

四季山遊会タウンミーティング報告 (2009年夏)

1. 2008年度活動報告

2006年度～2008年度 推移

	2008年度				2007年度				2006年度			
	回数	人数	男性	女性	回数	人数	男性	女性	回数	人数	男性	女性
4月	7	108	52	56	10	155	68	87	11	148	71	77
5月	8	121	57	64	7	89	41	48	11	188	95	93
6月	6	79	40	39	7	90	42	48	3	53	31	22
7月	5	62	31	31	6	109	47	62	7	100	51	49
8月	4	96	46	50	4	63	36	27	2	31	13	18
9月	8	101	35	66	8	152	72	80	5	79	37	42
10月	7	84	48	36	9	99	49	50	5	81	40	41
11月	8	97	40	57	11	148	67	81	6	105	50	55
12月	7	79	36	43	11	164	77	87	3	44	28	16
1月	5	75	37	38	7	90	46	44	2	44	23	21
2月	7	98	48	50	7	88	47	41	6	103	56	47
3月	10	115	54	61	7	96	41	55	8	107	58	49
合計	82	1115	524	591	94	1155	633	710	69	1083	553	530
平均	13.6人/回		47%	53%	14.3人/回		47%	53%	15.7人/回		51%	49%

2. 2008年下半期会計報告 (6～10月)

※詳細は席上配布

※詳細をご希望の方は事務局までご連絡ください。

会の備品として、ボイスレコーダー (福岡会、鹿児島会)、フラッグ、HP管理者用PC、USB ハードディスク、マウス、セキュリティソフト、オフィスソフト、ケーブル、安全装備及び予備品等を購入しています。

3. 夏場に向けての山行対策

3-1. 暑さ対策

I. 水分補給

- ・水分補給はこまめに…喉が渴いてからでは遅い。夏場は最低でも2リットルの水を持ちましょう。水だけではなく塩分等ミネラル分の補給も大切です。
- ・基本的に水は凍らせない方がよいでしょう。凍らせて持っていく場合は、同量の凍っていない水も持参するようにしましょう。

※持参した凍らせた水が解けずに「飲めない!」ということはよくある話し。経験者も多いのでは?

※暑さで疲れた身体は内臓も疲れています。突然の冷たい水はお腹を壊すことにもなりかねません。山中でお腹を壊したら悲惨です。

会 員：低山でも水は2リットル必要ですか？

事務局：水の量は個人差もあり、山のランクや季節によっても変わりますが、不足しないように持参してください。

水は怪我をしたときにも役立つので、下山するまで捨てないようにしましょう。

II. 寝不足は体調不良の原因

- ・寝不足で強い陽射しの中を歩くと身体が思うように動かなくなります。また熱中症にもなりやすいので、山行の前には十分な睡眠を！

事務局：寝不足での体験談をお持ちの方はいませんか？

会 員：生汗が出てのどが渴くので水の量が非常に増え死にそうになった。

会 員：熱中症になりかけた。

III. 体調不良

- ・体調の異常を感じたら早目にリーダーに伝えましょう。熱射病はなかなか自覚症状にあらわれにくいので、参加者も周りの人の様子に注意してください。

事務局：体調が悪いとき本人が言いづらいこともあるので、参加者は周りの人の様子にも注意をはらってください。

3-2. 夏山の天候（天気（図）を読む）

・天気図

山の天気は地上天気図ではわからないこともあります。標高1500mは概ね850hPa（ヘクトパスカル）に相当します。標高3000mだと700hPa、5500mだと500hPaに相当します。なお、これらの高層天気図はHBC（北海道放送）の専門天気図にあります。

・夏場でも寒さ対策を

標準的な大気では、標高1500mで平地より約10℃低い（100mにつき0.6℃下がる）。上空に寒気が入るとそれ以上に下がります。

・降水確率

居住地域を対象としていますので、山の天気は考慮されていませんので、降水確率が0%でも雨になる場合があります。

・大気不安定

大気が不安定になると、些細なきっかけで雲が発達し、夕立や雷が発生しやすくなります。

- ・太平洋高気圧周辺部

夏場では最も大気が不安定になりやすい場所。夕立や雷に要注意。

- ・東風による悪天候（東九州）

台風が遠くにある場合でも、東風が入ると九州の東側は悪天候になりやすい。

- ・熱雷について

内陸では大気が不安定な時に、主に午後に発生しやすい。特に夏場は早目の入山、早めの下山を心がけましょう。

- ・前線通過

前線とは何でしょう？特に寒冷前線通過時は、雨、風、雷、急激な気温低下に注意しましょう。

メモ：大気不安定のキーワードは上昇流！

上空になるほど空気は薄くなります。空気が薄くなると、空中に保持できる水の量が少なくなります。十分に湿った暖かい空気を無理やり上空に持ち上げると、余った水は霧や雨になります。山の方が天気が悪くなりやすいのはこのためです。

3-3. 下山後のアルコール摂取はほどほどに

下山後のアルコール摂取は脱水症状に注意。アルコールの分解には大量の水分が必要なため、渴いた身体でビールを大量に飲むと脱水症状になりやすい。ビールも水分補給にはなりません。また、汗をかいた後の血液は水分不足でドロドロになっています。アルコール摂取により血液を無理やり送り出すことになり、血管に大きな負担がかかる場合があります。

事務局：下山後のビールを楽しみに、山行中の水分を減らすようなことはしないでください。また、下山後のアルコールはほどほどにしましょう。保険の関係もあり、山頂でのアルコール摂取は禁止しています。

※その他、夏山の対策についての意見交換

【紫外線対策】

会 員：日焼け止めクリームのほか、目の紫外線対策としてサングラスをつけたほうがよい。角膜炎（日焼け目）や白内障など眼病を引き起こすこともあるようです。

事務局：目に紫外線が当たると目の細胞にダメージが生じ、肌が黒くなる・・・ということも聞きました。

【ポイズンリムーバー（毒吸い取り器）】

事務局：メンバーが山でブヨに刺された際、ポイズンリムーバーを使用した。通常腫上がって1週間ほど痒みがとれないが、このときは全く痒みもなく腫れることもなかった。かなり効果的なので持っておくことをお勧めします。

ただし、あくまでも応急処置なので、蜂や毒蛇など、その種類によっては下山後早めに病院に行ってください。

会 員：ポイズンリムーバーはいくら位で購入できますか？

事務局：1000円～2800円くらいです。

【スズメバチについて】

事務局：スズメバチに遭遇したら、振り払ったり騒ぎ立てたりせず、じっと身をかがめてその場を離れてください。また、スズメバチの習性として、黒いものに向かってくるので、頭や目など保護してください。洋服もできるだけ黒いものは避けたほうがよいでしょう。

【マムシについて】

事務局：基本的に蛇は臆病ですから、尾を踏んだり接近しすぎたりしなければ積極的に襲ってくることはありません。登山道はずれたり、草むらや水場に近づいたりしないようにしましょう。特に出産前の7月頃、冬眠前後の季節には気をつけましょう。

【帽子の着用について】

会 員：最近になって帽子の着用が必要だと感じています。

事務局：帽子を被ったままだとかえって熱がこもることもあるので、日陰では時折とるのもよいかもしれません。ただし、帽子は日除けと同時にけが予防になることも忘れないように。

4. 課題など

4-1. 事務局経費とボランティア

1月に掲示板でもお知らせしましたとおり、事務局の作業につきましては、見えない経費も発生することから、一定額の事務局経費を支払うこととし、1～3月分は支払いましたが、事務局の中から、「ボランティアらしくない、四季山遊会にそぐわない、義務になってしまう」などという意見が多く、元に戻すこととなりました。必要経費につきましては、自己管理の下、請求することとしています。

四季山遊会は、事務局だけではなく全ての参加者がボランティアで成り立っています。運転ボランティア、写真ボランティア（写真掲示板を盛り上げる）、掲示板への感想の書き込み、テイクワン、新人さんへの声掛け、周りの人の調子を注意する・・・色々な形でボランティアで会へのご協力をお願いします。

4-2. ETC 割引を交通費に反映させることについて

土日休日の ETC 割引が 1000 円以下となりました。これまでは ETC 割引は交通費に反映させないこととしていましたが、ETC の普及率が高くなったこと、完全ではないにしても時間帯による制限が緩やかになったことから、ETC 割引を交通費に反映させます。

4-3. 救難救助支援基金の創設について

会の山行では細心の注意を払って事故がないように務めていますが、万が一何らかの捜索が必要になった場合、人と多額の費用が必要になります。そのような場合、社会通念上、会として何らかの行動が求められます。捜索や連絡要員を現地に派遣する必要もあるでしょう。そのような際の交通費や宿泊費を補助するための基金です。

※四季山遊会では、この他に会員からの寄付によるバス基金があります。

会 員：救難救助支援基金とは、遭難捜索費用のことですか？

事務局：会の山行で、万が一捜索が必要になった場合、事務局やリーダー、会員を現地に派遣するための費用です。

4-4. 自然保護

- ・テイクワンの徹底をお願いします。
- ・外から持ち込んだものは、責任をもって持ち帰りましょう。

4-5. 団体での行動

団体での山行は、他の登山者の迷惑になりかねません。常にその意識を持ち、行動してください。

4-6. バスの運用について

現在、バスは 8 名以上の乗車で運行することとしており、これを基にバス代金（燃料代、高速代、車検代、運転手手当て等の実費およびバス協力金を含む）を計算しています。8 人未満の場合は運行しません。ご了解ください。

会 員：バスの買い替えや維持が困難なようであれば、バスレンタカーを利用することも考えていつてはどうでしょうか。

(※レンタカーの利用に関して、詳細な見積もりまで準備していただきました)

事務局：バスの買い替え、レンタカーの利用等、いただいた資料も参考に事務局で検討を重ねていきます。

5. 2009 年半期山行計画

四季山遊会では、新しい企画として「星空テント会」を立ち上げました。山で泊まると、山の楽しみがさらに広がります。満開の花も人が多すぎて落ち着いて見ることができませんが、テント泊だとほとんど人がいない中で花を満喫できます。テント泊初心者向けの企画も実施しますので、ご参加ください。

【希望の山】

鹿児島会：祖母山、傾山、大崩山(三里河原)、宮崎の山、高隈山系、長崎の山、阿蘇、大分の山、京丈山(鹿児島・福岡)、月山、鳥海山、季節の花を見に、低山企画、土曜日企画、etc

福岡会：天拝山～基山、九千部山、祖母山、井原山・雷山など近場の山、貫山、鹿児島の山(バスで)、下関の山(四王司山～勝山～青山)、etc

広やま会：中国自動車道近郊の山、大山、三瓶山、東鳳翔山、ハイキング企画、バス企画(福岡～広島)、etc

【テント泊について】

会 員：テントやシェラフなどの道具について教えてください。

事務局：テントは何人かで共有することもできます。高額なものなのでいきなり買おうとせず、まずは参加して他の人の装備を参考にしてください。

個人で準備する装備はまず必要最小限シェラフ、マットがあればOKです。シェラフは、夏用・冬用・スリーシーズン用等あり、季節や山によって違います。素材によっては少し高価ですがかなり軽量化されコンパクトなものもあります。テント泊する頻度の多そうな山の標高、季節など考えて、経験者に相談してみましよう。

「他の登山者が下山する時刻に登りテントを張る、星空の下での夕餉や語らい等々、今までとは違った世界が広がります。」

【その他】

会 員：「初心者コース」と「初級コース」を間違えやすいので名称を変えてもらえないでしょうか。

事務局：検討してみます。

6. 事務手続きの確認

☆メールアドレスの再確認

申込みの際のメールアドレスが間違っている方がいらっしゃいます。申込み（仮受付け）が完了すると、申込みに記載したメールアドレスに仮受付けのメールが届きます。仮受付けのメールが届かない方は、メールアドレスをご確認ください。

☆お申込みやキャンセルのホームページへの反映について

事務局では、なるべく早くホームページへ反映させるように努めていますが、空いた時間での作業となります。ホームページへの反映が2日くらい遅れても大目に見てください。よろしくお願いいたします。

☆キャンセル方法について

確認メールが送付される前のキャンセル連絡は、必ず事務局宛てにメールでご連絡ください。確認メール送付後は、確認メールに記載の方法をご確認ください。

掲示板では本人確認が出来ません。また、全ての掲示板を確認しているわけではありません。

現在の自動化では、事務局がキャンセルを確認した後、キャンセル処理を行えば追加募集するシステムです。申込み期限が過ぎてからのキャンセルは空席となりますので、なるべくお早目のキャンセルをお願いします。

☆合宿等のキャンセルについて

合宿等では、ある程度の人数を見込んで事前に宿や食材を手配する場合があります。直前のキャンセルでは他の参加者の負担が増えることもあります。このため、場合によってはキャンセル料をいただくこともあります。

☆以下のようなキャンセルは禁止します。

- ・他の山に行きたいから（他の会の企画や個人山行を含む）
- ・天候が悪いから（ただし、悪天によりランクが上がる、技術的に不安がある場合を除く）

7. その他

【天候による中止のタイミングと連絡方法】

会 員：悪天によりランクが上がり技術的に不安があるかどうかは本人にはわからないので、リーダーのほうからキャンセルさせるべきでは？

事務局：これは新人さんに対する話で、それ以外のメンバーについては天候が悪いという理由でのキャンセルはないと思っています。

会 員：天候による中止の決定はできるだけ早くしてほしい。

前日の予報で50%以上のときは中止してほしい。

(※TM参加者のうち半数以上のメンバーが賛同)

事務局：四季山遊会の企画は、基本的に「雨だから中止」とは考えていません。悪天候による中止の決定については、現在、前日の17時の天気予報で判断し、中止の連絡は午後22時までに掲示板に書き込むことにしていますが、企画のランクや山の状況などによっては、できるだけ早めに決定することも考えます。

会 員：中止の連絡については、自分の参加する企画の掲示板くらいチェックすべきなので、連絡は掲示板だけでよいと思います。メールは事務局の作業を増やすことになりますから。

事務局：早いタイミングでの中止連絡については掲示板でご確認ください。急な中止連絡や初参加の方への連絡は、メール、場合によっては電話連絡することもあります。

【バス運行について】

会 員：帰りに天神を通過するときは企画概要に明記してほしい。初参加者は分からないので混乱する。

会 員：帰りの「天神」経由は廃止してもよいのでは？本当に渋滞して動かないときがあります。

事務局：「天神」を外すかどうかはもう少し検討します。

8. 四季山遊会の事務局体制

全体事務局

- 原田 真人 : 特別顧問
稲葉 博明 : 四季山遊会代表、保険サポーター
武藤 尚子 : 四季山遊会副代表、HP管理サポーター
 : 名簿管理、受け付け担当サポーター (募集中)
樋口 景子 : 会計サポーター
下條 暁子 : 会計サポーター
上田 博文 : バス管理サポーター
池水 久美 : 声のお便りサポーター

鹿児島会

- 小倉 一哲 : 企画リーダー
斉藤 加代子 : 事務サポーター
黒木 縁 : 事務サポーター

福岡事務局

- 坂井 寛 : 企画リーダー
武藤 尚子 : 企画リーダー
上田 博文 : 企画リーダー
下田 剛 : サブリーダー
内藤 智之 : サブリーダー
寺井 紀義 : サブリーダー
藤田 佳代 : 事務サポーター
井出 公子 : 事務サポーター
手嶋 晃子 : 事務サポーター

広島やまぐち会

- 前田 剛 : 企画リーダー
山本 章夫 : サブリーダー
広保 邦子 : 事務サポーター
広保 信一 : 事務サポーター

屋久島会

- 上田 博文 : 企画リーダー

東京会、関西会

- 田口 芳人 : 企画リーダー
大野 雅嗣 : サブリーダー
中島 千晶 : 事務サポーター

星空テント会

- 稲葉 博明 : 企画リーダー