KOLA

岸和田オリエンテーリング協会
事務局〕〒596－0044
岸和田市西之内町46－12
寺田　強（TEL0724-43-4904）
第238号2003年8月6日発行

第23回 コンターズ練習会　03. 8. 3（日）

AはA1/A2/A3のどれからでも

A1	1,000
41	∧
42	↓ ◈ ◈ ＝
43	?
○<	165 m >○

A2	1,400
44	→ ○
45	?
46	?
○<	675 m >○

遊具

A3	3,600
47	↓ ○
48	?
49	?
○<	1,650 m >○

遊具

撤収時刻は
13：00

縮尺　1:7,500
等高線間隔　2 m

0　100　500m

BはB1/B2/B3のどれからでも

B1	900
51	× ○
52	?
○<	300 m >○

B2	900
53	⌒ ⌊
54	?
○<	375 m >○

B3	1,400
55	⊢
56	?
○<	700 m >○

第17回　KOLAナイトーO大会

ようやく暑くなってきて、夏らしくなってきました。今回のＫＯＬＡナイトーＯは、久々に本拠地岸和田中央公園での開催。

　最近、ナイトーＯの参加者が２０名前後と少なく、なんとか楽しめる物をと思っているのですが、一番楽しんでいるのは、ＫＯＬＡの運営者の様な気がします。

　さて今回は、中央公園ということもあり、集合とゴールを、わがＫＯＬＡ事務局のある寺田強邸を拝借。ここには言わずとしれた「ＫＯＬＡハウス」がそびえ立ち、ＫＯＬＡの活動の拠点となっています。駅から遠かったので、大まかな地図に迷った参加者もいたかな？。すいません。

午前中から準備を始めて、参加者がやってきた頃には、宴会モードに突入していました。参加者の皆様、申し訳ございません。走った後は一緒に楽しんでね。

　さて今回は、狭い公園ということで、２マップ方式を採用。しかも競技制を持たせようと、前半をフリーポイント、後半をポイントにして、一斉スタートにしてみま

した。今回は、恒例の KOLA 杯は停止して、景品を多く出してみました。特に女性は優遇と言うことで、参加者全員に副賞をつけました（事務局の強い意向で！）。

クラス	順位	氏名	スタート時刻	ゴール時刻	所用時間	地図交換
W	1	藤田　沙織	19時30分00秒	20時15分42秒	0時45分42秒	0時24分30秒
W	2	河内谷　名保子	19時30分00秒	20時22分22秒	0時52分22秒	0時32分55秒
W	3	松田　ヤエ	19時30分00秒	20時22分36秒	0時52分36秒	0時32分55秒
W	4	吉田　都	19時30分00秒	20時32分16秒	1時02分16秒	0時32分23秒

クラス	順位	氏名	スタート時刻	ゴール時刻	所用時間	地図交換
M	1	小林　康浩	19時30分00秒	19時52分18秒	0時22分18秒	0時12分52秒
M	2	中村　貴史	19時30分00秒	19時54分59秒	0時24分59秒	0時14分10秒
M	3	岩水　義治	19時30分00秒	19時56分24秒	0時26分24秒	0時14分32秒
M	4	藤原　成文	19時30分00秒	20時00分52秒	0時30分52秒	0時17分48秒
M	5	上田　隆之	19時30分00秒	20時02分14秒	0時32分14秒	0時18分40秒
M	6	佐藤　政明	19時30分00秒	20時02分30秒	0時32分30秒	0時18分54秒
M	7	楠見　耕介	19時30分00秒	20時06分37秒	0時36分37秒	0時21分35秒
M	8	山田　知度	19時30分00秒	20時11分46秒	0時41分46秒	0時25分03秒
M	9	福西　展之	19時30分00秒	20時22分11秒	0時52分11秒	0時28分42秒
M	10	小國　英男	19時30分00秒	20時37分56秒	1時07分56秒	0時32分00秒

岸和田中央公園

縮尺 1:5000

B　2.060 km / 20 m

1. (32) 街灯
2. (34) 独立樹
3. (35) 散水栓
4. (37) 沢
5. (38) 植生界
6. (40) ピーク
7. (41) 川の終わり
8. (43) 塔
9. (44) 柵の曲がり
10. (46) 石碑
11. □ ［地図交換場所］

岸和田中央公園

縮尺 1:5000

A　1.515 km / 20 m

1.　(31)　石碑
2.　(33)　散水栓
3.　(42)　柵の曲がり
4.　(45)　柵の曲がり
5.　(39)　川の終わり
6.　(36)　散水栓
7.　(77)　柵の曲がり

曽爾高原散策

遅れていた梅雨もやっと明け、これから夏本番と思いきや、例年の気圧配置と違うということで、夏らしくない天気が続いていますが、ＫＯＬＡ読者の皆さんには、お変わりありませんか。

小生は益々快調で、７月最後の日曜日に“室生赤目青山国定公園”にあるススキで有名な“曽爾高原”にドライブに行ってきた。

いつも遠距離ドライブに出かけるときは、渋滞を避けるために朝早く出発するのだが、前夜“岸和田花火大会”を往復１時間半歩いて見に行ったのがこたえたのか寝過ごして、いつもより３時間ほど遅い１０時頃出発。堺泉北道路（通称１００円高速）、阪和自動車道、西名阪自動車道を経由して名阪国道針インターで降りる。

やはり夏は海へ行く人が多いからかガラガラ状態。

多少の渋滞を覚悟していたのだが、拍子抜けといった感じ。

針インターを降りた所にでかい規模の道の駅“針テラス”があった。

今までいろんな道の駅に立ち寄ったが、こんなでっかいのは初めてである。販売所で１５０円也のシュークリームと自動販売機で１００円のコーヒーを買い、テラスでしばし休憩。

ここは、たくさんの人達で賑わっていた。

トイレも済まして小半時間の休憩の後、再び出発。

３６９号線、途中から県道、再び３６９号と経由して“曽爾高原”へ。

途中“屏風岩”“赤目四十八滝”等の立て看板が目に入る。

途中で昼飯を仕入れるべくコンビニに寄るも握り飯は殆ど売り切れ状態。

仕方なく、残っている中から選んで買う。
１２時半頃到着。
駐車料金６００円也を払って高原へ４００mの看板にしたがって登る。
目に飛び込んできたのが、辺り一面青々としたススキの草原。急な斜面もススキの葉で覆い尽くされている。これが秋にはあの白い穂でいっぱいになると見事な風景になるのだろう。
斜面と原っぱの間に柵が有り“お亀池”という池があって、立て看板に「長い

年月にわたる上砂で池のほとんどが湿地化し湿原植物の宝庫となっている。全域にってわたって優占するのはヨシで、マアザミ、サワヒヨドリ、サワギキョウ、チダケサシ、ウメバチソウなど５０種に近い草木がつぎつぎに咲き乱れる。湿地植物は人の踏み込みに大変弱く、復元が難しいので、歩道から観察するようにしよう」と書いてあるのに中に入って写真を撮っている馬鹿がいる。嘆かわしいかぎりである。帰り道“屏風岩”に立ち寄る。

「標高８６８m、兜岳の南西に屏風のように柱状節理の巨大な岸壁が連なっています。高さ約２００m，長さ約１５００mにわたる。この岩は、室生火山岩主部の流紋岩質熔結凝灰岩で、１０数mから４５０mの層を成していることから、火山活動が何回か繰り返されたことがうかがえる」と看板に書いてある。
国指定の天然記念物だそうである。
“鶯”と“ヒグラシ”の鳴く声、爽やかな風、鮮やかな緑。
心身共にリフレッシュできた１日でした。

えす・えぬ

◎テーマトークのコーナー④
「クラブカップリレーに向けて、こんな準備をします」

編者：永瀬

＜横田＞

自転車でうろうろしている永瀬くんはいいとしても、僕は完全な体力不足に陥っています。夏休みに入ったことだし「毎日1時間のジョギング」と目標を立てたのですが、実際に走ったのは20分を2回程度。この調子じゃ、また足を引っ張りかねません。なんとかして、走らないと…(^_^;)。

地図読みも、暇があったらパソコンに取り込んだ大会の地図を見るようにしています。特に細かい地形の読みをしっかりしないと、ウエスタンカップの二の舞になってしまいますから。

とにかく、クラブカップ、悔いのないようにしっかり頑張ります！

＜平山＞

今は3日に1回のペースでだいたい6km走っています。8月に入ればもう少し距離を伸ばして12km(だいたい1時間ちょい)ぐらい走れるようにするつもりです。

去年のクラブカップのように久しぶりのオリエンで戸惑うことのない様に、前日の大会ではオリエンの感覚を取り戻すことを意識して走ろうと思います。

＜永瀬＞

技術面：毎日O-MAP（リレー中心）を見る。
尾上さんのWeb（http://www2.plala.or.jp/onoe/）の机上演習コーナーで、鍛える

体力面：体調管理。夜勤明けの疲労を持ち越さないようにする。（昨年は、前日が、夜勤明け残業(13時まで))の疲れを持ち込んでしまいました。

メンタル面？：出走前に聴くMDを準備する。予定の6走時点で、適度なレベル（適度な緊張感、適度な高揚感、適度な落ち着きなど）にもっていけるように。ちなみに、成功したのが椛の湖（3年前）のとき。失敗したのは、鳩吹公園（2年前）で、このときは、出走前に落ち着きすぎた。

クラブカップの準備で。一番大変なのが、7人の参加者を集めること。今年も7人目に苦労しました。後は、各メンバーが、きっちりと廻ってくるだけです。（ペナは、許しません！）今年の目標は、リスタート回避＆タイム6時間です。

次回のテーマは、「コンパス」です。所有しているコンパスの数、型式、こだわり、工夫(改造など)点などコンパスに関することならなんでも。もちろん、オリエンテーリングで使う磁石の八です。算数で使う円を描く方ではありません。

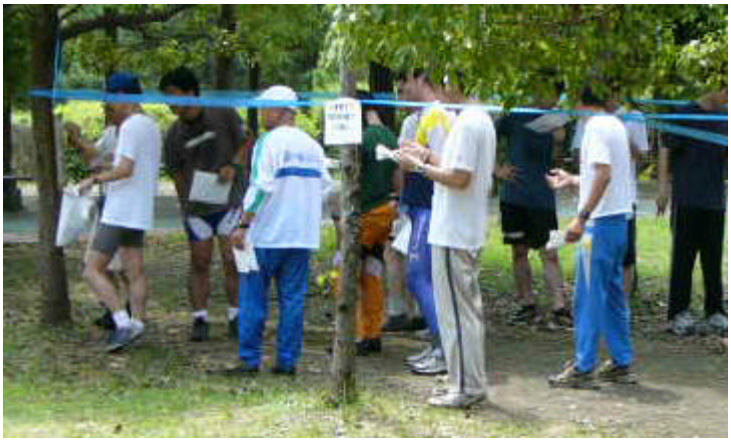
第２３回　コンターズ練習会

横田にとって、久しぶりのオリエンテーリング大会。とにかく、クラブカップ前に、１度ぐらいは大会に参加しときたくて、前日のビール疲れ？もなんのその。南千里までやってきました。

　今回は、任意の２人でのリレー方式。しかもメモリー。千里でのメモリーはいい思い出がないのですが、とにかく勘を取り戻すべく、Ａへの参加を表明。しかし、組んだ相手が阪本さん。まぁ、今回はＡを彼に譲って、Ｂでのんびり行こうとおもったのが、まあまあ成功かな。Ａでは、もっとはまっていた気がする…。

　僕のチームは、Ｂからのスタート。僕がトップを切って走り出したのだが、メモリーを間違えて、覚え直しに戻る。これで１０分の時間ロス。そのあとは、ほとんどロスなく回れたので、これがちょっと悔やまれます。

いろいろと趣向を凝らしてくれるコンターズ練習会。次回は、きちんとクイズも解いていきましょうね。



八田文夫氏 追悼オリエンテーリング大会

要綱 ver.3.1（2003/07/13）

日時：9 月１４日（日）
場所：宝が池（八田氏調査 MAP）京都市営地下鉄「国際会館」下車すぐ
主催：みやこオリエンテーリングクラブ
申込締切：９月５日（金）
参加費：事前申込　一般１８００円（中学生以下３００円）
　　当日申込　一般２０００円（中学生以下５００円）
　一般参加費には競技費の他に追悼文集代と八田氏製作ＭＡＰ代を含みます
クラス：Kids 小学生クラス（男女同クラス）・J 中学生クラス（男女同クラス）
　　MA 一般男子（年令制限無し）、WA 一般女子（年令制限無し）、
　　MS シニア男子（35 歳以上）、WS シニア女子（35 歳以上）、
　　MV ベテラン男子（55 歳以上）、ベテラン女子（55 歳以上）
　上記年令は全て２００４年 3 月３１日時点での年令です
申込先：みやこＯＬＣ　古川勝美　＊郵送あるいはメールで
　　611-0002 宇治市木幡南山 3-10　kf0226@gray.plala.or.jp
申込内容：郵送の場合は下記切取、メールの場合は下記項目を記入下さい

名前		クラス		住所	
所属		年令			
振込銀行		参加費		電話	

振込先：口座番号：01010-0-39280 加入者名：みやこオリエンテーリングクラブ
競技形式：スコアオリエンテーリング（点数形式）ＭＡＰ交換あり
　　11 時一斉スタート、12 時競技終了、13 時表彰式
　　12 時を過ぎてゴールした場合は 1 分ごとに-10 点のペナルティ
　　点数が同じ場合はゴール順、年齢順とする
その他：八田氏を偲ぶ写真展開催、豪華副賞も用意しております。

主催者よりご挨拶

オリエンテーリング愛好家の皆様いかがお過ごしでしょうか？

本年 2 月 16 日に、日本のオリエンテーリングの発展にご尽力いただきました「八田文夫」さんが他界されましたのは、皆様もご記憶に新しいところかと思います。

この度、故八田氏を偲び、故人が最後に手がけました「宝が池」のマップを用いまして追悼オリエンテーリング大会を開催致します。

京都府のそして日本のオリエンテーリング界を牽引してこられた故八田氏にゆかりの方に参加いただき、盛大な大会になりますよう願っております。

詳細はまだまだ未定でございますが、故人にちなんだ楽しい大会にしていく予定です。

是非皆様お誘いあわせの上ご参加いただきますようよろしくお願いいたします。

みやこ OLC 一同

第１４回　朝日・大阪府　オリエンテーリング大会
服部緑地大会

【　日時　】２００３年１１月３日（月・祝）

【　場所　】服部緑地公園　　地下鉄御堂筋線北大阪急行『緑地公園駅』下車すぐ

【集合場所】緑地公園入口よりテープ誘導

【受付時間】午前１０時～１１時

【　地図　】縮尺１：７５００　等高線間隔２ｍ

【競技形式】ポイントＯＬ

【申し込み方法】　郵送　または　ＦＡＸにて、以下の項目をお知らせ下さい。

参加費は、当日受付にてお支払い下さい。

☆［個人］　①氏名（ふりがな），性別，年齢

②郵便番号，住所，電話番号

③所属オリエンテーリングクラブ　または　学校名・職場など

④参加希望クラス

☆［グループ］・代表者　→　上記の件すべて

その他の人たち　→　①のみ

［申し込み・お問い合わせ先］

〒540-0003　大阪市中央区森ノ宮中央 2-13-33　大阪府オリエンテーリング委員会

TEL　06-6942-5146　Fax　06-6942-2448

【実施クラス】　☆［個人］　男子上級　男子中級　女子中上級　男子初心者　女子初心者

［グループ］男子組　女子組　　混合組　家族組　中学生組　小学生組

【参加費】［事前申込者］　個人　　１人１０００円（高校生以下５００円）

グループ１人　３００円（高校生以下２００円）

※地図にコントロール位置が印刷済みです。

［当日申込者］　個人　　１人１１００円（高校生以下６００円）

グループ１人　３５０円（高校生以下２５０円）

※当日参加者は、マスターマップ方式になります。

【申し込み期間】

10月 24日（金）まで　［消印有効］

OL カレンダー

2003/8/15-17	三河高原 3days	[愛知.作手村]
2003/8/15	[E]中日東海ブロック大会	[]
2003/8/16	第 11 回クラブカップ 7 人リレー	[]
2003/8/17	スプリントO	[]
2003/8/17	トレイル O	[]
2003/8/17	フラワーウォーク 2003	[]
2003/8/23	第 3 回加西ナイトO 大会要綱締近	[兵庫.加西]
2003/8/24	第 24 回共和町 OL 大会	[北海道.岩内郡]
2003/9/6-7	第 18 回ナイト&デイ大会要綱	[岡山.岡山]
2003/9/7	第 19 回埼玉県 OL 協会大会 兼東京選手権)	[埼玉.]
2003/9/7	パークOin 関西第 3 戦	[和歌山.和歌山]
2003/9/7	第 6 回いばらき大会(兼全日本リレー茨城選手選考会)締近	[茨城.水戸]
2003/9 中旬	Park-O Tour HOKKAIDO 2003 第 4 戦要綱	[北海道.札幌]
2003/9/14	八田文夫氏追悼 OL 大会要綱	[京都.京都]
2003/9/14	東工大大会プレ練習会締近	[群馬.渋川市]
2003/9/15	第 3 回トレイル O in KOBE	[兵庫.神戸]
2003/9/15	ファミリー・初心者大会	[福岡.北九州]
2003/9/21	やまなみジョギング・ウォーキング・オリエンテーリング大会	[岐阜.岐阜]
2003/9/21	トレイル O 九州大会 in 大村野岳湖畔要綱	[長崎.大村市]

Aiming

いよいよ、クラブカップの季節。でも、7人は辛いですなぁ。なんとかならへんかな…