

4月前半に雪のために軽トラックをやむなく山荘に置いてきてしまったので、今回は公共交通機関で移動を考えていましたが、友人の勝俣さん（以前 山岳救助で一緒の仲間）が建材（雨とよ・パイプなど）と一緒に送ってくれることになり、とても助かりました。（感謝） 25日9時ごろに松田の家に迎えに来てくれて、そこから友人の知り合いの屋根屋さんの家に寄って、雨トヨなどを積み込み、佐久へ向けて出発しました。ルートはいつもと同じですが、須走から河口湖までは友人がめんどくさいから東富士自動車道を通ろうというので、少し時間稼ぎになりました。須玉の



ハヶ岳ブレッド（最近見つけたパンや）でパンを調達。13時ごろに山荘に到着遅めの昼食（パン）をとってから、荷下ろし。山荘の清掃が終わってから私は食料や建材の買い出しに佐久市内へ、置いてきた軽トラックはバッテリーあがりも無くエンジン始動できたので一安心！買い出しに出発。友人は身体を動かさずと行って薪割りを開始。筋肉痛にならなければ良いけど。この日は関東でも夏日になっているほど暖かく！佐久市内は24℃、山荘でも17℃と異常なほどの高温です。夕食はお寿司と出来合いのおかずで、簡単に済ませて、久しぶりに色々な話をしました。共通の話題は赤十字の活動についてです。私は二年ほど前に赤十字のボランティア活動（インストラクター）を辞めましたが、友人はまだ続けています。私が赤十字の活動に入ったのは25歳ぐらいでしたから、32年間インストラクターや山岳救助、色々な現場で救護活動をしてきました。一番印象深かったのはボランティア上

級研修の夜に、救護部長から「赤十字の精神がわからない、守れない人は直ぐに辞めなさい」と言われたことです。すごく当たり前のことで、救護技術や知識などは新しくなっていますが、赤十字の精神は不偏です。それが、手段に偏っていくとただやり方だけを教える講習になってしまいます。そんな話をしていたら、少し話が長くなりますが、最近テロ対策で「止血帯」の技能が復活した（以前は教えていました）そうです。しかし、三角巾やバンダナを使う方法ではなく「ターニゲット」という器具を使う事が義務づけられている、その器具は1万円前後するので一般人は所有している物ではないと思います。身の回りの物を用いて出血を止める方法を知らなければいけないと思うのですが、どうも違うようです。二人とも山岳仲間なので、なるべく持ち物は少なく、工夫することを考えています。余計な物は持ち歩きたくないですね！23時就寝。案の定、夜半過ぎに大雨になり、雨音で目が覚めました。

4月26日（金） 外気温10℃ 室内21℃ 曇りのち雨

朝食後に勝俣さん8時ごろ帰宅、薪割りをしていると、ポツポツ雨が降り出したので、今日は読書（ぼくらの未来をつくる 塗油だ剛一郎）著者は脳外科医からアメリカに留学、医療を外から変えたいと考えて、「マッキンゼー」に入社 1年後に医療ヘルスケアの課題を解決するために「メドレー（MEDLEY）」の共同代表に就任。病気を専門医が解説しているオンライン医療辞典「メドレー」とオンライン診療アプリ「クリニック」を開発しました。本の中では日本の医療事情の仕組みがおかしくなっていることや先進各国の状況などを詳しく分析していて、国民皆保険制度は素晴らしい制度だが、医療費42兆円になってしまう仕組みなど詳しく解説されていてそのか

らくりがわかります。帰宅したら早速、「メドレー (MEDLEY)」のサイトにアクセスしてみました。

昨日は温泉に行かなかったので、今夜は群馬県の荒船山温泉へ行きました。車で片道20分、霧が出ていて山並みは見えませんでした。まだ連休前の道は空いていて温泉にも数人のお客さんしかいませんでした。さっぱりしたところで、山荘に帰りビールで乾杯！薪ストーブの前でいつものように居眠り！ 22時就寝。

4月27日(土) 外気温4℃ 室内 20℃ 曇りのち晴れ 夕方から風が冷たい

今日から尾方さんと外壁工事の続きを行います。尾方さんが南側の軒下まで外壁を施工、私は軒下の塗装を行い仕上げていきます。足場の一番上は揺れる、寒い、足が震える、とても疲れます。地上に降りると、足の震えは止まりますが早く作業が終わることを願っていますが、自分たちがやらなくては仕事が終わらないので、頑張って仕上げました。軒下に設置する「破風板」が無かったので、作業後に佐久インター近くのDIYショップで購入して来ました。

今夜は一万里温泉で汗を流して足場の上での恐怖と疲れを癒やすことが出来ました。 21時就寝



4月28日(日) -4℃ 室内18℃ はれ とても寒い朝です。 氷張る

朝の散歩で、水たまりに氷が張っている、とても寒い朝です。尾方さんが来るまでに、「破風板」に防腐剤を塗る(二度塗り)これで、準備完了！南側の足場がある内に一番高いところに設置します。破風板が設置できたら足場を解体して西側に移動させます。



外壁も仕上げの段階で、軒下30cmを塞ぐ作業を行います。そして、私は防腐剤を軒下に塗装する作業を行います。今夜はも一万里温泉で温まって休みます。



4月29日（月） 4℃ 室内16℃ 晴れ

予定では29日～1日まで唐松の造材作業のため（玉切り）T君が作業に入る予定でしたが、天候が悪化したため作業は延期としました。

外壁作業は東側の軒下作業を9時から12時までに行い、足場を解体して東御の尾方邸に運搬しました。

5日間の作業でしたが、外壁工事は2日半その他はなかなか思い通りには進みません。着実に作業を行っていますが、一気に出来上がるわけではなく、もどかしい思いです。

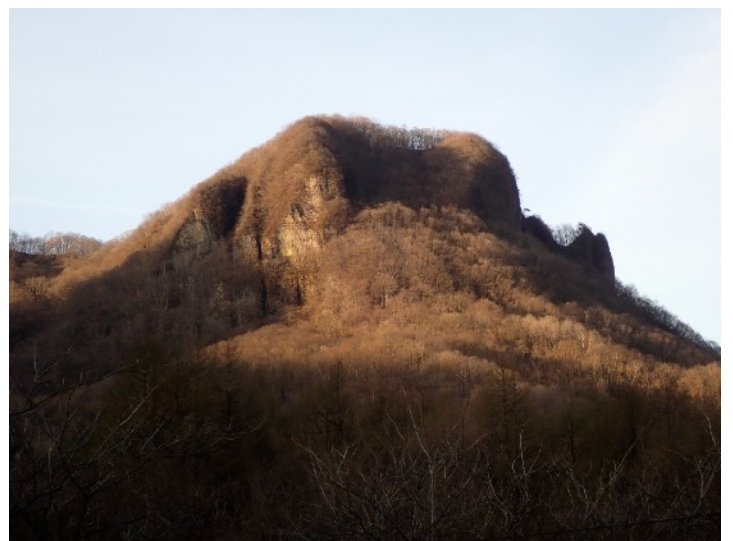
兜岩山が南側からずっと見えています。

尾方邸に足場板とクランプなどを運んで、奥様の手料理（昼食）をご馳走になり癒やされました。

14時に東御を出発して今日は松田まで帰ります。

毎年恒例、南きよさと花の森公園に500匹近い鯉のぼりが谷間に泳いでいます。先を急ぐので駐車しませんでした。見事でした。

141号線 20号線 山中湖と渋滞も無く順調に進みましたが、246号線が渋滞！普段なら30分で松田に着くところが120分かかってしまい、帰宅したのは20時でした。疲れた～



次回は元号も「令和」に改元して、新たな気持ちで頑張ります。5月13日ごろから4日間の作業を行います。また、5月18日には「春のキッズフェスタ」NYCを予定していますのでご協力お願いします。