3(火) - 5(火) 立山・剣岳

池の平小屋は初めて。風呂あり。日本酒サービスあり。なかなかユニークな小屋。紅葉は上部は身頃。

高畠近義

8/25(金) - 27(日) 柏原新道~針の木~船窪~葛温泉

2日目は11時間行動。チョットきつかったです。お天気は最高でした。

????

8/ 白馬~唐松

8/3(木) - 6(日) 槍~穂高~大キレット

8/23(木) - 27(日) 針の木~船窪~烏帽子

10/7(土) - 9(日) 那須岳 (紅葉)

## 白山冠雪

川崎 敏

海難・山の遭難の原因となった低気圧が通過した 10 月 9 日白山山頂が白く輝いていたので、紅葉と雪を見に白山に登ることにした。

### 10月10日

別当出合まで車で入り、砂防新道を登る。紅葉は EL2000m 以上、甚之助避難小屋付近からが見頃。下山してきたひとに聞くと室堂から上は登山道に雪があるという。黒ボコ (EL2330m) 岩まで登ると、雪をまとった、御前峰、大汝山の白山山頂と、弥陀ヶ原の紅葉、はい松の緑のコントラストがすばらしい風景が見える。室堂センターに入り、御前



大汝山

峰までひと登りしようかと思ったが、山頂付近にガスがかかりだしたのでやめてビールにする。夕食は食堂で暮れなずむ秋色の別山を眺めて一杯やりながら。ただしエサは近頃の山小屋にしてはあんまり良くない。

### 10月11日

午前 3 時頃トイレに起きたら雨混じりの濃い霧、明け方窓際に寝ているひとが依然ガスだということで、御前峰でご来光を仰ぐのをあきらめ、小屋から日の出を待ちかまえる。東の空は雲が多くあまり見事な日の出とはならず。朝食後、雨が降っているが山頂は見えるのでカッパを着て御前峰へ登る。火口湖紺屋池をはさんで、白くなった大汝山冬のただずまいを見せる。後から登ってきた年配男女以外はいない。室堂センターも 10 月 15 日で閉め、来年 5 月 1 日までは無人小屋があるだけになる。帰路は観光新道をとる。黒ボコ岩の分岐から、殿池避難小屋 (EL2025m) の下あたりまでの紅葉がきれい。観光新道から別当谷、甚之助谷にはさまれた大地すべり地形が良くわかる。砂防新道の尾根は地すべり地塊で年々動いているという。今年はその一部が別当谷に向かって崩壊し登山道が不通になっていたようだ。残雪期スキーをするなら、登ってくるのは大変そうだが殿池避難小屋を使うという手もあるかもしれない。この稜線からの別山、白山釈迦ヶ岳の眺めが良い。急坂を別当出合に降り、途中白峰の天望の湯に入りながら下ってきた山路を見返す。

### 三多摩山スキークラブ会費納入のお願い

総会で納入できなかつた方へ

会費(6000円(会友:3千円))です。

下記口座に振り込んでください。

三多摩山スキークラブの通常郵便貯金口座

口座名「サンタマヤマスキークラブ」

「通常郵便貯金」の口座記号・番号「10190 77805631」

ご協力の程、よろしくお願ひ申し上げます。

## 例会、運営委員会、リーダー会議報告

### 10月例会報告

日時 2006年10月13日(午後7時30分～)  
場所 国分寺労政会館  
出席者 10名(荒木、齊藤、町田、横山、吉原、陶山、高畠、玉村、伊達、二階堂、近藤(知)、合田、川上、長部)  
議題 報告事項  
行事計画  
11月 ビーコン講習会(23日、武蔵野公園)  
12月 ニセコスキー場  
妙高スキー場  
討議事項  
行事企画について(次ページ参照)  
その他  
11月23日 野外ビーコン講習会

### 9月運営委員会報告

日時 2006年10月25日(午後7時30分～)  
場所 国分寺労政会館  
委員 川上、荒木、吉原、高畠、齊藤、笹木、長部、

委員会概要、報告、議事内容：

教程解説ビデオ補足版の購入(済)

スキー協登録について(指導員登録5、会員登録15)

三多摩リーダー推薦(杉山氏)

リーダー基準の提案討議、

行事基準について(単独行、安全問題)

11月例会について、

12月行事

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 11月22日(午後7時30分から)

2006年～2007年三多摩山スキークラブ行事予定表

2006/11/7

10月例会で出され、運営委員会でまとめた行事予定です。担当等は別表に記載しております。そちらと合わせてご覧ください。修正等があります。詳細は会報、担当者にてご確認ください。

十二月	1	11月24(金)～ 26(日)	立山
	2	16(土)・17 (日)	
	3	21(木)～23 (土)	ニセコ・グランヒラ フ
	4	23(土)・24 (日)	妙高・杉の原
	5	30(土)・31 (日)	
一月	6	6(土)～8(月)	岩鞍スキー場
	7	13(土)・14 (日)	神楽・みつまた
	8	20(土)・21 (日)	
	9	25(木)～28 (日)	八甲田
	10	27(土)	オグナ武尊
二月	11	3(土)～5(月)	野沢温泉
	12	10(土)～12 (月)	妙高・杉の原
	13	16(土)～19 (月)	八甲田
	14	18(日)～21 (水)	八甲田
	15	24(土)・25 (日)	黒姫山・佐渡山
三月	16	3(土)・4(日)	
	17	10(土)・11 (日)	乗鞍岳

	18	17(土) & 18 (日)	富士山	
	19	24(土)・25 (日)	神楽・中尾根	
	20	24(土)・25 (日)	乙斐山	
	四月	21	31(土)・1 (日)	守門岳
		22	7(土)・8(日)	金山沢
23		7(土)・8(日)	八甲田	
24		14(土)・15 (日)	仙ノ倉・シケイ沢	
25		21(土)・22 (日)		
26		28(土)・30 (月)	至仏山	
五月	27	3(木)～6(日)	朝日岳	
	28	3(木)～6(日)	室堂～槍ヶ岳	
	29	12(水)・13 (日)	蓮華大沢	
	30	19(土)・20 (日)		
	31	26(土)・27 (日)		
	32			
六月	33	2(土)・3 (日)	剣・三ノ窓	
	34	9(土)・10 (日)		

## 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)山スキー部揭示

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

### 予定表

10月27日 山スキーリーダー交流会(スキー協事務所)

11月10日 山スキーの集い(渋谷・勤労福祉会館)

11月19日 山スキー講座(新宿・赤城社会教育会館)

10月27日 スキーリーダー・指導員研修会、レベルアップ教室・テレマーク教室(志賀高原)

## 東京スキー協 2007年山スキー教室開催予定表

東京スキー協では、毎年山スキー教室を開講しています。今年も、下記により開催することがほぼ決まりました。どなたでも参加できます。詳細は、近日中に発表されます。

### 日程

回	日程	場所	教室概要
1	1月20日(土) ~21日(日)	上越 新潟または群馬	
2	2月24日(土) ~25日	湯の丸高原、角間峠 長野	入門コース。スキー場のすぐ上が粉雪の高原。シール着脱・登高、樹林滑降など山スキーのエッセンスが豊富
3	3月17日(土) ~18日(日)	梅池高原、天狗原 長野	入門コース。ロープウェイで梅池自然園へ。シール登高一時間で天狗原、白馬岳をバックに
4	4月7日(土) ~8日(日)	かぐら峰 新潟	入門コース。ゲレンデで基礎滑降、シール着脱・登高など、スキー場から稜線など自然のままの雪山を楽しむ
5	5月3日(日) ~5日(水)	至仏山 群馬	尾瀬ヶ原・山の鼻に宿泊し、至仏山を滑る。
6	5月3日(日) ~6日(木)	八甲田山 青森	南・北八甲田山のバリエーション豊富な広大な山域を春スキーの決定版。山スキーの入門にも最適
7	5月25日(金) ~27日(日)	立山・剣沢 富山	滑り納めに。北アルプス3000メートル級の雄大な斜面の大滑降は爽快感満点。温泉につかり気分は極楽

申込み・詳細についての問い合わせは、

東京都勤労者スキー協議会 Tel/Fax03-3971-4144 (PM1:00~8:30)

---

### 雑記帳

もう立冬です。木枯らしもそろそろ吹き出すでしょう。山の景色もいいが、都会の紅葉もすてたものではない。

そして皆さんは、今年の降雪状況が気になりだす今日このごろでしょう。作シーズンは、山スキーの事故報道が一昨年より多かった。

スキーシーズンに入ったのかと、北海道は会報に案内を載せる前に定員に。堀内さんから秋田で山スキーという案内がメールで

回っていますが会報に詳細をとお願ひしていたのですが間に合いませんでした。立山は立山とぶつかってしまいましたが、23日ビーコンの操作講習会。理屈は簡単なんですが微妙な操作。いざというときは気が動転し、となると無意識にでも操作できるようにしておかないと。

機械があれば安全というわけではない。危険をいかに回避するかが課題なんでしょう。事故がないよう、安全に楽しく。

---

三多摩山スキークラブ会報(2006.11 163)

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

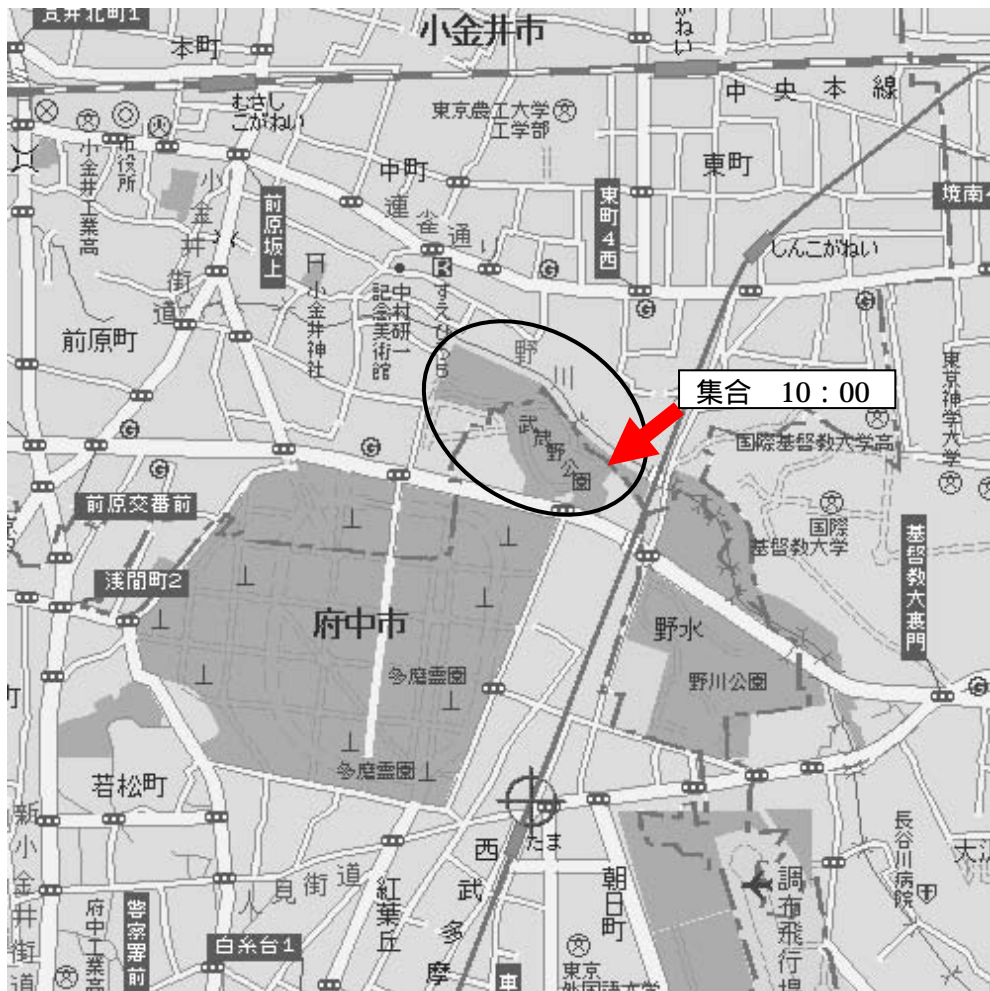
Tel/Fax 042-253-7289

2006.11.10 発行

## 2006 雪崩ビーコン講習の案内

- 日時 2006年11月23日(木)
- 講習場所 府中・武蔵野公園 入口
- 集合時間 10時00分
- 実施内容 ビーコンの特性、実践的な搜索方法  
ビーコン搜索体感と反復練習。その他
- 持ち物 ビーコン(持っていない人は申し出てください)  
GPS持っている人は持参  
昼食持参 食器持参(豚汁とコーヒー作ります)
- 参加申込み 陶山 0423-66-2287、FAX可  
Mail: N0294893@aol.com

### 地図



2007シーズン全国スキー協山スキー部主催

**志賀高原熊の湯 指導員研修会 レベルアップ教室 テレマーク講習会**

教程「深雪・悪雪の滑降訓練法」の検証を含めて滑降技術を高めましょう。恒例の行事です昨年同様テレマーク講習会やレベルアップ教室も併設され指導員の応用技術習得扱いにもなります。山スキーに関心の有る方などの参加を歓迎します。

**記**

期間：2006年12月16日(土)～17日(日) 1泊2日

場所：志賀高原 熊の湯スキー場とその周辺

参加費：17,000円(研修会・教室・講習会共)1泊2食、傷害基金・諸経費

宿舍：志賀高原ロッジ TEL0269-34-3711

〒381-0401 長野県下高井郡山ノ内町志賀高原ほたる温泉

集合解散：熊の湯スキー場 リフト乗場付近 集合=16(土)午前9時半

定員：30名(満員になり次第締切) 解散=17(日)12時半

参加資格：研修会=07年度年次登録を終了した指導員。

：レベルアップ=スキーを平行にして中級コースを滑降できる。

：テレマーク=調整した用具を持参できるテレマーク愛好者

持ち物：スキー教程書、リーダーテキスト。山スキーリーダーテキスト。

指導員証。健康保険証など

申込み 申込書を全国スキー協山スキー部へ (FAX・メール・〒) で送る。

申込金5,000円を〒振替 00180-7-82138 へ送金する。

主催：全国スキー協山スキー部〒170-0013 豊島区東池袋 2-39-2 大住 402

TEL03-3971-4145 FAX03-3971-4144

キャンセル料：出発10-6日前=20%,5-2日前=30%,1日前=40%,当日以後=100%参加費

問合せ先：吉田安信 TEL090-2546-3930〒211-0951 川崎市幸区東古市場 116-12-280

-----キ-リ-ト-サ-セ-シ-ン-----

2007シーズン全国スキー協山スキー部主催

( )カッコ内いずれか囲む

志賀高原熊の湯(指導員研修会.レベルアップ教室.テレマーク講習会)申込書

申込金5000円を 月 日〒振替送金し申し込みます。 月 日

フリガナ 氏名	男 女 19 年 月 日生 自宅TEL	才血液型
〒 - 住所		
クラブ名	全国傷害基金加入 有 無	全国救出基金加入 有 無
スキー技術 中 上	スキー暦 年	山スキー暦 年

参加への期待要望など