

GUDDÉI

グッデイ・リサーチ | 2014 WINTER
TAKE FREE

Research



特集

霧氷の花輝く、 絶景の 九重連山を歩く

冬の九州といえば、あったか、ほっこり、
やっぱり温泉登山でしょ！

連載「山と人」No.15

金山洋太郎 (ファイントラック代表)

冬が近づくにつれ、恋しくなるものがあるとすれば……日本人にとって「温泉」は欠かせないものでしょう。うれしいことに、国内には山登りに合わせて秘湯を楽しめるコースがいたるところに存在します。

今回は日本の西方へ足を伸ばし、九州の大分は九重連山をフォーカス。山中の温泉宿として名高い「法華院温泉山荘」をベースに、大分県の名峰の数々を歩いてみることにしました。広大な草紅葉の草原風景や、荒涼とした火山性地形、さらには自然の不思議な造形美・霧氷を眺める濃密な時間を過ごします。厳冬期は積雪もともなうこともある九重ですが、天候が安定した快晴の日をねらえば、これから冬山を始めたい人にとってもハードルはけっして高くありません。

また、今回で15回目を迎える連載「山と人」では、関西発のアウトドアウェアブランドとして勢いを増す「ファイントラック」の金山洋太郎さんが登場。そのほか、クライミングナウのコーナーでは、いま注目の、世界最強ともうたわれる女性クライマー、アンジェリカ・ライナーさんをクローズアップ。今回もコンテンツが充実の冬号です！



霧氷の花を一面にまとう九重連山。
写真は東の山塊の雄「大船山」
(1786m)。6月はミヤマキリシマの
大群落で山はピンク色に染まる

Silver Frost in Mt. Kujuu

霧氷の花輝く、 絶景の 九重連山を歩く

冬の九州といえば、あったか、ほっこり、
やっぱり温泉登山でしょ！

九州に名山あり、名山に名湯あり。
深田久弥の『日本百名山』にも取り上げられている
大分の九重連山は、冬山と温泉を合わせたぜいたく登山に最適なエリア。
積雪期であっても、天候が安定しコンディションに恵まれれば、
山あいの山荘を利用しながら、雪山の入門ルートとしても楽しめる。

金子雄爾＝写真 福龍智子＝文 滝沢守生＝編集

好

日山荘「おとな女子登山部」メンバーが、小誌「GUDDÉI」の巻頭特集の撮影に同行するようになり、今回で3度目を数える。

夏の白山（北陸）、秋の五色ヶ原（北アルプス）に続いて、この冬号はいよいよ本州を離れ西方へ。九州きっての人気登山エリアである「九重」へと足を延ばすことになった。

大分県の南西部にある九重連山は、九州本土の最高峰・中岳（1,791m）を含む、標高1,700m以上の山が10座連なる山群だ。一帯は“九州の屋根”とも呼ばれていて、いくつものピークをつなぐ縦走ができることなどから、近場の九州内や中国地方でとくにファンが多い。

初夏になれば小振りなツツジ、ミヤマキリシマが山一面をピンク色に染め、また冬は多いところで50cm、吹きだまりなら1m近く雪が積もる世界に表情を変える。

そして、多くの山はいまも活動を続けている活火山だ。もっとも最近では、1995年に硫黄山が噴火しているが、同時に、火山の恩恵として、山麓にはさまざまな泉質を持つ温泉が九重町だ

けでも11もある。今回訪れた山中の名湯「法華院温泉山荘」も、そんな山の条件がもたらす九重の魅力のひとつといえる場所だろう。登山口のある長者原から、雨ヶ池越を経ていくポピュラーな行程なら、わずか2時間半程度。まさに“温泉までひと歩き”。そんなアクセスのよさも手伝って、広く日本を眺めても、九重は指折りの登山×温泉のコースとしても知られている。

さて、そんな山を歩く今回の特集に登場するのは、登山ガイドの資格を有する荻野なずな部長以下、なっちゃん、まっちゃんの計3名のメンバー。登山歴4年のなっちゃんは念願になっていたくじゅう歩きで、山麓から興奮が隠し切れない様子だ。小柄な身体に大きなバックパックが頼もしいまっちゃんは、一眼レフを手放さない登山部きっての写真好き。部長はこれで二度目だそうだが、一度目は荒天で引き返したため、核心部や山荘は初めてだと言う。おのおの登山歴や、九州の経験値に差はあれど、だれもが冬山装備にぬかりがないのは、さすが専門店勤務というところだ。

落葉の森でゆるやかな山行が始まる

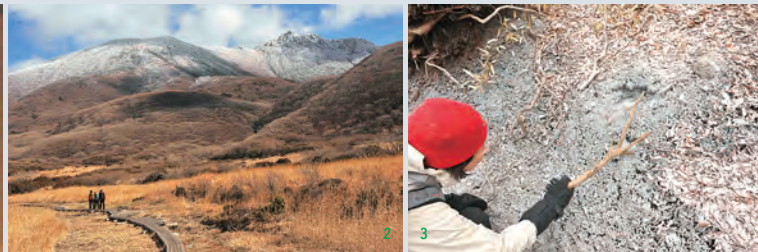
登山口・長者原は、湯布院から熊本の阿蘇を結ぶ県道11号「やまなみハイウェイ」上にある。標高1,000m付近に位置し、12月後半から2月後半は積雪期。登山口周辺は除雪車が走る日もあり、スタッドレスタイヤ付きのレンタカーが少ない九州では、冬期でもバスが連絡するJR豊後中村駅からのアクセスが便利だろう。

ガイド犬・平治号の記念像の前から、白水川にかかる橋をわたり、タデ原湿原の遊歩道を進むと、ほどなく登山届の記帳所だ。そこから広葉樹の森が始まり、お待ちかねの山行がスタート。ゆるやかに標高を上げていく。

木々の間から薄日が差す快適なトレイルを進み、いくつかの涸れ沢や笹原を抜けると、雨が降ると池になるという草原「雨ヶ池」が現れる。ここまでほとんど息を切らすことなく鼻歌交じりの登りだが、トレイル脇の斜面は立派な霜柱でおおわれていて、さすがに気温はかなり低め。2月初旬のこの時期、しばらく降雪はなかった



1・2) 国内でも希少な中間湿原「坊ガツル」が、草紅葉に染まっていた。三俣山や大船山、平治岳などに挟まれ、山裾に広がるこののびやかな風景は、毎年春に行われる地元有志による野焼きで維持されている。一角にあるキャンプ指定地でのテント泊も人気だ。3・4) 登山道のいたるところで、大量の霜柱を踏み歩いた今回の九重山行。霜柱は、氷点下になるときに地中の水分が地表にしみ出して柱状に凍結したもので、日射で溶けるまでの間はサクサクと音も楽しい。「一生分の霜柱を踏んだ気分（笑）」とまっちゃん



MILLET TRILOGY LIMITED SERIES™



フレンチ・アルピニズムの伝統と革新

1987年、ヨーロッパアルプス三大北壁の冬期完登を達成した際に着用していたミレーの歴史的なウェアを、最新の技術と素材で現代に蘇らせたシリーズです。高機能はそのままに、クラシックとモダン、2つの顔を持つシリーズに進化した最新鋭“トリロジー・リミテッド”を、ぜひご堪能ください。

トリロジー プリマロフト ジャケット

TRILOGY PRIMALOFT JKT
¥25,000(本体価格)+税



中綿に濡れに強い「プリマロフト・スポーツ」を採用し、保温性と汗蒸れの解消を両立させています。体の動きを妨げないカッティングとフィットで、厳冬期の様々なアクティビティに対応した最適な仕上がりになっています。

MATERIAL = パーテックス・エンデュランス ナイロン100% 耐久撥水
PADDING = プリマロフト・スポーツ100 ポリエステル100%
SIZE = S/M/L/XL WEIGHT = 645g
COLOR = BLACK - NOIR / LIGHT SKY&ROUGE

“TRILOGY LIMITED SERIES” SPECIAL CONTENTS

ミレー トリロジー



BEYOND GOOD & EVIL Aiguille des Péterins
3318M / ED/V5/M5, 600M Sébastien Rattel © J. Garmy



ようだが、日陰にはいくらか雪も残っていた。
そこからゆるい下りにさしかかり、九州自然歩道に合流すると、間もなく山に三方を囲まれた茫々たる草原「坊ガツル」へと到着だ。
この坊ガツルは、国内最大級の中間湿原としてラムサール条約の登録地にもなっている。『日本百名山』で九重山を取り上げた深田久弥は、日本でも屈指の草原を九重の大きな魅力としているが、「尾瀬を小さくしたような美しい湿原の坊ガツル、(中略) そんな原を横切らずにはどこへもいけないとは、なんと楽しい山であろう」とも紹介している。

秋を経て草紅葉となった坊ガツルは、風を受けるたび黄金色の海原のように草原をうねらせていた。合間を抜ける鳴子川の清流や、山体を白く染めた周囲の山々が、日だまりのやわらかな風景のアクセントとなる。そんな場所へ姿を見せるのは、ハイシーズンと比べ格段に姿が減った冬山好きな登山者だけ。リズムカルに白い息を吐きながら、3人は冬の草原を抜けていく。

華奢な枝たちが
真っ白に氷の結晶をまとう

坊ガツルの片隅で湯けむりを上げる「法華院温泉山荘」に到着した3人は、雲の切れ間を狙って、午後は大船山へ足を延ばした。
樹林帯を抜けて、やや急な登山道を小気味いいペースで登っていく。足元は落ち葉と霜の溶けた石で滑りやすく、視線は下へと落ちがちだ。が、ふと見上げると、視界の端で白い枝がきらめいていた。
「霧氷だね、これ！」
まっちゃんが、澄んだ空に声を響かせる。
空気中に含まれる水分が枝に氷着する冬の現象、霧氷。ある条件が揃わなければ発生せず、望んでも見られないことも多いものだ。遠目では雪のように見えていたが、昨夜から今朝にかけて育まれたのだろう。はじめこそ存在はまばらだったが、標高が上がるにつれ、華奢な枝たちがたっぷりと氷の結晶をまとい、もともとここが白い森ではないかとすら思えてくる絶景に……。
次第に西側の遠望も利くようになり、三俣山や、翌日足を延ばす予定の中岳、噴気を上げる硫黄山も見えてきた。眼下に坊ガツルの全容を



左) 殴りつけるような強風が吹いた大船山山頂。条件が厳しくなればなるほど、テンションが上がっていくおとな女子登山部のみなさん、いったい……。 右) 大船山山頂へ向けた最後の急登は、凍った雪や氷がおおう岩場の連続。九重の冬はときにマイナス 20℃にまで達することもあるそう

望めるようになったころ、大船山山頂が目前に迫る稜線へ立った。この北大船山との鞍部から眺める大船山は、まさに九重の東の盟主といえる姿。船が転覆したように横たわるところからその名が付いたそうだが、どっしりとしたかっぶくのいい山容が青空に浮かび上がっている。
ここからはトレイルが氷化し、アイゼンをしっかりと装着する。火口の縁沿いに伸びる斜面をトラバースして進み、最後の岩場の急登に差しかかる。ときおり凍てつく風が上から横から叩くように吹きつけ始めたが、そのたび前をゆくなくずな部長が振り返り、岩にしがみつくメンバーへの声がけも忘れない。
いつの間にか青空は消え、代わりにすべてをモノトーンに染めてしまう分厚い雲があたりを覆っていた。一瞬でも晴れ間が出ればと山頂でねばってみたが、寒さと風に身体がもちそうにない。突然やってきたその様変わりとは、厳冬期の九重を感じさせるのに十分な、手厳しい歓迎だった。

多くの山好きに愛されて
源泉湧く山中の名湯

大船山を下りたその足で、夕方3人は法華院温泉山荘の湯船に深々と身を沈めた。
氷点下の風にさらされて冷えきった身体に、じんわりと血が蘇っていく。窓越しに望む登頂したばかりの大船山が、湯けむりで臍げにかすみ、それにとまって抱えていた緊張もゆっくりと湯に溶けていくようだ。
「極楽じゃあ。これでこのあとのアレがよりー



Silver Frost
in Mt, Kuju

くじゅうの
湯宿、
法華院温泉



九重連山の山塊に湧く「法華院温泉山荘」は、九州の最高所にある名湯として山好きに親しまれてきた山宿。開湯は1882年と歴史も長く、アクセスは徒歩のみ。神経痛や疲労回復に効果がある単純温泉を泉質で、山荘は通年営業。1泊2食付き9,000円(個室) ☎ 090-4980-2810
上) 大湿原「坊ガツル」の一角にある。左下) 山荘の4月の行事『法華院開山祭』で、お炊き上げしてもらうことになった護摩木。部長の涙ぐましい願いごと……。右下) 正面に大船山や平治岳などを望む湯船。浴室の外にはオープンデッキもあり、筑後川の源流、鳴子川のせせらぎも聴こえてくる

SNOW
CARAVAN

冬の寒さを楽しむために

SHC_10

¥17,500 (税抜価格)

カラー: 190ブラック/22.0~29.0cm (1cm刻み)
241ホルダー/22.0~28.0cm (1cm刻み)
448ライトブラウン/22.0~26.0cm (1cm刻み)
546オリーブ/24.0~28.0cm (1cm刻み)
重量: 約630g (26.0cm片足標準)
ワイズ: 3E 高さ: 約27cm
◇ナイロン+合成皮革アッパー ◇EVAミッドソール
◇滑り止めドット付きラバーアウトソール (C1ブロック)
◇GORE-TEX®防水透湿ライニング ◇シンサレート™ (甲部と爪先)
◇Outlast®インソール
◇ポリエステル・ウール混ボアフリース (ポリエステル80%・ウール20%)
※路面状況によっては滑る場合があります。

GORE-TEX
e

Thinsulate
INSULATION

Outlast

東京本社: 〒170-0002 東京都豊島区巣鴨1-25-7 TEL03-3944-2331
大阪営業所: 〒564-0051 大阪府吹田市豊津町15-11江坂石周ビル5階A TEL06-6338-3557

www.caravan-web.com

2014 WINTER GUDDÉI Research | 05



Silver Frost in Mt, Kujū

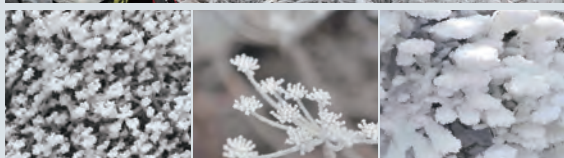
5) 久住分かれからは一転して荒涼とした景色。大きな岩が連続する下りでは、アイゼンを装着。6) 「今回の山行で一番感動したのが砂礫の北千里浜。荒野のようで、日本とは思えない不思議な雰囲気でした」となっちゃん。7) 天狗ヶ城の火口湖「御池」は冬は完全に凍結する。白い氷面のなかに深さを実感する深緑色の氷が見え、「割れない？」「近くに寄らないで」……と、3人もつい早足に



1) ピラミッドのような三角形の頂を持つ、九重連山のシンボル「久住山」(1,786m)。御池から山肌を巻き込むように進むと突然ドラマチックに目の前へ現れる。もっとも近い登山口「牧ノ戸峠」からは、夏は小学生や幼稚園児も遠足でやってくる親しまれた山だ。2) 1995年に水蒸気爆発があった硫黄山は現在も噴煙が上がり、半径500m以内は登山が禁止されている。3) 硫黄山と三保山の鞍部「諏峨守越」にある避難用シェルター。4) 九住分かれの避難小屋も、石造りの頑丈な構造だ



冬の九重を飾る真っ白な霧氷たち



「霧氷」とは、空気中の水分が氷となり木々をおおった状態のこと。氷点下の日に霧や雲が周囲にあり、強風で木の枝に吹きつけられることが発生の条件だ。一面に真っ白な花が咲いたような幻想的な風景に出会えるかは、運次第。九重はこの霧氷観察でも有名なポイントだ

寒い冬の山だからこそ、あったかティータイム♪



上) 気の張る冬山でリラックスをもたらす温かいドリンク。みなさん、緩んでおります。右下) 休憩時は足を休めるためにも座る方がいい。地面の冷えを遮断するシートが重宝。右下) 保温ボトル、二重断熱カップ、小型ストーブ、しょうがドリンクなど、あったかグッズ多数！

層おいしくなるというものだぁ！」

冗談交じりの声色を、部長が湯船に響かせる。風呂あがりの一杯を、すっかり先に思い描いているらしい。山と温泉の組み合わせに悪いものはないが、こと冬の登山となれば、そのありがたみはひとしお。念願かかったの山荘滞在が、どうやら部長の陽気なキャラクターに拍車をかけているようだ。

法華院温泉山荘は、そもそも、鎌倉時代に開かれた天台宗の一大霊場だったという。明治になり、信仰の山から登山の山へと時代が変わっていくなかで、1882年に建て替え山宿になった。以来、九州の最高所にある温泉宿として、多くの山好きに支えられながら通年営業を続けている。NHK「みんなのうた」で歌われた『坊がつる讃歌』の歌詞にも登場するが、歌が身近な山荘では、定期的に音楽のコンサートも開催される。今年は7年ぶりに芹洋子さんご本人も歌いに来られたというから、山荘の愛され方もわかるというものだろう。

一步一步風景が変わる 絶景続きの九重山歩き

翌朝は、その日の行程が長いこともあり、早々に山荘をあとした。

谷筋をゆるやかに登ったら、鉾立峠から白口岳へは一転して急勾配の尾根道になる。ここは風当たりがつねに強いようで、氷の結晶が一層際立った霧氷を鼻先に眺めながら、アイゼンを効かせて標高を上げていく。

白口岳から中岳方面への道は、雰囲気が変わって、やわらかな朝日が照らす霧氷の花道になった。ついときを忘れてみとれてしまう神秘

的な風景が広がり、たっぷり時間をかけて稲星山への分岐まで進む。

迎えた九州本島最高峰、中岳の岩峰への登りでは、また様相が変わり、今度は冷たい雪と氷の岩間を縫うようにして登っていく。

九重の核心部はすでに足元だ。天狗ヶ城の眼下には、カラフルな登山者数名が、氷結した火口湖の御池をわたるのが見える。右手に広がる火山礫の谷、北千里浜はうっすらと雪をかぶり、その向こう側では硫黄山の噴気口が黒々と口を開けて、白煙を吹き出している。

ときおり視界を遮るように、凍えるような強風が顔を刺し、つられて風上へ顔を向けると、さまざまな表情を抱く九重の山並みが、幾重にも重なっていた。

「本当に歩くたびに景色がどんどん変わる。こんなコンパクトな行程で、こんなに変化するなんて……！」

九重登山を誰よりも楽しみにしていたなっちゃんは、この2日間の尽きない様変わりを感じ出しているのか、しきりに唸っている。目の前には、ピラミッドのように精鋭な三角峰を突き上げる九重のシンボル久住山。この旅最後の登りが近づいてくる。

森歩きから始まり、草紅葉に色づく湿原、青と霧氷の2色からなる清浄な山並み、火山礫の荒涼とした独特の景観……。そしてこの久住山山頂からは、これまで踏んできた連山の名峰たちを間近に、久住と瀬ノ本のふたつの高原を見下ろして、遠くは阿蘇山や祖母・傾山地へと続く雄大な風景も一望できた。

絶景をつなぎ、温泉を楽しむ密度の高い山旅。冬の行き先に迷うことがあれば、1泊2日で完結できるこんな九重プランはいかがだろうか。



豊かな霧氷の森を歩いていると、陽光を受けて枝がきらめくのを感じる。春にも夏にも秋にもない、冬山の神秘的な表情だ

Recommended Layered

氷点下での霧氷登山には、
このレイヤードがお勧め

layer
01



行動中の基本スタイル例。外部からの風や小雨は防ぎながら、内側の湿気を放出する、ウィンドストッパーフィルムを生地に用いた防風性・撥水性の高いソフトシェルに、厚手ベースレイヤーを合わせて

layer
02



歩き始めや肌寒いとき、風の強い尾根・稜線上では、堅牢なハードシェルをアウターに用いて。冷えの一因ともなる手先は中綿の入った保温性の高いグローブで守り、頭部もニット帽でカバー

layer
03



温かな空気で身体を包むインシュレーションは、冬山で必ず重宝するアイテム。休憩時、山頂のひと時、山小屋の滞在中など、身体が冷え始める前に取り出し、早めに着用するのがポイントだ

山行 アドバイス

毎年11月中旬ごろ、九重連山は初冠雪を迎える。冬季はつねに雪が積もっているわけではないが、登山道の日陰や山の上部などは凍った雪が残っていることがあるため、8本爪以上のアイゼンは必携。長者原から法華院温泉の間はアップダウンが少なく、道も整備されているため歩きやすいが、大船山や中岳、天狗ヶ城などをめざす場合はピッケルも合わせて装備していると安心だ。

長者原への アクセス


電車+バスの場合：JR久大本線「豊後中村駅」より、日田バス「くじゅう登山口・牧ノ戸峠行き」バスで約50分（便数は平日・週末とも1日7便。冬期は積雪状況によって運休になる場合もある）／車の場合：大分方面＝大分自動車道湯布院ICから「やまなみハイウェイ」を経由し約30分。熊本阿蘇方面＝豊後街道沿いのJR宮地駅から「やまなみハイウェイ」を経由し約40分。福岡方面＝大分自動車道九重ICから飯田高原中村線40号線、田野庄内線621号を経由し約30分。

お問い合わせ：日田バス ☎ 0973-22-7105、長者原ビジターセンター ☎ 0973-79-2154、九重町役場 ☎ 0973-76-3150

【参考コースタイム】

1日目：長者原ビジターセンター（40分）指山自然観察路分岐（30分）雨ヶ池越（40分）法華院温泉（1時30分）段原（20分）大船山（15分）段原（1時間）法華院温泉 歩行計＝4時間55分／2日目＝法華院温泉（30分）鉾立峠（1時間20分）白口岳（40分）中岳（5分）天狗ヶ城（30分）久住山（10分）久住分かれ（40分）諏峨守越（1時間10分）指山自然観察路分岐（25分）長者原ビジターセンター 歩行計＝5時間30分





SWISS TECHNOLOGY+

Maturity Check


Think you're a high-flyer? Make sure you're not heading for a fall! All seasoned performances start in the mind: are the external conditions right, is the equipment safe and reliable? All check? Only then are our Pro Team athletes ready to cut some powder at Val Acletta! With the new Mammut Freeride collection, it's not just our riders who look great - you do too.

Find out for yourself!

www.mammut.jp / www.mammutstore.jp

facebook

マムート ジャパン



MAMMUT
Absolute alpine.



Shop & Mountain

east vol.5

鍋倉山×好日山荘 新潟亀田店

伊藤俊明=文 山田真人=写真

鍋倉山で最高の スノーシュー日和

スノーシューで鍋倉山に登るのだと話したら、宿の主人が「この辺じゃあ、今日みたいな日を鍋倉日和というんですよ」と教えてくれた。

昨日の夕方、車で飯山に着いたときはガスと吹雪で何も見えなかったのに、朝起きたら嘘みたいに穏やかな晴天だ。ひと晩中降り続いた雪で、外はすっかりリセットされている。誰にいわれなくてもわかる。最高の一日になりそうだ。

鍋倉山は新潟と長野の県境をなす^{せきた}関田山脈の主峰。信越トレイルのハイライトでもあるこの山はブナの山



左) 取材に出かけたのは春の気配が混じる3月。雪に閉ざされていても、木々はしっかりと準備をしている。少しずつ膨らむブナの新芽。右) 歩き始めはアップダウンのない雪野原。一面真っ白の世界

で、そこかしこに巨木がそびえる。標高は1289mと高くはないが、日本海を越えてくる寒気が大量の雪を降らせ、冬はスノーシューハイキングやバックカントリースキー／スノーボードの天国である。

今回は、おとな女子登山部のなっちゃんが来てくれた。編集部^{なぐい}の宮川さんも一緒だ。カメラマンのまことと4人、温泉^{なぐい}の集落でクルマを下りると、身支度を整えるのもどかしく歩き始めた。



一緒に歩いたのは
なっちゃん

山との出会いは友達に誘われて出かけた埼玉県の宝登山。いまは毎週のように山通い。「冬山の魅力は、夏とはぜんぜん景色が違うこと。空気が澄んでるから景色がキレイです」



スポルティバ
ネパールエボGTX

冬山こそ足元が肝心。アイゼンの着用に对应し、アッパーに保温素材を用いたブーツを選ぶ。これは、縦走からアイスクライミングまでこなせる厳冬のオールラウンドモデル。／¥68,500+ 税



MSR
REVOアッセント

今季登場のニューモデルはおいしいとこ取り。グリップに優れるスチールのフレームと耐久性に優れるプラスチックのデッキを組み合わせた。かかとを持ち上げるヒールリフターが急登を助けてくれる。／¥32,000+ 税

マムート
エレメント バリーボックス

ビーコンは電波の受信器。通常は電波を発信し、仲間が雪崩に巻き込まれたときは受信モードに切り替えて埋没位置を探る。エレメントはベーシックな機能を厳選して搭載した使いやすいモデル。／¥42,000+ 税

マムート
ブローブ240ファストロック

ビーコンでおおよその埋没箇所がわかったら、ブローブで位置を特定する。いざという時も確実に操作できるよう、簡単ですばやくセットできる物を選ぶ。ビーコン、ショベルとセットの必需品。／¥7,000+ 税



マムート
アルゲーター ライド

のんびり楽しむスノーハイクなら休憩時にベンチをつくったり、キャンプの時は風よけのブロックを切り出したり、ショベルは何かと役に立つアイテム。人間工学に基づいたTグリップが使いやすい。／¥8,000+ 税



1



3

1. 葉を落として開放的なブナの森のスノーシューハイイク。自由に歩き回れるのは雪の季節ならではの。2. 鍋倉山山頂直下。向こうに見えるのが黒倉山。手前の鞍部を下る。3. 白と青のコントラストがみごと。頂上近くでは霧氷も見られた。4. 頂上一帯は見事に雪の下。夏は木々に囲まれて展望も望めない山だが、雪の季節はこの通り。5. なだらかに続く関田山脈。80kmにもおよぶ信越トレイルは、日本を代表するロングトレイル。6. 風もなく、おだやかな一日で休憩もほっこり。最高の日だった。7. 大木が雪の上に影絵を描く巨木の谷。森太郎、森姫、鬼ブナ、古いものは、樹齢400年にもなるとい



2



4

バーグハウス ウルペンタナハイブリッド ダウンジャケット

化繊とダウンを使用するハイブリッド。さらに、部位によって中綿の種類や量を変えるボディマッピングで快適なウエアリングを可能にした。ダウンには撥水加工を施し、濡れにも強い。／¥36,000+ 税



バーグハウス ウィメンズ ラムチェハイパー ダウンジャケット

850 フィルパワーの上質なダウンに撥水加工を施したハイドロダウンを使用。ジャケットを3つのゾーンに分けて中綿の量を調節するボディマッピングを採用し、快適かつ効率的な保温性能を備える。／¥38,000+ 税

バーグハウス メリノウール 250LS ジップ

冬のアンダーウエアは保温性が重要。おすすめはメリノウールだ。繊維が細いので着心地がよく、たっぷりと空気を含んで温かい。汗を吸い、それをゆっくりと放出する天然の調湿機能を備えるのも特徴。／¥10,800+ 税



バーグハウス メリノウール 250 タイツ

1㎡あたり 250g の上質なオーストラリア産メリノウールを使用。ウールには天然の消臭効果もあり、長く着続けても臭くなく快適という利点もある。／¥10,000+ 税

冬山は
レイヤリングで
快適に!

スタアマネージャー 小林朋幸

1969 年新潟県生まれ。アウトドアの遊びやスキー好きが高じて好日山荘に入社した。なんと今年で勤続 23 年目！ 優しい笑顔と人柄で道具のことならなんでもござれの超ベテランだ

バーグハウス エクスペディションライト40

ピッケルやスキーの取り付けも可能なアルパインバック。210 デニールのダイナー・リップストップで軽量ながら優れた耐久性を備える。背面パッドは取り外して軽量化も可能。／¥25,000+ 税

車道から雪野原へ。平日にも関わらず、そこにはすでにスキーヤーのトレースが残っていた。まっさらな雪の上に最初の一步を踏み出すのはさぞかし気持ちよかつただろう。

新雪は 20cm くらいか。先を越されたのはちょっとくやしいが、ありがたくトレースを拝借する。

避難小屋らしい小さな小屋の辺りでトレースを離れて尾根をめざす。雪は柔らかく、吹きだまりになるとスノーシューを履いていても膝まで潜るほど深かった。ときどき先頭を交代しながら、意外と急な斜面を登る。こういうときはスノーシューのヒールリフターがありがたい。

なっちゃんは急登にも遅れずついてくる。冬山は始めたばかりでスノーシューも先輩からの借り物だというが、そんなふうには見えなかった。聞けば毎週のように出かけていて、この前は谷川岳で雪洞泊もしたとか。「昼は吹雪いて辛かったけど、雪洞はあたたかくて爆睡でした」なんて、こともなげにいう。おとな女子登山部のみんなは健脚だと、いっしょに歩いたことがある宮川さんから聞いてはいたけど、さすがだなあ。

ラッセルに苦勞しながらも、もくもく登る。見わたせば、みごとなブナの森。地図には巨木の谷とある。

ブナは保水力が高い木で、このあたりでは「ブナ一本で一反分の田をうるおす」なんて言われていたらしい。建材には向かないため多くの土

地で伐採されて杉に植え替えられたが、ブナの森の重要性を経験的に知っていたこの地方の人たちは、大切に山を守ってきた。

1980 年代の後半には伐採計画や鍋倉山にスキー場をつくるという計画も持ち上がったが、地元住民を中心とする自然保護活動によって、すべて白紙撤回された。この運動はやがて信越トレイルの整備に繋がっていくが、その話はまたいつか。

すっかり葉を落として雪におおわれたいま、森のなかは明るく心地よい。雪が積もると登山道を気にせず歩けるのがいい。広く浅く根を張るブナは踏圧に弱いという。こんなふうに木と向かい合えるのも雪があるから。大きく広げた枝の影を落とす、ひととき立派な木に近づいてみる。

いつからここにあるのか。大人 3 人が手を繋いでも抱えきれないほど大きな木には、不思議な存在感がある。「神様いるね」と、誰かが言った。本当にそんな感じがした。

巨木に別れを告げるとふたたび尾根をたどって山頂をめざす。ブナの森はだんだんまばらになり、少しずつ背が低くなり、やがて姿を消した。木々はもう、みんな雪の下だ。何もない山頂に着く。

快晴の今日は 360 度のパノラマ。風もなく穏やかだ。目の前には妙高山と火打山がくっきり。日本海は少しかすんで見えた。振り返れば、関田山脈がなだらかに続いている。ど

Shop & Mountain
east vol.5





こまでも歩いて行きたい衝動に駆られるが、今日のところはお預け。行動食で大休止を取ると、お隣に見える黒倉との鞍部を下る。

北側の斜面に踏み出すと雪が変わった。太陽をまっすぐに受ける尾根の雪は登るにつれて重くなってきたが、こちら側には、まだふかふかの雪が残っている。スキーヤーやスノーボーダーがよだれを垂らすようなパウダースノーだ。

目の前には踏み跡ひとつない斜面。どこを歩くのも自由だ。そう思うと

ワクワクする気持ちが抑えられなくなって走り出した。飛ぶように駆け下りる一歩一歩を、雪が柔らかく受け止めてくれる。これこそスノーシューの醍醐味！

「スノーシューでこんなに歩いたのは初めてですけど、今日はサイコーですね」と、なっちゃんが笑う。

朝の予感はずしかった。なるほど、まさに鍋倉日和である。山を下りて温泉の集落に着くころには、だいぶ影も長くなってきていた。

さあ、温泉で最後の仕上げだ。

ファイントラック アクティブスキン ロングスリーブ ウィメンズ

強力な撥水性を備え、素肌に汗を戻さない優れたもの。同社はドライレイヤーと名付け、アンダーウェアの下に着ることを推奨している。雪山でも肌をドライに保ち、身体を冷やさない。／¥4,700+ 税

ファイントラック アクティブスキン ロングタイツ ウィメンズ

セットアップのタイツ。ウエストのゴムは水を抱きにくい素材で濡れ感を大幅に軽減している。／¥4,300+ 税



バーグハウス チベッタIIシェルジャケット

耐久性に優れたゴアテックスプロのマウンテンジャケット。フロントに大容量のポケット、脇の下にはベンチレーターを備える。余計なものがない、シンプルなデザインが美しい。／¥54,000+ 税

バーグハウス ゴアテックス オーバートラウザー

3レイヤーのゴアテックスを使用したオーバーパンツ。インナーゲイターが付属し、スノーシューイングをはじめとした雪山での使用に最適。／¥26,000+ 税



快適の鍵はレイヤリング。行動中や停滞時など、こまめに脱ぎ着して調節する



クライミングテクノロジー アルパインツアー

ピッケルは杖のように使ってバランスを取ったり、転倒時の滑落停止を助けるなど、さまざまな場面で安全を確保するために使う。適度な長さでリーシュも付属するこのモデルは入門にも最適。／¥12,000+ 税

クライミングテクノロジー スプチェEVOセミオート

硬い氷の斜面ならアイゼンの出番。冬山の縦走なら12本爪が安心だ。かかとをバックルで停めるセミワンタッチ式は装着も簡単だが、靴との相性があるので購入時は登山靴持参のこと。／¥17,000+ 税



ファイントラック アクティブスキンバクラバ

強力な撥水性を備え、極寒地でも口元の凍り付きを抑える。薄手で熱くなりすぎないのもポイント。アクセサリは他にグローブやソックスもある。／¥2,800+ 税



ザノースフェイス エクスペディションバクラバ

頭部はフィット感に優れて音を遮らないボーラテックパワーストレッチ、前部に防風性の高いパワーシールドを使用。ゴーグルの曇りを抑える呼吸抜きとノーズカバーを備え、シビアな場面でも安心して使える。／¥6,800+ 税

オークリー ハーフジャケット2.0

紫外線があふれる雪山では、優れたアイウエアが欠かせない。ハーフジャケットは簡単にレンズ交換ができるモデル。乱反射を抑える偏光レンズをはじめ、天候に応じた最適な視界を確保できる。／¥22,000+ 税





冬のお楽しみもばっちり！ 雪国新潟の頼れる店

新潟亀田店があるこの町は、新潟市のベッドタウンである。駐車場を完備した郊外型の店舗は天井も高く、広々とした空間。今年の5月にリニューアルし、クライミングジム、グラビティリサーチも併設した。買い物だけではない“楽しめる場所”として、週末になると若いカップルや家族連れなど、幅広い客層で賑わう。

広い店内でまず目に入るにはずらりと並ぶウェアだろう。ブランドごとに分けられているので、まずは自分の最肩をチェック。ベースレイヤーやレインウェアなどのテクニカルウェアはこれとは別にコーナーがあるので、レイヤリングを考慮したアイテム選びもしやすい。帽子やグローブなどのアクセサリも充実している。

まもなく雪に覆われる季節だが、五頭連峰や弥彦山脈など、親しみやすい低山も多いこのエリア。雪国らしく街中でも使いやすいスノーブーツをはじめ、スノーシューや輪カン、アイゼン、ピッケルと必要なギアもばっちり揃う。もちろん、これから初めて見たいという入門者も大歓迎だ。

好日山荘 新潟亀田店

〒951-8501 新潟県新潟市江南区五月町2-7-22
営業時間 11:00～20:30 ☎025-378-5123

入り口正面にはウェアコーナー。明るくて通路も広く、品定めもしやすい



レインウェアなどの一部をのぞき、ウェアはブランドごとにディスプレイ。品揃えも豊富なのでアレコレもと迷っちゃいます



左) アイゼン、ワカン、スノーシュー、場所柄雪の装備は充実。右) 壁一面の靴。登山靴はもちろん、スノーブーツもずらり



グラビティリサーチを併設。5月からのわずか半年で会員は2000人を超えた。月金はレディースデーでお得

Shop&Mountain
east vol.5

Course
Guide

新雪の鍋倉山

温井～鍋倉山

取材日：2014年3月11日

日帰りで鍋倉山に登る場合、無雪期は関田峠から歩き始めるのが一般的だが、冬期は県道が閉鎖となるため、温井の集落を起点にすることが多い。集落に駐車場はないのでタクシーを利用。JR 飯山線戸狩野沢温泉駅から約20分だ。来年3月に北陸新幹線が開業すれば、電車でのアクセスもぐんと便利になる。天候等にもよるが、温井から鍋倉山山頂までは3時間半程度。ルートは難しくないが、初めてや地図読みに自信がないならガイドや経験者の同行が必須。



上) 鍋倉山はアイゼン&ピッケルよりもスノーシューが似合う。積雪後の晴天が最高だ。もちろん、雪山の装備や読図などの技術は必要。中) 山頂は雪の原。晴れば360°のパノラマ。下) ピーコン、プローブ、ショベルは必携装備。持っているだけでなく、使い方も習熟しておく



正しく学んで、楽しく登ろう！ 好日山荘登山学校



天気や地図、登山道具の使い方などを学べる机上講座

山を歩きながら知識・技術を学ぶ実技講座

街で！山で！皆様をお待ちしております！ 詳しくは好日山荘登山学校WEBサイトへ！ インターネット予約好評受付中！



正しく学んで、楽しく登ろう！
好日山荘
登山学校

地球を歩く 世界の山旅 名峰登頂
ATLAS TREK

お問合せ | 株式会社アトラストレック (東京本社) ☎03-3341-0030(代)

観光庁長官登録旅行業第1167号 社団法人日本旅行業協会正会員 〔企画〕株式会社好日山荘

好日登山学校

検索



店との出会いが山への扉を開く

west
vol.5

Shop & Mountain

金剛山×好日山荘 近鉄あべのハルカス店

大村嘉正=文 梶山 正=写真

歴女も百回登山者も 魅了する金剛山

好日山荘おとな女子登山部のまっちゃんは歴史小説のファンだという。ならばこの登山をさらに楽しめるに違いない。大阪平野と奈良盆地を隔てる金剛山（1125 m）は、数々の歴史的事件の舞台でもあるのだ。

よく知られているのは、鎌倉幕府を倒した武将の一人、楠木正成がこの山の中腹に千早城を築いたこと。鎌倉幕府軍に包囲されてここに籠城した楠木軍は、たった千人で百万の敵に抵抗し続け、城を守りぬいたという。当時は千早城以外にも、金剛山一帯に点々と要塞があったのだ。



左）金剛登山口から少し登れば千早城跡。楠木正成がここで鎌倉幕府軍と戦った。現在は神社。右）金剛山頂の標がある国見城跡からは大阪を一望。本当の山頂はこの少し南の葛木岳だ

今回は千早城から金剛山にいたる一番メジャーなルートを選んだ。平日だが登山者は老若男女かなりの数。田舎の神社の初詣よりも人が多い。「頂上でスタンプを押してくれるんだ」と梶山さんがカメラを構えながら教えてくれる。「夏休みのラジオ体操のカードみたいだよな」

つまり、そのカードをスタンプで一杯にするために登る人がいる、しかもたくさん、ということか。なんだかすごい。ガシガシと追い抜いて



一緒に歩いたのは まっちゃん

登山を始めたきっかけは「富士山に登りたい」だった彼女、今では伯耆大山など西日本の名山や、「無雪期の縦走ぐらいですが」と日本アルプス登山も楽しむ。元気いっぱいです！



スポルティバ ネパールエボGTX

保温性素材を用いた厳冬期用登山靴。雪山向け登山靴の概念を超えるフィット感とフレキシブル感により、高い歩行性能を誇る。縦走からアイスクライミングまでこなす一足だ。／¥68,500+ 税



MSR REVOアッセント

今季は新モデルになり、堅牢性やグリップ力がアップ。鋸刃を持つスチールフレーム＋柔軟性のあるプラスチックデッキというコンビジット構造が、様々な地形での登行やトラバースで高い踏破性を発揮。／¥32,000+ 税

マムート エレメント バリーボックス

「もし雪崩に遭ったら」に対応するギア、それがピーコン。雪に埋められたときはその位置を発信し、探索するときは埋没者からの電波を受信して位置を特定。複数の遭難者に対応するモデル。／¥42,000+ 税

マムート フロープ240ファストロック

軽く耐久性が高いアルミニウム製フロープ。手袋を着用していてもすばやく確実に組み立てられるシステムを採用。これを雪面に刺しながら、雪崩の埋没者を探す。ピーコン、ショベルといっしょに携帯。／¥7,000+ 税



マムート アルゲーター ライド

人間工学的形状のTグリップの採用で理想的なパフォーマンスを実現したショベル。雪崩遭難者の救助以外にも、スノーハイクで雪のベンチを作る、キャンプで雪のブロックを切り出すなどにも威力を発揮。／¥8,000 + 税



1. 神社がある山では巨木に出会えるのが嬉しい。日陰の道では踏みしめられた雪がアイスバーン状に。2. 山頂広場の掲示板に驚く。これほど多くの人が1000回登ったとは……。金剛登山口から山頂までの標高差が約600mとすれば、1000回だと累計600km登ったことに。3. この小屋で、金剛登山を証明するスタンプをカードに押してくれる。4. 山頂広場の茶店にて。下界と変わらぬおでんのおいしさでありました。5. 整備された登山道だが、道のわきには意外にもワイルドな木が。森の小人気分を味わうまっちゃん。6. サタケのマジックパスタに大満足。暑くなく、寒すぎず、晴れればのどかな冬の低山っていいなあ。7. 山頂の稜線から見えた大和葛城山。ダイヤモンドトレイルで金剛山とつながっている。8. ちはや園地から南は静かなトレイルに

パーグハウス ウルペンタナハイブリッド ダウンジャケット

化繊とダウンを使用するハイブリッド。さらに、部位によって中綿の種類や量を変えるボディマッピングで快適なウェアリングを可能にした。ダウンには撥水加工を施し、濡れにも強い。／¥36,000+税



パーグハウス ウィメンズラムチェハイパー ダウンジャケット

暖かくて超軽量のダウンジャケット。撥水加工を施した850フィルパワーの上質ダウンに軽量ファブリックを組み合わせ、さらに中綿の量を各部位で効果的に調整してある。収納もコンパクトに。／¥38,000+税

パーグハウス メリノウール250LS ジップ

天然素材・ウールの優れたところは、保温性に加えて適度な吸湿性があること。汗を一度たくわえ、しかし体を冷やすことなく、ゆっくりと外に放出してくれる。防水性アウター内側の結露を軽減する効果も。／¥10,800+税



パーグハウス メリノウール250 タイツ

メリノウール100%の肌触りのよさは、登山中の足の上げ下ろしでも実感。雪山登山で数日間着続けていても、ウールの消臭効果により不快感を軽減。／¥10,000+税



金剛山は
気軽に登れる
冬山です

ストアマネージャー 平田剛之

神戸市出身の1984年生まれ。大学時代に山に目覚めて間もなく、貧相な装備にもかかわらず富士山や奥穂高岳を登ったという、なかなかのチャレンジだ。現在はクライミングに夢中

パーグハウス エクスペディションライト40

ダイニーマ・リップストップ素材により耐久性抜群で軽量。ピッケルアタッチメントを組み込んだデジチェーン、ギアループ、着雪し難い背面パネルなど、雪山でも使いやすい。／¥25,000+税



行ったおっちゃんも、下山してきたおばちゃんも百回とか千回登っているかもしれないのだ。梶山さん曰く、1万回を超えた人もいるらしい。

「でもそれって毎日登っても20数年かかる。だから1日に何回も登って降りたんだよね」

前方から、そんな修行のような金剛山登山をしようとする壮年の夫婦が下山してきた。ザックなしで、「こんなん、散歩みたいなものですわ」な普段着姿。何か手に持っており、それは4本爪のアイゼンだった。よく見ればあの人もこの人も。これが金剛山スタイルなのか。

しかし今日は雪はなさそうだが、どういうわけだ？

冬の金剛山で 気軽な雪山入門

冬の金剛山の表情は天気次第で大きく変わる。小春日和の冬枯れの低山散歩になる日もあれば、雪山登山を充分楽しめる積雪の日もある。

「大阪の人にとっては身近な裏山で、登山道はよく整備されている。天気も読みやすいです」とは、好日山荘近鉄あべのハルカス店のストアマネージャー平田剛之さん。町からその頂は見えるし、麓の天気予報が山にも当てはまるので、「明日は積雪がありそうだから」と気軽に登りに行けるのが金剛山の魅力だという。

「一般的に金剛山に積雪が多いのは1月中旬から2月末ぐらい。南岸低気圧が通過したとき、という西日本に降雪をもたらす典型的な気象パターンのときに有望です」

ところで本格的な雪山登山では、このコーナーで紹介しているような専用のウェアやギアがいろいろと必要だ。しかし冬の金剛山だと、春～秋の登山用具に軽アイゼンを追加するぐらいでなんとかなる。

「足元については、防水性と、ある程度の保温性がある登山靴であれば大丈夫」と平田さん。「たとえばザンバランのフジヤマのようなモデルであれば金剛山のような冬の低山もカバーできます」

金剛山から雪山を始めてみるのはいい手だ。その魅力にはまったら、ステップアップに応じて徐々に雪山用ウェアやギアを揃えればいい。

楠木正成お墨付きの 大展望が

山頂が近付くにつれ、日陰には残雪がちらほら。登山道は所どころ踏みしめられた雪でアイスバーンになっていた。アイゼンが必要なわけだ。

山頂の稜線に到着。山頂広場では大学の合格発表で見えるような巨大掲示板（千回登山達成者の名が並ぶ）に驚き、茶店でおいしいおでんを食べ、杉の巨木が立ち並ぶ参道を歩いていった。これも山、なのである。

Shop & Mountain
west vol.5



ちはや園地の展望台からは、楠木正成がこの山を要塞にしたのも納得の眺めが広がっていた。「あれが国見山ということはこっちが東か。あれが八経ヶ岳なんだ。遠くまで見えるんだなあ」とまっちゃんは感心している。

ここからなら、麓から攻めてくる鎌倉軍の動きが一目瞭然だったろうな……と空想しながら気づいた。あの時代、実際にこの目で見て、感じる事が何よりも肝心だったのだ。

なんだか、僕ら山好きと変わらな

いなと思った。今は本やインターネットなど、そこに行った気分になれるメディアが溢れている。でも僕らは相変わらず、当時の武将のようにリアルなものを——風や匂い、肌を刺す冷たさなどを求めて山に登る。「あの大峰の山並み、いい感じですよ。登りたいな〜」というまっちゃんの声聞きながら、侍たちも「あの峰を制覇したく候」と眺めていたかもなど、僕は遠い時代に思いをはせた。遥かな峰々には、戦場にはない自由が待っていたはずだから。



バークハウス
チベッタIIシェルジャケット

3レイヤー GORE-TEXプロを採用した、すっきりとしたデザイン。極めて軽量で左右の大型ポケットが特徴に。基本性能もしっかりと押さえてある。年間を通して使えるジャケット。／¥54,000+ 税

バークハウス
ゴアテックス オーバートラウザー

3レイヤーのゴアテックスを使用した完全防水オーバーパンツ。雪を蹴散らして遊んだりラッセルのときに効果的なインナーゲイター付き。／¥26,000+ 税



ファイントラック
アクティブスキン
ロングスリーブ ウィメンズ

生地が耐水撥水性により、吸水発散した汗の濡れ戻りを防ぐウェア。同社ではこれをドライレイヤーと位置付け、濡れによる冷えにシビアな雪山登山などではアンダーウェアの下に着ることを提案。／¥4,700+ 税

ファイントラック
アクティブスキン
ロングタイツ ウィメンズ

上記と同じ素材のドライレイヤー。水を含みにくく速乾のメッシュ状のゴムをウエストに採用し、より快適に。／¥4,300+ 税



ファイントラック
アクティブスキンバラクラバ

優れた撥水効果によりほとんど保水しないため、極寒地でも口元が凍り付かない。非常に薄手で約20gと軽量、びったりとしたフィットでずれにくい。／¥2,800+ 税



ザノースフェイス
エクスペディションバラクラバ

顔から首周りにかけては防風性とストレッチ性があり、頭部にはフィット感に優れる、という2種類のポーラテック素材を使用。口部分の呼吸抜きとノーズカバーにより、ゴーグルの曇りを抑えてくれる。／¥6,800+ 税



オークリー
ハーフジャケット2.0

雪山での雪盲は、一歩間違えば深刻な事態に。空からも雪面からもふりそそぐ紫外線から目を守るサングラスが必携だ。このモデルは天候に応じたレンズ交換が容易。レンズの耐衝撃性も高い。／¥22,000+ 税



クライミングテクノロジー
アルパインツアー

雪山での一般縦走向きの軽量ピッケルで、60cmのモデルだと610g。途中からやや傾斜したシャフトは、雪山縦走での様々なシーンで快適な使い心地だ。リーシュが付属し、入門者にも最適。／¥12,000+ 税

クライミングテクノロジー
ヌブチェEVOセミオート

冬の金剛山にはオーバースペックだが、本格的な雪山登山をめざすなら必携の12本爪アイゼン。このセミワンタッチ式を含め、雪山用登山靴以外には合わない場合があるので注意が必要。／¥17,000+ 税



ブラックダイヤモンド
ソロイスト

クライミングでの操作性を重視した厳冬期用グローブで、-26℃まで対応。取り外し可のインナーには防水透湿素材を使用。耐摩耗性に優れるが、手のひら側はゴートレザーでさらに補強している。／¥11,000+ 税



百貨店のなかにある 山ヤのオアシス

近鉄の大阪阿部野橋駅にある「あべのハルカス」は、高さ 300 m と日本で最も高い超高層ビル。そのウイング館にあるのが好日山荘近鉄あべのハルカス店だ。近鉄本店という百貨店のフロア内にあるせいか、「汗」や「冒険」が付きものの登山を扱っているのに、この店はなんだかちょっと品のよい雰囲気包まれている。

「そうなんです、だから落ち着いて買い物ができる店だと思います」とは、ストアマネージャーの平田剛之さん。「百貨店の上質さ、ていねいさ、それから山ヤですから元気も加味して、お客様を迎えています」

整然としていて、見通しがよい店内である。そのためお客さんの様子にいち早く気づき、商品選びのお手伝いができるかと平田さん。

「トレッキングから沢登り、クライミングと、様々な登山経験の持ち主がスタッフには揃っていますので、わからないことでもなんでもぜひお声をかけてください。冬の金剛山はもちろん、もっと高い雪山をめざす人もぜひどうぞ！」

好日山荘 近鉄あべのハルカス店

⑨大阪府大阪市阿倍野区阿倍野筋1-1-43
あべのハルカス近鉄本店ウイング館6F
☎10:00～20:00 ☎06-6616-7811



金剛山はもちろん、アルプスの峰でも重宝するアウターやダウンなど、一押し商品が並ぶ。コーディネートしやすい品揃えだ



左) ザックは 40ℓ クラスを中心に、日帰りからテント泊の縦走モデルまで揃う。カラーも豊富だ。中) 女子に人気のかわいいビーニーも。右) クライミング用品も充分な取り揃え



スペースは小さいものの、冬季の縦走をめざすなら充分な種類の、そして性能も折り紙つきのスノーギアが並ぶ

Shop&Mountain
west vol.5

大阪府民の心の故郷 金剛山を登る

千早城跡～金剛山～久留野峠道

取材日：2014年3月4日

Course
Guide

まとまった積雪がある金剛山登山を望むなら、本文でも書いたが、西日本に降雪をもたらす南岸低気圧の通過を待とう。また金剛山名物の霧氷だが、一般的には低温（-5℃以下）で風が弱く、空気が乾燥しすぎていない朝が有望。冬は軽アイゼンが必携で、ストックも転倒防止に役立つ。ちはや園地から南は人がぐっと減り、静かな山歩きが楽しめる。霧氷の時期にマイカーでアクセスする場合、ロープウェイ乗り場近くの駐車場は混雑するので避けるほうが無難。



上) 山頂の葛木神社。その背後の葛木岳が金剛山の最高地点だが、神域のため立ち入り禁止。下左) 冬の金剛山はアイスバーンが多い。下右) 金剛山の稜線は 45km にわたるダイヤモンドトレイルの一部



正しく学んで、楽しく登ろう！ 好日山荘登山学校



2014年秋～2015年春 パンフレット店頭にて配布中！

※パンフレットはなくなり次第終了となります。



天気や地図、登山道具の使い方などを学べる机上講座

山を歩きながら知識・技術を学ぶ実技講座

街で！山で！皆様をお待ちしております！ 詳しくは好日山荘登山学校WEBサイトへ！ インターネット予約好評受付中！

正しく学んで、楽しく登ろう！
好日山荘
登山学校

地球を歩く 世界の山旅 名峰登頂
ATLAS TREK

お問合せ | 株式会社アトラストレック (梅田営業所) ☎06-6485-7355(代)

観光庁長官登録旅行業第1167号 社団法人日本旅行業協会正会員 [企画] 株式会社好日山荘

好日登山学校

検索

これまでにない発想で 弱点を克服。

身体に温かさをもたらすインシュレーションといえば、ダウンもしくは化繊綿。ところが着た瞬間は温かくても、行動中にかく汗やテント内壁の結露などで次第に中の保温素材まで濡らしてしまいます。そうするとダウンは使い物にならず、化繊綿も機能低下は避けられません。ダウンや綿ではなく、これまでにない発想から生まれたシート状立体構造の保温素材「ファインポリゴン®」。あらゆる条件で高い保温力を発揮し、水濡れにも強く、そして軽い。山で過ごす時間が長くても安心して着続けることができます。



finetrack独自開発
世界初のシート状立体保温素材
※特許出願中



[M's]
ポリゴン 4 ジャケット
本体価格 ¥27,000 +税
全3色。



[W's]
ポリゴン 4 ジャケット
本体価格 ¥26,000 +税
全3色。



株式会社ファイントラック ☎ 0120-080-375 www.finetrack.com

山と人

mountain & people

No. 15

「遊び手＝創り手」というスローガンを掲げ、ユニークなものづくりに定評があるファイントラック。代表の金山洋太郎さんに、その原点を尋ねた。

伊藤俊明＝文 富田寿一郎＝写真

真剣に遊んでいれば、欲しいものは見えてくる

finetrack 代表取締役

金山洋太郎
Yotaro Kanayama

たった3人で立ち上げたブランドが、10年で山好きなら誰もが知る存在へと成長を遂げた。いま、オフィスには20人のスタッフが働いている。山海川、フィールドは違えど、みな熱心な遊び人だ。

ブランドの名はファイントラック。「遊び手＝創り手」というスローガンを聞いたことがある人も多いだろう。ウェアや道具のブランドヒストリーをひもとくと、創始者自らがプレイヤーで、自分が求めるものや満足できるものが市場になかったことをきっかけに起業したというケースが多いが、ファイントラックもそうして生まれたブランドである。

金山洋太郎は淡路島で生まれ、生後3ヶ月で神戸に移った。小さい頃は六甲山が遊び場、本家に行けば海があった。外遊びの最初の記憶は、父に連れられていった溪流釣りだ。

「父親のバイクの後ろにまたがって、林道を上がって溪流釣り。僕の山のスタートはそこで

した」

中学生になる頃には、すでにクライミングに興味を持っていた。

「近所にクライミングをしているお兄ちゃんがいて、その人に連れてってもらったんです。これはおもしろいと思ったけど、そういう仲間がいない。工事現場のトラロープを使って、友だちとクライミングの真似事をしていました」

高校で山岳部に入ると本格的に登山を始めるが、クライミングは禁止だった。

「それがしたくて山岳部に入ったのになんだという感じでね。3年で社会人山岳会に入ってもらって、ひそかに岩登りを始めました」

しかし当時の山岳会は縦社会。歩荷訓練や鍋釜背負っての縦走、しごきも当たり前だった。

「これは違うなあと、ハタチのときに自分たちでクライミングの同人組織をつくったんです」

同じように山岳会に息苦しさを感じていた仲間と神戸登攀倶楽部をつくり、「そこからは本

当に一辺倒に」クライミングにのめり込んだ。

大学へは進んだが、勉強にはあまり興味がなかった。アルバイトで金を貯めると山へ向かった。バイト先はゴム印やインキをつくる会社で、山岳連盟の理事長がやっていた会社だから山に行くことには理解があった。

はじめて就職したのは30歳のとき。ゴルフ用品などで知られるブランドの子会社で、アウトドアウェアやテントをつくっていた。

「この会社の前身が大阪・船場の糸商だったんです。だから、入って最初は糸の勉強。繊維の知識を徹底的に叩き込まれました。それがいまの僕の基礎になっています」

糸商とは糸を売り買する会社。金山はウェアの世界を川に例え、「そのもっとも川上にあたる場所」だという。ここで得た知識や人脈はいまも大きな武器になっていると話す、これこそがファイントラックの原点だろう。

たとえば多くのメーカーは、保温ウェアなら



「中綿はこれ、シェルはこの生地」という具合に、合成繊維メーカーが開発した素材を組み合わせさせて製品をつくる。

しかしファイントラックは、糸の開発から取りかかるという。生地ができるまでに1年。そこから製品化まで短くても半年、通常は1年半から2年はかかる。

「そういうふうにとりかかるとものづくりの期間は長くなるし、もちろんコストもかさみますが、他のブランドから同じ生地は出てこない。よそが真似できないものがつくれます」

だれもができることではない。繊維と繊維業界を知り尽くす金山がいればこそだ。

はじめての会社で得たのは知識や人脈だけではなかった。就職しても休日は山に通ったが、仕事柄、ほかの遊びに触れる機会が増えた。MTB、スキー、カヤック、オフロードバイクもやった。やってみれば、どれもおもしろい。「しまったと思いましたね。それまでは本当に



クライミングに熱中していて、それ以外は何も見えていなかった。日本には四季があって、その折々でアウトドアにはいろいろな遊びがある。ほかにもこんなに楽しいことがあるのに、失敗したと思いました」

のめり込むタイプなのだろう。驚くことにオフロードバイク以外の遊びはいまも継続中で、最近はそのSUP（スタンドアップパドル）も加わったそうだ。

「SUPのフィッシングとダウンリバー。釣りは海や湖でもやります。カラダが3つか4つほしくらいですよ」

徹底的に遊ぶ。そこから新しいアイデアが生まれる。最初からそうだった。

ファイントラックの製品第一号は、強力な撥水性を備える「フラッドラッシュ」。これはリバーカヤックのウェアに満足できなかったことがきっかけで生まれた。

リバーカヤックでは、ウェアはラッシュガードが当たり前だった。寒いときにはネオプレンのウェットスーツを着るが、断熱性はあっても汗を逃がしてくれない。晴れると蒸れて、中はぬるぬると不快だった。

「自分は登山用のウェアもつくっていたので、吸汗速乾とか透湿とか、そういう機能をうまく付加すれば絶対に快適なものをつくれるという確信がありました」

プレイヤーであり、繊維のプロ。金山はその両方の視点から製品をイメージできた。

まずは、生地に強力な撥水性をもたせれば水分を遠ざけられるはずだという発想が生まれる。撥水加工は生地の染色と同じ工場で行なわれる。もちろん、工場ごとに加工のレベルに差があり、さらに糸によっても得手不得手がある。しかし、



1.一軒家でスタートした会社は2010年に神戸駅前に移転。社員は現在20名。採用にあたってはアウトドアでの高いスキルも要求される。2.伯耆大山を代表する険谷の甲川。次々現れる釜を泳いで突破し、岩をよじる。(写真提供＝ファイントラック) 3.広報担当の大堀啓太と。社員同士は遊び仲間でもある。4.2012年には「エバプレス・メンブレン」を開発。防水透湿性に加えて優れた伸縮性と耐久性も備える

そのレベルでは満足することができなかった。

「当時の撥水加工はせいぜい30洗80点くらいでしたが、それを越える耐久性を実現したいと、工場に掛け合いました」

「30洗80点」とは、30回洗濯して初期の80%の撥水性能を維持できるということ。金山は会話と試作を繰り返し、100洗80点の耐久性を実現する。3年がかりだった。

「当たり前とか常識と言われると、カーッとくるんですよ。そこで思考停止しているでしょ」

最新作の「ファインポリゴン」はシート状の保温素材だ。保温素材といえばダウンが筆頭だが、濡れると極端に保温性が落ちる。化繊綿は濡れても温かいが、重いしかさばる。

軽量・コンパクトで濡れに強く、かつダウンのような綿抜けを起こさないものをつくれないか。考えてたどり着いたのが透けるようなポリエステルのシートだった。特殊な加工によってこれに皺をもたせ、重ねることでロフトをつくる。素材自体はほとんど水を含まないから、濡れてもすぐに乾く。

「これが常識と言われているもので改善の余地があるものは、まだまだありますよ。これからつくるものも、もう決まっています」

そう言って、にやりと笑う。

次は、何を見せてくれるのだろうか。

(文中敬称略)

かなやまようたろう●1950年兵庫県生まれ。1970年に「神戸登攀倶楽部」を設立。ロッククライミングで北極圏バフィン島・日本人初ルート開拓、黒部奥鐘山西壁 OCC ルート（単独）、山スキーで笠ガ岳・穴毛谷ニノ沢奥壁登攀～笠ガ岳～穴毛谷など、多数の記録をもつ。大手アウトドアブランド勤務を経て、2004年にファイントラックを設立。代表取締役兼企画担当。

アイスクライミングの 魅力とは？



Angelika Rainer

イタリア・南チロル出身。2012年、アイスクライミング・ワールドカップチャンピオン。2014年には女性による世界最高グレードを更新した

世界最強女性・アンジェリカ・ライナー来日

上の写真は、カナダにある世界最難クラスのアイスクライミングルート。登っているのはアンジェリカ・ライナーという女性クライマー。男性でもそれまでひとりしか登っていなかったこのルート。女性で登ったのはもちろんアンジェリカが世界で初めてだ。

いまや世界で最も強い女性アイスクライマーといってい彼女。この11月に初来日し、大阪・なんばのクライミングジム、グラビティリサーチで、スライドショーと体験アイスクライミングイベントを行なった。

ジムの特設ルートで行なわれたアイ

スセッションでは、アンジェリカのあまりにもスムーズな登りにまずは驚き。その後、彼女のアドバイスのもとに、アイス初体験の人も含めて約2時間、完登めざして奮闘した。

「ここはナイスなジムね！ イタリアのジムより広いかも。参加者もモチベーションが高くって楽しかった！」

そういうアンジェリカにアイスクライミングの魅力を聞いてみた。

「自然の氷は造形が魅力的なの。神秘的で美しいし、同じ場所でも行くたびに形が変わる。そこにルートを見出して登っていくのは本当に楽しい」

かつてはアイスクライミングという過酷で危険というイメージが強かったが、ここ数十年、道具が飛躍的に進歩したことでぐっと一般的になっている。ハケ岳の定番ルートはシーズン中は順番待ちの列ができるほどで、手軽に練習できる人工のフィールドもいくつかできている。世界的にもその潮流は同じで、女性アイスクライマーが増えたことも共通の現象。その頂点に立っているのがアンジェリカだ。

「カナダ、クロアチア、フランス、韓国、世界中にいい氷があるの。そんな旅もとても楽しい。Have Fun!」



上) ジムの特設ルートに登るアンジェリカ。アイスアックスをホールドに巧みに引っ掛ける。
右) 参加者に囲まれてデモンストレーション



上) 記念撮影。アンジェリカが選ぶ優秀者には賞品も出た



左) 鶴のくちばしのような形をしたアイスアックス。右) 慣れない道具とムーブに戸惑いながらも、最終的には多くの参加者がルートを完登

径なき溪を彷徨う^{〔第15回〕}

「山（沢）ガールの系譜——その五」 高桑信—文・写真

てめえの度量の狭さと身勝手で、「浦和浪漫山岳会」を潰してしまったぼくは、それ以降、古い仲間たちと細々と沢登りをつづけてきましたが、そんなぼくの窮状を見かねたように、ときおり溪に誘ってくれたのが、遡行界にイノベーションをもたらした「童人・トマの風」の前会長、手嶋亨氏でした。

創立会員たちは、すでに童人というよりも「老人・トマの風」と揶揄したくなる年齢に近づいているのですが、彼らに引き続く、綺羅星のごとき若い人たちの層の厚さに驚かされました。

なかでも女性陣の占める比率と力量は括目すべきもので、まさに連綿と引き継がれた沢ガールの系譜を担う、現代の沢ガールの牙城のごとき様相を呈していたのです。

もちろん、力の衰える一方の私が、彼女たちと行動を共にできるはずがありません。美しいけれど規模が小さく、ほんの少し手ごたえのある溪を、手嶋さんを交えて一緒にしたにすぎませんが、それでも、彼女たちの力量と情熱を間近にして感嘆させられたものです。

「トマの風」の女性たちの活躍の一例を挙げると、2008年の秋に、気鋭の若手の栗原

雪絵と大田原由紀子の「ユキユキコンビ」が、難溪で知られる越後のオツルミ沢に挑んだ記録があります。

男子でも手こずるあの溪を一泊で抜け、翌日の午前には駒の小屋に到達しています。その日は仲間を待って小屋に泊まっていますが、その気になれば夕刻までには下山できたのですから、実質は一泊二日で駆け抜けることも可能だったのです。彼女たちは、越後の難溪に煌めいた、一条の光の矢だったともいえるでしょう。

また佐貫悦子は、未知未踏とはいえないまでも、越後の川内・下田山塊を中心とする人跡乏しい山域に好んで分け入り、その流域に新たな光を当て続けています。

どの分野にかぎらず才能と情熱の多寡は、その組織の有する人員に比例する、という持論に従えば、現代の沢ガールの系譜は、童人・トマの風の女性会員たちを頂点として市井の山岳会に敷衍し、遍在しているように思えます。

ときに女性チームを組んで切磋琢磨し、ときに男性会員と山行を共にして、自身の力量の在りかを探る。そうした彼女たちの革新的な遡行形態は、トマの風の圧倒的な会員層の厚さがあればこそ可能なかもし

れませんが、女性遡行者のレベルが、すでにそこまで来ていることの証明でもあります。

親しくさせて戴いている山岳雑誌の女性編集者によれば、近年山岳会に入る女性が多いのは、沢登りがしたいのが理由だとのこと。山岳会から離れて久しいぼくにとっては、寝耳に水の話でしたが、よくよく考えればうなずけることでした。

ネットで検索すれば、沢ガールの活動記録はいくらでも出てきます。それが山岳会に多いとなれば、山岳会の門を叩くのは理にかなっています。むしろその前には山ガールへの憧れがあったはず。各地の山岳に親しんだ女性たちが沢登りを志向する背景には、近年になって驚異的な進化を遂げた下着や衣類の存在があるようです。濡れを嫌うあまり沢登りをためらっていた彼女たちにとって、もはや怖いものはないでしょう。

衰退した様相を呈する山岳会の復権を担うのは、もしかしたら女性なのかもしれず、その一翼を沢ガールたちが支えるのだとしたら、こんなにうれしいことはありません。それは、常に男性の陰に隠れ、女性初の冠を課せられた昭和初期の女性遡行家、黒田



会津の溪を遡行する「童人・トマの風」の佐貫悦子

初子たちにとっても望外の行く末であり、よろこびではないかと思えるのです。

自立を果たした山（沢）ガールの今後に目が離せません。

たかくわ・しんいち●1949年秋田県生まれ、作家、写真家。「浦和浪漫山岳会」の代表を務め、奥利根や下田・川内山塊などの沢を明らかにした遡行の先駆者。最小限の道具で自在に山を駆けめぐる。近著に『山の仕事、山の暮らし』（ヤマケイ文庫）、『山と溪に遊んで』（みすず書房）、『タープの張り方 火の熾し方 私の道具と野外生活術』（山と溪谷社）、『山小屋の主人を訪ねて』（東京新聞）などがある。

注目度急上昇↑ あの山の雑誌にも 登場決定!! おとな女子 登山部

GUDDÉI編集部＝文
おとな女子登山部＝写真

メンバー活動もソロ活動も大忙しの 女子登山部メンバーたち。この秋も大活躍です。

突然ですが、12月15日に発売予定の『PEAKS』1月号に、なんとおとな女子登山部が登場します！同誌の人気企画「山の部活潜入調査」にて、堂々の掲載決定です。もうロケも終了しているので、あとは雑誌のできあがりを待つばかり。どんな誌面で構成されるのか、いまから楽しみです。

さて、そんな幸先のよい秋シーズンですが、メンバーたちはGUDDÉIの前年度取材にて中央アルプスや氷ノ山、天城の縦走なんかも実施しています。そのほか、あややのようにソロ活動をはじめた人も……なんて、秋の一日、あややは岐

阜県の飛騨の森へと行ってきました。

飛騨の森には、「岐阜の宝もの」として県に認定されている「天生県立自然公園」「乗鞍山五色ヶ原の森」「小坂の滝めぐり」という3つのエリアがあります。そこで、現地ガイドによるツアートレッキングなどにも参加。紅葉の森歩きを楽しむだけでなく、トイレの問題を含む自然との共生や観光と自然のバランスなど、たくさんのことを学べる旅路でもありました。

これからは「山で学ぶ」という山行スタイルも登山部メンバーたちの新たな課題になりそうです。



自然を学ぶメンバーのあやや。(左上) 布引の滝と(左)窓木。ともに五色ヶ原の森にある。(右上) 天生県立自然公園の携帯トイレブース

THERMAL BODY MAPPING

サーマルボディマッピング

バークハウス独自開発の、快適な温度分布を再現するボディマッピングを採用。

HYDR@DOWN™

ハイドロダウン™

保温が必要なエリアには、水濡れに強いハイドロダウン™を配置。

ハイドロダウン™

通常のダウン



暖かさをより長く

ULVETANNA HYBRID DOWN JACKET

ウルベタンナハイブリッドダウンジャケット ¥36,000 (税抜)

HYDR@LOFT™

ハイドロロフト™

透湿性が高く蒸れにくいハイドロロフト™を放熱が必要なエリアに配置。

撥水性

透湿性

保温性

Berghaus Japan 株式会社 Tel: 03-6804-3913

www.berghaus.com



LIVE FOR ADVENTURE™

Hut(山荘)は山好きが立ち寄る中継地点。
小さなことから、お役立ちネタまで
行き交う情報をつないで山から山へ。

HUT to HUT

Mt.News!

好日山荘の フランチャイズ 第一号店が高松に オープン！

好日山荘は、この秋、フランチャイズシステムを導入した。創業以来90年、登山・アウトドアの専門店として長年にわたり培ってきた好日山荘のノウハウを、既存の専門店舗や新規オープンをめざす法人および個人を対象に提供する同社の新たな事業である。

当然ながら、店舗の開業には「商品仕入」「売場づくり」「販売促進」などいくつかの細かな営業手法が必要となってくる。そこで、事業提携を果たしたフランチャイズ加盟店に対して、好日山荘が持つさまざまなサポートを展開することに。全国展開する好日山荘のスケールメリットを活かし、仕入れの一元化や発注業務の軽減のほか、最小限の在庫リスクで事業を進めることが可能となり、とくに個人で小店舗を展開するオーナーには心強い味方となるだろう。

ひいては、各地域によりよい登山とアウトドアの店舗が開かれることになり、ユーザーにもより多くの選択肢が広がっていくことになる。

第一号店は、11月1日に香川県の高松

にオープンしている。店舗名は「ベースキャンプ高松店」。このほか、12月7日には、おとなり愛媛の松山に「パルフィールド松山」が、そして同月12日には東京町田に「R&T MOUNTAIN PRO-SHOP」の展開も予定されている。好日山荘では、今後の3年間で全国50店舗の加盟をめざして事業を進めていくことになる。

フランチャイズ加盟に興味のある方は、下記までお問合せください。

好日山荘FC事業部
担当:市原、山崎

☎ 078-490-1250
FAX: 078-231-1374



ウッディな店構えが目印。アイゼンやヘルメットまで並ぶ登山の専門店らしい品揃え

好日山荘フランチャイズ システム加盟店 ベースキャンプ高松店

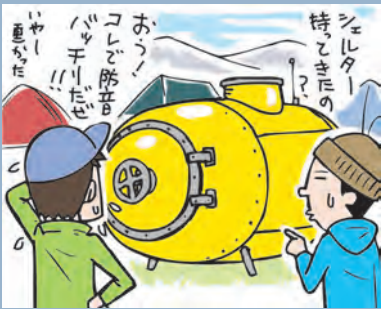
香川県高松市多肥下町1529-11
営業時間 10:00~19:00
定休日 年中無休
☎087-868-6373

DON'T
WORRY!

悩むが山

① 山のテント内で夜小さく音楽をかけていたら、「山は静かに過ごすものだ」とある方に怒られました。宴会やラジオはよくて、音楽はいけないものなのでしょうか？ 19時頃です。(30歳男性)

① ライター福瀧 昔より音の器材が軽くコンパクトになって、あちこち持って行きやすくなった分、音楽を山で聴きたくなる気持ちもわからんではないなあ。



ライター長谷川 これは他人の車で好きでもない歌手のオリジナルテープ聞かされる感じに近いかも。イヤホン使いなさい。もしくはテント出て人に聞こえないとまで行く。

福 迷惑な宴会はさておき、ラジオは気象情報なんかも目的でしょうからね。気を使うより、いいイヤホンで心置きなく聴きましょ。逆に、ギターの生演奏がすばらしい山小屋なんてのもありますよ！

長 そんなこと言うと、今度はテン場でギターかき鳴らす奴が……。

福 シェルターに入れるしかないっすね。

② 登山ブームはいつ終わりますか？僕は静かな山を楽しみたいです。(23歳男性)

② 福 ……ちょっとちょっと、年からしてお兄さんもそのブームに乗ったクチじゃないの？それとも硬派な山岳部出身とか？

長 何言ってるの、ブームは終わらない



よ。つか終わらせない。困る人がいるんだから、終わっちゃうと。

福 た、たとえば？(……と一応聞いてみたい)

長 言わせるんかい(笑)。でもね、静かな山なんていくらでもあるぜ。地方の山がいっぱい載ったガイドブック開いて、聞いたことない山に行ってごらん。できれば平日に。

福 いや～その物寂しい雰囲気には味いを感じるのもう少し年齢が行ってからじゃないですか？仲間と登りなさい！ガイドさんと山行きなさい！好日山荘のスタッフに会いなさい！人がいてこそ勉強になること、たくさんあるから。

BOOKS

北緯66.6°、ラップランド!!
好きなところを歩いていい。
好きなところで眠っていい。



『北緯66.6°
北欧ラップランド歩き旅』

森山伸也著 本の雑誌社刊
四六版並製 256ページ
1,500円(税別)

いつしか北欧の原野歩きが趣味のひとつとなった、ライターの森山伸也。彼が歩きに歩いた北緯66.6°、ラップランドの魅力を余すことなく見せつける本がこの一冊。

北欧といえば、われらにもなじみの深いアウトドアブランドはたくさん。ならばその地を訪ねてみようという単なる好奇心が旅のきっかけだった。そして、彼はかの地で「しびれる」。

どこを歩くも、どこで眠るも決めるのは自分。流れる水は、どこでも飲むことができ、ブルーベリーは食べ放題。トナカイといっしょに旅をして、そして、太陽の沈まない白夜の世界……。スカンジナビア半島の北の外れに、こんなステキなトレイルがあることを知らない人も多いはず。しかも彼は言う、

「このラップランド歩き旅は、決して命をかけた冒険とか、未知なる土地を求めて彷徨う探検などという、そんなたいそうな旅ではありません。ちょっとしたお金と時間、10日分の食料と燃料を背負って歩ける体力と経験があれば誰でも実行に移せる歩き旅です」

この一冊。旅に持って行けるようにカバーなしのペーパーバック装丁になっているところがニクい。旅立ちたくなること間違いなしです、ぜったい。近所の本屋さんの「山、アウトドア」などのコーナーにある(と思う)ので、ぜひ手に取って、北欧の風を感じて欲しい!!



SOREL 0120-193-821 SOREL.jp



SOREL

CARIBOU™

タキザーさん家の親子山登り

よい子になる 子ども登山

先日、近所のご家族といっしょに合同親子登山に行ってきました。わが家は長女が小学5年生、そして次女が5歳、長男が4歳の3人姉弟、いっしょに行ったお友だちも、5歳の長女、3歳の次女、1歳の長男という3人姉弟です。さすがに1歳の子は、ベビーキャリーでお父さんに背負われていましたが、ほかの子たちは、一度もぐずることなく、往復4時間の行程を楽しく歩き通すことができました。これが自分の家族だけであつたら、こんなにスムーズにはいきません。どうしても甘えが出てしまい、わがままになったり、

けんかをしたりと毎回ドタバタなのですが、この日は、ほかのお友だちの手前、なんだかとてもいい子です。とくに、いつもはおマメ扱いの長男が、お兄さんらしく、自分より小さなお友だちの面倒を見ているのにビックリです。小学生のお姉ちゃんを先頭に、小さい子を気にしながら、危ないところは手を引いてあげたりと、子どもたち同士で声をかけあい、がんばって登っていました。また、大人が4人もいるので、安全管理という点でも安心で、親もラクチンです。親子登山の基本は、子どもから絶対に目を離さないこと。これから親子登山を始めてみたいというかたはぜひ、複数の家族といっしょに山登りに行くことをおすすめします。

シェラカップおつまみ 山の飲ん兵衛横丁

いそいそ作る ちょい食べモヤシナムル

＜材料＞モヤシ1/2袋、ゴマ油適量、おろしにんにく(チューブ)少々、塩適量



- ＜つくり方＞
- 1 | ロッキークップに水300ccを沸騰させ、モヤシを入れる。
 - 2 | モヤシが柔らかくなったら火を止めお湯を切る。粗熱がとれたら軽く絞って水気を切る。
 - 3 | ゴマ油、おろしにんにく、塩を入れて混ぜ合わせる。塩の量で味が決まる。お好みで一味唐辛子を入れてピリ辛に。



難易度
☆☆☆
(調理時間5分)

新穂高ロープウェイ山頂駅から約1時間半。「西穂山荘」は、北アルプスのなかで唯一通年営業の山小屋。年越しの宿としても人気で、大晦日ばかりは、夕方のみならずテッペン回るまで宴は続く

好日山荘で見つけた 不思議な山アイテム

第7回

レインウェアが必須装備というのは、みなさんすっかりご存知でしょ。防水透湿素材を使ったスーツタイプが基本というのも、耳にタコができるくらい聞いてますよね、きっと。最近はいびくだけてきたので、ウルトラライトハイカーがタープ兼用のポンチョを使っていることや、「場所によっては傘も快適だよ」なんて話も聞いたことがあるかもしれません。そう、今回は傘。樹林帯なら風に煽られる心配も少ないし、なにより蒸れないのいいよね……そんな誰でもわかりそうだけど、頭でわかってから実際に使ってみるまではもう一段ハードルを越えなきゃならない。でもね、お店に置いてあるのを見れば一目瞭然。収納15cmは手のひらサイズ。カラフルでかわいらしいのいい。ギア売り場にあります。



HUS.
スマートミニ
¥1,800+税

脱力系

鈴木みきの

山もやまも



Owatter

てつ | 行きたいだけでは、ダメなものです。行かねばならないのだから山へ、と叫びたい日々

タキザー | マラソンには自信があったのですが、わが子についていけず愕然……

あそー | 「おとな女子登山部」のみなさんと一緒にしてきました。…超男前っス

たき | 会う友達、会う人とアノ話をする機会増えた。また来る！パウダースノーの季節

いとー | ファイントラックに行ってきました。あんな会社ももっと増えればいいと思う

森山 | 大阪なんばのクライミングジム取材2回目。何度来てもグランド花月が気になる

大村 | 片手に持つ軽アイゼンをブラブラさせながら登る人たち、それが金剛山の印象

吉田 | とっても素敵なバックパックをいただいたんです。早く担いで登るぞ～！

GUDDÉI Research

グッディ・リサーチ2014年冬号(No.24)
2014年(平成26年)12月1日 発行

制作＝株式会社ヨロロクニ

編集＝宮川 哲、滝沢守生、福瀧智子、麻生弘毅、伊藤俊明、森山憲一、大村嘉正

デザイン＝吉田健人(prigraphics)

イラストレーション＝塚野 浩

地図製作＝オゾングラフィックス

発行＝株式会社好日山荘

※本誌の無断複写は著作権法の例外を除き、著作権侵害となります。

634mの都心と、 599mの自然は違う。



天気と体温の変化が激しい山では、温かいだけのダウンは行動着として適しているとは言えません。気軽に行ける高尾山であってもそれは同じこと。ミズノの〈ハイブリッドダウンジャケット〉は、適材適所に吸湿発熱素材「ブレスサーモ」をはじめとした異素材を配置。山の快適の条件を満たしたアクティブなダウンです。

大自然の風、雨、汗冷えから身を守る。

温かく、濡れに強い
〈ハイブリッドダウンジャケット〉。



体温を奪わせない。
撥水羽毛 × 10デニール軽量撥水生地



濡れ、ムレを気にしない。
化繊綿 × 防水透湿生地

寒さに晒される前身頃は
保温性を重視。

濡れやすい肩口・袖・
フード・背中には撥水性を重視。

ブレスサーモダウン・エアロフトハイブリッドジャケット 本体価格¥23,000+税

MEN'S A2JE4641

サイズ:M・L・XL 約480g(Mサイズ)
カラー:05アロイグレイ/09ブラック

WOMEN'S A2JE4841

サイズ:S・M・L 約385g(Mサイズ)
カラー:09ブラック/68インペーパーブル

B BREATH THERMO



MEN'S
05アロイグレイ

WOMEN'S
68インペーパーブル

この国の山、風、雨から生まれた。MIZUNO OUTDOOR

mizuno.jp 0120-320-799 記載価格は、消費税抜きのメーカー希望小売価格です。

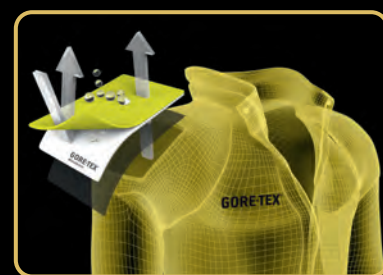
まだ抱いたことのない解放感がある。



Experience more

アウトドアで環境の変化に直面するとき、あなたには
ふたつの選択肢が与えられています。自力で困難を乗り越えるか。
最強のパートナーと快適に過ごすか。後者をお望みならば、
GORE-TEX® プロダクトがお勧めです。雨に降られても水滴はしみこませない、
汗をかいたら水蒸気はすばやく外へ放出する。防水性と透湿性という
相反する性能を同時にキープしながら、耐久性、防風性を兼ね備え、
雪、雨、風からカラダを守ります。厳しい基準から生まれた
GORE-TEX® ファブリクスが組み込まれたウェア。
それを選ぶことは、自然界との最良の絆を選ぶことでもあるのです。

本物の快適、本当の満足。



©2014 日本ゴア株式会社
GORE-TEX®, GUARANTEED TO KEEP YOU DRY™, GORE® は W.L. Gore & Associates の商標です。 