

会員と千葉県連盟をつなぐ

# ちばニュース

2024年 6月号



千葉県勤労者山岳連盟

Chiba Workers Alpine Federation

2024年 6月 1日発行 通巻373号

まずは地元の山・海岸などが  
住んで、訪れて、清々しく感じられるよう  
『グリーンハイク』を心がけましょう！

## 6月号 目次

・ 目次	2
・ 6月理事会報告	3
・ 山行報告：高峯バスハイク（市川山の会）	7
・ 山行報告：赤岩尾根、観音様のおみちびき（茂原道標山の会）	9
・ 山行報告：ネパールトレッキング（千葉こまくさHC他）	12
・ 行事報告：県連合同磯根浜クリーンハイク（自然保護委員会）	34
・ 全国自然保護講座開催案内（自然保護委員会）	35
・ 海外登山へのお誘い：北漢山・冠岳山ハイキング（海外委員会）	36
・ 中島健郎オンライン講演会開催案内（海外委員会）	37
・ 雑感：県連行事・山行中止の際の連絡徹底	38
・ 機関紙『ちばニュース』配信方法（機関紙委員会）	39
・ 6月・7月予定表	40

**個人情報があるので取り扱いには留意して下さい。**

『**山行報告**』や『**行事報告**』などの投稿をお待ちしています！

その際の『書式』は、可能な限り次の通りでお願いします。

**ワード、A4、横書き、MS 明朝、12ポイント、余白：上下左右各 25mm**  
写真などを挿入しても、別にお送りいただいても結構です。

『**表紙用写真**』も募集しています！（写真説明を添えてください）

毎月 **20日頃**を目処にメールでお送り願います。

<送付先> **機関誌委員会：安彦秀夫 mt25hm4abichan49@gmail.com**

### <表紙写真説明>

5月25日（土）に、『自然保護委員会』が中心になり、昨年2023年に引き続き『東京湾：磯根浜クリーンハイク（富津市）』が実施されました。

参加者が磯根浜に向かって歩く海岸と拾い集めた種々の漂流ごみの山です。

報告にもあるように、拾っても拾っても終わりが無いような感じですね。

1日も早くきれいな海岸になるためにも、地元の自治体や人々を巻き込んだ活動に発展できるようにしたいですね。

参加されました皆さん、暑い陽射しを受けながらの作業は、さぞかし大変だったことと思います。ご苦労様でした。そして、ありがとうございました。（編集子）

## 2024年5月16日（木）千葉県連理事会議事録

記録作成 2024年5月17日 酒井荘多(船橋)

日 時 2024年5月16日（木）19:00～21:00 オンライン会議

参加者 県連加盟各会理事、役員

司会：野田、 書記：酒井理事（船橋） 6月：佐藤理事（茂原）

県連理事	×	松宮（市川）	○	前田（かがりび）	○	高橋（岳人あびこ）
○ 横山（ちば山）	○	永尾（ちば山）	○	五木田（こまくさ）	○	羽鳥（東葛）
○ 酒井（船橋）	○	田中（ふわく）	○	佐藤（茂原道標）	○	渡邊（松戸）
○ 内藤（まつど遠足）	○	小林（山翠会）	○	鈴木（らんとん）	×	戸石（民医連）
○ 荒井（岳樺）						
県連役員	○	野田（理事長）	○	細村（会計）	○	広木（女性）
○ 菅井（自然保護）	×	伊東（教遭）	○	安彦（海外・機関紙）	○	田中（ハイキング）
全国連役員	○	石川（副理事長）	×	山本（理事）		

○：出席、×：欠席 理事と役員が兼務の場合は両方に記載

### 打合せ議題

#### 1. 理事長挨拶（野田）

5月GWも終わり、過ごしやすい季節となりました。皆様、登山を楽しみましょう。  
新理事の方々の活躍を期待します。

#### 2. 役員会報告（野田）

5月16日（木）オンライン役員会 19:00～21:10

- 1) 県連役員選出方法について
- 2) 各委員会担当理事の分担について
- 3) 委員会活動について
- 4) その他 県連、全国連活動が会員にうまく伝わっていないのではないか。  
理事の方々が積極的に会員に情報展開してほしい。（理事会初参加の方々が、こんなに活動をしているのかと驚いておられるので）

#### 3. 各委員会報告

##### 1) 教育遭難対策委員会（野田代行）

###### ①4/20日和田山にて教遭委員会の訓練・検証実施

ハイキングでの安全確保と事故対応時に使用する7点セットを検証した。

検証結果をまとめ、11月の事故防止・経験交流集会にて報告予定。

⇒上記報告を早めに提供してほしい…との意見あり。対応をお願いする。

###### ②クライミング講習（入門編） 参加申込みは4/19に締切、申込者：4名。

5/18より10/19まで月1回、ヨシキと印西クラックで実施予定。

③6/1 登山講習 鹿沼岩山にて実施予定。

ちばニュース5月号で案内。参加申込みは5/24に締切。

## 2) 自然保護委員会 (菅井)

① 5月25日(土)「磯根浜クリーンハイク」計画中

・参加申込者：12人 締切後でも良いので希望者は申し込んでください。

交通手段(電車・車)の連絡もお願いします。

・この時期多くの会が、会山行と重なるため今後早めに計画連絡が必要。

② 6月15(土)～16(日) 全国自然保護講座 全国連と打合せ、準備中

・5月14日(火) オンライン委員会開催 委員全員参加(8人)

今年度の活動方針、全国自然保護講座対応などを協議した。

・全国自然保護講座 参加申込者 7人(内宿泊6人)

オンライン参加申込みは無い。

・菅井委員長：実施計画書及び千葉県連報告書の作成を行う。

## 3) ハイキング委員会 (田中)

第23回ウイークデー山行(5/14)「新緑の笠間アルプスを歩く」→天候不良で中止

・ちば山の会の参加者へ「中止メール」が届かず、2人が現地に行った。

(他会参加者には中止連絡は届いたが、2人には届かなかった)

・上記再発防止対策として、次のことを確認し徹底をお願いします

① 中止連絡(委員長)⇒ 委員+全会(理事、代表者)+役員会に行う。

② 各会担当者(または代表・理事)

⇒ 連絡了解を委員長に返信し、且つ、参加者にも連絡をする。

## 4) 組織委員会 (野田)

昨年度行った各会状況調査をまとめ中です。まとまり次第各会に展開します。

今年度総会議案書の計画に基づき活動開始しています。

## 5) 女性委員会 (広木)

石田良恵先生と協議中。兵庫県連から資料「登山の筋力測定と講習」の提供あり。

委員会の日程・時間を調整中 ⇒ 高橋理事：ZOOM対応可能です。

## 6) 海外委員会 (安彦)

委員会を4月25日(木)にZoomで実施(委員8名全員出席)

① 新しい委員を交えての顔合わせ

② 海外登山計画→今秋、3泊4日で北漢山(プッカサン)、見積もり等依頼中  
ハイキングとクライミングを検討中、募集人数：20名

③ 今後の委員会開催日程→原則、隔月(偶数月)第4木曜日19:30-21:00 Zoom

④ オンライン講演会実施への参画→中島健郎氏に講演依頼(11月28日予定)

⑤ 全国海外委員会出席→全国海外山行交流集会(11/9-10)の開催準備など

⑥ 今年秋のネパールトレッキング案内が、昨年のネパールガイドの会社より届いたので、各会に展開(その他の情報も含めて)します。

今後も、講演会や行事などの情報がありましたら展開します。

## 7) 機関紙委員会 (安彦)

- ① 委員会を5月23日(木) 19:00-21:00 Zoomにて開催予定  
→顔合わせ、今後の委員会開催日程、ちばニュースに対する自由意見交換など
- ② 各会から「ちばニュース記者」を募集継続中(ちばニュース4月号に掲載)
- ③ 「ちばニュース」への投稿を随時募集中(山行や行事報告など)  
併せて、表紙用写真募集中(山や高山植物など:説明コメントを付けて)。

## 4. 役員会より (野田)

- 1) 県連役員選出方法について役員会から、案1:会員数の多い会が分担して対応、案2:全会が順番に担当、案3:現役員が後任を指名、が提案された。「案1に賛成」の意見もあったが、「大きい会でも役員のみ手不足であり、また適任者がいるかの問題がある」「各会とも、会の事情がある」「理事会で役員を推薦できないか」との意見もあった。しばらく継続協議とし、7月理事会を目処に集約して、9月以降に実施する方向とする。
- 2) 各委員会担当決め提案(添付資料参照)
  - ・内藤理事⇒組織委員会、松宮理事⇒自然保護委員会の就任が了承された。
  - ・会員の参加が少ない委員会があるので、各会へ委員選出の要請を行った。
- 3) 登山時報、JWAF journal 届け出変更一覧表がまとまりました。全国連に連絡済み。  
5月発送分より対応となります。
- 4) 4月理事会で「岳樺クラブ」より提案のあった「労山短期掛け捨てプラン(登攀タイプ2500円/人)に県連より補助が頂けないか。」について役員会で協議の結果、「県連予算の利用として適切でない」ということで対応しないことになりました。今後全国連に働きかけることとします。  
⇒ 後日全国連に上記内容について相談しました。  
「2024年分について今後保険会社と協議が始まります。その結果によります。」

## 5. 全国連からの情報展開 (野田)

- 1) 全国遭難対策担当者会議 ⇒ 教遭委員会から参加の予定です。  
7月6日(土)~7日(日) 全国連事務所1階会議室
- 2) 平和と登山全国集会への「活動レポート」のお願い ⇒ 各会で対応  
6月29日(土)~30日(日) 東京セントラルユースホテル
- 3) 2024年 国民平和大行進 参加報告のお願い ⇒ 各会で対応
- 4) 第51回全国一斉の清掃登山・クリーンハイクアピール⇒ 自然保護委員会
- 5) 日本勤労者山岳連盟の資産管理保全の経緯(2004年以降)  
⇒ 今年2月の全国連総会の質疑対応
- 6) 全国連総会の決議・決定集を頂けないか。全国連事務局に依頼。  
⇒ 回答:同様の依頼が他の連盟よりもあります。資料をPDF化して近々HPに公開します。それをご利用ください。

## 6. 今年のオンライン講習会（野田代行）

次のようなテーマで開催を継続検討中です。

### 1) クライマー中島健郎氏の講演

講演内容：『グレートヒマラヤトレイル（NHK BS テレビ放送）』などの撮影時のエピソード 来週 23 日（木）に先方窓口と詳細を協議予定（担当：安彦）

### 2) 兵庫労山が取り組んでいる「登山の筋力測定と講習」の紹介

### 3) 全国自然保護講座（6/15-16）の実施報告（担当：菅井）

### 4) 全国遭難対策担当者会議（7/6-7）の報告、又は、山本正嘉氏（労山顧問）の講演

## 7. 各会理事からの活動状況報告

### 1) 小林理事（まつど山翠会）

- ・現在会員数 20 人程度、新規入会者への対応が難しくなっている。
- ・組織活動を敬遠する、入りたくない風潮があるのでは…。

### 2) 前田理事（かがりび山の会）

- ・会員数 40 人弱、和気あいあいとした雰囲気の中で活動している。
- ・会山行、個人山行合わせて年間 300 回程度である。
- ・沢、クライミング等グループで積極的に活動している。

### 3) 高橋理事（岳人あびこ）

- ・高齢化が進んできており、70 歳以上が半数となってきた。平均 68 歳
- ・昔に比べ、高齢者の体力が強くなってきていると感じる。
- ・会山行 50～60 回/年、個人山行 150 回/年、程度活動している。
- ・テント泊、キャンプを楽しんでいる。テント泊への参加者が増えている。
- ・会の特長として、植物観測（定点観測）なども行っている。

## 8. 全国連理事からの連絡・情報提供等

### 1) 石川 昌 副理事長（船橋勤労者山の会）

- ・今年 1～4 月 全国で 85 件の事故が発生している。転倒事故が多い。
- ・海外登山（フィリピンの沢）で現地の感染症にかかった会員がいる（女性）。死亡率が高く、感染するので海外の場合には注意が必要。詳細は全国連の広報等で連絡する。

## 9. その他協議・連絡事項

### 1) 今後の理事会の予定（野田）

- ・6 月 20 日（木）19:00～21:00 オンライン（Zoom）
- ・7 月 18 日（木）19:00～20:50 船橋市西部公民館

### 2) 理事会議事録作成と各会からの状況報告の順番は、参加者名簿の順（会登録ナンバー順）に行っていますので、自分の担当の順番に注意して下さい。

以上

## 新緑と桜とツツジと展望の高峯

市川山の会 中村美恵子

4月21日(日)6時10分、曇り空の中、西船橋を大型バスにて参加者30名で出発。コロナ感染症対策でマイク回しは暫く止めていたが、本日は久々に皆さんの元気な自己紹介が聞かれた。

外環道・常磐道・北関東道を順調に走り、8時15分、目的の桜川市の香取神社前に着き全員下車。しばらく新緑の山々を眺めながら山里のアスファルト道を歩いた。集落の周りには、ヤマブキ、ボタン、サクラ、ツルニチニチソウ、ナノハナ、ダイコン等いろいろな花が咲いていた。水路の所には青い鳥、カワセミも見られた。田んぼには水が張られ、田植えの準備が始まっていた。土手にはスカンポ。長屋門と呼ばれる独特の門を構えた農家。平沢公民館を經由し登山口に向かう。途中で一般組とスロー組に分かれた。

9時20分、池亀登山口着。準備体操をしてウラシマソウに見送られ出発。落ち葉が登山道に積もり、木段も多いため気を付けながら登る。足元にはかわいいスマレ。コナラなどの新緑の中に色鮮やかなヤマツツジが見られ感動した。

10時15分、池亀分岐に到着。標識を見てホッとする。稜線は雑木林の続くゆるやかなアップダウンの歩きやすい道。なごりのヤマザクラやミヤマシキミが咲いていた。

11時10分、雑木に囲まれた高峯(竜神山)山頂(520m)に到着。記念写真を撮っていると、別コースから登ってきたスロー組と合流。落ち葉の中を這って登ってきて、「キツイキツイ」コースだったと嘆いていた。



11時30分、広い展望所（かつてはパラグライダー離陸場）に到着。先に着いていた一般組1班とも合流し全員で昼食。展望が良く、加波山、雨引山、筑波山、笠間アルプスなどの山々が望めた。残念ながら富士山は春霞の中。ここではマウンテンバイクのおじさんと交流。彼は「来年の元旦、ここの初日の出で会いましょう」？と言って走って行った。全員笑顔の写真を撮る。

12時20分、全員でスロー組が登ってきた道を下山。けっこう急な道をひたすら下る。ヤマツツジがきれいだったが、落ち葉の砂ぼこりもすごかった。

13時10分登山口着。登山口の標識が無く、スロー組が迷った理由が分かった。

13時20分平将門ゆかりの五大力堂に着く。最後に門前の満開の八重ザクラが疲れを癒してくれた。

ここからは、またアスファルトの道。山里の集落の中を歩き、平沢公民館を通り、14時40分バスの待つ香取神社前に到着。

15時バス出発。途中コンビニに立ち寄って買い物をし、全員無事下山出来たことを祝って乾杯。車中では、高峯はヤマザクラで有名な山なので、サクラにまつわるクイズやDVDの鑑賞等がありとても勉強になった。

17時30分、スムーズに西船橋到着。心配していた雨にも降られず、新緑や美しい花に癒され、素晴らしい展望を楽しみ、仲間とおしゃべりができ、楽しい一日だった。



五大力堂のヤエザクラ

< 短信 5月 > ▲ 茂原道標

5/1 会員募集（大網白里市市報）  
5/5～6 赤岩尾根縦走（会）6名  
5/14 笠間アルプス（県）6名（中止）  
5/19 鶺原岩トレ・ごみゼロ（会）6名  
5/21 例会 11/14（見学9名）  
5/26 奥多摩（会）10名（試し1名）予定

独り言…県連ハイク中止残念、延期計画期待！



赤岩尾根 倒木の石積

今月号にも、「茂原道標山の会」から、上記の『短信 5月』という情報が寄せられました。併せて、2件の「山行報告」も届きました。次ページ以降に紹介（掲載）します。子供の頃の『ちびまる子ちゃん(?)』の思い出話を興味深く読みました。他の会の皆さんにも同様な思い出の山歩き(?)があると思います。投稿をお待ちしています。(編集子)



# 『赤岩尾根』山行報告

茂原道標山の会 片岡 文子

日程：令和6年5月5日～令和6年5月6日（2日間）

参加者：6名

## <コースタイム>

**5/5(日)** 戸塚邸/9:15 発～大宮 IC～東金・京葉・外環・関越～花園 IC～志賀坂トンネル～彩甲斐街道大滝道路～中津峡～赤岩峠登山口/16:00 着 <テント泊>

**5/6(月)** 赤岩峠登山口 5:15 発…赤岩峠/7:08 着…赤岩岳/8:04 着…前衛峰/9:00 着…1583/10:15 着 1583/10:35 発…P4/11:14 着…P3 下/11:31 着…P2/12:16 着…P1 下/13:02 着…八丁峠/14:01 着…上落合橋/14:50 着…赤岩峠登山口/15:30 着 登山口/16:00 発～彩甲斐街道～秩父市街～花園 IC～往路を戻る～戸塚邸/21:20 着

## <山行記録>

### 5/5(日) 快晴

世間がゴールデンウィークに沸き立つ最終日曜日。我々は人のほとんど訪れないマイナーな赤岩岳をめざす。

高速道路もすんなり通り、一般道から志賀坂トンネルに到着。しかしここで思わぬハプニング。去年はクリアできたバリケードが今年は開かない。仕方なく去年は閉ざされていた中津川経由で小倉沢の赤岩峠登山口へ。

1時間のタイムロス。しかし今日は登らない。人を寄せ付けたがらない廃墟の跡地近くでテント泊。明日への登山に向けて英気を養う。

### 5/6(月) 曇り

まだ朝の明けきらぬ午前4時、活動開始。明るくなった5:15分に廃墟跡地の登山口から入山。何かの亡霊が出そうで妙な気分。会長が熊よけの笛を吹く。桧の山林を登り、新緑の美しい尾根へ。日陰では「一人静」がお出迎え。尾根では「三葉つつじ」が咲いている。赤岩峠を越え、赤岩岳へ。数年前に行ったという大ナゲシを眺める。

第一関門は前衛峰のルンゼ。長くはないがオーバーハングしていて登りづらい。しかし頂きからは、美しい新緑の山並みが見渡せる。難所を越しては、目に優しい新緑とヤシオツツジの青紫の花が疲れを癒してくれる。残念なことに、ヤシオツツジの花のピークは過ぎていて、落ちた花がそこかしこに散っていた。

第二関門は1583峰基部のトラバース。岩場がむき出しのせいか、足がすくむ。ここで岩トレの成果発揮。皆、三点確保で難なくクリア…。

第三の難所は1538峰のスラブの岩壁。これにはちょっとビビる。ここから手ははずして落ちたら滑落あるのみ。会長がザイルを下してくれるまでの間に冷たい風にさら



され凍える。佐藤さんが「去年はザイルなんか下してくれなかった。」と頬をふくらまして一言。まあ去年とは面子も違うし、「安全が一番」と会長もちよっと弱気になったかな…（安全、大事大事）。

必死に登ってなんとか尾根へ。ホッとしたせいか腹が減ったので皆でランチタイム。アドベンチャーの後の飯はうまい。次は何が待っているのか。

P4は基部を右から巻いて、登りきるとピークに立った。最後の難所はP3へのチムニー。狭い岩場を垂直に登るはずだったが…。装備不足と技量不足で断念。

P2のピークには、「P2」と書かれた小さな木片が斜めに下がっていた。P1はエスケープして八丁峠へ。

結局登頂したのは赤岩峠から赤岩岳、前衛峰、1583、P4、P2。

そしてアドレナリン全開の岩場巡り。

本格登山の前哨戦としてはなかなか手ごたえのある山行でした。

今回も皆無事に下山することができました。皆さんに感謝、感謝。

#### <反省と教訓>

報告書を作成するにあたり、記憶が結構あいまいな部分があった。こまめに写メするなど、記録することが必要と感じた。



## トレッキング事始め『観音様のおみちびき』

茂原道標山の会 片岡文子

<日程・参加者> 昭和47年5月吉日 3名

<コースタイム> 5/吉日 笠森観音/早朝…野見金公園/昼過ぎ…蔵持バス停/夕方

<山行記録>

5/吉日 快晴

今から50年程前の話である。時代は高度成長期。1972年、田中角栄が最年少で自民党総裁になり、日中国交が正常化され、パンダのカンカンとランランが来日した頃である。日本経済は右肩上がり、今日よりも明日、明日よりも明後日はもっと明るい…といった時代だった。

その頃、私はといえば、ちびまる子よろしく、おかつぱ頭につりスカート的小学6年生であった。私の生まれは笠森・鶴舞自然公園の里山の中である。笠森観音のお膝元で生を受け、一ノ宮川の上流で産湯に浸かった、生粋の「いなかつぱ」である。遊びと言えば野山を駆けずり回り、小川でザリガニやフナを釣るといった日々。それはそれで楽しかったが、私達はいつも目新しい事はないか、どこか少しでも遠いところ

に行ってみたいものだ…と思っていた。

ある日、仲間の一人が、「観音様（私達は親しみを込めてこう呼んでいた）から尾根伝いに野見金公園までの山道が整備されたらしい…」との話を聞きつけてきた。朝早く出れば、夕方には帰れる…というのだ。早速、私達女子3人はこの耳寄りな話に飛びついた。計画実行は5月のゴールデンウィークの終わり頃。田植えがそろそろ終わり、子供たちも手伝いから解放された頃である。

親には「観音様に行ってくる…」と言って、にぎり飯の2~3個を作ってもらい出かけた。その格好といたらいつもと変わりなどない。靴は上靴に毛の生えたようなビニール靴。ザックは遠足用のリュックサック。それに水筒。服装はいつものつりスカート。ようするに、遠足に行くような格好だったと思う。

朝早めに出れば夕方には帰れる。道は一本道で迷うことはない。

野見金公園からは人家のある県道を通り、国道409号の蔵持のバス停に出る。時間や距離など全くわからない。今から思うとよく帰ってこれたな…と思うトレッキング計画である。

とにかく歩いた。木の根の張り出した尾根道。オレンジ色の山つつじが咲いていた。おしゃべりしながら、最初は楽しいハイキング気分。そのうち随分遠くにきたものだと、ちょっと不安になった気がする。それでも懸命に歩いた。私達3人は誰一人として野見金公園など行ったことがなかった。

つらいのは野見金公園からの帰り道。距離はわからない。どの辺を歩いているのかもわからない。山道ではないけれど、永遠と田んぼ道を歩かなければならないのか…という絶望感に襲われた。皆口数も少なくなった。芥川龍之介の「トロッコ」に出てくる良平の気分になかった。しかし良平と違うのは仲間がいたことだ。仲間がいたから怖くなかったし、疲れた足を引きづってでも歩けた。

どの位歩いただろう。田植えのすんだ田んぼの向こうに国道409号が見えてきた。知っている風景が見えてきたのだ。やっと帰れると3人で顔を見合わせた。足取りが軽くなった気がした。

クタクタで家までたどり着いたが、まだ明るいうちに帰れたので、親たちは何も言わなかった。今日も一日、野山を駆けずり回って遊んでいた…と思っていたのだろう。大人たちにも子供を日がな心配する余裕など、昔はなかった。

この話を最近80代半ばの母に話したら、そんなことをしていたのか…と、呆れ驚かれた。何もない時代だったけれど、たくさんの時間と好奇心のあふれる豊かで平和な時代だった。今は古き良き思い出として、懐かしく振り返る私のトレッキング事始めである。

### <反省と教訓>

1. 親にきちんと行き先を伝えて出かける。
2. 大人と相談して、ちゃんとした山行計画を立てる。
3. 誰か1人でも、大人に時計を借りて持っていく。または、大人に参加してもらおう。



# アンナプルナ方面・ランタン谷トレッキング報告

千葉こまくさハイキングクラブ 佃八重子

日程：2024年3月18日（月）～4月6日（土）＜20日間＞

参加者：8名

千葉県連総会（3/2）の時に、「ネパールトレッキング」に行かれることを知り、帰国直後に、トレッキングの感想の投稿を依頼しました。お忙しい中、投稿をいただきましてありがとうございます。降雪にも遭われたようですが、比較的天候にも恵まれ、参加者全員がネパールを楽しんでいる光景が目に見えそうです。想いを馳せながらジックリと読み、ネパールに浸っていただきたいと思います。（編集子）

## 2024年3月18日（1日目）

いよいよ山旅の始まりです。成田空港の第2ターミナルCカウンターに8時に全員が集合し、受け付けもスムーズに済ませる。出発までお喋りしながら待ち、定刻の11時にカトマンズに向けて出発です。

機内食は、ネパール風のチキンライス、チキンパイ、お菓子、飲み物等が出された。カトマンズのトリブヴァン空港にスムーズに到着するが、荷物が届くのに時間を要した。ネパールでは入国の際に入国カードの提出不要だが、荷物を受け取った後に2名ほど荷物の検査があったものの問題なし。

空港の出口付近でガイドの Prakash Poudel（一郎さん：以後イチロー）さんが出迎える。イチローさんから歓迎の儀式を受け（ネパールの風習で、ゲストを歓迎する時や旅の安全を祈願する時に「カダ」という布を首から掛ける）、旅のスタートです。

コロナの流行が始まった4年前にも訪問しているが、その時と比べると車と人混みが多く勢いを感じる。

宿泊先である「Hotel Thamelni」に到着後、simカードの購入と両替をしてから、チベタン料理屋で夕食を済ませる。ホテルで明日の打ち合わせをし、各自ダッフルバック、寝袋、湯たんぽを受け取り、準備をしてから就寝。

## 3月19日（2日目）

8:00 カトマンズ→飛行機にてポカラ→ジープでガンドルック→ホテル・サントリー（13:00 到着）

ホテルで早い朝食を済ませ、迎えの車で空港に向かう。ポカラまでは30～40分の飛行時間である。

ポカラの空港は新しくなり、とても綺麗な空港に変わっていた。

ポカラは気温が高いせいか、空はガスが掛かっている山の色はあまり見えないので少し残念である。乾季の時期もあるせいか土埃が凄い。道路はガタガタでまるで遊園地のアトラクションを体験しているような揺れである。手でしっかりつかまっ

いるも、頭をあちこちにぶつける。ドライバーは右手で携帯電話、左手でクラッチを操作しながらの片手運転には驚愕してしまう。

暫く悪路をドライブ後に、ガンドルックに到着する。ホテルは新しく、山々が真正面に眺めることができる。アンナプルナ方面はイチローさんの姪にあたる、プラティバさん（大学院生）とご一緒することになり、これからの山旅が楽しみです。

昼食は、焼きそば、モモ、ピザを頂く。食後はプラティバさんの案内で、ホテル周辺の村を散策。集落の民家の人達に「ナマステ」と挨拶をしながらの散策である。集落では子豚の丸焼きをしていたので、お祝いかお祭りがあるのかしら？丸焼きについつい目がいってしまう。民家や草花を見てホテルに戻る。

ホテルでは語学の堪能な M さんが、早速コロンビアからきたご家族と国際交流をする。

ホテルは見晴らしもよく快適だった。しかし、お風呂のお湯がぬるく、水になってしまい風邪を引きそうなメンバーもいたが、お湯や水が使用できて満足。

ホテルからは、雪に覆われたアンナプルナサウスやマチャプチャレが正面に見え、「オウオー」と歓声をあげ皆は大感激です。

夕食はT氏が一番楽しみにしていた「ダルバート」をいただく。モモ、野菜のかき揚げがとても美味しかった。



サントリーホテル



### 3月20日（3日目）

7:00（食事）→8:00 スタート→12:00（タタバニ）昼食 13:30→14:30（ロッジ）  
BANTHANT HILL 2660m

早朝6時前に起床し、屋上からアンナプルナサウスやマチャプチャレの峯々を眺めることができた。T氏は三脚をセットし写真撮影に意欲的。真っ白な頂きがホテルから前方に見え、皆で日の出を鑑賞し眺望を楽しむ。

7:00 ブレックファーストセットを頂く。

8:00 ホテルをスタートし、いよいよアンナプルナ方面のトレッキング開始。遠くはアンナプルナサウスを眺め、足下はさくら草やすみれの花を探しながら歩く。2時間半程ジグザグの急登を歩き、途中のロッジで飲み物を注文し休憩する。休憩後はシャクナゲの大木の森を歩く。大木は下から見上げて高すぎてシャクナゲの花が見えないが、低木のシャクナゲは花が良く見える。白い沈丁花もあちこちに開花している。

12:00 昼食のロッジに到着する。ロッジ周辺はシャクナゲが満開。

プラティバさんがシャクナゲの花を沢山抱えてくる。皆で写真をパチリ。



花をもったお姉さん、お兄さん / タダパニでの昼食時

昼食はショウガとニンニクのたっぷり入ったヌードルと、フライドポテトがとても美味しかった。

13：30 ロッジをスタートし、沢沿いまでの長い下りと急登があり、息が切れるかなと思う頃にはロッジに到着する。ロッジの周辺はシャクナゲが満開で、何処を見てもシャクナゲの花・花・花・・・。

宿泊客は私達のグループだけだったので、夜の交流会ではプラティバさんに炭坑節を披露し、彼女からはネパールの「レッサンフィリリ」を教えてもらう。皆で盛り上がる。

夕食は焼きそば、スパゲッティ、モモ、アップルパイを注文する。アップルパイと朝食の揚げパンが美味しかった。

ロッジはトイレや洗面は部屋には無く外だが、不便は感じない。水は豊富に利用できる。



バンドンティヒル ロッジ前



宿泊した時期はシャクナゲの種類によっては蕾だが、ピンク色は満開状態。

### 3月21日（4日目）

8：00 スタート→10：00 峠のロッジでお茶休憩→12：30 シャクナゲの大木で写真休憩  
→13：20 宿泊予定ゴレパニの「サニーホテル」に到着

ロッジの周辺ではシャクナゲの写真を撮り放題。しかし、花に見とれていると登山道にはヤク、馬やその他の糞が落ちているので注意が必要。お互いに声を掛け合う。

しばらくはピンク色のシャクナゲが多かったが、沢沿いは真紅のシャクナゲ（ネパールの国花でもあるラリーグラス）が咲き始め品位を感じる。さくら草もあちこちに見かけるようになる。

峠まで登ると、木々の間からうっすらとダウラギリが見える。登山道は道幅も広く歩きやすい。沈丁花は白よりピンク色を多く見かける。ピンク色の沈丁花の方が特有の香りがする。

峠を少し下った所にシャクナゲの満開な場所があり写真休憩とする。本日は生憎の曇りなので、山の眺望は見られず残念である。写真撮影が終わると、長い石段をリズムカルに下りる。ゴレパニの **welcome** の門辺りに到着すると小雨が降り出す。近くのホテルに入り昼食とする。昼食のホテルが今日の宿泊するサニーホテルと説明を受け、天候も悪かったので一同ほっとする。



バンドンティヒル ロッジ近く



ゴレパニ手前の峠

サニーホテルは比較的大きなホテルで、他の国の登山者も多く宿泊している。ゴレパニの村は大きくてホテルやロッジも多数あり。ここからプーンヒル (Poon Hill) に登る登山者も多い。

夜はダルバートをいただく。翌日は早朝にプーンヒルに登るので、早めの就寝とした。サニーホテルは各部屋にトイレとシャワーあり。シャワーのお湯はぬるめ。

### 3月22日(5日目)

4:45 ホテルスタート→6:00 プーンヒル到着→7:30 ホテルに戻る→朝食→9:30 ウレリに向けて下山開始→13:20 ウレリのホテルに到着

早朝にヘッドランプをつけてプーンヒルに向けてスタートする。少し登るとゲートで許可証をもらい、石の階段を延々と登る。早朝からの登山者も多く、登山道は行列状態。途中で一度休憩し、プーンヒルの頂上へと登る。頂上は多くの登山者で賑わっていた。今朝はやや曇りで、ダウラギリやアンナプルナ



プーンヒルの頂上

は一部しか見ることは出来なかった。朝日が昇り、山の頂は見えず残念でした。一緒に参加したポーター、プラティバさん達と楽しく写真を撮り下山する。

下山後にホテルで朝食を済ませ、本日の行動について相談をする。

「天候が下り傾向で午後から雨」の予報あり。ゴレパニに連泊の予定だったが、下山してウレリに宿泊を変更する。ゴレパニの朝食のパンは大きくてもっちり、とても美味しかった。ご飯の量が多くて食べきれない時は、Kさんの手作りのちりめん胡桃が美味しくて一同は大満足。

出発前は雲の隙間から峯々が見えたので、各々で写真を撮りスタート。

ホテルからの下山の道はよく整備されて歩きやすい登山道である。何より、シャクナゲの老木に苔がはえ、そこに蘭の花が咲いているのをあちこちに見かける。蘭の花は一輪だけでなく、沢山咲いていたり、色も少し青がかっているものもある。皆で夢中で蘭の花を見つけては写真を撮りパチリ、またパチリの繰り返しで時間も忘れる。蘭ばかりでなく、シャクナゲも満開です。



ホテルからの山



ホテルの朝食



蘭の花



ロクショウヒタキ？

蘭の花は本等に美しく、あちこちの老木に咲いていて4年前と比べても多かった。

長い沢沿いの道を延々と歩いていくとウレリに到着する。

到着するやラングール(ネパールやブータンの山に住む白い毛皮が美しいと言われている)を見つけたり、ロクショウヒタキと思われるエメラルドグリーン色の鳥も見ることができて、とてもラッキーな1日でした。

ウレリに到着するや大雨となる。

ラングール





### 3月23日(6日目)

ウレリ→ジープにてポカラ→ホテル到着→中華ランチ→ポカラの街を散策→舞踊を鑑賞しながら夕食

段々畑の断崖の道をポカラまでのドライブ。先頭のジープは途中で病人の方を同乗させてポカラの病院へと向かう予定。後発はポーターの人も同乗し、音楽をガンガン鳴らしお祭り状態だった。

長い悪路のドライブも終わり、ポカラの「サーラホテル」に到着する。ホテルは高級感に溢れて、ウエルカムドリンクはスイカのジュースでとても美味しかった。ウエルカムはもう一つあり、ティカというおでこに赤く（ネパールではティカをつけるのは、幸せが来るようにと祈る意味がある）塗っていた。



昼食はポカラのしにせの中華レストランでいただき、お粥も美味しく（胃腸に負担がかかり、調子の悪いメンバーはお粥を注文）久しぶりのアイスクリームも食べ満足でした。



午後からはポカラの街に出てショッピングです。値切りながらスカーフを何枚も買うメンバーもいました。

夕方にはフェワ湖を散策し、レストランへと移動。レストランはネパールの踊りを鑑賞しながら食事ができる所です。メンバーは踊る人にチップを運び、とても盛り上がりました。

ネパール舞踊

### 3月24日(7日目)

ホテルにて朝食→日本山妙法寺→フィッシュテイル・ロッジ→昼食→街の散策→飛行機にてカトマンズ

ホテルでの朝食は、種類も豊富で大満足。食事を済ませ、山が見える日本山妙法寺までドライブに出る。

今日は晴れているが、雲も出ていて山はわずかに見える程度だが、ポカラの街が見渡せて景色がいい。参道の途中で、「ダカ・トビ」というネパールの伝統的な帽子を買ったり、小袋、おやつを買う。

ポカラの街に戻り、フェワ湖にあるフィッシュテイル・ロッジ（旧国王別荘）に筏で渡る。現天皇も皇太子時代に訪れたということで写真があった。その他チャールズ皇太子や各国の要人の写真が飾ってある。ロッジは花も多く咲いていて、癒しの空間になっていた。皆でまったりと湖を眺めお茶をする。

その後はポカラのメインの通りに出て、散策をしたり昼食を摂る。

ポカラの街は「ホーリー祭り」で賑わっていた。ホーリー祭りはヒンドゥー教の春の祭り（春の訪れを祝い、みんなで色粉を塗りあったり、掛けあったりする）で、「ハッピーホーリー」と言いながら粉をつける。歌や踊りで賑わう。あちこちの犬にも色塗りされている。犬ばかりでなく牛にも塗るようです。メンバーも顔に塗られてご機嫌です。ポカラでの楽しいひとときも終わり、ポカラの空港からカトマンズへ飛行機で移動。カトマンズに戻り、チベタン料理の夕食を済ませる。



ホーリー祭りの犬

### 3月25日（8日目）

#### カトマンズに滞在し1日フリー

午前中は皆で街中を散策する。メンバーの皆さんは買い物大好きで、スカーフ屋、山の衣類やらネパールの土産物を見つけては店に入りなにやら物色。Kさん、Hさんはとても値切りが上手で、ニコニコしながら身振りや手振りで店主に掛け合っていました。最初は「ナマステ」で入り、最後には「ダンニャバード」と出てくる感じです。

昼ご飯は「桃太郎」という日本食のレストランで、日本のご飯、漬物、天井、味噌炒めと美味しくて大満足でした。午後からはガイドのイチローさんが親しくしている、蜂蜜屋とお茶屋に行きお土産を沢山買い込む。

夜はイチローさんの娘さん、「さくら（昨楽）ちゃん」と、「さき（昨希）ちゃん」も見えて皆で食事会。

そして娘さん二人がネパールの踊りを披露してくれました。4年前に会ったときより、二人とも大きくなりびっくりです。

記念写真を撮りホテルに戻り、明日からのランタン谷の準備をし就眠。



ガイドのイチローさん一家と一緒に

### 3月26日（9日目）

#### カトマンズのホテルからジープ 8:00→ダウンチェ 13:10 到着（ランタン谷登山開始場所）

8時にホテルをジープで出発し、途中からポーターのメンバーとも合流しダウンチェに向かう。

埃だらけの悪路を、奥へ奥へと車は走る。行けども行けども段々畑と断崖の道路だが、運転手は慣れた手つきでハンドルをさばく。車の前列に乗っているとスリル満点。

しかもボコボコの道を溝に入らないようにとハンドルを切るが、断崖側にハンドルを切るのでドキドキしてしまう。この道路はチベットに続く道なので、警察と軍の検問所が幾つもあり通過が厳しい。今日は気温も高いが、埃で窓は全開にできず車内は暑い。通りの村々はバナナがたわわに実り、ブーゲンビリア、ハイビスカスが咲いて綺麗、所々に白い桜も満開だ。

5時間程の超ハードなドライブも終わり、ダウンチェに到着する。イチローさんと泊まるホテルを相談し、新しいホテルに決め昼食。スープ、スパゲッティ、ピラフ、チキンサンドリーを注文する。野菜にパクチーが沢山入っていて新鮮だった。

午後からはダウンチェの村を散策する。村は比較的大きくて街と言う感じかな？ホテルやお店、学校、水の製造工場もある。のどかな村で「ナマステ」と挨拶すると、大人も子供達も手を合わせ挨拶してくれる。それだけではなく、村の老人は「ウオーター、ウオーター」といって水の工場を案内したり（工場には入れない）、寄宿舎のある学校では児童や校長先生も学校を案内してくれる程の歓迎ぶりに感激。地域のフレンドリーな人達と交流ができて最高でした。この地域はチベットに近いのも影響しているのか？ホテルの食堂にも祭壇があり、ダライラマの肖像画が飾られていた。



ダウンチェのホテル



村の学校で生徒や先生と一緒に



ダウンチェ村にて

### 3月27日（10日目）

ホテル 8:00 スタート→バルクー→Brabal→トゥロー・シャブルのロッジ（17:10）  
到着 チベタンフレンドリー・ゲストハウス

計画ではシン・ゴンパ（3350m）の峠を越えるコースだったが、地元の情報では登山道が荒れているということなのでバルクーからのコースに変更となる。

数日前から何人か、おなかをこわし体調不良だったので峠越えでなくてよかったと思った。1名は水分の摂取は可能だが食事は摂取せず様子を見ていた。幸い持参した薬の効果が見られ、登りが続いたにもかかわらず、休みながら頑張り通した。

登山道の始まりはチベットに続く長い坂道が続く。途中の道路脇の崖には蘭の群生が咲いている。そしてなんと野生のレッサーパンダを見つけました。写真に収めることができず残念です。途中の村ではお茶とおやつ休憩すると、揚げドーナツを出してくれた。ポーターには蒸したジャガイモや漬け物もサービスです。

本日宿泊予定の宿のご主人が案内のため、峠まで迎えに来てくれる。足下をみるとサンダル履きなので、近い場所に宿があると思っていたら、まだまだ先である。



やっと到着した今夜の宿です。宿では、お粥やカボチャスープを作ってくれて親切でした。



ロッジにて



ロッジの子と働いてる子

トゥロー・シャブルの近く

### 3月28日(11日目)

トゥロー・シャブル(8:00スタート)→バンブー(昼食)→リムチェ→ラマホテル(シェルパホテル17:30)

今朝はメンバーの体調も改善し、心地よくロッジをスタートする。周りの峯々や段々畑が美しい。

ロッジの村を下り、吊り橋の前で休憩する。村はずれでは織物を編み小物入れを作っているおばさんの店があり、「モーニングプライス」と声をかけているので、数名が買い物をする。

長い吊り橋を渡ると、蘭の群生や白い桜の花があちこちに咲いている、今日のはどこかで温かい。竹林も続いているので、ガイドのイチローさんはあちこち覗いている。レッサーパンダを探しているのであろう。運良くレッサーパンダを見たメンバーが何人かいた。途中から川沿いのアスファルトの道を延々と下る。大きな沢沿いに合流、流れている水量の多さと滝のような流れに圧倒される。水は澄み切って綺麗である。

バンブーのロッジで昼食を摂る。毎日注文する食事の時の飲み物も、各自が定番と

なる。マサラティー、ハニージンジャーレモンティー、ミルクティー、レモンティー、ホットチョコレートと必ず注文の時にイチローさんが確認し注文する。きめ細やかに気配りしてくれるガイドさんに感謝です。

登山道は比較的整備されているが、アップダウンを繰り返す。

昼食後も沢沿いを行くとポーター達が、「ハニーハンター」と叫んで指を指す。見ると沢沿いの崖に巨大な蜂の巣がある。こんな断崖絶壁の蜂蜜を取るんだと思うと、ワイルドハニーは買って帰ろうと考えた人もいた。山道はネパールの猿のラングールもあちこちで見かける。

登山道では荷揚げをしている人にも遭遇する。トタンを背負っていた人は1枚10キロのトタン板を、8枚背負っていた「凄いなー」と皆で感心する。



シェルパホテル

ロッジは電気を節約しているので、ヘッドランプを使いながらの宿泊です。古い木造のロッジでしたが、ストーブは温かい。シャワールームがあり有料でした。明日のトレッキングに向けて早く就眠。

### 3月29日(12日目)

ホテル8:10スタート→グムナチョク→ゴラ・タベラ(昼食)→タンシャップ→ランタン村→ムンドゥ(18:10 ゴールデンホリデー)

8:10 ホテルをスタートし、長ーい、長ーい1日の行動でした。

最初は吊り橋を渡りながら、シャクナゲや沈丁花、猿も見ながら快適に歩きました。途中に白いシャクナゲの蕾を見つけ、帰りに咲いているかも…と期待を持つ。見晴らしのよいアップダウンの道です。

遠くに見える山をイチローさんに尋ねると「名前はありませんよ、丘です」の返答あり。そうかネパールは4000mや5000mでは山とは言わないんだ？ 6000m以下はトレッキングと言い、6000m以上を登山と言うらしい。なるほどね？

「5000mの山を一つ日本にもらえないかな…」と一人つぶやく。



トタン板を運ぶ人

今晚のラマホテルまでは遠い。リムチェに着いたときはこのホテルかなと思ったが、もう少し先のようなのだ。

ラマホテルというのはその地域を指している。ラマホテルのシェルパホテルに到着です。

ゴラ・タベラで昼食。ヌードルやダルバートを注文する。

登山道は広く歩きやすいが、道に時々トゲの植物があるので気をつけて歩く。トレッキング中に行き交う人は、ヨーロッパからの人が多い。アジアでも日本人以外の人ほとんどだが、途中で日本人女性二人組と出会う。

イチローさんに「今日はどの辺のロッジかな」と尋ねると「仏塔の先の鉄塔のほうかな？」との返答あり。遙か先の道のりで、歩いていても歩いていても中々近づかない。

ランタン村に近づくと、(2015年のネパール大地震による雪崩と地滑りにより、ランタン村は大きな被害を受けた)現在のランタン村の手前に地震による崩落跡がある。私達は崩壊の跡を通り、跡形も無く家も人も飲み込んだ大崩落跡に驚異を感じた。ネパールの人達は手を合わせて通る方も見かける。

ランタン村は石垣の中に新しいロッジが建てられていた。新しいロッジでは美味しそうなデザートやパンの看板も見かける。

今日はどのロッジに泊まるのかな…と皆でキョロキョロ見回していたが、ランタン村ではないようだ。トイレ休憩もと考えていたが、イチローさんからはこの先との返答。そこからまた長い坂道、石垣と進んで行くもロッジらしき建物は見当たらず。ランタン村から40分位は歩いたのだろうか？やっと到着しました。

今日の宿泊はムンドゥのゲストハウスのGOLDEN HOLIDAYSという所でした。

とてもきれいで屋上からも眺望を楽しむことができる宿でした。

皆からは「まだかしら、まだかしら」という思いはあったが最後は皆で「ファイト」の声を出しながら頑張って歩きました。

今日も1日お疲れ様でした。



ムンドゥのホテル

「なぜランタン村での宿泊でなくムンドゥなのか？」イチローさんに聞いてみました。「ポーターさん達は多くの犠牲者を出したランタン村への宿泊には抵抗があるそうです。それでランタン村の先に宿泊することになった」と説明をしてくれました。

### 3月30日(13日目)

ムンドゥのホテル 8:25 スタート→キャンジン・ゴンパ (12:15 ホテルに到着)

Tibetan Hotel→キムシュン氷河が見える場所(4170m)→17:55 宿に到着

早朝、屋上からの峯々の眺望は素晴らしく、昨日までの疲れはどこかに吹っ飛んだ感じ。ランタンリルン(7234m)、ガンチェンポ(6387m)、その他の山が良く見えて最高です。

朝食を済ませ、写真を撮りながらゆったりペースでキャンジン・ゴンパまで歩く。ムンドゥまで歩いてたことが結果的には良かったのか、本日の歩きは快適です。

キャンジン・ゴンパで昼食を済ませ、周りの散策へと出かける。氷河の見える所ま

で行くも、天気が悪化し雷と霰が降り出す。急いで宿に戻る。氷河への道は分かりにくく整備されていない。

夕方から気温が下がり、雪が降り出す。寒いので、何人かはホッカイロや湯たんぽを使用する。夜はピザやスパゲッティ、ポテトを食べる。



ムンドウの近く



氷河の手前



### 3月31日（14日目）

ホテル 9:00 スタート→キャンジン・リ（11:35 到着）→13:25 ホテルに到着→昼食後フリー

本日は天候良好。夜間に降った雪で、山の景色は更に素晴らしく雪山へと変化している。写真を撮りに早朝から出かけたが、雪遊びをするポーターもいた。

朝食はお粥希望の人が多かった。（標高も高くなり、胃腸に負担の少ないお粥を希望）お粥には持参したふりかけ、しそひじき、カリカリ梅を混ぜると絶品な味となり、「美味しいねー」と言いながらいただく。

9:00 キャンジン・リの手前のピークを目指しホテルをスタートする。1名は体調が心配とホテル周辺の散策ということで残り（ホテルの人に依頼する）、その他のメンバーとガイド、ポーターで出かける。ポーター達は頂上で写真を撮るからと衣類も交換し、ワクワクしている。

雪の登山道をゆっくり進む。登山道はよく整備されていて危険な箇所はない。標高が高くなっているため、ガイドのイチローさんはゆっくりと歩く。スローペースなので、私達は呼吸を整えながら歩くことができる。振り返ると一面の銀世界で眺めは最高です。まだまだ遠いと歩いていたが、直ぐ上がピークでほっとしました。

キャンジン・リの手前のピークは標高が 4350m（地球の歩き方ガイドブック）、先のピークは 4550mとありました。先のピークは自信ありませんが、イチローさんは「アイゼンがないと厳しい…」と言ってました。（今回、メンバーはアイゼンを持参してない）

私達一同は「万歳、やったねー」と言いながら、周りの眺望に酔いしれ、あちこち

で写真をパチリと、集合写真や個人写真を撮りまくる。皆でおやつを食べてから下山する。

下山の時は気温も上昇し雪も少しずつ溶けてきたせいか、登山道のぬかるんでいる所は多少ありましたが、歩き易い道でした。登る途中ではイーグルを見たり、下山時は救助のヘリも見かける（高山病の人を搬送している…とイチローさん情報あり）。

下山後は昼食にダルバートやアップルパイをいただきました。午後はフリーの時間を楽しむ。



ホテルから見えるキャンジン・リの前で



キャンジン・リの手前のピーク標高 4350m



キャンジン・リのピークから



夕方からは再び雪が降り始めました。

#### 4月1日（15日目）

キャンジン・ゴンパ 8:00 スタート→ムンドゥで休憩→タンシャップ 13:45 昼食→  
ラマホテル→リムチェのホテル（19:30）ムーンライトゲストハウス

本日も雲一つ無い青空です。昨夜に降った雪で一面が銀世界。低い山も雪化粧となる。歩き始めにスパッツを着けてのスタートです。冬山を満喫してます。

本日の距離は、2日間で歩いたコース以上に歩く予定だが、予想以上に長いコースとなる。ムンドゥの宿泊したホテルでお茶とトイレの休憩を取り歩き出す。ランタン村辺りまでは雪があったが、その先では雪は見られず。昼はタンシャップでスープヌ



ードルやダルバート（T氏の大好きなダルバート）をいただく。周りの景色も素晴らしく、ついつい写真を撮りまくる。景色に見とれながらスローペースだったのが原因か？その後の宿泊する予定のホテルまでの遠いこと・・・

ラマホテルの手前で暗くなり、ヘッドランプをつけての歩きとなる。ヘッドランプについて、イチローさんは暗くなってきても何も言わないので確認すると、「え！見えないですか？」はじめて私達が暗くて見えなくてもネパールの人は良く見えるということを理解した。イチローさんは薄暗い中でも、「下の糞に注意」と声をかけてくれる。更に暗くなり、イチローさんもやっとヘッドランプを取り出す。ラマホテルが見えてきましたが、私達のホテルは一つ先のリムチェです。ポーター達は先に到着しているの、声を掛けながら最後の頑張りです。

やっとホテルに到着しました。暗くなってからの到着だったので、食後にイチローさんも含め反省会と対策を検討しました。イチローさんにもいくつか提案しました。

\*写真休憩を沢山取らない。個人で写真を撮る人は声を掛けてメンバーに先に行ってもらおうが、あまり間をあけすぎないようにする。

\*お昼の休憩時間が長くなるので、イチローさんに事前に注文していただく。等をメンバーで確認しあい提案する。

そして、明日は少し時間が掛かるけど、もとの登山道でなく、景色のいい峠越えのコースと決める。

真っ暗な中で、満天の星空を眺めることができた。

本日の歩行距離は「約 26 km」、歩数は各人違うが多い人で「45,000 歩」でした。

よく歩きお疲れ様。

ネパールの人の目が良いのと、脚力には感心するばかりだ。登山道でイチローさんが話していた若い男性 2 人は、昼までキャンジン・ゴンパのホテルで働いた後に下山してきた。今日はシャブルベジまで行き、夜行バスでカトマンズへ帰るといふのだから凄すぎる。リムチェのホテルでも従業員が暗い夜道を、明かりもつけずに帰っていった。厳しい自然の中で生活しているからできることなのか理解を越えている。



キャンジン・ゴンパ出発前



ホテルの食事



白いシャクナゲ

餌袋を下げた馬

## 4月2日(16日目)

リムチェ 8:05 スタート→Sherpagaon 側コース Tibet guest house トイレ休憩→  
14:00 昼食→シャブルベシ rinche ロッジ 17:45 到着

宿から峠をどんどん登っていく。今日は晴天だが、気温が上昇し暑い1日となる。見晴らしよい整備された登山道に行く。途中のゲストハウスでトイレ休憩をする。遠くまでの見晴らしがいい。

2500m位の標高だが、キャベツや菜っ葉、ニンニクがよく育っている。途中で出会った老人は75歳と言った。馬や牛に草木を山のように背負い歩いてた。日に焼けたしわだらけの顔でよく笑う、とてもいい笑顔だ。

遠くにはガネッシュの峯が見える。桜、シャクナゲ、山を見ながら登って行く。途中でトカゲ、カメレオン?も見かける。見送りに来た犬も一緒に同行する、可愛いので「花子」と名前をつけた。暑い中の歩きなので、木陰を見つけては水分休憩にする。ロッジに近づいたら花子はどこかに消えた。

昼食のロッジまでは時間を要したが、イチローさんは早めに電話予約をしてくれた。しかし、到着してみるとお昼の準備はなく、イチローさんが手伝って準備をする事態になっていた。ネパールらしいと思えた。

(ポーターは森ルートで下山)

食事は野菜たっぷりのヌードルで美味しかった。

今日は気温も上昇し、体調不良ぎみのメンバーがいたのでオートバイの人に交渉して、ホテルまでバイクタクシーを利用することにした。

15:15 昼食後にスタートすると、後から風をきるようにオートバイタクシーが通り過ぎた。彼女はオートバイの後部座席で、笑顔で手を振っていた。私達も3000ルピー払うからライダー気分になりたかったなー。



外はまだまだ暑いですが、遠くにシャブルベシの街が見え少し元気が出てきた。

工事中の道路を何回も横断しながら急登の山道を延々と下る。やっと街の道路に出るとポーターの皆さんが出迎えてくれた。

今日も暑い中歩き通しました。

ランタン谷のトレッキングも終了しました。

ポーターさんの頑張り



シャクナゲと山



クレロデンドルム?

宿では久しぶりに、温かいシャワーを浴びてスッキリ顔。ガイドのイチローさんもネパールの帽子の「ダガ・トピ」をかぶり夕食の会場へ現れる。

アンナプルナ方面とランタン谷のトレッキングを終了し、怪我もなく下山できました。皆でビールで乾杯です。

「皆さんお疲れ様でした。」 明日からはカトマンズに戻り観光します。

#### 4月3日(17日目)

シャブルベジのホテル 8:00 スタート→カトマンズ→昼食(桃太郎)→午後フリー→チベタン料理(ヤコック鍋)

今回はシャブルベジからカトマンズまでの移動です。前回のドライブより距離は長いアトラクションドライブ予定。今回の運転手は、この道路を10年程、運転をしているそうです。ガタガタの断崖の道のハンドルさばきが凄い。余りに上手で感心してしまう。途中の断崖に蘭の群生があると、車を停車してくれる親切なドライバーに感謝。断崖側にハンドルを切る(山側の通行もあるが)ことも無く、通行が厳しい時は凄いスピードでバックする。カーレースに推薦したい…と思うほど運転が上手い。途中のドライブ園でドライバー休憩あり。外で休憩していたが、気温34度の猛暑日である。山は冬だったのに、温度差に身体が追いつかない。

カトマンズの市内に入ると、人、オートバイ、車がひしめきあって凄いことになっている。信号も無いのに上手に人も犬も横断している姿に感心する。

無事にホテルに到着するも、車の移動で皆ぐったり。



シルク



蘭の群生



私達は密かに「昼食は桃太郎」を希望していた。

(桃太郎はカトマンズでは高級な店)

イチローさんは察したのか(?), 「桃太郎」での昼食となり、皆で久しぶりの日本食を堪能する。

「美味しいね～、頑張ったご褒美だね」

桃太郎の焼き肉定食

#### 4月4日(18日目)

午前フリー→昼食ヒマラヤそば処→観光 パシュパティナート・スワヤンプナート→夕食ネパール舞踊(Utsav)

午前中はフリーなので、ホテルで洗濯やその他を済ませ再び大好きな街歩きと買い物にでかける。どの店も気になる。買い物をしては両替に行き、また買い物と言う感じ。気に入ったスカーフ屋では、2回程お茶を御馳走になりほっと癒やされる。お土産も山程買いました。

午後からは市内観光を予定。昼食はカトマンズでも有名なお蕎麦屋での食事です。ホテルサンセットビュー内にあるヒマラヤそば処、本格的な手打ちの蕎麦がいただけます。この店のご主人はネパール人で、日本で修行をしたそうです。奥様は日本人の方なので、器等も凝ってます。蕎麦はムスタン地域で収穫したものを使い、蕎麦つゆも美味しい。

私達はそばコースです。そばだんご、そばのり巻き、ざるそば、天ぷら、そば羊羹が付いてます。ネパールでこんなに美味しい蕎麦が食べられて最高。しかも蕎麦はお代りもできます。まるでダルバートの様です。食後にはホテルの庭を散策し、観光に出かける。



ヒマラヤそば処

最初は世界遺産に登録されている、ネパール最大のヒンドゥー教の寺院で火葬場もある「パシュパティナート」を訪れる。入口には露天の店が並び、アンモナイトやお土産物売っている。T氏は「孫へのお土産にアンモナイトが欲しい…」と、財布のネパール紙幣を確認していた。店主は6000ルピーと言うも、3000ルピーしかなかったがそこは値切り慣れた女性達が交渉する。店主は小さいものや、形の悪いものを出しながら交渉するが、女性達に根負けして3000ルピーで購入できた。「やったね、交渉成立だね」と喜ぶも当のT氏は啞然としながら喜ぶ。

パシュパティナートでは世界遺産に詳しいイチローさんから、ヒンドゥー教や建物、火葬についての説明を聞きながら回る。火葬をしても臭いが無いのは、香木を用いているそうだ。この場所はデートスポットにもなっていて、若い人達が多く集っている。日本では考えられないが、宗教や文化の違いだと考えさせられる。犬や牛や動物も、人間も平等らしい。犬がのんびりとあちこちに、ゴロンとしているのも理解できる。パシュパティナートはインドから訪れる人も多い。

次は「スワヤンプナート」を訪れる。町の西側から2km程の丘の上に建っていて、カトマンズの市内が見渡せる。

石段を登ると、ストウーパが見える。仏塔や僧院を見ながら、寺院にあるマニ車を回して戻る。寺院にはあちこちに犬が昼寝をしている。皆で面倒をみているらしい。犬の天国だね。



スワヤンプナート

帰りはイチローさんの設立した日本語学校を見学する。最近開校したと説明していたが、立派な学校を立ち上げて早朝から授業をしているし、一定期間は授業料も頂いていないと言うので良心的だと感心する。是非、頑張ってもらいたいと願う。

夕食はネパール料理と舞踊のレストランでいただく。お酒は水差しのような容器(カルワ)で高い位置から注ぐので、皆で「ホー」言いながら見ていた。舞踊はポカラで見た舞踊とは異なり、豪華な衣装をまとった踊りだ。料理はネパールの伝統的なモモやダルバート、野菜、ジャガイモ料理だが美味しかった。お客はヨーロッパの人を多く見かけた。

おなかを満たしホテルに戻る。

戻る途中の道路も段差やでこぼこ、車やバイクも多く、登山以上に注意が必要。



ネパール舞踊

#### 4月5日(19日目)

午前フリー→昼食(中華)→インドラ・チョーク→ダルバート広場(旧王宮・博物館・クマリの館)→夕食→空港

本日がネパール最終日です。荷物は整理しホテルに預け、またまたタメル地区の商店街に出かけ買い物です。

まだ、買い足りないものがあるらしい?山の道具、蜂蜜、お茶の店の前を通ると顔なじみになり、ニコニコご挨拶から始まる。T氏は帰りに極暖シュラフを買うと宣言している。

昼食はホテルから離れた所だが、渋滞道路を歩く。道路は人と車、オートバイで大渋滞している。凄い光景を歩道橋から眺め写真を撮る。



街の大通り



昼食後はインドラ・チョークというにぎやかな庶民のバザールを散策し、ダルバート広場に到着する。イチローさんの説明を聞きながら、旧王宮や博物館を回る。

バザール

クマリの館前は大勢の人がクマリを一目見ようと押し寄せていたが、時間が遅れていた。私達は休憩しながら時間を待つ。

クマリの館に入り、クマリの姿を見ること 20~30 秒位だった。無表情で現れる。愛想よく笑ったりしてはいけないそうだ。あっけなく終了したが、見る価値はあった。クマリに関して調べてみると奥が深く興味深い。



クマリの館

観光も終了し夕食前にT氏がイチローさん等とシュラフを買いにお店に向かう。交渉に交渉を重ねプライスダウンでシュラフを購入する。これで皆さん買い物も終了する。

最後の夕食はチベタン料理屋で食べる。イチローさんご家族が全員集合し一緒に夕食を囲む。

その後はカトマンズ空港に向かう。空港は大混雑していたが、なんとか搭乗でき無事に成田に到着しました。

楽しかったネパールのトレッキングは長いようで短い。いろいろ楽しくて毎日ワクワクでした。よく歩き、よく食べ、よく笑いました。

イチローさん大変お世話になりました。皆さんお疲れでした。

日記風に綴られており、臨場感を味わいながら興味ぶかく読みました。企画から実施まで中心になって準備したリーダー佃さん、そして参加者 2 人からの感想も寄せられましたので披露します。参加を決心するまでの様子や現地でのハプニングなども全身で堪能した様子が浮かんでくるようです。(編集子)

## アンナプルナ方面・ランタン谷トレッキングの感想

参加した 8 名の皆様、大変お疲れ様でした。

「2つのコースのトレッキング」、「世界遺産の観光」と盛りだくさんの企画でした。トレッキングの途中のロッジ前で小雨が降り出した程度で、全行程で晴れ、夜間に雪が降るというサプライズもありました。

アンナプルナ方面ではシャクナゲや蘭の花が満開の時期を迎え、とてもいい時期でした。ランタン谷のキャンジン・ゴンパでは夜間に 2 日間雪が降り、早朝見渡すと一面の銀世界となり冬山も堪能することが出来ました。花ばかりでなく、レッサーパンダや山奥に住む猿のラングール、鳥等の貴重な動物も見ることが出来ました。ポカラではホーリー祭のお祭りを見たり、カトマンズ市内の世界遺産も巡りました。

ガイドの Prakash Poudel さんには山だけでなく、ネパールの自然、歴史や文化も含

めて丁寧に説明をしていただき、ネパールの人達と身近に交流ができ、自分の中では宝物が増えた感じです。陽気な頼もしいポーターさん達とも楽しむことができました。

トレッキングの計画検討会議を開始したのは、昨年 2023 年の 9 月でした。あっという間に 2024 年 3 月を迎えました。参加メンバーの皆様は、ご家族、ご本人の健康等いろいろ問題も抱えていたこととお察しします。しかし、トレッキングを実施するという立場でコースの検討や課題について相談してきました。途中での体調不良等は見られましたが、怪我をすることもなくトレッキングを楽しむことができました。

私がリーダーを引き受けた背景には、ガイドの方とコンタクトが取りやすい、企画をすることは負担ではない…という点だけです。山での経験や実力は参加された皆様のほうがベテランなので、私は安心していました。ガイドの方にも「私の基準で歩いていただければ、他のメンバーは問題ないです」と最初に伝えました。

今回はトレッキングばかりでなく、観光、ショッピングと色々と楽しむこともできました。

私がネパールにきてほっとしたり、癒やされるのは、ネパールの人達が好きだということがあります。素朴で親切、誰にでも手をあわせ笑顔で挨拶してくれる。人間も動物もとても大切にします。物質的には乏しい面があるかもしれないけど、心は豊かで見習うことが多い。

カトマンズにいと、若い人も多く活気を感じる。メンバーの方とも楽しく過ごすことができました。ネパールの写真を見ながら、6000m～7000m の嶺々を仰ぎ歩いたことは最高の思い出です。皆様に感謝でいっぱいです。[T・Y]

## アンナプルナ&ランタントレッキング

2000 年以來のネパールトレッキング。

前回は初めての海外登山で、成田～バンコク経由～カトマンズのルートで、チケット予約はしてもらっていたが、ネパールまでは全て一人旅。バンコクでの宿泊と航空チケットの購入等、ネパール～成田間の往復がサバイバルの行程であった。

アンナプルナとエベレスト街道の 1 ヶ月間を毎日が無我夢中で歩き回り、その時の経験から、「何時かは 7000m の山に登りたい…」と思うようになり、帰国後、それなりにトレーニングをしたが実現する事はなかった。

「もう 1 度、高い山は登れなくても、ネパールに行きたい…」と思っている中、今回のアンナプルナとランタンのトレッキングの企画を聞いて仲間に入れてもらったが、秋ではなく春、春は私にとって田植えのシーズン、もっとも忙しい時である、期日は 3 月 18 日～4 月 6 日。

これまでの作業工程を調べて見ると、苗の種まきが終わっていれば、この間は苗の

水まきとハウス内の温度管理、重労働の仕事ではない。ネパールに行く為には上さんをお願いするしかなかった。しかし上さんはこの農作業は1度も経験していない。自慢ではないが種まき、田植え、稲刈り以外の農作業はした事がない、それでも何とか引き受けてもらった。

田植えの準備作業も、この時期に出来る事は、全部前倒しで作業をして、準備完了。そしてメンバー表を見て驚いた。私以外の7人全員が、女性と来た。50年以上山に登ってきたが、こんなケースは初経験。リーダーが八重さんとあって「まあ何とかなるか」と思ってメンバーに入れてもらう。フタを開けてみれば「口八丁手八丁」の行動力に溢れている女性陣であった（まさに女性の時代を痛感）。

このネパールトレッキングの目的は、ヒマラヤの写真を撮る事。それが大きな目的であり花には興味が薄く、花より山に登る方が私のスタイルでした。

それがアンナプルナのタダパニあたりからネパールの花「石楠花」が出て来た。大きな大木に咲き誇る鮮やかな赤が、大木一面に我れ盛りとばかりに一面に咲きほこっている。その様子は日本の桜みたいである。日本の桜は人工的に植えられた花が多いが、ネパールの石楠花は自然の中に生き、ネパールの風土に育つ花である様に思えた。

ゴラパニからブーンヒルまでの下山途中に野生のランが出て来た。日本では高嶺の花であるが、ネパールでは石楠花の大木にはびこる苔の間からひっそりと咲いていた。これまで山の写真に三脚を使用する事はあっても、花の写真で使用した事はほとんどなかったが、この時ばかりは三脚を使用して汗をかいてランの花を撮っている自分がいた。

ブーンヒル展望台からのダウラギリ、マチャプチャレ、アンナプルナの景観は残念ながら見る事は出来なかったが、咲きほこる石楠花、ランの花に、力強く聳える山と違う花の魅力に気付かされる山旅でした。

ランタンは何と言つてもキャンジン・ゴンパからのランタン1とその周辺の6000m級の山々の展望、おまけに夜からの雪と翌日の早朝の雪景色は眩しかった。

ネパールの山岳地帯の人々の生活は決して豊かとは言えない。田圃と畑の中での自給自足の生活、日本では便利・快適・豊穡の生活が当たり前のように生きているが、幸せとは何であろうか思う事がある。日本では失いつつある豊かさがネパールには残っているように思えた。これと言った産業がないネパール。ヒマラヤの大自然と共に生きる道こそが最適と思える、前回と違ってロッジの宿泊施設、トイレの管理等が清潔になって来ており、特に登山道の石垣の整備に驚かされた。

私自身も高齢となり、体力・気力・好奇心等も衰えて来ており、体調のコントロールが難しくなって来ている、この20日間のトレッキングで何とか皆さんのおかげで無事に過ごせた事に感謝です。

日本そばも美味しかった。そして一郎さんの日本語学校を見て、我々日本がふさわしい国である事に責任を感じた次第でありました。[T・Y記]



## 感動と驚きのネパールトレッキング

予想をはるかに超える、感動に溢れた、心に深く刻まれた、アンナプルナ・ランタン谷トレッキングとポカラ・カトマンズ観光の20日間の旅でした。

山旅を企画し現地ガイドとの調整をしてくれたTさん、現地ツアーの企画、ガイドをしてくれたPrakashさん、山旅をともにした頼りがいのある仲間達、陽気で元気なポーターさん達、仲間に入れて頂きこんなに楽しい思い出いっぱいの山旅ができた…と、皆さんに感謝でいっぱいです。

初めてネパールを訪れたので、感動したこと、驚いたことが沢山ありました。箇条書きにしてみました。

- ◆ 8000mの山は、小さな飛行機から見ると、下方を探してもありません。飛行機の窓の上方に見えます！！
- ◆ ネパールの高度差は南の70mから北のヒマラヤの8800m、その間の距離は200kmしかありません。いたって高度差が大きい国で、俊急な段々畑が至る所にあります。坂なのは当たり前で、小学校に行かないような小さい子供さえ、荒れ地の急坂を飛ぶように降りていきます！だから「ちょっと坂」なんて言葉も信じてはいけません。
- ◆ 国立公園内は、自動車道路を作ってはいけない規則になっています。ランタン谷の村々は高度1500mのシャブルベシから、ラマやヤク、または人力で必要物資を運びます。私たちが歩いた道は、生活道路です。ラマ達の落し物に注意して歩きます。
- ◆ トレッキングは、朝食も、昼食もゆっくりホテルやロッジで摂り、ついでに10時のお茶もして、焦らずゆっくりと歩きます(\*^-^\*)。昼食をロッジに事前に予約しても意味なしです。お客さんの顔を見てから作り始め、時にはそれから畑に野菜を取りに行きます。日本時間を持ち込んではいけません。
- ◆ カレーはおかわり自由です。ご飯も、カレーも、付け野菜も何でもです。若いポーターさんたちの食べる量は、半端なものではありません。日本の大盛カレー3人分くらいは優にあります。
- ◆ カトマンズは、人と車とバイクでごちゃごちゃです。舗装道も凸凹があり、端は段差になっていて、山道を歩くより注意して歩かなくてははいけません。怠ると、捻挫したり事故にあったりします(><)。
- ◆ 「ナマステ」は魔法の言葉。手を合わせて「ナマステ」と言えば、笑顔で相手も返してくれ、心がほっこりします。

ご一緒した看護師さんたちの、周囲への気づき方、人の観察力、物の洞察・分析力などに驚かされました。色々なことをよく見ているので、医療のことのみならず、多面にわたって頼りになる存在でした。また、後ろでいつも皆を見守ってくれ初めてご一緒したとは思えないTさん、ずっと部屋を共にし、助け合ったいつもの仲間達、本当にありがとうございました。[M.J記]

# 県連合同『磯根浜クリーンハイク』報告

千葉県連 自然保護委員長 菅井 修

◆ 日にち： 5月25日（土）

◆ 参加者： 12名

東葛山の会：1名、 ちば山の会：5名、 ふわくハイキングサークル：2名

千葉こまくさハイキングクラブ：2名、 まつど遠足クラブ1年さくら組：2名

10:00 大貫駅に集合。海岸を目指し出発。20分程で目的の海岸に到着。ハマヒルガオやハマボウフウが咲き大変景色が良い。



ちょうどこの時期は、各会での会山行・行事と重なり、残念ながら参加者は少なかったが、大量のペットボトルやプラスチックで、用意した回収袋は見る間に満杯。満杯になった袋を置き先に進む(帰りに回収)。漁網や浮きなど漁業関係のゴミも大量に打ち上げられているが、砂に半分ほど埋まっており、回収を断念。椰子の実も漂着。



東京湾観音の近くまで行く予定だったが、大量のゴミのため、岬のあたりで用意した回収袋は既に残りはない。まだまだ沢山のゴミはあるが、今回はこれまでとした。

◆ 清掃実施区域は、地図の赤太線の部分です。

実施日	場所	参加者	時間	回収ゴミ	重量
5/25(土)	磯根浜	12名	10:30~13:30	42袋	92kg

2024 年度

# 『全国自然保護講座 IN 千葉南房総』開催案内

主催 日本勤労者山岳連盟自然保護委員会  
主管 千葉県勤労者山岳連盟自然保護委員会

日時 2024年6月15日(土)～16日(日) <1泊2日>

場所 いとう RYO 南房総市久枝 569 TEL0470-57-2113

開催テーマ 主題「ネーチャーポジティブの実現が山の生物多様性を守る」

副題 ～山の生物多様性を保全するための OECM の推進～

スケジュール (当集会の様子は、全国連でオンライン配信予定)

15日 12:00から受付

12:30 開会:

12:35 開催主管・主催者挨拶

13:00 講演「山岳域のネーチャーポジティブの実現に向けて」

講師：日本山岳会会員 東邦大学准教授 下野綾子 氏

14:30 話題提供「日本の環境省が推進する OECM の動向と

山岳自然環境の保全にどのように貢献できるか」

提案者：徳島県連 自然保護委員 片山博之 氏

15:20 各地方連盟からの報告 (7 地方連盟程度：各 12 分程度)

18:00 夕食 (懇親会)

16日 8:30 各地方連盟からの報告 (4 地方連盟程度)

9:20 全体会 (パネルディスカッション)

① 山岳地域の希少種等をどう保護保全するか

② 気候変動による影響を考える。

(亜高山帯・高山帯の動植物減少、外来種問題など)

③ 山岳地帯の開発とどう向き合うか (各地の取組み)

生物多様性国家戦略をどう活かすか

10:20 全体報告

11:00 自然保護講座の総括

午後 鋸山自然観察登山 (詳細については、参加者に改めて連絡します。)

(電車移動) 岩井 11:59→浜金谷 12:10… (鋸山ロープウェイ) …地獄覗き

…百尺観音…石切場跡…車力道下山口…観月代登山口…浜金谷 (15:00 解散)

(車移動) 参加者が少ない場合、スタッフの車で鋸山ロープウェイまで移動

◆問合せ・申込先：自然保護委員長 菅井修

[fa23475@wa3.so-net.ne.jp](mailto:fa23475@wa3.so-net.ne.jp)

TEL 090-7847-9651

◆参加費：

参加者 交通費県連負担

宿泊・懇親会費 9,000 円

Web での参加者 無料

◆アクセス：現地案内図 (右図)

内房線岩井駅下車 10 分



当初の参加申込締切日を過ぎていますが、是非、この機会に全国から集う『自然保護委員』と情報交換をし、千葉県内の自然保護活動を発展させるため、多くの参加者を継続募集中です。

# 2024年 海外登山へのお誘い 韓国：北漢山と冠岳山/紅葉ハイキング

千葉県勤労者山岳連盟 海外委員会

お隣の韓国・ソウル近郊にある花崗岩の山々のハイキング(2コース)を企画しました。奮ってご参加ください。

**日程：2024年10月18日(金)～21日(月) 3泊4日**

**コース：①北漢山(プukkanサン)と冠岳山(クァナクサン)ハイキング  
②仁寿峰(インスボン)クライミング**

**旅行代金：約17万円**(参加人数確定後に、改めて旅行会社と調整します)

<注>②クライミングの旅行代金は、クライミングガイドの有無などを含めて再調整します。

◆ **旅行代金に含まれるもの：**

国際線航空運賃往復(エコノミークラス)、ソウル仁川空港～ホテル往復送迎(大型バス)、ソウル宿泊費(ホテル3連泊、ツイン、朝食付き)、食事(朝食3回、昼食1回、夕食3回)、日本語ガイド費用(通訳ガイド1名、ハイキングガイド1名)、旅行会社手数料  
諸費用(成田空港利用料、国際観光旅客税、出国・空港税、燃油サーチャージ)

◆ **旅行代金に含まれないもの：**

食事代金(昼食2回)および食事の際の飲み物費用、ハイキング時の交通費(ホテル⇄登山口・下山口/地下鉄・バスなど)、チップ代金および個人的使用の費用、航空機搭乗時の超過手荷物運搬料、海外旅行保険料(任意保険)

**募集人数：20名(先着順)** (①と②を合わせて) (②の参加申込みが極少の場合、①への変更打診あり)

**申込締切(一次集約)：6月26日(水)** <航空券をグループ枠で手配のため。その後も募集を継続します>

**問合せ・申込先：海外委員会 安彦秀夫** [mt25hm4abichan49@gmail.com](mailto:mt25hm4abichan49@gmail.com) Tel:090-5827-0571

専用参加申込用紙を、県連理事及び各会代表者経由にて各会にメール配信します。

必要事項を記入の上、直接、安彦までメール送付してください。

**日程：**(『詳細日程(ホテル含む)』や『旅行代金』などは、参加者確定後、改めて旅行会社と相談・調整します)

日次	日付 (曜日)	スケジュール(行動予定) <ハイキングコース詳細等は、今後、旅行会社/現地ガイドと相談しながら決めます>	宿泊地	食事		
				朝	昼	夕
1	10/18 (金)	<b>集合：成田空港・第1ターミナル北ウイング 12:00</b> 成田空港14:00→(大韓航空KE704)→ソウル・仁川空港16:30 日本語通訳ガイドと合流し、専用車で市内のホテルへ。 ※通訳ガイドの案内で夕食のお店へ(徒歩など)	ソウル	—	—	○
2	10/19 (土)	① <b>北漢山(836m)ハイキング</b> (ハイキングガイド同行) 歩行時間:約5時間 ホテル…ホテル最寄り駅→登山口最寄り駅…北漢山ハイキング… …下山口最寄り駅→ホテル最寄り駅…ホテル ② <b>仁寿峰クライミング</b> ゲレンデまで電車と徒歩で移動し、クライミング後、ホテルに戻る ※ホテル集合後、通訳ガイドの案内で夕食のお店へ(徒歩など)	ソウル	○	×	○
3	10/20 (日)	① <b>冠岳山(629m)ハイキング</b> (ハイキングガイド同行) 歩行時間:約4時間 ホテル…ホテル最寄り駅→登山口最寄り駅…冠岳山ハイキング… …下山口最寄り駅→ホテル最寄り駅…ホテル ② <b>仁寿峰クライミング</b> ゲレンデまで電車と徒歩で移動し、クライミング後、ホテルに戻る ※ホテル集合後、通訳ガイドの案内で夕食のお店へ(徒歩など)	ソウル	○	×	○
4	10/21 (月)	出発までフリー(各自で観光や買い物などをお楽しみください) ※通訳ガイドの案内で昼食のお店へ(徒歩など) 昼食後、ホテルに戻り、通訳ガイドと一緒に専用車で空港へ。 ソウル仁川空港17:25→(大韓航空KE713)→成田空港19:45 通関後、出口で集合し解散	—	○	○	—

# 中島健郎オンライン講演会 開催案内

## 海外登山と撮影

～未知のルートからグレートヒマラヤトシールまで～

日にち：**11月28日（木）午後7時～9時**

（講演90分、質疑応答30分）

### <プロフィール>



クライマー・山岳カメラマン（石井スポーツ所属）

## 中島健郎

1984年奈良県生まれ。関西学院大学入学後、山岳部に所属。在学中に3度の海外遠征を経験し、未踏峰二座の登頂に成功。卒業後は海外トレッキングや登山のツアーガイドを務めながら山岳カメラマンとしての活動をスタート。また、平出和也と新ルートで挑戦したシスパーレ（7,611m/2017年）北東壁とラカポシ（7,788m/2019年）南壁からの登頂で、優秀な登山家に贈られるピオレドール賞をそれぞれの功績で2度受賞。山岳カメラマンでもあり、登山家として世界で活躍を続けている。

写真・動画などを画面共有しながら、登攀や撮影、登山の魅力などについてエピソードを交えながら語っていただく予定です。



<写真提供>

石井スポーツ

## K2 PROJECT

K2は、カラコルム山脈にある山。

標高は8,611mで、エベレストに次ぐ世界第2位の高さである。

平出和也・中島健郎の2人がK2未踏ルート登攀に向けて動き出している。

彼らがどのように目標に向かうのか。

（石井スポーツ・ホームページより抜粋）

👉『詳細』および『参加申込書』などは、『ちばニュース』で随時お知らせします。

# 県連行事・山行などの中止連絡を徹底しよう！

5月16日（木）理事会（Zoom）で、「県連行事でトラブルが発生した…」旨の発言が当該会の理事よりありました。

その内容は、極めて重要である…と考え、私見ではありますが、敢えて以下の文章を纏めてみました。

5月14日（火）実施予定の『新緑の笠間アルプスを歩く（茨城県）』は、開催3日前の11日（土）に、天候不順のため『中止』を決定し、各参加会の窓口（ハイキング委員、県連理事、会代表者など）に『中止連絡』のメールを配信しました（中止の場合は、11日に連絡する旨を案内に記載していました）。

しかし、1会への連絡が不十分（不徹底）だったために、当日朝に『2名が集合場所に行く…』という事態が発生しました。

何故このようなことが起きたのかを猛省し、今後、再発しないように徹底すべきと考え、次のような提案をします。

## <行事・山行案内をする際の留意点>

- ① 案内に天候不順などで中止や延期をする際の連絡について必ず明記する。  
具体的には、誰が、何時、誰に、何を、どのような方法で行うかを明記する。
- ② 参加する会の代表者、県連理事、県連委員会委員などは、上記①を十分に認識し、更に、参加者にも徹底する。

## <中止・延期の場合の基本ルール>

- ① 『行事・山行主催委員会責任者』から『各会代表者・県連理事・県連役員・主催委員会委員』などに『中止』または『延期』のメールを配信する。  
その場合、『**要返信**』を必ず明記する。
- ② 受信者（各会で事前に返信する人を決めておく）は、必ず『発信者および県連役員会』に、『受信』した旨を速やかに返信する。併せて、会の参加者に連絡をする。

『連絡が重複するよりも、連絡が不十分の方が大きな問題を含んでいる』と考えます。今回の問題を契機に、再発防止に皆様のご協力をお願いします。

尚、行事・山行が実施される場合でも、急に参加をキャンセルする場合は、主催委員会責任者及び各会の窓口担当者に速やかに連絡をしてください。

5月16日（木）の理事会（Zoom）では、他のテーマの関係で時間に余裕がなく、十分に話し合うことができなかったように感じました。ということで、敢えて、この記事に掲載することにしました。皆さんからのご意見をお待ちしています。（編集子）

## 機関紙『ちばニュース』の配信方法にご意見をお寄せください

機関紙委員会 委員長 安彦秀夫

私が『ちばニュース』の編集・発行に本格的に携わり始めたのが、一昨年の『2022年9月号』からです。

パソコンスキルがイマイチの状態、前任者の廣木前会長から引き継ぎ、大きなトラブルもなく（気が付かなかっただけなのかもしれませんが…）今日までやってこれたのは、役員を始め多くの会員の皆様からの「温かい励み」や「多くの投稿」等のお陰…と感謝しています。

毎月月末は、配信に向けて最後の編集作業に追われる1週間ほどですが、配信ができた直後は、ホッとした気持ちに毎回浸ることができ、「今月号も予定通り編集・発行・配信ができた…」という達成感・安堵感などを味わえる至福の時間でもあります。

「見て楽しい紙面にしよう…」という思いで、皆さんから届きました多くの『写真』をできる限り挿入するように編集をしています。その結果、『ちばニュース』の容量が大きくなり過ぎる時があります（写真の圧縮をする時もあります）。

現在、PDFにして、各会代表者、県連理事、そして県連役員会の各メーリングリストを使用して配信しています。その後、各会の方法で全会員に届いていると思います。

ところが、容量が大き過ぎて配信できないケースが発生したことがあり、2分割して配信したこともありました。

現在、この大容量の『ちばニュース』を分割しないで配信できないか…を検討中です。機関紙委員などから意見・助言などを貰い、どの方法が受信者にとっても、配信者にとっても便利で実効性があるかを試してみたいと考えています。

ということで、今月号『2024 ちばニュース 6月号』を、次の2つの方法で同時に配信してみることにしました。

① 従来と全く同じ方法で配信（メールに添付）

② Dropbox を利用して、メール本文にリンク（URL）を貼り付ける方法で配信

他の方法も提案されており、随時検討し最善の方法を見つけたい…と考えています。

実際に『2024 ちばニュース 6月号』を読むまでのプロセスの違い（煩雑さなど）やセキュリティなどについて、皆さんからのご意見をお待ちしています。

尚、上記②の『URL 有効期間』を『2週間』としますので、会員の皆さんは必要に応じてダウンロードをお願いします。

また、千葉県連のホームページにはこれまで通り掲載しますので、期限切れの際には県連ホームページにアクセスをお願いします。

ご意見をどしどしお寄せいただきたいと思います。

## 県連活動予定表

6月		
7月		
日付	曜日	県連活動予定
1	土	登山講習（鹿沼岩山）
2	日	
3	月	
4	火	
5	水	芒種
6	木	
7	金	
8	土	
9	日	
10	月	
11	火	全国海外委員会（ZOOM）19:30
12	水	
13	木	役員会（ZOOM）19:00-21:00
14	金	
15	土	第26回全国自然保護講座①
16	日	第26回全国自然保護講座②
17	月	
18	火	
19	水	
20	木	理事会（ZOOM）19:00～21:00
21	金	夏至
22	土	
23	日	
24	月	教育遭難対策委員会（ZOOM）
25	火	
26	水	
27	木	海外委員会（ZOOM）19:30-21:00
28	金	
29	土	
30	日	
31	月	
1	月	
2	火	房総の山復興プロジェクト（ZOOM）
3	水	
4	木	
5	金	
6	土	全国遭難対策担当者会議① 小暑
7	日	全国遭難対策担当者会議②
8	月	
9	火	全国海外委員会（ZOOM）19:30
10	水	
11	木	役員会（ZOOM）19:00-21:00
12	金	
13	土	
14	日	
15	月	海の日
16	火	
17	水	
18	木	理事会（船橋市西部公民館）19:00～21:00
19	金	
20	土	
21	日	
22	月	教育遭難対策委員会（ZOOM）大暑
23	火	
24	水	
25	木	機関紙委員会（ZOOM）19:00-21:00
26	金	
27	土	
28	日	
29	月	
30	火	
31	水	

### 事故発生時の連絡先

各委員会は、25日までに予定を連絡ください。

◎事故一報は事故発生後1ヶ月以内に！

◎全国連盟と県連教育遭難対策委員会の両方にメールまたはファクスで！

全国連盟事務局

メール： jwaf@jwaf.jp

ファクス： 03-3235-4324

県連教育遭難対策委員会

メール： itou2385@yahoo.co.jp（伊東）

メールのみとします

### 連盟費の振込先はこちら！

郵便振替口座 00160-3-481509

（ゆうちょ銀行 〇一九店 口座番号0481509）

千葉県勤労者山岳連盟

発行者： 千葉県勤労者山岳連盟

発行責任者： 広木国昭

住所： 〒261-0013 千葉市花見川区幕張本郷 1-29-18 レジデンス幕張台 101号室

電話： 043-306-1190

E-mail： rousanchiba@grape.plala.or.jp

HP： <https://www.cwaf.jp>

**事務所に常駐者はいません**