

山行報告

■扁妙の滝と笠形山

- 日 程：2月10日(土)
- 参加者：A班 L上田 SL島谷 白井 田中(重) 中村 松田 吉村
B班 L春本 SL尾内 一瀬 岡田(淳) 森本
- 行動記録：グリーンエコー笠形 9:15 発～扁妙の滝(10:00 着)10:15 発～滝見台(10:30 着)
10:40 発～5合目(11:10 着)11:20 発～笠形山(12:45 着)13:20 発～5合目(14:15 着)
14:25 発～グリーンエコー笠形(15:40 着)

◆笠形山、軽アイゼンを持ってあがって良かったあ！

一瀬

山頂からの景色は素晴らしくまた登ってみたいと思わせてくれる山でした。

晴れ、各車に乗車しグリーンエコー笠形に向う。降雪、凍結なく全員集合。

とりあえず軽アイゼンを持って登ることになった。

凍結する滝で有名な扁妙の滝をめざす。あたりは広葉樹にかわりオウネンの滝を通り全く凍る様子なく全員で写真撮影。

山頂に向う。途中まぎらわしい標識がありましたがリーダー、迷うことなくすすみ七合目あたりから雪で足元が不安になってきた頃に軽アイゼン、ストックの指示。

初めての軽アイゼン、つけると歩きやすい！雪道を歩く山行になるとは。。

歩きやすい代わりに足が疲れやすい！

めざす山頂が見えてから傾斜がきつめでしたが到着した頂での景色は最高！樹氷も見ることができました。ここまで頑張ったご褒美をいただいた気分です。

ここで昼食、休憩し下山。雪雲がきたのか雪降るなかをくだって五合目でアイゼンはずす。

行きとは違うコースでくだり、あの急傾斜のはしごをおりることはなく代わりに石がごろごろしていたので一步一步、慎重にあるき途中、日がさしてきたのでほっとしました。

無事下山。温泉は休業なのでここで解散です。今日はいいい体験ができステキな一日でした。ありがとうございました。



【あけぼのつつじに付いた樹氷】



■天狗山 392.3m（岡山県備前市）

＜ゆっくリズム山行＞

- 日 程：2月11日(日・祝)
- 参加者：A班 L徳本 SL小田 石井 江崎 岡田(淳) 小野 兼本 黒本
B班 L藤原(千) SL安田 砂川(延) 團野 松田 松本(聡) 三木(知) 村上
- 行動記録：寒河駅 9:20 発～寒河八幡宮(9:25 着)9:40 発～小天狗(10:45 着)10:50 発～天狗山(10:55 着)11:20 発～三井池(12:15 着)12:25 発～寒河峠(13:00 着)13:05 発～トンネル(13:10 着)13:15 発～日生中学校(13:45 着)

◆ゆっくリズム天狗山

兼本

今回の山行は、岡山百名山の一つ、天狗山（392m）です。

最近雨が多いので、当日の天気が気になりましたが幸い、午前中は山行日和の予想。

JR 姫路駅より赤穂線 8:09 発で播州赤穂へ。乗り換えて 9:17 無人駅の寒河駅着。駅の北側へ 5 分程歩いて登山口のある寒河八幡宮に着く。参道階段下の駐車場でストレッチ済ませ AB 二班に分かれて、本宮の左側の登山口より登り始める。

それなりの登りが続き、小休憩時に上着調整し水分補給をする。登山路は、シダの繁りを除けば整備されて歩き易い。また、コースは枝の色テープや岩のペンキで明確です。見晴らしの良い P で南に振り返れば、湾がキラキラ輝き最高。更に 300m を超えて登り続けると「小天狗」の表示版発見（360m 位）。前方に天狗山の頂が見える。リーダーが「あと 10 分」の号令。



天狗山頂上着後、各班記念撮影し昼休憩をとる。頂上に大きな岩が幾つかあり、どれが旗振り岩か想像する。天狗山は江戸中期から大正期にかけて、大阪堂島の米相場を伝える旗振り中継点（赤穂の高山～天狗山～熊山）であったとのこと。しかし、この距離で旗を見分けるのは肉眼では無理だから遠眼鏡などを使っていたのであろうが、それにしても長閑な時代だったことよ。

下山後のカキオコを期待し、早めに頂上を後にする。この頂き直下の下りは結構きつく、ロープも張ってあるが滑らない様に慎重に下りる。また、登り以上にシダが覆い繁りシダこきを強いられる。この頂上より三ツ池までは三ツ峰超えと言う通り、上り下りを三回位繰り返した

後、三ツ池(奥池・中池・下池)の中で最も大きい奥池に下りてきた。景勝地だけに水の色(エメルトグリーン)や形(逆ハート)に癒されつつ長めの休憩をとる。

ここからは寒河峠まで林道を進み、自動車道に合流し暫く自動車道の歩道を歩いた後、趣きのあるトンネルを通過すると人家が見え始める。川沿いに集落の中を進むとゴールの日生中学に 13 時 30 分頃着く。

さあカキオコと、パーティ全員がカキオコお店マップ(リーダー配信)を片手に探訪するもどの店も長蛇の列。帰りの電車(1 時間に一本)との兼合いであえなく GIVE UP。

結局、台湾ラーメンになり候・・・。

下見までされたリーダー、リードありがとうございました。楽しい山行のメンバーさんお疲

れ様でした。

◆ゆっくりズム天狗山 (392.3m)「ご褒美は何処に、、、」

松田

山行初心者の私は「ゆっくりズム」「下山後牡蠣を食す」「天狗山」この3つのポイントで参加を希望しました。「天狗山」はどんな山？天狗の鼻の形のようにになっているのだろうか？持っているうちの形のようにになっているのだろうか？楽しみ！

前日に笠形山に行ったけど、今日は「ゆっくりズム」なので大丈夫かな？なんてったって「下山後牡蠣を食す」なんですから、行かなくては、、、

最初の難関は駅名。寒河駅（そうごえき）が読めなくて調べる。何にも知らないと反省する。その寒河駅 9:30 集合。16名2班で登る。ストレッチ、衣服調整して、いざ出発。

寒河八幡宮を過ぎると登山口。私にとってはもうここから、急登(?)です。上を見ると、何本も登山用のロープが下がっていて、、、恐怖!!これでも、ゆっくりズム?暑さと不安で汗が滲みました。

時々、景色を見るように立ち止まってくださったのですが、曇っていた事や、疲れからかぼんやりと島々が浮かんでいた事しか覚えていません。何本かのロープのお陰で、急登を乗り越えると落ち葉の絨毯が敷いてあるような山道になり、歩きやすくなりました。ここからは「ゆっくりズム」やなーとほっとしました。少し行くと小天狗に着きました。笹やシダで小天狗の形状は分かりませんが「天狗山」の頂上に期待が高まります。20分程歩くと「天狗山頂上」に着きました。どこが天狗なの？

小天狗とあまり変わらない形状で笹やシダで覆われていました。看板で、ここが頂上と分かるだけでした。私の期待が大きすぎて、、、後は、「ご褒美」を楽しみに頑張るぞ!ん

それから「11時で少し早い、この先、場所がないので、昼食」とリーダー。またまた、落ち込んでいて、お腹が空いてきていた時の嬉しいお言葉。牡蠣が待っているものね、と私の心の声。

昼食後からは、下りでポールを出して歩いたのですが、あまりにも、シダや笹がうっそうと茂っていて道幅も狭く、ポールを胸の前に抱えて歩くひたすら歩きました。

時々、日生諸島を見ながら、、、天狗山から下にある「三ツ池」を見るとなんとハート♥型ではありませんか!私の気持ちを慰めてくれました。寒河峠、トンネルを通過して、、日生中学校に到着しました。そこで解散。

4人1グループで、行きたい店を探し、「牡蠣おこ」を食べに行きました。何故か、下山の時より足取り軽く、、、でも、どのお店も2時を過ぎていても行列客でいっぱいでした。食べるのはもう無理と諦めました。「アアア、私のご褒美は何処に、、、」

帰ろうとしたその時、台湾ラーメンの看板が目に入り、そこでラーメンと餃子を食べて帰りました。ご褒美、ご褒美でした。

連れて行って下さったリーダー様、ご一緒いただいた皆様ありがとうございました。



■宍粟・東山（雪山歩行）

＜アルプ山行＞

- 日 程：2月12日(月・休)
- 参加者：L三木(悦) SL尾内 尾越 乙坂 笹木 須増 春本 平井 福田
- 行動記録：フォレストステーション波賀駐車場9:45発～メイプルロード分岐(10:00着)～登山口(10:30着・アイゼン装着)10:50発～高野峠分岐(11:30着)～東山山頂(12:25着・昼食)12:50発～高野峠分岐(13:40着)13:50発～登山口(14:05着)～メイプルロード分岐(14:15着・アイゼン脱着)14:20発～フォレストステーション波賀駐車場(14:30着)

◆ご褒美の雪～宍粟・東山～雪山山行～

乙坂

3日前の現地情報では、積雪は山頂付近のみでしたが当日の明け方から雪が降り駐車場は除雪作業が行われていました。お天気は良く積雪があるのに気温は低く感じませんでした。

いつもの山の格好に上下カップを着（念のため背中にカイロ、両手にも小さめのカイロ、足裏にもカイロ）、足元にスパッツを装着、寒さ対策も万全。さあ、出発。

既に先を歩いた跡がありましたが、足跡は多くなく新雪のふかふかの雪をアイゼンで歩く事ができました。山頂付近では真上を見上げると青い空と白い雲がとても美しく、少し北に目をやると雨雲が待ち構えていましたが、この日は終始青い空を眺められました。

ワカンを装着するほどの積雪では無かったようですが、私だけ初体験でしたので、皆さまに勧められ、会長からお借りした「木製ワカン」を装着してみました。

装着中から体重をかけるとミシミシと音がし、割れたらどうしよう…と心配しておりましたが、下から登ってこられた登山者が同じ木製ワカンを装着しており、その方、何と50年木製ワカンを使用されているのだとか、で、このキシム音が好きで愛着を感じておられました。なるほど…このキシム音は木製ワカンの“味”なのだと判り、ワカン体験は、雪の上ではとても役立つ事が実感できました。

普段雪のない地域で生活している為、雪を見るとテンションが上がりますね、ここまで車で連れて来て下さった春本さん、平井さん、運転ありがとうございました。

山歩きはとても腹ペコになります、干し柿と焼き芋をご馳走になり感動的に美味しかった！！福田さんいつもありがとうございます

ワカン体験、無事山行を終えることが出来、また道具の手配等でリーダーの三木さんにはお世話になりました、ありがとうございました。

皆様お疲れさまでした、色々ありがとうございました。



■六甲東縦走

- 日 程：2月18日(日)
- 参加者：A班 L野村 SL三木(悦) 上田 佐野 徳本 山下
B班 L島谷 SL高島 一瀬 乙坂 笹木 福原
- 行動記録：新神戸駅7:45発～市ヶ原(8:40着)8:45発～摩耶山・掬星台(10:40着)10:50発～記念碑台(12:25着)12:45発～六甲ガーデンテラス(13:15着)13:25発～六甲最高峰(14:25着)14:40発～石ノ宝殿(14:55着)～船坂峠(15:45着)15:50発～大谷乗越(16:40着)～塩尾寺(17:50着)18:00発～塩尾寺下広場ゴール(18:15着)～宝塚駅(18:40着)

◆六甲山「東半縦走コース」全員、軽快(?)に完走 一瀬

初参加、当日が近づくにつれて緊張感が増してきました。お天気は大丈夫そう、寒さも心配することなく暖かな当日を迎えました。

とにかくバテないよう十分なレーションを準備し、疲れないよう極力荷物は軽くするように心がけた。

日頃、参加している山行は歩行時間6時間くらいまでなので今回の10時間歩行で自分の状態が想像が付きませんでした。

集合からみな、テキパキと行動し少し早めのスタートです。アップダウンが続き2月だというのに汗をかくほどに暑くなった。数回少しの時間、エネルギー補給、衣服調整休みを入れながら摩耶山、ビジターセンターまで進みここで楽しく昼食休憩。

ガーデンテラス、一軒茶屋をめざす。

六甲山最高峰まで登りきれていなかったのが初登頂できて嬉しかったです。931メートルです。(六甲山はクサインだよ。。。と。覚えました。)

次は下りになり次第に足の疲れを感じ始め、峠をこえながら舗装道にでたり、時々木々のあいだで大阪湾がみえるとほっとしました。この時点ではついて行くのに必死でした。

次第に山のなかは暗くなってきており塩尾寺に近づく頃には山が夕日に照らされていました。寺でゴール!ではなかったんです。勝手に思い込んでいました。。。

ひと休み、ストレッチ、ヘッドランプ装着し宝塚駅へ向う。

かなり傾斜のきつい下りの舗装道は疲れた足にはこたえました。あんまり長いので途中で気持ちを切り替えることができ、宝塚の夜景を見ながらようやく駅前に到着しゴール!

今日は10時間の道のりを完走でき大満足です。

とても歩きやすいリズムで最後まで先導してくださりありがとうございました。



■加美アルプス（槍ヶ峰・中岳 807.8m・南岳）

- 日 程：3月2日(土)
- 参加者：A班 L尾内 SL春本 石井 岡田(郁) 笹木 瀧原 山下
B班 L西脇 SL安田 一瀬 小野 田羅間
- 行動記録：道の駅駐車場 8:25 発～登山者用駐車場 8:45 発～三国峠(10:20 着)10:25 発～
7 5 OP11:20 発～休憩地点(11:30 着)11:35 発～槍ヶ峰(昼食) (12:37 着)13:5 発～
7 5 OP(14:10 着)14:15 発～三国峠 15:00 発～道の駅駐車場(16:20 着)

◆雪ふる、加美アルプス

石井

事前に送られてきた山行計画書の「急登激下り」の文字、軽アイゼンの準備、折からの寒波…まだ雪の山は無理だなあと避けてきた私にとって、行けるやろかと一抹の不安を覚えつつ迎えた当日。集合場所の道の駅へ向かう道中より、既に雪！道の駅は-2度。ひえー！

雪がやむことを願いつつ、レインウェアを着込み、出発。リーダーさんのすぐ後ろを歩かせていただきました。雪は既に積もっていて、途中から人生初の軽アイゼン装着。あー練習してきて良かった…と思えないような心もとない付け方です。雪を踏みしめるギュっという音を心地よく思ったのもつかの間、気がつくと靴の裏は雪と落ち葉で厚底仕様に。

さすがに他の登山者はいない様子で、誰にも踏まれていないメレンゲの様な雪がキラキラと光り、木々からはさらさら雪が落ちてきて、それらの光景を目にすることが、滑らないよう転ばないよう緊張しながら歩くなかで、癒しの瞬間になっていました。

急登場所は、まさに山の斜面をそのままよじ登るような所で、ロープにつかまるものの足が上がりません。帰りの激下りはここを下るんですね、本当に帰れるのでしょうか…と真剣に考えてしまいました。

頂上では、木々の間から一面の雪景色。こんな山々の景色を自分の目で見る事が出来ると



は、夢のよう。雪の上に座って食べた昼食もいい思い出です。思ってもみなかった、いきなりの雪の山デビューとなったのでした。

激下りは無事にクリアでき、泥だらけのアイゼンと外した時のホッとした気持ち。計6回も転んでしまい慌てることも多かったです。とにかく達成感と楽しい思いいっぱい。帰路につきました。来年の冬も、ぜひ雪の山を歩きたいと思いました。皆さまにたくさんのアドバイスやサポートをしていただきました。本当にありがとうございました。

