

2017-12MHC会報



「エベレスト撮影紀行Ⅴ」から 撮影 鈴木 雅則
タムセルク 6623m を望む

NPO 法人 松本ヒマラヤ友好会

MATSUMOTO HIMALAYA FRIENDSHIP CLUB (略称MHC)



事務所・本部 〒390-0852 松本市大字島立 4539 番地 7

TEL: 0263-47-6197 FAX: 0263-47-5685

E-mail : mhc@lily.ocn.ne.jp <http://www1.ocn.ne.jp/~mhfc/>

2017-12MHC会報



拝啓

12月年の瀬を迎え、朝晩猛烈に冷え込むここ松本平。2017年度も、昨年度と同様、平地も山も異常気象の一年でした。皆様いかがお過ごしでしょうか。今日に至るまでの**会員皆様のご協力にあらためて感謝申し上げます。**

さて、各事業の経過と予定をお知らせ致します。

1、文化交流事業

①上高地アルペンホテルでのネパール物産は10/24に最終棚卸、回収。
バスターミナル2階上高地食堂は11/15に最終棚卸、回収。売り上げは、国際協力事業に積立てられ、ネパールの銀行に送られます。

②4/20～上高地バスターミナル2F会議室特設会場で開催されている「上高地の美しい自然」「北アルプスの美しい自然」写真展は、11/15にて終了しました。来年4月20頃からの開業の際は、張り替えず引き続き同様に展示されます。



バスターミナル 2F 特設会場写真展

③10月12日(木)～10月15日(日)に、会場 井上百貨店本館7階大ホールにおいて、「松本ヒマラヤ友好会山岳写真展—2016・2017MHC 登山講習報告、中部山岳編—」が開催されました。

事業報告写真100点、応募作品70点が展示されました。

表彰式は、10月15日(土)井上百貨店本館7階大ホール写真展会場で開催。審査員山岳写真家 内田良平氏により、優秀作品は、**金賞、銀賞、銅賞、内度良平特別賞、入賞等選抜**され、表彰されました。



井上写真展会場



審査員内田良平さんより各賞表彰



会場の様子

この写真展は、新聞各社、朝日、読売、産経、中日、信濃毎日、市民タイムス等で写真掲載で紹介され、広く話題を呼びました。

この写真展を開催する事で、出展者の思いの籠った山の写真を展示する事で、中部山岳の美しい自然や登山する事への関心が、深まることを願っています。

2016.2017 登山講習報告写真一部



2016.7 表銀座縦走



2017.5 花の奥上高地



2016.10 紅葉の焼岳と上高地散策

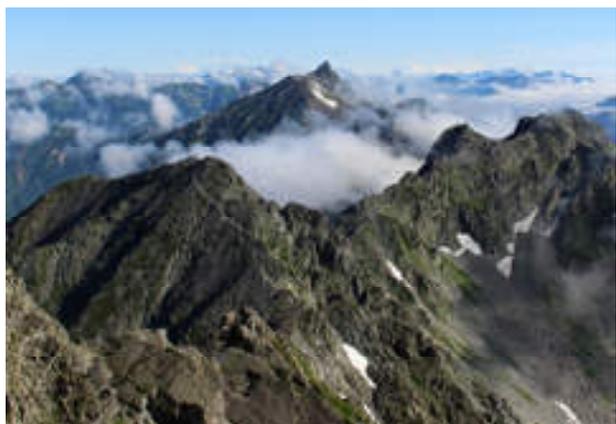
各賞作品紹介 敬称略



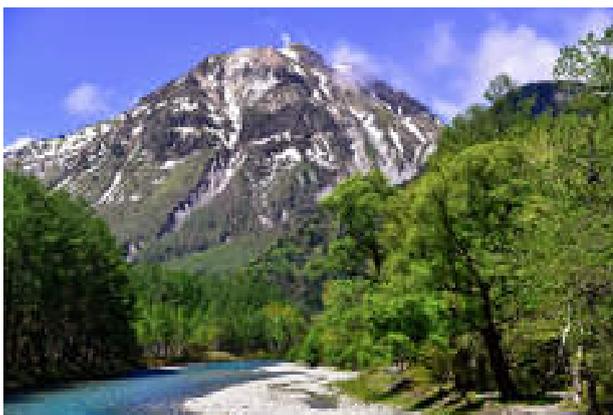
金賞 残雪の立山連峰拾層路 小松佑次



銀賞 剣が峰映える秋彩 丸山祐司



銅賞 奥穂より槍穂連峰を望む 市川浩章



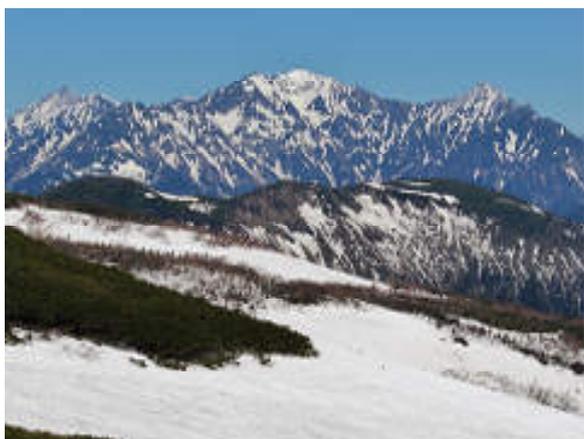
内田良平特別賞 焼岳初夏 福岡雅敏



佳作Ⅰ 憧れの蔵王 海野靖子



佳作Ⅱ 山の夜明け 上條賢介



佳作Ⅲ 残雪の乗鞍岳と槍穂高岳遠望 河西靖男

※MHCでは、6月に写真教室講習、また毎年のように写真展を開催しています。
山岳写真撮影も登山の良い思い出の一つです。是非、撮影技術も習得していただいて、写真展への出展をお待ちしています。

2、山岳スポーツ振興事業・・・MHC 登山講習は以下の通りです。

①報告・・・以下の登山講習は中止といたしました。

⑤9/23～9/24・・・紅葉の涸沢・奥穂高岳・奥又白を行く

⑥10/21～10/22・・・焼岳登山と紅葉の上高地散策

⑦11/3～11/4・・・新雪の常念岳を登る⇒11/3 で小屋締めのため中止

⑧11/18～11/19・・・新雪の燕岳と温泉

参加者を募集します・・・今年度最後の2山行になります。別紙参照

②2/17(土)～18(日)スノーシューで行く上高地・乗鞍高原

坂巻温泉に泊まります。いいお湯です。食事もうまいですよ。

スノーシューは石井スポーツよりメーカー品 10 台まで貸し出し可能となりました。1 台 1000 円です。



結氷した大正池畔からの穂高岳



冬の梓川と焼岳



乗鞍岳高原に行く



番所の大滝



一ノ瀬園地に行く



白銀の乗鞍岳を望む

③3/10(土)～11(日)雪山登山・白銀の硫黄岳を登る。

赤岳鉱泉に宿泊。温かい個室を用意してくれました。食事がうまいです

白銀の乗鞍高原に行く



八ヶ岳主峰赤岳 2899m



滑落停止の訓練



カモシカに会う



30度の赤岩の頭の斜面を登る



アイゼンを効かし稜線を登る



北西に聳える御嶽山



赤岳・阿弥陀岳の先鋒群



硫黄岳 2765mに見事登頂

※登攀責任者の鈴木理事長の怪我、病気も徐々に回復してきました。宿泊や石井スポーツのスノーシュー貸し出しの予約も完了しています。是非、ご参加ください。

④

MHC 松本カトマンズ姉妹都市交流事業

「岳都カトマンズ訪問とエベレスト撮影紀行Ⅶ」と 報告写真展⇒延期しました。

2017年12月10日(日)～2017年12月27日(水) 18日間

上記企画は、MHCのオリジナル企画で第7回目を迎えましたが、引率者の鈴木理事長の怪我と病気の為、延期といたしました。来年日程を短くして実施したいと思っています。未経験の方も、是非ヒマラヤの大自然体験とMHCの国際協力事業にご参加ください。



か

カトマンズバクタプールの世界文化遺産



山ヤギを追う農夫



世界文化遺産パシュパテナート



エベレスト街道を行く



クムジュン村を出発するヤク



クーンブ氷河から見上げるエベレスト



燃えるエベレスト

上記は、カトマンズとエベレスト街道の写真です。次回は、時間と余裕を作って、皆で行きましょう

3、国際協力事業・・・私達の小さな活動が、参加者皆様の参加費、ネパール物産の販売売上げの一部が国際協力基金に積立てられ、ネパールの青少年の教育の為に役立っています。

① 寄付金、講演料、文化事業、物産展示販売、そしてMHC登山講習の収益により積立てられた、国際協力事業基金により、国際協力事業が行われています。

②2017年度カトマンズの短期大学に通学する勤勉奨学生・・・詳細はMHC2017-9会報参照

※鈴木理事長は、市交流委員会の副会長として、1/20～1/24までカトマンズを訪問してくる事となりました。1/20奨学生らに会い、激励してくる予定です。彼らにお土産を持っていきたいと思ひます。心寄せる方々は、ご連絡ください。

21期生



チェワン・オアルム フ・ドルジ ニマ・ドカ ペンバ・テンジン サガット・バストラ ツェリン・ワングチュ

22期生



ミグマ・タマン リタ・ドルジ ペンバ・チリ カミ・テンバ ワンディ・シェルパ ツェリン・タシ

※奨学医学生ツェリン・タシ君より、医科大学最終試験に合格、インターシップ期間に入ると伝えてきま

Namaste Suzuki san,
Warm regards from Nepal.

I heard from my dad that you had undergone a surgery. I hope that the surgery went well and I pray for your fast recovery. Please, take care Suzuki san.

I am very glad to inform you that **I have passed my Final Year Medical University Examination.** I now have **a year of Internship left** which I will have to do at my college hospital. I will then be working **for a year at Khunde hospital, Khumbu.**

I would like to thank you Suzuki San for your continued **support for my education** since grade 11.

I am hugely indebted to you.

I pray for your speedy recovery and good health.

Tshering Tashi Sherpa
Kathmandu, Nepal



ナマステス鈴木さん、
ネパールから暖かいご挨拶。

私はあなたが手術を受けたことを父から聞きました。手術がうまく行き、あなたの早い回復のために祈っています。鈴木さんお大事にしてください。

私は、**最終学年の医学大学試験の合格**をお知らせすることを大変うれしく思います。私は今、私の大学病院でやらなければならない**インターンシップ**の年を残しています。私はその後、クーンブ地域のクンデ病院で**1年間働くつもり**です。

11年生以降の教育に対する**鈴木さん達の継続的支援に感謝**を申し上げます。

私は貴方達に大変な恩恵を受けています。

私はあなたの迅速な回復と健康をお祈りしています。

ツェリン・タシ・シェルパ
ネパール、カトマンズ

※MHC 支部長サンタラムさんから、活動報告写真が送られてきました。



献血活動



教育文具支援,ランドセル、帳面、奨学金支給



河川敷清掃活動、大勢の人々が協力



事務所スタッフ

※MHCネパール支部長サンタラムさんから、活動報告文書が伝えられてきました。

Dear Suzuki San,



We are very happy for your better health. My family and all the MHC- Nepal family are happy that your health is good.

Congratulations on being the Vice President of the sister city. Thank you for **the donation** that you have gathered, we will utilize it in a very efficient way like we have been before. We shall select a government school where we can find the underprivileged children. As MHC-Japan have been helping us, we have been doing social activities in an aggressive way.

First on august 12, 2017

We conducted a **blood donation campaign**. It was a success and we had more than 75 people who were willing to support us by donation blood.

On oct 27,2017

The youth department of the MHC-Nepal which includes My son Abhash pokhrel, Mr. Andolan Shrestha and Sanjit Dangol the son of Shankar Dangol, distributed bags and educational material to orphans in Tokha area. The youth department is a sub organization within the MHC-Nepal, which we are focusing on giving volunteer opportunities to youths who are willing to do social work.

On Nov 5,2017

We held a grand program, which was attended by the **elected vice mayor of KMC Mrs**

. Hari Parbha Khadka Shrestha. The mayor of KMC could not attend this due to election which is taking place tomorrow. We distributed educational materials to 150

Underprivileged children in a community school.

Along with that we also provided **scholarship to 4 children** who had lost their parents in earthquake few years back.

Along with this, every Saturday all the members of MHC-Nepal gather together for **river and city cleaning campaign**. The local have started supporting us and are involving more in the cleaning campaign.

親愛なる鈴木さんへ、

私たちはあなたの健康が良くなっている事にとっても満足しています。私の家族と MHC ネパールのすべての家族もあなたの健康が良いことを喜んでます。

姉妹都市の副会長となったことをお祝いします。あなたが集めた寄付に**感謝**しています。私たちはこれまでと同じように非常に効率的な方法でそれを活用しています。私たちは恵まれない子供たちが学ぶ公立学校を選ぶでしょう。MHC-Japan は私たちを支援してきましたので**積極的に社会活動**を行っています。

最初に 2017 年 8 月 12 日

私たちは**献血キャンペーン**を実施しました。それは成功し、私達には献血を喜んで支援してくれる 75 人以上の人達がいきました。

2017 年 8 月 27 日

私の息子の Abhash pokhrel、Shankar Dangol の息子である Anandan Shrestha と Sanjit Dangol を含む **MHC-ネパールの青少年部門** は、Tokha 地域の孤児たちにバッグや教材を配布しました。青少年部は、MHC ネパール内の下位組織であり、私たちは社会事業を行う若者にボランティアの機会を与えることに重点を置いています。

2017 年 11 月 5 日

私達は、選出された**副市長(女性)**が出席した壮大なプログラムを開催しました。

ハリ・パルバ・カドカ・シュレスタ。KMC 市長は、明日行われる選挙の為、このプログラムに出席することができませんでした。150 人分の教材を配布しました

コミュニティスクールの恵まれない子供たち。それと同時に、数年前に地震で親を失った 4 人の子供たちに**奨学金**を提供しました。

これに伴い、毎週土曜日、MHC-ネパールの全員が集まり、**川と都市の清掃活動**を行っています。地元の人々が私たちの支援を始め、清掃活動にもっと関わっています。

After the election is over tomorrow in the near future we are planning to distribute **350 more education materials** in a community schools and we are planning to launch an environment awareness campaign.

I have attached few pictures of the activity I mentioned above, I will send you few more pictures in my next mail after I get it from Mr. Andolan Shrestha, who has gone home for the election tomorrow.

Please do keep updating me about the meeting secretariat of Matsumoto city and as we have been doing before MHC-Nepal will co-opreate with you in small details.

Thank you
Shanta Ram Pokhrel

明日の選挙が終わった後、私たちは地域の学校に **350 人以上へ教育教材を配布する** 予定で、環境意識向上キャンペーンを開始する予定です。

明日の選挙のために帰国した **Andolan Shrestha** さんからのいくつかの写真を、私が次のメールに送るつもりです。

松本市役所の事務局について、MHC ネパール支部があなたと協力し時私たちが行っているように。私に最新情報を伝えて続けてください。

ありがとうございました
サンタラム・ポハレル

4、事務局から

①10月12日(木)～10月15日(日)に、会場 井上百貨店本館 7階大ホール 表題「**松本ヒマラヤ友好会山岳写真展—中部山岳編**」は、皆様のお蔭で、成功裏に完了致しました。事業の運営、展示、そして表彰式挙行へのご理解ご協力で御礼申し上げます。

②10月14日～15日、松本市今井公園でSBC主催**楽市楽座**を開催。松本市交流委員会カトマンズ部会はカトマンズブースを設け。MHCではカトマンズ・ヒマラヤのA2写真パネル8枚を提供、ネパール物産品を展示して売り上げに協力しました。カトマンズ店からカレーも売り上げました、店員として**向井さんと内山理事**が協力してくれました。10/14テレビ生中継がされました。



10/14,15 カトマンズ店舗

②2018年1/20～1/25、鈴木理事長は、松本市、海外都市交流委員会カトマンズ部会の責任者として、昨年の震災義捐 1000万円の使い方の視察と楽市楽座で得た収益を持参して、学校の教育文具費に充てるため、2名の市職員と共に**カトマンズへ訪問**する事となりました。

教育文具は、カトマンズの学校へ提供したいということで、実績のある**MHCネパール支部**に大協力をしてもらい、提供できることとなりました。1/22、**MHC奨学生らと面会し、激励夕食会**を開催する予定です。

5、理事長から

会員の皆様へ、

理事長自身の不注意による怪我と病気の為、長い間、登山講習も休止し、他の事業活動も滞りがちとなりました。皆様には大変ご迷惑をおかけし、深くお詫び申し上げます。お蔭様で体調は、徐々に回復しています。皆様のご心配ご支援ありがとうございました。

2/17～2/18のスノーシューで行く上高地、乗鞍高原には、皆様とご一緒できますので、よろしくお願い致します。年初めの登山講習ですので、白銀の穂高岳を仰ぎ、坂巻温泉の温かい湯に浸かり、豪華な食事、骨酒で一杯いただきながら、**新年のお祝いをしませんか。皆様の参加**を希望します。

来る2018年も、皆様様にとって、良い年であることを、心よりお祈り申し上げます。

平成29年12月22日

MHC 会員各位

NPO 法人 松本ヒマラヤ友好会事務局

参加者募集

2017MHC 登山講習

スノーシューで行く上高地・乗鞍高原



主催 NPO 法人 松本ヒマラヤ友好会 共催 松本市
後援 長野県教育委員会 松本市教育委員会

信濃毎日新聞社 朝日新聞松本支局 毎日新聞松本支局 読売新聞松本支局 産経新聞長野支局 中日新聞社、
市民タイムス、松本平タウン情報、長野日報社、SBC 信越放送、NBS 長野放送、TSB テレビ信州、abn
長野朝日放送、テレビ松本ケーブルビジョン、FM 長野、長野県写真連盟

北アルプスの重鎮、穂高岳連峰を仰ぐ冬の上高地と乗鞍高原を訪ねます。登山は新釜トンネル入口から始まり、3時間の道のりを河童橋まで歩きます。午後には引き返して、夕方、坂巻温泉に泊ります。2日目は、雄大な乗鞍岳を間近に望み、乗鞍高原の雪原をスノーシューで巡ります。



大正池と白銀の穂高岳



梓川畔を行く



河童橋に到着

期 日 2月17日(土)、18日(日)

集合場所 17日(土)AM7:30 国道158号線 市営沢渡第二駐車場

参加者同士、県松本合同庁舎に集合(AM6:30)して、車に乗り合わせ沢渡へ向う事もできます。

1. 日程 17日(土)

県松本合同庁舎駐車場集合(AM6:30)→沢渡(AM7:30)車→158号線坂巻温泉(AM8:00)・送迎→新釜トンネル入り口(AM9:00)→雪道を歩きます。河童橋(AM12:00、1:00)→森林帯の雪道を引き返します→新釜トンネル出口(AM3:30)車→坂巻温泉泊

18日(日)

坂巻温泉→出発(AM8:30)→沢渡経由乗鞍高原鈴蘭駐車場(AM9:00)→スノーシューコースで一ノ園地まで歩きます。鈴蘭駐車場へ引き返す→番所(AM12:00)昼食・出発(AM1:30)→県松本合同庁舎駐車場(AM2:30)へ



乗鞍高原スノーシュー

2. 共同装備 医薬品セット 他

3. 個人装備 帽子、手袋、登山靴、スノーシュー、ストック、防寒ヤッケ、ロングスパッツ、着替、懐中電灯、テルモス、洗面具、サングラス、ゴミ袋、他

※スノーシューは、10台まで貸し出し可能(1台1000円、ストックはご用意ください。)

4. 食料 初日の昼食 行動食

5. 費用 17,000円≪講習料・山岳保険・1泊2食18日昼食付、交通費は別途≫

※ 申し込みは、2月15日(木)締切です。問い合わせは、NPO 法人松本ヒマラヤ友好会事務局へ

TEL 0263-47-6197 FAX 0263-47-5685 E-mail:mhc@lily.ocn.ne.jp

なお2013MHC事業の詳細は、MHC ホームページ <http://www1.ocn.ne.jp/~mhfc/> をご覧ください。

参加者募集

2017MHC 登山講習

初心者向雪山講習

白銀の硫黄岳(2765m)を登る



主催 NPO 法人 松本ヒマラヤ友好会 共催 松本市

後援 長野県教育委員会 松本市教育委員会

信濃毎日新聞社 朝日新聞松本支局 毎日新聞松本支局 読売新聞松本支局 産経新聞長野支局 中日新聞社、市民タイムス、松本平タウン情報、長野日報社、SBC 信越放送、NBS 長野放送、TSB テレビ信州、abn 長野朝日放送、テレビ松本ケーブルビジョン、FM 長野、長野県写真連盟



滑落停止の練習



主峰赤岳を背景に、赤岩ノ頭上部の雪斜面を登る



山頂に登頂!

ハヶ岳は比較的積雪が少なく、初心者が雪山登山を始めるには条件が適しています。高所ヒマラヤ登山経験豊富な松本ヒマラヤ友好会 MHC 山岳委員が、登山前のウォーミングアップから雪山歩行、アイゼン、ピッケルの使い方、エネルギー源のとり方等、登山中の指導と雪山での注意を行い、安全で楽しい登山となるようアドバイスしながら登ります。

期 日 3月10日(土)、11日(日)

集合場所 10日(土) AM7:30 県松本合同庁舎駐車場集合
最終・AM9:00 美濃戸バス亭前駐車場

1. 日 程

10日(土) 諏訪南インター出口(8:30)→美濃戸口(9:00)登山開始→美濃戸(10:00)→赤岳鉱泉(12:30)午後 荷を置き、近くの雪斜面で滑落停止の練習・・・泊する

11日(日) 赤岳鉱泉(7:00)→森林帯の急斜面の雪道を登る・・・赤岩の頭(9:00)・展望が開け、北・中央・南アルプスが見える。→硫黄岳山頂(9:30) 休憩、出発(10:00)→赤岳鉱泉(12:00)昼食→美濃戸(14:00)→美濃戸口(15:00)→諏訪南インターへ・・・解散

2. 共同装備 医薬品セット 他

3. 個人装備 帽子、手袋、冬用ヤッケ、スパッツ、懐中電灯(ヘッドランプ)、ピッケル、アイゼン(10本歯又は12本歯)、テルモス(水筒は凍結します)、サングラス、他

4. 食 料 当日出発前の朝食は、充分食べて来て下さい。行動食・昼食 10,11 日分持参、凍結の為、米類よりパン類が望ましい) 嗜好品

5. 費 用 17,000 円 《登山講習料、山岳保険、1泊2食付、交通費別途》

※ 申し込みは、3月8日(木)締切です。問い合わせは、NPO 法人松本ヒマラヤ友好会事務局へ

TEL 0263-47-6197 FAX 0263-47-5685 E-mail:mhc@lily.ocn.ne.jp

MHC ホームページ <http://www1.ocn.ne.jp/~mhfc/>をご覧ください。

