

## さくら咲き揃う4月例会は25名が出席、雪山机上講習と たくさんの春山行報告とGWにかけての山行を話し合う

### 例会の学習は雪上訓練机上講習「雪山登山」(講師；浅見さん)

「浅見さんを講師として翌日の雪山訓練に向けて机上学習を行いました。まず、アイゼンワークについて、傾斜の緩い所で用いるフラットフットイング、傾斜の強い所で用いるフロントポインティング、実際の登山で使用範囲の広いスリーオクロック(山側をフロントポインティング、谷側をフラットフットイング)について学びました。ピッケルの使い方については、最近では滑落停止をしやすいように登る際はピックを前にして持つ持ち方になっているそうです。

次にロープワークについて、滑落等でロープを垂らされた場面を想定して、もやい結び等で迅速にロープを自分に結ぶ練習をした後、翌日の訓練に必要なハーネスへ直接エイトノットで結ぶ練習と、コンティニュアスで登る際のポイントの学習を行いました。

ロープワークについては普段あまり使う機会がなく、いざという時にきちんと出来るよう今後も定期的に学習が必要だと思いました。」(感想；木村記)

### 山菜採り山行(5/6木曜日)のお知らせ [計画者：藤井]

山 域：越後・南魚沼郡六日町坂戸山周辺

集 合：午前6時30分・雨天決行、玉井団地山崎邸近くの鉄塔下

装 備：昼食、水、軍手orゴム手袋、雨具、長靴or登山靴、タオル、図鑑、コッヘル、防虫薬、着替え  
山菜を入れるもの(籠、布袋、ビニール袋)

採取予想：わらび、コゴミ、タラノメ、シオデ、コシアブラ、オオバギボウシ、ヤマミツバ、  
ミツバアケビの蔓、ヨモギ、ユキザサ、フキ、アマドコロ、イタドリ、カタクリ、  
ハンゴンソウ、セリ、ウワミズザクラなど

参 加 者：L 藤井 高野、八木、並木、堀、高橋、川辺、白根、逸見、大嶋、豊島

### 次回5月8日(土)の5月例会は午後3時から羽生川辺邸隣の公民館で行います

○第1部 学習テーマ……「山菜の楽しみ」(講師；高橋) ★5/6六日町坂戸山麓で調達します  
料理係………逸見、八木、藤井、堀、栗原幸、高橋 ※男性も応援を(準備は10:00～)  
うどんそば打ち…川辺

(注)係ほか詳細の問い合わせは藤井さんまで。なお特別臨時会費として500円を徴収します。

○第2部 例会は午後5時15分から(羽生公民館)

○第3部 希望者は川辺邸ログハウスで宴会を行います。ぜひ、ご参加を!

※駐車場狭小のため、電車か出来るだけ乗り合わせて来て下さい。

駅から川辺邸までの道が不案内の方は、大嶋さんに連絡してください。

★★深谷山の子俱樂部から20周年記念誌が送られました。★★

1989年から2009年までの活動記録と主な山行報告がふんだんなカラー写真とともに掲載されています。次回例会で紹介します。

## 2010北部クリーンハイク・長瀨アルプスについて（ブロック長：石川）

日程：6月6日（日） 集合場所：長瀨町役場 午前9時集合

コース：<登り>①町役場9:30～万福寺～長瀨アルプス～（車道）～宝登山頂12:00

② 〃 〃 ～長瀨第一小～氷池～長瀨アルプス（①と合流）

<下り>宝登山頂13:15～表参道（車道）～ロープウェイ駐車場～野土山～

旧新井家住宅（ゴミ集積）14:00…ゴミ集計&記念撮影等～町役場15:00

その他：昼食後12:45～13:15にかけて①植生の話（秩父・飯塚）／②歩行技術の話（上里・矢崎）

参加者：L高橋 高野、八木、並木、堀、川辺、白根、栗原幸、逸見、大嶋、滝沢、石川、駒崎、木村

### 当面の会山行計画

#### 1 GW山スキー①・白馬岳to雪倉岳to金山沢周回<上級> [計画者:宮田]

日 程：4/30(金)夜発～5/4(火) 猿倉～大雪溪～白馬岳(山荘泊)～雪倉岳～

蓮華温泉(泊)～白高地沢～五輪山～蓮華温泉(泊)～大池～船窪頭～金山沢～猿倉

参加者：CL宮田 SL木下 浅見、栗原昌、南雲、島野、井上

#### 2 GW山スキー②・八甲田山&岩木山<初中級> [計画者:大嶋]

日 程：4/29(木)夜発～5/3(月) ロープウェイ山頂駅～大岳～小岳～睡蓮沼(路線バス)＝

八甲田温泉(泊)＝LW山頂駅～大岳井戸岳鞍部～小岳沢～高田大岳～谷地温泉(バス)＝

ロープウェイ駅＝同温泉(泊)＝嶽温泉＝山麓P～岩木山～嶽温泉＝黒石温湯温泉(泊)＝熊谷

参加者：CL大嶋 SL青島 川辺、駒崎、木村

#### 3 ツツジ探勝ハイク・根本山と熊鷹山 [計画者:川辺]

日 程：5/10(月)頃 詳細は例会でお知らせします

#### 4 山スキー・火打山<上級> [計画者:新井久]

日 程：5/16(日) 笹ヶ峰～火打山～裏火打～焼山北面台地～笹倉温泉

参加者：CL新井 SL宮田 木下、栗原昌、井上

#### 5 山陰百名山&二名山を辿る山旅・大山、上蒜山、氷ノ山 [計画者:軽石]

日 程：5/22(土)～24(月) ①羽田空港＝米子＝上蒜山スキー場～上蒜山往復＝大山民宿

②宿＝大山キャンプ場～大山弥山往復＝氷ノ山麓民宿③宿＝氷ノ山往復＝鳥取＝羽田

参加者：L軽石 大嶋、栗原幸、高橋、新井勇

#### 6 山スキー・針ノ木谷&蓮華岳大沢<上級> [計画者:宮田]

日 程：5/22(土)or23(日) 扇沢～針ノ木雪溪～峠～針ノ木谷～蓮華岳～大沢右俣～扇沢

参加者：L宮田、栗原昌

#### 7 山スキー・富士山<中上級> [計画者:木下]

日 程：5/29(土)or6/5(土) 須走口～富士山頂～往路を滑降

#### 8 初夏の皇海山に登る [計画者:駒崎]

日 程：5/29(土)～30(日) 銀山平～庚申荘(泊)～鋸岳～皇海山往復

#### 9 初夏の金城山に登る [計画者:軽石]

日 程：5/30(日) 大倉口～水無コース～金城山～滝入コース～大倉口 6h

### 当面の日程&お知らせ

- ・6月例会 6/12(土) 15:30～ 市民ホール 学習：「沢登&ロープワーク」(講師：南雲)
- ・7月例会 7/10(土) 15:30～ 市民ホール 学習：「高層天気図」(講師：宮田)