



若葉が眩しい山々



東平 第3通洞坑口前で

6月の定例会は

6月7日(火) 19:00~

我孫子北近隣センター並木本館

定例山行計画

ご案内



準定例山行計画		高麗山		リーダー： 外崎	
ゆるゆる山行		(599m)		グレード： 1A	
月 日	令和 4 年 6 月 26 日（日）				日帰り
山 域	神奈川県大磯町	地形図	1/25000 平塚		
目 的	相模湾に面した常緑樹の森の中を歩く				
交通費	休日お出かけパス	交通機関	JR		
行程	我孫子駅 6：51（快速）→上野駅 7：24/7：36（上野東京ライン小田原行き）→大磯駅 8:48/9:00⇒高久神社⇒高麗山⇒浅間山⇒湘南平・テレビ塔⇒横穴群⇒大磯駅→我孫子駅 ＜歩行時間：約 2 時間 30 分＞				
個人装備	日帰り装備一式、雨具、ストック				
メモ	・お出かけパスを買って下さい。 ・雨の場合は中止します。				

定例山行計画		浅草岳（1,585m）・布沢川大滝沢		リーダー：小林隆 グレード：2B	
月 日	令和4年7月2日(土)～7月3日(日) 1泊2日（民宿泊）				
山 域	上越	地形図(又は日の出日の入り)	1/25,000 地理院地図		
目 的	ヒメサユリ鑑賞とぶなの森の沢歩き				
費 用	約 32,000 円	交通機関	レンタカー、現地でタクシー		
行程	1日目	我孫子 5:30→恵みの森入口 10:30⇒布沢川大滝沢遡行⇒入口 13:30→只見町 14:30（民宿泊） （歩行距離 3.5 km、歩行時間：3 時間、累積標高差上り 125m・下り 110m）			
	2日目	只見→田子倉只見沢登山口 6:00⇒剣ヶ峰⇒浅草岳⇒天狗の庭⇒沼ノ平分岐⇒入叶津登山口→只見→我孫子 （歩行距離 11 km、歩行時間：8.5 時間、累積標高差上り 1,150m・下り 1,230m）			
個人装備	夏山標準装備、ストック、ショートスパッツ、スリング、カラビナ ＊1 日目は沢シューズ、2 日目登山道の状況によってチェーンスパイク（後日指示します）				
連絡先	南会津警察署只見駐在所 TEL 0241-82-2249 みな川旅館 TEL 0241-82-2161（只見駅から徒歩 5 分）				
メ モ	◆ 1 日目は沢ハイキング、3 時間で行動を終える地点まで遡行します。 ◆ 沢歩きはせず浅草岳登山のみの参加も可です。その場合、電車利用で只見町の民宿で現地集合とします。 (往き) 我孫子 09:18→上野 09:52/10:22→越後湯沢 11:34/12:15→小出 12:57/13:15→只見 14:28 (帰り) 只見 15:40→小出→浦佐→上野 19:30→我孫子 20:27 ◆ 2 日目の浅草岳は標高は低いものの距離、時間から結構なアルバイトで、急斜面や雪田などがあり気を使うルートで健脚向きです。 ◆ 旅館、入下山用のタクシーの手配により最大 12 名（L 含まず）を想定しています。				

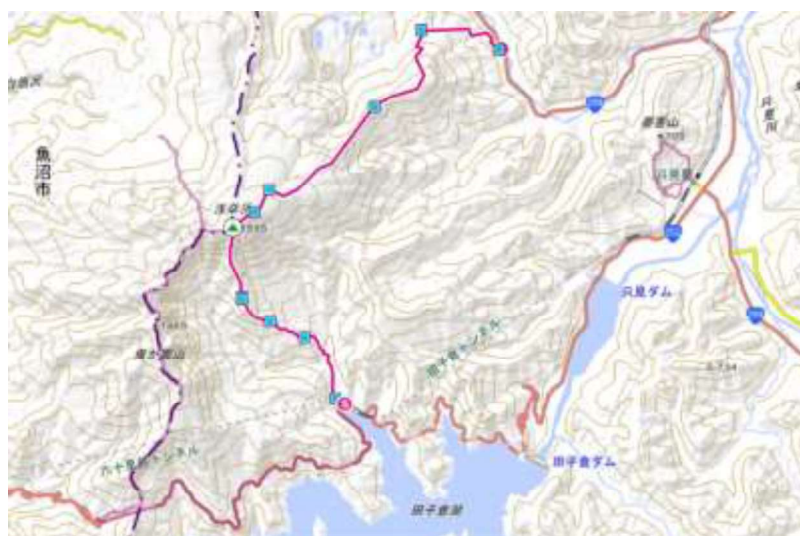
✓ 諸手配の都合上、参加希望者は6月8日(水)中に小林隆まで直接メールで連絡をお願いします。

小林隆 broadpeak26401@gmail.com

- ✓ 交通手段は参加者間で協議して決定します。基本パターンは、我孫子から只見の間をレンタカーあるいは電車。
 - 沢ハイキング参加者は我孫子から入渓地点まで車利用となります。
 - 電車利用の場合、下山後に利用する只見駅発の列車は 15:40 の次は 18:37(我孫子着 23:14)です。
- ✓ 民宿は 1 泊 2 食付き(7,500 円)ですが、2 日目朝はお弁当に変更する予定です。お風呂はトロン温泉です。
- ✓ 1 日目 沢ハイキング
 - 歩行区間は、ぶなの森の中、往復約 4 km、標高差 100m 程度の緩やかな 1 枚岩の滑滝が続くルートです。
 - 履き物は沢シューズが快適ですが、準備できない人は濡れてもよい運動が長靴でも可なのでリーダーに相談してください。
- ✓ 2 日目 浅草岳
 - 歩行 8.5 時間(休憩含まず)は、ヤマケイらくルートで時間倍率 1.1 相当です。
 - 前週 6 月 26 日(日)が山開きで同じルートで登山が行われます。直前のルート状況を手次第連絡します。
 - 登山口と下山口が異なるため現地でタクシー(ジャンボと普通車各 1 台)を利用します。

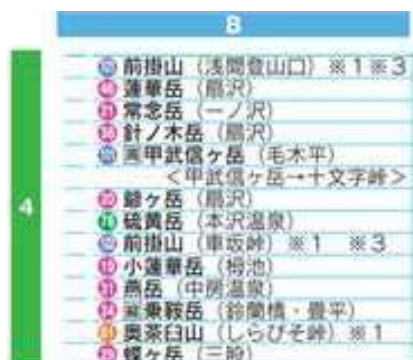
参 考

浅草岳ルート概念図

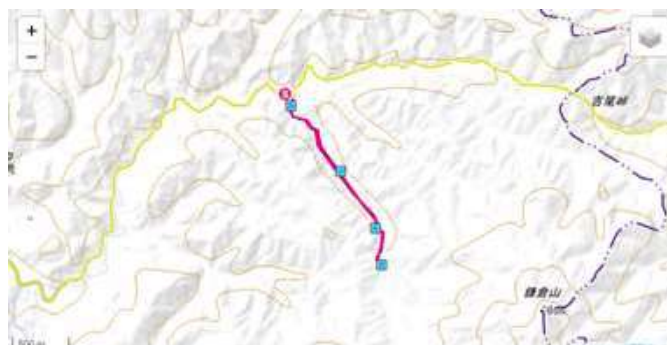


浅草岳の体力度と信州山のグレーディングによる同程度の難度の山

ルート定数と体力度の簡易計算表							
(A)	(B)	(C)	(D)	(E)	(F)	(G)	(H)
山名	ルート	コースタイム	歩行距離	累積登り標高差	累積下り標高差	ルート定数計算値	体力度
		(時間)	(Km)	(Km)	(Km)		
		1.8	0.3	10	0.6		
浅草岳	只見沢～山頂～入叶津	8.5	11.1	1.2	1.3	31.7	4



布沢川大滝沢ルート概念図



定例山行計画		薬師岳～水晶岳～鷲羽岳 (2926m) (2986m) (2924m)		リーダー:白崎哲史 グレード:3C	
月 日		令和4年7月9日(土)～7月14日(木) 5泊6日(テント泊・民泊)			
山 域		北アルプス北部～南部	地形図	1/25,000 有峰湖・薬師岳	
目 的		雲の上の縦走路を歩く			
費 用		約 25,000～30,000 円	交通機関	マイカー	
行程	1日目	我孫子・柏 7:00→ 折立キャンプ場 17:00 (テント泊)			
	2日目	折立 7:00 ⇒五光岩ベンチ 11:15/30 ⇒ 太郎平小屋 12:30/35 ⇒薬師峠 13:00 (テント泊) (歩行距離 7.16 km、累積標高差上り 1002m・下り 57m)			
	3日目	薬師峠 2:00 ⇒ケルン 2:40 ⇒薬師岳山荘 4:00 ⇒ 薬師岳 5:00/5:20 ⇒薬師峠 7:20/8:00 ⇒左俣出合 10:15/20 ⇒ 薬師沢小屋 11:25/30 ⇒アラスカ庭園 13:50/14:00 ⇒ 雲の平キャンプ場 15:15 (テント泊) (歩行距離 15.28 km、累積標高差上り 1406m・下り 1109m)			
	4日目	雲の平キャンプ場 6:00 ⇒祖父岳 7:00/7:10 ⇒岩苔乗越 7:50 ⇒ワリモ北分岐 8:10 ⇒水晶小屋 9:00/9:05 ⇒水晶岳 9:55/10:00 ⇒水晶小屋 10:40 ⇒ワリモ北分岐 11:20/12:00 ⇒鷲羽岳 13:00 ⇒水場 14:30 ⇒ 黒部源流 15:00 ⇒祖父庭園 16:30 ⇒雲の平キャンプ場 17:00 (テント泊) (歩行距離 14.35 km、累積標高差上り 1033m・下り 1033m)			
	5日目	雲の平キャンプ場 7:00 ⇒薬師沢小屋 10:00 ⇒太郎平小屋 13:00/13:10 ⇒折立 17:00/17:30 → 富山方面 (民泊) (歩行距離 15.32 km、累積標高差上り 577m・下り 1783m)			
	6日目	富山 (観光) →我孫子 21:00 頃			
個人装備		夏山テント泊縦走装備 (会のテントを借用可/エアライズ3を二人で利用)			
メモ	・当初は折立から新穂高への縦走を考えていましたが、折立へのバスの定期便の運行前は交通の便が悪く、折立を起点とした周遊コースに変更しました。テント場の予約の必要なく、多少は空いているかと思つてのことです。 ・交通機関はマイカーを利用します。参加者が5名を超えた場合には、2台で現地に向かいます。 ・3日目に薬師岳で日の出を見ようと、夜間登山を考えていますが、天候や参加者の皆さんの体調・体力等を考慮し、コースは臨機応変に調整したいと思います。 ・同様に4日目は、雲ノ平にテントを張ったまま、水晶岳・鷲羽山の周遊を考えています。かなり長丁場となりますので、コースの短縮もあり得ます。 ・5日目の下山後の行動は、参加される皆さんと決めたいと思います。富山に降りることを想定しますが、どこか温泉宿が取れば、そこでの宿泊もあります。 ・テント泊での食事は3日目までは、共同で調理します(食担がメイン)。4日目は時間がないので、お湯を沸かすだけとし、フリーズドライの食事を各自ご用意いただけたらと思います(5日目の朝も同様)。				

定例山行計画		白 山		リーダー:小林安 グレード:2B	
		(御前峰 2,702m)			
月 日		令和 4 年 7 月 25 日 (月)～27 日 (水) 2 泊 3 日			
山 域		白山	地形図 (又は日の出日の入り)	1/25000 白山	
目 的		眺望と高山植物を楽しむ			
費 用		約 45,000 円 (ジパング利用)	交通機関	北陸新幹線・白山登山バス or レンタカー	
行 程	1 日目	我孫子 5:31→上野 (北陸新幹線かがやき 501) 6:05/6:22→金沢 8:45→加賀白山バス 9:28→白峰車庫 11:13/11:30→別当出合 12:15→砂防新道⇒白山南竜山荘 (泊) 約 4.5 km 歩行時間約 3 時間半			
	2 日目	南竜山荘⇒展望歩道⇒室堂⇒御前峰⇒翠ヶ池⇒大汝峰⇒千蛇ヶ池⇒白山室堂 (泊) 約 7 km 歩行時間約 6 時間			
	3 日目	白山室堂⇒五葉坂⇒黒ボコ岩⇒観光新道⇒別当出合 約 5 km 歩行時間約 3 時間半			
個人装備		山小屋泊装備一式・マスク・インナーシート			
メ モ		山小屋は 10 名で予約済です。 帰りにお風呂に入ります。 悪天候で中止の時は、前日のお昼までにメールで連絡をします。			

定例山行計画		荒川三山（丸山～悪沢岳～荒川岳～赤石岳）		リーダー:矢野 グレード:3C	
		3141m		3121m	
月 日		令和4年7月27日（水）～31(日) 4泊5日 山小屋泊			
山 域		南アルプス	地形図（又は日の出日の入り）	1/25000 赤石岳	
目 的		南アルプスを歩く			
費 用		約 60,000 円	交通機関	自家用車、バス	
行程	1 日目	7/27 我孫子→静岡→畑薙第一ダム→樫島ロッジ			
	2 日目	7/28 樫島ロッジ⇒千枚小屋＜歩行時間 5 時間 10 分＞			
	3 日目	7/29 千枚小屋⇒千枚岳⇒悪沢岳⇒荒川小屋⇒赤石岳⇒赤石小屋 ＜歩行時間 8 時間 20 分＞			
	4 日目	7/30 赤石小屋⇒樫島ロッジ⇒畑薙第一ダム⇒我孫子 ＜歩行時間 3 時間 20 分＞			
	5 日目	7/31 予備日			
個人装備		山小屋泊個人装備一式			
メ モ		・畑薙第一ダムまでのアクセスについては、公共交通に変更する事も有ります。 ・きつい山行です。重い荷物でもコースタイムで歩行可能な方 で お願いします。 ・希望の方は 5月30日までに矢野貞までご連絡ください。 （山小屋予約のため）			

定例山行計画		白峰三山縦走（北岳～間ノ岳～農鳥岳） (3193m) ～ (3191m) ～(3026m)		L:郷田 SL:小島徹 グレード:3C
月 日	令和4年7月28日(木)～7月31日（日） テント泊（小屋泊）及び民宿泊			
山 域	南アルプス北部	地形図	1/25000 韮崎・市野瀬・大河原・鵜沢	
目 的	・日本第2・第3の高峰と 3000m 稜線歩きを楽しむ			
費 用	約 4.3 万（小屋泊の場合）	交通機関	JR, バス（タクシー）	
行 程	1 日目 7/28 我孫子駅（05:42）→日暮里経由→新宿（06:40/07:00）（特急あずさ1号）→甲府駅(08:27/09:05)（登山バス又はタクシー）→広河原(10:58)⇒ <u>白根御池小屋</u> (15:00)（泊） ＜歩行時間約 3 時間 20 分＞ 2 日目 7/29 白根御池小屋⇒小太郎尾根分岐⇒北岳肩の小屋⇒北岳⇒分岐⇒北岳山荘⇒中白峰⇒間ノ岳⇒三国平分岐⇒ <u>農鳥小屋</u> （泊） ＜歩行時間：約 8 時間 20 分＞ 3 日目 7/30 農鳥小屋⇒西農鳥岳⇒農鳥岳⇒大門沢下降点⇒ <u>大門沢小屋</u> ⇒ <u>奈良田（民宿）</u> ＜歩行時間：約 8 時間 20 分＞ 4 日目 7/31 奈良田（民宿）（早川町乗合バス）→下部駅（JR 身延線）→甲府→新宿→我孫子			
個人装備	テント泊（小屋泊）装備一式			
メ モ	・大人の休日クラブ利用可能（特急あずさ回数券は廃止） ・エスケープルート：（縦走を諦め）北岳又は間ノ岳ピストン広河原に ・2日目、3日目はロングコース（行動時間 10 時間超）となります。状況により、3 日目大門沢小屋泊の場合もあり ・概ねコースタイムで歩行可能な方 ・山頂付近の岩場、間ノ岳以降の道迷い、大門沢への下り、渡渉など注意 ・荒天予想の場合、次週(8/4～8/7)に延期又は中止 ・累積標高（登り）2622m、（下り）3331m			

定例山行報告

定例山行報告（新リーダー研修1）		筑 波 山 (875m)		リーダー：矢野貞 グレード：1A	
月 日	令和4年4月27日（水曜日） 日帰り				
山 域	筑波山系	地形図	1／25000 筑波		
目 的	新リーダー研修1				
費 用	1, 0 0 0円	交通機関	自家用車		
行 程	4/27 我孫子駅 9:15⇒男の川登山口 10：50/歩き始め 11:10⇒尾根出合 11:51⇒自然観察路⇒男体山頂上 12:20/25⇒御幸ヶ原 13:00/25⇒女体山 13:35/46⇒御幸ヶ原 14:05⇒自然観察路⇒坊主山 14:50⇒駐車場 15:40 < 歩行時間3時間30分>				
ル ー ト 状 況	・裏筑波山の男の川及び女の川は現在立ち入り禁止区域に指定されています。今回、この変更気付かなかいで歩いていました。下山後ヤママップには注意情報が表示されました。 ・自然観察路の通行禁止区間が整備され全面通行可能になっています。 ・御幸ヶ原のトイレは女体山側が綺麗に改修済みでした。男体山側はまだ工事中です。				
参加者	矢野貞L 桐生SL 本田SL、田村、石塚 記録、松下、小山、一氏、土田 写真、 計 9 名(男 2名、女7名)				
メ モ	・低気圧が北上していて夜から朝まで雨が降っていた。11時頃には小降りなると確信し、出発を2時間半余り遅らせた。登山口では雨がやんでいて雨具は必要なかった。 ・休暇を取って参加された方もあり、予定通り研修ができて良かった。 ・ニリンソウが満開でした。 ヤマブキソウも見ることが出来ました。 ・林道に近い所では山ツツジが満開でした。				



自然保護活動		どんぐり散歩 2		リーダー:小野 グレード: 1 A	
月 日	令和 4 年 4 月 2 8 日(木) 日帰り				
山 域	柏市手賀の丘周辺			1/25000 取手	
目 的	身近な里山の自然観察をする				
費 用	0 円	交通機関	車、自転車、徒歩		
行 程	どんぐりの家集合 9 : 05⇒昼食 12:00～12:50⇒どんぐりの家前 解散 14:40				
ル ー ト 状 況	問題なし。				
参加者	小野 L 高橋芳 大畠 外崎 千葉 植物記録 桐生 本田 齊田 新谷 石塚 SL 小林 写真 蟹江 記録 村越 大賀 中村育 渡辺清 高橋重 (ゲ) 男性 1 名 女性 1 6 名 計 1 7 名				
メ モ	記録を時間記録と植物記録のお二人にお願いした。写真は人よりも植物を優先していただいた。皆さんが再確認しやすいように観察記録を作成送付した。				



新緑に癒された手賀の丘公園にて

定例山行報告（新リーダー研修2）				滝子山 (1620m)		リーダー：矢野貞 グレード：2B	
月 日		令和4年5月7日（土曜日） 日帰り					
山 域		大菩薩山系		地形図		1／25000 笹 子	
目 的		新リーダー研修2（岩稜帯を標準時間で歩いてみる）					
費 用		4, 0 0 0円		交通機関		J R ・ タクシー	
行 程		我孫子駅 5:33→新松戸→西国分寺→高尾→大月駅集合 8:10/8:20→タクシー→桜森林公園 8:50⇒浜立山 11:24⇒滝小山 11:40/12:10⇒男坂・女坂 分岐 12:30⇒男坂・女坂上り口分岐 13:15 ⇒初狩駅 14:50/15:35→大月駅 15:41 ＜行動時間6時間 歩行時間5時間15分＞					
ル ー ト 状 況		・ 滝子山の南陵登山口には経験者向きの看板があったが、数年前登った時よりも矢印等がはっきり表示されていた。また、以前、下山口近くの溪谷沿いは流木などで荒れていたがそれも綺麗に整備されていた。 ・ 南陵の上部にイワカガミの群生が見られた。少し早かったが綺麗だった。 ・ 下山は頂上直下は急坂だが、それを過ぎると明るい広葉樹林帯でとても気持ち良い登山道である。					
参 加 者		矢野貞L 小島徹SL 田村 記録 土田 写真 小山 細谷 計6名(男 3名、女 3名)					
メ モ		・ 岩稜帯を登っている時他の登山者に健脚ですね。と声をかけられた。会に入って初めての経験であった。 ・ 健脚の新リーダーを先頭に楽しくあるけた。 ・ 今回も低気圧が来ていて、2日前から天気図を確認。登りはじめ位までは雨が残ることを覚悟して催行。 ・ 家を出る時はざあざあ降りだった。大月に着いたら、雨は止んでいたが曇天、富士山は見る事が出来なかった。					



定例山行報告		銅山越～西赤石山・三嶺（みうね、もしくはさんれい）		リーダー：千葉 グレード：2 B	
月 日		令和3年5月11日（水）～13日（金） 山麓泊			
山 域		四国	地形図	1/25000 別子銅山、京上、剣山	
目 的		産業遺産を巡る（銅山越～西赤石山）／四国一美しい尾根（三嶺）			
費 用		約 25000 円	交通機関	レンタカー （四国往復は各自）	
日 程	1 日目 (5/11)	千葉県→香川県 18:30 ホテルロビーに集合。 愛媛県四国中央市 ホテル グランフォーレ			
	2 日目 (5/12)	ホテルロビー7:00 集合→高速利用（1：00）→道の駅マイントピア別子 →遠登志（おとし）登山口 8:30⇒休2回20分⇒東平登山口 10:50⇒ 別子銅山跡地 11:00 見学⇒昼食 12:20⇒遠登志登山口 13:38 （歩行時間 3:20） →マイントピア別子（入浴）→ホテル グランフォーレ（泊）			
	3 日目 (5/13)	ホテルロビー5:00 集合（2：00）→R192、32、祖谷街道→三嶺名頃登山口 天候回復が望めないため、山行中止を決定。 全員でかずら橋、歴史民俗資料館等見学、昼食後 解散			
ルート 状況		・ 普段は車で入れる東平（とうなる）。アクセスの県道が崩落による通行止めで遠登志登山口から歩いて向かった。 ・ 遠登志登山口は分かりにくく、駐車スペースは2台停めるのがやっと。 ・ 道は途中から沢沿いになり、登山道から崖状に落ちていて、水流も激しいため注意が必要。 ・ 特に第三通洞への分岐からの道は、いくつも腐りかけた木の小さな橋を渡らなければならない ・ 東平は開けていて、普段は資料館などが開いている。トイレもあり、休むことのできるあずま屋もある。			
参加者		L 千葉、SL 北田、SL 佐藤清、高橋芳、田村、矢野貞、中村育、本田、村越、小林安 男2名、女8名 計10名			
メモ		(1 日目) ・ 参加予定12名のうち6名が午前9:00頃高松空港着陸予定だったが、濃霧のため着陸できず、再度の便で4名が13:00頃到着。2名は山行参加を断念する。 ・ 夕方、翌日の山行について協議。雨予報のため出発時刻を遅らせ、ルート短縮することを決定。 (2 日目) ・ 2つのグループに分かれ交差登山の予定だったが、全員で遠登志登山口～東平往復のルートを行うことにする。 ・ 登山道沿いにも石垣、坑水路会所(坑内排水の施設)、東端索道中継所（煉瓦の建造物）など多くの産業遺跡が見られた。 ・ 東平までの道は途中から沢沿いとなり、水流も多く滝も見られた。分岐から第三通洞へ向かうと、腐りかけた小さな木製の橋をいくつも渡らなければならず、緊張を強いられた。普段はあまり歩く人もいないようだ。 ・ 東平（とうなる）は「東洋のマチュピチュ」と呼ばれるだけあって、別子銅山の歴史に思いをはせることのできる見ごたえある遺跡が散在し、感激した。 ・ 特に3段からなる巨大な索道場が、ガスが晴れて姿を現した時は全員で感嘆の声を上げた。ここだけでも歩いてよかった。 ・ 帰りは、東平から直接第三通洞分岐まで行くことができ、こちらの道の方が安全だった。 (3 日目) ・ 午前中は曇りの予報もあったため、予定通り5時から三嶺登山口に向かった。 ・ 2日目と同じく、交差登山の予定だったが天候でいつ引き返してもいいように全員で名頃登山口へ。			

- ・登山口へ着いた時点ですでに雨模様。目的である美しい尾根を見るために樹林帯を抜けるまで2時間以上かかる。時間が経つにつれ天候悪化が予報されていたので協議の上、山行中止を決定。
- ・かずら橋を観光することとし、受付が開くまで名頃登山口の休憩小屋で休んだ。
- ・奥祖谷二重かずら橋、東祖谷歴史民俗資料館、巨木「鉾杉」、武家屋敷「旧喜多家」を観光。平家伝説のある山深い祖谷の歴史と文化を楽しんだ。
- ・祖谷蕎麦の昼食後、解散。会山行は終了。
- ・解散後3台のレンタカーで3つのグループに分かれる。それぞれ高松観光、剣山登山、石鎚山登山へと向かった。



東平 3段の索道場。最上段が貯鉱庫、上段が選鉱された鉱石の貯鉱庫、下段が索道基地。



晴れた一瞬見えた東平全景



東平採鉱本部跡地

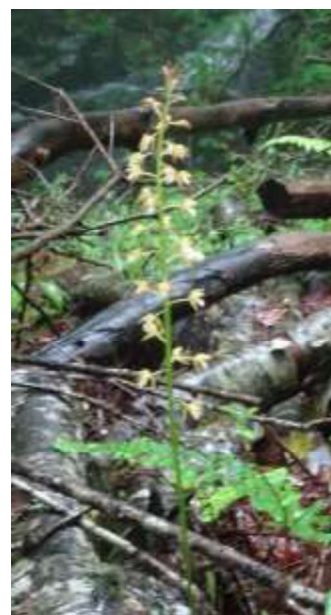


武家屋敷 旧喜多家」

武家屋敷 旧喜多家」



奥祖谷二重かずら橋 男橋

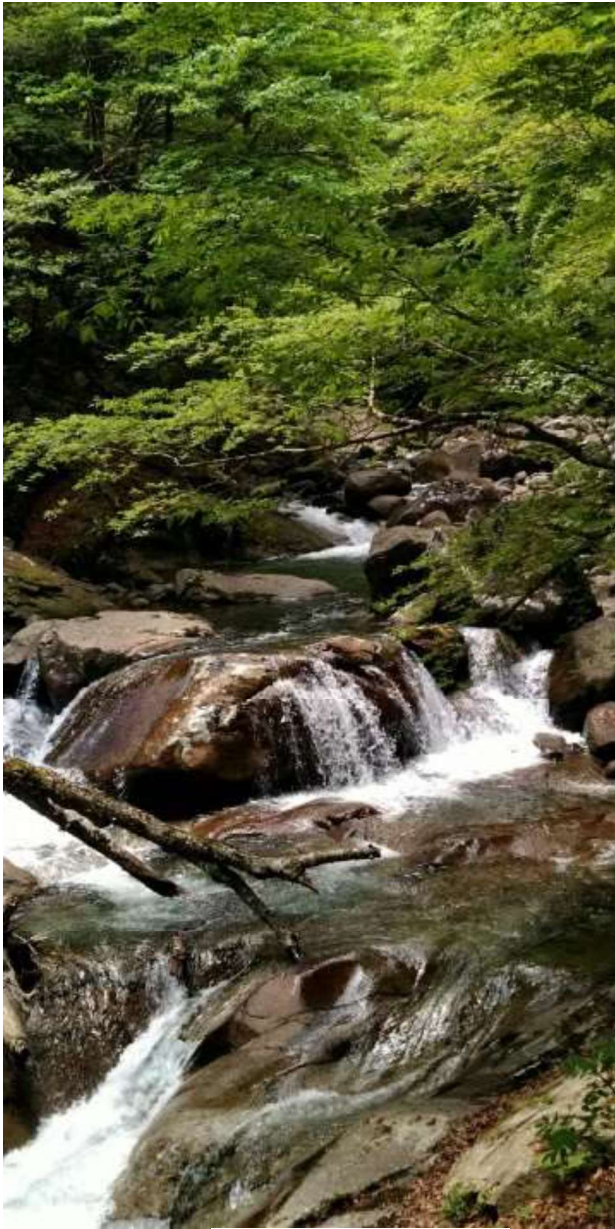


コケイラン (別子銅山跡付近)

定例山行報告		西沢溪谷 (1400m)		リーダー：小山 三恵 グレード：1B (A→B へ変更)	
月日	令和 4 年 5 月 19 日 (木) 日帰り				
山城	奥秩父	地形図	山と高原地図 / 金峰山・甲武信		
目的	新緑と滝つぼをめぐる				
費用	約 5,500 円	交通機関	JR と山梨市民バス		
行程	我孫子駅→新松戸→西国分寺→高尾駅 7:41 発→山梨市駅 9:06/9:12→バス→西沢溪谷 10:15/25 ⇒徳ちゃん新道入口 11:00 ⇒三重の滝 11:20⇒竜神の滝 11:35⇒貞泉の滝 11:45⇒昼食 11:55/12:20⇒七ツ釜五段の滝見晴らし 12:50⇒大展望台 13:10 ⇒大久保沢 13:30y⇒トロッコ 13:40⇒トイレ休憩 14:10/20⇒西沢溪谷 14:40/15:10→バス→山梨市駅 16:10/17:05→西国分寺 →我孫子 20:40 歩行時間 3 時間 35 分 行動時間 4 時間 40 分				
ルート 状況	・交通機関 注意) 平日と土・日・祝日とでは運行会社が異なり下車駅も異なる。 ・登山道 概ね整備されているが、橋の崩落のため七ツ釜五段の滝へは行くことができない。 七ツ釜五段の滝壺を見ることのできる方杖橋を渡ると、迂回路としてトロッコ道への新しいルート が作られている。そこが 15 分程度の通過地点ではあるが急登に設置された梯子やトラロープに沿 って登って行く。足場が安定しない場所でもあったので、今回はグレードを「A」から「B」に変え た。(実際のところは「A と B の中間」)。				
参加者	小山 (L)、小島徹 (SL)、田村 (記録)、大賀 (やまなみ)、村越、吉川 (会計・写真)、田嶋 (旗)、 秋山、外崎、高橋芳、矢野貞 計 11 名(男 2 名、女 9 名)				
メ モ	*初リーダー山行です。 *新緑の中を歩きます。名物のシャクナゲの花はハズレ年でした。 *トイレはバス停から 2 0 分ほど歩く西沢溪谷入り口手前にあり。 * 山梨市駅前ー西沢溪谷のバス代は 900 円。現金払いのみ。				

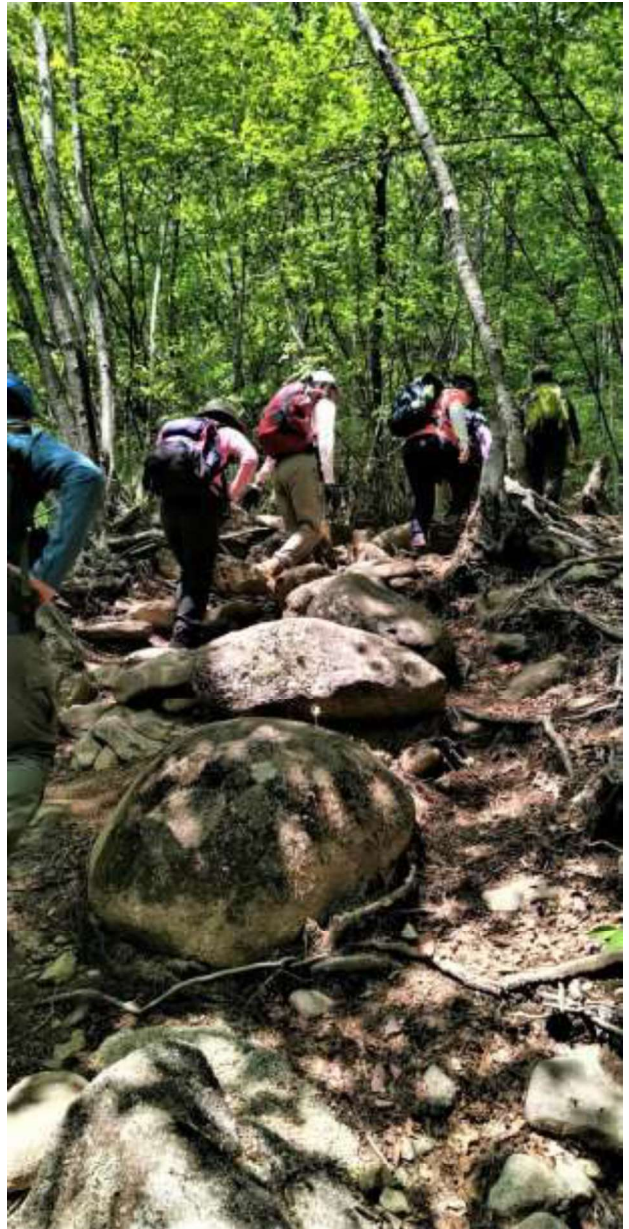


西沢溪谷橋の集合写真



清流 西沢溪谷

溪流沿いを歩く



ウツギの花

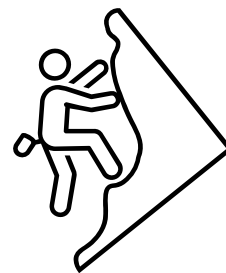


登山後の大事なストレッチ

自然保護活動　どんぐり散歩 3				リーダー:小野 グレード:1 A	
月　日	令和4年5月19日(木)　　日帰り				
山　域	柏市手賀の丘周辺			1/25000　取手	
目　的	身近な里山の自然観察をする				
費　用	0円	交通機関	車、自転車、徒歩		
行　程	どんぐりの家集合 9：00⇒昼食 12:05～12:50⇒どんぐりの家前　解散 14:10				
ルート 状　況	問題なし。				
参加者	小野 L　中村八　千葉：植物記録　桐生　本田　齊田　石塚：SL　小林：写真 蟹江：記録　中村育　室崎　渡辺清　高橋重（ゲスト） 男性2名　女性11名　計13名				
メ　モ	天候に恵まれた散歩日和でした。スイカズラの「蜜」を味わいました。				



労山基金の一部改訂のお知らせ



労山基金の一部が改訂されました。

救助捜索交付の増額、入院、通院の日数短縮改善等第35回総会において
可決されましたのでお知らせいたします。

	旧	新
救援捜索 交付	申し込み口数×2,000円×交付係数 (交付係数：継続加入年数で変化する)	申し込み口数×2,000円×交付倍率 (加入初年度は400とし 1年継続ごとに10加算し最大500とする)
入院・通 院	(入院) 申込口数×800円×入院日数 (3～210日) (通院) 申込口数×400円×入院日数 (3～50日)	(入院) 申込口数×800円×入院日数 (2～210日) (通院) 申込口数×400円×入院日数 (1～50日)

- * ココヘリに入会している場合は交付倍率が1000
- * 低山(2,000m以下の場合)入院・通院が3倍になる

***注意** 個人山行の場合事前に会に届け出がなければ保障の対象になりません。
安心な山行のために届けるようにしましょう。

日本勤労者山岳連盟 箕輪完二さん・千葉有子さん(5月号掲載済)に
栄誉功労賞 授与の様子



運営委員会・山行部会議議事録

令和4年度 運営委員会(第3回) 議事録

令和4年5月17日(火)

1. 行事予定 (令和4年6月～令和4年8月)

巻末参照

2. 各部より

《会長》＊ 今年の新人の方はお勤めの人もありますが、新人研修によく出席され、皆さん真面目に取り組んでいて大いに期待しています。新リーダー研修も順調に進んで、講師もよく頑張ってくれています。

《副会長》＊ 今回はヒカゲツツジ、ミツバツツジ、ヤマツツジを見てきました(佐藤清)
今年の5月は天気の変り変わりが大きく、気温も激しく上下しているので体調に気をつけましょう。(新谷)

《総務部》＊新入会希望者(鈴木雄慈さん 70歳) 審議 →年齢の問題もありお断りする。
(鈴木忠浩さん 58歳) →入会

《会計部》＊特になし

《装備部》＊グランドシートを購入したので今後貸し出し可能です。
会員以外の人からアイゼンを手に入れたので、会の装備品とする。

《会報部》＊ホームページ担当より 山行後の報告書は専用のアドレスに送って下さい。写真は後ろ姿など個人を特定できないものに。

《県連》＊4月、5月の理事会の内容報告など。労山カレンダーの写真を募集しています。

3. その他 ＊

6月定例集会所会	細谷さん	やまたん原稿 締切り	6月号	5月25日(水) 矢野貞子さん
			7月号	6月25日(土) 矢野貞子さん

外崎、高橋芳、中村(八)、武内、大島、千葉、桐生、矢野貞、中村育、郷田、本田、村越、大山、新谷、大平、北田、石塚、藤家、小林隆、深草、小林安、蟹江、佐藤、森岡、白崎、田嶋、土田、松下、一氏 (運営委員 29名)

1. 山行部より

間もなく梅雨のシーズンがやってきて、山行の可否判断が悩ましい季節となります。予報や低気圧、前線の動きによく注意して、慎重な判断をお願いします。また、出発の際は直近の交通事情や登山道に土砂崩れが発生していないかなど現地情報をよく調べて出かけてください。

北田（山行部長）

2. 山行計画（6月～7月）

下記参照

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
6/7 (火)	会員	定例集会	応急手当	外崎	
6/7 (火)	新人	定例集会	山行計画の立て方	大島・大平	
7/5 (火)	会員	定例集会	百名山って何?	大平	
7/5 (火)	新人	定例集会	山行計画書の作成練習	大平・大島	

【実技研修】

日 程	山名	対象者	研修内容	担当講師
6/3～4 (金土)	社山・男体山	参加者	日光の花	高橋芳
7/25 (月) ～29 (金)	飯豊山	参加者		佐藤清

4. 山行報告

山名	参加者数		山行 NO 1204～	やまなみ	カメラ	ヒヤリ ハット	特記事項
	会員	般					
奥久慈男体山～袋田の滝			－				中止
筑波山（新人リーダー研修①）	9		1204	やまたんを引用	土田	なし	雨のため、スタート時間を遅らせた
三頭山			－				中止
滝子山（新人リーダー研修②）	6		1205	やまたんを引用	土田	なし	なし

西赤石山（愛媛） 三嶺（徳島）	10		1206	高橋芳	村越	なし	雨でコースを短縮、ル ート変更
天城山			－				中止

5. その他

- ・新リーダー研修の実施報告
別紙報告書の通り。

- ・エアライズ3に加えて、もう1サイズ大きいテントとしてエアライズ4を購入する（グランドシートも同時購入・ポイント還元率の高い日に）。
- ・忘年山行のバスを予約（12/4に実施。相見積もりをとってバス会社を決定）。

（参加者）

外崎 武内 高橋芳 大畠 桐生 矢野貞 中村育 郷田 本田 矢野裕 村越 新谷 室崎 大平 北田 石塚 藤家 小
島洋 小林隆 深草 小林安 佐藤清 蟹江 森岡 白崎 田嶋 小島徹 秋山 小野 松下 矢野朝 土田 千葉 一氏
小山 細谷

四国のマチュピチュ東平



東平（別子銅山遺跡）への径



新リーダー研修実施報告

新リーダー研修終了を報告します。

令和4年3月15日 研修担当で協議、担当決め、机上研修、実地研修の進め方を決しました。

1 机上研修

「リーダーの役割」について実施（新リーダーの都合に合わせ日程を調整して4回に分けて行う）

第1回目（けやきプラザ10階）4/2 細谷 <講師： 田村、本田、矢野>

第2回目（北近隣センター）4/5 小山、一氏 <講師： 桐生 本田 田村 石塚 矢野>

第3回目（市民プラザ） 4/19 小山 <講師： 桐生 本田 田村 石塚 土田 矢野 >

第4回目 市民プラザ） 5/17 一氏 <講師： 土田 矢野>

2 山行計画の事前研修（各リーダーに担当講師を決め、メールでやり取りしました）

メールにて山行募集時のホームの書き方、山行計画書（参加者配布用）の書き方を練習

3 山行実施研修

ゆっくり歩く山行と険しい道でもコースタイムで歩くリーダーの実施研修をしました。

第1回目（4/27 筑波山）

参加者：松下、一氏、小山 <講師： 桐生 本田 田村 石塚 土田 矢野 >

第2回目（5/7 滝子山）

参加者：小山 細谷 <講師： 田村 小島徹 土田 矢野 >

4 山行後の書類作成練習（各リーダーの担当講師とやり取りした）

メールにて各書類を練習のやりとりをしました。

5 新リーダーによる初リーダー山行をホローします。

初リーダー山行実施のやま選びのアドバイス、今後、初リーダー山行参加などします。

講師陣の感想

松下さん⇒

- ・坊主山の下りは2番目を歩いていました。「登山道の真ん中は滑るから端を歩いたら」と具体的な指示が聞こえてきました。良かったと思います。（桐生）
- ・雨上がりで岩が滑りやすくなっている所で頻繁な注意掛け、自然遊歩道の斜めで歩きにくい石はゆっくり気を付けての声掛けがあった。常に2番目の歩調を合わせてくれて、急な下りの滑りやすい処では足の置き場を指示してくれた。坊主山の下りで間違いではとの声があったが、地図で林道に下れる事を確認して、下山できた。（慎重に対処できたいた）（本田）
- ・後ろについている私達をよくサポートしてくれました。道の状況もよくその都度話してくれて、歩きやすかったです。（石塚）
- ・当然ですが、緊張されていましたが、気配り、休憩の取り方等ほぼ問題なくこなしておられました。下山後の最後の挨拶は、タイミングが上手いかなかったようですが。（土田）
- ・昼食の時間の取り方は良かったです。リーダーとして問題はないと思います。（田村）
- ・優しく気配りができる方でした。リーダーとして問題ないと思います。もう少し山の経験を積まれつとさらに良いリーダーになれると思いました。（矢野）

一氏さん⇒

- ・先頭でペースを作りながら歩くのは初めてだったと思います。当日は、かなり蒸し暑くなりましたので、水分補給も回数を増やすと良かったと思います。立休憩を入れ水分補給をするとかです。（桐生）
- ・ゆっくり出発は良かったが、暑いので水分補給という事で尾根の取り付く前まで2回休憩をとったのですが、その時間が10分とか言うので、短縮しました。2回目の渡渉の所とその先で道を間違えたので修正し

た。(石塚)

- ・メンバーへの声掛けはできていたと思います。リーダーになれると思います。一氏さんは下山時だけ同行したので後のことはよくわかりません。(田村)
- ・声掛け、気配りは問題ありませんでした。個人山行で経験を積まれているようなので、山行を引っ張っていく経験は積むと面白い山行ができる方だと思いました。(矢野)

小山さん⇒

- ・人を連れて歩く事に慣れている様でした。下山時も滑りやすい道が続きました。多少ゆっくりでも怪我をしないように降りることが出来て良いと思いました。(桐生)
- ・小山リーダーを先頭に本田、田村と歩き始めた。5分位歩いて少し2番目との差が開いてきたので、先頭にもう少し最初はゆっくりと声をかけた。30分位で衣服調整をして、水分補給を促すようリーダーに声かけをした。雨上がりで登山道が滑りやすいので、先頭のリーダーが頭、足元の注意等々の要所での声掛けは良くあった。(本田)
- ・下山は小山さんの班でしたが、坊主山の下山道で道が明確でなかったのが小山さんはかなり責任を感じておられました。(土田)
- ・体操をして体をほぐしてから登山開始。歩き始めて30分程で衣服調整があった。休憩はちょっと細かくとりすぎたような気がする。メンバーへの声掛けはしっかりしていた。立派なリーダーになれると思います。(田村)
- ・体力も行動力のある方の方です。滝子山の様子から自分のペースをまだ把握できていないように感じました。峻しい岩場などをさらに歩き込んで行くと、色々な山に挑戦できると思いました(矢野)

細谷さん⇒

- ・細谷さんを先頭に順調に進めることが出来たと思います。ただ、遅れ気味の参加者がいる場合は配慮が必要かと思いました。山行全体や参加者を考慮して、計画変更(下山ルート変更等)も必要な場合もあり得ます。この辺りを考えていければ良いかと思います。(小島)
- ・流石に若さと健脚ぶり、山を良く知っておられる事が出ていました。強いて上げれば、歩き始め20～30分をもう少しゆっくりが良い、位かなと思います。是非リーダー登山を重ねられて、挑戦的な山行き計画のリーダーになられて欲しいです。(土田)
- ・出発前の挨拶はできていました。登山中の参加者への声掛けも気を付けていました。休憩のとりかたも良かったと思います。立派なリーダーになると思います。(田村)
- ・登山中の声掛けなどは問題ありませんでした。体力、技術力も有ります。今後は難易度のある山に挑戦できるリーダーができる方だと思います。(矢野)

※5月19日小山さんによる初リーダー山行が終わりました。

松下さん、細谷さん、一氏さんは準定例山行で初リーダー山行を行う予定です。

1. 行事予定 (令和4年6月～令和4年8月)

	月	日	行 事	場 所	備 考
当会	6月	7 (火)	定例会	我孫子北近隣センター並木本館	19:00～20:50
		21 (火)	運営委員会	市民プラザ	19:00～20:50
	7月	5 (火)	定例会	我孫子北近隣センター並木本館	19:00～20:50
		19 (火)	運営委員会	市民プラザ	19:00～20:50
	8月	2 (火)	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	市民プラザ	19:00～20:50
県連	6月	16 (木)	理事会	船橋西部公民館	

※我孫子北近隣センター並木本館での集会には「スリッパ」を持参して下さい。

2. 山行計画 (6月～7月)

日 程	分	山 名	山城	L (企画者)	G	備考 (目的)
6/3 (金)～4 (土)	定	社山・男体山	日光	高橋芳	2A	日光の花 【募集済】
6/5 (日)		三原山 (伊豆大島)	伊豆	小島洋	2A	島の山を登る 【募集済】
6/5 (日)～6 (月)	準定	硫黄岳～赤岳	八ヶ岳	矢野貞	2B	つくも草を見る 【募集済】
6/15 (水)～17 (金)	定	天狗角力取山～障子ヶ岳	朝日連峰	武内	2B	新緑 【募集済】
6/20 (月)	自然保護	どんぐり散歩4	柏市手賀の丘周辺	小野	1A	身近な里山の自然観察をする 【募集済】
6/23 (木)～24 (金)	定	守門岳	越後	北田	2B	残雪の越後の山 【募集済】
6	定	房総海岸線	房総	県連ハイキング委	1A	県連 ウィークデー山行【中止】
6/26 (日)	準定	高麗山	相模丘陵	外崎	1A	【ゆるゆる山行】相模湾に面した常緑樹の森の中を歩く
7/2 (土)～3 (日)	定	浅草岳	上越	小林隆	2B	ヒメサユリ鑑賞

7/9 (土)～14 (木)	定	薬師岳～水晶岳～鷲羽岳	北アルプス	白崎	3C	雲の上の縦走路を歩く
7/25 (月)～29 (金)	定	飯豊山	飯豊連峰	佐藤清	3B	飯豊連峰縦走 【募集済】
7/25 (月)～27 (水)	定	白山	白山	小林安	2B	黒百合などの高山植物
7/27(水)～31(日)	定	荒川三山 (悪沢岳～荒川岳～赤石岳)	南アルプス	矢野貞	3C	南アルプスを歩く
7/28(木)～31(日)	定	白峰三山 (北岳～間ノ岳～農鳥岳)	南アルプス	郷田(小島徹)	3C	3000m 峰パノラマ散歩
7	定	霞沢岳	北アルプス	秋山	3B	二百名山 霞沢岳に登る【中止にして再計画】