

支部友会だより



日本山岳会東海支部

No. 98 July 1 2023

発行 公益社団法人日本山岳会東海支部
支部友会

〒460-0014 名古屋市中区富士見町 8-8 OMC ビル

電話：052-332-8363 FAX：052-322-7924

印刷（有）アジマプリント名古屋市中区中味鈍 2-438

「三年ぶりの同窓会」



雄山山頂 峰本社 3003m

学生時代の山仲間の同窓会がコロナ禍で中止になっていましたが、去年9月末に3年ぶりに実施することができました。富山の立山三山に登ったことがないという人がいたのと、数年ぶりに山に登るといふ人もいたので、雄山往復の計画を立てて実行しました。

当日は好天に恵まれ、ゆっくり周りの景色を眺めながら久々の山歩きを楽しみました。

同行した仲間の一人が15年ほど前、ガンに罹患し肺の一部を切除した経緯があるので心配はしていましたが、春先からヨガやジムに通い体力づくりに励んだおかげでしょうか、無事雄山山頂にある峰本社に登拝することができました。先日本人から「体調も良く立山に味をしめて、今夏の富士登山ツアーに申込みました。」と連絡がありました。今年も8月末に同窓会があるので、富士登山の報告を聞くのが楽しみです。

（支部友会委員 奥野 明美）



眼下に立山室堂平



左端本人 山仲間

山行報告 令和5年3月～6月

3月2日(木)☆

山域：三河新城 山名：本宮山(605m)

(往路) 金山 6:50→高辻 IC→名古屋南 JCT→伊勢湾岸→豊田 JCT→豊川 IC→上長山ウォーキングセンター 8:15 (復路) 本宮の湯 15:30→豊川 IC→金山 17:00

ルートと所要時間

登山口 8:45～林道広場 9:31～東屋展望台 9:55～お清水舎 10:27～砥鹿神社奥宮 11:02～本宮山山頂/昼食 11:20/12:00～お清水舎 12:30～東家展望台 13:00～林道広場 13:28～登山口 14:04

歩行時間:4時間30分



参加者(9名)

CL 田中 進 SL 川崎 禎明 記録：藤川 慶子
会計：荒川 章子 谷畑 宏子 感想：杉山 直子
小幡 みさ子 近藤 佳代子 高橋 弘美

(参加者の感想)

・登り始めは緩やかな傾斜を気持ちよく、東屋手前の岩場はワクワクしながら登れましたが、お清水舎を過ぎてからの階段は辛かったです。風の強い一日で衣服調整が難しいと感じました。久しぶりに虹と富士山も見られて良い一日となりました。平日山行、またお願いします。(杉山 直子)

・虹から始まり豊川の町並み渥美半島の眺望、富士山等々とても良かったです。田中さんのお話もとてもためになりました。山に登るときに五感を働かせて楽しんでいきたいと思います。(高橋 弘美)

・出発時には雨もポツポツでしたが着く頃には大きくとても美しい虹に迎えられました。虹は幸福をもたらすと言われますが初めての本宮山登山が楽しいものになる予感。お天気もどんどん良くなり頂上では豊橋や豊川市街、田原アルプスと眺望も良く下りの時は富士山も見ることができました。お清水舎からの階段は結構きつかったですが登った甲斐がありました。(小幡 みさ子)

・道迷いをしにくいコースで、アップダウンもほぼなかったので700mの標高差をじっくりと体感することができました。登山口に着くまで降り続いた雨

がやみ、見事な虹を眺め、素晴らしい眺望や待望の富士山も垣間見ることができ、お土産もたくさん買えて大満足の1日でした。(近藤 佳代子)



<リーダーコメント>

支部友山行は土日が多く、平日を希望される方が意外に多いことが解りました。参加者の皆さん本宮山は初めての方ばかりでした。名古屋から一時間半でウォーキングセンターの大きな駐車場に到着、トイレも完備されています。道は殆んど頂上まで一本道、参道の両側は椎の大木、どんぐりの木、コナラ、アラカシ、更に杉と檜の大木を見ながらの森林登山です。途中で険しい岩場の体験も出来ます。砥鹿神社奥之院で安全登山を祈願して、頂上は風がきつく南斜面の風のないところで楽しい昼食でした。下りは滑らないよう注意して声を掛け合い無事登山口に到着。近くの本宮の湯で汗と疲れを取りました。今後も皆さんから平日山行計画を頼まれました。

.....

3月4日(土)☆☆

山域：鈴鹿山脈 山名：霊仙山(1,084m)

(往路) 金山 6:30→東別院 IC→名神/米原 JCT 北陸自動車道→米原 IC 7:17→醒ヶ井養鱒場駐車場 7:44 (復路) 駐車場 14:00→入浴ジョイいぶき 14:50/15:40→関ヶ原 IC 16:00→金山 16:50

ルートと所要時間：

駐車場 8:05～樽ヶ畑登山口 8:49～汗ふき峠 9:13～四合目 9:40～九合目経塚山 10:55～お虎ヶ池お昼 11:15～四合目 12:22～樽ヶ畑登山口 13:14～駐車場 14:05 歩行時間：5時間30分

参加者(4名) CL 今津 英一朗 SL 川崎 禎明
会計：大蔵 和代 記録・報告：中村 慎吾

(参加者の感想)

・スタートの醒ヶ井養鱒場駐車場からの林道歩き、結構の距離でした50分程、予報では晴れでしたが、お天気はイマイチでした。途中八合目辺りからガスと強風で景色は真っ白だったのでリーダーの判断で9合目で山頂は断念しました。下山途中からはガスも取れて霊仙山も顔を出してくれ、霊仙山を背に下山しました。思った以上に残雪も

ほとんどなく、所々滑る箇所があり、靴に泥が付いて歩きにくかったです。今回は山頂まで行けなくて残念だったのでまたリベンジしたいと思います。(大蔵 和代)



・急きょメンバーに入れていただき、初めての霊仙山でした。一度、雪の霊仙山に挑戦したのですが、雪が多く撤退したのでリベンジをかねていました。今回は、霧が深く9合目でまた撤退しましたが登頂だけが目的ではなくコミュニケーションを深めることができたのでよかったのかと思いました。(川崎 禎明)

・雪が残る春先の霊仙山は初めてでした。この頃の霊仙は泥によって滑り易く、傾斜によっては滑落の危険があり、その際に落石を発生されるリスクもあることを学びました。また登山口では穏やかな天気でも稜線に出ると強風が吹き、ガスで視界が失われれば遭難のリスクがあることを、今回の九合目撤退という結果からも身をもって学ぶことができました。(中村 慎吾)

<リーダーコメント>

残雪期の霊仙山へチャレンジしましたが、残念ながら今回は9合目撤退ということになりました。ガス、強風の両方で、撤退の判断をさせていただきました。個人的には霊仙山を毎年この時期に登っていますが、ここまで残雪が少ないのも例がありません。1月はしっかり降っていましたが、その後の高温、雨などで残雪として残らなかったようです。また、当日は下界が、かなりよいお天気でしたが、伊吹山や、霊仙の頂上部のみ雲がかかる天候でした。山にはこのような状況はよくあります。ガスが出ると登山道の状況もわからなくなり、登山者が上から下りてくるときなど、落石などの危険もあります。霊仙山6合目手前の登山道は全く違う迂回コースに変更になっていました。今後も続くようです。下調べで情報を得ていなかったので、少し戸惑いました。

これらのように、当日、現地の状況というのは、日々変化します。状況に合わせた安全登山を今後とも継続お願いします。

.....
3月5日(日)☆☆ 山域:奥三河 山名:天下峰(360m)リーダー:榊 将美 天候不順中止
.....

3月18日(土)☆☆ 山域:奥三河 山名:鷹ノ巣山(1,153m)リーダー:倉橋 智司 天候不順中止
.....

3月19日(日)☆
山域:丹波高原(福井県) 山名:青葉山(687m)
(往路)市民会館南側道路7:00→東別院IC→小浜西IC→青葉山ハーバルビレッジ9:30
(復路)ハーバルビレッジ16:00→道の駅シーサイド高浜16:20→賤ヶ岳SA→金山20:00

ルートと所要時間

駐車場 9:30~展望台 11:00~青葉山東峰・昼食 12:00~青葉山西峰 13:40~熊野神社 15:05~ハーバルビレッジ 16:00 歩行時間 5時間5分
参加者(4名)

CL 近藤 政仁 報告・会計:島田 逸子
記録・感想:野村 亜希子 藤川 慶子



(参加者の感想)

・お天気に恵まれたこの日、山頂からの眺めは最高でした。穏やかな日本海の青、晴れ渡った空の青、その繋ぎ目には雪化粧の白山と北アルプス!途中、可憐なミスミソウがたくさん見られた。またコゲラ、コガラ、ヤマガラ、カケスの囁りやヤマドリのホロ打ちの音にも出会う。岩場では歩き方を学びながらアスレチックのように楽しみ、下山時は地元の方の善意にも触れて、全てに恵まれたありがたい百点満点の山行となりました。

(藤川 慶子)

・東峰から西峰は切れ落ちて緊張の縄場。下のぞき見ると絶壁の箇所もあり。溶結凝灰岩のゴツゴツ岩の続く道を進みます。リーダー、ベテランメンバーに進み方を指導して頂き慎重に進みました。ゴツゴツ岩、縄場、ハシゴの3点盛り。緊張しましたが、変化に富みワクワクしました。晴天の若狭湾の向こうに雪を被った白山の眺望。早春の花ミスミソウも堪能し素晴らしい山行となりました。(野村 亜希子)

.....

3月25日(土) ☆ 山城 山名:春日井三山
リーダー:奥野 明美 天候不順中止
.....

**4月1日(土) 山城:渥美半島 山名:雨乞山
(233m) 大山 (328m)**

(往路) 金山駅 7:18→豊橋駅 8:08→新豊橋駅 8:30→三河田原駅 9:05→豊鉄バス保見行 9:30→石神バス停 9:54~雨乞山登山口 10:20

(復路) 越戸バス停 17:08→三河田原駅 17:30→豊橋駅 18:10→金山駅

コースと所要時間

登山口 10:20~雨乞山 11:07~物見山 11:46~弁当岩/昼食 12:20~枕峠 12:38~狼煙山 13:04~臍岩 14:00~大山 14:42/15:15~白山比咩神社 16:08 バス乗車 17:08 歩行時間 4時間 53分
参加者(7名) **CL**田中 進 **SL**川崎 禎明
会計:川崎 明子 記録・感想:竹本 美香 高橋 弘美 奥野 明美 椿 利枝子



(参加者の感想)

・知多半島在住ですが、登山できる里山らしきものはほとんどありません。同じ半島でも渥美半島は里山があちこちに点在し、縦走も楽しめ、とても羨ましいです。今回は半島を縦断する事ができました。ピンク色の可愛らしい山ツツジや名前のついた岩があちこちに存在し、太平洋へと変わる海の景色も楽しむ事ができました。メンバー全員で最後まで安全に下山できた事が何よりの素敵な山行でした。

(竹本 美香)

・初めての田原、三河湾側から登り太平洋側に下山するコースでした。最初の雨乞山は急勾配の山ツツジの咲くなかを歩き三河湾と田原の町を見渡せるピーク。弁当岩、達磨岩、臍岩とこれがこの岩?と考えながら物見山・大山へと歩き進みました。標高は高くないもののアップダウンがあり長く感じました。大山の展望台にあがると伊良湖岬から神島、浜松方面、三河湾と太平洋が春霞にかかりつつきれいに見渡せました。下山後に立ち寄った白山比咩(ひめ)神社、公園の桜。太平洋の波が登山の疲れを癒してくれました。(高橋 弘美)



<リーダーコメント>

三河湾、江比間海岸脇の石神バス停は標高4メートルです。キャベツ畑の中を伊川津揚水場(農業用ため池)迄15分で登山口でした。すぐ急登ですが満開のピンク色の山つつじと鶯の鳴き声を聞きながらすぐに雨乞山です。頂上から三河湾の奥には蒲郡の町と三ヶ根山の雄大な眺望です。

標高は200から300mの低山ですが渥美半島縦断のコース距離は8.34km、登りの標高差は705m、下りが660m、かなりの縦走コースです。昼食時間は眺めの良い尾根の岩上で、農家の電照菊ハウスを見下ろしながらゆっくり取れました。大山頂上からは太平洋と伊良湖岬、恋路ヶ浜、神島の最高の眺めです。頂上から七曲の登山道を太平洋を見ながら下り白山比咩神社でお参りし、近くの公園トイレを使用して、バス待ち休憩をしました。バス停から海岸まで5分と近く、太平洋の荒波、遠くに赤羽海岸のサーファー達がいきました。バス乗車17:08で三河田原に渥美線で豊橋に駅前皆さんとの楽しい反省会をしました。低山で人気がないのか支部友会員が1名しか参加しませんでした皆さん次回も計画しますので一緒に山行しましょう。

.....

4月8日(土) ☆ 山城:瀬戸 山名:物見山

(往路) 東山公園 7:25→海上の森駐車場 8:15
コースの説明 準備体操 (復路) 海上の森駐車場 15:45→東山公園 16:30

ルートと所要時間

海上の森駐車場 8:50~四つ沢 8:59~三角点 9:13~五叉路 9:36~分岐 10:49~物見山 11:04 昼食 11:39~三条峠 12:26~ゲート 13:45~里山サテライト 14:29~海上の森 15:37

所要時間:6時間47分

参加者(7名) **CL**金谷正起 **SL**奥野 明美
記録:岡 直人 記録:中野 徳子 感想:清水 ゆかり 服部 久加子 長田 浩幸

(参加者の感想)

・生きててよかった。冒頭からなにって思われたかもしれませんが大袈裟ですみません。地図読み山行に初めて参加。山登りを始める前に、compassのレクチャー。とても分かりやすく、少しだけうまく使いこなせる自信が付き、意気揚々と出発。途中、リーダーらと離れ、とても不安になったメンバーで、⑧を目指す。とおろすぎリーダーらとはぐれる。間違えた。気づいて戻ること30分。リーダーらの顔が見られ、メンバーの顔が安堵の顔に。⑧から直接、林道におり日本山岳会の土地を目指すことに。Compassを信じ、道無き道を進む。荒れた道、人気のない道、ヤバイ雰囲気満載の道。初地図読み山行にて、猿投山にて、初ビバークを覚悟しました。そのとき、先頭が林道ありの声。こんな楽しい山行は初めてでした。(長田 浩幸)



・苦手な読図。過去2回ほど他で講習を受けた事がありますが、中々、身にならず今まで使っていたYAMAPでいいかなと諦めました。でも、万が一電池がなくなったらと支部友会入会をきっかけに再度、チャレンジしてみました。前日の雨が嘘のように当日は晴れ。青空の下、読図講習が始まりました。ドリルの予習と磁北線の記入。この磁北線が少しずつズレていたのもコンパスを使ってもみんなと数値が微妙に違った。基礎的な知識がない私には地図を見てもこの記号は何のレベル。そう言えば学校で習ったような…。地図とコンパスだけの尾根歩き。道なき道を歩く事は忘れかけた童心に戻りそれはそれで楽しかった。いつも山頂であるの山は何て言う山だろう。地図とコンパスが使えたらもっと楽しいはずの前に磁北線の記入をちゃんとしないと磁北線の記入からのスタートする私はコンパスを使って楽しい山歩きは随分と先になりそうです。

(清水 ゆかり)

・今回初めての山行参加でした。コンパスの使い方を全然知らなかったのが初めは苦戦しましたが、教えていただき、何度かやっているうちに地図と合わせることができました。途中道を見落として大幅に通過してしまいました。よく周りを見て、コンパス

の地図・時間などを考慮しながら歩くことが大切だと学びました。メンバーで協力しながらルートを考えたり、初めてのルートにも挑戦することができ、とても楽しい山行でした。(服部 久加子)

<リーダーコメント>

遭難事故の一番は道迷いです。特に里山は油断禁物。皆さん地図に磁北線を引くのは初めて、コンパスも初めてという方が多かったようです。何回もコンパス合わせをしましたから目的地に方向を合わせることはほぼ習得出来たのではないのでしょうか。この山域は尾根と谷が入り乱れて解りにくい地形でしたから歩きながら現在地を把握するのは難しかったです。最後の尾根下りは間違えてしまいました。偶々予定ルートの先に出ましたが本来なら戻らねばなりません。あの急坂を再度登るのかと思うと心が折れます。地図読みは難しい。メンバーに恵まれ楽しい経験でしたが反省しきりです。

4月15日(土) ☆ 山域：京都トレール①

リーダー：村瀬 恭平 雨天の為中止

4月16日(日) ☆ 山域：瑞浪市・恵那

山名：中山道 榎ヶ根一里塚

(往路) 高蔵寺 7:25→愛岐道路→R19→大湫宿 8:30 宿場見学 準備体操(復路) 榎ヶ根一里塚 15:10→R19→愛岐道路→高蔵寺 16:45

ルートと所要時間

大湫宿 8:30～大久後 10:00～四ツ谷休憩所 11:15～榎ヶ根一里塚. 山菜天ぷらパーティー12:00/13:30～桜百選の森. ワラビ採り 13:30/14:00～えなの森 散策 14:00/15:00 榎ヶ根一里塚発(15:10) → 高蔵寺着 16:45

参加者 (13名)

CL 松本 陽子 SL 田中 進 奥野 明美 川崎 禎明
記録：川崎 明子 会計：南 千恵子 パーティー
手伝い：林 須美子 生田 晶子 感想：中野 徳子
南 成寿 鈴木 良明 島田 逸子 椿 利枝子



(参加者の感想)

・雨予報で翌日の日曜に順延して開催されました。人数は当初の予定から8名減って13名となりました



たが、気持ち良い街道歩きと美味しい山菜の天ぷら・おひたし等を頂き、大満足の1日となりました。
 ◇史跡巡り：一里塚があんなに大きく、しかも左右2つあることを初めて知りました。瑞浪市の御神木が台風で倒れたニュースは目にしていましたが、間近で見る大木は倒れてもおお神々しかったです。中山道はよく整備されており、観光地化あまりされていないので街道歩きに興味を持ちました。

◇山菜取り&野外パーティ：最初は全然山菜採りの目になれませんでした。徐々に慣れて初心者でもコシアブラを沢山ゲットすることができました。野外パーティは想像をはるかに超える豪華さで舌鼓を打ちました。フキみそだけで何杯でもご飯が食べられそうでした。準備いただいた皆様、差し入れを頂いた皆様に改めて感謝申し上げます。

◇リコー恵那の森自然観察会：山菜をタラフクいただいた後の自然観察会は、コシアブラの大木やタカノツメの大木など驚きの連続でした。ザイフリボクの花が満開で整備されすぎていない自然豊かな森という通り、楽しみながら森めぐりができました。綺麗に見えていた笠置山に登ってみたいになりました。この企画は支部会員のためのお楽しみ企画だと伺いました。今回参加した支部友員は3名だけになってしまいましたが、絶対おススメですと触れ回りたいと思いました。（中野 徳子）

・大湫宿観音堂からの見晴らしは良く、心配していた天候は一日恵まれました。お堂の奥へ進むと神社の大湫の大杉がお出迎え。街道は古い家並みが残され静かで落ち着いた姿を偲ばせます。十三峠から自然に囲まれ山菜採取の始まり、自分で山菜を探すのは難しい。リーダーから「あそこにコシアブラ」早速、新芽の根本を掴んで90度に折ると「ポキッ」と簡単に採れる。一度見つけると近くの山菜に手を伸ばしながら、視線はもう次の山菜を狙っています。探すワクワク感や見つけた喜びは宝物を探しているようで楽しい。コシアブラ・タラの芽・ワラビを採りながら上り下りの続く山道を歩き進め、両側に塚の原形をとどめている榎ヶ根一里塚に到着です。山菜天ぷらパーティーの始まりです。テーブル上には天ぷら・ふき味噌厚揚げ（これうまいやつ）・お

ひたし・サラダ・お洒落な鶏肉料理・赤飯・ビール。天ぷらはシンプルに塩で食べると、山菜の香りがフワッとする。山菜ごとに異なる個性の美味しさに驚きました。更に豚汁・デザートまで。山菜を採るのも楽しいけれど、美味しく食べるのがやっぱり醍醐味。パーティー後のリコー恵那の森の自然観察会はお腹一杯で動きが悪かったです。新緑の木々、清々しい香りや苦み、春の季節を感じさせる山行は、最高でした。（南 成寿）

・1月の支部友会だよりに掲載された「山菜採りと野外で天ぷらパーティーを楽しむ」というタイトルを見て、参加を申し込んだ。道中コシアブラの見分け方などを教わり、採取しながらの行程だったが、山菜や樹木についてたくさんのお話を教えていただいた。後に、リコー恵那の森で成長したコシアブラの樹木を見たが、山菜のコシアブラからは想像もつかない高さだった。終着の榎ヶ根一里塚では、山菜の天ぷらパーティーでタイトル通りの楽しいひとときを過ごすことができた。（鈴木 良明）

<リーダーコメント>

雨の予報に振り回されましたが、折角 確保した山菜を味わって頂きたくて一日日延べをした結果、参加者は22名から13名に…でも参加された方々にはとても喜んで頂けて嬉しかったです。丁度 食べ頃のコシアブラを童心にかえて採取する姿は微笑ましく、中止にしないで良かった！天ぷら材料はコシアブラ、フキノトウ、コゴミ、ニワトコ、ワラビの5種類でしたが、沢山の差し入れを頂き 豪華な楽しい野外パーティーになりました。ご協力有難うございました。

4月16日(日) ☆☆山城：鈴鹿山脈

山名：竜ヶ岳 (1,099m)

(往路) 金山 6:50 → 名古屋高速 → 東名阪自動車道 大安 IC → 宇賀溪キャンプ場駐車場 7:45 (復路) 宇賀溪キャンプ場駐車場 15:20 → 阿下喜温泉 15:40 → 東名阪自動車道名古屋高速 → 金山 17:30



ルートと所要時間

宇賀溪キャンプ場駐車場 8:00～ホタカ谷出合い
8:25～金山尾根～遠足尾根分岐 11:20～竜ヶ岳
11:45～遠足尾根分岐 14:40～宇賀溪キャンプ場
駐車 15:00 行動時間:6時間

参加者(4名) CL今津 英一朗

SL中島 美枝 会計・感想 塚原 恵美子

報告・感想 加藤 恵美

・数年前に登った竜ヶ岳に、機会があれば登りたいという思いが今回実現できてうれしく思います。竜ヶ岳の山容、山頂に向かう笹の道を歩き、山頂からの展望が癒しとなりました。お天気は、曇りでしたが、雨に降られることもなく、山頂付近の強風に耐えながらも楽しい山行でした。残念ながらシロヤシオの花はまだ、咲いていませんでしたが、いつか白い羊または、赤い羊が観られる時期に行くことができたいと思います。今回、再募集して頂き、参加することができました。ありがとうございました。

(塚原 恵美子)

・鈴鹿セブンマウンテンの山に登ることができ良かったです。山頂は強風で長時間いられない状況だったため、すぐ下山となりましたが、晴天ならもっと良い眺望だろうなあと思いました。とにかく強風に驚きました。登山の途中、まだ山桜が咲いていて綺麗でした。小さくてかわいい山野草も咲き始めていて楽しみながら登ることができました。登山道は整備されていて登りやすかったです。登りも下りも急勾配の箇所があり、注意が必要でした。楽しく登ることができました。

(加藤 恵美)

<リーダーコメント>

竜ヶ岳は、毎年春、秋登っていますが、今回ほど大変な思いをした山行はありませんでした。体調が悪く、みなさんにご心配をおかけしました。なんとか登り終えることができてほっとしています。

直前までメンバーが決まらず、また、天候も不安定な中で、まさか自分に体調不良が出るとは、思いもありませんでした。山中では体調不良はあってはならないと思っています。今回、山頂までたどり着いたのは皆さんの励ましや協力があったためです。

4月22日(土) ☆☆

山城:木曾谷・木曾山地 山名:風越山(1699m)

(往路) 金山市民会館横集合 7:00→東別院から名古屋高速～中央道→登山口 P9:05(復路) 駐車場 14:30 →あてら荘 16:00 →市民会館到着 18:00

ルートと所要時間 鷹鳥屋登山口～Aコースに向かう 9:05～カヤトの境～カヤトの丘避難小屋 10:55～ 風越山頂上 11:25～展望台 11:40～カヤトの丘・昼食 11:50/12:30～牛首展望台 13:30～登山口 14:15 所要時間 4時間 50分

参加者(4名) CL高松 信治

SL神戸 志摩 会計:浦野 恵美子 記録:山田 卓



(参加者の感想)

・木曾三山の1つである風越山。駐車場は2台のみでしたが、無事に停めることができました。カヤトの丘までは急登が続きます。登りでは小股でゆっくり登るようにしていましたが、自分が先頭で歩く番になると、思ったよりも早く歩いていました。急登が終わり、登ってきた登山道を振り返ると、美しい姿の御嶽山を眺めることができました。風越山の山頂の眺望はありませんが、展望台では、リーダーが用意してくださった広域地図と、コンパスを使い、カッコいい姿をした中央アルプスの山々を確認することができました。歩行スピード、温度調節、適切なタイミングでの休憩などで余力を残して下山することができました。

(神戸 志摩)



・夏日を思わせる日が続いていたものの週末は気温が下がる予報に防寒着を準備し、いざ出発、急登が果てしなく続き汗ばむほどに、衣類調整をし、15分交代で先頭を歩きました。先頭になると無意識に早足になってしまい、リーダーの声掛けに一歩一歩着実に歩きました。マーキングテープに頼らず、地形図とコンパスで位置確認をする大切さを指導頂きました。御嶽山・乗鞍岳を眺め、急登を登り切った辺りから落の臺・スミレ・パイケイソウの蕾が迎えてくれ足取りが軽くなりました。展望台にはバ

イカラオウレンが可憐に咲き誇り、対峙する木曾駒ヶ岳の山々が美しく登山の楽しさを味わえました。

(浦野 恵美子)

・出だしから急登が続き、頑張りすぎてしまいそうでしたが、ベースを抑えるようにアドバイスを頂き、ゆっくり歩くように心がけました。御嶽山と乗鞍岳が良く見え、また木曾川のV字谷の大きさを実感しました。頂上から先の展望台からは中央アルプスが良く見えたので山座固定のコツを教わりました。おだやかな気分で風も弱く、ポカポカした中で歩くことが出来ました。

(山田 卓)

<リーダーコメント>

中央アルプスの三沢岳から西に伸びる支尾根に風越山はある。地元山岳会により道標など整備されているが木曾の目立たない静かな山だった。数台しかない登山口駐車場の先客は1台のみ、その登山者は直ぐに下ってきて、後は貸し切り状態になった。北日本が冬型になったこの日は前日より肌寒くはなったが晴天と展望に恵まれた。落ち葉の急斜面をゆっくり登り、カヤトの境あたりで御岳・乗鞍の展望が開けた。この上のカヤトの丘には小さな避難小屋が整備されていた。山頂近くは展望がきかないがところどころに巨木が残っていた。山頂の先の展望台では、樹林の隙間から中央アルプスの展望が楽しめた。足元にはバイカオウレンの群落が広がっていた。昼食は避難小屋前が適地。大展望が楽しめる。ゆっくり登ることと、下りでは歩幅を狭くしてスリップを防ぐことを指導したが、参加者は足がそろい、順調で楽しい登山であった。登りに使ったAルート、下りのBルートとも勾配が急な箇所があり、落ち葉などでのスリップに注意が必要であった。

4月23日(日) ☆ 山城：三河 山名：宮地山(361m)・五井山(454m)御堂山(364m)・砥神山(252m)

ルートと所要時間

名電赤坂 8:12～登山道入口 8:46～駐車場分岐 9:35～宮路山山頂 10:03～名電長沢駅分岐 11:14～五井山 11:45 /12:20 ランチ～国坂峠 12:49～御堂山 13:42～砥神山山西山頂 14:28～砥神山東 14:33～ JR三河三谷駅 15:47 解散 歩行時間 約6時間半
参加者(6名) CL 磯部 隆 SL 田中 進
感想：岡 直人 大蔵 和代 記録：谷畑 宏子
AD・体操：服田 康宏

(参加者の感想)

・序盤の登りは、緩やかなスタートでしたが、五井山からは一転して、急な下りで、確実な歩行が求められるルートでした。また、絶えず、現在地を地形図とコンパスで確認しながら進むことで、地図読みもしっかりと学習しました。某登山アプリで休憩時間2時間となっていたのも、このためでしょうか！

先導するリーダーや支部友メンバーの歩行がリズム良く、歩行時間も計画通りで、疲れも少なかったと思います。三河湾や渥美半島の眺めを楽しんだ充実した山行の一日でした。

(岡 直人)



<リーダーコメント>

天気も良く、皆さんの足取りもテンが良く、快適な縦走を楽しむことができました。五井山までは、ルンルンでしたが、そこから一旦下山し、御堂山へのやや長い急登は、少し登りがいいがあったかも知れません。しかも、この部分は、先頭がAD服田さんに代わり、それまでは、後方から、登山にまつわるお話をしながら、やんわりと全体のムード作りをされてましたのに、先頭になるや否や、かなりの速度で、この長い急登をタッタッと無言で進まれました。ただ、あの速さについて行けるようになるのも、今後の一つの目標とされてはどうか。

4月29日(土) ☆ 山城：鈴鹿 鈴鹿の上高地
リーダー：金谷 正起 雨天の為中止

5月1日(月) ☆ 山城：田原アルプス

山名：衣笠山(278m)滝頭山 藤尾山
(往路) 金山駅 7:22→豊橋駅 8:08→新豊橋駅 8:30→三河田原駅 9:15 (復路) 三河田原駅 15:32→豊橋駅 16:07→金山駅 18:00



ルートと所要時間

三河田原駅 9:15～衣笠山登山口 9:55～衣笠山
10:50～仁崎峠 11:25～滝頭山 11:50～西の視き・昼食
12:05/12:35～藤尾山 12:55～稲荷山 14:25～城宝寺
15:00/15:25～三河田原駅 15:30

歩行時間：4時間 53分

参加者（6名）

CL 田中 進 SL 川崎 禎明 記録：川崎 明子
感想：木村 美代子 塚原 恵美子 島田 逸子



（参加者の感想）

・田原アルプス衣笠山・滝頭山・藤尾山は、初めての山でしたので楽しみにしておりました。低山ではありますが急登、急な下りと息も上がり、程よく汗も出ていいトレッキングです。また、三河湾・太平洋も素晴らしい景色を観ることができ感動です。途中、黄色い花を発見するとこれは、キンラン。これは、マムシグサ。ゼンマイとシダの違いも島田さんに教えていただきました。帰りには、田原が生んだ幕末の先覚者・渡辺崋山の菩提寺として名高い城宝寺へ立ち寄りました。本堂奥の崋山霊牌堂の天井画が花鳥画一面で見事な美しさでした。有意義な一日を過ごすことができました。（木村 美代子）

・渥美半島方面の山行は、初めてなので楽しみにしていました。晴天に恵まれ、姫島、太平洋などの展望はすばらしく、山行中は、ウグイスの鳴き声かとぎれることなく賑やかに、また、所々に花の姿を見ながらと急斜面の登り下りに息があがりながらも癒されながら、メンバーの方々と楽しく春を満喫できた山行でした。田原市の歴史上の著名人渡辺崋山先生のお墓がある城宝寺を訪れ、歴史のひとつに触れることもでき、有意義な時間を過ごす事ができました。ありがとうございました。（塚原 恵美子）
<リーダーコメント>

温暖な渥美半島は村の政策で山の資源である炭やシイタケの原木であるコナラ、ウバメガシ等を植林保存してきた歴史から、頂上付近まで豊かな森に

覆われています。衣笠山の展望台に上ると三河湾の姫島が眼下に、蒲郡の島々山並みと後は太平洋の大海原が見渡せる絶景でした。標高は200から300mの低山ですが累積標高560m、歩行距離10.4kmで結構歩きごたえのある田原アルプスです。鶯の鳴き声に励まされて足並みも全員揃っての縦走でした。田原駅前に田原藩家老であり蘭学者・画家の渡辺崋山先生の菩提寺城宝寺に行き、本堂を上って崋山霊牌堂を見学しました。

5月7日(日)☆☆ 山域：静岡市 山名：真富士山
リーダー：倉橋 智司 雨天中止

5月14日(日)☆ 山域：名張市
山名：赤目 滝 長坂山 (585m.)

（往路）金山 7:00→東別院→東名阪・上野 IC 8:30→赤目滝バス停 9:00

（復路）赤目滝バス停 14:40→山水園（入浴）15:00/15:45→東名阪・関 IC→金山 18:00

コースと所要時間

サンジョウセンター 9:35～百畳岩（昼食）10:50/11:15～岩窟滝 12:00/12:15～百畳岩 12:55/13:05～サンジョウセンター 14:00
歩行時間：4時間

参加者（9名）

CL 田中 進 SL 川崎 禎明（車） 石田 猛（車）
会計記録：川崎 明子 感想：中野 徳子
貝沼 希和 荒川 章子 島田 逸子 吉村 純
（参加者の感想）

・天気予報通り小雨の中の山行となりました。雨に洗われた美しい新緑の中、水量が多く迫力いっぱいの滝を沢山めぐることができました。雨の山行を決行していただきよかったです。長坂山へ登ることはできませんでしたが次の機会を楽しみにしたいと思います。（荒川 章子）

・4月に入会させていただいて、初めての山行でした。当日までどんな方と一緒できるのだろう、皆様についていけるかなと心配でした。しかしリーダーはじめ参加された皆様が優しく話しかけてくださりとても楽しい山行でした。地図の読み方やコンパスの使い方、歩き方なども丁寧に教えていただき、一日で大変勉強をさせていただきました！“友人と気軽に散策”とは一味違った魅力がいっぱい今後の山行も楽しみです。（貝沼 希和）

・今週もまた雨予報かと半ば諦めていたところで14日は雨ですが決行します。滝めぐりで長坂山は止めましょうとメールが届きました。ヤッター～！山には行かず、結構な雨降り予報のため登山靴ではなく長靴で参加することにしました。雨で水量が増した滝は迫力満点で、柱状節理の山肌からも小さな滝があちこちで流れ出ていました。大雨予報の日に来



る人はいないのか、往きはほぼ貸し切りという贅沢な赤目 48 滝を満喫しました。滝めぐりとはいえずアップダウンもあり新緑の中をせっせと歩きました。足元の岩は雨でも滑らず歩きやすかったです。野鳥の涼し気な声（復路は眼鏡をかけて探しましたが、黄色い鳥しかわかりませんでした）や、カジカガエルの声、入口ではタゴガエルの声などが聞け自然の豊かさを感じました。（中野 徳子）

<リーダーコメント>

センターで入山料を払い天然記念物の山椒魚を見学してからスタート。前日から雨で日曜日なのに土産物屋も数件しか開いていない寂しい国定公園滝散策です。最初の高さ 15 メートルの不動滝は明治中頃までこの滝をお参りするだけでした。やがて観光開発され最終の巖窟滝まで大小 48 の滝を巡るコースが出来ました、ゆっくり 2 時間かけ 3.3 キロ歩き、予定はここから長坂山までトレッキング予定でしたが足元が悪く滑るので中止、新緑のイヌブナ、リュウブ、モミ、イロハモミジの樹木とコケに覆われた溪流を楽しみながら下山。麓の赤目温泉湯本山水園でゆっくり冷えた体を温めました。皆さん雨の中のハイキング楽しまれたと思います。



5月20日(土) ☆ 山城：京都トレール②

山名：小倉山 (296m) 松尾山 (276m)

(往路) 金山 6:25～一宮 IC6:37～京都南 IC8:01～天神川三条 2 パーキング 8:25 ～バス発 8:52～槇ノ尾バス停 9:18 (復路) 嵐電嵯峨駅 15:12～嵐電太秦天神川駅 15:32～天神川三条 2 パーキング 15:38～京都南 IC 16:10 ～金山 18:40

ルートと所要時間

槇ノ尾バス停 9:18～分岐標高 10:25 愛宕山表道登山口 (清 滝) 10:43～試峠 10:59～御髪神社横階段 12:38～小倉山頂 13:26～展望ポイント昼食 13:55 13:55～嵐山公園 14:30～渡月橋～嵐電嵯峨駅 15:12

参加者 (4名) SL 村瀬 恭平 島川 桂子
芝山 美智子 加藤 恵美



(参加者の感想)

・3 週間ぶりの晴天の週末紅葉の名所 高雄で青もみじの中スタート各名所古都の風情を感じながらトレイルの楽しさを満喫できました。緊急工事の通行止めでルート変更があったものの百人一首で有名な小倉山にも登り京都の景色も見ることができました。嵐山は外国人で賑わい 3 年前の観光地の風景に戻りつつあるようです。（島川 桂子）

・京都トレールは、以前から気になっていたので参加出来て良かったです。高尾から清滝の間の青もみじがとても綺麗で、みとれてしまいました。途中の道が工事で通れず大変でしたが、迂回して百人一首で聞いた小倉山には登ることができました。地元工事は、情報がつかみづらいので困るなあと思いました。松尾山までは行けませんでした、景色も良く楽しめました。（加藤 恵美）

<リーダーコメント>

前日の雨もやみ、久しぶりの晴天での山行でした。高雄の川沿いをモミジの新緑を楽しみ、愛の鳥居を過ぎ、試峠(ココロミトウゲ)の水平ミラーを見ながら六丁峠方面への分岐で京都日吉美山線が通行止めの事態になり、急遽小倉山への取付きルートを探

しながら進みましたが、結局標高 99m 地点まで東都トレールを進み、小倉山に登り返す事になりました。その為、時間的に松尾山はこの時点で断念して、渡月橋までとなりました。事前の、情報でもこの通行止めを確認出来なかった事に反省しています。



5月27日(土) ☆☆ 山域：奥美濃
山名：能郷白山 (1,617m)

(往路) 金山 6:30 東別院 IC→名古屋高速道→名神高速道→東海北陸自動車道→東海環状自動車道→山県 IC→温見峠路肩 8:58 (復路) 温見峠路肩 14:05→入浴テフ TANIGUMI→金山 18:30

ルートと所要時間

温見峠スタート 9:12～休憩 9:37～1200m 付近 休憩 10:10～コロンブスピーク休憩 10:40～能郷白山山頂 11:23～奥野宮 11:29～能郷白山山頂 休憩 11:40/12:05～1200m 付近 13:10～温見峠ゴール 13:50 所要時間：4時間 38分

参加者 (4名) CL 今津 英一郎

会計記録：中村 慎吾 大蔵 和代 加藤 恵美



(参加者の感想)

・登山口までの国道(酷道)の距離と駐車場も路肩に停めるには驚きました。温見峠からのスタートでコロンブスピークまでハシゴとロープありの急登続きでかなり体力消耗しましたが、沢山のお花との出会いもあり、特にサンカヨウを見ることができて良

かったです。下山途中では山岳ライターで有名な高橋庄太郎さんとの出会いもあり、思い出に残る楽しい山行でした♪ (大蔵 和代)

・登山道の初めから急な登りでした。思ったより暑くスタートからの急登は、少しきつかったです。コロンブスピークを過ぎるとなだらかになり、登山道に咲いている花や景色を楽しむ事ができ、下山は、地面が湿っていて滑りそうになり大変でした。山頂は少し曇っていて「白山」は見られなく残念でしたが、気候が良く楽しい山行でした。(加藤恵美)
・登山よりも登山口までの国道 157 の運転の方が大変ではないかと思える程、狭く時間のかかる酷道でした。登山口からコロンブスピークまでの急坂は大変でしたが、リーダーのおかげで、単独行であつたらまず気がつかなかつたであろう、サンカヨウという可愛らしいお花に出会うこともできました。能郷白山から奥野宮へは、短いながらもさながら日本アルプスを彷彿とさせるダイナミックな景色を楽しむ事ができました。下山は個人的に大好きな山岳ライターの高橋庄太郎さんとの出会いもあり、大興奮で終わった山行となりました。(中村 慎吾)



<リーダーコメント>

名古屋から3時間のアプローチ、車中が往復6時間、山中4時間30分という、変則な行程でした。天気も名古屋は晴天でしたが、頂上部は若干ガスが立ちこめて、やはり山の気象は里とは違うものと、改めて感じました。ただ、立籠めるガスも、何か北アルプスのムードを感じさせてもらい、良かったです。私もこのコースが初めてで、地図上でみるよりずっと急登で大変でした。はしご、ロープ、泥、ガレ場、これも(小)北アルプスのようで、夏山準備ができました。何かと出合・遭遇の多い山行でした。朝の登山口に多数の車(20~30台)が路肩に止めてあるのを見て、「よし、今日は熊は大丈夫だ」と言った矢先から不穏な鳴き声、少し肝を冷やしました。(多分本物の鳴き声です) 沢山の花にも出合ました。カタクリ、サンカヨウ、イワカガミ、ヤシオ、

コバイケイソウ、量は少ないですが、バリエーションに富んでいました。急登で頑張ったご褒美に思えました。高橋庄太郎さんとのすれ違い、後でFBを確認したところ、高橋庄太郎さんはこの日の朝に荒島岳に登り、昼に能郷白山登頂、夕方にはドライブウエイであるものの、伊吹山にも上っていました。1日に百名山3つ制覇されていました。驚きです。極めつけは国道157を慎重に下っていたら、中間地点ぐらいでツクツクが上ってきてことです。おじさんが二人乗車、たまげました、思わず「どうして!」と叫んでしまいました。車内が大爆笑になり緊張がほぐれました。長い運転の中で、話題を切ることなく、運転手にお付き合いいただきありがとうございました。アプローチの長い能郷白山(温見峠ルート)は話術に長けているメンバーを同乗させるべきと思いました。今回もみなさまに応援していたき、無事山行を終えることができました。またの機会を楽しみにしております。

.....
5月28日(日) ☆ 山域:川辺町 山名:遠見山・権現山(397m)

(往路)各自の最寄り駅 →JR 高山本線 下麻生駅 8:25 (復路) JR 高山本線 下麻生駅 14:56 発→各自の最寄り駅・ 鉄道を利用する場合、下麻生駅は無人駅で自動改札も券売機の設置もない。交通系 ICカードの利用もできない。JR 高山線に乗車時に往復切符を購入のこと。下車時は、1両目前方の扉のみ降車可能。



ルートと所要時間

JR 下麻生駅 8:43 ~北部公民館 8:55 ~星神社参道入口 9:05 ~権現山登山口 9:29 ~権現山 10:14 ~展望テラス 10:18 ~登山口 10:56 ~北部公民館 11:18 ~暗渠・登山口 11:21 ~見晴らし岩 11:54 ~遠見岩(昼食) 12:10 / 12:35 ~遠見山・秋葉神社 12:39~鉄塔展望台 12:58 ~林道合流 13:11~南天の滝 13:26~平和錦酒造 13:55 /14:30~JR 下麻生駅 14:43 所要時間:6時00分

参加者(6名)

CL奥野 明美 SL林 須美子 記録・感想:
 谷畑 宏子 写真・感想:服部 久加子
 体操・感想:岡 直人 点呼:椿 利枝子
 (参加者の感想)

・話題の景色が見れ、老舗の酒造の美味しい甘酒が飲めて楽しい山行でした。記録係でしたが、景色などに気を取られて記録を忘れることがあったので、今後はすぐに時間をチェックする習慣をつけたいと思いました。(谷畑 宏子)



・両山とも、サクサクと登れて、景色も良く、ハイキング感覚の気持ちの良い山行でした。また、ストックワークや納古山からの縦走路があることなど、新たな知識も得ることができて満足でした。ただ、ルートは明確、整備された登山道、低山であることから少し物足りなさを感じました。(岡 直人)

・曇りから晴れて暑くなりすぎず過ごせました。晴天だったら暑さ対策も必要かなと思いました。時間配分も余裕があったので、激下りの箇所も慌てずゆっくり降りることができ、岐阜のグランドキャニオンや滝も楽しむことができました。(服部 久加子)
 <リーダーコメント>

・一日中曇り予報でしたが、好天に恵まれ、ほぼコースタイム通りに下山。展望テラスや見晴らし岩からの景色を十分に楽しめたと思います。また下山後予定していた酒蔵にも立ち寄り、美味しい冷たい甘酒で喉を潤すことができました。

・遠見山の登山口へのルート(国道41号線からJRの線路下をくぐるトンネル入口へのルート)が、少し南西方向にう回し、畑の中を廻り込むルートに変更になっていました。山行直前に最新情報の確認が必要でした。

.....
6月3日(土) ☆ 山域:京都トレール③ 山名:稻荷山(233m) 清水山(242m)

(往路)市民会館南側 6:28 ~東別院料金所 6:30~京都東 IC7:50~タイムズ出町柳駅東 8:08~出町柳駅

8:30 (復路) タイムズ出町柳駅東 15:40~京都東 IC16:25~白川出口 17:54~市民会館南側 18:00

ルートと所要時間

伏見稲荷駅 8:40~稲荷四辻 9:26~阿弥陀ヶ峠 10:58~東山山頂公園 11:53~銀閣寺道 14:09~タイムズ出町柳駅東 15:40

参加者 (4名)

CL 村瀬恭平 記録・感想: 芝山 美智子
島川 桂子 木村 美代子



(参加者の感想)

京都トレール2回目(1回目は雨天中止)は、東山コースの伏見稲荷から哲学の道まで歩きました。昨日までの大雨の影響で、朝名古屋を出る時は雲が多くて心配しましたが、京都に着くころには、青空が広がり、太陽が眩しく照り、絶好の山日和となりました。コロナ前の情報ですが、外国人人気ナンバーワンの伏見稲荷には、外国の方たちばかりではなく修学旅行の生徒たちも多くて、賑やかさを取り戻しつつあるように感じました。伏見稲荷からまだまだ新緑が美しい山の中へと入ったかと思えば、瀟洒な住宅街を抜けたりして、コースを進めて行き、最後は物思いにふけながら、哲学の道を歩き、スタートした出町柳まで戻るというバリエーションに富んだ京都トレールを楽しみました。(芝山 美智子)

・一週間前から 台風の影響を心配していましたが当日は、天気恵まれて綺麗な青空のもと無事に京都トレール③に参加することができました。出町柳駅から伏見稲荷駅まで行き、伏見稲荷駅からスタート。歴史あるお稲荷さんの「千本鳥居」鮮やかな朱色が美しく優雅な光景をつくりだしていました。稲荷大神のお使いである狐が「玉」「鍵」「巻物」「稲穂」をくわえているのも見る事ができました。京都一周トレールの番号を探しながら、街並みを歩き里山を歩いてあっという間に稲荷山、熊野山、清閑寺山、清水山、東山を通過しました。最後は、昔、

哲学者が思案にふけりながら歩んだ。と言われる哲学の道を歩くことができました。脇を流れる運河は、琵琶湖から引かれた疎水。などたくさんの方のことを村瀬リーダーから教えて頂きました。また違う季節にも訪れたいと思います。(木村 美代子)

・台風接近で天気予報にハラハラしましたが結果快晴。青い空と赤い鳥居と新緑の緑がとてもキレイで気分よく歩けました。距離は17kmと長かったですが、危険なところもなく京都の名所・風情の町並みを堪能できました。(島川 桂子)

<リーダーコメント>

台風接近で天気予報に釘付け状態でしたが、当日は快晴。但し、交通機関の乱れが予想以上で参加者にはご苦労をおかけしました。(結果として遅刻された方はいませんでした)名神の渋滞が予想されたので行き帰りとも新名神を使い無事6時までに帰宅しました。山行自体は、コロナ5類の変更により外国の観光客が戻り、活気が戻った参道の商店を見ながら新緑を楽しみ、蒸し暑さの中にも台風の置き土産の風で、約17kmの工程を、順調に蹴上まで進みました。参加者の皆さんには楽しい参加となった事に感謝します。



6月3日(土)☆☆ 山域: 奥美濃

山名: 大日ヶ岳 (1,709m)

(往路) 星が丘 7:15~名古屋 IC→一宮 JCT→高鷲 IC→登山口 P9:50 (復路) 登山口 P 16:50→入浴→高鷲 IC→一宮 JCT→星が丘 20:00

ルートと所要時間

大日ヶ岳登山口 10:15~一ふく平 11:50~展望台 13:20 ~大日ヶ岳 13:40/14:06~ 展望台 14:22 ~一ふく平 15:22~大日ヶ岳登山口 16:33

所要時間 6時間 18分

参加者 (7名) CL 高松 信治 SL 川崎 慎明

会計: 神戸 志摩 体操: 加藤 恵美

記録: 山田 卓・谷畑 宏子 写真: 中村 慎吾

(参加者の感想)

・集中力が切れかけた終盤に、草むらの中から獣が近くにいるような音が聞こえて、緊張感が高まりま

した。この日の持ち物の1つであった熊鈴は、時々付ける位置を変えてみて、音の聞こえ具合を確認しました。展望台～山頂では美しい白山が出迎えてくれ、山に行ける機会、環境に改めて感謝した1日でした。(神戸 志摩)

・前日の大雨で登山道が荒れていないか心配していましたが、特にそんな事も無く、安心して歩けました。天気は快晴で気温が上がりましたが、適度に風が有り暑い思いをする事も無く快適でした。下山の際に道間違いをしない様に、登りの際に注意しておくポイントなどのアドバイスを聞き、みんなで注意ポイントを話しながら歩きました。頂上では、みんなで集まって周囲の山々を見ながらコーヒーなどを飲み和気あいあいとした山行になりました。

(山田 卓)



・気持ちよい晴天で、白山がすぐ近くに綺麗に見えました。歩幅を小さく段差も一気に上らないように気をつけ、一定のペースで歩き、下山後も体操でストレッチしたら本当に疲れや痛みが軽くなり驚きました。今後の登山に活かしたいと思います。

(谷畑 宏子)

・今までで1番大人数の山行でした。いろんな人と色々な話題でお話ししながらの山行は、普段よりもゆっくり登ることができ、上りの際の心拍数も、終始自分の限界心拍数の7～8割に抑えることができました。最高の天気の中、とても気持ち良くに楽しむことができました。

(中村 慎吾)

・今回の進行方向を確かめる方法は、久しぶりだったので忘れていました。地図、コンパスの使い方を学んでいきたいです。先頭を歩いた時は、「歩くペースを考えるように」とアドバイスをいただいたのに、早足になりがちでした。注意しないといけないと思いました。目印になる物をチェックしながら歩かなければいけないのですが、歩く事に集中して

しまいました。今後の課題にしていきたいです。

(加藤 恵美)

・全員の足並みが揃って、ペース配分が上手く身体への負担が少なくすみました。通常は、足並みが乱れて疲れがやすいのですが、皆さん歩き慣れているのを感じました。昨年、夏、個人山行で大日ヶ岳にコースは違えども行く予定でしたので一年越の夢が叶いました。大雨の後で人は少なく貸し切り状態の山は、晴天にも恵まれ白山など魅力的な山もみることができました。

(川崎 禎明)

<リーダーコメント>

交通事情から現地着が遅れましたが慌てることなく、参加メンバーの方々とは、登山中にペース配分の事などをお話し、一定のリズムで登り、余裕を持って下山することができたと思います。要所で地図とコンパスで進行方向を確認したり、下りに備えて特徴的な地形や枝を振り返って見ておいたりすることも実行してもらいました。クマ鈴をつけ話しながら登山したので、熊に合う事はありませんでしたが、下山時に後ろから獣の唸り声が聞こえたときは緊張しました。近くの山で最近同じ声を聴いたメンバーもあり、クマへの注意は重要と感じました。登山日は集中豪雨の翌日でしたが山岳気象予報以上の快晴に恵まれました。登山ルートは尾根道であり良いコンディション登山することができました。一部鉄道の運行開始が遅れたため集合地点に到達できず、参加をあきらめたメンバーがあったことは残念でした。皆さんの協力で楽しい安全な登山ができました。



6月11日(日) ☆

山城：豊川 山名：石巻山(358m)

リーダー：磯部 隆 台風3号接近 雨天中止

令和5年10月～12月の山行計画です！
 <メール・携帯はSMSで山行リーダー
 にお申込み下さい。>！

- ・申し込み開始は 山行日の3か月前から、優先
 は1ヶ月その後支部員も申し込み可、
 月に原則2山行までとします。
- ・山行日・山名・会員番号・氏名・住所・電話(携
 帯電話)・生年月日・血液型・加入保険名・
 緊急連絡先(その関係) ☆山行グレード
 ☆ 1日の累計標高差(登り) 600m以内、
 歩行時間4時間程度の山
 ☆☆1日の累計標高差(登り) 1,200m以内、
 歩行時間6時間程度の山
 ☆☆☆1日の累計標高差(登り) 1,200m超過、
 歩行時間6時間超過の山

リーダー連絡先

尾上 昇	onoe@onoe.co.jp	090-1741-4926
金谷 正起	kanaya.masaki@rouge.plala.or.jp	090-9931-3600
榊 将美	m.sakaki@minds-consulting.jp	090-7237-4410
松本 陽子	yo-kom@nifty.com	090-7859-4031
田中 進	t-susumu@peace.ocn.ne.jp	090-9191-8666
磯部 隆	takass@yk.commufa.jp	090-9180-7245
高松 信治	takama2nobu3@yk.commufa.jp	090-3156-5268
今津 英一朗	imazu.eiitirou@maroon.plala.or.jp	090-2616-7549
村瀬 恭平	hoshizakari@docomo.ne.jp	090-4186-9876
近藤 政仁	vft55ud55@gmail.com	090-2183-8125
倉橋 智司	ilyt6by8@qc.commufa.jp	090-8673-7180
奥野 明美	tac-okuno@mbi.nifty.com	090-9923-4292
池戸 美恵	noboruonna@icloud.com	090-1294-0415

10月1日(日)7日(土) ☆募集開始7月1日
<夏山フェスタの入会者対象の体験登山>
 山城：三河高原 山名・物見山(328m)
 ルート：海上の森～五叉路～物見山～赤猿峠～日
 本山岳会土地～海上の森 歩行時間：5時間
 集合：ジャパンレンタカー星ヶ丘
 時間：午前7：30 参加費：2,500円
 募集人員：7名(両日とも)

リーダー：金谷 正起 雨天中止
 ポイント：山を楽しむための地図読みの基礎を猿
 投山山麓の道を歩きながら学びます。

.....
10月8日(日) ☆ 募集開始7月8日
 山城：奥美濃 山名：高賀山(1224m)
 ルート：高賀の森駐車場～不動の岩屋～御坂峠～高
 賀山 往路戻る 歩行時間：3時間30分
 集合：金山市民会館南側道路
 時間：午前7：00 出発 交通：マイカー
 参加費：約3000円 募集：3名
 リーダー：今津 英一朗 雨天：中止
 ポイント：一等三角点の山、修験の山を登る

.....
10月21日(土) ☆☆ 募集開始7月21日
 山城：鈴鹿 山名：雨乞岳(1,238m)
 ルート：武平トンネル駐車場～沢谷峠～愛知川分岐
 ～七人山のコル～東雨乞岳～雨乞岳～往路下る
 歩行時間：6時間
 集合：金山日本特殊陶業市民会館南側道路
 時間：午前7：00 出発 交通：マイカー
 参加費：交通費実費(約3,000円)
 募集：5名
 リーダー：倉橋 智司 雨天：中止
 ポイント：ブナ林と大展望の鈴鹿山脈第二の高峰

.....
10月28日(土) ☆ 募集開始7月28日
 山城：奈良葛城山系 山名：金剛山(1,125m)
 ルート：千早本道登山口～カトラ谷～頂上～ツツジ
 オ源流～登山口所要時間：約4時間30分
 集合：金山日本特殊陶業市民会館南側道路
 時間：午前7：00 出発 交通：マイカー
 参加費：交通費実費(約3,500円)
 募集：6名 雨天：中止
 リーダー：田中 進 サブリーダー 川崎 禎明
 ポイント：大阪と奈良の間にある日本二百名山、楠
 木正成が築城した千早城蹟の歴史の山です。

.....
10月29日(日) ☆☆ 募集開始7月29日
 山城：鈴鹿山脈 山名：御在所岳(1,212m)
 ルート：湯の山ロープウェイ前～中道～御在所～
 一の谷新道～湯の山ロープウェイ
 歩行時間：6時間
 集合：名古屋駅名鉄バスセンター3階
 時間：7：20 発 交通：高速バス
 参加費：交通費実費(約3,000円)
 募集：5名 雨天：中止
 リーダー：磯部 隆
 ポイント：一の谷新道の下りは、急こう配が続き、
 楽ではないが、十分な下山訓練になる。

11月9(木) ☆ 募集開始8月9日
山域：岡崎 山名：京ヶ峯～音羽富士(380m)
ルート：高賀の森～御坂峠～高賀山(往復)
歩行時間：4時間00分
集合：金山日本特殊陶業市民会館南側道路
時間：午前7:00 出発 交通：マイカー2台
参加費：約3,000円 募集：10名 雨天：中止
リーダー：尾上昇 SL：田中進(申し込み先)
ポイント：蛍の里の山歩き
.....

11月11(土) ☆☆ 募集開始8月12日
山域：多治見 山名：春日井三山～池田富士(370m)
ルート：定光寺駅～道樹山～大谷山～弥勒山～カフェモンタナ～池田富士～カフェモンタナ
歩行時間：7時40分
集合：JR 定光寺駅 午前7:30
参加費：交通費実費、カフェ代金
募集：4名 雨天：中止
リーダー：池戸美恵 サブリーダー：磯部隆
ポイント：縦走後カフェでランチ、池田富士を周回。
.....

11月12(日) ☆ 募集開始8月12日
山域：岐阜県 山名：納古山(633m)
ルート：中級登山口～塩の道出合～納古山～沢道分岐～初級登山口(上り中級、下り初級)
歩行時間：4時間50分
集合：金山日本特殊陶業市民会館南側道路
時間：午前7:00 出発 交通：自家用車
参加費：約3,000円 募集：3名
リーダー：今津英一郎 雨天：中止
ポイント：山頂はノコリンのお迎えと360度の眺望
.....

11月19日(日) ☆☆ 募集開始8月19日
山域：静岡県島田市 山名：八高山(832m)
ルート：大井川鉄道福用駅駐車場～小文～(茶畑)～小文分岐～馬王平～八高山～馬王平～小文分岐～尾入分岐～白光神社～福用駅
歩行時間：5時間
集合：金山日本特殊陶業市民会館南側道路
時間：午前7:00 出発 交通：マイカー
参加費：約4,000円 募集：3名
リーダー：近藤政仁 雨天：中止
ポイント：南アルプスの玄関口から富士山遠望
.....

11月25(土) ☆ 募集開始8月25日
山域：大峰山・大台ヶ原 山名：高取山(584m)
ルート：壺阪山駅～高取広場～砂防公園～猿石～高取山～五百羅漢～壺阪寺～高取広場～壺阪山駅
歩行時間：4時間20分
集合：近鉄名古屋駅 正面改札口前

時間：午7時15分 交通：近鉄特急
参加費：約8,500円 募集：5名
リーダー：奥野明美 雨天：中止
ポイント：日本三大山城の一つ云われる高取城跡の高取山で紅葉を愛でる
.....

11月25(土) ☆ 募集開始8月25日
山域：越美山地 山名：燕山かぶやま(1,068m)
ルート：21世紀の森公園駐車場～奥牧谷登山口頂上～尾根道ピーク～野鳥の森分岐～尾根道登山口 歩行時間：約5時間
集合：金山日本特殊陶業市民会館南側道路
時間：午前7:00 出発 交通：マイカー2台
参加費：約4,000円 募集：8名 雨天：中止
リーダー：田中進 サブリーダー：川崎禎明
ポイント：紅葉の樹林の中を登り、頂上からは白山連峰の眺望が、登山後は温泉を楽しむ。
.....

12月2(土) ☆☆ 募集開始9月2日
山域：養老 山名：養老山(859m)
ルート：養老駅～養老の滝～三方山～小倉山～養老山～小倉山～三方山～養老の滝～養老駅
歩行時間：5時間
集合：JR 名古屋駅中央改札口
時間：7:20 交通：JR&養老線
参加費：約2,500円 募集：5名
リーダー：磯部隆 雨天：中止
ポイント：小倉山は頂上が、かなり広く眺めも良く冬枯れの時期でも、くつろげる場所である。
.....

12月3日(日) ☆ 募集開始9月3日
山域：鈴鹿 山名：入道ヶ岳(906m)
ルート：椿大社駐車場～北尾根コース～入道ヶ岳～二本松コース～椿大社駐車場
歩行時間：5時間
集合：金山日本特殊陶業市民会館南側道路
時間：午前7:00 出発 交通：マイカー
参加費：約3,000円 募集：5名
リーダー：倉橋智司 雨天：中止
ポイント：なだらかな山頂からの鈴鹿山脈大展望。
.....

12月10日 ☆ 募集開始9月10日
山域：鈴鹿 山名：竜ヶ岳(1,099m)
ルート：宇賀溪～金山尾根～遠足尾根分岐～竜ヶ岳～遠足尾根分岐～宇賀溪
歩行時間：6時間10分
集合：金山日本特殊陶業市民会館南側道路
時間：午前7:00 出発 交通：マイカー
参加費：約3000円 募集：3名
リーダー：今津英一郎 雨天：中止
ポイント：晩秋の鈴鹿、積雪の場合はアイゼン要

12月10日(日) ☆ 募集開始9月10日
 山城：新城 山名：三ツ瀨明神山(1016 m)
 ルート：尾籠登山口～尾籠岩山分岐～(北尾根)～三ツ瀨明神山～(北尾根) 往復
 注意：山頂到着時間によっては尾籠岩山を省く。
 歩行時間：5時間30分
 集合：金山日本特殊陶業市民会館南側道路
 時間：午前7:00 出発
 交通：マイカー参加費：実費精算
 リーダー：近藤 政仁 募集：3名 雨天：中止
 ポイント：縦走路を歩き、山頂から富士山や南アルプスを遠望

12月16日(土) ☆☆ 募集開始9月16日
 山城：鈴鹿 山名：藤原岳(1,140m)
 ルート：大貝戸休憩所～表登山道～藤原山荘～藤原岳～藤原山荘～大貝戸休憩所
 歩行時間：6時間20分
 集合：金山日本特殊陶業市民会館南側道路
 時間：午前7:00 出発
 交通：マイカー 参加費：実費精算
 リーダー：高松 信治 募集：3名 雨天：中止
 ポイント：雪山シーズンの到来を感じながら冬枯れの藤原岳に登ります。山頂付近は雪道になることがあります。

2024年1月～3月 支部友山行スケジュール							日本山岳会東海支部・支部友委員会			
月	日	曜	募集開始	締切	募集人数	グレード	山城	山名	リーダー	備考・目的
1月	7	日	10/7	12/7	20名	☆	愛岐丘陵	鳩吹山	尾上	新年初登山と初詣と新年宴会
	8	月・祝	10/8	12/8	4名	☆☆	焼津アルプス	満観峰	今津	初富士
	13	土	10/13	12/13	5名	☆	紀伊山地(朝熊山地)	朝熊ヶ岳(あさまがたけ)	奥野	朝熊岳道の往復。近鉄利用
	21	日	10/21	12/21	3名	☆	静岡県掛川市	小笠山・法多山参拝	近藤	新年に富士山参拝と厄落し
	27	土	10/27	12/27	3名	☆☆☆	鈴鹿山脈	御在所岳	高松	雪の裏道往復
	27・28	土・日	10/27	12/27	6名	☆☆	北アルプス	乗鞍高原&上高地	金谷	雪スノーハイキング
2月	3	土	11/3	1/3	8名	☆☆	鈴鹿山脈	藤内小屋から岳不動・兎の耳	田中	初級アイゼン・ストック歩行
	4	日	11/4	1/4	4名	☆☆	南信州	高峯山・長者峰	今津	初級アイゼン・ストック歩行
	11	日	11/11	1/11	5名	☆	岐阜北部	百々ヶ峰	倉橋	岐阜市の最高峰
	17	土	11/17	1/17	5名	☆	滋賀県野洲	三上山(近江富士)	磯部	時間あれば、北尾根縦走も
	18	日	11/18	1/18	3名	☆☆	恵那山	富士見台	久野	スノーハイキング
	25	日	11/25	1/25	3名	☆☆	鈴鹿山脈	藤原岳(大貝戸登山口から)	近藤	初級アイゼン・ストック歩行
3月	7	木	12/7	2/7	8名	☆	渥美半島	田原アルプス	田中	衣笠山 平日トレッキング
	10	日	12/10	2/10	4名	☆	愛知県	猿投山(東尾根・南尾根)	久野	東尾根から登り、南尾根を降り白沢城跡から降りる。
	16	土	12/16	2/16	8名	☆	瀬田・三雲	金勝アルプス(鷲冠山・竜王山)	川崎	滋賀の名低山で奇岩、岩稜、渡渉を楽しむ。
	23	土	12/23	2/23	3名	☆☆	奥三河(東栄町)	三ツ瀨明神山(桃源郷の尾籠登山口から)	近藤	トレーニング(三点支持)
	30	土	12/30	2/30	4名	☆☆	奥三河(新城市)	上臈岩・百畳岩	池戸	上臈岩からの絶景を楽しむ
31	日	12/31	2/31	8名	☆	瀬戸	物見山	金谷	読図	

<支部友ミーティング報告と開催予定>

〔報告〕第57回 4月11日(火) テーマ:「2023 夏山への誘い」

講師:9名の山行リーダーが夏山コースを説明し参加者は先行申し込み受付しました。参加者34名

〔報告〕第58回 6月13日(火)

会場:東海支部ルーム 19:00~20:30

テーマ:「鈴鹿に於ける山岳遭難と実態と対応 Part II」

講師:小古 真也氏 (日本山岳会東海支部員)

参加者30名 (内支部友19名)

三重県内の山岳遭難で一番多い原因は地図等準備不足による道迷いです。

山仲間を作って複数人で安全登山を心掛けて頂くための1時間半の講演でした。

〔予定〕第59回 8月8日(火) 19:00~支部ルーム

テーマ:「ヒマラヤ登山の今昔」

講師:尾上 昇氏 (元日本山岳会会長・東海支部常任評議員)

〔予定〕第60回 10月14日(土)15日(日) テーマ

「朝明ミーティング」朝明茶屋 1日目 分散登山(鈴鹿連峰)

バーベキューとキャンプファイヤー 2日目 実技講習開催



<夏山フェスタ開催>

入場者は6月3日(土)3,047人、4日(日)2,118人合計5,165人(昨年比△200人)でした。

ブースでは支部友委員14名が入会案内募集を行い74名(昨年比+13名)が記名して頂きました。



初日のゲスト平出和也さんがブースに来てくれました。アルパインクライマーとして有名ですが、100名山一筆書き田中陽希さん他の山岳映像カメラマンとしても大活躍しています。

支部友会々員数 入会4名 退会5名 支部転籍1名 令和5年6月現在 (53名)

新入会者 52054 清水 ゆかり 52055 貝沼 希和 52056 竹川 利恵子 52057 竹川 理沙

編集後記

夏山フェスタ用入会案内チラシを200部作製、配布しました。今年も多くの新入会員を目指し6月23日、26日にオリエンテーションを開催しました。支部友会は平成4年(1992)発足し30年経過し、3年間登山指導後4年目からはいっそうの登山を目指し東海支部員になり活躍しています。

<支部友会事務所連絡先> 〒460-0014 名古屋市中区富士見町8-8 OMCビルB-1 東海支部内

<http://jactokai.sakura.ne.jp/shibuhp/index.php>

編集責任者 田中進 090-9191-8666