



「クマさん会」15周年記念特集

# 山を語る



平成23年5月20日



**== 「山を語る」寄稿者一覧 ==**

<b>熊本研一郎</b>	<b>竹内 秀世</b>
<b>鶴飼 明夫</b>	<b>堀 恒樹</b>
<b>高橋 雄二</b>	<b>時任理一郎</b>
<b>高橋 文人</b>	<b>根岸 秀忠</b>
<b>青木 伸夫</b>	<b>脇 威人</b>
<b>戎家 俊博</b>	<b>吉松 秀一</b>
<b>小野寺美佳</b>	<b>鷲田 彰彦</b>

**\*なお、今回は寄稿がありませんでしたが、「クマさん会  
10周年記念特集」に寄稿された能勢さん、伊能さん、原田  
さん、半澤さんと、10周年で頂いた高月さんのコメントを、  
今回の「山を語る」にも再掲載させていただきました。**



## クマさん会 15 周年を迎えて

熊本 研一郎

2006 年 10 月 19 日（木）が 10 周年記念の懇親会でした。月日の経つのは早いもので、それからアット言う間に 5 年を経過してしまいました。この 4 年間で 116 回の山行が企画・実施されてきました。

10 周年懇親会の記念集合写真を懐かしくみると、その殆どの方々が、現在も継続して山行に参加していただいております。またこの間に更に新しい方が数名加わり、益々盛況になってきております。

クマさん会が 15 年間も継続してこられましたのもメンバーの皆様のご支援とご協力の賜物と感謝している次第です。

クマさん会ホームページも 2002 年 4 月に開設して満 9 年となり、10 年目を迎えた今年、リニューアルされより一段と充実して、ホームページを開くのが楽しみになっています。驚いたことに、Google や Yahoo で「くまさんかい」で検索すると、100 万件以上にヒットし、その第一番目に我が「クマさん会ホームページ」が現れるのです。

また、忘年会、新年会も恒例化し多数の参加者を迎えて賑やかな催しとなっています。これらは、特に事務局の小野寺さん、高橋雄さん、吉松さん、高橋文さん達が惜しみなく自己を犠牲にしてのボランティア活動の賜物であり、これ等に支えられて現在があると思っております。感謝、感謝の一言です。

有難うございますと改めてお礼申し上げますと同時に今後も宜しくお願いします。

またクマさん会メンバーの皆様には、より一層のご最良を頂き参加を賜りますことと、クマさん会を更に発展させる上で、忌憚のないご意見を頂ければ誠に幸甚でございます。



## 登山不適格者

鵜飼 明夫

熊本さんと一緒に山へ行くようになったのは丁度十三年前九十八年五月の石割山からである。原田仁さん夫妻と四人であったが、とんとん登っていく原田さんに付いていくのが精一杯であった。

それ以前は、家族と立山、白馬、北八ヶ岳などに、その後はひとりで燕から槍ヶ岳への縦走や奥穂岳などに出かけていた。北アルプスに目覚めたのは、家族と登った西穂独標からの笠ヶ岳の雄大な姿に出会った時からである。

熊本さんと一緒にの山行で一番楽しかった思い出はスイストレッキングツアーである。エイグドミディからのモンブラン、グランドジョラスや針峰群と氷河の展望は、これが本場アルプスと実感させられた。ゴルナーグラード展望台からリュッヘルベルグまでのマッターホルンが眺めながらのトレッキングや。またアイガー氷河駅からクライネシャデックまでのアイガーやメンヒなどを眺めながら花が咲きそろう高山植物群のトレッキングは夢見心地であった。

国内では利尻・大雪ツアーでの大雪山縦走であろう。残雪と高山植物を愛でながら歩くとその先には層雲峡の温泉が待っていた。このツアーでは原田さんと根拠地旭川の寝床と、北海道の極上の味を提供していただいたお姉さんには大変お世話になりました。

熊本さんと山に同行すると、指定された時間と場所に集まればコースを案内し温泉へ連れて行ってもらえる。当初は登山ガイドや地図までコピーし配布してくれた。こうして一人や家族だけでは行くことができない山々を体験し感動を得ることができたのは熊本さんや高橋雄さんのお蔭と感謝している。

いっぽう、自分で地図やガイドブック、時刻表とにらめっこし、いざというときのエスケープルートを探したりということが全く疎かになってしまった。小さな事故や、急きょなコース変更、道迷いなどもたまにある。こうしたときにメンバーとして自立的に対処できるのか。登山は危機管理の塊のスポーツだと思う。自分の体力、体調や気象の急変だけでなく一緒に参加しているメンバーの状況変化にも対処が必要になる。自助だけでなく他助も求められる。

無事に下山して乾杯し楽しい山行を続けたい。加齢とともに衰える体力で少しでも参加したいと「自助他助」できる体力作りにスポーツジムに通いつけている。



## 私が思う山の効用

高橋 雄二

私が十数年前に山登りを始めた目的は、最初は体重減らしでした。

月曜日から金曜日まで1日200gづつぐらい、5日間で1kgぐらい増えた体重が、週末に山登りをすると体重が減って元に戻る、そんなことを繰り返していました。しかし、そのうち、体重減らしだけでなく、もっといろいろといいことがあることに気がつきました。

山に登って、そのあと温泉に浸かって帰ると、体調が良くなることが多いのです。その理由を考えてみました。

(但し、以下は私の勝手な仮説で、科学的なウラズケには乏しいかと思えます。

もしどなたかそれなりのワケをご存知でしたら教えていただければ幸いです。)

- 1、山頂は、宇宙からの「気」が集まるパワースポットではないでしょうか。  
山頂で昼食をとり、周りの景色を撮ったりしている間に体に「気」が充電？される、そんな気がします。
- 2、温泉は、地中の「気」を含んでいて、これもパワースポットではないかと思っています。その「気」をたっぷり吸収すべく、いつも長湯をしてしまいます。
- 3、体温が上がると免疫力が高まるといわれていますが、山登りや温泉では汗をかきますから、体温が上がって免疫が高まっているのではないかと思います。
- 4、山登りで、樹木が出す殺菌力のあるフィトンチッドを浴び、植物が出す酸素を吸うと、有害細菌が死滅し、体細胞が活性化すると思われます。
- 5、歩くと足の筋肉が収縮して血液の循環を促し、体細胞の新陳代謝が良くなり、老化防止、または老化を遅らせる効果があると思われます。
- 6、いろいろな花や新しい景色などで視覚が刺激され、花の名前を覚えたり思い出したりしていると、きっとボケ防止に貢献するにちがいないと思っています。
- 7、ボケ防止といえば、山行計画立案なども頭を使うので、大いに有効かと思えます。皆さん、是非、積極的に山行を企画してボケ防止に努めましょう！
- 8、山頂に到達した時の達成感、視界が開けた時の解放感は、脳内快感ホルモンを出し、これも体にいいのではないかと思います。

脳内快感ホルモンは、温泉後、ビールが喉を通過する時にも出ると思います。

山に登るのは、温泉後の一杯のビールをおいしく味わうためだと言ってもいいくらいです。

とか、これらの他にも山登りの効用はたくさんあると思いますが、いかがでしょうか？

クマさん会に加えていただいて、皆さんといっしょに楽しく山登りすることは、山の効用をさらに高めていると思います。それに、一人で行くと、タクシーなどはとても使えませんが、みんなで行くと割り勘できるのでとっても重宝です。

クマさん会にたいへん感謝しています。今後ともよろしくお願いします。



## 山と短歌

高橋文人

1997年の秋にクマさん会の皆さんと山に行き始めてから数年後、週末の山行が楽しみになっていた頃にこんな歌を作ってみました。

### 【 通勤の 車窓の紅葉 色増せば 心せかるる 週末の山 】

その後は歌会始めのお題に頭を悩ませながら歌を作る程度ですが、そのなかにはいくつか山に関するものがあり、これを見ると当時のことが思い出されます。2005年のお題は「道」でした。

### 【 どこまでも 歩いていける 心地する まだ明けやらぬ 北穂への道 】

早朝真暗闇の中、ヘッドランプをつけて横尾山荘を北穂高に向けて出発します。少し眠気は残っていますが、体調はいいしこれから山頂目指し何時間でも歩けるような気がしました。

帰りにまたここに寄り、アルバイトをしていた娘さんにも入ってもらい写真を撮りました。我々は彼女のことを「横尾山荘のマドンナ」と呼んでいました。翌年今度は槍ヶ岳に登るため、また横尾山荘に泊まりました。前回撮った写真を持って行きましたが、マドンナはもうそこにいませんでした。

しかし、スタッフの一人がこの写真を彼女に郵送してくれ、結婚して高知にいるマドンナから年賀状が届きました。そこには「山小屋で働いて耐えられたら結婚しようと思いました。」と書いてありました。

2009年のお題は「生」でした。

### 【 明け方の 驟雨上がりて 陽に映ゆる 縄文杉と 今を生きる 】

縄文杉に会いに行く日、宿から登山口に向かう途中は豪雨でしたが、次第に天候は回復し、縄文杉の前に立った頃には薄日がさす程度までになっていました。この日は私の還暦の誕生日でした。縄文杉は7200年と私の120倍生きておりますが、今この瞬間を共有しているんだな、という思いがしました。

2010年のお題は「光」でした。

### 【 鳥海に 夏が来たれり キンコウカ 光り輝き 雪渓を追う 】

夏になると雪渓が後退し、それを追いかけるようにお花畑が一面に広がります。鳥海山は前年にも登る予定でしたが、突然の雷雨で中止になりました。この日は、登りは晴れて汗ばむ陽気でしたが、下山途中で激しい雨になり、気温も急降下して体がどんどん冷えていくのがわかりました。前年トムラウシで遭難事故がありましたが、いつ急変するかわからない山の天候に対して、十分な装備と余裕をもった登山計画の大切さを感じました。これからも山を楽しみ、時には歌を作ってみたいと思います。



## 私の「山」

青木伸夫

長野市に育った私にとって、所謂「登山」のスタートは高校時代でした。小学校、中学校時代の四阿山、燕岳、白馬岳等の修学登山はただ騒ぎながらゾロゾロという感覚しか記憶にありませんが、高校の入学式当日に入会を決めた生物班（歴史的に（“部”）という呼称はありませんでした）の研究テーマのひとつが「トガクシジミ」という高山蝶の種の探索（ヤリガタケシジミ、アサマシジミとの関連、同種か亜種か・・・）でしたので、そもそも山に入らないと始まらないものでした。

1年生から、冬場を除き月2回ほどの戸隠山（今や人気のパワースポット）詣でということで、土曜日から日曜日にかけて当時の重いテントを担いでの山行でした。距離が長いので午後出発では間に合わないため、土曜日は一旦登校して荷物を準備し、授業は一丁前に代返を頼んでの活動でした。（当時は先生も大人物。お目こぼし&お見通し）

長野県に勤務していた頃は、翌日の天気予報を見て北アルプス山行を楽しみ、時には台風一過の山頂を狙ったりしていましたが、首都圏へ移動後はご他聞に漏れず業務に追われ山行の「サ」の字もない期間が長く続きました。

そんな中、「クマさん会」に誘われ近郊の山々に開眼、丹沢、伊豆半島、甲州の山塊、富士山を眺める山々など、登ってみるとなかなか楽しい山々で、改めてスロークライミング（こんな言葉無いかも）を楽しませて頂きました。これからも信州や近隣の山行の機会には是非参加させて頂きたいと思っています。

### 「喜」

高山植物、高山蝶大好き人間。山登りも、足元の花々とひらひら舞ってる蝶に目が行って疲れがどこかへ。

### 「怒」

自らに怒。若い頃、針ノ木岳大雪渓で200メートル滑落。

その後、山への畏敬の念が高まりました。

### 「哀」

最近の山々の自然破壊。

自然が自然を壊すのは道理。人間の身勝手によるものが殊更目立ち始めて・・・。

### 「楽」

皆さんとの「わいわい」。



## 「一歩一本の大切さ」

クマさん会 戒家 俊博

私は、ソニーを退職した同じ時期の2008年12月27日の陣馬山でクマさん会に初参加をしました。

まだまだ初心者コースが中心ですが、2010年11月6日の茅が岳で初めてクマさん会のレーティングで中級に挑戦しました。

参加した回数は、2年半の間に山行きレポート掲載ペースでまだ10回ですが、自分のペースでこれからも参加させて頂きたいと思っています。

今年は、8月に初めての富士登山を予定していますので、一緒に参加予定の方々、宜しくお願いします。

山歩きで気付いた大切なことがあります。

当たり前のことですが、本当に「一歩一歩」の積み重ねです。

平坦な道とは異なり、斜面だったり、不ぞろいの階段だったり、上ったり下ったり、

「人生そのもの」に思えてきます。

また、その一歩一歩の例え「ひとつの一歩」に気をゆるめたり、おろそかにしたりすると、足場を踏み外して転げ落ちたり、足をひねってくじいたりして、大怪我をすることにもなります。

かけがえのない人生においても、一歩一歩を本当に大切にしないといけない事を山の会から学びました。

これからも身に応じた山歩きを続けたいと思いますので、宜しくお願いします。





## 山は・・・

小野寺美佳

### 春は芽吹き

日増しに花暦が進み、待ちかねた陽光の中、枯色が色づく風景は、たいそう心華やぐものである。梅桃桜はいうべくもなく、山野に福寿草、山茱萸、雪ノ下、カタクリと可憐な花が次々と咲きほころぶ。森林の若葉の初々しい緑も愛らしく、陽が燦爛とふりそそぐ柔らかな土の山道を、小さな芽を見つけながら辿るも楽し。陽だまりでほおぼる昼餉もよし。

### 夏は涼

開山を待ちかね山に向かえば、百花繚乱の様に欣喜雀躍。カメラ片手に俄かアートフォトグラファーになる。

草いきれ、木々の葉越しの光、蒼々とした下草、緑映る水面・・・。緑あふれる山は生命力に満ちている。ざわざわと木の枝を鳴らす一陣の風や沢の流れに清々しさを得ながら登る。頂においては、登攀の達成感とともに、その眺望とひとときの涼風も、この時期最高のご褒美。

葉月の東北ツアーは、見慣れぬ山容に感動し、歴史や文化に触れ、美食に舌鼓を打つ、地域一帯を楽しむ旅となって、殊のほか趣き深い。

### 秋は紅葉

空高く透明な季節。ひんやりとした空気を感じながらの山登りは心地よい。

澄んだ空気に遠望がきき、高度をかせぐほどに爽やかな風が通り、展望の変化も眼福。葉も実も色づく豊かな頃、山裾で食材を仕入れれば身も心もほくほくする。

紅葉前線を追っての登山計画も一興である。

### 冬は氷雪

きりりとした冷気の中、凍った山道をざくざく進む感触もよい。小春日和の青空と白雪のコントラストも美しい。

樹氷・氷瀑・雪寄せの霜花など、冬特有の風物詩も見逃せない。また、玄冬の中、春に先駆けて咲く花々もかけがえなく、いじらしい。

麓の温泉の温もりは殊のほかありがたい。

ことほどさように、山は山そのものの個性加え、ルートや季節により変化があり、飽かず楽しめる。

そして、なにより・・・

### 山ならクマさん会

面倒見のよいクマさんを筆頭に、メンバーがさりげなく役割分担フォローし、「安心・安全・無理なく楽しむ」大人の余裕が心憎い。

目的は、山登りか温泉かはたまた宴会か・・・思惑はともかく、愉快的仲間と共に出かける山ほど悦ばしいものはない。

▲▲ ▲▲▲ ▲▲▲ ▲▲▲ ▲▲▲ ▲▲▲ ▲▲▲ ▲▲▲ ▲▲▲ ▲▲▲



## <山の思い出>

竹内秀世

2005年8月からクマさん会に参加して素晴らしい思いをさせていただきました。

そのなかで私の人生の中で最も感激した山がありました。それは2006年5月に熊本さん、原田さん、能勢さんで行った燕岳です。初日の宿は国民宿舎の「有明荘」で夜中に物凄い雷雨が始まり翌日も本降りのため一日登山を延期しました。そのため残念ながら原田さんは帰ることになりました。詳しいことは山行きレポートにありますので省きますが三日目に中房温泉の燕岳登山口から登り雪で屋根まで埋もれた合戦小屋を過ぎると北アルプス3大急登です。そこから槍ヶ岳の先端が見え始めそのうち燕山荘も見え始めるものの燕岳はいっこうに見えません。北アルプスは初めてで山の知識に乏しい私にとって燕岳がどんな山だか想像もつかない状態でした。それで合戦の頭まで登りきると一挙に燕岳の全貌が現れたのです。私はぶっ魂消ました。残雪の白と岩肌の灰色でなす幻想的でこの世のものとはとても思えない白黒の世界です。なんと神秘的で恐ろしいぐらいの不思議な光景、自分が生きてるのか死んでるのかわからない夢の中に引きずり込まれ寒気がして震えるほどの凄い感激でした。さすが北アルプスと思うとともにこのことは一生忘れない思い出です。クマさん会に感謝しています。

## 「クマさん会」と私

堀 恒樹

誘われて登山を再開したのが50歳を過ぎた頃です。箱根外輪山の明神が岳でした。

「クマさん会10周年」では“3000m峰主要14座に登りたい”との夢を語りました。

それから5年、ますます山に嵌まっています。14座にはまだ少し足りませんが、いずれ達成できそうです。

2009年にはネパールトレッキングでエヴェレストも間近に見ることが出来たし、今年はキリマンジャロ(5895m)にも登れそうです。

60歳以降は、体力づくりに結構気を付けています。

ほとんど運動らしいこともせずに過ごしてきた、と言うより運動、特に走るのは、それほど好きでない私ですが、“余裕を持って楽しく山登りをする”という目的で始めた日課のジョギングも6年目になりました。メタボも解消！心配なく人間ドックを受診できるのも、全くもって「クマさん会」のお蔭です。クマさん会もTシャツに続き、旗も出来そうですね。だんだんメジャーになってきました。

私はこの先、いつまで健脚コースを歩けるかは分かりませんが、「クマさん会20周年」を目標に、まだ暫くは、年一回は3000mの尾根歩きを続けていきたいと思います。



## 山を語る

時任理一郎

クマさん会への参加は、CICR 推進室の元同僚、今堀さんからの紹介がご縁でした。参加するまでは、小中学年の頃に阿蘇山や霧島山（九州は宮崎出身なので）に登ったことがある程度で、それからずいぶんとご無沙汰のまま 2004 年頃から友人と「駅からハイキング」などで年に 2, 3 回のお気楽ハイキングが主で、それらの中で記憶にあるのは高尾山とか養老の滝。IT 関係の仕事をしているので、自然に触れることでリフレッシュできるのが最大の魅力だと感じています。クマさん会 15 周年を期に、これまで参加した会の足取り（といっても少ないですが）を整理してみました。

2007 年 8 月 4 日

入笠山（にゅうかさやま）がクマさん会としての初登山となりました。当日の朝、集合場所の小淵沢駅そばの商店にて合羽を購入する際に、店員さんと「いりかさやまは、今日が初めてなんですよ。」といったような世間話をしていたところ、「え、いりかさ？どこの山？ひょっとして、入笠山かい？」と言われたことを今でも覚えています。

2007 年 10 月 21 日 谷川岳 岩壁ウォッチング

谷川岳といえば、それまで自分にとっては天神平スキーつまり冬場で雪が積もっているイメージがありませんでした。なんといっても、一の倉沢で見た「遭難者の碑」の印象が強烈。とてつもない垂直の壁の岩肌を生で（正確には、サイバーショットのズーム越しに・・・）見たときに感じた驚きと相まって、その現実と結果とのギャップにしばし呆然となったのを覚えています。

2007 年 11 月 17 日 紅葉台

クマさん会 HP にて、登山における靴の重要性を再認識し、早速それなりの靴を購入し、気合をいれてこの会から新靴デビューとなりました。が、結果的には普段の運動靴でも問題なく、むしろデジカメのほうが大活躍をした会でありました。見事な紅葉と富士山を満喫し、撮影しまくりの一日でした。

その後、家庭の事情でご無沙汰してしまっておりますが、落ち着いたところに再び参加をさせて頂けることを楽しみにしております。



## 熊さん会に参加して；

根岸 秀忠

私が初めて熊さんと山に登ったのは、1998年年末の大菩薩峠からで、その後海外赴任期間は参加できませんでしたが、温泉付きの日帰り企画や八ヶ岳、尾瀬、那須などの泊企画に参加させて頂いています。忙しい仕事の中で‘山と温泉’を楽しめるのは熊さんをはじめ、企画書を作っただけの各位のお陰と大変感謝しています。

また長年、大きな事故も無く続けられるのは皆さんの努力の賜物であると感じています。私は、過去2度失敗をして皆さんにご心配をおかけしており、15周年の記念文集にはこの2点を書かないと許してもらえそうも無いので、恥を忍んで書き残し後人の参考に供したいと思います。

第一の失敗は、2003年5月に尾瀬を縦走した時です。一日目は鳩待峠から入り、高橋さんと温泉小屋から夕食前に三条の滝を見に行くなど快調な一日でした。翌日、尾瀬沼を経由して大清水に抜けましたが、尾瀬縦走でということでトラッキング用の靴を履いていた為、この年は5月というのに三平峠付近は残雪が多く、雨で緩んだ残雪を踏み抜いた時に足を捻ってしまいました。何とかピッコを引きながら下山しましたが、女性グループに抜かれるほど‘下山スピードを遅くして’で皆さんに大変ご迷惑をお掛けしました。当時、開業前であった半沢さんに見ていただいたりして何とか帰ることが出来ました。この時から、雪が想定される場合はキャラバンを履き、軽アイゼンを持っていくように成りました。

第二の失敗は、熊さん会の飲み会のたびに話題になる那須岳の滑落です。50メートルとも100メートルとも言われますが、本人はスキー場で急斜面を落ちている感触で止まるだろうと高をくくっていました。もし下が断崖絶壁であれば、間違いなく熊さん会始まって以来の大事故に成っていました。

2010年5月の連休は、秘境三斗小屋温泉に抜ける那須山からの縦走で、10名の大パーティでした。峰の茶屋から分岐を過ぎた雪渓で、私は軽アイゼンつけ、足幅しかない雪斜面を横に30メートルぐらい歩き、後10メートルくらいのところで足元が谷側に崩れて山側に体を倒したとたんに滑落が始まりました。まるでスローモーション映画を見ているような感覚で、ビニールヤッケを着ているため全く止まりませんでした。少し斜面が緩やかに成った所でやっと止まり、熊本さん、高橋雄さんに声をかけられて、横の瓦礫の沢を直登して皆さんに合流しました。翌日この沢が見える場所を通り、皆さんに証拠写真を取られた次第です。反省点は、やはりステッキ等で力点を確保し、絶対に足元が崩れないようにするしか無いと思います。ロープなどに繋ぐと体重のある私が皆さんを引っ張ってしまう恐れがあります。ともかく、無事に下山できたことを感謝しつつ、堀さんのアドバイスどおり体重（荷物ではなく）を落としてまた挑戦します。



脇 威人

皆さん、初めまして、脇です。「クマさん会」15周年記念おめでとう御座います。この祝いの会に初めて皆様とお会い致します。ひょんな事から熊本さんからメールを頂き、懐かしさのあまり、リタイア後にビギナーであるがトレッキング、山登りを始めたところ、メール返信したところ、「クマさん会」の案内をもらいました。昔、カラーテレビの部品技術の時に、テレビのキーパーツであるチューナーを熊本さんが開発設計、私が高圧部品を開発設計していた間柄です。全く扱う部品が異なる為に、一緒に仕事はしませんでした。一方はテレビの電波を受信して、きれいに映像化するチューナー、一方はブラウン管を明るく効率よく光らせる高圧部品の設計担当でお互いに頑張ったものです。

「山を語る」との事ですので、「北岳登山」に関して記します。リタイア後は会社人生でやれなかった事をやりたいと思い、二つの事に挑戦してみました。本格的な「山登り」とスキーの再開です。この事を女房に話すと「その年齢で危険だから」と御法度なのですが、少し内緒で準備を開始しました。靴と雨具を購入し、準備が出来たところで学友に誘われて、最初は丹沢の大山を足慣らしに、2回目で今考えると暴挙と思われる南アルプス北岳を踏破してきました。2007年8月の事です。学友二人で天気の良いのを見計らって、1日目は広河原—大樺沢コース—八本歯コル—北岳山荘まで、行けども行けども上り坂、ハシゴ階段もあり、8時間かけてどうにか山小屋にたどり着きました。2日目は山荘から北岳頂上—北岳肩の小屋—白根御池—広河原のコースですが、まずは山荘で富士山と御来光を眺め、この荘厳な美しさに圧倒されました。又北岳頂上では、360度の絶景、目の前の間ノ岳をはじめ、仙丈ヶ岳、甲斐駒ヶ岳、中央アルプス、北アルプス、八ヶ岳連峰、大菩薩など、山に詳しい人達と話し掛けて、山々の名前を教わり、快晴で何もかも絶景が見れる運の良い日でもありました。この場に立てた者しか味わえないものと感じました。名残惜しい頂上を後にして、肩の小屋から稜線伝いで、富士山を見ながらルンルン気分でしたが、一転下り坂に入って白根御池—広河原へは難行苦行の連続でした。まだ未熟なせいか、下り坂ではジャリに足を取られたり余計な力を使ってしまう為、10時間以上をかけて広河原にやっとたどり着きました。くたくたになりましたが完走出来たのを祝い、生ビールで乾杯した時には、生き返った気持ちでした。温泉に浸り、疲れた身体を癒し、その時には、疲れたけれど「ヤッター」という達成感を味わいました。私にとって登山2回目で3000mクラスの山行きが出来た事は、本音はきつかったけれど、あの山々の景色の美しさは、今でも目に焼き付いて離れません。「山がそこにあるから」という意味がわかり始めたように思います。

又、スキーは2年前に67歳で40年ぶりに、岩岳スキー場で再開しました。今年も2月16日に学友達と快晴の八方尾根、ゴンドラとリフトを乗り継ぎウサギ平を経由して、白馬三山が白く美しく映える場所で、記念写真とスキーを楽しんできました。70歳を超えた連中ですが、学友の撮った写真が絵ハガキの様にきれいでしたので、添付しました。この美しい山々を眺めるだけでも、気分が良くなるものです。



早いもので8年に・・・

吉松秀一

高橋文人さんに誘われて、2003年（平成15年）7月の金時山登山に参加したのが「クマさん会」との出会いです。以来8年間、温泉とお酒付きの「クマさん会」登山は、私の残りの人生で外すことができない楽しみの一つとなりました。

参加した当初は見るからに全くの素人登山だったのですが、熊本さんからアドバイスをいただいたり、様になっている会員の見よう見まねで、今では靴やリュック・ストック・軽アイゼンなどの装備も徐々に買い揃えて多少は形になってきました。

大それた目標をもって登山をしている訳ではありませんが、最近は元気なうちに高く険しい山にも登っておこうと欲が出てきました。年間計画にそのような登山プランがあると、無理やりにでもスケジュールをやりくりして参加しています。今年は堀さん立案の南アルプスの荒川岳、聖岳にチャレンジしますが、いつまで体力がもつものやら・・・。

私のもう一つのささやかな欲として、70歳までは酒付き温泉付きの「クマさん会」登山に参加し続けたいものだと思っています。その為にも、熊本さん、皆さん、日々精進怠らず健康維持に努めて下さい。



## クマさん会の宿題「山を語る」

鷲田彰彦

クマさん会15周年おめでとうございます。

山にまつわる想いをクマさん会員として、参加者全員が述べよとのご指示。

私が参加したのは唯の一回、しかも山登りではなく、一昨年（2019年）の昭和公園のコスモス三昧散歩コースです。

これで会員といえるか、甚だ疑問ではありますが、参加させていただきました。

ということで、山を語るネタがありませんので、4年ほど前にスイス観光ツアーに参加した際に「夜明けのマッターホルン」と「逆さまッターホルン」をカメラに収めたので、ネタ代わりに使いました。

—今年こそは一度だけでも参加しようと考えている、高所恐怖症の

鷲田彰彦です—









(以下は、クマさん会10周年寄稿文やコメントの再掲載です)

## 「くまさん会」

原田 仁

たしか鶴飼さんだったと思うが定年間じかに山に登らないかと声をかけてくれました。学生時代はアルバイト・入社後の営業時代は土日が稼ぎ時で、連休登山など夢のまた夢全く経験がない。十勝の日勝道路の麓の小さな町で育ち西は日高山脈・北は大雪山十勝岳サホロ方面で、山特に冬山は雪・ブリザードが恐ろしく町から離れた農家には年に何回かは熊が現れ人と家畜を驚かす話がありました。山を歩くのは営林署の人達だけで彼らは足が達者です。

はじめての山はたしか金峰山で頂上近くまで車で上がりちょっと歩きすぐ山小屋でお酒でした。翌日は下りで瑞かき山を右に見ながら下りる楽なコースで景色もよく、すっかり熊本さん皆さんにのせられていました。つぎは南八ヶ岳の赤岳登山で、みなさん私をはさんでゆっくり歩けとリードしてくれますし顔色を見て休みを取ってくれます。また後ろには誰かが必ずガードしてくれました。無理をしない登山がモットーで、年寄りでも大丈夫とその後みなさんにあまえるばかりです。ただし、余裕のスケジュールですが山の中で嵐など何が起きるかわからないから、その後明るいうち3時か4時には目的の山小屋にたどり着くよう頑張るようになった。1人では行けない山にみんなでなら、つられて頑張れるのが登山、頑張れば「ひとが見られないものを見られる」のが登山だと想っています。

少し慣れてくると冒険したくなり、旭川出身の井上靖の「氷壁」を昔朝日か新聞連載で読んで憧れていたのが北アルプスの「北穂高と槍が岳」にのぼり今年「白馬」にも登れました。這い松の緑とくずれた花崗岩が創る白い沢のコントラストは北アルプス独特のようでなんとも美しい！！

わが故郷北海道の山にも登ろうと提案し、大雪・利尻と登ったが昨年世界遺産に登録されたのを機会に、しれとこの百名山羅臼岳・斜里岳にも登りました。誰が選んだか練習は甲斐駒ヶ岳3000mです、羅臼・斜里は1600mほど。前日の酒が残っていると高山病になるとの忠告も聞こえず・いやしくも注がれたものはすべて飲み干し、見事高山病で恥ずかしながら帰り広い尾根道で「くまさん会」で初めて滑落し皆さんを心配させました。今年も白馬山荘で寝られなかったからお酒原因の高山病でしょう。

「くまさん会」は、熊本さん鶴飼さんのリーダーシップと卓越した経験で構成されています。「来る者は拒まず、去る者は追わず」がモットーで何も拘束なしこんな楽しいグループが世の中にあるのでしょうか？ただし、登山後必ず温泉とビールで疲れを癒し、帰りの車中は宴会場と化し、気がつけば八王子なので下戸は気の毒かな！下戸は鶴飼さんが面倒見る。来年は立山か剣岳に登りたいね、これで引退。



## ☆強く印象に残っている山☆

半澤 淳一

①大雪山・・・原田さん、堀さん、熊本さん、鶴飼さんと朝日岳から黒岳にかけての10数<sup>キ</sup>にわたる稜線歩き。天候に恵まれ、直径2<sup>キ</sup>という大スケールのすり鉢火口の「お鉢平」、高山植物の女王「コマクサ」などなど、雄大な行程を楽しみました。下山後の層雲峡温泉も良かった！

この時は原田さんにお世話になりっぱなしの贅沢な山歩きでした。

②スイスアルプスを観る旅

・・・鶴飼さん、熊本さんとの3人旅。

「モンブラン」、「マッターホルン」、「アイガー」などの憧れの山々を間近に見れた素晴らしい旅でした。特筆すべきは、7日間の旅程が全て快晴に恵まれたこと。

せっかく行っても雨や霧で見れない例が多々あるそうで、我々は“値千金”の天候に恵まれました。ただ、番外編で印象深いのは、

△「アイガー」を観るコースで、着物姿で下駄履きという“フザケタ女性”がいたこと。

我々は、少なくとも著名な山々に敬意を表して、登山靴を履き、それらしいイデタチで臨んだのに。

△チューリッヒのホテルで“強烈なダニ”に刺され、帰国後真夏の暑さの中で、2週間位痒みや腫れに悩まされたこと。

この事件で、今でもスイスのイメージを酷くしています。

☆体力が残っているうちに出かけたい山

①宮之浦岳（屋久島）

②北アルプス「裏銀座」・・・薬師岳、黒部五郎岳、鷲羽岳、など。

☆クマさん会の思い出

①何とんでも、下山後の「温泉」と「冷えたビール」

②帰路の「電車内宴会」

③知る人ぞ知る、、、「ドラえもんポッケ」ならぬ「熊さんポッケ」



① 印象に残った山・好きな山：

・黒部峡谷：

昭和 39 年東京オリンピックが開催された大学 3 年の秋、学校が休みになり

友達 2 人でテントを持って宇奈月から黒部ダムまでの崖の中腹を

コの字型にえぐった『旧日電歩道』水平歩道を歩きました。

足下はいっきに黒部の谷に落ちている大断崖で転落すれば助かる見込みはなく  
今では怖くて歩くことは無理であろう。

一泊目は檜平のダム工事者用の床屋に泊めてもらい

2 泊目は十字峡にテントを張り、黒部ダムまで歩きました。

その時の紅葉と空と十字峡の水の青さは忘れられない。

・大雪山の紅葉：

北海道の紅葉を楽しむために過去 2 回旭岳から黒岳を縦走を計画したが

2 回とも天候に恵まれず縦走を諦めました。

それでも旭岳、黒岳側からそれぞれ登り紅葉を楽しみました。

特に昨年は紅葉に初冠雪、感激しました。

大雪山・旭岳の温泉も素晴らしく、3 回目の縦走を目指している。

・その他・印象に残った山・好きな山：白馬岳、奥穂高岳・涸沢の紅葉、北岳・間ノ岳・農鳥岳縦走

② チャレンジしたい山：

・屋久島・宮之浦岳、紅葉の谷川岳、北海道・羅臼岳、

③クマさん会・思い出：

・今まで夏山しか登っておりませんでした、

昨年 4 月クマさん会に入会、雪山も楽しめるようになりました。

今年の GW に燕岳に登り、雪山の素晴らしさを堪能しました。



### クマさん会との関わり/思い出

「クマさん会」のホームページ読んで、今年7月16日、熊本さんに山行計画をおねだりする、7月28日から配信を受けている身です。しかし、未だ山行に参加しておりません。

### 印象に残った山

#### 槍岳

中房温泉→湯股温泉→千天出合→北鎌沢出合→北鎌尾根→槍岳→槍沢→上高地  
晩秋の槍岳を上記ルートでソニー山岳部のメンバーに同行した山行が一番印象に残っている。（同行者：内野、中山、生川、長澤）

中房温泉からテクテク歩いたこと、潰れかけた天井沢近くの避難小屋で寒さに震えながら睡眠をとったこと、北釜尾根を登り、北釜平から槍への最後の直登に雪が舞い始め、手がかじかみ緊張して祠の裏側から槍岳に立った。当時は登山者のマナーが良くなったのか最後の詰めの辺りはごみが多かった記憶がある。

その日は槍岳山荘に宿を取り翌日槍沢を上高地に下る。

内野、生川の両氏は穂高まで足を延ばす。生川さんとの最後の山行でもあり印象深い。他に後ろ立山縦走、立山・剣、白峰三山。

### 好きな山

何処もそれなりに良いと思うが

筑波山、近いのでトレーニングとしてよく使う。

那須、日光の山々、近くて秋の紅葉が素晴らしい。

### これからチャレンジしたい山

チャレンジと言うより行ってみたい山。

秋の栗駒山 → 素晴らしい紅葉

利尻山 → 高山植物

屋久島 宮之浦嶽 → 標高の差の他では見られない植生

早池峰山 → ハヤチネウスユキソウ

上越の山々 → 低山で高山植物群が見られる

白上高地 → ぶなの原生林

数え上げればきりが無いが自分の気力、体力からすべての実現はできないでしょう。



## 熊さん会HP10000アクセスを祝して

高月

HPの山行情報を見ました。

96年5月1日丸山(奥武蔵)からスタートし、06年8月31日白馬まで延べ241回の山行記録となっています。すごい一言です。

その中で私が登ったことがある山は、

大山、高尾山、奥多摩御岳山、入笠山、車山、尾瀬 くらいです。

典型的なハイカーで未だに「岳」のつく山に登ったことはありません。

山行記録に、入笠山、車山(霧が峰)が度々出てきますが私にとっても思い出がある山です。

### 入笠山

小学校の林間学校で行きました。富士見高原に宿泊し、美ヶ原や入笠山に登りました。当時は「何でも一番先」にこだわってましたので入笠山に登った時も、「小型・軽量」を武器に一番先に頂上につきました。

現在、入笠山の標高は1955mと記されていますが、当時山頂には「標高1998m」の標識がありました。ピョンピョン飛び跳ねて「2000mの空気」を吸おうと頑張りましたが、果たして吸えたかどうか。

### 車山(霧が峰)

高校の寮があり、車山、鷲ヶ峰、七島八島の湿原地帯を歩きました。

昨年、高校の同級生と「霧が峰・青春PLAYBACKツアー」を企画し、訪れました。

また機会があれば行きたいと思っています。