

ねじりはちまき

5月(さつき)立夏、小満の月となりました。

5月3日憲法記念日です。4日みどりの日、5日こどもの日と立夏が一緒です。

8日母の日で、21日小満となっております。

小満とは24節気のひとつでこの21日を指しています。この頃を^{ばくしょうび}麦生日とも言うように、陽気が暖かくなって麦畑が黄緑色い色づき出すなど、万物が次第に成長して天地に満ちるころとなります。このころ麦にとっては、実りの秋です。小満は農家の人にとって“作物を育て収穫を得る”という充実の季節到来なのです。この時期が過ぎると快適な5月は終わり、梅雨を迎え芒種の節に入ります。

コロナの警戒警報は警報中です。十分ご注意ください。そして来る夏に向け、更なるご活躍をご期待申し上げます。

幸田 常一

<会社近況>

暖かい日が増え、いよいよ梅雨入りの時期に差し掛かってきました。先月に引き続き、本宮市の震災復旧の作業を進めております。また、別の現場では増改築の現場をお世話になっております。

<春のメンテナンス> ホコリ掃除

春の花粉や、砂ホコリ、室内のホコリで窓ガラスなどの曇りが目立つ季節です。タオルなどで窓ガラスを拭いたり、ハンドワイパーなどで洗浄するとスッキリすると思います。時期的に乾きも早いので時間のある時におすすめです。

5月 果物●

旬の果物と言えば、苺です。ビタミンCが豊富で6~7粒ほど食べると1日のビタミンCを補えるそうです。ビタミンCは血管壁に沈着するコレステロールを溶かし内臓機能を助ける働きもあるらしいです。美容や疲労回復にも役立つ効果ありとのことですので、毎日少しずつでもビタミン摂取していきたいですね。

令和4年5月5日発行

有限会社 幸田建設

<発行責任者>幸田久美

〒969-1204

本宮市糠沢八幡 1-1

電話 0243-44-3816

<後記>田植えがあちらこちらで目立つ季節

になりました。田んぼの中に水が入ってキラ

キラ光る水面が本当にきれいです。

かえるの鳴き声もこの時期ならではのですね。

梅雨入りも間もなくですので体調など崩され

ませんように。

ほしの

夢を見続ける男 No97

生物はなぜ死ぬのか

この題名は本の題名である。生物学者小林武彦氏の著書である。齢のせいか、題名に魅かれて取り寄せた。なぜ著者はこういう題の本を書く気になったのか。その辺の意図が分かればと思って読み進んだ。私には難しいところもあったが、理解できるところもあった。そこで、今回は自分が関心をもって受け止めたところを一部紹介したいと思う。

著者の冒頭のことば—そもそもなんで生き物は死ぬのか、「死」という究極の間を生物学的視点から考えることによって、今生きている意味も、喜びや悲しみの根源も、そして自然との関わり合いの大切さも見えてくるはずである、と言う。すると、恐怖の対象でしかなかった「死」が違った意味をもってくるかも知れない、という。考えてみれば、そもそも「死」について意識するのは人間だけだろうが、著者のアプローチの視点は、とても興味深いものがあるので、先に読み進んでみたい。さて、どんな展開になるのだろうか。

「死」について考える前に、著者は先ず、地球での生物の誕生について紹介する（なぜ誕生したかはまだ分からないとのこと）。銀河系には細菌のようなシンプルな生物が存在する星は1000コほどあると推定されるが、地球は今のところ（まだ他に発見されていない）、知的生命体を含め多様な生物が存在する超レアな「奇跡の星（惑星）」なのである。この地球で生物が誕生するのが、今から38億年前（地球誕生は46億年前）のこと—先ず単細胞の細菌といわれる原核細胞が誕生した。それが20億年前に真核細胞（酸素呼吸を行ったり、光合成を行う葉緑体を持っている）となる。それがやがて10億年前になると多細胞化して植物細胞の誕生となるのである。これにより、細胞数が増え、多細胞生物の多様化がどんどん進んでいく。以上は10億年単位の話で、気の遠くなるような歳月である。

このようにして誕生した生物が、その後地球の歴史上5回、大量絶滅の時があったという。古生代のオルドビス紀（約4億4400年前）に生物種の約85%が絶滅、デボン紀（約3億7400万年前）に海生生物を中心に生物種（しゅ）の約80%が絶滅、ペルム紀（約2億5100万年前）に生物種の約95%が絶滅、中生代の三畳紀（約1億9960万年前）に生物種の約75%が絶滅、白亜紀（約6650万年前）に恐竜など生物種の約70%が絶滅したという。これらはいずれも、隕石の落下や火山の噴火などの天変地異が原因である。生物にとってはとても厳しい環境であったのだ。

以上「生物の誕生と絶滅」について概略したが—著者が言うには、このような絶滅の事態があっても、生き延びた種があったればこそ今日の生物界があるのだ。それでは、なぜ生き延びることができたのか。そこには、生き延びるための必死のドラマがあったはずである。生物界の歴史をみると—生物の多様な個体が多様な集団を作っていたのが、多くが絶滅する事態が発生し、そういう中でもたまたま生き延びた集団があり、それが新たな環境の中で、また新たな生物の多様性を生みだしていく。ここには、生物界のサイクルが見られる。それは、生物の「多様化—絶滅」そして「変化—選択」のサイクルの繰り返しである。大事なのは、そのサイクルの「変化—選択」の中で生物は「進化」を遂げてきているということである。この「進化」により、現存の多様な生物が結果的に誕生し、存在しているというわけである。つまり、生物は「進化」が作ったものと言える。実はこのことが、「生物はなぜ死ぬのか」を考える上でポイントとなるのだ。ここで著者は、「死」も単なる死ではなく、「進化」が作った生物の仕組みの一部であるということが出来る、という。つまり、生物の「死」は生物が「進化」する上での踏み台というべきもの—と理解したい。続きを次に。

ここで、生物の「進化」と「死」の関わりについて若干見てみよう。一般的に自然界では、大型の生き物は「寿命死」が多く、小型は「アクシデント死」によるものが多い。小型の生き物は、「アクシデント」の中でも、食べられて死ぬことが多い。そのため、小型の生き物は、食べられにくくなるか、ある程度食べられても子孫を残せるくらいたくさんの子どもを産む個体が生き残ってきている。例えば、食べられにくくなるには一つは「擬態」

というのがあ—アケビコノハというガの一種は木の葉に似せた形に擬態する。もう一つ、ウナギが遠く何千キロも旅して深海で産卵したり、サケがわざわざ川の最上流まで遡って産卵したりするが、いずれも捕食者がより少ないところを選べるよう進化したといえる。産卵数を多くする例でいうと、マグロは100万個もの卵を海にばらまき、その中で成魚になって子孫を残すまで生長できるのは、わずか数十匹だという。このようにして生き残って進化してきている。いずれも「死」に直面し、食べられないように進化してきた結果が今の姿だと言える。もう一つ、昆虫の話。昆虫は食べられて死ぬ割合が極めて小さい。陸上の様々な環境に適応して、例えば高い飛翔能力などを持ち、敵に食べられにくい個体が生き残り、進化したといえる。また、昆虫の多くは、交尾・産卵の後、役割が済んだと言わんばかりバタバタと死んでいく。これは無駄に生きない、積極的な死に方であり、究極的に進化したプログラムされた死に方といってもいい（著者がこのように言うのだ）。

それではまとめに入りたい。著者の「生物はなぜ死ぬのか」の著述を要約してみると、

- ①生物は常に激しく変わる環境の中で、「多様性」を生み出すことで生き残ってきた。その多様性の獲得は「変化と選択」による「進化」の賜物である。つまり、変化する環境に適応するため、遺伝子情報（ゲノム）を激しく変化し、多様な「試作品」を作る戦略にでて「進化」し、多様性を生み出そうとする。
- ②生き残るためには、多様性の獲得が不可欠である。生物はこれまでそれを繰り返してきた。その多様性は旧世代より新世代の方が生きる上で優れている。つまり、旧世代は新世代に譲って早く死ぬようプログラムされているのだ。これは、多様性重視のコンセプトで、種を維持する戦略として正しいといえる。
- ③つまり、「死」は絶対的な悪の存在ではなく、全生物にとって「種」として生き延びるために必要なものであり、「死」は生命の連続性を支える原動力というべきものである。我々人間も生を受けた命を次の世代へと繋ぐために死ぬのだ。命のタスキを次に委ねて「利他的に死ぬ」というわけである。

皆さん、いかがでしょうか。著者の言いたいことが分かっていたでしょうか。

最後に、著者が「おわりに」で書いていることを紹介する。

「地球の生物の38億年の永い歴史の中では、人類の繁栄は短く、人生は一瞬の出来事に近く、他の生き物と大差ない。死は全ての生き物に平等に訪れる。それは地球で生まれて進化して、同じDNAの起源を持つ同胞の誰にでもある。もちろん死ぬことと同時に、多様性を持って生まれ続けることも同じように大切で、そのために必要な死でもある。言ってみれば、生き物は利己的に偶然生まれ、公共的に死んでいく。

生と死、変化と選択の繰り返しの結果として、ヒトもこの地球に登場することができた。死があるお蔭で進化し、存在している。「死」は現在生きているものから見ると、生きた「結果」であり「終わり」だが、永い生命の歴史から考えると、生きている、存在していることの「原因」であり、新たな変化の「始まり」なのだ。そして最も重要なことは、生—死を繰り返すことのできる舞台となる地球を、自らの手で壊すことのないように守っていくことである。そうすればまた形を変えて生き物は再生することができる。多様であることを大切にし、変化を好み、そして間違え、反省し、人に共感して笑ったり泣いたりして人生を送れたら最高である。」

チャレンジ 残雪の 男鹿岳、野伏ヶ岳、笈ヶ岳 (II)

【山の概要】 (百は日本百名山、◎は日本二百名山、○は日本三百名山)

- 1 男鹿岳 (○福島県側ではおがだけ、栃木県側ではおじかだけ 1777m、栃木県と福島県境)
・・・3月25日 登山口までたどり着けず、時間切れ
- 2 野伏ヶ岳 (○のぶせがたけ 1674m、岐阜県郡上市)
・・・3月30日登頂
- 3 笈ヶ岳 (◎おいずるがたけ 1841m、石川・岐阜・富山3県境)
・・・今回4月27~29日

笈ヶ岳

この山は深田久弥が未踏を理由に「日本百名山」に選ばなかったという名山。とにかく長いコースなので自分は15時間はかかると予測した。

野伏ヶ岳に登った翌日3月31日に白山一里野温泉スキー場の登山口周辺を調べたが、山行時間をできるだけ短縮するには前日早めに現地に着き、途中まで登り、下見をする必要があった。石川県白山市の天気予報を10日前からその推移をチェックし、登山日は4月28日に決めた。前後日は降水確率が高かった。

4月27日(水)

5時自宅発。小雨が降っていたが予報を信じ、現地に行ってみるしかない。本宮ICから東北道、磐越道、北陸道を経由し白山ICを10時過ぎに通過する。雨は止んだがどんよりと曇っている。11時過ぎスキー場に着く。

いくつかある駐車場を巡ったら、登山者らしき車があり熟年の女性が一人登山靴をはこうとしていた。翌日暗いうちから笈ヶ岳に登るため下見をすると言う。自分と同じ考えなので、同行させてもらうことにした。横浜のYさんだった。

車を置いて11時半過ぎスタート。2万5千分1地形図を見ながら中宮発電所を目指す。駐車場からR360を少し下り、さらに枝道を右手前に折れて下っていくとコンクリートダムの堰堤となる。前日の雨で川の流れは濁流となってダムの堤体にぶつかりしぶきを上げている。幅が5mくらいありまだ安心だが水面からの高さが10m以上あり足がすくむ。高さ5~6mの垂直に近い鉄梯子を下って、30m超の堤を渡り、鉄梯子を登って、さらに草の生える急斜面をロープと木の根をつかんでよじ登り林道に出る。ここから上流の右方向に10分くらい行ってしまい山側にあるはずの導水管が見つからないので引き返す。発電所と導水管は少し下流にあった。暗かったら気がつくのが遅れ時間をロスしたと思う。Yさんと二人の目や感覚で確認できるので助かる。

導水管の直径は1.5m以上あり右脇のコンクリートの狭い階段を登る。誰かがブログで「階段地獄」と書いていた。

登りきると貯水池となっていてここから藪っぼい山に入っていく。Yさんと話し下見はここまでとして引き返す。駐車場着 14 時 20 分。車中泊は 7km 離れた道の駅「瀬女（せな）」に決めた。前回も使用したところ。

道の駅はきれいで敷地内にはバスの発着所や飲食店も複数ありドッグランもある大きな施設だった。

駐車場に隣接して木製のテーブルと椅子があり、屋根はなく陽を遮るだけのすだれだったがYさんと持参の食事を持ち寄りお湯を沸かしおにぎりを食べながら山の情報交換をした。Yさんが道の駅で買い求めたあんこの栃餅がおいしかった。Yさんは小柄で、古稀の自分よりも年上とのことだった。霧雨から小雨になったので夕食は終わりにし、Yさんと翌朝 3 時半道の駅発、登山開始・スキー場駐車場 4 時発で話がまとまり車に戻った。18 時過ぎ就寝。

4 月 28 日（木）

3 時起床、道の駅 3：40 発、スキー場駐車場 4：20、携帯の YAMAP を活動開始にセットしヘッドランプを点けて出発。導水管の階段を登り切り貯水池で少し休み 5：20 再スタート。藪っぼいが道はしっかりしていてピンク色のテープもあるので迷うことはない、うす紫色のカタクリの花の群生地があった。自宅近くの山のカタクリよりも葉や花が大きい。しだいに明るくなりヘッドランプをしまう。ところどころ雪が出てきたがそのまま進む。単独行の若者が追い抜いていく。

7：40 山毛櫓山（ぶなおやま 1365m）山頂着、手作りの小さな板の山頂標識があった。周りは樹木で見晴らしは利かない。小広い雪原には先客が 2 人いた。朝食にする。同年代と思われる山梨県の男性は、三百名山達成まであと 10 山、山梨百名山 99 を登ったと声高に話していた。笈ヶ岳は昨年登ろうとしたが、藪が酷くて途中で撤退したので今回は 1 週間早く来たとのこと。ガイドさんが案内する 4 人のグループや単独行者が登ってきた。各自先を急いで出発する。

自分たちは 8：10、アイゼンを装着し出発する。自分は 20 年も使っている 12 本爪、Yさんは装着が簡単な新しい 6 本爪。

しばらくは雪があり歩き易かったが、少し標高が低くなったり日当たりの良いところでは雪が消えて藪になり行く手を邪魔する。痩せ尾根で地形が複雑なことや、まだ立ち上がりきれない枝々をアイゼンで踏みしめて歩くが滑ったりして危ない場面もあり、Yさんのアイゼンが外れる。時々 YAMAP で位置を確認するがなかなか進まない。最大の難所とされる冬瓜山（かもりやま 1628 m）の山頂には向かわずに藪漕ぎから離れ冬瓜山をトラバースする冬瓜平と思しき雪原に出る。標識があるわけではない。新緑の木々の間から笈ヶ岳を望むがまだまだ先だ。左上と右下の写真が山頂遠望。山頂稜線には雪がないように見える山頂は左側の黒いピーク。



13 時前、シリ
タカ山
(1699m) 山
頂先の稜線に

出る急斜面を登っているときに下山してきた中年の単独行登山者と立ち話をする。何度も笈ヶ岳に登っているらしく、「あなた方は登頂が15時半か16時になるので下山時は暗くなる、ランプは持っているか」と聞かれた。県境稜線までもう少しだ(山頂は雪のない左のピーク)。岐阜・石川県境の三方岩岳(○1736m)から北西に延びる県境稜線にようやくたどり着いたのは14時になった。



東・北向きの藪も出始めている(写真次頁)ここまで10時間弱かかっている。
ピンクテープを目印に進んだら急斜面の藪にはまり抜



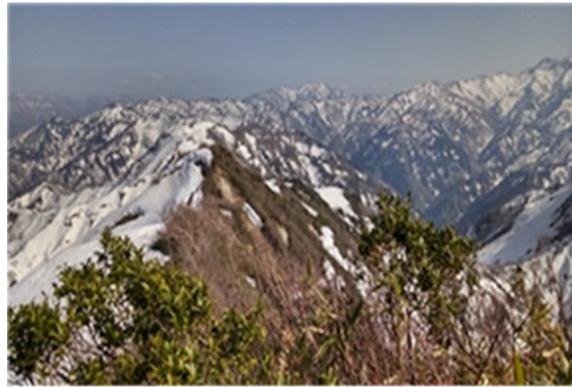
け出すのにまた時間を要してしまった。ようやく抜け出したところで、二人連れの先行者やガイドさんの案内する女性を含む4人組が山頂から降りてきた。4人組はロープで互いを結んでいた。ガイドさんは「山頂部分は雪がないから、ストックは直下の雪のところに置いて素手で登った方が良く、明日は天気が荒れるからどんなに遅くなっても下山すること」とアドバイスしてくれた。いよいよ自分たちが最後尾、後ろを歩く人は誰もいない。自分とYさんも腹を固める。

山頂は坊主山のような急登で手掛かりが少なく、一般の山であればロープやクサリが設置されているようなところだが何もない。かろうじて岩の出ているところや草の根を足掛かり手掛かりにしてよじ登った。Yさんも苦労して登ってきた。

15時過ぎ、日本二百名山笈ヶ岳（おいずるがたけ）に登頂。11時間かかった。

南に御前ヶ峰（百2702m）を頂点とする白山の山々が圧倒的な存在感を示している。手前のピークは今回トラバースしたシリタカ山（写真左）。

三方岩岳から延びる稜線の左側の雪の上を歩いてきた（写真右）。すぐ北隣には富山・石川県境稜線上に大笠山（○1821m）がどっしりとした山体で鎮座している（写真次頁）。





Yさんと互いに記念撮影した（写真下。疲労困憊の筆者）。風もなく天気も良く、ゆっくりと疲れを癒したいところだが、できれば28日中に下山したい。

15:35 下山開始。雪が割れているところを慎重に通過する。先行者、特にガイドさんご一

行のトレースには特徴があり互いに結んだロープが垂れて雪面に跡が残っているのでできるだけ忠実に踏み跡をたどる。

Yさんとは繰り返し「山の事故の発生は、下山時がほとんどである」ことを確認し、焦らないことにした。

18時過ぎ、暗くなる前にヘッドランプの準備をし、水分とエネルギーを補充し、万が一のため互いの緊急連絡先を交換した。二人一緒に事故に遇えばどうしようもないのだが。

YAMAPを使うと携帯電話の電池の消耗が早く10%を切ってしまった。暗くなると現在位置の把握がより必要になる。充電器を用意してきたので安心していざ充電しようと思ったら充電器と携帯をつなぐコードのプラグ(?)の形が合わなかった。ヒヤッとした。携帯の機種を変更したときに、車載の充電器のコードは変えたが、携帯には登山中に充電したことがなかったことに気が付いた。かなり致命的なミスだった。仕方なく携帯をOFFにし、いざという場合に備えることにした。自分の間抜けさにあきれる。



山毛櫓山（ぶなおやま 1365m）山頂に戻ったのは22時になっていた。大いに安心した。ダムから山毛櫓山まで3時間かかったので、普通は下りで2時間あればいいと思ったのでうまくいけば今日中に下山できると思ったが、甘かった。

腰を下ろしてアイゼンを外し、アクエリアスとパンでエネルギーを補給し長めの休みを取った。Yさんと「山の事故の発生は、下山時のしかも最後がほとんどである」ことを確認しあった。

22:20 出発。しばらくは順調だったが、時々ピンクテープを見失った。朝の登りの時はそんなことはなかったが、ヘッドランプで下方を照らすと樹木の切

れ間が道のように見えて下ってしまうと藪で行き止まりになる。疲れで注意力が散漫になっている。見失ったときは直近のテープまで戻り、改めて道を探し自分が先行し次のテープが見つかるまでYさんにテープの近くにいてもらった。また滑って何回も転んだ。後ろに転ぶのが多く幸い背中のザックがクッションになってくれた。そんなこんなで当初の目論見の2倍の時間がかかり登りよりも多い時間がかかってしまった。

4月29日（金）

貯水池まで来たときはホットしたが導水管脇の「階段地獄」の長い下りが待っていた。Yさんが遅れ気味になる。

2:20、導水管脇を下り切り、ダムの堰堤手前まで来たときに腰を下ろして休みを取った。体中の筋肉が強張っている。ここまで来て焦ってもしょうがない、ここで無理して堰堤から濁流の川に落ちては元も子もない。Yさんとは「山の事故は、下山時の最後の10分に発生する」ことを確認し、残った水を飲みほし、気を落ち着かせ集中力を高めようとした。

自分が先行し堰堤までロープと木の根を使い慎重に下り、Yさんの下降を照らす。鉄の梯子を下り、堰堤を渡り、鉄の梯子を上り対岸に達する。

コンクリートの狭い階段を登りR360に出て、並んで歩く。休憩以外は前後して離れているのでほとんど話をしなかったが、緩やかなのぼりの国道ではとりとめのない子供や孫のことなどを話しながら歩いた。

3:05 駐車場着。22時間45分の笈ヶ岳山行を無事終える。

10時に外のテーブルで食事を一緒にすることを約し、瀬女の道の駅まで移動する。目が痛いことに気が付き、水で洗い冷やす。焼酎を2杯飲み、気を緩め、道路向かいの山の端が白み始めた頃睡魔が襲ってきた。

8時前に目が覚める。どんよりとした曇り空、雨はまだ降っていない。体全体、特に腰部と足のふくらはぎが強張り痛い。ストレッチをして体をほぐす。

9時半になってもYさんの車は静かで起きている様子はない。テーブルにコンロを運びお湯を沸かし、サトウのご飯とカレーを湯煎する。Yさんは10時に起きてきてこれから洗顔とのこと、爆睡だったとのこと。

食事しながら山の情報交換をする。Yさんは日本三百名山残り50くらい、北海道にカムエク（◎カムイエクウチカウヤマ 1979m）など3山、九州や四国、中国地方に残っているとのこと。自分は残すのは30山になったこと、笈ヶ岳の登頂は気分的にも大きなハードルを越えて残りの山行に弾みがついたことなどを話す。Yさんは翌日、自分がひと月前に登った野伏ヶ岳（○1674m）に登る予定だが天候が心配だと話す。

雨が降ってきたので撤収し、物産販売所で雨宿りをして、またどこかの山と一緒に登りましょうと言ってお別れした。

自分は北陸道沿線の毛勝山 (◎2415m) の登山口を確認するつもりだったが、だんだん雨が強くなってきたのでやめて帰宅することにした。

駐車場を出るときに挨拶をしようと思ってYさんの車を見たら姿が見えなかったの、また寝なおしたらしい。

睡眠不足なのでいつもよりはPAで休む回数を多くして帰途に就いた。金沢西ICから北陸道、磐越道を経由して帰宅したが雨脚は衰えなかった。

20時前帰宅、日本三百名山270山目、笈ヶ岳山行を無事終える。残り30山、節目の山行に同行してくれたYさんに感謝し、妻と乾杯する。

ビールがうまい。

令和4年5月 NO107 アンチ・エイジング 山旅遊人