

2019年活動報告

3月3日 第43期定期総会 大和郡山市市民交流館にて開催しました。

4月7日 第40回近畿ブロック搬出技術講習会

尾根搬出、岩搬出、岩のセルフレスキュー【事前申し込み制】

- 日時 2019年4月7日(日) 8:00 受付開始 8:30~15:30
- 場所 百丈岩やぐらおよび百丈岩周辺 (JR道場駅より徒歩約30分)
- 内容 引き上げ引き下ろしシステムのレスキュー、背負い方法等のレスキューシステムを実践で学ぶ。
- コース いずれのコースも事前受付となります。
 - ・尾根コース
 - ・岩コース(初級者コース) 先着20名まで 岩搬出訓練に初めて参加される方が対象
 - ・岩コース(経験者コース) 先着12名まで 岩搬出訓練に参加経験がある方が対象
 - ・岩セルフレスキューコース 先着10名まで
- 装備
 - ・尾根コース
ヘルメット*、ハーネス*、自己確保用装備*、安全環付カラビナ*、スリング*、デ이지チェーン又はパス、確保器、カラビナ等
 - ・岩コース・岩セルフレスキューコース
ヘルメット*、ハーネス*、自己確保用装備*、確保器*、安全環付カラビナ*、デ이지チェーン又はパス*、カラビナ*、クイックドロージャー*、スリング*、アブミ、ハンマー等

*は必須装備です 上記の他、各コースとも一般装備(行動食、水筒、雨具等)必要。
- 対象者
 - ・岩登りの経験があり、搬出技術の向上を目指す方。
 - ・「岩セルフレスキューコース」は搬出技術講習会の参加経験者で主に岩登りをされる方のみとします。
 - ・労山基金、又は、それに準じる山岳保険加入者。

- 参加費 1,000円
奈良より10名参加

ハイキングコース

- 日時 2018年4月7日(日) 9:30 受付開始 9:50~15:30
- 集合・会場 和歌山市北コミュニティーセンター (JR阪和線 六十谷駅より東へ徒歩25分)
和歌山市直川326-7 和歌山さんさんセンター紀の川内 073-464-3031
- 持ち物 山行時の装備一式
(昼食、水筒、雨具、ストック、三角巾、スリング<120cm・60~100cm>、カラビナ等)
- 内容 応急手当、搬出技術
- 対象者 ハイキングの山行リーダー及びハイキングでのレスキュー技術の習得を目指す方。
奈良より23名参加

5月12日 ハイカーのための搬出講習会

場所 王寺町 西和消防署（駐車場は王寺町役場） および明神山（車で移動）

内容・時間 普通救命講習 9:00～12:00

搬出訓練 13:30～15:30 明神山（各自車で移動）

服装・装備は通常のハイキングと同じです。

5月26日、6月2日 クリーンハイク

会場	開催日	コース	集合場所・時刻
高円山	5月26日	破石町バス停→高円山→首切り地蔵→滝坂の道→破石町バス停	奈良交通市内循環バス 破石町バス停 9:00
生駒山	5月26日	近鉄生駒駅（南）→三井住友銀行前→滝寺公園→宝山寺→生駒山頂（解散）	グリーンヒル生駒 三井住友銀行前 9:00
龍王山	6月2日	トレイルセンター→長岳寺山門→柿畑→龍王山頂→崇神天皇陵→トレイルセンター	JR 柳本駅 9:00
葛城山	6月2日	登山口駐車場～（北尾根コース）→自然研究路分岐～ダイトレ分岐～葛城山頂～（北尾根コース）～駐車場 山行日までに櫛羅の滝コースが復旧された場合、復路は櫛羅の滝コース	五位堂駅
高見山	5月26日	杉谷高見山登山口→高見山→たかすみ温泉	近鉄八木駅南口 8:00 マイクロバス利用

開催主旨

私たち奈良県勤労者山岳連盟が1974年に曾爾高原ではじめたクリーンハイキングも、多くの方々のご協力を得て、今回で50回目を迎えました。私たちは「自然を汚さない、傷つけない、ゴミは捨てないで持ち帰る」そして、「ふるさとの自然を守り育てよう」と呼びかけています。今年もクリーンハイキングでさわやかな汗を流して、ふるさとの山々の自然と一緒に楽しみましょう。

主催 / 奈良県勤労者山岳連盟

協賛 / 奈良県 生駒市 天理市 御所市 東吉野村

後援 / 奈良県生活協同組合連合会 日本野鳥の会奈良支部 春日山原始林を未来へつなぐ会 株式会社モンベル 好日山荘ならファミリー近鉄百貨店奈良店 ヨシミスポーツ 奈良新聞社 奈良テレビ放送 NHK奈良放送局 朝日新聞奈良総局 毎日新聞奈良支局 読売新聞奈良支局 産経新聞社

会場	生駒山	高円山	龍王山	葛城山	高見山	合計
実施日	5/26	5/26	6/2	6/2	5/26	
実施会	やまと山遊会	奈良ハイク	オオヤマレンゲ山の会	西大和山の会	奈良労山	
会員	7	27	8	10	26	78
一般	19	1	9	0	2	31
合計	26	28	17	10	28	109
ビン・缶	0kg	25.5kg	4kg	1.0kg	36.6kg	67.1kg
燃えるゴミ	9.4kg	4.5kg	9kg	1.3kg	20.85kg	45.05kg
燃えないゴミ	13.4kg	71.0kg	0kg	1.1kg	0kg	85.5kg
その他	0kg	0kg	0kg	0kg	1kg	1kg
合計	22.8kg	101.0kg	13kg	3.4kg	58.45kg	198.65kg
不法投棄		有り	有り		無し	

6月26～28日 平和行進 延べ23名(OB5名を含む)の参加があった。

6月29日(土) 気象講演会 13:30～16:00 「山で得する気象の活用」

場所 大和郡山市 市民交流館

講師 中川 和道氏 (大阪府勤労者山岳連盟副会長)

会員49名(奈良労山26名 奈良ハイキングクラブ9名 西大和山の会8名 やまと山遊会4名山行人山楽会2名)、一般18名の参加がありました。

6月29～30日 全国理事長・組織担当者会議(全国事務所) 1名出席

7月6日 テーピング講習会

恒例になりましたテーピング講習会を今年度も開催します。

テーピングは、痛み等の症状が出てからではなく、登山の前に貼っておけば筋肉の疲労、ケガの予防にも大きな効果があります。

前回参加された方も、初めて参加される方も大歓迎です。もちろん男性の参加も大歓迎です。

今回もInBody検査付きです。InBody検査とは、体を構成している体成分が均衡的なのか、腕と脚はバランス良く発達しているのか、腹部には脂肪は溜まっていないかなどが一目で分かる検査です。

テープの正しい貼り方を覚えて夏山登山に役立てましょう！！

日時 2019年7月6日(土) 13:30～17:00

場所 大和郡山市市民交流会館

講師 前畑 将平先生(さほ鍼灸接骨院)

参加費 1000円(テープ代、資料代、InBody検査代等)

※ 持ち物・・・ハサミ

※ 実際に足にテープを貼るので、足を出しやすい服装で来てください。また、着替えが必要な方は、お持ちください。

※ 余分にテープが欲しい方は、事前に申し出てください。(1つ500円です。)

※ 申込締切 6月24日

参加申し込み 各会女性委員まで

実施報告

奈良労山 14名、山行人山楽会 1名、西大和山の会 2名、やまと山遊会 4名の参加がありました。

7月6～7日 全国自然保護講座 徳島県 1名参加

8月25日 ちびっ子遊び隊 (矢田子供の森)

参加者 36名(子供15名、大人13名、スタッフ8名)

8月30日 遭難対策会議

9月1日 広域捜索訓練 雨天のため中止

集合場所 木樨川 キワラ滝駐車場 集合時間 9:30

捜索範囲 ゼイノ谷、木原谷、馬駆ヶ場辻、赤ゾレ山、ハンシ山、ハッピーノタワ

参加される方は、各会でとりまとめてください。

8月30日(金)20:00から事前打ち合わせを県連事務所にて開催します。

各会代表は出席してください。

9月28日 テント泊と食の工夫講習会

テント泊山行でどんな物を食べていますか？山で仲間とワイワイ言いながら作る食事は、楽しいですね。荷物を軽くしたい、安く上げたい、でもボリュームも欲しいし、美味しくないと……。毎回頭を悩ましていることと思います。そこで、乾燥野菜に注目し、取り組むことにしました。前回は、大阪府連女性委員会の方を講師に招いて講習会を開催しましたが、今回は、私達でやってみようということになりました。男女問いません。興味のある方は、是非参加してください。

場所 奈良県立矢田山自然公園 矢田山遊びの森

参加費 300円

集合 近鉄学園前駅南出口 9時10分

※ 9時25分発「奈良県総合医療センター前」行きのバスに乗ります。若草台下車、そこから歩いて矢田山自然公園へ行きます。(コースタイム40分)

※ メニュー・・・アルプスの野菜スープ

じゃがりこサラダとカリッとハンバーグ

アルファ米の塩キノコリゾット

持ち物 食器、箸、スプーン等

参加者 12名(奈良HC3、西大和4、奈良労山5)

10月26～27日 全国女性交流集会(和歌山) 参加者5名(内日帰り1名)

10月27日 県連交流山行 JR福知山線廃線ハイク

西大和山の会担当 参加者22名(西大和8、山遊会4、奈良ハイク10名)

11月12日(土) 秋の自然観察会 東大台 悪天で中止

1月18日 バードウォッチング 北山の辺の道

参加16名(奈良労山9名、奈良ハイク3名、オオヤマレンゲ1名、講師2名)

1月25日 山筋ゴーゴー体操講習会 大和郡山市市民交流館

参加者13名(奈良労山8名、西大和3名、奈良ハイク2名)

3月1日 第44期定例総会