

年2回発行

スタッフとみなさまを「しっかり」と結びつける、AGからのインフォメーション

# たいとろーぷ

第36号

2017年3月10日発行

★★★★ Tight Rope ★★★★★

## 初めてのことにチャレンジする。これは立派なあなただけの冒険です。

初めての海外旅行。初めての国へ。初めての高度へ。初めて雪山へ。初めてのBCへ。人にはそれぞれの「初めて・・・」があります。AGスタッフは、皆さんの「初めて・・・」が有意義で楽しいものになるよう、私たちの経験を生かし、「楽しく・やさしく・安全に」をモットーにきめ細かいサポートで皆さんの「冒険」をお手伝い致します。皆さんと「一緒に感動する」ことを目標に頑張っています。

### 無料机上講座

予約不要。直接会場にお越し下さい。

#### 憧れの高所登山にチャレンジ

キリマンジャロから、6000m峰、そして8000m峰を目指して

4月6日(木) 19:00~21:00

世界の高所登山を目指すための講演会。夏山・低山中心の活動をしている方、アイゼン未経験の方が、初歩の登山からスタートしてステップを踏みながら5000m峰、雪山登山、6000m峰、そしていつかは8000m峰を目指すための心構え、トレーニング、装備等について解説。キリマンジャロ、ネパール・アンデスの6000m峰、チョモランマ、南極などの公募登山隊のスライドも上映。

#### ヨーロッパアルプス名峰登頂を目指して

モンブラン・マッターホルン・アイガーに登る

4月12日(水) 19:00~21:00

アルプス最高峰モンブラン、天を突き刺すピラミッドのような山容で「いつかは頂に立ちたい」マッターホルン、アルプス登山史に燦然と輝くアイガーなど・・・。アルプス名峰登頂を目指す人のための講演会。山岳ガイドと登ることを前提に、それぞれのルート of 解説、登頂に必要な技術、国内でのトレーニング、装備、現地までの旅の技術等に関し詳しく解説します。モンブラン、マッターホルンのルート of スライドも上映します。



場所：文京区役所内  
文京シビックセンタースカイホール

東京都文京区春日1-16-21文京区役所26階  
地下鉄 丸の内・南北線 後楽園駅 5番出口隣接  
地下鉄 三田線・大江戸線 春日駅 5番出口隣接  
JR水道橋駅 徒歩9分

### AGボランティア・エコツアー

\*今年もやります！

#### 富士山登山と清掃ボランティア

2017年8月17日(木)~18日(金)2日間

参加費用：¥29,800。(参加費の一部をゴミ処理費用に充当します。)



日本の最高峰、富士山。古来より日本の象徴とされ、誰もが一度は登ってみたい山です。夏の富士山は難しい登山技術が必要なく、誰でも登れる印象がありますが、標高が高く、高山病の危険性があり、この高山病対策が登山のポイントとなります。

このツアーでは、高所登山に詳しい山岳ガイドが同行して、高山病対策を考えながら登るので、初心者でも安心して参加できます。また、富士山は登山ばかりが目立りますが、山麓には素晴らしい自然環境が残っています。しかしながら不法投棄などで、この自然が壊されているのが現状です。今回は現地NPO法人「富士山クラブ」と協力して富士山周辺の自然を守るため、青木ヶ原樹海周辺の清掃活動も行います。素晴らしい自然を肌で感じながらその貴重性を学び、自然環境の大切さ、そしてその保護活動の必要性を改めて認識するボランティアエコツアーです。

【日程】集合予定：新宿駅 7:20 解散予定：新宿駅 18:00

- 1：新宿～河口湖～青木ヶ原樹海～5合目～7合目山小屋
- 2：7合目山小屋～富士山頂～5合目～富士眺望の湯ゆらり～新宿

# 名古屋・大阪地区 無料机上講座

入場無料・予約不要直接会場にお越し下さい。

## 「ヨーロッパアルプスの名峰」と「憧れの高所登山」にチャレンジ

皆様の強いご要望にお応えして、大阪・名古屋地区の机上講座を開催。AGスタッフが伺ってアルプス名峰、そして世界の高所登山を目指すための講習会を開催します。アイゼン未経験者が、ステップを踏みながら5000m峰、雪山登山、6000m峰、そしていつかは8000m峰を目指すための心構え、トレーニング、装備等について解説します。キリマンジャロ、ネパール・アンデスの6000m峰、チョモランマ、南極などの公募登山隊のスライドも上映します。

**大阪会場 4/14(金) 19:00~20:30**

阿部野市民学習センター 3階 第1研修室  
大阪市阿倍野区阿倍野筋  
3-1-10-1-300  
あべのベルタ3階



地下鉄「阿倍野」駅 7号出口すぐ  
JR・地下鉄「天王寺」駅 徒歩8分

**名古屋会場 4/15(土) 14:30~16:30**

カネジュービル第1会議室  
名古屋市中村区則武  
1-2-1 カネジュービル



名古屋駅 新幹線口 徒歩3分

## お楽しみイベント情報

\*お申込手続きが必要です。

### 登山のためのテーピング講習会

6月13日(火) ・ 9月14日(木)

19:00~20:30 AGオフィスにて 参加費 ¥1,500.

登山、ハイキング、スキー、スノーボード中に、突然のケガなどで関節を痛めてしまう場合がよくあります。また、ひざなどが慢性的に痛い方で、長いコースが歩けないという話もよく聞きます。そういった突然のアクシデントや日々の関節の問題に対処するためには、テーピング技術が有効です。しかしながら、テーピングテープは持っていても、正しい使い方を知らない人が多いのが現状です。転ばぬ先の杖ではありませんが、テーピングの正しい講習を受けませんか。テーピングを教材として用意。終了後は、自分の装備として利用して下さい。



山岳ガイドが初歩の初歩からご案内します。シューズは運動靴、トレッキングシューズなど何でもOK。

クライミングシューズもできる限り用意しますので、サイズが合えばチャレンジして下さい。ハーネス等の登攀具は全てレンタル可能。ちょっとした「スリル」を体験してみませんか。



### 山道具研究会 \*要予約、参加無料

5月11日(木) 6月14日(水) 9月5日(火)

各回とも 18:00~20:00

都内山道具店 (場所は参加者にご連絡します。)  
「たくさんある山道具、何を選んで良いかわからない」「買ったけど使いこなせない」「新しい機能を試してみたい」そんな声にお答えするために、山道具店の店先を借り山岳ガイドが登山者の立場に立って、実際に品物を手に取りながら、長所、短所のポイントを解説。山道具店といっても、何も購入する必要はありません。見学だけでOKです。希望があればもちろん購入も可能ですが・・・。

### 岩登り体験会

5月27日(土) 会費 ¥2,000.

場所: 湯河原 幕岩を予定

なかなか最初の一步が踏み出せない岩登り。ちょっと怖いけど体験してみたいという方、是非ともお集まり下さい。

これらのイベントには予約が必要です。事務局までご連絡下さい。イベントの約1週間前に詳細を郵便かメールでご案内致します。

## AG関係の書籍 好評販売中

**エベレスト登れます** 近藤謙司 産業編集センター ¥1,300.

**ぼくは冒険案内人** 近藤謙司 山と溪谷社 ¥1,400.

アドベンチャーガイドズが設立されて、19年目に突入しました。この本はいわば今までAGがコンセプトとして頑張ってきたことが集約された本です。是非、読んでください!!



**ゆっくりたのしむ山歩き** 古谷聡紀 永岡書店 ¥1,200.

初歩の初歩から解説しています。なぜ、そのようになるのか、なぜそのようにすべきなのかにポイントをおいて、解りやすく説明しています。ベテランの登山者も原点に戻って読んで下さい。



近くの書店で手に入らない方は、AGでも販売しています。郵送も致しますので、ご一報下さい。

## つきいち 無料机上講座

\*お申込手続きが必要です。

近藤謙司とAGガイドチームがご案内する机上講座シリーズ。山歩きの基本を毎月色々なテーマで優しく・楽しくご案内します。どなたでも、お気軽にご参加下さい。

場所: アドベンチャーガイズ オフィス

(JR 飯田橋駅 徒歩5分)

時間: 19:00から 1時間 定員: 9名

### 第1回 4月11日(火)「疲れない山歩き」

ペース配分、エネルギー補給、ストックの使い方

### 第2回 5月18日(木)「山道具の選び方」

正しいウェアの選び方 レイヤリングの基本、その他

### 第3回 6月07日(水)「初めてのロープの結び方」

基本的な5つの結び方を覚えます。

### 第4回 7月27日(木)「初めての高所登山」

高山病のメカニズムと高所順応のポイント

### 第5回 8月23日(水)「地図の読み方 その①」

初めての地図読みとコンパスの基本

### 第6回 9月13日(水)「地図の読み方 その②」

地図とコンパスを使ってみる。

### 第7回 10月03日(火)「山での緊急搬出」

もし山でケガをしたら。搬出方法の基本を講習します。

お申込者が定員を越えた場合は抽選とさせていただきます。講座開催日の10日前に抽選をして、ご案内のメール、電話にてご連絡致します。

## つきいち 実践講座

\*お申込手続きが必要です。

AGガイドチームの「無料つきいち机上講座シリーズ」の実践編。東京近郊の山で実際に山歩きを楽しみながら、山登り、アウトドアの基本を学びます。毎月色々なテーマを設定して優しく・楽しく講習します。どなたでも、参加可能です。

### 第1回「初めてのアイゼン歩行」 \*登山保険にご加入下さい。

5月07日(日) 水上周辺 10:00 水上駅集合予定

アイゼン未経験の方へ。雪山挑戦の第一歩です。

アイゼンを使って雪の上を歩いてみます。

### 第2回「初めての岩登りとロープワーク」\*登山保険ご加入下さい。

6月25日(日) 日和田山 10:00 高麗駅集合予定

机上で覚えた5つの結び方を実践で使ってみます。簡単な岩登りにもチャレンジ。もちろん初めての方も大歓迎です。

### 第3回「高所登山シミュレーション」

8月20日(日) 関東周辺 10:00 \*後日ご案内します。

東京近郊の山で、ペース配分、休憩の取り方など、高所登山をシミュレーションしながら登ります。

### 第4回「地図とコンパスの使い方」

9月24日(日) 箱根駒ヶ岳 10:00 早雲山駅集合予定

地図とコンパスを実際に使いながら、山座同定、ルートファインディングをしながら、簡単なハイキングを楽しみます。

### 第5回「山での緊急搬出シミュレーション」

10月15日(日) 高尾山 10:00 高尾山集合予定

山で怪我をした場合のセルフレスキューを講習します。

参加費用 各回 ¥2,000。

\*講習に対応した保険にお入り下さい。申込者に別途ご案内します。

## なすびさんと行く ネパール地震 復興支援ツアー

### ネパール復興支援とエベレスト展望トレッキング 11日間 2017年10月22日発

なすびさんのエベレスト登頂計画「エベチャレ」。東日本大震災の復興支援のための2013年からスタートし、AGもサポート致しました。そして、ご存じの通り、2016年ついに4回目のチャレンジでエベレスト登頂を果たしました。

その4年に渡るチャレンジの中で、2015年4月、3回目のチャレンジでエベレストBC滞在中に、ネパール大地震に遭遇しました。報道でもご存じの通り、なすびさんは、巨大な雪崩に襲われ九死に一生を得ましたが、その年の登山は中止となってしまいました。カトマンズに戻ったなすびさんは、悲惨な被災状況を目の当たりにして、直ぐに被災したネパールの人々のための「しゃくなげの花プロジェクト」を立ち上げ、クラウドファンディングの形で募金を集め、直接、ネパールの人たちの復興支援に役立てるように活動しております。

今回のツアーではプロジェクトが支援している被災地を実際に訪れ、支援活動を視察するとともに一緒に活動もして頂きます。その後、なすびさんと一緒にエベレストが展望できるナムチェバザールまでトレッキングをします。ネパールが一番の復興支援は、実際に現地を訪れること。なすびさんのエベレスト登頂の「秘話」を聞きながら、神々が住むといわれているヒマラヤでトレッキングをしてみませんか。

\*詳細は2017年7月頃発表します。パンフレットをご請求ください。



### しゃくなげの花プロジェクト

2015年4月25日に発生したネパール大地震は、国連発表によれば、人口の約3割、800万人が何らかの被災したとされています。東日本大震災からの復興を続けている福島を忘れないでほしいと呼び掛けるために始めたエベチャレ。これまで4年間、エベチャレを応援してくれたネパールの方々もたくさん被災されています。現地は少しずつ復興してきているとはいえ、完全ではありません。まだまだ、被災者の方へできることがあります。私たちが日本にいても支えることができます。大きなことではなくても、これまで力になってくれた現地の人、目の前で出会った被災された方、その方々が必要としている支援を続けていきたいと思えます。そのための活動資金を募ります。具体的な活動は、なすびさんから、現地から直接情報を収集しながら、随時、皆様へ報告させていただきます。



# 山ガールネット & AG コラボ企画 女性限定

## 初めての女子のアルプス山歩き ツール・ド・モンブラン10日間

ヨーロッパアルプストレッキングの代名詞ツール・ド・モンブラン。いくつかあるルートの中で初心者でも歩けるルートを採用。高山植物が咲き乱れる高原を、氷河を抱くアルプスの山々をのんびり歩きます。日本人女性ツアーリーダーが同行するので安心です。



2017年8月18日(金)夜発 10日間 ¥395,000.

## 山ガール ヨーロッパアルプスナイト

海外だからって全てが上級者向けではありません。初心者はいるので。初めては誰でも不安なもの。ヨーロッパアルプスでは、どのくらいの技術や体力で歩ける？ どんな道具が必要？ 山小屋でシャワーが浴びれる？ 色々な疑問をビジュアルを使って解説します。



【開催日時】 4月25日(火) 19:00~ 入場無料  
渋谷区文化総合センター大和田にて

## 「初めての岩登り体験会」 5月28日(日)

岩登りはちょっと怖いけど、一度体験してみたいという女子、お集まり下さい！！ AGでも体験会がありますが、やはり男性と一緒に気が引ける方というも、気軽にご参加頂けます。もちろん初めて岩に触る方からご参加頂けます。シューズは運動靴、トレッキングシューズなど何でもOK。ハーネス等の登攀用具は全てレンタルします。近藤謙司が講師を担当。楽しみながら「スリル」を体験してみませんか。



これらのツアー、イベント、体験会の詳細は、山ガールネットホームページをご覧ください。 <http://yamagirl.net>

# トレイルランナー奥宮俊祐さんと行く ワールドウルトラトレイルシリーズ

世界各地で年間10レース設定されているウルトラトレイルレース・ワールドツアー。その大会のいくつかに日本を代表するトレイルランナー奥宮俊祐さんと一緒にチャレンジしませんか。一緒に試走、ウォーミングアップなどを一緒に行くことができます。また、奥宮さんの前日ワンポイントアドバイスも実施。一流ランナーの大会前の準備を体験することもできます。また、選手を応援する、同行者プランも設定。のんびりとハイキングを楽しみながら、選手を応援できるツアーです。詳細が決まりましたら、AGホームページ、AG facebook 奥宮さんの facebook で発表します。

### グラン・レイド・レユニオン

**GRAND RAID Réunion** | 19 au 22 Oct 2017  
2017年10月開催。インド洋に浮かぶ火山島、レユニオン。フランス領のこの島は、洗練されたリゾートと標高3000mクラスの山々が作り出す景観が印象的。「スペクタクルの島」呼ばれる、この島を舞台に行われるレースがグラン・レイド・レユニオン。色々な壮大な景色に出会えるこのレースはフランス人のトレイルランナー憧れの大会です。現在、ツアーを準備中です。

### アイガー ウルトラトレイル

**EIGER ULTRA TRAIL**  
2017年7月開催。  
レースの舞台となるグリンデルワルトは、「スイス三大名峰」として名高いアイガー・メンヒ・ユングフラウの三山に抱かれたリゾート地。雄大なアルプスの山々を見ながら走る気分は最高。非常に人気が高いレースで、毎年、募集を開始するとともに直ぐに一杯になります。2017年も大会公式レースとしてツアーを設定。現在、若干の残席がございます。ご希望の方はお早目！！

### 奥宮俊祐

中学から大学と陸上部で長距離を続ける。東海大では箱根駅伝を目指すのが選手になれず、挫折を経験する。大学卒業後、25歳の時に心臓に感じていた違和感の原因が不整脈と判り手術を受け完全回復。快適に走れる喜びを初めて味わい、走りの楽しさを再確認。その年、初めて日本山岳耐久レース(ハセツネ)を走り、3位入賞。それ以来トレランに全力を注ぐようになる。現在、Road to Trailを主催し、トレイルランの楽しさを広げている。



## スノーボードチューナップを特別価格で提供

そろそろ滑りモノのシーズンも終わりに近づいています。シーズンオフの板の手入れのご案内です。BURTON代理店でチューナップを担当していた「じゃけん」こと、中井徹氏がスノーボードチューナップ専門店『TUNE UP FACTORY』を主催し、たいとろーぶ読者の板のチューナップを引き受けてくれています。プロのボーダーもご利用のスペシャルチューナップを体験してみませんか。料金は、もちろん特別価格！ぜひぜひお問い合わせを。



- チューナップコースプライス例
- スタンダードチューン...7000円
- ベースワックス加工...4000円
- ニューボードチューン...3000円
- 他コース、オプションも多数あります。詳細はお問い合わせください。

特別キャンペーンを実施します。詳しくは、ルートJファクトリーのホームページ、ブログでご確認ください。 <http://www.root-j.com>

# お申込み・お問合せ... 株式会社アドベンチャーガイドズ

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋4-5-4山和ビル3階  
TEL: 03-5215-2155 FAX: 03-3288-3211  
e-mail [info@adventure-guides.co.jp](mailto:info@adventure-guides.co.jp) Home Page <http://www.adventure-guides.co.jp>

旅行企画・実施 (株)アドベンチャーガイドズ 観光庁長官登録旅行業第1713号 日本旅行業協会(JATA)正会員