

山行報告



■高御位山縦走

トレーニング及び各自脚力・歩荷力確認縦走

- 日 程：6月11日(日)
- 参加者：L 森本 SL 赤木 乙坂 香川 木下 木村 高島 土井 西口 前川(克) 矢根 山下(雅)
- 行動記録：J R 御着駅 8:55 発～国分寺跡(9:05 着)9:20 発～御着城址(9:40 着)9:45 発～御着登山口(10:00 着)～桶据山(11:00 着)11:10 発～鹿島・高御位分岐(13:00 着)～高御位山(13:55 着)14:05 発～北山奥山分岐(15:10 着)～辻登山口(15:50 着)16:00 発～J R 宝殿駅(16:30 着)

◆◆桶据山・高御位山を縦走して

木村



6月も半ばで山行の日の暑さが気になっていましたが、当日は曇り空でラッキーと思い、出掛けました。J R 御着駅で集合。桶据山、高御位山と縦走して宝殿駅まで約12キロの行程です。

J R 御着駅でリーダーが「今日は少し寄り道をして歴史散策をします。」と言われ、まずは播磨国分寺跡へ。ストレッチをして2号線を歩いて御着城址へ向かいました。黒田家廟所もありました。

散策を楽しんで、深志野にある御着登山口からいよいよ登山開始。途中岩場が多く頂上付近は岩山という感じで、高御位山側から見る桶据山とはまた違う姿でした。頂上から少し下った見晴らしの良い所で昼食を摂り、歩き始めましたが、鹿島・高御位分岐までが遠く感じられ、分岐につくとほっとしました。

ここからは海を眺めながらいつもの歩き慣れた山道で元気を取り戻し歩くことができました。

高御位山山頂付近からは水田を眼下に見ながら涼しい風が気持ちよく最高の気分でした。この後は北山の登りが少しきついただけと言われたのですが、辻登山口までは結構長く感じました。ストレッチをして心地よい疲れと達成感を感じながら住宅街を歩き J R 宝殿駅へと向かいました。リーダーさん歴史の解説もして頂きありがとうございました。皆さんお疲れさまでした。



■六甲山

西お多福山から六甲山頂へ、下山は魚屋道で有馬温泉に

- 日 程：6月16日(金)
- 参加者：La 野村 SLa 三木(悦) 坂田 田中(美) 田中(由) 谷口
Lb 森本 SLb 澤田(律) 垣内 田中(重) 田羅間 西川 村上
- 行動記録：エクセル東バス停(8:50着)9:00発～西滝ヶ谷分岐(9:52着)10:00発～西おたふく山(11:35着)～車道分岐(11:43着)～六甲山山頂(12:09着)12:45発～射場山分岐(13:30着)13:35発～かんぼの宿有馬(14:13着)

◆◆西おたふく山から六甲山頂へ、そして有馬温泉へ

坂田

JR住吉駅前からバスに乗り、終点『エクセル東』で降りる。住宅街を抜けると車通行止めの、山裾の広い遊歩道が続く。こんもりとした大きな木々に覆われた涼しい広い道。

夏のハイキングにはとても有難い。地元の方であろうか、三々五々散歩されているのに出会う。10分余りで石切道と住吉道との分岐に到着。真っすぐ広い住吉道へと進む。

さあ、ここからは本格的な山道かと思いきや、斜度の緩やかな道が続く。五助ダム脇の石段を上り詰めると湿地帯があり、木道の上を歩きます。

木道を渡り終えたところから山道となり、石段が続きます。平坦なところは石畳が敷いてあり、その脇は真っすぐ伸びた杉木立が続き、緩やかな坂道を登っていきます。

道標に従い、いくつかの上り下りを繰り返し、西おたふく山への分岐に到着です。小さな沢を渡ると『西おたふく山へ』の案内板。川筋を離れしばらく歩くとクマザサが山道を覆います。

クマザサの道をつづら折に登る。両脇を覆っていたクマザサが少しずつ少なくなるあたりから、結構な急登が始まります。やがて景色が広がって、クマザサが辺り一面を覆い、ブナの木が点在してきます。その向こうには西おたふく山の電波塔が見え始めます。

西おたふく山を囲むコンクリートの遊歩道に出ました。道の脇のあちこちに野イチゴが実り、口に入れると思ったより甘い。下から見えていた電波塔の敷地には入れず、そのまま車道を六甲最高峰へと向かいます。六甲縦走路の案内板に従い2～3回車道を横切る。縦走路は緩やかな階段になっているのですが、疲れた足にはとてもこたえる。

六甲最高峰で記念写真を撮り、一軒茶屋前の広場でお弁当を食べ、魚屋道を、射場山を巻いて、ゴロゴロ石の道をどんどん下ります。緩やかな下りを約1時間、途中若い女性の一団が軽やかに追い抜いて行く。

深江から六甲最高峰下の一軒茶屋を経て有馬に至る魚屋道。江戸時代初期深江の浜で採れた魚を背に、行商人が六甲山を越え有馬温泉に運んだことからこの名がついた。今、私達はリュックを背負い有馬温泉へと下っている。

『かんぼの宿』で温泉につかり、すっきりと疲れを取り、アイスクリームをほおぼりながら温泉街を下り、バスで三宮まで帰ってきました。





■鳥海山

- 日 程：6月24日(土)～29日(木)
- 参加者：L 佐々木 SL 大谷 上田 垣内 村上

● 行動記録：

- (25日) 滝ノ小屋登山口 5:45 発～滝ノ小屋(6:05 着)6:10 発～河原宿小屋跡(7:10 着)7:35 発～
薊坂入口(9:40 着)9:55 発～伏拝岳(10:45 着)11:15 発～文殊岳(11:40 着)11:50 発～
七五三掛(12:20 着)12:35 発～御田ヶ原分岐(13:15 着)13:35 発～御浜小屋(13:50 着)
- (26日) 御浜小屋 5:00 発～御田ヶ原分岐(6:45 着)6:50 発～文殊岳 8:30 発～伏拝岳(8:40 着)
8:50 発～七高山(9:20 着)9:45 発～康ケルン 12:20 発～七ツ釜避難小屋(12:25 着)12:45 発
～祓川ヒュッテ(13:15 着)

◆◆信仰の山鳥海山に山形県側より登る

垣内

山形新幹線の沿線は今サクランボの収穫期を迎え赤い実が車窓からもみえる。佐藤錦を思い切り食べたいと常日頃思っている私にはよだれが出そうな光景である。駅の名前にもサクランボの名がつけられていた。新庄で途中下車し地元の蕎麦をたべた。お店の人に聞くと少し先の市場でサクランボを売っているとのことで走っていった。市場には赤いダイヤが並び積まれていた。「どうぞ」という試食の美味しさ！ 時間がないので一番小さいパックを山の上で食べようと買った。

1日目の泊りは鳥海山の裾にある鳥海山荘である。明日からの登りに備えてゆっくりと温泉につかり、雪の積もった鳥海山を部屋から眺めて山小屋泊りの準備をした。夜の食事は釜で炊いたご飯で一口食べて美味しいと思ったがあまり食べると後が食べられない。何しろ鳥海山荘は15周年記念日で24・25日はオカリナ演奏会、蔵元の4種類のお酒飲み比べ、ケーキバイキングの食べ放題がありました。このバイキングにサクランボ、イチゴ、メロンなども出ており嬉しくいただきました。



朝5時宿の車で登山口まで送っていただいたが途中車を止めてこの時期いつもなら左側の雪はないのに今年はこんなに残っている。1か月程雪解けが遅いと教えてもらった。滝ノ小屋登山口から登りはじめ、河原宿小屋跡でアイゼンを付けて心字大雪渓を登り始めましたがきつかったです。

雪渓には標識がなくリーダーは道を迷わないように雪を切っていかれた。クレバスに落ちれば大変である。薊坂へつきアイゼンを外しホットしましたが、この後もガレ場のきつい登りでした。伏拝岳、文殊岳、七五三掛、御田ヶ原、を経て御浜小屋についた

のは13時50分で予定時間より10分早く着くことができました。

この小屋ではトイレの工事中で3月から10月の工事予定が上がっていました。工事の男性5人と板で仕切った部屋に泊まりました。この小屋のあたりはハクサンイチゲの群落で見頃と

重なりとてもきれいでした。鳥海湖は雪に埋まり溶け出すわっかが出来ており神秘的でいつまでも見ていたい気分でした。夜の食事は蛸飯とスープでリーダーの味付けはとてもグーでした。

工事の人にお酒をもらったので蛸飯を少しお裾分けし、その時に「明日は5時に小屋を立つので4時ごろから少し音を立てるかもしれませんが」と話されました。とても大事なことと学びました。小屋に着いた後2時過ぎから雨が降り出しました。4時の天気予報を3人で天気図にして明日はまあまあかと確認しました。

朝5時霧雨の中、合羽(中にフリースを着た)、スパッツをつけ御浜小屋をたち新山(鳥海山)に、昨日と違う登山道で雪渓を登る予定でした。しかし途中で雨と濃霧でリーダーが雪渓を登るのをやめ外輪山の文殊岳、伏拝岳、七高山を歩き、新山と大物忌神社は登らないと判断され納得しました。七高山から祓川神社までの4時間ほどの大変だったこと。霧雨と雪とガスで夏道の標識が雪の下で見えなくて、ガスが動いたときに見えた岳樺の枝に括られたピンクのテープを頼り、また雪で倒れた竹の標識を確認しながら、また雪の上にとどまれずお尻でスキーしながらの下山となりました。途中男の人の声がして幻覚?を疑いました。それは祓川神社の宮司さんが山からの私たちの声を聞いて私たちを夏道に誘導してくださっていたのです。ありがとうございました。祓川ヒュッテに着いたのは13時50分で宿の迎えの時間は15時であったので湯を沸かしコーヒーをいただきました。

メンバーたちの経験が生きた山行であり私には雪の怖さを知る山行となりました。リーダーの佐々木さん、上田さん、大谷さん、村上さん有り難うございました。足、腰は大丈夫。明日からの秋田駒ヶ岳縦走がんばるぞ。

● 行動記録:

(27日) 八合目小屋 12:40 発～焼森(13:35 着) 13:40 発～横岳(13:50 着)～大焼砂・横長根分岐(14:15 着) 14:25 発～かたがり泉水(14:40 着)～阿弥陀池(15:40 着) 15:45 発～八合目小屋(16:35 着)

(28日) 八合目小屋 6:05 発～笹森山 6:50～湯森山(7:25 着) 7:35 発～熊見平(8:00 着)～笹森山(9:10 着) 9:20 発～笹森山分岐 9:30～千沼ヶ原(9:50 着) 10:20 発～1391m分岐 10:40～乳頭山・肩(11:20 着) 11:50 発～乳頭山(12:10 着) 12:30 発～田代平・黒湯分岐 12:40～一本松温泉跡(13:50 着) 14:00 発～黒湯(14:40 着)

◆◆奥羽山脈秋田駒ヶ岳・乳頭山(烏帽子岳)

村上

27日昼食の後、気持ちの良い青空の中、八合目小屋を出発し焼森を目指す。登り始めてすぐ私の好きなシラネアオイの薄紫の花が咲いている。息が整った頃焼森に到着。

火山岩の歩き難い登山道を横岳から大焼砂に行く頃にもコマクサはまだ咲き始めで、黄色いタカネスミレが一面に咲き誇っていた。ムーミン谷の入り口もコマクサはまだ咲き始めだった。

谷にはまだ雪が残っていて木道より雪の上を歩く方が多いくらいでした。阿弥陀池に向けて急登を登り始めると斜面一面にタカネスミレが咲き誇っていた。尾根を越えて阿弥陀池に出



るとチングルマやヒナザクラの群落に木道を歩いていても心が浮き立つ思いだ。田沢湖が良く見える登山道を下り雪渓を渡り、旧硫黄鉱山跡を過ぎて八合目小屋に到着。寝床を確保し皆でワイワイと夕食の準備にかかる。

28日まずまずのお天気。登山道に咲くハクサンチドリやオオイワカガミなど花々に元気を貰い、笹森山に向けて歩き出す。いきなりの谷底への下りと登りに気を引き締めて、もう少しでニッコウキスゲが咲き出すであろう斜面を登り、笹森山から見晴らしの良い湯森山を過ぎドロドロの登山道を行くと熊見平につく。見るからに笹を被せた様な笹森山に登ると、これから行く千沼ヶ原を見渡すことができる。

足場の悪い下山道を行くと笹森山分岐から湿原に出る。リュックを降ろし身軽になってミズバショウやチングルマの咲く木道を散策する。湿原を出て谷を渡るとき、雪解けの水を汲み、危険な雪渓を越え、いよいよ乳頭山に向けての登りです。見晴らしの良い所で、山菜おこわのおにぎりやラーメンの昼食です。乳頭山(鳥帽子岳)で山頂の風を満喫して黒湯に向けて下山です。秋田駒ヶ岳からの乳頭温泉に向けての縦走路は登山者も少なくコースは荒れている。生ビールを楽しみに黒湯を目指しました。



■六甲山 西半縦コース(逆) 新神戸駅から塩屋駅まで縦走路を逆に歩く

- 日 程：6月25日(日)
- 参加者：La 藤本 SLa 西口 河合 田中(重) 田中(美) 苦瓜 西脇 舛賀
Lb 赤木 SLb 森本 乙坂 小山 高島 土井 橋本(健) 前川(克)
山下(雅)

- 行動記録：新神戸駅8:00 発～市ヶ原(8:55 着)9:05 発～大竜寺(9:25 着)9:30 発～鍋蓋山(10:00 着)
10:05 発～菊水山(11:15 着)11:35 発～神鉄鶴越駅(12:50 着)12:55 発～高取山(13:50 着)
14:00 発～妙法寺(14:45 着)14:55 発～高倉台団地(17:10 着)17:20 発～旗振山(17:55 着)
18:00 発～塩屋駅(18:40 着)

◆◆六甲山西半縦コース逆回り花探しの縦走

前川(克)



六甲山西半縦逆回りコースに参加した。西半縦は488mの鍋蓋山を最高に低い山が連なるが、上り下りが多く、西半縦では前半がきつく前半さえ切り抜ければ後半は何とかなるという印象がある。また、高倉台からの長い急階段や菊水山の急な登りがあり、逆コースから行った場合これらの難所が下りとなり、逆の方が楽ではないかという気持ちもあり、一度試してみたかった。

前日夜から発達した活発な梅雨前線の影響で大雨が降り、当日も南部は激しい雨の恐れがあるとの予報で、大雨覚悟の山行だった。幸いにも新神戸駅に集合した8時には霧雨程度となっており、皆さんスパッツだけは付けて出発。市ヶ原に向け花を探しながらゆっくり歩き、貯水池辺りから、ピンクのコマツナギ、白いホタルブクロ

など可憐な花の写真を撮りながら進んだ。

9時半に大竜寺についたころには少し雨が降り出した。鍋蓋山までは緩やかな登りで歩きやすい。鍋蓋からは急な下りとなり天王吊橋まで来た頃には雨も多くなり上だけ雨具を着ることにした。ここから菊水山までは岩場の多い急な登りでけっこうきつい。

11時過ぎに菊水山につき、雨の中昼食を摂った。出発する頃には幸いにも雨が止みかけていた。ここからいつも苦しまされる急な坂に挑むが、今回は下りなので僅か20分で通過し、登り口に咲いているアジサイをゆっくり楽しんだ。ここから約2時間半かけてゆっくりとした下りのアスファルト道を、鴨越駅を越え、丸山地区を経て高取神社に到着。この市街地は、いつもは反対に登りとなり、遅れまいと必死に歩くので非常に疲れる箇所だが、今回は下りで助かる。

高取神社についた頃には天気も回復し、霧も晴れ淡路島辺りまできれいに見えてきた。ここから結構急な長い下り道となり、途中の岩場は濡れて滑りやすい箇所が多く、注意を払いながら15時前妙法寺に到着。ここから緩やかで長い登り道となり、16時前に須磨アルプス到着。

岩場は先ほどまでの雨にも関わらず、日当たりが良いのか結構乾いており、歩きやすかった。

しかし、その後の横尾山への登りは、濡れた岩が多く急で結構堪えた。横尾山から梅尾山での平坦な尾根道では涼しい風も吹いてくれ、気持ちよく歩けた。梅尾山からの眺めは最高で、淡路大橋がくっきり見えた。ここからいつも苦しい高倉台の急階段となるが、今回はたった2分で下り、5時過ぎに高倉台に到着し、コーラを買って一休み。計画では5時には塩屋駅に着いていることになっているが、大幅な遅れだ。ここから緩やかな登りを経て、旗振山に到着。



逆だともここから須磨浦公園に降りるのだが、今回は当初の縦走コースのスタート地点塩屋を目指す。6時を過ぎてからは

山道も大分暗くなって、注意を払いながら下山し、予定より1時間半遅れの6時半に下山。反省会を予定していたが、遅くなったのと、皆さん汗まみれで早くシャワーを浴びたいとのことで、楽しみの冷たいビールは家までお預けにしてそのまま駅で解散して帰路に。

今回はいつもの逆コースということで、いつもは下りで通り過ぎす箇所もかなり登りでは難所である箇所に気付いた。山行までに思ったとは異なり、決して逆は正規より楽ではない気がした。また下りでは見過ごす風景も、登りではじっくり見られるのも大きな違いだ。コースに逆らっているので多くの登山者とすれ違うのではないかと心配していたが、天気のせいもあり意外と登山者は少なく、階段など待ち時間は無かったのはラッキーだった。また、天気も予想程悪くならず、蒸し暑いもののそれほど気温は高くなく、後半はそよ風も吹いてくれ、この時期の登山には適した天気だったと思う。約11時間で大変しんどい思いをしたが、皆さんに楽しく引っ張ってもらって、夏山へ向けた良い訓練となった。企画して頂いたリーダーさんに感謝します。



■六甲ロックガーデンから一軒茶屋(会員パーティ)

- 日 程：7月8日(土)
- 参加者：L 藤本 SL 森本 島谷 高島 田中(重) 谷口 土井 西川 安田

- 行動記録：阪急芦屋川駅9:00発～高座の滝(9:35着)9:40発～風吹き岩(10:30着)10:40発～雨が峠(11:40着)11:45発～東お多福山(12:10着)12:35発～土樋割峠(12:50着)～一軒茶屋(13:50着)14:15発～石の宝殿(14:30着)～土樋割峠(15:15着)15:25発～東お多福山登山口バス停(15:45着)

◆◆暑すぎた六甲ロックガーデン

藤本

梅雨の晴れ間を歩いた。集合場所の阪急芦屋川駅前の広場は登山者でごった返していた。気温は高く蒸し暑い。じっとしているだけで汗が流れる。

山芦屋公園でストレッチを済ませ、高座の滝まで30分程歩いて小休憩。ここまで歩いただけですでに汗だくになってしまったが、まだ元気いっぱいだった。



ここからは40分から50分の間隔でゆっくりと歩いて休憩をはさもうと思いつきながら歩きだした。ところが、他の登山者に何人も追い越されるほどスピードを落として歩いているのに汗は大量に出るわ、足の筋肉が悲鳴をあげるわで、非常にしんどい思いをした。今日は私の体調が悪いのだろうと思いつつ次の目標地点である風吹岩まで一定時間休まずゆっくり歩き続けた。

後で聞くと参加者のほとんどがいつもの山行にはないしんどさを感じていたようだ。きつい登りと暑さのせいかもしれない。こんな時は休める場所があれば立ち止まって息を整える程度の休憩をこまめに挟むべきであったなと反省。

途中でメンバーの一人が離脱したと事後に告げられた。リーダーに直接訴えることができない雰囲気があったのだろうか。その前の休憩時にもっと本人の様子を聞いて、場合によっては計画を変更すべきであったと反省。

リーダーとして反省すべきことの多い山行でした。結果的に離脱者は後続の砂川リーダーの教室グループに吸収され事なきを得たということなので助かりましたが。



■六甲ロックガーデンから一軒茶屋(裏銀座パーティ)

- 日 程：7月8日(土)
- 参加者：L上田 SL三木(悦) 大谷 河合 村上

- 行動記録：阪急芦屋川駅 9:10 発～公園・ストレッチ(9:15 着)9:20 発～高座の滝(9:40 着)9:45 発～鉄塔・休憩(10:20 着)10:30 発～風吹き岩(10:50 着)～ゴルフ場トイレ休憩(11:20 着)11:30 発～雨が峠(12:05 着・昼食)12:40 発～東お多福山(13:00 着)～土樋割峠(13:10 着)13:15 発～一軒茶屋(14:10 着)14:35 発～石の宝殿(14:50 着)～土樋割峠(15:25 着)15:30 発～東お多福山登山口バス停(15:50 着)16:02 発～阪急芦屋川駅(16:20 着)

◆◆北アルプス裏銀座のトレーニングで六甲山を歩く

河合

九州の豪雨災害は辛く悲しい天災です。被災された方々の日常回復を願わずにおられません。

豪雨から気象が気になる日々です。梅雨にもかかわらず阪急芦屋川駅は登山者であふれている。「初めての山歩き教室」のために計画された山行だが、裏銀座グループは別に行動をする。

9時半頃、高座の滝は数珠結びでなかなか前に進めない。

急登のロックガーデンでは団体待ちと、蒸し暑さで汗びっしょりになり、風の通り道では足が止まる。

風吹き岩付近で今回もイノシシの親子を垣間見る。雑木林で一休みしていると、急に大粒の雨が降り出し雨具を出す。空模様からして長雨にならず助かった。ゴルフ場を通り雨ヶ峠につき、昼食を済ませ裏銀座のミーティングをする。

ここで頂いたパイナップルの美味しかったこと。

元気がでた。東お多福山のアップダウンが過ぎると土樋割峠に出る。ここの下山口に再び戻ることになるのだが、今は一軒茶屋を目指して、冷たい飲物を楽しみに頑張るのみだ。茶屋につくと休憩している藤本グループと出会ったが、時間になったのか出発された。以前ここでかき氷を食べ、濡れた体の体温が急激に下がり、体が固まった体験がある。すぐに塩をなめると治まった。

六甲山頂の石の宝殿から森林の中をひたすら下るが、足元の段差に注意がいる。東お多福山の標識を目にした辺りから歩き易い山道が続き、突如土樋割峠に出た。

「終わった！」横を流れる谷川の水は冷たく、体に沁み込む。





■「初めての山歩き教室」実技5回 笠松山

- 日 程：6月25日(日)
- 参 加 者：La 須増 SLa 尾内 砂川(延) 清水
Lb 山本(正一) SLb 島谷 谷口 教室生9名

- 行 動 記 録：善防公民館 9:30 発～古法華寺～笠松山～吊り橋～善防公民館(12:00 着)

◆◆笠松山 実技トレーニングを終えて

花房



6月25日(日)今にも降り出しそうな梅雨空の迷いに迷い雨具のズボンだけ着用して善防公民館から笠松山をめざしました。

15分程歩き、古法華寺近くでの休憩時にあまりの暑さに雨具のズボンを脱ぎ、暑さから解放され山頂をめざしながら、サポートメンバーの方に登山用の雨具の事を教えて頂きました。

鎖場では、足の運び方や歩きやすいルートなどもアドバイス頂き楽に上れたと思います。山頂からの眺望はあまりよくありませんでしたが、山頂での記念撮影は良い記

念になりました。

下りの鎖場でも足の運び方のアドバイスを頂き、無事に通過。今回は天候の為にショートコースとの事でしたが楽しく、無事にトレーニングができました。これから益々、登山の楽しさに魅了されそうな一日でした。

会長をはじめ、サポートメンバーの皆さんありがとうございました。



■「初めての山歩き教室」実技6回目 六甲ロックガーデンから一軒茶屋

- 日 程：7月8日(土)
- 参 加 者：La 砂川 SLa 山本(正一) 尾内 兼澤
Lb 須増 SLb 和田 垣内 西口 教室生9名

- 行 動 記 録：阪急芦屋川駅 9:18 発～公園・ストレッチ(9:23 着)9:35 発～高座の滝(9:53 着)10:00 発～風吹岩(11:10 着)11:25 発～ゴルフ場トイレ(12:05 着)12:20 発～雨が峠(12:45 着)13:15 発～東おたふく山(13:35 着)13:37 発～土樋割峠(13:54 着)14:00 発～一軒茶屋(15:05 着)15:35 発～土樋割峠(16:40 着)17:05 発～東おたふく山登山口バス停(17:25 着)

◆◆初めての六甲山

六甲ロックガーデンは、厳しいだろうなと想定しましたが、想定以上の厳しさでした。登りは風が無く只々暑かった。

一軒茶屋についた時はヤッターではなく意識はあるけどフラフラ。風吹岩で猪くんも出て来るわ、又、下りで足が引きつるわと、初めてのことばかりでしたが無事に下山できました。

同行の方達に大変お世話になりました。ありがとうございました。

小田

