

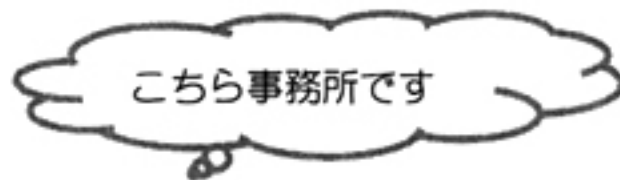
ねじりはちまき

8月 葉月 立秋 処暑の月となりました。
8月7日立秋です。15日終戦記念日で、23日処暑です。

今年は早々に暑い夏がやってきて、大分疲れてきましたが、いよいよ7日から秋です。秋は3つに分かれています。「初秋」「中秋」「晩秋」ですね。初秋は秋どころか、うだるような暑さで、夏が去ることを忘れたのではないかと思いたくなるような日が続きます。
しかし最初の気配は、そんな日々の中にこっそりと忍びこんでいるのです。
空調が整っていない時代に病に倒れると、過酷な夏を乗り越えられるかが寿命を左右しました。
そのため、初秋の到来やわづかに感じる秋の気配は、大きな希望をもたらしたといわれています。
現代では強すぎる空調に悩む女性も多く、エアコンの冷たさが和やかになって初めて気付く初秋もありそうですね。

穏多き秋に向かって、充実した毎日をお過ごし下さい。

幸田 常一



二本松市の現場でグループホームの建設をお世話になっておりましたが、ようやく完成し先日お引渡しをさせていただきました。郡山市の現場は、引き続き工事をお世話になっております。

また、本宮市の現場で住宅新築工事を開始させていただきました。

自然と人工というテーマを取り上げてみたい。といってもとても幅が広いテーマである。大きく言えば、都市化がどんどん進展して、地球上の人口の半分が都市に住むようになっている。それだけに自然が何らかの形で改変されてきている。それが人間にとって幸福追求のありようなのかどうか。それをいきなり論ずるつもりはないが、文明の発展と言われるものは自然に対する挑戦・克服の歴史であったのではなかろうか。では、今回はどんな視点から取り上げてみるかだが、先ず自然との関わりが最も深い「食料としての農林水産物」について「人工」のスポットを当ててみたい。どうして「農林水産物」を取り上げる気になったのか。それは、最近「植物工場」という言葉を見聞するようになったからだ。えっ、ここまできたのかと思ったのと同時に、何故そこまでやる必要があるのだろうかとも思った。考えてみれば、農林水産物の生産現場では、自然の恵みを受ける側面と自然との関いの側面とが常にある。農産物であれば、開墾・土壌の改良、利水、作物の選択・品種の改良、施肥・農薬の散布、畜力導入や機械化など人間の手が加わり、人工が施されている。先ずは露地栽培である。これに対して、温室（ハウス）栽培が登場する。温室栽培のねらいは、温度や光線の調節により人工的に生育を促し、露地栽培とは異なる時期に出荷して販売価格を有利にすることにある。それから同じハウス栽培でも、イチゴ栽培に見られるように、収穫しやすくするために空中育苗がなされる。イチゴ狩りでご承知であろう。だんだん土から離れていく。次は、トマトハウスに見られるように、培土を使わず、養液栽培（水耕栽培）に移行するものが登場する。そして最近企業参入によって、周年栽培型の「植物工場」と称するタイプが出現したのである。栽培作物はレタスなどに限られるが、外食産業に安定的に供給しようというのだ。植物工場は、外部と切り離された閉鎖的空間において完全に制御された環境、即ち人工的光源、各種空調施設、養液培養による工場型生産方式である。もちろん連作障害もない。でも大変なコストがかかる。自然とは完全に切り離されている人工物だ（でも、着果促進のためにクロマルハナバチを使ったり、光合成促進のために二酸化炭素を供給する措置が必要となる）。農業のすべてが将来このような方向を辿るとは考えられないが、それにしてもここまで来てしまったのかとの思いだ。また、収穫作業にAIロボットを使うべく、研究開発されてかなり実用化が近いとのこと。それと、農業では遺伝子組み換えの話がある。品種改良の技術の一つとして遺伝子組み換えがなされている。また、遺伝子組み換えによって「除草剤耐性作物」もつくられている。これはアメリカ発だが、大量生産によるコスト削減が前提になって、大々的に除草剤の散布が行われる中で登場しているわけだ。遺伝子組み換え作物については、生産者側と消費者側で評価が分かれており、安全性についてはもうひとつ分からないところがある。次に、「植物工場」の話題がでたので、畜産における飼育法について触れてみたい。特に食肉用に供する畜産についてである。畜産のイメージとしては、牛が放牧地でゆったりと草を食み、豚や鶏も飼育舎で伸び伸びとしている姿を思い浮かべるかも知れないが、実はそうではない。その殆どはいわゆる「工場生産方式」になっているのである。つまり、筋肉質にならないように運動はさせられず、濃厚飼料（穀物）によりどんどん太らせ、能率よく出荷できるように飼育される。あくまでも、人間の「食用商品」として扱われて、命あるものとしての扱いを受けていないと言わざるを得ないが、生産者側からみれば止むを得ないということか。一方、消費者側はその実態をあまり知らないということだろう。次に魚の養殖の話に移りたい。養殖も人の手が加わるので人工の部類に入ると思う。養殖されている海水魚や淡水魚の数は結構多いし、食卓に上ることも多い。経営的にも、安定供給の面でも養殖の工夫は様々されてきている。先だって、テレビでフグの養殖が紹介されていた。それが何と、温泉での養殖なのだ。つまり、そこは塩分を含む温泉で、フグの

養殖に適しているということだ。養殖といえば貝、海苔、昆布なども養殖されている。カキ貝の養殖技術はフランスにも輸出されているということだ。かつて松島でカキ料理はとてもおいしかった。それにしても、天然ものと養殖ものでは味など違いがあるのだろうか。ウナギについては違いが分かるという人もいるが、小生には分からない。ウナギといえば、二ホンウナギは絶滅危惧種に指定されてしまったのである。絶滅が危惧されるほどその生息数が少なくなっているのだ。ところで二ホンウナギの生態だが、マリアナ諸島海域で産卵、黒潮に乗って稚魚シラスウナギがベトナム、中国、台湾、日本の海域に到達し、それぞれの河川を上る。その稚魚が全体として減少しているのだ。しかも日本においては生息する河川環境が悪化している。さて、ウナギの養殖だが、卵からの完全養殖に成功したが、量産するまでには至っていないようだ。ウナギはアメリカ、ヨーロッパでも絶滅危惧種に指定されている。夏の風物詩、土用のウナギは食べられなくなってしまうのだろうか。さて、林産物の方はどうか。林産物の代表格といえばキノコである。福島県内のキノコは放射能の影響で未だ食べられない状況だ。キノコのうちシイタケは、ナラやクヌギの原木に種駒（シイタケの種）を打ち込んで原木栽培をする。ご承知の方も多いと思う。さらにスーパー店頭で売られているキノコではエリンギをよく見かけるが、どういう栽培をしているのか。エリンギの栽培法は、ハウスで行う菌床栽培で主にビン栽培である。培地には玄葉樹やトウモロコシの芯を使う。子実育成のために温度、培地の含水率、二酸化炭素濃度、炭素源・窒素源の低タンパク質供給などの調節管理がなされるというのである。これも工場生産型である。キノコと言えどもどうしても自然の恵み・山の幸という印象が強いが、キノコの生産も人工栽培の時代になっているのだ。ところが、キノコの王様マツタケは未だ人工栽培が成功していないのだそうだ。人工栽培に抵抗を示しているだろうか。

以上で農林水産物については終わりにして、クローンの話題に移りたい。最近中国で「クローン猿」作成に成功したとの報道がなされた。クローンとは何ぞや、である。クローンとは、分子・遺伝子・細胞・生体のコピーである。コピーであるクローンをどういう方法で作成するのか。動物クローンの場合は、受精卵を用いて胚分割をする方法と未受精卵を用いて体細胞核を移植する方法とがあるとのこと。これまでに、哺乳類動物では1997年に世界初のクローン羊が作成され、1998年にはクローン牛が作成された。この度のクローン猿はクローン羊と同じ体細胞を使った技術で作成されたのである。では何故クローン猿を作成したのか。その理由は、猿は遺伝子が人間と同じなので、クローン猿は人間の病気研究に役立つという説明だ。病気研究のためというけれど、研究のために不可欠のものだろうか。クローン人間まで作成されたら一体どうなるのだろうか。疑問である。それにしても、生命操作技術には倫理性が問われるべき。何のためにやるのか立ち止まって考えるべきと思う。いかがか。現在行われている「非配偶者間の人工授精」の問題もある。卵子または精子を配偶者以外から提供してもらって人工授精を目指すものだ。親として子を持ちたいとの願いは分かるが、生まれた子のことを思うと複雑な気持ちになってしまう。最後にスペインのバルセロナに建築中の教会「サクラダファミリア」のこと。建築を手がけたガウディは「建築は総合芸術」としている。ガウディは人工の建築物の中に、多彩な自然を再現しているのだ。それが見る人の心を和ませる。素晴らしい人がいたものだ。

真夏の北アルプス 奥大日岳・劔岳

【今回登った山の概要】(◎は日本二百名山)

7/25～28 山のベテラン・山岳写真家のKさんと二人

- 1 奥大日岳 (◎おくだいにちだけ、2611m)
- 2 劔岳(百名山、つるぎだけ、2999m、平成8(1996)年登山)

今回は、飯豊山には80回以上登り日本百名山も登っていて、森の案内人でもあり、同じ年でもあるKさんからの誘いで、北アルプス立山連峰の一角奥大日岳に登り、天候と体調が許せば、劔岳か、立山(雄山)に登ることにしようとの申し出あり。

彼の山小屋風の自宅で打ち合せをして、条件が許せば劔岳に挑戦しようと思見が一致した。立山は室堂から登れば、もう少し年を取ってからでも登れると思った。

7月25日(水)

本宮の自宅に寄って貰って、6時に出発。彼がお気に入りの三菱ワゴン車デリカは今の車で4台目とのこと。途中運転を交代して、磐越道、北陸道を経由し立山ICを降りて富山地鉄立山駅に12時前に着く。

駅の近くの駐車場は水曜日でも満杯である。歩いて5分くらい離れた駐車場で持参のおにぎりを食べ、準備を整えてケーブルカーの立山駅に向かう。

今回はテント3泊のためザックは20kgを越えている。バスの終点の室堂ターミナルから今回BC(ベースキャンプ)として使う雷鳥平キャンプ場までは1時間ちょっとなのでザックが重くても大丈夫だろうと考え、きちんと精査しなかったので食料その他が多めに入っている。

自分としては2009年7月に一人で甲斐駒ヶ岳と仙丈ヶ岳に登ったときに山小屋の予約が取れなくて北沢峠にテントを張って以来なので要領を忘れていた。

彼は山岳や山野草の写真撮影のためには、昼夜の別なく制約のないテント泊は必須とのこと。

12:40分のケーブルカーに乗り、美女平13:20発のバスに乗り継いで室堂には14:10に着いた。標高2450mの室堂平は多くの観光客や登山者で賑わっていた。登山届を出し雷鳥平に下っていく。ミクリガ池には岸にあった残雪が風で流されて島のように真ん中に浮いていた。

15時半過ぎ、標高約2300mの雷鳥平キャンプ場に着く。カラフルな50くらいのテントが張ってあった。

テント張りは自宅で練習はしたが慣れないので時間がかかる。その後管理所

に届けを行う。テント一張り一泊 500 円、2 泊以上 1000 円なので各自 3 泊分 1000 円を支払う。

彼は担いできた 350ml 缶ビール 6 本(おどろき！もちろンドライ)のうち 2 本を、近くの残雪を入れたレジ袋で冷やす。サトウのご飯とレトルトのカレーを暖める。缶詰と味噌汁、キュウリの塩もみの夕食だ。よく冷えたビールで翌日からの山行の無事を祈願して乾杯する。ウマイ。

キャンプ場から見上げる立山の連山（左から別山、真砂岳、富士ノ折立、大汝山、雄山）と、反対側の、明日登る予定の奥大日岳と手前の二つピークの夕暮れ模様が刻々と変っていく。立山連山はスポットライトを浴びたかのように明るく照らし出された後、青空を背景に黄金色から茜色に染まり、沈んだ色となり暗転する。

奥大日岳の三つの峰は黒々とその存在を主張し、上空に幾筋もたなびく雲はオレンジ色をベースに、濃さを増したり、ピンクがかったり、オーロラのように見え、最後は灰色となり夕暮れの天体ショーが終わる。

彼はしきりに写真を撮っている。見飽きることのない景色に、自分はペットボトルのごま焼酎紅乙女、彼はビン毎持ってきたジョニ赤の杯が進む。

19 時半過ぎに立山連山の雄山（おやま）山頂にある雄山神社のところから満月に近い月が顔を出した。こんなことがあるんだという位珍しい現象とのこと。

月の右横に赤っぽい星が光っている。15 年ぶりに地球に最接近する火星だ。月の輝きが大きく空が明るいので、満天の星ではあるが星の輝きは今いち。

夜明け前の 3 時頃にトイレに起きたときは月が沈んでいたもので、満点の星空のきらめきがすごかった。

1 奥大日岳

26 日（木）

4:30 起床。朝食は尾西食品のアルファ米のご飯と味噌汁、缶詰。奥大日岳を目指し 6:20 出発。

一部雪の残る斜面の横断も踏み跡が階段状になっていて危険な感じはない。中腹から上の斜面で、群落として咲くのは数年に一度と言われるコバイケイソウの群落を目の当たりにして、彼は“素晴らしい”と言いながら撮影している。彼の今回の山行の目的の一つが奥大日岳にコバイケイソウが群落で咲いているかどうかを確認することで、見事予想が的中し大変嬉しそうだ。

この山は花が豊富で、チングルマは終わりにかけているのから、今が最盛期の茎がぴんと張って風に揺れているところもあった。彼に教えて貰った花はたくさんあって似ているものが多く自分は覚えられない。シナノキンバイとミヤマキンバイは濃い黄色の多重の花弁は良く似ているがシナノキンバイの方が大きくて高さは 30 cm 弱もある。ウサギギクは高さ 20 cm 位だが、形や花弁の色や

実の部分などが“ひまわり”そっくりで葉がウサギの耳に似ているからこの名前になったとのこと。

このほかツガザクラ、ハクサンイチゲ、ハクサンフーロ、ハクサンチドリ、ミヤマリンドウ、ミヤマアキノキリンソウ、クルマユリ、ニッコウキスゲもあった。

奥大日岳は花の百名山には入っていないが花の種類が豊富で素晴らしい。

尾根に出たら深い谷を挟んで向かい側にそびえる劔岳が見えてきて、光線の加減で初めは黒々と無気味な“魔の山”のようだったが、次第に朝日が当たり始めた。それでも陰しい山容だ。かつて登ったことが不思議な感じで、少し不安はあるが、登高意欲がわいてくる。

先行する彼が、雷鳥の親子と顔から 30 c m 位の近さで遭遇した。雷鳥は怖がることもなく道を横切り草の新芽を食べている。親鳥 1 羽に鳩ぐらいになった丸っこいひな鳥が 5 羽いた。ひな鳥の歩き方や食べ方はチョンチョンチョンとリズムカルでユーモラスだ。

姿はスズメに似ているが黒色が基調のつがいの小鳥がいた。一匹はほおのところが赤くなっていた。ウソのつがいではほの羽の赤いのがオスとのこと。

9:15 奥大日岳山頂と思われるところに着いたら、登山者 10 人くらいにガイド 2 人が付いた団体がいて賑やかに写真を取り合っていた。前日に劔岳に登ったとのこと。ガイドさんが気軽に私たちの写真を撮ってくれた。山頂の標識がないので山の地図で調べたら、そこは奥大日岳の最高点 2611m で、山頂は尾根筋を劔岳と反対側に 10 分ほど行ったところにあり 2606m となっていた。

9:50 三角点のある山頂に着き、彼が登る途中で残雪をいれた小物入れから缶ビールを 2 本取り出し乾杯した。冷えていて美味しかった。

お湯を沸かしてぶどうパンとスープをいただきカフェオーレを味わった。

劔岳は上部が雲に覆われて見えなくなった。明日の好天を祈りながら下山にかかる。

山頂付近にも花が沢山咲いていて、白い花卉が 10 片のイワツメグサ、白い花が 4 片のゴゼンタチバナ、ハハコグサは細い剣のような葉を着け、丸い小さな玉の実を 10 粒位有している。イワイチョウ、アカモノ、ハクサンイチゲの群落、キヌガサソウもあった。一人では次に見たときはどれがどれだか分からないだろう。

かなり降りてきて雪解け水が流れているところで、彼は手で水を汲んで飲み、顔を洗い“ウー気持ちイー、手が冷たくてビリビリきた、イヤー生き返った”と言っていた。自分もやってみたが確かにビリビリきた。

ミヤマキンポウゲの黄色の花びらが光っていた。

12:50 雷鳥平キャンプ場着。写真を撮りながらの昼食もゆっくりの山行だっ

た。1時間ほど休んだ後、歩いて10分くらいの「雷鳥沢温泉ロッジ立山」で入浴した。

客は我々だけで、小屋近くの源泉からわき出る温泉は熱くて水道の水を相当入れた後によりやく入ることができた。

湯上がりには生ビール！中ジョッキ（1杯600円）を2杯も飲んでしまった。天気も良く最高の気分。

彼との話の中で「酒が好き、山が好き、ノンビリ行こうよ お父さん」というフレーズが気に入った。

雷鳥平キャンプ場は標高2000mを越えているが、張ったままのテントの中は熱くて中に寝ることができない。彼はテントの前にシートを敷いて目にタオルを当て30分以上いびきをかいて熟睡していた。

彼は目が覚めると沢の橋を渡って湧水を汲みに行った。ソーメン（乾麺）5束500gと350mlのたれを持ってきていて、ゆでたソーメンを冷ますための水も必要であると本格的だ。ホントは流しソーメンにしたいのだからなどと言っている。管理所に常時出しっ放しにしてある塩素処理してある水は使いたくないとのこだわりだ。

湧水で冷やしたソーメンは実にうまかった。二人で3束300g食べて満腹した。翌日は劔岳4:00出発とした。

今回の山行の目的は、自分は日本二百名山である奥大日岳に登ることであり、彼にとっては数年に一度のコバイケイソウ群落との出会いを期待した奥大日岳であるが、二人とも心の中では、劔岳に登ることが今回の山行のメインと思っていた。

私にとって劔岳は、百名山踏破という意味では既に登り終わった山だが、百名山踏破など考えもしなかった時代に登った山で、22年ぶりの山であり、心の底ではいつかまた登りたいと思っていた。

最近日本二百名山と三百名山を中心に登っていると、華のない地味な山が多いので、アルペン的な山も登りたいと思っていた。ただ劔岳は一人では登ろうとは思わなかっただろう。

焼酎とジョニ赤はたっぷり残っているが、翌日の劔岳山行のために我慢し早めに食事を終える。前日の夕焼け時分よりもさらに良い天気になり一連の天体ショーが繰り広げられた。彼は写真撮影に余念がない。二日連続して好天に恵まれこのような景色をじっくりとテントから眺められるのはすごいことだ。

彼が刻々と変る景色を写真に撮るためには小屋泊まりでは瞬間の動きができないからテントを張るのだと言っていた意味が理解できた。

夜中の2時頃、寒さで目が覚める。長袖のシャツをもう1枚重ね着してシュラフに潜る。

2 劔岳

27 日 (金)

3 時 10 分起床。外は真っ暗で、月が沈んだ空は満点の星々がきらめいている。バナナを食べ、ヘッドランプを着けて 3 : 50 出発。電池が切れた携帯電話はおいていく。

雷鳥坂のガレ場をジグザグに登っていると左脇の草むらから野太いグーグーというウシガエルのような鳴き声が聞こえた。雷鳥とのこと。姿は何回も見かけているが雷鳥の鳴き声を聞くのは初めてだった。

歩いて 40 分、石に腰掛け小休止していると、下からランプを点けた単独行者がやってきた。笑顔の素敵な若い女性だった。立山三山 (別山、雄山 (立山)、浄土山) を縦走するとのこと。単独でテントを張り単独で暗いうちから登る、こういう若い女性もいるのだと思う。

次第に明るくなり、ランプを消す。登っていくと先程の女性が道の脇に腰掛けてパンを食べていた。

5 時、こんな早い時間から遠くの山々に入道雲が沸いてきている。

薬師岳 (百名山、2926m)、黒部五郎岳 (百名山、2839.7m) に朝陽があたりはじめ、凜とした静寂の中によこたわっている。

石垣で囲まれた劔御前 (つるぎごぜん) 小屋直下に白っぽい黄色のトウヤクリンドウの花が垂直に上に向けて咲いているのを教えてくれた。

5 : 25、山と山の間の稜線に建つ劔御前小屋着。10 人以上の小屋泊まりのツアー客がガイドの説明を受けて出発の準備をしている。風が強く太陽の光で目がくらむ。ゆっくりと休める状態ではない。建物と石垣に囲まれた風に当たらないところのパイプイスに腰掛けて朝食のパンとナッツ類、キュウリを食べる。

間近に見る劔岳のゴツゴツととがった姿に、これから登ることになる。

5 : 40 発、劔岳直下の劔山荘には左からも行けるが、K さんは写真を撮るアングルの関係で右側の劔沢キャンプ場と劔沢小屋を経由する道を選び、写真を撮りながら下って行く。キャンプ場にはテントが 20 張りくらいある。

6 : 23 着、劔沢野営管理所の隣に富山県警上市警察署劔沢警備派出所の看板が掛かっていた。小屋の山側の周りは積まれた石で囲まれている。山側からの雪崩から護るためとのこと。小屋の前のホースから常時流れている水は冷たくて美味しかった。イワヒバリの鳴き声が聞こえる。

7 : 00 劔山荘着。休憩。

小屋のすぐ上から岩場の登りが始まるが劔岳の山頂は見えていない。岩場・鎖場が連続するのでストックをザック脇にしまい、一服劔 (いっぷくつるぎ) を乗り越え前劔 (まえつるぎ) 8 : 40 着。ホームセンターで買った作業用のゴワゴワの皮手袋が岩角やクサリを掴むのに役に立つ。彼は素手だが、自分の手は軟弱

なのですぐ皮がむけてしまうだろう。

先行している登山者は若者のパーティが多く、落石から護るため皆カッコいいカラフルなヘルメットを被っている。ヘルメットなしは自分たちと同じ中高年の登山者がほとんど。世代の違いを感じる。

山頂直下の平蔵のコル 9:45 着。いよいよカニノタテバイだ。先行者との間隔を空けるために待機している間、彼は残り少なくなった水を補充するためにボトルに残雪を入れて、ウワァー冷たいなどと言っている。緊張感は全く感じられない。

10:00、カニノタテバイのクサリに取り着く。一方通行である。彼の後に続いて足場を確保しながら岩とクサリをよじ登る。3点確保を指示される。5m位の長さでクサリは固定されているので、彼が固定場所から離れるのを待つて掴むように注意する。20分で登り切り、山頂を指し示す標識が見えるところで10分休み、いよいよ最後の登りに取りかかる。タテバイみたいなどころはない。岩や石を誤って落とさないように注意しながら登る。

10:50、標高 2999m、岩がボコボコして平らなところのない、そんなに広くない山頂に着く。文字通り 360°の眺望だ。20人くらいの人が写真を撮ったり岩に腰を下ろして食事をしていたりしている。高さ 2m位の石造りの社にお参りする。

南方面、立山連山側が見渡せる方向に腰をおろし、お湯を沸かす。不安定だが仕方がない。彼が背負ってきた缶ビールで乾杯する。「チョー気持ちイイー」。

雷鳥平キャンプ場から実に 7 時間かかった。一月前には思ってもみなかった 22 年ぶりの剣岳に登ることができた。

他の登山者は近くの剣山荘か剣沢小屋に宿泊しての剣岳登山で、自分たちが雷鳥平キャンプ場からの往復だと話すと、みんなが驚いていた。

前回は山のことは何も知らずに登り、槍ヶ岳くらいしか同定できなかったが、今回はかなりの山を同定できた。彼は一週間後に針ノ木岳に登るという。自分はまだ登っていないので聞くと、実物を前にコースの説明を受けると良く分かる。

こんな高い山で風もなくゆっくりとビールを飲みながら雄大な景観を楽しむことができるのはホントに珍しいことだ。尾西のドライカレー、シャケ缶、たまごワカメスープ、ドライフルーツを食べる。

11:40、明るいうちに BC に戻りたいので、名残りは尽きないが剣岳山頂を後にする。岩場の危険性は下りの方が増す。

慎重に 3 点確保しながら岩場、クサリ場を下って行く。かなり下ってから一方通行のカニノヨコバイを越えると少し傾斜が緩くなる。でも前剣と一服剣を越えるまでは安心できない。

途中 10 人くらいのツアー客の下山者がいてクサリ場に苦勞して渋滞し、3 人が待たされていた。若い小柄な単独の女性がいて話したら、彼女は室堂から 5 時間で登頂したとのこと。自分たちの計算でいくと雷鳥平の B C から 7 時間プラス室堂から B C まで 1 時間、計 8 時間かかるところを 5 時間での登頂は信じがたい速さだ。

核心部を通過し 14:35 剣山荘着。記念に劔岳が描かれた手ぬぐいを買う。

劔御前小屋までは往路と別のルートをとどり、ところどころ雪渓を横切る緩やかな登り道を 30 分に 1 回のペースで休みながらゆっくりと小屋を目指す。

小屋のところで休憩し、最後の石のゴロゴロした雷鳥坂はより慎重に下る。ケガをするのは疲れがピークとなって注意が散漫となり、ゴールに帰着直前の気が緩んだ下りというのがこれまでの経験で分かっている。

18 時前、雷鳥平キャンプ場に着く。14 時間の山行・・・・・・長かった。

夕暮れの天体ショーを眺めながら、ジョニ赤と紅乙女を飲み達成感に浸るが、とにかく疲れていてはしゃげない。

20 時頃から爆睡。夜中に寒くて目が覚め、外に出てみると星がきらめいているが少し雲が増えている感じ。

28 日 (土)

4:30 起床。曇り、雲が黒っぽい。天気は明らかに下り坂。

ドリップコーヒーをごちそうになる。尾西のご飯とスープの朝食を済ませテントを片付ける。6 時過ぎ撤収し、室堂に向かう。ターミナルは立山駅に向かう人と、黒部ダム・扇沢方面に向かう人達で混み合っていた。

8 時始発と思っていたら 7:40 発の臨時バスが出た。

立山・黒部アルペンルートをバスで美女平に下るとき、カーブする度に東南側に優美な山が見えた。「山と高原地図」に“埋蔵金伝説 歴史とロマンの山” 鯨崎山 (300 名山、くわさきやま 2089.8m) とある。 近いうちに登ろうと思った。

美女平でケーブルカーに乗り継ぎ 9 時前に立山駅着。

途中立山町の吉峰温泉で汗を流し、運転を交代して 16 時自宅着。

今回の良かったこと

- ・目標としている二百名山の奥大日岳に加えて、22 年ぶりの劔岳に登れたこと。
- ・昨年 12 月から通っているスポーツジムでの筋トレや有酸素運動の成果を確認できたこと。
- ・テント泊 3 泊の体験ができたこと。
- ・その結果、残る二百名山、三百名山の中に夏道がない山とか長時間を要するが山小屋のない山があるので、テント泊に慣れれば、山行の仕方の選択幅が広がること。

- ・刻々と変化する景色を観察したり写真を撮ったりするには、小屋泊まりよりも小回りがきき、自分でコントロールできるテント泊の有効性が分かったこと。

平成30年8月 NO70 アンチエイジング 山旅遊人

<会社近況>

8月に入りました。

毎日毎日、暑いですね。夕方5時を過ぎても気温が30度を超えている日もありますね。こうなると体が疲れてしまいます。

こまめに休息や水分、栄養もしっかりと摂り、この夏を乗り切ってください。あともう少しです。

二本松市の現場のグループホームが完成し、お引渡しをさせていただきました。本宮市の現場では、住宅新築工事をお世話になっています。こちらは先日始まったばかりです。真夏の作業になるので、危機管理に努めたいと思います。

☆夏季休暇のお知らせ☆

8/11（土）～8/16（木）までお休みさせていただきます。
尚、17日（金）は平常通りです。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

おいしい♥8月
「トマト」

真っ赤なトマトには、栄養がいっぱい！トマトに含まれる赤い色素成分のリコピンは、抗酸化作用があり免疫力を高めるといわれております。たくさん収穫したときは冷凍しておくといいですね。煮込み料理やスープなどに利用できますので大変便利です。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

平成30年 8月5日発行
有限会社 幸田建設
<発行責任者>幸田久美
〒969-1204
本宮市糠沢字八幡1-1
電話0243-44-3816

<後記>

プランターのゴーヤはやっと
13センチくらいに成長しました。
野菜を育てるのがなんだか楽しい
ですね。毎日の観察がおもしろく
なってきました。（事務員k）