

山行報告

■ 湖南アルプス(堂山・笹間ヶ岳・太神山・矢筈ヶ岳)

● 日 程：3月10日(火)～11日(水)

● 参加者：L 島谷 SL 安田 尾内 黒本 笹木 徳本 中村 春本 村上

● 行動記録：

(10日)：アルプス登山口 9:20 発～堂山(10:50 着)11:15 発～笹間ヶ岳分岐(12:50 着)～
笹間ヶ岳(14:20 着)14:50 発～アルプス登山口(15:30 着)

(11日)：アルプス登山口(8:00 着)8:05 発～迎不動(8:50 着)～太神山(10:30 着)
11:20 発～矢筈ヶ岳分岐(11:35 着)～矢筈ヶ岳(12:30 着)12:40 発～笹間ヶ岳分岐
(13:40 着)～アルプス登山口(14:30 着)

◆ アスレチックな堂山、笹間ヶ岳に登る

尾内

湖南アルプスはアクセスがよく、今回は石山駅近くの宿を拠点に2日間でアルプスを周回する行程である。1日目は堂山と笹間ヶ岳に登る。

石山駅からバスで25分終点のアルプス登山口で下車をする。いきなり巨大プロジェクトである大型クレーンが何台も並ぶ新名神新設工場現場が目に入る。気温は5度程度、風が冷たい。林道をしばらく歩き、綺麗な水の流れる溪流を渡渉し山の中に入って行く。覆いかぶさるようなシダも美しい。程なく、岩場が現れる。ロープを伝って上り下りしなければならない



ところがある何か所もあり、さながらのアスレチックコースである。登山道の所々からは、琵琶湖、街並み、比叡山や三上山が見渡せる。11時前に堂山に到着し、岩場の頂上に立つ。バスの中で一緒だった若者に集合写真を撮ってもらう。同じような向かいの岩場のてっぺんにも人がある。行って見るとこちらも絶景、堂山の第2ピークである。ここは、今日のコースのまだまだ序盤、帰りのバスの時刻もあり次の笹間ヶ岳へと急ぐ。

森の中の砂浜大谷河原で昼食を摂り、鎧ダム、オランダ堰堤、迎不動を経て笹間ヶ岳に到着する。三角点は巨岩の下。梯子、鎖が設

置してある八畳岩を見上げる。登りは鎖を使って頂に立ちみんな得意顔。滋賀の山並みが見渡せる。降りる時は梯子、ちょっと不安定であった。笹間ヶ岳からは車道まで近い。車道に出てホッとす。



今日は湖南アルプスの西2座を低山ながら、六甲山さながらの風化した花崗岩の露出した登山道、巨岩、奇岩あり、山中の美しい池、溪流、滝、ダムありで地形図を見るとハート形になるコースをハラハラする場面もあつ



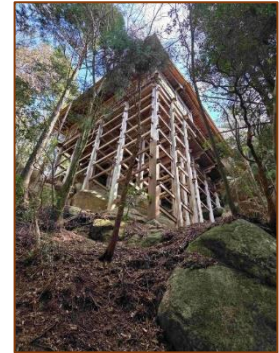
たが、見どころいっぱい楽しく愉快に歩く事ができた。

田上の山は豊かな森林美林だったゆえに古代からの神社仏閣などの建設用材等として使用され乱伐により禿山となり、災害を引き起こしてきた。先人の知恵と技術により治山治水が行われ緑が蘇りつつある。登山道の各所で見られた子供たちが卒業記念に一人一人植えたという標柱が印象的であった。明日は、駅からさらに奥へ太神山と矢筈ヶ岳に登る。

◆行って良かった太神山コース

笹木

2日目、ホテルを7時に出発。気温は低いが良いお天気で爽やか。昨日と同じ登山口から真っ直ぐ林道を進み、天台宗の山岳霊場である太神山に向かった。9時前に不動寺に到着。ザックを置いて境内の奥に続く道を登り太神山山頂に。三角点にタッチして境内に戻り続いて不動寺本堂に向かう。本堂は岩山の斜面にあり、長さの違う何本もの柱に支えられていた。お参りの階段が急勾配に延びている。下から見上げると清水の舞台を見るようで、石の階段を登っていくと巧みに組まれた柱が大迫力で迫って圧巻！本堂と礼堂の屋根は唐破風の寄棟造、桧皮葺の屋根が優美でした。礼堂でお参りした後、さらに上に登るとまるで石舞台の様な巨岩が頓挫しています。岩があったら登りたい！どこから登れる？登れる所を探して胎内くぐりを抜けると、巨岩にハシゴがかけてあるではありませんか。ハシゴがあったら登りたい！とはいえ、ハシゴといっても脚立を延ばして立て掛けただけでどこも固定されていません。どうする？流石黒一点！H氏が一番に登り、後に続いて上と下で支え見守りながら全員登頂！大満足で一段と高い所からの景色を楽しみました。



終盤の矢筈山への道は松や檜や雑木の根っこを跨ぎながら、急勾配の痩せ尾根を登って下つての繰り返し。兵庫の奥でもこんな山を沢山登ったなあーと思いながら、立ち止まると後に倒れそうな急登を登りきったら山頂でした。木々の間から琵琶湖方面がよく見えて遠く雪を被った武奈ヶ岳も見えました。資料によると、太神山のあるここ田上(たなかみ)地区は花崗岩地帯で、かつてペグマタイト鉱物トパーズの採れる三大産地の1つだったそうで、下山道でも大きな岩があちこちに目立ち、なだらかに連なって川のように流れているところや、白い奇岩が天を突いて並んでいて、登ってみたいくなる様な山もありました。昨日はスリリングな岩山を登って26000歩歩き、もうこれで満足と思っていた私ですが、太神山まで足を延ばし、お寺参り、岩登り、なかなかの山道を歩き通して26000歩、2日間変化にとんだ楽しいコースでした。改めてPRしたい。湖南アルプスは堂山だけでは勿体ない、是非足を延ばして太神山へ。さらなるワクワクが待っていますと。島谷リーダー、欲張りなコースを計画して下さりお陰で皆さまと色々な体験が出来て楽しかったです。有り難うございました。

■雄岡山・雌岡山

●日 程：3月18日(水)

●参加者：A班L藤原 SL木村 上田 内海 岡田(淳) 笹木 敷田 砂川(延) 田中(重)
B班L徳本 SL春本 田中(由) 中村 松本 三木(知) 森本 山本(清)

- 行動記録：金棒池駐車場 9:30 発～雌岡山(10:00 着)10:10 発～愛宕山(10:35 着)10:40 発～宮ヶ谷池休憩所(10:55 着)11:15 発～雄岡山登山口(11:50 着)～雄岡山(12:05 着)12:15 発～水晶谷(12:25 着)12:40 発～雄岡山登山口(12:45 着)～金棒池駐車場(13:05 着)

◆自宅から一番近い山

敷田

神戸市西区にある雌岡山は 249m、雄岡山は 241m の低山です。今回の山行は自宅近くなので朝はゆっくりで助かりました。皆さんは平日の通勤時間帯の渋滞にひっかかって大変。

登山口に集合して体操を済ませ、神出神社のある雌岡山へ舗装してある道を歩いて頂上へ。途中に 100 本以上の梅林があり、満開の時期はすぎてしまいましたがまだ花は残っていて良かったです。この梅林は荒れ果てていたのをボランティアの人達の整備で、毎年綺麗な花を咲かせています。私も 2 年前からお手伝いに参加。6 月には梅の収穫祭が開催されます。

頂上の神出神社では道中 1 箇所のトイレ休憩を済ませて下山。そして平坦な 2 キロの道を歩いて、雄岡山へ向かう途中に雨が降る前に早めの昼食。雄岡山の頂上では淡路島、播磨灘が一望でき、下山途中には水晶が採っていた水晶谷へ。もうかけらしか出てこないかもしれませんが皆で水晶さがし。リーダーがお持ち帰りの袋まで用意してくれましたが見つからず残念でした。

下山して駐車場まで歩いていると天気予報どおり雨がポツポツと。でも雨に濡れず、梅林のピークも過ぎていたので人も少なくて良かったです。



■七種槍・七種山～岩場を歩く

- 日 程：3月24日(火)

- 参加者：L 島谷 SL 中村

A 班 岡田(淳) 平井 松田 村上 山下(永)

B 班 喜田 木村 徳本 春本 古澤

- 行動記録：野外活動センター8:20 発～尾根出合 9:10 発～393.2 三角点 9:50 発～七種槍(11:05 着)11:30 発～小滝林道駐車場(12:25 着)12:40 発～七種山(13:40 着)14:00 発～七種滝 15:00 発～山門前駐車場 15:20 発～野外活動センター(16:00 着)

◆岩場のアップダウンが続く山「七種槍」から「七種山」へ

山下(永)

春の空気を感じる良く晴れた朝、福崎町青少年野外活動センターに集合しました。前もって持参するよう連絡のあったシュリングセットとコンパス（これらは、常時装備品であると知りました）を出して、使い方の練習をしました。そして準備運動をして「七種槍」を目指して出発。

スタート早々厳しい登りが続きます。岩場につぐ岩場。「滑落注意」の標識があちこちに立っていて、立ちはだかるような岩場に取り付けられたロープを手繰り寄せながら登ります。時にスピードがでてしまう私にリーダーの「ゆっくりよ、ゆっくり」のアドバイス。慎重に登ります。岩場を登りきると少し開けた場所に到着。こちらで三角点発見。奥山（393.2m）です。これから向かう「七種槍」そして「七種山」が見えてきた。標高は低いけど、変化にとんだ縦走



コースが続きます。迫力満点の岩場が続くので、一步一步確実に歩を進めます。岩場を登っては下り、登っては下りを繰り返して、やっと「七種槍」（577.3m）に到着。景色はいいけど、あまり広くはない山頂で昼食タイム。ゆっくり休憩したあと、「七種山」にむけて出発。今日初めてのフラットな縦走路を進み、ほっとしたのもつかの間。今度は厳しい登りが続きます。登っても登っても先が見えない山道。途中、絶妙なバランスをとっている奇岩「笠岩」の横を通り、やっ

と「七種山」（683m）に到着。山頂直下の岩壁を下りて地面が割れている「つなぎ岩」を見ました。割れ目をのぞき込んでみると数十メートル割れている感じで背筋がゾッとします。

「七種山」を後にして急坂を下山していくと七種神社に着きます。神社横には七種の滝（雄滝）。県下八景にも選ばれる名勝で落差72m幅3mあるそうだが、水量が少なく迫力はなかった。続いて、八龍滝、虹ヶ滝と登場し、橋を渡り鳥居をくぐると林道へでました。林道をしばらく歩いて駐車場に戻りました。

七種槍までの岩場の連続するアスレチックのような変化にとんだ山は初めてだったので、きつかったけれど楽しかったです。また、休憩の度に地図で位置を確認して、コンパスを使って進行方向を確認することがわかり、大変勉強になりました。リーダーをはじめメンバーの皆様、楽しい一日をありがとうございました。



■熊山508m —展望台でお花見—

●日 程：3月27日(金)

●参加者：A班 L中村 SL野村 泉 田中(重) 森下

B班 L安田 SL徳本 石堂 大谷 古澤 松本

三木(知) 山下(永)

C班 L上田 SL春本 江崎 岡田(淳) 笹木 砂川(延) 村上

●行動記録：熊山駅登山口 9:15 発～中腹駐車場(10:12 着) 10:20 発～熊山

神社(11:30 着)～展望台(11:35 着) 12:00 発～弓削方面下山分岐 12:15 発～龍神山 12:55 発～弓削下山口(13:35 着)



◆春を感じた山行“熊山”

江崎

いつも例会の時、座席後方に置いてある山行案内の参加者名簿に久しぶりに記入した。

岡山県にある熊山、JR山陽本線で姫路から12駅西に位置するその駅名も熊山だ。

この山には以前にも登ったことがあり、今回で2度目になる。

3月末の穏やかな陽ざしの中、駅前の広場で輪になり軽くストレッチを行う。

今回参加者は20名で3班に分かれての行動になる。

駅からJRの線路を南にくぐり、熊山登山口へ歩き出す。

登山道はそれほど急登ではないが、まあまあの傾斜。小さな谷川に沿って朽ちた落ち葉の道がしばらく続く。



途中、5合目に眺めの良い休憩所があり、ゆっくりベンチに腰を下ろす。

眼下には赤磐市の小さな町並みと吉井川のゆったりとした流れが広がる。

汗ばんだ顔に時おり吹く風がとても気持ちいい。あともうひと頑張り！頂いたチョコと飴を口に入れ歩き出す。

7合目付近で平坦な下り坂が続く、付近には可愛いピンク色の山つつじ(コバノミツバつつじ)の花が咲いていたり、鳥の鳴き声もしたりで、春の山を改めて感じる。匂いにも春独特のものがあるが何だろう？馬酔木だろうか？

その後また登りになり、ようやく頂上の神社と遺跡のある広場に到着した。ここからの眺めもまた素晴らしい！皆それぞれの場所で昼食をとる。帰りは登ってきた道とは別ルートで弓削登山口方面へひたすら下山する。

下山後、登山靴修理の店(フットライト)に寄り、ここでビール工場見学のグループと別れる。

私は前回、工場見学に参加したので今回は止めにしてJRの最寄り駅(万富)を目指し、もうひと頑張り。舗装された道を黙々と歩く。ようやく駅に着いてベンチに腰を下ろすと疲れがどっと足に来た。

◆4度目の熊山

田中(重)

春らしい日和に恵まれJR熊山駅を出発。登山口から沢沿いの石畳を登ると階段状の突き当りに1本松の木札の付いた大きな松の木が立っていました。

やがて開けた場所があり小休憩後、5合目の展望台に着きゆつたりと蛇行した吉井川沿いの景色を楽しみました。

そこから40分程で熊山に・・・広々した展望地で昼食タイム、下山後に行く吉井川沿いのキリンビール工場や小豆島遠望を眺めながらのひと時でした。

石積遺構の熊山遺跡前で集合写真を撮り・キリンビール工場を目指して出発です。下山ルートは龍神山を経て弓削コース登山口までだが、昨日の雨で足元のぬかるみに気をつけながら山つつじやウグイスの爽やかな鳴き声に癒されての下山でした。



靴修理店のフットライトに立ち寄り、下山の後のお楽しみ・・・キリンビール工場で喉を潤した至福の一時でした。皆さまお世話になりました。ありがとうございました。

*熊山とは、吉備王国の中心からすると、隅っこ（すみっこ・音読みではクマ古語句）にあるので、「くまやま」と呼ばれるようになったとか・・・

■鋸山(三尾山) 丹波篠山市

●日 程：3月30日(月)

●参加者：L藤本 SL春本 喜田 坂本 笹木 瀧原 仲田 中村 平井 古澤 本田

●行動記録：佐中ダム駐車地(9:15着)9:30発～鋸山(11:15着)11:45発～鏡峠(12:40着)～(視岩)(13:30着)～イワウチワ自生地(13:40着)13:55発～佐中ダム駐車地(14:50着)

◆多紀連山 鋸山・三尾山 感想文

平井

爽やかな晴天に恵まれて6:30自宅出 N氏の運転で加西経由加東市役所7:50到着 楽ちんだった。途中 善防付近にて播磨風船飛行隊のバルーンが見られ大感激！ カッター 集合場所の市役所 たかをくくって、総合庁舎と大きく勘違い 冷や汗“反省” 車3台に集約 参加者便乗 リーダーの引率で下の道“でかんしょ街道”～福知山線 丹波大山駅～佐中ダム“珍しく釣り堀のあるダム湖” 峠越えの道 約50分 k氏のリードで湖岸でストレッチ 平日ということもあり行きかう人は無し



9:30 鋸山(605m)を目指し湖畔を横目に見ながら登山口に 着く。鋸山まで急登が多くまたアップダウンが続く 途中白い提灯のようなあせびの花に癒されながら登る。ただあせびには毒があるようです 別名：馬酔木

11時過ぎ予定通り鋸山頂上 昼食、北に丹波市春日町の市街地、東西に多紀連山の視界よく展望最高 でものこぎりの形は実感できなかった。後で写真で確認 なるほど！

ただ待望のヒカゲツツジ 今年は時期早くまだつぼみでした。時折爽やかな風の吹く中、尾根道を快調に戻る。12:40分岐点 途中季節から落葉が多く足もとをすくわれる事がたまたまありました。12:37 鏡峠 山中には舞鶴自動車道トンネルが南北に通っているのだろう。高低差の多い尾根道を慎重に通過 前歩者、一度急な下りでふと握った木が腐っており転倒の事例が発生、ヒヤリハット事例となる。大きな怪我なくホットした。危険個所では注意し声をかけることなどで安全登山をこころがけましょう。

その後イワウチワ自生地に着く。今回一番印象に残ったのはイワウチワです。山の中で見ると本当にかわいらしく、可憐で「来てよかったな」と思わしてくれる花でした。北斜面の足元に気を付けながらあるきつつも、花を見つけるたびに自然と笑顔になりました。リーダーも目的が達成され大満足の様でした。15時頃無事下山ストレッチ後、舞鶴自動車道西紀ドライブインに立ち寄り黒豆ソフトでみんな「お歯黒」妖怪に変身の楽しい一日でした。リーダー様一人では行きにくい珍しい山の計画頂きありがとうございました。



■ 苦編山から蛤山縦走

●日 程：4月3日(金)

●参加者：L高島 SL中村 白井 大谷 亀島 島谷 松尾 宮川 安田 山下(永)

●行動記録：JR 英賀保駅 7:35 発～本徳寺登山口(7:45 着)～山崎山(7:57 着)8:00 発～苦編山(8:30 着)8:40 発～井ノ口山(8:54 着)～♥岩(9:10 着)9:20 発～靱取山(9:45 着)10:00 発～鬢櫛山(10:07 着)10:15 発～播磨高岡駅(10:30 着)10:55 発～高岳神社(11:15 着)11:35 発～蛤山(11:50 着)12:00 発～安室神社(12:20 着)12:25 発～フルベジポ(12:40 着)13:00 発～JR 英賀保駅(14:30 着)

◆ 景色に心癒される！初めての縦走山行

亀島

前日楽しみにしていた花見が雨の予報で中止に。苦編山縦走の天気も心配でしたが、晴天。本徳寺登山口ではすでに桜が綺麗に咲いており、登る前から嬉しくテンションがあがります。ほんの少し登るだけで、山崎山に到着。眺望が見渡せます。電車も見ることができ、まるでジオラマのよう。近場でこんないいところがあると感動。秀吉の弟、秀長が陣を置いたところだとのこと。皆さん、大河の話題で盛り上がります。小さな山でもそれぞれに看板が充実していました。岩場からも見晴らしのよい景色で、集合場所の英賀保駅がいつまでも小さく見えます。すぐに苦編山、井ノ口山へと到着。ところどころ、ピンクのお花も咲いていて春を感じ



じます。靱取山、鬢櫛山へと登っていきます。登りながら次々と山々を歩いていく、これが縦走なのかと実感。言葉で縦走と聞いてもそこまでピンと来ませんでした。実践して初めて体感でき、なんでも実体験につけるなど山から学びを得ます。そして、一番の学びは激下り。下りで落ちていきそうだと心配してしまい、地面に手を伸ばして歩きがちです。始めも手をつけて下っていたところ、安田さんからしっかり靴の中で指を丸めてと教えてもらうことで、コツをつかみ下ることができました。以前に教わったおいらん歩きを意識した下りだけでなく、また新たな山歩きを学び、感動。自分自身の中で下りの苦手意識をだいぶ減らすことができました。先輩方がさくさくと下っており、さすがだなと感心。景色から皆さんの足さばきから何からなにまで感動ばかりです。途中途中で姫路の広い景色を見渡すことができ、皆さんから場所等を説明していただき、身近

な地域の良さを改めて実感できました。あっという間に地上へ降り、次の高岳神社へ。単なる神社かと思いきや整備されていて、素敵な神社でした。ちょうどちょっとした休憩所もあり、お昼休憩。しばらくすると春になったばかりなので、体が冷えてきます。仕切り直していざ蛤山へ！蛤山も少し登るだけで、姫路周辺の町が見渡せ、こちらはより一層ピンクのお花が咲いて心癒されます。産地直送フルベジポではめずらしいみかんやお安くなったお野菜を購入した後、夢前川沿いをひたすら歩いて行きます。ずーっと桜を眺めながら歩くことができ、まさに花見縦走。菜の花との桜のコラボのスポットや亀が川沿いでひなたぼっこをしている様子も見ることができ、また心癒され、気持ちのよい1日を過ごすことができました。1日山からの学

び、身近な地域の良さを感じることができ、企画していただいた高島リーダーさん、一緒に山行した皆さんに本当に感謝です。どうもありがとうございました。

■深山(ふかやま)907.7m

●日 程：4月7日(火)

●参加者：L尾内 SL春本 泉 臼井 高井

●行動記録：宍粟市役所 9:00 発一岩上神社駐車場(ストレッチ) (9:30 着) 9:50 発～上ノ登山口(10:15 着)～林道終点(11:30 着)～尾根分岐(11:50 着)～深山(昼食)(12:07 着)12:40 発～南深山(13:05 着)13:10 発～林道終点(13:30 着)～上ノ登山口(14:27 着)～岩上神社駐車場(14:45 着)

◆宍粟の山・深山と南深山に登る

泉

雨のため一週間後の延期になったが、その日も雨🌧️しかしリーダーさんからの前日メールは決行との内容。昼頃には晴れる!との判断です。朝からは降ったり止んだり時折激しい降りに嫌だな～と思ったが雨の山行もきっと良い経験になるわ(^o^)"と思い直す。集合場所から車一台に乗り込み岩上神社の駐車場まで走る。鳥居をくぐり階段を上がると立派な神社と巨岩のご神体が目の前に現れました。狛犬にしては少し感じが違うな?と思ったらオオカミだを書いてあった。奥には幹回りが7mちかい神木のスギ巨木が高くそびえていました。足元の悪い山行に無事に帰ってこられますように、と手を合わせ願って登山道に続く林道を歩き始めました。雨が降ってヤマヒルが出るといけなからと対策をしていましたが、雨で気温が低いからか出てこなくて良かった。林道を抜け山道に入ると、とたんに足元が悪くなり靴が見る見るうちに泥だらけ。林業の作業をしておられて目の前で大きな杉の木がメキメキどっさーんと倒れて初めての光景に驚きました。許可をもらい横を通り抜け泥道を進む。その先にも作業車があり、声をかけ通らせてもらう途中にミツマタの群生がありクリーム色の花が雨に濡れていました。進むうちに雨は上がり青空が見えてきました予報通りやん!でも風は冷たく雨カッパは着たまま歩きました。防水ではない手袋をしていたので、濡れた手袋が冷たくて指先が冷えました。沢を渡ったりしながら何とか尾根まで登り左手に進み深山 907.6mに到着、開けた所で昼食をとりました。太陽の暖かさが有難かった。来た道を分岐まで下り反対方向の南深山 916mに向かいました。雨もやみ足元はふかふかの歩き易い山道で助かりました。三角点を確認して、来た道を下山。朝は雨の中で水たまりの泥道だったけど、陽が差し少しは乾いてるようで歩き易く思えた。景色も気持ちも明るく山道を下って行きました。岩上神社まで戻ってきて無事に帰ってこられた報告とお礼のお参りをしました。ストレッチをして車に乗り込み集合場所に無事帰ってきた。雨の山行は良い経験になりました。みなさん有難うございました。

