

山行報告

2019 納山会

●日程: 12月8日(日)~9日(月) ●山域: 丹波山地 ●参加人数: 28名 ●宿泊: 新たんば荘



①コース



②コース

■納山会①コース ^{ささみ} 篠見四十八滝から小金ヶ嶽

●参加者: L 砂川(延) SL 森本 阿部 泉 尾内 黒本 笹木 瀧原 田中(重) 田羅間 徳本 中村 西川 橋本(健) 松井 矢根

●行動記録:

(8日)山陽高砂駅 8:30 発—JR 宝殿駅 8:45 発—JR 加古川駅 9:00 発—滝野庁舎前 9:50 発
—四十八滝森林公園(11:00 着)11:25 発~尾根分岐(13:10 着・昼食)13:30 発~
峠山(14:10 着)14:20 発~小倉たわ(14:35 着)14:40 発~鏝市ダム(16:00 着)
(9日)新たんば荘 9:30 発—大正ロマン館(10:00 着)12:30 発—JR 宝殿駅(14:40 着)

◆納山会山行に参加して

泉

入会して初めて納山会の山行に参加しました。私自身一ヶ月間登ってなくて不安を感じながらの山行です。

丹波山地丹波篠山篠見四十八滝を巡り、峠山を経て小倉たわの分岐から鏝市ダムに下りてくるルートを歩きました。歩いたのは始めと最後くらいでヤママップの地図には表示があるのに確かな登山道が見えない、あまり人が歩いてない事がわかる荒れた山道でした。滝は水量が少なく手洗い滝・弁天滝・肩ヶ滝・長滝・シャレ滝・最後の大滝まで、どれが滝かな?と確認しながら歩きました。

時折水の少ない沢を渡り岩場を三点確保でよじ登り、鎖場もあり最大のピンチはこの道? 右か左かどちらに進むべきか? ヤママップを見ながら其々が道を探し始め、どうしよう! どちらも行けたかも知れないがベテランの先輩が一言「リーダーさんに付いていきましょう!」とおっ

しゃってリーダーさんの行かれた道を足場の無い下りを後ろ向きに下り次は枝が茂りザックが引っかかり思うように進めない急登を猪のように四つん這いになって、後ろの仲間が私のザックがかかる枝を引っ張ってくださり、仲間と共に登る有難さと心強さを再確認しました。

何度かリーダーさんが先の道を確認して私達に OK だ！付いてこい！と指示を出して、どうしてもゆっくりのペースになりました。

四十八滝森林公園キャンプ場で送迎バスを降り、準備体操をしてから登り始めの滝の所に「登り 1 時間下り 30 分」と看板があったのですが、あまりの荒れた山道に登りは 1 時間半たっぷりかかりました。



やっとの思いで尾根道に出、尾根分岐まで来て約 2 時間かかりました。ここでお昼ご飯を食べ元気になって峠山で記念写真を撮りました。

初めの計画では小金ヶ嶽を経て大たわ駐車場で B 班と合流の予定でしたが、時刻を考えもう一つの小倉たわから鏗市ダム駐車場のルートで下山しました。携帯電話の電波状態が悪く送迎バスのドライバーと連絡がとれず仕方なく道路を歩いて暫らくすると猛スピードのバスが来ました。ドライバーさんも連絡が取れず行ったり来たり心配して下さったようでした。私達もホッとしてバスに乗り込み宿まで運んでもらいました。

お風呂に入り温まり、これまた初めてのしし鍋を頂きました。暫らくは味噌だれの中で煮込み柔らかくなって臭みもなく美味しく頂きました。

宴会で皆さんの山登りとは違う一面も見え楽しい時間でした。

翌朝もお風呂に入りバイキング形式の朝食で話をしながらゆっくり頂き、9 時半出発前に新たんば荘玄関で全員の写真をパチリ (^o^) 一台の送迎バスで 28 名がギュウギュウに乗り込み篠山市内で散策。城跡の高台に行き、お堀からは石垣美を見て武家屋敷の保存地区や漢文の版木がびっしり収めてある青山歴史村を見学して昼食を各々食べお土産も買い込み又ギュウギュウ詰めバスで高砂に向け揺られてうつらうつら 2 時間半で帰り着きました。

今回もまた仲間に助けられながら、わくわく冒険が一杯の山行でした。皆さんありがとうございました。

■納山会②コース ^{みたけ}三嶽 (ゆっくりリズム)

●参加者：L 澤田(律) SL 上田 天野 生永 大谷 小田(敏) 河合 佐野 春本 福田(正) 松下 和田

●行動記録：

(8 日) 瀬利御嶽道登山口 11:15 発～鳥居堂跡(12:35 着) 12:45 発～大岳寺跡(13:05 着) 13:25 発～御嶽山頂(13:55 着) 14:05 発～大たわ峠(14:45 着) 15:55 発—新たんば荘(16:40 着・泊)

(9 日) 新たんば荘 9:30 発—大正ロマン館(10:00 着) 12:30 発—JR 宝殿駅(14:40 着)

◆納山会(多紀アルプス三嶽～大たわ峠)に参加して

佐野

初めてのお泊まり山行！不安と緊張で参加させて頂きました。

高砂 8 時 30 分に出発し宝殿・加古川・滝野庁舎に寄り、9 時 30 分にひまわり公園でトイレ休憩を取り、まだ紅葉が残る三嶽登山口へと向かったのですが、マイクロバスがそこまで入れず途中、降りた所でストレッチを行い、一路登山口へと向かい樹林帯の中 落ち葉を踏みしめ、とても膝に優しい山道なあって思いました。

鳥居堂跡の付近で雨が降り出し、この辺は『弁当を忘れても傘を持って行け』と言われていくくらい、天候が変わるそうです。

雨具を装着し足もとが滑らない様に気をつけながら、大岳寺跡まで行った所で、昼食をすませ山頂へと向かいました。が、思った以上に急登で満腹の身体には厳しく辛い山行でした。793m の三嶽頂上に着いた時には、雨も止み周りは霧が立ち込めて幻想的でした。

暫く景色を楽しんだ後、これまた厳しい岩場を、ロープを持ちながらゆっくりと下山する事が出来ホットしました。が迎えの車が来なくて雨の降る中、薪ストーブのある小屋で 1 時間程過ごしました。やっと宿に到着！！夕食の前に疲れた体をお風呂で疲れをとり、夕食はボタン鍋を美味しく頂きました。(お酒も！)



二次会は会長の部屋で楽しいひと時を過ごしました。

2 日目は城下町丹波篠山を散策！ 帰りのマイクロバスが満員で膝の上に荷物を乗せないといけないので極力買い物を止めようと思ったのですが、皆さんのおすすめを一つ一つ買ってしまうしっかき抱きしめて帰路につきました。あつという間の 2 日間でしたが、先輩方の貴重なお話を聞かせて頂き、有意義な日々を過ごす事が出来て良かったです。

これからも、迷惑をかけない様に参加していきたいと思います。有り難うございました。

■宝塚・檜ヶ峰

●日 程：12月15日(日)

●参加者：L 藤本 SL 須増 阿久津 尾内 小田(敏) 乙坂 兼澤 木下 佐野 瀧原 田中(重)
土井 徳本 橋本(健) 春本 平石 森下 矢根 山本(清)

●行動記録：エデンの園 8:40 発～小笠峰(9:30 着)9:35 発～東三ツ辻出合(10:00 着)10:05 発～社家郷キャンプ場(10:50 着)11:20 発～社家郷滝(11:55 着)12:00 発～檜ヶ峰(馬の背)(12:50 着)12:55 発～檜ヶ峰(13:00 着)13:00 発～檜ヶ峰下(13:05 着)13:20 発～ゆずり葉台(13:50 着)

◆檜ヶ峰山塊を歩く

徳本

今回の山行はどんな山かなと思いながら、集合場所逆瀬川駅に行きました。

リーダーから、登山道が、迷いやすいのでグループには分かれずみんな一緒にいきますと連絡がありました。どんな山だろうと不安と期待をもって集合場所に行きました。登山道は、やはり迷いそうな道でした。

初めは、水の少ない沢を歩いて行きました。沢が過ぎると道なき道を歩いて行きました。でもちゃんと木にピンクのテープが付いていて登山道でした。道なき道を過ぎると岩肌が見えてきました。今度はこの岩肌を登って行きました。やっと登ると道路に出ました。

この間 30 分でしたが、変化にとんだ登山道でした。道路を少し歩くと今度は上りの登山道を登って行きました。登って行くと小笠峰に着きました。

ここまでは、上りやすかったのですが、キレットルートは、急な下り坂で落ち葉が多く集中して下りないと滑りそうな登山道でした。キレット峰も同じで集中して歩かないと滑りそうな登山道でした。途中登山道がなくなっていて急な斜面を横切りました。人の姿が見えてキャンプ場に出ました。ここで昼食を食べました。少し休んで出発しました。



今度の登山道はどんなのかなと思いついて行きました。看板に「登山道、危険な箇所あり。」とありました。不安になりながら歩いていきました。初めは、整備された階段の登山道を登って行きました。危険な所はないなと思いついて登っていくと

険しい登山道に変わっていました。やはり危険な箇所が多くありました。険しい登山道を登って行くと社家郷滝に出ました。少し登って行くと目の前に岩を積み上げたおおきな壁が出てきました。ほぼ垂直に見えました。4メートルぐらいの高さはあったと思います。ここを三点確保に注意して登って行きました。私は、三点確保が苦手で膝をついてしまって5点確保なりました。何とか登ることができました。ここからは、沢を登って行きました。朝、通った登山道に出ました。今度は檜ヶ峰目指して進みました。急な坂を下って行きやっと道路にでました。

今日の山行は、変化に富んだ登山道でずっと緊張して上ったり下ったりしました。終わったら気持ちは、満足感でいっぱいでした。リーダーの藤本さんはじめ参加の方々有難うございました。

■和気アルプス

＜女性委員会山行＞

●日 程：12月21日(土)

●参加者：La 尾内 SLa 矢根 阿部 泉 小田(敏) 乙坂 笹木 田中(美) 田羅間
Lb 藤原(千) SLb 島谷 土井 徳本 苦瓜 橋本(万) 森下 山本(清)

●行動記録：和気駅(9:20 着)9:35 発～登山口 9:45～和気富士(10:05 着)10:15 発～烏帽子岩
10:20～観音山(10:30 着)10:40 発～岩山(10:55 着)11:00 発～前ノ峰(11:10
着)11:15 発～穂高山(11:30)～涸沢峰11:35～ジャンダルム(11:55 着・昼食)12:15
発～奥ノ峰(12:20)～神ノ上山(13:00 着)13:15 発～白石様(13:30 着)13:40 発～山
の学校(14:00)～和気中学校(14:15)～和気駅(14:50 着)15:42 発

◆和気アルプス (岩山歩き)

山本(清)

北播磨に住む私にとって、山行を申し込んだ後にまず気にかかるのは、集合場所までどうやって行こうかしらということだ。和気アルプスは西の方向なので、JR 加古川線を使うか、車で行くか、車だと何処まで？などと思いを巡らす。同期の仲間に教えてもらった JR ひめじ別所駅前の駐車場 (350 円) に停めることにした。行く方法が決まればひとまずはホッとする。

山歩きにはちょうどいい季節。JR 姫路駅 7 番ホームに 7 時 50 分集合。

いつも出会っている顔ぶれなのに、こんな所で出会うと何故か感動する。発車時刻を過ぎても電車が動かない「車内で迷惑行為があり、発車が遅れております」との放送。定刻を20分過ぎての発車となった。困った人がいるんだな。

到着した和気駅の正面に見える背筋を伸ばしたような和気富士を目指して歩く。いきなりの急登に汗が吹き出て徐々に薄着になる。山頂からの眺めは最高だ。ここは北曾根城跡だそうで、標高172.4mまでのお侍さんたちの「出勤風景」を想像してみた。むかしのひとは健脚だったにちがいない。

和気富士を後にするといよいよ和気アルプスへ。

踏み固められた登山道は乾いていて落葉の下の小石にしばしば足を取られそうになった。下りの苦手な私は木につかまりながら歩幅を小さくしてゆっくりと歩いた。登山道脇にイノシシが掘り起こした跡がある。その“技術”で堅い急登に土の階段を付けてくれないかな～などと思い巡らしてみたり。ジャンダルムでの昼食は景色を楽しむ充分の時間があつたが、谷からの冷たい風で身体が冷えてきたので早めに動き始めた。



・・・「ジャンダルム」良く聞く言葉だけどいったいどういうことを指すのだろうか・・・

【本来はフランス語で武装警察官、一般警察業務を行う国家憲兵のことで、転じて山岳用語としては、尾根上の通行の邪魔をする岩をいう】とのこと。頂上を目指すために越えなければならない難所ということかなあ。

視界の良い尾根道からはこれから歩く先方の岩場が見てとれる。厳しそうな岩場を歩けるかしらと不安な思いで歩いた。目を見張るような岩場は迫力があつた。なかでも「白石様」と名付けられた岩壁は壮観でしばし見とれて、そばまで行ってみたいと思った。

良い天気も味方をしてくれたようで岩場や急登も無事に歩くことができた。眼下に吉井川や集落を眺めながら。山陽本線の電車の音を聞きながら。善防山、笠松山に少し似たようであり、それよりも少しスケールの大きな山を楽しめた女性委員会の山行だった。今回のルートにはなかった竜王山へもいつか行ってみたい。リーダーさま、みなさまお世話になりました。

■クリスマス山行・山寺尾根から摩耶山

●日 程：12月22日(日)

●参加者：La 砂川(延) SLa 島谷 天野 生永 大谷 小田(敏) 兼澤 河合 黒本 佐野 福田(あ)
Lb 待場 SLb 森本 田中(重) 谷口 土井 西川 春本 平井 福田(正) 矢根 山本(正)

●行動記録：阪急六甲9:15 発～護国神社(9:25 着)9:40 発～長峰橋(10:00 着)10:05 発～摩耶山頂(11:35 着)12:20 発～ハーブ園(14:00 着)～新神戸(15:00 着)～ザコバ(15:20)

◆クリスマス山行 摩耶山

生永

集合場所に着いたら、サンタさんが3人もいてびっくり！朝からどんよりの空模様の中六甲駅を出発しました。

一般道を護国神社まで歩いてからストレッチ。さらに住宅街の急坂を上り長峰橋で小休止。ここから山に入ります。最初はそこそこ整備されていて歩きやすい道でした。

降り積もった落ち葉を踏みしめながら登ります。寒い心配ばかりしていましたが 風も無く



上着を脱いでも汗ばみます。山寺尾根の途中で休憩。サンタさんから皆にレーションのプレゼントがありました。

だんだん道が荒れてきて登りもきつくなり 汗が流れます。ふうふう言いながら岩をつかみ木をつかみながら登りやっ

と摩耶ロープウェイ山上駅に到着。ベンチに座って昼食です。たちまち寒くなり 上着を取り出してはおりました。

寒い季節の山は 脱いだり着たりが大変なんやと分かりました。記念写真を撮ってから出発。すぐに摩耶山山頂です。全然山頂っぽくない山頂です。でも三角点にタッチ。ここでも記念撮影。天狗道は上ったり下ったりの繰り返しです。「カタツムリ」の団体とすれ違ったり 「ボーイスカウト」の団体と声を掛け合ったり 賑やかな道でした。

布引ロープウェイのハーブ園山頂駅に着いたとたん 雨がパラパラ降り始めました。じゃんじゃん降ってきたらロープウェイで降りることになるかも… ちょっと期待しました。(一度乗ってみたい) 大した雨にならず レインウェアの上だけ着て下山。ハーブ園の中をくねくね下り 中間駅からは階段状の登山道を降りて降りて降りて 布引貯水池に出ました。さらに下って膝を笑わせながら 何とか新神戸駅にたどり着きました。

あとはルンルン。「ざこば」で20人くらいでわいわい食べたり飲んだりして 足の疲れも忘れて楽しいひと時を過ごしました。

同行の皆様 3人のサンタさん 楽しいクリスマス山行ありがとうございました。

■元旦御来光登山・高御位山

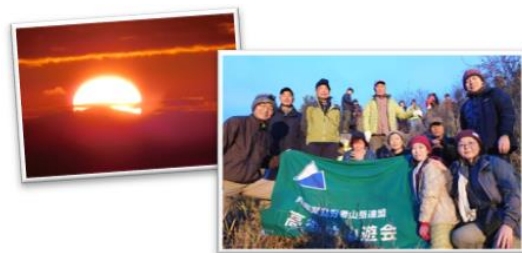
●日 程：1月1日(水・元日)

●参加者：L 砂川(延) 阿久津 天野 乙坂 河崎 木下 切貫 黒本 澤田(卓) 澤田(律) 島本 平井 森本 (木下さん親族1人)

◆例年の如く、大勢の参拝者で溢れかえった初日の出登山 砂川(延)

例年、ご来光登山参拝者が増えている高御位神社ですが、この元旦も新池駐車場は早い時間から参拝者の車で一杯でした。集合時間を何時もの6:00にしていたのですが、この時間には駐車場所が無い状態になっていました。

厳しい冷え込みを予想していたのですが、途中の鉄塔に上がるころには汗をかく状態で、小休憩をとって衣服調整をする。下から登山道を見上げるとヘッドランプの明かりが鈴なりのように連なって見えている。いくら早く上がっても初日の出の時間は変わらないと思うのですが、早くから場所取りをしている人々で、成井、長尾、北池の分岐点付近からご来光を待つ人々で一杯で、上に上がる通路さえふさいでいる。通路を空けてもらいながら神社まで上がる。



例年通り神社へお祝いを備えてもらって、お神酒を頂きました。お神酒を頂いた“かわらけ”は、参拝の記念に、それぞれお持ち帰りです。

何時もの頂上から西に降りた斜面に移動して場所を探していると、澤田さんご夫妻が良い場所に陣取りしており、その付近に我々、後から上がったメンバーも加わらせてもらった。

ご来光は午前7時5分から6分頃に上がり始めました。例年より少し早いように思いました。

丁度上がる地平線には雲は無かったが、少し上には雲の帯が伸びていました。

ご来光が上がると例年のように、大きな歓声が上がっていました。

今年も良い年でありますようにと祈願しながら下山しました。

■新春トレーニング山行・高御位山～桶居山

●日 程：1月3日(金)

●参加者：1班 L砂川(延) SL矢根 阿部 田中(重) 徳本 藤原(浩)

2班 L松下 SL橋本(健) 天野 生永 乙坂 佐野 中村

3班 L須増 SL安田 上田 小田(敏) 澤田(律) 和田

●行動記録：長尾新池駐車場 9:15 発～高御位山(10:00 着)10:10 発～桶居山分岐(10:55)～37番鉄塔(11:55 着・昼食)12:10 発～桶居山(12:30 着)12:40 発～37番鉄塔(13:00 着)13:10 発～別所中池(14:00 着)14:10 発～209mピーク(14:50)～百間岩上(15:10)～鹿島神社(15:25)～長尾新池駐車場(16:00 着)



2020 新春トレ



◆1班・新春トレーニングに参加して

徳本

入会して3年目になります。お正月三日間は家で過ごそうと思っていたのですが、急に新春トレーニングに参加したくなり参加しました。

朝、9時に集合して準備体操、9時15分から登り始めました。木々に囲まれてひんやりとした中、気持ちがいいなあと思いながら登って行きました。10分ぐらいたつと暑くなって汗が出てきました。頂上では、汗びっしょりでした。たくさんの方が頂上にいました。少し休憩をして西に進みました。清掃登山の西側コースです。桶居山の分岐点までは、楽々行くことができました。ここからが大変でした。急な斜面があって何回も滑りそうになりました。

めざす鉄塔まで40分ぐらいかかりました。桶居山手前のめざした鉄塔で休憩しました。



ここにリュックをおいて桶居山を目指しました。桶居山は、心臓破りの山だと聞いていました。ここを登るのは2回目です。登れるだろうかと不安になりながら登りました。以前登った時は、登り終わったあとでも「は一は一」と息切れがすごかったのですが、今回はそうでもありませんでした。なぜだろうと思いました。

少し休んでピストンで鉄塔をめざしました。やっと鉄塔に着きました。鉄塔から高御位山を眺めました。あんな遠いところから山を越えてきたと思うと人間ってすごいなと思いました。ここで昼食を食べました。

今度のコースは、初めて行くコースでした。岩場を下りていきました。足が大分弱ってきて滑って転んでしまいました。まだ、どれぐらい行くのだろうかと思いながら下って行きました。

民家が見えてきました。もう少しだと思いながら下って行くと一般道に出ました。足ががくがくしてもうダメかなと思いました。

これからは、急な登山道を登って行くということで準備運動をしました。さあ、出発です。急な登山道を登って行きました。いつ尾根に出るのだろうかと思いながら登って行きました。やっと尾根にでました。少し歩くと前の班の人たちが登って行く姿が見えました。「えー、あんなところまで登るのか。」と思うととても疲れしました。疲れないように地面ばかりを見て登って行きました。やっと百間岩に出ました。足が弱って百間岩で滑りそうになりました。やっと鹿島神社に着きました。時刻は、4時でした。7時間の歩行時間でした。足ががくがくで大変疲れしました。新春トレーニングは、私にとってとってもいいトレーニングになったなと思いました。参加してよかったと思いました。

リーダーさん同行の皆さんどうも有難うございました。今年もよろしくお願いします。

◆2班・初参加の新春トレ

乙坂

会への所属も今年で5年目になりますが、今年初めて新春トレーニングに参加しました。

しかも当日参加で！寒さが苦手と言う事と、「新春トレはキツイよ〜」と言う前情報から、実は今まで敬遠しておりました。

今年は例年と比べ刺すような寒さは無く、仕事が長期休暇だった事もあり、家に居ると食べてばかりいるので参加を決意した…と言う、何とも不純な動機かも知れませんが、なのでバタバタの当日参加になってしまいました。

この日は本当にお天気が良く日差しが眩かった。冬なのに「日差しが暑い」と感じる程でした。桶居山方面は日が当たらずに湿り気が多いイメージでしたが、山道はほぼ乾いていて、必ず一度は滑り尻餅をつく私が、滑らずに歩けた事に自分でも驚きました。

桶居山～別所中池に降りて、そこからまた登って百間岩方面の反射板を見た時が一番「キツイ〜」と思いましたが、周りの頑張りに支えられ何とか歩き切る事が出来ました。

当日参加でも快く受け入れて下さった総リーダーの上田さん、最後までテンポよく先頭を歩いて下さった2班リーダーの松下さん、後ろから皆の歩きを見守って下さったサブの橋本さん、



当日関わられておられました運営委員会の皆様、本当にありがとうございました。

思い切って参加出来て良かったです。

◆3班・今年も新春トレーニングから始動

小田(敏)

昨年に続いて2回目の参加です。昨年は、ただひたすらリーダーの後について行くのがやっとでしたが、今年は、コースも把握しており、気持ちにも余裕があった。

今年の目標は、夏山集中登山に参加すること。その為にも新春トレから始動し、出来るだけ山行に参加してトレーニングをしようと決めた。

当日は、天候に恵まれ、暖かく、時々吹く少し冷たい風が心地良く感じながら、軽装で歩くことが出来た。高御位山頂での眺望は、残念ながら霞んでいて良くありませんでした。

高御位山を後にして、尾根沿いを西に向かうと遠くに三角おにぎりの桶居山、眼下に鹿島神社への車の大渋滞を眺めながら、桶居山への分岐点を通過した。ここからの北側の道は、岩に苔が生えており、落ち葉がぬれているので、滑らないように慎重に進んで行った。今年は、急な下り坂の所にロープを付けてくださっていたので、とても助かった。

桶居山は、4回目なので怖さはなくなり、ストックを使わずに下りてくることが出来た。

別所中池に下りてくるまでは、元気だったが、登りになると、疲れて足指も痛くなってきた。普段13kmもの長い距離を歩くことがないので、最後には「ファイト」と声を出し、自分を鼓舞しながら、優しい日差しと心地よい風に励まされながら、目の前の小山を一つずつクリアし何とか最後まで無事に歩くことが出来た。「ああ～しんどかった」。顔は、日焼けでヒリヒリ、身体は、クタクタ、家に帰るとバタンキューでした。

リーダー初め、ご同行の皆さん有難うございました。今年もよろしくお願いします。

■高森ボランティア活動と土曜トレ報告

●日 程：2019年12月21日(土)

●参加者：上田 内海 大谷 黒本 佐々木 澤田(律) 島本 砂川(延) 荘所 春本 待場 森本 和田

報告：砂川(延)

当日は土曜トレが日程変更になったため、高森ボランティアと合同で作業を行うことになった。作業場所と作業内容

※市ノ池公園から高御位山への縦走路に上がる登山口から、鉄塔下までの登山道の草刈り、足場作りと排水路の整備作業、公園から登山口までの通路の落葉掻き等の作業を行った。

※終了後、土曜トレで予定していた「登山用バーナー取り扱い」(テキスト)について、1. 燃料による分類 2. ガスの利点、欠点 3. カートリッジの構造 4. ガスの種類等について佐々木講師からレクチャーを受けた。通常、使っていてもなかなか気が付かない所もあり、今後の登山活動に良いアドバイスになった。

※レクチャー後、お餅入りゼンザイを作り、皆さんでよばれて解散する。