

9月・10月 予定表	1
7月山行実績&コメント	2～5
山行案内（9月・10月・11月）	6～8
山行報告	
・ 徳本峠・ジャンクションピーク（江崎）	9
・ 榛名富士（伊藤）	10
・ 甲斐駒ヶ岳・仙丈ヶ岳（赤塚）	11
・ 乗鞍岳（伏見）	12～13
・ 奥秩父・国師ヶ岳・北奥千丈岳（村田）	14
・ 火打山・妙高山（四元）	15～19
・ 10年ぶりの火打山・妙高山（鈴木か）	20～22
・ 昭和村便り（5）・（井上順）	23
・ 短歌 7月の山行を振り返り（羽鳥）	24～25
「火打山～妙高山」を振り返り（羽鳥）	26
思い出の山（村上）	27
ちょっと一言（松本・安田）	28

表紙写真紹介

北海道羊蹄山、2012年7月、会山行で幌尻岳・羊蹄山に行きました。その時の写真です。来年ようやく退職となります。退職後まだ登れてない利尻岳等北海道を巡ろうと思います。ここ数年子供と近場の筑波山・高尾山に行く程度です。体を鍛え直さないとダメですネ！！

～鈴木 隆司～

会報部からのお願い <表紙写真>

10月号は加藤延子さん、11月号は岡部千恵子さんです。

その際、100字程度の紹介文を添えて、前月20日までに、会報部（桐生）へ提出して下さるようお願いいたします。

9月・10月 予定表

日	曜日	9月	日	曜日	10月
1	金	飯盛山	1	日	
2	土		2	月	
3	日	例会 (14:00~16:00) 学1	3	火	景信山
4	月		4	水	山行部会 (18:00~20:00)
5	火		5	木	
6	水	山行部会 (18:00~20:00)	6	金	
7	木		7	土	
8	金		8	日	例会 (14:00~16:00)
9	土	荒船山	9	月	守門岳 スポーツの日
10	日		10	火	
11	月		11	水	
12	火		12	木	
13	水		13	金	
14	木		14	土	
15	金		15	日	
16	土		16	月	
17	日		17	火	
18	月	敬老の日	18	水	運営委員会
19	火		19	木	
20	水	運営委員会	20	金	
21	木		21	土	
22	金		22	日	
23	土	秋分の日	23	月	編集会議 (10:00~12:00)
24	日	高麗峠~天覧山	24	火	
25	月	編集会議 (10:00~12:00)	25	水	(県連) ○10/25~11/4 エベレスト街道トレッキング ○10/25/~11/12 カラタパールと ゴークョピーク登頂
26	火		26	木	
27	水		27	金	
28	木		28	土	
29	金		29	日	
30	土		30	月	
			31	火	

11月山行予定

- ★ 11/25(土)秋川溪谷
- ★ 11/29(土)明神ヶ岳・明星ヶ岳

2023年7月 山行実績 & コメント

No	山名	ジャンル	月日	山行区分	人数	参加者
1	雲取山(くもとりやま)	ハ	7/1 ~2	個	5	安田、桐生、江崎、嶋本、清水
本誌 8月号 参照 (嶋本)						
2	霧降(きりふり)高原 キスゲ平園地・小丸山	ウ	7/2	会	13	五十嵐朝、小林、五十嵐幸、手塚、 村田、前田延、山脇、菊池、笹、野澤、 間瀬、羽鳥、岡部
本誌 8月号 参照 (桐生)						
3	筑波山(つくばさん)	ハ	7/4	個	1	安彦
<p>神郡(かngoおり)駐車場より筑波山を仰ぎ見ながら、炎天下の舗装道路『つくば道』をひたすら真っ直ぐ登り筑波山神社へ。ケーブルカー沿いを登り『御幸ヶ原』へ。更に、自然研究路を反時計回りで『展望岩』へ。</p> <p>昼食を摂っていたら、女性がやってきて、「ケーブルカー山頂駅へ行きたいのですが、この道を真っ直ぐ行くのですか？」と突然尋ねられた。ビックリ！スマホでYAMAPを見ながら歩いてきたようだ。現在地を示し、ルートが全く違うことを説明し、崩壊で通行止めであった自然研究路は既に復旧しているので、その道に行くように勧めた。</p> <p>昼食を終え、御幸ヶ原に戻り、登ってきたケーブルカー沿いの道を下ったら、間もなく、さっきの女性に会った。御幸ヶ原でソフトクリームを食べて休憩していたようだ。あちこちの山を歩いているようだが、スマホでのスタンプラリーをする為に筑波山に初めて来た…とのこと。暫く一緒に山談義をしながら筑波山神社に戻ってきて別れた。</p> <p>山を歩く際には、その山域の全体像を把握することが必要…と再認識した1日でした。 (22,437歩、16.9km、6時間40分) (安彦)</p>						
4	川苔山(かわのりやま)	ハ	7/11	個	1	猪狩 他1名
<p>夏山訓練登山としてたまには筑波山以外と奥多摩方面と言う事で、川苔山を選び昔の山友に声をかけ同行してもらった。真夏の低山は暑さが厳しいので、無理はしないと言う事での出発した。奥多摩駅からバスで川乗橋で下車、そこから百寿の滝まで2時間歩いた。頂上に向かって1時間歩いたところで昼食を取った。頂上まで後1時間そして下りは4時間、話し合った結果これから5時間はかかるし、だんだん暑さが厳しくなって来たし、2人とも川苔山には何度か登っているので『勇気ある撤退』と言う事で2時間かけて下山した。(猪狩)</p>						
5	日光 丸山(まるやま)	ハ	7/16	個	3	岡部、山口、前田延
<p>6月までの東武株主優待券が残っていて、大慌てででかけました。</p> <p>霧降高原ビジターセンター～八平ヶ原～丸山～小丸山のコースは季節感のあるコースです。ニッコウキスゲは見ごろでした。霧が出ていて、正に霧が降る高原でした。“霧の中にかびくる～”あれは尾瀬ヶ原でしたね。(山口洋)</p>						

No	山名	ジャンル	月日	山行区分	人数	参加者
6	黒斑山(くろふやま)・東麓ノ登山(ひがしかごのとやま)	ハ	7/17 ~18	個	4	畑中、金子、蓮見、石塚 他2名
<p>1日目はランプの宿、高峰温泉より車坂峠まで送ってもらい登山開始。立ち入り禁止の浅間山を望みながらのんびり黒斑山へ。暑い下界より10℃は低い気温の中快適に。翌日はまた宿の車にて池之平湿原入口まで送ってもらい、東麓ノ登山(ひがしかごのとやま)登山組と宿主催の池ノ平湿原散策ツアー組に分かれて楽しんだ。宿の温泉は最高、貸し出し用の登山靴もあり、お試して山を始めたい人にも良さそうだった。(金子)</p>						
7	蔵王古道(ざおうごどう)宝沢口コース	ハ	7/17 ~18	個	6	桐生、鈴木か、江崎、羽鳥、清水、嶋本
本誌 8月号 参照 (桐生、鈴木か)						
8	筑波山(つくばさん)	ハ	7/18	個	1	安彦
<p>神郡(かngoおり)駐車場から歩き出す。朝から日差しが強い！筑波山神社まではまずまずのペース。ただ500mlペットボトルの水は既に空っぽだ。念のため、御神水を補給。ケーブルカー沿いの樹林帯の道を登るが、余りの暑さで思うように歩けない。『男女川源流』で再度水を補給し、御幸ヶ原にやっとの思いで到着。この暑さでも多くのハイカーで賑わっていた。</p> <p>自然歩道を時計回りに『展望岩』へ。霞んでいて遠くの山々は全く見えず。時々吹いてくる心地よい風を感じながら、期限切れのパックライス(五目飯)を食べてみた。大丈夫のようだ。予定では、つつじヶ丘経由で下山のつもりであったが、暑さが半端ないので、登ってきた道をゆっくり降りた。勿論、男女川源流と筑波山神社で水を補給した。真夏の低山登山はきついことを再認識した。(22,430歩、16.9km、8時間) (安彦)</p>						
9	上高地 徳本峠(とくごうとうげ)	ハ	7/21 ~23	個	1	江崎 他2名
本誌 山行報告 参照 (江崎)						
10	榛名富士(はるなふじ)	ハ	7/22	会	13	畑中、山口、猪狩、加藤、岡部、前田延、間瀬、石塚、羽鳥、山脇、清水、伊藤、井上順
本誌 山行報告 参照 (伊藤)						
11	乗鞍岳(のりくらだけ)・焼岳(やけど) (東京都山岳連盟マウンテンスクール夏山編実技2)	他	7/22 ~23	個	1	岡田
<p>1日目 6:30新宿発-12:15豊平-12:40富士見岳-13:20肩の小屋-14:25乗鞍岳-16:00中の湯温泉(泊)</p> <p>2日目 5:00中の湯温泉-8:40焼岳-13:30上高地バスターミナル。乗鞍岳は息子が小学生の頃に一緒に行ったので2回目でした。焼岳は上高地に行く度に登って見たかったのでようやく登れました。2日間ともお天気良くて素晴らしい景色が見られました。(岡田)</p>						

No	山名	ジャンル	月日	山行区分	人数	参加者
12	赤城・黒檜山(くろびやま)	ハ	7/23	個	3	井上順、猪狩、清水
<p>黒檜山登山口～黒檜山～駒ヶ岳～駒ヶ岳登山口 井上邸から車で登山口へ。6時登山開始。予報は晴れ。樹林の中の巨石がゴロゴロ。急登が続く結構厳しいが、時間が早いせいもあり、服装から地元の年配の人がまばら。多分日課にしているのでしょう。休憩を入れて2時間弱で頂上に着いた。周囲の雁木越しに大展望が楽しめた。樹木も多く、時間も早い事から、直射日光にもさらされず下山出来た。 私事ですが、100名山プラス1で86峰達成。井上さん、清水さん有難う。(猪狩)</p>						
13	難台山(なんだいさん)	ハ	7/24	個	1	菅谷
<p>参考 馬込沢(5:01)→柏(5:25-5:38)→岩間(6:40-6:50)→愛宕山駐車場(7:40-7:55)…団子石峠(8:50-9:00)…難台山(9:50-10:30)…道祖神峠(11:10-11:20)…吾国山(11:50-12:10)…福原駅(13:20-13:57)→柏→馬込沢 会山行の「平標山」が中止になり、7月に入って何処にも行ってないので、体の調整不足を補おうと出掛けた。連日猛暑が続くが、山の中は樹林に影が出来、樹間を微風が吹いて、思ったより暑くない。人に会わず鳥と蝶が自在に飛び回る世界である。茫々と伸びた草に囲まれ生きた世界を感じる。参考時間のゆっくりさはその時間を示している。思いがけずに、いきいきした山の姿を見ることが出来た。(菅谷)</p>						
14	乗鞍岳(のりくらだけ)	ハ	7/25 ～26	個	5	岡部、小林、伏見、五十嵐朝、嶋本
<p>・鎌ヶ谷～乗鞍の畳平まで、片道7時間半もかかります。畳平で昼食を取ってから(標高に体を慣らす)歩き始めましたが、一名以外、皆、高山病の症状が出ました。乗鞍の雄大な山の中、コマクサを愛でながら、ゆっくりゆっくりあるきました。なんと贅沢なひと時でしょう。剣ヶ峰の斜面をピンク色に染めるコマクサは圧巻で、感動しか有りません。巨大なコマクサの株にもびっくり！遠くても大満足の山旅でした。(五十嵐朝)</p> <p>・本誌 山行報告 参照 (伏見)</p>						
15	仙丈ヶ岳(せんじょうがたけ)・甲斐駒ヶ岳(かいこまがたけ)	ハ	7/25 ～27	個	3	赤塚、柳、佐藤
<p>本誌 山行報告 参照 (赤塚)</p>						
16	阿寺(あてら)の岩場(モンベルの講習会)	他	7/26	個	1	岡田
<p>10:00東吾野集合-11:00岩場到着、講習開始-12:00昼食-15:00講習終了-16:00解散 下降機を使って垂直下降したり、確保してもらって落ちたら死ぬような岩場を登りました。岩なんてやらないと思っていましたが、登ったり降りたり、とても楽しめました。(岡田)</p>						
17	奥秩父・国師岳(こくしがたけ)、北奥千丈岳(きたおくせんじょうだけ)	ハ	7/26	個	5	石塚、村田、山口、岡登、前田延
<p>本誌 山行報告 参照 (村田)</p>						

No	山名	ジャンル	月日	山行区分	人数	参加者
18	火打山(ひうちやま)・妙高山(みょうこうさん)	ハ	7/30 ~8/2	個	4	四元、羽鳥、桐生、鈴木か
本誌 山行報告 参照 (鈴木か)(四元)						

2023年8月 山行実績 & コメント ; 受領分

No	山名	ジャンル	月日	山行区分	人数	参加者
1	御岳山	ハ	8/18	個	5	五十嵐朝、桐生、伏見、小林、菊池
<p>涼を求めて、近場で日帰りで行ける山、「御岳山」に行ってきました。バス停には増便のバスが止まっており、「平日なのに凄い混雑ぶり！何で？」レンゲショウマまつり開催中でした。私達もレンゲショウマも目的の一つでした。レンゲショウマは、鹿の食害にもあって、ちょっとがっかりでした。それでも、ロックガーデンはミニ奥入瀬を思わせるような、コケと水の流れが美しく、涼しかったです。二つの滝の水量も多く、見ごたえがありました。二匹の二ホンカモシカの子供にも遭遇して、ラッキーな一日でした。(五十嵐朝)</p>						
2	富士山三合目から五合目	ハ	8/8	個	2	江崎 他1名
<p>津田沼からツアーバスに乗り富士スバルラインの樹海台パーキングにて下車。精進口登山道の三合目・棧敷山から歩き始める。小雨交りでカッパを着て緩やかな登山道を登る。展望はないが静かな登山道、足元はカラマツの落ち葉、歩き始めて凡そ2時間大勢の人がいる五合目に着く。ガスで富士山頂はまるで見えない。でも達成感がありました。帰りに赤富士の湯で汗を流し、気持ち良く帰宅。(江崎)</p>						
3	上高地散策、西穂高・丸山トレッキング	ハ	8/20 ~21	個	2	嶋本・江崎
<p>8/20 津田沼からのツアーバスに乗り、一日目は上高地・大正池で下車。田代橋までは揃って歩き、自由解散となる。梓川沿いに河童橋を目指して散策、雨が降ってきた。梓川の水量は多いようだ。河童橋から自然探勝路を明神橋まで・・・と思っていたが、雷とひどい雨で途中で引き返しビジターセンターでひと休み。珈琲タイム。大きなザックを背負った登山者がびしょ濡れで次々に下山してきた。その後、私達はバスで宿泊地の奥飛騨温泉に向かった。</p> <p>8/21 朝から青空、新穂高ロープウェイで西穂口駅へ。いきなり標高2140m。千石平園地から笠ヶ岳、穂高連峰、先日途中まで登った霞沢岳などの大展望素晴らしい！緩やかな上りでこれならいいかな～次第に傾斜がきつくなりハアハアしながら、1時間半程で西穂高岳山荘着。案の定雨が降ってきてカッパを着て丸山へ向かう。標高2452m丸山からは独標がワア～っと見えるが今回は丸山まで。早々に下山。満足な2日間でした。(江崎)</p>						

7月の会山行「平標山」は雨天のために中止しました。

古…古道 ハ…ハイキング ウ…ウオーキング 沢…沢登り 縦…縦走 岩…岩登り
雪…雪山・スキー

山行案内

9月の山行予定

*飯盛山(1645m) ゆるい山(体☆)

日 程：9月1日(金) 雨天中止
担 当：(CL) 伏見、(SL) 五十嵐・梅田・伊藤

*荒 船 山 (☆☆)

日 程：9月9日(土) 雨天中止
担 当：(CL) 桐生、(SL) 手塚・菊池・山脇

* 高麗峠～天覧山(197m)ウォーキング (体 ☆)

日 程：9月24日(日) 雨天中止
※往路を①②③のどのルートで行くのか、山行計画書が届いたらお知らせください。
担 当：(CL) 山口洋、(SL) 山岡・猪狩

10月の山行予定

*景信山 (727m) (体 ☆)

景信山から小仏峠を廻る秋の低山歩きです。低山ですが体調を整えた上で参加をお願いします。

日 程 10月3日(火) 日帰り (雨天中止)

【集合】JR 高尾駅北口 8:00 【解散】JR 高尾駅北口

往 路：鎌ヶ谷 5:52—6:02 船橋 6:12—6:49 御茶ノ水 6:51—7:57 高尾

高尾駅北口(京王小仏行) 8:12—8:25 大下バス停

コース：出発 8:30・・・小下沢林道コース・・・広場道標(登山口)・・・小下沢コース・・・

11:00 景信山 11:30・・・12:15 小仏峠 12:20—13:30 小仏バス停 13:40 (14:10/14:40) 一高尾駅 歩行時間：約5時間(休憩含む)

交通費：電車&バス(260円×2) 約3,500円

*雨天中止の場合9/30にメールでお知らせします。

担 当： 安田・松本・羽鳥・富永

*守門岳 きつい山 (体☆☆ 危技★)

大きな山容の通り、登るのに時間がかかる。紅葉真っ盛りの季節である。

日時 10月9日(月)～10日(火) 雨天中止(10/6にメールで連絡)

交通 集合 11:40 (越後湯沢駅新幹線改札)

往路:東京10:16ーとき315ー越後湯沢11:31_12:14ー小出12:56_13:12ー大白川13:56ー宿

復路:登山口(下山)15:30送迎車ー宿16:00大白川I7:04ー小出17:47_18:31ー浦佐18:40_18:53ー東京20:12 (解散 小出)

コース 宿(6:30)ー送迎車ー保久礼登山口(7:00)…保久礼小屋(7:10)…キビタキ避難小屋…大岳(9:30)…青雲岳(10:30-11:10)…袴岳(12:00)…小烏帽子(三ノ芝(12:50)…エデン(13:50)…大白川(大原)登山口(下山)(14:50)ー送迎車ー宿

【歩程】標高差 登り(790m、4.5時間)、下り(900m、3時間)

危険 全体に滑りやすいが、小烏帽子(三ノ芝)エデンは急なので雨の後は注意が必要。

アドバイス 活動時間が長いので、防寒に注意。

条件によっては、袴岳から保久礼小屋に戻る。

概算費用 交通費概算 JR 16270円(ジパング11389円)

宿泊費 民宿「才七」 8000円 (キャンセル3日前から発生)
(送迎 10000円 9名迄, 人数で割る)

その他 昼食: 1(2日目) 入浴 時間があれば宿で

担当 (CL) 菅谷 (SL) 鈴木か、嶋本

11月の山行予定

*秋川溪谷 ウォーキング (体☆・危技★)

(紅葉)雨天中止の場合は24日午前中連絡。

日程:11月25日(土) 集合 武蔵五日市駅9:00

交通

往路:(例)新鎌ヶ谷6:18ー6:30八柱…新八柱6:46ー7:47西国分寺7:52ー7:57立川8:20ー8:50武蔵五日市

コース:武蔵五日市駅…40…広徳寺…60…岩瀬峡…30…戸倉城山テラス(11:30~12:30昼飯)…石舟橋(13:30)解散…十里木バス停(13:45)

歩程:2時間40分 休憩含まず 6.5キロ

山の特徴：危険 ほぼ無し

アドバイス（装備等）： ウォーキングシューズ以上

※瀬音の湯に入りたい人は石舟橋で解散、武蔵五日市駅までバスがあります。

エスケープルート： 無し

概算費用：電車、交通費・4000円 帰りのバス含む

昼食：城山テラス 参加者全員で予約ランチ

担当：(CL) 岡登、(SL) 加藤・石塚

***明神ヶ岳(1,169m)・明星ヶ岳(924m) ややきつい山(☆☆☆)**

紅葉の山歩きと相模湾、富士山の眺望を楽しむ。

日時：11月29日(水) 雨天中止 11月26日(日)にメールにて連絡。

集合：伊豆箱根鉄道大雄山線(大雄山行) 小田原駅ホーム 7:55

(JR・小田急のホームではありません)

解散：小田原駅

交通

往路：新鎌ヶ谷 5:29→5:41 船橋…JR 船橋 5:50(総武線快速久里浜行)→
6:23 品川 6:33(東海道本線小田原行)→7:49 小田原

集合後、小田原 8:00(伊豆箱根鉄道大雄山線大雄山行)→8:21 大雄山…8:40
大雄山駅(伊豆箱根バス道了尊行)8:50 道了尊バス停

復路：箱根登山バス宮城野橋 15:11 15:21 15:36 約44分で小田原駅

コース：9:00 道了尊バス停…10:10 明神ヶ岳見晴小屋…10:50 神明水…12:00 明神ヶ岳
(昼食)12:30…13:00 鞍部…13:50 明星ヶ岳…15:00 宮城野橋バス停

歩行時間：約5時間15分(休憩含まず) 距離：約11km 最大標高差：869m

エスケープルート：明神ヶ岳手前の鞍部から1時間で宮城野橋バス停へ

交通費概算：約6,000円(ICカード使用可能)

担当：赤塚 江崎 岡田 金子

* 下見後、修正箇所が出るかもしれません。

県連関係予定行事

① ワンコイン講習会

スロージョギング講習会を「船橋中央公民館」での実施を検討。

石田先生と協議中 10月～11月末頃

② 11月23日(木) 勤労感謝の日に親睦を目的とした合同ハイキングを予定。

詳細は今後

徳本峠・ジャンクションピーク

江崎 昌子

日程：7月21日（金）～7月23日（日）

参加者：江崎・他2名（娘、孫・高2女子）

7/21（金）

新宿発7：15発のバスにて上高地まで向かう。12時頃帝国ホテルバス停に着き、梓川沿いに歩く。人、人であふれている。孫は清らかな梓川にかかる河童橋に大喜び。昼食後、明神～徳沢へと緩やかなルート歩く。15時徳沢園着。気持ちの良いお風呂と美味しい食事に大満足。

7/22（土）

朝食後8時、明神まで歩く。槍ヶ岳、穂高岳へ向かう多くの登山者とすれ違う。

明神橋より徳本峠へのルートへと向かうと、私達3人となり、静かな山歩きとなる。徳本峠まで2か所の沢を渡り、11：20に徳本峠に到着。小屋からは穂高連峰のダイナミックな山陵に心うばわれ3人でうっとり！！

7/23（日）

霞沢岳へのルート上のジャンクションピークまで登る。さらに素晴らしい西穂高、ジャンダルム、前穂高の山々を目の当たりにして娘、孫、婆は大感動。

徳本峠小屋へ戻り下山。美味しい食事を作って下さった小屋のお母さんにお礼を言ってさようなら。慎重に下山。明神橋手前の登山道を真っ黒な熊が横切り森へ入って行ったのでびっくり！！3人で歌をうたいながら通過。明神から小梨平まで下りお風呂で汗を流す。上高地のバスターミナルは大混雑。娘、孫、婆の三世代の夏山登山が無事に終わりほっとしました。帰りも上高地から渋谷までのバスを利用しました。



榛名富士

参加者：山口、井上順、前田延、加藤、山脇、岡部、清水、畑中、石塚
羽鳥、間瀬、猪狩、伊藤(記)

7月22日、関東が梅雨明けした日に榛名富士に行って来ました。
若い時勤めていた会社の社員旅行で榛名湖と伊香保温泉に泊まって以来です。
何と私はその日朝寝坊をして皆とバスで行けず、後から乗用車で行く組に同乗
させてもらった思い出の場所だったのです。

登山の話に戻りまして…

ビジターセンターで清水さん達と合流して揃って登りました。前日現地は雨が
降ったのか岩だらけの道が滑りやすく怖かったです。途中空気がひんやりし
て心地良かったです。

頂上に着いたら一輪のユウスゲの花が誇らしげに咲いていました。
あいにくの曇りで遠くの景色が見えなかったのが残念です。
下山も滑らないように気を付けて下り、榛名湖を半周程歩くとちょっとした避暑
地に来た気分になりました。

少し休憩を取りユウスゲの群生地に行くとポツリポツリと咲いていて綺麗で
した。私には頂上の一輪が良い香りがして印象に残っています。
帰りのバスで、有名な伊香保温泉の階段も見られたし、青春18切符でこんな
に遠くまで来て有効に使った旅だったなと思います。



甲斐駒ヶ岳・仙丈ヶ岳

日 程：7月25日(火)～27日(木)

参加者：柳、佐藤、赤塚(記)

25日、車で移動、仙流荘駐車場に車を止め、南アルプス林道バスで「北沢峠こもれび山荘」に宿泊。

26日、北沢峠5時出発、甲斐駒ヶ岳を目指す。小屋の脇の案内板に従って登山道を進む。すぐに樹林帯に入り大木が倒れたままになっている脇を通り、登山道をジグザグにしばらく進むと、先を歩いていた佐藤さんがいきなり、「あっ、クマだ！」と言う。私もあわてて登山道の先を見るが既にクマは見えなかった。佐藤さんが前方の林の斜面をクマが駆け下りていったと言う。私は一瞬の事でクマを見ることは出来なかった。あまり出会いたくない動物である。熊鈴を出しザックに付け歩き出す。

不動岩から双児山の先あたりからハイマツの尾根道になり傾斜もきつくなる。駒津峰に立つと一気に展望が開け、花崗岩の白い岩肌の甲斐駒ヶ岳が正面に現れる。甲斐駒の山頂を見ながらやせ尾根を進み、六万石の大きな岩の先をさらに直進、岩稜帯の直登コースに入ってしまったようだ。分岐まで戻って巻き道に戻ろうか、とも思ったがそのまま進む事にする。岩稜帯で所々ザレ場もあり滑りやすく、慎重に足を進め、やっとの思いで甲斐駒山頂に着く。

山頂で360度の展望を楽しみお昼も済ませ、下山は巻き道を下るが、ここも花崗岩が砕け小石のザレ場の斜面でズルズルと滑りやすい。注意深く足を進め、六万石・駒津峰・双児山を経て「北沢峠こもれび山荘」に着く。



27日、5時出発、今日は都合で小仙丈ヶ岳を目指すことに。北沢峠バス停の少し先の登山口から樹林帯を進み2合目5合目と順調に足を進める。昨日の甲斐駒と比べると傾斜もゆるく登りやすい山である。藪沢・小仙丈ヶ岳分岐の先で傾斜もきつくなり森林限界を抜けるとハイマツの尾根になる。小仙丈ヶ岳を正面に仰ぎながら急坂を登る。8時15分小仙丈ヶ岳到着。下山は同じ道を下る。ハイマツの尾根をぐんぐん下り、緩やかな樹林帯の登山道をひたすら歩いて北沢峠に向かう。北沢峠下山11時、北沢峠バス停12時発の臨時バスに乗り、仙流荘で風呂に入り汗を流した。

雲上の乗鞍岳(3026M)

日 程 7月25日(火)～26日(水)

参加者 岡部、五十嵐朝、小林、菊池、伏見(記)

【25日】 鎌ヶ谷を出発してから電車、バスを乗り継いで7時間もかかり畳平に着いたのが13時でした。遠い山です。

バスを降りたら「わー寒い」13℃です。寒いという言葉が久しぶりに口から出ましたね。まず、標高差があるのでランチをし、1時間位ゆっくりしました。

まず、大黒岳へ、ピストンですが両脇にコマクサの群生が、嬉しいですね。次は富士見岳へ、又、又、コマクサがびっしりと。堪能しましたね。

小屋までの道すがらはイワギキョウ、ウサギギク・・・他の花々を愛でながらやはり花の名山ですね。大雪溪では雪が少ないがスキーを楽しんでいました。



【26 日】 5 時ごろにご来光が眺められました。世界が平和で幸せになりますように、と心に唱えました。

朝食後、8 時に出発。数人が高山病とか、頭が痛い、気持ち悪い・・・そうよね、コロナで 3000m の山に行っていないものね。

がれ場の登りをゆっくり花々を愛でながら歩きました。山頂からの展望も良く寒いくらい涼しく、とても贅沢な楽しい山行きでした。

10？何年前に登った時よりコマクサが増えていました。残念なのは畳平の下の湿地のお花畑が裸地化して植物の元気が有りませんでした。これも温暖化の影響でしょうかね。



奥秩父・国師ヶ岳 北奥千丈岳

日 程 7月26日

メンバー 石塚、山口、岡登、前田延、村田(記)

天気は上々。早めの出発で大弛峠をめざす。
着いた時にはかなりの満車状態でしたが奥の方に止めることができた。ドアを開けると冷蔵庫を開けたようなひんやりとした空気感！ 連日今年最高気温と猛暑の中、嘘のような感覚。

周りの樹木も高山の針葉樹で「お久しぶり！」

小屋の前を出発し「夢の庭園」に向かう。梅やハクサンシャクナゲの中に整備された木道の階段を登ると、間もなく巨大な花崗岩とベンチに着く。目前には生え揃った針葉樹林帯が鮮やかに広がり、その向こうには金峰山、八ヶ岳等、山々の大パノラマ！ 360度の展望。
歩く程にハクサンシャクナゲの群生が多くなる。愛らしい花々の中、前国師、北奥千丈岳、国師ヶ岳と、展望と花に感激しながら進む。下りはショートカットの道なりを戻る。

おまけの出会いはモダンな白黒模様のホシガラスが番(つがい)で接近、ワインレッドに超微粒子の金粉を混ぜたようなクジャクチョウを教えて貰った。
何年ぶりかの2500m以上の登山！ やっぱり山は良い！ 楽しい1日でした。



山の特徴

- *車を降りて1時間で2600mに立てる
- *4箇所の展望と今の時期はハクサンシャクナゲが素晴らしい
- *大弛峠までの車道が舗装され走りやすい(昔は悪道)
- *危険な場所が無くゆっくりしても3時間程度の日帰り登山で熟年層向き



火打山・妙高山山行

日程：7月30日～8月2日 3泊4日

参加者：羽鳥健一郎・鈴木かつ子・桐生千恵子・四元一成(記)

1日目

北陸新幹線長野駅→妙高高原駅（しなの鉄道）→杉野沢温泉富士美荘泊

妙高高原駅に着くと、民宿の主人が迎えに来てくれました。

杉野沢温泉の街を案内して貰いました。残念なのは、苗名(なえな)滝の駐車場で、滝を観ずに宿に行ったことです。(チップを払えば良かったかと思いました)

杉野沢温泉

新潟県妙高高原に位置し、苗名滝から名付けられた日帰り温泉「苗名の湯」があり、近くには杉野原スキー場があります。近年は長距離アスリートの聖地です。特に標高 1200mに広がる広大な「笹ヶ峰コース」が有名で、青山学院の原監督が杉野沢温泉に合宿して以来、有名大学の駅伝チームの合宿が多いそうです。道路には「ランナーに注意」の看板がありました。笹ヶ峰高原、関川にかかる苗名滝(落差 55M)は、春の雪解けと秋の紅葉が良いそうです。

富士美荘（4人だけの貸し切り）

部屋数 10 部屋で居酒屋風ダイニングが良かった。コップが冷やしてあったのでビールが美味しかった。奥さんの料理が美味しかった。この民宿は奥さんの手料理で持っている気がします。青山学院の駅伝部の監督の色紙がたくさんありました。監督が宿泊されるそうです。

2日目

富士美荘→(バス)→笹ヶ峰登山口→高谷池ヒュッテ

バスで笹ヶ峰コースの登山口に到着し、入城料 500 円を払い、8 時 30 分頃から歩き始めました。黒沢橋までは木道が多く登りやすい。黒沢橋を渡り、十二曲りを過ぎ、オオシラビソの林の中を登ると、富士見平に着き休憩しました。従来の富士見平はさらに 100m 登った処だそうです。

『良く晴れた日は、黒姫山上に富士山、その右に八ヶ岳、南アルプス、中央アルプスが見える。(95年エリアマップより)』

今日中に火打山に登る話が持ち上がりました。三角屋根の高谷ヒュッテに 1 時 40 分頃に着きました。火打山に登る相談、5 時 30 分の夕食に間に合わないので中止にしました。我々が到着するのを待っていた人がいました。植物学の講師(仏教大学)でした。

花の説明をするからと同行のお誘いでした。桐生さんと鈴木さんが同行、2時間ぐらいの内容の濃い花の説明だったようでした。

私と羽鳥さんはビールを飲んで休憩しました。



🏠 高谷池ヒュッテ

妙高市経営のヒュッテです。運営は委託。(官僚的な感じがします)

夜はビデオで花と山の説明がありました。

新館は2020年4月完成です。新館と旧館(47年完成)で100人収容です。

トイレがウォシュレットです。

4人は早く着いたので、新館の2階できれいな部屋(カーテン仕切り)泊りでした。

夕食はカレーライス、朝食は中華丼でした。空き缶はもちかえり。(缶つぶし専用の道具あり)

残念なのは食事にお茶がでない事でした。

3日目

高谷池ヒュッテ→火打山→高谷池ヒュッテ→黒沢池ヒュッテ

雨が降っている。でもやみそうな気配がしました。昨日の講師に講習の依頼をしました。誰も依頼しないので我々4人だけでした。講師がカッパを着ていないので私も着ませんでした。

6時30分、登山開始、花の説明を聞きながらの登山は初めてです。

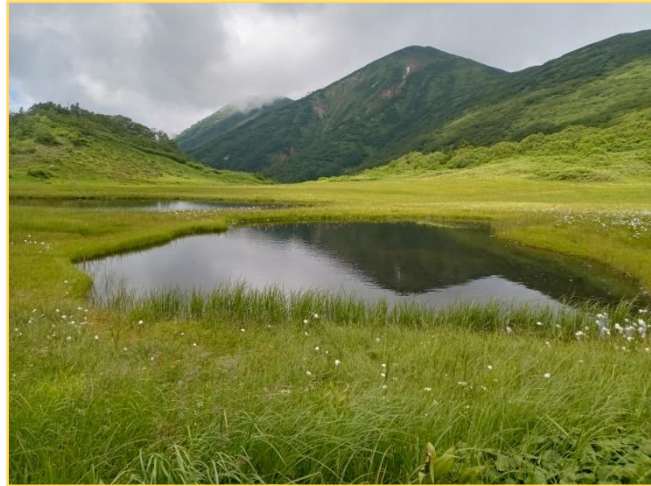
講師と助手1名と、我々4人くらいが調度良い人数です。(声が聞こえる人数)

講師は今日で101回の火打山の登山だそうです。

雨上りは、花の写真を撮る絶好の機会です。高山植物の説明を聞きながら、ヒュッテから「天狗の庭」の木道を歩きました。本当に贅沢な登山です。新しい花の名前は聞いてもすぐ忘れます。でも、クルマユリの説明は解りました。葉が大八車の円周のようになってる！



火打山は火山ではなく、海底の隆起で出来た山です。火打山は池塘に「逆さ火打」が写りこみ、花も素晴らしいです。ホシガラスが植林をしている？ホシガラスがハイマツの実を倒木の処で、砕いて種を残すと、ハイマツが発根し成長する。頂上付近はたくさんのハイマツがありました。3時間30分間の楽しい花の講習は終わりました。



火打山頂上(右端講師)

『夏の山 講師蘊蓄 花の旅』

『花の名を 耳にし登る 夏の山』

『説明の 感動胸に 夏の山』

『道脇の我ら励ます クルマユリ』

81 座目の火打山の頂にたどり着きました。講師にお礼を言い別れました。下りは天狗の庭、池塘、妙高山を眺めながら下りました。高谷池ヒュッテで、昼食、茶臼山を登り黒沢池ヒュッテに着きました。残念ながら雷鳥には会えませんでした。

🏠黒沢池ヒュッテ（4人貸し切り）

昭和41年にドーム型の新しいヒュッテが完成しました。当時としては斬新な建物でした。スタッフはスキー学校の先生・旅館の経営と忙しく、ヒュッテの仕事は7月～10月の4ヶ月間のみです。

ヒュッテに2時半頃について、3階の夕日の当たる部屋を指定されました。暑くて2階に変更して貰い、ちょっと涼しくなりました。宿泊は我々4人だけなのに、なぜ暑い3階を指定したのか、解りません。

夕食は缶詰の料理、朝食はクレープと桃の缶詰でした。

以前、食事はこんなようではなかったようです。（過去のブログ）

洗面所はなく、水の垂れ流し・・・泊まる客がいない理由が解りました。

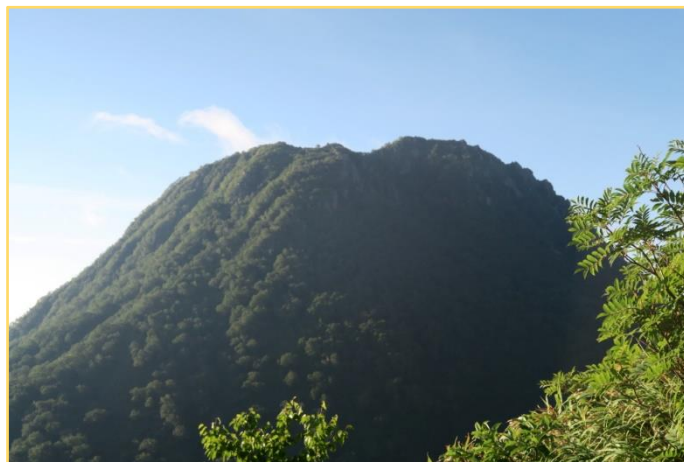
ヒュッテには2人のスタッフがいました。昨日は2人で山道の草刈りに行っていたことが翌日解りました。2人でヒュッテを運営しているのは信じられない。

4日目

黒沢池ヒュッテ→妙高山→燕温泉→関山→(バス)→上越妙高駅(えちごトキめき鉄道)→妙高原駅(北陸新幹線)

5時30分、妙高山を目指して歩きだしました。

火打山より岩場が多く登りにくい。大倉乗越には草刈りの道具が置いてありました。草刈りに感謝しながら登りました。



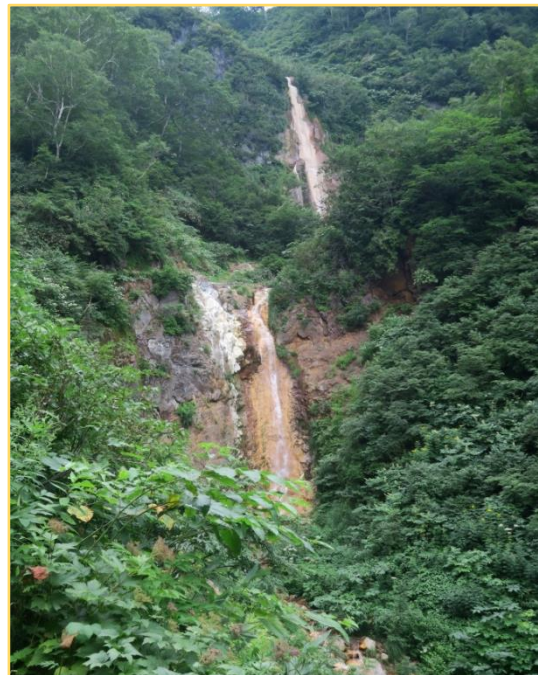
大倉乗越から妙高山

10 時過ぎに北峰の頂に着きました。
南峰で山並みを観ながら昼食、82 座目の妙高山。



11 時下山開始、難所の鎖場、風穴(かざあな)、天狗堂、胸突八丁を下る時バランスを崩して竹藪に転倒、リュックの重い事。羽鳥さんの手を借りて、漸く起き上がりました。

称名滝、光明滝の2段滝を背後に下山。温泉管理の建物が沢山あり、赤倉温泉施設に配給しています。舗装道路を暫く歩くとようやく、4 時前に燕温泉に着きました。日帰り温泉で汗を流し、6 時のバスに乗り、関山駅で降り、えちごトキめき鉄道に乗り換えました。電車が同時に来たので、間違えそうになりました。直江津行の電車に乗り、上越妙高駅で北陸新幹線に乗り、帰途に着きました。



特に良かったのは火打山の花の楽園！ 花の説明を聞きながらの登山でした。久しぶりの3泊4日の縦走は疲れました。同行の皆さん、手配、準備と色々有難うございました。

称名滝と光明滝

☪ 燕温泉

大田切溪谷の断崖の上にある山峡の標高 1100mにある温泉。岩燕の群生地であったことから名づけられ7軒の温泉宿があったが、現在、4~5軒です。

10年ぶりの火打山・妙高山

鈴木 かつ子

10年前のコース

笹ヶ峰…火打山…黒沢池ヒュッテ(泊)…妙高山…笹ヶ峰

今回のコース

笹ヶ峰…高谷池ヒュッテ(泊)…火打山…黒沢池ヒュッテ(泊)…妙高山…燕温泉

8月1日(火)晴 火打山登山

朝方降っていた雨が止むのを待って、自然観察会のお二人の話を聞きながら高谷池ヒュッテを出発。花が目的ならもう少し早い時期がいいのですが、それでもたくさんの花々に出会うことができました。

自然観察会の方の話で特に印象に残ったのは、「キヌガサソウの葉の数と花びらの数は同じである。6枚～11枚で、11枚以上は見たことがない。妙高山は火山だが、火打山は火山ではない。古妙高の崖にはイワツバメが巣を作っている・・・」等々。前日にはヒカリゴケの穴場にも案内して頂きました。



キヌガサソウ



ウサギギク



モミジカラマツ・クルマユリ



オタカラコウ

頂上でお二人とはお別れしました。お二人は進入禁止のロープなどを張り直しながら下って行かれました。私たちが登山を楽しめるのは植物の保護や登山道の手入れをして下さっている方のお陰です。

高谷池ヒュッテ

1泊2食 10500円、ビール🍺350ml 600円、水500ml 400円

泊ったのは3年前に新築された新館で広くてきれい。

食事の時のお茶や水は出ないので自分持ち、水場のない山小屋でも食事の時にはお茶の1杯くらいは出るものだが、こんなこと初めて。

こちらで買ったビールの缶や水のペットボトルは、回収してくれないので潰して持ち帰る。



8月2日(水)晴 妙高山登山

黒沢池ヒュッテから妙高山を目指す。

妙高山は北峰と南峰の山頂があり、北峰2446m、南峰2454mである。

日本百名山の標柱はなぜか低い方の北峰にある。

下山は南峰から燕登山道、燕温泉へ標高差1350mを下る。片側が切れていたり、胸突き八丁の急な下りがあったりで危険がいっぱいだった。

クサリ場では我々はクサリにつかまって下りたのだが、20歳くらいの女子がクサリにつかまらずトントン下りてくる。若いってすごい！



黒沢池ヒュッテ

1泊2食 9500円、ビール🍺350ml 600円、水500ml 500円

他に宿泊者はおらず貸し切り状態。

高谷池ヒュッテとは違って夕食事時のお茶はでました。朝食はクレープ、ブルーベリージャム、金時豆、コンソメスープ、コーンスープ、コーヒー、朝から甘い物は食が進まない。こちらで買ったビールの缶は回収してくれます。

ドーム型が特徴的な建物は内部の柱も見事で、地震にもびくともしなかったというが、対応もイマイチだし、営業努力していないようで勿体ない。設計者の吉阪隆正（1917-1980年）氏が知ったら嘆くのではないかと残念に思った。



この時期、広い畑の多くの面積を埋め尽くしているのは、昭和村が生産量日本一を誇る「こんにゃく芋」。前年、「生子(きご)」と呼ばれる種芋から作った「こんにゃく芋の赤ちゃん」を春に植え、秋に収穫する作業を3年繰り返し、やっと出荷出来る大きさに成長。大きいものは直径30cm。「こんにゃく芋」は日持ちが悪いので、スライスし乾燥させ、粉にして保存するのが一般的。しかし、強いて日持ちしない芋をおろして作った一品は風味が違う。かつて長野で、こんにゃく芋からのこんにゃく作りを体験した。風味の素晴らしさが忘れられず、長野から芋を取り寄せ、自ら自宅で作った思い出が懐かしい。勿論「刺身こんにゃく」。歯触りが何とも最高。酒でもビールでも合います。昔から「おなかの砂おろし」とか「胃のほうき」と言われたそうだ。食物繊維の豊富さもあり、排便促進、大腸疾患予防にもなる事が、数々の実験で裏付けられているそうです。



「生子」を植えた年は「一年生」、二年目が「二年生」。「三年生」になると卒業。これは何年生だろうか？



「三年生」のこんにゃく芋と「生子」(左)

7月の短歌二題

羽鳥健一郎

蔵王古道と三五郎小屋を振り返り

不動滝の飛沫を浴びて一休み四合目はマイナスイオン満つ
独鈷沼そばに立つ洒落た建物「三五郎小屋」名は古風なり
山小屋の柱と梁の太きこと床も光りて薪ストーブ燃ゆ
五郎岳三郎岳に挟まれた「三五郎小屋」名の由来知る
トニーザイラーの顕彰碑が立つ麓より地藏尊へ直登す
ザンゲ坂硫黄臭せし急坂をスキーで下りしは六年前か
雨を避けロープウイーを乗り継ぎて蔵王温泉山麓駅へ
山下りて「新左衛門」の湯に浸かり蔵王古道の二日を想う
奮発し「佐藤錦」を一パック電車乗る前買い求めたり



榛名富士とゆうすげの道を振り返り

榛名湖は富士を逆さに映したりどこか昭和の風情を醸す^{かも}
熊笹がビッシリ覆う山道を榛名富士へとひたすら登る
榛名富士ロープウエーの駅に着く周囲の山は霧に霞みぬ
「ゆうすげの元湯」目指して山下る滑らぬように声を掛け合い
榛名富士下りて湖畔を進み行く湖水を渡る風は爽やか
一筋の行幸の道山野草咲き誇りたる榛名湖畔の
レモンイエローのゆうすげが榛名山麓の沼の原に咲きおり
木道の右や左にゆうすげのレモンイエロー映ゆる昼下がり



八月の「火打山～妙高山」を振り返り

羽鳥健一郎

四年前スキー滑りし杉野沢思い出しつつ宿へと向かう
宿近き^{なえな}苗名の湯にて汗流し明日の火打山^{ひうち}へ期待膨らむ
民宿に二十余足のランニングシューズ干される夏の妙高
駅伝の監督泊まる定宿の食堂飾る^{あまた}数多の色紙
早朝に宿の周りを^{こはんどき}小半時^め畑愛でつつそぞろ歩きす
火打山十年振りに登る日の笹ヶ峰にて記憶を手繰る^{たぐ}
新しき木の香の残る高谷池ヒュッテ新館の寝床は広し
「火打山百一回目です」と言う自然観察員は同い年
黒沢池ヒュッテたった四人の泊り客大の字に寝る山小屋の夜
朝食は四人合わせて十枚のクレープを食べ五時半に出る
大乘越で振り返る古妙高山^{こみょうこう}と火打山は夏空に映ゆ
越後富士山頂の岩をすり抜けて北峰から南峰へ向かう
緊張が続く妙高山^{みょうこう}の下りは岩場クサリ場崩れし道の
髭を剃り手足を伸ばす日帰り温泉妙高山を無事に下りて



思い出の山

北 岳

村上 和子

28年前のことです。中学生の息子が、富士山に友達と登ったので次に高い山に登りたい、と言うので北岳に決めました。確かこの2年前に山の会で北岳に登っているの、2人で行くことが出来たのだと思います。広河原→大樺沢→二俣→八本歯ノコル→北岳山荘→間ノ岳→北岳→草すべり→広河原。

このコースは雪渓があり、梯子を何度も登り変化があります。ロッククライミングをしている人達が遠くに見えました。八本歯のコルに出た時の雄大な景色は今でもはっきり覚えています。ここから長いまっすぐな梯子を登り稜線に出ると北岳山荘が左に見えほっとしました。お花畑を歩いたのですがあまり覚えていません。キタダケソウのお花は写真に残っていました。

山荘は大勢の人で広い部屋でした。明日はほとんどの人が白峰三山コースでした。食事を終え少ししたら息子が「頭が痛い」という、高山病にかかったようでしたが軽かったので助かりました。

朝、目覚めたらみんな早朝出発で数人だけ、お弁当をもらい間ノ岳を目指して出発。お天気も良くゴロゴロ石を歩く、目的地が見えている歩きでしたので、大変さはあまり感じなく、休憩も少しで北岳山荘に戻ってきました。ここから北岳山頂に向かって出発。人もまばらで最高の頂上です。

“息子よ、富士山に次ぎ日本で二番目に高い山だぞ”それから広河原に向かってバスに間に合うように下りました。タケカンバの樹林帯、広葉樹林帯、今日は余り休憩もとらずよく歩きました。若かったのですね。

お天気に恵まれて最高の思い出ができた山行でした。



10月号は八巻さん、11月号は小林さんです。前月の20日を目安に加藤まで。

ちょっと一言

塔ノ岳

松本 政斎

最近は年のせいか、腰も重く決断力も悪く、会の山行も少ないこの頃です。今まで行った面白い山は塔ノ岳です。大倉を夜の12時頃から歩き始め、大倉尾根を塔ノ岳目指し、月が出ている時は懐中電灯はいらない。自分の影を長く見ながら歩く。山頂付近で街の夜景を見て日の出を待つ。丹沢山をピストンして、時間がある時は昼寝をして一日有効に使った。小田急線は1,000円でおつりが来たような気がした。会で行った時も夜一人で歩いた。



私のヒヤリハット

安田 甚二

昨年10月、赤湯温泉に泊まった際の事。夜、露天風呂に行く途中のヒヤリハット。露天風呂まで4~5分歩くが、途中5m位緩い下りの石段で滑り肩の打撲。2日ほど腕が上がらず、原因を考えると、頭にヘッドランプを付けて階段を下りる際は、足元の1m先を照らすので、視線は足元を見ない、と……。気持ちは露天風呂で注意不足でした。

10月号の担当は鈴木隆司さんと加藤さんです。

(9月20日をメドに柳 嗣穂宛て原稿をメールにて送付お願いします。)

(ヤナギ ツギホ norinatsul130@gmail.com)

編集後記

退職してから高齢の母の介護で、1年の半分は故郷で暮らしています。夏休みには息子たちや兄弟たちが来るので、楽しみな行事の一つがソーメン流し。山から太くて長い大きな竹を切り出して肩に担いで家まで運び、二つに割いて内側の節をきれいに削ります。うまく流れるように角度を付けて庭先にセット、お椀やお箸も竹で作って準備OK。孫たちや親戚の子、近所の子どもたちも集まり、みんな我先に流れてくるソーメンをすくって食べます。時々ブドウやミニトマト、缶詰のパイナップルやミカンも流すので子どもたちは大喜びです。大量のソーメンもあつという間にみんなのおなかの中へ。

何といっても重要なのは流す水です。生ぬるい水道水ではおいしくありません。我が家の水源は、隠岐最高峰の大満寺山からの伏流水なので、夏でも冷たくソーメン流しには最適です。山の恵みに感謝しつつ今年も大いに盛り上がりました。

さ☆る

内館牧子著の「老害の人」を読んだ。

「終わった人」「すぐ死ぬんだから」「今度生まれたら」に続く高齢者小説第4弾である。同じことを繰り返し言う、クレームをつける、病気自慢、孫自慢、不幸自慢、「老害」と呼ばれるこれらは日常よく見かける行為である。

主人公の福太郎は85歳、娘に老害呼ばわりされ、「老人は老人だけでやってなさい！」と言われたことを逆手にとって仲間と一致団結、老人による老人のための「若鮎サロン」を立ち上げる。詳しいことは読んでいただくとして、心に残ったのは、老人に必要なのは教育ではなく「今日行くところがある」、教養ではなく「今日用がある」ということでした。



かつちゃん

原稿作成要領

用紙設定 A4

余白 上下左右 30mm

フォントサイズ MS明朝 12P

※原稿締め切り、毎月20日までをお願いします。

<担当>鈴木か、山岡

手書きも大歓迎です。会報部員に渡して下さい。

発行日 令和5年9月1日

発行者 東葛山の会

会長 安彦 秀夫

編集 会報部