

山行報告

■日本で3番目の高峰 奥穂高に(2泊3日)

●日 程：9月8日(木)～10日(土)

●参加者：L野村 SL安田 島谷 須増

●行動記録：

(8日)姫路6:21(のぞみ84号)ー7:39名古屋8:00(特急しなの3号)ー10:06JR松本(タクシー)10:25ー新島々ー11:35 上高地バスターミナル 11:55～河童橋(12:00 着)12:10 発～風穴(13:40 着)～岳沢小屋(15:30 着)(泊)

(9日)岳沢小屋7:00 発～紀美子平(10:55 着)11:00 発～前穂高岳(11:55 着)12:00 発～紀美子平(12:40 着)13:05 発～奥穂高岳(15:50 着)16:00 発～穂高岳山荘(17:00 着)(泊)

(10日)穂高岳山荘5:30 発～ザイテングラート取付(6:40 着)6:50 発～涸沢(7:45 着)8:00 発～木谷橋(9:45 着)9:55 発～横尾(10:50 着)11:00 発～徳沢(12:00 着)12:15 発～明神(13:15 着)13:30 発～河童橋(14:20 着)～上高地バスターミナル(14:30 着)(アルピコ交通バス)15:15 発ー新島々(16:20 着)新島々(松本電鉄)16:43 発ー(17:13 着)JR松本17:52 発ー(しなの22号)ー名古屋(20:07 着)JR名古屋(新幹線)20:47 発(のぞみ103号)ー姫路(22:06 着)

◆頑張りました、前穂高・奥穂高

島谷

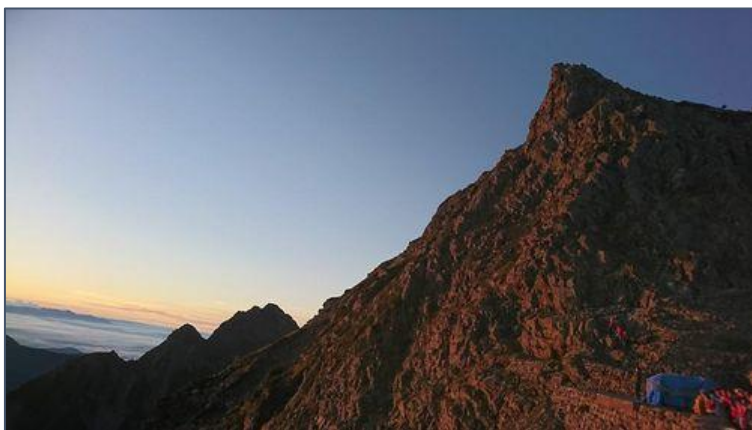
台風一過で好天することを念じて予定通り出発しました。松本駅で列車遅延のため松本電鉄乗換に失敗しタクシーで上高地バスターミナルへ向かうことになったものの上高地に予定より早く到着出来てゆっくりした支度ができ上々のスタートです。ほどなく雨がふりだし岳沢に出たときには雷もなり始め、どうなることかと思いましたが短時間で雷は過ぎてくれました。すると、沢上流から大きな水音が聞こえ始め、なんと茶色い濁流が白っぽい岳沢のゴロゴロ岩の間を流れてきています。私達は森近くの安全な登山道から、テレビで見るとような濁流の先端が沢に行く様子を生で見ると「これが今日の収穫」と小屋へ急ぎました。小屋情報では、雷は奥穂高山荘近くに置いてあったザックに落ち、シャベルでザックを掘り起こしたということでした。

2日目、重太郎新道を4時間かけて上り、紀美子平に着いた時にはすでに脚も腕もかなり疲れてきていました。前穂高岳を省くかどうか迷う



ところでしたが、4人とも「2度目はないから行く」と登頂し、お天気はスッキリ晴れとはいかないけれど眺望はあり、吊尾根からつづく山々も眺められ満足して紀美子平へ戻りました。奥穂高岳へ向けて、緊張で岩にへばりつくような気持ちで、慎重に一步一步進みます。途中でYさんの靴底が剥がれたところ、後ろからきた登山者が結束バンドをくださりバンドと救急テーピングで靴手当までしてくださいました。その後、予備用にもらった結束バンドを交換したりテーピングを巻きなおしたり、ゴール帰路まで大きな支障なく歩ききりました。さて奥穂高岳からの眺めは、やはり霧がかかり眺望がききません。それでも登頂できたことに満足し、ジャンダルムを近くに眺め「あれかあ、へえ。さあ行こう。」と我々は奥穂高山荘へ下り始めました。厳しい岩に四苦八苦しながら、岩をつかみ脚を伸ばし「ここにもチェーンがほしかった」と恨み言を吐きながら下ると、ブロックン現象で山荘前がにぎやかです。西からさす太陽の光が、山荘から東方向の霧に自分の影を映してくれました。我々はまだ山荘の上で、宙に浮いた我が身をありがたく見ながらの到着となりました。この夜はほぼ満月で、東に屏風ノ頭、その向こうに蝶ヶ岳と大きな常念岳が、そして見下ろすと涸沢の明り「明日、無事にあそこに下る」と気を引き締めました。

3日目、朝日に照らされながら奥穂高岳を目指す登山者を山荘前から見上げ、前日あの岩を自分が下りて来られたのが不思議でした。予定の時刻に出発しザイテングラードを下ります。長い緊張の末に涸沢に着いたのは既に出発から2時間を過ぎており、4人とも脚が・腰が・肩が・靴が、と結構疲れていました。その後は、時々振り返って後ろの眺めを確認しつつ、多くの登山者とすれ違いながら、ひたすら歩き続けました。徳沢でソフトクリームをペロリと食べて上高地へ急ぎます。途中で、たくさんの猿たちが登山道を徳沢にむけて長い行列を作るかのごとく歩いていました。多くが、大切そうに子猿を抱いたり背に乗せたりしており、見ないようにチラチラ見て一時疲れを忘れることが出来ました。予定通りの時刻に上高地に無事に到着し、バスにも乗れて、松本駅でビール乾杯、駅そばも食べられて、4人、笑顔で終わることが出来ました。



■増位山から広峰山へ周回

＜ゆっくりリズム＞

- 日 程：9月9日(金)
- 参加者：L 藤原(千) SL 澤田(律) 岡田(淳) 佐野 西川 春本 松岡
- 行動記録：駐車場 9:20 発～増位山(9:50 着) 10:00 発～一本松峠(10:40 着) 10:50 発～弥高山(11:15 着) 11:25 発～広峰山(12:00 着) 12:30 発～一本松峠(13:10 着) 13:15 発～駐車場(13:35 着)

◆初めての ゆっくりリズム増位山・広峰山

岡田(淳)

8月に入会し、まずは近くの山からぼちぼちと、と参加しました。9月6日の予定が、台風11号接近のため9日に延期となり、参加人数は14名から7名に減っての実施、内2名が入会後初の山行です。お天気は幸い薄曇り、暑すぎず良さそう。増位山も広峰山に登るのも初めてで楽しみです。

この日の山行は愛らしい生き物との出会いから始まりました。駐車場へと続く坂道の道路脇で見かけた一頭の子鹿。駐車場で迎えてくれた人懐っこいヤマガラ。手のひらのヒマワリの種めがけて次々舞い降りてきます。出発前から気持ちもほっこり、和やかなスタートとなりました。

増位山までは緩やかな登りです。随願寺を横目に梅林も通り過ぎ、いつの間にか頂上到着。眼下に北から南へと市川が蛇行しながら流れ、今朝通ってきた道がよく分かります。はるか北には笠形も望め、南側には幾つもの橋が架かっています。



次の一本松峠までの道は広葉樹の林の中を歩きやすい道が続き、頭上から響く蝉の声が心に残りました。一本松峠で先輩方の楽しいお話を聞きながら小休止。そこから名前も存在も初めて知った弥高山へは少し急な登りもありましたが、リーダーの安定した先導のおかげで、無理なく歩くことができました。

広峰山に向かう途中で教えていただいたのがカゴノキ(鹿子の木)、樹皮の鹿の子模様が目印です。樹木の名前に疎い私でもすぐに見分けられそうで嬉しくなりました。次は誰かに教え

たいです。何かの綿毛が空に舞う景色も美しかった。広峰山には神社の裏手から入っていきませんが、古い建物や石塀などの跡が見られ歴史を感じました。広峰神社の休憩所でゆっくり昼食をとり、山門から姫路の街を一望。姫路城は街並みに同化していて目を凝らして探しました。はるか向こうの瀬戸内海には幾つもの島々が浮かび、すばらしい眺望でした。

広峰山からは杉林の続く道から一本松峠へ、そして行きの道を少し歩き、直接山上広場へと降りました。すると、朝のヤマガラがまた出迎えてくれ、みんなの笑顔が弾けました。

この山行を通して、普段何気なく見ている近くの山一つ一つに、違った風景や味わいがあることに気づかされました。増位山も広峰山も自然豊かなすてきな山でした。春や深まった秋など、違う季節にも登ってみたいです。初心者にさりげない気遣いやアドバイスをして楽しい山行にしてくださった先輩の皆さまにただただ感謝です。

■徳川道を巡る－Prt. 3

- 日 程：9月25日(日)
- 参加者：A班L森本 SL春本 天野 生永 稲見 臼井 江崎 北川 敷田 松田 三木(知)
B班L小田 SL内海 黒本 佐野 仲田 福原 藤田 松本(聡) 吉村
- 行動記録：総合運動公園駅 9:15 発～高塚山(9:30 着)9:35 発～伊川谷自動車学校(10:50 着)11:00 発～神戸学院大学(11:25 着)～西国街道(12:30 着)～柿本神社(13:05 着)13:15 発～本松寺(13:30 着)13:40 発～明石駅(13:55 着)

◆徳川道を巡る－Prt. 3 山行に参加して

稲見

山行前日、市街地の多い山行の為、靴は軽い方がいいか、ストックは必要か等考えながら、山遊会に入会して初めての山行の為、ワクワク・ドキドキしていました。

徳川道とは「江戸時代末期参勤交代の行列が外国人とのトラブルを避ける為作られた道、完成した2日後には、王政復古。幕府は崩壊し、参勤交代もなくなり幻の道として知られている。」全長32kmのうち総合運動公園から大蔵谷までの約1/3程が今回の山行コースです。

当日、早めの電車で運動公園へ到着、少し休憩、8:30頃同行の方と合流。



9:00よりストレッチ。(足の筋肉3種類について説明がある。)9:14頃出発、まずは高塚山を目指します。

高塚山ハイキングコースの標識があり、コース内は住宅地の上を通り、奥の方には海岸が見え、天気も良く、爽快な気分でした。伊川谷自動車学院でトイレをお借りして休憩(とても綺麗なトイレで、授業中にもかかわらず使用させて戴き感謝。)

休憩後、神戸学院大を左手に見て直進、有瀬あたりで一人転倒・怪我をする。(意

識もあり、歩行も可能で付き添いの方と2人でバスにて病院へ。その後食事会にて合流、一安心) 予定ルートより少し近道をし、西国街道旧山陽道の宿場で記念撮影。とても趣があり、歴史を感じる家並みでした。

子午線通過地識標・忠度塚を見学し、明石天文科学館北側公園で休憩、月照寺山門を見て、湧き水をいただく。

最後は宮本武蔵が造ったと言われる庭園を見て明石駅に13:50到着。

約11kmの山行でした。ストレッチを行い解散。(ストレッチでは呼吸法を教わる。2回吸って5回で吐く) 明石駅南側にある魚の棚商店街のよし川にて食事会。明石焼きとビールを飲んで、帰宅となりました。

入会してから初めての山行でしたが、ちょっとした山もあり、明石の歴史、街並も見られ、美味しいビールも飲み最高の一日でした。また次回参加出来る事を楽しみにしています。企画して下さい皆様、ありがとうございました。

◆歴史に埋もれた徳川道

松本(聡)

「徳川道」って何？ そんなのが兵庫県にあるの？ 山行案内を見てとても気になって行ってみたいと思ひ申し込みました。リーダーから送っていただいた資料では、幕末の神戸開港にあたり外国人と大名行列のトラブルを避けるため、西国街道とは別の街道を作ったのに、完成後間もなく江戸幕府が消滅したため、半年後には廃道となってしまった道とのことでした。

徳川道の全長は石屋川から大蔵谷の 34 km ですが、今回の山行は Part 3 ということで、神戸総合運動公園から大蔵谷そして明石駅まで歩くという行程でした。

高塚山ハイキングコースこそ山道で徳川道の名残を感じられましたが、多くは舗装された道でした。(そりゃそうですね、150 年以上経っているんですから。) その為か人丸駅まで来た頃には、左ひざが痛んできました。

忠度塚・亀の水・月照寺と名所をご案内していただいたのに、どこかに座りたいとばかり考えていました。持って行ったお弁当も、おにぎり 1 個を食べただけだったので、明石駅に着き自由参加で明石焼きを食べに行った時は、生き返った心地でした。

今回の山行で舗装道路を歩くのは、山道を歩くよりひざにダメージがくることがわかりました。今後は靴や装備等、熟考しなければ・・・。



■小野アルプス

●日 程：9月30日(金)

●参加者：A班 L 春本 SL 小田 白井 岡田(淳) 北川 小林 田中(浩) 徳本 本田 松岡
B班 L 砂川(延) SL 平井 生永 坂本 中村 苦瓜 西川 西脇 福原 村上

●行動記録：鴨池バス停(8:35着)9:10発～紅山登山口(9:30着)～紅山(10:10着)10:15発～展望デッキ(10:50着)11:00発～惣山(198.9m)(11:05着)11:10発～アンテナ山(11:25着)～総山(11:35着)11:40発～アザメ峠(11:50着)11:55発～安場山(12:25着)12:30発～愛宕山(12:40着)～前山(12:55着)13:00発～日光峠(13:10着)～高山(13:25着)13:30発～ゆびか(13:40着)

◆小野アルプス山行に参加して

田中(浩)

秋晴れの絶好の日和になり、出発点の鴨池から登山口の岩倉入り口に向かいました。山裾からの道はなだらかでハイキングの様な感じで進んで行きました。ここから日本一低いと言われる小野アルプスの縦走です。全部で8つの山と3つの峠を越えます。

紅山の登山口からは一転して急坂になり、正に登山です。ゆっくりしたペースで登ってもやはりしんどかったです。坂を抜けると目の前に赤い岩山がありました。なるほどこれが紅山の



名の由来かと納得しました。さて、岩山に登ろうとすると、「ストックは邪魔になるから仕舞った方がいい」と言われました。登り始めてその意味が分かりました。足だけでなく手も着く必要があり、これを登れるのかなと恐怖心が湧いてきました。リーダーの先導で途中から迂回路を行きましたが、これもかなり困難。なんとか上まで登りやれやれ。B班の人とA班の一部は砂川会長を先頭に正面から登って来られました。よくこんな岩場を登ったなあと感じつつ、自分の体力の無さを感じました。

岩場を抜けると後は普通の山道で一山を越え、惣山の展望デッキに向かいました。展望台からは明石大橋や淡路島が見え、天気の良い日も相まって爽快な気分でした。

山道をひたすら歩き、アップダウンの繰り返しでかなり汗もかきました。その多くは山の中ですが、景観の良い所もありしばしばほっとした気分になる。

汗を拭き拭き登ったり下ったりの繰り返しで、水分補給は十分取るようにとのアドバイスを受けながら進む。

今どこを歩いているのか分かりにくいですが、山の頂上付近の木に小さな表示板があり、ああここが山かと確認しながら進む。途中の下りでロープが張ってあるところでは、春本リーダーから「ロープは顺手ではなく逆手に持つように」と教えて貰いました。顺手だと滑った時に手を捻る恐れがあるそうです。ひとつ勉強になりました。

山の高さはそれほどないものの、また登りまた下りで足にもかなり疲れが溜まってきました。会員の中には足がすりそうになった人もいました。

最後の高山からの展望では小野市内が一望でき素敵な景観でした。縦走したという充実感と疲労感を感じながらゆびかに下りました。ストレッチの後は温泉に入る人、食事をする人、帰る人とそれぞれに解散しました。お疲れ様でした。

最後に、本日は私の遅参で出発が遅れ、皆様にご心配ご迷惑をお掛けしましたことをこの場をお借りしてお詫び申し上げます。

◆小野アルプスを縦走して

坂本

小野アルプスは家からわりと近いので、何回かに分けて登ったことがあります。今回は白雲谷温泉ゆびかに8時集合、みんなそこに車を置き、小野市のらんらんバス(65歳以上は無料)に乗りました。かわいいバスなので私達だけで満員となり、鴨池まで約15分のドライブです。

天気はすごく良く、9月最後の日とはいえ暑さが厳しい日でした。鴨池のバス停で準備体操、A班10名、B班10名、計画より少し遅れて出発。みんなで8つの山々の小野アルプスを縦走してゆびかを目指します。

最初の山は一番の難所である紅山、すごく勾配のある岩山をよじ登ります。うしろを振り返ると怖いので見ないようにして、前の人足の位置を確認しながら登りました。紅山の頂上は景色もひらけ、高御位山、飯盛山、明石海峡大橋が見渡せました。紅山を下って、今度は一番

高い惣山 (198.9m) へ向かいます。右手に今登ってきた紅山が見えます。途中、展望台があり小野市内を見渡せました。ずっと山の木立の中ばかりで惣山、アンテナ山、総山、アップダウンを繰り返すばかりです。この頃はみんなまだ喋る元気がありました。

やっと、中間地点のアザメ峠についたときは11時55分もうお昼です。ゆびかに着くのは2時前かな、などと言いながらしばし休憩。そのあと安場山、愛宕山、前山、高山と登ったり下ったり、疲れが出てきたのかみんな無言です。やっとゆびかの温泉の屋根が見えた時はほっとしました。着いたのは1時45分よく歩きました。私のスマホの歩数は18,000歩を超えていました。

200mにも満たない低い山ばかりなのに、歩行距離が長く登りごたえのある山行でした。皆さんと一緒に最後まで歩くことができました。ありがとうございました。あとはゆびかでの食事、温泉に入る方もあり、ゆっくりした時間を過ごすことができました。



■常隆寺山(515.1m)淡路市

●日 程：10月1日(土)

●参加者：A班L尾内 SL松下 天野 生永 黒本 笹木 敷田
B班L藤本 SL島谷 立花 松田 松本(聡) 森下 山本(清)

●行動記録：淡路高校前バス停(ストレッチ)(9:32着)9:40発～浅野公園(11:10着)11:20発～常隆寺(昼食)(12:25着)12:50発～常隆寺山(13:05着)13:10発～常隆寺13:20発～大塔峠(14:30着)14:35発～妙見山(15:15着)15:20発～御井の清水(16:30着)16:35発～釜口小井バス停(16:55着)17:06発

◆淡路島の登山

敷田

10月に入ったのに晴天で暑い日でした。

明石から、船で13分で淡路島に到着。バスに30分乗車ですが当日はバスの日で500円の運賃が無料でした。道端には栗や柿が実って秋らしかったのですが行程のほとんどが、アスファルトの舗装で日陰がなく、炎天下で汗だくに。常隆寺山と妙見山を登り下山近くでおいしい湧き水を飲んで一息。作業しているおじさんに帰りのバス停まで10分と聞いていたのに10分以上歩いてもバス停が見えず不安になりましたが、1時間に1本しかないバスに何とか間に合いほっとしました。7時間半で3万歩以上の歩行、腰と足にこたえました。



明石に着いたのは、6時を、まわっていたので、あたりは真っ暗。最後に淡路島で温泉に入って帰りがかったなど。次の日は筋肉痛になりました。



■六甲山麓リボンの道

〈女性委員会〉

- 日 程：10月1日(土)
- 参加者：A班L藤原(千) SL徳本 岡田(淳) 澤田(律) 田羅間
B班L矢根 SL木村 平石 本田 松岡 村上
- 行動記録：西舞子駅9:00 発～舞子公園(9:25 着)9:50 発～五色塚古墳(10:05 着)10:25
発～東垂水展望公園(11:10 着)11:40 発～城が山公園(11:55 着)ジェームス山
(12:15 着)12:20 発～塩屋駅(12:35 着)

◆六甲が満喫できた一日

松岡

「リボンの道」。以前から気になっていた可愛いネーミングを会報の行事欄で目にし、参加したいと思いました。しかし、前日に小野アルプスの山行に参加したので不安な気持ちもあり迷っていたところ、リーダーの「景色がよくて、気持ちいいよ」のお誘いで参加することになりました。晴天の山陽西舞子駅に集まったのは11名、2班でのスタートです。

海と山に囲まれた神戸らしい景観が楽しめる道として、40年前に設立。神戸の街をリボンのように結んだ散歩道・全長45kmだそうです。今回は塩屋駅までの約9kmのコース。少し暑かったですが海沿いの道はとても気持ちよく解放感満点、巨大な明石海峡大橋の下をくぐると、どこかの吹奏楽部員が海に向かって練習していたり、釣り・散歩・ランニングをしていたりとゆったり季節を楽しむ人達がいる、なんとも癒される舞子公園の風景でした。そこから市街地に入り五色塚古墳へ。淡路島を望む台地の上に築かれており、全長は194mの前方後円墳・兵庫県で一番大きな古墳。ここに葬られた人は、明石海峡とその周辺を支配した豪族と考えられているそうです。六甲山と淡路島が明石海峡を挟んで連なっていることがよく分かりました。山陽電車をあまり利用しない私は、初めての場所でも興味深く、高台からの眺めも素晴らしいものでした。そこから北側の閑静な住宅街をぐるりと回って垂水駅の南、海側へと行くと大鳥居が現れました。正式名は海神社(わたつ



海と山に囲まれた神戸らしい景観が楽しめる道として、40年前に設立。神戸の街をリボンのように結んだ散歩道・全長45kmだそうです。今回は塩屋駅までの約9kmのコース。少し暑かったですが海沿いの道はとても気持ちよく解放感満点、巨大な明石海峡大橋の下をくぐると、どこかの吹奏楽部員が海に向かって練習していたり、釣り・散歩・ランニングをしていたりとゆったり季節を楽しむ人達がいる、なんとも癒される舞子公園の風景でした。そこから市街地に入り五色塚古墳へ。淡路島を望む台地の上に築かれており、全長は194mの前方後円墳・兵庫県で一番大きな古墳。ここに葬られた人は、明石海峡とその周辺を支配した豪族と考えられているそうです。六甲山と淡路島が明石海峡を挟んで連なっていることがよく分かりました。山陽電車をあまり利用しない私は、初めての場所でも興味深く、高台からの眺めも素晴らしいものでした。そこから北側の閑静な住宅街をぐるりと回って垂水駅の南、海側へと行くと大鳥居が現れました。正式名は海神社(わたつ

みじんじゃ) といい、海の安全と豊漁を祈る神社だそうです。それから市街地を抜け電車と並行して歩き、高台の東垂水展望公園で昼食をとり、更に高台のジェームス山へと向かいました。ここはイギリスの貿易商人の住まいから始まり、外国人の住宅地と発展したところで、周囲は西洋風の異人館のような建物が残っていました。現在は地区全体が立ち入り禁止となっていました。高台なので



急な坂道が多く、車でもちょっと買い忘れなんてこともできないねって話しながら狭い坂道を下りるのも楽しかったです。最後の塩屋駅へ向かう途中でおしゃれなカフェでブレイクタイム。(リーダーありがとうございました。)坂道をさらに下り予定より余裕をもったゴール。今日は秋晴れに恵まれ、海・山・青い空それに歴史ある神戸が満喫できた一日となりました。できれば残りのリボンの道にも出かけてみたいです。

■高森ボランティア

報告：荘所

- 日 程：9月17日(土)
- 参加者：生永 上田 内海 佐々木 砂川(延) 須増 荘所 森本 安田 和田
- 集合場所：土曜トレとボランティア参加者 8:40 鹿島神社⑩
ボランティア参加者 9:00 ローソン阿弥陀店⑩

2つのグループはローソン阿弥陀店⑩に合流して、豆崎登山口から登山道の草刈り作業と登山口のすぐ上にあった不法投棄物の処理作業を行いました。終了後、鹿島神社へトレッキングに7名参加後終了しています。

