



会報〈やまたん〉

令和6年(2024年)

7月号

令和6年7月1日発行

発行者 村越百々代

我孫子市東我孫子 1-29-7

会報部 編集者

矢野 貞子



まだ見た事ない景色に！

挑 戦



7月の定例会は、**7月1日(月)**
我孫子北近隣センター並木本館
定例会:19:00～

定例山行計画

ご案内



定例山行計画		ナルミズ沢 (東黒沢～ウツボギ沢～ナルミズ沢～白毛門) (1,720m：白毛門)		リーダー:細谷 グレード:3D
月 日		2024 年 7 月 21 日(日)～22 日(月) 1 泊 テント泊 (タープ泊) 予備日 23 日 (火)		
山 域		谷川連峰	日の出日の入りなど	日の出 4:40 日の入り 19:00
目 的		天国のつめ		
費 用		約 2 万円	交通機関	マイカー・レンタカー
行 程	1 日目	我孫子 22:00→白毛門登山口 2:00→仮眠→6:00⇨東黒沢⇨ハナゲの滝 7:00⇨丸山乗越 9:30⇨広河原 10:30⇨ナルミズ沢 11:00⇨幕営地 14:00⇨宿泊 ＜歩行時間：8 時間＞		
	2 日目	幕営地⇨4:00⇨ジャンクションピーク 7:30⇨白毛門 11:00 白毛門登山口 15:00→我孫子 20:00 ＜歩行時間：10 時間＞		
個人装備		宿泊沢登り装備一式		
メ モ		1 級の沢・滝の登攀できる方、自分で、高度計・コンパス・地形図で現在地確認及びルートファインディングが出来る方、ロープワークが正しく出来る方 少人数での山行ですので、参加希望に添えない場合があります。 天候悪化時は山中で追加ビバークの可能性があります。		

定例山行計画		蓼科山 (2, 531m)		リーダー: 矢野裕 グレード: 2 B
月 日	2024 年 8 月 4 日 (日) ～ 5 日 (月) 小屋泊			
山 域	八ヶ岳	日の出日の入りなど	日の出 4:56 日の入り 18:50	
目 的	諏訪富士に登る			
費 用	約 25,000 円	交通機関	JR, バス (タクシー)	
行 程	1 日目	我孫子 5:42→新宿 7:00→茅野 9:07/9:20→東白樺湖 10:32/10:35→蓼科牧場 10:44/11:00⇒七合目登山口⇒蓼科山⇒蓼科山荘 (宿泊) ＜歩行時間：4 時間 30 分＞		
	2 日目	蓼科山荘⇒双子山⇒双子池⇒亀甲池⇒北横岳⇒七ツ池⇒坪庭⇒北八ヶ岳ロープウェイ駅→（ロープウェイ、バス）→茅野→新宿→我孫子 ＜歩行時間：5 時間＞		
個人装備	小屋泊装備			
メ モ	・雨天中止 ・人数によって茅野駅からタクシーを考えます。			

定例山行計画		磐梯山 (1,816m)		リーダー： 松下 グレード： 2B
月 日	2024 年 9 月 1 日 (日) 日帰り			
山 域	会津	日の出日の入りなど	日の出 5:15 日の入り 18:13	
目 的	火山登山を経験する			
費 用	約 18,000 円	交通機関	電車、タクシー	
行 程	我孫子 5:42 → 上野 6:15/6:46 →新幹線やまびこ 203→ 郡山 8:20/8:29 →磐越西線快速(会津若松行) 磐梯町駅 09:24/9:30→タクシー→八方台登山口 9:50/10:10⇒中の湯跡 10:40⇒裏磐梯スキー場分岐 11:50⇒弘法清水⇒磐梯山頂上 12:40 昼食 磐梯山頂上 13:20⇒弘法清水⇒分岐⇒赤埴山分岐⇒天ノ庭⇒猪苗代登山口 15:30/15:40→タクシー→猪苗代駅 猪苗代駅→郡山駅（東北新幹線）→上野駅→我孫子駅 ＜歩行時間： 約 5 時間 ＞			
個人装備	日帰り装備 + 活火山登山時の装備			
メ モ	・ 雨天・荒天の予想される場合は前日 8 月 31 日（土）12 時までメールで中止の連絡をします。返信をお願いします。 ・ 磐梯山は、気象庁が火山活動を常時監視・観測している活火山です。突発的に噴火する可能性もあります。及び今回山行は実技研修対象山行です。追加装備をお願いする予定です。			

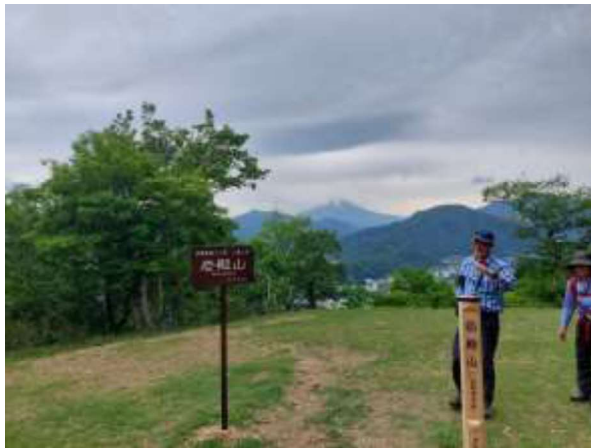
定例山行計画		薬 師 岳 (2 9 2 6 m)		リーダー:佐藤清宏 グレード:3C	
月 日		2024 年 9 月 8 日(日)～11 日(水) 3泊4日 小屋泊			
山 域		北アルプス	日の出日の入りなど	日の出 5:18	日の入 : 18:16
目 的		「北アルプスの貴婦人」に登る			
費 用		約 70.000 円	交通機関	JR・新幹線・タクシー・バスなど	
行 程	1 日 目	我孫子 5:31 → 上野 6:04/22 → 〈かがやき 501 号〉 → 富山 8:23 → (タクシー) → 折立 ⇒ 太郎平小屋 ＜歩行時間： 5 時間 ＞			
	2 日 目	太郎平小屋 ⇒ 薬師岳 ⇒ スゴ乗越小屋 ＜歩行時間： 6 時間 ＞			
	3 日 目	スゴ乗越小屋 ⇒ 越中沢岳 ⇒ 五色ヶ原山荘 ＜歩行時間： 6 時間 1 0 分 ＞			
	4 日 目	五色ヶ原山荘 ⇒ ザラ峠 ⇒ 獅子岳 ⇒ 浄土山 ⇒ 室堂平 (みくりが池温泉立ち寄り湯) 室堂バスターミナル → 美女平 → 立山 → 富山 → 上野 → 我孫子 ＜歩行時間： 5 時間 5 0 分 ＞			
装 備		山小屋泊個人装備一式			
メ モ		○折立から入山して、薬師岳を越え、五色ヶ原を経由して室堂に至る縦走コースです。 山小屋3泊でゆったりした日程ですが、費用がかかります。 ○参加希望者の要望に、メールにて相談します。 ・このコースを2泊で縦走する。(歩行時間は1日目7時間、2日目10時間、3日目6時間) ・1泊で薬師岳だけに登る。 ・日程変更の希望にも応じます。			

定例山行計画		鬼怒沼湿原（約 2,000m）		リーダー:武内 グレード:2B
月 日		令和 6 年 9 月 27 日(金)～28 日(土) 1 泊 2 日温泉旅館泊		
山 域		日光	日の出 5 : 33	日の入り 17 : 28
目 的		湿原の草紅葉と温泉		
費 用		約 20,000 円	交通機関	電車、バス
行 程	1 日 目	我孫子 6:33→柏 6:38/6:52（東武）春日部 7:34/7:38→東武動物公園 7:43/7:45→南栗橋 7:56/8:03→下今市 9:10/9:23→鬼怒川温泉 9:46/10:15(バス又はタクシー) →女夫淵⇒日光沢温泉（泊） ＜歩行時間 約 2 時間 30 分＞		
	2 日 目	日光沢温泉 6:00⇒鬼怒沼湿原⇒日光沢温泉⇒女夫淵 15:25(バス) →鬼怒川温泉 17:00/17:51 →下今市 18:17/18:23→南栗橋 19:52/19:53→春日部 20:09/20:20→柏 21:03/21:10→我孫子 21:14 ＜歩行時間 約 6 時間 30 分＞		
個人装備		旅館泊日帰り装備、洗面具（歯ブラシ）		
メ モ		奥鬼怒温泉最奥の日光沢温泉に泊り、草紅葉の鬼怒沼湿原を訪ねる。 <u>予約の都合もあり、参加者は 10 名以内とさせていただきます。</u> 日光沢温泉は、1 泊夕食付き（10,100 円）で予約しています。朝食は各自でご用意ください（旅館でおにぎり 550 円で注文出来ます。要、事前予約） 2 日目の電車は、特急利用もあり得ます。		

定例山行報告

定例山行報告		岩殿山 (634m)		リーダー:松下 グレード:1B	
月 日	2024 年 5 月 12 日(日) 日帰り				
山 域	大月市	日の出日の入りなど	日の出 4 時 43 分 日の入 18 時 42 分		
目 的	山城に登る				
費 用	約 2,800 円	交通機関	電車		
行 程	集合：大月駅 8 時 40 分 大月駅 08:50⇒畑倉ルート登山口 09:30⇒鬼の岩屋⇒岩殿山頂上（岩殿山城跡）10:30/10:40 ⇒昼食休憩 10:45/11:15⇒天神山 13:05⇒稚児落とし 13:35⇒浅利川の橋⇒大月駅 15:00 大月駅解散 ＜歩行時間：5 時間 30 分＞				
ルート 状 況	道は整備されていて歩きやすい。標識も必要に応じあり迷子になる心配は無し。全体を通して特に問題は無し。				
参加者	L 松下、村越、森岡、飯塚、平野、鈴木忠、矢野裕、小島 洋、一氏、鈴木利、鈴木真、 小島徹、小林安、倉本、水野 直美（一般） 男 5 名、女 10 名 計 15 名				
メ モ	・山手線東京駅の人身トラブルの影響で山手線一時止まり、予定していたあずさ 1 号及びバスに乗れず、登山口到着が 1 時間遅れました。 ・畑倉ルート登山口付近でサルの集団に遭遇。何十匹のサルの群れでした。 ・岩殿山頂上から南東に富士山の絶景が拝めた。 ・兜岩東部の 10 m 程の鎖が連続する登りでは先行する 20 名程度のツアーパーティーによる渋滞もあり通過に 30 分程係りました。 ・稚児落としは噂通り断崖絶壁の岩場。下を見る前に足がすくみました。				





定例山行報告		天覧山 ～多峯主山 (195m～270m)		リーダー:飯塚 グレード: 1 A
月 日	2024 年 5 月 25 日(土) 日帰り			
山 域	奥武蔵	日の出日の入りなど	日の出 4 : 30 日の入り 18 : 48	
目 的	天覧山から里山を歩く			
費 用	約 2,600 円(反省会費用は含めない)	交通機関	電車	
行 程	我孫子 6:27→柏 6:32→日暮里 6:58/7:09→池袋 7:24/35→飯能駅 8:24/40→天覧山 9:20→多峯主山 10:10⇒(昼食)12:15⇒久須美ケルン⇒久須美山⇒武蔵横手駅 13:46→飯能駅→秋津 16:04→我孫子 17:12 ＜歩行時間：5 時間＞			
ル ー ト 状 況	道標は、所々にあり問題はなかった 倒木が何か所かあったが問題はなし、おおむね整備されてある			
参 加 者	L 飯塚、旗 高橋芳、田村、SL 矢野貞、医療 小島洋、写真 小島徹、記録 一氏、鈴木真、鈴木利、村松、倉本、篠塚、飯合 男 3 名、女 10 名 計 13 名			
メ モ	多峯主山までは人が多いがその先からはすれ違う人は少ない トイレは天覧山、多峯主山共に山頂近くにある 多峯主山から竈門山登山口へ行くため車道を渡るが横断歩道がないので注意が必要			



多峯主山山頂にて



多峯主山から見た大岳山



コアジサイ



久須美ケルン（永田山）



気持ち良い林



参加男性陣パフェを注文（飯能駅前居酒屋はイベント参加の若者で何処も満席、喫茶店で反省会）

定例山行報告		花の浮島 礼文島を歩く		リーダー:大平 グレード:2B	
月 日		2024 年 5 月 2 8 日(火)～6 月 1 日(土) 4 泊 5 日 旅館桜井 4 泊			
山 域		北海道・北部	日の出、日の入り	日の出 4:00 日の入り 19:15	
目 的		レブンアツモリソウ咲く日本最北の島 礼文島のトレッキング			
費 用		約 130,000円	交通機関	JR、飛行機、バス、フェリー、タクシー	
行 程	1 日 目	我孫子 8:15→羽田空港第2ビル 9:50/ANA571 便 11:00→稚内空港 12:35/13:10→稚内港フェリーターミナル 13:45 昼食 14:45→香深港 16:40⇒旅館桜井 (泊)			
	2 日 目	香深 7:45→スコトン岬 8:41/9:15⇒江戸屋山道分岐 10:45⇒ゴロタ岬 11:15⇒ゴロタ浜 12:15 昼食 13:00⇒鉄府漁港 13:25⇒澄海岬 14:30/55⇒レブンアツモリソウ群生地 15:40/16:10⇒浜中バス停 16:30/17:45→香深 19:05 旅館桜井 (連泊) <歩行時間:5:05 約 28000 歩>			
	3 日 目	旅館桜井 8:00⇒桃岩登山道入口 8:30⇒桃岩展望台 9:20/45⇒つばめ山 11:10/20⇒元地灯台 11:40 昼食 12:10⇒北のカナリアパーク 13:15/14:30⇒知床 14:50→香深 15:00⇒ 礼文町郷土 資料館 旅館桜井 (連泊) <歩行時間:4:25 約 15000 歩>			
	4 日 目	☆礼文林道コース 香深 7:47→香深井 7:56⇒除雪センター 8:20⇒宇遠内分岐 8:45⇒礼文滝入口 10:50/11:00⇒レブンウスユキソウ群生地 11:40 昼食 12:30⇒元地分岐 13:20⇒香深 14:00 ☆礼文岳コース 香深 7:47⇒内路 8:10/20⇒礼文岳 (490m) 10:45 昼食 11:30⇒内路 14:35/45→香深 15:10 旅館桜井 (連泊) <歩行時間 礼文林道 5:05 礼文岳 5:40>			
	5 日 目	香深港 8:55→稚内港 10:50 (ジャンボタクシー) 11:00→稚内公園 11:10/30→ノシャップ岬 11:40/50→間宮林蔵渡樺太出航地 12:20→宗谷岬 12:30/45→くろゆり群生地 12:50 昼食 13:25→稚内空港 14:10ANA574 便 15:20→羽田空港 17:20→品川 18:15/35→我孫子 19:27			
ル ー ト 状 況		遊歩道や標識は国立公園で多くの観光客が来ますので整備されていて迷う心配はありません。300 種類の高山植物が咲き誇る花の楽園礼文島で最も有名なレブンウスアツモリソウは5月 20 日から 6 月 10 日に咲きますので最盛期を狙って企画しました。①島北部、レブンアツモリソウ群生地を含む岬巡り②桃岩から原生花園巡り南端の知床へ③大展望の礼文岳登山④原生花園巡りの礼文林道を3日間歩き、帰途時には稚内の観光も加えました。			
参 加 者		L 大平、SL 小野、外崎、石塚、吉川、藤崎、山岸 (ゲスト) 男 1, 女 6 計 7 名			
メ モ		私の北海道シリーズ①旭岳・十勝岳②道東三山 (羅臼岳・斜里岳・雌阿寒岳) ③アポイ岳・紋別岳) に次ぐ礼文島は昨年度格安航空券手配遅れで中止。昨年 11 月に募集して実行しました。礼文島到着時は雨でしたが以後は好天で概ね 10℃前後、微風。この時期には見ることが少ない利尻山が残雪を抱いた秀麗な姿を見せてくれました。計画書通りの行動ができ幸いでした。2 日目の島北部岬巡りでは雄大な景観と海岸美や青い海を見下ろす急峻な断崖絶壁を歩き、可憐なレブンアツモリソウにも会えました。3 日目は旅館から花々が咲く遊歩道を歩いて観光客で賑わう桃岩展望台へ。人影が少ないフラワーロードでは海面までの急斜面にびっしり咲くエゾノハクサンイチゲに感動し、元地灯台へ。午後は北のカナリアパークで見物後、名物のソフトクリームで憩い、香深の礼文町郷土資料館を見学しました。4 日目は礼文岳登山と礼文林道散策の2班に分かれて行動しました。4 泊した旅館桜井は家族的で手造りの新鮮な海鮮料理 (ウニ、帆立貝、毛ガニ、カレイ、鮭、ホッケ、ソイ、タコ、海老、昆布等海草、・・・等) を毎朝夕に提供してくださり皆さん大満足でした。5 日目には稚内のノシャップ岬や宗谷岬等の観光をし、旅を締めくくりました。気心の知れた陽気な女性 6 名との楽しい旅でした。			



スコトン岬バックに浮かぶのはトド島



もうすぐゴロタ岬だ（奥はスコトン岬）



澄海（すかい）岬晴れた日は青く海が澄み渡る…はず



桃岩付近、斜面一面に咲くハウサン
イチゲなどの花たち



北のカナリアより臨む雲がかかる利尻山、手前
は礼文アツモリソウ



桃岩からツバメ山に向かう



礼文岳頂上、ぽっかり海に浮かぶ利尻山



稚内 最北端の地



1 エゾノハクサンイチゲ



2 ハマハタザオ



3 エンレイソウ



4 白花のエゾエンゴサク
：珍しい



5 シラゲキクバクワガタ



6 ノビネチドリ
：高さ50cm以上。
小野が見た最大級



7 ハクサンチドリ



8 クロユリ群生



9 ネムロシオガマ



10 レブンコザクラ



1 1 ツバメオモト



1 2 レブンアツモリソウ



1 3 イワベンケイ：雄株



1 4 センダイハギ



1 5 レブンハナシノブ



1 6 ホソバナアマナ



1 8 オオバナノエンレイソウ



1 7 エゾノリュウキンカ

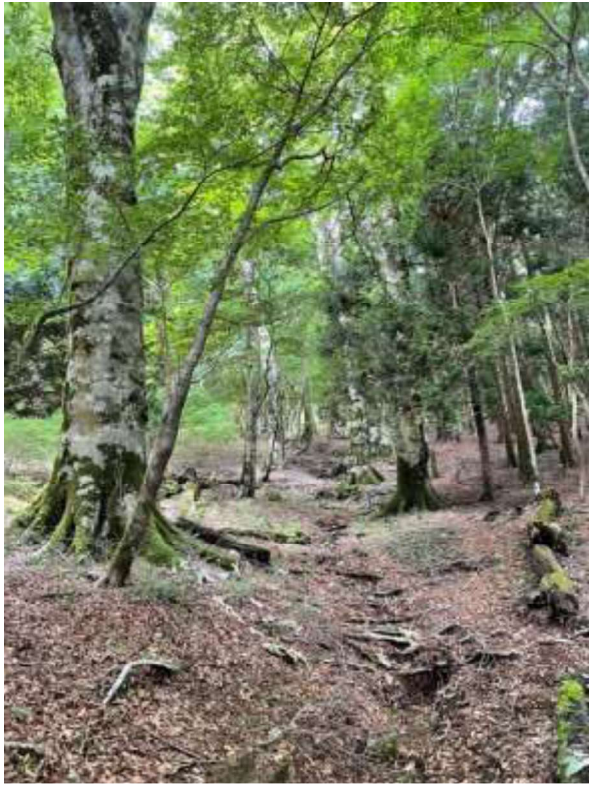


2 0 シロバナエンレイソウ

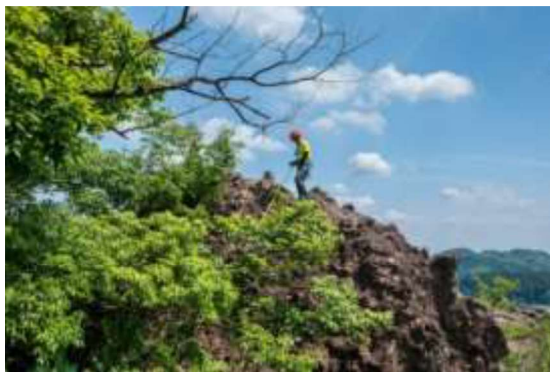


1 9 ミヤマオダマキ

定例山行報告			天城山（八丁池） (1237m)		リーダー：新谷直恵 グレード：2A	
月 日		2024 年 6 月 2 日(日) 日帰り				
山 域		伊豆天城山				
目 的		新緑の天城峠から八丁池までのブナ林を歩く				
費 用		約 15000 円		交通機関	電車・バス	
行 程		我孫子 5：31→上野→東京 6：19／6：30 発（こだま 701 号）→三島 7：20／7：34→修善寺 8：09／8：18（東海バス）→水生地下バス停 9：05／9：20⇒八丁池登山口 9：50／10：05⇒道標（八丁池 2.9km 地点）10：30⇒四阿屋 10:55／11:00⇒道標（八丁池まで 1km 地点）11：35⇒八丁池 12：00（昼食）／12：20⇒ワサビ田付近道標 13：40／13：45⇒旧天城トンネル 15：05／15：20⇒天城峠バス停 15：35／15：49→修善寺 16：40／15：07→三島→品川→我孫子 19：44 ＜歩行時間：約 5 時間＞				
ルート 状 況		八丁池までの道は、水生地地下から下り御幸歩道を行き、上り御幸歩道を降りてきたが、上り御幸歩道は途中道が崩れたりして歩いて歩きにくかった。途中、下り御幸歩道に渡る道が 2 つあり、水生地歩道より藤ヶ沢歩道の方が道がいいと聞いていたので、そこから下り御幸歩道に渡る予定だったが、その道の標識が見当たらず、結局、終点の天城峠までの急坂を下りることになった。旧天城トンネルからバス停のある新天城トンネルまでの道もまた狭い旧坂。 八丁池までの道は、下り御幸歩道を往復するのが良いという結論だった。				
参加者		武内勇二、高橋芳恵、L 新谷直恵 男 1 名、 女 2 名 計 3 名				
メ モ		御幸歩道はブナやヒメシャラの森となっていて実に気分爽快だった。 伊豆国立公園なので標識は細かくあり、途中木のベンチなどが置かれている。 八丁池周辺には立派なトイレ小屋、見晴台などがあり、昼食を取るには最適。 15 時から雨の予報だったので、エスケープルートとして八丁池口からのバスも考えていたが、伊豆東海バスは、天気予報の降水確率 50%を超えると運行を取りやめるということで、この日は八丁池口へのバスは運行中止だった。平日と週末のバス時刻も変わるので気をつけたい。 天城トンネルのバス停から旧天城トンネルに抜ける道は狭くて急登なので、できれば隣の水生地下を利用した方が良い。 天城峠へは、新幹線経由で河津から入るか、修善寺から入るか迷うところだが、修善寺経由の方が運賃は安い。伊豆箱根鉄道の所要時間による。				



定例山行報告		岩山 (328m)		リーダー:細谷(鈴木) グレード:1D	
月 日	2024 年 6 月 8 日(土) 日帰り				
山 域	足尾山地	日の出日の入りなど	日の出 4:30 日の入り 18:50		
目 的	岩場トレーニング				
費 用	約 3,000 円(反省会費用は含めない)	交通機関	電車 (JR・東武)		
行 程	我孫子 5:42→柏 5:46/5:51→春日部 6:34/6:43→南栗橋 7:01/7:03→新鹿沼 7:52/8:00⇒日吉神社 8:32⇒二番岩 8:50⇒訓練 9:00～13:00 (講習内容説明・準備・訓練・昼食・訓練)⇒二番岩 13:30⇒日吉神社 13:50⇒新鹿沼 14:15/14:37→我孫子 17:22 ＜歩行時間:1.5時間 訓練3.5時間＞				
ルート状況	登山道は若干濡れて滑りやすい箇所があったが、岩は乾いて登りやすいコンディションだった。				
参加者	細谷 (L)、鈴木 (SL)、白崎 (SL 写真)、矢野 (SL 救急)、小林 (安)、佐藤 (清)、小島、土田、吉川、千葉 男 6名、女 4名 計 10名				
メ モ	ハーネスの装着方法、ダブルエイトノットでハーネスにロープを装着、クライミングの注意事項を説明後、岩場グレード2級程度4M・8Mをトップロープで1回づつ、4Mの懸垂下降(バツアップ実施)1回実施した。 説明・準備に想像以上に時間が掛かってしまった 技術レベル・経験により、2班程度に分けて実施した方がスムーズだったと思う。				



この岩峰上からの景色は良いです



簡単そうなルートでフリーで登ります



ロープセットの為、フリーで登ります。

↑最初の岩木で支点を取りました。



ダブルエイトノットの練習



初の岩壁でロープの準備



ハーネス装着の指導



ロープとハーネスを繋ぎ初めてのクライミングへ



下りは懸垂下降で



懸垂下降



登っています



定例山行報告		瑞牆山・金峰山 (2230.2m・2599m)		リーダー:矢野貞 企画:吉川 グレード:2B	
月 日		2024 年 6 月 9～10 日 (日～月) 山小屋 1 泊			
山 域		奥秩父山系		日の出日の入りなど	
目 的		石楠花を見たい			
費 用		約 26,480 円 (入浴代含む)		交通機関 JR, タクシー、バス	
行 程	1 日目	我孫子 5:31→新宿 6:26/7:00→あずさ 1 号→蕨駅 8:36/45→タクシー→瑞牆山荘 9:45/50→富士見平小屋 (荷物をデポ) 10:45/55→瑞牆山 (昼食) 12:30/45→富士見平小屋 (泊) 15:05 ＜登り 974m、下り 679m 歩行時間:約 5 時間 ＞			
	2 日目	富士見平小屋 5:55→大日小屋 6:50→大日岩 7:20→砂払の頭 8:45→金峰山小屋分岐 9:10→五丈岩 9:45→金峰山 10:10/25→金峰小屋 10:40/50→分岐 11:05→大日岩→大日小屋 13:00→富士見平小屋 13:50→富士見平湧水→瑞牆山荘 14:45/15:20→バス→明野温泉クララ館 (入浴) 16:15/17:30→タクシー→蕨駅 17:55/18:25→あずさ 50 号→新宿→上野→我孫子 21:07 ＜登り 962m、くだり 1258m 歩行時間:約 7 時間 30 分 ＞			
ル ー ト 状 況		瑞牆山:以前登った時より頂上直下の岩場のルートが変更され、はしがが 2 基設置されより安全に登れるようになっていた。小屋番さんの話では台風で崩落した事と事故が結構あったのでルート整備をしたとの事。天鳥川からは岩山なのでルート選びを慎重に行うと良い。 金峰山:大日岩までは樹林帯、丸山までかなりの登り、石楠花が残っていた、砂払の頭からは岩場の尾根歩き、鎖が数か所あり、千代の吹上は足元が切れている岩場、前日登った人は風が強く引き返したとの事。頂上から金峰小屋までの道にキバナ石楠花あり			
参加者		L 矢野貞、SL 吉川、北田、記録/小林安、点呼/大畠、佐藤清、土田、会計/北角、写真/田嶋、田村 男 3 名、女 7 名 計 10 名			
メ モ		・ 瑞牆山荘から富士見小屋までは気持ちの良い樹林帯、夏セミがうるさいほどだった。 ・ 瑞牆山の石楠花は頂上付近が満開だった。金峰山の登山道にも咲いていたが見頃は 6 月初めころだったかも、少し遅かった。 ・ 富士見山荘は内装がリメイクされていた。また、鹿とイノシシのジビエソーセージは結構なお味でした。小屋の名前のついたクラフトビールは美味しかったが結構なお値段でした。 ・ 朝食はピータン入りのおかゆ&お餅でした。 ・ 夕方から、明け方まで雨だったので出発時間を遅らせた。念のため雨合羽を着用したが雨が降られることは無くすぐに脱いだ。			



↑ 外見は昔のままの富士見小屋
← お洒落に改装され内部、
ランプの下、地ビールで乾杯
(地ビール高か！千円)



春ゼミが北田さんの
手に！瑞牆山荘に降
りたら、春ゼミがう
るさい位だった。



これから登る、瑞牆山をバックに



瑞牆山頂



山頂から見た、奇岩



瑞牆山頂にて



頂上の林に満開の石楠花



丸山への登り、樹林からのひかりに包まれ



岩場を登り頂上へ



金峰山の象徴 五丈岩



金峰山頂上にて

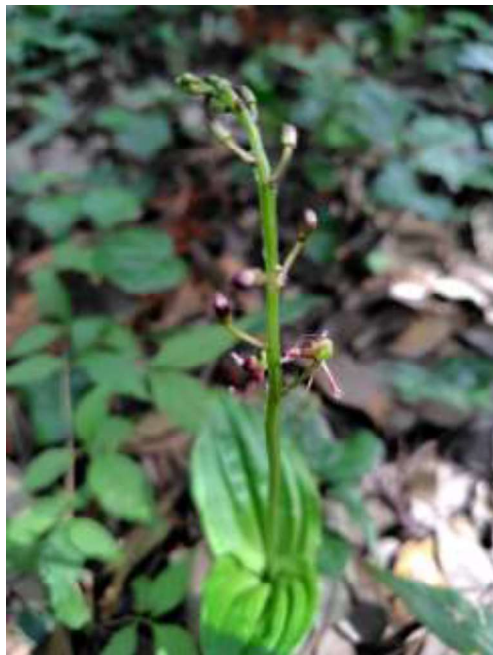


金峰山で出会った花々



下山は慎重に

自然保護活動 どんぐり散歩 2 1 手賀の丘周辺				リーダー:小野泰子 グレード: 1 A	
月 日	2024 年 6 月 1 2 日(水) 日帰り				
山 域		日の出日の入りなど			
目 的	手賀の丘周辺の自然観察をする				
費 用	0 円		交通機関	車、自転車	
行 程	9:00 どんぐりの家前集合⇒里山歩き⇒昼食⇒里山歩き 解散 1 4 : 0 0 				



コクランの開花



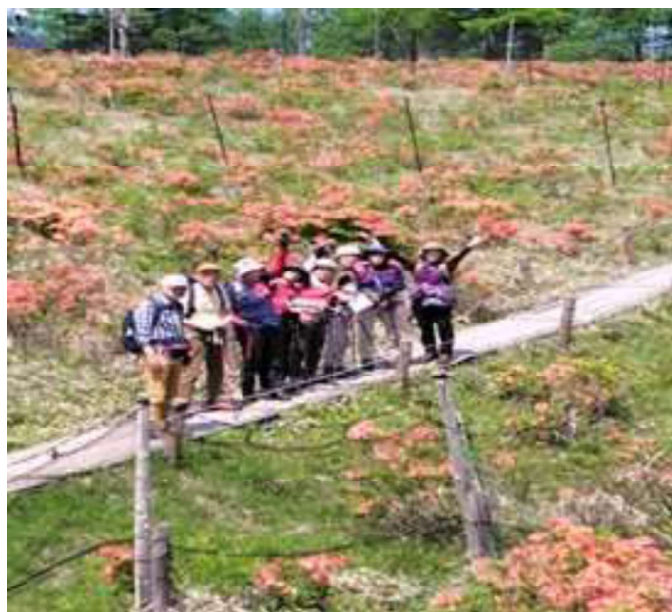
栗の雄花と雌花
栗の赤ちゃんが映っています



堂々としたウラボシ

定例山行報告		甘利山 ～ 千頭星山 (1731.4m ～ 2138.5m)		リーダー:外崎 グレード:1A
月 日	2024 年 6 月 14 日 (金) 日帰り			
山 域	南ア前衛	日の出日の入りなど	日の出 4 : 29 日の入り 19 : 04	
目 的	富士山と深紅に染まるレンゲツツジを楽しむ			
費 用	約 10,000 円	交通機関	JR、レンタカー	
行 程	我孫子駅 5 : 31→日暮里→新宿駅 6 : 26/7 : 00 (あずさ 1 号) →韮崎駅 8 : 36/9 : 20 (レンタカー 3 台) →甘利山第 2 駐車場 10 : 00 千頭星山グループ…第 2 駐車場出発 10 : 26⇒甘利山 10 : 45/10 : 55⇒千頭星山 12 : 30/12 : 45 ⇒甘利山 14 : 05⇒第 1 駐車場着 14 : 22 (2 名)、14 : 57 (4 名) 甘利山グループ…第 2 駐車場出発 10 : 28⇒甘利山 10 : 55/11 : 10⇒奥甘利山 11 : 45/12 : 15 ⇒甘利山 13 : 00/13 : 20⇒第 1 駐車場着 13 : 50 (11 名) 3 台揃って駐車場発 15 : 04→レンタカー返却 15 : 47/韮崎駅 16 : 53 (あずさ 44 号) →立川→新松戸→我孫子駅 19 : 50 <千頭星山グループの行動時間：約 4 時間～4 時間 30 分> 			





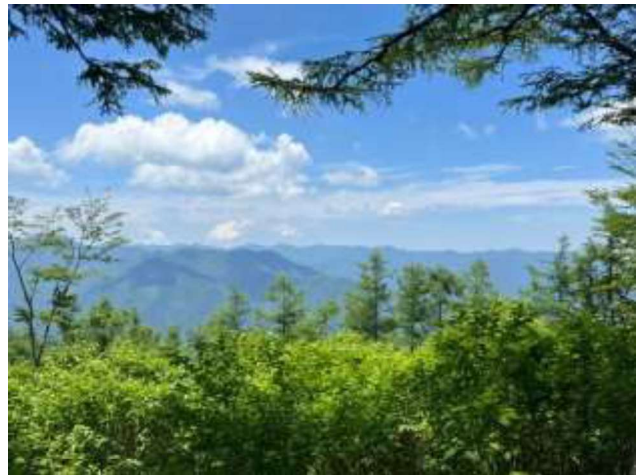
定例山行報告		御前山 (1405m)		リーダー:田嶋まり グレード:2A
月 日	2024 年 6 月 15 日(土) 日帰り			
山 域	奥多摩	日の出日の入りなど	日の出 4 : 27、日の入り 18 : 57	
目 的	奥多摩の自然を楽しむ			
費 用	約 3000 円(休日お出かけパス利用)	交通機関	JR, バス	
行 程	我孫子 5:31→日暮里 6:00/03→新宿:25/45→青梅 7:46/49→奥多摩駅 8:24→バス 8:35→奥多摩バス停 8:50/9:00⇒奥多摩湖いこいの路入口 9:30⇒サス沢山 10:30/40⇒惣岳山 11:35/11:50⇒御前山 12:00/12:30⇒13:10 クロノオ山⇒鋸山分岐 14:15⇒愛宕神社 16:00⇒奥多摩駅 16:25/16:32→青梅→西国分寺→新松戸→我孫子 ＜歩行時間：6 時間＞			
ル ー ト 状 況	急登、岩場、鎖場、階段など変化に富んだルートだが、よく整備されている。			
参 加 者	田嶋 L、藤家 SL、秋山写真、土田記録、小島 男 4 名、女 1 名 計 5 名			
メ モ	・5 月の川苔山山行を電車的大幅遅延で本仁田山に変更したため、今回は再チャレンジであったが、再度ハプニングに見舞われ（前夜の日原街道の土砂崩れでバスが運休）、急遽御前山に変更した。 ・サス沢山までは、かなりの急登、その後も断続的に急な登りが続くが、大ブナ尾根の名前の通りブナの明るい登山道が気持ちよかった。 ・サス沢山からは奥多摩湖の景色が良く、御前山からは奥多摩の山々が見渡せて眺望が素晴らしかった。 ・奥多摩駅への下山ルートには山頂から少し下りたところの避難小屋と鋸山分岐手前の林道横にそれぞれトイレがある。 ・また、岩場の登り返しや、急斜面の鎖場（巻き道あり）、愛宕神社の長い階段などがある。			



御前山山頂にて



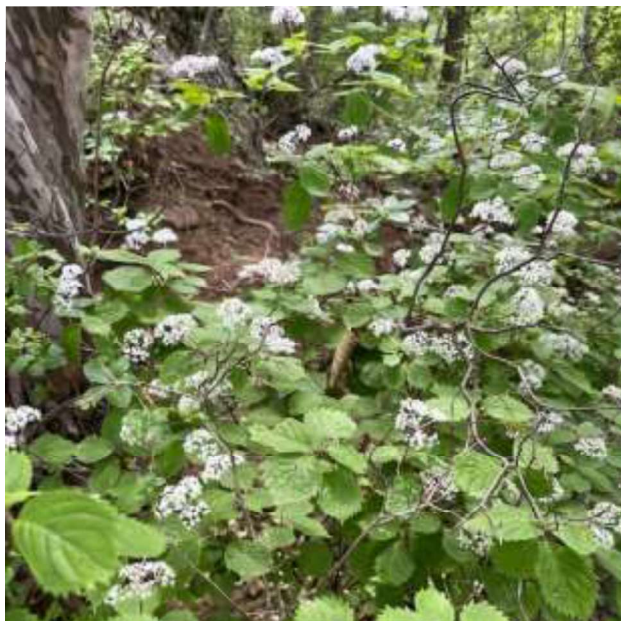
サス沢山からの奥多摩湖



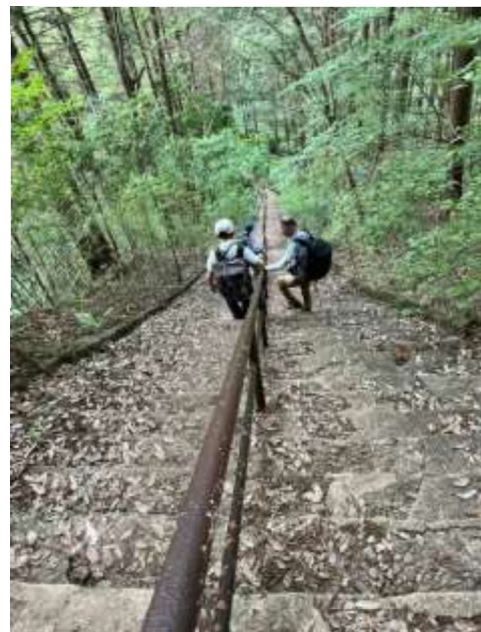
御前山山頂からの奥多摩の山々



惣岳山で休憩



あちこちに群生するコアジサイ



愛宕神社の長〜い階段

自然保護活動 どんぐり散歩20				リーダー:小野 グレード:1 A	
練馬区立牧野記念庭園					
月 日	2024 年 6月 24日(月) 日帰り				
山 域		日の出日の入りなど			
目 的	牧野富太郎が晩年を過ごした家の庭園、資料などを見学、観察する。				
費 用	約2000円		交通機関	JR, 西武線	
行 程	我孫子 8:38 (常磐線) → 日暮里 9:08/9:13 → 池袋 9:27/9:39 (西武池袋線) → 大泉学園 9:57 ⇒ 牧野記念庭園、園内を散策。解散 牧野記念庭園前 14:00 帰路も上記の逆コース				



いつも復習してはケロリと忘れるロープワークやスリングの使い方をわかりやすく教えていただきました。いただいた切ったロープを見たら既に端の熱処理をしてくださっていました。

鈴木さんのザックに興味津々で、じ〜っと拝見しておりましたら、溢れるように出て来たロープやハーネスをコンパクトにバランス良く収めていらっしゃいました。全部納めたら、薄いビニール袋みただったザックがちゃんと筒形になっていたのに感心しました。自分がふらつく原因を作っていることも再確認し猛反省中です。大山さんの話は活字でしか知らないことを体験者として教えていただきました。2人の有名女性登山家のお話面白く拝聴させていただきました。



鈴木さん



大山さん

ロープワークの基本研修有難う御座いました。通常の我々レベルの山行では使うケースは余り有りませんがスリング、カラビナは常に携帯し簡易チェストハーネスは正しく結べるように身につけておくべきと改めて思いました。暫く間を置くと、忘れてしまうので定期的にトライしてチェックします。大山さんのお話は過去の経験に基づいた内容で大変興味深く拝聴させて頂きました。今後もこのテーマの拘らず、過去に経験された貴重な山での体験談をお願いしたいと思います。

会の向上のためご尽力頂きましてありがとうございます。ロープワークの研修：講師の鈴木さんは大変勉強され、丁寧に教えて下さいました。研修を受ける私たちですが、なかなか行動がともないません。研修のやり方を付け加えては？生徒の中でロープワークのできる人が、できない人を教える。グループを作ってやる。又は、定例集会の前に30分位任意で勉強会を設けては？ 大山さんのお話先陣をきって登山開発した山の先輩のお話、有意義でした。

大山さんのお話は、多くの山岳事故があった当時の穂高や一ノ倉沢などの岩壁に登られた方の直接のお話として大変興味深く伺わせていただきました。いろいろな経験の積み重ねがあって今があるのだと思います。また、お話を伺いたいと思います。ありがとうございました。次に、鈴木さんのロープワークですが、いざというときには大事ということは頭ではわかっていますが、なかなかできません。覚えてもすぐに忘れてしまします。教えていただいたエイトノットを家でも練習して身につけたいと思います。ありがとうございました。

チェストハーネスについては、昨年の岳人祭時の研修でも実践しましたが、いざ必要となったときに慌てないよう、繰り返し練習することが大切です。岩山の実技研修山行を前にして、非常にタイムリーな研修だったと思います。大山さんのクライミングのお話には、田部井さんを初めとする著名な登山家のお名前が随所に出てきて、興味深く拝聴いたしました。有り難うございました。

自分の持っているカラビナでもほぼ同じ強度があることがわかり安心しました。スリングを使っのハーネスの結び方もこれまでも学びましたがやはり毎年繰り返すことが大切だと思いました。エイトノットの結び方も簡単な方法を教えてもらいハーネスに通すことができました。鈴木さん、ありがとうございました。

大山さんの話を聞いて有名な登山家と共にいろいろな山を歩いていたと聞き、さすがだなあ！と思いました。田部井淳子さんとも一緒に歩いていたそうで、だいぶ前でしたが上高地の奥の徳澤園に泊まった時に夕食時、隣のテーブルで田部井さんが若者2人と一緒に楽しそうに食事をしていたことを思い出しました。その時は邪魔をしてはいけないと思い、声はかけずにいました。銃でザイルを切って遺体を収容した話、知っていましたが、その時のロープの結び方が、ただ体に巻きつけて結んだだけだったこと、それ以降に改良されてスリングでの簡易ハーネスの結び方ができてきたことを聞き、前半で学習したハーネスとつながっているのだということを知ることができました。大山さんと一緒にの山行でまた話を聞きたいと思いました。ありがとうございました。

私はロープを使う山行をしたことがありませんが、山のクラブにいるからには、ロープの基本は押さえておきたいと思っていますので、教育研修で教えて頂くのはとても嬉しいです。ただ、復習しないとすぐに忘れてしまいます（これは自分の問題ですが）。定期的に研修に取り入れて頂けると刺激になります。大山さんのお話も参考になりました。田部井さんと同行されていたなど、交友関係の広さにも驚きました。

テーマ「ロープワークの基本」その通りの内容でたいへん充実していました。

”県連七つ道具”を実物で見てもらい、簡易ハーネス・エイトノットを実際にみんなでやる。そして、講師の経験に基づいた話からロープワークの重要性を知る。さらに今回は、4日後の鹿沼の岩山へと、机上と実技がひとつになった研修になったと思います。

鈴木さんのロープを使っの簡易ハーネスを作るやり方は何度も机上と実地訓練でやってきたのに久々にやって見ると忘れていてすぐには出来なかった。実地訓練で冬の天狗岳や丹沢山の小屋の前で大山さんから指導を受けていたので、実地訓練で身に付くので出来る場所での訓練は必要だと思った。大山さんが昔、活躍していた頃のお話は興味深くもっと聞きたいと思いました今井さんや田部井さん達と一緒に谷川で訓練していた頃の山仲間の情熱や話題、価値観なども知りたいと思った。機会があれば再度、研修と講義をおねがいしたいです。

鈴木さんの実際にロープを使っの研修は楽しくわかりやすかったです。大先輩の大山さんの立山銃撃事件、私の生まれる前のことで、初めて知りましたが、とても衝撃的でした。後で毎日ニュースの映像を見て、あまりの痛ましさに何とも言えぬ思いがしました。経験豊富な先輩方の体験談を聞くことは大変興味深く、登山の怖さや楽しさ、色々な面を知ることができ、ありがたいです。

鈴木さんの説明はとても分かりやすかったです。簡易ハーネス、八の字の結び方は基本として覚えておくといいので、毎年会員全員向けに講習をしてほしいと思います。新人さんたちもとても熱心に取り組んでいました。

＊大山さんのお話は、滝谷の狭いテラスでの順番待ち、登攀途中のビバークなど、私たちでは想像もできないような経験をされているのだなあとても興味深いうかがうことができました。田部井さんにくらべて樋口さんが登攀技術ではずば抜けていた、というのも初めて知りました。

岩登りもやってみたい気持ちがあり、今週末にある岩山に申し込みました。その直前のタイミングでの研修で、とてもありがたく助かりました。今までも武内さんから岳人祭他で習ったりなど、何回か教えてもらいました。が、やらないと忘れてしまうので、繰り返しやってもらえるのはありがたく、また、折々にやってもらえるとうれしいです。

「ロープワークの基本」は非常に分かりやすく、とても良い復習の機会になりました。説明が分かりやすく、また、図解がとても良かったです。これまでも機会がある度に教えていただいてきましたが、すぐ忘れてしまいます。周りに教えてもらいながら実践しました。今回は家でも図を見て確認しました。他人の救出ではなく「自分の身を守るため」の技術だと鈴木さんが強調したのにハッとしました。大山さんの、名だたる登山家のエピソードは、大変興味深く伺いました。同時代に活躍してきた方々についてのポイントを押さえたお話。また、ロープの今昔比較のような話は、もっと伺いたいです。このような機会を設けてくださった担当の皆様には感謝申し上げます。

運営委員会・山行部会議議事録

令和6年度 運営委員会(第4回) 議事録

令和6年6月18日(火)

1. 行事予定 (令和6年7月～令和6年9月)

巻末に掲載

2. 各部より

《会長》 * 甘利山に登って来ました。ツツジがきれいでしたが、足がつり芍薬甘草湯を飲みました。すぐに効いたので常備していて良かった。道間違いに気付いた時、地図アプリで確認して問題なかったが、間違い易い道は、前もって確認が必要だと思った。

《副会長》 * 豪雨の後、大堀川がかなり増水していて水の怖さを感じた。雨を甘く見てはいけない。梅雨時の山行は特に気を付けてほしい。北田
* 日中の暑さでなかなかトレーニングが出来ないので、夕方や遅い時間に歩いたりしたいと思っています。矢野(裕)

《総務部》 * 9月定例会会場確保の問題より9月3日(火)予定を9月2日(月)に変更としたい。
* 新入会希望者(水野直美さん)の入会が承認された。

《山行部》 * 岩山での岩場トレーニングは、人数が多かったためロープの本数が足りないと感じた。もう少しやりたかった。ビレイ(安全確保)ができる人を増やしたい。

《会計部》 * 労山に本年度の会費を振り込み済みです。

《装備部》 * 特になし

《会報部》 * 「やまなみ」発行継続に関する検討提案とアンケート実施に関する内容説明と討議。
アンケート内容を見直し、次回運営委員会にて再提案討議とする。

《県連》 * ハイキング委員会より、ウイークデー山行(5/14)天候不良で中止になった「笠間アルプス」が、9/24になりました。
* 自然保護委員会のお知らせ 他
* 全国遭難対策担当は、白崎さんをお願いしました。
* 労山短期掛け捨てプラン(山行に参加されるゲストさん対象)の説明。
山行実施の2日前には振り込み手続きをするのでキャンセルの場合もリーダーがせきにんを持って回収をお願いします。

7月定例集会所会	秋山さん	やまたん原稿 締切り	7月号	6月25日(火) 矢野貞子さん
			8月号	7月25日(木) 中村(育)さん

村越、北田、矢野裕、郷田、室崎、白崎、矢野貞、細谷、佐藤清、武内、大畠、秋山、千葉、森岡、田嶋、小林安土田、蟹江、一氏、中村八、藤家、中村育、松下、矢野朝、高橋芳、(運営委員25名)

1. 山行部より

「管理されたリスク (Controlled Risks)」という言葉、アメリカのテレビドラマで耳にしました。さまざまな問題を抱えた状態にあるとき、別のことに集中することはメンタルヘルス上とても有効でだとされていますが、自信を失いかけているときには、「管理されたリスク」に挑戦することが自信を取り戻すことにつながりやすいということです。

山行部で岩山研修を行いながら、クライミングがその「管理されたリスク」に挑むものだということを改めて実感しました。なぜなら、クライミングは滑落を予め想定し、滑落しても大きな問題が起きないようにリスクが管理されているからです（沢登りは滑落しないことを前提としています）。なので、自分を信じ、その挑戦を通じて新しい景色を見ることがクライミングだと言ってもいいでしょう。

もちろん、何か新しいことトライしてみたいという気持ちがあるときにも、お勧めです。

(山行部長)

2. 山行計画

巻末に掲載

3. 教育研修

【机上研修】

日 程	対象者	研修場所	研修内容	担当講師	資料等
7/1 (月)	新人	定例集会	地形図の読み方・地図アプリの利用	藤家	
7/1 (月)	会員	定例集会	テントを楽しむ	斎田/鈴木忠	
8/6 (火)	新人	定例集会	研修 お休み		
8/6 (火)	会員	定例集会	八ヶ岳縦走・北アルプス縦走の魅力	藤家・北田/鈴木忠	

【実技研修】

日 程	山名	対象者	研修内容	担当講師
7 月	白馬岳	参加者	大雪渓を歩く	土田
8 月	磐梯山	参加者	火山登山を経験する	松下
9 月	御嶽山	参加者	慰霊登山	矢野貞

※山行実施予定 磐梯山は 9 月、御嶽山は 8 月

4. 山行報告

山 名	参加者数		山行NO 1311	やまなみ	カメラ	ヒヤリ ハット	特記事項
	会員	般					
天覧山～多峯主山 5/25	12	1	1311	飯塚	小島徹	無し	
礼文岳 5/28-6/1	6	1	1312	外崎	吉川	無し	礼文島に、この時期行くには前年の 10 月頃に山行部会に提案が必要
天城 (八丁池) 6/2	3		1313	高橋芳	新谷	無し	

岩山 6/8	10		1314	参加者全 員	白崎	無し	
瑞牆山・金峰山 6/9-6/10	10		1315	吉川	田嶋	無し	
どんぐり散歩 21 6/12	4				石塚	無し	
甘利山 6/14	16	1	1316	矢野朝	石塚、村 越、吉川	無し	一部グループが駐車場に帰る道を 間違えて 30～40 分遅れてた
御前山（川苔山） 6/15	5		1317	田嶋	秋山	無し	雨天順延した山行、奥多摩駅で川苔 山へ行くバスが崖崩れで運休、警察 が川苔山に入山禁止アナウンス有、留 守宅に連絡後御前山に変更した

※突発的なアクシデントで予定の山に入山できない場合、山行部長等に連絡後、山を変更し実施すること
も可とした。

5. 岩山研修を振り返って

- ・ある程度の人数になると、登り降りするのに待ち時間が増えてしまう（4～5人くらいが適切か）。
→熟練度によって、何をするかを決めて班分けしても良いかも
- ・一番岩?のトップロープは、日本のクライミング規格に合うロープを用意した方が良かった。
- ・ビレイを練習すると、次からビレイを交代でできるようになる
（ただし、山行部で「大丈夫」だと認めた人のみとしたい）。

（リーダー）外崎 高橋芳 武内 千葉 矢野貞 矢野裕 村越 大平 北田 藤家 石塚 小林安
佐藤清 森岡 白崎 田嶋 小島徹 秋山 松下 小野 矢野朝 土田 一氏 細谷 吉川
北川 小山 飯塚 富井 欠/大畠 本田 新谷 小島洋 蟹江 北川 佐藤健 郷田 室崎

1 行事予定 (令和6年7月～令和6年9月)

	月	日	行 事	場 所	備 考
当会	7 月	1 (月)	定例会	我孫子北近隣センター並木本館	19:00～20:50
		16 (火)	運営委員会+山行部会	市民プラザ	19:00～20:50
	8 月	6 (火)	定例会	我孫子北近隣センター並木本館	19:00～20:50
		20 (火)	運営委員会+山行部会	市民プラザ	19:00～20:50
	9 月	2 (月)	定例会	我孫子北近隣センター並木本館	19:00～20:50
		17 (火)	運営委員会+山行部会	市民プラザ	19:00～20:50
県連	6 月	20 (木)	理事会	Zoom	19:00～21:00
	7 月	18 (木)	理事会	船橋市西部公民館	19:00～21:00

2. 山行計画

日 程	分	山 名	山 域	L/企画者	G	備考 (目的)
7/4-6 (木-土)	定	大峰山	大峰 (紀伊山地)	佐藤清	2B	修験道の山とオオヤマレンゲ 【募集済み】
7/6 (土)	定	霧降高原	日光	高橋芳	1A	1445 段の階段&高原の花 【募集済み】
7/12-14 (金-日)	定	権現岳～赤岳～硫黄岳	南八ヶ岳	北田 (藤家)	3C	高山の花咲く赤岳山群を巡る、遠い飲み屋 (青年小屋) に宿泊 【募集済み】
7/17-19 (水-金)	定	白馬岳	北アルプス	土田	3B	大雪渓を歩き高山植物の宝庫へ 【募集済み】
7/21-22 (日-月)	定	ナルミズ沢	谷川連峰	細谷	3D	天国のつめ
7/28-8/2 (日-金)	定	薬師岳～笠ヶ岳	北アルプス	土田 (鈴木忠)	4C	日本アルプス 5 座を縦走 【募集済み】
8/4-5 (日-月)	定	蓼科山	北八ヶ岳	矢野裕	2B	諏訪富士に登り、池巡り
8/25-27 (日-火)	定	燕岳	北アルプス	村越	2B	北アルプスのパノラマを見る 【募集済み】
8/27-29 (火-木)	定	御嶽山・恵那山	中央アルプス	矢野貞	2B	3000m の頂きと慰霊登山 【募集済み】
9/1 (日)	定	磐梯山	会津	松下	2B	火山登山を経験する
9/8-11 (日-水)	定	薬師岳～室堂平	北アルプス	佐藤清	3C	北アルプスの貴婦人
8 月	定	伊藤新道の硫黄沢	北アルプス	白崎	3C	伊藤新道歩き秘湯に浸かる
9/27-28 (金-土)	定	鬼怒沼湿原	日光	武内	2B	湿原の草紅葉と温泉
9/29-30 (日-月)	定	苗場山	上越	小林安	2B	花と展望 【募集済み】
10/31～11/1 (木-金)	定	鳥井峠	木曽路	矢野朝	1A	中山道の木曽路歩き 【募集済み】

3. 山行報告書の提出先: gaku.abi01@gmail.com (会報部メールアドレス)