



■日ノ原山と播磨地区交流集会

- 山 行 日 : 5月16日(土)~17日(日)
- 日ノ原山山行参加者 : L上田 SL砂川(延) 澤田(律) 瀧原 待場 和田
- 播磨地区交流集会 : 大谷 澤田(卓) 瀬尾 渡邊(俊)
(総勢29名) 高御位山遊会10名(上記6名含)
明石山の会6名 HCはりま7名
はりま山岳会3名 県連盟組織部3名
- 行 動 記 録 : 日ノ原山登山口29号線沿(9:45着)10:00発一大森神社
(16日) (10:20着)~尾根休憩(10:58着)11:05発~日ノ原山頂
(11:30着・昼食)12:05発~日ノ原山登山口(12:45着)
(17日) 千町小屋 7:40発~笠杉山山頂(8:30着)9:25発~千町小屋
(9:55着)

◆◆新緑かがやく日ノ原山・千町小屋・笠杉山(播磨地区交流集会)

和田

今回の交流山行1日目が交流会参加各パーティーが夫々別々の山に登り、夕方に千町小屋に集結宿泊し、翌日は午前中に全体で笠杉山に登って昼ごろ千町小屋に戻り、昼食後解散というものであった。

日ノ原山山行

私達のパーティーは1日目波賀町の日ノ原山に登った。ここは音水湖のすぐ南にある789mの山である。

上田車、砂川車2台でのマイカーアクセスである。天気は曇り。車を下山口の広場に駐車してストレッチ後、登山口の日ノ原バス停(標高400m)まで10分程戻って登り始めた。5分ほど登ると民家が10戸ほどの日ノ原集落に出た。山中の隠れ集落を想わせる集落である。集落の山際の神社の横に日ノ原山登山口と書かれた小さい標識があった。ここからは針葉樹林のなかの急な登りになっていった。しばらくすると尾根筋に出て、直ぐ下に谷筋が見えてきた。

これは地形図でマンガ谷川と書かれている谷川筋のようである。地形図ではこの谷筋を歩くようになっているが、赤テープの示すルートはその尾根筋を示している。それに沿ってアップダウンを何回か歩くと少し開けた電波塔のある頂上にでた。ここは周りが木々にかこまれ展望はない。

時刻は11時半である。リーダーの上田さんの「昼食にしましょう」との声で昼食である。

気分はまだ早い時刻であり、ゆっくりのんびりしたものである。天気も少しずつ好転して日差しがでてきている。下りにかかった。「音水湖の全望が望める展望地が有るはず」と上田さん。

しばらくすると音水湖が下に見えてきた。誰かが「ここが展望地かな」と、言った。正に下に湖面、そして湖岸の橋がよく見える。そこを過ぎ急な下りを少し下るともっとよく見える場所にでた。そこが本当の展望地だった。正に足の下から湖面が広がっているように見える。

小さいのと少し大きな舟らしきものの航跡が見える。後は急こう配の下りを一気に降りて行き、12時半頃には車の駐車広場に到着した。それから429号線で山越えし、まほろばの湯に行ってゆっくり汗を流した。

千町小屋

その後は千町小屋へ向かうが、1台は食糧の買い出しに、1台は千町小屋へ直行して交流集会の準備である。私は砂川車で千町小屋直行組である。夕方には国見山パーティーもやってき、他の会のメンバーも「こんにちわ」と集まってきた。砂川さんが早速玄関を開け、電気のスイッチを入れた。雨戸をあけ、机といすを部屋に並べ、女性陣は夕食の準備にかかった。電気釜のスイッチを入れたとたん電気が消えた。水車発電の容量オーバーである。壁にある説明書きではエンジン発電機に切り替えなさいと書いてあるが、スタータースイッチを入れても起動しない。他会の人もあぁだこうだと助言してくれる。もう電気なしで行こうとあきらめた。が、砂川会長はあきらめなかった。原因を探っていたのである。どうしても動かなかった操作つまみにペンチか何かで強引につかんだような傷があるのを見つけたのである。じゃあそれを思いっきり搦んでスターターを入れてみようと言う事になりやってみた。そうするとブルルーンとかけた。ばんざいである。

交流会は砂川会長の挨拶で6時頃始まった。

29名の参加者の自己紹介があり、県連藤原組織部長の乾杯の発声でスタート。肉鍋をつつきながら酒を飲み歓談をした。やっぱり酒があると楽しい。9時頃にエンジン発電機が燃料切れで停止した。床に寝袋を敷いて寝たのが9時半頃か。



笠杉山山行

朝も割とゆっくり準備し、10時頃駐車場に集まった。ストレッチ担当は瀬尾さんである。

先頭は砂川会長、しんがりは上田さん。天気は予報通り晴れである。針葉樹のなかを私に丁度良い速度で登ってゆく。空に時々飛行機雲が通る。広葉樹の葉は瑞々しい。登っている途中で私の前にまむしがいた。腹が太くゆっくりしている。「まむしや!」と言った。すると誰かも「ほんまやまむしや」と、言った。うっかりすると地面の色に溶け込んで見落としてしまう。前を行く人がよくも踏まなかったもんだ。1032mの頂上は小さな岩稜で見通しが良い。「あれが氷ノ山や」と言っている人がいた。風もなく空は青く、絶好の天気だとあらためて思う。

コーヒーを沸かしてどうぞと言ってくれる会の人がいる。全員に配っていて私にも当たった。

下りは短時間で千町小屋の後ろに戻ってきた。そこに黄色の小さい花を着けた草花があり、それは金ランと誰かが教えてくれた。そういえば歩く途中で花の写真を逐一撮っている人もいた。

小屋に戻り、朝作ってあったむすびと味噌汁で昼食をとった。

他会の人たちも車で帰って行った。山遊会メンバーは後片付けをして、まほろばの湯に向かった。



■ 国見山(山頂で野点を楽しむ)

- 山 行 日 : 5月16日(土)
- 参 加 者 : L尾越 SL渡邊(俊) 大谷 佐藤 澤田(卓) 清水 瀬尾 田中(重)
田中(美) 田中(由) 平井(み) 森下(友) 山本(清)
- 行 動 記 録 : 国見の森公園駐車場 9:30 集合～国見山登山口 9:55～山頂展望台
(10:55 着)11:05 発～野外広場(11:15 着・昼食、お茶会)13:30 発
～山頂展望台 13:45～国見山登山口(14:30 着)

◆◆山頂で野点

田中

夜中の雨の音で目が覚めてしまい、あゝ雨で中止かと思い、中止の連絡が入っていないかパソコンを開いてみましたが、なにも入っていませんでしたので、山行の身支度をすることにしました。

今日の山行は2つの楽しみがある。1つは山頂での野点、もう1つはお弁当です。国見の森公園へは現地集合で、5台にそれぞれ参加者を乗車させてもらう。

9:30全員が揃い、ストレッチをして2名は山頂まで水10L、その他の諸々を搬送の為ミニモノレールで、他の11名は登山口から出発、昨夜の雨で蒸し暑く山頂に着くまでに汗が流れ、メガネが曇って困った。国見山山頂で集合写真、展望台からは眼下に宍粟市街地が広がってみえる。

少し下がった所の野外広場に着き、楽しみのお弁当です。盛り合わせのお寿司でした。美味しかったです。



引き続き野点です。一服目は和菓子、二服目は御干菓子を取り、山頂での野点を頂くなんて夢見たいでした。茶会も終わり、4名は千町小屋へ行かれるためここで別行動、ミニモノレールで下山される。他の9名は往路を下った。

大切な茶道具一式を持参してくださったり、お弁当の手配といろいろお世話になりました。

リーダーさん本当にありがとうございました。忘れる事ができない山行になりました。



■ 妙見山(多可町)

- 山 行 日 : 5月24日(日)
- 参 加 者 : La 垣内 SLa 清水 赤木 内海 田中(重) 前川(克)
Lb 瀧原 SLb 藤田 田中(美) 田中(由) 藤本 前川(典) 宮崎
- 行 動 記 録 : 那珂ふれあい館 9:40 発～登山道東山側口 9:55 発～3合目休(10:05 着) 10:10 発～7合目(10:55 着) 11:00 発～妙見山(11:30 着) 12:10 発～牧野側口林道終点(13:10 着) 13:20 発～那珂ふれあい館(14:00 着)

◆◆初夏の多可町妙見山(妙見富士)

前川

山行目的には「数ある妙見山の一つを踏破する」とありましたが、私は初めての妙見山です。

前日の天気予報では朝方雨となっていたので心配でしたが、良い天気になり9時30分に那珂ふれあい館に各自車で集合し、内海さんの楽しい柔軟体操の後9時40分にスタートしました。

ふれあい館脇の害獣除け扉を開け東山側登山口から入山し、ほととぎす・うぐいすの鳴き声を聞きながら1合目を通過、3合目から少し急な坂を登って「あまんじゃこの忘れ石」【北播磨伝説にでてくる大男のあまんじゃこが積み重ねた岩の土台が残っているそうです】の標識の所で休憩、7合目上の展望台では『下に見えるのが中町市街・糶屋ダム』『正面が笠形山・千ヶ峰』『遠くにうっすら見えるのが淡路島』と皆さんに教えていただき、9合目の潰れかかった山小屋を経て11時30分山頂(692m)に到着しました。

山々を見渡しながらの昼食後牧野側へ下山です。あとは下りばかりと安心していたら予想外に急勾配で植林帯の枯葉が道を覆っていてとても滑りやすく、転ばないようについていくのに必死で(怖がりの私にとっては)大変でした。途中登山道の枯葉の中から真っ白な花をつけたギンレイソウ(幽霊草ともいわれ光合成をしないので真っ白とか)を見つけて、可憐な花に疲れを癒されました。



ツバキ林を下りひとやすみ橋では蛙(カジカガエル?)や蟬の鳴き声が、初夏を感じさせてくれました。下山してストレッチの後、ふれあい館ボランティアガイドの足立さんが東山古墳を案内してくださいました。7世紀頃に作られたという県下最大の東山1号墳の中まで見せていただき、ひと時古代のロマンに浸ることが出来ました。8ヶ月ぶりの山行でとても不安でしたが楽しく登ることが出来、リーダーの垣内さん、瀧原さんそしてメンバーの皆さんありがとうございました。これを機に他の妙見山にもチャレンジしたいと思いました。



■ゆっくりリズム山行 開聞岳(薩摩富士)

- 山 行 日 : 5月24日(日)~28日(木)
- 参 加 者 : L 渡邊(俊) SL 澤田(律) SL 荘所 大谷 澤田(卓) 田羅間(易)
田羅間(勤) 村上

◆◆開聞岳&薩摩硫黄島山行(24~25日)

大谷

24日は、九州新幹線で姫路~鹿児島に3時間ほどで着いたが、鹿児島から山川の砂湯里(砂風呂)まで2時間かかった。砂風呂は初めてなので、とても楽しみにしていた。浴衣を着て砂の上に寝ると、砂自体が暖かい!身体の上に砂をかけられるとすごく重いのでびっくりした。

最初はこんなに熱くて重いのは耐えられないと思ったが、落ち着いてくると、顔に海風が当たって心地良い!!

砂風呂の次は、JR最南端の西大山駅に…。列車は1日に6本しか通らない。列車が着くと少しの間止まっていて、乗客は記念写真を撮ってから動くらしい。

それから池田湖大うなぎを見学。大きくなると2mにもなるらしい。ちなみに食するとまずいそうです。玉手箱が収められている枚聞(ヒラキキ)神社～竜宮神社に参拝～長崎鼻灯台と観光してペンション(菜の花館)に行った。



てペンション(菜の花館)に行った。

25日、朝ペンションを6時半出発、開聞岳登山口(2合目)を7時から登り始めた。登山道は5合目くらいまでは樹林帯の中を歩くので、お天気は良いのだが、かなり暗い！六甲の山道のように登山道は年月がたって、窪んでえぐられている所が随所に見受けられた。6合目くらいのところに林の中の窓のように開けている見晴らし台で、やっと海が見え、近隣の島々が見えた。

7合目、8合目付近は、岩が多くなって来たが、岩場は大変だけれど距離をかせげるので面白い！！山頂まで3時間40分で登った。独立峰なので山頂では360度見渡せる。時間的都合もあって、記念写真をとり少し休憩して下りた。

下りは、やはり岩、葉っぱ等で滑らないよう踏ん張って歩くので、少し疲れた2合目まで2時間半で下りられた。道がしっかりしているので、お天気も良くて登りやすい山でした。

行 動 記 録

25日 開聞岳			26日 硫黄島・島内散策			27日 硫黄島・稲村岳		
場 所	着	発	場 所	着	発	場 所	着	発
紫の花館		6:30	Hサンフレックス		8:35	ガジュマル(民宿)		8:20
登山口	6:45	7:00	南埠頭	8:47	9:30	冒険ランド	9:00	9:05
5合目展望台	8:30	8:40	硫黄島	13:25		稲村岳登山口	9:20	
開聞岳山頂	10:40	10:55	ガジュマル(民宿)	13:35	13:55	稲村岳山頂	9:50	10:05
8合目	11:35	11:40	東温泉	14:05	15:20	稲村岳下山口	10:20	
下山口	13:20	13:40	坂本温泉	15:35	16:05	恋人岬展望台	11:10	12:00
元湯	14:00	14:30	平家城跡展望台	16:35	16:50	東温泉	13:00	14:05
指宿駅	14:40	15:50	俊寛堂	17:00	17:10	ガジュマル(民宿)	14:30	15:20
鹿児島中央駅	17:25		ガジュマル(民宿)	17:30				
Hサンフレックス	17:40	18:00						

◆◆薩摩・硫黄島へ(5/26~28) 村上 敬子

5月26日(火)晴、快適なホテルを後に徒歩で鹿児島港埠頭へ。三島(竹島・硫黄島・黒島)行き9時30分発の船に乗り込み、4時間の船旅です。

船には竹島に移住する方がいて、お別れの5色のテープが風になびきます。硫黄島に野外学習に向かう中学生75名も一緒ににぎやかです。錦江湾は波も穏やかで、威風堂々とした桜島に見とれ、昨日登頂した美しい山容の開聞岳を眺めキラキラと輝くコバルトブルーの海面すれすれにトビウオが飛ぶのを見ながら、竹島に寄港、しばらくすると船の右側に硫黄岳が姿を見せました。頂上・沢沿いの中腹・海面近く、いたる所から火山の白い煙を上げています。温泉(鉄分を多く含む)が湧出し海水と反応することで赤茶色に変色した湾に入港すると島の人々が太鼓と踊りで迎えてくれました。

民宿に荷物を置き、まずは島の東側にある露天風呂東温泉へ。移動はレンタカー(宿の車)Sさん運転です。

温泉は日本でも一、二を争うほどの酸性度の高いお湯です。波が打ち寄せる岩場に湧き出す温泉は3つの湯つぼに流れ出て、いざ水着に着替えてお湯まで行く岩場がアッチッチ。一番下のお湯でもアツ。我慢して一度入ると、体を冷やすのは打ち寄せる波です。次に椿の道を北側に移動、坂本温泉へ足元がヌメヌメで入浴したのは数人でした。



今は草原の平家城跡により、宿に戻って三島村開発総合センター内にある温泉へ、島ではどの温泉も無料です。夕食後はWさんの運転で女性群は東温泉へ、始めて月明かりの中、露天風呂に入りました。湯加減がちょうどよくて満足、満足。

5月27日(水)晴、今回の登山、硫黄岳(703m)は入山規制があつて登れませんでしたので手前の稲村岳(236m)に登ります。スコリヤ丘と呼ばれる竹に覆われたきれいな円錐形の山です。

野生化した孔雀を見ながらストレッチをして9時過ぎに歩き出し、直登の登山道は階段・竹の落ち葉が足元を滑らす急な登りでしたが、10時前には頂上に着きました。白煙を上げる硫黄岳はすぐ目の前です。登山道も見えます。下山後は徳ホン神社に参り、苔むした道を通って俊寛堂に行きました。平家の転覆を図りこの島に配流となつたとされる僧俊寛を祀る御堂です。

俊寛は赦免されることなく島で亡くなつたとされていて、その哀しい話は歌舞伎の演目になりました。椿の森を抜け牧草地を行くと鬼界カルデラ壁の先に赤い橋がありその先をしばらく行くと恋人岬です。硫黄岳と稲村岳を眺めながらお昼を食べ、帰りは東温泉に寄りましたが、昨日と同じでアツ。宿に戻ってからは島内散策です。安徳天皇の墓、櫛の局の墓、熊野三社権現社、黒木御所跡(安徳天皇の居)などです。

5月28日(木)晴、朝食後出港までの間、島を散歩中、みしまジャンベスクールがありました。アフリカの太鼓がジャンベです。硫黄島にはアジアで初めてのジャンベスクールがありました。港でのあの太鼓です。10時過ぎ島の人達の打つジャンベとダンスに見送られ島とお別れです。船内でミーティングそして持ち寄り昼食です。鹿児島に着いてからタクシーでこの旅最後の源泉かけ流しの西田温泉へ、新幹線鹿児島中央駅まで歩いて8分ぐらいの所にある温泉にビックリです。本当に楽しい山行でした。



■大峰奥駈道を歩く 吉野から洞川へ

- 山 行 日：5月25日(月)～26日(火)
- 参 加 者：L上田 SL待場 垣内 河合

行 動 記 録

25日	着	発	26日	着	発
近鉄吉野駅	8:38		二蔵宿小屋		6:00
ロープウェー駅	8:45	9:00	水汲み場	6:07	6:13
金峯山寺蔵王堂	9:30		二蔵宿小屋	6:20	6:30
竹林院	10:00		大天井ヶ岳	7:45	8:00
吉野山上の千本	10:15	10:25	五番関	8:50	9:00
水分神社	10:40		五番関トンネル	9:25	9:30
修行門	11:05		蟻螂の岩屋	11:00	11:35
金峯神社(昼食)	11:10	11:40	洞川温泉	12:15	
青根ヶ峰	12:00	12:10			
四寸岩山登山口	13:05				
試み茶屋跡	13:20	13:30			
四寸岩山	14:20	14:30			
足摺宿	14:45	15:00			



◆◆天気にも恵まれた大峰奥駈道を歩く

垣内

宝殿駅を早朝に発ち乗り換えながら近鉄吉野駅に着き、前方に見えるケーブル駅に向かったが、出発まで時間があつたので準備体操のあとケーブルに乗らずに脇道を歩いて上がった。

山上駅からバスにも乗らず左右のお店を見ながら金峯山寺蔵王堂に寄り水分神社を経て奥千本まで桜若葉の風を受け、上り坂を歩きました。花の頃ならこうはいかないでしょうが。

金峯神社で昼食をとり、青根ヶ峰を目指した。展望のなさに少し気落ちしながら次は四寸岩山だときつい登りを歩きました。人工林ばかりで草花もなくK o b o T r a i l (弘法大師の修業の道の意)のテープを目印に歩いたが「四寸岩山」の標識は見当たらず通り過ぎたようで足摺宿に着いた、ここは行者さん達の勤行の場所のようであった。休憩の後今夜の泊りである二蔵小屋にむかった。

ログハウスのような二蔵小屋に午後4時に到着、重いリュックをおろしホッとしました。

体操をして中に入ると中央にストーブがあり綺麗に整頓されており、毛布、鍋、薬缶なども置いてありました。湯を沸かし赤飯、卵スープをつくりました。がんばったご褒美にミニビールを飲みキュウリの漬物、丸干し、トマトなど手品のように出していただき美味しく食べました。会話は弾みましたが何しろ疲れていたのですぐ寝てしまいました。

朝は暖かいコーヒーとパンで済ませ、美味しい山の空気の中での準備体操の後、昨日は皆疲れて行けなかった「水場まで10分」を体験しに出かけた。木の足場の先に筒から水が出ていた。

雨だと足場が怖いと感じましたが水はおいしかったです。

二蔵小屋を6時30分に出て大天井ヶ岳に向かった。きつい岩場の登りで途中の大天井茶屋跡で休憩をして7時45分に山頂(1438.9m)に着き充実感にひたりました。あとは五番関に下るだけと思いきや、これがまたきつい下りであった。

五番関には山上ヶ岳にいけない「女人結界門」がある。《無数の先人達が老千年余りの時をかけて宗教的伝統として作りあげてきたものであります。この老千参百年の歴史を持つ当山の信仰を理解いただき女人結界の維持にご協力を》と書かれてあり納得したのである。

洞川を目指し長い下山道を歩いていると蟻螂岩屋という行者窟があり入らせてもらった。その向うの林の中では自然のクリン草が群生している。皆で感嘆の声をあげた。

洞川温泉街に入り繁盛しているお豆腐屋さんがあり店先に座り冷たいお豆腐を食べた。おいしい！温泉で汗をながし昼食をとりバスで下市口駅にむかった。

全員無事に歩きとおし、私ははじめてのICOCAデビューであった。上田、待場、河合さんお連れにさせていただき有難うございました。



■氷ノ山筍狩り

- 山 行 日：5月30日(土)
- 参 加 者：砂川(延) 野村 赤木 木村 佐々木 田中(重) 田中(美) 田中(由) 平井(み) 平石 待場 山本(清)
- 行 動 記 録：山電高砂駅北6:30発ーJR宝殿駅北6:45発ー善防公民館7:10発ー大段ヶ平9:20～神大ヒュッテ(10:00着)11:00発ー大段ヶ原(11:40着)13:30発ー万灯湯(14:30着)15:30発ーJR宝殿駅北(18:00着)

◆◆らくで楽しい山行

赤木

氷ノ山国際スキー場を過ぎると、しばらくスギ林が続きブナの原生林が始まる。バスが行く道は細く曲がりながらどんどん高度を上げていく。ピンク色のタニウツギの花や、白いヤマボウシの花が巨大なブナの緑の中に鮮やかにアクセントを添えていた。

9時20分、大段ヶ平駐車場には、もう多くの車が停まっていた。

みなスズコ採りに来た人達だ。もうすでに採り終えて帰ってくる人もある。この地点で標高は1100m。北側には鉢伏のなだらかな山容がのぞいていた。

サブザックの軽装で、さあ、神大ヒュッテに向けて出発だ。なだらかでかなり広い登山道はブナの若葉の木漏れ日にあふれ、爽やかな風が抜けあまり暑さは感じない。晴天に雲が流れる、ウグイスが啼く、ホトトギスが、カッコウが、コゲラ(キツツキの1種)の、あの特徴ある鳴き声が響いている。ブナの林は本当に自然の宝庫だ。

気持ちが和らぎ晴れ晴れする、そんな中を進んでいても、そろそろ現れ出したスズコに皆の目は注がれている。神大ヒュッテ(1340m)10時、これから周辺でスズコ採りだ。全員欲望に目をみなぎらせて、我先と根曲がり竹の藪の中にもぐりこんでいく。あちこちの藪がガサガサ、ゴソゴソすれども姿は見えない。根曲がり竹は密生していてなかなか始末に負えないが、1時間1本勝負、欲と竹との戦いだ。



11時、みんなそれぞれ自分のザックや袋をふくらませて集まってくる。満足そうな人もいれば、物足りなそうな人もいる。今から駐車場に戻って昼飯だ。ああ腹へった。

駐車場のテーブルにカセットコンロ2台を置き大鍋で「キムチ鍋」の始まりだ、野菜や肉がたっぷりの。女性陣の活躍で、さあ、ぐつぐつ煮えてきたぞ、すいとんまで入っている、山で皆と一緒に食べるこのうまさはなんだ、キムチのピリツとした辛さが舌に残る。いっぱいあるのでどんどん食べ、みんな幸せそうな顔をしている。



後、お湯を沸かしコーヒータイムと洒落こむ。いろんな山の話が弾む、「ああ、こんな“らくで楽しい”山行はなかった。最高！」誰かが言った。「こんな“らく”な山行は、滅多にありません」と、砂川会長が例の笑顔で。曇りかけた空からポツリと落ちてきた。13時30分、ちょうどいいタイミングだ、さあ帰ろう。あとは『万灯の湯』で汗を流し、「らくで楽しい山行」は、スズコのお土産と森林浴で幸せいっぱいになった気持ちで終わった。

◆ 救急救命講習会受講報告

報告 山本

18名が普通救命講習受講

毎年5月例会の午前中に行っている救急救命講習、今年も加古川防災センターで18名が受講した。例年受講しているが、少しずつ手法が改善され、簡易に救命措置を施すことができる様に進歩していることが伺える。

基本は倒れた人を見れば「まず119番通報」だが、救急車が来る迄平均8分かかるとのこと。

その間、心臓や呼吸が止まった人の救命措置をしないとしないでは助かる可能性に大きな差が出る。

特に救急車の来られない山行時の事故ではその緊迫度が増す。

最近では学校、コンビニ等、身近な場所に「AED」が設置されている。しかし、それを使用できなければ意味をなさない、今年度受講できなかった方は、是非来年度は受講してほしい。

