

山行報告

■向山 569m (丹波市)

- 日 程：4月14日(金)
- 参加者：A班L安田 SL春本 生永 小田 黒本 坂本 田中(重) 吉村
B班L平井 SL松下 岡田(淳) 木下 島谷 中村 宮本
- 行動記録：水分かれ公園駐車場 9:35 発～観音堂登山口(9:42 着)10:08 発～
二の山(10:15 着)10:30 発～岩坐展望所(10:35 着)11:47 発～向山頂上(12:20
着)12:37 発～五の山 13:33～清水山(13:40 着)14:45 発～鳳翔寺登山口(15:00 着)

◆向山連山登山感想文

木下

「分県登山ガイド」兵庫県の山の向山を紹介するタイトルに「ヒカゲツツジの淡黄色のトンネルを行く」とあった。本来だと4月中旬のこの時期にヒカゲツツジが群生しているはずが、すでに花の盛りを過ぎて散りかけていたのは少し残念だったが、こちらも少し盛りをすぎた赤紫色をした山ツツジ(コバノミツバツツジ)もあちこちに咲いていて、春山の楽しさを味わうことができた。



9時30分に水分かれ公園の近くにある第1駐車場に全員集合。清潔なトイレなども利用して登山準備をする。今回の登山参加者は15人、二つの班に分け1班は安田さんがリーダーで春本さんがサブリーダー、2班は平井さんがリーダーで松下さんがサブリーダーとなって出発。

滝山古墳、二ノ山(298m)まで急な登りが続くがここで一息。その後、岩座(いわくら)展望所、三ノ山(470m)、四ノ山(511m)へと進み、向山を目指す。このあたりにヒカゲツツジが群生していて満開の時にはさぞかし美しいだろうと思いつつ、メンバーの多くは残った花をカメラに収めていた。



11時50分に向山の頂上に到着。北側の展望が開け、平らなスペースがありここで昼食をとる。大陸から黄砂が日本を覆っているせいか、遠くの景色は霞んで見える。

向山からは尾根歩きとなり比較的平坦な登山道が続き、快適な歩きとなる。登山道の道端のいたるところに「向山連山登山道」という標識が設置されており、

登山道もしっかりと整備されていて迷う心配はない。きっとこの登山道を大切にしている人たちがいるのだろう。

清水山（545m）には、高御位山にある反射板の数倍もありそうな大きな反射板がありビックリ。ここで雲行きが怪しくなり、雨に打たれる前に下山しようとピッチをあげる。剣爾山（416m）を過ぎたあたりから急な下りになり、思ったよりも体力を消耗した。

登山道を降りると鳳翔寺というお寺に着く。ここから農道を少し歩き、登ってきた向山連山を眺めながら水分かれ公園駐車場に到着した。

向山は昨年度も安田さんが計画し、参加する予定だったのが雨で中止になり、今回実施され参加することができて満足できた。水分かれ公園の駐車場に車を置き、向山連山の馬蹄型の縦走が楽しめる、効率の良い山歩きコースの一つだと感じた。

■高取山と菊水山

●日 程：4月16日(日)

●参加者：A班L島谷 SL乙坂 仲田 西脇 松尾 宮川 村上
B班L春本 SL藤本 田羅間 苦瓜 福田 松本(聡) 森本

●行動記録：妙法寺駅9:00 発～池の内公園9:30 発～高取山10:25 発～茶屋(10:35 着)
11:00 発～鶴越駅11:45 発～下水処理場休憩(12:20 着)12:30 発～菊水山(13:30 着)13:45 発～鈴蘭台駅(14:45 着)

◆よかった！楽しかった！

西脇

久しぶりの六甲山行だ。今日は雨の心配もない…よかった。現地集合の妙法寺駅に集合時間30分以上前に着く。仲田さんと一緒に。吹く風はさわやかで 青葉若葉の息吹につつまれ…楽しい山行になりそうだ。

2班に分かれて出発。まずは高取山。野路山公園を過ぎ山への登りになる。つづら折りの急坂に身体のならしをする。…前日の雨でのぬかるみを心配したが大丈夫そう…安心する。

登るにつれ眺望ポイントも現れ ホット一息。そして電波塔がある下の荒熊神社にさしかかり、次に高取神社へ。途中、“神域”と“神撫山”の2つの表示があった。高取神社の奥宮（328m）へ…階段を上がると神戸の街並みと海が一望できた。“すばらしい”展望だ！…“神戸らしい眺望10選 ビューポイント”の掲示があった。普段の縦走時には味わえないという 奥宮での眺望を堪能することができた。そして、月見茶屋・安井茶屋を過ぎ広場へ。10時半ごろと早いがここで昼食。



元気になる、山を下り市街地へ。複雑な住宅路を小さな縦走路案内に従って歩く。住宅路の長いのぼり坂がこたえる…丸山町3丁目、4丁目…。源平町の急坂も…。過去、8月の西半縦山行で暑さにバテ、ここでリタイアしたことが思い出された。

アンテナ目印の菊水山へは鶴越駅から下水処理場へ（トイレ休憩）。雨上がりの谷川の水音ホトトギスの軽やかな歌声を聞きながら石井ダム下から登りへ。いよいよ菊水山の階段登り。急できついが、一步一步登っていくしかない…。そしてやっと山頂へ。菊水山（459m）石碑の前で記念写真を撮りました。…頑張りました！

ひとときの展望休息の後、鈴蘭台へと下山。天気にも恵まれ、山・街・海の眺望で“六甲縦走気分”を楽しむことができました。リーダーさん、みなさんありがとうございました。



■三川山（みかわさん）（887.8m）

●日 程：4月22日（土）

●参加者：L尾内 SL春本 稲見 小田 垣内 笹木 島谷 高島 瀧原 松下

●行動記録：三川権現 9:40 発～分岐(案内板) (10:00 着)～休憩地点(588m) (11:10 着)11:15 発～三川山(昼食) (12:15 着)12:45 発～休憩地点(569m) (13:40 着)13:45 発～分岐(案内板) (14:45 着)～三川権現(15:00 着)

◆激急登、激下りの三川山山行

垣内

リーダーから山行の行程表が届き、それを見ると兵庫 100 山の中で最難関の山とあります。急登、激下りとあり最後に案じていますとありました。山行に余り参加してないので皆に迷惑をかけないように自主トレをやりついて行けますようお願いしつつ山行当日を迎えました。

春本氏運転のレンタカーで三川権現駐車場につき綺麗なピンクのシャクナゲが咲くまで準備体操をして9時40分登山開始です。奥之院コースを上りに使い三川山山頂（887.8m）で昼食をとりシャクナゲコースを下りると言う行程です。

奥之院コースの標識を見つけ見上げるとズルズルと滑りそうな斜面が続いています。まさに急登です。登っていくと足下にイワカガミの植生が見え始め花も咲いていました。とても可憐でかわいいピンクの花です。里では風が強かったのですが、山に入ると余り感じませんでした。おまけに急登です。慎重に登り左右のシャクナゲの綺麗な花にキレイと声をあげ登っていきま



した。頂上まで1700mにはがっかりしましたが頂上近くになると100mごとに数字が減っていくので励みになり、もう少し頑張れと言いつつ登りました。頂上には12時15分につき日本海をbackに記念写真を撮り昼食です。日の当たるところに座りましたが、風は冷たく暖かいお茶がおいしかったです。NHKのテレビ塔があり、まわりの囲いは雪の重さで壊れていました。

昼食後三角点を確認し下山を開始。谷底には雪が残っていてタムシバの花が咲いていました。下りはこれまた激下

りです。ブナの落葉で地面の状況は見えず足をおくのを慎重に、ロープのあるところはロープを使い、そろりそろりと下りましたが滑りました。これぐらいは想定内と言いつけ下りました。後ろからは賑やかな笑い声が聞こえて少し緊張がほぐれました。下りにも沢山のシャクナゲが見られ花の終わりかけのも有りましたが、こんなに沢山のシャクナゲは初めて見ました。踏みそうになるイワカガミ、タムシバ、花の山と呼ばれる所以かな。もう来られない山で天気に恵まれ沢山の花をみての5時間16分の山行は心がピンクに染まる大満足の日でした。リーダーの尾内さんはじめ安全運転の春本さん、共に山行した皆様お世話になりました。



■大文字山（京都府）

＜女性委員会＞

- 日 程：4月23日(日)
- 参加者：A班L木村 SL小田 生永 臼井 河合 黒本 澤田(律) 苦瓜 福原
B班L三木(悦) SL徳本 泉 香川 佐野 待場 松本(聡) 村上 安田
- 行動記録：蹴上駅9:40発～日向大神宮(9:45着)～七福思案処(10:25着)～大文字山山頂(11:35着)12:10発～火床(12:30着)12:40発～銀閣寺(13:20着)～銀閣寺橋(13:30着)

◆大文字山 蹴上駅～銀閣寺

河合

新緑の登山日和、今日は久しぶりにお会いする方々との山行がとても楽しみです。ストレッチをすませ蹴上インクラインを10時前に出発。日向大神宮横の登山道を進む。京都一周トレイルの標識に沿い、急登ではないが、石ころと根っこの山道を登る。時折、冷気が木立の間から流れ元気づけられる。トレイルで頑張っている若者達に、私達18人は道を譲りながら、プチ一息をする。大きな赤い垂れ幕がある七福思案処。この分岐点はコースが多方面に分かれるが、大文字山に進路をとり、林道が見え隠れする稜線を歩く。「頂上まであと10分よ」と、登山者に励まされたが遠い山頂です。11時35分到着。466mからの展望は素晴らしかったが、銀閣寺からも簡単に来られるので登山者で混雑している。ここから25分ほど下ると大文字の“火床”があり、京都盆地がほぼ見渡せる圧巻のスポットです。火床の階段で、人々は景色を楽しんでいる。お盆の8月16日の夜に“送り火”のTV中継があると今日の山行を思い出すでしょう。1時半ごろ銀閣寺橋で解散後、自由散策を楽しむ。リーダーをはじめ、皆様お世話になりました。



■六甲・ロックガーデン～一軒茶屋

- 日 程：5月1日(月)
- 参加者：L砂川(延) SL三木(悦) 小田 坂本 佐野 立花 田中(重) 田羅間 土井 苦瓜 松下 村上
- 行動記録：阪急芦屋川 10:20 発～高座の滝 10:56 発～風吹岩 11:57 発～雨ヶ峠(12:58 着・昼食)13:34 発～本庄堰堤分岐 14:01 発～一軒茶屋 14:54 発～六甲最高峰(14:56 着)15:24 発～東屋 (16:09 着) 16:18 発～有馬温泉(16:54 着)

◆初めてのロックガーデン

立花

雨の天気予報のため、1日遅れの六甲山の山行となりました。おかげさまで、雲一つない晴天です。JRの交通機関の遅れで、珍しく超満員の山陽電車に乗って、阪急芦屋川駅にたどり着きました。綺麗な芦屋の高級住宅地の坂を上がって行くと、山の登り口が見えてきました。

しばらくしたら、綺麗な川の音が聞こえてきました。とても癒されます。前日までの雨の影響で、高座の滝も勢いよくて、見ごたえがありました。暑い季節になってくると、滝は本当に気持ちがいいです。新緑の緑も輝いていました。

岩が出てきました。ロックガーデンです。これが、噂のロックガーデンだと、楽しく登りました。

七曲りのあたりは、疲れもピークになり、ワイワイおしゃべりの声も静



かになって、山歩きに集中していました。六甲山頂前には、階段があり、力を振り絞って登って行くと、綺麗な見晴らしが、ご褒美のように現れました。外国の方も山頂におられ、写真を撮ってくださいと言われ、撮ってあげたり、撮ってもらったりと、そういう交流も楽しいものです。

魚屋路と書いてあり、昔は魚屋さんが、この山を歩いて魚を運んでいたとのこと。昔は大変だったんだなと思いながら歩きました。

下りの頃には少し膝がガクガクしていましたが、無事下まで降りてきて、みんなでハイタッチをして、今日も気持ちの良い達成感でいっぱいでした。

いつも山を下りてくると、あんなに歩いたのに、疲れが吹っ飛んで、すがすがしさと、体がとても気持ちいいです。

頑張った後には、初めてのザコバに初参加。美味しいビールで乾杯し、そこでも山の話で盛り上がり、体も心もスッキリして、本当に良い一日が過ごせました。

リーダーはじめ、参加者の皆様ありがとうございました。

◆ロックガーデンから有馬へ

土井

5月1日、良い天気朝を迎えました。本当は前日の4月30日が山行予定でしたが、天気予報が雨だったため1日延びたのでした。当日、JRが事故で遅れるというハプニングがあり集合時間より20分程遅れて芦屋川駅を出発しました。

住宅街を30分程歩いて高座の滝に着きました。ここから、いよいよ登山道になります。久しぶりのロックガーデンなので楽しみでした。しばらく岩の中を登って「やっぱり岩場は楽しいな」と思いました。連休の合間だった為か、思っていたよりも人も少なく登りやすかったです。鉄塔を2つ通り過ぎて途中休憩をはさみながら歩きましたが、気温が高かったのか結構汗をかきました。その後、ゴルフ場内を横切るのですが少し不思議な感じがします。

岩場を過ぎてからは特にきついところもなく、スタートしてから2時間半程で雨ヶ峠に到着してそこでお昼休憩となりました。小さい虫がいっぱい飛んでいて、これからの季節は虫よけが必要だなと思いました。

一軒茶屋までは七曲りといって登りが続きます。このコースでは一番きつい所です。でも、そんなにしんどくはなかったです。途中、沢を横切るのですが滑って水にはまらないかと少し緊張しました。一軒茶屋に到着して休憩しました。トイレとその前の広場が綺麗になって休憩しやすくなって本当に良かったと思います。

一軒茶屋からはずっと下っていただけでした。でも、結構長く1時間半ほど歩きました。

しかも、それまでは晴れていたのに最後の最後で雨が降ってきました。それだけが少し残念でした。今回はスタートの時間が10時と少し遅めだったので、そのまま駅まで行って帰りましたが、今度は温泉にも入りたと思いました。リーダーの砂川会長をはじめ一緒に参加した皆様、楽しい時間をありがとうございました。



■ 竜山

＜初めての山歩き教室・実技1＞

- 日 程：5月1日(月)
- 参加者：[サポート]L砂川(延) SL安田 垣内
[土曜トレ]内海 黒本 佐々木 三木(悦)
[教室生]有原 石井 一瀬 大山 岡田(郁) 小野 谷
- 行動記録：高砂市総合運動公園 9:40 発～生石神社(9:50 着)
10:10 発～観濤処(10:20 着) 10:30 発～竜山山頂
(10:40 着) 11:10 発～高砂市総合運動公園(11:30 着)



◆ 竜山に登って

教室生・石井

「初めての山歩き教室」の実技1回目に参加しました。当初の予定日は雨で延期となり、さらに当日の予報も雨とのことで心配しましたが、風はやや強いものの青空も見られ、天気を心配することなく歩くことが出来ました。

生石神社には20年ほど前に行ったことがありましたが、今回はご神体からさらに上の宝殿山山頂まで行きました。姫路城は見えませんでした。普段とはまた異なる角度から高御位の山々を見ることが出来、感動しました。竜山周辺は、自宅から近いものの今までご縁がなく、



登山道があることを初めて知りました。加茂神社から入りダイナミックな文字の彫られた観濤処の横を抜け、広々とした竜山山頂まで登りました。道中、山遊会の方々から周辺の歴史、山の神様のこと、登山道から見られる風景、竜山石の豆知識など、さまざまな解説をいただき、あっという間に時間は過ぎていきました。

今回参加する前は、皆さんのペースについて行けるだろうか等いろいろな不安はありましたが、山遊会の方々からのサポートを受け、その不安は吹き飛び、ワクワクしながら歩くことが出来ました。今後終了山行まで座学・実技が続きますが、とても楽しみです。これからもよろしくお願ひします。

■ 能勢妙見山 (660.1m)

＜女性委員会＞

- 日 程：5月9日(火)
- 参加者：L小田 SL高島 泉 松本(聡) 山本(清)
- 行動記録：妙見口駅 8:55 発～奥の院バス停(9:15 着)～真如寺(9:23 着) 9:30 発～
妙見奥之院(10:15 着) 10:30 発～今谷池(10:50 着)～本龍寺(昼食)(11:50 着)
12:20 発～妙見山(12:55 着) 13:30 発～登山口(14:30 着)～妙見口駅(14:45 着)

◆ みどりの風に包まれて

山本(清)

真如寺からの登山道は2日前の大雨の影響だろうか大量の落葉が帯状の塊になっていた。水の流れている場所もあって避けながら歩いた。

そんな道を歩くこと50分弱、妙見奥之院手前の見ただけでもめまいがしそうな急で長い階

段に差しかかり手前で少し長い休憩をとって元気になったところで登り始めた。立ち止まることなく後を見ることなくひたすら足下だけを見てゆっくりと登った。登った先には古くどっしりとした構えのお堂があった。

妙見山頂までの登山道は急登の連続だったがヒノキやスギなどの大木の良い香りが疲れた身体を癒やしてくれた。フジやタニウツギ。新芽が出たばかりの赤や緑のモミジもきれいだった。秋の紅葉のときも訪れてみたい。妙見山の三角点は記念碑の後に隠れていて見えにくいため大きな案内板が設置されていた。4等三角点はひっそりとあった。



下山は上杉尾根コースでここは上りで頑張ったご褒美のようなゆるやかで足に優しい柔らかな道が延々と続いた。それでも汗が溢れてきたが休憩になるとヒンヤリとした風が背中の汗を乾かしてくれる。そろそろ足の攣りが心配になってきたので少し高い所に足首を置いてストレッチをした。

家を出てから JR→JR→JR→能勢電鉄→バスと4回乗り継いだ。尼崎ではどうやって降りようかしらと心配になるほどのラッシュに乗りあわせたのは久しぶりだったし、バスでは可愛い小学生の団体に出会ったりで楽しい体験ができた。

能勢妙見山のふもとのノンビリとしてどこか懐かしさを感じさせてくれる郷の風景もよかった。

上りの累計 655m 下りの累計 770m 歩数 25,860。

8年前とは違うルートが無事にそして楽しく歩くことができました。

リーダー・サブリーダーさま、ご一緒してくださったみなさまありがとうございました。

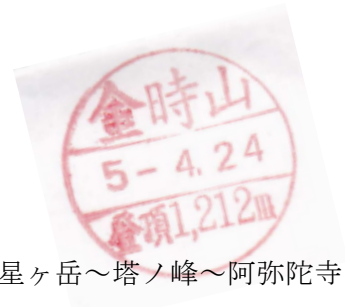
会員投稿

箱根縦走(金時山から塔ノ峰)

日 程：4月23日(日)～25日(火)

参加者：L高島 SL尾内 島谷 須増 森本

行 動：24日 長尾山～金時山～火打石山～明神ヶ岳～明星ヶ岳～塔ノ峰～阿弥陀寺



箱根縦走を終えて

尾内

富士山プロジェクトの事前トレーニングとして参加者5名で箱根縦走を計画実施することになった。当初は2日間で乙女峠から塔ノ峰までを縦走する計画であったが、2日目が雨予報の為、急遽1日で縦走することを決断する。御殿場で前泊し、5時前に宿を出て乙女峠登山口から縦走を開始する。アップダウンはあるものの登山道はしっかりしていて道標もあり歩きやすい。2時間足らずで憧れのまさかり担いだ天下の秀峰金時山(1212m)に到着。残念ながら富士山は見えなかったが、毎日登山されている地元の方の話を聞くことができた。まだまだ先は長く明神ヶ岳を目指して歩き出す。振り返れば、金時山が姿を変えて楽しませてくれる。金時山に延びる稜線も美しい。箱根の山や大涌谷、芦ノ湖を終始眺めながら長い道のりであったが、10時30分明神ヶ岳(1169m)に到着。ここでの展望も最高であろうが富士山は姿を見せてくれない。さらに歩いて、明星ヶ岳(924m)に。明星ヶ岳は小田原方面から見て真西の山の上に宵の明星が輝くことから名づけられたそうである。何と素敵なお山名であろうか。大文字焼きも行われている。ところどころに関西では見られないマメザクラや鶯の声に元気をもらう。塔ノ峰(566m)を経て一部車道を通り石畳の参道を歩いて15時前に阿弥陀寺に到着し、塔ノ沢駅から箱根登山鉄道に乗って強羅駅へ。強羅からは歩いてきた明神ヶ岳、明星ヶ岳が一望、明星ヶ岳の大きな字も確認でき、感動もひとしおだった。約10時間の行程を5人で歩き通せたことは、富士山1合目からの登山に大きな自信となった。

宿では、箱根縦走の振り返りや富士山登山計画の任務や装備の確認をし、登山を成功させる3つのポイント、ゆっくり登る、水分を十分取る、腹式呼吸をする等を教えていただき、有意義な時間を過ごすことができた。

今回の山旅で得た貴重な体験を今後の山行に生かしたい思いである。

【参加者の声】

高島リーダー：計画が変更になり地図を何度も何度も見直したが、実際に歩いてみないとわからないところがいっぱいあった。外輪山の南側を歩いてみたい気持ちになった。

日程計画が変更になったが参加者の理解が得られたのが有難かった。

島谷：明神ヶ岳からの下りで景色が一変し、相模湾が見えたのには感激した。

2日間の計画のところを1日で歩き通せてとてもよかった。

須増：登山道がよく整備され綺麗であったのに感動した。50mごとにナンバーがふってありわかりやすかった。雨水処理に工夫がされていて歩きやすかった。

森本：箱根の山の外輪山を初めて知った。明神ヶ岳からの金時山、見えなかったが富士山が案内板によってわかりやすく良かった。

