

山行報告

■竜ヶ岳（兵庫県・多可町）

●日 程：10月14日（月・祝）

●参加者：1班 L 春本 立花 松田 三木(知) 2班 SL 西脇 内海 小野 山下
3班 SL 瀧原 乙坂 坂本 高井 4班 SL 平井 石井 岡田(郁) 西川
5班 SL 松本 尾越 岡田(淳) 團野 本田

●行動記録：ラベンダーパーク 8:00 発～雲門寺駐車場(8:10 着)8:20 発～登山口(9:05 着)
9:13 発～清水坂(9:36 着)9:45 発～竜ヶ岳山頂(10:30 着)10:50 発～
清水坂(11:33 着)11:37 発～登山口 11:55 発～雲門寺駐車場 12:30 発

◆「兵庫100山 十二支の山 竜ヶ岳」

小野

10月14日（月祝）秋晴れの清々しい朝、東播地区の秋祭りには絶好の日和だが、登山には蒸し暑い予報だった。6時過ぎに同期生の石井さんの車に同乗させてもらい、約1時間半で集会所の多可町のラベンダーパーク駐車場に着くと既に他メンバーも数台到着していた。外に出ると駐車場が山沿いでやや高い場所のせいかな風がひんやりと感じられ気持ち良かった。

21名全員が揃った後あらかじめ決めていた数台の車に乗り換え、近くの雲門寺駐車場へ移動し、今日の任務を春本リーダーから確認を受けたあとウォーミングアップをして8時30分前に出発した。

頑丈そうな獣除けゲートを抜けると、舗装された登り林道が続き林道の終点が登山口だった。よく整備された杉林の中をつづら折りにひたすら登り続けた。山道は土の上に落ち葉や小枝が多くあったが比較的歩きやすかった。高い杉の木のお陰で陽がさえぎられ思ったほど暑さを感じられなかったのも幸いだった。

途中、清水峠で給水の小休止をして竜ヶ岳をめざした。まだまだ登りが続いたが、急登も焦らずに歩幅を短くして一定のペースを守る意識で登りきれた。稜線にでると山道は地上を這うような木の根と折れた小枝で埋め尽くされていたので足元には細心の注意を払いながらアップダウンを繰り返し10時30分過ぎには竜ヶ岳山頂（817m）に到着した。



やっと展望がひらけすぐ正面に千ヶ峰、その向こうに笠形山も望め、更に眼下には多可町の町並みの眺望も素晴らしかった。この景色を見られただけでも登りがいいがあった（最高！）。集合写真を撮って一服したのち同じルートをピストンで下山した。12時30分頃に雲門寺駐車場へ戻ってきた。クールダウンストレッチしたあと、古民家カフェ「ほのり」へ移

動し予約したペルシャ料理の昼食タイム。一人だけ照り焼きチキンを頼んでいたが、モモ肉は柔らかくタレも問題なく美味かった。ワンプレートには他は野菜をメインに小皿で盛り付けがされ十分に空腹を満たしてくれた。更に食後にはコーヒーとプリンまでついて二度満足！シェフのイラン人のアリさんと日本人の奥さんも人懐っこい人柄で場をなごませてくれた。

次は車で近くのジェラート店へ行き、別腹の女性陣は大満足間違いなし！

実は先月末に風邪をこじらせ少し体力が落ちていたので心配していたが、完登できひと安心できた山行でした。春本リーダー、同行者の皆さん有難うございました。又、クマ対策でひとときわ大声で歩かれた内海さんお疲れ様でした。

のんびりと充実したスポーツの日を過ごせました。

来年は巳年で年男なので巳がつく山に登りたいです。



◆十二支の山 竜ヶ岳

高井

ふるさと兵庫 50 山のひとつ、播磨と丹波の境に位置する標高 817mの竜ヶ岳に 21 名で登ってきました。

ラベンダーパーク多可の駐車場まで各自の車で朝 8 時に集合し、そこから 5 台の車に便乗させてもらい雲門寺の駐車場まで移動しました。ストレッチをして、簡易舗装された林道を上りました。急な傾斜が続く「休憩なし？」の声も出ていましたが、45 分程でやっと登山口に到着です。“ここからが本番なんや!!”

登山道は播但国境（播磨と丹波）の尾根で、西側が多可町加美区、東側が丹波市氷上町だそうです。整備された林道を進むと、両脇に和紙の原料として知られる「ミツマタ」の木が点在しており白い蕾をつけたものもありました。冬になれば葉を落とすそうですが、3 月から 4 月頃にかけて三つ又に分かれた枝の先に黄色い花を咲かせるので、その頃に再度見に来たいと思いました。

今は花の時期では無かったものの、馬酔木（アセビ）など幹が曲がりくねった広葉樹が生えていて「すごい曲がり方やね。」って、思わず口にしていました。



竜ヶ岳は、尾根を登ったり下りたりが無くひたすら登って行く。と言う山でした。

そうこうしているうちに、標高 816.7m 竜ヶ岳山頂に到着です。標識には「十二支の山」とあり「あー、竜やから。なるほど。」と、周りの人達と確認しあいました。

山頂は、低木も綺麗に伐採され展望が素晴らしく、兵庫の名峰とされる「千ヶ峰」や「笠形山」。そして、眼下には多可町の街並みが広がって、素晴らしい景色でした。

記念写真を撮ってピストンで下山しました。登山口までは、落葉樹の葉っぱやヒノキの種が沢山落ちており絨毯の上を歩くようにフカフカでしたが、舗装された林道は勾配が急な下り坂なので、膝や腰に負担がかかりました。そのため、獣除けガ

ードを開け、登山口の駐車場まで車で登っていたら楽だったのに、との思いが脳裏をよぎりました。

竜ヶ岳の印象は、とにかく綺麗に整備された里山。ヒノキやモミの木等の針葉樹の枝打ちと間伐で森林環境が整っていることに感心しました。

そんな竜ヶ岳を無事下山し、次は皆さんお待ちかね第2部の開幕です。

車で少し移動し「おそうざいバル&カフェほのり」で少し遅い昼食です。和食もありますが大半の人は、イラン人の御主人による本場仕込みのペルシャ料理をいただきました。

先ず、チャイが配られると部屋中シナモンやスパイスの香りが漂い、メイン料理も独特のスパイスやハーブを混ぜたやさしいテイストでしたが、お口に合わない方もあったようです。

手作りケーキやプリン、コーヒーまで付いて大満足でした。

後は、車で少し移動して人気店のジェラードを食べ、注文していたパンを取りに行く人もあり、流れ解散となりました。

楽しい企画をしていただいたリーダーの春本さん、車を出していただいた皆さんありがとうございました。

■月遅れのお月見の宴 扇ノ山

●日 程：10月17日(木)～18日(金)

●参加者：L 佐々木 SL 砂川(延) SL 平井 小田 坂本 瀧原 田中(重) 田中(由) 松本 村上

●行動記録：

(17日)：朝来 SA9:15 発～植村直己冒険館(9:50 着)11:35 発～阿瀬溪谷(11:50 着)

昼食 13:45 発～ナカケ湯村店(14:35 着)15:00 発上山高原(15:30 着)・テント設営

(18日)：上山高原 8:05 発～上山山頂(8:15 着)8:25 発～上山高原(8:35 着)8:45 発～

～河合谷登山口(8:55 着)9:10 発～扇ノ山(10:55 着)昼食 12:00 発～大ズッコ(12:30 着)12:35 発～登山口(13:45 着)14:05 発～朝来 SA(15:40 着)16:35 発

◆あきらめない！お月見までは！

瀧原

初めてお月見山行に参加した。募集は少なかったのであきらめていたが、リーダーはじめドライバーの方のおかげで申込者全員が参加できた。今年のスーパームーンの日であり、アトラス彗星が見られるかもしれないとのことで楽しみにしていた。

冒険家植村直己記念館は偉大な業績の足跡が実感できるように工夫された展示であった、周囲の人(犬も)をととても大切にしていた人だった。植村直己の「あきらめない・・・」という言葉が心に残った。

お昼にヤマメ料理に舌鼓をうち、買い物も済ませ、上山高原へ。一面ススキの原に圧倒された。放棄地になってしまった棚田にもススキが茂っており、鹿2頭がゆったりと草を食べていた。

テントを張り、お月見への準備をしながらも、一面雲に覆われているのが気がかりだ。何とか、あの雲が切れれば見えるのではとか言いながら、みんなで月が出てくるのを待ち望んだ。賑やかな宴の途中、突然大きな「ケーン、ケーン」と鹿の鳴き声がした。暗闇の中の獣の声は怖い。大きな声だったので鹿は近づいていたのだろう。自分たちの縄張りに進入してきた者に

対する警戒の声だったのかもしれない。7 時頃に宴を終えて、月が出てくるのを待ちながら避難小屋でお話し会をすることになった。会長に山遊会設立の頃の話聞き、いろいろな思いを話し、自分にとっての山遊会は何だろう？と考えさせられた。

テントと避難小屋で別れ、寝る準備をしていると雲の合間からうっすらと月が見えだした。雲が動いていくのをじっと見つめていると、8 時半頃に見えた！満月が！やっと見えた！喜び合っていると、リーダーからテント場で見えることを勧められた。360 度の空にくっきりと明るい満月が輝いている。美しい！月の明かり以外何もない広い空のお月見は、長い人生で初めての体験である。素晴らしいの一言だ。あきらめずに辛抱強く待ったかいのある最高のお月見だった！

翌日、朝食後、上山に登って広々とした高原を眺めたあと、車移動で河合谷高原の登山口へ。



扇ノ山は十数万年前活動した火山だったそうで、噴火の堆積物が4つの高原や大ズッコ（丘）を作ったのだ。上山高原も溶岩台地である。なだらかな山容が麓から見ると扇を広げたように見えるので扇山というらしい。

登山口には「熊目撃！注意！」の看板があり、熊鈴を付けて登り始めた。取り付きは急な登りだったが、すぐに緩やかな登りになり湿地には木道があり

歩きやすい。広い尾根のブナの原生林は見事であった。今年はまだ紅葉していない。踏みしめると柔らかい地面のブナ林の中を気持ちよく歩いて行けた。曇り空で時折、ヒヤッとする風が心地よい。

大ズッコを過ぎ、登り返して頂上へ。曇っていた空も晴れ、360°の眺望も良く日本海が広がっていた。頂上でのラーメン、コーヒーがなぜこんなにも美味しいのだろう。山飯最高！頂上では山口県からのグループに出会った。おしゃれな避難小屋前で記念撮影をしたあと、ピストンで下山を始めた。

頂上付近には数カ所の保護金網があった。鳥取県内で唯一自生しているタケシマランを守っているのだろう。よく整備された山道で全く危険箇所もない。出会う人もなく静かな山歩きだったのでブナ林の中でしばし楽しんだ。幹が自在に折れ曲がりオブジェのようになったブナが見られて面白い。見上げたブナ林のすき間から真っ青な青空がのぞき、ほんとに美しいブルーなので写真に撮った。原生林の端にススキの原が広がっており日差しを浴びてキラキラと輝いて美しかった。

この山行の目的はお月見とテント泊体験。お月見は見事に達成、初めてのテント泊体験されたお二人はよく寝られて快適だったとの感想。良かったね。お天気にも恵まれ、ゆったりと自然を満喫した楽しい2日間でした。若干、弱気になりつつあった私にブナ林とススキの美しい自然と「あきらめない」の言葉が元気をくれた。また、扇ノ山に来ることができたらいいなあ。あきらめずに待つことにしよう。

ここに来るまで扇ノ山がこんなに自然が豊かな山だとは思わなかった。兵庫県と鳥取県の境にあり兵庫50山のひとつくらいにしか思っていなかった。鳥取県側から登ったので県がこの豊かな自然を守るために力を入れていることがよく分かった。山に生きる動物たちとの共生も考えさせられた。

計画・準備をしてくださったリーダーや長距離の運転をしてくださったドライバーの方々、同行の皆様に深く感謝いたします。お世話になり、ありがとうございました。



◆お月見も今年で店じまい

佐々木

2024 年のお月見扇ノ山も無事終わりました。今年で 3 回目です。

お月見の初回は 2015 年の桶据分岐の先での、お月見ビバークでした。2 回程抜けましたが 2021 年まで続けました。ツエルト泊、シュラフ無しでの野宿でした。年々食糧が豪華になりビバークと言うには少々、という事で、22 年からは場所を上山高原に移し、お月見扇ノ山としてテント泊+避難小屋泊りで 3 年間続けました。

参加希望者もだんだん減少してきており、そろそろ終わりにしようと思っています。

これまで参加して下さいました皆様、ありがとうございました。

毎回、顔を見せてくれたお月さまにも感謝。

■兵庫 100 山・後山

<旧女性委員会>

●日 程：10月20日(日)

●参 加 者：A 班 L 三木(悦) SL 尾内 臼井 小田 坂本 笹木
B 班 L 中村 SL 島谷 春本 松本 三木(知)

●行動記録：道の駅「あわくらんど」7:55 発一駒の尾登山口(8:15 着)8:35 発～展望所(9:00 着)9:05 発～駒の尾山(9:35 着)9:40 発～鍋ヶ谷山(10:05 着)10:15 発～船木山(10:45 着)10:50 発～後山(11:15 着)11:55 発～船木山(12:15 着)12:20 発～鍋ヶ谷山(12:45 着)12:55 発～駒の尾山(13:20 着)13:35 発～展望所(14:05 着)14:08 発～駒の尾登山口(14:30 着)14:45 発一道の駅「あわくらんど」(15:15 着・買物)解散

◆北風と太陽?! 駒の尾山から後山縦走

白井

前日の雨はやみ、少し肌寒い朝。集合場所の道の駅「あわくらんど」へ車を走らせる。早めに到着して待っていたらいいやと思っていたものの、みなさん余裕をもって早めの集合。

立派な石碑のある駒の尾登山口まで移動し、トイレ・ストレッチを済ませ、熊鈴を鳴らしながら登り始める。木の階段、ブナの森、落ち葉の道、整備されているが、風が強い。「尾根に出て、風が酷いようなら引き返す」との事。「ああ、また後山には辿り着けないのか?」…というのも、このコース、昨年7月にも登ったものの、雷と雨の為、船木山までで泣く泣く引き返した思い出があり、山行案内で見つけて、リベンジ! 絶対行きたい!!と参加したけど、それも仕方ないかと思えるほどの、なかなかの強風の中、進む。オマケに暑がりの私が寒いと感じる。衣服調整にも気をつけつつ、展望所（木の東屋は撤去され工事中）から駒の尾山頂へ。途中、鹿?の骨があり、ビックリ。こんなの見たら心折れそうですが、やっぱりみんなでいると安心感がある。鍋ヶ谷山は展望が良く、さっきまでいた駒の尾山や、往路では気づかなかったけど、遠くに那岐山も見えた。

気になっていた風も、尾根では周囲の笹が風よけになり弱まり、時々太陽の日がさしたりする中、船木山まで進む。船木山の南側には日名倉山と、ベルピール自然公園も綺麗に見えていた。さらに尾根を登り、念願の後山登頂。山頂には小さな祠と三角点、宍粟 50 名山と、岡山県最高峰の標識がある。狭い山頂ですが、他にも数名の登山者があり賑わっていた。写真を撮ったりお昼ご飯を食べたり山頂を満喫。

復路はゆっくりペース。途中キノコを見たり、ヘビがいたり、鹿の骨の所で悲鳴があがり、その声にビックリ!!…「いきにもあったやんかあ〜。」でも、何回見ても驚くよねえ〜(笑)

無事下山し、道の駅「あわくらんど」で野菜や果物を買い物して解散。

兵庫 100 山・宍粟 50 名山でもあり、岡山県最高峰でもある後山に登れて楽しい 1 日になりました。リーダーはじめ、ご一緒したみなさんありがとうございました。

因みに、岡山県最高峰は後山、2 位は船木山、3 位は駒の尾山です。1 日で岡山県の標高の高い山、上位 3 座に登れた事も凄いなあと。



■一緒に学ぶロープワークⅠ

<アルプ>

●日 程：11月4日(月・休)

●参加者：全体指導・砂川(延)

A班指導・L三木(悦) 尾内 小田 高島 春本 中村

B班指導・L須増 乙坂 笹木

●場 所：高御位山(長尾登山道)

●行動記録：長尾登山口9：00 発～鉄塔～巻道分岐岩場(9：35 着・ロープワーク)11：50 発～山頂(12：15 着・昼食)12：55 発～長尾新池駐車場(13：30 着・珈琲タイム)解散

◆報告

尾内

長尾登山口から鉄塔を越え、いつもは巻道に行くが、今日は、急登とペンキマーカのある斜面がロープワークの練習場です。まず、簡易ハーネスを装着し、2班に分かれて、練習開始です。A班は、リーダーのための支点づくりが目的です。

先に基本のエイトノットとダブルエイトノットの作り方を練習しました。これは何度も何度も練習して、いつでも確実に作れるようになっておく必要があります。結び目は正しく見た目に美しく、それが強度につながるとの事です。

次に、支点の作り方の練習です。

まず、自己確保をして自分の身を守るのが先決です。次に、じょうぶな立木にスリングを巻く。(ガースヒッチ)安全環付きカラビナで、ダブルエイトノットを作ったメインロープに繋がります。これが支点の作り方の基本です。垂直方向にロープを張る場合はロープの途中は玉結びで滑りにくくします。その結びも習得しました。

他にも、ロープが回収できる支点の作り方も練習しましたが、まずは基本をしっかり身につけておきたいです。

山行中、岩場や急斜面でどうしても通過できない場合に遭遇しないとも限りません。いざという時のために、リーダーにとっては、この支点づくりは必須です。

今日は、とても充実したいい実習ができて嬉しかったです。ご指導してくださった三木リーダー、須増さん、砂川会長ありがとうございました。そして一緒学んだ参加者の皆様、ありがとうございました。今日学んだことが、いざというときに、実践できるように努めていきたいです。

