



# 武 一 中

令和 8 年 8 月 27 日  
武蔵野市立第一中学校  
学校だより R8-9 号

[URL:https://dai1-jh.musashino-city.ed.jp/](https://dai1-jh.musashino-city.ed.jp/)

## 北岳登山

校 長 中嶋 建一郎

私は、この夏に日本で 2 番目に高い山、北岳に登りました。3 年前に槍ヶ岳に登ったときの仲間がまた誘ってくれたのです。実は昨年誘われていたのですが、都合がつかず行けませんでした。その仲間は昨年も北岳に登りましたが、天候が悪く途中で断念。そのリベンジで今年も北岳を目指していました。

日本で一番高い山は富士山で、標高 3776m。今回の北岳は標高 3193m です。日本には 3000m を超える山が 21 あります。近くにある山を別に数えると 23 や 26 になる場合もあります。今回の登山は、26 の数え方だと、5 つの山に登ったことになります。農鳥岳 3026m、西農鳥岳 3051m、間ノ岳 3190m、中白根山 3055m、そして北岳 3193m です。

この登山に向けて練習をしました。リーダーである友達は、3 月には山小屋の予約を済ませ、練習計画も立ててくれました。練習に参加出来たのは、6 月に 1 回、7 月に 2 回でした。7 月の練習では、山ヒルに血を吸われるという経験もしました。

前日の夜にリーダーの自家用車で出発。登山口近くの駐車場で車中泊しました。夜が明け、タクシーとバスを乗り継ぎ、登山開始。1 日目は第一発電所というバス停から大門沢小屋を目指します。標高差 844m。お昼前に山小屋に着き、昼食後に昼寝。夜も早めに寝て寝不足を解消しました。

2 日目は、農鳥岳、西農鳥岳に登り、農鳥小屋で昼食でした。山小屋からの標高差 1341m。足がつりそうになり、少しゆっくり進むよう仲間に頼みました。農鳥小屋の標高は 2800m なので、午後は、また登ります。間ノ岳、中白根山、そして今晚泊まる北岳山荘を目指します。標高差 390m。ここでトラブル発生。靴の裏が剥がれたのです。準備万端なリーダーがワイヤーとテープを使い応急処置をしてくれ、なんとか北岳山荘にたどり着きました。疲れ果てて、夕食を食べるのも大変でした。

最終日は、北岳山頂を目指します。北岳山荘の標高は 2880m なので、標高差 313m。6 時に出発し、7 時過ぎには山頂に到着しました。「やったー！」達成感、充実感を味わいました。天気も良く絶景です。

今回の登山を通して、仲間の大切さを強く感じました。足がつりそうになったときには、「誰かがゆっくり行こうと言ってくれると助かるよ。こっちもギリギリだから」と言ってくれたり、靴の裏が剥がれたときも、嫌な顔ひとつせずに「この経験は初めてだから勉強になったよ」と言ってくれたりしたのです。仲間に感謝です。

ハードな登山でも嬉しいことがありました。2 日目の山小屋に到着する前に雷鳥が現れたのです。親鳥と子どもたちが 3 羽。びよびよ鳴く姿は忘れられません。このことも良い思い出となりました。

# ★一中生部活動大活躍★

## ◇◇水泳部記録◇◇



### 第26回 第9・11ブロック水泳部競技大会

#### ○個人種目

|              |     |         |            |
|--------------|-----|---------|------------|
| 男子100m個人メドレー | 第1位 | 1分14秒31 | (2年 今井葉太)  |
| 男子200m平泳ぎ    | 第1位 | 2分56秒91 | (2年 今井葉太)  |
| 男子100m自由形    | 第3位 | 1分11秒85 | (2年 尾下結真)  |
| 男子200m自由形    | 第5位 | 2分46秒64 | (2年 尾下結真)  |
| 男子50m背泳ぎ     | 第4位 | 40秒50   | (2年 船木晴登)  |
| 男子100m背泳ぎ    | 第5位 | 1分26秒62 | (2年 船木晴登)  |
| 男子100mバタフライ  | 第4位 | 1分24秒87 | (2年 吉田浩気)  |
| 男子200m平泳ぎ    | 第5位 | 3分37秒99 | (2年 須田陸斗)  |
| 男子100mバタフライ  | 第3位 | 1分24秒26 | (1年 西山結都)  |
| 女子100m背泳ぎ    | 第3位 | 1分36秒84 | (1年 西山 蘭)  |
| 女子100m個人メドレー | 第6位 | 1分31秒21 | (1年 西山 蘭)  |
| 男子100m自由形    | 第3位 | 1分26秒16 | (1年 小林百合香) |

#### ○リレー種目

|                |     |         |                       |
|----------------|-----|---------|-----------------------|
| 男子4×50mフリーリレー  | 第4位 | 2分08秒50 | (尾下結真・船木晴登・須田陸斗・今井葉太) |
| 男子4×50mメドレーリレー | 第5位 | 2分24秒66 | (船木晴登・今井葉太・西山結都・尾下結真) |
| 混合4×50mメドレーリレー | 第3位 | 2分43秒44 | (西山蘭・富永清太・吉田浩気・小林百合香) |
| 混合4×50mフリーリレー  | 第4位 | 2分25秒64 | (富永清太・小林百合香・西山蘭・西山結都) |

#### ○総合順位

男子総合4位 42点

### 第27回 多摩地区水泳部競技大会

#### ○個人種目

|              |     |         |            |
|--------------|-----|---------|------------|
| 男子100m個人メドレー | 第5位 | 1分14秒96 | (2年 今井葉太)  |
| 男子200m平泳ぎ    | 第4位 | 2分58秒98 | (2年 今井葉太)  |
| 男子200m自由形    | 第8位 | 2分35秒34 | (2年 尾下結真)  |
| 男子100m背泳ぎ    | 第8位 | 1分23秒92 | (2年 船木晴登)  |
| 女子200m自由形    | 第6位 | 2分58秒51 | (1年 小林百合香) |
| 女子100m背泳ぎ    | 第8位 | 1分34秒32 | (1年 西山 蘭)  |
| 女子200m背泳ぎ    | 第7位 | 3分21秒98 | (1年 西山 蘭)  |

#### ○リレー種目

|                 |     |         |                       |
|-----------------|-----|---------|-----------------------|
| 男子4×100mメドレーリレー | 第8位 | 5分16秒87 | (船木晴登・今井葉太・西山結都・尾下結真) |
| 混合4×50mフリーリレー   | 第5位 | 2分20秒04 | (吉田浩気・小林百合香・西山蘭・西山結都) |
| 混合4×50mメドレーリレー  | 第5位 | 2分41秒14 | (西山蘭・富永清太・西山結都・小林百合香) |

## ◇◇バドミントン部記録◇◇

### 市内中学校大会

#### ○団体

男子 優勝 一中 A  
第3位 一中 B

女子 準優勝 一中 B  
第3位 一中 A

#### ○2年個人シングルス

男子 第1位 高嶋善仁  
第2位 濱川市悟  
第3位 谷藤漱哉

女子 第1位 津田凜咲  
第2位 富沢心都葉  
第3位 高橋寧音

#### ○1年個人シングルス

男子 第2位 松本優月  
第3位 齋藤創唯

#### ○個人ダブルス

男子 第1位 加藤 澄・橋詰侑  
第3位 堀米謙志・泉直輝  
第3位 松本空・西山諒太 (二中)

女子 第3位 安井愛奈・川岸来翠



## ◇◇卓球部記録◇◇

### 市内中学校大会

○男子団体 第3位

○1,2年共通男子シングルス 第3位 根間颯大

○1,2年共通女子シングルス 第3位 中島路香

## ◇◇吹奏楽部記録◇◇

東京都中学校吹奏楽コンクール 金賞・代表 (9/13 都大会出場)

