



■金剛山

- 山 行 日：1月25日(日)
- 参 加 者：La 尾越 SLa 三木(勉) 石田 田中(重) 藤本 宮崎 村上 山本(清)
Lb 平井(正) SLb 苦瓜 赤木 有本 田中(美) 田中(由) 本田 峯山
山下(純)
- 行 動 記 録：金剛山登山口(9:30 着)9:50 発～山頂広場(11:30 着)12:00 発 ～
一ノ鳥居 12:20 発～伏見峠 13:00 発～ロープウェイ(13:50 着)

◆◆霧氷を見に！金剛山

有本

好天気のもとバスに乗って無事登山口に着きました。ストレッチをして、暖かく雪もなく、霧氷を期待して来たので少し残念な思いで登山を始めました。登山道は木の階段が続いて歩き易かったが、暑いぐらいで汗が流れました。6合目あたりで少し雪が見られ、7合目で凍っていたのでアイゼンを装着しました。山頂広場には、昼前に着き大勢の人でにぎわっていました。一面真っ白で霧氷も少し見られ、感激です。風もなく穏やかで気持ち良かったです。雪の上に



シートを引いて、昼食を取り素晴らしい景色を見ながら、暫しの休息。30分程して今度は下りです。急なアスファルトの坂で滑りそうで、おそろおそろの私、おくれがちになりながら後ろから、「大丈夫、大丈夫！」と声をかけてもらい無事下山しました。アイゼンを着けたのは2回目、最初

の時ぎこちなく歩く私を見てある人が後ろから駆け寄ってきて「大丈夫！誰にでも始めは、あるからね！」と声を掛けて下さり自信と勇気をもらいました。今回もリーダーさん始め、皆さんに助けてもらい感謝し、これからも頑張ろうと思いました。

■三峰山



- 山 行 日：1月31日(土)
- 参 加 者：La 澤田 SLa 和田 赤木 清水 舛賀 田羅間(勤) 大谷
渡辺(和)
Lb 砂川(延) SLb 待場 中嶋 田羅間(易) 村上 藤本
- 行 動 記 録：ゆりわれ登山口(10:20 着)10:40 発～登山道途中(11:40 着・昼食)12:05 発～八丁平 12:50～三峰山山頂(13:00 着)13:05 発 ～
三畝峠 13:15～避難小屋(13:30 着)13:35 発～展望台(14:10 着)
14:20 発～車道合流点 14:55～みつえ青少年旅行村 15:00

◆◆ 樹氷を鑑賞する

田羅間

宝殿駅をみなと観光バス利用し、予定の6時45分に出発しました。暫くして奈良に入ると外気温度が1℃の表示マークがあり、雪もチラチラと降り始め一部路面が凍っている箇所もあり、山間部の道路は山肌が崩れ落ちた所も見られました。

ゆりわれ登山口でストレッチをしていると雪が降り始め今日は、全員アイゼンをつけて10時40分に、ゆりわれ登山口から登り始めると積雪も3~5cmへと登るにつれて多くなりました。丁度12時の昼どきとなり、途中の岩陰でお握りと味噌汁で昼食をすませて出発し、12時50分八丁平に到着するや全員が、目の前に広がった樹氷をみて感動にひたっていました。

目の前の木の葉っぱが海老の尻尾のようになって白く輝いていました。暫く進むと三峰山の頂上(1235m)に到着しました。休憩の後、下山となりましたが、なんと体の前面から樹氷のトンネルを潜り、寒さも忘れる様な感動をうけました。下山するにつれて山間には、杉木立が間伐で一部を伐採してそれぞれが、真っ直ぐに枝打ちされた杉林でした。多分建築の床柱に使用されるのでしょうか。



その後、みつえ森林組合の小屋で小休止。この時、下を覗くと車道の舗装道路が見えたので、その道を歩くならアイゼンは不要となり、全員が取り外して下の道まで階段には気をつけて移動しました。そこにも山小屋がありトイレ休憩をすることにしました。

前方の山尾根の雲間から太陽の光が山肌の稜線に、木の樹氷がキラキラと白く輝いてとても綺麗でした。

下山はてっきり舗装道路の方へ行くと思いきや反対側の林道を歩くこととなり足場は、泥濘で滑りやすくなっており、足下には注意しながら下山しました。(反省ですが雪の残っている場合は、アイゼンをつけて歩くことが大事) 終点のみつえ青少年旅行村には15時頃に全員が無事に到着をしました。これは、ひとえに澤田リーダーをはじめ皆様の協力で、美しい樹氷を鑑賞することができとても有意義でした。ありがとうございました。



■ 諭鶴羽山&灘黒岩水仙郷

- 山 行 日：2月7日(土)
- 参 加 者：La 瀧原 SLa 澤田(律) 青山 上川 田中(美) 田羅間(勤) 平石 山本(清)
Lb 須増 SLb 村上 金島 澤田(卓) 塩津 田羅間(易) 田中(由) 宮崎

行 動 記 録

場 所	着	発
山電高砂駅	7:30	
J R 宝殿駅	7:45	
洲本 I C	9:00	
諭鶴羽山登山口	9:30	9:45
山頂	11:10	11:50
杠山荘	12:00	
諭鶴羽神社		12:20
黒岩バス停	13:15	
灘黒岩水仙郷	13:25	14:15
松帆の湯	15:55	16:55
J R 宝殿駅	17:45	
山電高砂駅	18:00	



◆◆論鶴羽山と黒岩水仙郷

青山

予想通り今日は暖かい山行日和です。16名を乗せたバスは予定通り宝殿を出て、高速道をスムーズに進み、淡路に入りました。予定通り登山口に着く。バスを下車し終わった頃のこと、軽自動車があ〜、脱輪！近くに居合わせた男性らと一緒によ〜いしょ！と押し上げる。よかった〜無事上がった。

準備運動をして2班に分かれて、さわやかな気持ちでの登山スタートです。歩き始めは、少しきつい階段はあったものの心地よい登りです。神倉神社を過ぎ、アカガシに囲まれた山道を歩くこと90分程で607.9m論鶴羽山山頂に着きました。

山頂は御旅所とありました。4月奉例大祭には白装束の氏子たちに担がれておみこしが上がるそうです。11時20分、「少し早いけど、風もなく陽ざしも暖かいので、ここで昼食に

しましょう」とリーダー。「あれが、鳴門大橋やな」と眺めながらお弁当も美味しかった。30分はすぐ過ぎ、神社に向かいました。



論鶴羽神社本殿には大きなユズリハ木(神樹)がありました。御神酒も用意され、氏子さんたちのおもてなしに感謝し、手を合わす。

標識案内や山道も整備が行き届き、迷うことなく下山できました。今回、登ってきたのは裏参道、次回はおもて正面からゆっくり登りたいものです。

水仙郷では満開の水仙の花のみならず、梅と戯れる

ウグイス親子(?)まで。春〜ですね。

「松帆の湯」では露天風呂から明石海峡大橋を目の前に見て、最高にいい湯だな〜

楽しく充実した1日となりました。計画してくださいましたリーダーさん、皆さん、お世話になりました。ありがとうございました。



■六甲全縦トレーニング

●山行日：2月8(日)

●参加者：La 砂川(延)SLa 佐々木 北村 和田
Lb 本多 SLb 山本(正) 赤木 竹内 藤本 森本

●行動記録：A班

須磨浦公園駅(6:07 着)6:20 発〜高倉団地 7:25〜神鉄鶴越駅
10:50〜菊水山(12:05 着)12:35 発〜鍋蓋山(13:25 着)13:30 発〜
市ヶ原(14:15 着)14:20 発〜摩耶山(16:20 着)16:40 発〜記念碑
台(18:10 着)〜ケーブル山上駅(18:20 着)18:40 発

●行動記録：B班

須磨浦公園駅 6:07-15〜高倉団地 7:05-10〜横尾山 7:40〜妙法寺
8:20-30〜鷹取山 9:05-10〜鶴越駅 9:55〜菊水山 11:00-05〜鍋蓋山
11:55〜大龍寺 12:20〜市ヶ原 12:30-45〜摩耶山 14:10-20〜記念碑

15:50-55～ガーデンテラス 16:20-30～一軒茶屋 17:15-25～分岐
(アイゼン装着) 17:45-50～(アイゼン脱) 18:00～管理道路
合流 18:50～大谷乗越 19:05-10～塩尾寺 19:55

◆◆「しんどかった、寒かった、遠かった」全縦トレ

赤木

早朝の須磨浦公園、ストレッチを終え、我らがB班(6人)はリーダー本多さんの先導で鉢伏山上へ向かって出発した。朝まだ暗い坂道をどんどん登って行く須磨の市街地の灯りがまだ美しい。旗振山から鉄拐山への平坦な道になると、リーダーは俄然スピードを上げ、小走りで飛んでゆく「な！なんだ、こいつは！」まるで野に放たれた虎のようだが、必死についていく。

高倉台から、階段をぐんぐん登り、梅尾山、横尾山、須磨アルプスも、なんのその、髪こそは振り乱してはいないが、『阿修羅か鬼神の如く』飛んでいく、市街地を妙法寺に、前半の難関のひとつ高取山に取りつく、だらだらメリハリのない登りにはウンザリする。頂上の月見茶屋の前の広場では演歌をじゃんじゃん流しながら餅つき大会をしていた。うまそうなのを横目で見ながら安井茶屋まで行きトイレ休憩。さあこれから遥かに見える菊水山に向け、丸山から長い、坂のきつい市街地を鶴越に、鶴越から烏原貯水池、鈴蘭台下水処理場を経て、いよいよ菊水山の登山口に、さあ気を引き締め前半最大の難関に立ち向かう、階段に次ぐ階段それも段幅の大きい黒い階段を歯を食いしばって一步一步登って行く、菊水山山頂、ひとつの大きな目標がクリアできた。

登りが強烈なのであまり言われませんが、この山の下りも厳しい悪路で長い、鍋蓋との間をつなぐ天王吊橋をわたると、鍋蓋山のだらだらした登山道が始まる、行けども、行けども、だらだらと続く登りは高取山とよく似ていてウンザリする。

頂上から大龍寺、山門、市ヶ原へと一気に行く、これでやっと中間点だ。桜茶屋の前でリーダーの本多さんは「現在摩耶ロープウェイは動いていない、もしリタイヤするならここから、布引に降り新神戸へ出るのがベスト。もし摩耶山まで行けば六甲ケーブルまで行かなければならない」と、かわいい顔して厳しい宣告をする。足を少し傷められた山本さんと竹内さんはリタイヤを決意された。

残った我われ4人は摩耶山に向けて天狗道を登って行った、摩耶山まで行けば後は惰性で

何とかなると安易な考えで(これは私ですが)。

全縦最大のポイント天狗道はさすがにきつかった。

登っては下り、登っては下り、摩耶のアンテナ群が見える本峰を喘ぎ喘ぎ登って行った。着いた掬星台は余りの寒さに人影もまばらで、冷たい強風が吹き荒れていた。飲み物を調達したり用足しをしたり少し止まっているだけで体がすぐ冷える、寒い、でもここまで来たんだ。遥か彼方に六甲の美しい山々や小さな家々が見える。さあ行こう！



アゴニー坂を避け車道を進み、柚谷峠からサウスロードを丁字ヶ辻に、そこからまた車道を記念碑台へと、寒風の中、雪の残った道をゴルフ場からガーデンテラスへ向けて行くこの辺りが一番寒いところかもしれない横の池は全面が凍っていた。

ガーデンテラス「凌雲台」でトイレ休憩少し止まっているだけで体が冷える、動き始めには関節の潤滑油が切れたようにガチガチになるがすぐに元に戻った。

最高峰へ最高峰へと気は焦るがなかなか着かない、肌を刺す冷たい風に吹きまわられながら4人でとぼとぼと車道を黙って進んでいく。

最高峰の下、一軒茶屋でトイレをすませ、車道のトンネルを越えるともうすぐ分岐だ、さあこれから宝塚へ向けて山の中に入っていくのだ。

分岐での、A班との連絡では現在記念碑台付近で、六甲ケーブルで下山する由、我々はアイゼンとヘッドランプを着け、雪で凍った急な山道を一気に下って行った。水無山付近で雪は消えたのでアイゼンを外す。

真っ暗な樹林帯の細い曲がりくねった道を、ヘッドランプだけを頼りに、棚越、大平山、大谷乗越と、どんどん東へ東へと進んでいく道は崩れたところあり、急登あり、ロープを頼りの下りあり、大変だがもう行くしかない、行けども、行けども、真っ暗な道は際限もなく続く、やがて、右手に宝塚の町の灯が宝石を敷き詰めたように樹林越し見えてきた、空気が澄んでいるので凜として心に刺さってくる、思わず叫ぶ「めっちゃ、きれい！」 疲れた体を奮い立たせる。自分の足を褒めてやりたい、ただ前へ前へと勝手に動いている。

最後の急な階段の坂を下りると、塩尾寺だ。とうとう来た！ A班との安否確認「今塩尾寺です、これから宝塚におります」そのあと、本多さんの声「ええ？ 今、『ごこぼ』ですか」、「おお！ よっしゃ、宝塚で乾杯だ！」あの長い長い、寒い寒い道を4人で助け合いながら来たんだ、皆の心にはもう垣根も隔たりもないあの『阿修羅か鬼神の如く』のリーダーの本多さんは慈悲溢れる菩薩になっていた。

本多さん有難う。森本さん有難う。藤本さん有難う。また一緒に行こう。みんなで一緒に手を繋いで同時にゴールをした。

感極まり、見上げれば、冴え渡った夜空にはオリオン星座が輝いていた。



■笠形山 扁妙の滝



- 山 行 日：2月11日(水・祝日)
- 参 加 者：La 上田 SLa 垣内 北口 北村 田中(重) 苦瓜 村上 渡辺(和)
Lb 佐々木 SLb 平井(正) 尾内 兼本 田中(由) 山下(雅) 待場 峯山
- 行 動 記 録：グリーンエコー笠形 9:35～扁妙の滝(10:00 着)10:17 発～滝見台(10:25 着)10:35 発～5合目(11:00 着)11:15 発～笠形山山(12:20 着)12:50 発～5合目(13:40 着)13:50 発～グリーンエコー笠形(14:35 着)

◆◆扁妙の滝と笠形山

苦瓜

二日前までは上空の寒気のため日本海側は大雪で厳しい寒波に見舞われていました。しかし、今日はおだやかな山行日和です。私たちは飾磨駅から平井さんの乗用車に乗せていただき、合流場所である播但道市川サービスエリアに出発です。



グリーンエコー笠形に着くとスパッツだけ付けて杉林の中の丸太階段を滑らないように気をつけてキャンプ場まで登って行きました。ストレッチをして、いざ出発です。

オウネンの滝を見て、足元に気をつけながら登ると扁妙の滝に到着、5割くらいの氷瀑でしたがやはり見事なものです。

しばらく鑑賞してから鉄階段を登り滝見台へ。

5合目の小休憩を兼ねてリーダーの判断でアイゼンを装着、雪は去年より少なめですが冬山に登っているのを実感、頂上までが遠いこと、でも登りきった喜びを味わい昼食です。

下りはいつものこと「自己責任」を反すうしながら足元に注意して下山、やはり山行のあとの温泉は幸せ。今日も楽しい山行、有難うございました。

◆◆初めてのアイゼンで雪山気分を満喫

兼本

久し振りの山行に期待と不安相半ばで高砂駅北口に集合。合流点の市川SAへは各車とも予定より早めに集合し、グリーンエコー笠形に向け五台連なり出発。

途中雪や凍結で通行不能を心配していましたが、神崎周辺に雪の気配は全くなく、あれ・・・？

現地着後ウォームアップストレッチを終えて9時30分登り始める。目指すは第一ポイントの「扁妙の滝」。道筋が徐々に雪道に変わっていき、踏み固められた道は凍結し滑りやすいので慎重に歩く。「オウネンの滝」を経て10時に「扁妙の滝」着。全面凍結ではなかったが、なかなかの壮観で私は大満足。もっとも、神戸新聞の扁妙の滝全面凍結の写真記事を見て来ていたカメラ好きの方は残念そうであった。

滝をバックに全員の集合写真を撮った後出発。

60段の鉄の梯子を登り、滝見台を経て、11時に5合目着。ここで、リーダーの指示によりアイゼン装着。私はアイゼン初使用でしたが、意外に軽快に歩くことが出来ひと安心。



ここからは、少なくとも私にとっては本格的雪山（実際は積雪20センチ程）となり、今日の山行のハイライトを満喫しました。

12時20分笠形山山頂着。祝日ということもあり、それなりの賑わいでしたが全方位の風景を楽しみながら昼食休憩。雪だるまの前で記念撮影をした後、12時45分下山開始。

13時40分5合目着。リーダー指示によりアイゼンとお別れ。ここからは当然滑りやすくなるのでゆっくりと降りました。

グリーンエコー笠形へは、予定より早めの14時20分に全員無事下山し、クールダウンストレッチの後お楽しみの「響の湯」へ向かいました。いい湯だなとリラックス後、16時現地解散、お疲れ様でした。

天候含め非常に満足度の高い山行を楽しめたことに対し、上田リーダー、佐々木リーダーはじめ会員の皆様ありがとうございました。