

## 第9回

[日 時] 平成26年10月18日（土）18:30~20:30

[場 所] 石巻専修大学2号館 2階2206教室

[テーマ] 生きて在ることの充実 一歩きながら考えてきたことー

[講 師] 志小田 美弘 氏（宮城県仙台教育事務所 副参事・教育班長）

[使用したテキスト]

・『耕人』H26\_7.pdf（塾長から塾生へのメッセージ：第7号）

### [活動内容詳細]

#### 塾長挨拶

夢をもつこと。出会いを大切にすること。人生の中で心底尊敬できる人に出会うことの3点についてお話しされた。（参考：『耕人』第7号）



#### 講話

### 1 はじめに

#### (1) 「ヒマラヤ」というエリア

#### (2) ヒマラヤ遠征登山

1. 1986年	チョー・アウイ峰 (7,354m) (中国チベット自治区・ネパール)	初登頂	東北海外登山研究会
2. 1993年	ムスターグ・アタ峰 (7,545m) (中国ウイグル自治区)	登 頂	日本ヒマラヤ協会
3. 1997年	ニンチン・カンサ峰 (7,232m) (中国チベット自治区)	登 頂	日本ヒマラヤ協会
4. 2003年	パサー・ウェスト峰 (7,222m) (パキスタン)	避難対応	日本ヒマラヤ協会
5. 2004年	パサー・ウェスト峰 (7,222m) (パキスタン)	追悼・BC	日本ヒマラヤ協会

◇6000m以上の山々で、氷河を持っている。登るのによい時期は、9から10月（ポストモンスーン）と5から6月（プレモンスーン）が適季。1は、当時未登峰だったところで、幸運でした。2は、三蔵法師が近くを通ったエリアにある山。4は、クレパスを踏み抜いてビル5階分ほどの深さに落ちた友人が、

弱音ひとつ吐かずに他の隊員を気遣いながら壮絶な最期を遂げた山。5は、翌年亡くなった友人の奥様を伴いBCまで登る。



【講師の志小田美弘先生】

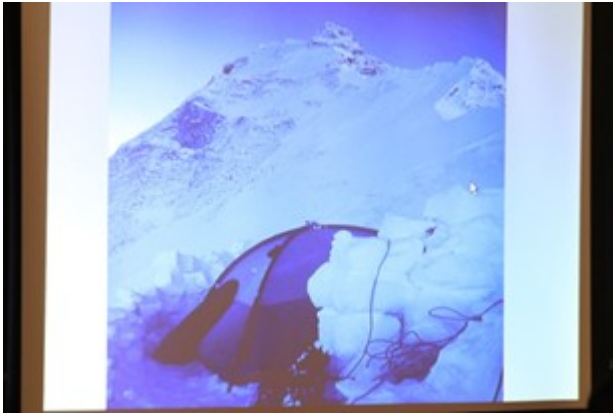
【7000mを超えた地点で撮影】



【チベット側から見たチョー・アウイ峰】



【チョー・アウイ峰への挑戦 -BC,C2・1-】



【C2のテント】

## 2 「ヒマラヤ登山」で経験したこと

### (1) 超高所という環境（低圧・低酸素・低温）

- ・高度障害（高山病）と高所順応（順化）
- ・極地法（ポーラ・メソッド）登山
- ・環境順応

### (2) 自己管理と組織貢献

- ・競争心（功名心）と自己管理責任
- ・揃えることと違えること（多様な育ちの多彩な隊員）

### (3) ヒマラヤの魅力と危うさ

- ・東北高校ダルビッシュ有投手が準優勝した夏の悲劇

◇7000m以上の超高所という環境がヒマラヤです。5500mで地上の1/2の気圧、8000mでは地上の1/3の気圧です。低圧になると体全体が腫れる。脳や肺も腫れる。一気に移動すると、深海魚と同様、気圧の変化に対応できません。下部キャンプでは一日の中で気温差が激しく夏みたいに熱くTシャツで登るようなこともある。日焼け止めクリームをしっかりと塗らないと唇がパリパリにひび割れてしまう。しかし、太陽がいったん隠れると一気に気温が下がる。ベースキャンプを作り、頂上に向かいテント（4人用）をいくつか建て、数百メートルの間を荷物の移動を含めて何度も往復するうちに体が高度に慣れいく。高所順化してくると、3日もかかって登っていたところを1日で行くこともできる。逆に、異常に気づいたら、高度を下げ対応するしかない。現地のもを食べたり、多少不衛生なものにも適応したりと環境順応も求められる。丈夫そうな人が体調不良を起こすこともままある。耐性が低いときには体力は衰弱していく。

◇登山は個人プレーではなく、チームプレー。『登らなくてはならない』という意識は自己管理を難しくする要因ともなる。無理をして頑張るよりも、自分の最大限の力を出し切り、限界を知ること、すなわち、自己管理をしたうえで、責任を果たすことが大切。無理をして潰れてしまったら、登頂目的以外のリスクを負い組織的にはマイナスになる。組織として大切なことは、組織としての方針や考え方は揃える。全国各地、様々な環境の違いから集まった集団では、個々人の特性（得手・不得手）を適材適所に生かすと、強い組織になる。

## 3 「我的世界」と「我々の世界」を生きる

### (1) 自分を創る

- ・もう一人の自分を育てる

### (2) なぜ「学ぶ」のかという問い

- ・自分に謙虚であること、自分の未来への信頼
- ・自分の立ち位置の高さに視界は制限される

◇自分で判断するとき、「本当にそれでいいのか」と、自問自答できること。選択するとき、楽な方を選んでいないか、逃げていないかを問いかけるもう一人の自分を創る。どのような自分の土台に知識やスキルをのせていくかが大切。

◇“人”という生きものは、「学ぶ」ことによって、能力を獲得していく。学ぶことによって変化できる。どこまでも能力を高めることができる。ある高さまで行かないと見えない景色があり、そこまで行くのに謙虚に生きていく。

#### 4 今、生きて在るといふことの充実

- ・人間という生きものの特質
- ・考えるということ

◇目標がある。遣り甲斐や生き甲斐をもつことで、充実感を得られる。そこまで頑張ってみる。やってみる。頑張っている実感が、充実感であり、それが人間の幸せにつながる。

◇考えるという作業は、言葉を使って行う作業。必要な言葉がないと深く考えることはできない。

#### メニュー

ホーム	▼
耕人塾の活動	▼
令和2年度の活動	>
令和元年度の活動	>
平成30年度の活動	>
平成29年度の活動	>
平成28年度の活動	>
平成27年度の活動	>
平成26年度の活動	▼
第1回	
第2回	
第3回	
第4-5回	
第6-7回	
第8回	
第9回	
第10回	
第11回	
平成25年度の活動	>
平成24年度の活動	
報道・受賞	

---

Powered by NetCommons