

山行報告

■雪の東山（宍粟50山）

- 日 程：2月11日(土)
- 参加者：L三木(悦) SL竹内 尾越 黒本 笹木 瀧原 田羅間 春本
- 行動記録：フォレストステーション波賀駐車場 9:50 発～メイプルロード分岐(10:05 着)～登山口(10:25 着・アイゼン装着)10:35 発～高野峠分岐(10:05 着)10:10 発～東山(12:00 着・昼食・ワカン装着)12:50 発～谷コース登山口(13:40 着)～フォレストステーション波賀駐車場(14:25 着)

◆丁度良かった！「雪の東山」

尾越

雪山の一般山行が、会員の方からの要望もあり久しぶりに計画された。4年ぶりの雪山に不安があったが、これくらいなら歩けるかなと参加を決めた。

一週間前は荒天の予報だったが、天気は一転して好天となった。善防公民館で2台に分乗して出発。お天気も幸いしてか、車の中はなごやかで、久々の雪山の不安もやわらいだ。そして、フォレストステーション波賀の駐車場で準備を整えて出発。メイプルロード2号線終着点の登山口でアイゼンを装着して、東山尾根コースに入り山頂を目指す。緩やかな登りを、先客のトレースの上を歩く。風もなく暖かい日なので、雪焼けが気になるほどだ。歩行時間約3.5時間、歩行距離約6.7km、累計高度差約430mで、山頂1015mに登ることができる。山の大きさや登りやすさ、歩く距離等を考えると、久々の雪山山行に参加する私にとっても丁度良い山だった。山頂の展望台からは360度の展望があるようだが、残念ながらロープが張られて登れなかった。下山は、せっかくなので、持参したワカンを装着して谷コースを下る。ザクザクとワカンで踏むと、雪の感触に嬉しくなる。時たま自分のワカンを踏んだのか、転ぶ人がチラホラ。でも、転ぶ場所は不思議とキレイな雪の上??同じく私も自滅して、つんのめってしまった。もちろんキレイな雪の上で…。計画書の下山時間ともほぼぴったり駐車場に戻る。

積雪は2、30cmくらいだ



と思うが、十分に雪を堪能できた。地面を見ていると、つぼ足で頂上まで歩いている人もいるが、持参したワカンの体験もできて参加者も満足そうだった。事前の下調べや装備の手配に、リーダーのご苦勞を感じる。天候に左右されるのは、雪山だけではないが、雪道のアクセスに使う車の手配やその装備にも気を使い計画し難いと思う。そのような心配もなく雪山を楽しめると、山行の幅が広がるように感じる。

積もった雪（積雪）を分類すると、「新雪」「こしまり雪」「しまり雪」「ざらめ雪」の4つに大きく分けられる。降ったばかりの新雪から、時間が経つにつれて次第に重くなり、種類も変化していく。これは雪という物質の特徴とのこと。だとすると、今回の積雪は、「しまり雪」あたりかなと推測する。

下山後は、男性は園内にある温泉、女性は喫茶店に直行して、東山名水で入れた美味しいサイホンコーヒーを頂いた。男性二人も合流し楽しいひと時だった。お店の名前はその名の通り「喫茶名水」！お店の方から、シャクナゲ、クリンソウ、ホウノキノハナが楽しめるとお聞きしたので、またその時期に登れたらと思う。リーダーを始め参加者の皆様、ありがとうございました。

■西播磨の山 御津アルプス

- 日 程：2月12日(日)
- 参加者：L 砂川(延) SL 須増 生永 井上 臼井 島本 立花 松尾 松田 松本(聡) 宮川
- 行動記録：室津漁港駐車場 8:45 発～鳩ヶ峰(9:20 着)9:10 発～雄鷹台山(10:00 着)
10:10 発～大師堂分岐(11:00 着)11:10 発～野瀬 11:30～野瀬ボートパーク
(12:00 着)12:20 発～FOOD FES 会場(13:00 着)

◆雄鷹台山と相生かきフードフェスに参加して

宮川

2月12日(日)当日は抜けるような青空。初めて登る山と牡蠣を食べられる期待で胸が膨らみます。9時前に室津漁港に集合。下山予定場所の野瀬ボートパークまで車を回送しておき、室津の登山口から登山開始！のはずが道がない…?!

『登山口』のプレートはあるのになぜ？

登れるルートを探すこと約20分、ようやく雄鷹台山への登山が始まりました。

人が入らないため登山道に藪が茂り落ち葉が降り積もって道が見つけにくくなっていると砂川会長が教えてくださいました。

登山初心者の私、きちんと登山道が整備された近くの山にしか行ったことがなく、足元のはっきりしないこんなコースは初めてで戸惑いました。それでも会長の先導でピンクのリボンを探しながら進んでいきます。

慣れてくるとそんなルートも面白くワクワク。細めの藪は手で折り、道に転がっている倒木や石ころなどを拾って脇によけたりして、まがりなりにも道のようなものができていきます。

人が歩かなければ道ができないことを改めて知り、清掃登山の意義も感じることができました。

室津街道を辿って鳩ヶ峰に。石碑には丸亀藩と姫路藩の境界でかつてシーボルトもここを通過して江戸へ参府したとあり、しばし古の歴史に思いをはせました。

ようやく雄鷹台山の山頂に到着しましたが、雑木林に囲まれ展望は望めません。



少し休憩を取って相生方面への縦走を開始しました。

嬉しいことに、瀬戸内の海が見えるポイントがいくつかあり、家島諸島や小豆島が臨めます。かきの養殖筏とキラキラ光る海面、青い空が美しく夢中で写真を撮りました。

歩きにくい道に加え、2日前の雨のせいもあり落ち葉に足を取られ何度も滑りそうになりながらやっとの思いで相生まで辿り着き下山。

野瀬ポートパークに停めた車に分乗して、かきフードフェス会場へ向かいます。人気のあるイベントで道も渋滞気味。駐車場をようやく見つけて会場に到着しました。

頑張って歩いたご褒美が待っていてくれるのは嬉しいものです。

焼牡蠣、牡蠣汁、牡蠣めし、牡蠣フライ、牡蠣おこ、牡蠣まん…。

牡蠣づくしのメニューをおなかいっぱい食べて大満足。

瀬戸内の海をみながらのドライブ、藪を漕ぎながら(笑)の山行、素晴らしい展望、そして牡蠣づくしのご馳走。

ちょっとした冒険を楽しんだ一日でした。

こんな素敵な山行を計画し連れて行ってくださった砂川会長はじめメンバーの皆様に感謝いたします。

■マキノを歩く (滋賀県)

<ゆっくりリズム>

●日 程：2月12日(日)

●参加者：A班L尾内 SL垣内 泉 内海 大谷 小田 香川 澤田(律) 田中(重)
B班L藤原(千) SL木村 田中(由) 中村 苦瓜 春本 待場 村上 吉村

●行動記録：マキノ駅 11:05 発～ピックランド(12:00 着)13:00 発～メタセコイア並木出口(13:45 着)～マキノ高原(14:00 着)～高原散策(15:00 着)15:13 発～マキノ駅(15:35 着)

◆マキノを歩くに参加して

待場

この日は、いつもよりも暖かく感じる朝でした。

琵琶湖は、自転車で新緑のマキノメタセコイア並木など走り海津大崎の桜を楽しんだこともありますが冬のマキノメタセコイア並木、雪の絶景を観たいと思い参加しました。

マキノ駅からマキノピックランドまで汗ばみながら1時間程歩く中、土手に可愛い草花を見

つけました。オオイヌノフグリと教えてもらい春をまじかに感じながら歩きました。

遠くの山は雪化粧をしているが私達が向かっている先には、ピックランド、メタセコイア並木の方は雪が有りそうにありません。

ピックランドでランチタイム予約をして頂いていたので直ぐに温かく美味しい「近江牛のミニすき焼き丼とはいからうどん」をいただきほっと一息つきました。

楽しみしていたメタセコイア並木道沿いは、四季折々の果樹園でリンゴ、サクランボの時期だと綺麗だろうなと思いながら歩きました。沢山の果樹が植えてあるがこの時期は、何の木か分からないので「この木なんの木」と思いながらまた、サイクリングの時を懐かしく思い出しながら2.4km・約500本のメタセコイア並木道を楽しみました。



雪をかぶっていないメタセコイア並木と遠くに見える山を少し雪化粧の赤坂山かなと思えばックに写真を撮りました。

マキノ高原スキー場辺りを散策しました。ファミリースキー場なので積雪があれば賑わっているのでしょう。沢筋の日陰には、少し前に降った残雪の中に可愛い雪だるまが作って有り、写真を撮ったりやっとな雪に会えた感じがして雪を踏みしめました。

マキノの雪景色の素晴らしさは、残念でしたがマキノを楽しむことができました。皆さんありがとうございました。

■六甲山縦走トレーニング 西コース

●日 程：2月12日(日)

●参加者：L野村 SL安田 天野 徳本 土井 山下

●行動記録：須磨浦公園(7:30着)7:45発～展望台(8:05着)発～旗振山(8:15着)8:20発～鉄拐山(8:30着)発～高倉台団地(8:45着)8:55発～梅尾山(9:15着)発～横尾山(9:35着)発～東山(10:00着)発～妙法寺(10:30着)発～高取山登山口前公園(10:45着)10:50発～高取山(11:25着)発～安井茶屋(11:35着)12:00発～鶴越駅(12:50着)発～菊水山登山口(13:25着)13:30発～菊水山(14:10着)14:20発～天王吊橋(15:00着)発～鍋蓋山(15:45着)15:50発～大龍寺(16:20着)16:25発～市ヶ原(16:45着)16:50発～新神戸駅(17:45着)

◆六甲 西半縦走を終えて

徳本

須磨浦公園駅に7:30に集合しました。体操をしてすぐ出発です。これから登る鉢伏山を見上げるととても高く感じました。

鉢伏山 旗振山 高倉台団地と調子よく予定通りの時間で登っていきました。西半縦走トレーニングということで休憩もほとんどなく、あっても5分ほどでどんどん登っていきました。梅尾山の階段は、やっぱりきつかったです。横尾山 馬の背 東山までは足の疲れは感じず調子よく登れました。

妙法寺から住宅街を歩いて高取山に登りました。高取山で昼食をとりました。予定より20分遅れでした。高取山を下山する途中で左足が痛くなってきました。まだ、菊水山・鍋蓋山もあるのに最後まで行けるのか心配になってきました。1月に体調が悪かったり、足の裏が急に痛くなったりして一か月ほど山に登っていませんでした。トレーニングもせず西半縦走の登山に参加して無謀だったかなと思いました。「メンバーの方々に迷惑をまた、かけるのではないかなあ。途中で下山しようかな。」とも思いました。菊水山の手前の住宅街の坂をどんどん上っていきました。住宅街の上りでは、足は大丈夫でしたのでどんどん上っていきました。

菊水山では、足が、攣りそうになり少し待ってもらいました。サブリーダーの方から、足が攣ってもそのまま登っていくと治っていくと教えてもらいました。我慢して登っていくとだんだん治っていきました。でも、何回も足が攣り菊水山の階段では、しんどい思いをしました。やっとの思いで菊水山の頂上に着きました。とてもしんどかったです。まだ、菊水山を下って鍋蓋山があります。ここまで登ってきたのだから最後まで頑張ろうと思いました。菊水山をどんどん下っていきました。

次は、鍋蓋山です。あと少しの辛抱だと思って登りました。途中休憩をとってもらってお水を飲みました。元気が出てきました。頂上はまだかまだかと思っているとやっと頂上に着きました。息切れはなかったのですが、足がとても疲れていました。10分ほど休憩をしてすぐ出発しました。

これから、新神戸駅までの下山です。下山では、足がこれまで以上に攣って辛かったです。でも、足が攣っても我慢して下山していると自然に治ってきました。階段は、手すりをもって下りないと足が痛くて下りられませんでした。下山途中では、メンバーの方々に励ましの声をかけてもらってうれしかったです。

やっといつもの体操をする広場に着きました。ここで体操をして、新神戸駅へ向かいました。電車に乗ってホッとしました。これからは、後半に足が攣らないようにあと一か月トレーニングに励みたいと思いました。

リーダーさんはじめメンバーの方々お世話になりました。西半縦走が最後まで行くことができうれしかったです。ありがとうございました。



■雪の氷ノ山・千本杉ヒュッテに泊まる

<アルプ>

- 日 程：2月14日(火)～15日(水)
- 参加者：L竹内 SL須増 尾内 笹木 福田 三木(悦)
- 行動記録：

(14日)スキー場駐車場 10:00 発～東尾根登山口(11:20 着)11:30 発～東尾根避難小屋(12:24 着)13:08 発～神大ヒュッテ(15:30 着)

(15日)神大ヒュッテ 7:05 発～氷ノ山山頂(8:08 着)8:10 発～神大ヒュッテ(8:40 着)9:50 発～東尾根避難小屋(12:10 着)13:00 発～東尾根登山口(13:53 着)



長い間怖くて踏み出せなかった雪山登山、一昨年アルプの仲間に入れていただいて、信頼できるリーダーはじめアルプの大先輩の方々の手厚い指導を受けながら、昨年は三室山、氷ノ山、蘇武岳、唐松岳に挑戦。今季は、地獄谷でのアイゼントレーニングに蘇武岳の日帰り登山を重ねて、迎えた神大ヒュッテ避難小屋泊の氷ノ山登山。お天気は、曇り空、風・気温ともに厳しく登山指数はCで良くはないが、決行。気持ちはワクワクドキドキである。

参加者は6名、宝殿駅から2台の車で、氷ノ山国際スキー場の駐車場に着く。一面銀世界。共同の食料と装備を分担して重いザックを背負って出発。リフトを乗り継いで東尾根登山口に。スキー客は、楽しそうにゲレンデで戯れている。私たちは、ワカンを着用して雪の林の中へと入っていく。周りの静寂さとワカンをつけた足元の違和感。必死で前の人についていく。滑らないように転ばないように崖っぷちに落ちないように、足を置く位置、ストックをつく位置、最大の神経を使う。ふわふわの雪のところや凍ってアイスバーンになったところ、雪質の違いにも苦労する。やっとの思いで東尾根避難小屋に到着。昼食を摂り元気を取り戻す。ここからはアイゼンを付けて登る。雪が深くてなかなか前に進めない。トレースもない。リーダーはさらにたくさんの荷物を背負ってラッセルしながら先頭を歩かれる。途中で前後交替。自分の番が回ってきた。先頭に行くのは何と大変なことか。もう少し右の方へと指示をいただきながら行くが足が重くて長くは歩けない。

小屋が見えてホッとす。入口の雪を取除き中へ、暖炉の準備に、窓の明かり取り、夕食の準備と忙しい。夕食には手の込んだキムチ鍋に雑炊をいただく。さらにリーダーの奥様手作りのカップケーキに舌鼓。ごちそうさまでした。そして、ストーブを囲んで山談義、楽しいひと時を過ごす。

翌日は、朝食に美味しいパンとシチューをいただいて、ヒュッテを出発、雪は深く吹雪いている。頂上に立てるかわからないがとりあえず行けるところまで行こうということになった。空身で頂上を目指す。トレースがなく遠望が利かないので、リーダーは、地図と地形で現在地

を確認しながらルートを見定め頂上を目指す。森の中は静かで歩く音や木の枝から落ちる雪の音、木々をすり抜けてくる風の音しか聞こえない。周りはみごとな粗氷や樹氷、ツリーホール、張出した雪庇、まさに冬の山ならではの景色である。素敵な造形物を作り出す自然現象に感動する。

一時、ホワイトアウト状態になったが、頂上に立てた時は万感の想いであった。風が強くて長くは立って居られない。写真だけ撮ってすぐに下山開始。ヒュッテに戻り、捜索訓練でビーコンの使い方を教えて頂く。名前は聞いたことはあるが見るのも初めてとてもいい勉強になった。雪山登山は、冬の山でしか見れないような自然現象が沢山あり、感動も大きい。夏山のように登山者で大混雑する事もない。いつもの登山以上の非日常体験ができるが、リスクも大きい。一つ間違えれば大事故につながる。



さらに下山では気が引き締まる。急な下りに難儀する。稜線では雪庇が張り出し近づけない。神大ヒュッテから東尾根避難小屋まで約2時間20分登りと同じぐらいかかった。小屋の中でぜんざいをいただき、ワカンからアイゼンに履き替えてさらに1時間近く雪の中を歩く。無事に駐車場に戻ることができた。車の上には30センチぐらいの雪が積もっていた。あ～、よかった。本当によく歩いたなあ。リーダーはじめ参加者の皆様、大変お世話になりました。本当に有難うございました。

■雪の愛宕山

- 日 程：2月18日(土)
- 参加者：L島谷 SL小田 佐野 高島 平井 安田
- 行動記録：JR保津峡駅(8:38着)8:50発～ツツジ尾根登山口9:00発～荒神峠10:10発～七合目東屋(11:05着)11:15発～愛宕神社(12:05着)12:45発～七合目東屋13:30発～清滝登山口(15:00着)―JR嵐山駅(16:30着)

◆きょうと雪の愛宕山(あたごやま)標高924m

平井

前々から京都の山にあこがれていたが、男性で参加できる山行が無くあきらめていた。今回Sリーダーより雪の軽アイゼン使用愛宕山の募集があり、思い切って参加申し込みました。

私的には昨年夏より一向に減らない過剰な体重で、実力に見合わないハードコースをいくつもポンコツな体で走破?したためか左ひざを痛め、年末から整形外科に何度もお世話になっている状況です。やっと三度目の膝水抜き治療で、なんとか挑んだ雪の愛宕山でした。

土曜日早朝 JR 姫路駅を6:23分発 ホームでSリーダー、YさんTさん合流、のち加古川でOさん、明石でSAさんと無事フルメンバー集合。京都駅で嵯峨野線乗り換え、東映太秦映画

村を通過、保津峡駅到着 8:38分天気は曇り。Yさんのリードでストレッチ、8:56分出発です。(今回のルートは JR 保津峡駅からアクセスの良い、「ツツジ尾根」経由のピストンを予定)

ただ気温の上昇と雨で雪解けとなり、登行ルートの土はどろんこ、階段で足元が滑りやすくな要注意でした。それでも 10:02分「荒神峠」着 10:30分頃より、所々残雪が現れました。

11:00頃、7合目気温は5度、「水尾分かれ清滝分岐」に着きました。11:15 近年まで水尾の女性が毎日ここまで登ってきて、しきみの花を売る「ハナ売場」を通過。このあたりより僕は健脚な女性陣の足手まとい?か呼吸荒々しく、ついにリーダーの後ろを歩くことになりました。周りは雪化粧、より女性陣が白く浮き上がり、ことのほか美しく見えました。11:40「黒門」通過、愛宕神社まで参道を0.45km、ここから寺の境内に入る。積雪はそこそこあるが溶けており、アイゼンをつけるほどでは無い。石灯籠と杉並木の広い石段の参道を15分、12:00古くより火難除け、火伏せの神と親しまれた「愛宕神社」にやっと到着しました。イメージとは違



うが神社が愛宕山の最高峰でした。神社のストーブ小屋で昼食、また珍しい「安全登山お守り」をゲットしました。

帰路 13:20 水尾分かれ清滝分岐」通過、登りの「ツツジ尾根」は急傾斜と滑りやすい事を考慮し、リーダー判断で清滝に下山としました。途中、時折京都市内の展望がひらけ、違う季節に違う山からも京都を望みたいと思いました。

「清滝」近くに、わきに線路のようなレールが平行して走っ

てる。まさに昭和4年に開通した「愛宕山鉄道鋼索線」跡でした。残念ながら昭和19年に鉄供出の為撤去されたとのことでした。太平洋戦争下の時代の流れを痛感します。清滝からは阪急バスで乗り継ぎ JR 嵯峨嵐山駅に着き、通勤ラッシュ並みの電車で京都駅に着きました。幸い900m峰往復したが膝の痛みも出ず、良きトレーニングになったようです。Sリーダー、Oサブリーダー、参加者の皆様、同行頂き初の京都山歩きを無事楽しみました。ありがとうございました。

■須磨アルプス・ミニ縦走

●日 程：2月23日(木・祝)

●参加者：A班L徳本 SL藤原(千) 泉 上田 江崎 尾越 木村 坂本 佐野 澤田(律)
B班L三木(悦) SL春本 島谷 立花 田羅間 待場 松田 村上 瀧原

●行動記録：須磨浦公園駅 9:30 発～登山口(9:45 着)～鉢伏山(10:15 着)10:20 発～鉄拐山(10:45 着)10:50 発～おらが茶屋(11:00 着)11:30 発～高倉台団地(11:40 着)～横尾山(12:30 着)12:40 発～東山(13:15 着)13:25 発～板宿八幡神社(14:00 着)14:10 発～板宿駅(14:20 着)

◆2度目の須磨アルプスに参加！

佐野

朝からの雨模様で山行があるのか心配でしたが、9時頃には上がる予報なので決行となりました。

須磨浦公園に遅めの集合で(9:30)

すっかり雨も止み、ストレッチをして横目にロープウェイを見ながら登りました。鉄拐山(234m)からおらが茶屋にて早めの昼食をとりました。高速道路を渡ると、見上げればゾ～とする400段程の階段を登りきり、横尾山(312m)を過ぎ今回1番の難所馬の背！！

足元が不安でしたが何とか滑る事無く無事に通り過ぎる事が出来ホッと胸を撫で下ろしました。

東山(253m)から下山途中に、この時期に珍しく桜の花が咲いていました^_^ その後、梅の花や菜の花まで疲れた身体と心が癒され無事下山する事が出来ました(^_^)

朝の雨とはうって変わって良いお天気になり、日頃のリーダーの行いが良いのでしょうか！とても楽しい山行でした。本当にありがとうございました。



◆須磨アルプス・ミニ縦走

松田

天気予報もはずれて、家を出る時は小雨の中でした。雨の山行ははじめてで、雨具の出番かなと考えながら集合場所に行きました。須磨浦公園駅に着いた時には、雨も止んでいて、初心者の私は安心しました。

19名で、2班に分かれて行きました。人気のあるコースなのだろうと思いました。

先輩達が多く、初心者の私はリーダーさんの後ろに入れてくださいました。

雨上がりで少し冷たかったけど、歩いていると暑くなりました。須磨浦公園は綺麗に整備されていて、お天気なら歩き易いのだろうなと思いました。“旗振茶屋”からの海側の景色は、雨

上がりで曇っていてよく見えなかったのが残念です。

まだ、1時間も歩いてないのに、濡れた木々の間を通ったり足場が悪いところを歩いたりしたので、疲れを感じていました。そう思っていた時に、リーダーから「この後食事できる所がないので、今から昼食にします」と言われてほっとしました。

11時に“おらが茶屋”の休憩所でお昼をいただきました。早かったけど多めの昼食も完食でした。

この休憩中に先輩から概念図を見ながら、「今から2箇所の難所がある。ここの400の階段とここの崖」と教えていただきました。

クリアできるかと不安になりながら“高倉台団地”を通して“梅尾山”へ行く途中、頂上に続いている階段が見えて、ますます不安になりました。でも、400の階段も登りやすい階段だったので、リーダーの後をしっかりとついて歩くと、登れました。

“横尾山”からずんずんと進んでいくと、木々の間から突然視界が開け、崖(?)のような山土だらけのところに着きました。「ここに行くの？滑ったらどうしよう！持つ木がない！」とびびりました。そんな時、後ろから、「前のリーダーの足跡をよく見て、真似して行ったらいい」と声を掛けていただきました。「そうか！」と思い、真似していき、なんとか登りきりました。怖かったけど、登りきって振り返って見た時の達成感はたまりませんでした。「ヤッホー」

興奮冷めやらぬうちに東山を通して降りてきました。板宿で解散。同期とお茶を飲んで、興奮を落ち着かせて帰りました。

“須磨”だから軽い気持ちで申し込みましたが、“アルプス”と名前がついていた通り、私には厳しかったです。なんとかついて行けたのは、先輩達のアドバイスのおかげだと思います。また、“六甲全山縦走路”の西端と初めて知りました。六甲全山縦走の半コースもあるらしいので、それにチャレンジできるように、日々の山行をがんばりたいです。

リーダーさんはじめ、お世話になったご一緒させていただいた皆様、ありがとうございました。

■六甲山縦走トレーニング 東コース

●日 程：2月26日(日)

●参加者：L須増 SL森本 稲見 尾内 乙坂 島谷 土井 春本 宮本 山下 山本(正)

●行動記録：新神戸駅8:10発～新神戸駅北側の公園(8:15着)＜ストレッチ＞8:35発～市ヶ原(9:22着)9:30発～摩耶山・掬星台(11:15着)11:37発～記念碑台(13:07着)13:20発～六甲ガーデンテラス(14:05着)14:15発～最高峰下広場(15:05着)15:23発～東六甲縦走路分岐(15:37着)15:37発～大平山(16:45着)16:50発～大谷乗越(17:20着)17:20発～塩尾寺(18:25着)18:35発～塩尾寺下広場(18:45着)18:50発～阪急宝塚(19:20着)

◆「とにかく疲れたの一言です」六甲東半縦コース(トレーニング)

稲見

天候もあまり良くない事もありましたが、景色をゆっくり見る余裕もありませんでした。ちらちら雪も降るし、六甲山頂付近では凍って滑りやすい所もあり、とにかく疲れたの一言です。まずは新神戸から摩耶山までの約5km程がかなりの急登できつかった。その後、なだらかな道



になるが、時折登り坂があると足がつりそうになる。

ビジターセンター見学、記念碑で集合写真、みよし観音を見て少し楽しむ余裕がありましたが、大谷乗越を過ぎたあたり（時刻 17:30 頃）から薄暗くなり塩尾寺では真っ暗で、宝塚の夜景がとても綺麗！！只ここから宝塚駅までが永遠下り坂でかなり膝が辛かった。19:20 頃、無事宝塚駅まで到着しました。走行距離 26 km 時間 11 時間 累計標高差上り 1733 m 下り 1747m でした。

本番 3 月 1 2 日（日）六甲山東半縦に備えて参考になった事

- ①ストックは早めに使用し、体力温存。
 - ②塩を持参（足がつるのを防ぐ）
 - ③レーションは多めに持参（休憩は今回 14 回程、その都度栄養補給。果物（バナナ・みかん）なんかも持っていこう。）
 - ④ヘッドライトは必須（電池の確認も）
 - ⑤トイレは六甲山降下広場までたくさんあります。その後は宝塚駅までなし。
 - ⑥水については 1ℓは必要。今回は 800 ml 用意しましたが、少し足らず。
 - ⑦分岐箇所の確認。分岐箇所には旗が立っている様ですが、道迷いがあると時間のロスになるので事前確認必要。
- 今回のトレーニング山行で最後まで歩けるだろうか心配していましたが、完走できて本番ではなんとかなりそうな感じでした。当日はリフト休業中との事ですので、完走目標で頑張ります。リーダーをはじめ皆様大変お世話になり有難うございました。



■大坂山

<女性委員会>

- 日 程：3 月 1 日（水）
- 参加者：L 垣内 SL 木村 小田 坂本 瀧原 徳本 藤原（千） 山本（清）
- 行動記録：山口集落（着）8:55 発～登山口（9:05 着）9:15 発～数曹寺谷分岐（9:40 着）発～数曹寺谷峠（10:00 着）10:10 発～大坂山（11:00 着）11:25 発～数曹寺谷分岐（12:35 着）発～登山口（12:55 着）13:05 発～山口集落（13:15 着）

◆大坂山～マイナーな山を楽しむ～

瀧原

今回は“マイナーな山を楽しむ”を目的とした女性委員会の山行である。大坂山は西脇市と加東市の境界にある数曹寺山塊の一つの山である。地図には点名「三草山 2」とあり、地元の人が大坂山と呼んでいたらしい。三草山から北方に見える山で標高 449.9m。そのためかどう

か西脇市でも加東市でもあまり取り上げられず、知る人ぞ知る名山だ。岩場、藪漕ぎ、急斜面の連続でスリルがある。以前、登ったときにはシダが生い茂り、頂上は木に覆われていたが、今回、所々シダが刈られ、頂上の木々も切られていた。この整備はどこ誰がしてくださったのだろう。

ふと思う、なぜこの山を大坂山と呼んでいたのだろう。数曹寺谷登山口から緩やかな谷道を歩き、数曹寺峠に着くとそこから北へしっかりした道が延びている。峠道を人々がよく往来していたことがうかがわれる。地図を見ると西脇の比延という地区につながっていた。昔はこの道を通り京街道（現、R372）へ出て、南を走る大坂道（現、県道）を通って大阪へ行ったのだろう。そのため目印となる高い山を大坂山と呼んだのでは、、などと勝手に想像している。

峠からは本格的な登りになるので休憩をし、リーダーから行動食をとることとストックの始末についての指示があった。岩場と藪漕ぎの急登を気を引き締めて登って行った。岩や木々をつかみながら登り、なかなかの難ルートだった。

見晴らしの良い岩尾根に出ると、遠く北には千ヶ峰や笠形山が、南には雌岡山が見え、近くには金城山とおぼしき山が見えた。頂上直下、ハシゴ岩と名付けられた岩場では、はしごのように岩の突起が出ておりそれを足がかりに登って行った。やっと着いた頂上は素晴



らしい眺望が広がっていた。風もなく穏やかな早春の日差しの中、ランチタイムを楽しんだ。

下山は南の尾根へ取り、急斜面を滑らないように気をつけながら降りていった。赤白の鉄塔から、馬の背のような岩場を過ぎると 324mのピークへ。2カ所のさび付いた鎖場を通り、尾根から下る分岐点に着いた。地図上で道がないが、そこから西へまっすぐ下る道がついており階段も設けられていた。関電の巡視路だ。この急な道を降りて谷道へ合流し、登山口へと戻ってきた。みんな無事に下山できてほっとした。

この山は江戸の昔、近隣の村と麓の村との間で争いがあったらしい。入会地の山なので近隣の村人が木を切りすぎて、麓の村の池に土砂が流れ込んで困ったらしい。どうやらこの数曹寺山塊には争いの鬼(?)が今もいるのかもしれない。

マイナーな山を計画してくださったリーダーはじめ同行の皆さま、楽しい山行をありがとうございました。今日は私たちのパーティが山を独り占めにした。この山塊にはまだまだ歩けそうな道があるようだ。いつか歩いてみたい。

■六甲西縦走

●日 程：3月4日(土)

●参加者：L尾内 SL森本 上田 尾越 兼澤 佐野 島谷 高島 福原

●行動記録：須磨浦公園駅(7:45 着)ストレッチ 8:00 発～旗振山(8:30 着)8:35 発～

横尾山(9:50 着)9:55 発～妙法寺(10:50 着)11:05 発～高取山 12:00 通過～高取山
広場(12:05 着)12:30 発～鶴越駅 13:25 通過～菊水山(14:45 着)14:55 発～鍋蓋山
(16:10 着)16:15 発～大龍寺 16:55 通過～市ヶ原(17:10 着)17:15 発～新神戸駅
(18:00 着)

◆六甲西半縦に挑戦

福原

高御位山遊会に加入して六甲山系の山を登ったのが今回で3度目、六甲西半縦がどのようなコースなのだろうと興味と不安が半々でしたが、挑戦することに決めました。

今日は風もなく穏やかな気候でした。須磨浦公園を8時に出発ししばらく歩くと暑くなり汗がもう出てきました。旗振山、横尾山を通り須磨アルプスに来たとき遠くの山上に見える赤い鳥居が高取山そしてその先の山上に鉄塔が見えるのが菊水山だと知らされた時には愕然とし



ました。次の東山から先はまだ行ったことのない未知の世界でした。せっかく登ってきたのに今度は住宅街まで下り坂(ひゃ〜)。道中山道を掃除してくださる方がおられ、思わず「ありがとうございます」と声をかけ感謝しました。いろいろな方が歩きやすいように手入れをしてくださっているのでしょうね。

下りてしまうと横尾の住宅街を通り妙法寺でトイレ休憩をしていよいよ高取山が近くに見

えてきました。頂上に登りきった時は12時頃で山頂を少し下ったところの広場で昼食となりました。

次の菊水山までも住宅街（長田区丸山町）を通り約1時間20分ぐらい歩いたところで【菊水山まで3km】の標識があり、そこから頂上まで1時間で一気に登りました。登る途中からリーダーについて行くのに必至でしたが、「もうすぐ山頂です」と聞いた時には休憩もなく登ってきたの？ え～スゴイと思いました。疲れ果て、山頂からの景色を見る事もなく少し休憩したら次の鍋蓋山に向かいました。道中の下り坂を歩き始めると右膝に違和感を感じながら歩きました。鍋蓋山に到着するなりベンチに座り込んでしまいました。ひと息ついて新神戸駅に向かうころには膝が痛くなりましたが、もう少しでゴールだと自分に鼓舞しながら最後まで歩きました。最終目標の新神戸駅近くになると辺りはすっかり暗くなり到着したのは夕方6時でした。

歩行距離約28km、歩行時間10時間、累積標高1,450m、やはり大変キツかったのですが、心強いリーダーと一緒に歩いてくださった皆様のおかげでなんとか完歩することができました。皆様ありがとうございました。

■天城山・河津桜

- 日 程：3月6日(月)～8日(水)
- 参加者：L高島 SL小田 尾内 笹木 佐野 村上
- 行動記録：天城高原ゴルフ場登山口(7:10 着)7:15 発～四辻(7:35 着)7:40 発～涸沢分岐(9:15 着)9:20 発～万三郎岳下分岐(10:20 着)10:30 発～万三郎岳下分岐(10:35 着)11:00 発～石楠立(11:35 着)発～万二郎岳(12:30 着)発～四辻(13:20 着)13:30 発～天城高原ゴルフ場登山口(13:50 着)



◆伊豆半島 天城山・河津桜

村上

3月6日晴れ、姫路発11時5分ひかりに乗車、集合の伊東駅には14時51分着。15時49分着の早朝出発の青春切符組と合流。レンタカーにて今日の宿泊地小涌園へ向かう。夕食は、近くのイタリアンレストランでコース料理を頂き大満足、明日の登山に向けて備えました。

3月7日晴れ、早朝準備が整い次第出発する。天城高原駐車場には予定より30分早く着いた。登り始めてすぐの沢には天城高原ゴルフ場から流れてきたゴルフボールがおびただしい量放置されていた。天城縦走路（シャクナゲコース）の四辻までは、霜柱をサクサクと踏みながら皆余裕で登れました。ところが涸沢分岐までの間に雪がまだらに積もっていて、どんどん一面の銀世界になっていきました。時々木立の間から雪を被った富士山が見えるたびにその美しさに心を癒されながら雪の登山道を登ります。登山道も分かりにくくなり皆で協力してピンクテープや標識を見つけて、足元の積雪に注意を払い、声をかけ合って一面雪景色の万三郎岳(1406m)へ登りついた時は皆ほっと一息。少々早い昼食タイムです。万三郎岳の頂上付近にはアマギシャクナゲの大木が自生していてトンネルになっているところもあり、石楠立まではブナの大樹に心癒され、縦走路にはアセビの木も多く自生していました。万三郎岳から万二郎岳に稜線を下っている時には、向かって右側の相模湾側はガスが湧いて何も見えず。富士山側は青空の何とも幻想的な体験をしました。馬の背を通る頃には雪も消えて登山道はぬかるみに変わり、靴はドロドロです。万二郎岳からは花が咲いたらきれいだろうトウゴクヨツバツツジの



木々の間をひたすら下山です。四辻での休憩で残っていたパンを食べ登山口の駐車場に2時前に到着。

城ノ崎海岸を散策。門脇吊橋や海岸線を歩く。天城縦走を終えた安堵もあり皆さん心が軽い。日の出旅館での夕食は食べきれないほどありました。

3月8日晴れ、朝食前に近くの伊豆高原駅付近を散歩。大寒桜が満開です。レンタカーは道の駅下賀茂温泉湯の花の駐車場へ。河津桜は葉桜になりつつありましたが、菜の花は満開。菜の花畑の迷路を花の匂いに包まれて歩き気分は乙女です。石廊崎オーシャンパークで灯台や岸壁にたつ神社に参拝。道の駅開国下田みなどで金目鯛の昼食に満足。地域クーポンでお土産の干物を購入。河津七滝では出会滝で満足して、だるま茶屋で甘酸っぱい夏蜜柑を購入。皆で半分ずつ食べる。三島駅までの道中、東京ラスク伊豆ファクトリーでラスクを購入する。予定時間に三島駅から帰路に着いた。出発を早め山行時間に余裕があったのでいろいろな登山者と会話が出来たのも良かったです。みんな笑顔で楽しい雪山登山でした。

■高森ボランティアの報告

荘所

- 日 程：2月18日(土)
- 参加者：阿久津 生永 上田 岡田(郁) 佐々木 島本 砂川(延) 待場 松田 三木(悦) 森下
- 集合場所：みどりの相談所前・午前9時
- 行動記録：みどりの相談所前～高御位遊歩道～尾根～百間岩～遊歩道～高御位神社
～みどりの相談所前

※当日は高森ボランティアとして、高御位山の清掃登山を行った。

みどりの相談所前に集合して尾根に囲まれた市ノ池公園を周回する遊歩道での清掃登山として出発した。遊歩道の途中の馬の背に上がる登山道から馬の背に上がり馬の背登山口に下山するコースで清掃登山を実施したが、ゴミは少なく1kgだった。