

山行報告

◆沖縄の最高峰・於茂登岳と西表島トレッキング



山行日：2月8日(土)～11日(火・祝)

参加者：L砂川(延) SL澤田(律) 尾越 北口 田羅間(易) 田羅間(勤) 澤田(卓) 西口 待場 村上(敬)

行動記録：関西空港(9:45 発)－石垣空港(昼食)12:45 着－レンタカー借用(14:45 発)－

(8日) 於茂登岳登山口 15:00 着(15:15 発)～最後の給水ポイント(5合目)16:00 着(16:10 発)～頂上 16:40 着(16:45 発)～5合目 17:15 着(17:20 発)～「月桃の宿・あかいし」17:50 着

(9日) 照屋さんに明石の海を案内して頂く(9:15 発)－「月桃の宿・あかいし」10:45 着(11:15 発)－野底岳(マーペー登山口 12:20 発)～頂上 12:35 着(12:50 発)～下山 13:10 着「カマとヤスの店」昼食 13:35 着(14:45 発)－石垣の塩 15:15 着(16:00 発)－「ホテルピースアイランド石垣」16:30 着



石垣島山行

待場

数日前から寒冷が続いていて、雪の中での出発となった。温暖な南国、石垣島・西表島に行くのを楽しみにしていた。関西空港から3時間で石垣空港に少し遅れて12時45分に到着。

生憎のお天気だが19℃と暖かい。空港内で美味しいソーキそば・八重山そばの昼食を済ませて、レンタカーでハイビスカス、ブーゲンビリア、ヤシの木など観賞しながら沖縄県の最高峰石垣島の於茂登岳525.8mに向かった。亜熱帯の原生林がうっそうと茂り、覆われた神秘的な山で、緑が綺麗な山。イタジイの巨木に見入るなど、下の方ではツブキの花も見ることが出来た。

3時間程で下山し、近くのスーパーで買い物し、楽しみにしていた宿「月桃の宿・あかいし」に到着した。二組のご夫婦と一緒に豪華な郷土料理に舌鼓、話も弾み、歌も歌い楽しいひと時を過ごした。

2日目は、朝から降っていた雨も9時過ぎには止み、前回に来た時から「もずく」でお世話になっている照屋さん御夫婦に「明石の海」を案内して頂く事に。

太平洋と東シナ海の間は1キロしか離れていなくて、その真ん中に石垣島。白く輝く砂浜、エメラルドグリーンの鮮やかな海、素晴らしい景色、お天気が良いと、どんなに素晴らしいことでしょう。想像しながら案内に耳を傾け、カラ山・トモル岳を眺め、その麓の太平洋側には、牧場で300頭から1000頭の牛。日本一の放牧場とされている。

車で1キロ走り、東シナ海側では波の荒い所で、もずくが採れ、湾になっているところでは、モウイ海藻が採れると教えて貰う。

野底岳「ヌスクマーペー」282.4m。1時間で登れた。

昼食は「カマとヤスの店」で昼食、豆腐チャンプルー・麩チャンプルーを食した。釜での「石垣島の海塩」作りを見学し、「ホテルピースアイランド石垣」に着き夕食は、外食で「石垣牛の

焼肉」ビールで乾杯です。皆さんの素敵な笑顔にも乾杯。お天気には恵まれませんでしたでしたが楽しい山行が出来ました。有難うございました。明日は西表島です。



西表島「テドウ山」山行



北口

行動記録 10日(日)

場 所	着	発
石垣港～乗船		8:30
大原港～バス乗車	9:15	9:35
上原港	10:20	
カンピラ荘	10:30	
＜テドウ山行＞		
カンピラ荘		11:00
休憩(昼食)	11:55	12:20
林道口	12:25	
川越え	12:45	13:00
テドウ山登山口	13:05	
分岐点	13:30	13:35
テドウ山頂	15:20	15:30
分岐点	17:10	17:15
川越え	17:40	18:05
林道口	18:20	
カンピラ荘	19:15	

行動記録 11日(月)

場 所	着	発
カンピラ荘		8:50
海中道路	9:40	9:45
カンピラ荘	10:35	
＜帰 路＞		
上原港～バス乗車		11:20
大原港～乗船	12:05	12:30
石垣港	13:15	
昼食・買物		
石垣港～バス乗車		15:15
石垣空港	16:00	17:10
関西空港	19:05	
シャトルバス		19:55
三宮	21:10	

山行3日目。石垣港から高速船で憧れの西表島へ。周囲130km、面積289.7km²の沖縄本島に次いで広い島。そこは青い海、ギンギラの太陽に照らされた白い砂浜・・・ではなく天候不順陽射しなし、どんよりした海(残念↓↓)。波が荒れて島の北、上原港に着く船が欠航となり島の南にある大原港に着く船上陸後、バスで島の東側の海沿いを半周して宿泊先のカンピラ荘に着きました。すぐに荷物と合羽を準備して出発しましたが、11時発になり嫌な予感がしました。

小雨が降ったり止んだりする中、ただただ車道を1時間歩き、道端でお弁当を食べてすぐに登山口に続く林道が見つかりひと安心するものの、前日からの雨で水溜りや沢のような道が続きます。うっそうと茂った亜熱帯の植物に蔽われた森の中へ。アドベンチャーの始まりです。靴を濡らさないようにアメンボウになった気持ちで幾つかの沢を越えましたが、とうとう流れの急な膝辺りの深さの川に来て足止めです。靴を脱いでクロックスに履き替えスパッツとズボンを捲り上げて凄い格好で川渡りです。(想像して下さい。)それでも全員上手くクリア!!さすがですね。

すぐに目的地「テドウ山登山口」の道標。やっとスタート地点なのだ・・・と正直テンションが下がりました。

13時半にヒナイ滝上とテドウ山の分岐点に着き、道標の2時間半の表示から単純計算すると16時に山頂着となる。この時誰もが心の中で「何とか登頂し暗くなるまでに下山すること」を目標にしたのではないのでしょうか?ここからは休憩無しのハイペースで10名が心をついに、リーダーにそして前の人に一体となってついて行く感じになりました。木に掴まりロープを手繰り寄せる登山道がどれだけ続いたでしょう。濡れた粘土質の山道に踏ん張ろうとする足をとられ、滑ってドロドロです。不意に横を見ると古い大木に巻き付く不思議な模様の木がハブに見えて

ドキッ！人間の気配にバサバサと音を立てて飛び立つ鳥。夜行性のイリオモテヤマネコには出会わなかったけれど、いろいろと出てきそうで内心恐怖を感じました。周りは木々や葉っぱばかりで一瞬視界が開けたのはたったの3ヶ所のみでした。

リーダーが地図で現在地を確認し、Oさんも雨の中を何度もコンパスをあてて下さるも正確な位置がつかめません。不安な気持ちを堪えて進んでいくと「そろそろ山頂が近いと思います。」とのリーダーの有難い声が聞えてほどなく三角点に触れることができました(15時20分)。あ～やれやれ。遠かった442.1m感動です。

しかし草むらに囲まれた見晴らしゼロの山頂は愛想の欠片ありませんでした。高御位山遊会の団旗を手に記念写真を撮影してすぐに下山です。靴に滑り止めや縄などを装着してもズルズルヌルヌルです。この先はご想像通りですがそれでも最後まで全員が同じ気持ちで下りて、滑って、靴を履き替え川を渡って林道まで無事下山できました。(18時20分)。カンピラ荘前でストレッチしたのは19時15分でもう真っ暗でした。最後まで諦めずに登り続けることができたのはパーティの皆様のおかげです。自然の厳しさ、大きさを感じ忘れることのない体験となりました。

リーダー他皆様本当に有り難うございました。

★ 石垣島・西表島山行のビックリ・ベスト5

1. テドウ山での体験
2. 「月桃の宿あかいし」の豪華料理のお・も・て・な・し
3. もずく採りの奥さんが私達を「登山家」と言っていた
4. 石垣島に信号が1つしかない
5. S氏の熱唱「春が来た」?

◆ 金剛山 樹氷ハイク



山行日：2月9日(日)

参加者：La 須増 SLa 西村 井上 大谷 高嶋 平井 藤田 本多

: Lb 大瀬 SLb 瀬尾 坂田(俊) 田中(美) 田中(由) 中嶋 中村 長谷川(孝) 三木(悦)



行動記録

場所	着	発
金剛山登山口	9:25	9:50
金剛山頂上	11:35	12:40
一ノ鳥居		12:55
伏見峠		13:30
ロープウェイ前	14:00	

雪の金剛山登山

藤田

前日の大雪のため辿りつけるか不安であったが予定通り9時半頃登山口に着いた。

道路には積雪が多く、バスを降りると空気が冷たかった。辺りはこの時とばかりに大勢の登山客であふれていた。10時前出発。歩き始めてすぐにアイゼンを装着した。登山者の殆どが大人も子供もアイゼンをつけている。登山路は丸太階段で整備されていて歩きやすい。尾根に出ると積雪が更に深く頭上には霧氷が見られるようになった。細かい枝先までびっしり着氷しシャンデリアの中を歩いているようでした。この辺りから下山してくる人達とすれ違うようになった。5合目の表示があって0.5合刻みの表示が出てくる。

9合目を過ぎると上部が明るくなり人の話し声が聞こえてきた。頂上の国見城跡に着いた。昼前であった。

実に大勢の人で混み合っている。曇天のため展望がきかず、順番待ちで全員写真を撮り、すぐに昼食。雪が降り始め風が冷たい。早々に出立することに。しかしトイレには長い列ができてい。待っている間に回数表板を見ると一万回以上が4人もいる。横の温度計は氷点下3℃を表示していた。葛城神社、一の鳥居を経て伏見峠から念仏坂を下る。途中いたるところで子供たちが持参のソリで滑っていて金剛山によく親しんでいると思われた。

都合よく雪が降り、霧氷が見られて絶好の登山日和でした。有難うございました。

◆笠形山 扁妙の滝



山行日：2月11日(火・祝)

参加者：La野村 SLa上田 尾内 岡本 香川 狩集 河合 北村 坂田(敬) 苦瓜 開

行動記録

場所	着	発
キャンプ場駐車場	8:55	9:30
扁妙の滝	10:10	10:20
滝見台	10:40	10:50
五合目	11:10	11:15
山頂	12:55	13:50
キャンプ場駐車場	14:30	
グリーンエコー笠形		16:00



笠形山山行

岡本

笠形山は、昔子供がまだ小さい頃の春、私の父親との親子孫3人で一緒に登った思い出深い山である。その時、扁妙の滝の氷爆のすごさを父親から聞いていたので是非一度見てみたいと長い間思っていました。

今日の山行は総勢11名。数日前に大雪が降ったので出発時からアイゼンを装着、野村Lを先頭に出発した。キャンプ場を抜け、滝見コースに進路をとる。オウネンの滝を見て、しばらく歩くと扁妙の滝に到着。前情報で今日は2割の氷爆と聞いていたので期待していなかったのだが、

いやいや中々見事なものである。つららが垂れ下がり少し水は流れてはいるものの寒さが覆いかぶさってくる感じがした。しばらく観賞してから急な鉄階段を登り滝見台へ。皆さんとしばし休息。雪景色の扁妙の滝を少し下に見て、見晴らしも良く、あ一念願かなったと思った瞬間でした。

そこから笠形山頂上に向かいます。6合目あたりの急な登り坂から雪が深くなり、歩きづらくなってきました。途中何度もすべって登られなかったり、こけたり、雪道は本当歩くのが大変だということを知りました。なんとか頂上についたのですが、寒い!!! 360度見晴らしはよかったです、皆さんも寒さに震えておられ早々に下山しました。

下山後はお風呂で極楽気分を味わいました。お風呂あがりの皆さんの顔が幸せそうでうれしくなりました。やはり山行後のお風呂は最高ですよ。

皆さんの温かさのおかげ様で、いい思い出が又一つできました。ありがとうございました。

中々思うように山行に参加できないのですが、又ご一緒できましたら宜しく願い致します。

◆三室山山行 (アルプ)



山行日：2月23日(日)

参加者：L大瀬 SL本多 三木(悦)



行動記録

場所	着	発
野外センター跡		10:40
ワカン装着	11:00	11:10
源流ポール	11:55	12:00
昼食	12:40	13:05
山頂直下	14:10	14:20
源流ポール		15:15
野外センター跡	15:40	



三室山で雪上トレ

本多

3月のアイゼントレが平日になってしまったので追加の雪上トレをお願いし、三室山へ。車は高原駐車場までは入れず、少し手前の空き地に停め出発。10時半を回っていたがタイヤの跡は凍っていた。30分程歩いたところでワカン装着。沢沿いを歩き、詰めずに早めに左側の尾根に出てから登る。斜度がきつくなると滑るようになったがアイゼンでは確実に踏み抜きそうなのでワカンのまま登る。ここ数日は雪が降っていないようで深いラッセルはなかった。山頂近くなるとトレースがバラバラになった。もう少しで山頂という所で時間切れ、引き返すことに。山頂に行ってきたという人の後を歩いていくと沢の上部に出て、そこからルンゼ状の道を下った。雪上歩行、装備の使い方、夏道とは違うルートファインディング...やはり六甲でのトレとは違いとても練習になったし、もっと練習する大切さも痛感した。雪上トレも日帰りで計画が立てられると現役組が参加しやすいと思う。ただ日帰りの朝出発だと道が凍っているのが心配でどうしても今回のように遅く出発することになるから頂上を踏めなくなってしまう。土曜の午後に出発し、登山口近くでテント泊して朝から登ると氷ノ山や京都方面も行きやすいので、丸2日使うより参加しやすく、遠くの雪山にも気軽に登れるので提案していきたい。

◆六甲全山縦走・西半縦・東半縦トレーニング



トレーニング日程・参加者

*全縦トレ (2月15日・土)	L砂川(延) SL山本(正) 大谷 切貫 高嶋 苦瓜 西口 村上(敬)
*東半縦トレ(3月1日・土)	L砂川(延) SL待場 大谷 狩集 高嶋 瀧原 開 森本
*西半縦トレ(3月1日・土)	La尾越 SLa尾内 岡本 兼澤 河合 切貫 田羅間(易) Lb山本(正) SLb瀬尾 田羅間(勤) 苦瓜 西口 長谷川(孝) 三木(悦) 村上(敬)

全縦トレ行動記録

場所	着	発
須磨浦公園駅		6:20
高倉台団地	7:25	
新鉄鶴越駅前	10:40	
菊水山	11:45	
鍋蓋山	12:47	
大竜寺	13:15	
市ヶ原	13:40	
摩耶山	15:40	15:50
六甲ケーブル駅	17:50	

東半縦トレ行動記録

場所	着	発
新神戸駅		9:05
市ヶ原	9:48	9:55
摩耶山	11:35	11:42
丁字ヶ辻	12:40	12:45
ガーデンテラス	13:30	14:00
一軒茶屋	14:50	14:55
(アイゼン装着)	15:05	15:10
船坂峠(アイゼン脱)	16:05	16:10
大谷乗越	17:05	
塩尾寺全縦ゴール地点	18:10	

西半縦トレ行動記録

場所	着	発
須磨浦公園		7:55
ロープウェイ山上駅	8:20	8:25
高倉団地	9:00	
横尾山	9:40	9:45
妙法寺	10:35	10:45
高取山東公園	11:45	11:50
丸山(トイレ)	12:40	12:45
鶴越駅	12:50	
菊水山	13:55	14:05
鍋蓋山	15:10	15:15
大竜寺	15:45	15:50
市ヶ原	16:05	16:15
布引展望台(ストレッチ)	16:40	16:45
新神戸駅	16:55	



雪の六甲全山縦走コースをトレーニングで歩いて

砂川

毎年六甲全縦を取り組むにあたり本番前の1ヶ月程前に全縦トレーニングを日程に上げています。今年は2月16日でした。当日は今年から大竜寺の閉門時間が13時から13時30分と30分遅くなったこともあり、西(姫路、高砂他)からはJR、山陽とも始発の電車で須磨浦公園駅午前6時15分集合にして歩いてみることにしました。

高御位山遊会から全縦トレ参加者は例年はJR組が多いのに、今年はYさんの一人のみだった。

須磨浦公園駅に降り立ち、いつもの通り駅構内でトイレを済ませ、改札前で全員揃ってストレッチをしてトレのスタートとなりました。今年は数日前に降った雪の影響が予想されるため、何処まで行けるのか予想が立たない中、須磨浦山に向かって長い石段の登りをいつもの通り一定のペースを守りながらゆっくり上がりました。山上駅前の休憩場所で明石海峡の夜明けを眺めながら小休憩をいれ、衣服の調整を行い再度出発となりました。この上に来ると何となく全縦のスタートが始まったと毎年感じます。

大竜寺が何時に通過できるのかが気がかりでしたから、途中は休憩をあまり入れずに先を急ぎました。鉢伏を過ぎると登山道に雪が少し現われてきました。いつもの妙法寺で休憩後、少し長い

高取山への登りに掛かりました。第一関門としての辛い登りです。途中でKさんが理由の分からないままりタイヤすることになりました。



後は丸山市街を神鉄の鶴越駅に向かって坂の町歩きを経て菊水山に取り付きました。菊水山の登りも階段の連続で、先の長いことを考えると辛い登りです。

鍋蓋を越え、大竜寺に到着したのが記録係りのNさんに聞くと13時15分でした。ここまで歩いてきたペースを考えると、本番でも西方面からの一番電車で何とか大竜寺の関門時間をクリアできることが予想できひと安心しました。菊水山からは登山道にかなりの積雪があったが、壺足で何とか過ごせたので、

行けるところまでアイゼン無しで歩き通しました。摩耶山の登り稲妻坂から天狗道、掬星台にかけかなりの積雪となり、掬星台手前の登りではかなり苦労しながらも壺足で掬星台に上がり一休みしました。気温がかなり下がり長居はできない状態でしたが、少し休憩を入れました。これから先のことを考えアイゼンを装着することにしました。掬星台の看板前で集合写真を一枚撮り記念碑台に向かいました。三国岩前のドライブウェイに出るとかなりの積雪があり道路は除雪されているが歩道は除雪がなく雪が20～30cm積もっており歩き辛いので、車道を歩くことになりました。この状況では宝塚まで歩き通すことは無理と判断し、記念碑台から六甲ケーブルに廻り、ケーブルカーで下山することにしました。六甲のこのような積雪状況から本番が心配されます。先日も県連盟の全縦担当者から六甲山ゴルフ場、大平山付近の積雪状況が写真を添付して流していましたが、かなりの積雪状況であることが判明しています。

今年の六甲全縦への取組みに当たっては、安全に下山できるエスケープルートの下調べが必要です。全縦本番に参加するに当たっては完走にこだわらずに安全第一で参加する予定です。



初めての六甲全山縦走トレ東コースに参加して

森本

本日は、一昨日の春の陽気から冬の天気へ逆戻りとの予報であったが、朝から曇り空で暑くもなく寒くもない山行には持ってこいの天気となった。

2月16日の六甲全山縦走トレを申し込んだが、いきなりの全山縦走は無謀と思い、本日の東半縦トレに変更した。

六甲山行は、昨年7月13日の山歩き教室の六甲ロックガーデン以来の2回目である。

初めての本格的な六甲山行に期待と不安が入り混じった朝であった。

新神戸駅集合後、近くの公園でストレッチを行い、砂川リーダーから最終ゴールまで行くかどうかは状況を見て途中の一軒茶屋で判断しようとの指示で出発した。

少し歩くと祖谷のかずら橋に似せて作った「猿のかずら橋」を左に見て、桜茶屋でトイレ休憩となる。出発直前に珍しい野生の猪の5匹の親子連れが茂みの中を進んでいるのを発見、子供が必死で追いかけている微笑ましい光景であった。

摩耶ロープウェー山上駅あたりから残雪が始まり車道も凍結していた。神戸ゴルフクラブ周辺では40cm位あったが、ザラメ状でかろうじてアイゼンなしで乗り越えることが出来た。



出発後4時間半でガーデンテラスに到着し昼食となった。六甲ビューパレスで全員ポタージュスープを注文し温まりながら持参の弁当で食事。ところがおにぎりあと1個の処でウェーターが「ここは持ち込み禁止です。他のお客さんの手前ご遠慮願います」とのことで急遽、外のベンチで完食となった。食事後、本降りとなり全員雨具を着ての再出発である。

一軒茶屋から車道を歩き、六甲山最高峰の標識を横目に下り坂を進み、宝塚まで12kmの分岐点で軽アイゼンの装着である。ここからの狭い坂道には結構残雪が凍結しており初めてのアイゼンによる歩行となった。その後船坂峠の分岐点でようやくアイゼンを外し、足元の軽さに驚きであった。その後樹林地帯をひたすら歩く。

塩尾寺下全縦ゴール地点に到着した時は、周囲はすでにうす暗くなってきた。下山途中で宝塚市街の素晴らしい夜景をみることができ、心が洗われる思いだった。阪急宝塚駅の中華料理店でビール、お茶等で全員無事完走を祝しての乾杯は格別であった。

本日の9時間の山行で疲れを全く感じなかったのは、砂川リーダーのペース配分の賜物と感服しております。メンバーの皆様、色々な体験をさせて頂きありがとうございました。

新神戸駅から宝塚駅まで42、500歩でした。



六甲縦走・西コース・トレーニング

兼澤

昨年初めに傷めた左膝が再び痛み出すと、同行メンバーに迷惑をかけるのではないかと不安。逆に、今日登る山はどのようなパフォーマンスで我々を迎えてくれるのか、というワクワクした期待。そんな心の葛藤の中、集合場所の山電須磨浦公園駅に到着した。

天気はにび色の曇り空。でも、気温は10度を超えていた。ストレッチをして「イザ、出発！！」

ダラダラとした階段道をスタスタと歩き、鉢伏山山頂付近でレイヤリング。また、よく整備された道をテクテクと歩く。梶尾山の長い階段を「エイ、ヤ！！」と登り、歩く、歩く……。丸山町内をくねくね曲がりながら歩く、歩く……。途中、かわいい幼児に「頑張って！！」と励まされ、ひたすら歩く、歩く……。以前に「この丸山地区は硬い岩盤の上にあるため、整備ができずグチャグチャの街並みになってしまった」と聞いたことあったことを思い出す。



高取山の茶店の横で小休止。鶯の鳴き声を聞いた。あまりにきれいな声・大きな声で何度も鳴いたので「これは人工的に拡声器で流しているのだろう」ということになった（後日、確認すると本物の鶯でした。鶯さん、ごめんなさい！！）

高取山の茶店の横で小休止。鶯の鳴き声を聞いた。あまりにきれいな声・大きな声で何度も鳴いたので「これは人工的に拡声器で流しているのだろう」ということになった（後日、確認すると本物の鶯でした。鶯さん、ごめんなさい！！）

神鉄鶴越駅の手前で小休止。体調が悪くなった二人と別れ、菊水山に向う。道端の「地藏菩薩」「不動明王」さんに真言を唱え山行の安全を願った。この頃から、ポツリポツリと雨が降って来た。

喘ぎながらも、菊水山の急坂を全員登りきり、頂上で小休止した。食事時間はとれないとのことなので、パンをアクエリアスで流し込む。胃が悪くなりそう。天気が悪い割には神戸の佇まいが見渡せた。雨が少し強くなってきたので、リーダーから「雨合羽の上着着用」の指示が出た。心配していた残雪は全く無かった。天王吊橋を渡り、鍋蓋山に取り付く。長い上り坂を黙々と歩く、歩く……。耐え難きを耐え、忍び難きを忍びつつ、やがてクリア！！

真言宗大竜寺下の山門で集合写真を撮り、雨の中、トボトボと歩く、歩く……。

桜茶屋前で小休止。この後、全員の歩く速度が、ザクザクザクと力強く「競歩」状態となる。「もうすぐゴール！！」との気持ちの高揚が足にエネルギーを与えたのかもしれない。

布引の滝近くの広場でストレッチをした。梅が咲いていた。「もう 春がちかいんだなあ！」と心が温かくなった。

今日、お世話になった六甲の山々に感謝!感謝です。次回はどんな装いで我々を「お・も・て・な・し・」をしてくれるのか、楽しみです。

◆六甲全縦トレ (アルプ)



山行日：2月16日(日)

参加者：L大瀬 SL尾越 和田 竹内 三木(悦)

行動記録：須磨浦公園(6:07 着)6:25 発～高取山(9:35 着)～菊水山(11:45 着)～大竜寺(13:15 着) 摩耶山(15:25 着)～記念碑台(17:10 着)～六甲ケーブル(17:25 着)



自分にチャレンジ

大瀬

15日全縦トレに行ったSさんから、寒波で六甲にはかなりの積雪に成っている、諦めて六甲ケーブルで下山したと報告がありました。

3年ぶりの全縦トレに参加、毎回思うのは最後まで歩く事が出来るか、どこまで行けるか、いつもそんな事を考えて歩いています。今回はパーティーで歩ける早さで、神鉄鴨越駅までは順調に歩を進める。菊水山の手前でWさんが足に違和感があり、リタイヤする事になる。

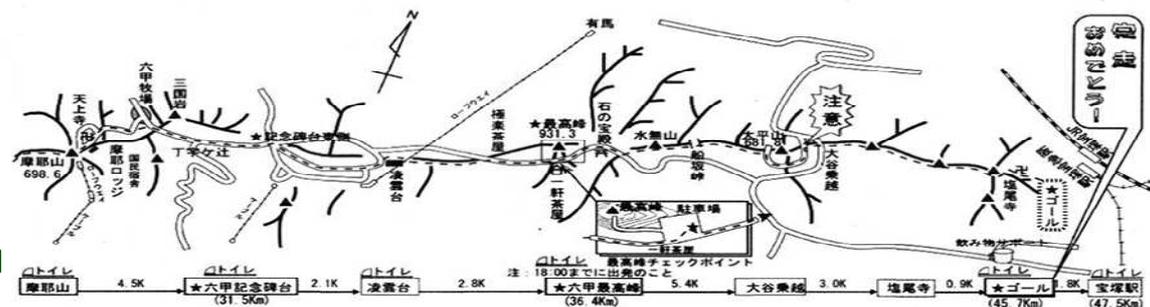
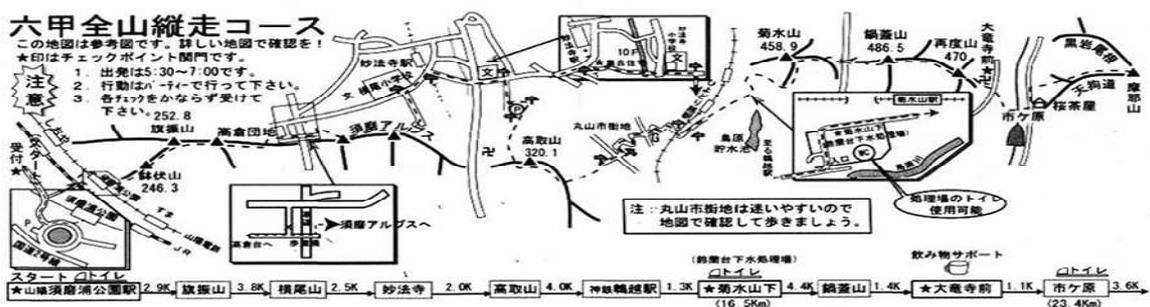
菊水山の登りは、風も無くお日様に照らされて、汗が噴き出し頂上にたどり着くと、雪解けで地面はビチャ、ビチャ北風ビュー、ビュー5分も経てば体が冷えてあわてて歩きだす始末。

菊水山からは日陰に雪が残っていて、道もぬかるんだ所があって歩き難かった。

鍋蓋ぐらいから、足に違和感を覚え筋肉の痙攣、筋の突っ張りをダマシ、ダマシ歩き続ける。

摩耶山に近付くにつれ、雪が積もっていて、アイスバーンの所が増えてアイゼンを装着した。

摩耶山はかなりの積雪、東に進む程積雪が多い、人の歩いた足跡が凍って歩き難い、丁字ヶ辻でアイゼンを外す。アイゼンはこんなに歩き難いかな足首が疲れた、六甲ケーブルで下山する事にした。



◆北八ヶ岳（縞枯山、茶臼山スノーシュートレッキング）



山行日：2月21日（金）～23日（日）

参加者：L砂川（延）SL尾越 青山 石田 大谷 香川 木村 高嶋 竹内 西口 平井 待場

行動記録（21日・金）

場所	着	発
姫路駅南側		7:50
中国道 多賀PA	10:46	11:15
中央道 木曾川PA	11:46	
中央道 駒ヶ根PA	14:00	14:18
高遠城址公園散策	14:50	15:20
ピーナスライン展望台	16:00	
ピラタスの丘ペンション	17:45	

行動記録（22日・土）

場所	着	発
ピラタスの丘ペンション		9:00
ロープウェイ山頂駅		9:30
トレッキング 休憩		10:22
茶臼山展望台	11:43	11:50
縞枯山展望台	13:33	
ロープウェイ山頂駅（昼食）	14:00	
ピラタスの丘ペンション	15:15	

行動記録（23日・日）

場所	着	発
ピラタスの丘ペンション		8:50
霧ヶ峰展望台	9:30	
車山登山口	9:47	
車山登山（積雪多く断念）		10:55
昼食	12:23	13:10
小牧JC	16:10	
養老SA・姫路駅着	16:30	19:15



人生初めてのスノーシュー

木村

八ヶ岳の山行申し込みをしてから、初めてのスノーシュートレッキングをとっても楽しみにしていました。当日は、2台の車に分乗して、12名が長野県茅野市に向けて出発しました。途中、恵那峡サービスエリアで昼食をとり、高速道路を走り、雪の高遠城址で休憩。杖突峠の展望台からは、諏訪湖そして3日目に山行予定の車山高原が見えました。そして5時頃に、ペンション・



ピラタスに無事到着。入浴後の夕食では、生ビール・ワインで乾杯！これも泊りがけ山行の楽しみです。食事の後、外へ出ると、満天の星はいつも見ているよりも大きく、一際輝いていました。ペンション入口のつらはら1メートル30センチほどもあり、びっくり！

2日目はいよいよスノーシュートレッキング。北八ヶ岳ロープウェイを山頂駅で降りると、雲一つない青空。絵ハガキで見るとような青空がとても印象的でした。スノーシューを装着して平坦な雪道を歩いている時は、周囲の景色を見ながら楽しむことができたのですが、上りは歩きづらく感じました。それでも茶臼山の展望台に立った時には、その眺望に感動しました。手前には、八ヶ岳の樹海が広がり、遠くに駒ヶ岳、御嶽山、乗鞍岳などの山々を見渡すことができました。茶臼山から今度は縞枯山へ。縞枯山の展望台からの眺望も目に焼き付けたいと思うほど素晴らしいものでした。

3日目は車山高原へ向かいました。アイゼンを着けて上り始めたのですが、時々ズボッと膝上まで雪の中に足が埋もれてしまうことも……。こんな雪の中をアイゼンで歩くのも初めてなので楽しかったのですが、例年よりも降雪量が多かったようで、この状態で登るのは無理とのリーダーの判断で途中下山しました。しかし遠くに富士山も見え、ここでも素晴らしい景色に出会うことができました。

その後、諏訪市内で、皆で美味しい鰻井の昼食をいただき、諏訪大社へ参拝して帰路につきました。

3日間とも晴天に恵まれ、日本の素晴らしい雪の殿堂を一望できる山行でした。長距離を運転して下さったSさん、Iさん有難うございました。ご一緒して頂いた皆さん、お世話になりました。

◆長峰山

山 行 日：2月23日(日)

参 加 者：La 佐々木 SLa 兼澤 狩集 河合 切貫 塩津
：Lb 須増 SLb 苦瓜 砂川(美) 関山 田中(美) 中村
：Lc 和田 SLe 山本(正) 開 峯山 山下(雅)

行 動 記 録：阪急六甲駅(9:05 発)～伯母野山住宅碑 9:35 着～長峰山(天狗塚) 11:13 着(11:30 発)
～穂高湖 12:18 着(12:48 発)～マムシ谷出合 13:30 着～瀬池分岐 13:35 着(13:40 発)
～阪神高速高架 14:32 着～神鉄谷上駅 14:50 着

長峰山山行を終えて

開

阪急六甲駅から、住宅街を抜けて登山口まで行きました。

結構な急坂で、このあたりに住んでおられる方は、大変だろうと思いつながら登って行きました。

お天気も良く、登山口の広場でストレッチをする時には、汗びっしょりでした。しばらく歩いて行くと、残雪があり、滑らないように気をつけながら進んで行きました。長峰山を過ぎ、天狗塚から、神戸の街並み、摩耶山、六甲山を眺め小休止。この後、雪が多そうなので、アイゼンを装着する事になりました。

先日、笠形山行で装着していたので楽に出来ました。場所により、雪が多く残っている所や、土が表れている所やまちまちで、土の所を歩いていると、嫌な音がするので、雪の所を探して歩きました。柚谷峠でトイレ休憩をとり、穂高湖で楽しい昼食です。日の当たる道に横一列に並んで食べました。

日が当たってとても暖かかったです。

リーダーから、雪の状態を見てコース変更があるかもしれないと説明がありましたが、最初のとおりマムシ谷分岐から下山しました。表でも雪が多かったので覚悟していましたが、思ったより少なかったので、安心しました。会う人も少なく淋しい所だなと思いつながら下りて行きました。途中で雪が無くなり、アイゼンを外したときは、足が軽くなって楽になりました。

皆、無事に帰って来ることが出来て良かったです。有難うございました。



◆天狗山

山 行 日：2月26日(水)

参 加 者：La 瀬尾 SLa 村上(敬) 阿江 島本 高嶋 田中(美) 時井
：Lb 大瀬 SLb 内海 有本 粕谷 砂川(美) 多木 武田 中村 宮崎

行 動 記 録：八幡宮 9:50 着(10:10 発)～六合目 10:55～前山 11:15～天狗山 11:25 着(11:50 発)～
中峰 12:10～奥池 12:35～八幡宮 13:20 着

備前市の「天狗山」へ、瀬尾L大瀬L以下16名で行ってきました。

バスを降り、西願寺前の公園でストレッチの後、寒河八幡宮の鳥居をくぐり参道の石段を上がると、左手に登山道入口。道は少し狭いがテープもあり、わかりやすい。

岩稜歩きで、直ぐに視界が開け、日生港の展望がバックに楽しめる。



前山(360m)付近は、高御位山に少し似た雰囲気。山頂は360度の展望で大小13の島々からなる日生諸島と、四方の山並みが見渡せるが、今日は少し霧がかかり、ボンヤリとした風景を眺めながら軽めの昼食。

下りは、ザレ場を注意しながら軽いアップダウンを繰り返し、三ツ池へ。奥池・中池・下池とあり、水は澄んでおり綺麗な青色で風景も良い。下池より下は、溪流沿いの岩稜帯で滑らない様に慎重に下るが、親切なマークが多くあり迷う事はない。車道に出ると西に暫く歩き、バスの待つ西願寺へ無事到着。色々なバリエーションが楽しめる手頃な山で、山ツツジが咲く頃にまた訪れたいです。

その後、「うま×うま」でビールで乾杯しながら日生名物の「カキオコ」を頂く。プリプリの牡蠣がタップリでウマーッ！

そこにPM2.5の注意喚起情報が播磨東部に出たとのニュースが飛び込んできて、今日の霧はこの影響か？と少し話題になる。更にその後、温泉の予定を変更して五味の市へ。

新鮮な漁類は残念ながら売切れでしたが、ミネラルたっぷりの良質な日生産の牡蠣などを購入し無事終了となりました。リーダー以下、参加された皆様、楽しい山行有難うございました。

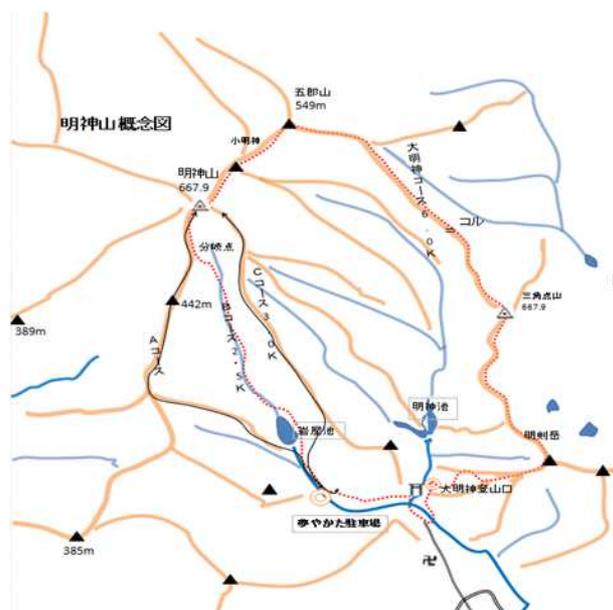
◆明神山 

山 行 日：3月4日(火)

参 加 者：L野村 SL上田 狩集 木村 北村 苦瓜 西口 宮崎 村上(敬)

行動記録

場 所	着	発
駐車場	9:10	9:30
明剣岳	10:10	
展望岩	10:35	
三角点山	10:45	10:50
衝立岩	11:05	
五郎山 549m	11:30	11:35
小明神	12:25	
明神山	12:40	13:15
A.Bコース分岐	13:40	
長滑り	14:00	
観音滝	14:20	14:30
駐車場	14:45	





「案ずるよりも産むが易し」高御位山遊会に入会して2年目、そろそろ山行に積極的にチャレンジしようと「明神山参加名簿」に名前を書いた、までは良かった。

明日が山行の夜、情報を集めようとPCで検索してビビってしまった。計画書を見直す。「大明神コース→明神山→Bコース下山」この大明神コースは、山頂までの距離約6kmで、健脚者向きなのだ。私はまだまだ初級クラスと自負しているので絶句（泣）。

バレーボールで大きな試合の前夜も、ゴルフで初めてコースに出る前夜も、緊張してなかなか寝付けなかった覚えがある。何年か経ってこの山行で久しぶりの緊張感。目を閉じてもヒツジの数を数えても眠れなかった！そんなこんなで迎えた当日、晴れマークにニコッで切り替えられた？

2台の車（上田車・野村車）に分乗して目指すは夢やかた駐車場へ。車の中のおしゃべりで緊張感も和らぐ。苦瓜さんのリズムある号令でストレッチ、目指す山を仰ぎ見ながら、いざ出発！神元神社の鳥居の前で「無事に楽しい山歩きが出来ますように」と、手を合わせて気合を入れる。

一度登ったことがある方は知っているかもしれないけど、この山は尾根に上がるまで急な斜面の道でトラロープが設置されている。最初からいきなりの急登で、もう汗！衣服調整で1枚脱ぐ・・・。鉄塔を何箇所か通り過ぎると道の両側にシダが群生している。尾根歩きの始まりです。



左の木々の間から明神山の山頂が見える。「あの山に登るんだなあ～ 遠いなあ～」アップダウンを私は2本ストックを使いながら歩いていた。ごちなく歩く姿をサブリーダーの上田さんが見ていてストックの使い方を指摘された。それからは無駄な体力を使わないで歩けた。しかし、山頂まで登ると、私の両方のふくらはぎがパンパンで悲鳴をあげていた。

「やっぱり健脚コースなのだ！もう無理！足が上がらない！足が重たい！」泣きそうになり、それこそ心が折れそうになる。恐竜の背と呼ばれる岩屋根、岩がゴロゴロしていてロープをしっかりと握り慎重に上がる・・・やっとな、やっとの思いで明神山山頂に到着。万歳！

山頂では、この山にいた男性愛好家が親切にぐるっと、指を指しながら「あの山が雪彦山・七種山三山・笠形山・六甲山・雪をかぶっているのが岡山的那岐山」等、丁寧に教えてくださいました。

お弁当タイムと記念写真を撮り、下山最短のBコースへ。いきなりの坂をロープを握って下ります。振り返ると「気合坂」の標識が・・・杉が植林された中を森林浴しながらつづら折に下る。岩屋池に映る逆さ明神山をバックにパチリ！

やっとなだらかな道に出た所で、「観音滝」へ行ってみましょう～と上田サブリーダー。

滝の水はポタリポタリだった。ゆっくりの休憩タイムで呼吸が整ってきました。観音さまありがとう～

14時45分、皆無事怪我もせず駐車場に戻って来た。夢やかたの喫茶店で美味しいコーヒーを飲みながら雑談。帰路、たまご屋に立ち寄り美味しいゆで卵を試食、ほとんどの方が買い求めたのは言うまでもありません。スタート時点では、「これはトレーニングだと思って頑張っ！」と、励ましてくれた苦瓜さん、私の落とし物を何度か拾って下さった狩集さん、常に前向きな言葉を掛けてくれた西口さん、野村L、上田SLはじめ、このパーティーの皆様のおかげで楽しく山歩き出来たことに感謝、感謝です。

今夜はぐっすり眠れそうです。ふくらはぎの筋肉痛がなければ・・・（笑）

◆善防自主トレ後、加西の古墳巡り



垣内

山行日：3月8日(土)

参加者：L垣内 尾内 砂川(延) 田中(美) 田羅間(易) 田羅間(勤) 西村



善防自主トレの後、加西の古墳巡りをしました。

土曜トレ委員の佐々木さんから

● **3月8日の善防コースは特別なルートを予定しています。** と、メールで案内を出して頂いたのですが、どれだけの人が集まるのか不安でした。歴史ボランティアの方に案内を頼もうかと思いましたが、もし参加者が少ないと「こんな人数で案内を要請するのか」と、思われるのも嫌だから、今回は自分で説明をしようと、関連資料を揃え準備をしました。

この計画を知らずに自主トレトレーニングに来た人も、午後からの古墳巡りにも全員の参加が有り、玉丘史跡公園、山伏峠の石棺仏、亀山古墳と3か所を巡りました。

県下でも有数の大きさを誇る玉丘前方後円墳、高室石で作られた石棺のふたに彫られた石棺仏、亀山古墳の頂上では加西市が360度見渡せます。この地を治めた豪族の勢力に思いを馳せつつ、つたない私の説明を終わりました。これからの季節はミツバツツジ、山桜が綺麗です。またお越しください。

●玉丘史跡公園（玉丘古墳群）～今も伝えられる哀しくも美しい根日女伝説～

玉丘古墳は、5世紀前半に築造された全長109mの前方後円墳で、県下6番目の大きさを誇り、墳丘や外堀が姿良く残っており、国の史跡指定を受けています。

また、古墳時代の恋物語を文献（播磨風土記）で今に伝える古墳は全国的にも稀で、古代歴史の浪漫が漂う公園は悠久の時を越えて市民に親しまれています。

●山伏峠の石棺仏

山伏峠の中ほどに形態を異にする石棺仏がある。南北朝時代の石棺仏として貴重である。

右の1基は、石英粗面岩製で現高2.25m、幅1.24m、厚さ40cmの

巨大な家型石棺で、蓋石の内側に宝珠形の光背を彫り、蓮華座上に定印の阿弥陀座像を彫っている。建武4年（1337年）の紀年が見出された。

左奥の1基は、現高2.1m、幅1.05m、高さ18cmの長持型石棺で蓋石の内面に地藏半跏像を彫り、左右の両側に化仏の小像を3体、3段に半肉彫りしている。左右4個の縄かけ突起があり、暦応元年（1338）の刻銘がある。

●亀山古墳

亀山古墳は5世紀後半に築かれた円墳で、昭和12年の調査で埋葬施設2基と甲冑、刀剣類、鏡が出土しており、玉丘古墳に続く時期の首長墓と考えられています。墳丘は玉丘古墳を見下ろす標高163mの山頂の岩盤を削って造られた径50mの円墳で裾には円筒埴輪が巡っていました。

埋葬施設は墳頂の岩盤を堀抜いた土坑墓2基で、うち1基はその上に7枚の蓋石がありました。

5世紀後半、地方では首長墓としての前方後円墳があまり築かれなくなりますが、亀山古墳では当時の支配地域が一望のもとに見晴らせる場所に大型円墳が築かれていて、この時期の首長墓のありかたを知る上で大変貴重な古墳です。





山行報告

◆那岐山（雪山初心者）



山行日：1月13日(月・祝)

A班参加者：La尾越 SLa尾内 石田 大石 大谷 河合 塩津

B班参加者：Lb砂川(延) SLb須増 佐々木 澤田(律) 瀧原 田口(末) 田口(善)

C班参加者：Lc山本(正) SLc西村 田羅間(易) 田羅間(勤) 西口 待場 峯山 村上(敬)

行動記録：宝殿駅 7:50－美作IC 9:05－登山口第一駐車場 9:50(10:15発)～BCコース登山口 10:25～大神岩 11:55(12:05発)三角点峰 13:05～避難小屋昼食 13:25(13:50発)～山頂 13:55～Aコース降下点 14:15～林道6合目 15:05～Bコース合流点 15:20～BCコース登山口 16:00～登山口駐車場 16:15



那岐山で雪と戯れる

尾内

今日は、日帰りで手軽に雪山が楽しめるということで、参加者が23名と大勢集まってにぎやかです。高砂から2時間足らずで奈義町へ、那岐山の麓に到着しました。みんな、雪の覆った那岐山をざらざらとした眼差しで見つめています。わたしは、山頂付近には1m以上の雪が積もっているという情報に不安と期待で胸が躍ります。

第一駐車場からストレッチの後、3班に分かれて分岐を左にCコースで山頂を目指します。登山口からスギの樹林帯の中へ入って行きました。予想どおり積雪は段々と多くなってきました。林道を横切って国有林への入口でアイゼンを装着、静寂な中にアイゼンのザクザクと雪にくい込む音が響きます。

ゆっくりゆっくりと慎重に登っていきます。ますます雪は深くなってきました。途中の水場には見事なつららができています。口にする人もありました。1時間30分程で大神岩に到着。

ここでは奈義の町並みや周辺の山々が展望できます。ここから稜線を北へと進みます。

高度が増すにつれて、落葉樹に着氷した樹氷が美しいです。背後を見渡したり、樹氷の林を飽きることなくたつぷりと観賞。樹氷は、氷の華が咲いたようにきれいですが、触れるとバリバリとして脆くはがれ落ちてしまいます。また、風の力でエビのしっぽといわれるように枝から羽毛状に伸びて、まるで生きているように見えます。地面に積もっている雪は新雪でふかふかでした。まさに雪と風の芸術です。

途中、半袖の人に出会しました。まさか那岐山の鉄人さん？

そして、突然あらわれた8合目の標柱を通り過ぎ、長くかかりましたが、東屋に到着。寒さで凍えそうでしたが、一面の雪景色を堪能しました。ここで1名が転倒し負傷、応急措置をして登山を続行することができました。大事にいらなくて本当によかったです。

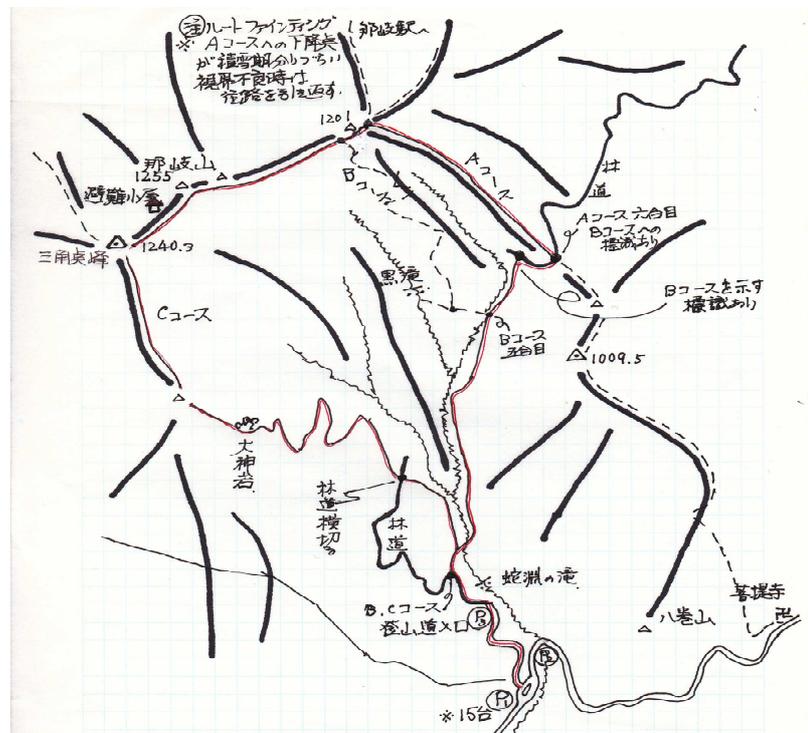
まもなく、山頂手前に建つ避難小屋に到着しました。ここでしばしの昼食タイム、温かいスープをすすって一息つきました。もうしばらく休んでいたい気分ですがそうはしてられません。

那岐山頂上へピークハント。那岐山頂の碑も雪に覆われていましたが、記念撮影をして、足早に下山開始。下山は予定通りAコースをたどります。登りと同じように雪は降り続き積雪も多くなっていますが、先頭の経験豊富な山本リーダーがうまくリード、トレースを辿り、雪に埋もれてわかりにくい分岐も間違いなく順調に進んで行かれました。行く手を間違えると大変なことになりますが、流石です。安心して付いて行くことができました。

雪の深さは、私の腰まで、足を取られて、滑ったり、転んだり、思わず深みに足が入ってしまって大きな声が出たり深雪と格闘、難儀もしましたが雪と戯れ楽しみながら全員無事に下山。

帰路、“湯郷鷺温泉”に立ち寄り、体の芯まで暖まり、さらに、手配して下さっていた“西の屋”で岡山の郷土料理ままかりの乗った祭ずしに舌鼓。赤坂山につづいて今季2度目の雪山体験に大満足です。

これで明日から、また、仕事に頑張れそうです。リーダーはじめ一緒した皆さんありがとうございました。



◆甲山～観音寺～ごろごろ岳



山行日：1月18日(土)

参加者：La 尾内 SLa 苦瓜 垣内 北村 砂川(延) 高嶋 長谷川(易)
Lb 瀬尾 SLb 上田 大谷 切貫 増田 松本 村上(敬)

行動記録：阪急仁川駅 9:35～地すべり資料館 10:00(10:30 発)～甲山森林公園 10:40～
自然の家 11:00～甲山 11:20 (11:30 発)～神呪寺 11:40～北山貯水池 11:50～
鷺林寺・昼食 12:20(12:45 発)～観音山 13:15(13:20 発)～ごろごろ岳 13:50
(引返 14:20)～水車谷登山口 15:30～阪急芦屋川駅 15:55



山行に初参加

松本

お誘いいただいて、12月の例会に参加、入会させていただきました。

そこで、「高御位山遊会」の山行案内の **◆日帰り山行 甲山(309.2m) 歩行時間約3時間** なら歩けるかなと申込みをさせていただきました。ところが計画書等が送付されて来たのを見て大きく変更・・・迷いに迷ったのですが、参加させていただきました。

やっぱり・・・日頃の平地の歩行では、全然訓練になっていない。と反省

皆さんに大変ご心配ご迷惑をおかけしたことをこの場をお借りしてお詫び申し上げます。

反省 ・まず服装・・・上着を脱いだらと適切な助言。時間を取ってくださいました。

・ズボンの脱ぎ方・・・ナイロン袋を足元に・・・と細かく教えていただき、な一るほど

・「松本さんは、リーダーさんのすぐ後ろを歩く。」

・「遅れんとなついて来てくださいね。」何回も待っていただきすみませんでした。

このように事細かく注意を受けながらも皆さんに、見守られて何とかやっとのことで事故もなく無事終了。本当にありがとうございました。

さて本題の感想文ですが、ついて行くのが必死でゆっくりと景色や周りの状況を見るゆとりもなくひたすら歩くのみでしたが、写真を見ながら思い出してみました。

● 仁川駅～地すべり資料館

さすが、県立の施設。説明の方も簡単明瞭、施設もきれいでした。1995年に発生した大地震災害の跡地を地域の皆さんのボランティアにより、風化させることなく、次世代に引き継げるよう活動されているとのこと、樹木は育たなく苦慮の末、芝桜が見事に咲く（4月上旬～下旬）そうです。



● 甲山



元年、兵庫県立都市公園に選定されたとのこと、子供から大人まで幅広く利用できるようです。私たちは甲山の山頂を目指して歩きました。途中展望台からの眺めの素晴らしかったこと。やっぱり山登りはこれがあるからと一人シャッターをきっていました。（今は余裕？）山頂はちょっとした広場で誰が作ったのか石を積み上げた山が面白い。

● 神呪寺～北山貯水池～鷲林寺

昼食・トイレを済ませてひたすら歩く（心の中で休みたい～）この間は何を見たか覚えていない。ただこんな山中にある貯水池の目的はなんだろうと思ったり、階段が多いなあ～。等遅れないように落ち葉の絨毯をすべらないように気をつけてと自分に言い聞かせていました。



● 観音山～ごろごろ岳



やっとのことで観音山526m。遠く近く幾つもの山々を見ると疲れも忘れるが、汗を拭いた途端、出発（ええっ！！）

「これからは下るだけだから楽よ。」（ほんと？）しばらく歩くが、引き返し（勿体ない。折角下ったのに。でも、戻ることも大切と学

んだような気がする。)標識が見えないところにあった。良かった。さすが、山遊会と納得する。

ごろごろ岳(565.6m)ゴロゴロの語呂合わせかと誰かの声。やっと芦屋川の駅に着きストレッチをして解散。

あまり楽しむ余裕もなかったが、特にBグループの方には親切にいただきほんとうにありがとうございました。

“「高御位山」を登って訓練したらいいよ。”の教えを胸にしっかり歩けるようになりたいと思います。

◆女性委員会山行 藤の木山

山 行 日：1月19日(日)

参 加 者：La 澤田(律) SLa 西口 有本 上川 貝塚(陽) 垣内 金島 木村 坂田(敬) 田中(由) 西村 平石 峯山

Lb 待場 SLb 苦瓜 尾内 狩集 川上 北口 佐藤(玲) 砂川(美) 田口(善) 田中(美) 時井 藤原

行 動 記 録：駐車場登山口 9:15～東の山 9:35(9:40 発)～第2展望台 10:15(10:20 発)～山頂 10:25(10:30 発)～第1展望台 10:50(10:55 発)～東の山 11:25(11:30 発) 駐車場登山口 11:50—ふく蔵 12:20(14:00 解散)



一度で三度美味しかった藤の木山

平石

今回の山歩きは、姫路市の北部にある藤の木山。麓には野外活動センターや芝生公園があり、小・中学生や各種団体がよく利用しているようです。

1月19日(日)9時、藤の木山集合です。その日は、ウォーキングのイベントが開催されており、広い駐車場は車でいっぱいでした。点呼、リーダーの注意事項等を聞いた後、全員揃って



ストレッチ。昨夜の雪が薄っすらと残り、申し分のない景色に心も踊ります。実は、雪の装備は何もしていなくてちょっと心配でしたが、リーダーの「これ位だったら大丈夫だと思うけれど、様子を見ながら行きましょう。」という言葉にホッとしました。リーダーの澤田さんを先頭に、A班とB班に分かれてスタートしました。私は初心者なので、リーダーの直ぐ後を歩かせて頂きました。誰も歩いていない雪の上を一步一步進んでいきます。ふと前方を見ると、

太陽が雪に反射してキラキラと光ってとても綺麗でした。歩き出して少しすると、体がポカポカしてきました。そこへ「ここで衣服調整しましょうか。」とリーダーの声。いつもならこんな真冬に汗をかくなんてことがないので、今は活動しているという感じがしてとても爽快な気分でした。

登山口から東の山—第2展望台—山頂へと片道2.5キロの道程を登って行く中には、鎖場があったり、階段があったり、低山ではありましたが、アップダウンもありバラエティにとんだ楽し

い山でした。山頂に着いた頃には空はどんよりと怪しくなり、前方に見える明石海峡大橋が白く曇って見えました。少し休憩してから雪の中を下山して行きました。これも私にとっては初体験でした。足元に雪はなくアイゼンは装着しなくてもよかったけれど、濡れた木の葉で滑らないように注意しながら下りていきました。今の季節、山に花は咲いていませんでしたが、木々に積もった雪で花が咲いているようにとても綺麗でした。12時少し前にA班が、続いてB班が全員無事下山しました。

このあとは、楽しみにしていたランチです。酒蔵をお食事処に改造された「ふく蔵」へ。ここは1階が売店になっており、地元で採れた色々な野菜、それからお酒、酒粕、甘酒などのお買い物を楽しみました。今回の山歩きは、美味しい食事とお買い物付きの一度で三度美味しい楽しい楽しい山行でした。リーダーさん、スタートから解散までいろいろお世話になりました。ありがとうございました。細やかな気配りに感謝、感謝です。

◆樹氷が美しい三峰山

山 行 日：1月26日(日)

参 加 者：La 西村 SLa 尾内 大谷 岡本 嶋澤 須増 竹内 田中(美) 藤原 山下(純)

Lb 大瀬 SLb 澤田(律) 有本 石田 垣内 狩集 瀬尾 関山 瀧原 苦瓜 西口 村上

行 動 記 録

場 所	着	発
みつえ青少年旅行村	10:00	10:25
林道十字路	11:10	11:15
避難小屋(昼食)	12:20	12:40
三峰山	13:05	13:15
三畝峠	13:20	
新道峠	13:57	
林道終点ゲート	14:30	14:40
みつえ青少年旅行村	15:10	



竹内

高御位山遊会で初めての山行に参加させていただきました。

目的地は奈良県の標高1235m三峰山、初めての方や顔見知りの方など多くの方と一緒にさせていただきました。奈良県みつえ青少年旅行村に10時過ぎに着き、あいにくの冷たい雨で、回りは雪もほとんどなく少し物足りなさがありました。

A班、B班二つに分かれ出発し、途中、勾配がきつくなるにつれて雪もぽつぽつと現れてきて、アイゼンをつけての歩行になりました。この付近より雨が雪に変わり、そこからはしんどいのぼりでいつの間にかピークに着いていました。山頂はあいにくの天気で眺望することはできませんでしたが、さすが人気の山で多くの登山者で賑わっていました。

リーダー、サブリーダーの方や同行の皆様にご世話になりありがとうございました。楽しい山行になり、またの機会を楽しみしています。

◆御津アルプス

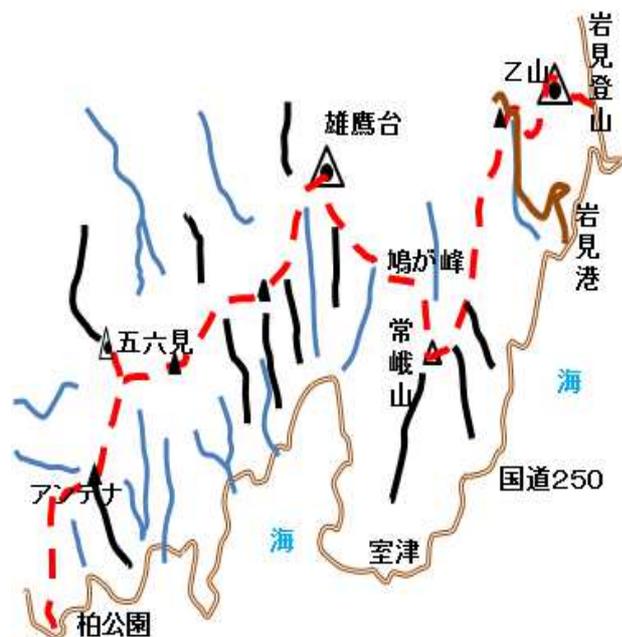
山 行 日：1月29日(水)

参 加 者：La 大瀬 SLa 苦瓜 内海 粕谷 狩集 川上 篠原 待場 宮崎 武田

 Lb 澤田(律) SLb 西口 大谷 兼本 河合 砂川(延) 高嶋 三木(勉) 中村 増田
 村上(敬)

A班 行動記録			B班 行動記録		
場 所	着	発	場 所	着	発
岩見登山口		9:05	柏公園	9:10	9:18
Z山	9:45		五六見山	10:14	10:20
嫦娥山	11:15	11:20	雄鷹台山	11:30	11:35
鳩が峰	11:35		昼食	11:45	12:15
雄鷹台山	12:15	12:45	嫦娥山	13:05	
五六見山	14:05		Y山	13:50	13:55
アンテナ	14:40		Z山	14:30	13:10
柏公園	15:05		岩見登山口	14:55	

(A班B班雄鷹台山で交差する)



御津アルプスへ

高嶋

大瀬リーダー以下 総勢21名で行って来ました。

まずは集合場所に私が遅刻した為10分以上遅れてバスが出発。

皆様にはご心配とご迷惑をお掛けし、深く反省中です。すみませんでした。

今回はA班(岩見登山口)とB班(柏公園登山口)が分かれて出発し、山中ですれ違うという楽しい企画でスタート。

B班は澤田リーダーを筆頭に、登山開始からヤブこぎの急坂を経て、直ぐに大きなアンテナのある第一展望台へ。見晴らしの良い相生港の景色を眺め186mのピーク経由で五六見山292mへ。海岸線に沿いながらの縦走は要所、要所で瀬戸内海の展望が現われ、海がキラキラと輝き美しいで

す。途中236mからは雑木林に囲まれたり、短い急坂もあつたりしながら、310m御津アルプス最高峰=雄鷹台山へ。ここから少し下がった景色の良い所で昼食。

今日はホカホカと暖かい日差しで春も近いのかな？と、感じる良い天候に恵まれて、いつもよりゆっくりとランチを楽しみ、此処でお楽しみA班とも無事合流。軽く雑談の後B班は265mの常峨山へ、向かう途中には室津街道の鳩が峰=丸亀藩と姫路藩の境界でシーボルトも、ここを通った？「新はりまハイキング」道のポイントに少し寄り道。

嫦娥山からは、やぶ漕ぎ？まるで熱帯雨林の中を歩いているような山道で、冬で良かった〜と思いつつ、Y山への取り付きはロープを掴みながらの岩登りが楽しく、Z山付近は東方向に眺めが良く姫路市街が見渡せ、その奥の特徴のある高御位山をつい探します。

下山の岩見登山口付近は不法投棄されたゴミが溢れ残念な気分・・・

その後バスを回してもらってA班とも最終合流。途中で国道250号線七曲りの漁港で美味しい殻つき牡蠣などを購入し、新舞子荘で入浴。ホッとするひと時を過ごし、今日も楽しく無事解散となりました。皆様ありがとうございました。

個人的には遅刻で始まり、軽い腰痛でご心配をお掛けし、挙句=靴ズレまでして騒ぎたていろいろと助けて頂き無事完走することができました。反省します・・・。



瀬戸内海を望む 御津アルプス山行

篠原

最高の天気にも恵まれ、気温も先日までの寒さがうそのような、ポカポカ陽気の中での山行となりました。

本日の御津アルプス縦走は、A班とB班に分かれ、A班は岩見登山口から、B班は柏公園登山口からと、それぞれ反対側から同じコースを歩く計画になっていました。私達のA班は先にバスを降り、自動車道からすぐに登山口となっている岩見登山口に足を踏み入れました。

そこはゴミが散らかり悪臭もしていましたが、そこでストレッチ体操をして、いざ9時5分出発です。

いきなり急な坂道となり一度に汗が噴き出してきました。20分程登りきると、眼下には瀬戸内海と瀬戸内海に浮かぶ島々の美しい景色が広がり、思わずみんな感嘆の声をあげてしまった。

最初の山、Y山下山時は、難所もありリーダーの指示を受け、慎重に岩を三点確保で下りた。

一つどうしてY山、Z山の名称が付いたのか疑問は残ったままでした。次にZ山、常峨山、アップダウンを繰り返して進んで行きました。急な上り坂の先には必ず瀬戸内海の絶景がご褒美として待っていてくれるので頑張れました。

嫦娥山を過ぎて、B班とどこですれ違おうかと楽しみにしながら、お腹も空いてきたけれど、もう一頑張り鳩が峰に向けて出発です。

道中、ワイワイガヤガヤと楽しく、雄鷹台山へと進んで行きました。お昼休憩を待ちわびながら登っていると、上の方から人の声？あっ！B班の人達だ〜と嬉しくなりました。（途中誰一人の登山者と出会うこともなかったので・・・）雄鷹台山で、先に昼食を済まされたB班の方たちと交替して、私達A班チームはお昼休憩をとりました。休憩後は比較的楽なアップダウンの繰り返し

返しでした。時々、登ってきた山々を、振り返りながら、よくここまで歩いてきたと自己満足しながら、いよいよ山行も終結に近くなりました。聞くと10個の山を縦走してきたらしい。

予定通り15時柏公園到着。B班はすでにゴールして、今、バスでこちらに向っているとのこと。さすがベテラン揃いのB班！早いですね～

迎いのバスに乗り込み、牡蠣を買うべく、室津港に寄り道をして、家族へのおみやげもしっかりゲットできました。最後は、楽しみな新舞子荘の温泉に浸かり、大満足でした。

すべてに恵まれた今回の山行でした。リーダーはじめ、皆さんお世話になりました。

◆有馬四十八滝巡り

山行日：2月1日(土)

参加者：L山本(正) SL砂川(延) 尾越 大谷 切貫 西村 藤田 三木(勉) 村上(敬) 開

行動記録：六甲ケーブル下駅9:35～ケーブル山上駅11:10(トイレ)11:20 発～

ガーデンテラス 12:00 (昼食) 12:35 発～紅葉谷分岐 12:47～百間滝 13:30 (13:47

発)～有馬温泉ロープウェイ駅 14:30



懐かしい六甲～有馬を歩く

藤田

六甲の麓で生まれ育った私にとって 油コブシから山頂に至るコースは、小学校の授業で写生によく行ったし、土曜日の放課後数人であそびに登ったところです。懐かしくて今回参加しました。

この日は天気がよく、暖かい日差しの中を予定通り六甲ケーブル土橋駅を出発。10分程歩くと車道から山径にかかり樹木の中を40分程で海に向かって見晴らしの良いところに出た。

子供の頃、この辺りは周り一面が草原でしたが今は樹木に覆われている。市街地の先に埋立地が続き震災の影は見られず陽に輝いていた。表六甲ドライブウェイからの径は昔と変わらず、六甲山ゴルフ場のクラブハウスの所で縦走路と重なってガーデンハウスに着いたのは丁度正午で食事タイムとなった。展望は良く遠く生駒山も少し霞んでいるが見渡せた。しかし周りの山には雪が見られず少し心配。

紅葉谷に入ると多くのハイカーが有馬方面から上ってくるのとすれ違った。きつい勾配の為登って来る人達はさぞ大変だろうと思うが、下る我々も気が抜けない。径が平坦になって百間滝分岐に着き右手斜面を下りて行くと谷底で沢の出合いに着いた。右手が百間滝で左手奥に滑滝が見えたが、一片の雪も無くそれにまして凍っていなかった。残念。

その後の有馬温泉は沢山の人で楽しみの温泉入浴は取止めた。もう一度残念。これで解散。

