



ORIENTEERING JAPAN

JAPAN

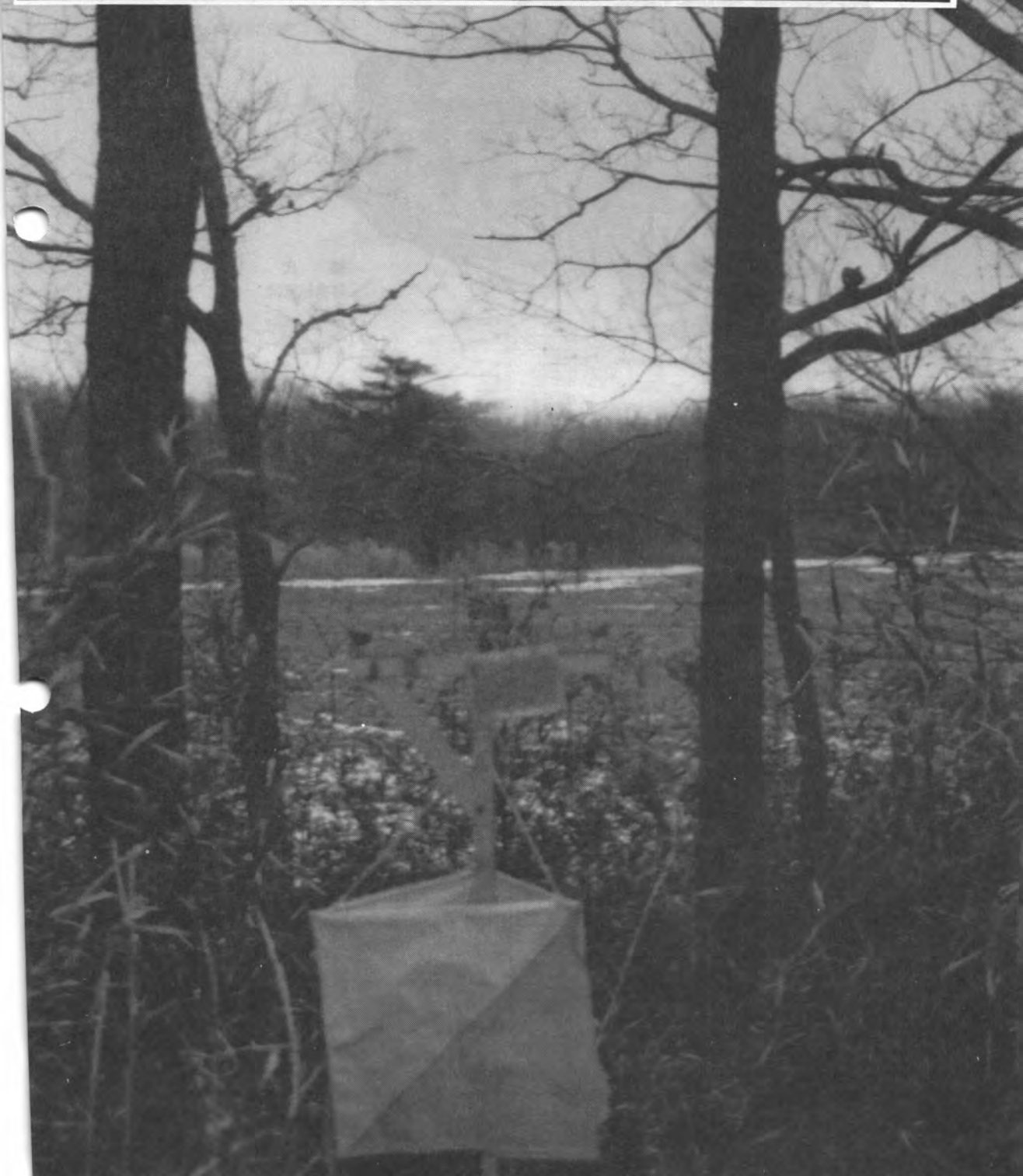
シンキングスポーツ・オリエンテーリング

94/1

1994年〔平成6年〕1月10日発行
(毎月1回10日発行)

第11巻第1号通巻第126号

昭和63年6月24日第三種郵便物認可





写真はいずれも第15回千葉大会より
=佐藤 征男氏撮影=



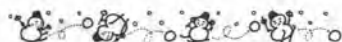
□ □ □

□今月の表紙：94年1月1日、栃木県・那須高原にて。遠くの茨城県・八溝山系の上の出ましたが、空は曇り。すぐに隠れてしまいました。

□今月の地図：11月28日、福岡県夜須町で開催された福岡県オリエンテーリング大会兼第1回博多OLクラブ大会の全ポスト図とポスト位置説明=2ページ

[岩井 馨氏提供]

同日、宮城県仙台市で開催された第16回東北大学オリエンテーリング大会の全ポスト図とポスト位置説明=22・23ページ
[同大学オリエンテーリング部提供]



- =O-FORUM=4
「'94年頭雑感」 田口 肇
- =イベント・レポート=5-6
財間 定義, 小野 盛光, 佐藤 征男, 福田 良雄
「第16回西日本大会」「第21回愛知大学OL大会」
「第15回千葉大学OL大会」「第23回山口大学大会」/
「第14回広島大学大会 兼 広島県OL大会」
- 第9回世界学生選手権大会の代表選考のお知らせ.....7
日本学生オリエンテーリング 連盟技術委員・利光 良平
- =SQUAD REPORT=8-9
[エリートイフ中間報告] SQUAD 広報担当：桐田 幸宏
- =オリエンティアのための Medical Advice =10-11
「スギ花粉症の話」 OLCレオ 愛場 庸雅
- オリエンテーリング関係文献目録I12-13
[図書] [論文]
追手門学院大学OL愛好会・顧問 吉田 浩幸
- =森の豆知識=14
1. 日本の森林の現状 水戸OLC 佐藤 征男
- 小学生向け簡易O-MAPの製作14-15
長野OLC 美谷島 孝
- =オリエンティアのための本棚=16
第6回：堀 淳一「地図 FOR BEGINNERS」現代書館
文：村越 真/カット：早川喜代美
- =全国PC愛好会のページ=17-21
[パーマメントコース・レポート]
大高 竜亮, 窪田 宏明, 木佐木輝雄
室井 孝介, 青柳 嘉祥
- =お知らせのページ=24
「情報あれこれ」「編集部より」

ストリーマー

2000年まであと6年。たぶんアツと言う間に、輝ける、しかし多難な21世紀となるのでしょうか。少なくともここ数年の時の経つ速さから見て、そう思うのです。ところで、昨年のキーワードの中には「清貧」とか、そして厳しい経済状態を反映した「リストラ」などがありました。「清貧の思想」は特に都会に住む知識層に受けたようですが、「自然」「環境」よりも「消費増大」「景気回復」を願うプラス思考の多くの人達の間では、理解できない言葉であったようです。しかし、次のページにも書かせていただきますが、私たちのオリエンテーリング界では「リストラ」が必要。マイナス思考に映るかもしれませんが、テレインの消費(大会の多数開催と参加料稼ぎのため)については、長期的な計画が必要であり、地域的に偏りのないシェアリングが必要であると思います。21世紀の子ども達にもきれいな森を走ってもらえるように...

流人

'94 年頭雑感

田口 肇

新しい年も穏やかに明けました。謹んで新春のお慶びを申し上げます。日本の政権交替など大きな変化の多かった昨年ですが、今年は北海道地震や冷害による米の不作、経済界の不況など、暗い話題は御免にして、明るいニュースが飛び交う世の中であって欲しいものです。

◇◆

このオリエンテering界はどうか。こちらの方は国際的にも国内的にもさしたる変化も無く、強いて探せばアメリカ大陸での初の世界選手権開催とアフリカ大陸(南アフリカ)で国際大会のこれも初の開催が計画されたことでしょうか。国内的には以て知るべしです。

このお正月にも、オリエンティアの皆様からたくさんの年賀状をいただきました。ありがとうございます。ふだんは大会会場にお伺いすることもしばしば減り、誌面をお借りして、ご無沙汰をお詫び申し上げますとともに、本年も皆様ご健勝にてご活躍されますようお祈りいたします。

さて、いただいた賀状の添書きに、かなり多くの方が「オリエンテeringの普及・発展を願う」という文面が、毎年のごとくが目立ちました。普及・発展ということはO人口や大会、それへの参加者数が増え、マスコミに大きくとり上げられ、世間の認知を受けるということでしょうか。日本のオリエンテering初期の頃からかわりを持ち、近年は第三者的にさめた目で外からこのスポーツを見、考えるようになった私は、特にこの大会への参加者数の増加という意味での「普及・発展」は願わない方が良く考えております。こう考えるようになった大きな要因は、やはり「自然保護」、延てはトレインの確保でしょうか。昨年、本誌上をにぎわしたこの問題に関心を持ち出したのは最近ではありません。私は1979年の小田原における第5回全日本大会の企画、トレインの選定、運営まで中心的に係らせていただいたのですが、その時初めて「個人参加 2,000人」というエントリーがあり、個人スタート地区を2か所作ったにもかかわらず、スタート付近の林の中には小径ができてしまう凄さで、このことは当時のO森の誌面を借りて「反省」記を書いたことがあります。森林の地権者や地元自治会には決して好意的には受け取れなかったことは事実です。その数年後、私の地元・横浜市南部(昨秋、有川氏が具体的事例として書かれた「三保市民の森」は市北部)の「市民の森」群に非公認のパーマナントコースを作る際に、横浜市緑政局まで区担当者たちと一緒に説明にあがった際には、自然保護運動に関係する人達が多いこと、有川氏が言われるような弱い小生物の保護が大切であることなどを理路整然と逆に説明を受けたこともあります。この少し後、発刊後1~2年の時期であったと思いますが、O-JAPAN誌でも「自然保護特集」を2か月続けて発行したこともあります。この時は神奈川県庁に取材に行ったり、海外O誌からの翻訳もまじえました。最近では、時々ですが分室のある北関東の自然林を独りで走ることがあるのですが、四季折々の美しさには小さな感動をおぼえることがあります。

個人的な意見ですが、適正な大会数、その地域割り、規模、年度別に計画的に決めていくべきです。大半を参加料に依存し、従って不安定にならざるを得ないJOA(日本オリエンテering協会)の予算編成に問題があるのは明らかで、「金」が無ければ「何もできない」、

参加者が少なければ年度予算も少なくなる、参加者が多ければ「ホクホク顔の大会本部」という協会の考え方や体質を改めねばなりません。「金」を集めてそれを無駄に使うのではなく、「知恵」や「力」の結集、それも偏りや分け隔てのない協力要請が必要ではないでしょうか?間違っているのでしょうか。

他方、顔をオリエンティアの方に向けてちょっと辛口なことを言わせていただければ、もうそろそろ「クラブ」主催の大会はやめても良いのではないかと、ということです。具体的には、この狭い日本の優良トレインを将来にわたって計画的に使って行くには、小地域での学校・ファミリー向けの大会・教室や指導者講習会、トレーニングなどを除き、次のような大会が全国万遍なく開かれることが理想でしょう。クラブはこれに協力すべきです。

国際大会、日本選手権、各都道府県大会、市・町民大会、全日本Oフェスティバル、E-CUP・W-CUP リレー など。

国際大会は、W-CUP、VW-CUP、日露韓3か国対抗などいろいろあります。APOCは次回=香港、2000年=韓国あたりで開催が決定的、WOCは2001年開催を逃した後は、それぞれ当分は無理でしょう。JWOCはヨーロッパの若い人たちに極東までの旅費負担がきついでためです。日本選手権は個人と都道府県対抗リレーを合わせたもの。都道府県大会や市町民大会には各クラブが全面協力または主管する。全日本Oフェスティバルは全国5~6ブロックで同時開催で、中央会場持ち回り。イースタン/ウェスタン・カップリレーはクラブ対抗リレー。

大会の企画一つにも、このような私の思いつづまの素案の例ですが、それをただ犬の遠吠えみたくに書くだけでは駄目とか、誰が?とか、金は?とか、いろいろ仰る方が御出でしょう。私が、JOAができる年のやはり年頭に書かせていただいた「運営機構を充実させよう」をもう一度叫ばせていただきます。トレインの確保やそれに関連する大会の企画などはこの中の企画運営担当の専門委員会が中長期的視野で立案し、理事会や総会にかけて決定すべきものです。それによって、都道府県協会を通じた各クラブに対する大会開催に関する協力要請があっても良いと思います。いろいろなテーマに各専門委員会が立案にあたり、スピーディに事を運んでいけることを期待します。昨年できたといわれる「専門委員会」一つでは、私の言う「いろいろな問題」に対処するには、10年も20年もかかってしまうでしょうか?

◇◆

前にも書いたことがありますが、本来、JOAの会長さんあたりに、「年頭に当たって」とか何とかいうタイトルで挨拶文をお願いするところですが、今年も目新しいこともなさそうだし、あの大会プログラムにあるような定食的な「ごあいさつ」ではつまらないし、僭越ながら拙文(こちらの方がもっとつまらない?)を載せさせていただきます。書き出したら、まだ数倍も書き足りない気分になりました。トップ記事が無い時は、タイトルを変えて続・続々…と埋め草に筆を取らせていただくようになります。書く時の私は所属や肩書き無しでいきます。強いて言えば、Oジャーナリストでしょうか。でも今、私は自分の本業務が大変で、そちらの方で精一杯なのです。皆様の投稿をお待ちいたします。

□1993年11月21日(日)

第16回 西日本OL大会

■兵庫県峰山高原

ホウター:財間 定義(鳥根OLC)

《田寺》本年秋季・J.O.A公認四連戦の最後を飾る大会、11月21日(日)は雨天。《戸斤》会場は、兵庫県のほぼ中央。公共交通の多くの利用者は、山陽新幹線「姫路」駅からJR播但線に乗り換え、約50分で「寺前」駅。そこからバスで「峰山高原」行きに乗車、約40分・終点が会場の「かんばん総合レクセンター」。そこには自然石で半永久的に薬効を放射し続ける「トロン」温泉が併設され、410円で入湯できるのが有難い。ことに、雨のなかのレースで濡れた体を迎えてくれたこの温泉に、オリエンティア達は「値千金」と喜んだ!

《人》西日本「随一」の競技力持つ「OLP兵庫」が準備・運営の主力。雨中のレースを支え、随所に卓越した厚遇を発揮して、参加オリエンティアを満足させた。個人クラスのエントリー 853+当日申込み約 57 = 910人。

□1993年12月5日(日)

第21回 愛知大学OL大会

■千葉県作手村

ホウター:小野 盛光(三河OLC)

年の瀬を告げる愛知大学OL大会が昨年に引き続き愛知県作手村で開催された。21回の歴史は大学主催大会では最高だろう。標高が500mもある作手村はさすがに冷える。午後になっても結構寒かった。大学主催の大会ということで、大学生はきっちり事前申込みをしていたが、地域クラブは当日参加が多かった。スタートリストではH-A-Lは静岡大x名古屋大、D-Aは静岡県短大x静岡大x椛山大の対抗戦を思わせた。

トレインは小振りだが、北はインカレリレーやAPOCのトレインに接し、南

は三河OLCの「鬼久保」にほど近い範囲。地形は前記のマップに似てやや斜面はきついが可能度は良い。調査、コースともかなり良い質であり、今後のトレーニングにも大いに使えると感じた。

また、この大会は全日本リレーの愛知県セクションを兼ねていた。HS希望者は多数あり激戦だったが、他クラスは定員またはそれ以下であった。

【結果】(速報より)

H A L 7500m	D A 6600m
村越 真 47:08	金田 取子 75:21
稲葉 英雄 57:05	原 志保子 76:52
井上 直文 59:27	上島 乃英 78:06
H A S 6600m	
竹下 俊輔 60:02	
川口 匡 62:24	
桑山 実 62:33	

□1993年12月19日(日)

第15回 千葉大学OL大会

■千葉県松尾町・成東町

ホウター:佐藤 征男(水戸OLC)

今日の天気は晴れる予報であったが、早朝から雲が多く、次第に空は暗くなり、いまにも雪でも降り出しそうな寒い日となってしまった。5時に起床して、星空を眺めながら車のエンジンをスタート。5時30分ちょうどに千葉県成東町に向かって水戸市の自宅を出発した。一般道を快調に走り、2時間10分で成東町役場の駐車場に到着した。大会主催者の用意したバスに乗り換えて、8時20分に大会会場の松尾町立豊岡小学校に到着した。

今日は9時34分と早い時間のスタート。スタート地区まで徒歩20分のところ、ジョグで10分くらいで着いてしまった。身体は暖まってこないし、アップ不足なので、逆戻りして身体を暖めスタート位置についた。コースプロフィールで紹介があったように、高低差の少ない山武すぎの林のため、走力が勝負の予想である。走力は何かかなりそうであるが、スタートするんだ、OLをやるんだ、という集中力にかけるところがあった。なぜか気分がすっきりしないままスタートの時間となってしまう。ポスト①(208)→②

(265)間にあった伐採地の中の小道(地図ではとぎれていたが、実際には踏み跡があり小道が続いていた)を走ってしまい、いくら行ってもチェックポイントの道路に出ない。現在位置がわからなくなり、仕方なく位置のはっきりしていた伐採地まで小道を戻る。この間、距離にして往復約1000m、時間にして約10分から12分位の大ロスをしてしまった。今回は、このロスが、ポスト位置が比較的易しかったこともあり、取返しのつかない結果となってしまった。

地図上の距離をキルビメーターで測ったら8800mとなり、1kmあたりを走った所要時間は9分余りかかった。

今回は、ゴールしてから連絡バスの発車時間や地図返却、成績表の申込み受付時間が、午後1時から始めるとのことなので、空き時間を利用してオリエンティアがゴールに向かって走ってくる様子をカメラで撮影してみようと大会役員にことわって、ゴールと最終ポストの間に良い撮影ポイントを自分がゴールする時に見つけておいたので、早速この位置からカメラで狙ってみた。

OLの普及は写真が最も明快。ロードランナーの増加、マラソン大会が盛んな近年、ランナーの増加は美しく走るランナーの写真や、ランニング専門の雑誌が大きくその効果を発揮していると言える。

誰かOL界においても写真を写す人が何人かはいてもよさそうなものだと日頃から思っていた。カメラが好きな自分も最近では小型で軽いコンパクトカメラしか持ち歩かなかった。今回は本当に数年振りに本格的にOLを狙って写した。とは言っても、カメラやレンズやフィルムのどれがOLの撮影に適しているかのテストを兼ねて30~40分間余りでフィルムを5本撮影してみた。現像の結果はどうなりますことやら。好きなカメラを本格的にOLに投入できたら最高。OLをやらないでカメラ担いでトレインの撮影ポイントに立つ。こんな人が一人ぐらいいても良いものだが時々夢の中に出てきますが、さて、どうなりますか。まあとんでもない期待をしないようにお願いします。できるだけトレインにカメラを持ち込みますので、オリエンティアも写真になるユニフォームでかっこ良く走ってください。

□1994年1月8日(土)
9日(日)

第23回 山口大学大会

■山口市

第14回 広島大学大会 兼 広島県OL大会

■広島県八千代町

味方:財間 定義(島根OC)
福田 良雄(OLC吉備路)

新しい年を迎え、決意も新たにスタートをきられた方も多い…と思いますが、新春初めのOLが、それも2日間大会として中国学連に所属する山口大と広島大によって開催され、折から天候にも恵まれ、多くの参加者でにぎわいました。

[福田]

＝ 山口大学大会 ＝

《B寺》新春・第2土曜日・好天。

《F斤》会場は、山口県都＝山口大学に近い「山口市川西中学校」(JR山陽本線「嘉川」駅から徒歩5分)。テレインは会場から徒歩30分。マップは、13年前の「出会橋」の「リメイク版」。歩走不可能の部分が、80%以上。最高クラス＝MAのコースは、7,500m・アップ400m・コントロール数＝11。

《人》事前のPR+翌日の広島大学大会と「二連戦」の魅力もあって、エントリーは210人+当日申込み約40人+スタッフ57人＝総勢310人。

□個人Aクラス以上の上位3名は…

WA (34人)

- ①植田 佳子(広島大OLC) 1'04'04"
- ②稲村 仁美(広島大OLC) 1'04'24"
- ③中野 宏美(静岡大OLC) 1'08'20"

M-2 DAYS (93人) =参考? =

- ①玉木 圭介(大阪OLC) 1'03'43"
- ②橋本 裕志(OLP兵庫) 1'04'08"
- ③太田 尊司(広島OLC) 1'05'42"

MA (45人)

- ①吉村 年史(広島大OLC) 1'04'28"
- ②尾川 正洋(広島大OLC) 1'09'07"
- ③内海はやと(広島大OLC) 1'12'01"

MA-S (45人)

- ①加藤 登(OLC 御代) 59'14"
- ②吉村 三嗣(岩国OLC) 1'02'37"
- ③中島 篤(箕面高校) 1'06'17"

=速報より= [財間]

山口県南部の中心、新幹線を「小郡」で乗り換え、一目の「嘉川」駅のすぐ前、川西中学校をセンターとして使用。テレインは新幹線の北側、南向きの山地で、中国山地特有のヤブの多い地形であったが、時節がら下草は枯れ植生が良くなっており、ベタグリーンの部分は各所で1ランクアップ、比較的走り易くなっていた。残念なのは1年前のこの時期に可能度のチェックをしていれば、もっとコースが面白くなっていたと思われる。山の斜面も見た目よりはゆるく、それなりに楽しめるコースプランであった。

惜しいのは、バンチ台のセットミスがあり(番号違い)、一番のメインの男子選手権クラス(M-2)が不成立になったことであり、同様の問題を常に持つわれわれには、繰り返すチェックの重要性を教えられた。 [福田]

＝ 広島大学大会 ＝

《B寺》新春・日曜日・好天。

《F斤》会場は、広島県北部の八千代町にある「B&G海洋センター」(JR「広島」駅からバスで68分)。貴重なニューテレインで、会場から徒歩30分。中央部のゴルフ場を含め歩走不可能の部分が約2/3。

やや厳しいアップ・ダウン+微地形も多く、かなり難度の高いコースプランニングであった。MAクラスのコース距離は、6,800m・アップ420m・コントロール数＝10。

《人》事前のPR+前日の山口大学大会と「二連戦」の魅力もあって、エントリーは255人+当日申込み約45人+スタッフ36人＝総勢336人。

□個人Aクラス以上の上位3名は…

W-2 DAYS (22人)

- ①原 志保子(静岡大OLC) 1'12'02"
- ②澤地 未来(大阪大OLC) 1'16'02"
- ③梅本 敬子(奈良女大OLC) 1'19'17"

M-2 DAYS (92人)

- ①入江 崇(東北大OLC) 54'44"
- ②橋本 裕志(OLP兵庫) 59'16"
- ③小林 哲(静岡大OLC) 1'05'00"

WA (20人)

- ①河野 淳子(山口大OLC) 1'43'05"
- ②芦田由美子(京都橋女大) 1'47'01"
- ③久保田綾子(神戸大OLC) 1'48'29"

MA (52人)

- ①川前 紀尚(OLC 御代) 1'20'23"

写真下はいずれも第15回千葉大会より
=佐藤 征男氏撮影=



②大平 晃久(朱雀OC) 1'23'32"

③森 泰祐(山口大OLC) 1'24'34"

M35A (10人)

①吉村 三嗣(岩国OLC) 1'28'18"

②山口 益男(広島OLC) 1'37'47"

③石賀 敏(鳥取OLC) 1'48'15"

M50A (19人)

①伊東洋一郎(OLC 吉備路) 1'15'52"

②加藤 登(OLC 御代) 1'18'27"

③笠井 泰司(奈良OLC) 1'22'32"

WAS (18人)

①若林 礼子(大阪市大OLC) 1'29'21"

②遠山 早苗(筑波大OG) 1'31'34"

③中島多鶴子(OLP 兵庫) 1'55'18"

=速報より= [財間]

「広島」駅よりバスで北へ約1時間。八千代町の「B&G財団・海洋センター」を競技センターにして開催。ゴルフ場が中央にあり、その外周をぐるりと回るコースプラン。

尾根のヒダ・小さな沢など微細の調査が良くできており、一つ間違つと地獄の斜面となるテレインに、2日目の疲れが重なり、打ち身・ねんざ・すり傷と負傷者が続出。その割に、そこはオリエンティア、大きなけがはせず無事ゴールイン。

いずれの大会も学生らしいキビキビした対応が見られ、気持ちの良い大会であった。

[福田]

第9回世界学生選手権大会の代表選考のお知らせ

日本学生オリエンテーリング連盟は、第9回世界学生選手権大会(ユニバシアード、94年9月5日～10日にスイスにて開催)の選手選考を以下に行ないます。

【対象者】

次の①②③の全条件を満たした者を対象とします。

- ①文部省に認められている「大学」または「大学に準ずる学校」の学籍保有者および、これらの学校の大会前年(93年1～12月)の卒業生。
- ②日本国籍を有する者。
- ③大会開催年1月1日に17歳以上28歳未満(1966～76年生まれ)の者。

※大学の定義等で不明の方は担当までお問い合わせください。

【選考方法】

次の者を選考として選考します。

- (1) 94年3月の学生選手権個人優勝者。
- (2) 94年4月24日の選考レース上位3名の者。ただし(1)の者が辞退した場合は上位4名の者。
- (3) コーチと日本学連技術委員会選考グループが推薦する2名以内の者。

【選考レース出場条件】

次の者が選考レースに出場できます。

- a. 93年度に日本学連登録4年以内の者の場合
 - (a-1) 94年3月の学生選手権個人で、男子40位以内、女子30位以内の者。
 - (a-2) コーチと学連選考グループが推薦する者(ショートインカレ、エリートポイントの成績が参考となります)。

日本学生オリエンテーリング連盟 技術委員 利光 良平

b. a以外の者の場合

- (b-1) 94年全日本大会でH21Eで20位以内、D21Eで10位以内の者。
- (b-2) コーチと学連選考グループが推薦する者(エリートポイントの成績が参考となります)。

【コーチの選考】

スイスまで随行でき、チームを指導する方を若干名募集します。

コーチ希望者は94年1月31日までに学連選考グループの担当まで申し出てください。希望者多数の場合はコーチ歴などを参考にして学連選考グループが選考します。

なお、コーチの費用は学連から補助が出る予定です。

【選考レース予定地】

94年3月のインカレ団体戦の場所を選考レースの予定エリアとして大会後からリザーブします。

【その他】

1. 選考された選手以外に補欠を指名する場合があります。
2. 選考レース出場希望者は94年3月末までに学連選考グループの担当まで申し出てください。

日本学連技術委員会選考グループ

田代 雅之・井上 直丈・利光 良平

(担当)

〒189 東京都東村山市美住町1-4-48-5

利光 良平

TEL & FAX 0 4 2 3 (9 4) 9 1 5 5

植物性

- 持久力・体力……健康の維持
- ノンコレステロールです

プロテイン95

- 皮膚・毛・目・爪・筋肉組織・分泌腺・血・
- ホルモン等すべてプロテインで出来ている

レシチン

- 脳神経系統内分泌腺及び心筋成分
- コレステロール分解



● お問い合わせはOIJAPAN編集部まで

SQUAD REPORT

WOC SQUAD JAPAN はナショナルチームをサポートしています

エリートポイント中間報告

93年度のエリートポイント対象大会も、残すところあと早大OC大会と全日本大会の2レースのみとなった。12月19日の千葉大会終了時点での中間集計は下表に示すとおりである(集計:小林岳人氏)。なお、このエリートポイントは、来年度ワールドカップの日本代表選手選考に活用される(本誌10月号参照)。

まず男子では、菅原琢と竹内藤雄が依然として1位。菅原琢は、6つの大会で20点以上を獲得しており、安定した実力を示している。来年度は春・夏にワールドカップへの遠征も予定しているようだ。NTのA級強化選手にも選抜され、今最も乗っているエリートランナーといえる。全日本でどんな実力をを見せてくれるのかも楽しみだ。

先月の千葉大会終了時点での中間報告と比較すると、国沢五月(11→6位)、鹿島田浩二(21→10位)、村越真(21→12位)、入江崇(25→14位)などのWM選手が大きく順位を上げています。彼等の場合、レース数の少なから1レース1レースの得点が多いため、千葉大会でのポイントが大きく順位を上げた(合計得点は、ポイントの高い上位4大会の得点を合計する)。逆に言えば、多くのエリートランナーのエントリーを集めた千葉大会は、レース前からその結果に注目されていたとも言える。

特に久々の対決となった、村越真VS鹿島田浩二の決戦は、鹿島田の勝利に終わっている。これで昨年度も含め1993年としての両者の対戦成績は、鹿島田の3勝2

敗となった(3勝:早大・トータス・千葉大)。俄然、全日本大会の対決に面白みを増してきた。両者の対決についてはいずれ特集しよう。

それ以外の順位についてはさほど大きな変動はない。羽鳥和重・広江淳良・加賀屋博文などがあとを追っている。3名とも4大会で20点以上のポイントを獲得している。

インカレ前でもあるので学生の様子を見てみると、入江崇以外では鈴木卓弥(9位)・山本英勝(17位)・桜井太郎(20位)の東大4年生トリオが20位までに顔を出している。この3人は、昨年、鹿島田浩二とともに東大に団体戦優勝をもたらしたメンバーである。入江とともに今年度のシード選手に選抜されることは、全員間違いないだろう。



千葉大会表彰式。左から加賀屋博文・鹿島田浩二・菅原琢。ちなみにこの3人、昨年度全日本の成績はそれぞれ5位・2位・3位である(4位は、稲葉英雄氏)。



東大4年生トリオ。左から山本英勝・鈴木卓弥・桜井太郎(昨年度インカレ・ウイニングランに備えアンカー鹿島田の姿を待つ3人)。

1993年男子エリートポイント(25位まで)

順位	氏名	合計	山梨(19)	静岡(19)	東大(12)	O-CUP(19)	筑大	朝日(19)	東日清(19)	京大(19)	西日清(19)	千大
1	竹内藤雄	94	25		(12)	24	24		21	(8)		(1)
1	菅原琢	94	(21)	24	(19)	(4)	25			23	22	(20)
3	羽鳥和重	91	(16)		25		25	25		20	21	(18)
4	広江淳良	90		(16)	(13)	23		24	23			20
5	加賀屋博文	89	(17)	22			22			24		21
6	国沢五月	83	(5)	(3)					20	22	24	17
7	富田吉郎	81	(8)	(1)	(16)		19	22	22	18	(17)	
7	佐藤隆徳	81	19		21		17	(6)	24		(6)	(16)
9	鈴木卓弥	80	(6)	20			20			21	19	
10	樋口一志	75		18					25	19	13	
10	鹿島田浩二	75		25						25		25
12	村越真	74				25					25	24
13	鈴木雄輔	72	22	13		(7)	14	23		(6)		(11)
14	入江崇	71			15	18	15				15	23
15	玉木圭介	66				20	20			10	16	
16	宇野裕人	64	(7)			9	(1)	23	19	13	(3)	(5)
17	稲津隆敏	62			(5)	19		17		16		10
17	山本英勝	62		17		18				13	14	
19	澤田晴雄	59				24	17	(5)		6	(5)	12
20	瀧川英雄	56	24	10		22						
20	田中正人	56		(2)				18	(9)	12	11	15
20	桜井太郎	56		21		(5)		12		7	(1)	
23	稲葉英雄	52				20				9	23	
24	森内知男	51	20	(5)				8	8		15	(4)
25	落合公也	49						12		19	18	

1993エリートポイント女子(25位まで)

順位	氏名	合計	山梨(19)	静岡(19)	東大(19)	O-CUR(19)	筑大(19)	朝日(19)	東日本(19)	京葉(19)	西日本(19)	千大(19)
1	木植早生	80	20	(19)	(19)	20	(17)	20	20	(20)	(19)	(19)
2	福士淑子	74		17		20				20		17
2	志村聡子	74	(8)				(15)	18	19	19	(15)	18
4	金子しのぶ	72	18	18	17	19		(11)		(16)	(15)	(14)
5	渡辺初実	68	19	15	18	(13)		16		(6)	(5)	(15)
6	宮本知江子	64	14	20	13	(12)		17				
7	鈴木夕紀子	62				(11)		16	(12)	15	14	17
7	加納尚子	62				15		15		16	(5)	16
9	長谷川恵子	59	(7)	13		16		(2)	17		13	(3)
10	草野望	56	12	(12)	16	14	(7)	14			(2)	(2)
11	飯村亜紀子	52					13		18	13		8
11	高野由紀	52	17	16	19							
13	千葉あかね	51			15		14	18		(12)		18
14	三井由美	50	11	(8)	10	9			12		8	
14	田島利佳	50	13	10			(10)	13		(8)	14	(10)
16	渡辺弥生	46		11	14			6		11		4
17	金並由香	43	4				14	6		(4)	19	
18	船橋亜希子	42					17		14			11
19	酒井佳子	39					19					20
20	金田収子	34			12					17		5
21	宇野明子	33	15							18		
22	高木真美江	32		14		10			8			
23	出田裕子	26	16							10		
23	河合志穂	26			9			1	10		6	
23	下江範子	26	9	5							12	
23	幡野淑子	26			10		10	9			7	

女子についても千葉大会は大いに注目された。北東のエリート酒井佳子(北海道大4年)・石川恵美子(東北大4年)も加え、オールキャストでの対決となったからである。特に学生に目を向けた時、彼女たちと普段直接対決のないD19-20Eの有力選手たちとの対決が楽しみなどころであった。

その千葉大会で圧倒的な走力をもって優勝したのが酒井佳子である。彼女は昨年度のインカレではシード選手、今年度はショートインカレで2位入賞などの活躍を見せている。北海道で相当のトレーニングを積んでいるらしく、特に12月は300kmを走破したという。雪に埋もれトレーニングのままならない正月以降がインカレ・全日本へ向けての大きなネックとなりそうだ。今回のレースで、エリートポイントは31位から大きく19位に浮上した。



D19-20Eの有力選手。左から金田収子・志村聡子・千葉あかね(千葉大会表彰式)。



千葉大会優勝の酒井佳子(昨年度インカレ個人戦・最終コントロール)

エリートポイントの1位は、すでに満点の木植早生。今回でようやく4レース目となった福士淑子が2位に浮上してあとを追っている。福士が木植を逆転するためには、早大OC大会・全日本大会とも優勝で飾る以外にはない。全日本大会での得点には2点の追加点が与えられるため、逆転が可能となる。同じく2位の志村は早大OC大会を走れないため(運営者だから)、木植の得点に追いつくことはすでに不可能。可能性が残されているのは福士のみである。彼女の場合は修論との闘いだろう。走力は酒井に劣らない、今回劣っていたのはトレーニング量であるといえる。

3位以降順位は、金子しのぶ・渡辺初実・宮本知江子のWM選手があとを追いかけて、さらにその後を鈴木夕紀子・加納尚子・長谷川恵子などのAPOC選手たちが追っている。

学生では、志村聡子(2位)・千葉あかね(13位)・金並由香(17位)・酒井佳子(19位)・金田収子(20位)が20位までに顔を出している。これらの選手も今年度のシード選手に選ばれることはほぼ固いだろう。3年生であり、D19-20Eのランナーである志村・千葉・金田の3人は全日本大会も含めその対決が楽しみである。

オリエンティアのための Medical Advice

OLCレオ 愛場 庸雅

私は学生時代からOLを始め、20年近くなるオリエンティアの一人です。現職は大阪市立大学の耳鼻咽喉科学教室に籍をおく医者で、たまに大会の救護係りを仰せつかることもあります。そこで以前から、医者の立場でオリエンティアにとってOLを楽しんだりトレーニングを重ねていく上で、少しは役に立つことをご紹介したいと思っていましたが、今回ようやく重い腰をあげ下手な文章を書いてみることにしました。

私はスポーツ医学の専門家ではありませんので、時に間違っただけを書きかたかもしれませんが、その時は是非ご指摘ください。ただ私の医学に対するコンセプトは、「自分の健康は自分で守る」というのが前提にあ

ります。オリエンティアの皆さんは人一倍健康に注意を払っている方が多いとは思いますが、中には間違っただけの知識もあるかもしれません。少しでもお役に立てれば幸いです。また私は、「人間を単に動く機械とは見ない」、「現代西洋医学だけでなく、東洋医学や民間療法にも学ぶ点は大いにある」とも考えています。そこで、ちょっと世間一般の常識からすると？ということが出てくるかもしれませんが、その点はご容赦ください。いつまでネタが尽きずに続けられるかわかりませんが、まあやってみます。ご質問があれば、いつでも遠慮なくどうぞ。わかる範囲で答えさせていただきます。

① スギ花粉症の話

毎年2月の半ばを過ぎると、我々耳鼻咽喉科医を訪れる患者さんで、くしゃみ、水鼻、鼻づまりを訴えてくる方が急に増えてきます。最近ではすっかり有名になってしまった「花粉症」です。オリエンティアの中でもこれで悩んでいる人が多いのではないのでしょうか。特に重要な大会の集中するこの時期、美しい杉林を気持ちよく走りたいのに、逆に地獄のような症状に悩まされてはたまったものではありません。しかも花粉症で悩む人は年々増えてきており、いまや10人に一人の割合に達する勢いとか。今は症状の出ない人でも、これから一生出ない保証は全くありません。そこで今回は花粉症についての話を少し。

・花粉症の原因はスギだけではない

一般に花粉症というとスギ花粉症のことを指すことが多いようですが、実は原因はスギだけではありません。多くの植物の花粉が花粉症を引き起こすことが知られており、その花粉の飛散季節によ

り、その症状の出る季節が違います。特に原因になりやすい植物としては、スギ、ヒノキ、コナラ、ハンノキ、カバ、カナムグラ、ケヤキなどの木（2月～5月頃に多い）、カモガヤ、オオアワガエリ等のイネ科植物（5月～7月頃に多い）、ブタクサ、ヨモギなどのキク科植物（8月～10月頃に多い）などがあります。日本ではこのなかで一番頻度の多いのがスギによるものですが、オリエンティアの場合それ以外のものでも常におびやかされている可能性は十分にあります。

・なぜ起こるのか

花粉症はアレルギー性疾患で、空気中に飛んでいる花粉が抗原（アレルギーを引き起こすもの）となって、体内にそれに対する抗体ができてしまい、次に同じ花粉が体内に入ってきたときに抗原と抗体が反応して、それに伴って症状が出るわけです。この症状の出る場所が鼻であれば、発作性のくしゃみ、水鼻、鼻づまりがおこり、目であれば目のかゆみや、充血、流涙が起ります。これは体内に入ってきた異物を排除し、これ以上入っ

てこないようにしようとする動きでもあります。

ところが、この反応がなぜある人には起こって別の人には起こらないのか、という点に関してははっきりとしたことはわかっていません。いわゆるアレルギー体質の人に起こり易いわけですが、それではなぜ最近爆発的に増えてきているのでしょうか。スギやその他の植物はずっと昔からあったわけで、最近急に増えたものではありません。ということは人間の体のほうが変わったと考えられます。その原因として、ここ20～30年の食生活の変化が大きな原因と考えられています。特に蛋白質や脂肪の摂り過ぎと食品添加物や加工食品の氾濫が問題となっています。また環境の変化も無視できません。大気汚染が進んできているのは周知の事実ですが、ディーゼル排気ガス中の微粒子や窒素酸化物NOxが花粉の抗原性を高め、体の反応を増大させているようです。

・どんな治療法があるのか

それではどんな治療法があるのかといえますと、残念ながら根本的治療という

ものは体質を変える以外に方法がありません。これについては予防法と関連しますので後で述べます。ふつう耳鼻科に患者さんが来た場合は、主として対症療法になります。薬による治療では、内服薬や点鼻薬（鼻にスプレーする薬）等が使われます。内服薬には、抗ヒスタミン剤、ステロイド剤、抗アレルギー剤、漢方薬等があり、点鼻薬には、血管収縮剤、ステロイド剤、抗アレルギー剤等いくつかの系統があります。この中で、ステロイド剤は点鼻、内服とも速効性があり、症状をとるだけなら最初のうちは効果は抜群です。しかし副作用を起こす危険性が高く、習慣的に使用するとその効果も次第に弱くなりますので、長期の連用は絶対に避けるべきです。もしもらった薬が非常によく効いたのなら、ステロイド剤の可能性が高いので十分注意してください。抗ヒスタミン剤も症状を取るのには有効ですが、その効果はあくまでも一時的で、眠気が出るという副作用があります。市販のカゼ薬で眠くなるのもこのせいです。抗アレルギー剤は速効性を期待するよりむしろ一定期間連用して予防的効果を期待するほうが良いでしょう。そのため、花粉の飛び出す少し前から花粉の飛んでいる季節の間だけ継続使用するのが良いと思われまます。漢方薬にもいくつかの種類がありますが、個人個人の体質によって有効な場合とそうでない場合があります。うまくいけばかなり体質改善も期待できますが、普通の医者よりはむしろ漢方薬局などで相談するほうが良いと思われまます。

もう一歩進んで、体のほうを変えていこうというのが免疫療法と言われるもので、特異的減感作療法というのがあります。これはスギならスギの花粉エキスをごく少量から、少しずつ体内に注射していき、反応を起こりにくくするというものですが、手間がかかる（週1～2回の通院を何か月も続ける）割には、花粉症の場合の有効率はあまり良くありません。

薬ではどうしようもない状況になった

場合には、手術療法もあります。鼻の粘膜の切除、焼灼、鼻中隔の彎曲の矯正などの術式があり、鼻づまりにはまあまあ有効なようです。

・予防の手立ては

根本的な治療法がない以上、花粉症に悩まされないようにするためには、その発症の予防が重要になってきます。予防の第一はとにかく花粉を避けることで、外出を控え、外出時はマスクやゴーグルをつける（最近では花粉症用のものも売っているらしい）。さらに外から帰ったときは服についた花粉をよく落とす、ふとは外にほさないなどいろんなことが言われています。また最近ではテレビでも花粉情報が放送されており、注意しておくのも良いでしょう。しかしなかなか決め手はありません。

そこで私が言いたいのは、むしろそれよりも自分の体をアレルギー反応の起こりにくい体質にすることの方が重要だということです。アレルギーの発症にはいろいろな因子が関与しており、一概には言えないのですが、一つは食事のあり方です。高蛋白質、高脂肪食が悪いことは既に述べましたが、更に砂糖、牛乳（乳製品）、果物、そして水分の摂り過ぎは確実にアレルギー症状を増悪させます。これらのものを制限するだけで、かなり症状を軽快させることができる筈です。またアレルギーにはストレス等の心理的要因も関与していると言われ、日頃の心のあり方も重要です。

・OLはできるのか

それでは、オリエンティアは一体どうしたらよいのでしょうか。テレインの場所によってはまともにスギ林の中を通るし、かといってまさかゴーグルやマスクをつけて大会を走るわけにもいかないし、でもビッグ大会なのでぜひとも参加したい（せねばならない）し、薬をのんで走ると眠気でロクな成績にならない



し、と悩みはつきません。残念ながら今のところ完全な解決法はありません。ただ救いなのは、走っている最中というのは、ドキドキ、ハアハアと交感神経系が活発な状態で、こういうときというのはあまりアレルギーの発作は起こらないことが多いのです。アレルギー症状はどちらかというと副交感神経優位のリラックス状態で起こりやすくなっています。ですから私の意見としては、決して大会出場をあきらめる必要は無いと思います。むしろOLを楽しんでストレスを解消し、体を鍛える方が良いと思います。家でグズグズしていてもアレルギーは治りません。きれいなスギ林を全力で走り切って優勝！そして表彰台で涙、涙、鼻水、くしゃみ・・・となるのもいいのではないのでしょうか。



オリエンテーリング関係文献目録 I 1994. 1

吉田 浩 幸

図 書

- 新しいスポーツスキー・オリエンテーリング入門 大沼勝著 ベスボール・マガジン社 1976.10 187p
- OL-ABCオリエンテーリングーその指導法と練習法ー エリッヒ・ハンゼマン著 オーガスト・シドラー、佐藤綱一訳 アイリス社 1980.3 111p
- OL技術サロン 高野由紀著 東京オリエンテーリングクラブ 1991.5 117P
- ◎オリエンテーリング(野外活動叢書7) 野外運動研究会編 ベスボール・マガジン社 1984.5
195p [1339円]
- オリエンテーリングー人間性回復のレクレーションー 上野鉄郎、松田虔著 日本経営者団体連盟
広報部 1972 165p
- オリエンテーリング(カラブックス) 仲川寿男著 保育社 1979.10 151p
- オリエンテーリング 長谷川純三著 成美堂出版1973 213p
- ◎オリエンテーリング(講談社スポーツシリーズ) 紺野晃著 講談社 1979.12 197p [1550円]
- オリエンテーリング 山本勇監修 日東書院 1974.7 222p
- ◎オリエンテーリング・ウォークラリー(野外活動図鑑2) 江橋慎四郎監 師岡文男著 国土社
1984 64p [2884円]
- ◎オリエンテーリングABC 紺野晃、寄金義紀編著 (財)日本オリエンテーリング協会(ノルディクスポーツ) 1981.8 16p [150円]
- オリエンテーリング教室(ファミリースポーツ・シリーズ) 杉原潤之輔、山本茂紀著 ベスボール・マガジン社 1974.7 122p
- オリエンテーリング入門ー森と泉に囲まれた健康的なスポーツー 柳下惇夫著 日本文芸社 1973.
9 201p
- オリエンテーリング入門 佐野豪著 小学館 1977.4
- ◎オリエンテーリング入門 新版 紺野晃、青木弘編著 スキージャーナル 1979.10 130p [1200円]
- ◎オリエンテーリングの指導と展開 佐野豪著 泰流社 1976 206p [1545円]
- オリエンテーリングのための地図 横山治男著 不味堂出版 1979.7
- ◎オリエンテーリング百科ー入門からリーダーへ 新訂 一木昭男著 大修館書店 1983 284p [2060円]
- オリエンテーリング用地図作成の手引 スイスオリエンテーリング連盟地図委員会[著] 佐藤綱一訳
アイリス社 1982.7 32p
- 図解コーチ オリエンテーリング 長谷川純三著 成美堂出版 1981.4 245p
- スポーツ教室のプログラムーオリエンテーリングー スポーツ教室研究会編 第一法規出版 1976.
- ◎楽しいウォークラリー・オリエンテーリング(野外活動指導ハンドブック・別巻4) 岡野伊與次、
菅野正徳編 文教書院 1987.7 94p [1009円]
- ◎たのしい野外教室3 オリエンテーリングー子どもが生き生きする遠足・行事ー 林克巳、依田逸
夫著 日本書籍 1990.9 96p [1400円]
- 走るオリエンテーリング ブジェチスラフ・コチ著 ベスボール・マガジン社 1976 213p
- ◎ハンディキャップ・オリエンテーリング(シリーズ市民の活動1) 安藤忠、原田昭知、森脇賢司
著 松籟社 1987.5 240p [1854円]
- (◎印は入手可能図書、また これらの多くの図書は国立国会図書館に書蔵され閲覧ができます)

論 文

- 「オリエンテーリングの企画と運営」 佐藤克巳 『福島大学教育研究所報 37』 103～112p
[1974.11]
- 「Orientierungs laufの研究-1-茨城大学OLを中心として」 杉原潤之輔、太田 茂秋、大
山東、野田洋平、太田百合子 『茨城大学教養部紀要 7』 139～166p [1975.3]
- 「オリエンテーリングにおけるコース設定と地図の作成」 佐藤克巳 『福島大学教育学部論集
27(3)』 131～139p [1975.11]
- 「オリエンテーリングのすすめ」 柳下惇夫 『青少年問題 22(12)』 12～17p [1975.12]
- 「オリエンテーリング競技者の運動量と競技分析」 一木昭男 木村圭子等 『都留文科大学研究
紀要 13』 17～92p [1977.10]
- 「Studies on Index of Physical Work Loads in Orienteering Courses」 岩垣丞恒 『東海大
学紀要体育学部 13』 145～156p [1983]
- 「オリエンテーリング用地図について」 青木弘、金澤敬 『地図 16 -1』 19～24p [1978]
- 「オリエンテーリングが自己概念の変容におよぼす影響 -大阪体育大学キャンプ実習参加者を対
象として-」 福田芳則 五林正隆 『大阪体育大学紀要 18』 121～130p [1987]
- 「オリエンテーリングと地図」 山岸倫也 『地図 26 -3』 15～20p [1988]
- 「オリエンテーリング選手の心理的適正」 橘直隆 岡沢祥訓 村越真 『筑波大学体育科学系紀
要 12』 115～122p [1989]
- 「移動のための地図とその利用-オリエンテーリング・マップの特性より-」 村越真 『地図27
-2』 1～8p [1989]
- 「心拍数から見たオリエンテーリング時における競技者の運動強度-競技を想定したロングコース
走法の場合-」 杉山康司、中野偉夫、村越真 『静岡大学教養部研究報告自然科学篇 25』 73
～80p [1989]
- 「熟練者の地図記号理解」 村越真 『認知科学の発展 4』 171～198p [1991]
- 「日本人エリートオリエンテーリング選手のVo2maxおよびレース中の運動強度」 杉山康司、中野
偉夫、村越真 『静岡大学教養部研究報告自然科学篇 27』 82～98p [1991, 10]
- 「オリエンテーリングにおける『地図読み』」 村越真 『現代のエスプリ 298』 77～86p [1992]
- 「地図言語による『世界』の理解」 村越真 『体育の科学 42 -4』 253～257p [1992]
- 「オリエンテーリング選手の適正-トップ選手と中級者・初心者との比較」 奇金義紀、橘直隆
『筑波大学運動学研究 8』 61～68p [1992]
- 「地図情報を利用した空間移動」 村越真 『言語 22 -8』 52～59 [1993]
- (これらの論文は、大学図書館・公共図書館で著作権法に基づき相互利用にて複写ができます)

(文献調査記)

時の流れは早く、この文献調査でOL界から見ることの出来なくなった多くの絶版の出版物を知り寂しく思いました。しかし、この調査に於て協力的なOL界のネットワークを知ることが出来、喜んでます。

この文献目録は、OLの普及とスポーツ科学としての発展の手助けに寄与できることを願って編集を行いました。脱漏等がございましたら下記の住所までご連絡下されば幸いです。第2号に向けて充実して行く所存です。

文献目録作成に際しては、村越真(静岡OLC)、原野幸男(所沢OLC)、八田文夫(京都府OL協会)、古川勝美、櫻井昭平(みやこOLC)、高畑悦子(追手門学院大学図書館)各氏のご協力をいただきました。記して心からお礼申し上げます。

〒610-11 京都市西京区大原野西竹の里町2-3-501
(追手門学院大学体育会オリエンテーリング愛好会顧問、みやこOLC所属)

森の豆知識 ①

佐藤 征男 (水戸O.L.C)

1. 日本の森林の現状

日本の森林は面積で、国土面積の3分の2にあたる2,521万^{ヘクタール}です。これは、おおまかに見れば昭和20年代後半(1950年)以降ほぼ横這いで推移していると言えます。世界的に見ると、国土面積に対する森林の率は67%になり、フィンランド76%、スウェーデン68%に次ぐ森林国であります。これを国民一人当たりで換算すると、森林面積は0.2^{ヘクタール}であり、世界平均0.8^{ヘクタール}の4分の1に過ぎません。つまり、人口の割には森林の面積は少ないことになります。

森林のうち人工林と言って、主として植栽によるスギ、ヒノキ、マツなどの造林面積は1,033万^{ヘクタール}で、人工造林面積を森林面積で割った人工林率は41%になっております。このことから、日本は森林率、人工林面積、人工林率などからみて世界でも有数の森林国と言えます。

日本は位置的には中緯度(北緯26°~45°)に属し、亜寒帯(冷帯)および温帯湿潤気候帯に位置していることから、気候は温暖で年平均気温15.3°C、年平均降水量は1,460mm(いずれも東京の観測値)と多いため、スギ、ヒノキ、マツなどの針葉樹やクヌギ、コナラ、カシ、シイなどの広葉樹などの生育に恵まれた環境にあります。

同時にササ、つるをはじめとする多種多様な植物が繁茂しやすく、また、近年マツが全国的に枯れたことで知られるように、病虫害が発生することも多いという自然条件にあります。

これは、森林経営(林業経営)を持続させていくためには、森林の状況に応じて下刈りや、つる切り、除伐などの保育作業や間伐、適切な伐採の実施など適正な森林管理が不可欠であるということが出来ます。

現在、日本の森林は、スギ、ヒノキなどを中心にして成熟過程にあり、人工林面積の約8割は保育(下刈り、つる切り、除伐など)、間伐などが必要な35年生以下のもので、若い林齢に偏ったものとなっています。

将来的には、森林は年々生長を続けていることから、21世紀に向けて充実す

るものと見通され、将来に向けて日本の木材需要量の相当量を賄い得る潜在能力を有しております。

しかし、日本林業の現状を眺めてみると、外材の輸入量が大きく増加していること(建築用材、紙パルプ用材など日本の木材需要量の75%余りをアメリカ、ロシア、マレーシアなど世界70数か国から輸入している)、また、石綿、セメント板、石膏製品など非木質系建築資材の需要が近年大きく伸びていること等を背景に、木材の価格は低迷し、さらに造林費、苗木代、賃金などの経営コストの増加などにより、林業経営の収益性は著しく悪化しております。例えば、日本の主力樹種であるスギの立木販売収入に見合う造林投資の利回り相当率は1.3%にまで低下しております。

このため、森林所有者の経営意欲は減退し、労働力の都市集中、山村の過疎化とともに適正な森林管理が不十分な状況となっています。

用語の説明

◆下刈り

植栽した苗木の生育をさまたげる雑草を刈り払う作業で、一般的に植栽後数年間、毎年6月頃から8月頃に行なわれる。草刈り十字軍などの名称で都市の人達の手を借りて作業を行なっている例もみられます。

◆つる切り

植栽木に巻きつくつる類を取り除く作業で、下刈りが終わってから林冠が閉鎖するまでは、つる類が繁茂することが多いので、植栽木の生長と形質を良くするために行なう。カマなどで切り払うほか除草剤を使うこともある。

◆除伐

育成の対象となる樹木の生育を妨げる他の樹木を切り払う作業。一般に下刈りを終了してから植栽木の枝葉が茂り互いに接しあう状況になるまで数回行なう。

小学生向け 簡易O-MAP の製作

美谷島 孝 (長野O.L.C)

夏のある日、家内から小5の息子のクラスの親子レクリエーションを、学校近くの河川敷ですることになったが、何かアイディアはないかと相談された。その場所は自宅からも近く、かねてよりオリエンテーリング可能な身近な場所として気にとめていたので、O.L.大会を提案した。役員の方々の賛同も得られ、都市計画図を元に下見、地図調査を行ない、出勤前や休日を利用して述べ3日間程でMAPを完成することができた。

誰もが考える地図作成の最も簡単な方法であるが、その手順を略記したい。



- ① 1万分の1の都市計画図の河川敷に磁北線を記入し、その地域を切り取り5千分の1に拡大コピーする。
- ② その下図を元手に地図調査をする。(道、建造物をピックアップ。次に耕作地、水系、2段階の通行可能度を色えんぴつで記入。)
- ③ 下図をトレースする。(0.3ミリ シャープペンシル使用。)
- ④ その図をコピーし、絵の具で色分けする。(青、緑、黄緑、黄、赤)色むらのないように塗ることが重要。
- ⑤ MAPの周囲にMAP名や必要な文字をワープロで打ち、貼る。
- ⑥ カラーコピーする。



[製作したMAP] = 次ページ
A4サイズ(本誌上ではB5に縮小)、
5千分の1、等高線なし、
東西1km、南北400m

◆間伐

目的樹種の一部を伐採して、林分密度を調節することにより、競合を緩和し林木の利用価値の向上と森林の有する諸機能の維持増進を図るための伐採をいう。

◆造林費

苗木を植栽したり、下刈り、つる切り、除伐などの費用で、大部分が賃金で占められている。

[本誌掲載のため約70%に縮小]

O-MAP

長野市

犀川第一グラウンド

- ポスト位置説明
 コース距離 2.2km
 △・・・スタート
 ◎・・・ゴール
 1. (31) 道の分岐
 2. (32) 道
 3. (33) 小道
 4. (34) 道と小道の交点
 5. (35) 水門
 6. (36) コートの北西角
 7. (37) 道の分岐

平成5年9月11日

裾花小5年4組オリエンテーリング大会



==	主要道路
---	道路
----	道
-----	小道
~~~~~	小運、切通し
	柵、提防、土手
	柵 (通行不能)
■	建物、(トイレ)
—	鉄塔、送電線
—	バックネット
	通行不能のがけ
	通行可能のがけ
	乾いた川、みぞ
○vv	凹地、小凹地、穴
.....	砂利、小石
●	池、水場
~~~~~	清水流、小川
□	立入可能な開けた地
▨	立入禁止の開けた土地
■	畑 (立入禁止)
■	草地 (立入可能)
■	通行困難

調査 1993.8
 作図 1993.9
 作図者 NOLC 工. 5. No.4



氏名 :
 ゴール :
 スタート :
 所要時間 :

チェック欄

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

オリエンティアのための本棚

第6回：堀 淳一 「地図 FOR BEGINNERS」 現代書館

文：村越 真/カット：早川喜代美

航空写真による図化原図を使うようになって、地図調査は人生最大の娯楽となった。疾風の如く領土を拡張する戦国武将になった気分で意気揚々と宿に引上げ、優秀な仕事師達と昼間の成果を自慢しながらクリーンコピーを仕上げる。拡張した領土を地図に書き込みながら飲む酒の味は格別である。これまでの地図調査では記入すべき線状の特徴の多くはコンパスワークと歩測という前近代的な武器で地道に記入していくしかなかった。それに対して図化原図には位置確定に役立つ情報が満載されているので、調査速度は3倍にもなる。だからこそ「信長気分」にもなれるのである。

最近ではGPS（グローバル・ポジショニング・システム）、つまり地球上のどこにしようとして人工衛星からの電波を利用して自分の位置を数m以内の誤差で確定できるシステムさえできている。テクノロジーの進歩を目の当たりにすると、地図調査なんてすべて機械的にできる時代がくるのではないかという気がする。大会準備でもっとも大きな割合を占める地図調査という多くの人にとっては厄介な仕事から解放される！

だが、航空写真による原図にしてもGPSにしても、そこから得られる情報は位置という幾何学的なものに限られている。道の種類を分類したり、C級やAの区別、岩を採る採らないの取捨選択は人間の作業なのである。また位置情報として有益な植生界も、とにかく拾ってあるという感じで、それを実際の地図に表現するかどうかは調査者の判断によっている。幾何学的な精度を上げ、スピードアップするためにハイテクを使うことはできる。これも地図作成の重要な部分である。しかし分類や取捨選択といった作業は、実用的なレベルでは人間の作業として残されるだろう。著者の堀さんの言葉で言えばこうした作業領域が「イメージ化」なのである。

著者は何らかの投影法と精密な測量にもとづき、一定の図式に従って正確に描かれたものだけが地図であ

るという従来の地図観に対して、地図は地表に対するイメージの表現であると主張する。主観とそれによるフィルターによって生み出されたもの、それがイメージなのである。だから地図に表現された情報は目的によって変わりうるし、そのカテゴリー化も利用目的によって変更しうる。ナビゲーションという特定の目的のために最適な情報を、調査者が自分の目で読取り記入していくのがO-MAPである。この点から考えるとO-MAPは確かにイメージの表現であると言えるだろう。だから正確かどうかと問うとともに、ナビゲーションにとってよい表現かどうかを問題にすべきなのだ。どんな正確な地図といえども地図である以上、何を取捨し、それをどのようなカテゴリーで記号化するかという主観的な判断が入りこんでいる。絶対的な精度を求めることが重要なのかどんな表現が役に立つのかという発想が重要なのかは、地図の歴史とともにある選択肢である。精度の向上が貴重であった時代の伊能は精度こそが命と考えたし、精度など機械的にいくらでも上げられる時代の著者は、忘れられたイメージの側面の重要性を訴えることになったのであろう。

多分イメージ化の作業は将来にわたって人の手を離れることはないだろう。まだまだ旨い酒が飲めそうである。



パーマントコース



りぽ〜と

□1993年7月11日(日)
群馬県 ~大高 93-11~
「金同往行首(おたけ川)」
「オモ車輪△(関守)」
[距離] 10km
[ポスト数] 12本 O-MAP

□1993年8月8日(日)
山梨県 No.103 ~大高 93-12~
「健康の森・千代田湖」
[距離] 12km
[ポスト数] 14本 O-MAP

わたらせ渓谷鉄道「花輪」駅下車。駅前「今井屋商店」にマップがあり1部200円。駅前にABC3コースのマスターマップがあり明瞭。今年5月16日にオープンした新コース。ABC3コースにはそれぞれ「関守コース(10km-12ポスト)」「グランダ城跡コース(9km-12ポスト)」「小夜戸コース(7km-10ポスト)」と銘打たれている。今回はAコースを歩いた。①は「天台宗善雄寺」境内。②は沢沿いに山に分け入るが、季節柄草が繁茂しており、非常に歩きにくかった。②〜③は途中で道が途切れているが、出戻りも面倒なのでそのまま西へ向かったのだが植林地に出てしまった。大半の人がこのルートを取っていると思うが、良いのだろうか。③で一旦山を下り、また④で登りになる。④への途中で建設中の林道があるが、そこに出る直前の小道は荒れている。⑤へは「五覽田城跡」への急峻な遊歩道で、良く整備されている。山頂の「五覽田城跡」からの展望は素晴らしい。⑥へ下る道も整備仕立てで快適。⑦〜⑧は二通りルートが考えられるが、いずれも地図上に道がなく、アタックが面白い。私は南から⑧へ続く道に出た。⑩〜⑪も道がない。⑩へ下る道は季節柄歩きにくかった。⑫からは渡良瀬川が一望でき、広い川原ではキャンプを楽しむ人が見受けられた。Aコースは回り応えのある中級向け。BCコースは初級コースでBが健脚向け、Cは平坦。

(東村役場企画観光課
☎0277-97-2111)

中央本線「甲府」駅より山梨交通バス「帯那」行きで「千代田湖」下車、徒歩15分。「健康の森」管理事務所にマップがあり、外のマスターマップも日除けの庇があり明瞭。前半は千代田湖の西側の健康の森内で、しっかりした遊歩道が整備されている。真夏であったが藪こぎは全く無かった。後半は湖の東側の比較的平坦な耕作地を回る。⑤付近は地図と違い、ポストは道の分岐にある。⑧は「白山」の遊歩道の途中。コースの最短ルートは⑧から湖に下ってしまうのだが、ここは多少遠回りになっても「白山」に登ることをお勧めする。⑨の周辺は様相が変わっており、ポストはコンクリート被覆の上にある。そのうえ老朽化して記号が下からでは確認できない。危険だが上に登ると辛うじて判読できる。早いうちに整備しなければ完全に読めなくなるだろう。⑩は「甲府ハイランドYH」の裏で、ここも傷みが激しい。⑫から再び健康の森に入り、⑬はキャンプ場の隅にある。ポストは14本と多いが、①⑤⑦⑩は後に組み入れられたもの。ただいずれも開設当初から設置されていたもののように、傷み具合は他のポストと変わりはない。全体的にポストの傷みが目立つが、コース自体は歩き易く気持ち良く回れる。
(健康の森管理事務所
☎0552-51-8551)

□1993年8月13日(金)
長野県 No.18 ~大高 93-13~
「霧ヶ峰高原・草原花園」
[距離] 10km
[ポスト数] 10本 O-MAP

中央本線「上諏訪」駅より諏訪バスで「霧ヶ峰」下車。バス停近くにある掲示板は空で、マップとマスターは「作太荘」にある。唐松コースと草原花園コース

があり、昨年唐松コースを歩いたので今回は草原花園コースを回った。ポストは②③⑨⑩が共通。①はキャンプ場の中。②③は共に道から奥に入っているので見落とし注意。④からは霧ヶ峰の大パノラマが広がる。OLコースを歩いているだけでは勿体無いので、④〜⑤は一旦コースを外れて「八島ヶ原湿原」を一周した。⑥は「車山肩」にあり、360°素晴らしい展望。この日は晴天に恵まれ、アルプス連峰から八ヶ岳、そして富士山までもはっきり見渡せた。今回でPCはちょうど200コース目になるが、景色の素晴らしさは随一。⑧までの道のりは絶景を満喫できる。⑨⑩はグライダーの滑走路沿いに進む。余りに素晴らしい景色の中のコースなので、ゆっくりと4時間かけて踏破した。①⑥はポストの傷みが目立つが、推薦No.1コースである。

(作太荘 ☎0266-52-1988)

□1993年8月15日(日)
群馬県 No.115 ~大高 93-13~
「湯の丸高原鹿沢」
[距離] 9km
[ポスト数] 10本 O-MAP

吾妻線「万座・鹿沢口」駅よりJRバス「鹿沢温泉」行きで終点下車。旅館「紅葉館」前がスタート地点。外のマスターマップは明瞭。ところがマップを求めると、紅葉館では期限が切れたので全て処分してしまったという無情の返事。品切れというのなら話は分かるが、コースが存在するのに処分とは首を傾げてしまう。S.63にできた新マップを期待して出かけたが、今回は持参したS.54の旧マップを頼りに踏破した。標高1500m〜1800mの高原を回る雄大なコース。②までは角間峠への山道を直登。②を過ぎると湯の丸牧場内に入り、スキーロッジまで木道を下る。素晴らしい眺めが続く爽快な区間。④へはスキーグレンデに沿ってきつい登り。この日は直前に放牧牛がこの道を通ったようで、足跡と糞が点々と続いていた。そして⑤のあるコンコン平ではその牛に出くわした。⑤周辺は道がないので面白い。⑨は九十番観音の近くにあり、ゴールが最後の百番観音になる。今回はマップが入手できないというトラブルに見舞われたが、推薦ベストコースである。

(紅葉館 ☎0279-98-0421)

□1993年8月30日(月)
岐阜県 No.15 ~大高 93-14~
「根の上高原」
[距離] 8 km
[ポスト数] 12本 O-MAP

中央本線「恵那」駅より東濃鉄道バス「根の上高原」行きで終点下車。但し、バスは一日数本しかないため私は車で行った。駐車場の隅に倒れかかった掲示板の残骸があるが、勿論マスターマップはない。マップとマスターは近くのキャンプセンターで扱っている。「保古の湖」「根の上湖」を一周する恵那山麓の高原コースで比較的楽に回れる。ここ暫くは訪れる人も少ないようで、しっかりした整備はされていない。②は遊歩道から小径に入ったところにあるのだが、倒れていて直前まで分からない。③~④の最短ルートは不明瞭。④は陽に焼けて三面真っ白で、記号は鉛筆で書いてあった。⑥⑦へのルートは完全に笹に覆われてしまう。笹の風呂にでも漬かっているような気分になるが、胸までの笹をかき分けて進むのはそれほど困難ではない。⑧は「保古山」山頂への急な坂道の途中。コース後半は道もよく整備されていて、「保古の湖」畔のキャンプ場などを抜けていく。全て歩いて回ったが、2時間弱で終了した。問合せをした際、今は回れないとの返答であったが、ちょっとした整備で十分生き返るコースである。全ポスト健在であった。

(根の上山荘 ☎0573-65-2586)

□1993年8月31日(火)
愛知県 No.7 ~大高 93-15~
「九段高原(高原城山)」
[距離] 10 km
[ポスト数] 12本 O-MAP
愛知県 No.8 ~大高 93-16~
「九段高原(高原)」
[距離] 3 km
[ポスト数] 11本 O-MAP

一覧表によると名鉄「豊田」駅より名鉄バスで「小渡」下車徒歩60分とあるが、実際は60分などで着けるような距離ではなく、車でしか行きようがない。旭高原自然活用村「向上館」に2コースのマップが置いてある。10kmの「高原城山」コースには1:10,000、3kmの「高原」コースには1:5,000のマップがそれ

ぞれ用意されている。No.5「東公園」コースと同タイプの表裏両面にマスターマップが掲示されている立派な掲示板が坂の上にある。マスターは明瞭で、位置説明もされている。「高原城山」コースは、自然活用村とその北にある殺風景な「城山公園」を結ぶ南北に長いコース。「高原」コースは自然活用村を一周するミニコース。ポストはやや小さめで、5本が共通。「高原」コースの大半は「高原城山」コースに含まれるので、先に短い「高原」コースを回ったほうが楽しめる。新しいコースなので問題点はなく、安心して回れる。全て歩いて、「高原城山」コースは1時間50分、「高原」コースは50分で終了した。

(旭高原自然活用村協会 ☎0565-68-2755)

リポーター:
〒344 埼玉県春日部市竹里団地5-23-503
大高 竜亮

□1993年9月5日(日)
長野県 No.18 ~窪93-6~
「霧が峰高原」

*既報: O-J 92/10 (木佐木)

■マップ取扱所/マップには以下のとおり記載されているが未確認。

「諏訪市内旅館フロント・霧が峰全旅館フロント、諏訪市観光協会・日観連上諏訪地区会、霧が峰旅館組合:連絡所 TEL.0266-52-1988, 52-1985, 53-1666」

■マスターマップ/中央東線「上諏訪」駅より諏訪バス白樺湖経由「茅野」行きで「霧が峰」通称「強清水(丸形)」下車。スキーリフトのある丘(忘れじの丘)を眺めていると、PCの掲示板が目についたが、例によってマスターは入っていない。バス停に一番近い売店にマップはあったがマスターは置いていないという。すぐ隣の店に置いてあった。掲示板に入れて置いてもすぐに無くなるから入れないということであった。(店の名前は未確認)

■マップ/縮尺1:20,000のO-MAPで無料。調査:1986年6月、諏訪市OL協会

■コース/(1)唐松コース(一般コース)、ポスト数10本。強清水の南にある池のクルミ湿原(踊り場湿原)が正式名、霧が峰三湿原の一つ)まで違う道を通って往復するコース。標高差

150m程度。(2)草原花園コース(家族コース)、ポスト数10本。強清水の北にある旧御射山(おやじ)遺跡、御射山社、沢渡(せたり)、車山肩、霧が峰インターチェンジ、忘れじの丘、雑蓮神社を経て強清水に戻るコース。

9月5日は台風一過の晴天に恵まれた。上諏訪発8:05(9月は休日のみ運行)東白樺湖行きの諏訪バスで強清水に到着。出発前のチェック不足で霧が峰にOL-PCのあることを忘れていた(帰ってから木佐木氏のレポート、一般コースに気づく)ので「忘れじの丘」の麓のPC掲示板を見てびっくり。すぐにバス停から一番近い店でマップをもらい(無料)、マスターマップからポスト位置を記入。この日は、OLに興味を示さない相棒と一緒に車山を通って白樺湖に下る最もポピュラーなコースに行く積りにしていたので、突然の予定変更もできず、その途中にあるポスト、即ち家族コースの⑨(一般コースの⑧)、⑧、⑦、⑥とちょっと外れた一般コースの⑩の5本のみを調査した。ポストは標準で、⑥がかなり腐食していたほかは概ね良好であった。忘れじの丘からの360度の一大パノラマは素晴らしい。やはり天気の良い日の感動の方が大きい筈である。この日は後立山、白馬方面が雲に隠れていた以外は展望がよくきき、マツムシ草や、ワレモコウの彼方に見えるアルプスの山並みは格別であった。また、グライダーの滑空が行なわれ、その軽快な飛行を見ることができた。トリカブトのその猛毒に似合わぬ紫色の花も印象的であった。家族コースから少し足を延ばせば八島が原湿原、霧が峰湿原、車山山頂に行けるので、余裕があれば予定に組み込んでおくといよい。車山山頂からの眺めもまた格別。車山に登る(から下る)道は植物保護のため、通行止めになっているものが多く、遠回りをするので時間的に余裕をもっておく方がよい。残りのポストは見えないので中途半端なレポートになったが、情報の提供まで。車山肩から白樺湖の間にもポストを設置して、強清水と白樺湖をスタート/ゴールとするようにしておく、更にコース選択の自由度の多い良いコースになると思った。

リポーター:
〒191 東京都日野市多摩平 5-2-43
窪田 宏明

□1993年11月11日(木)

新潟県 No.9 ~木 93-5~

「謙信春日山」

【距離】 10km

【ポスト数】 10本 O-MAP

JR信越本線「春日山」駅(直江津の一つ手前)下車。小さな駅を出ると晩秋の小雨。MAPは駅直前の「一義堂」商店にある。普通のMAPが品切れになったので、仮のMAPを販売している。仮といっても多色刷りである。マスターマップ掲示板は駅と一義堂の間にあり鮮明。

一義堂の署名簿を見ると、年とともに署名数が減少していきがっかり。小雨の中をスタート。②までは点線の道が広い舗装道路に変身しているが、別に支障はない。

MAPは1:15,000のO-MAPだが、調査が昭和55年のため、道は現状と大分食い違っている。コースは山25%、丘25%、舗装道路50%で、高低差は60mぐらい。観光地のため道はよく整備されている。ポストは標準の大きさに記号は鮮明。一般に新潟県は冬季はポストを撤収するので、11月中旬から5月までに行く時は、電話でポストの存否を確認してから行くこと。特に難解ポストはない。

コースの途中で林泉寺(上杉謙信の墓が非常に小さいので驚く)、春日山神社(136段の急な石段)、春日山城跡(井戸丸にある井戸の大きさに驚嘆)がある。特に春日山城跡では戦国時代の典型的な山城を学習できる。鎧武者がこの城を駆け回ったであろうことを忍んで、「落葉してつわものどもが夢のあと」(にせ芭蕉)と一句。

PCとしては中程度だが、史蹟探訪を重視して採点すれば高い点がつけられる。

(一義堂 ☎0255-24-5930)

上越市教育委員会 ☎0255-25-4144)

□1993年11月12日(金)

新潟県 No.13 ~木 93-6~

「大島村

あさひの里」

【距離】 10km

【ポスト数】 10本 O-MAP

このコースは今年の6月13日にオープン記念大会が開かれ、その後PCとして公認された。登録No.760(マスターマッ

プ掲示板はNo.730となっていた)は、現在日本最新ではなかろうか。

このコースの問題点は、新潟県大島村「田麦」にあるスタート地点「庄屋の家」までの交通である。「庄屋の家」までは二つのルートがあるようだ。一つはJR「直江津」駅からバスで行けば約80分。もう一つはJR「越後湯沢」駅からバスで行けば約110分。

直江津 → 浦川原 → 大平 → 田麦(庄屋の家)

↑ ↑ ↑

バス 40分・バス 20分・バス 20分

直江津からは上記のように「浦川原」と「大平」で乗り換えることになり、「大平」からは通学用の村営バスである。

【バス時刻表】

行き:直江津発 8:38 9:43 10:55 12:23

浦川原発 9:22 10:35 11:32 13:07

大平発 7:33 11:53 13:33

(日曜 13:33のみ)

帰り:田麦発 12:35 14:47 17:32

(日曜 12:35のみ)

大平発 12:54 15:06 16:02 17:58

浦川原発 12:05 13:15 14:40 15:30

16:28 17:02 17:36

註①「庄屋の家」に専用のマイクロバスがあったようだから、頼めば「大平」まで送迎してくれるかも知れない(ただし宿泊の場合)。

②「浦川原」にはタクシー営業所があるので、タクシーで行くのも一策。

※浦川原タクシー ☎02559-9-2311

③「越後湯沢」からのバス時刻はバス営業所に聞くこと。この場合も「大平」からは村営バスになる。

※浦川原バス営業所 ☎02559-9-2312

とにかく何らかの手段で「田麦」の「庄屋の家」へ行く。ここはモダンなレストハウスで、予約すれば宿泊も可能。ただし木曜日は休み。

MAPは「庄屋の家」と「大島村教委」にある。「教委」は「大平」の交差点(信号あり)から50mの所。マスターは「庄屋の家」と「教委」にあるが、掲示板は「庄屋の家」だけ。「教委」は土・日と祝日が休み。「庄屋の家」は木曜日が休み。

交通機関や地理は「教委」に電話で聞けば、懇切丁寧に説明してくれる。私は「そろそろポストを撤収します」と言われたので、撤収延期を無理にお願いして快諾していただいた。感謝。新潟県は冬季は雪の腐蝕を防ぐためポストを撤収

して保管するので、11月から5月までの間に行くときは、必ず電話で確認してから行くこと。

MAPは1:15,000のO-MAPで調査は平成4年9月、したがって精度は100%で、コンパスが無くても歩ける。もちろんポストは標準の新品。コースは山20%、丘20%、丘の麓20%、田園30%、舗装道路10%で、高低差は100mほど。人家や舗装道路が少なく、落ち葉の音だけが耳に入る静寂のコース。人家や舗装道路ばかりのPCでうんざりしている方はぜひ行って欲しい。

特に難解ポストは無いが、⑥→⑨→⑦→⑧→⑩と回ることをおすすめする。理由は、⑥と⑦の間に渡渉困難な小さな沢がある。途中まで下りることができるのだが、沢から3m程の高さの草崖は70度の傾斜で、つかまれる木も無い。下の沢には大きな岩もあり、飛び降り危険。

秋ならば、国木田独歩の「武蔵野」の雰囲気にひたることができる。

(大島村教育委員会 ☎02559-4-3201)

庄屋の家 ☎02559-4-3848)

リポーター:

〒185 東京都国分寺市泉町 3-5-6-104

木佐木 輝雄

□1993年10月16日(土)

長野県 No.5 ~室 93-3~

「菅平高原」

【距離】 12km

【ポスト数】 10本 O-MAP

■スタート地点/菅平総合センター

■利用交通機関/JR信越本線「上田」駅から菅平高原行きバス60分。「東菅平」下車。

■地区取扱所/菅平総合センター

卒業地の長野で同窓会があり、遙々出掛けて行く機会を利用して、会場の須坂市から最も近い「菅平高原」をレポートしようと準備して出掛けた。

天候に恵まれ、晴れ上がった空の下でコースを存分に楽しもうと、現地に着て持っていった資料に従って「菅平総合センター」に行き見ていたら、ここでは地図は販売してなくて、現在の販売所はそこから100m程離れた「白樺荘」という店舗で販売していると言うので、そこまで行き地図を購入、地図上で

目的地へ行くための〈1・2・3〉

	主要道路
	道路
	小道
	小径
	遊歩道
	切りひらき
	土塁
	グラウンド・テニスコート
	墓地
	スキーリフト
	岩ガケ・コンクリート・蓋ふく
	土がけ(通過不能・可)
	等高線(主曲線・計曲線)
	滝
	砂防ダム
	建物
	耕作地(立入禁止)・畑
	開けた土地(立入可能)・草地
	伐採地・植林地
	池
	川・小川
	はっきりしない溝
	渡れない湿地
	木がある湿地
	植生界
	さく(通り抜け禁止)
	さく(通りぬけ可能)
	ほころ・石碑・ケルンなど
	土堤

1 まず地図の縮尺を知ること。
1:20,000地図では、1kmは5cmで、1cmは200mです。自分の1歩がどのくらいかを知っておけば、目的地に正確に行くことができます。

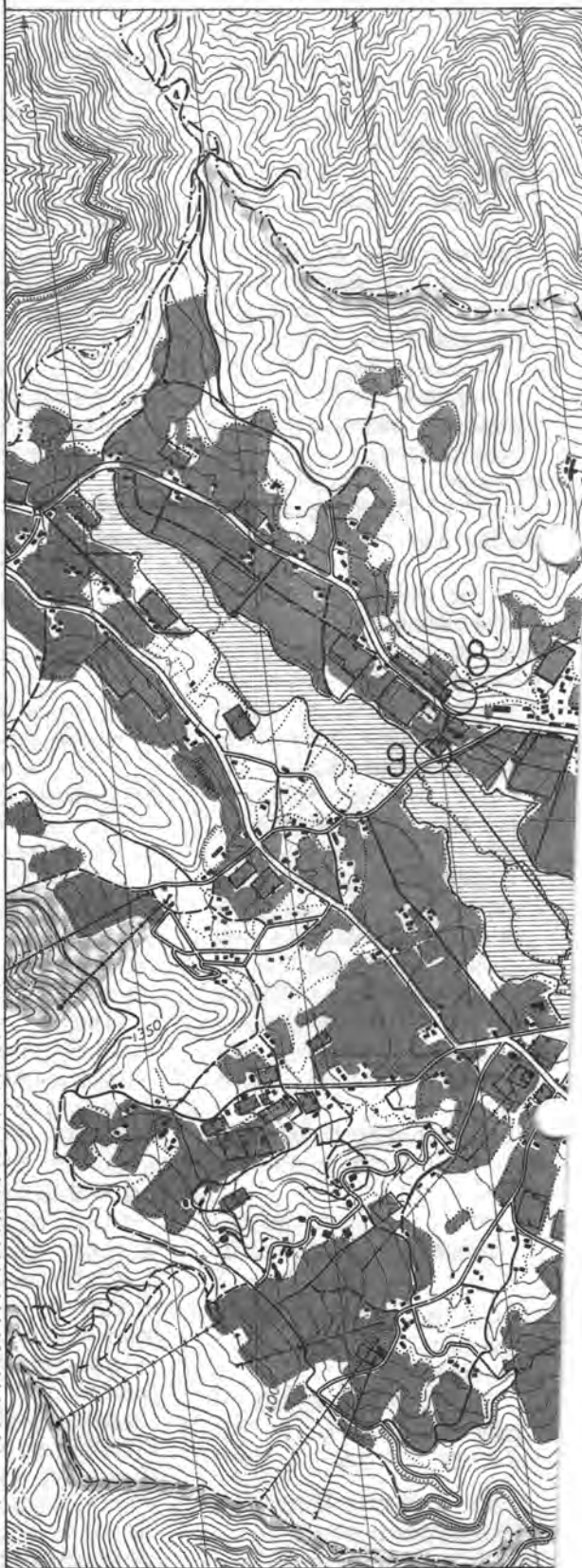
2 記号や等高線をよくみて、その特徴をよく確かめて行くことと、常に自分の現在置を知っておくことがたいせつです。

3 方向を正確にかむことが重要です。これはコンパスを使用すると容易ですが、コンパスの使い方に慣れる必要があります。

この地図は、オリエンテーリングに使用するため、国土地理院の2万5千分の1地形図を基礎として調査・作図したものである。

調査期間：昭和61年9月～昭和62年4月

調査者：菅平高原OLクラブ・長野県OL委員会



-----キリトリ線-----

OL100kmコンペ参加カード

200円切手

コース名

コース
走破日 93年10月16日

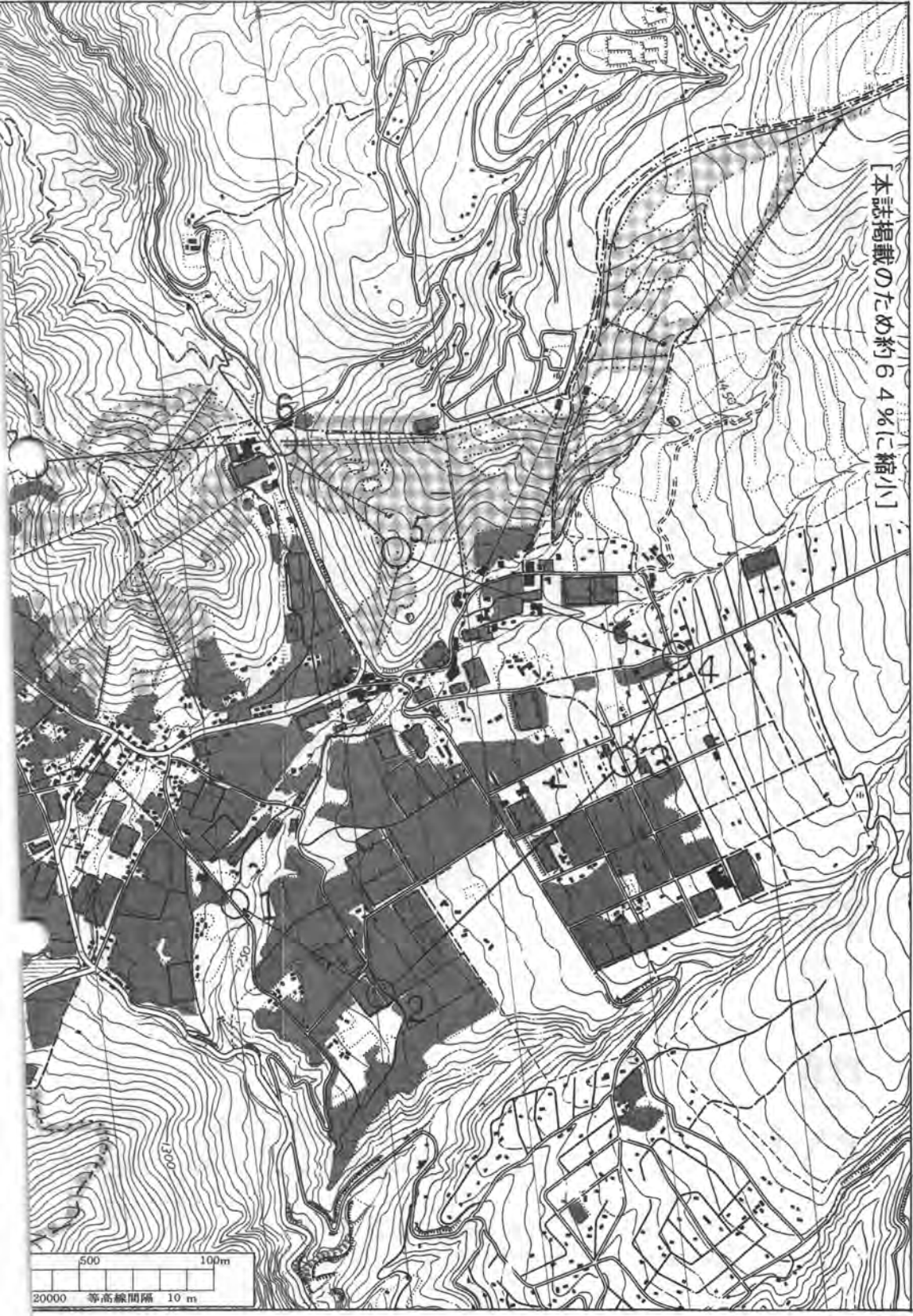
所要

時間 時間 分 秒

ポスト記号記入欄

1	2	3	4	5
Q	N	W	J	
6	7	8	9	10
		V	G	H
11	12	13	14	15

【本誌掲載のため約64%に縮小】

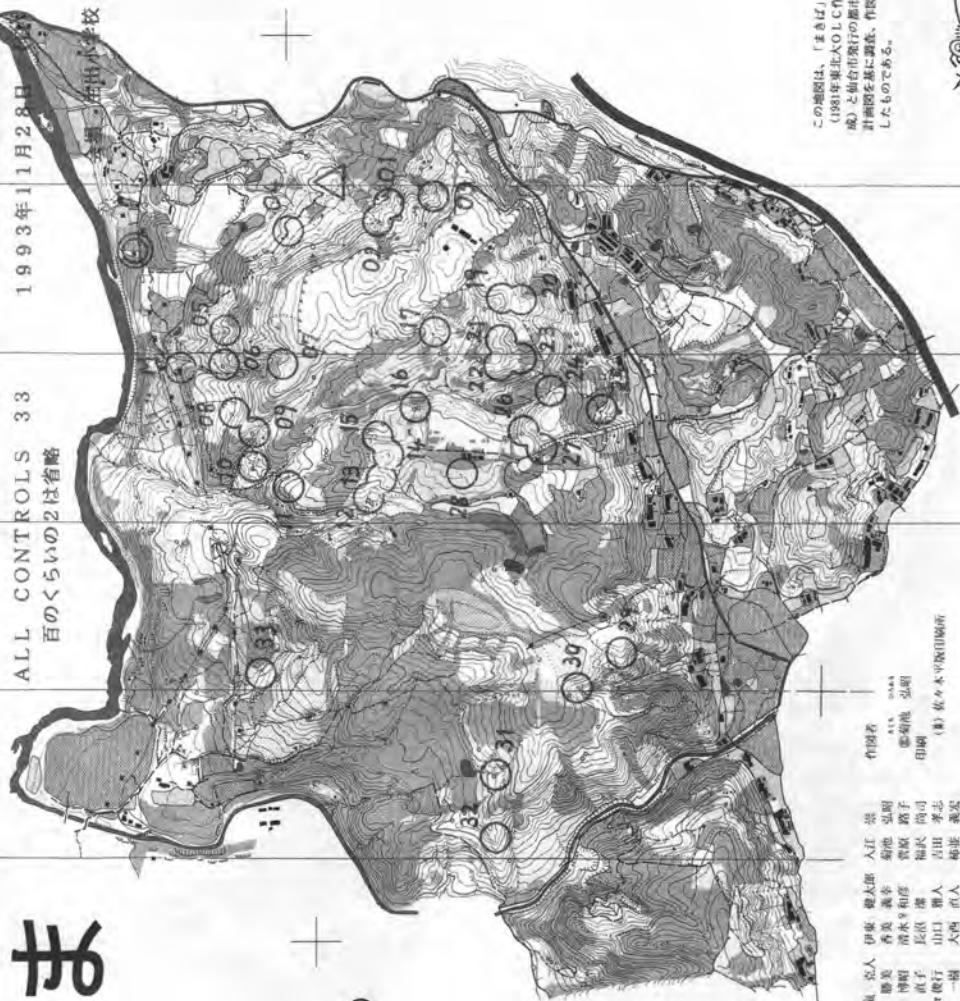


第16回東北大学オリエンテーリング大会

つぼぬま

宮城県仙台市

等高線間隔 5m
縮尺 1:15000



1993年11月28日

ALL CONTROLS 33
百のくらの2は省略

この地図は、「まきば」(1981年東北O.L.C作成)と仙台市発行の都市計画図を基に調査、作成したものである。



東北大学学生会オリエンテーリング部 No.16 1993.10.2000



●	高速道路
—	主要道路
—	道路
—	道
—	小道
—	小径
—	切り開き
—	鉄塔、小塔
—	崖、人工構築物
—	崖抜き跡
—	建物、ビニルハウス
—	塔、岩石構築
—	通行不能のけり
—	けりけり、土がけ
—	境界線(明瞭、不明)
—	田圃、小田圃、穴
—	みで、テラス、こま
—	倒木、切れ、種直木
—	流れる川、流れない川
—	湧水点、池
—	湿地
—	水田
—	立入禁止の固けた土地
—	空地、草場、荒地
—	植林地、伐採地
—	東照園
—	民家の敷地
—	通行可能
—	通行困難

調査期間 1993年 4月~7月
調査者 吉澤 祥子
上野の繁栄
依々 尚
谷口 憲司
藤田 健一郎
石野 雅彦
小菅 真樹
田村 沙知也
山田 優樹

五十嵐 弘人
大内 勝美
内野 伸樹
田村 直子
藤田 健一郎
石野 雅彦
小菅 真樹
田村 沙知也
山田 優樹

伊藤 健太郎
香良 謙幸
清水 和彦
長原 隆
山口 雅人
大西 直人
佐原 啓仁
宮田 健二

入江 崇
菊池 尚子
菅原 尚司
福沢 孝志
菊池 謙也
西宮 佳志
三好 秀行

作図者
ATA 弘剛
藤岡 弘剛
印刷 (株)依々木印刷所

第16回東北大学 オリエンテーリング大会

1993年11月28日(日)

宮城県仙台市

HE (1)	3750	270
1	206	⊙ 2x
2	209	⊙ 2x
3	214	∧
4	228	∪ 2x 0.5
5	229	⊙
6	230	∧
7	231	∧ ⊙ 2x
8	232	⊙

□-----300----->□

HE (2)	5400	270
9	233	∧ ∪ 夫
10	212	∧ ⊙ 2x
11	207	⊙
12	202	⊙
13	203	∧
14	222	∧
15	217	▲ 1x 0.5
16	210	- •
17	M	♯

○-----430----->○

H19A	6000	
1	202	⊙
2	203	∧
3	223	⊙ 3x1
4	226	⊙ 2x 0.5
5	230	∧
6	233	∧ ∪
7	213	∧
8	215	> <
9	210	- •
10	M	♯

○-----430----->○

DE (1)	3000	150
1	204	∧
2	205	∧
3	208	∧ ▲
4	228	∪
5	230	∧

○< 530 >△

DE (2)	4400	180
6	233	∧ ∪
7	213	∧
8	219	∧
9	222	∧
10	210	- •
11	M	♯

○-----430----->○

H35A	6000	
1	201	∧ ∪
2	203	∧
3	222	∧
4	230	∧
5	233	∧ ∪
6	213	∧
7	215	> <
8	210	- •
9	M	♯

○-----430----->○

D35A	3700	
1	204	∧
2	207	⊙
3	213	∧
4	226	∧ ⊙ 2x 0.5
5	221	⊙
6	217	▲ 1x 0.5
7	210	- •
8	M	♯

○-----430----->○

H21A (1)	3600	
1	205	∧
2	209	⊙ 2x
3	215	> <
4	229	⊙
5	230	∧
6	231	⊙ 2x

□-----300----->□

H21A (2)	5200	
7	233	∧ ∪ 夫
8	212	∧ ⊙ 2x
9	216	∧ ⊙ 2x
10	219	∧
11	223	⊙ 3x
12	226	⊙ 2x 0.5
13	211	⊙
14	210	- •
15	M	♯

○-----430----->○

HB	3700	
1	201	∧ ∪
2	203	∧
3	220	> ∪
4	225	▲ 2x2
5	227	∧ 夫
6	226	⊙ 2x 0.5
7	216	∧ ⊙ 2x
8	213	∧
9	211	⊙
10	210	- •
11	M	♯

○-----430----->○

N/C	2100	
1	304	∧ ∪ ∪
2	305	∧ ∪
3	307	∧ X
4	306	X
5	301	∧ ∪
6	303	∧ X ∪
7	302	∧ 1

○-----300----->○

D21A	5850	
1	204	∧
2	207	⊙
3	215	> <
4	228	∪ 2x 0.5
5	229	⊙
6	230	∧
7	233	∧ ∪ 夫
8	213	∧
9	210	- •
10	M	♯

○-----430----->○

D19A/H45A	3900	
1	204	∧
2	207	⊙
3	215	> <
4	228	∪ 2x 0.5
5	226	⊙ 2x 0.5
6	221	⊙
7	217	▲ 1x 0.5
8	210	- •
9	M	♯

○-----430----->○

DB	3500	
1	201	∧ ∪
2	203	∧
3	220	> ∪
4	224	∧ ∪
5	225	▲ 2x2
6	213	∧
7	211	⊙
8	210	- •
9	M	♯

○-----430----->○

- 1、道と小道の分岐
- 2、道と小道の分岐
- 3、小道の交点
- 4、人工特徴物
- 5、小道の分岐
- 6、小道と植生界の交点
- 7、小道の終り

情報あれこれ

□ 山形県オリエンテーリング協会会長の変更について

新年明けましておめでとうございます。

日頃は当協会の運営につきまして、格別の御支援、御協力を賜りまして厚く御礼申し上げます。

さて、標記の件について山形県オリエンテーリング協会は、会長空席のまま「会長代行」で運営して参りましたが、この度日本オリエンテーリング協会に加盟申請を機会と致しまして、新会長に下記の方が就任致しましたのでお知らせ致します。

なお、当協会の活動は十数年のブランクがありますので、あらゆる面におきまして御支援、御協力を賜りますようお願い申し上げます。

記

○旧会長代行 菅原 博道

○新会長 吉村 和夫

【会長略歴】 元・山形県議会副議長、

現在、山形県レクリエーション協会会長他各種団体役員。

1月4日

山形県オリエンテーリング協会
事務局長 武石 雄市

□ 編集部よりお詫び

本年最初のお詫びを申し上げます。

「'92ナショナル・ランキング」は先月号にエリート・クラスを掲載、今月号には、その他クラス分を一挙にと予定しておりましたが、都合により来月号にさせていただきます。理由は、データのほとんどを本誌編集部分室に置き忘れてきたらしく、各大会の集計計算がのびのびになってしまっているということからです。申し訳ありません。

なお、「エリート・クラスの部」でお分かりのように、各大会のポイント計算は、前年度の高得点者のエントリー数によって係数を決定しております。これにより、地方大会やクラブ大会でもランキング入りのチャンスが少しでも生まれると思います。地方での質の高い大会を期待いたします。【O-JAPAN 編集部】

編集部より

◆ご報告・御礼・お詫び・言い訳・お願いなど、いろいろ書かせていただきます。
◆前々号・前号と、来年度のご購読継続手続きを早めに、とお願いいたしました。それに応じて多くの方々のご協力をいただきました。その中には、「残りはO-JAPANのために」と、少なからずお志をくださったお仲間もたくさんおられます。有難く頂戴いたします。◆1月現在、約3分の1程度の方々に、95年3月までの継続申込みをいただいておりますが、4月号の印刷部数を無駄なく適正な発注をしたいと思っておりますので、今年こそは3月末までに更新手続きをお願いいたします。また未購読の方にも、ぜひお勧めくだされば幸いです。◆このところページ数が多いことにお気づきかと思いますが、この理由は「大会要項」とじ込みの数が多いことにあります。第

三種郵便で本誌を安い郵便料金で送らせていただいておりますが、この「第三種郵便」にはいろいろな制約があります。とじ込むもののページ数は本誌のページ数（本誌には必ずページを打たなければなりません）を上回ることができません。今月も「大会要項=B5判4ページ」とじ込みが、その大会参加申込み締切日を考えるとどうしても6枚になり、したがって本誌も絶対に24ページ以上必要になりました。記事が無く、24ページを埋めるのに苦労し、更に前記のたくさんの更新申込みの受付整理があっという間、相変わらずの勤務先の忙しさに加えて年末年始が特に多忙（外資系ですからクリスマスが終わると本社は通常業務に戻るの）ときで、心身ともにかなり負担になった、この新年号でした。◆もうひとつ「第三種郵便」という

のは、定期刊行物に限られますから、「毎月10日」の発行日の記載を変更するわけにはいきません。今月みたいに遅くなくても形式上「10日」発行となります。◆なお、「合併号」を発行して1か月でも休むことをお勧めいただくなど、有難いお言葉もありますが、前記のように秋・冬は「とじ込み」が多く、春・夏は「リザルト・フロッピー」がにぎやかになり、休むとますます苦しくなりますし、私のポリシーとしても「継続」を大切にしたいし、ここまで来たら…という一念もあります。◆水戸OLCの佐藤さんから表紙にと、立派な写真を多数しかも引き伸ばしでお送りいただきましたが、今回はいろいろな都合（予算、地域的偏り、被写オリエンティア名がわからない、などなど）で、本誌中に使わせていただきました。御礼申し上げます。

流人

O-JAPAN 発行人/田口 昭子 : 購読料 年間4月~3月 ¥3,600
〒233 横浜市港南区日野南7-9-5 : (高校生以下) ¥2,400
TEL.045-891-7004 FAX.045-891-2500 : 1部あたり頒布価格 ¥300
分室=Annex TEL.0287-77-1977 : '94.1月~'94.3月 ¥750
郵便振替口座/(番号)横浜7-46870 (加入者名)O-JAPAN 編集部

編集責任者/田口 肇
Chief Editor: Hajime Taguchi
Editorial Address:
7-9-5, Hino-minami, Kohnan-ku
Yokohama, 233 Japan