

## 「健康登山講座」のことなど

救心製薬がメインスポンサーで、毎年開講している「岩崎元郎の健康登山講座」09年と「みんなで登ろう、ぼくのふるさと八百名山」のいくつかを報告しよう。今年は群馬県みなかみ町で6月19日(金)夜、岩手県新庄市で10月7日(水)夜、宮崎県宮崎市で12月5日(土)午後、の3回開講した。エバニュー、カンロ、ゴールドウィン、ラ・スポルティバジャパンの各社が協賛に入ってくれたので、お楽しみ抽選会のプレゼントも充実、参加者に喜んで貰えた。各回、150人～200人超の山好きが集まってくれたので、「一億二千万人総登山者化計画」をアピールするのに格好の場になった。

健康登山講座だから、テーマは「歩いて健康、登って元気」。人にとって最良の健康法は、歩くこと。同じ歩くなら、街中をぐるぐる巡り歩くより、山の方が100倍楽しい。山から元気を貰えるのだ。人の幸福は、元気良く健康で居られることに尽きる。およそ500万年前に、アフリカの東の方で人類は誕生したと聞くが、どんな生活を送っていたのか想像も出来ない。過酷な環境に負けず、力いっぱい生きていたに違いない。11月下旬に「エジプト・ヨルダン周遊ハイキングとシナイ山登頂10日間」の「地球を遠足」を楽しんで来た。

初めて見るギザのピラミッド、凄いと思った。499万年という時間を費やして、人類は地震にもびくともしない巨大建造物を地上に出現させるまでに進化したんだ。ピラミッドから、わずか数千年で空を飛び、宇宙へと進出してしまった。こんなに凄くなっちゃって、いいのだろうか、とも思う。シナイ山の頂上で、日の出を見た。これだけは500万年前と同じだろう。

シナイ山の日の出が500万年前と変わっていないように、人間一人一人の思いは、変わっていないのではなかろうか。日々元気で明るく健康で居られること。しかし、今の日本、元気がない。おそらく一人一人が健康でないからだろう。

一人一人に元気をプレゼントしようという集いが、「岩崎元郎の健康登山講座」、具体的な行動が「みんなで登ろう、ぼくのふるさと八百名山」なのである。

12月5日(土)の会場は、ホテル・スカイタワー。午後3時に開講、席を埋めて下さった皆さんは、元気いっぱいだが、みなみらんぼうさんと一緒の番組、『中高年のための登山学』が放送された1995年当時に比べると高齢化は否めない。山へのお誘いも、ハードバージョンからソフトに変更した方が良さそうだ。ふるさと八百名山がお勧め、という次第。

翌日6日(日)は、釈迦ヶ岳に登って来た。ファミリーでも楽しめる、ふるさと八百名山にふさわしい山であった。8日(火)高御位山、9日(水)は雪彦山に登った。ふるさと八百名山、兵庫県から選ぶ17山の内の2山である。来年も、日本の元気に寄与する「健康登山講座」が、開講できたらいいなと思っている。