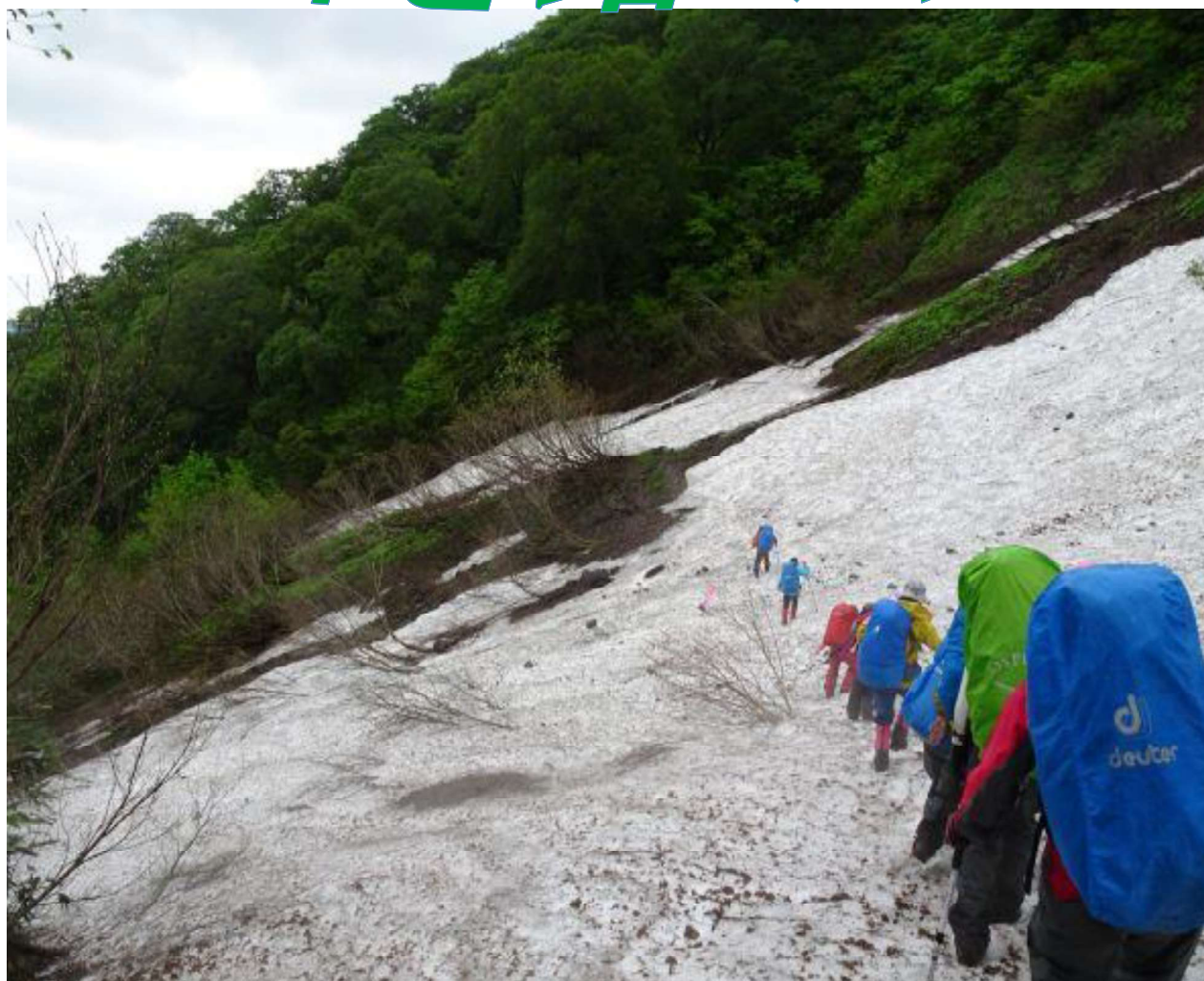




残雪を踏み頂へ



7月の定例集会は

7月5日(火) 19:00~

我孫子北近隣センター並木本館

定例山行計画

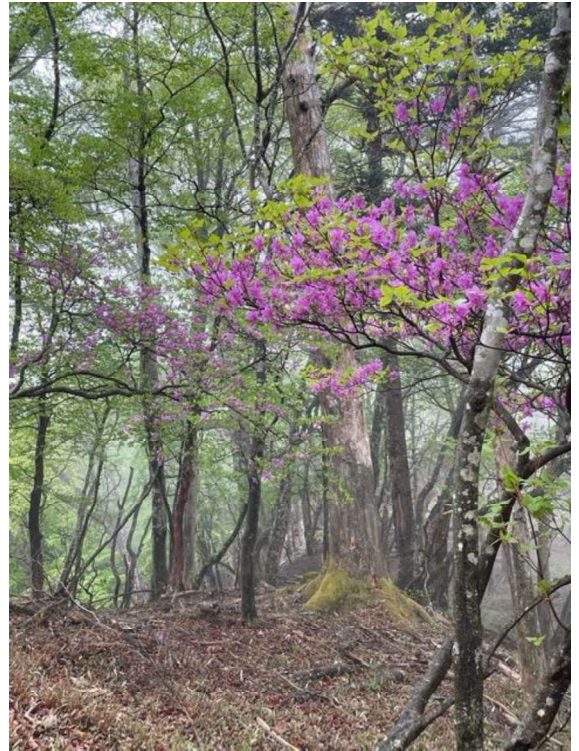
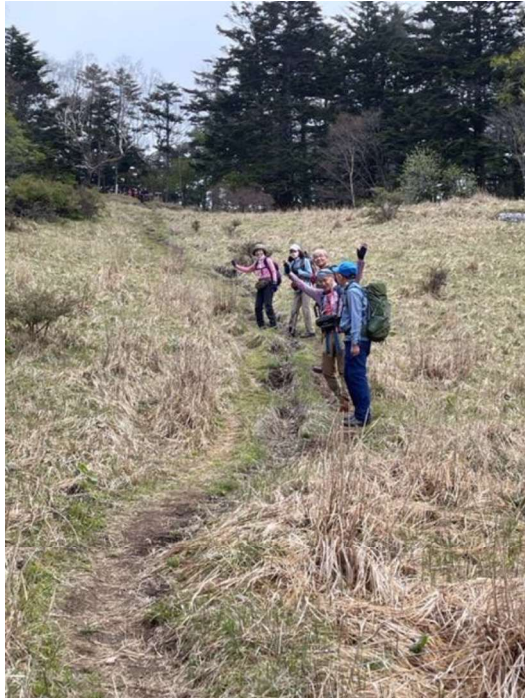
ご案内



定例山行計画	月山 (1984m)	リーダー:石塚 グレード:2A
月日	2022年8月4日(木)8月5日(金)	
山域	出羽	地形図 1/25000 月山
目的	信仰の山出羽三山の主峰に登る。高山の花を楽しむ。	
費用	約 42,000 円	交通機関 JR、バス
行程	<p>1日目 我孫子 5:31→上野 6:04/6:14(新幹上越線とき 301号新潟行)→新潟 8:14/8:22(乗継 JR 特急いなほ 1号鶴岡行)鶴岡 10:16 着 10:43 バス→ 休暇村羽黒で乗継→月山 8合目 12:32⇒弥陀ヶ原湿原散策⇒ 仏生池小屋 15:00 仏生池小屋泊 歩行時間 約 2 時間半</p> <p>2日目 仏生池小屋 6:00⇒月山頂上 8:30⇒牛首 9:30⇒姥が岳⇒リフト ⇒姥沢バス停⇒道の駅にしかわ/水沢温泉 (入浴) タクシー→JR 寒河江駅 →山形駅→上野→我孫子 歩行時間約 4 時間</p>	
	仏生池小屋は 8 名で予約済。 モンベル会員には、コーヒー一杯サービス。 雪の状況により軽アイゼン必要の可能性あり。 悪天候の時は中止します。	

定例山行報告

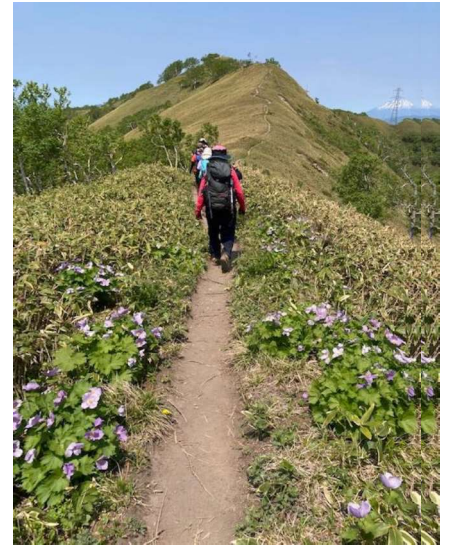
定例山行報告	雁ヶ腹摺山～檜ノ木尾根 (1874m)		リーダー：千葉 グレード：2 B
月 日	2022年5月22日(日) 日帰り		
山 域	大菩薩連嶺	地形図	1/25000 七保
目 的	新緑の緩やかで長い尾根歩き		
費 用	約5000円 (休日お出かけパス利用)	交通機関	JR、タクシー、バス
行 程	大月駅集合 7:20 (タクシー)⇒大峠 8:05/8:15⇒雁ヶ腹摺山 9:10/20⇒大華ノ頭 10:10→ 唐松立 10:20/30→29号鉄塔(三ツ石タツマ先) 11:20/11:50 昼食→ 榎尾根の頭 12:50/13:00→大峰 13:15/25→水無山 14:20→ 上和田 15:30/1404(バス)⇒大月駅 16:45 解散 <歩行時間 6時間30分>		
ルート 状況	<ul style="list-style-type: none"> ・檜の木尾根は雁ヶ腹摺山 h1874m～上和田 h500m と次第に下っていく。しかし、急な下りや登り返しも多く、決して楽なルートではない。 ・大峠～雁ヶ腹摺山は整備されたルート。 ・檜ノ木尾根に入ると所々不明瞭な部分あり。 ・道標はちゃんと立っていて、赤テープもつけられている。 ・三ツ石タツマを過ぎ、29号鉄塔があるピーク前に鉄塔巡視路が分岐している。ピークを巻く道かと思って進んだが、鉄塔巡視路特有のプラスチックの階段が出てきて、尾根道に戻った。 ・地図上にある大峰から上和田へ直接下る道を探したが、廃道になって久しいようで全く見つけられなかった。ヤママップの記録にあった水無山まで進み、そこから上和田に尾根沿いに下りた。 ・最後の里に下りる道がわからず、急な斜面を下りなんとか登山口標識のある地点にたどり着いた。 		
参加者	L千葉、SL矢野貞、田村、秋山、土田、小島徹、佐藤健 (男4名、女3名) 計7名		
メ モ	<p>当初、4月中旬に予定していたが、大峠までの林道がこの時期は閉鎖中。4月末のゴールデンウィーク直前に開通するとわかり、日程を変更した。</p> <p>朝、大峠にタクシーで到着すると、すでにかかなりの数のマイカーが駐車していた。しかし、雁ヶ腹摺山山頂で1パーティーに出会っただけで、檜ノ木尾根では登山者は皆無。恐らくマイカーで来た登山者はほとんどが黒岳に向かったと思われる。</p> <p>雁ヶ腹摺山山頂はあいにくの曇りで、旧500円札の富士山の姿を望むことは叶わなかった。先頭をベテランの貞子さん、田村さんに歩いていただいた。的確にルートを選んでくださり助かりました。檜ノ木尾根上では、全員でGPSを確認しながら歩き、その便利さに改めて感心した。</p> <p>ミツバツツジやシロヤシオ、ギンリョウソウなどに会うことができ、新緑の心地よい尾根歩きが楽しめたと思う。</p> <p>「面白かったので、またこういう山行をやって欲しい」という声をいただいた。</p> <p>参考：大月駅～大峠 ジャンボタクシーで約¥10500。(富士急山梨ハイヤー)</p>		



定例山行報告		アポイ岳 ・ 伊達紋別岳 (817m) ・ (715m)		グレード： 2B リーダー： 大平
山行期間	令和4年5月23日(月)～5月26日(木) ホテル3泊4日			
山域	北海道・南部	地形図	1/25000 アポイ岳、様似、伊達	
目的	高山植物の宝庫アポイ岳と早春の花が咲く伊達紋別岳を歩く			
費用	航空 29,680円、JR・宿・車 41,400円 他	交通	JR、航空機、レンタカー	
行程	5/23 (月) 曇りや雨	我孫子駅 5:31→羽田空港 7:00/8:00ANA53 便→千歳空港 9:30 レンタカー借用 10:48→道の駅 サラブレッドロード新冠 12:07 (昼食) 12:45→判官館森林公園 13:00/14:30→道の駅みついし 15:18/26→アポイ岳ジオパークビジターセンター 16:20/17:00→アポイ山荘 17:05 (入浴・夕食)		
	5/24 (火) 霧のち晴れ	アポイ山荘 6:00→登山口 (80m) 6:05/10→五合目 7:58/8:15→七合目 8:45/9:00→八合目 9:40/53→アポイ岳 (817m) 10:22/30→吉田岳方面の岩稜地帯に行き引き返す→アポイ岳 10:42 (昼食) 11:20→岩陰で花鑑賞休憩 11:53/12:00→五合目 12:41/50→登山口 14:12/30→観音山公園 14:55/15:20→道の駅サラブレッドロード新冠 16:40/15:09→むかわ温泉ホテル四季の風 18:00 (夕食・入浴)		
	5/25 (水) 快晴	ホテル四季の風 5:58→有珠山 SA6:35/45→伊達 IC7:00→伊達紋別岳登山口 (70m) 7:46/8:00→草分け神社跡 9:00/10→五合目 9:30/40→七合目いっぷく広場 10:02/10→みはらし平 10:29→前紋別岳 10:44→紋別岳 (715m) 11:17 (昼食) 50→みはらし平 12:29/35→いっぷく広場 12:57/13:10→登山口 14:26/39→伊達温泉 15:00 (入浴・夕食)		
	5/26 (木) 曇り	伊達温泉 (入浴・朝食) 7:50→昭和深山・三松正夫記念館 8:10/9:15→道の駅そうべつ情報館 9:30/10:00→壮瞥公園洞爺湖展望台 10:05/20→ホロケナシ駐車公園 11:35/48→白老 IC→苫小牧西 IC12:03/20→支笏湖ビジターセンター 12:50 (昼食・散策) 15:00→千歳空港 16:00ANA 7 8 便 19:03→羽田空港 21:35→我孫子駅 23:13		
	参加者	大平L、小野SL、外崎、桐生、石塚、小島洋、矢野朝、蟹江、田嶋 男2 女7 計9名		
ルート状況	<ul style="list-style-type: none"> 千歳空港でレンタカーを3台借り、3名ずつ乗車し行動した。 アポイ岳と洞爺湖有珠山2つのジオパーク(地質遺産公園)を巡る山行です。 判官館森林公園は新冠町のキャンプ場もある広大な敷地の公園。源義経伝説がありオオバナノエンレイソウ群落や春の山野草が多く咲いていました。 アポイ岳は国指定特別天然記念物アポイ岳高山植物群落でかいらん岩の地層が露出しアポイやサマニを冠した高山植物の固有種が多く咲いていました。花の百名山でもあり多くの登山者で賑わっていました。 観音山公園は33体の観音が祀られ山ツツジ等が咲いていた。 伊達紋別岳は火山灰を踏んでの歩行でシラネアオイが見頃で五合目以降の稜線歩きでは有珠山、昭和山、洞爺湖を眼下に、白銀の羊蹄山も遠望できた。 天候に恵まれ山行が順調だったので4日目は観光とドライブを楽しみました。 			
メモ	<ul style="list-style-type: none"> 千歳空港からアポイ岳までの道は遠く、海岸沿いの平坦な道が延々と続く。 アポイ岳の登山道は整備されていて避難小屋が建つ五合目までは平坦だが以降は急登でかいらん岩にへばりついて可憐な花々が咲いていた。監視員のアドバイスで幌満お花畑を止め吉田岳方面の岩稜帯に少し進んでみた。早朝は霧でしたが次第に晴れて頂上直下ではピンネシリ始め日高の山々が見え、眼下に様似の海岸線が見え出した。 下山後に観音山公園に立ち寄り新冠の道の駅経由でむかわ温泉に宿泊した。 むかわ温泉からの道央道走行は空いていて快適。北側には残雪の山々が見え苫小牧や室蘭の工業地帯を經由し、伊達紋別岳の登山口に向かった。 登山者駐車場は混み合っていて人気の高さを感じました。 山頂で室蘭市山の会メンバーに会い、近郊の山情報を教えてもらった。 伊達温泉に宿泊し、翌朝昭和山資料館で火山活動の勉強をし、支笏湖ビジターセンターを見学し千歳空港に向かった。 			



アポイ岳頂上



両側シラネアオイの径



熊避けの鐘



花の群落 アポイ岳



伊達紋別岳頂上



羊蹄山と洞爺湖遠景

アポイ岳 ・ 伊達紋別岳の高山植物



センボンヤリ春型



エゾオオサクラソウ



アポイアズマギク



アポイタチツボスミレ



アポイシオガマ



アポイクワガタ



ミヤマオダマキ



ヒダカイワザクラ



チングルマ



サマニユキワリ



エゾキスミレ



ヒメイチゲ



シロバナエンレイソウ



シラネアオイ



クルマバツクバネソウ



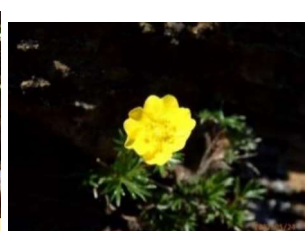
ツクバネソウ



チシマフウロ



アポイカンバ



アポイキンバイ

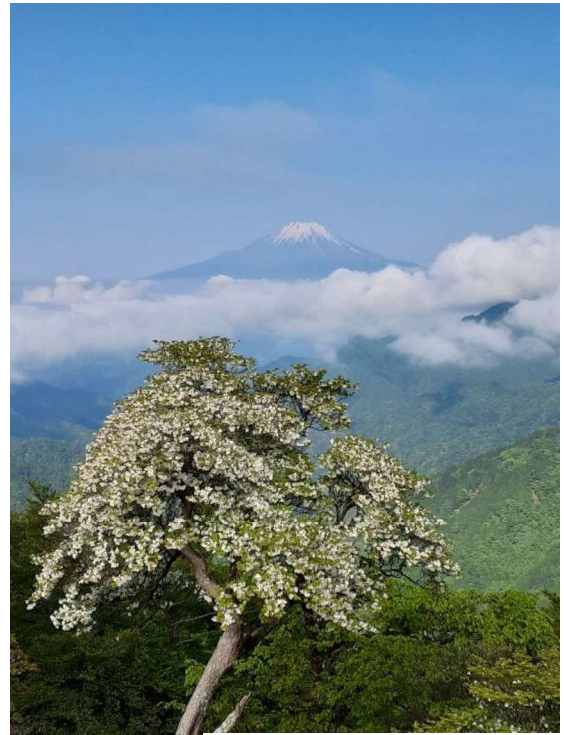


キンロバイ

定例山行報告		丹沢山 (1567m)		リーダー:高橋芳 グレード:2B
月 日	2022年5月24日(火)~25日(水)1泊			
山 域	丹沢	地形図	1/25000 青野原 大山 中川	
目 的	新緑とシロヤシオを楽しむ			
費 用	約1,2000円	日の出4:31、日の入18:56	千代田線・小田急線・神奈川交通バス	
行 程	一日目	我孫子5:34→代々木上原6:44/6:47→渋谷駅北口8:03/バス8:12発→大倉8:27/43→雑事場の平9:43 →堀山の家11:15/30→花立山荘13:00/10→金冷し11:58→塔ノ岳14:25/40 →日高15:21→竜ヶ馬場15:45→丹沢山(みやま山荘)16:17 <歩行時間約7時間>		
	二日目	丹沢山(みやま山荘)6:15 →竜ヶ馬場6:50/55 →日高7:20→塔ノ岳8:08/31 →金冷し8:55→大丸9:11→小丸尾根分岐9:30→小丸9:46→鍋割山10:20/11:10(昼食)→後沢乗越12:18:25→四十八瀬川渡渉12:51→二俣13:32→大倉バス停14:53→渋谷駅15:50→代々木上原→我孫子18:06 <歩行時間約7時間半>		
ルート状況	<ul style="list-style-type: none"> ・大倉尾根は階段を上るだけでなく平らな新緑の美しい登山道であることを再確認した ・塔ノ岳から丹沢山はミツバツツジ・シロヤシオの美しい登山道で木道も歩きやすい ・鍋割山から二俣までは丹沢らしい手ごわい下山道、最後の林道をどこの山のきつい。 			
参加者	高橋L・本田SL(やまなみ)・佐藤清 カメラ・記録 一氏 会計 男1、女3計4名			
メモ	<p>*新谷Lが企画、手配された山行だったが、ご家族の緊急入院のため高橋が替わってLを務めた</p> <p>*雨の続く中でこの2日間は最高の天気恵まれ、まさにいいとこ取りで目的のシロヤシオを堪能した。ミツバツツジ・山ツツジも緑に映えて見事な光景に「サイコー！」の声を上げた。</p> <p>・霧が下りてきてさらに幻想的な登山道となった。丹沢山には予定より若干遅くなったがほぼ予定通りに到着した。コロナ禍で定員16名と少数。10人分我がグループ4名でゆったり過ごした</p> <p>・夕日の後、街の夜景を見ながら早々と就寝。翌朝は朝日と富士の絶景、主脈の山々、をしばらく展望したあと、6時15分に出発した。竜ヶ馬場での眺望を期待したがやはり霧に阻まれた。昨日楽しんだツツジを再度楽しみ、塔ノ岳で休息した後、鍋割山を目指した。</p> <p>・有名な鍋割山荘の頑固オーナーの鍋割うどんを賞味。最初で最後の味を楽しんだ。後沢乗越の沢を下りたところに山荘の主人と思われる車が止めてあり、ここからボッカして作った鍋割うどんの1500円に納得した。二俣からの長い林道を最後の力を振り絞って歩いた。</p> <p>・かくして無事、大倉バス停に到着し、それぞれ地元美味しい豆腐をお土産に帰途に着いた。</p>			



やっと着きました丹沢山



富士とシロヤシオの絶景

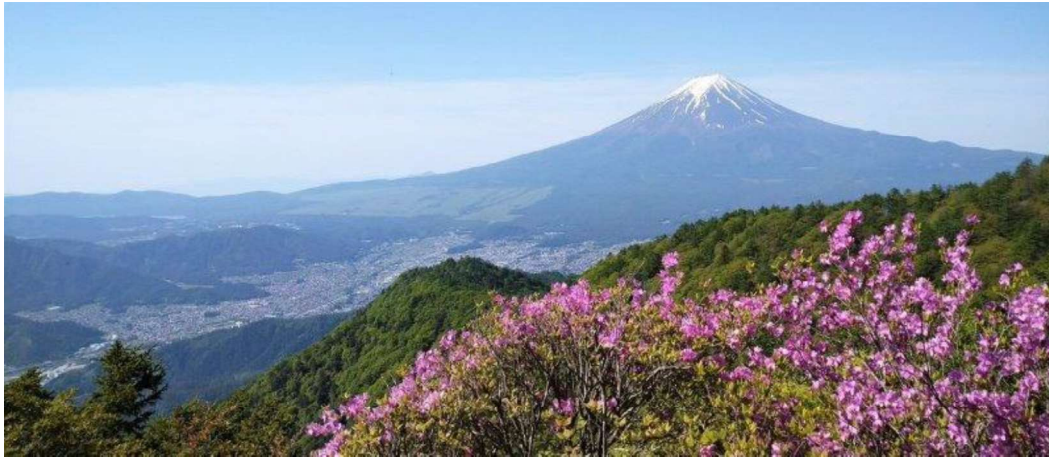


最初で最後の鍋焼きうどん

定例山行報告	三つ峠山～清八山～本社ケ丸 (1785m)～(1593m)～(1630m)			リーダー: 郷田 Gグレード: 2B
月 日	令和4年5月28日(土)～29日(日) テント泊 天候: 快晴			
山 域	御坂山塊	地形図	1/25000 河口湖東部、笹子	
目 的	① 富士山展望と新緑を楽しむ ② 焚き火を楽しむ			
費 用	約1.1万円	交通機関	JR、レンタカー、自家用車	
行 程	一 日 目	我孫子駅(05:33)→新松戸(5:47/5:50)→西国分寺(6:47/6:55)→高尾(7:18/7:26)→大月駅(08:10/30)(レンタカー)→大月IC→河口湖IC→買い物(管理車合流)→紅葉台登山口(9:50)→紅葉台(10:10)→三湖台(10:30/11:30)(昼食)→三湖台登山口(12:00)(東海自然歩道)→浜ノ家キャンプ場(12:10)(テント設営、夕食、懇談)(歩行時間約1時間10分)		
	二 日 目	キャンプ場06:00→三つ峠裏登山口(06:50/07:10)→三つ峠山(08:30/40)→清八山(11:40)→清八峠(12:40)→本社ケ丸(12:40)→清八峠→清八林道(13:30)→三つ峠裏登山口(14:00)→入浴(14:50/16:00解散)→河口湖IC→大月IC→1700頃大月駅(反省会)→我孫子駅20:30(歩行時間:約6時間)		
ル ー ト 状 況	<ul style="list-style-type: none"> ・(紅葉台～三湖台:東海自然歩道)よく整備されたハイキングコースである。 ・(登山口～三つ峠～清八山)危険箇所もないよく整備された登山道(清八山～本社ケ丸)岩場あり、3点確保必要箇所3箇所ほど注意が必要 			
参 加 者	郷田(L) 武内(SL) 土田(会計) 中村育(DR、食担) 小山(食担) 小林安(食担、写真) 藤家(DR、写真) 秋山(記録) (男5名、女3名 計8名)			
メ モ	<ul style="list-style-type: none"> ・1日順延したおかげで2日間快晴 ・富士山の様々な表情を満喫、3湖台からの樹海の眺めもお薦め ・テント設営・撤収、合同調理などを通じて各人のテント山行スキルが向上(調理内容:レモン鍋、焼きそば、野菜、焼き芋など) ・期待したカメモランとアツモリソウは開花前であったが、三つ峠山頂のミツバツツジが満開であった。 ・13時生ビールで乾杯から、20時焚き火終了まで楽しく会食、懇談など ・三つ峠山最短ルートと清八山までの樹林帯、そして本社ケ丸の岩場と変化に富んだルートを常に富士山を眺めながらの山行を楽しんだ。 			



本社ケ丸からの富士



←三つ峠山頂
(ミツバツツ
ジが満開)



三湖台からの富士



テント研修



生ビールで乾杯



メインデッシュ（レモン鍋）



夕食準備中（共同調理実習）



焚き火を囲んでの懇談

準定例実技研修		山食研究会		リーダー：小山
月 日	令和4年5月31日（火）・6月1日（水）		両日とも日帰り	
山 域	我孫子市内			
目 的	山で作る食事を考え工夫を話し合う 同時開設「山のよろず相談室」			
お題	「真夏の山行2日目の夕食と翌日の朝食」を想定し料理を考えて作る			
費 用	約200円			
集 合	10:30 我孫子市ふれあいキャンプ場（五本松公園）			
参加者	5月31日 小山三恵（L）、斎田記代美、中村育子、郷田進、武内勇二、矢野 朝水、小林 安代、 吉川みよ子、秋山 稔 女性5名 男性4名 合計9名			
	6月1日 小山三恵（L）、北角 順子（やまなみ）、高橋 芳恵、外崎蓮、大賀晶子、田嶋まり、北田仁則 川村あき子 女性7名 男性1名 合計8名			
<p>各人、持ち寄った食材と器具で調理して食べてみた。 新型コロナ渦のため皆での試食はできなかったが、慣れている人とチャレンジする人が一緒に作り楽しい雰囲気でした。</p> <p>5月31日（火）は食後に美味しかった山小屋の話やヒドかった山小屋の話。ロープワークについて話し合った。武内さんとロープでチェストハーネスを作り太さによる安定感の違いを学び、ロープとロープを結ぶエイトノット等を実践的に勉強した。</p> <p>6月1日（水）は食後に各人の料理の説明、食事担当時の失敗談などを話し合った。</p>				




ロープワークの練習



注：重量は食材のみの重さ、()内パーナー、ガス、コッヘル等の含む重さ

氏名	郷田	矢野朝	秋山	武内	小林安
メニュー	パスタ、ソーセージ炒め、飲み物	パスタ、トマトとキュウリのサラダ	アマノフーズ「ニュー麺」	卵スープで炊いた豆ご飯、キュウリの酢の物	混ぜご飯、大豆のお肉のコンソメ煮、スープ、海藻サラダ
実写画					
材料、工夫、感想等	早ゆでスパゲッティ、塩、食膳のビール、ナポリタンソース魚肉、ソーセージ、玉ねぎ、野菜ジュース食後のコーヒー	水を多く入れてしまいお湯が沸くまでに時間がかかった。塩を忘れた。勉強必要。反省。	どんなドライフーズが有るか研究の要ありと思った通り美味しかったが量が少ない。器用に調理頑張らないと	重量とかさを工夫、米は水洗いして乾燥させたもの、水加減と火力に気を使う。キュウリは重いが食事のバラエティーに配慮	軽さ。乾燥食品と超軽量のフライパンを使用した。大豆のお肉(ブロック)でタンパク質を摂取できた。初めて一人分の山食を作ったがけっこう美味しく手軽にできたのでいろいろな食材を使ってみたい。
重量	450 g (1670 g)	450 g (863 g)	362 g (777 g)	316 g (1211 g)	195g (967 g)

氏名	齊田	中村育	吉川	小山	大賀
メニュー	親子丼とサラダ	ビーフ炒め、ご飯、水餃子風スープ、キュウリの塩昆布もみ	ペロンチーノパスタ、卵スープ	おでん	シチュー、パン
実写画					
材料、工夫、感想等	卵・みそ漬の鶏肉は冷凍に。おにぎりは塩結び、上に梅干しをのせた一人分には量が多かった、軽量化と時短のことも考えると半分の量でよかった。	ご飯を美味しく、食材が余らないように、食材の腐敗対策大豆ミートは栄養的にも軽量化と腐敗対策の点でも良い。いかに美味しくたべることが鍵。	スープ+パスタを茹でたお湯でスープを作ればよかった。ペロンチーノは市販ソース+サラミの味付けでおいしかった。生野菜使用も検討したい。FDミネストローネスープ、パン、ミニトマト、ルイボステイ	調理時間と手間、材料を全部入れて煮るだけ、おでん缶は230g重いかナと思ったが味付けが良く、素材が大きく、卵や大根・こんにゃく等の味が染みて美味しかった	野菜(人参・アスパラ・かぼちゃ)を天日干しにしたマカロニを入れてスキムミルクを入れて味をまろやかにした。軽くて早くできて良かった。
重量	600 g (1600 g)	250 g (993 g)	155g (1090 g)	320 g (800 g)	278 g (769 g)

氏名	川村	北角	高橋芳	外崎	田嶋
メニュー	鮭のちゃんちゃん焼き	カレーライス わかめのサラダ	夏野菜のカレー・ わかめご飯のおにぎり	えびピラフきゅうりのシーチキンサラダ	ナポリタン・キュウリの梅干し和え・コーンスープ
実写画					
材料、工夫、感想等	アルミで包み2個くらい作る。フライパンに水を入れ蒸し焼きにする	レトルトカレー・FD ご飯・らっきょう漬け・乾燥わかめ・きゅうり・ミニトマト・袋入りドレッシング。FDのご飯は時間が掛かったが、美味しく頂きました。	軽量化を検討した（お湯を入れるだけ）フィリーズドライの品質が良くなっており、十分対応できると感じた。主食を補填するためにシリアルは軽く何でも合うこと、調理できない場合にはそのまま食べることもできる便利な山食であることが分かった。	重いが生野菜が食べたい。見た目青みがほしく青のりを使用材料は全て家に常備されているもので作った。災害用の備えにもなる。我々が美味しく感動した餅入り胡麻スープ（シーチキン入り）	タンパク質が取れるように、パスタに豆、シーチキン、ソーセージ入れた。初めてだったが思いの外上手くいきキャンプ料理にハマりそうです。レトルトのトマトソースを使ったがフィリーズドライのトマトスープなどを使用した方が軽くていい思った
重量	(5205 g)	460 g (1140 g)	70 g (620 g)	220 g (837 g)	(1776 g)



食後の団欒の様子

定例山行報告		光徳、戦場ヶ原 ・ 日光男体山 (1405.8m) ・ (2484m)		リーダー：高橋芳 グレード：
月 日	令和4年6月3日(金)～4日(土)		日帰り/旅館 1泊 2日	グレード1A/2B 高橋芳
山 域	日光	標高差 登り下りとも 1204m (2日目)	地形図	日光
目 的	令和 4年 6月 3 日(金曜日)～ 6月 4日(土曜日)		山行形式	日帰り・旅館泊
費 用	日帰り約 5,000 円 宿泊 約 12,000 円	交通機関	東武電車・バス	
行 程	1 日 目	我孫子駅発 5:31→東武柏駅 5:47→春日部駅 6:34/44→東武日光駅 8:16→JR 日光駅 8:45 (バス) →中禅寺温泉 9:25/35(バス)→アストリアルホテル前 9:50/10:00⇒逆川入口 11:20⇒小田代橋 11:50⇒泉門池 12:00/15⇒湯滝・トイレ⇒湯滝入口バス停 13:20/35→中禅寺温泉 14:05/15:40 (日帰り組帰宅) ⇒16:00 2ヶ所に宿泊 (行動時間：3時間20分)		
	2 日 目	二荒山神社境内 6:00⇒2 合目 6:30⇒4 合目 7:15/7:25⇒5 合目・避難小屋 7:45⇒6 合目 8:05/15⇒7 合目 9:00⇒鳥居 9:30⇒9 合目 10:15⇒男体山頂上 10:45(昼食と記念撮影)/11:25⇒8 合目 12:15⇒7 合目 13:00/10: ⇒4 合目 14:20⇒二荒山神社 15:20⇒温泉入浴 15:50/17:02(バス)→東武日光駅 17:42/18:10 (特急) →春日部 19:40→東武柏駅 20:25→我孫子駅 20:35 (歩行時間：約8時間) (行動時間：9時間20分)		
ル ー ト 状 況	<ul style="list-style-type: none"> ・1日目予定していた社山入り口阿世瀨⇔阿世瀨峠は通行止めの為、戦場ヶ原ハイキングに変更した。光徳牧場→戦場ヶ原→湯滝 ・2日目男体山は6合目から岩稜帯となり9合目からはザレとなる。粘土質の登山道は滑りやすいため歩行に注意を要した。帰路骨折事故で救急要請をしている登山者に会い、岩稜歩きのリスクは大きい。全域は二荒山神社所有の為 入山料 1,000 円 全域にトイレはない (要携帯トイレ) 			
参 加 者	L 高橋芳 SL 深草・村越 外崎 北田 森岡 一氏 田嶋 吉川 (日帰り) 大山 箕輪 小野 男性 5 名・女性 7 名 計 12 名			
メ モ	<p>*9 月末まで中禅寺南周回線歩道南岸線が工事の為通行中止となっており、社山登山予定を戦場ヶ原ハイキングに変更し光徳牧場を起点に周遊した。丁度ズミの花の見ごろで逆川に咲くククリンソウも楽しめた。湯ノ湖を回る予定が折からの雨のため湯滝からバスに乗った。</p> <p>*中禅寺湖で解散し、宿泊組と箕輪さんと日光自然博物館を見学、小野さんの植物講義+博物館での見学を含めてしっかり実地教育研修を実施した。</p> <p>*2 日目は晴天に恵まれ、6 時のドーンという神社の太鼓の音に励まされて二荒山の門をくぐり、目指す山頂の奥宮へ。昨日から下から見上げていた男体山山頂を目指しひたすら上った。4 合目付近では林道を歩き少しほっとした。6 合目からは不規則な岩稜が続き、7 合目からは危険を伴う為、声をかけあって安全を確認した。眼下の中禅寺湖の眺望、雪を抱いた白根山、尾瀬の山々、富士山も望めた。5 合目、8 合目には簡易避難小屋があり、天候が悪い時には助かると思うが、全山が神域となっておりトイレがない。女性には厳しい山である。(携帯トイレは必須)</p> <p>*8 合目からは土が崩れないように土留めが施されているが粘土質とザレ石で滑りやすい。</p> <p>*山頂には奥宮があり、本日の登山の幸せといつまでも歩くことができることを思い参拝した。</p> <p>*刀剣の立つ頂に登るとさらに周囲の山々の眺望が楽しめる。(バンサーイ!!)</p> <p>*下山は危険度が増すため山行部長に安全登山の指導をお願いし、足元の岩を確かめながら慎重に下った。8 合目に骨折したと思われる傷病者がいて、外崎さんが救急処置を手伝った。当事者は救急要請し、ヘリコプターが飛び、林道終点には救急車が待機していた。</p> <p>*我がグループは予定より時間がかかったものの安全に全員無事下山した。</p> <p>*4 合目からはシロヤシオ群生地であり今年は裏年か、少し早めであったが十分楽しめた。</p> <p>*しめて8時間余の歩行と9時間余の行動時間を終え、温泉浴後の心地よさは最高だった。</p>			



湯滝



光徳牧場



ズミの花は満開でした



川辺のウォーク



全員で登頂

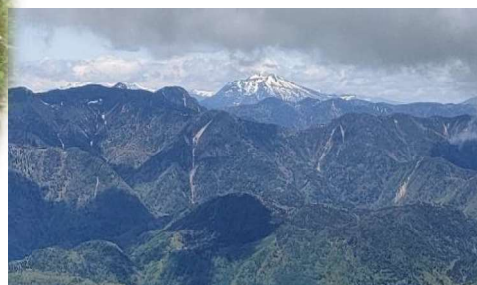
男体山山頂



中禅寺湖にまっしぐら



クリンソウ



日光白根山

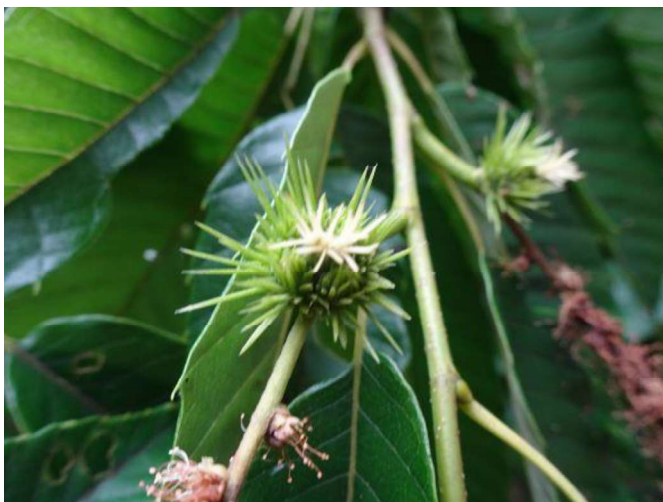


無事下山しました2枚

定例山行報告		大島・三原山 (758M)		リーダー：小島 グレード：1A
月 日	令和4年6月5日(日) 日帰り			
山 域	伊豆大島	地形図	1/25000	
目 的	新緑と海を眺める。			
費 用	10,300円	交通機関	JR 船	
行 程	我孫子駅 6:53→浜松町 7:49→竹芝栈橋 8:30→大島港着 (10:35/10:50) バス→三原山頂 口 11:20/25⇒三原神社 12:08⇒火口展望台 12:15/45 (昼食) ⇒火口西展望所 12:50⇒三原 頂口 13:49/バス14:30→大島港 14:55/船 15:30→竹芝栈橋→我孫子 18:40 歩程時間 2時間30分			
ル ー ト 状 況	<ul style="list-style-type: none"> ・東海汽船三原山フリーウオーキングに参加 ・観光用に整備されておりました。 			
参 加 者	(L) 小島 (SL) 石塚 写真 飯塚 旗 飯合 中村弘			
メ モ	<ul style="list-style-type: none"> ・東海汽船の日帰りフリーウオーキングの参加で、船とバス代及び1,100円のお土産付き 利用券が利用でき、個別に購入するよりお得でした。 ・日帰りの為、お鉢回りが出来ませんでした。 ・歩道は舗装されていまして、足には優しくない。 ・タニウツギが咲いていました。 ・1968年の噴火の跡で溶岩が見られました。 			



自然保護活動	どんぐり散歩4			リーダー:小野 グレード:1A
月 日	令和4年6月20日(月) 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 11:25～12:00⇒どんぐりの家前 解散 14:20			
ル ー ト 状 況	問題なし。			
参 加 者	L小野 石塚:SL 中村八 千葉:植物記録 桐生 齊田 小林:写真 吉川 佐藤明 中村育 外崎 新谷 田嶋 高橋重 男性1名 女性13名 計14名			
メ モ	天候に恵まれた散歩日和でした。ツユクサが開花でした。			



栗の雌花

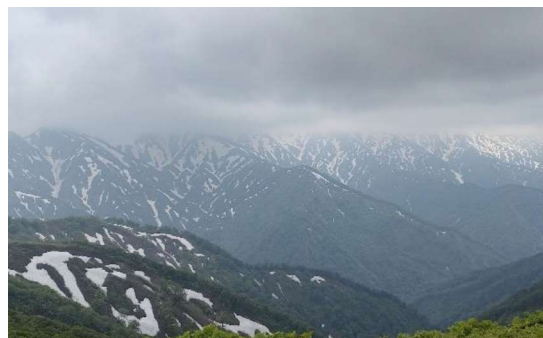


定例山行報告		天狗角力取山 (1379m)		リーダー:武内 グレード:2B	
月 日	令和4年6月15日(水)~17日(金)		避難小屋泊		
山 域	朝日連峰		地形図	1/25000 大井沢	
目 的	① 朝日連峰の展望 ②新緑を楽しむ				
費 用	約33,000円(大人の休日利用)		交通機関	JR、路線バス、タクシー	
行 程	1 日 目	我孫子駅 10:15→上野駅 10:49/11:06(山形新幹線)→山形駅 13:44/14:19 (JR左沢線)→寒河江駅 14:48/14:53(西川町営バス)→道の駅にしかわ 15:29/16:39 (西川町営バス大井沢線)→橋本荘(民宿) 17:20			
	2 日 目	橋本荘(ジャンボタクシー2台) 6:50→南俣沢出合 7:05/7:20⇒焼峰 9:25/9:30⇒獵師の水場 10:40/10:50⇒昼食 12:00/12:20⇒雨量観測所 12:45/12:55⇒栗畑⇒天狗角力取山 13:30/14:00⇒天狗小屋 14:10 (歩行時間:約5時間30分)(行動時間:6時間50分)			
	3 日 目	天狗小屋 5:15⇒栗畑 5:45/5:55⇒雨量観測所 6:15/6:25⇒獵師の水場 8:00/8:15⇒南俣沢出合 11:00/11:40(昼食)⇒大井沢温泉 12:30/14:25(ジャンボタクシー2台)→左沢駅 15:20/16:15(左沢線)→山形駅 16:56(解散)/17:05 又は 18:04(山形新幹線)→上野駅 20:42/20:54→我孫子駅 21:30 (歩行時間:約5時間10分)(行動時間:7時間)			
ル ー ト 状 況	<p>① 焼峰を過ぎ、標高950m辺りから登山道に雪渓が出だした。雪渓の入口・出口のテープに導かれて雪渓を渡る。斜度はそれほど無いので滑落の怖れは少ないが、雪渓の端の氷結と雪渓下の空洞に注意が必要。雪渓は栗畑まで6~7ヶ所あった。</p> <p>② 登山道は整備されているが、下りの場合、粘土質や落ち葉で滑りやすいので注意。</p> <p>③ ブナ林は見事。登山道横には高山の花々が多く楽しめる。</p> <p>④ 天狗小屋は快適(利用料1,500円/人)。水場は小屋左の急坂を10m程下りた所の水流を利用する。</p>				
参 加 者	武内(L・やまなみ)、佐藤清(SL)、外崎(記録)、田村、矢野貞、本田(食担)、石塚(食担) 小島洋(食担)、小林安(写真) 小野、吉川、大賀(会訃) 男2名 女10名 計12名				
メ モ	<p>1 日 目 寒河江駅から西川町営バスを乗り継いで天狗角力取小屋登山口近くの民宿橋本荘に到着。近くの大井沢温泉ゆったり館で入浴後、民宿の山菜尽しの夕食を堪能した。</p> <p>2 日 目 バカ平を南俣沢沿いに少し登ると見事なブナ林となる。雪国らしくどの木も根元が少し曲がって林立している。新緑がとても美しい。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・焼峰を過ぎ、竜ヶ岳をトラバースする辺りから雪渓が出だした。雪渓の出入口付近は、雪に潰された小枝が登山道を塞いでいるので、枝を掻き分けながら進む。雪が消えた直後の水辺には水芭蕉が顔を出していた。竜ヶ池付近の谷間は雪に覆われ、池は見えなかった。 ・標高が上がるにつれ、花の季節は逆戻り。麓では葉だけだった花々が咲き誇っている。小野さんが花の名を教えてくれた。「一遍に憶えなくてもいいのよ。一つでいいんだから」 ・雨量観測所付近で、念願のヒメサユリに出会った。雨に濡れながらも健気に花を咲かせている。ここから石畳の登りとなる。こんな奥深い所になぜ?と疑問を抱かせる。 ・最後の雪渓を登りつめると程なく栗畑に出る。障子ヶ岳の三角錐が聳える。明日はあそこのピークに立つと期待が膨らんだ。反対側には天狗角力取山のなだらかな山頂が見える。山名の由来となった土俵のある空き地も見えた。その下に天狗小屋も見える。その奥には、山頂を雲に隠しながらも雄大な朝日連峰の連なりが見えた。 ・土俵には草が生えていた。もっとすっきりしていたとの憶えがあったが、12年の間に記憶が風化したようだ。昔と同じように小石で丸く囲み、仕切り線もある。ここは風向きの影響で背の高い草木は生えないとのことだ。 ・小屋への分岐を過ぎ、ウツボ峰(以東岳方面)と二ツ石山(寒江山・狐穴小屋方面)の分岐がある。ウツボ峰方面へ登るとケルンがあるが天狗角力取山の頂を示す標識はなかった。分岐に戻りうろうろしていると、天狗小屋の管理人(佐藤さん)が柴犬を連れて上がってきてくれた。中々小屋に下りてこないで、心配して見に来てくれたとのことだった。 <p>3 日 目 【予定変更】栗畑にザックをデポして軽装で障子ヶ岳を往復、昨日のルートで下山の予定だったが、悪天候のため障子ヶ岳登頂は断念した。これにより、約3時間の空き時間が出来たので、帰路はゆっくりだった。昨夜の雨で雪渓も少しばかり形を変えている。</p>				

- ・ぬかるみと滑りやすい道に注意しながら、ゆっくりと下った。木漏れ日で美しいブナ林では新鮮な空気を胸いっぱいに取り込んだ。
- ・大井沢温泉ゆったり館で汗を流し、身も心も爽快、ゆったりした気分で帰路についた。



天狗の仲間たち？



栗畑より朝日連峰遠望



天狗角力取山山頂にて



木漏れ日が美しいブナ林



雪溪のトラバース



←イワウチワ
カタクリ→



ヒメサユリ



←タムシバ
サラサドウダン→



←シラネアオイ
ハクサンチドリ→



ゴゼンタチバナ



2022 登山講習参加の記

佐藤清・小林安・細谷・千葉

県連ちばニュース4月号に、『登山講習の案内』が載りました。県連教育遭難対策委員会の主催で、「教遭委では自立する登山者のための実技講習を活動方針とし、今回は岩稜地帯の歩き方を計画」とありました。日時は、6月4日(土)。場所は、宇都宮市の古賀志山(583m)。以前は、岳人あびこでも会として、ロープワークの机上研修や山行がありましたが、新型コロナ以後は実施されていません。

ロープワークは、安全登山や山行の幅を広げるといふ観点から重要だと考えます。しかし、普段から練習し、時々実践しないと忘れてしまいます。いざという時に役に立たなければどうしようもありません。そこで、新型コロナも少し落ち着きを見せ始めたし、いい機会ととらえ4人で参加しました。

6:00 北柏からレンタカーで出発。

8:30 高速道路を使わずに2時間30分で集合場所の古賀志山南山道駐車場に到着。

9:00 伊東委員長(かがりび山の会)挨拶の後、不動滝(岩登りのゲレンデ)を経て講習場所へ。

9:45~11:00 講習①

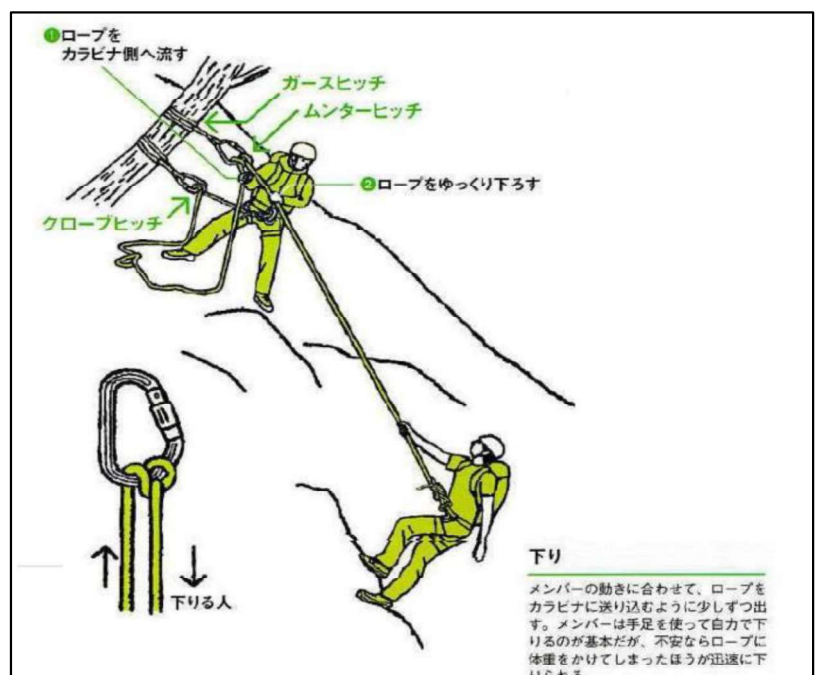
実技講習①内容

- ・簡易ハーネス 120cmスリングを使用しシートベントで作成した簡易ハーネスを装着。
装着後、取り付けを確認し、テンションが掛かった時に結び目がズレない事を確認する。
- ・エイトノット ロープの末端にエイトノットで輪を作り簡易ハーネスに安全環付カラビナで取り付け。
- ・登りでの確保 ペアを組み、1名がロープをハーネスに取り付けた状態で登り、60cmスリングにてセルフブレイを取る。支点構築(講師が実施)し、ムンターヒッチでペアが登ってくる際に確保を実施。(写真右)
- ・下りでの確保 1名が上部でムンターヒッチで制動をかけ、1名が下る際に確保を行う。
- ・フリクションノットでの下り ロープにフリクションノットでスリングを結び、制動をかけながら下る。
- ・懸垂下降 傾斜がゆるい場所にて、各自のハーネスにムンターヒッチでロープを取り付け下降を行う。



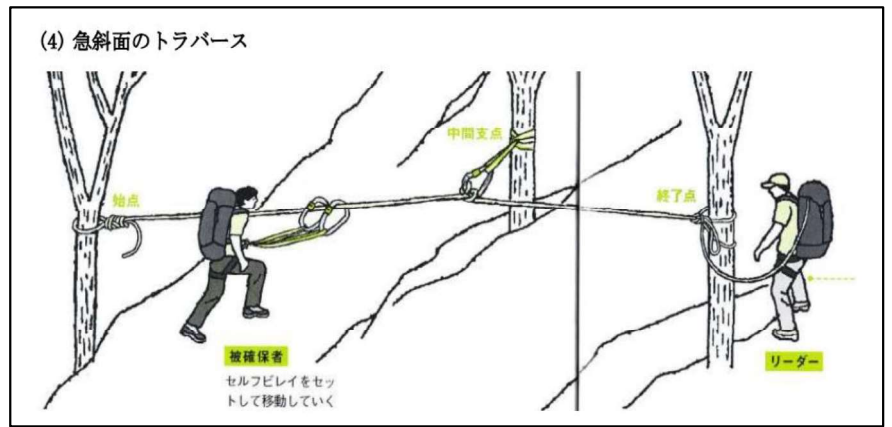
感想

- ・講習を実施した場所は傾斜が40~50度ほどあるが、比較的柔らかい場所で安心して練習することが出来た。
- ・ムンターヒッチでの確保は、被確保者とロープのスピードが合わないと、テンションがかかりすぎたり、余ったりしてしまう。声をかけながらロープの調節を行う必要がある。



11:00～11:30 御岳山の岩場を、固定ロープを利用し、60cm スリング2本を使いトラバースして古賀志山の頂上へ。
(昼食)

12:00～14:45 古賀志山～御岳山
～中岩～赤岩山 535m) 講習②



実技講習②内容

- ・簡易ハーネス装着。ロープを上から垂らしてもらい、ロープ末端をエイトノットで安全環付カラビナに連結。確保してもらい岩場急斜面を登る。(写真右)
- ・上でムンターヒッチで確保してもらって、岩場急斜面を下降(クライムダウン)。
- ・固定ロープにフリクションノットでスリングを結び、自己確保しながら岩場急斜面を登る。



14:45～15:45 赤岩山からパラグライダー離陸場を通過して林道に下り、駐車場へ帰る。

かがりび山の会の指導でストレッチを行う。

16:00 伊東委員長の挨拶の後、解散

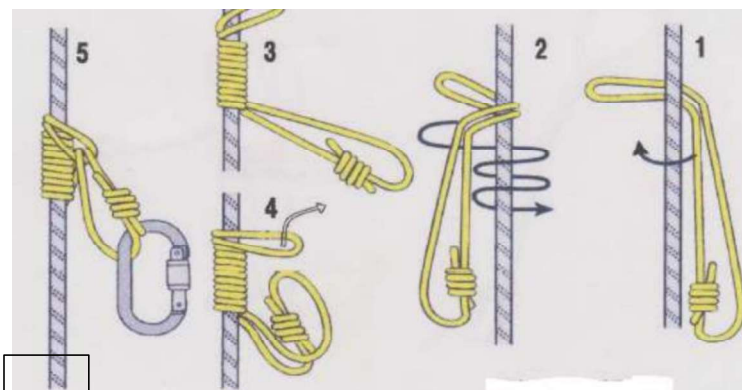
19:30 柏に帰着

参加者 23名(4班)

リーダー4 (かがりび山の会2・茂原道標山の会・船橋勤労者山の会)

かがりび山の会4・茂原道標山の会3・船橋勤労者山の会2・松戸山の会2・

東葛山の会4・岳人あびこ4



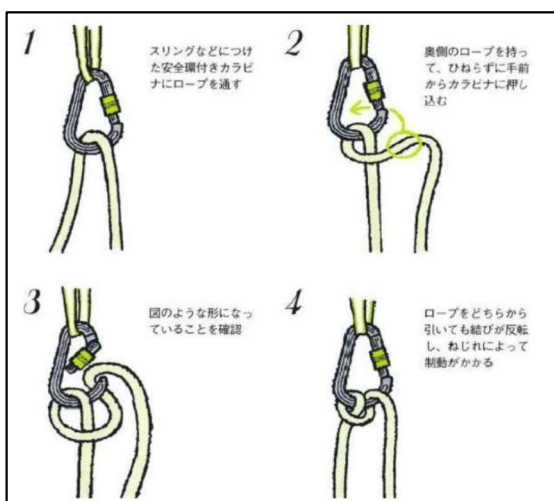
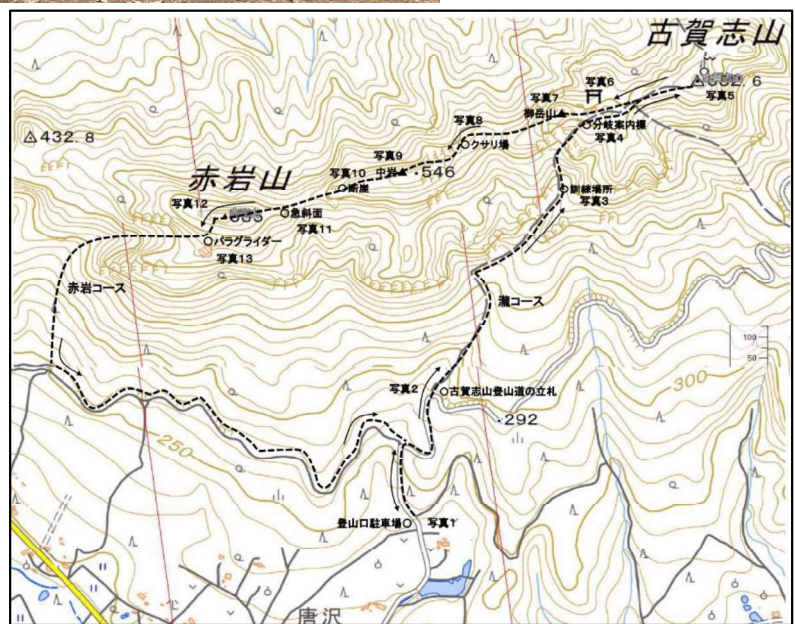
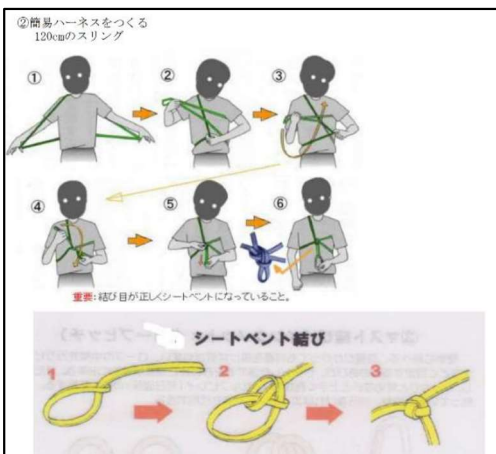
千葉県内の山の会の方をリーダーに、その会の方々と共に講習を受け、岩稜帯を歩き、とても良い刺激を受けた。どんな山や沢に出かけているかなどの情報交換も有意義であった。

←フリクションノット(クレムハイト)

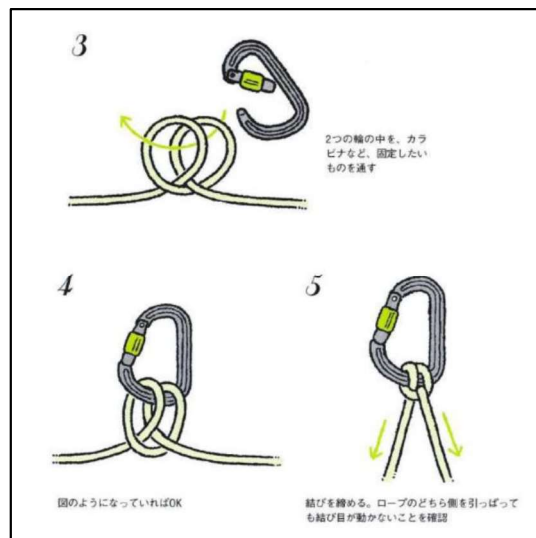


古賀志山山頂で
全員集合。

▼シートベルト結びで簡易ハーネス



▲ムンターヒッチ(半マスト)



▲クローブヒッチ(インクノット)

令和4年度 運営委員会(第4回) 議事録

令和4年6月21日(火)

1. 行事予定 (令和4年7月～令和4年9月)

巻末に記載

2. 各部より

《会長》 *本格的な大型の夏山の計画がたくさん出ています。ここまで来たらもう後戻りはできません。大型の山以外でも会員全員が楽しめるような山行を執行部も工夫していきます。

《副会長》 * 先日山形の天狗角力取山で雪解け後のたくさんの花を見てきました。今年は梅雨入りが早かったですが、ラニーニャの影響もあり、梅雨明けがいつになるか気になっています。(佐藤清) どんぐり散歩では毎回植物の定点観測をしていますが、昨日は栗の雌花の横に小さな栗の実の赤ちゃんがついているのを教えて頂きました。いつも普段気づかないものに気づかせて頂いています。(新谷)

《総務部》 *準会員は山行2回を終えた時点で正会員となりますが、大賀さんと北角さんはすでに正会員になっておられます。お知らせが大変遅くなりました。

《会計部》 *新しいテントが白崎さんによって調達されました。

《装備部》 *新しいテントの名前は「エアライズ4 2022」で、貸出可能です。

《会報部》 *やまたん8月号の係は下記記載通り吉川さんです。

《県連》 *理事会、運営委員会など添付資料についての説明

3. その他 *県連の講習会参加者への補助について討議した結果、
・総会・雪崩講習会・遭難対策研修会・県連登山研修会・女性委員会講習会・全国連のハイキング委員会については講習会後の会へのフィードバックを条件に一人当たり2千円の補助をする事に決定。ただし講演会については補助の対象としない。

7月定例集会所	外崎さん	やまたん原稿 締切り	7月号	6月25日(土) 矢野貞子さん
			8月号	7月25日(月) 吉川さん

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

7月は南北アルプスなど宿泊数の多い、重い山行が目白押しです。ひごろのトレーニングの成果を発揮して、充実した山行を楽しんでください。山行に際しては、くれぐれも安全登山を心がけて、自然に対して謙虚な気持ちで臨んでください。

特に、夏山は早立ち、早着が原則です。朝晴れていても、午後には急変して雷雨になることがよくあります。無理な計画はできるだけ避けて、余裕のある行動をお願いします。

北田 (山行部長)

2. 山行計画 (7月~8月)

巻末に記載

3. 教育研修

【机上研修】

日程	対象者	研修場所	研修内容	担当講師	資料等
7/5 (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・大畠	
8/2 (火)	会員	定例集会	登山における注意義務とは?	白崎	
8/2 (火)	新人	定例集会	お休み		

【実技研修】

日程	山名	対象者	研修内容	担当講師
7/25 (月) ~29 (金)	飯豊山	参加者	飯豊連峰縦走	佐藤清
8月4~5 (木金)	月山	参加者	出羽三山主峰、花の百名山	石塚

4. 山行報告

山名	参加者数		山行NO 1207~	やまな み	カメラ	ヒヤリ ハット	特記事項
	会員	般					
西沢溪谷	11		1207	大賀	吉川	無し	1B (A から B に変更)
荒船山							中止
三頭山~向山							雨天中止
雁ガ腹摺山~檜 ノ 木尾根	7		1208	田村	土田	無し	

アポイ岳・伊達紋別岳	9		1209	外崎小野	田島小島洋	無し	コロナで中止3年目で実施
丹沢山	4		1210	本田	佐藤清	無し	リーダー変更 (新谷→高橋芳)
三つ峠～本社ヶ丸	8		1211	郷田	藤家	無し	一日順延(天候)
戦場ヶ原・男体山	12		1212	小野森岡	大山吉川	無し	社山の予定だったが、途中の径が通行止め為、戦場ヶ原に変更
三原山(伊豆大島)	4	1	1213	小島洋	飯塚	無し	
硫黄岳～赤岳							2日目悪天候予想中止
天狗角力取山～障子ヶ岳	12		1214	武内	小林安	無し	雨で展望が効かない為障子ヶ岳は中止した。2Bに変更
山食	17			北角	小山	無し	山では無く、我孫子での教育活動の為山行番号無し

5. その他

- ・テントの購入について

エアライズ4の購入(エアライズ42022)6月22日より貸出できます。

- ・忘年山行について

日時 12月4日(日) 忘年山行は12月の最初の日曜日に実施)

行先 古賀志山 582.8m(栃木県宇都宮市)

この山にはいくつかコースが有ります。今後、担当が下見をしたのちコース等を決め10月～11月頃、山行計画を提出する。

(リーダー名)

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

1 行事予定 (令和4年7月～令和4年9月)

	月	日	行 事	場 所	備 考
当会	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
	9月	6 (火)	定例会	我孫子北近隣センター並木本館	19:00～20:50
		20 (火)	運営委員会	市民プラザ	19:00～20:50
県連	6月	21 (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. 山行計画予定 (7月～8月)

日 程	分	山 名	山域	L (企画者)	G	備考 (目的)
7/2 (土)～ 3 (日)	定	浅草岳	上越	小林隆	2B	ヒメサユリ鑑賞 【募集済】
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 【募集済】
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 【募集済】
7/27 (水) ～31 (日)	定	荒川三山 (悪沢岳～荒川岳～赤石岳)	南アルプス南	矢野貞	3C	南アルプスを歩く【募集済】
7/28 (木) ～31 (日)	定	白峰三山 (北岳、間ノ岳、農鳥岳)	南アルプス北	郷田 (小島徹)	3C	3000m 峰パノラマ散歩 【募集済】
8/4-5 (木金)	定	月山	出羽山地	石塚	2A	出羽三山主峰、花の百名山