

県連ニュース

2019年 8月号 NO-505



徳本峠へのクラシックルート

滋賀県勤労者山岳連盟

2019年 8月号 目次

寄稿	エッセイ	2
案内	比良縦走案内（詳細）	3
	2019年度第2期 地図読み教室	4
	2019年度第3回 初心者岩登り教室	5
	予告 登山祭典計画	6
報告	第6回理事会 議事録	7
	ナビゲーション超入門講座始まる	10
寄稿	ぐうたら会長のつぶやき	11
	予 定 表	12

表紙の写真：『徳本峠へのクラシックルート』

2017/07/30 ちごゆり山歩会 高山雅史 撮影

介護審査で思う事

湖南岳友会 藤関源平

2人に1人がガンで亡くなる時代です、病が原因で亡くなる場合は病気に対して心の準備も可能ですが「ボケ」の場合はそれがありません。加齢による【物忘れ】は【認知症】と同じだと思われませんが、実は物忘れと認知症では現れる症状に大きな違いがあります。物忘れの典型例は「つい約束時間を忘れた」とか「メガネを何処に置いたか」など忘れた事や何処に置いたかについて覚えており「私は忘れた」という自覚を持っている状態です。一方認知症を発症した場合は「時間を忘れた」や「どこに置いたか」自体を忘れるようになります。

物忘れが体験した事の一部のみを忘れるのに対し、認知症は体験したその事を忘れてしまいます。忘れたという自覚がありません。介護サービスを受けようとする場合、最初は調査員の聞き取り調査があります。

見守りが必要だったり一部介助が必要でも独居の方は健気にも這いつくばったり、箆箆等触って伝い歩きをされる。認定審査には、何時も「要支援2」と「介護1」の区分判断に逡巡します。厚労省データで基準時間が有り「状態の不安定」であれば認定が介護1になるからです。

特記事項や主治医意見書を吟味したうえで「認知機能の低下」や「状態の安定性」について定義に基づき判断いたします。

介護保険は市町村が主体となり、相談窓口は包括支援センターが要支援 1.2 市役所介護課が要介護 1～5 度です、利用可能範囲や費用は各異なります。

今受けているサービスで介護1が維持されているとします。更新時に状態が改善したとして要支援になったら？ 薬の服薬・食事が胃瘻からのチューブで注入する事で介護度5から4になったら？ 入浴、排泄、食事等日常生活すべてに「地域で自分らしく自立した生活を維持、継続して行く」ためのシステムが介護保険制度です。

足腰を耐え趣味を活かし頭や身体を使う山登りは認知予防に最適です。

老後の生活設計が急変した介助者を見る度に、健康に唯々感謝です。

<案内>

比良縦走大会のご案内

恒例の県連主催比良縦走大会を下記のとおり開催しますので、皆さま多数ご参加ください。

今年の高島音羽～リトル比良～釈迦岳～イン谷口ゴールです。

- 1 開催日 2019年9月29日(日) 雨天の場合中止
- 2 コース 8:00 ⇒ 高島音羽大炊神社スタート
12:00 ⇒ 寒風峠チェックポイント通過時間
釈迦岳→カラ岳手前→登山リフト跡
16:30 ⇒ イン谷口 ゴール 必着
- 3 集 合 JR近江高島駅7:30 集合 ⇒ 徒歩で大炊神社
- 4 参加費 1,000 円 (保険等諸費用含む)実施日当日徴収します。
- 5 申込先 県連理事へ (最終集約今村理事)
- 6 締め切り 9 月 13 日 (金)
- 7 注意事項
 - ① 参加資格
コースを十分把握している個人もしくはリーダーがいるパーティ。
個 人 労山会員で新特別基金の加入者。
パーティ 基金加入者がリーダー。
一般加入者も含めグループ行動厳守となります。
 - ② 道迷い、けが、事故等トラブルについて主催者は責任を負いません。
- 8 その他
近くに温泉施設比良とぴあ(露天風呂有)で日帰り入浴できます。

<講習会案内> 教育部・遭対部共催

2019 年度第2期地図読み教室

道迷いが遭難の原因の一つになっています。地図を読めるようになりましょう。合せて磁石も使えるようになってください。初心者が対象です。

場所 音羽山とその周辺

募集人員 10名(再受講も可)(定員になり次第打ち切り)

締切り 10月2日(水)

テーマ 「地図に親しもう」

参加費 4回分 2000円(ハイキングABCをお持ちなら 1700円)

再受講の方は 1000円

再受講の方は初めて参加される方にアドバイスをお願いします。

座学 10月5日(土) 13時から県連事務所

ハイキングABCを使って主に地図の見方と磁石の使い方について行ないます。

用意する物

筆記具(赤のボールペンは必ず)、30cmくらいの線引き(定規)、磁石

お持ちならハイキングABC

※地図はこちらで準備します。

内容

尾根と谷の見分け方、等高線について、磁北線の引き方、磁石の使い方、現在地の確認など1回目の実技のコースを参考に実施します。

実技日

第1回実技 10月19日(土) びわ湖放送横～音羽山～平尾

現在地の確認の方法と磁石の基本的な使い方ほか

第2回実技 11月9日(土) 京阪大谷～音羽山～若葉台

参加者で現在地を確認する。磁石を使いながら進む。遠くの山の確認ほか

第3回実技 11月16日(土) 国分団地～国分山～若葉台分岐～瓦ヶ浜

前2回の復習と応用ほか

※実技の計画書は山行実施の3日前くらいに送ります。

申込・問合せ先 友永まで連絡してください。

電話番号 077-524-5618 メール yt19481013@yahoo.co.jp です。

<講習会案内> 教育部・遭対部共催

2019 年度第 3 回初心岩登り教室

剣や槍に登りたいけど少し自信がない人のための岩登り「初めの一步」です。

縦走などで出てくる岩場を自信を持って登れるようになりましょう。

実施日 9月28日(土)

場所 三上山・二越の岩場

募集人員 5名(場所が狭いので定員になり次第打ち切り)

再受講してもOKです

締切り 9月24日(火)

参加費 500 円

用意する物

ヘルメット、通常の山行に持って行く装備、持っておられればカラビナとシュリング

内容

基本的なロープワーク(8の字結び・クローブヒッチ・フィッシャーマン結びなど)

三点支持での登下降&トラバース

申込・問合せ先 友永まで連絡してください。

電話番号 077-524-5618 メール yt19481013@yahoo.co.jp です。

登山祭典予告 秋のワンディハイクを一緒にしませんか

実施日 2019年10月27日(日曜日) *雨天中止

目的地	集合場所	歩行時間	コース	参加費	申込先・担当山岳会	定員	締切
A	京阪坂本	約6時間	無動寺道→大比叡→延暦寺境内→		滋賀山友会 yamamoto2017@gmail.com	30名	10月20日
比叡山	比叡山口	(雨天中止)	本坂→日吉大社前	500円	077-525-2245(faxのみ)		
	8:00		エスケープルート ケーブルにて下山		080-9566-9044		
B	京都	約6時間	JR山科駅→毘沙門天→大文字山→		湖南岳友会(北村) konan.gakuyukai@gmail.com	20名	10月20日
トレイル	JR山科駅	(雨天中止)	如意ヶ岳→長等山→JR大津駅	100円	090-5246-5009		
C	JR堅田駅	3時間	堅田駅・小野駅・和邇駅(貸切バス)	一般	比良雪稜会(西村)	50名	定員に
湖北	7:00	(雨天中止)	長浜市余呉町宮並→七々頭岳→	3500円	077-594-0454(FAX可)		なり次
七々頭岳	JR小野駅		上丹生(貸切バス)→	中学生以下	kazuyo-buna@river.sannet.ne.jp		第締切
(ななずがだけ)	7:10		和邇駅・小野駅・堅田駅	3000円			
	JR和邇駅		※野点を行います	バス代・抹茶 菓子代含む			
	7:20						
	貸切バスに						
	乗車						
D	JR河瀬駅	約4時間	河瀬駅→登山口→荒神山神社→	200円	ちごゆり山歩会		
荒神山	9:10	(雨天中止)	展望台→→荒神山公園→河瀬駅		柴田英男	20名	10月22日
					0771-23-0845 (fax可)		
E	JR大津京駅	約6時間	JR大津京駅→法明院→長等山→如意ヶ岳		彷徨倶楽部	10名	10月23日
大文字山	8:00	(雨天中止)	→大文字山→法然院→哲学の道→南禅寺	200円	谷内 資康		
			蹴上(15時予定)		tomo-hira3rose@iris.eonet.ne.jp		
			法然院からは自由行動		090-2280-9979		

◇ 天候やその他の事情で、コースを一部変更する場合があります。歩行時間には、休憩時間は含まれていません。

【問い合わせ・申し込み】

参加希望の方は、申込先へ電話・FAX、メール等でご連絡下さい。定員があるコースはお早めに願います。
参加申込書は、当日参加費と共に、受付にお出し下さい。

【持ち物】

昼食、飲料物、雨具、防寒具、地図、着替え、ごみ袋、健康保険証(写し)、登山する服装と靴。

【注意事項】

各コースとも、集合場所までとその先一部の交通費は参加者の個人負担となります。
主催者は、事故の場合、可能な範囲で応急手当をしますが、その後の責任は一切負いません。
参加者それぞれの責任に於いて行動して下さい。当日、体調が良くない方は、参加を見合わせて下さい。

2019 年度 第 6 回理事会議事録

開催日 7月11日(木) 19時00分～20時30分 県連事務所

出席者：友永、宮内、中島、池田、高玉、今村、渡壁、藤関、濱(記録)
(理事会定数 11 名)

欠席者：飯野、田中、古川

議 題：

1. 9/29 比良縦走大会について

概要について今村理事から下記のとおり説明があった

- ・担当 教育・遭対部 今村・藤関・飯野
- ・コース 近江高島駅 7:23 着 8:00 大炊神社スタート～高島音羽～リトル比良～
 釈迦岳～リフト跡～イン谷口 16:30 ゴール必着 最終バス 16:40
- ・スタッフ関係 チェックポイント 12:00 寒風峠 3名(高玉・藤関・宮内)
 ゴール イン谷口 3名(友永・古川・飯野)
 スーパー 4名(濱・田中・池田・今村)
- ・その他 8月号に詳しい募集掲載

質疑、検討、決定事項

<雨天等による中止の判断>

前日 17 時発表彦根地方气象台予報において、開催日の滋賀北部の降水確率 50%以上の場合中止とする。

<中止時の連絡ルート>

今村理事が滋賀労山メーリングリストにより、中止決定時のみ開催中止メールを流す
→各会(担当)理事(山友:宮内、岳友:藤関、比良雪:今村、彷徨:濱、ちごゆり:宮内)は各会の参加者に中止連絡する。

<準備物>

- ・参加者名簿→友永(各会の参加者報告:各会理事→今村→友永)
- ・地図、スタッフの携帯電話番号一覧表→今村
- ・通信機器→スタッフ各自の携帯電話
- ・完歩証→友永
- ・県連腕章→スタッフ各自が県連事務所から事前持ち帰り
- ・参加者接待品

ゴール地点:ジュース、バナナ各1本→ゴール担当者(9月理事会で周知)
チェックポイント:ジュース、果物等→宮内

・名札(首から下げるタイプ)→友永

<コース確認、下見、テープ表示>

9月22日(日)(雨天時 23日(月・祝))に、スイーパー、藤関、飯野のうち都合OKの者で行う。湖西線 近江高島駅前7時30分集合

<役割分担>

実行委員長:今村 会計:飯野 諸注意・写真撮影:今村

<その他>

一般参加者の保険については、県連で一括加入する。

2. 登山祭典 (10/27)

担当:組織部 濱・田中

チラシ原稿は宮内理事長作成。最終確定後、濱へメール送付。

濱は表紙写真検討後、友永会長へ原稿をメール送付。

友永会長は最終確認後、8月20日発送できるように1,200部印刷発注。

県連ニュース9月号と一緒に発送する。

3. 各部報告

組織:前月比会員数動向 (前年度末比 201/206 97%)

山友	岳友	雪稜	彷徨	ちごゆり	ジャクナゲ
73/72	50/51	44/43	12/12	17/17	5/5
合計 2019.6E/2019.5E					
201/200		100.5%			

教育・遭難対策

・6/30 京都府搬出訓練実施 雨天のため滋賀からの参加取りやめる

自然保護

・7/6~7 2019年 第22回全国自然保護講座報告(中島出席 参加者17名)
徳島県神山町神山温泉&コットンフィールドで開催

・7/16 14:00 近プロ自然保護委員会(池田・中島 出席予定)

機関紙

・県連ニュース8月号

原稿締切り 7/15、印刷・発送 7/20 13時30分

救助隊 財政 SKI-NET CSS 特に無し

4. 第47回(2019年)クリーンハイク(清掃登山)

中島理事から下記のとおり報告があった

- ・7/1付で各自治体と滋賀県環境事業公社、「近江湖南アルプス自然休養林運営協議会」へ清掃登山報告を発送。
- ・報告には収支報告を添付してなかったので4自治体より収支報告が欲しいと連絡を受ける。
- ・7/1発送した清掃登山報告には理事長作成予定の清掃登山報告(A4縦文書)は添付しませんでした(代わりに清掃登山集計表を添付した)それの他に報告が欲しいという連絡はありません。

質疑、検討、決定事項

竜ヶ岳会場における救急搬送事案から、当日参加の可否について検討。

「たとえ当日参加によるものとしても、県連として責任を負えないでは一般世間常識として通用しないのではないか？」

「難しい問題で昔から議論があった」

「参加者としては認めていないが、後ろからついてくることはOKというやり方もある」

等々の意見が出され今後の対応について検討した。

最終決定内容、

- ① 来年度からは当日参加不可
- ② チラシ、県連ニュース等にその旨はっきり記載する

5. その他

- ・2019年国民平和大行進 滋賀6/19 野洲～草津(中島)6/20 日野町(池田) 志賀町(今村) 草津(高玉)
- ・2019全国ハイキング学校(東京・府中9/28～29 参加費9000円 先着30名)
- ・引き続きリニア計画反対署名活動へのお願い
- ・全国安全登山2019ハンドブック 1箱400部 会員用と会員勧誘に活用する。

■8月理事会は休会 次回第7回理事会 9月18日(水)19:00～

<報告>

ナビゲーション超入門講座開催

--- 道迷いを防いで安全登山---

米盛 靖典(湖南岳友会)

日程 2019年6月30日(日)

講師 秋田 誠(彷徨倶楽部)

受講生 12名

講義 目次

- ① ナビゲーションについて 9時30分～12時00分
ナビゲーションとは、ナビゲーションに必要なもの (昼食 20分)
- ② 読図ワーク 12時20分～14時30分 (休憩 10分)
- ③ 役立つ地図アプリ 14時40分～15時30分
- ④ 質疑応答/まとめ 15時30分～16時00分

講義 内容

① ナビゲーションについて

ナビゲーションの重要性とその必要な物



- (1) 標高、方位、2地点間の距離を現したベアリング表、
- (2) アプリで用いるGPSの仕組みと誤差因子
- (3) 地図とコンパスによる読図
- (4) コンパスの種類と名称、機能、コンパスの活用性
- (5) 磁北線について、コンパスによる磁北線の引き方
- (6) 地図とコンパスによる進行方向を知る方法
- (7) 現在位置を知る方法

磁北線を引く練習風景

② 読図ワークについて

(1) 地形の要素

等高線、ピーク、尾根、谷、鞍部の地形の読み方

(2) 地形図を読む 等高線の形状、間隔、地図記号

実際の地図を用いた読図の練習

③ 地図アプリについて YAMAPやマレコ、ジオグラフィカなどの比較

感想

今回の受講を終え、読図、道に迷わない為コンパスと地図を使いこまめに現在位置を確かめまた迷ったら戻るなどたくさんの事を教えて頂き安全な登山を更に心掛けたく思っています。

<寄稿>

ぐうたら会長のつぶやき

友永 芳和

梅雨とはいえ週末ごとに雨が降って皆さんも山行計画が狂っている事と思います。焦らずにのんびりいきましょう。

県連行事も9月は比良全縦ならぬリトル比良全縦、10月は登山祭典と続きます。皆さまのご協力をよろしくお願いします。

今年も勧誘ちらしを作っています。例会山行や、行事などで登山者に渡していただき少しでも会員拡大に役立てていただければと思います。

先日新聞を見ていたら、人生の急所は「か・き・く・け・こ」だと書かれているのを見ました。

「か」は、どんな事でも感動する心を持つこと。

「き」は、気を緩めることなく、いつでも適度な緊張をしながら生きること。

「く」は、時には音楽や読書などで心を豊かにし寛いで日常を送ること。

「け」は、人生で何かを決めなければならない時は、思い切って決断すること。

「こ」は、いつでも、どこでも幼い子供のように旺盛な好奇心を持つこと。

こんな心を持っていれば豊かな人生を送る事が出来るそうです。

そういえば私は最近、感動する事も少なくなったり、緊張もせずだらだらした生活を送っている。暇にまかせて音楽を聴き、読書をして寛ぎすぎるくらいだ。何かを決断する事も最近は少なくなったなと感じているし、好奇心もあまりないようだと感じているこの頃です。

皆さんはいかがですか？

これから本格的な夏が始まります。健康に注意して山歩きを楽しみましょう。水分補給を十分に心掛けて熱中症に備えてください。

8月も計画は立てません。涼しくなる9月くらいから再開したいと思います。

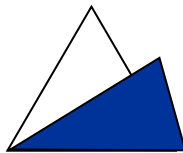
行事予定

日	県連・全国行事	日	各会の行事	会
		3-5	仙丈岳・甲斐駒ヶ岳	雪稜
		3or4	愛宕山 裏参道	ちご
		4	比良山系 白滝谷沢登り	岳友
		10-22	アフリカ キリマンジャロ	彷徨
8	16-18 剣岳北方稜線 (ステップアップ登山講座2019/CSS)	8	10-14 赤石岳～聖岳	雪稜
			14-18 黒部 雲の平周回	岳友
			18 ハイキング部例会「飯道山」	山友
			25 比叡山	岳友
			25 ソーメン山行(ヤケ山)	ちご
			25-29 常念岳～蝶ヶ岳	雪稜
			31 ミーティング	岳友
			31-1 登山教室テント泊山行「木曾ヶ岳」	山友
			1 呉枯ノ峰 菅山寺	岳友
			1 安蔵山	雪稜
			14-16 黒部五郎岳	彷徨
			19 ミーティング	彷徨
	14-16 横尾本谷～槍ヶ岳 (ステップアップ登山講座2019/CSS)		14-16 南アルプス 鳳凰三山	岳友
9			21-22 比良de集中	山友
			21-23 秩父山系 金峰山 瑞牆山	岳友
			21-23 火打山～焼山	彷徨
			28 ダイヤモンドトレイル(岩湧山)	彷徨
	29 比良縦走大会(高島～イン谷)		28 ミーティング	岳友
	5-6 頸城・荒菅沢～雨飾山 (ステップアップ登山講座2019/CSS)		6 比良全山縦走(栗原～高島)	岳友
			6 鈴鹿/北岳	雪稜
			5-6 オールラウンド例会「瀬沢カール」	山友
			12-13 両白山地(三ノ峰～別山周回)	岳友
10				
			19 体験山行「赤坂山」	山友
			20 イブネ	雪稜
			26 ミーティング	岳友
			27 登山祭典「京都トレイル」	岳友
			27 登山祭典「大文字山」	彷徨
	27 登山祭典 各会		27 登山祭典「七ヶ頭岳」	雪稜
			27 登山祭典「彦根・荒神山」	ちご
			27 登山祭典「比叡山」	山友

会名略号 山友:滋賀山友会、岳友:湖南岳友会、雪稜:比良雪稜会、ちご:ちごゆり山歩会

シャク:シャクナゲ溯行クラブ、彷徨:彷徨倶楽部

スキーネット;山スキーネット滋賀、CSS:クライミング研究会滋賀



2019年9月号は、8月15日原稿〆切です。

原稿の投稿先は tfurukawa@dj8.so-net.ne.jp まで、用紙サイズは **B5**、

フォントは本文 **10.5~11**、タイトル **12~14**、余白は**やや狭い**とし、

使用する写真は **200KB 以内**としてください。

皆様のご協力をお願いいたします。

「県連ニュース8月号」 No.505

発行日：2019年7月20日

滋賀県勤労者山岳連盟

TEL 080-4971-6231

〒520-0836

Email shigarosan@gmail.com

大津市杉浦町 9-30

ゆうちょ銀行（店名 418）

<http://shigarosan.jimdo.com/>

普通 0239956

発行責任者 宮内 眞子

編集委員 高玉 敬子 古川 哲郎 渡壁 由美子