

海外登山委員会

『高所登山の世界 講演会』

主 催：SMSCA 海外登山委員会

日 時：2021年10月21日 19:00～21:00

会 場：大宮シーノ 桜木公民館

参加者：講師2、スタッフ9、会員22、計33名

講 師：SMSCA 会員

第1部 伊藤 正孝氏

「高所環境への影響と高所障害について」

理事、防衛医科大学校登山同好会、国際山岳医、

第2部 大山 光一氏

「ヒマラヤ高所登山の実践」

海外登山委員、山岳同人比企、JAC 埼玉支部長



コロナ禍中、会場の模様

講演会に参加して

海外登山委員 河合 伸尚

本講座は高所登山に限らず、日々の山行でも知っておくと良い知識や登山に対する目標や実践、考え方が詰まった内容であり、とても有意義なものであった。

第1部の伊藤正孝氏による講演では「高山病」と「低体温症」について発症から対処法、予防策は知っておきたい内容だった。まずは予防が重要で、いずれも共通していることは「脱水」であり、登山の行動中は多くの水分が体から放出されているため、意識して水分を摂取する必要があることを改めて感じた。また、体調管理も同様で、飲酒や疲労、睡眠不足も引き起こす要因になる。安全に登山をするためにも体調管理及びスケジュール管理は気を付けたい。高山病は重度でなければ薬の活用もあるが、副作用があるため、事前にどのような症状になるのか試すと良いとのこと。低体温症になった場合、体幹の加温にとどめ、抹消の加温は重要臓器にダメージを与えてしまうこともあるため注意が必要。加温方法として湯たんぽの作り方を紹介していたが、これも事前に練習が必要。とにかく「予

防は治療に勝る」ということで脱水やカロリー不足など体調管理に備え続けることが重要であると感じた。

第2部の大山光一氏による講演ではエベレスト登頂への実際の映像や写真が映し出され、過酷な環境下での行動が何よりも印象深かった。登頂に向けてはシェルパも納得できる綿密な計画と高峰を数多く登頂するという準備があり、仕事をしながらのヒマラヤ遠征を現実のものとする覚悟を感じられた。そして何より長時間行動できる体力に

驚かされる。夜のうちに1000m近く登って山頂に立ち、そのまま一気にベースキャンプまで下山する計画は高所でのリスクにおいて理にかなっているが、そのための体力が必要であることは言うまでもない。また、第1部の講座にもある「備え」に関して共通する部分があり、どれだけゴールをイメージできて準備をしているかが成功、無事帰還する鍵になっていると感じた。

~~~~~

## 個人会員委員会



旧倉尾中学校跡 出発前ミーティング

#### 白石山(毘沙門山)実技講習に参加して

個人会員 藪島 正弘

先日開催された読図、エッセイ集による机上講習会に参加し、これを基に実地山行を行いました。

当日は秋晴れのなかヘルメット・地形図・コンパスを装備し、小鹿野町旧倉尾中学校跡でミーティングのあと三班に分かれて入山しました。

長合沢沿いに廃屋を過ぎ、地形図を見ながら進むと表記されている道が途切れている？そして木橋が現れるが渡れそうにない、エッセイと地形図の矛盾点も見えて来ました！先頭が自分たちの班に入れ替り、沢沿いをかすかな踏み跡を探しながら進むが、誘われる踏み跡、そして踏み跡もなくなり、悪場が現れ立ち止まる、沢沿いを進むはずだが

・面白さと共に地図と対面し、班のメンバーと



相談、講師からアドバイスをもらい悪場を迂回する、現状の装備でどう安全に進むかを考えました。

悪場を迂回しましたが道は容易ではなく、ロープと講師から聞いたチェーンスパイクを装着して登りました、そして二股と思われる地点、地形図を基に※正置及び地形を確認し、地形図には少し先に沢があるので、班のメンバーで確かめに行き、現在地が二股と確認しました。

ここから急斜面の尾根がはじまりとても体力的にきつかったですが、のんびり自分のペースで稜線に到着しました。ここから山頂へ直下の急登を木の根や安定した足場を確認し三点確保しながら進むと視界が開け360度の眺望で山頂到着！秩父の街や武甲山、反対側は奥秩父や両神山に二子山、その間に位置した断崖と高度感ある白石山山頂でした。帰路は隣の尾根で鞍部まで急降下、ここでもチェーンスパイクが役立ちました、派生したピークがあり迷うところもありましたが、無事に池原集落に下山し、近くのきれいな川で顔を洗いサッパリしました。今はGPS地図で四季の名山に、道のある登山もすてきですが、紙の地図で総合的に判断し、冒険的で少しの不安と大きな期待通りの山行を楽しめました。



白石山(毘沙門山) 撮影 加藤富之

※正置(整置) 地図の向きを現地の実地の方向に合わせる→地図の磁北線とコンパスの針を合わせる作業。(加藤補筆)

=DATA=

山行日：2021年10月3日(日)

参加者：講師・鈴木 百合子(SMSCA)

- 1班:GL 秋庭 栄 (委員)、大河原 裕雄 (会員)  
山口 新二 (UDAC)、森松 恵一郎 (UDAC)
- 2班:GL 加藤 富之 (SMSCA)、大淵 紀子 (会員)  
飯田 芳弘 (UDAC)
- 3班:GL 笠原 数浩 (委員)、薮島 正弘 (会員)  
横田 富雄 (会員)

## 自然保護委員会



### 指導委員会研修会・公開講座 報告

日時：2021/10/31 会場：環境科学国際センター

令和3年度指導委員会研修会・公開講座を、10月31日(日)午後から環境科学国際センターで開催、総勢34名が参加した。研修は環境問題の体験型展示施設「彩かんかん(展示館)」の見学、施設内の生態園鑑賞を、1時間ほど行う内容。

環境問題を地球市民(地球の一員)の立場で理解して、行動につなげるきっかけを、やさしく体験出来る、①地球環境のいま・・・②暮らしに直結したごみ問題や地球温暖化を知る・体験する。③あなたが私が地球を救うことを始めませんか、施設の展示内容だった。続く公開講座は「シカが生物多様性を低下させる!？」演題を、埼玉県環境科学国際センター専門研究員(博士)角田裕志氏の講師で、日頃の苛烈な環境負荷を研究している立場から、1時間半聴講した。縄張りをもたない鹿の集団行動が、生息域に居る熊やカモシカ、猿など他の動物を結果、里山に追いやることで、地域固有の希少植物の絶滅被害などを引き起こしている、などの、研究成果が紹介された。埼玉県内の鹿では、通常の繁殖行動が年間2倍である事も分かって来たという。

本来の生息域に天敵と言える捕食動物の居ない鹿害の深刻な事が、ごく身近にある事を実感する、内容を共有した。

講演の最後には、多くの質問があり急がれる解決策として、ジビエとしての活用はどうか?という質問(対策)については、鹿の食用活用は狩猟や害獣駆除(通年)行われて居ること。放射能汚染や搬出リスクで肉質劣化があるなどの難しさ、現状報告も知ることが出来た。また角田専門研究員(博士)からは神奈川県や千葉県などの山間部での「蛭害」が、埼玉県内では極めて少ないなどの特徴が異なる研究報告を知ることが出来た。

研修会・公開講座は、午後4時に終了し散会した。

自然保護委員会 委員長 長谷川 茂

## 自然保護委員会 令和3年クリーン登山報告

編集・校正 加藤富之

| 2021SMSCAクリーン登山実施一覧 |         |       |     |                                  | 収集ゴミの種類等 |                                                            |                                          |                    | 2021/11/12 |                                                                                                               |
|---------------------|---------|-------|-----|----------------------------------|----------|------------------------------------------------------------|------------------------------------------|--------------------|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| No.                 | 団体名     | 実施日   | コース | 実施内容                             | 参加者数     | 報告書作成者                                                     | 不燃ごみ                                     | 可燃ごみ               | ペットボトル     | 所見・要望等                                                                                                        |
| 1                   | 桜草山の会   | 5/16  | 5   | 橋場バス停～大霧山～旧定峰峰～京塚バス停             | 9        | 多田 康子                                                      | 缶類2個<br>ガラス瓶1本                           | 少し                 | 0          | ・登山口にビン、東屋と頂上にゴミ少し、登山道には無し。<br>・道標は要所に設置され、登山道も歩きやすい                                                          |
| 2                   | 川口登山同好会 | 6/5   | 15  | 芦ヶ久保～県民の森～丸山・大野峠～芦ヶ久保            | 24       | 倉持 緑                                                       | アルミ缶2本<br>ガラス瓶1本<br>ガラス欠片5               | 1kg                | 1          | ・他に、マスク・プルトップを多く収集、金属片<br>・登山道には、目立ったゴミはありません。<br>・登山道に倒木が数か所あり。                                              |
| 3                   | 大宮アルパイン | 6/6   | 14  | 芦ヶ久保～浅間神社～二子山～芦ヶ久保               | 12       | 石倉 昭一                                                      | 飲料缶2本<br>瓶・ガラス片0.3kg<br>金属0.5kg          | 5Kg                | 4          | ・ゴミは少なめ。芦ヶ久保道の駅の第2駐車場（ジャリの駐車場）の周りにゴミあり。                                                                       |
| 4                   | 大宮アルパイン | 6/6   | 9   | 登山口～日和田山～登山口                     | 1        | 加藤 剛                                                       | 飲料缶1本<br>瓶・ガラス片0.03kg                    | 1kg                | 1          | ・日和田山登山口有料駐車場はゴミが多め。東屋でベンチに敷いた新聞紙や雑誌回収。マスク5枚。                                                                 |
| 5                   | 川口市山岳連盟 | 6/6   | 21  | 道の駅小川～仙元山                        | 15       | 岩武 成秋                                                      | 缶類19個<br>ガラス瓶3本<br>乾電池3本                 | 3kg                | 7          | ・地元の方が定期的に清掃、管理されている為、ゴミは少ない。<br>・登山道は少なく、休憩場や東屋周辺にゴミの放置。<br>・コース案内板の劣化見られる（整備希望）<br>・地元との連携を図る為、事前に活動PRが図れば。 |
| 6                   | あゆむ山の会  | 6/13  | 21  | 正丸～三田久保峠～横見山（ツツジ山）～カバ岳～赤谷～芦ヶ久保   | 12       | 伊古田 秀子                                                     | 缶類30個<br>ガラス瓶10本<br>乾電池3本                | 6kg                | 8          | ・ガラス破片が多く散乱。<br>・里に近い程ゴミが多い。                                                                                  |
| 7                   | 毛呂山山岳会  | 6/26  | 11  | 鎌北湖周辺及び景道を1km下側                  | 9        | 平野 新一                                                      | 缶類40個                                    | 10kg               | 0          |                                                                                                               |
| 8                   | 山学同人 比企 | 7/10  | 12  | 越生役場～無名戦士の墓～西高取山～幕岩展望台～大高取山～生越役場 | 9        | 小池 清孝                                                      | 缶類6個                                     | 0.95kg<br>ズボン1.5kg | 2          | ・不燃ごみのうち山にあったのは缶1個、5個は道路沿い。<br>・ペットボトルも道路沿い。山にはゴミは少なかった。<br>・ジーンズは木にかけてあったがゴミになると考え回収。                        |
| 9                   | 加須市山岳連盟 | 7/19  | 21  | 影森駅～岩井堂～武甲山登山口～羊山公園～御花畑駅         | 4        | 道浦 陽司                                                      | 缶類3個<br>ガラス瓶2本                           | 0.5kg              | 2          | ・コース中の表記は申し分ないが、入り口が分かりづらい。                                                                                   |
| 10                  | 大宮山岳会   | 7/22  | 21  | 正丸駅～正丸峠～虚空蔵峠～刈場坂峠～高麗川源流～正丸駅      | 2        | 塩谷 壽子                                                      | 缶類13個<br>ガラス瓶7本<br>ワンカップ1                | 0.5kg              | 7          | ・高麗川源流の看板近くに多数のゴミが放置。                                                                                         |
| 11                  | 無名山塾    | 8/28  | 15  | 芦ヶ久保～大野峠～丸山～県民の森～琴平神社～横瀬         | 7        | 矢田 実                                                       | 缶類14個<br>ガラス瓶6本<br>ワイパー1                 | 1.5kg              | 10         | ・全体的に登山道付近のゴミは少なく、瓶、缶のごみは、古いものが多い。マスクゴミが見受けられた。<br>・休憩ベンチや山頂付近は、ゴミが多かった。                                      |
| 12                  | 大宮山岳会   | 8/28  | 15  | 芦ヶ久保～県民の森～丸山・大野峠～赤谷～芦ヶ久保         | 4        | 塩谷 壽子                                                      | 缶類18個<br>ガラス瓶6本<br>ワンカップ3、<br>ガラス欠片0.1kg | 0.6kg              | 3          | ・県民の森へ行く途中で、逆コースからクリーン登山を実施している無名山塾の皆さんとすれ違う。<br>・丸山の樹々は数年前に比べてすいぶん育っていた。                                     |
| 13                  | 蕨市山岳連盟  | 10/23 | 21  | 東武竹沢駅～登山口～天王池～官の倉山～石尊山～登山口～小川町駅  | 9        | 吉澤 幸子                                                      | 缶類数個                                     | 2kg                | 数個         | ・登山道全線にごみ捨ては少ない。登山道の一部で鈴やチョコレート包装紙等を回収。マスクの投棄が多かった。                                                           |
|                     | 11団体    |       |     |                                  | 117      | 缶類150+α個<br>ガラス瓶36本<br>ワンカップ4<br>ガラス欠片0.4kg+5個<br>金属0.53kg |                                          | 33.5kg             | 45本+α      |                                                                                                               |

## 広報委員会

## 「JMSCA 山岳保険の説明とQ&amp;A」に参加して

2021年9月8日（水） SMSCA WEB会議  
Zoom形式で開催された「JMSCA 山岳共済の説明とQ&A」セミナーに参加させていただきました。

ひとことで“山登り”と言っても、いろいろなジャンルがあります。伴って、安心を得るために保険制度が用意されています。保険は本来使わないで生活できることが最善と考えていますが、まさかの事態があるものです。普段、自分自身が加入している保険がどのようなものなのか、今どのようなサービスが用意されているのか。

わかりやすくご説明頂きました。知っているようで知らなかったことがいくつかありました。山岳保険で必要な補償は捜索・救助より、死亡・入院・通院・対人賠償の方が多いこと。“山岳保険”と“相互扶助制度”との違いそして、山岳保険の選び方です。自分の登山スタイルに合ったものとはどのようなものか。私のように面倒くさがりだと加入後は見直しや再検討をすることはあまりなく、「問題なければオッケー」と、今まで過ごしてきました。Q&Aや実例を基に、保険が適応されたケースや参加された方からの質問と回答で理解度が増しました。事故が起らないことが最善ですが、改めて安全に登山することと万が一の時のことを並行

して考えなくてははいけないと感ずることができた時間になりました。講師を務めていただいた頂いた日本山岳共済会山岳共済事務センターの瀬田順一様、誠にありがとうございました。

最後に、SMSCA ホームページの方にリンクを追加しましたので、興味を持っていただけましたら覗いてみてください。

ホームページ <https://www.smsca.or.jp/>

広報委員 高尾 周太郎

パワーポイント資料「山岳保険について」大変わかりやすく説明してます。ホームページ参照ください。

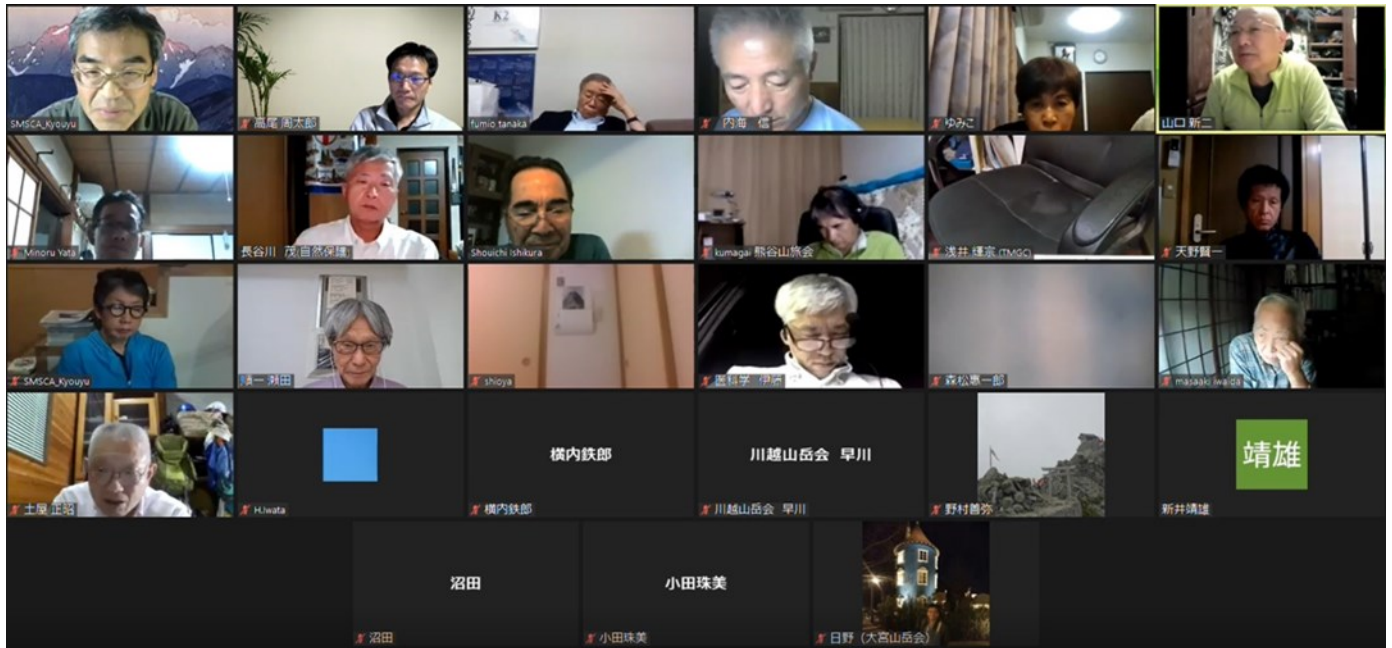


## 日山協山岳共済会 山岳保険は

登山や各種アウトドア・スポーツなど野外活動中に遭難事故に遭った際、遭難・救助に要した費用をお支払いすることはもちろんの事、登山中をはじめとしたケガによる事故で死亡された場合などにも保険金をお支払いする保険です。



## WEBによる「山岳共済説明会」の様様



## SMSCA 倶楽部探訪

## 浦和溪稜山岳会

創 立：昭和31年12月8日(1956)  
 代 表 者：北村 孝  
 会 員 数：16人 新入会員の募集中  
 連 絡 先：SMSCA ホームページを参照下さい  
 集 会：毎月1回 さいたま市 仲本公民館  
 会 山 行：毎月1回  
 合 宿：春(GW)、夏、冬、その他山行随時  
 活動内容：ハイキング、縦走、雪山登山、沢登り、  
 岩登り、アイスクライミングなどなど山に関する  
 ジャンルすべて



穂高 ザイテン

**会の紹介**：当会は、日帰りのハイキングから山小屋・テント泊を伴う縦走、雪山登山、沢登り、岩登り、アイスクライミングなど、特定のジャンルにとらわれることなく会員の好みと体力や実力に応じて幅広く自由な山登りを楽しんでいます。

同時に、訓練(練習)山行や定例会の座学で、登山技術やセルフレスキューの技術や知識をブラッシュアップしています。そして全員が山岳保険に加入すると共に当会独自の遭難対策基金を保有しています。最近では安全や遭難対策の更なる充実を目的として様々なITの仕組みを取り入れています。また、会員が様々な事情で山に行けなくなった場合には、また山に行けるようになったら気兼ねなく復帰できる休会制度もあり、永くいられる居心地の良い山岳会です。

**会員募集**：インターネット情報網の発達により、今は山登りに関する情報が身近になり、山岳会という組織に入らずに登山を楽しまれている方も多くなりました。そんな時代の中でも、山岳会は経験豊富なベテランから技術やノウハウの指導を受けて一歩ずつステップアップすることができ、一緒に長く山を楽しむ仲間と出会える場です。入会希望は随時受け付けています。年齢や経験は問いません。未経験者・初心者の方も大歓迎です。ぜひ、お試し・お気軽に集会の見学においで下さい。

☆☆ 浦和溪稜山岳会 ホームページ ☆☆

<http://www2.urawakeiryo.org/>

## 遠峰山岳会

創 立：平成11年4月（1999年）  
 代 表 者：天野 賢一  
 会 員 数：合計8名（男：8名）新入会員募集中  
 連 絡 先：SMSCA ホームページを参照下さい  
 集 会：毎月第三水曜日  
 集 会 場：2021年4月からはGoogle Meet での  
 Web 会議で行っています  
 活動内容：縦走・沢登り・アルパインクライミング  
 ・冬山（雪山）・冬季登攀・アイスクライミング

**会の紹介**：アルパインクライミングを中心として  
 様々なジャンルの山行を年間通じて実施していま  
 す。コロナウィルスの発生による影響により会の  
 山行が実施できない状況が続いていますが集会に  
 て情報を共有しながら情熱を保ち続けています。

**会員募集**：四季問わずクライミングを中心とした山  
 行を目指している方、経験、性別といません。  
 ・本拠地は埼玉県さいたま市ですが、県内だけでな  
 く、他都県にも会員がいる山岳会です。  
 ・集会はWeb 会議で実施しています。

☆☆ 遠峰山岳会 ホームページ ☆☆

<http://emp.s1.xrea.com/>



谷川岳 東尾根

### 会員投稿

### コロナ禍4連休の北岳バットレス

参加者：大宮アルパインクラブ  
 島崎修一、樋口友克、吉田雄一郎  
 7/22(木) 芦安⇒広河原(設営)⇒B ガリー大滝ま  
 で偵察⇒広河原(泊)  
 7/23(金) 広河原⇒B ガリー大滝⇒4 尾根主稜⇒北  
 岳⇒広河原(撤収)⇒芦安



リッジ登攀 マッチ箱をバックに

今シーズンは東京オリンピック開催のための特  
 別な7月の4連休、しかも梅雨明け直後という絶  
 妙のタイミングで北岳バットレスにアタックして  
 きました。しかし考えることはみな一緒、コロナ禍  
 で予約制となった白根御池小屋のテント場は瞬時  
 に予約が埋まり、登山口の広河原にどうにかテン  
 ト場を確保、しかも翌日は広河原のテント場も予  
 約いっぱい、アタック日は最終バスに間に合う  
 よう下山しなければならないという、バットレス  
 実質日帰り山行という過酷な条件に。参加メンバ  
 ー一同覚悟を決めて挑みました。

**1日目**は広河原山荘テント泊なので急ぐ必要は  
 ないものの、残雪の状況等偵察をしておきたいの  
 で、3:30 から並んで始発バスで広河原入り。バス  
 を降りて5分でテント場到着。コロナ禍で予約人  
 数を絞っているだけにテント場は広々ガラガラ状  
 態。木陰&ベンチ&テーブルのベースポジをゲット  
 し、ここに1人1つずつ、3つのテントを囲むよう  
 に設営して最高のベースキャンプが完成です。

一息ついて始発バスの登山者の群れが大方登山  
 道に吸い込まれていった後に偵察にGO。それでも  
 さすがに梅雨明け4連休初日なだけに大樺沢沿い  
 のルートは大賑わい。みんな大きな荷物を担いで  
 暑い中大変な思いをして登っている中、軽装で涼  
 しい顔をして登れるのは、広河原ベースも悪くな  
 いかも、とこの時は思いました。2時間半ほどで目  
 印となるボルダー岩のあるバットレス沢(B 沢)に。  
 ここからB・C 沢中間両付近にある踏み跡を辿って  
 30分ほどで迷うことなくBガリー大滝に到着。

取付手前にわずかな残雪はあるものの問題にな  
 るものではなく、翌日アタック時はアイゼン不要  
 と判断。3時間の行程なので4:30に到着できるよ  
 う1:30に出発することにしました。

**2日目**は0時前に起床。真夏のベースで標高1500m  
 はやや寝苦しくて快眠できずじまい。何食だかわ  
 からない食事を採って支度を済まし、1:20 出発。

睡眠不足と昨日よりは重い荷物で足取りが重く、  
 日の出時刻を過ぎた5:00前にBガリー大滝取付到  
 着。先行Pが登攀開始するところでした。



アプローチシューズのまま、1P 目を樋口さん、2P 目を島崎さんリードでBガリー大滝をクリア。辺りはきれいなお花畑ですがまだ先は長い。怪しげな踏み跡に一部ルートを見失うも小尾根を乗越してC沢へと下降。C沢には雪渓が残っていましたが、ギリギリかわしてヒドンスラブへ。時短のためロープを出さずにヒドンスラブを通過して、7:30 ようやく4尾根主稜取付に。行動開始から6時間、ただでさえ長いバットレスのアプローチが広河原ベースで一層長くなり、この時点ですでに達成感らしきものを感じてしまいます。

いよいよここからは快適なクライミングが続く 4 尾根主稜。第 1 の核心クラックを島崎さんのリードで始まり、3 人でリードを交代しながら登攀を進めていきます。前半戦は出だしのクラック以外は難しいところがなく余裕の登攀です。3 人でのシステムは通常の 2 人でのつるべと比べてやはりやや時間がかかってしまい、先行 P との差が徐々に開いていきます。ラッキーなことに当日の 4 尾根主稜は登攀 P が少なく、我々が原因で渋滞を作ることはありませんでしたが、このシステムでもっとスムーズにできるようになることが課題です。第 2 の核心、三角形の垂壁からがいよいよクライマックス。絶景の中、高度感抜群のリッジ登攀に懸垂、ナイフリッジのトラバース、最終ピッチにして第 3 の核心城塞ハングに至るまで、変化に富んだ登りごたえのあるピッチが凝縮しています。

D ガリー奥壁から多くの P が登攀していて城塞ハング前で合流となるため、相当の順番待ちを覚悟していましたが、運よく大きな待ちをせずに最終ピッチまで抜けきる事ができました。

ここまでですでに 12:30。思っていたよりも時間がかかりました。本来なら達成感に浸りのんびりくつろぎたいところですが、16:40 の最終バスに間に合うよう下山しなければなりません。北岳から広河原までのコースタイムは 3 時間 15 分。登攀終了点から一般ルート合流までは一面のお花畑を辿る天国のようなところですが、ゆっくり堪能する余裕はなし。まだ余力のあった樋口さんのみが山頂にタッチしてきましたが、島崎さんと私は山頂もパスしてひたすら足を進めます。一般ルート合流 13:00。八本歯のコルを経由するルートは北岳からの最短ルートなだけに一気に標高を下げていきます。一般ルートなので歩きやすいのですが、休み無しにひたすら下り続けるのはなかなか体に堪えます。努力の甲斐あって 15:30 にテント場に到着。そそくさと撤収を済ませて、16 時過ぎに広河原のバス乗り場に無事到着できました。行動時間約 15 時間、ハードながら充実のバットレス準日帰り山行が完了しました。代償としてその後 1 週間もの

間激しい筋肉痛に苦しむことになりましたが、これもまたいい思い出です！？      記 吉田 雄一郎  
.....

## アルパインクライミング・レベルアップ研究会

主 催：海外登山委員会

期 日：令和4年1月15日～16日 実施予定

場 所：八ヶ岳 広河原周辺

参加者：応募者 5 名（確定済）＋海外登山委員

今秋参加募集をしたアルパインクライミング・レベルアップ研究会を上記の日程で開催予定。

海外登山委員会では近年協会内でもやや減少傾向にあるアルパインクライミングの活動を、互いに経験の機会を増やし、技術の交流・向上を図りながらレベルアップを目指す目的で企画しています。またヒマラヤをはじめとする海外登山に不可欠なアルパインの技術を高めあうことにより、将来の遠征計画の立案や参加者の養成も目標としています。来年度も募集を予定しておりますので皆様のご応募をお待ちしております。

(海外登山委員 天野 賢一)



阿弥陀岳中央稜

## 【編集後書】

終息が見えてきたコロナ禍、が油断せず対応せねばならない、マスク装着の全面解禁まで今一つ。町にも、山にも活気が戻りつつあるという、広報誌に投稿される山情報も明るさが戻ってきた気がします。

まもなく新しき歳を迎えます、来年はより良き年で  
有る事を心から祈ります。 広報委員会

S M S C A

(一社)埼玉県山岳・スポーツクライミング協会

SMS CA news 72号

発行日 令和3年11月30日

發行者 石倉 昭一

事務所 〒362-0037

上尾市上町2丁目6番7-302号

info@smsca.or.jp

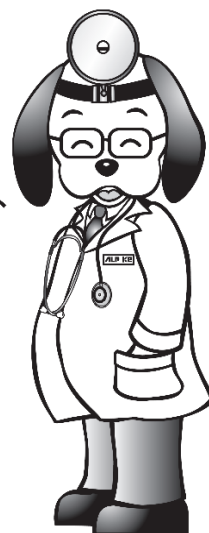
編集者 広報委員会

U R L   <https://www.smsca.or.jp>

S M S C A

# ALP K2®

**自** 然の中で過ごすのに気持ちのいい季節です。山仲間との山行でも、あるいは単独行の山行でも、大切なのは健康管理です。あなたの動脈血の酸素量が今どの位なのか、脈拍数はどの位なのか、正確な機械で測定してみてください。医療機関等で使用されているパルスオキシメーターを、特価でご提供致します。ぜひご利用下さい。



**季** 節の変わり目です。親しい方にデジタル血圧計を差し上げたいかがでしょう。お誕生日、結婚式、もちろんご自身にも。用途に応じて対応させていただきます。山行に持参できる小型タイプもございます。血圧は健康のバロメーターのひとつです。どうぞお問い合わせ下さい。



**登** 山行動中や野外活動中に本格的な聴診器はいかがでしょう。樹の幹に聴診器を当ててみると、色々な音が聴こえてきます。葉の擦れる音、遠くの小川の音。虫の声、鳥の声。樹はまるでパラボラアンテナのように色々な音を集めます。ご家族のペットの心音を聴いてみるのもいいでしょう。人間とは違った鼓動に新しい発見があるでしょう。ぜひトライしてみてください。

埼玉県山岳・スポーツクライミング協会の活動を応援している  
田中産業株式会社は1969年の創立。世界80数カ国に製品を輸出しております。



BO - 600

登山者必携  
パルスオキシメーター



- パルスオキシメーター
- 歩数計
- デジタル血圧計
- 聴診器
- その他医療器全般

## ALP K2® 田中産業株式会社

本社

113-0033 東京都文京区本郷3-16-3  
TEL 03-3814-7181 FAX 03-3814-7177  
Eメール alp2@joy.hi-ho.ne.jp

弊社はISO13485を  
取得致しております