

山行報告

■矢筈山（363m）

<女性委員会>

- 日 程：11月8日(日)
- 参加者：La 垣内 SLa 藤原(千) 生永 小田 乙坂 佐野
Lb 島谷 SLb 矢根 福原 山本(清)
- 行動記録：駐車場 9:05 発～緑風台登山口(9:20 着)～298m(10:10 着)～見晴台(10:45 着)10:50 発～矢筈山山頂(11:40 着)12:25 発～緑風台登山口(14:00 着)～駐車場(14:15 着)

◆久しぶりの山行、矢筈山

乙坂

今回の山行は、私にとって久しぶり（コロナ騒動後初）の山行参加でした。

前日、雨は夜遅くまで降り続いていましたが、天気予報では日曜日はお天気マーク、心配せずに、せっせと荷造りをしました。

当日、午前中は霧が立ち込めて、1つ目のピークに上がると辺りが雲海のように見えました。リーダーの垣内さんから計画書配布時に「矢筈山はアップダウンの多い山です、ピークが幾つ有るか地形図を見ながら数えてみてくださいね」と言う問題通り、登っては下るを繰り返し、丁度お昼頃に頂上に到着。久々の山での昼食、お天気も良く遠くを眺めながら、のんびりと出来とても気持ちよかったです。

途中、センブリと言う植物を発見、胃薬にもなると言う事を教えて頂きました。

シバハリと言うキノコも発見、後で調べると「アマタケ」とも呼ばれており、何と！マツタケが生える2週間前に生えるそうです。このきのこ、食用でお味噌汁に入れるといいそうです。

11月末ごろ、同じコースを歩くと、ひょっとすると松茸が生えているかもしれませんよ。

今回もまた、休憩時に色々なおやつを頂きました、ドーナツ、干し柿、みかん、レモン、飴、チョコレート、いつも頂いてばかりで…ありがとうございます。

リーダーの垣内様、皆さま、ご一緒出来て楽しかったです、やはり1人よりグループで歩くと色々発見があり楽しいですね、とても充実した1日を過ごせました、ありがとうございました。



■加古川みなもロードウォーキング

<ゆっくりリズム>

- 日 程：11月11日(水)
- 参加者：La 藤原(千) SLa 澤田(律) 小田 荘所 佐野 澤田(卓) 田中(由)
Lb 矢根 SLb 橋本(万) 内海 平石 廣岡 福原
- 行動記録：河川敷駐車場 9:55 発～水管橋(11:00 着)～昼食(11:42 着)12:10 発～加古川大堰(13:12 着)13:20 発～河川敷駐車場(14:00 着)

◆加古川河川敷公園を歩く

内海

朝晩は冷えて、野山も町も冬支度が始まった頃ですが今日は絶好の行楽日和でした。

中学生の頃、田植時に「地元農業用水は何処から引いているか？」と父親に問われ、遊び半分で畦道などを歩きながら流水を頼りに加古川取口にたどり着いた事を思い出す。それ以来、一級河川加古川をより知りたくなり現在に続いています。

集合場所「両荘地区河川敷公園駐車場」は自宅より右岸堰堤道路を5km. 上流にあり、この広大な河川敷公園は野球・サッカー・ラグビー・陸上トラック・テニス等でき、今日もランドゴルフで賑わっています。



10時前には参加者全員集合、行程説明、ストレッチ後右岸河川敷道を下流へ出発。前方には土曜トレで登る飯盛山・嶽山・升田山、右側には志方町の城山(中道子山)、左岸近くには西条の城山その後方には今年登った三木市の正法寺山(山頂から加古川流れが絶景)を望む。

10分も進むと川の流れが東西から大きく左(南)へ曲がり地図上は理解できるが現地では方向まひになる。合流した小川橋を渡るとすぐ池尻橋。以前の橋は潜水橋で村人たちが利用する小橋がありました。1km下流のセルリアンブルーの美しい水管橋に着く。直径1.2m、2本の送水管橋で平荘湖・権現湖の工業用水を左岸へ渡し加古川臨海工業地帯へ配水しています。水管橋の上は歩行・自転車道で加古川の心地良いみなも風をうけ左岸へ渡る。

「河原地区河川敷公園」ここから見る高御位山は、どっしり、均整のとれた独立峰に見え「播磨富士」にふさわしい。ここからの高御位山景は最高。山を背景に写真を撮り、左岸を上流へ進むと小鳥や、水辺に白鷺・川鶺・鴨の群れを見つけた。ここは鳥には最高の環境だろう。この群れに、もしや「コウノトリ」がと思ったが残念見当たらない。ベンチ、あずまやの有る所で昼食を済ませ上流に見える加古川大堰へと遠く紅山など小野アルプスを望み、ゆっくり道草しながら加古川大堰に到着。

管理事務所で大堰の説明書を見ると、この大堰は外見や形状は水門と似ているが法律上「ダム」と位置付けされているとの事で、ダムマニアが欲しがると「ダムカード」を全員いただきました。大堰の上は通路で下を覗くと独特の「ゴォ……」と奥深い水音がする。巾40mの可動ゲートが5基設置され、その巨大設備と迫りに圧倒されます。

大堰上通路を渡り右岸の集合場所へ戻り、これで下流の水管橋～上流の加古川大堰を右岸か

ら左岸へと周回できました。

ゆっくりズムで、全ての行程が河川敷道で時々サイクリング者に出会うのみで、安心・安全・有意義な山行でした。

■日笠山山塊 ～のじぎくの里公園と遺跡巡り～

●日 程：11月21日(土)

●参加者：L森本 SL島谷 天野 生永 上田 小田 佐野 西川 春本 福原

●行動記録：山電大塩駅 8:35 発～のじぎくの里公園(8:45 着)9:00 発～黒岩摩崖仏(9:25 着)9:30 発～日笠山貝塚(9:35 着)9:40 発～日笠山(9:45 着)10:05 発～馬坂峠(10:40 着)10:50 発～一本松展望所(11:45 着)12:15 発～亀岩(12:25 着)12:35 発～西法寺(13:00 着)13:10 発～山電大塩駅(13:25 着)

◆日笠山山塊に参加して

福原

11月21日(土)朝の気温は15°、天気予報では最高気温21°と山行にはちょうど良い気温でしたが、昨日までの3日間各地で11月に連続して真夏日を観測したほどの暖かさでした。

大塩駅北側広場に8時30分に集合し日笠山に向かって出発。少し行くとこのじぎくの里公園ではのじぎくが満開となり良い香りがしていました。この後、黒岩磨崖仏、日笠山貝塚を見て周り日笠山に登りました。日笠山には菅原道真が太宰府に流される途中、日笠山に立ち寄り腰をかけた「腰かけ岩」があり学問の神様にあやかりたい?と座ってみました。そして「腰かけ岩」の前で集合写真撮影となりました。

日笠山は低山だったためお喋りしながら歩いていましたが、一本松展望所(135.7m)に登ると息が上がり会話が止まり汗が吹き出てきました。

山行を5ヶ月休んでいた私には久しぶりに楽しい山行となりました。

数十年前に家族で日笠山に来たことがありますが、其の時は車でさっと来て少し散策してすぐに帰ってしまいました。黒岩磨崖仏や日笠山貝塚があることなど知らず、リーダーの森本さんより資料をもらい知ることができました。

高御位山遊会に入会してから、高砂市に住みながら知らなかったことが多々あり勉強になります。有難うございました。



【日笠山 腰掛岩前にて】

追記：森本

黒岩磨崖仏(十三仏)

十三仏とは、死者の追善の法事を行う初七日から三十三回忌までの13回の法事に割り当てられた仏・菩薩の総称です。

初七日(不動明王)、二七日(釈迦如来)、三七日(文殊菩薩)、四七日(普賢菩薩)、五七日(地藏菩薩)、六七日(弥勒菩薩)、七七日(観世音菩薩)、百ヶ日(阿弥陀如来)、一周忌(阿闍如来)、三回忌(薬師如来)、七回忌(勢至菩薩)、十三回忌(大日如来)、三十三回忌(虚空蔵菩薩)

■小野・河合快適の森ハイキング

●日 程：11月22日(日)

●参加者：La 砂川(延) SLa 島谷 生永 内海 小田 黒本 佐野
Lb 瀧原 SLb 安田 田羅間 徳本 春本 廣岡 福原 矢根

●行動記録：龍翔ドーム駐車場 10:10 発～水神(10:20 着)10:25 発～山の神(11:10 着)11:15 発～泣き石展望台(11:25 着)11:40 発～新池(12:00 着)発～夢の森公園入口(12:35 着)12:40 発～金つるべ城跡(12:45 着)13:25 発～やぐら(13:30 着)13:40 発～八ヶ池(14:20 着)発～龍翔ドーム駐車場(14:30 着)

◆里山、ため池、湿地等が一体となった「かわい快適の森」

小田

小野市「かわい快適の森」事前に小野市のホームページで調べてみました。青野ヶ原台地の東端にあり、兵庫県では数少ない、里山、ため池、湿地等が一体となった里山でいろんな動物や植物に出会えて自然を楽しめるようだ。

お天気も良くハイキング気分ですキウキ出かけました。岩浪神社をスタートして、かつて龍が住んでいたという伝説のある大きな八ヶ池を左手に見ながら、尾根沿いに葉っぱがひらりひらり舞い落ちる中、落ち葉をカサカサ蹴りながら気持ちよく歩いて行きました。

池の淵で大きな望遠レンズのカメラでシャッターチャンスを狙ってる方がおられました。

きっとカワセミを撮影しようとしているのでしょうか？

ハンノキ林に立寄りしましたが、どれがハンノキかわかりませんでした。スマホで調べた方に「こんな葉っぱよ」と教えてもらい、葉っぱばかり探していました。家に帰って調べると「落葉後の11月に花を咲かせる」となっていたので、花を見つけないといけなかったようでした。道沿いのグラデーションに紅葉しているモミジが美しく、晩秋の物淋しさを感じながら歩いていました。中間地点には展望デッキがあり、見晴らしが良くて暫しボーッと眺めていました。

最終地点の夢の森公園は、広くて手入れもされており、とても静かできれいな公園です。

長いすべり台が面白そうだけど6歳～12歳対象でした。展望台からは、小野市の街並みや雄岡山、雌岡山が見え、眺めがとても気持ち良く、人も少ないので小野の隠れた名所と言っても良いかと思った。今度は、新緑の頃に訪れてみたいものです。

復路は、周りの景色を見ながら稲刈り後の株が緑に少し伸びた田んぼのあぜ道や車道を通って戻りました。

全長4kmの道のりで、アップダウンもあり、山の神や泣き石等豊富な文化財にも触れ、静かな里山歩きはのんびりと心地よく、晩秋の一日を楽しませて頂きました。有難うございました。



◆小野・かわい快適の森ハイキングに参加して

廣岡

11月22日(日)滅多にのらない加古川線に乗り、青野ヶ原駅に向かいました。リュックを背負った人は乗っているのですが高御位山遊会のメンバーが見当たらず多少不安になりましたが黒本さんと合流しホッとしました。

最近動悸も気になり平地歩きの山行を選んでいましたが今回「小野・かわい快適の森ハイキング」に参加させて頂きました。

青野ヶ原駅から徒歩10分程 龍翔ドーム駐車場10時集合。ストレッチの後、岩浪神社鳥居の前をとおり大きな八ヶ池を見ながら落葉の道をサクサクと暫く歩いていくと水神様の祠があり中には本当に古い石の像が安置され素朴で思わず手を合わせました。

林道を挟んで右側はイノシシよけの柵が長くありましたが自衛隊の演習場の境でもありその広さにも驚きました。裏が池・南谷池を過ぎハンノキ林へ。ハンノ木どんな木と探しましたが



確認できず南谷池まで戻り山神様の祠に到着。

子供の頃に作って遊んだような弓矢が奉納されているのが気になりました。この森は季節によって色々な植物や鳥類が観察できるようだが秋も深くなっていたのでクヌギ・どんぐり・山栗の殻や落葉に埋もれていたのが印象に残りました。

しばらくは「夢の森公園」に向かって進行。最後の坂道は私にとって高い山に登るのに匹敵する様でどンドン遅れてしまいご心配をかけてしまいました皆様優しく迎えてくださり感謝でした。

昼食を済ませ少し休憩した後、帰りは沼池から県道を歩き出発地の龍翔ドームまで帰り着きました。夢の森公園でみた かわいの町の田園の整然とした美しさ大きさ 洪水により修復した四段の土手の後を見ることもできました。

水神様・山神様の素朴な石像、泣き石の伝説や地元の有力者の古墳群など昔々からのロマンを感じ想像して楽しみました。いつもながら楽しい会話、高御位山遊会の皆様の暖かい気持ち大好きです。有難うございました。

■増位山・弥高山・広峰山

●日 程：11月28日(土)

●参加者：La 澤田(律) SLa 上田 天野 生永 小田 垣内
Lb 尾内 SLb 島谷 兼本 香川 木村 黒本 笹木
Lc 安田 SLc 矢根 田中(重) 田中(由) 徳本 春本
Ld 須増 SLd 待場 泉 佐野 福原 村上



●行動記録：随願寺駐車場 9:00 発～放生池(9:10 着)～東尾根登山口(9:30 着)9:35 発～増位山山頂(9:55 着)10:20 発～弥高山山頂(11:30 着)11:40 発～広峰山(廣峯神社)(12:15 着)12:50 発～随願寺駐車場(13:40 着)

◆増位山・弥高山・広峰山山行記

兼本

新型コロナウイルス感染が再拡大しており、不安な日々を過ごしている方も多いと思います。そんな中で、私個人としては久しぶりの会の山行に新鮮な緊張感を持って参加しました。当日は穏やかな晴天の下、随願寺駐車場を25名、四班編成で賑々しく出発。



今回の山は以前にも会の山行で歩きましたが、改めて山が深いと感じました。やはり、山域に由緒ある社寺があるせいで、深い森が守られてきたのでしょう。その結果、聖域に欠かせない癒しややすらぎの気が、木々からのフィトンチッドのおかげで充満しているのかもしれない。

ところで、廣峯神社と言えば、黒田家興隆の礎を築いた目薬の木が有名で

すが、神社記によると、そのはじまりは何と弥生時代(今から二千年以上前)に、白幣山に素戔鳴尊はくへいさん すさのおのみことを祀ったことからだそうです。

その後、733年吉備真備きびのみきびが遣唐使からの帰国の途上に素戔鳴尊の神託を受け、翌734年に白幣山に社殿を建立して廣峯神社と称したそうです。

この時、真備は38歳。18年間の唐での勉強等の修行を了えて帰国の途上、瀬戸内海を経て難波に向かっていたと思われます。廣峯神社の正門(随神門)を本殿側から眺めると、真正面に瀬戸内海を見下ろせます。この構図は、真備が瀬戸内海上で神託を受けたことと関係するのでしょうか。

なお、その後972年に白幣山から現在地に本殿を遷座したのが、いまの廣峯神社です。

廣峯神社で昼食休憩を取った後、ゴールの随願寺に向かいました。一本松峠を過ぎた辺りから雲行きが怪しくなり、駐車場に到着した頃には本降りになってしまいましたが、実に楽しい山行でした。

今回の山行テーマが「歴史の山を歩く」ことでしたので、この山行記もあながち的外れではないとご理解ください。

最後に、野里駅から集合場所まで車に同乗させて頂いたKさん、助かりました。澤田リーダーには姫路駅まで送って頂き感謝です。同行の皆さま、ありがとうございました。

■三草山（423.9m）

●日 程：11月28日(土)

●参加者：L瀧原 SL藤本 田羅間 西川 本田 松下 森下 山本(清) 吉村

●行動記録：登山口駐車場 9:00 発～ベンチ(9:32 着)9:37 発～277mピーク 9:43 着～三草山頂上(10:27 着)10:55 発～昼食(11:14 着)11:40 発～天狗岩(12:05 着)12:20 発～昭和池分岐(13:10 着)13:13 発～登山口駐車場(13:30 着)

◆北播磨の三草山を登る

松下

11月28日(土)、2ヶ月ぶりに登る山は加東市に位置し、播磨小富士とも呼ばれている標高423.9mの三草山です。1184年(寿永三年)三草山合戦で義経が平資盛を夜半に襲撃したと云う歴史のある山でもあります。天候は曇りで、少し風が冷たいです。降水確率は20%で処によっては雨に遭うかもという朝の天気概況でした。トイレもあり、よく整備された三草山登山口駐車場へ午前9時に現地集合ですが、北播磨方面の土地勘の無い私はまるでマイロードのような中国道を走って1時間前に着いてしまった。



ここで皆を待つこと約1時間。初めましてとご挨拶を交わす会仲間もあったりして、9時前には参加メンバー9名がそろいました。

三草山は三草コース(十三草古道+炭焼き窯跡古道)、その他に畑コース、鹿野コースなどがあり、今日は三草コースから山頂を目指します。

登山口でNさんのリードでストレッチをしてからリーダーを先頭に登って行きます。歩行時間が3時間半ほどということで、“眺望を楽しみながらゆっくり登ります。”と、リーダーの言葉です。中国道からも見えたこの辺りの風景は、広々としていて低山と麓集落が点在し気持ちやすごくゆったりします。

尾根に取りつくと曇天にもかかわらず、遠くまで見晴らせる風景が気持ちよく、晩秋の清んだ空気の中での山歩きは最高!

なだらかな長い岩尾根が山頂までずうっと続いていて、傾斜は緩いがクサリがしっかりと設置してあります。尾根の途中から、山頂の目印になる1本の木が見えた。黒い雲を気にしながら程なく山頂に着くと、幼稚園の親子遠足とかで賑わっていたが、園児たちは私たちと入れ替わりに下山した。幼児遠足で登れる山っていいなと思う。

山頂には三草山神社の祠と方位盤が設置されている。通り雨に遭いながらも山好きな私たちはマスクを着けて、雪彦山、千ヶ峰、妙見山、雄岡山と雌岡山に明石海峡大橋、笠松山、小豆島等々360°のパノラマをワイワイとしばらく楽しみました。

下山は南へ鹿野コースを下って行き、途中の見晴らしの良い処で昼食休憩をとって、山裾の昭和池を取り巻くような稜線を辿って天狗岩へ向かいます。天狗岩は側面からしか見えなかつ

たけれど、烏天狗のような感じではないかと想像した。そして、落ちたらストーンなのに、誰も怖がらずに岩の上に立っていたのも少し緊張した。

晩秋の山道は枯葉に覆われていて、サクサクと気持ちいいが滑りやすい。ナラやマツの林を抜けて行くと、昭和池の畔へ出ました。

今年の上陸台風も無くて降水量が少なかったのか、地面も乾いていて倒木も数本あり、樹木

の葉も茶色に枯れていて昭和池の水位も低かった。それでも、池の畔にある三草山&昭和池の絶景ポイントからは美しい風景が眺められ、私たちが辿った道が一目で分かります。

今日は楽しい一日を過ごせてすごく嬉しかった。帰途の道案内まで心配りしてもらい、コロナ禍で3密を避けて過ごす毎日だけど、人とのふれあいは心を和ませる貴重なものだとあらためて思いました。清々しい晩秋の山歩きを計画してくださったリーダーとご一緒してくださった皆さんに感謝します。



■数曾寺山塊

●日 程：12月5日(土)

●参加者：La 須増 SLa 三木(悦) 天野 小田 笹木 矢根
Lb 安田 SLb 島谷 徳本 西川 春本 藤原(浩)

●行動記録：三草山駐車場 9:00 発—山口公民館(9:10 着)9:25 発～数曾寺峠(10:17 着)10:27 発～大坂山 449.9m(11:20 着)11:25 発～最高峰 459m(12:20 着)11:25 発～昼食休憩場所(12:45 着)13:10 発～鉄塔(13:30 着)13:50 発～299mピーク(13:55 着)～馬瀬・住吉神社(14:20 着)14:30 発～山口公民館(15:05 着)15:10 発—三草山駐車場(15:15 着)

◆数曾寺山塊山行に参加して

藤原(浩)

兵庫県内の新型コロナウイルスの感染者が100人を超すのは4日連続とのニュースで3密、不要不急の外出は自粛するように言われている中での実施でした。4月に計画されていたのが、雨のため中止であったコース山行です。

当日は、雲一つない青空の素晴らしい天候でした。山道に入ると落ち葉ジュウタン続きで我々を持って成す雰囲気でした。しかし、のどかな歓迎道(落ち葉ジュウタン道)も数曾寺峠まででした。マスク姿を強いられた山行は登山の初めだけ、天気の良いさと森林精気の漂いによるものが皆いつのまにかマスク除きの顔ぶれでした。

峠からしばらくは紅葉景観を楽しみながらの大坂山山頂めざしでした。ところが、だんだん急な登りになり何度か休まなければ進めなくなりました。途中、自然環境絶景の中で太陽光発電パネルが山の一角に作られた様は何とも言いようのない違和感と虚しさを抱きました。

大坂山山頂での昼食予定は早く着いたことと場所のスペース関係で延ばされました。ここから最高峰までは枝を左右に振り分け頭上注意のトンネル道でした。最高峰(459m)地点か

らは神出山（雄岡山・雌岡山の地元での総称）、明石大橋、淡路島などが望まれ、その景観を楽しむことができました。景観を楽しんだ後の鉄塔への道は、深い藪漕ぎ続きでおまけに30～40cmの段差ありの大変な山道でした。鉄塔場所より大坂山山頂がくっきり見渡せたので、山頂を背景に全員揃っての記念写真を撮りました。鉄塔から馬瀬方面へは鉄塔管理道で特に



【大坂山をバックに】



【R372 源平合戦モニュメント】

我々の為に整備されたような道で大変歩きやすい所でした。

今回はバラエティにとんだ山行道を体験させてくれました。馬瀬集落近くの住吉神社は宮守が悪くなっていて寂しい状況でした。

三草山駐車場より山口公民館に移動する時、一人残すハプニングもありましたが全員無事予定コースを歩き終え、予定より30分も早くスタート地点の山口公民館に着くことができました。最後に暖かい“しるこ”を頂き解散しました。

■高森ボランティア活動

- 日 程：11月21日(土)
- 参加者：内海 佐々木 澤田(律) 島本 砂川(延) 須増 荘所 藤原(千) 待場 三木(悦) 和田
- 作業場所：市ノ池公園研修所裏から尾根に至る登山道の整備
- 作業内容：登山道の草刈りと枝払い整備作業
- 作業時間：9:00～10:30

報告：荘所

市ノ池公園研修所の裏、駐車場の山際から鉄柵の扉のある個所から尾根（墓地から鉄塔に通じる尾根）に合流するルートの登山道整備作業を行う。主に登山道の草払いを行う。

【赤実線作業箇所】

