



## ■大台ヶ原・大普賢岳 学習会終了山行

- 日 程：11月10日(土)～11日(日)
- 参加者：L 砂川(延) SL 尾内 小田(昌) 徳本 西山(由) 笹木 藤原(浩) 安田

### ● 行動記録：

- (10日) JR加古川駅 5:40 発ー滝野庁舎下 6:20 発ー大台ヶ原ビジターセンター(10:25 着・昼食) 11:05 発ー日出ヶ山(11:55 着) 12:23 発ー尾鷲辻(13:10 着) 13:23 発ー牛石ヶ原 13:40 発ー大蛇ヶ原(13:55 着) 14:05 発ーシオカラ谷吊橋(14:50 着) 14:53 発ー大台ヶ原ビジターセンター(15:32 着) 16:15 発ー和佐又ヒュッテ 17:20(着・泊)
- (11日) 和佐又ヒュッテ 5:35 発ー和佐又の科尔(5:55 着) 6:00 発ー笹の窟(6:55 着) 7:00 発ー日本岳の科尔(7:20 着) 7:25 発ー大普賢岳(9:00 着・朝食) 9:45 発ー日本岳の科尔(11:40 着) 11:45 発ー笹の窟 12:00 発ー和佐又の科尔 12:45 発ー和佐又ヒュッテ(13:15 着)



### 学習会終了山行を終えて

砂川(延)

10日初日の大台ヶ原駐車場にはほぼ予定通り10時30分頃の到着だった。

車を降りると駐車場では少し肌寒い感もあり、頂上の日出ヶ岳に上がっての昼食では、寒風の中での弁当はつらいのではと考え、少し時間が早いのですが皆さんにビジターセンター軒下ベンチでの昼食を提案した。(大蛇ヶ原を回って駐車場に帰ってくるとトイレと併設で休憩舎があることを発見)



日出ヶ岳に上がる遊歩道を歩くが濃霧がひどく、頂上での見晴らしが心配になる。

頂上は案の定、濃霧に包まれていたが、しばらくすると南側の尾鷲湾側、太平洋側は少し霧の晴れ間が覗くようになり、尾鷲湾や周辺の状況が見えるようになった。

残念ながら翌日上がる大普賢方面、大峰の山々は霧に隠れて見えなかったのが、少し心残りだった。

正木ヶ原、牛石ヶ原を通り大蛇ヶ原に向かっているうちにガスも晴れ、大蛇ヶ原から谷底の東の川から対岸の逆峠の山々、西の滝がわずかに見えている。

素晴らしい眺めだ。皆さん大蛇岨の突端へはコワゴワ、へっぴり腰で覗きに行く。この素晴らしい景色を見るためには勝てなかったようだ。

大蛇岨から駐車場へは一旦、シオカラ谷(東の川の上流)に下りて、上り返さないと駐車場にたどり着かない。このルートは今まで歩いてきた遊歩道のような周回路とは違って、一転険しい山歩きとなるため、駐車場まではかなり時間を要した。歩くテンポを整えて15時半頃に駐車場に無事到着する。駐車場で大台ヶ原の大きな石の標柱をバックに記念撮影。和佐又ヒュッテへ急ぐ。

翌日の大普賢岳へは、朝5時30分のまだ闇夜の中出発する。

さすがに暗くて登山道が分かり辛いこともあったが、和佐又山との尾根分岐点に来ると、ほぼヘッドランプが無くても歩けるようになってきた。笹ノ窟への分岐を目指して日本岳への尾根を上がっていくのだが、こんなに時間がかかったかなと長く感じる。

笹ノ窟など数か所の行場を通過して、はしごを何か所か上がり石の鼻で和佐又や昨日の大台ヶ原方面を谷越しに眺め、素晴らしい景色にしばし堪能する。このあたりから登山道が険しくなってくる。長い梯子、鎖から鎖へ続く登山道(帰りに確保のトレーニング場所)を辛抱強く上がると、やっと大峰の縦走路に出る。ここから頂上へは直ぐそこだ。



いつもの通りで朝食弁当をいただきながら、大峰の主峰・八経ヶ岳、弥山、山上ヶ岳等々の山々を眺めて素晴らしい景色を堪能できた。

下山時に登山道に張ってある鎖場では、シュリングで確保を取った歩き方を、垂直に近い長い梯子ではクレムハイトによる確保で降りることで身の安全を守るトレーニングを兼ねて実践する。

今回は全体を通してお天気に恵まれ、ゆっくりと大きな山々を堪能できたのではないのでしょうか。大台ヶ原と大普賢岳を歩いた結果、山にはいろいろな

タイプの山が在ることが分かって頂けたと思います。この山行を糧に今後も事故のない安全登山の実現に努力して欲しいと思います。



## 終了山行を終えて・・・

## 西山(由)

今回の終了山行を迎えるにあたって、不安がありました。理由は、登山がまったく出来ていなかったからです。そして、大普賢岳の動画を観た際、階段が多い事、傾斜が急に見えたなど不安材料が増えていくばかり……。当日の朝も目が早くに覚め、落ち着かない状態。

初日の大台ヶ原は、天候が心配になるほどの冷たい風と靄…。登山を開始し始めると風は弱くなり、日差しの温かさを感じるようになり、少しずつ期待が膨らむ。しかし、展望台では、真っ白！残念！！山頂に期待！と思って足を進めるも山頂では、冷たい風！ダメなのかな…と諦めの気持ちが沸き上がってきたところ雲が流れ、靄も流れ、パァ～とはれ、遠くまで景色を見渡せるようになりました。山の天候は、移り変わりやすいと感じる時間でした。

2日目の難問の大普賢岳…。朝が早く、頭も目も覚めぬまま登山開始！一步一步進める中頭をよぎるのは『一步一步進めれば、いつか必ず頂上に到着する！』という言葉でした。砂川会長がゆっくりペースで進んでくださった結果、辛くなることもなく、逆に日の出を楽しんだり、岩の鼻での絶景を楽しめたりと、行くまでの不安が嘘のように楽しくてたまりませんでした。

ゆっくりペースで進んでくださった結果、辛くなることもなく、逆に日の出を楽しんだり、岩の鼻での絶景を楽しめたりと、行くまでの不安が嘘のように楽しくてたまりませんでした。

もちろん、課題のロープ訓練は学習会で取り組んだものの、実際の現場で使用すると上手くいかないところ、こういうふうに使えばいいのか！など気付くことばかりでした。やはり学びと実践は、表裏一体だなと感じました！

山小屋の宿泊は、“寒っ！！”思っていた以上に寒い！！しかし、晩御飯の豚汁の温かくて美味しくて、心も体も解れました！！初めての体験で色んなことに興味津々の宿泊でした！！

残念だったのは、一緒に登山を予定していた母と登れなかったこと…。帰りの温泉に入れなかったこと…。これは、来年に期待です！！

終了山行が無事に終わられたのも、砂川会長・尾内さんはじめ、学習会のメンバー・昨年度入会の方々の準備や当日の穏やかな会話があったのことと思います。本当にお世話になりました。そして、心からありがとうございました！！



## ■六甲山縦走路の第2クォーター(鶴越～市ヶ原)を歩く

- 日 程：11月10日(土)
- 参加者：L藤本 SL須増 田中(重) 土井 西川 森下

- 行動記録：神鉄鶴越駅 9:00 発～菊水山(10:20 着)10:30 発～鍋蓋山(11:30 着)11:35 発～大竜寺(12:00 着)～市ヶ原(13:05 着)13:10 発～新神戸駅(14:00 着)



### 六甲山全縦のクォーターを楽しみに

森下

紅葉の美しい秋の1日、六甲山縦走の雰囲気味わいたくて神鉄鶴越駅から菊水山を越え新神戸駅までの「第2クォーターを歩く」山行に参加しました。6名のパーティは鶴越駅で念入りにストレッチ、2人の男性がゆで卵を食べています。私も食べてまずエネルギー補給を？、ストレッチをしながらチラチラ見ている私。

5名のメンバーは皆全縦 or 半縦の経験者ばかり、私だけが六甲山にほとんど登っていない。頑張るぞ・・・と気合を入れる。リーダーの「急登なのでゆっくりと上ります。」の声に元気をもらい、“六甲山縦走路菊水山”の手書きの看板を見て登り始めます。この間山道を走ったり、私達を追い越したりの大勢の人に会いました。皆、山登りを楽しんでいます。

階段あり又黒いプラで作った高さ25・6cmもの段が入り混じって、このプラ段だけでも約330段も有ります。1段ずつが高いので異常に足が疲れます。大きな白い鉄塔が見えてきました。菊水山が近いようです。手すりの付いた階段の途中で小休止、振り向くと神戸の市街地がはっきりと見えます。この後菊水山山頂(459m)迄案外楽に登れました。ここでおやつを食べたりして次の鍋蓋山を目指します。途中“六甲全山縦走路”の標識が立っている。

この表示が私には嬉しい。急な下りを経て途中有馬街道にかかっている天王吊橋から下を走る





車を見おろし乍ら、紅葉を見に行く人達?と思ひながら渡ります。随分と下りました。

さあここから鍋蓋山(486m)迄登り返しの急登です。何も考えずに黙々と登ります。1時間程歩きました。

鍋蓋山に到着です。再度公園で昼食です。紅葉が本当に美しく、大勢の人達がお弁当を食べ乍ら楽しんでます。修法ヶ原池に紅葉が映え鴨がゆっくと泳いでいます。後は市ヶ原を通り桜茶屋迄行き、ここのベンチで小休止。縦走路から外れて下山コースとなる。神戸の水がめ布引貯水池を右手に観て三の宮迄帰り皆でお茶をしてクォーター分を笑顔で終わられて今日の山行は終了しました。

次回機会が有れば、この形式の山行に是非参加したいと思います。有難うございました。



## ■小富士山・仁寿山・御旅山縦走 ゆっくりリズム山行

- 日程：11月11日(日)
- 参加者：La 澤田(律) SL 森本 泉 乙坂 香川 木村 田中(美) 苦瓜 村上 山本(正一)  
Lb 上田 SLb 藤原(千) 小田(敏) 貝塚(陽) 兼本 島谷 砂川(美) 田中(由) 廣岡 矢根

- 行動記録：山陽白浜の宮駅 8:00 発～麻生神社登山口(8:30 着)8:50 発～小富士山山頂(9:20 着) 9:30 発～仁寿山(10:40 着)11:10 発～御旅山山頂(12:35 着)12:45 発～山陽妻鹿駅(14:00 着)



### 小富士山他縦走山行記

兼本

1年振りの山行は、地元の三山縦走となりました。低山ではありますが、それぞれ趣が異なり非常に楽しい1日を過ごせました。

山電白浜の宮駅を20人のパーティで出発。11月中旬にしては少し暑いくらい。姫路バイパスを抜けると、きれいな三角錐の姫路の小富士山が目飛び込んでくる。正式には麻生山(あさおやま)と言うらしいですが、小富士山がピッタリ。麻生八幡神社の新しい鳥居をくぐり、境内にてストレッチ。そこに十三重層塔を発見し寄進者名を見てビックリ。知人の名前でした。

登り始めると大きな岩があり鎖場になっている。

かつては修験道の山の面影がある。巻道の脇に岩の窪みの水溜りがあり、小型の赤い鯉が泳いでいた。名所らしいのですが、水枯れはしないのかな。

すぐに頂上にある華厳寺に着く。荒れた趣があると思ったら、行者僧の「高齢につき護摩焚き不能、屋根修理困難」の貼り紙を目にして暫し想いに耽る。

173mとは言え素晴らしい眺望を堪能したのち、第二座の仁寿山(じんじゅさん)に向かう。

直降はザレ場で歩き難いので巻道を進む。時間はかかるが、今回は『ゆっくりリズム山行』でした。リーダーの意図を理解。やがて、アンテナ施設の管理巡回路(車道)に出合いましたが、少し厳しい直登路を進み175mの頂上着。ここには、NHKをはじめFM局等々のアンテナが林立し、重要な放送中継所になっています。バイパスからは勿論、姫路市内からもよく見えます。

さっきの小富士山を振り返ると、あれ？  
無い。小富士山は南側からみると三角錐で  
すが、西からみるとただの山です。ここで、  
長い休憩を取りました。

仁寿山の下りは少し傾斜がきついで慎  
重に進み、バイパスに出て陸橋を渡りいざ  
第三座の御旅山へ向かいました。

ご存知のように御旅山は祭りの山です。  
麓が灘のケンカ祭りの練り合わせ場所であ  
り、松原神社の奥宮が上に祀られています。  
また、毎日登山の方も多数いる地元で非常  
に愛されている山と言えます。

なお、御旅山は140mで頂上には四等  
三角点がありますが、三角点の一等～四等  
は国土地理院の設置時期の順であり、現在  
は四等三角点を追加設置中です。ちなみに、  
大阪の天保山は日本で2番目に低い山(標高  
4m)ですが、二等三角点です。

修験道の山・小富士山、アンテナ山・仁寿山、

祭り山・御旅山、低山ではありますが個性的な三山を堪能した今回の縦走山行でした。

澤田全体リーダー、上田班リーダーをはじめメンバーの皆様、ありがとうございました。



## ■銀の馬車道を歩く・・・3回目

### 銀の馬車道 GIN NO BASHAMICH

● 日 程：11月14日(水)  
● 参加者：L上田 SL木村 大谷 小田(昌) 狩集 河合 黒本 廣岡 待場  
三木(悦) 森本

- 行動記録：JR福崎駅 8:05～熊野神社(8:33 着)8:40 発～人参役所跡(9:20 着)9:25 発～  
上野東信号 10:20～豊富球場(11:10 着)11:40 発～金竹信号 11:58～生野橋(12:30  
着)12:43 発～大日公園(13:38 着)13:50 発～JR姫路駅(14:35 着)14:40 発～亀山  
本徳寺 15:20～山電飾磨駅 15:35～飾磨津物揚場 15:50



### 銀の馬車道を歩く3回目(最終回)

### 河合

秋日和の最終回は播但線福崎駅から飾磨港までの約25kmを8時間の予定です。駅では赤黒い派手な顔立ちの河童が独り将棋をさしている。ウォーキングマップと銀の馬車道の看板を頼りに8時出発。熊野神社でストレッチを済ませ狭い街道を歩く。

ひこばえの田園風景が拡がり、鈴なりの柿の実が青空を秋色に染めている。途中、神崎酒造に寄り分かりやすい銀の馬車道の資料をもらう。ここは“人参役所跡”があり藩の財政のため朝鮮人参を生産したとある。

”船津瓦発祥地“の船津地区には今も瓦製造業者の工場があり馬車道の両脇は瓦でデザインされ趣がある。その1つの工房で見学をお願いする。来年の姫路フルマラソンの完走者に渡す瓦のメダルを製作中で、姫路城をデザインした心の籠ったものです。7000個を手作りする

職人さんは走者の応援団です。

芝生の立派な豊富球場で陽を浴びながらの昼食にほっとする。が、まだまだ先は長い。

道が狭まり市川にかかる生野橋を渡り“銀の馬車道の修築の碑”があるミニパークに着き一息する。馬車道建設の経緯や尽力した人々の名前が刻まれ、明治9年に完成を祝って建てられたとある。ロード看板もあり後13kmと記されている。ゆっくりして居られない。まだ3時間歩かねば・・・次第に交通量が増え、リーダーから「くれぐれも車に注意するよう。」言われる。長時間の舗装道路の歩きは足が疲れ、山歩きの方が楽ではと思えてくる。

「公園に着いたら休憩しよう！」と言う声を聞き、モグモグタイムで元気になる。2時半に姫路駅に着き、亀山本徳寺では境内を一回りして先を急ぐ、山電飾磨駅を過ぎるとあと一息、目的地に4時到着。歴史の面影を残す浅田化学にある最後の案内板“飾磨津物揚場跡”がゴールです。

4万歩以上を歩き、8時間を頑張りました。生野銀山からの銀の馬車道の積載物はこの港から海路へゆだねられる。



高御位山遊会会員の高島さんの思いがけない出迎えを受ける。会社の赤レンガの外壁に横断幕が張られ、心のこもった手作りの幕に“疲れさまでした”と書かれている。温かい御座候とミカンの差入があり疲れ切っていた体にとっても嬉しかった。有難うございます。



## ■六甲森林植物園

- 日 程：11月17日(土)
- 参加者：L森本 SL須増 谷口 西川 舛賀 吉村

- 行動記録：神戸電鉄谷上駅9:00発～森林植物園(10:10着)12:20発～再度公園(12:40着)13:10発～諏訪神社(14:20着)14:30発～相樂園(14:50着)15:20発～兵庫県公館(15:25着)15:40発～JR元町駅(15:50着)



## いつも歩いて楽しい六甲山

## 谷口

1年半ぶりの六甲山でした。1週間前から傘マークの天気予報でしたが、前日に低気圧が南下したせいで爽やかな秋空の下での山行。

9時に、メンバー6人で神戸電鉄谷上駅を出発。全員が初めて歩くコースとあって、地図、コンパスを持ち、標識を注意深く見ながら山田道を歩きました。枯葉で埋まった木立の中汗をかくこともなく1時間余りすると森林植物園正門に到着。黄緑、薄オレンジに色付いたメタセコイアが出迎えてくれました。6人一緒、園内マップとにらめっこしながら散策。「シアトルの森」で真っ赤なモミジバフウに出会えるのを楽しみにしていましたが、枝だけの姿にがっかり。ああ残念！でも、日本カモシカを見たり、ドウダンツツジの見事な紅葉をカメラに収めたり、写真スポットの長谷池をバックに記念写真の後、昼食となりました。



12時過ぎに西門から出て学習の森を抜け洞川湖へ。黒い水底を背景に、色付いた木々達が鏡のような水面に写り神秘的でした。30分ほどで再度公園着。

大勢の人で賑わっていました。その中で朗々と詩吟を披露する我がメンバーの2人。自然の中での吟詠は素晴らしかったです。

私事ですが、公園内の「修法ヶ原」の読み方がやっと分かりました。「Shiomigahara」シューウホウガハラが訛ってシオミガハラになったのだと一人納得。

13時に大竜寺を左手に見ながら諏訪神社に向けて大師道を下って行きました。今回の山行は沢の近くを歩く機会が多く、水の音に癒されマイナスイオン100%。計画表の予定通り14時20分に諏訪神社到着。

最終目的地のJR元町駅に行く途中、一般公開中の相楽園で菊花展、旧ハッサム邸、日本庭園を見学し、兵庫県公館(県の迎賓館で県政資料館として活用)の見学では、客人に依って調度品に格付けがあるのには驚きでした。

私にとって六甲山は下山すると、また行きたくなる山です。今回もやっぱり楽しかった。

リーダーさん、ご一緒の皆さん、本当にありがとうございました。



## ■高取山(高取城址)～明日香村へ 女性委員会山行

- 日 程：11月17日(土)
- 参加者：La 三木(悦) SLa 垣内 乙坂 河合 笹木 瀧原 土井 平石 山本(清)  
Lb 大谷 SLb 澤田(律) 田中(美) 田中(由) 田羅間 徳本 苦瓜 矢根

- 行動記録：壺阪山駅(9:37着)9:55発～植村邸(10:15着)～猿石手前休憩(11:20着)11:25発～高取山・高取城址(11:45着・昼食)12:25発～猿石(12:40着)～栢森(13:20着)13:25発～稲淵(14:00着)14:05発～石舞台古墳(14:25着)14:57発～橿原神宮前駅(15:20着)



### 素晴らしかった高取城址

田中(由)

心配していた天気も前日には解消し、当日は気持ち良い秋晴れの山行日和となった。

近鉄に乗ってから17名全員揃いホッとしました。

壺阪山駅から出発、ほどなく土佐街道に入り江戸時代の町並みが残る(街道保存地区に指定されている)家老屋敷のなまこ壁や大和の薬売りの名残り等、いにしへの時代に思いをはせながら進み、やがて、杉並木の歩きやすい坂道を汗を拭きながらやっと高取城址へ着き、山全体が複雑に入り組んだ石垣は素晴らしく日本三大山城の1つで標高584m比高350mの国内最大規模の城跡は圧巻でした。青空に紅葉が美しく昼食もそこそこに散策したり、写真を撮ったり、楽しいひと時を過ごし最後に集合写真を写した。

下りは見事な竹林の中を足元に気をつけながら栢森まで下山し石舞台古墳まで歩いた。

帰りは布施駅近くの和菓子店で楽しみにしていた通常の5～6倍もある大きな和菓子を買って重くなったリュックで家路についた。皆さんお世話になり、ありがとうございました。



## 紅葉と歴史の高取山を訪ねて

平石

ほぼ諦めていたお天気も当日には嘘のように晴れ渡り、秋晴れのいいお天気が変わっていました。私にとっては久々の早起き山行でしたが、明日香方面へのデビュー山行でもあり、とても楽しみにしていました。JR、近鉄と乗り継いで9時37分に壺阪山駅に着きました。ここからスタートです。城下町らしい街中の一般道を進んでいくと、すぐ登り坂になっており、さすが山城。どんどん進んで行くと左手からは川のせせらぎが右手には竹林が続いていましたが、川はいつの間にか大木に変わり登山道らしくなってきました。

駅から1時間40分位で高取城跡に到着！！そこには、もうすでにたくさんの観光客や登山者が登っており賑わっていました。ここで、私たちが昼食です。



「高取城は日本一強い石垣の山城」と周知の通り頑丈で立派に積み上げられてありました。こんな大きな石をこんな山の上までどうやって運んだのだろう？「昔の人は偉かったなあ」とその偉大さに感動し、感心しました。

帰りは地元のガイドさんも「あの台風以来まだ通ったことがない」と話されていましたが、すごく荒れているのでは？と案じておられ、「気を付けて行って下さい。」とのことでした。下山道の両サイドはすごく見るも無残になっていましたが、登山者が歩きやすいよう片づけてあり、とてもスムーズに下山できました。これもリーダーが前もって調べて下さったおかげです。帰りは美味しいものを買って、美味しいものを食べて充実した秋の1日を満喫しました。

リーダーをはじめご参加の皆さまお世話になり、ありがとうございました。



## ■紅葉の増位山から書写山へ

- 日 程：11月21日(水)
- 参加者：L上田 SL待場 小田(昌) 澤田(律) 福田

- 行動記録：JR野里駅8:27発～東尾根登山口(8:50着)9:00発～増位山(9:35着)9:40発～随願寺(9:55着)10:15発～広峰神社(11:00着・昼食)11:30発～氷室池(13:00着)13:10発～書写山置塩口(13:40着)～円教寺摩尼殿(14:35着)15:30発～ロープウェイ山上駅(16:05着)～東坂バス停(16:40着)



## 紅葉の増位山から書写山へ

福田

朝、家を出るときにはとても寒く、午後から天気は下り坂の予報。テルモスで温かいコーヒーとマフラーも準備しました。

JR野里駅で集合。歩き始めると、なんだか見覚えのある道。帰宅後、登山の記録ノート調べてみると7年前の11月に来ていました。随源寺念仏堂付近でストレッチ、さあスタート



です。東尾根ハイキングコースの案内板にしたがいます。ここは地元の方のハイキングコースになっているようで、手ぶらで散歩の男性がチラホラ。増位山山頂につく頃にはポカポカ陽気で汗ばむくらい。山は赤や黄色の紅葉がピークを迎えとっても素敵！

いくつかのアップダウンを繰り返し広峰神社に到着。ここで昼食。境内には自販機、休憩所、トイレもあり一服するには良い場所でした。ここから近畿自然歩道を氷室池にむかって歩きますが、落ち葉とゴロゴロ岩の多い下り道で足を滑らせることも多く、自分の前を歩く方へアドバイスやフォローをさりげなくされるSさんには勉強になる姿を見せていただきました。



氷室池からは一度車道へ出て、塩置口取り付きから書写へ登っていきます。フーフー言って登った山頂には観光バスで来られた大勢の人でにぎわっていました。円教寺境内の摩尼殿からの素晴らしい紅葉の眺め、開山堂の左甚五郎の作といわれる彫り物、宿坊での精進料理、写経教室を行っている食堂といわれる建築物。何もかも歴史が古く、興味深いお話をリーダーさんから解説があり、登山に観光がプラスされたようで大満足。一同たっぷりと紅葉の様子をカメラに収め、下山スタート。



だんだん西の空が茜色に染まっていきます。東坂のバス停は10分おきぐらいにバス便があり待つこともなく乗車できました。秋の日の楽しい登山になりました。



## ■三濃山

- 日 程：11月23日(金・祝)
- 参加者：L 砂川(延) SL 和田 泉 大谷 香川 兼澤 狩集 清水 砂川(美) 田中(重) 田中(由) 谷口 西川 平井 村上 安田 矢根

- 行動記録：三濃山トンネル北(10:00着)10:05発～遊歩道登山口(10:25着)10:30発～三濃山(10:55着)11:20発～救福教寺(11:25着)11:55発～ため池(12:20着)～羅漢の里(13:25着)13:35発～羅漢石仏(13:50着)14:00発～瓜生東バス停 14:25発～下頃バス停(15:00着)15:24発～相生駅(15:50着)



## 心に残る山 三濃山

## 西川

相生市で1番高い山は天下台山だと40代まで思っていたが、山で出会った人から三濃山だと聞き、何年か前に登ったことがある。その時は三濃山トンネルの南側から登り廃耕田を横切ったり、苦勞して頂上にたどり着き、帰りも道を間違え上郡の金出地という村に下りてしまった苦い思い出がある。

当日はJR相生駅から播磨科学公園都市方面のバスに乗り三濃山トンネル北で降車した。そこは相生、新宮町、上郡町の境界になりテクノポリスの南端になる。9時30分頃案内板に従って貯水池の横から登り始める。登山道は明確で落葉の積もった気持ちの良い道で以前登った

道とは違って明るいイメージである。広葉樹林の道をしゃべりながら登るうちに11時には頂上に着いてしまう。そこからの眺望は南側が大きく開け姫路から赤穂方面が一望でき、瀬戸内の海が秋の日差しを受けてキラキラと光り、相生湾の東方海上に家島諸島がブルーグレーに浮かんでいる。頂上の老赤檜は無残にも根こそぎ倒れ瀕死の状態であるがそのそばにはちゃんと子供が若い枝葉を伸ばしていた。

頂上直下の求福教寺で早目の昼食を摂る。この寺は弘法大師が伽藍を建て、平安末期には三濃千坊の隆盛をみたという由緒あるものらしい。12時頃羅漢の里目指して山を下る。途中、山の中とは思えないような大きな池の横を通り、ゴロゴロの石道を下り13時25分羅漢の里研修センター着、トイレ休憩の後舗装道路を下り羅漢の里へ。

ここで石仏を拝観する。この石仏は真言宗の山伏の作で戦国武士たちの霊を弔う供養仏で室町時代に彫刻されたものらしい。石仏までの道が銀杏のじゅうたんで敷き詰められ印象的であった。

拝観の後、帰りのバスの時間が迫っていたので速足で行くがバス停が遠い。途中村人に尋ねながら最後は走ったが50m手前でバスは無情にも走り去ってしまった。次のバスまで1時間、



待つ間に少しでも前にとのことで30分歩き、下田バス停まで行きそこからバスに乗り相生駅に無事到着し山行終了。今回も山行を楽しむことが出来、砂川会長はじめスタッフの方々、同行の皆様有難うございました。

ところで冒頭の道を間違えた話には続きがあり、川に落ちたり疲労困憊で金出地の村に着いたのだが、場所がわからず農作業中の女性に尋ねると私が車を

置いた場所まで戻るには坂道を何時間も歩かなくてははいけないらしい。諦めて歩いているとその人が車で追いかけて来て、トンネルの南口まで乗せてくれた。本当に助かったし、有難かった。

教訓として、いい加減な計画は大変危険です、気を付けましょう。



## ■山の辺の道 ゆっくりリズム山行 (名所をめぐるながら山裾の道を歩く)

- 日 程：11月25日(日)
- 参加者：L藤原(千) SL須増 内海 澤田(卓) 澤田(律) 藤田 松下 矢根
- 行動記録：桜井駅 10:00 発～馬井手橋(10:35 着)10:50 発～大神神社(11:20 着)11:40 発～大美和の杜展望台(12:00 着)12:25 発～檜原神社(12:55 着)13:05 発～穴師坐兵主神社(13:50 着)14:10 発～巻向駅(14:50 着)



### 美しい古代大和が息

### 内海

「日本最古の道・山の辺の道を歩こう」の観光案内に惹かれ30年程まえ職場の仲間たちと天理市の石上神宮～JR桜井駅の古道を歩きましたが、今回は桜井駅～巻向駅の逆向き歩行です。

桜井駅南口で全参加者揃い、行程確認・ストレッチ後、12km先の巻向駅まで出発。駅前の寂れた本町商店街を通り過ぎ、右手に桜井茶臼山古墳を見て北方向へ進むと初瀬川(大和川)に

出逢う。ここは古代に大和川を遡上し遣隋使使節団が訪れ、また日本の最初の仏教伝来地と言われている。三輪山麓の立派な瓦屋根や格子の古い家並みを過ぎ、細く緩やかな坂道を登り大神神社に着く。高さ467mの三輪山を御神体とする日本最古の神社といわれ大勢の参拝者に出会う。また三輪山登拝は申込みば可能だそうです。

境内の大美和の杜展望台で昼食、空腹なので弁当の美味かったこと。この高台から盆地に浮ぶ大和三山、背後に生駒・信貴山、二上山、金剛・葛城山など展望できる。

今日の山行は、この絶景だけでも満足だ。

桧原神社～穴師坐兵主神社と山裾の道中、無人販売所が所々あり、ミカン・柿・野菜など見るのも、買うのも楽しい。

帰路の電車までに、巻向駅横の纏向遺跡発掘調査後を見学。巻向駅を中心に広大な遺跡は日本の原型がつくられた古代ヤマト発祥の地といわれ、すぐ南に邪馬台国の女王卑弥呼の墓といわれる、わが国最初の巨大な箸墓古墳が見える。

今日は晴天・無風・紅葉・風景にめぐまれ、のんびり、ゆっくりの山行。参加者の皆さんありがとうございました。

### \*あともがき

古代より歴史ある地域で地名・道標・山・川・神社仏閣・史跡など難解漢字多く今日の歩道で見つけた難解漢字を列挙します。漢字は1字にも意味があり貴重な歴史資料で改名せずに残したいものです。

外山・磐余・忍坂・多武峰・談山神社・大神神社・  
狭井神社・磯城嶋・穴師坐兵主神社・纏向遺跡



## ■高御位山 高御位山の周りを歩く(紅葉鑑賞)

- 日 程：12月1日(土)
- 参加者：L藤本 SL島谷 乙坂 木下 笹木 田中(美) 徳本 苦瓜 橋本(万) 森下 山本(清)

- 行動記録：市ノ池 9:05 発～鉄塔 1(9:15 着)～経政神社(9:30 着)9:35 発～鉄塔 2(9:40 着)～長尾天満宮(9:55 着)～鉄塔 3(10:10 着)10:15 発～鉄塔 4(10:35 着)～小高御位山(10:40 着)10:50 発～成井登山口(11:05 着)11:15 発～幻の滝(11:40 着)～桜谷岩場(12:15 着)12:40 発～松の木谷池(13:30 着)13:40 発～馬の背(14:40 着)14:45 発～市ノ池公園(15:10 着)



### 3回目の高御位山周回

田中(美)

師走に入ったと言うのに今日は小春日和、楽しい山行になりそうと期待して市ノ池公園を出発しました。出発して初めての鉄塔を下っていると山道の両側に山桃の木が沢山植えられました。木がまだ若かったので実を付けるのは大分先のことだと思います。実が付きかけたら高御位山も山桃の山と知れ渡るのでは？



経政神社～小高御位山～成井登山口でトイレ休憩、出発して少し歩くと10cm満たないリンドウが群生していました。リンドウの花を見つけてはワァー可愛いと前後から聞こえてきます。小さくても私にとって、疲れている体力を癒してくれる。踏まれないようにね。そして所々にコバノミツバツツジが綺麗に咲いていました。

幻の滝ってどんな滝だろうと興味がありました。

リーダーさんがここで～す。人が立っている位置からかなり下に落下する光景です。今は涸れ滝でしたが水量があれば下の滝つぼに爆音を立てながら落ちていくのだらうと思いました。

よく、この滝を探されたと感心しました。ここから少し道なき道を歩き本来の道に出る。広い岩場に出て昼食。高御位山は、北側全体に紅葉が進みインスタ映えのする山です。誰かさんがこの紅葉の上で寝ころびたいと聞こえました。納得。それほど綺麗でした。

松の木谷池へ行くまでに背丈より高い笹をかき分け、イバラのトゲに悩まされ進む。松の木谷池で小休憩を、最後の難関、急登が待っている。何とか登り切る事が出来ました。これからは桶居山分岐手前を目指す。道程は長く感じた。女性グループは短縮で清掃登山の登る山道を下り、男性2名は行程通り進まれた。私達は市ノ池公園でストレッチを終え解散。高御位山は急激なアップ、ダウンが多くきつい山行でした。

リーダーさん、参加者の皆さんいろいろご心配をおかけしました。有難うございました。



## ■小野アルプス 女性委員会山行

- 日 程：12月5日(水)
- 参 加 者：L 垣内 SL 田羅間 河合 小田(敏)

- 行 動 記 録：岩倉登山口(9:15 着)9:35 発～紅山(9:55 着)10:15 発～総山(11:15 着)11:25 発～前山(12:10 着)12:40 発～温泉ゆびか(13:05 着)



### 日本一低い小野アルプス縦走して

小田(敏)

前日までの雨も上がり、曇り空で最低気温13度と例年より高い気温の朝でした。白雲谷温泉ゆびかに9時集合して、リーダーの車で岩倉登山口へ向かった。ストレッチをして、リーダーよりヤママップの使い方を教えてもらい登山開始です。

昨夜の雷雨で葉っぱが落ちてしまったのだろうか、木々の見通しはよく明るかったです。落ち葉をカサカサと踏みしめながら軽快に進んで行くと、急斜面の岩尾根が見えてきました。これが紅山なんだ。えッ!ここを登るの?



事前に小野市ホームページで下調べをした時に写真を見ていましたが、実際にそこに立ってみると大迫力なので大丈夫かなと不安になりました。上から男性が1人下りてきています。その後ろからも走って下りてきている人がいました。凄いなあ…。最初の計画では、私達も下りに使う予定を初心者の私のために、登りに変更してくださったそうです。登りに変更してもらって良かった。リーダーから三点確保の登り方を教わり、ゆっくりと慎重によじ登って行きました。岩場は乾いており、でこぼ

この所に手足を置くことが出来たので、何とか登ることが出来ました。頂上は、目の前に絶景が広がり気持ち良かったです。

後は、6山をアップダウンを繰り返しながら進んで行きました。標高が低いので、頂上までの登りは比較的楽でしたが、そこから一気に下るので、急な下りの苦手な私は、スピードが落ちるので、付いていくのに必死でした。小野アルプスは、低い山でもアップダウンの繰り返しが続き、楽しいコースでした。少人数で和気あいあいと楽しかったです。最後にゆびかでお風呂に入り、疲れを癒すことが出来て有意義な1日でした。