



情報BOX

山の話 その三

●文：顧問 中村忠夫



最高峰計画第一登の愛宕山 日本の最高峰、富士山 43座、登頂達成！

日本全国都道府県最高峰を登る

登山を志す人にとって登るべき山の選定は多種多様であるはずだ。登山の道を志すきっかけも種々ありそうだ。各自皆、異なったきっかけと動機によって山登りを趣味にし、果ては登山家と言われる稼業にまでなった人もある。岩壁が好きでスリルに満ちた岩登りを専門にする人や山道を登り尾根筋の景色に感嘆し、忠実に頂上に達する登り方を好む人、山奥や深い渓谷地に野営をして山野草や魚や鳥獣の写真を撮ったり、自然を満喫するのが好きな人等その嗜好は多岐に亘るのである。従って登るべき山の選定には当然に自己責任がついて回るのである。しかし山登りを趣味としない人からはこの様な嗜好は偏屈に見られたり、好き好んで危険を冒して、最悪他人に迷惑を掛ける輩だと言われかねないのである。そんな近年、某出版社と旅行会社のタイアップによる「某作家の100名山ツアー」で単純にかつあなた任せ、受動的に山を選んでいる中高年登山者達が多いことに危険を感じている。

少々そ曲がりな筆者達は世間に迎合せず何か独自の選択基準で山登りをしようじゃないかと考えた。未だかつて誰も考えてないと言うほどの独創性はないが、国内の山々を踏破し尽している訳でもない我々だが、南北アルプス、中央アルプス、八ヶ岳という限られた山域の山だけでなく日本全国を対象にしようと試みたのである。ここに「日本全国都道府県最高峰を登る」計画を2001年21世紀開けの年に実行すべく立ち上げたのである。

即ち「おらが国の一番高い山はどこだ？」を探り、どのような性格の山か？ 登り方は？ を計画的に登り切ろうというのである。日本全国四十七都道府県の各最高峰を特定することから始めて行った。異論百出、最高地点と最高峰は違う、どちらをとるべきか？ 等等。

最終的には添付の表の通りに特定したのである。二県の境界に頂上がある山が4峰あり結局は43座を特定した。(資料は「山と渓谷社」の一覧表より引用)

皆さんのお国の最高峰をご存知でしたか？ 思いがけない名前の山ではありませんでしたか？ 其の最たる山、リストの中で一番高い山(千葉県=愛宕山)について少しお話ししましょう。千葉県の最高峰は？ と言うと殆どの方は「安房の鋸山」と言いますが、千葉県の鴨川地区にある峯岡山地愛宕山が標高408メートルで最高峰である。

県別最高峰の中で最も簡単で最も難しい山と言える。その理由は全国一低山であるため、殆ど車で登山口にたどり着けること。登頂時間が最少時間であること。難しいのはこの山には普通近づけないことである。即ち断りに登山が出来ない場所に存在していることである。その場所とは正式に言うところ「防衛省航空自衛隊入間基地峯岡分駐屯基地」の用地内である。首都東京の空を防衛するジェット戦闘機の管制レーダー基地である。ここからのアラートで入間基地や百里基地からスクランブルが発進されるのである。従って一般人は滅多には近づけない場所なのである。しかし近年は我々と同じく全都道府県最高峰登山を目論む仲間が多くて、事前予約を申し入れれば基地内に入ることを許可

してくれるのである。我々はこの計画の第一登として、2001年3月2日関東地方に珍しく早春の淡雪を積もらせた日にこの山頂に我々のFLAGを掲げたのである。その報告記事を紹介します。

く早朝からの雪まじりの雨の中を車3台に分乗して、航空自衛隊峯岡分駐屯基地へ向う。国道の高度が上がると雪が本降りとなり辺りは既に真白である。カーナビの威力で林道も間違わず予定通り10時前に基地ゲートに到着。事前の届け出が功を奏し丁重に構内駐車場に誘導され、入門手続き後、職員が同行して頂上へ向かう。この頃雪はびつたりと止み陽射しが出て来るという絶好のタイミング。新雪を踏みしめながら愛宕神社の鳥居を抜け、急な階段を登ると石造りの宮があった。その脇から急登を登ると千葉県最高峰愛宕山408mの頂上である。この間わずか七分、真にあっけないが最高峰計画第一登を印した。三角点の標識と会のFLAGを囲んで記念撮影

この日を皮切りにその年の10月末日までの期間に延べ214名の参加者を得て、全43座の登頂がなされた。最高峰富士山には山開きの7月1日に登頂する等、周到な準備と各地域に点在している仲間達との連携を持って北は北海道から南は沖縄石垣島までの全国を網羅した。完遂を記念して11月初旬の3連休には北アルプス白馬の麓に北海道の仲間や沖縄の仲間も家族連れで約80名が集まって大打上げ会を催した。新雪の舞う八方尾根に本物の花火を打ち上げ我々自画自賛の計画達成の祝い酒に酔いしれたのである。

都道府県	山名	標高m	標高順位
北海道	大雪山(旭岳)	2290	12
青森	岩木山	1625	30
岩手	岩手山	2038	14
宮城	蔵王山(屏風岩)	1825	22
秋田	秋田駒ヶ岳(男女岳)	1637	29
山形	鳥海山(新山)	2236	13
福島	燧ヶ岳	2356	11
茨城	八溝山	1022	43
栃木	白根山	2578	8
群馬	白根山	2578	8
埼玉	三宝山	2483	10
千葉	愛宕山	408	47
東京	雲取山	2017	15
神奈川	燧ヶ岳	1673	28
新潟	小室山	2769	6
富山	立山(大立山)	3015	5
石川	白山(御前峰)	2702	7
福井	二の峰	1962	17
山梨	富士山(剣ヶ峰)	3776	1
長野	奥穂高岳	3150	3
岐阜	奥穂高岳	3150	3
静岡	富士山(剣ヶ峰)	3776	1
愛知	茶臼山	1415	32
三重	大台が原(日出ヶ岳)	1695	27
滋賀	伊吹山	1377	33
京都	嵯峨山	972	44
大阪	大和葛城山	959	45
兵庫	水ノ山	1510	31
奈良	八剱山(八剱ヶ岳)	1915	20
和歌山	種彦山	1372	34
鳥取	大山(剣ヶ峰)	1729	26
島根	恐羅漢山	1346	36
岡山	後山	1345	38
広島	恐羅漢山	1346	36
山口	殺地山	1337	39
徳島	刺山	1955	18
香川	龍王山	1060	42
愛媛	石鎚山(天狗岳)	1352	16
高知	三嶽	1893	21
福岡	釈迦ヶ岳	1230	40
佐賀	燧ヶ岳	1076	41
長崎	雲仙岳	1359	35
熊本	蘭見岳	1739	25
大分	九重山(中岳)	1791	23
宮崎	祖母山	1756	24
鹿児島	喜の瀬岳	1935	19
沖縄	於茂岳	526	46

ギンポーパック通信



ジーズ Vol.38 (新年号)



年頭の所感

新年明けましておめでとうございます。

皆様方におかれましては、それぞれの思いと決意を新たに新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。

扱、2008年を振り返りますと、第3四半期(9月迄)迄と第4四半期(12月迄)では大きく様変わり致しました。これはアメリカのサブプライムローン問題に端を発し、世界的な金融危機となり、大混乱状態となったことです。原油価格を見てもピーク\$147(バーレル)から\$40前後へと急落した。

日本を代表する世界的企業であるトヨタ自動車さえ2008年下期は営業利益段階で赤字との見通しを発表しました。

つまり、先が見えないと云うことです。詮じつめれば、本年は激変の年です。この様な状況下でありながら、当社製品は主に食品用途であり、内容物が比較的安価な商品向けであるが故に人口減にならない限り、比較的恵まれたポジションにあります。当社は、かような商品特性とパルプアインの様な独自性商品を併せ持っており、一層の前進を図ると同時に内容の充実を目指して参りたいと考えております。

重ねて申しますが、本年度は激変の年です。全社一丸となって実り多い年とし、将来の礎を築きたいと思っておりますので、皆様方の一層の努力を期待して、私の新年の挨拶と致します。

株式会社ギンポーパック 代表取締役社長 秋水 勝



contents

- message 年頭の所感
- report 「五節句」から学ぶこと
- information あったかい食卓に、あったかい料理を…。
- 情報BOX 山の話(その三)

「五節句」から学ぶこと

年の初めの思い立ち

2009年はいい年にしたい、とは誰しもが念ずること。年の初めといえば、お屠蘇をいただき「おせち」を食べ年始参りに出かけるなど、一年の無事と健康を願って、昔からの慣習に従う方が多いのではないのでしょうか。しかし、おなじ年の初めの行事として「七草の節句」を祝うこと、七草粥を食べることについては、あまり省みられていないみたいです。かつて江戸時代には、武士・町人・農民を問わず法制化された式目であった「五節句」の頭として、日本人にとって欠かせない行事の日の一つとして人々の生活の中に根付いていたのに…。そこで、改めて「五節句」とは何か、なぜ連続して続けられてきたかに思いを馳せてみました。

五節句ってなんだ？

「節」というのは、中国の唐時代の暦法で定められた季節の変わり目のことを指し、暦の中で奇数の重なる日を選び出し、その季節の旬の食べ物（植物）から生命力をもらい、邪気を祓うという目的から始まったといえます。奇数（陽）が重なるると陰となるという、それを避けるための避邪（ひじや＝災難をさける）の行事が行われていたことから生まれたものです。

この唐の暦法とわが国の農耕を行う人たちの風習が合わさり、奈良・平安時代から定められた日に宮中で邪気を祓う宴（節会＝せちえ）が催されるようになり、「節句」と言われるようになったそうです。「節句」は「節供」とも書き、古くは「節日＝せつ日にち」ともいいました。その代表的なものが「五節句」なのです。

- ① 人日（じんじつ）正月七日 七草の節句
 - ② 上巳（じょうし）三月三日 桃の節句 上巳は別名：女子の節句
 - ③ 端午（たんご）五月五日 菖蒲の節句 端午は別名：男子の節句
 - ④ 七夕（しちせき）七月七日 笹の節句
※節句の名前としては「たなばた」とは読まない。
 - ⑤ 重陽（ちょうよう）九月九日 菊の節句
- いにしへの中国から伝わり、宮中行事であったりしたもの、長い時間の経るうちに土着し、そのところどころの風土や暮らしに合ったものへと姿を変えながら、今日まで古来のしきたりと共に季節を伝えてくれているといえましょう。

このうち、現在でもメジャーなのは②～④で、「人日」の七草粥の習慣も残されていますが重陽の節句ともども、若い人たちに受け入れられている気配は余りありません。

ところで、先ほど江戸時代に法制化された式目と書きましたが、それがいつなのか、判然としません。しかし、寛保3年（1743）に著された柳菴秘鑑（りゅうえいひかん＝幕臣菊池弥門著）という江戸時代の年中行事、執務内規、格式、古事、旧例などを記したものに著されているところからみると、かなり古くから定められていたようです。（この公式の式日は明治6年（1873）に廃止されました）

五節句の食べ物は全て体にいいものばかり

五節句は農作業の日程に合わせて作られ、選ばれるその時季の食べ物は、全て薬効の有るものばかりでした。たとえば、七草粥の食材を見てください。冬を乗り切る効用と、正月のご馳走の食べすぎた胃を調整する薬草が選ばれています。

- せり（芹）：セリ科の多年草。湿地に多く自生心身の活力を養って元気を増し、腸の働きをよくする。
- なずな（薺）：アブラナ科の越年草。別名へんべん草。肝臓や胃によく、目をはっきり見えるようにする。
- ごきょう（御形）：キク科の越年草。別名母子草（ははこぐさ）。脾臓や胃の働きを整え元気を増し、痔の病を治す。
- はこべら（はこべ）：ナデシコ科の越年草。なかなか治らぬ

- ほとけのざ（仏座）：キク科の2年草。別名たびらこ（田平子）。胃腸によく、高血圧の予防にも効果。シソ科の雑草ホトケノザとは別。タンポポを小ぶりにしたような黄色の花。
- すずな（菘）：アブラナ科。別名かぶ（かぶらな）。食べものの消化を助け、元気を増す。根アミノ酸、ブドウ糖、ビタミンC、B1、B2などが豊富。
- すずしろ（蘿蔔）：アブラナ科。別名だいこん（だいこんな）。下痢、消化不良によく、ビタミンA、Cが豊富。他にも薬効がある。

（和歌食物本草、飲膳摘要、日養食鑑その他より）
同じように、上巳（桃の節句）のよもぎ餅、桃花酒（桃の花を浸した酒）など。端午（菖蒲の節句）の柏餅、ちまきなど。その薬効で健康と厄除けを願ったものです。

もちろん、七夕の素麺は暑さで減退する食欲をよみがえらせるものであり、重陽の菊酒は高血圧や心臓病、肩こりに薬効ありとされてきました。

中国の食文化は、道教の影響を受けて不老不死、長寿を目的に作られてきたといえます。漢方薬は、この不老長寿のための食材として開発されたもの。中国には昔から「医食同源」という言葉があるとおぼし、食べものから健康で理想的な身体を作ること考えたのでしょう。その影響を強く受けてこうした習慣が日本の風土の中に溶け込んで、日本独自の「五節句」を設けて季節の区切りとし、旬の食べものを食し、病の予防と健康を願ったといえます。

旬の食べものは健康の元

「旬」とは、1ヶ月を上旬、中旬、下旬といわれるように、約10日ごとに区切ったものです。しかし食べものについては、冬・春・夏・秋と四季に分けた中での「旬」というのが一般的です。それぞれ旬の食べものが体にいいのは、季節によって暖めてくれたり、冷やしてくれたりしてくれるからです。

- 冬：だいこん、にんじん、ごぼう、れんこんなど、根菜類が体を温めてくれる。
- 春：野菜類が多彩。ほろ苦さは冬の冷えた体に刺激を与えてくれる。
- 初夏：樹上の果物やイチゴなど甘いものが採れ、葉菜類は体を冷やしてくれる。また西瓜のように水分の多いものは、汗が出た体に水分補給をしてくれる。
- 秋：きのこ類、栗などのほか、脂の乗った魚類が冬に向かう体に脂肪を貯めてくれる。

五節句の食べものは、先人たちのこうした旬の味覚と、その効用を十分に生かした知恵によっているといえるのではないのでしょうか。

五節句の食べものが教えてくれること

日本という四季を持った風土を考えると、それぞれの季節にそれぞれの食べものがあります。当然、夏の食べものは夏でしか食べられない。時季が過ぎれば、来年まで食べられない。人の体は食べものによって成り立っており、かつての日本人は、このサイクルに合った体になっていたのです。

それがいつの間にか季節に関係なく、好きなものを望む時に食べられるようになり、しかもそれはこれまで馴染みが薄かった肉類とか脂の乗った魚であり、てんぷらやトンカツなどの揚げ物が幅をきかせてきました。大変結構なことという反面、体のサイクルが狂い始めているという現実もあります。成人病、メタボなど、その最たるものといえるかもしれません。

自らを律し、先人の残してくれた素朴ではあるが得がたい習慣と、その中にこめられた健やかに人生を送るための教訓を、今こそ振り返る時ではないのでしょうか。

新しいカタログができました！

あったかい食卓に、あったかい料理を…。

過去、食品容器には三つの顔がありました。

目で見てとにかく美味しそうと感じて頂く役割。サイレントセールスマンとしての仕事。食品の物流に耐えうるコンテナとしての役割。そして電子レンジが「チン！」と鳴ったらすぐにそのまま食べられる「食器」としての役割。

「包装」が二つの役割を表していた頃と比較してみると言わば「包・装・器」といったところでしょうか。

そして今、『器』には鍋や釜といった調理器具としての役割が加わりました。電子レンジが単に温める道具ではなく、調理器具としての本来の仕事をし始めたからです。冷めたお弁当を温めなおすだけではなく、半調理された加工食品を電子レンジで最終調理をする。まさに器が鍋釜の役割を担い始め、食品容器の四つめの顔の登場です。

食品容器もこれでなかなか忙しい。所によって違った役者の顔を持たなければなりません。しかし最後はゴミとして「ポイ」です。環境にも優しくなくてはならなくなってしまいました。捨てられても環境に与える影響を最小限度に止めなくてはなりません。

私たちは一つの答えを見出しました。高発泡PP容器『パルファイン』です。

あったらいいな…あったかスープ！



アツアツレンジ商品に！



ゼラチン含みでジューシークック！



コンビニパスタを美味しく食べたい！

