

# 定例会(2026年1月)次第

令和8年1月8日(木) 午後7時  
くろべ市民交流センターあおーよ

## 1)会長挨拶

## 2)経過報告・報告事項

- ・12月6日(土)～12月7日(日) 忘年会 (門山いろり館)  
(参加) 鍋谷(特別参加)、川上、荻野、堀正幸、佐々木基、佐々木邦、宝田、杉原、田村、広浜、三日市信、芦崎、折谷、橋本、沢渡、佐々木隆、藤谷、川村、宮寺  
19名

### (忘年会収支)

項目	金額	項目	金額
参加費	68,500円	材料代・景品他	77,306円
山岳会補助	29,806円	施設使用料	21,000円
計	98,306円	計	98,306円

- ・12月14日(日) 小佐波御前山 雨天中止

## 3)審議事項

- ①1月11日(日) 新春登山 ハゲ山 担当 宝田、村上  
別紙参照(P3) 1/10(土)に決定か中止の判断。

- ②1月18日(日) 高落葉山⇒ハ乙女山(仮) 担当 石田、高澤  
以下の理由で高落葉山から変更。1月11日に決定。

---

年末に下見に行った際、上部と下部ともに藪が多く、特に下部は雪の下もすぐに藪で足が埋まってしまう状態でした。そのため、撤退しました。

- ③2月7日(土)～8日(日) 雪中テント泊 担当 堀正幸・石田  
別紙参照(P4)  
募集〆切 1/28

- ④2月15日(日) 戸倉山 担当 川村・中野  
別紙参照(P5)

- ⑤来年度について  
別紙参照(P6)

\*鳥帽子の日 1月24日(土) 担当 荻野,野口,菅原,佐藤 \*参加は基本会員のみ\*

\*上記以降の山行・イベント

3月7日(土) 大地山 (計画では3/8だったが前日の3/7に変更)

3月29日(日) 赤祖父山

4月3日(金) 総会

4) その他

①新会員

酒井真由子、村藤健一さん

(次回定例会 令和8年2月5日(木) 午後7時 くろべ市民交流センターあお一よ)

**黒部山岳会 2026年 1月定例山行（案）**

<b>山 名</b>	ハゲ山（上市町）	
<b>標 高</b>	465 m	
<b>距離・累積標高</b>	距離： 2 km 累積標高差： (上り) 208 m (下り) 208 m	
<b>所 在 地</b>	上市町西種	
<b>山 行 日</b>	2026年1月11日（日）	
<b>予 備 日</b>	なし	
<b>集合場所/集合時間</b>	黒部市民病院駐車場 AM8:00 魚津から西方面はミラージュホール駐車場	
<b>服装・装備</b>	冬山装備（スノーシュー／カンジキ）	
<b>担 当 者</b>	宝田、村上	
<b>参 加 費</b>	1,600円	
<b>参 加 者</b>	●川上、三日市信、松本、澤渡、村上、坂正幸、●大坪、荻野、野口、川村、芦崎、菅洞、●宮寺、中野、藤谷、広浜、●宝田	
<b>行 程</b>	<b>登 山 口</b>	上市町西種地区公民館の赤い道路に片側駐車の予定
	<b>ルート名</b>	西種コース
	登り 1.00 時間      下り 40 分      休憩 2.00 時間      合計 3時間40分	
	<p>【行動予定】（目安）</p> <p>8:00 黒部市民病院駐車場 集合</p> <p>8:10 黒部市民病院 出発（魚津ミラージュホール集合 8:30）</p> <p>9:20 上市町西種地区 着</p> <p>9:30 登山口 出発</p> <p>10:30 ハゲ山 着</p> <p>～12:00頃 新春登山・寿山会（おぞう煮等）</p> <p>12:30頃 下山（ハゲ山）出発</p> <p>13:30 西種地区 着</p> <p>14:30頃 黒部市民病院 着</p>	
<b>感想（担当者）</b>		

# 黒部山岳会

宇奈月大原台テント泊 2026/2/7・8

宇奈月温泉の花火を上から見下ろす

楽しい雪の里山と、雪上キャンプを体験して欲しいと思います！！

スリーシーズンの装備で始める入門編です

1. 場所 宇奈月スキー場上部 平和の像周辺
2. 内容 雪山装備、雪上歩行、テント設営、食事と水作り、講習を体験し知恵を学びましょう
3. 日程

2/7(土)

8:00	ビール館 集合
11:30	テント場着
12:00	テント設置
12:30	昼食（各自）
13:00	講習 ちよこっと山歩き、ビーコン
15:00	夕食準備、夕食、片付け
17:21	日の入り
20:30	花火

2/8(日)

6:47	日の出
7:30	朝食（各自）
8:00	講習 ピッケル、アイゼン、弱層テスト
10:00	テント片付け
11:00	お風呂（案）
12:00	ささやお疲れランチ（案）
13:30	ビール館 解散

## 4. 装備 <個人装備>

中型以上のザック、ゴアテックス雨具かシェルジャケット、ダウンジャケットなど防寒服、冬用手袋、インナーハンケチ、ゴム手、毛糸帽子、バラクラバ、ストック、スパッツ、かんじき or スノーシュー、アイゼン（有れば）、水筒、ポット、マグカップ、サングラス、シュラフ、シュラフカバー（有れば）、テントマット、個人食器、ロールペーパー、洗面用具、ゴミ袋、テントシューズ（有れば）、ピッケル（有れば）、スポーツ飲料、行動食、ファーストエイドキット、ヘッドライト、ホイッスル、モバイルバッテリー、スリング・カラビナ、その他必要と思われる嗜好品

## <共同装備>

テント、竹ペグ、スノーフライ、タープ、ストーブ（1個）、ガスカートリッジ（1個）、ベニヤ、コップ（2セット）、オタマ、ランタン（1個）、スコップ（1ヶ）、スノーソー、タワシ、補助ロープ20m

※ 共同装備及び食材は、参加者全員で分担します。ザックに余裕を！

5. 食料 昼食各自・夕食（参加者で準備）・朝食各自（お湯は沸かします）

6. 参加費 円

7. 担当及び問い合わせ 堀 正幸（主）、石田 圭子（副）

8. その他

- (1) 宇奈月の積雪が少なかつたり雨の場合は目的地の変更か日程変更を考えます

山 名	戸倉山 計画（案）	
標 高	975.5 m	
距離・累積標高	距離：4.7km（往復） 標高：ノのぼり469m ↘くだり469m	
山 行 日	2026/2/15（日曜日）	
予備日	2025/2/22（日曜日）	
集合場所/集合時間	集合場所 入善スマートIC（山側） 集合時間：6:20 出発：6:30	
服装・装備	ザック、ザックカバー、雨具、登山靴、スパッツ、ヘッドライト、帽子、サングラス スノーシュー又はかんじき、ストック（輪のついたもの）、あればスコップ 昼食、飲み物（水分補給のため、温かいお湯など）、着替えなど	
担 当 者	中野・川村	
参加費	1,800円（仮：16名参加 車4台）	
参 加 者		
行 程	<p><b>登 山 口</b> 戸倉山登山口</p> <p><b>ルート名</b> 戸倉山登山口→上り3時間（どこまで行けるかは、その時次第→下り2時間 戸倉山登山口（往復）</p> <p>集合： 6:20 出発： 6:30 入善スマートIC→糸魚川IC→セブンイレブン（コンビニ）が最終トイレ 登山口着： 8:00 登山開始： 8:30 昼食： 11:30 どこまでいけるかはその時次第 下山開始： 12:30 寒ければそれよりも前に下山 登山口到着： 14:30 登山口出発： 15:00 トイレの希望があれば、セブンイレブン（コンビニへ行く） 入善スマートIC到着・解散 16:30</p> <p><b>高速代金</b> 入善スマートIC～糸魚川IC 1,210円 <b>自動車移動距離</b> 入善スマートIC～戸倉山登山口 片道54km（往復108km）</p> 	
その他 予測される危険予知	気温が高くて山が雨の予報であれば中止。山が雪の予報であれば決行。（大雪の場合は中止）	

# 黒部山岳会シニアについて

山岳会は、安全で楽しい登山活動を通じた知識・技術の向上、会員間の交流・親睦、そして自然保護を一般的な目的としています。しかし近年、会員の高齢化が進行し、アルパインクライミングなどの難易度の高い山行への挑戦が困難となり、活動の中心が健康維持や親睦を目的とした軽い山行へとシフトしつつあるのが現状です。

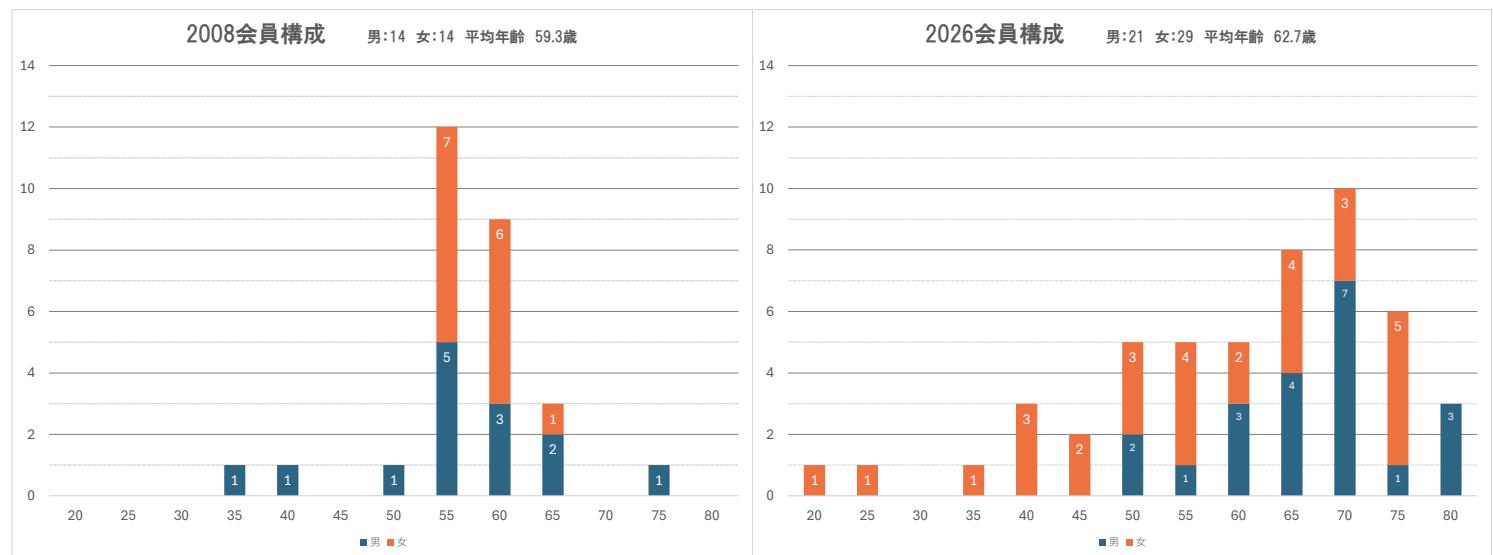
登山は老若男女問わず取り組めるスポーツである一方、年齢とともに体力、特に筋力や持久力が低下することは避けられません。体力は10代後半から20代でピークを迎え、30歳を過ぎると衰えが徐々に加速し、10年ごとに5~10%ずつ低下するとされています。特に40歳前後を境に、登山に必要な筋力、バランス力、持久力といった能力が大きく低下すると言われています。この体力的な変化は安全上のリスクに直結し、山岳遭難事故の統計でも40歳以上のケースが多く、特に60歳以上が全体の約半数を占めていることから、安全面での一層の配慮が求められます。そのため、高いレベルの山行を望む現役世代と、積極的な山行が難しくなるシニア世代が同じ枠組みで活動することは、安全上の大きなリスクにつながります。

こうした体力的な変化と安全性の観点から、山岳会が難易度の高い山行や安全登山を継続していくには、年齢を基準としたシニア会員制を導入し、活動区分を明確にすることが不可欠であると考えられます。一般的にシニアは満65歳以上を指しますが、体力の衰えは50代後半から60代にかけて顕著になる時期です。そこで、本会においても、原則として会員は満65歳になった時点でシニア会員へ移行するものとします。

会員区分としては、活動の主体となる正会員とシニア会員に分け、会費は同額としつつ、シニア会員は議決権を持たない形とすることで、現役世代の自主性と主体的運営を確保します。ただし、現状では執行部に65歳以上の会員が多いため、運営上の混乱を避けるため会則の運用面での柔軟な対応が必要となります。

山行については、「正会員のみ」、「正会員とシニア会員の合同」、「シニア会員のみ」の3区分とすることで、安全を確保しながら各世代のニーズに応じた活動を継続できるようになります。

またシニア事業の企画に当たってはシニア会員の中から世話人を選出し、運営に当たることとします。



## ※ 今後のスケジュール（執行部の方で進める）

1月定例会で承認 → 2月13日シニア対象者に会長より説明（案内は事務局から） → 4月総会終了時より施行

# 20251206\_忘年会

