

山行報告

◆ 2007年 「ご来光」 登山

日 時：元旦 6：00～8：30

リーダー：砂川

参加者：17名

一般： 2名（内小学生1名）

恒例のご来光登山を今年も実施いたしました。昨年、入会された会員さんも多数参加され、高御位山山頂の神社に参拝、今年の山行の安全を祈願致しました。

その後、東の空を紅く染めながら顔を覗かせた見事な「初日の出」を拝むことができました。



「初日の出」を拝み満足そうな顔、顔・・・

◆新春トレーニング山行

日 時 1月3日（水）

リーダー 今山

参加者 計16名

‘07・新春トレーニング山行 雑感 今山

（高御位山～桶居山縦走コース）

一番心配していた天気も、前日の雨がうその様に上がり、我々を歓迎してるかのようだ。長尾の集合場所には16名の参加者が集まった。上着が要らないぐらいの暖かい陽気の中入念にストレッチ、そして柔軟体操に補強運動を行い、いざスタート。先頭をひくのはペース配分に長けている舩賀さん、2番手は少し体力に不安のある渡邊さんで全体のペースを作ってもらおう。いつもの慣れ親しんだ道を歩くが正月休みを山でと思う人たちでにぎわっていた黒鍋鉄塔で一息いれ頂上には10：00着。まずはみんなめいめいに今年一年の健康と安全祈願、レーションを頂きながら下界を見ると初詣に出かける人たちの車の行列が見事なまでに連なっていた。縦走路分岐を北へすぐ下の広場で休憩、ここからコースは一旦降りて又上り返しだ、この辺まで来ると身体も慣れてきて全員和気あいあいとひたすら歩く。このあたりは低木ばかりで山の地肌が見えて荒涼とした雰囲気だ、その中で赤い木の実をつけたソヨゴがなんともあでやかだった。鉄塔で昼食休憩30分目的の桶居山には12：55に着いた。ここで上田さんはそのまま姫路深志野方面へ下山、我々も10分ほどですぐ出発縦走路より北側尾根を別所新池へそこから百間岩方面へ尾根道をひたすら歩くそして鹿島神社へここからはいつものコースを市の池の山を越え長尾駐車場には16：00に着いた。

新春トレーニング行動記録	
	()内は休憩
長尾・新池駐車場	9：05発
高御位山山頂	10：00着（15）
桶居山分岐	10：40
途中休憩	(10)
鉄塔下 昼食	11：55（30）
桶居山山頂	12：55
途中休憩	(10)
別所新池土手	14：10
百間岩上合流点	15：10
長尾・新池駐車場	16：00

☆良かった点

新春トレーニング山行を始めて4年目、今年が一番参加者が多かった。これは「初めての山登り教室」での指導、又学習会による意識の高揚感が寄与したものと思われる。

☆問題点

女性の参加が少なかった。日時をずらすなり今後学習会で検討しては・・・
今後の課題

中高年が安全に登山を楽しむ為には、しっかり練習をして基礎体力をつけるしか道はありません。ともに頑張りましょう！



投稿覧

1. 雪の降る町を 雪の降る町を
思い出だけが 通りすぎてゆく
雪の降る町を 遠い国からおちてくる
この思い出を この思い出を
いつに日か包まん
あたたかき幸福の ほほえみ



2. 雪の降る町を 雪の降る町を
足おとだけが 追いかけてゆく
雪の降る町を 一人心に満ちてくる
この哀しみを この哀しみを
いつの日か 解（ほぐ）さん
緑なす春の日の そよかぜ

3. 雪の降る町を 雪の降る町を
息吹とともに こみあげてく
雪の降る町を だれも分からぬわが心
この空しさを この空しさを
いつの日か祈らん
新しき光ふる 鐘の音

作詞者 内村 直也

作曲者 中田 喜直

昭和27年連続放送劇「えり子と共に」の挿入歌で、テノール歌手の高英男が心をこめて、しんと雪の降るさまを、しかし、春の訪れがかすかに想われるような歌いかたで歌っていたのを覚えています。場所は豪雪地帯の小さな町とのことです。

原田