

3月・4月 予定表	1
2月例会出席者・1月山行実績	2
山行部より・事務局より	3
スポーツ安全保険の集金について	4
山行案内（3月・4月・5月）	5～8
山行報告	
・オグナほたかスキー（畑中）	9
・房総ハイキング（第38回）（五十嵐）	10
・雨巻山（石塚）	11
・曾我丘陵ウォーキング（前田節）	12
短歌 二月の筑波山を振り返り（羽鳥）	13～14
思い出の山（梅田）	15～17
ちょっと一言（清水・畑中真）	18

表紙写真紹介

コロナ禍に印西市本埜の白鳥の郷に出かけました。
白鳥は越冬のため11月から3月にかけて白鳥の郷に滞在し栄養をつけ、春一番の南風に乗ってシベリアに帰って行きます。1992年11月の6羽の飛来から増え続けて、今は1000羽を超え日本第二位の飛来地になっているそうです。

～～嶋本道子～～

会報部からのお願い <表紙写真>

4月号は菊池光子さん、5月号は猪狩晃一さんです。

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（清水）へ提出してくださるようお願いいたします。

3月・4月予定表

日	曜日	3月	日	曜日	4月
1	土		1	火	
2	日	高川山	2	水	山行部会 (18:00~)
3	月		3	木	
4	火		4	金	
5	水	山行部会 (18:00~)	5	土	
6	木		6	日	
7	金		7	月	
8	土	(県連) 女性委員会講習会	8	火	
9	日	例会 (14:00~16:00)	9	水	筑波山
10	月		10	木	
11	火		11	金	
12	水		12	土	(県連) クリーンハイク
13	木		13	日	例会 (14:00~16:00)
14	金		14	月	
15	土	三角山	15	火	
16	日		16	水	運営委員会
17	月		17	木	
18	火		18	金	
19	水	運営委員会	19	土	権現山・弘法山
20	木	春分の日	20	日	
21	金		21	月	
22	土		22	火	
23	日		23	水	
24	月	編集会議 (10:00~)	24	木	
25	火		25	金	
26	水		26	土	
27	木		27	日	霞丘陵
28	金		28	月	編集会議 (10:00~12:00)
29	土		29	火	昭和の日
30	日	長興山ウォーキング	30	水	
31	月				

2025年5月予定

- ★ 5/9 (金) 北総花の丘公園
- ★ 5/17 (土) 軽井沢 離山
- ★ 5/24 (土) 茅ヶ岳
- ★ 県連 ※4/12 (土) 自然保護委員会クリーンハイク ※5/19(月) ウィークデー山行

例会報告

例会出席者 2025/2/9 44名 司会清水

安彦、松本、鈴木、加藤、岡部、桐生、村上、八巻、小林、伏見、前田え、山岡、村田、間瀬、五十嵐、四元、江崎、三橋、嶋本、猪狩、羽鳥、井上勝、梅田、前田せ、赤塚、菅谷山口、蓮見、菅原、清水、畑中真、笹、岡登、岡田、伊藤、富永、熊谷、吉留と、吉留政、西堀、林、中野、田中、尾上

2025年1月山行報告

月	山名	ジャンル	月日	山行区分	人数	参加者
1	硫黄岳(いおうだけ)	雪	1/1~2	個	1	岡田
2	朝日峠展望公園・小町山(こまちやま)・宝篋山(ほうきょうさん)	ハ	1/4	個	1	安彦
3	沼津アルプス	縦	1/4	個	1	熊谷 他1名
4	ハンターマウンテン スキー場	雪	1/4~5	個	1	羽鳥 他1名
5	ふなばしアンデルセン公園	ウ	1/5	会	15	間瀬、三橋、村上、鈴木、加藤、八巻、小林、山岡、四元、井上勝、赤塚、山口、西堀、池谷、森川
6	高尾山(たかおざん)	ハ	1/5	個	3	石塚、山脇、嶋本
7	大楠山(おおぐすやま)	ハ	1/5	個	5	桐生、伏見、五十嵐、江崎、菊池
8	「かたしな高原」スキー場	雪	1/9	個	1	井上順
9	丹沢 大山(おおやま) お詣り	ハ	1/9	個	1	菅谷
10	北八ヶ岳 高見石(たかみいし)・白駒池・縞枯山	雪	1/12~13	個	1	蓮見 他1名
11	朝日峠展望公園・小町山(こまちやま)・宝篋山(ほうきょうさん)	ハ	1/13	個	1	安彦
12	唐松岳(からまつだけ)	雪	1/17~19	個	1	熊谷 (ガイド山行 他3名)
13	大楠山(おおぐすやま)	ハ	1/18	個	2	江崎、菅谷 他1名
14	蓼科山(たてしなやま)	雪	1/19	個	1	柳 他4名(松戸山の会)
15	片品(かたしな)村スキー	雪	1/21~23	個	7	羽鳥、清水、赤塚、畑中、蓮見、嶋本、江崎 他2名
16	阿仁スキー場、森吉山	雪	1/23~25	個	2	安田、菅谷
17	第38回 房総ハイキング(勝浦)	ウ	1/25	県	17	羽鳥、加藤、桐生、伏見、村田、間瀬、五十嵐、四元、江崎、石塚、嶋本、井上勝、山口、清水、笹、林、森川
18	乾徳山(けんとくさん)	ハ	1/25	個	1	熊谷 他2名
19	雨巻山(あままきやま)	ハ	1/29	個	3	石塚、桐生、五十嵐 他1名
20	野生動物を見る旅	他	1/30~2/3	個	1	柳 (ガイド、カメラマン、他4名)
21	片品(かたしな)村スキー	雪	1/30~2/1	個	1	羽鳥 他1名
22	宝篋山(ほうきょうさん)・小町山(こまちやま)・朝日峠展望公園	ハ	1/31	個	1	安彦

1月の会山行「三浦富士」は天候が悪いため中止しました。

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

山行部より

* 2025 講習について

講習の実施について

- ① 講習の担当と日程及び内容が以下になりました。
- ② 講習前にテキスト(ハイキング・セカンドステップ)をお読みになってきてください。
- ③ また、「講習」時(例会)にはテキスト(ハイキング・セカンドステップ)をご持参ください。

講習の担当と日程						
	1回 3月例会	2回 4月例会	3回 5月例会	4回 9月例会	5回 10月例会	6回 11月例会
テーマ	リーダー	労山の歴史 東葛山の歴史	地図読み、天候 判断(アプリ)	アクシデント	山小屋・ テント	岩場・雪
テキスト	2章	1章	3、4章	5章	6、7章	8、9章
担当者	安彦	羽鳥・手塚 会報部	清水・ 事務局	菅谷・猪狩 山行部	江崎・桐生	熊谷・ 山行部

事務局より

* 2025年2月 新入会員の紹介

- 田中 桃子さん 住所:船橋市海神
山行経験あります
- 尾上チエさん 流山市東初石
山行経験あります



スポーツ安全保険の更新に伴う保険料の集金について

スポーツ安全保険の更新の時期になりました。

2025年度（4/1～3/31）のスポーツ安全保険の更新を3月末に行います。

3月の例会時にスポーツ安全保険の保険料（掛金）を集金させていただきます。

おつりのないようご持参ください。

3月の例会に欠席の方はどなたかに預けていただきお納めください。よろしく
お願いいたします。

集金日時:3月例会【3月9日（日）】13時30分から16時30分

集金場所:例会前後は公民館入口付近にいます。

保険料（掛金）

加入区分

『B』65才以上 1200円

『C』64才以下 1850円

※令和7年4月1日の年令となります。

※加入区分・年間掛け金・補償内容は添付資料参照

「スポーツ安全保険」に加入せず、他の「賠償責任保険」に加入している方は、
3月例会時に保険証書のコピーの提出をお願いいたします。

「賠償責任保険」は他人に危害を与えた際の事故が交付対象になっていること
が必要です。

自分自身が交付対象になるものとして、「労山基金」に加入しています。しかし、
労山基金では、他人に危害を与えた際の事故は交付対象外になっています。

2025年度のスポーツ安全保険のしおりは届き次第配布させていただきます。

よろしくようお願いいたします。

添付資料

aramashi_2025_2

aramashi_2025

事務局

スポーツ安全保険担当 岡田友子 吉留とも子

山行案内

3月の山行予定

*高川山（975M）ゆるい山

日時：3月2日（日）日帰り 雨天中止の場合、3日前にメール連絡
田野倉駅9：00 集合、初狩駅解散
担当：四元、畑中、間瀬

*三角山（さんかくやま）雪山 ややきつい（山体☆☆ 危技★）

日時：3月15日（土）
集合 6：20（東京駅ホーム・上野から乗車の方は車内で連絡）（解散 越後湯沢駅）
担当：（CL）菅谷（SL）江崎、蓮見、富永

*小田原の長興山しだれ桜～一夜城址史跡巡り ウォーキング

日時 3月30日（日）日帰り 雨天中止の場合3月27日メール連絡
担当：（CL）羽鳥、（SL）山岡、八巻、小林

4月の山行予定

*「カタクリの裏筑波から女体山・男体山に登る」 ややゆるい：（体☆）

日時：4月9日（水） 6：00 鎌ヶ谷市役所出発 鎌ヶ谷観光バス利用
（休日の筑波山は混雑が激しいため平日の計画としました。また多数の方が参加し交流できるようにバス利用としました）
日程

（コースタイム） 歩行時間：約6時間（休憩含む） 鎌ヶ谷市役所 6：00—守谷 SA6：30—8：30 深峰歩道登山口分岐（バス下車）8：40・・・9：00 キャンプ場（カタクリの群生地・トイレ）9：30（女体山・キャンプ場コース）・・・11：00 女体山 （877m）・・・カタクリ庭園・・・11：30 御幸ヶ原（昼食・トイレ）・・・男体山（871m）・・・13：00 御 幸ヶ原 13：15・・・（女体山・キャンプ場コース）・・・キャンプ場（トイレ）・・・ 14：30 深峰歩道分岐（バス乗車） —つくば中央 IC—17：00 頃 鎌ヶ谷市役所
--

エスケープルート

特にありませんので御幸ヶ原からロープウェイか、ケーブルカーで降り公共のバスを利用し
帰る。

概算費用：参加人数により後日お知らせします。

*裏筑波の登山口まで直接の公共交通機関がないため途中まで「鎌ヶ谷観光バス」を利用。

鎌ヶ谷観光バス（小型22席）

見積：110,060円 15人以上で会より30,000円補助の場合➡80,060円

15人の参加➡一人5,340円/ 20人の参加➡一人4,003円/ 22人の参加➡一人3,640円

その他：

*参加者がバスの定員を超えた場合は抽選とします。

*参加者が15人に満たない場合は「バス利用」はしません。

【コース変更をします】

つつじか丘まで公共のバスで行き、広根場林道をキャンプ場まで歩き、そこから「女体山・キャンプ場コース」を登り女体山、「おたつ石コース」をつつじか丘まで下り、つつじか丘から公共のバスに乗り帰ります。

*雨天中止（週間天気予報で判断）。3日前にメール連絡します。

担 当： 松本、羽鳥、野澤

*権現山-弘法山・吾妻山 (ゆるい山)

弘法大師や大和武尊ゆかりの低山で、権現山～弘法山～吾妻山が新緑や桜で埋め尽くされ、展望台がある権現山からは、大山や箱根方面が見える。

日 時：4月19日(土) 雨天中止 (4月17日までにメール連絡)

集 合 秦野駅改札口 9:20 解散 鶴巻温泉駅

日 程 交通

往 路：新鎌ヶ谷6:46→7:05松戸7:14→8:03代々木上原8:06→9:05秦野駅

復 路：鶴巻温泉駅14:22→15:17代々木上原15:19→16:10松戸16:20→16:39新鎌ヶ谷

コース：秦野駅…弘法山公園登山口…権現山…弘法山…善波峠…吾妻山…鶴巻温泉駅(解散)

歩程 歩行距離 7.4km 歩行時間 3時間(休憩含まず)

標高差 登り290m、下り375m

交通費概算 3000円位

その他(任意) 入浴：弘法の里湯 1000円 (鶴巻温泉駅近く)

担 当：(CL) 江崎、(SL) 村田・吉留(政)・吉留(と)

*霞丘陵(交流山行) ゆるい山(全会員対象):(体☆+危技☆)

交流山行と言うことで会員全員が参加出来る事とし、歩きやすい里山を選びました。

日 時：4月27日(日) 雨天中止

集 合：青梅線、河辺駅 8:30

日 程

往 路：新鎌ヶ谷6:15→6:27船橋6:36→7:08お茶の水7:10→7:46立川→7:56→
8:26河辺駅

都営バス 8:40 →8:47 塩船観音入口

復 路：飯能、14:44、14:54、15:14

コース：バス停…15 塩船観音…60 見学しながら塩船平和観音…30 笹仁田峠…40 七国峠…
10 七国山最高峰分岐…10 秋葉神社…15 秋葉神社…15 岩渕交差点…40 飯能駅

行動時間5時間強(昼食、休憩含む)

【歩程】：標高差 登り(316m)、下り(232m)

山の特徴(危険)：国指定重要文化財の塩船観音の見学と里山歩き

エスケープルート：なし

交通費概算：約 3200円

交通費詳細：電車約 3000円、バス約 200円、

その他：昼食：1・入浴：なし

担 当：(CL)：五十嵐、(SL)：猪狩、梅田、富田

5月の山行予定

*北総花の丘公園ウォーキング 全会員対象)：(体☆)

静かな田舎道と2つの神社、お花が咲く広い公園を歩きます。

日時：5月9日(金) 集合 9:30 ニュータウン中央駅

改札を出て直進した所 行き止まりです。

雨天中止・・・中止の場合は5/7(水) 夜7:30過ぎにメールで配信。

※メールが届きましたら、必ず返信をお願いします。

コース：駅9:30・・・戸神ベーカリー・・・宗像神社・・・外川神社・・・花の丘公園、
お昼・・・駅 2:00 解散

【歩程】：8.0キロ 3時間30分の歩き 休憩込み 4時間30分

山の特徴(危険)：無し

アドバイス(装備等)：ウォーキングシューズ

概算費用：新鎌ヶ谷～千葉ニュータウン 475円

車の方は・・・スーパーカスミ駐車場、無料、駅まで徒歩12分

花の丘公園、400円以上、4時間後追加料金あり、駅まで徒歩10分

焼肉凱旋門の隣、有料駐車場、一日400円、駅まで2分

その他 昼食を公園で食べます。

担当：(CL) 笹、(SL) 石塚・三橋・菊池

*軽井沢 離山(1256m) ゆるい山 (体☆)

危険もなくゆるい山コースです。落葉樹の新緑とニホンサクラソウ・ルリソウ・その他の花々が見頃です。

日時：5月17日(土) 雨天中止

・集合場所：軽井沢駅 新幹線の改札口 ・解散場所：中軽井沢駅(しなの鉄道)

日程

往路：新鎌ヶ谷5:50—6:08 松戸6:15—6:34 上野6:58(あさま601号 長野行)—軽井沢駅
8:04着

復路：中軽井沢駅(しなの鉄道)—軽井沢—新鎌ヶ谷(時間は下山次第です)

コース：軽井沢・・・0:30・・・雲場池・・・0:40・・・東口登山口・・・0:30・・・分岐・・・0:30・・・
山頂・・・1:30・・・南口登山口・・・0:30・・・中軽井沢駅

コースタイム 6時間(休憩を含む)

★ 軽井沢から雲場池までバス8:30(190円)発があります。

★ 3月のJRの時間改正がありましたら異なります。

歩程：標高差 310m

交通費概算：8000円(休日クラブ使用)

その他：昼食：1食

担当：(CL) 伏見、(SL) 井上(順)・嶋本・小林

*茅ガ岳 (かやがたけ) 1704m ややきつい山 (体☆☆ 危険★)

山頂からは八ヶ岳や奥秩父、南アルプスなど 360° の大パノラマ、コースの途中に「深田久弥 終焉の地」の石碑が立っている。

日時： 5月24日(土) 集合8:40(韮崎駅) 解散も同じ 雨天時 中止

日程

往路：新宿7:00(あずさ1号)→8:36 韮崎8:51(②乗り場 深田記念公園行バス)→
終点9:11

復路：茅ガ岳登山口16:10(韮崎駅行きバス)→16:30 韮崎16:53(あずさ44号)→
18:45 新宿

(前発 韮崎15:21→15:33 甲府15:54 あずさ38号)

※バスは朝、夕それぞれ1本のみ 小型バスのため、事前連絡必要
復路バスをタクシーに変更?

※JR及びバスのダイヤ改正があれば変更になる

コース：茅ガ岳登山口9:30・・・林道出合10:00・・・女岩(立入禁止)う回路11:00・・・
山頂12:10 <昼食>12:40・・・林道出合・・・茅ガ岳登山口14:20

【歩程】：標高差・登り(標高差766m、2時間40分)・下り(766m、1時間40分)

累計： 昼休憩含み約5時間 (休憩なし標準タイム3時間50分)

【エスケープルート】 なし

交通費詳細 新宿～韮崎 あずさ特急指定往復8440円(ジパングで約5900円)

韮崎駅～深田記念公園バス停 600円×2=1200円(2024年)

その他： 昼食：1食 下見 2024年11/16(土) 実施済

担当：(CL) 桐生、(SL) 蓮見

県連関係予定行事

(1) 3月8日(土) 13:00～16:00

女性委員会講習会 講師：石田良恵先生 船橋市西部公民館

テーマ：日常生活の中での筋トレと栄養学について

(2) 4月12日(土) 雨天順延 13日(日)

自然保護委員会「海岸プラスチックゴミ クリーンハイク」

於) 内房の磯根浜

(3) 5月19日(月)

ウィークデー山行(関東ふれあいの道千葉県 NO 14)

JR 東浪見～JR 上総一宮を歩く(軍荼利、洞庭湖巡り)

(4) 10月26日(日)

(案) ふれあいハイク(検討中)

※詳細は、ちばニュース2月号を参照してください。

* 東葛山の会の「会山行」を決める際、県連の日程とダブらないように
ご配慮をお願いします。

山行報告

オグナほたかスキー

2025.1.21~23

畑中眞澄

メンバー：羽鳥 赤塚 清水 江崎 嶋本 蓮見 畑中 他2名 計9名

宿はみやま旅館(温泉民宿)定員60名。合宿も出来る通年営業2食付き8,000円。東葛山の会40周年記念山行に利用。個人山行にも利用している良心的、食事も美味しく評判の良い宿で酒代も安い。私はスキーで4回目。

男性陣は清水車、女性陣はJR沼田駅集合、関越交通の路線バスにてほたか登山口にて宿の車お迎え。リフト券は宿泊割引あり。

好天に恵まれた春スキーのような暖かさでした。(去年は雨の中滑走)

リフト頂上からは皇海山・尾瀬燧ヶ岳・日光白根山・尾瀬岩鞍スキー場の眺望。

ファミリーにも人気のスキー場、私にとっては先シーズン

4月1日自転車で転倒して背骨圧迫骨折、3か月のコルセット生活から復活の初すべり。恐る恐るの出だしでしたが無理せず楽しみました。

交通費は「大人の休日倶楽部」で3割引き、リフト代はシルバー料金で助かりますが宅急便代の値上がりが痛いです。

道具を担いでいく体力と気力がなくなりました(泣)。



スキーに行ける仲間が増えるとうれしいです。

房総ハイキング（第38回）

2025年1月25日（日）

五十嵐（記）

東葛山の会17名と、他の会員の合計、58名と大勢の参加となりました。90歳を過ぎたご夫婦も参加され、ご主人のリードで仲睦まじく歩く姿に、微笑ましく思いました。勝浦駅から朝市通りを通りお雛様の段飾りで有名な遠見岬神社の階段で記念写真のため並びます。お雛様ならぬ昔の姫や殿が勢ぞろい。朝市通りを抜け次の目的地へと歩きます。350年続く朝市も、出店している店が少なく寂しく感じました。

おしゃべりですぐ道路いっぱいに広がるので注意をうながし、車に気を付けながら歩きます。途中小さな漁港に釣り人なのか、船から降りて自家用車に乗り換え帰っていく。今日は風も強く、海は荒れて収穫は無さそうに見える。他人事ながら残念な気持ちになる。



八幡神社公園に到着。各、会ごとにまとまり早めのランチとする。高台なので、海

を眺めながら気持ちが良い。だんだん太陽がかくれ雲いきがあやしくなってきたので、早々に切り上げ歩きだします。

北風も強く、太陽の有難さをしみじみ感じながら、次の目的地の川津漁港にある津慶寺へと歩く。河津桜の並木をゆるやかに登る。寒さのなか二輪、三輪、咲き始めた桜に声があがり、カメラを向け、春は確実に近づいていると感じる。

津慶寺には市指定の「仏足石」（大きな足型）があり「まだまだ健康で歩けますように・・・」と手を合わせる。多くの方が同じような思いで手を合わせている？

寺を後に勝浦駅へと向かう。駅前のお土産屋さんで「勝浦タンタンメン」のお土産を手にする人も多かったようです。何とか雨にも降られず、全員無事に歩け解散となる。各役員の方、お疲れ様でした。

雨 卷 山 （あままきさん）

2025年1月29日（水）

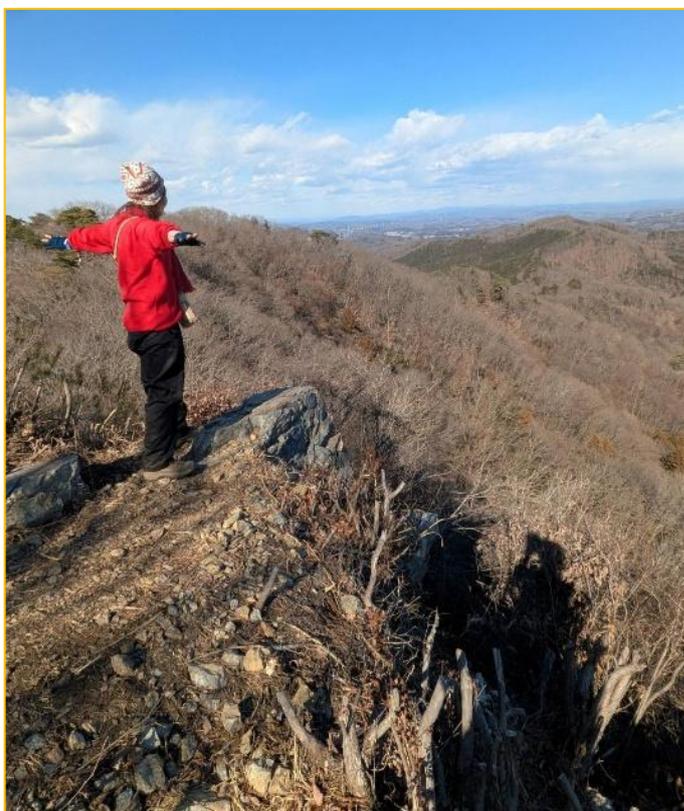
メンバー：五十嵐、桐生、石塚（記）

他1名

白井市役所 5:30 出発、大川戸駐車場着 8:00。
反時計回りで、タイタニック岩がどんなものか見てきました。
雨巻山の山頂は広く、椅子、テーブルがあり、展望もあります。
猪転げ坂を下り、御嶽山を過ぎると、下りの鎖が出てきます。足尾山を過ぎると、タイタニック岩。
「あれ？こんなもの？」って感じです。

でもここに来るまでの、ハイライトは鎖場があったので鎖場です。

4人で行きましたが、全員雨巻山は数回行って
います。誰もこの鎖場は記憶にありませんでした。



タイタニック岩の先には行ってはいけないと
注意書きがありましたので、手前でポーズをしました

曾我丘陵ウォーキング

日程：2月1日（土）

参加者：13名 井上（勝）、伏見、嶋本、桐生、前田（延）、五十嵐、江崎、三橋、石塚、梅田、前田（悟）、西堀、前田（節）…（記）

国府津駅で現地集合。歩き始めの菅原神社は、わらべうた「とおりゃんせ」の発祥の地だそうで歌碑がありました。巨木のムクノキも。根本は空洞でしたがそれでも枝を広げる姿にすごい生命力を感じました。

みかん栽培の山道は作業路でもあり、簡易舗装で歩きやすかったです。所々にみかん園の無人販売所があり、大体が5～6個入りで1袋100円！！今年はみかんが高くてスーパーでは1個100円ぐらいするので、皆さん買い求めてリュックに詰めていました。「重くなった！」と言いながらも。私もみかんとポンカンを買いました。甘くておいしかったです。

春の訪れを期待してのウォーキングでしたが、今年は梅の開花が遅いようで、曾我梅林全体ではまだまだ蕾が固く、ちらほらと咲き始めている様子でした。梅まつりの幟があちこちに立てられていましたが、訪れる人は少なく、会場の賑わいもありませんでした。それでも早咲きの白梅・紅梅を見つけては、「きれい！すてき！」と歓声が上がりました。下曾我駅近くの梅の里センターで電車待ち。梅まつりの企画展や地元の皆さんの作った梅干しなどの販売もありました。

帰りは下曾我駅から国府津駅までひと駅戻り、往路と同じく東海道線・横須賀線と乗り継いで帰りました。全部座れたので疲れた足にはラッキー。国府津駅の電車発車メロディはなんと「みかんの花咲く丘」でした。それで気を付けて聞いてみたら、二宮駅「朧月夜」、辻堂駅「浜辺の歌」、平塚駅「たなばたさま」

川崎駅「上を向いて歩こう」、品川駅「鉄道唱歌」でした。これも旅のお楽しみですね。お天気に恵まれ、楽しく歩けました。担当者の皆様、お世話になりました。同行の皆様、ありがとうございました。（写真は桐生さん提供）



二月の筑波山を振り返り

羽鳥健一郎

仲間らとつつじが丘でバスを降りアイゼン忍ばせ二月の筑波山^{つくば}
午前九時つつじが丘で顔合わせ筑波山^{つくば}詳しき他会の人と
冬晴れの二月の筑波風寒し女体山巻き林道を行く
如月の筑波山麓^{きさらぎ}ちよろちよろと冬枯れの沢幾度か^{また}跨ぐ
人気無きキャンプ場にて腰降ろす日陰の雪に身も引き締まる^{ひとけ}
「ジオサイト」名前はなんと「羽鳥」なりこれも奇遇と看板を撮る
眼下には真壁の街が広がりぬカタクリ眠り雪被る山^{かむひ}
裏筑波アイゼン付けず下山する人の一言「大変でした」
女体山岩と凍結緊張の下りは続き弁慶茶屋へ
バス停の側に「京成ホテル」あり「忘年山行」ちと高いかな





思い出の山

荒沢岳と幌尻岳（弱冠の山・不惑の山）

梅田尚志

長い歳月時々登山を続けてきた。前回の大阪万博の前年 1969 年のこと、この標高の山を探した。齢・弱冠に達し就職を控えたころの秋、10月の連休でソロ登山を計画した。枝折峠から越後駒、中の岳を經由して稜線をたどり登頂、奥只見銀山平へ下る。55年も前のこと、当時の装備は現在とは隔世の感がある。我がスタイルはウールのニッカーボッカとストッキング、国産の革の山靴、木綿の帆布のキスリングであった。そのザックはパッキングが面倒でシュラフやツェルト、ラジウス、コップェル、食料や着替えの詰込みにいつも手間取ったものだ。勿論トレッキングポールなどというものはなく、雨具もポンチョのみ、ゴアテックスなるものは存在すらしていなかった。

小屋番のいた駒の小屋から雨の中、中の岳への悪路を苦戦しつつ進み中の岳の避難小屋に到着した。内外とも荒れていたので小屋の中でツェルトを張って一夜を過ごした。水をどこで得たのかは記憶のかなた。雨の上がった翌日は気持ちのよい稜線歩き、一日かけてたどり着いた山頂で初めて一人の登山者に出逢えた。



ガイドブックでもこの山は岩場の連続とあり、400mの鎖場が続く難所の下りが残っていた。視界数十メートルの霧の中、重い荷物に振られながらの岩稜下降は足がすくむはず、当時のザックはフレームがないばかりではなく腰も胸にも固定ベルトはなく両肩にひっかけて担ぐだけの原始的なものだった。それが当たり前だったから不便を不都合とは思っていなかった。霧のお陰で足下の恐怖が見えずに済んでこれも幸いであった。延々とこれでもかこ

れでもかとクサリが続く。無事に下ったはずだが、そこから先の記憶が飛んでしまっている。当時も尾瀬口と銀山平を結ぶ渡船があつて、尾瀬や平ヶ岳登頂の際にも利用していたから、多分この船便で帰ったのだろう。しかし、人里から遠くその姿を見ることは稀な山だから、その姿を今イメージすることができない。また映像で見ることも少ないので歩いたはずなのに実感がない、不思議な存在なのだ。この齢になってしまってもう一度その頂に立つことはないであろう。思い出だけの山、荒沢岳（1969m）なのだ。

それから20年の歳月が流れた。不惑の歳には札幌勤務になっていた。3年ほどの北海道暮らしは節目の昭和が平成に変わる頃のことであった。不惑といっても孔子様の春秋時代とは2500年もの隔たりがあり、平均寿命も格段の開きがある。「惑わず」どころかバブルに踊りその誘惑に惑わされっぱなしの時代であった。毎晩のすすきの通いの合間には、道内観光やドライブでの家族サービス、ニセコや定山溪、支笏洞爺、樽前などの近場の山登りを楽しんでもいた。

その年は日高の幌尻ほろしりに行きたくなって、こっそり夏休みにソロで出かけた。



天候にも恵まれ平取から入山、マイカーを登山口に残し沢の中のルートびらとりを膝まで水につかりながら、林道と含めて4時間余りで幌尻山荘に着いた。10数名ほどの先客がいたが、自分の寝床の心配はいらなかった。木の枝には多数の草鞋が干してあって、当時はまだ沢靴など満足なものはなく、ワラジが沢登りの主流なのであった。沢歩きにはストックがあれば便利なのだが、まだこの頃はスキーのセットでしかなく、夏山に使う登山者はまずいなかった。富士山では昔から金剛杖なるものが登山時に使われ、記念の土産としてよく売っていたようだが、トレッキングポールがポピュラーになったのは平成に入って数年経っていたのではないだろうか。そしてザックはフレームが付き今ほどではないが背負い易く進化していた。

晴れ上がった翌朝、数名の先行者がいてくれて熊との遭遇は避けられるのではと思いながら、北カールの縁の尾根を登り山頂（2052m）を極めた。目的とした七ツ沼カールへ下る際は、双眼鏡で黒い動くものがないかを念入りに確かめた。天上の花園は盛りであった。花の池めぐりに満足して戸蔭別へのカール

壁を力づくで攀じ登り、周回して山荘へと下った。へろへろでもう1泊したかったが、混んでいたののでやむなくそのまま沢道を下山した。日高随一の百名山はさすがに素晴らしい山容であった。

後日、千歳から女満別の空路を何度も利用したが、日高山脈を越えてゆくコースを飛ぶ。厳冬期の朝日にあたる幌尻を上空から眺める機会があった。神々しく雪氷に輝くカールを懐に抱く姿が今でも脳裏に浮かぶ。「幌尻岳」が不惑の齢の思い出の山となった。

そして還暦の年、もう既に16年の前のことだが、富士山をようやくにして登頂した。その後、東葛山の会に入会しソロ登山はできるだけ控え、安全第一の山行をするようになった。おかげで、この歳になるまで山でも交通事故でも骨折や手術・入院するほどの大怪我をしないで済んでいる。打撲や切り傷は数えきれないが、大過に遭わずに済んだことは幸運に恵まれていたのだろう。丈夫な身体と強運を呉れた親に、先祖にも感謝するばかりだ。

さて、今年は喜寿を迎える。その記念にはどの山がふさわしいのか、また考える楽しみが増える。そして傘寿もすぐだし・・・、と考えだしたら妄想が膨らみだして止まらない。白寿まで健康寿命を保つと勝手に決めているのもう暫くは諦めたくない。国内にはまだ、たくさんの未踏の頂が残っているのだから。



2008年7月20日 富士山頂にて

4月号は前田節子さん、5月号は赤塚さんです。前月の20日を目安に加藤までお願いします。

ちょっと一言

ささやかなコレクション

畑中 眞澄

高校に入学してワングル部に入部、その当時帽子に山のバッジをつけるのが流行っていて登る度にワクワクしながら買いあつめた。高尾山、尾瀬、etc 少ない小遣いのなかからそれがバッジに落雷があるからと着けなくなりなんとあっさり捨ててしまった(; _ ;) 今でも忘れられない後悔！



僧 侶

清水利夫

先日、母の一周忌で僧侶から聞いた話ですが僧侶になるために仏教系の大学で学び僧侶になる人が多いといひます。では大学を卒業すれば僧侶になれるのかという、そうではないといひます。卒業することで得度を得られるので、その後各宗派に属して師僧に師事し厳しい修行を得て僧侶になれるのだそうです。私の所に来た僧侶は真言宗の高野山で3年の修行を積んだそうです。修行は厳しく毎朝3時起きで戒律を守り宗派の教え、歴史、読経、雑務迄それは大変なようです。その話を聞いた時にそんな大変な修行をしてでも僧侶になりたいと思う動機は何だろうと考えます。僧侶とは違ひますが、私自身は自分の進む道は、何を考えどう決めてきたのか等と考えてみました。答えは出ませんでした。それでもいつも目標は持っていた気がします。目標を持つことが大事だと思つてきました。残りの人生、改めて目標を何にするか思案中です。



4月号の担当は笹さんと柳さんです。

(3月20日までに柳 嗣穂宛て原稿をメールにて送付願ひます。)

(ヤナギ ツギホ norinatsu1130@gmail.com)

編集後記

1925年にラジオ放送が始まり、今年は100年を迎えるそうです。

ニュースやドラマ・歌番組などいろいろあるけれど、一番親しまれているのはラジオ体操ではないでしょうか。現在のラジオ体操は1951年から、おなじみのラジオ体操の歌（藤浦洸作詞・藤山一郎作曲）は1956年からだそうです。子どもの頃体育の授業や運動会での準備運動・夏休みのラジオ体操など、思い出がいっぱいです。

今でもこの曲が流れると、自然と体が動いてしまいます。指導者の「ラジオ体操第一！」の元気な声に励まされ体を動かすこと10分。体が温まります。楽しみは第1と第2の間の首の運動のバックに流れるピアノの演奏。懐かしい童謡や唱歌などあり、心が和みます。体操をしながら、今日の予定を思い出したり、ランチは何を食べようかなど考えたり・・・終わるとなぜか今日も頑張ろうという気持ちがあき、一日が始まります。 せ☆こ

1月に野生動物を見に道東を5日間回った。カメラマンのガイド付きで回ったのだが野生動物がこの極寒の地で必死に生きている姿が見られた。釧路から入り、鶴居村の雪の上の丹頂鶴の求愛ダンス、羽を広げて飛ぶ姿はまるでJALのよう。摩周湖の湖面のグラデーション、霧氷がキラキラ輝いている。❖❖野付半島のエゾシカの群れや群れないキタキツネ。オオワシやシマフクロウの捕食。おまけにラッコが腹で貝を叩き割る光景も見られた。しかしこんなに寒いのに（-14°）北海道にも暖冬の影響があるとのことだ。T.Y

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>山岡、桐生

連名でお願いします

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7年3月1日

発行者 東葛山の会

会長 安彦 秀夫

編集 会報部