

# 山行報告

## ■天下台山と相生カキ祭り

●日 程：2月9日(日)

●参加者：La 砂川(延) SLa 待場 阿部 天野 生永 泉 小田(敏) 佐野 島本 春本 福田(正)  
福原 松井

Lb 上田 SLb 木村 内海 香川 河合 黒本 島谷 土井 西川 橋本(万) 廣岡 安田 吉村

●行動記録：相生駅 8:40 発～那波野墓地登山口(9:05 着)9:20 発～とんび岩(9:40 着)9:50 発～三段岩、えぼし岩(着)10:10 発～天下台山頂上(10:50 着)11:05 発～西ピーク東屋(着)11:15 発～西尾根登山口(着)11:55 発～鮮魚とれとれ市場(12:25 着)13:30 発～かきまつり IHI ふれあい会場(13:50 着)14:30 発～相生駅(14:45 着)



【 A 班 】



【 B 班 】

## ◆天下台山と相生かき祭りに参加して

廣岡

空気は冷たいものの午前中は晴天に恵まれ総勢26名で天下台山へむかいました。

相生の駅から街の中を抜け那波野墓地の駐車場で内海さんの指導のもとストレッチを済ませ墓地のなかの細い登り道が「とんび岳」「烏帽子岳」の登山道入り口でそれはそれは小さな指標が小さく建っていました。雑木の道を20～30分で大きな岩に出会いました。「とんび岩」で、岩に上がってその先に立つと結構絶壁でした。位置を変えて眺めると結構谷の方へ張り出していて上っていた場所に亀裂もあり「おおこわっ!!」と思うような巨岩でした。どうしてこんな所にこんな岩が?と思い検索すると天下台山は元は火山で今は死火山とのことでした。

さて急坂の岩場いっぱいの下り道をゆっくり行って下さる上田リーダーに必死についていきました。上り下りが続きロープの助けも借りながら一寸落ち着いたばしょで歩いてきた道を振り返り眺めると大きな岩山と岩道でした。立ち止まってみる景色は、奥は山、山、山 ちよつと方向を変えれば相生の町 海 島々の美しい景色が疲れと緊張を癒してくれました。

「烏帽子岳はどこ?」と言う声「もお過ぎた」という声。

岩場の道の下ばかり見て歩いていた私はきづく事なく過ごしてしまいました。

天下台山の山頂はまだ前にそびえています。山はまだだと思っけていても一歩一歩進めていくと山頂に着いて登った者にしか見えない景色を与えてくれます。山頂に着いて集合写真を撮影。神戸から淡路島、上島、家島、小豆島等の景色を一望し下山することにしました。50 cmぐらいの幅で狭い落葉が深い西尾根は左側は谷のため結構緊張しながらの長く急な下りでした。

足が疲れ切った頃に西尾根口に到着。そして相生水産市場に向かってかき祭りに参加。

午後からは陽も陰り海辺の為寒かったけれどそれぞれに 焼きガキ、カキ入りそば、カキフライ、海鮮丼など楽しみました。もう一か所のかき祭り広場に参加。移動手段は徒歩とバス、この日は1000円で会場又は会場から駅まで運んでくれます。

山行後のかき祭りはお得感いっぱいです。市場で買った「無水のカキ」は半分カキフライに残りはカキ飯にして頂きました。

最高!!砂川・上田両リーダー、待場・木村サブリーダー、そしてご一緒くださった皆様楽しい山行ありがとうございました。

## ■宝塚・檜ヶ峰Ⅱ

●日 程：2月15日(土)

●参加者：L 藤本 SL 瀧原 生永 小田(敏) 笹木 高島 田中(重) 中村 橋本(健) 春本 本田 山本(清) 矢根

●行動記録：エデンの園 8:35 発～焼石ヶ原(9:00 着)発～(北西稜)(9:19 着)発～北西稜終点(9:34 着)発～(北東稜)(10:07 着)10:10 発～(ガレ沢)(10:40 着)10:50 発～双子岩(11:00 着)発～(林間ルート)(着)発～東屋(11:13 着)11:25 発～社家郷キャンプ場(11:42 着・昼食)12:05 発～(関電道ルート)(着)発～檜ヶ峰(13:05 着)発～(檜ヶ峰北稜)(着)発～エデンの園(13:50 着)

### ◆檜ヶ峰Ⅱ 変化に富むルートを満喫

小田(敏)

12月に参加した檜ヶ峰Ⅰ山行が、岩場、急登、石積の堰場登り、滝、展望等変化に富んだルートで楽しかったので、今回はどんなルートを歩くのだろうとワクワクしながら参加しました。リーダーから、前半は藪や石積の堰場登りが3カ所ありちょっと大変なルートですが、後半はしっかりとした登山道があり綺麗な景色を見ながらルンルン気分で行けるとお聞きしました。

ストレッチをして河原の道を少し歩き、雑木林の中へ入って行ってしばらく行くと崩れかけの岩峰が現れ、崩れやすいので慎重に歩きました。

北西稜の雑木を藪漕ぎ風にどんどん登って行き、道標やテープもなく道なき道で「まるで冒険隊だね。」って声が聞こえてきました。足元に注意しながら歩いていると、枝に帽子や手袋やリュックのストックが引掛かかるので、色んな所に注意を払わなければなりませんでした。

やっと、藪尾根を抜けて登山道に出たのも束の間、北東稜をガレ沢まで一気に下ります。



途中大きなイノシシのお風呂跡があり周りの木々に泥が沢山ついていました。

リーダーが小さなリスを発見されましたが、すぐ逃げてしまったので私たちは見る事が出来なくて残念でした。

ガレ沢ルートバランス取りながら石の上を上流側へと登って行くと、数カ所に石積の堰堤があり、3点確保しながらよじ登りました。私は、岩登りが大好きで楽しかったです。その後45度ぐらいの急斜面を両側の木をつかみながら、必死で登り緊張の連続で、登り応えのある道でした。尾根に出た時には、気を張っていたのが、解れてホッとしました。

ここからは林間ルートを歩く。整備された登山道がとても歩きやすく思い有難かったです。

双子岩は大きな岩を想像していたので、教えてもらわないと見過ごしそうでした。

途中にある東屋から、眼下に甲山が見え、白いガスで覆われた大阪市街地や生駒山から金剛山の山並みの眺望を楽しみました。遠くは濃いガスの中にあべのハルカス等ビル群の頭だけが見え雲海のように幻想的で素敵でした。

社家郷キャンプ場で昼食をとり、関電道ルートで樫ヶ峰を目指す。急登が続き、昼食後の登りはしんどかった。でも、途中にビューポイントがあり、この景色をみると“登ってきて良かった”と癒されました。樫ヶ峰山頂は、木々で覆われ展望がないので、馬の背に寄って東六甲の山並みも満喫。予定より早くエデンの園に無事下山できました。

変化に富んだルートや素晴らしい景色を満喫出来て、とても楽しい一日でした。

リーダーをはじめ、ご同行の皆様、大変お世話になりました。有難うございました。



## ◆ひと言感想

高島

YAMAP にはないルートで歩いて探検隊の気分を感じさせて頂きました。ジオグラフィカの使い方もわかりありがとうございました??

## ■氷ノ山 千本杉ヒュッテに泊まる

## <アルプ山行>

●日 程：2月15日(土)～16日(日)

●参加者：L竹内 SL須増 岡田

●行動記録：

(15日)氷ノ山国際スキー場駐車場 10:19 発～パノラマリフト(10:32 着)10:50 発～東尾根登山口 11:23 発～東尾根避難小屋(12:00 着)12:33 発～一の谷休憩所(13:21 着)13:39 発～一の谷水飲み場 14:08 発～神大千本杉ヒュッテ(15:47 着)

(16日)神大千本杉ヒュッテ9:06 発～氷ノ山山頂避難小屋(10:00 着)10:05 発～一の谷休憩所(11:10 着)11:36 発～東尾根避難小屋(12:11 着)12:55 発～東尾根登山口(13:18 着)～セントラルロッジ逆水(13:29 着)13:39 発～氷ノ山国際スキー場駐車場(14:05 着)



## ◆雪山初心者 氷ノ山に行く

岡田

今年は記録的に積雪の少ない年です。前日には、スキー場のリフトが止まっていて、山行があるか心配でしたが、中止の連絡はなく当日を迎えました。

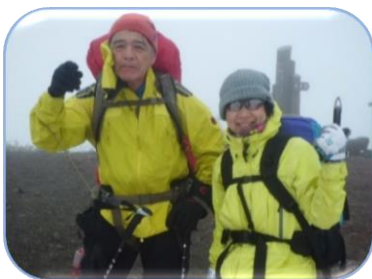
氷ノ山国際スキー場のリフトは動いていました。でも、ゲレンデはどこを滑るのというくらい土が見えていました。曇天で暖かい一日の始まりです。

歩き出してすぐに須増さんのザックの底から水が漏れているのを発見。今夜のビールの缶が割れて漏れていました。残念。登山口でウィンドブレーカーを脱ぎ体温調整。初心者なので分担の荷物は少なくしていただいていたのですが、雪山の装備は重たく気温も高く汗だくになりました。道中では歩き方や注意することを教えていただきました。一の谷休憩所からワカンをつけ、雪が少なく笹が出ているため例年とは違う夏山コースを歩きました。コースは雪に覆われているのでどこでも（下の状態などを見極めながら）歩いて面白いなと思いました。だんだんと青空が広がり、風が心地よく、私は雪の中を歩くのが楽しくて気楽に先輩方について行くだけでしたが、先輩方は神大ヒュッテの方向をGPSや地図を見ながら定められていました。予定より約2時間遅れの到着でした。

神大ヒュッテに着くと、薪ストーブに火をつけ、集めた雪を大鍋に入れてストーブにかけてお湯作り。夕食は、竹内シェフによる寄せ鍋。肉、魚、野菜と豪華な食材の鍋に舌鼓。締めうどんまでおいしくいただきました。避難小屋の夜は薪ストーブにあたりながら、ゆったりした至福の時間でした。

2日目朝、予報通り雨。朝食の雑炊を食べ、片付けて出発する頃には雨は上がっていましたが強い風が吹いていました。今日もあたたかい朝です。分岐で頂上を目指すことになったときには、初めての冬氷ノ山山頂に立てる気持ちでワクワクしました。歩きやすそうなコースで先頭を歩かせていただいたときには、ペースや足元に気を付けることの難しさを知りました。

山頂は誰もいませんでした。記念撮影後、早々に下山。東尾根休憩小屋でぜんざいを食べている間に雨が降ってきました。



スキー場のリフトは止まっていたため駐車場まで徒歩。途中から雨が降ったものの、寒い思いもせず、とても楽しく歩けたのは先輩方のおかげです。ありがとうございました。帰りに寄った温泉も気持ちよかったです。

これから少しずつ雪山登山グッズを揃えていこうと思っています♪

## ■スノーシューで巡る 車山と八島ヶ原湿原

●日 程：2月22日(土)～24日(月・振休)

●参加者：L 砂川(延) SL 松下 阿部 泉 乙坂 島谷 福田(正) 福原 松井 森本

●行動記録：

(22日)山陽高砂駅 8:15—JR 加古川駅 8:30—三木小野 I C 9:10—養老 S A (11:40 着・昼食) 12:15 発—伊那 I C 14:20—高遠城下 (15:00 着) 15:45 発—杖突峠 16:10—沢渡 (ヒュッテ・ジャヴェル) (17:20 着)

(23日)ヒュッテ・ジャヴェル 8:30 発～車山肩 (10:30 着) 10:50 発～車山 (11:40 着・昼食) 12:10 発～蝶々深山 (13:05 着) 13:18 発～物見岩 13:40～八島湿原 14:30～ヒュッテ・ジャヴェル (15:15 着)

(24日)ヒュッテ・ジャヴェル 8:30 発—真澄酒造 10:00—諏訪大社 10:40—中津川で鰻昼食—姫路駅 (18:15 着)



◆初めてのスノーシュー

松井

スノーシューの経験がなく、一度やってみたくて参加しました。今年は、ヒュッテから暖冬で雪がないとの連絡があり、雪の心配をしながらの出発でした。冬山の経験は少なく、かなり寒いらしいのも心配の種でした。

加古川駅を8時半に出発し、高速道路へ、天気は曇り、今にも雨が降りそうな気配、昼食に寄った養老サービスエリアに着くころから、雨が降り始めました。

高速を降りて、高遠へ、会長が山行の際、宿泊していた宿のおかみの花田さんの家にお邪魔しました。会長一人で訪問の予定でしたが、皆さんも一緒にどうぞと誘われ、お茶をいただきました。まんじゅう、漬物、干し柿、卵焼き、まさにおふくろの味、とてもおいしかったです。心とおなかほっこりしました。部屋には、蝶の形に板を削り、色を付けた蝶の標本がいっぱい、言われなかったら、本物の蝶と思っていたでしょう。亡くなられたご主人が作られたそう、蝶の話もいろいろ聞かせていただきました。彼女は現在92歳、とてもそんな年代に見えない素敵なおばあちゃんです。夢を追い続けて生きる素晴らしさを秘めた方でした。

宿を目指して、北へと進んで行きました。雨はやみ、杖突峠から遠くに山々が見え、諏訪を通り抜け、もう少しで霧が峰です。道の雪は深くなってきました。日も暮れかけ、そろそろ見えるはずのヒュッテが見つかりません。スマホの地図を頼りに、到着しました。

林の中に立つ、静かなたたずまいの宿でした。かなりご年配のご夫婦で経営されています。お客は私達10人、外では雪が降り出したらしく、静かに夜が更けていきました。

あくる朝起きると、外は真っ白。スノーシューを付けて、さあー 出発。雪道を登っていき、尾根に立つとひどい風で、足を止めるととても寒く、冬山の厳しさを感じます。トイレはこのみという車山肩で小休止、頂上を目指して黙々と歩く。一部では、日が良く当たり雪はなく、草のみが生える草原、本当に暖冬なのだというのを感じます。やっと車山頂上 1925m。

お天気がよく目の前に 360 度のパノラマが広がり、すごいと信州の山々に大感激する。  
昼食にしようにも風が強く、観測所の裏で風を避けて、立ったままパンをほおぼり、寒くて立ってられず、食べ終わるとすぐに歩き始めました。

### ◆霧ヶ峰(車山と八島湿原 スノーシュー体験)

乙坂

心配していた積雪は、私たちが歩くルートには辛うじて積もっていてスノーシューを履いて山行が楽しめました。寒さに弱い私の今回の服装は、一枚目にカップ、薄手のフリース速乾性の長袖シャツが 2 枚。足元は足先に冷え取ソックス、トレッキング用の靴下に薄手の短めのソックス合計 3 枚、カップ トレッキングパンツ、タイツに長めのレグウォーマー。手袋は薄手の手袋とスキー用の手袋、合計 2 枚。頭に毛糸の帽子、サングラスはスキー用、目から下を覆うマスクをして、腰の冷え対策にオースカートを合わせて、完全防寒で挑みました。

後で写真で見ると誰だかわからない状態でしたね。

当日の天気は雲が多いものの、その流れは速く、青空や太陽が見える事もありました。

車山の山頂付近からは、遠く富士山、中央アルプス北アルプスが眺めることが出来素晴らしい眺めでした。



八島湿原をぐるりと回り、ヒュッテジャベルへ。  
ジャベルは小さなお部屋でかわいいコタツがあり、お掃除も行き届いてお食事も美味しく、気持ちよく過ごせましたね、最終日に寄った諏訪大社で買った「塩羊羹」と中津川の「うなぎ丼」は美味しかったです。

砂川会長 運転お疲れ様でした、皆様ありがとうございました。

### ■六甲全山縦走トレーニング・東コース

●日 程：2月23日(日)

●参加者：L竹内 高島 谷口 土井 福田(あ)

●行動記録：新神戸駅 8:55 発～摩耶山(11:07 着)11:20 発～六甲記念碑台 12:37～ガーデンテラス(13:00 着)13:20 発～六甲最高峰下 14:00～大谷乗越 15:50～塩尾寺 16:40～宝塚駅(17:20 着)



### ◆六甲東半縦トレーニング

高島

朝から曇一つない晴天での新神戸駅出発でした。参加者五名の内、私が一番頼りないので緊張していました。最後まで歩けるだろうか。

ストレッチをする広場までの急登な道を 10 分でハアハアと呼吸しながら歩いていました。アルプのメンバーの方々は平気で登っておられるように見えました。

スタートの時 歩行速度をコースタイムの 0.9 で行くと言われたので、0.9 がどんなものかわからず、いつものようにリーダーさんの後を金魚のフンのようについて行きました。途中では、全縦の時の貴重なアドバイスを頂きながら。例えば、おにぎりが好きなら色々な味の種類

を、アミノバイタルのゼリーが良い、靴下の履き替えとシャツの着替えをガーデンテラスで行うと良い、コンビニのバスチーのチーズケーキを持参してスイーツの楽しみを目標に歩く等、私は美味しいおはぎかな と思いつつ 全縦に対する厳しさにアイデアを活かして完歩されていたことを知りました。

そして出発時間をいかに早くするか、できるだけ太陽の陽が残っているうちに下山したいと思う気持ちはあるので、その為にどうするか。経験者の方からの知恵は、西明石駅始発で須磨浦公園駅に行くと、5:30 出発できると言われました。参加者の中で一番西の住まいは私なので、私の家族が曾根駅、加古川駅へと寄って西明石駅の始発時間までに乗り合わせたら行けることが分かりました。そうしていると出発から2時間で掬星台に着きました。10分休憩の間に昼食をとり順調に進むはずでした。ゴールの宝塚でビールを飲もうと言いながら。

ところが30分ほど進み、自然の家の辺りから山道に入り階段を登ろうとすると、両足の膝の上の内転筋がつり、足が上がりなくなりました。前兆は摩耶山の登る途中にも足がつりそうになり、途中で塩をなめるために皆さんに止まって頂きました。このような経験は初めてだったので、皆さんに迷惑をかけられないと思いリタイアを申し出ました。幸い、自然の家前のバス停があったので、掬星台へ戻ろうとバスを待っていると足の痛みが治まり歩けるのです。

時間はまだ午前11:40です。リタイアを申し出た時、ガーデンテラスまで頑張り、と言って下さった言葉が私の中に強く残っていたので、時間はまだあるので、エスケープできる場所まで一人で歩こうと思い、連絡のつく仲間に歩き始めたことを伝えました。

藤原商店で肉まんを食べた、とラインを入れるも電波が悪いと送信できず、ガーデンテラスが一番電波がよくてそこで連絡を取り合うことができ ケーブルカーで下山するとリーダーさんに伝えることができました。

電波の悪い状況では連絡の取れないことがわかり、リーダーさんに余計な心配をおかけしたこと申し訳なく思っております。全縦が歩けるかどうか分かりませんが、無理せず、仲間に心配をかけないことをモットーに頑張ります。

## ■雄岡山(241.2m)・雌岡山(249m)

## ＜女性委員会山行＞

●日 程：2月27日(木)

●参加者：La 瀧原 SLa 島谷 有本 河合 川上 黒本 佐野 砂川(美) 田中(美)

Lb 田羅間 SLb 安田 田中(由) 西山(順) 橋本(万) 福原 村上 矢根 山下(純)

●行動記録：楽農生活センター9:25 発～登山口(9:30)～雌岡山山頂(10:00 着)10:05 発～梅林(10:15 着)10:25 発～雄岡山登山口(10:45)～雄岡山山頂(10:55 着)11:05 発～梅林(11:45 着)11:50 発～楽農生活センター(12:20 着)

### ◆雄岡山・雌岡山

### 西山(順)

長らく山行をしていなかったもので、まずは里山、低山からと雄岡山・雌岡山の山行に参加する事にしました。山行の日までに足慣らしに、主人を巻き込んで善防山・笠松山をゆっくりリズムで歩いて当日を迎えました。出発前、時雨てきたのでレインの準備をして、集合場所の楽農生活センターを出発しました。一般道を少し歩くと登山口へ。リーダーからのメールにあったように笹に覆われた道が始まりました。笹をかき分け、かき分け進むと鶯が私たちを歓迎してくれました。笹道を抜け広場に出ると、服の調整をする方がいらっしやいましたが、私は寒



さを感じていたのでレインを着たまま出発。

また少し一般道を歩くと山道に入る入口。雑木の林を登っているとあられが降ってきて、「これはどうなるのか」と思いましたが、まもなくやみホッと。

頂上にある神出神社に向かう石階段を登り雌岡山に。そこからは神出の里、明石海峡に架かる大橋、淡路島がかすみながらも一望でき感動。次は雄岡山を目指して出発。

舗装した急な車道をブレーキかけながら下りて行くと、道の脇に笹の枝に椿の花が挿されてあるのが目にとまりました。「これ、いったい何？」不思議な光景でした。中腹に梅林があり梅の鑑賞時間になりました。満開をむかえたばかりの梅もあり、散策をしていると梅林越しから次に登る雄岡山が見えてきました。



再び車道にもどり、一般道の歩道を歩いて登山口に。山道は、土を削って階段状にしてあり、登りやすく気づくと山頂でした。祠があり、ここも雌岡山と同様に淡路島一望。下りるのは、登りとは違ったコースで急な所や昨日の雨で滑りやすい所などあり、慎重に三点確保しながら下山。

この山行は、2山を登れば終わりではなく、食事のお楽しみが！「かんでかんで」に行くのには、再び雌岡山を登り返さないとたどり着けません。あの急な車道が待っています。筋トレと思えば…。梅林で集合写真になったので一息つくことが出来ました。

神社からの下りは、途中より直接「かんでかんで」に向かうルートがありました。

「かんでかんで」でビュッフェ。席に着く頃に、雨(?)が…「帰ってきていてよかった」と声が上がっていました。

今回は、3山で14,646歩の足跡を残してきました。リーダーをはじめ参加された方、お疲れ様でした。有難うございました。また、よろしくお願いします。

## ■高森ボランティア活動

- 日 程：2月15日(土)
- 参加者：内海 大谷 佐々木 澤田(律) 砂川(延) 荘所 待場 三木(悦) 村上
- 集合場所・時間：市ノ池公園みどりの相談所前・午前9時
- 作業場所：市ノ池公園の奥から馬ノ背に上がる新ルートの登山道整備作業

### 報告：荘所・砂川(延)

このルートは2011年に発生した山火事後、馬ノ背東斜面の県の植林活動のために開かれた作業道が、その後登山道として活用されているルートである。

入山口と馬ノ背の岩場からの下山口に案内表示がしてある。作業は雨水の通路を開いたり、落葉清掃が主な作業だった。