

山岳ぐんま



一般社団法人 群馬県山岳・スポーツライミング連盟

発行人：吉田直人 / 編集人：根井康雄

〒371-0031 前橋市下小出町 2-46-1 (小池寛喜方) tel 027-235-9247 E-mail : info@gunmaken-sangakurenmei.net

第47回 ぐんま県民登山 (2024) (沼田市・玉原高原) 開催報告

10月20日(日)、一般8名、会員40名、本部待機2名の合計50名が参加、急な冷え込みの中、秋の環境美化運動と兼ねて開催され、無事に終えることが出来ました。

昨年より名称を「ぐんま県民登山」と改め、開催会場も含め一般受けを期待するものの申込者数は伸びず。山歩きガイドブックには必ず掲載される人気コースゆえ連

盟係員と歩く安心に必要を感じなかったのか、緑の県民税で年2回発行の「ぐんま山と森林・イベント掲載号」が今秋号から中止となったことが一般広報にも影響したのだろうか。群馬県民の日協賛事業として県のホームページへ掲載をするものの、紙媒体と違い自分で情報を探しに行くのでは、イベント告知としては目に触れる機会が少な過ぎたのかもしれない。



鹿俣山の下りから子持山方面を望む

肝心の県民登山開催時の天候は、昨今の気象変化を示すかのような前線を伴った低気圧が通過。前日はこの時期の最高気温を更新する暖かさが一転、当日には冬型の気圧配置でガクンと気温が低下。集合場所に降雪こそ無かったものの、多くの参加者がまだ冬タイヤを装備していないだろうと考えると、強い北風で霜が降りなかったことは救いでした。

集合地点の中心広場では、車の傍で準備するにも道具が吹き飛ばす始末。体調を懸念して欠席者も出る程で、稜線を覆う雲の下は積雪があるのではないかと疑い、大会委員長から各リーダーにコースの短縮化も視野に入れるよう注意喚起もありました。

季節の変わり目、気温の変化に体が慣れてくるには2週間くらい要るみたいなので、まだまだ慣れていない方も多いことでしょう。標高を上げると必ず付きまとう悩みです。

出発後も風は続き、樹林内の歩行では落枝リスクも高い状況でしたが、徐々に日射しが出始め昼前には雲も切れ本部待機場所からも鹿俣の山頂付近が見通せるようになると、各コースリーダーからの無線通信が入り「予定

通りのコースを歩きます」と聞いてホッとしました。

午後1時過ぎ頃、3コースに分かれていた皆さんが同じ位に帰着。

出発時の凍えるような姿とは打って変わり、青空を背に帰着する皆さんの喋り声と笑顔が見えた時、今日のイベントは上手くいったのだなと感じられました。

今夏の暑さと長引く高温で玉原高原の紅葉はやっと始まった様子。雲が残り遠望は今一つだったそうですが、さすがの玉原高原、しっかりと皆さんを楽しませてくれたようでした。

ここ玉原高原は、日本百名山にも数えられる上州武尊山の南西に位置し、豊富なブナ林を持つ自然環境に優れた場所です。比較的穏やかなこのエリアは、自然を堪能するいくつものコースが私たち登山者を迎えてくれますが、熊を始めとする野生動物達の生活の場でもあります。長い歴史に形作られた自然豊かなこの場所を大切に守り楽しんできたいところです。

最後に、コース確認と整備にご協力いただいた沼田山岳会の皆さま、多くの参加者の皆さまに、無事開催できましたこと感謝申し上げます。

事務局長 小池寛喜（写真：中島あづさ）



尼ヶ禿山から見下ろす玉原湖



湿原の木道を歩く



ブナ林に行く



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 実施報告

指導委員会 対比地 昇

2024 (R6) 年度 受講者 17 人 (男 6 / 女 11) 講師 19 人

回数	実施日	内容・担当者	参加	講師
1	8/28(水)	開講式、「登山の魅力と安全登山」 対比地 座学①「ナビゲーション技術 1 (地形図の基礎とその利用)」 根岸	17	15
2	9/ 4(水)	座学②「ナビゲーション技術 2 (地図とコンパスの利用)」 山田 座学③「服装・装備の基本」 石井	17	14
3	9/14(土)	登山実技「榛名山」 1 班 (掃部ヶ岳) 長田、戸村、武藤、新井、対比地 2 班 (烏帽子岳) 阿久津、森田、高橋、三田 3 班 (天目山) 沼居、根岸、細野	14	12
4	9/21(土)	登山実技「榛名山」 1 班 (天目山) 沼居、細野、対比地 2 班 ((掃部ヶ岳) 長田、武藤、山越 3 班 (烏帽子岳) 石橋、田中、角田	15	9
5	9/25(水)	座学④「登山届け」 田中 座学⑤「危急時の対応」 細野 閉講式	16	15
皆勤者 (修了証授与)			13	
特別講習		登山実技 (スノーシュー) 「玉原湿原周辺」	申込 6	

晴れ時々曇り

曇り

今年度の登山教室は受講者 17 名で昨年度と同じであった。2 年続けて定員の 30 名には遠く及ばず残念ではあったが、その分、中身の濃い講習ができたのではないかと考えている。今年度の最大の特徴は参加者の年齢層が大きく変化したということが挙げられる。今までは 50,60 歳代が多くを占めた。今年度は 30 歳代が一番多く、次に 40 歳代が続いた。また、年齢が若いだけでなく、全くの初心者も多かったようで、これから登山を楽しみたいという受講者もいた。座学では全体的に反応があまり感じられず、内容を理解できていない様子うかがわれたが、実技になると熱心に学ぼうとする姿勢も強く感じられ、成果を得ることができたようである。講師も同じことでも何回も繰り返し説明し、また口頭での説明だけでなくメモ用紙に書いて説明する姿などもあり、いろいろと工夫する様子が見られた。

硯岩など眺めの良いところでは歓声があがり、登山を楽しんでいる様子も見られた。受講者の若返りと共に講師陣の若返りも期待したいところではあるが、なかなか難しい状況である。ただ、久しぶりに女性講師の参加があり、女性の参加者には安心感を与えてくれる存在になり好評であった。

今年度は座学を「①地形図」「②コンパス」「③服装装備」「④登山届け」「⑤危急時の対応」と講座数を増やしたが、その分、登山の基本である①と②の時間が不足し、十分に理解してもらうことができなかったように感じた。榛名山での実技で理解を補うことができたが、内容の精選や説明の工夫なども必要かと思われる。

参加者アンケートの回答を見ると、参加者から今後の活動の励みになるようないい評価をいただいたが、もう少し受講者を増やす手立ても検討したい。



座学風景



ロープで安全確保



榛名山での解説



読図・コンパス実習



準備体操



集合写真

2024年度登山教室 アンケート集計 (回答者数 16)

1. 性別		2. 年齢		3. 何で知りましたか	
男	6	～30	0	ホームページ	3
女	11	31～40 (男2、女4)	6	新聞	0
		41～50 (男2、女3)	5	知人	4
		51～60 (男1、女3)	4	店頭に掲げられた要項	6
		61～70 (男1、女1)	2	その他(SNS、登山で行き会った人)	4
		71～	0		
4. 登山経験		(1) 登山を始めて何年ですか		(2) 1年に何回くらい登山に出かけますか	
		0～2年	9	0～5回	9
		3～4年	2	6～10回	3
		5～6年	1	11～15回	2
		7～10年	3	16～20回	0
		11～15年	0	21～30回	0
		16～20年	0	31回～	1
		21年～	0		
5. 以前にこの「登山教室」に参加したことがありますか？		6. 今回参加した理由は何ですか？ (複数回答可)		7. 参加費の5,000円は	
初めて	16	仲間に誘われて	0	高い(希望額3000円)	0
あり	0	仲間を見つけるため	2	適額	8
		登山の知識を増やしたかったから	15	安い	7
		登山の技術を習得したかったから	12		
		情報交換のため	1		
		もっと理解を深めたかったから	7		
		その他	0		
8. 各回の講習はどうでしたか？		(1) 座学①「ナビゲーション技術1(地形図の基礎とその利用)」		(2) 座学②「ナビゲーション技術2(地図とコンパスの利用)」	
		理解できた	7	理解できた	5
		少し理解できた	9	少し理解できた	10
		あまり理解できなかった	0	あまり理解できなかった	1
		今後の登山に役立つ	15	今後の登山に役立つ	13
		少し役立つ	1	少し役立つ	2
		あまり役立たない	0	あまり役立たない	0
(3) 実技「榛名山1回目」		(4) 実技「榛名山2回目」		(5) 座学④「登山届け」	
		理解できた	11	理解できた	13
		少し理解できた	5	少し理解できた	0
		あまり理解できなかった	0	あまり理解できなかった	0
		今後の登山に役立つ	14	今後の登山に役立つ	10
		少し役立つ	1	少し役立つ	1
		あまり役立たない	0	あまり役立たない	0
座学⑤「危急時の対応」		10. 登山教室のテーマとして興味のあるものはありますか？(複数回答可)		(1) 座学	
		読図	10	(2) 実技	
		山の天候と天気図	12	無雪期のテント泊山行	4
		山での危険の回避	12	無雪期の小屋泊山行	6
		山での応急処置	8	縦走路でのロープワーク	6
		服装・装備	4	岩登り	5
		歩行技術	9	沢登り	5
		行動計画	5	雪山登山	5
		食糧計画	3	その他(山スキー)	1
		生活技術	3		
		その他	0		
9. 講師の対応は？					
良かった	13				
まあまあ良かった	1				
あまり良くなかった	0				
良くなかった	0				
意見・感想					

11. 今後、どのような講習会を希望しますか？

今回のような登山教室(ナビゲーション技術とその他2,3講座、実技2回)	8
初心者対象で今回と違う内容のもの	4
レベルアップした中級者向け講習会	9

12. 登山の指導者資格に夏山リーダー(スタートコーチ)やコーチ1, 2等があります。指導者資格についてどう思っていますか。

資格を取りたいと思っている	3
あまり関心がない	6
未定	6

13. 全体を通して、今回の登山教室に参加してみていかがでしたか？

(1) 楽しかった	14	(2) 今後の登山に役立つ	14	(3) 期待通りだった	14
少し楽しかった	1	少し役立つ	0	少し期待はずれだった	1
あまり楽しくなかった	0	あまり役立たない	0	期待はずれだった	0

14. 感想、ご意見、気がついた点など自由にご記入ください。

・第2回は服装装備を短くして、ナビゲーション技術2を長くした方がよかった。・服装装備は内容がもう少し具体的だと良かった。・実技でコンパスの使い方を何回も丁寧に教えていただき、分かりやすくありがたかったです。・実技で植物の話が聞けて楽しかったです。・登山後、榛名湖の周りを歩くのが良かったです。・指定された地形図を購入したが、使用しなかったため購入の必要はなかったのではと思いました。・地形図を購入するのが大変だった。電話で在庫の確認をしたり、遠くの書店まで行くことになり大変だった。登山教室の会場で購入できるとありがたいです。・座学では講師の方々が親切に教えてくださり、地形図の読み方の知識が学べて良かったです。・実技では講師の皆さんの知識をいろいろ教えていただき、楽しく学べてとても有意義に過ごせて良かったです。

・この登山教室は期待以上でした。

・ロープワークやカンジキの使用法を教えてもらいたい。

・ロープワークを実践したかった。

・今までは人が多く入る山にしか登れませんが、地図とコンパスが使えるようになって登山の幅が広がりました。まだまだ使いこなせていませんが、簡単な山でもコンパスを使って慣れていこうと思います。・ナビゲーション技術だけでなく、持ち物だったりバックキングについても学ぶことができ、とても有意義な登山教室でした。実技もあり、この内容での価格は初心者には本当にありがたく感謝です。ありがとうございました。

・地図が読めるようになりたくて参加しました。座学での説明がもう少し長くていいのでは。全般的に資料があるものはすべて読み上げずにポイントのみにして、実技を増やしていただけると嬉しいです。むしろ、実技のみを希望します。女性の講師の方もいて安心できました。

・座学と実技のセットでとても分かりやすく、とても良かったです。希望者にはさらに、実技も追加で3回、4回と受けられるといいなと思いました。コンパスワークも楽しかったです。楽しく参加させていただきました。今後、役立てていければと思います。ありがとうございました。

・楽しかったです。全く初心者だったのですが、次のステップ、楽しみ方が分かったような気がします。山登りももっと行きたいと思います。ありがとうございました。

・未経験故、ご迷惑をお掛けしてしまいすいませんでした。やはり、同班のメンバーがほぼ経験者だったので、ついていくのに必死でした。超初心者にも寄り添ってもらえるような実技も今後行っていただけたらなと思います。

・ナビゲーションの理解が難しかった。でも、とても勉強になりました。

・講師の方々 はみなとても親切で、とても楽しく学ぶことができました。ありがとうございました。

・コンパスの使い方はなかなか理解できず、悔しかったときもありましたが、何度も何度も丁寧に説明して下さり、とてもありがたい気持ちでした。お陰様で、実技2回目には気持ち良くコンパスが使って嬉しかったです。教えていただいた知識を今後の登山の時に活かしていきたいです。ありがとうございました。



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

2024年8月24日～25日

チャレンジキッズプロジェクト 野反湖キャンプと登山

8月24日(土)

野反湖キャンプ場に、参加者が集まり始めた12時頃、雷鳴が聞こえ雨も降りだした。手早く受付を済ませ、荷物をバンガローに持って行きしばらく待機してもらう。その後、雨も小降りになったので、バーベキュー棟に集まって開会式を行った。

15時から夕食作り。班ごとに飯盒でご飯を炊く。火をつけたりかまどに薪をくべたりするのは、子どもたちは大好きだ。火の加減や飯盒のタイミングを見るのは大人がサポート。その間、カレーとサラダの準備。大人は見守りながら、子どもたちが野菜の皮をむいたり包丁で切ったり真剣な手つきだ。切り終えた野菜を大きな鍋に入れカレーを作った。メニューはカレーライスとサラダ。スタッフが作った豚汁。皆、美味しく食べられたようだった。夕食後は、飲食しながら家族ごとの紹介をしたりして交流会を行い、21時消灯。



夕食作りに挑戦



おいしいカレーライスとサラダが今晚のメイン

アルファ化米
乾燥米飯



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



WEB

キャンプ 野営に飯を



25日(日)

5時起床、朝食は各家庭で用意したパンやジャム、 α 米を持ってきた家庭もあった。それに、味噌汁で朝ご飯。天気があまり良くないので、八間山はやめて、全員でエビ山に行く事にした。

午前中は曇りの予報、途中で雨が降ったら予定変更もあることを伝えて出発。登りながらシラタマノキのメンソールの匂いを嗅いだり穴の開いた笹の葉を見つけたり、クモやヤスデ、キアゲハの幼虫などを見つけたり、色づいた葉を不思議に思ったり、子どもたちの自然観察の力は素晴らしい。見晴らしでやっと野反湖が見え、ちょっとひと息。エビ山の山頂では、班ごとに記念撮影。濡れた急な下りはとても滑りやすい。低学年の子には、急な段差はとても大変そうだが、手をついたりバランスを取ったりして上手く降りていた。湖畔に出る手前に、毒のあるトリカブトがたくさん咲いていた。時々雨が降るので雨具を着たり脱いだりしながらだったが、無事、キャンプ場に戻った。子どもたちは、6km以上の山道を歩き通せた達成感を味わえただろうし、大人たち（スタッフも含めて）は、参加した子どもの成長を感じることができ、充実した活動ができた。（ジュニア委員会）



6キロの山道を歩き通したエビ山登山



充実した活動を締めくくる

群馬の山

15

鈴ヶ岳 新坂平から山頂往復コース

鈴ヶ岳は赤城外輪山の西に離れてそびえる寄生火山。たおやかな山容の赤城山にあってその尖った姿は目をひき、東面を除く赤城山麓の各方面からその特徴的な姿を望むことができ



石碑の立ち並ぶ鈴ヶ岳山頂

る。大沼周辺のにぎわいから離れ、登山者も比較的少なく静かな山登りが楽しめる。鍬柄山までなら初心者や家族連れにも好適。トイレや水、売店は登山口から赤城県道を少し登った赤城山総合観光案内所が利用できる（開設期間は4月中旬から11月中旬）。

難易度 B 体力度 2

新坂平⇒(1:00) 鍬柄山⇒(0:50) 鈴ヶ岳
鈴ヶ岳⇒(1:00) 鍬柄山⇒(0:40) 新坂平

「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
編集
記集

最近の遭難記事を読んで気になることが、体調の悪化や疲労によって、途中で行動不能となって救助を要請するケース。今までも当然あったであろう遭難の態様だろうし、やむを得ない場合もあるだろうが、コロナ禍での運動不足による体力の衰えや、経験の浅い登山者が無理なルートを狙っての過労も、このような遭難事故増加の原因の一つと思われる。登山者としては常に余力を持って山を登ることが基本中の基本。インターネット・SNSで登山地やコースの情報はあふれんばかりだが、このような基本的な知識が共有されていないことに危機感を感じるとともに、われわれの役割の重さも痛感する。



(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