

KOBUSHI



NO. 205

2023.12.15



<http://kobushikai.sakura.ne.jp/>

今号の山行報告



3127 烏帽子岳~水晶~赤牛岳



3128 高天ヶ原・雲ノ平



3129 竜ヶ岳(BSでホッ)



3130 南会津 七ツ岳



3130 南会津 田代山



3130 南会津 帝釈山



3131 棒ノ折



3132 火打山



妙高山



3133 苗場山



3134 船形山



泉ヶ岳



3135 大山



3137 鷹ノ巣溪谷



3138 大袋山

宮路山

集 会 等 の 日 程

集会などは再開される際などには別途お知らせします

連絡網について	2
山行計画の難易度について	3
1月～予定カレンダー(会報編集時現在)	4
山行計画	No. 都 内 東海七福神めぐり	5
	No. 奥 武 蔵 子の権現	6
	No. 奥 武 蔵 日向山	7
	No. 奥 日 光 廣滝・光徳周辺(スノーシューハイク)	8
	No. 中央沿線1 一本松山～名倉金剛山	9
	No. 中央沿線1 高柄山	10
	No. 箱根周辺 城山(土肥城址)～幕山	11
	No. 湘 南 高麗山(こまやま)	12
	No. 箱根周辺 山伏峠～三国山	13
	No. 丹 沢 髭僧の滝～春嶽山	14
	No. 中央沿線1 お伊勢山(桜と五福めぐり)	15
山行報告	No.3127 北アルプス 烏帽子岳～水晶岳～赤牛岳～読売新道	16
	No.3128 北アルプス 高天ヶ原・雲ノ平	20
	No.3129 富士周辺 竜ヶ岳	22
	No.3130 東 北 セツ岳・荒海山・帝釈山～田代山	23
	No.3131 奥 武 蔵 棒ノ折山	26
	No.3132 上信・頸城 火打山・妙高山	27
	No.3133 越 後 苗場山	29
	No.3134 東 北 船形山・泉ヶ岳	31
	No.3135 丹 沢 大山～日向薬師	33
	No.3137 奥 多 摩 鷹ノ巣溪谷	34
	No.3138 中央沿線1 大袋山～宮地山	35
	今号掲載で中止になった計画	36
会務関連1	(会費納入のお願い)	36
会務連絡1	(山岳保険の加入について)	37
山関連記事1	(雪山登山過酷さ世界トップレベルの日本)	39
山関連記事2	(最多遭難県)	44
山関連記事3	(登山歴15年ライターが厳守する先輩からの教え)	46
52期個人サマリー	48
担当リーダー実績・あ・と・が・き…か？	／52期担当役員	49

連絡網について

1. 山行時

- ・リーダーは、山行実施前日までに緊急連絡先の依頼者へ、メンバー表と特記事項等（コース変更の場合など）をメール（添付）等で届出をする。（依頼者が複数人の場合は依頼者全員に届出をする）
- ・リーダーはメンバーと行程情報を、登山口等で提出(可能な場合)する
- ・下山後は緊急連絡先依頼者の携帯宛に必ず下山した旨メール連絡をする。
- ・受信者は返信義務はないが、簡単な返信が望ましい。

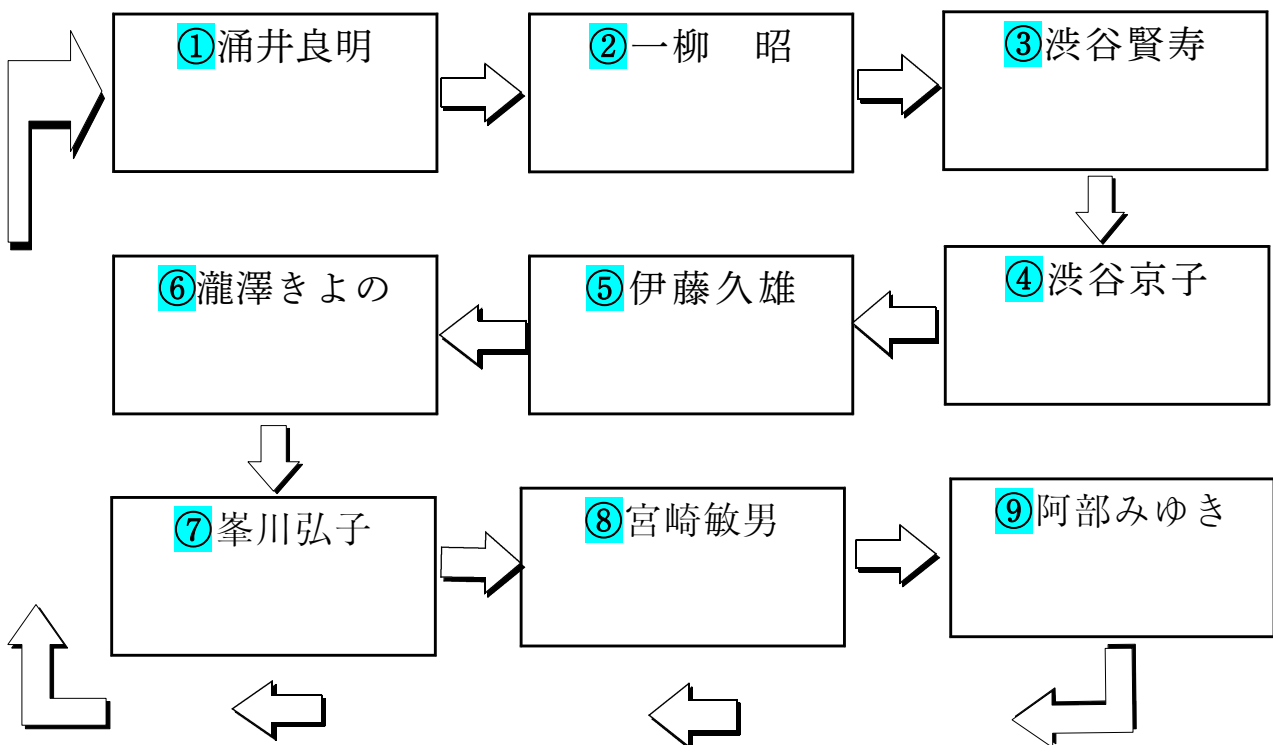
※リーダー各位は山行時の届出、下山連絡は徹底してください。

3. 緊急時

- ・山行パーティその他からの連絡により、緊急連絡先担当者に連絡が入ると思われるので、リストに従い順送り（連絡不能の際は、順次下位に送る）で全員に連絡する。
- ・その後、役員リーダー間で速やか且つ適時に連絡を取り合い、会としての対応を協議・実施する。

4. 参加メンバー

- ・参加する山行の情報（行先、こぶし会山行）を家人に伝えておくこと。



こぶし会 山行計画の難易度について

No.203号でお知らせの通り、山行難易度について当会の現況に即した改訂版で試行する旨のお知らせをしました。2023年10月以降の計画から、試行しています。難易度の目安は以下の要素表を基にしています。立案される各位には計画書作成時には改訂版にて記載いただくようお願いいたします。従来版での記載については、行程内容などから再設定させてもらいますので了解をお願いします。

山行難易度（試行版）

◆ 要素1 基本条件

レベル	歩行／日	最大標高差（目安）
☆	0～2時間程度	0～100㍍
☆☆	2時間～3時間程度	100～400㍍
☆☆☆	3時間～5時間程度	400～600㍍
☆☆☆☆	5時間～7時間程度	600～800㍍
☆☆☆☆☆	7時間以上	800㍍以上

◆ 要素2 技術要素

レベル	道標・道型・藪・岩・痩せ尾根・高度感 etc
A	行程中自然状況に起因するリスクなどを考慮しなくて良い。 (街路、遊歩道、林道等が中心のウォーキング、芋煮会等)
B	丘陵、低山、道迷いリスクの少ない里山、トレイル、など、未舗装林道、遊歩道、比較的導標等整備が行き届いている登山道の行程
C	いわゆる一般対象のガイドブック記載と同程度の行程。導標等比較的整備されているが、短い岩場(ロープ・鎖設置含)、荒れ気味の登山道や未整備道の通過、藪の通過などが含まれる。但し積雪時には技術度が上がる可能性もある。
D	岩場、藪、痩せ尾根など通過に山岳経験や技術を必要とされる個所が複数あり、一部三点支持を要求されるなどの箇所も含まれる。 (無雪期の、南・北・中央アルプス縦走、南八ヶ岳縦走、越後・会津などの縦走、テント泊など)
E	★★★★より多くの頻度で転・滑落、落石の危険、または谷筋、崩壊地の通過などの危険リスクが想定される計画。 (槍ヶ岳～切戸～穂高、唐松岳～白馬岳、積雪期の八ヶ岳等)

◆ 上記の他、当該計画での特記事項があれば簡潔に追記する。

1月～ 予定カレンダー

2024年1月～4月1週 山行計画 (11月19日現在) ※月曜日から始まっています
 (※会報未記載で追加になった計画は、別途にご案内します)

2024/01

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
						東海七福神 1A 1h15 一柳
8	9	10	11	12	13	14
					子の権現 4C 5h 瀧澤	52期 総会 13:30～ 立川女性総合センター
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
					あしがくぼ氷柱 日向山 3B 3h30 宮崎	
29	30	31	1	2	3	4

2024/02

月	火	水	木	金	土	日
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
					10-11 奥日光 廣滝・光徳周辺(スノーシュー) 3C 2h30/4h 瀧澤	
12	13	14	15	16	17	18
						一本松山～名倉金剛山 3C 3h45 渋谷(京)
19	20	21	22	23	24	25
					高柄山 4C 5h25 瀧澤	
26	27	28	29	1	2	3

2024/03

月	火	水	木	金	土	日
26	27	28	29	1	2	3
						湯河原 城山～幕山 4B 5h55 峯川
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
						高麗山 3B 3h25 渋谷(京)
18	19	20	21	22	23	24
						箱根 山伏峠～三国山 3B 峯川
25	26	27	28	29	30	31
					丹沢 春嶽山 3C 5h 瀧澤	
4/1	2	3	4	5	6	7
				お伊勢山 3B 3h 宮崎		

山行計画

No.

☆ A

旧東海道を歩く 東海七福神

期 日 2024年1月7日(日)

集 合 京浜急行 新馬場駅 北口改札口前 10時

出 発 準備出来次第

行 程 1時間15分 (参拝時間含まず)

地 図 当日配布

交通費 330円 (京浜急行品川駅起算)

乗車券 京浜急行線 新馬場駅(しんばんば)

C L 一柳 昭

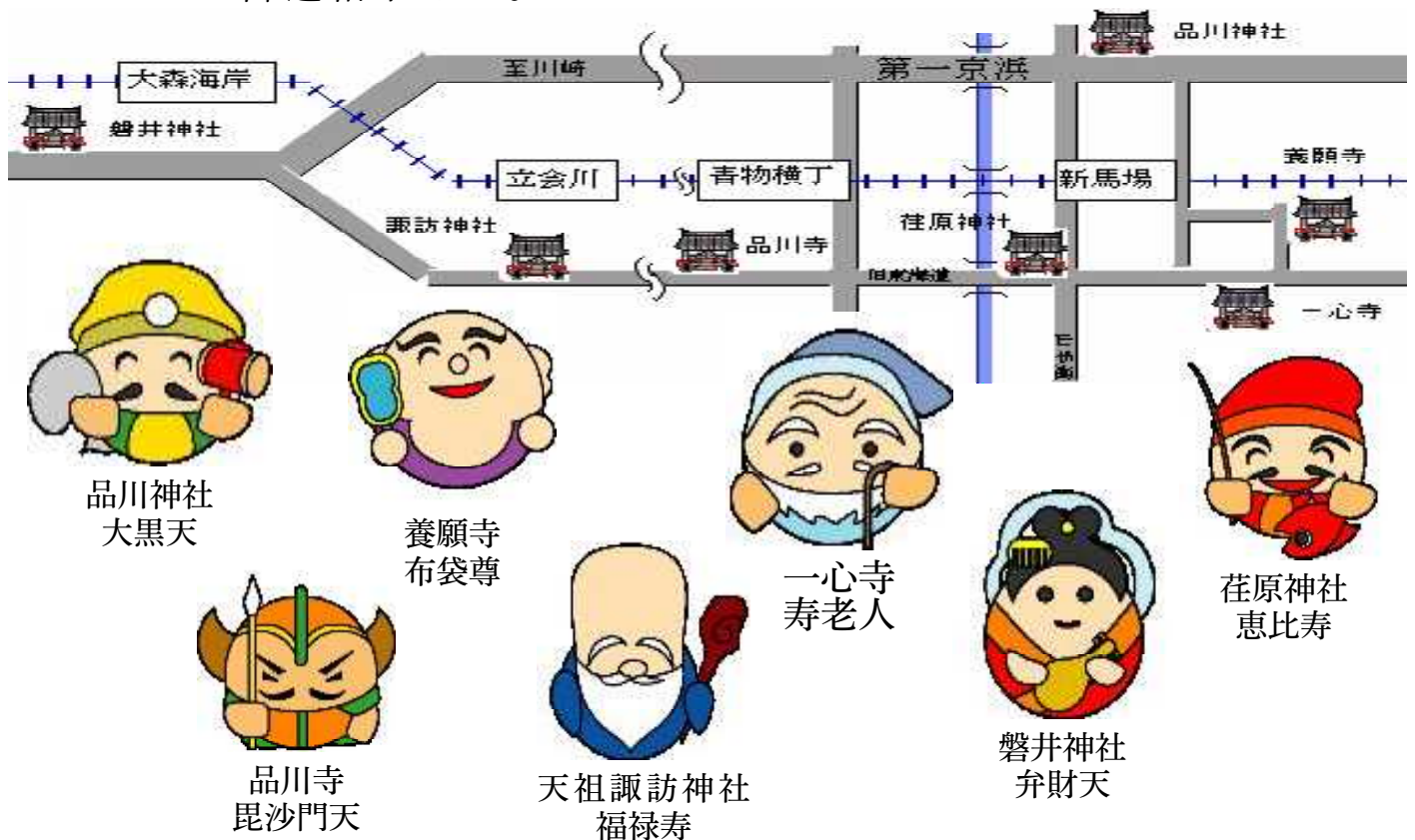


コース 新馬場駅～大黒天「品川神社」～布袋尊「養願寺」～寿老人「一心寺」～恵比寿「荏原神社」～毘沙門天「品川寺」～福祿寿「天祖・諏訪神社」～弁財天「磐井神社」～大森海岸駅

締 切 1月6日(土)

定 員 なし

備 考 ・希望者による懇親会を考えていますので参加申込時に併せて御連絡下さい。



足・腰の参拝 子の権現

期日 2024年1月13日(土)
 集合 西武池袋線 吾野駅 9時00分
 出発 集合次第
 行程 5時間
 標高差 ↑671㍎ ↓619㍎
 地図 奥武蔵・秩父(山と高原地図)
 交通費 1,267円(西武線池袋駅起算)
 乗車券 西武池袋線 吾野駅
 C L 瀧澤 きよの ☎



コース 吾野駅(35)秩父御岳山(55)吉田山(55)小床峠(55)分岐(50)
 子の権現(40)分岐(35)水場(15)西吾野駅

締切 1月12日(日)

定員 なし

備考 ・お正月の体力回復に子の権現に参拝。
 ・福寿草が見られかも。
 ・西吾野の寒桜も。



イメージ

No.

あしがくぼ氷柱と陽だまり豊かなライト駅前登山 日向山（ひなた山）

☆☆☆B

期 日 2024年1月27日（土）
 集 合 西武秩父線 芦ヶ久保駅 9時45分
 出 発 芦ヶ久保駅発 9時45分
 行 程 約3時間30分
 標高差 316㍓（累積407㍓）
 地 図 奥武蔵・秩父（山と高原地図）
 交通費 1,444円（池袋起算） 1,724円（八王子起算）
 乗車券 西武秩父線 芦ヶ久保駅（9時36分着）
 C L 宮崎 敏男 ☎ 📱



コース 芦ヶ久保駅(9:45)・・・あしがくぼの氷柱会場(10:05~10:35)・・・
 芦ヶ久保駅(11:00)・・・農村公園(11:30)・・・日向山(12:15)[休憩 4
 5分]・・・琴平神社前(1:30)・・・芦ヶ久保大観音(2:00)・・・道の駅
 「果樹公園芦ヶ久保」(2:20~3:50)・・・芦ヶ久保駅(16:00)

締 切 1月26日（金）

定 員 なし

備 考 ・往路①：池袋駅発 7時47分 西武池袋線飯能行・飯能8時35分
 着・乗換8時56分発三峰口行
 ・往路②：八王子駅発 8時13分八高線～東飯能8時49分着・西武
 池袋秩父線乗換8時58分発 三峰口行




イ
メ
ー
ジ



No.

☆☆☆C

氷瀑 庵滝、光徳温泉スノーシューハイク
庵滝・光徳温泉

期 日 2024年2月10日(土)～11日(日)
集 合 東武日光駅 9時35分
出 発 9時45分 東武バス 奥日光行
行 程 1日目 2時間30分(夏時間) / 2日目 4時間(夏時間)
標高差 1,529m↑↓(累計)
地 図 日光・白根・男体山(山と高原地図)
交通費 2,784円(浅草～北千住起算) 電車3,900円(日光フリーパスお勧め)
宿泊費 11,000円
宿泊先 かつら荘 TEL0288-62-2571 栃木県日光市湯元2546
乗車券 東武日光駅 or JR日光駅
C L 瀧澤 きよの ☎ 



コース 1日目 日光駅(9:45 電車)赤沼(10:49)幕張峠(25)弓張峠(50)庵滝(50)
弓張峠(1:10)湯滝(電車)奥日光BS(10)かつら荘 泊
2日目 かつら荘(10)奥日光バス停(8:51 電車)光徳温泉(9:00)アス
トリアホテルクロスカントリー5kmコース～(12:30～15:00
アストリアホテル・温泉入浴)BS(1h)東武日光駅

締 切 1月31日(水)

定 員 なし

備 考

- ・スノーシューor軽アイゼン或いはチェーンスパイクをお願いします。
- ・庵滝は雲竜より小さいが近年人気スポットです。
- ・スノーシュー(@2,000円)、クロスカントリースキー(@2,300)はアストリアホテルでレンタルできます。
- ・アストリアホテル日帰り温泉 @1,000円(タオル込み)
- ・小田原遊歩道からの男体山、太郎山、大真子、小真子、女峰の景色を見ながら歩きましょう。
- ・湯滝BS～奥日光時刻 14:45/14:51 15:23/15:30
15:43/15:49 16:23/16:29



イ
メ
ー
ジ



緑のラブレターと山の目でお馴染み！ 一本松山～名倉金剛山～秋川橋

期日 2024年2月18日(日)
 集合 JR中央線 藤野駅 9時10分
 出発 集合次第
 行程 3時間45分
 標高差 約240m(+アップダウン)
 地図 高尾・陣場(山と高原地図)
 交通費 484円(高尾起算)
 乗車券 藤野駅(8時58分着)
 C L 渋谷 京子 ☎



コース 藤野駅(20)分岐(20)一本松山(20)葛原(20)名倉金剛山(25)天神峠(20)高倉山(20)天神峠(20)桂林寺～芸術の道(40)秋川橋(25)藤野駅

締切 2月16日(金)


定員 なし

備考 ・藤野・名倉地区は全体が藤野園芸ランドになっていて芸術の道には野外彫刻が点在しています。
 ・去年6月予定ではヒルの心配があったため冬季に変更して実施します。



イメージ

中央線、富士山見ながら 高柄山

期日 2024年2月24日(土)
 集合 JR中央線 四方津駅 8時35分
 出発 準備出来次第
 行程 5時間25分
 標高差 ↑1,112㍓ ↓1,057㍓
 地図 高尾・陣馬(山と高原地図)
 交通費 748円(JR高尾起算・四方津 418円/上野原 330円)
 乗車券 JR中央線 四方津駅(8時30分着)
 C L 瀧澤 きよの ☎ 

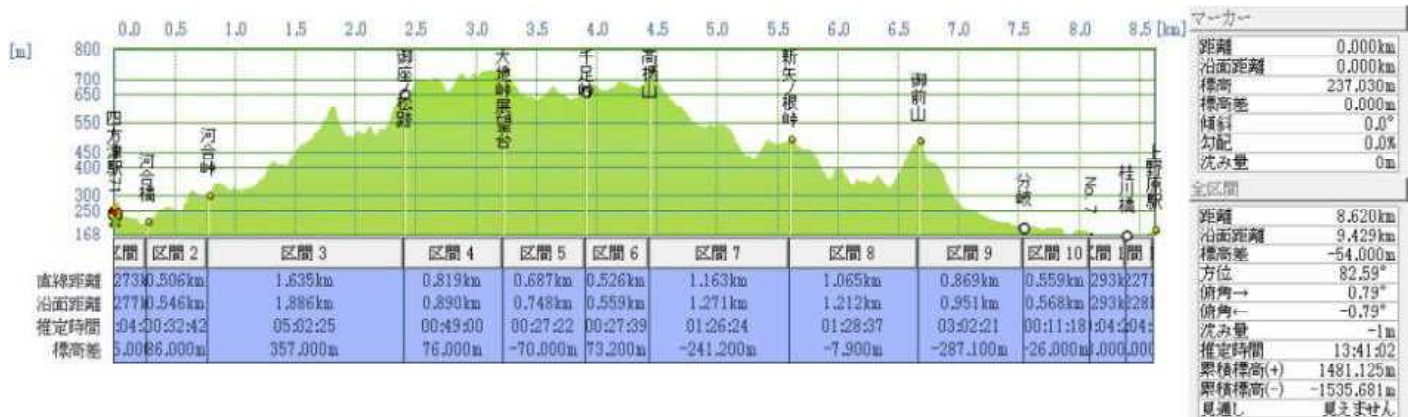


コース 四方津(1h50)千足峠(20)高柄山(50)新矢ノ根峠(1h05)鶴島御前山(35)登山口20)薬師堂・島田小学(25)桂川橋～上野原駅

締切 2月23日(金)

定員 なし

- 備考
- ・四方津駅発千足集落から高柄山コースです。
 - ・アップダウン、渡渉、枯葉、ロングロープ懸垂下降あり、飽きないコースです。なお、鶴鉦泉は休業中です。
 - ・軽アイゼンが必要な場合は参加者に連絡します。
 - ・往路：高尾8時09発・甲府行→四方津駅8時30分着



イメージ



No.

☆☆☆☆B

湯河原駅から鎌倉幕府開運街道と梅林を訪ねて 城山(土肥城址)～幕山～幕山公園梅林

期日 2024年3月3日(日・ひな祭り)

集合 JR湯河原駅 8時30分

出発 準備出来次第

行程 5時間55分

標高差 ↑↓約850m(累積)

地図 箱根(山と高原地図)

交通費 JR片道約3,450円(新幹線東京駅起算・東海道線のみ利用1,694円～)
復路バス代290円または代

乗車券 JR湯河原駅(往復)

CL 峯川 弘子 ☎



コース 湯河原駅(1h30)城山(30)樁台(15)しとどの窟(1h10)大石ヶ平(50)自鑑水分岐(20)自鑑水(20)自鑑水分岐(20)幕山(40)幕山公園・梅林散策(🚌15)湯河原駅

締切 3月2日(土)午前中

定員 なし

備考

- ・湯河原の自然と源頼朝ゆかりの歴史のロマンに浸れるコースです。
- ・下山は「湯河原梅林 梅の宴」開催中の幕山公園へ(※開催期間 2024/2/3(土)～3/10(日) 9:00～16:00)
- ・約4000本の梅を誇る梅林、満開時は見事です、開花のタイミングが合えばいいですね!
- ・幕山公園から湯河原駅行き最終バス16:20間に合わなくても上記開催期間中運行の臨時タクシー(1,640円/台)を利用してのんびりと楽しみたいと思います。

箱根登山ハイヤー 0465-22-1311 / 伊豆箱根交通 0465-62-2545
門川ハイヤー 0465-62-2538

イメージ



富士と相模湾の展望台 高麗山(こまやま)

期 日 2024年3月17日(日)
 集 合 JR東海道本線 大磯駅 10時
 出 発 準備出来次第
 行 程 3時間25分
 標高差 ↑↓163m
 地 図 平塚市・大磯町(2.5万円)
 交通費 2,332円(東京駅起算)
 乗車券 大磯駅(9時54分着)
 C L 渋谷 京子 ☎



✉

コース 大磯駅(1h)浅間山分岐(10)湘南平(10)分岐(10)浅間山(25)高麗山(40)高来神社(10)国道1号線(40)大磯駅

締 切 2月15日(金)

定 員 なし

備 考
 ・「東海道五十三次平塚宿」にも描かれた丸く可愛い山。
 ・湘南平の展望台から360度のパノラマが見事！
 ・往路 東京駅(8:48発)東海道本線国府津行き 大磯駅(9:54着)



イメージ

箱根「ガイリーン」の静かな山歩き 箱根町港～山伏峠～三国山

期 日 2024年3月24日(日)

集 合 ①小田原駅 ②箱根湯本駅

出 発 ①小田原駅東口 8時5分発

②箱根湯本駅 8時23分発 箱根町港行(箱根登山バス)

行 程 4時間25分

標高差 ↑↓約650m(累積)

地 図 箱根(山と高原地図)

交通費 電車+バス代(往路:箱根町港バス停 復路:桃源台バス停)

乗車券 小田原駅または箱根湯本駅

C L 峯川 弘子 ☎



コース 箱根町港バス停(1h15)海ノ平(40)山伏茶屋(1h)三国山(40)
湖尻峠(15)深良水門(20)湖尻水門(20)桃源台バス停

締 切 3月23日 午前中

定 員 なし


- 備 考
- ・ご存じ芦ノ湖西岸の歩く人が少ない地味なコース。
 - ・早春の箱根外輪山を久しぶりに歩きましょう。
 - ・「箱根ガイリーン」約50kmの外輪山を周回するトレッキングコースの通称トレランの方達は1日で10時間を切るのが目標だとか。
 - ・帰路は箱根湯本駅行きのバスの大渋滞を避けて桃源台発小田急高速バス～御殿場駅～小田急ロマンスカー「ふじさん6号17:23発」で新宿駅へ向かうのも裏技です。





イメージ




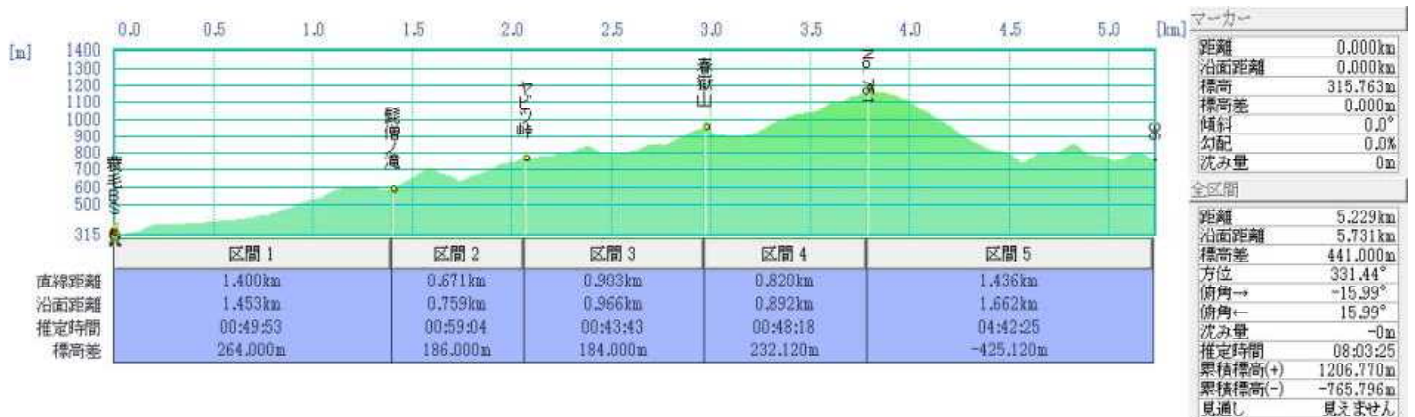
ミツマタ・ハナネコメ花見 丹沢 髭僧の滝～春嶽山

期 日 2024年3月30日(火)
 集 合 秦野駅北口4番バス停(直接並んで下さい)
 出 発 9時30分
 行 程 5時間
 標高差 ↑↓670m
 地 図 丹沢(山と高原地図)
 交通費 大山フリーパス(登戸起算1,300円)
 乗車券 小田急 秦野駅(大山フリーパスが便利)
 C L 瀧澤 きよの ☎ 



コース 秦野駅(9:30 ) 蓑毛(9:52・5) 大山分岐(1h30) 髭僧の滝～ヤビツ峠(1h20) 最初のベンチ(1.2k) 大山ヤビツ(1.1k) 関係者以外立ち入り禁止の指導票(3) 春嶽山(50) ヤビツ峠BS(50 ) 秦野駅
 締切 3月28日(木)
 定員 なし
 備考

- ・蓑毛バス停から柏木林道の沢コースを歩きます。
- ・ザレ場等ありますが、整備されています。
- ・ミツマタの圧巻を見れらたらと思います。
- ・プチバリエーションの静かな春嶽山を楽しみに歩きましょう。
- ・ヤビツ峠～秦野駅  14:34～15:20 / 14:51～15:37 / 15:39～16:25



イメージ



No.

秀麗富岳十二景八番の花見とハイク お伊勢山（標高550m）

☆☆☆B

期 日 2024年4月5日(金)

集 合 大月駅 10時

出 発 大月駅10時15分発 〰️「上真木・ハマイバ行」辻BS下車

行 程 約3時間（6km）

標高差 標高差145m 距離約3.2km

地 図 大月（2.5万円）

交通費 1,188円(JR高尾駅起算)

乗車券 JR中央線 大月駅（9時55分着）

C L 宮崎 敏男



コース 辻バス停⇒根神神社⇒天満宮⇒大神社⇒愛宕神社⇒秀麗富嶽神社⇒富士の眺めが日本一美しい大月 真木の里。お伊勢山には五つの神社があり全てを一度にお参りすることができます。

締 切 4月3日（水）

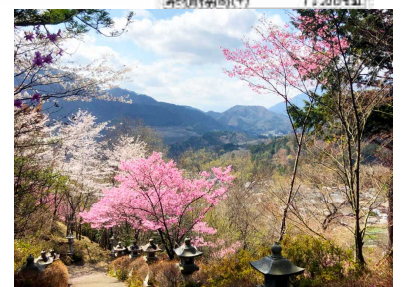
定 員 なし

備 考

- ・往路：高尾駅 9時18分 発 甲府行
- ・山の周りには3,000本桜が植えられており五福めぐりと花見、富士の景観を楽しみ事ができると言われています。
- ・帰路 バス時刻（辻バス停）12:29/13:34(※)/15:18(※)/16:43
- ※土日運休、月、水、金のみ、実施日を金曜日に設定しました。
- ・花の開花状況大幅に狂う場合は、他の日（月、水、金）への日程変更もあるかもしれません。



イメージ



山行報告

No.3 1 2 7

北ア 裏銀座～読売新道～黒部ダム 烏帽子岳～水晶岳～赤牛岳～読売新道

実施日 2023年8月23日(水)～27日(日)

天候 晴れ・曇り

リーダー 峯川 弘子

参加者 峯川弘子 計1名

費用 信濃大町駅往復6,597円

市営駐車場5日間1,500円

代1,900円+600円

代1,800円+1,650円

宿泊費：49,750円／4泊

タイム 【2日目】宿(5:00-5:14)高瀬

ダム(5:40)裏銀座登山口(9:20)

三角点(12:00)烏帽子小屋(12:35)

前烏帽子岳(13:15)烏帽子岳

(14:30)烏帽子小屋 泊

【3日目】小屋(5:50-10:25)野

口五郎岳(10:45-11:25)真砂岳

沼(13:50)東沢乗越(15:00)水

晶小屋 泊

【4日目】小屋(5:10-6:05)水

晶岳(7:35)温泉沢ノ頭(10:35)

赤牛岳(11:10-14:00)4/8標識

(17:20)奥黒部ヒュッテ 泊

【5日目】ヒュッテ(6:05-8:40)

平ノ渡し場(10:20-10:35)平の

小屋分岐(14:40)ロジックろよ

ん(15:00-16:35)黒部ダム(16:5

1)扇沢駅(17:40)信濃大町駅

【8/23】自宅から富士山号で出発、静岡は朝から雨が降っていたが中央高速から長野自動車道に入ると晴れ。SAに立ち寄りながらのんびりドライブで信濃大町駅の市営駐車場に到着。(何日停めても最大料金1,500円、登山者に優しい町

だ。)七倉山荘宿泊者限定のシャトルタクシーで宿へ。目の前が七倉登山口の駐車場でほぼ満車だがこの日の宿泊者は3人、夜到着して車中泊が多いそう。夕飯は愛知から来たという同年代の男性2人と1つの鉄板でテラス席でミニBBQ形式。なんと今回水晶岳で100名山達成で翌々日にまたこへ下山してくるとのこと、前祝い盛り上がりしてしまった。

【8/24】高瀬ダムへのゲートが開くのは5:00、宿の前の乗場はすでに車中泊や明け方着のバスで到着した登山者が並んでいるが、この宿では宿泊者が1番のタクシーに乗れるよう自分のザックを置いてくれている。4人の相乗りで高瀬ダム、そこからスタート。相乗りした単独行の女性と暗いトンネルを抜け河原を歩いて裏銀座登山口へ到着、急登が

始まる。ブナ立尾根は樹林帯の中、日差しがささえられるのは助かるが暑い。よ

く整備され小屋までの歩行時間も短い。それでも後続のタクシーに乗車した方々に次々と追い越され、昨日山荘前車中泊の京都から来た面白いご夫婦と抜きつ抜かれつで予定タイム通りに小屋に到着。

昼食を食べていると突然の激



しい雨、30分ほど待機して、雨はやみ少し青空も出てきた。この間にサブザックで烏帽子岳往復、前烏帽子を過ぎるとまた雨が降ってきた。船窪分岐から烏帽子岳を越えて到着！だが狭い、たくりできない、



とにかく雨になる前に小屋に戻ろう。急ぎ目で小屋に到着し缶ビールでひと息ついた頃また雨が降ってきた。小屋スタッフさんの話ではこの夏は晴れていてもずっとこんな感じのことでした。

【8/25】今朝は快晴、朝食弁当のおにぎり線に、海が広がって胃のムカピが残りやす



三ヶ岳手前から左に見事な槍岳がお目見え、小槍を携え、右側には明日登る赤牛風景に初めての裏銀座爆上がり。野口五郎小屋が近く



【8/26】今日は本丸、長丁場、人少ない、このコースの為に購入した、でも朝食弁当のみは水が立って、お茶から出発。奥黒部ヒュン登山道「見まじい、突然若い方に振り回されても大丈夫か？」「もちろん私も強いです！」

なると遥か遠くに富士山きたる！その右側は北岳？富士山の一側は八ヶ岳野口着絶景の左側上からゴロ、自然の光景に少し怖くなった。幸い雨に道分岐、ここからあと2時間で水晶岳、だがすれ違った下はかなかの道と言っていた。予定より1時間押し到着。バイオイトイレと室内改築されていいて快適、また小屋の夕飯時は再開湯ノ俣の伊藤新道大盛り上がりした。



湧上の目のプッシュ、びっくりになると谷からゴロ、自然の光景に幸い雨に竹村新下までは押した山は1時間押し室内また湯ノ俣の伊藤新道大盛り上がりした。

【8/26】今日は本丸、長丁場、人少ない、このコースの為に購入した、でも朝食弁当のみは水が立って、お茶から出発。奥黒部ヒュン登山道「見まじい、突然若い方に振り回されても大丈夫か？」「もちろん私も強いです！」

おばちゃんはできる限りの高い声でブリッコ（笑）そして水晶岳到着、2015年に小屋からピストンした時よりめちゃ時間がかかっている、（8年経過してるもんね泣）鷲羽から槍、黒部五郎、目の前に薬師の絶景にまた会えたー！ここからいよいよ未知の登山道へ、今回は単独なのでハードルも上がる。さっきのお兄ちゃんは先行し姿もみえない、気を引き締めて行こう！岩々を慎重に下降、標高を下げては行くがピークの登り返しに息があがる、左側にはどでかい薬師、カール、その下は一般者が踏み込めない奥と上の廊下、遠方近く雲ノ平山荘、温泉沢ノ頭近山荘が小さくみえた。前方に丸赤牛岳、絶景に助けられ度かのピークの登り返しに息を切らしようやわっしょーい！！



大喜びしてハイマツの影で休憩したので女性が笑顔をみせてこっちは見ていた。なんと奥黒部ヒュッテから上がってきたガイドハウスの方で新しい撮ったというらしい黒部湖まで新鮮な登山道情報を入

たのは何よりありがたかった。挨拶をしてお別れ、下山開始。ガレて滑りやすい急下降、次々と出てくる崩壊地、ピークの登り返しはまだよかったが、樹林帯に入った標識4/8からは大木の根や苔だらけの滑る大岩、石の登山道でヤママップで道を確認したり3/8まで進むのに小1時間くらいかかってしまった。途中電波が入ったところで奥黒部ヒュッテに到着予定時間が1時間ほど遅れることを連絡。（奥黒部ヒュッテは室堂山荘で予約だが今回単独なので緊急時の為に直通の番号を聞いておいて良かった。）この樹林帯は16時過ぎると暗い、事前リサーチのヒュッテ周辺の熊の出没情報も岩場より怖い。ピッチ上げられ下り気のない道を下ってようやく歩きやすい道になった、ホッと進むと突如奥黒部ヒュッテがあらわれ、やったー！建物前の水場で冷たい水を空のペットボトルに入れ一気に飲み干して受付。到着遅れを詫言びる「歩行の速度よりここまで到達することが大事なんだよ。」なんていう優しいお言葉、「前情報で熊も怖くて」と言う「熊？ここは大丈夫だよ、この辺の熊は昼間に出てくるから今は大丈夫！」とヒュッテご主人、「やっぱり出るんかーい！」と絶望感の私（笑）

【8/26】6時からの朝食食べて

も10:20の渡しには間に合うよとヒュッテご主人に言われたが、昨日の自分の歩行で不安なので(水晶小屋から出発した若い単独男性2名と71歳と61歳の女性2名の中で到着ギリ)食堂で朝食弁当と温かいお味噌汁を頂き6時に出発。

相変わらず熊の恐怖はある、昨日までの標高差はないものの渡渉、次々と現れる落ちそうな梯子の登下、降、踏外せば黒部湖に真逆さまだ。

最初は緊張するがだんだん慣れて途中から木々の間から見える黒部湖の風景を楽しんでいた。途中単独男性2名に追

越され楽しんでみた平場ノ渡し場に到着、ほとんどなく昨日相

部屋で話が弾んだ女性2名も到着(ほんとに歩くの早いわ、この人達笑)感心しながら時間がたっぷりあるのでコーヒー行動食のフィナンシェで見られな位置からの黒部湖を満喫した。そして渡し船が到着、待ちに待った瞬間、ライフジャケットを着て乗り込む。乗船客で写真を撮り合

対岸へ到着、このまま黒部ダムまで運んでくればいいのか(笑)ここからロッジまでくろよんまで登山道3時間30分、アップダウンありで水



平ではない、最後のこの体力と気力が残っていないとつらい、へろへろで到着。絶対に冷たいコーラを飲むぞと決めていたがなんと本日よりしばらく休業との張り紙が(泣)コロナ発生かな?

ここから黒部ダムへは一般道、熊の心配もない、集中力が途切れ、達成感と共にどっりと疲れを感じた。大橋を渡り黒部湖ともお別れ、観光放水している黒部ダム、登山も知らない20歳の頃今は亡き母とすぐ上の姉と車で3人で来た思い出の場所、それから登山

で自分が幾度となく訪れるとは思ってはいなかった。郷愁にさらされしばらくたたずんでしまった。これで北



ア大縦走は最後かな? 今度は孫と一緒に観光で来れたらいいな!(えっ? ここは夫婦で一緒になって書けて?)

(記&写真・峯川 弘子)

北ア深奥、雲上の楽園と言われる所行ってきた

高天ヶ原、雲ノ平

実施日 2023年8月30日(火)～3日(土)

天候 全日 晴れ

リーダー

参加者 宮崎敏男、佐藤聡美 計2名

費用 新宿→折立夜行15,500円

折立→富山駅4,500円 JR

富山→東京(かがやき510号)

12,960円・太郎平小屋(2泊)

22,000円・高天原山荘12,000

円・雲ノ平山荘14,000円

タイム 8/30 折立(7:15)三角点(9:30)
五光ベンチ(11:00)太郎平小屋(12:00) 泊

8/31 太郎平小屋(5:30)薬師沢小屋(8:28)B沢出合い(11:20)
高天ヶ原峠(14:20)高天ヶ原山荘(15:20)高天ヶ原温泉(16:00～17:00) 泊

9/1 高天ヶ原山荘(5:45)高天原峠(7:00)雲ノ平山荘(10:00)
奥スイス庭園・キャンプ場・スイス庭園・雲ノ平周遊(10:30～13:30) 泊

9/2 雲ノ平山荘(5:45)祖母岳(6:00)アラスカ庭園(7:00)
薬師沢小屋(9:00)太郎平小屋(12:40) 泊

9/3 太郎平小屋(6:00)～太郎山往復40分)五光ベンチ(7:30・朝食休憩60分)三角点(9:10)折立(11:20)直行バス(12:30)富山駅(14:30)

(8/30) 登山バスで降り立った折立は北ア深奥への有名なルート。ガイド・ツアーの登山者集団が次々現れる。三角点まではひたすら高度を上げるジグザク道。三角点はベンチも置かれた休息スポット。ここから稜線、

剣岳、立山連・大日連峰の絶景だ。

五光ベンチを經由して長い石積み階段を上り詰めれば太郎平小屋(泊)

(8/31) 太郎平小屋から薬師沢小屋まで約600mの下降。立派な仮橋で何度か渡渉。薬師岳方面の絶景や高地湿原の木道を楽しむ。薬師沢小屋は吊り橋の袂



よくぞここにという所にある。雲ノ平、高天ヶ原方面の分岐点、休憩食事をしている人が絶えない。我らは大東新道黒部川本流の岩ゴロゴロの河原を豊かな溪流にそって赤マークを注意しながら進む。

高天ヶ原への「B沢分岐」ここから500mの急登。ハシゴ・鎖・ロープ・滑りそうな岩、ザレ場のフルメニューが繰り返す。コースタイム3時間で高天ヶ原峠到達。フー!

1時間半後高天ヶ原温泉に浸かり至福のひと時。少し離れて男・女風呂が独立して設置され、河原の混浴風呂も健在だ。7回目という常連コンビがスペースを譲ってくれる。同行のSさんは貸切だったそう。

9/1 今日第二のハイライト雲ノ平を目指す。秘境の幽谷と、静寂な針葉樹林の山路をたどる今回の山行、ピークを踏まない山旅。目と鼻の先のピークに立

つは容易だが山の良さを別にもとめ楽しむ人のゆとりの山旅だ。しかし求められる脚力、体力は半端ない？

朝早い高天ヶ原の湿原、水晶岳、薬師岳が我らを見送り、高天ヶ原峠からは進路を南に変



え、ハシゴ・ロープを伝い高度をあげて4時間後雲ノ平の溶岩台地に

立つ。

昨夜お話しした老夫婦が好きなお酒とおいしいコーヒーを用意して山々と大空を眺め一日過ごしたいと言っていたスイス庭園の世界だ。

薬師岳、水晶岳、鷲羽岳、祖父岳…高天ヶ原山荘の紅い屋根

も、日本の山々が眼前に広がる。山荘レジェンド雲ノ平山荘の



台地に立つ姿、雰囲気ある太い梁・床・壁・扉そして名物石狩鍋。泊まるのが楽しみな山荘だ（料金も日本一）あとはご自分でお確かめを。

9/2・9/3 さらば雲ノ平。山荘も北ア深奥の山嶺も段々遠ざかる。アルプス庭園・祖母岳からの槍穂は嬉しい。

アラスカ庭園を過ぎればじき

薬師沢への下降ゴロゴロ道。薬師沢小屋で一周したことになる。来た時とおなじような好奇心、緊張感で帰ろう。



（記&写真・宮崎 敏男）

（写真提供・佐藤聡美）

山行感想（佐藤 聡美）



初めての5日間もの長い山行でしたが、雨に当たる事も無く行程も安全にこなすことができ良かったです。

山を登り始めてから憧れていた山域の一つでも来れるとは思ってなかった所に行かれたのが嬉しいです。

険しい登り、ゴロゴロ河原を歩き秘湯に浸かり、雲ノ平はまさに雲上の世界。

山小屋のたたずまいと雰囲気が素晴らしく、心に残りました。

Beautiful Wonderful World～



富士山最短距離の山 竜ヶ岳

実施日 2023年9月10日(日)
 天候 晴れ/曇り
 リーダー 渋谷 京子
 参加者 石附智江、渋谷京子、中村友子、
 伊藤久雄、徳山敬子、瀧澤きよの、
 峯川弘子、宮崎敏男 計8名
 費用 6130円(高尾起算)バス代込み
 タイム 河口湖駅(9:13)根原バス停(10:
 17~10:22)984円(11:05~11:10)
 端足峠(12:05~12:15)1272円(1
 2:40~45)竜ヶ岳(13:15~13:35)1
 250円(14:15~20)1000円(15:00
 ~15:05)本栖湖バス停(15:35)
 河口湖駅(15:45~16:35)

2日前に台風が去り当日は朝から青空が顔を出した。うろこ雲に入道雲、秋は忍びよって来ている。やはり河口湖、日差しは眩しいが風は爽やかで有る。

総勢8名、内2名は本栖湖バス停で合流の予定だ。駅からのバス便が13分遅れで出発。早くも不安がよぎる。登山口の根原に降り支度を整え歩き出す。



11年前に登っているが前回本栖湖から石仏ルート～端足峠だったが、今回は最初の20分は樹林帯の快適な道、トイレを過ぎるとススキに覆われた藪こぎに手こずる事になる。

標識はしっかりしているがあまり歩かれていないせいか登山道は荒れぎみであった。川原のような石ころだらけの坂道を赤テープを頼りに進む。端足峠への道はかなりの急坂で汗が吹き出る。それでもメンバーは明るくお喋りしながら行くと漸く端足峠に着いた。

時刻は12時、右手の聳える山を見据えて昼食タイムを10分摂り差し入れを頂き(ご馳走様です)出発、少し下りいよいよ竜ヶ岳へのつづらおりに突入、午後の日差しは事のほか堪える。時折風が吹くが汗びっしょり!水分を摂りつつ修行

の道を行くと笹っ原が見えて来た。

暫く進むが山頂は姿を現さない。迷路のような笹原を進むと漸く山頂に辿り着いた。お目当ての富士山は全景を見せてくれず裾野のみであった。

1485円さすがに涼しい!汗で濡れているので風が吹くと寒さを感じるくらいだ。山頂は登山客も少なくテーブルで2



度目のお昼ご飯を頂く、至福の時間だ。

帰りのバス時間が気に掛かり15分で切り上げ、写真に収まり出発した。笹原を暫く行くと右に石仏ルート、左は本栖湖へどちらも時間は同じである。本栖湖を目指しぐんぐん進みやがて急坂のつづらおりになった。この道も倒木を跨いだり潜ったりで荒れている箇所も多く滑りやすく早くも歩けず苦戦した。

時間も押して舗装路に降りた時は最終のバスに乗れそうも無い。バスが遅れる事を祈って急ぎ足で本栖湖バス停に向かう。なんと奇跡15時25分のバスが20分遅れていて間に合ったのだ。本当にラッキー山の神に感謝!

反省点は行きを河口湖からバスではなくタクシーにすれば下山に余裕が有った事!



11年前の会報を見ると行きはタクシーで!同じ様に行けば良かったと反省です。参加された皆

さん大変お疲れさまでした。

富士山は雲隠れでしたが天気にも恵まれ楽しい登山になりました。

19時過ぎに高尾着、長い山旅の疲れを台湾料理屋で癒しました。

本日は有り難うございました。また、ご一緒しましょう!

(記・渋谷 京子)
(写真提供・伊藤久雄)

よいよ急登、鞍部からしはメジメ、どれしら四なあり
 よの樹林、帯、苔質の傾泥一りはた斜まがみかけ、に
 急樹林、帯、苔質の傾泥一りはた斜まがみかけ、に
 よの樹林、帯、苔質の傾泥一りはた斜まがみかけ、に



ここのま、誰にも合わな、かっ、たきょ行一まで行し、のるがとやがだら細と。の、
 が単独「おとら返れどが人「2ヶす通し。ていもが連続
 がたうっくた後のて人かと不く下よはいポこ泥こたかして少みどきら幸藪達のは感気がたぶで

ここのま、誰にも合わな、かっ、たきょ行一まで行し、のるがとやがだら細と。の、
 が単独「おとら返れどが人「2ヶす通し。ていもが連続
 がたうっくた後のて人かと不く下よはいポこ泥こたかして少みどきら幸藪達のは感気がたぶで



幸藪達のは感気がたぶで、雨搔わ滴中央して、気がたぶで、雨搔わ滴中央して、気がたぶで、雨搔わ滴中央して、

押をりにし、でれ滑重返、ユ別。慎り、シてるで線、ッし戻汗を、イ止をや降、テ休道冷下、。大たう垂、るら来よ懸、いなが、いの、でなみな、んえし、滲さ惜落口渡、川、山、て、が、た、く、か



徳共のう【9/19】の美味マ馬へり、息炎ンベ通帝に、山、の、合、流、と、湯、の、徳、共、の、う、【、9、/、1、9、】、の、美、味、マ、馬、へ、り、で、息、炎、ン、ベ、通、帝、に、



予見の期曇がらね、かほへト超、を、あ、を、が、う、降、よ、へ、2、0、6、0、m、大、展、望、を、あ、を、が、う、降、よ、へ、2、0、6、0、m、大、展、望、

No.3 1 3 1

白谷沢の滝・沢を楽しみましょう 白谷沢・棒ノ折山

実施日 2023年9月24日(日)
天候 晴れ
リーダー 瀧澤 きよの
参加者 石附智江・遠井謙策・瀧澤
きよの 計3名
費用 962円(池袋起算)バス1,340円
タイム 飯能駅(7:47)さわらびの
湯(8:30)白谷沢橋登山口(8:
08)岩茸石(10:40)権次入峠
(11:45)棒ノ折山12:00(12:
40)岩茸石(13:32)入間橋(1
5:08)さわらびの湯(15:18~
17:07)飯能駅(17:47)

23日(土)の山行予定8人の参加者
でしたが、天気不安定で24日(日)
変更です。



3人の山行。T
さん電車安全
点検でバス一
本遅れで白谷
沢橋登山口で

追いつかれました。

相変わらずのスピードです。

水の少ない有馬ダムを後に樹林
帯の急登を登ります。湿度ほぼ
なし、青空、良風、白谷沢は連
日の雨で、増水しています。

渡渉も岩伝い歩行も決して若者
に先にどうぞ
なし。気持ち
良い。迫力の
天狗の滝、白
孔雀ノ滝を横



目にゴルジュ滞の岩壁が迫り、
鎖場ありスリ
ル満点です
が、慎重に進
む。



林道にてベン
チで一休み。

階段は線状降水か傾き両脇の急
登を登り大岩の岩茸岩に、さら
に急登でベンチの権次入峠。水飲
み休憩で棒ノ折の広い山頂。

雲がかかり残念ながら、榛名山、赤城
山、スカイツリーも見えない。

楽しいランチ後
写真撮影は、賑
やか若き女性グ
ループに若いす
よ。笑ってに乗
せられ三人にん
まりの証拠写真
撮影。



下山は岩茸岩の
裏から河又の道標に従い下山。
杉林の急降です。林道を三回横
切るが、大蛇のような、木の根
っ子で雨で登山道は抉られ、集
中汗かきかき下る。

ようやく車の音が聞こえ、御墓
の横を通り、民家の前の登山口前
の入間川橋を渡り、さわらびの湯
のアスファルト急登で登山終了。
有名な10月桜はちらほらです。
久々の温泉でゆっくり山話も出
来疲れも吹き飛びました。

天気良し、仲間良し、温泉良し、
又宜しく願います。

(記・瀧澤 きよの)

(写真提供・遠井謙策)

No.3 1 3 2

百名山雄峰を二つ一辺に楽しむ 火打山・妙高山

実施日 2023年10月1日(日)～3日(火)

天候 曇り／曇りのち晴れ／晴れ

リーダー 宮崎 敏男

参加者 宮崎敏男、佐藤聡美 計2名

費用 交通費 計19,060円、宿泊費計20,000円 合計39,060円

タイム 10/1 妙高高原(10:10～20:00) 笹ヶ峯(10:45)笹ヶ峰(11:00)黒沢橋(12:08)富士見平(14:40)高谷池ヒュッテ(15:40) 泊

10/2 高谷池ヒュッテ(6:30)天狗の庭(07:00)ライチョウ平(8:40)火打山(08:26～9:15)ライチョウ平(9:45)天狗の庭(10:31)高谷池ヒュッテ(11:17～13:00昼食)茶臼山～黒沢池ヒュッテ(14:00) 泊

10/3 黒沢池ヒュッテ(6:00)大倉乗越(6:30)長助池分岐(7:10)妙高山北峰(9:03)南峰(10:12)称名滝(13:52)燕温泉(14:45・温泉入浴16:20)関山駅着(16:51)関山駅発(17:15)妙高高原駅(17:24)長野駅着(18:56)長野駅発(19:07)東京駅(20:52)

【10/1】新幹線故障で長野駅で2時間近くの足止めも何とかクリア。笹ヶ峰登山口は予想外の好天気で明るいシラカバ林の木道からスタート。黒沢橋の袂で昼食後は登りも

急な十二曲り。

下山者と多くすれ違うが皆さん登山靴、パンツの裾、中にはお尻から腿まで泥んこだらけ。

イヤな予感「泥遊びでもしたの?」「どこがひどいの?」等と軽口すれば「全部だよ」「行けばわかるよ」と不機嫌…今日New登山靴の履きおろしの身としては心中穏やかならず…。

やがて富士見分岐。GOALは間近と思いきやゴロ石、根掛かり、そして難難敵泥んこ道が時間を喰う。

到達したヒュッテは高谷池、火打山を彩る紅葉の中で三角屋根がひときわ引き立っていた。



【10/2】明け方まで渋っていた霧雨も直止み高谷池の草紅葉、周囲の山々の紅葉が秋天の青空の中間一段と映える。火打山頂はまだ霧の中。到着までに晴れ上がれと念ずる。

が、願いむなしく山頂は乳白色の夢幻世界。つぎつぎと到着する人と無念を分かち合った。しかし、頂上直下から眺める天狗の庭、高谷



池と広がる高層湿原その背後にそびえる妙高山のパノラマ景観は補って余りあるものだった。

午後は高谷池でゆっくり昼食タイムを過ごした後三つ目の黒沢池湿原、ユニークなドーム型の黒沢池ヒュッテへと向かった。

【10/2】今回は笹ヶ峰から火打・妙高山を経て燕温泉へ向かう縦走コース。



最後まで興味は尽きない。急登の大倉乗越を一転ガレ場を急降下、斜面をトラバ

ースして長助池分岐にたどり着く。

ここから妙高山北峰まで見えた目にも実際に歩いても急な登りだ。



先に待っている山頂への期待



が背中を押す。妙高山北峰山頂は360度の絶景と秋の青空、高天すじ引

く雲、感動・有頂天！最高峰の南峰は溶岩の急崖に囲まれ荒々しい。下山はこの溶岩崖に刻まれたジグザグ道から始まる。尋常でない溶岩回路、スパと切れそうな岩、岩に刻まれたステップと鎖の道。

標高差1600m余りの下山路は

歩きガイがある。途中、光善寺池、称明滝などの景観も楽しみ、到着した燕温泉は地味だが歴史ある名湯。白濁、湯の花の硫黄泉が気持ちいい。今回の山旅は良かった、疲れも癒された。

(記・写真・宮崎 敏男)

私の一言 佐藤 聡美

新幹線の遅れやドロドロ道のスタートでどうなる事かと思いました。

火打の頂上はいにくの霧の中でしたが天狗の庭や高谷池ヒュッテの景観は見る事が出来、妙高の山頂では北に南に名だたる名山が雲海に一望。

今までにない眺め感動！

辛い下山も温泉で一汗流し、紅葉の山を堪能した山行でした。



(記・写真：佐藤聡美)



No.3 1 3 3

秘境秋山郷の紅葉と苗場山 苗場山

実施日 2023年10月7日(土)~9日(日)
天候 曇り後雨/晴れ/雨
リーダー 瀧澤 きよの
参加者 瀧澤きよの、峯川弘子 計2名
費用 交通費14,230円/宿泊費17,150円 合計 31,380円
タイム 10/7 越後湯沢(12:58)(14:14)津南町役場(13:58)見玉(14:35)小赤沢民宿(15:03)泊
10/8 民宿(6:30)三合目登山口(6:45~6:50)5合目(8:05)苗場山神社(10:55~11:05)苗場山山頂(11:45~12:15)深穴岩(13:00)赤湯橋(18:10)赤湯温泉山口館(19:00)泊
10/9 赤湯温泉山口館(7:15)見返り松(8:00)林道終点(9:00)ゲート(9:10)越後湯沢(11:50)

10/7 移動日 越後湯沢駅集合で東口4番乗場のみ長蛇の列です。塩沢の裏からかなりの急坂を南越後交通バスは津南町役場で下車。雨が降り出しました。路面バスに乗り換え、見玉で予約のデマンドバスに乗り込み、秋山郷へ結東の石垣田見集落が見えだした。50cm位の黒い熊が横切った。急登の民宿丸山荘に到着。

雨本降り、傘とバスタオル、タオル借りて、楽養館へ秘境のショートカット橋を渡り、階段登り熊が出そうな急登を

登り上げると、落陽館です。栗がぼたぼた落ち危ない。風呂は赤食の?鉄湯、しょっぱい。下は湯花がザクザク。ぬるめ



の風呂です。民宿に戻り、たくさんの料理に舌ずつみ。早々に就寝。

10/8 吐く息が白いマイナスだ。雨は止み山日和。

宿から山タクで苗場山三合目迄、駐車場は満車状態です。最初から急登です。

良く整備された登山道ですが、昨日の雨で泥んこ状態です。木の根っこが滑る。

4号目、5合目と分かり安い。ザレ、鎖場と7合目、8合目からは、白馬三山方面が真っ白、雨飾山、等々会話がはずみます。



最後の階段登りで池塘に出ます。草紅葉、雪、紅葉と木道を歩き苗場神社へ2m程の段差下の景色が素晴らしい。



写真撮り、9合目確認木道両面に雪が残り、美しい。ここから大きな岩、石と泥んこの樹林を歩くと自然体験交流センターが見え多くの登山者でいっぱいです。



苗場山山頂
写真撮り、
昼食してい
ると、昨日
の滋賀県4
人女性（テ
マントバスで一緒）とも会え
祓川
に下るとの事。

こぶし会は赤湯に木道歩きます。赤湯方面は少ない。

木道終わる
や、いきな
りの急降、
鎖場約50m
ガンガン下
り、二居ダ
ムのブルーが美しい。木をまたぎ、くぐり、苔、枯葉、草藪、集中力全開で下山。



フクベイ平のブナ林はホットして歩く。深穴岩を過ぎ、もう2時間かかる、宿に電話するが、電波とどかず。樹林滞なので、ヘッドランプ装着。Mさん小赤沢コースでコンタクトレンズ片方なくし、安全第一で下山。

ようやく川が見え宿の明かりも見え、鉄橋を渡り河原に降り、岩の



→に歩くが、道が切れて、分からない。二人で、地図を確認ヤマップ、昭文社何度も確認も小屋後300mが分からない。

橋から何回の戻りこれは動か

ない方がいい。電灯、スマホ、ホイッスルで、宿から電灯の光で向かいに来て頂きました。

大岩で大
雨のた
びに道
が変わり、
分かりず
らいとご
主人言
ってまし
た。助か
りました。
お風呂に
入り、ご
飯頂き、
爆睡。



10/9 朝から雨具装着で赤湯温泉山口館出発。露天風呂。屋根のあるふろ場を横目に鉄梯子を渡り、急登を登り上げるトラロープもあるが、雨で木の根っこや、木またぎで見返りの松。さらに鷹ノ巣峠迄のアップダウンを何とかクリア、林道に出ホットして歩く。

ゲートで車で帰る宿の妹さんに声かけて頂き、越後湯沢駅迄載せて頂く事となりました。ありがたい。色々なお話聞き湯沢駅で別れ、お風呂にはいり、昼食も取り新幹線に乗り込む。

今回は、反省点がいっぱいです。夕方は日暮れが早い。アクシデントの事も考慮し、装備は必ず点検、して歩く事を二人で、話、反省しました。

今回は、反省点がいっぱいです。

夕方は日暮れが早い。アクシデントの事も考慮し、装備は必ず点検、して歩く事を二人で、話、反省しました。

今度は、皆さんで、赤湯温泉山口館に行きましょう。

（記&写真・瀧澤 きよの）

（写真提供・峯川弘子）

山形県と宮城県にまたがる船形連峰へ
船形山・泉ヶ岳

実施日 2023年10月15日(日)~17日(火)
天候 曇り一時雨晴れ・晴れ
リーダー 峯川 弘子
参加者 宇野輝代、峯川弘子 計2名
費用 JR新幹線往復14,780円(東京駅
起算)レンタカー(含ガソリン代)1
9,954円 宿泊15,000円(2泊)

タイム 10/16 旗坂キャンプ場(6:45)鳴清水
(8:19)三光の宮(9:16)蛇
ヶ岳分岐(9:58)千畳敷(1
1:28)船形山山頂(11:50-1
2:00)千畳敷(12:10-12:35)
蛇ヶ岳分岐(13:32)瓶石
沢(14:16)登山口(16:45)
10/17 泉岳自然ふれあい館大駐
車場(8:10)滑降コース入
口(8:30)お別れ峠(9:17)
水神(9:40)泉ヶ岳山頂(1
0:56-11:40)お別れ峠(12:
41)登山口(13:20)仙台駅
14:40レンタカー返却(15:23発
・JRやまびこ)帰京

10/15 仙台駅は雨、レンタカー
で黒川郡大和町のホテルルート
インまで約1時間。大浴場につか
り定今日は1階にあるレストラン
が定休日なのですぐそばの店
で夕食。2日間滞在で部屋掃除
はいいです。と言うと缶ビール
& 飲料3本のサービス、ロビー
のコーヒーは24時間飲み放題、
なんかめっちゃ嬉しい(笑)

10/16 雨はやんで少し薄日も
出てきた。今日はロングコース、
各自部屋で朝食をすませ出発。
舗装路約37分、旗坂登山口に到
着すると横浜ナンバーの車が1
台、ご夫婦が支度をしていた。

挨拶をして、雲に覆われてスッ
キリしない中、標識番号30から
スタート、山頂が1だとすると先
は長そ〜。

スタートはしばらく樹林帯の歩
きやすい道、サクサクと1時間
ほど進むと雨が降ってきた、濡れ

いでさらに進むと雨足が強くな
りレインウェアを着込む、が、足
が止まる。撤退か？2人で思案、
もう少し進んで雨はやまなけれ
ば撤退しようといふことでも
しょうも低めで進む。時々、先
進したご夫婦の笛の音が聞こえ
る、熊？ビビりながら樹林帯を
抜ける頃、薄日がさし出てきた！
え？もしかして行けちゃ着
しう？三光の宮に着
く頃には青空が広
がりそこから見事
な紅葉が始まった。そして蛇ヶ
岳分岐、山頂への周回路だ。でも
直近のヤマレコでは背丈ほどのヤ
ブ漕ぎを強いられるとの情報な
ので計画通り升沢小屋を通る
コースへ進む。渡渉をして20分
ほどできれいな避難小屋に到着、
小屋を通過後は始まった。



泥々ぐちゃぐちゃの道、急な沢登りが
続く、ここ数日の仙台は雨
続きで水流も強い、またか
ー、なんだか最近こんなと
ころばかり歩いてるような
気がする(笑)この沢の苔は
滑るようだが、やはり思
うほど滑らない。が、やは
り時間はとらねる。下山は
滑ってもっと時間をかか
るかも、そんなことを話
しながら山腹に広が
る見事な紅葉に感嘆しな
がら尾根の左下方で草刈り
機音が聞こえてきた、他
に人がいることがわ
かっ、ちょっと安心。前
方右上に山頂が見えた、
あと20分、先着したご
夫婦が下山してき
た。沢コースで下山す
るかたはずねる
「いや、危ないから蛇ヶ
岳周回で下山する。」
「ひどいヤブ漕ぎと
か？」と私、「途中地元
の方にお



って下山するまでに草を刈

くからと言ってくれてたよ！」「貴重な情報ありがとうございます！」2人で大喜び(笑)そして



貴ま標わっは？東りら
識番号1、山頂、わっは？東りら
しよーい！霞んで飯豊？東りら
いるが遠くに飯豊？東りら
い蔵王？、名だたるくさ
北の峰々、ゆっくさ
した山頂だが
に強風で寒い。
避難小屋に入ると
ったりし過ぎて時間

も押し、少下って風を回避でき
るそこ、少下って風を回避でき
も温まり大休止で昼食。体も腹
れ蛇ヶ岳周回コースへ。山腹を
覆う紅葉の熊笹共に見渡せられ
毯と青い勾の全山はジャブジャ
船形山だ。水で土質が降る影が
泥管と粘り下がる人が着く
管や汗で人が着くと2人とも
はする到着。エアのパンツと靴
口へインウエアの朝から約10時
イマみれ、早朝から約10時間、お

10/17 無料の朝食ビュッフェを
食べゆっくり出発。30分程で泉
自然ふれあいうって代わって大
昨日とはうって代わって大
ジャマー施設だ。スキーゲレン
リフトが見える、ヤマツツで、計
画した短コース、登山口を確認
るとゲレンデ方向、いやな予感。
登山届BOXの前で2名の中年男
人、コースを伺うと、1人は仙
出身の方で数か所ある各コース
詳細を親切に教えて頂いた。ど
れでも山頂まで約2時間半、ゲ
レンデ歩きは避けよう、ソッコ
計画変更で水神コースから滑降
コースで周回することに決定。こ
達は北泉ヶ岳まで行くので山頂
一緒に行きましょう！と言って
川沿いの樹林帯からスタート、各
コースの分岐お分れ峠へ到着。

そこからのいつもの傾斜のある登
山道、30分ほどで水神に到着、親
切にも各ポイントで待っていてく
れる。写真を撮って頂き進むと傾斜

がぐっと増し、大岩ゴロの道を登り
上げるとそこでも
待っていてくれ
「これで難所は終
わりですよー」
ガイドさんのよ
うに親切(笑)



傾斜が緩やかに
なり見事な紅葉に迎えられる山頂
到着。写真を撮って頂き冷たい風
よけ少し離れた樹林に囲まれて
角点で昼食。まったりしてさ
次々と登山者さんが到着、腰を
ろそろとガイドさんをは
達を待ってくれないと
て、寄り先の内祠の扉を開けて
今回の2座登山の祠へ




礼参拝？、そして北泉ヶ岳へ向
うお二方とここでお別れ、「お
げさまで楽しい山行になりました
た、ありがとうございます！」
とお礼を言い滑降コースで下山
開始。なかなかの傾斜を下降、
途中、地元の小学5年生の遠足
山行100人ほどと「こんにち
はー！」と口が疲れ
るほど次々と挨拶を
交わしながら登山口
へ到着。本当に地元
の人に愛されている
山だと実感、とても
楽しい気分になり
ました。

船形連峰、がんばって荷物を背
負って避難小屋1泊で船形山～北
泉ヶ岳～泉ヶ岳まで縦走すればも
っともっとその良さを堪能でき
たかもしれない。
3日間お疲れ様でした、ありが
うございました。
(記&写真・峯川 弘子)



大山の紅葉をみませんか 大山

実施日 2023年10月28 (土)
 天候 晴れ
 リーダー 瀧澤 きよの
 参加者 瀧澤きよの、峯川弘子、津田和子 計3名
 費用 小田急フリ-パス1,300円 (登戸起算)
 タイム 秦野(8:24 )ヤビツ峠(9:10~20)大山(11:00~55)見晴台(13:20~30)日向ふれあい学習センター(15:00)

秦野駅北口ヤビツ峠行バス停は貸し切り3台も出る大渋滞です。

菩提の種樹で200人参加去年はバス貸し切りが復路だけになった為だとリーダーの方に話を聞きました。



登山日和の中イタツミ尾根登ります。多くの登山者で楽しい久々のTさんとの

話題に花が咲き、1000m越えリンドウ、紅葉を見ながら富士見平は富士山見えず、先の展望台から込み合いを避けお中度コースでトイレの前に、階段から大山山頂迄写真撮影。

イケメン男子に写真撮って頂き、山頂込々、M,Tさん売店でかき氷購入。



いつもの事で大山からの景色は、真白ガスガスです。

トイレ前広場で昼食。

紅葉は始まったばかりツズラ折を写真撮り、時々見える相模湾や三ノ塔の景色、紅葉をみて見晴台です。振り返る大山は絵になる。



ここで、ロープウエー乗場(右)別れ、日向薬師コース関東ふれあいの道、九十九曲を下りはほぼ貸し切り。

いつも飽き飽きするが、今日は話題が豊富で大山固有種フジバカマ満開の真白な斜面を見、写真撮りながら下ります。



滝を見て、橋渡り、日向ふれあい学習センター舗装道路下り、左にクアハウス山小屋日帰り温泉です。ここでMさん車なので、解散。

Tさんと温泉貸し切り源泉かけ流し、翌朝迄ポカポカの温泉に入りました。忘年会でもないのではないかと思いました。20分程田園風景見日向薬師バス停から23分伊勢原駅で解散。

紅葉はこれからが見ごろですが、フジバカマを見られて良かった。又宜しくお願ひします。

(記・瀧澤 きよの)

(写真提供・峯川弘子)

大菩薩東端の静かな山 大垓山～宮路山

実施日 2023年11月18日(土)
 天候 晴れ
 リーダー 瀧澤 きよの
 参加者 遠井謙策、小名秀鋭、瀧澤
 きよの、峯川弘子、
 (ゲスト・村山智子) 計5名
 費用 1,198円 (JR中央線高尾起算)
 1,040円 (往復)
 タイム 大月駅(8:25)森屋荘(8:40)金山
 鉦泉(9:25)大垓山(11:35~1
 2:05)宮路山(13:25)宝鏡寺薬
 師堂(15:30)大月駅(15:55)

風が冷たいが、山日和です。
 大月駅で5人～6人乗りタクシー



交渉でキャンセル待ち5人乗りタクシーにて、森屋荘迄入り、今は入らない金山

鉦泉跡へ15分歩く、車道は荒れていますが登山者は沢の水を
 楽しみ計画書通り金山鉦泉跡地から朽ちた橋は渡らず、
 渡渉し急登をよじ登り、落ち葉ラッセル楽しいですが、かなり
 荒れて倒木またぎ、アスレチック山行(下山迄)ピンクリボンに助け
 られます。



貸切山行で急登の落ち葉歩きで金山峠、左、雁ヶ腹摺山、
 右大垓山後20分落ち葉で稜線間違い、巻き道歩きで指導標

を大垓山の山頂を地図確認ここで、4人パーティーを見て同じルートだと知る。

300年以上の大ブナ大木先に大垓山頂で、写真撮影し、お昼ご飯は山頂下だが、雪でも降るかと思う程だが仲間達のお昼ご飯は最高です。



なだらかな広い稜線、紅葉の美しさ、心にしみませす。破線ルートは迷いも考慮しましたが、



新しいピンクリボンでロスタイムなしで宮地山山頂から30m先直急下降300m落ち葉で滑る滑る、楽しい、木跨ぎあり、荒れて林田方面は上から

も木が降って来るわ、急下降だわ、おまけに登山道は荒れています。

沢の音が聞こえ、下に宝鏡寺の屋根見えて、階段登り口分かりづらい宮地山指導標車道の前の宝仙寺薬師堂で予約の5人乗タクシーで大月駅、ゲストの村山さん歓迎会久しぶりで、楽しかった。



又、宜しく願います。

(記・瀧澤きよの)

(写真提供・遠井謙策/峯川弘子)

今号報告掲載予定で中止になった山行

No.3136

11月4日(土) 涼しくなったので西丹沢トレーニング
檜洞丸～犬越路 CL 峯川

日の短くなる時期で計画行程がややハードだったため

会 務 関 連

5 3 期(2024年度)会費納入のお願い

総務担当

12月は来期会費の納入月となりますので、皆様には下記のとおり12月中に納入を完了していただくようお願い申し上げます。

記

1. 納付方法

①ゆうちょ銀行からの振込の場合（振込手数料は自己負担）

【ゆうちょ銀行 普通口座】

【記 号】 10240

【番 号】 19915451

【口座名義】 こぶし会

②他金融機関からの振込の場合（振込手数料は自己負担）

ゆうちょ銀行

【店 名】 0二八（読み ゼロニハチ）

【店 番】 028

【預金種目】 普通預金

【口座番号】 1991545

【口座名義】 こぶし会

2.納入金額 3,000円

3.納入期限 2023年12月31日

以上、よろしくお願ひします。

山岳保険の加入について

総務担当

1. 山岳保険の加入義務

こぶし会では安全対策上「会則第15条（安全対策）④会員は山行レベルに適応した山岳保険又はハイキング保険に加入することとし、加入しない場合は山行に参加できないことがある。」と規定しています。山行中の事故で会員御自身の傷害や他人にケガをさせたり、他人の物を壊したことにより法律上の賠償責任を負う場合があります。未加入者は安全対策上問題があるので山行に参加できない場合がありますので、必ず加入していただくようお願いいたします。

こぶし会で加入手続きをしているのはスポーツ安全保険、日本山岳救助機構合同会社（JRO）、団体総合生活補償保険の三種類で重複加入も可能です。

2. 保険の種類

(1) スポーツ安全保険

① 補償対象となる事故の範囲

こぶし会の山行のみ（他の会の山行、個人山行、冬山登山、岩登り、沢登り、フリークライミングなど特殊な技術と経験を要するものは適用外）

日本国内が対象

② 補償範囲（Cタイプ／64才以下）

死亡 2000万円

後遺障害（最高） 3000万円

入院（1日） 4000円

通院（1日） 1500円

対人賠償（1人） 1億円

対人・対物賠償合算1事故 5億円

突然死葬祭費用 180万円

（Bタイプ／65才以上）

死亡 600万円

後遺障害（最高） 900万円

入院（1日） 1800円

通院（1日） 1000円

対人賠償（1人） 1億円

対人・対物賠償合算1事故 5億円

突然死葬祭費用 180万円

③ 年間掛金

（Cタイプ／64才以下） 1850円（途中加入でも同一）

（Bタイプ／65才以上） 1200円（途中加入でも同一）

④ 保険期間 令和6年4月1日から令和7年3月31日の1年間

⑤ 加入条件 こぶし会会員であること

(2) 日本山岳救助機構合同会社（JRO）

① 補償対象となる事故の範囲 山岳スポーツ活動中（登

山、ハイキング、岩登り、沢登り、雪山、フリークライミングなど)に山岳遭難事故に遭遇し、その捜索及び救助活動(日本国内が対象)

② 補償範囲 捜索・救助などの費用 (最高限度額) 550万円

③ 年間掛金

入会金 2090円(初年度のみ)

年会費 2090円

事後分担金 800円(預かり金がある方は必要ありません)

④ 保険期間 令和6年4月1日から令和7年3月31日の1年間

⑤ 加入条件 こぶし会会員であること

(3) 団体総合生活補償保険

① 補償対象となる事故の範囲

山行中や日常生活での加入者自身の負傷、死亡、後遺障害、入院、通院の給付金や第三者に対しての損害賠償(日本国内及び海外が対象)

② 補償範囲

(Aタイプ) 死亡・後遺障害 78万円 賠償 1億円

(Gタイプ) 死亡・後遺障害 150万円 入院 2000円/日

通院・1000円/日 賠償 1億円

③ 年間掛金 (Aタイプ) 3,920円 (Gタイプ) 14,650円

④ 保険期間

令和6年3月1日午後4時から令和7年3月1日午後4時の1年間

⑤ 加入条件

こぶし会会員であること

3. 加入手続

加入希望の場合は令和6年2月10日迄に年間掛金を添えて振込下さい。

4. 加入希望の場合の振込先

① ゆうちょ銀行からの振込の場合(振込手数料は自己負担)

ゆうちょ銀行 普通口座 記号10240 番号19915451

口座名義 こぶし会

② 他金融機関からの振込の場合(振込手数料は自己負担)

ゆうちょ銀行

【店名】 0二八(読み ゼロニハチ)

【店番】 028

【預金種目】 普通預金

【口座番号】 1991545

【口座名義】 (こぶし会名義)

5. その他

保険の内容は会報掲載の都合上、令和5年度と同一にしています。令和6年2月に各保険会社からの通知により変更になる場合がありますので御了承下さい。

山関連記事・情報から1

冬の雪山登山過酷さ世界トップレベルの日本

冬の雪山、雪のある冬山を目指す登山者が知っておきたいポイントと雪山の特性と入山の心構え



雪の北アルプスに今日も朝が来た！
緑豊かな山々が雪と氷に覆われて、
厳しくも荘厳な美しさを見せてく
れる季節の到来です。夏の延長線
上での服装と装備を揃えただけ
では日本での雪山を安全に楽し
むことはできません。身近で手
の届く雪山から風雪と強い
強風で登山者を拒む雪山まで、

短い日数で到達できるのが日本山岳の良いところでもあり、
遭難が多い原因でもあります。

湿った冷たい季節風がつくる霧氷が木々を飾ります。

日本国が世界有数の多雪地域であるのはご存じの方も多いかと思います。地球温暖化傾向ですが、日本列島に到達する水蒸気は今も昔も世界有数であることは変わりありません。

もちろん、お住いの地方によっては全く雪を見ることもないということもありますが、北は北海道から南は沖縄県まで南北に長く、また6852という数の島で構成された日本国は海洋国家であり、海拔ゼロメートルから富士山3776メートルを最高峰とする3000メートル級の山々を中核とした国土の75%を山地が占める山岳国家でもあります。

日本海という水蒸気供給源とシベリアの寒気と強風が列島の脊梁山脈にあたり上昇気流となって大量の雪を降らす雪雲となり、日本海側気候エリアに大量の降雪をもたらします。



屋久島の冬

湿度が高い東北地方や北海道だけでなく、西、中国四国、九州まで海を越えて冷たい湿った気流が山々の山腹を上昇するとき雪も降らしますし、過冷却の微細な水滴木々や岩、時にはそこに立つ人まであら

ゆる物体を霧氷で覆います。

八ヶ岳天狗岳、寒風はあらゆるものを氷で包み込む。

"日本の冬の雪山は世界有数のレベルの過酷さである"わけとは？

1. 急峻な地形であるが故に生活圏から短時間で森林限界エリアの過酷環境に到達できる。⇒十分な経験と体力、装備を持たない登山者でも容易に引き返せない領域に入り込むことになってしまいます。



標高が低くても深雪になる日本の山

2. 登山前半の中標高エリアは樹林の積雪、急傾斜面であることが多い。

☆樹林のおかげで風は穏やかなので発汗が多くなる。

☆遠目で見た感じは針葉樹の緑でも、斜面には深い雪が積もっている。

☆標高を上げるに従い夏の登山道は雪に埋まり、登山者自らのルートファインディングを行う必要がある。

☆傾斜のある深雪ではスノーシューより在来型のワカンに優位性がある。更に標高を上げ、岩と氷が想定される山岳に行く場合には加えてピッケル（アイスアックス）とアイゼン（クランポン）の携行は必須となる。

大熊山からみた北アルプス剣岳

3. 日本列島は世界有数の強風地帯。

冬期の偏西風はヒマラヤ山脈で大きく北と南に分かれ蛇行したのち日本上空で合流するため、3000メートル級の日本アルプスは世界有数の強風地帯となります。



☆瞬間最大風速は気象情報予想数値の2倍を見込み、安易に標高を上げない。

☆鞍部など地形によって風が収斂して強くなる。

☆急傾斜斜面や稜線での転落の大きな要因は突風である。

☆日中の樹林帯登降時において風も弱く気温が高い場合、汗や付着した雪が体温で融けて衣服や登山靴など身に着けた装備が濡れてきます。対策をせず標高を上げていけば、気温低下と風によるヒートロスで低体温症の危険がより高まってきます。

☆登山用の肌着など機能性ウェアを着用。

- ☆ ヒートロスを防ぐ防風ウェア着用。
- ☆ 頭部、頸部、手指と手首など体温が逃げやすい部位を確実に保護すること。
- ☆ 保温ボトルの温かい飲み物と行動食を小まめに摂ること。
- ☆ 休憩は風を遮る樹林帯や岩陰で行うこと。
- ☆ 寒気、鳥肌、震えなど症状が無いかを小まめに確認すること。



強風で舞い上がる雪が視界を遮る

4. 日本列島は世界有数の多雪地帯

大量に降雪があるという日本列島の特性に加え、複雑な地形に降る雪は先に述べた強風によって風上から風下に雪粒が移動して雪庇を複雑に形成していきまします。無積雪期であれば稜線上を快適に歩ける

登山道は全く使うことはできず、形成された積雪地形や雪庇での踏み抜き転落や滑落、雪崩のリスクが高まります。また、無積雪期には人を寄せ付けない藪や樹林に覆われた尾根は素晴らしい冬のルートを提供してくれます。

- ☆ 無積雪期に記録された他人のGPSログデータを当てにできません。
- ☆ 登山地図に積雪期ルートは表記されていません。
- ☆ 先行者のトレースを期待して計画してはいけません。
- ☆ 風雪時には自分の付けたトレースはすぐに消え去ってしまいます。
- ☆ ロープを使った行動が必要とされるケースもあります。
- ☆ 大量の積雪によって行動不能になる場合もあります。
- ☆ 雪崩が頻発するエリアの把握と適切な気象情報収集が必要です。

元々の地面は雪の下に

5. アイスバーン形成による滑落

日本列島は中緯度に位置しているために冬といえども寒暖の差が大きく、無風快晴で雪面が温められると融雪します。また寒冷前線通過後の急激な気温低下や夜間や夜明けに空が晴れていれば放射冷却によっても雪面は氷化します。



- ☆ 冬は無積雪期のように登山靴を水平やフラットにおける登山道はありません。
- ☆ 鋭利な爪と前爪を持つアイゼンとピッケルを使いこなす技術が必要です。
- ☆ 氷、堅い雪、湿った軟雪、ザラメ雪など標高、斜面の向き、風の当たり方、気象条件で様々なタイプに対処する必要があります。
- ☆ 岩と雪がミックスされた場面が出てきます。

6. 急峻な地形に複雑な谷とで形成されている山岳稜線

火山地形だけでなく、花崗岩などの火成岩やチャートなどの堆積岩など多様な岩石で構成されていることと地震や活発な地殻変動、大量の降雨や降雪による風化作用が日本の山岳地形を複雑にしています。

☆急峻で入り組んだ尾根や谷が発達しています。



陽が暮れ行く北アルプス西穂高岳

7. 低気圧通過後の急激な気温低下と荒天

低地においては低気圧通過後は次第に天候が回復していくのが普通ですが、標高の高い山岳地帯においては低気圧通過後に冬型の気圧配置となり、上空に寒気が流入して標高の高い山岳地帯は急激な気温低下と大荒れ天候となります。過去に起きた大きな気象遭難時の天候要因です。

☆シベリアからの寒気流入の動きをチェックしておく。

☆低気圧の気圧変化、等圧線の混み具合をチェックしておく。

8. 視界不良によるルートミス

下山時のルートミスは致命的な状況になる場合がある。積雪期のホワイトアウトでは傾斜や方角など平衡感覚も不安定となり船酔い感覚となってしまうこともあります。転落や滑落、ルートロスを起こす原因のひとつなので、むやみに動き回ってはいけません。

☆停滞に耐えられる体力、精神、装備が求められます。

☆チームメンバーがバラバラにならないようにします。

☆ロープを活用した積雪地形でのルートファインディングも必要となることもあります。

1月の南アルプス仙丈ヶ岳

9. スマホアプリとGPSを積雪期の風雪下で使用することはほぼ不可能。

手袋をしたまま、雪や水滴が付着したスマホ画面を操作できないというのが現実です。

☆地図アプリをインストールしたスマホは必ず持っていき、ログ記録はとるようにします。

☆地図アプリと連動した登山届と電波発信デバイスを携行するようにします。



- ☆ バッテリー温存の為にあらかじめの地図データをダウンロード、機内モードを活用、適切なタイミングでの使用を行います。
- ☆ 携行した予備バッテリーのケーブル挿入時の濡れはスマホを破壊する原因のひとつです。確実に乾いた状態のときに充電を行います。

厳冬の西穂高ダイヤモンドダストに光柱が輝く



冬に雪が降る山に登る登山スタイルは日本らしい登山文化です。そこで使われるワカンは古来より雪の国ニッポンで使われてきました。

現代の素晴らしい装備とのコラボレーションが多く、多くの登山者が雪山に入ることを可能にしています。

素晴らしい雪の峰々に会いに行くためには、第一に体力、装備、経験が必要ですが、何よりも不自由な歩行、不快な環境、不愉快な天気を受け止める忍耐力が求められます。安易に手に入らないからこそ、美しい景色に出会えた時の喜びも格別です。

自然の脅威に立ち向かうのではなく、機嫌の良い時に遊ばせてもらう謙虚さを持って山におでかけください。

最後になりますが、登山届は確実にお願いいたします。

加藤智二(日本山岳ガイド協会認定山岳ガイド・カメラマン・写真もすべて筆者撮影)

日本山岳ガイド協会認定山岳ガイド・カメラマン

ネパール・パキスタン・中国の8000m級ヒマラヤ登山を経験。40年間の登山活動で得た登山技術、自然環境知識を基に山岳ガイドとして活動中。ガイド協会発行「講座登山基礎」、幻冬舎「日本百低山 日本山岳ガイド編」の共同執筆。阪急交通社「たびコト塾(山と自然を学ぶ)」、野村證券「誰でもできる健康山歩き」セミナー講師。山岳・山歩きに関するテレビ番組への出演・取材協力。頂上を目指さない脳活ハイキングの実践。登山防災協議会会員、一般社団法人日本山岳レスキュー協会社員、公益社団法人日本山岳ガイド協会安全対策委員会委員長、山岳ガイドステージⅡ

山関連記事・情報から2

山岳遭難「過去最多の2か月で809人」！「2位の静岡」を超えた「最多遭難県」



山岳救助の瞬間

山でしか味わえない壮大な景色を見たり、美しい自然に身をおいてリフレッシュしたりできるのが登山の魅力だ。しかし、登山にはケガや遭難のリスクが常に存在する。登山における遭難は、毎年どれくらい起きているか知っているだろうか？ 山岳遭難（※）の情報は、警察庁がデータを公表しており、2023年夏期の情報が更新されたばかりだ。そこで、そのデータをもとに山岳遭難の現状を解説する。登山のリスクを正しく認識し、安全に登山を楽しもう。

◆2023年夏期の山岳遭難者数は809人で過去最多！

コロナ禍による行動制限がなくなり、登山人口は再びにぎわいをみせている。そんななか、2023年夏期（7～8月）における山岳遭難者数は809人、死者・行方不明者は61人と、ともに統計が残る1968年以降で最多となった。遭難者数は前年比で23人増加。ちなみに、2022年における年間の遭難者数は3506人だった。山岳遭難:登山や山菜取り、観光などで山に入り遭難した人。目的別において、登山の割合は8割ほど。

続いて、山岳遭難の発生場所は長野県が一番多く、101人に上っている。次いで静岡県が85人、富山県が59人だ。日本アルプスや富士山など、人気のある山で遭難事故が集中していると推測される。

山岳遭難者を年齢別で見ると、60～70代が多く、346人で全体の4割を占めている。高齢になると体力や筋力が低下し、疲れたり転びやすくなったりする。

◆2023年夏期（7～8月）の山岳遭難データのまとめ

- ・山岳遭難者数:809人
- ・山岳遭難の発生場所:長野県や静岡県、富山県が多い
- ・年齢別山岳遭難数:60～70代が約4割以上を占める

◆山岳遭難の原因は「道迷い」と「転倒」が多い

次に、山岳遭難が発生した原因について見てみよう。2023年夏期のデータから、山岳遭難の原因を割合の多い順に5つ挙げると、転倒・道迷い・病気・滑落・疲労というような順になる。とくに、転倒と道迷いは、どちらも全体の2割以上を占めている。夏期は富士山や日本アルプスなど、標高の高い山や人気の山に登る人が増える。そのため、転倒や疲労、高山病などの病気による遭難の割合が多いと考えられる。



木道に注意喚起の標識

◆山岳遭難のデータから対策を考えよう。

山岳遭難は年々増えていることから、登山する際は油断せず、適切な準備をしてから山に入るようにしよう。特に、遭難事故が多発する富士山や日本アルプスの山々に登るときは、よりいっそう注意したいところだ。山の情報を集め、無理のない登山計画を立て、適切な登山装備を用意して登ろう。



会津駒富士見林道から燧ヶ岳
山岳遭難は転倒や道迷いによるものが多い。それらを未然に防ぐことが効果的な遭難対策になる。そこで、おすすめの方法は、実際の遭難事故例を書籍や動画で学ぶことだ。特に、ドキュメンタリー系のものだと遭難の怖さをリアルに想像できるので、真剣に考えるきっかけになるだろう。

◆山岳遭難の現状を把握して、登山を安全に楽しもう

登山にはケガや遭難のリスクを伴うが、適切な対策を行っていれば、そのリスクを最小限に抑えることができるだろう。その第一歩として、山岳遭難のデータをもとに解説した。登山前に山について情報を調べたり、道迷いや転倒の対策を立てたりすることが安全登山につながる。登山における安全知識を学び、美しい自然の景色を見に行こう。

川村 亨（かわむら とおる）
東北の山を駆け巡る登山ライター。
日帰り登山がメインで、緑の広がる草原が好き。

登山歴15年「先輩からの5つの教え」

登山初心者だったころ、先輩に登山のルールをたくさん教えてもらった。当時はあまりピンときていないものもあったが、登山歴15年となった今では、教えてもらったルールで自分の命が守られていると感じることが多々ある。ここでは、先輩が教えてくれた「登山の教え」を5つ紹介する。



◆その1. グループ登山でも地図は全員1つ持つ、先輩には「必ず全員1つずつ地図を持つ」ことを教えられた。グループ登山でも、全員揃って無事に下山できるとは限らない。もしグループ内の登山経験者がケガや体調不良で動けなくなっても、動ける人が助けを呼びに行ったり、下山したりできるようにするためだ。

当時は登山計画書を先輩が作って事前に渡してくれたため、当日までに登山ルートを地図で追っておくことも教わった。登山を始めた頃はまだ地図アプリが普及しておらず、紙の地図で現在地を把握する必要があった。そのため、山小屋や道標などわかりやすい目印がある場所で現在地確認の練習をし、地形図の読み方も教えてもらった。おかげで、登山道がわかりにくい場所や道標が倒れているときでも、迷わず進めるようになった。

◆その2. 自分のものは自分で持つ

当たり前のことだが、地図と同じ理由で「自分のものは自分で持つ」ことも教えられた。とくに水は重いため、体力がある人に持ってほしいと思いがちだが、万が一水を持った人とはぐれてしまったとき、無事に下山できなくなる。



初心者の頃、小さなデイバッグを使っていたが、そのバッグがパンパンになっても自分の荷物は自分で持っていた。



◆その3. 晴れていてもレインウェアを持っていく
登山の3種の神器の一つと言われるレインウェアも、山には絶対に持って行くように教えられた。しかし筆者は当時、レインウェアはかさばるため、できれば持って行きたくないと考え、

晴れ予報でもなぜ必要なのかと疑問だった。

しかし登山経験を重ねるにつれ、山の天気は本当に変わりやすいと実感した。標高の高い場所ではとくに、天気がめまぐるしく変わるのには珍しくない。登山口の天気と、山頂や稜線の天気が違うのもよくあることだ。

変わりやすい山の天気に対応するため、絶対に持って行こう。

◆その4. 山での行動は、午後3時まで

登山では「午後3時までにその日の活動を終える」というルールも教えてもらった。午後3時までに下山、またはその日の宿泊地に着くように逆算して登山計画を立てるため、行動時間を延ばしたくないなら早朝出発するしかない。

日没の少し前から山の中は真っ暗になるため、周りや足元が見えず、歩くのが困難になる。また夜は野生動物の活動も活発になり、危険性が高まる。

日の出前の早朝の行動と、万が一下山が遅くなってしまった場合に備え、ヘッドライトもザックに入れておこう。



◆その5. 初心者でも「連れて行ってもらう」ではなく「一緒に行く」気持ちで行動する。



初心者だったころ、先輩から「登山に連れて行ってもらう」という気持ちではなく、「一緒に行く」という気持ちで来てほしい」と言われた。「連れて行ってもらう」という気持ちでいるとすべて他人任せ

になってしまい、登山経験者に万が一のことがあったとき、運命を共にすることになってしまう。「一緒に行く」という気持ちでいれば、万が一の時は助けられるかもしれないし、自分も無事に下山できる可能性も高まる。自分や仲間の命を守るためにも「一緒に行く」という気持ちが必要だ。

◆マナーや装備を確認し、安全に登山を楽しもう

山でのマナー違反や装備不足は、他人に迷惑をかけるだけでなく、自分や仲間の命を失うことにもつながってしまう。筆者は先輩に教えてもらったルールを今でも守っており、安全に登山を楽しんでいる。登山は大自然の中で活動するアクティビティだということを意識し、マナーを守って万全の装備で山を楽しもう。

52期 (2023.1.1~11.19) 個人別サマリー

順	会員	氏名	52期	山行		集会	
	No.		Kポイント	52期	通算	52期	通算
1	557	石 附 智 江	20	20	370	0	80
1	614	峯 川 弘 子	20	20	104	0	8
1	623	宮 崎 敏 男	20	20	147	0	51
4	607	瀧 澤 き よ の	18	18	204	0	64
5	570	伊 藤 久 雄	13	13	12	0	51
6	633	阿 部 み ゆ き	12	12	45	0	3
7	569	中 村 友 子	11	11	320	0	84
8	565	渋谷 京 子	9	9	299	0	87
8	568	遠 井 謙 策	9	9	141	0	34
8	624	佐 藤 聡 美	9	9	39	0	4
11	639	津 田 和 子	9	9	13	0	—
12	598	徳 山 敬 子	7	7	148	0	23
13	599	小 名 秀 鋭	7	7	129	0	12
13	426	若 村 勝 昭	6	6	266	0	13
13	576	石 原 勝 正	6	6	306	0	84
16	468	服 部 美 千 代	4	4	91	0	5
16	545	山 崎 富 美 恵	4	4	212	0	25
16	577	宇 野 輝 代	4	4	180	0	39
16	632	阿 部 一 郎	4	4	30	0	2
20	529	涌 井 良 明	3	3	389	0	93
20	564	渋谷 賢 寿	3	3	175	0	57
22	263	若 村 貴 世 子	2	2	331	0	2
22	475	一 柳 昭	2	2	371	0	66
22	609	白 石 佐 恵	2	2	55	0	14
25	527	福 島 政 幸	1	1	75	0	21
25	555	小 村 井 好 江	1	1	102	0	31
25	638	斎 藤 実	1	1	8	0	0
28	546	白 石 恵 美 子	0	0	335	0	78
28	608	石 附 恵 理 子	0	0	47	0	9
28	616	児 玉 章	0	0	19	0	8

担当リーダー実績 (～2023年11月19日現在)

順	氏名	担当L	順	氏名	担当L
1	涌井 良明	167	9	伊藤 久雄	30
2	若村 勝昭	122	10	若村 貴世子	28
3	一柳 昭	119	11	石原 勝正	24
4	瀧澤 きよの	91	12	宮崎 敏男	21
5	渋谷 京子	69	13	事業部・運営委員・L会	17
6	白石 恵美子	57	14	遠井 謙策	17
7	峯川 弘子	52	15	渋谷 賢寿	16
8	中村 友子	43	16	阿部 みゆき	6

(会報編集時点の在籍会員のみ) 現行常任リーダー



あ・と・が・き…か？



◆コロナ禍もすっかり報道も減って鎮静化の様相ですが、実際はそれなりに潜行しながら更に変異を繰り返しつつ再拡大を伺っているようでお互いにこれからも注意していきたいものです。

◆主にネット情報ですが今年の夏は山岳遭難記事に多く触れたような気がします、しばらくぶりでのソレーとばかりにトレーニングもそこそこに山へ出かけたことも影響しているのでしょうか。 ◆今号は既に来期53期の計画案になりました、会員の減少は今後も続いて行くのか懸念されるころですが、例えば山の参加回数は減ったとしても山が好きで縁あって当会に集った仲間です。会員との山を介した触れあいも楽しめる場として会を利用していただくと有り難いです。今号もどうやら皆さんに届けられることをうれしく思っています。

52期担当役員

会長・会報・広報	涌井 良明
総務・会計	一柳 昭
山行統括・山行リーダー	涌井 良明
山行リーダー	一柳 昭
”	渋谷 賢寿
”	渋谷 京子
”	伊藤 久雄
”	瀧澤 きよの
”	峯川 弘子
”	宮崎 敏男
”	阿部 みゆき
役員(新会員担当)	阿部 一郎

KOBUSHI

第205号

発行日 2023年12月15日

発行者 [東京都山岳連盟加盟]

こぶし会

創立 1971年8月15日

発行 東京都大田区 涌井方

編集・発行 涌井 良明

<http://kobushikai.sakura.ne.jp/>

表紙写真提供・伊藤 久男