



西山ハイキングクラブ

にしやま

Nishiyama No.439

2023

June



コウンド山・小野村割岳 猪倉美佐子

忘れ物はありませんか

2008年8月改訂

| | | | |
|---------------------------------|-----------------|--------------|--------------------|
| ■日帰り必携装備 | | | * は基本的な服装としてあげています |
| 長袖シャツ* | ズボン* | 登山靴* | |
| 靴下* | 雨具(上下、折畳傘) | ザックカバー | |
| 帽子 | 水筒(テルモス) | ティッシュペーパー | |
| ゴミ袋 | シュリンゲ | ヘッドランプ | |
| 筆記用具 | タオル | 食料(昼飯) | |
| 非常食 | 地図 | 方位磁石 | |
| 健康保険証(写し) | お助け袋・会員証 | 時計 | |
| ホイッスル | 個人常備薬 | リーダーが指示したもの | |
| ■その他、必要に応じて下記のを追加する | | | |
| 手袋 | ストック | 着替え、靴下予備 | |
| コップ | ナイフ | サングラス | |
| スパッツ | ツェルトまたはレスキューシート | 靴紐予備、予備電池・電球 | |
| ■リーダーは上記のものに加えて下記のを持ってくる | | | |
| 細引き(5mm)10～20m | 救急薬品一式 | ライターまたはマッチ | |

ランクの目安

2011年3月改訂

| ジャンル | 体力度・技術度 | 総歩行時間 | 歩行速度 | 高度差 |
|-------|---------|-------|--------|--------|
| 超らく | ★ | 4時間以内 | ゆっくり | あまりない |
| らくらく | ★★ | 4～6時間 | 普通 | 少しある |
| ビスターリ | ★★★ | 6～7時間 | ゆっくり | ある |
| 一般 | ★★★★ | 6～7時間 | 普通 | けっこうある |
| 健脚 | ★★★★★ | 7時間以上 | 速い場合あり | かなりある |

解散後報告先

2022年12月改訂

| | | | | |
|-------------|-----------------|-------|-------|--------------|
| 運営委員会・各部会関連 | 超らく・らくらく・ウォーキング | ビスターリ | 一般 | 健脚・雪・岩・沢・テント |
| 林ただし | 五十棲節子 小西弥生** | 鹿島和子 | 岡庭美恵子 | 小原清志 |

**は天王山トレーニングのみ

※会員でない人が参加する場合は、事前にリーダーに連絡してください。

いくつになっても学びですね！

小西弥生

西山ハイキングクラブに入会して、やがて4年になろうとしています。入会するまでは、登山という世界の知識は殆ど“0”に近い状態でした。安全に怪我無く山を歩く、ということは頭のどこかではわかっていたつもりでも、実際に色んな山行に参加してみて、自身の知識の浅さを実感。諸先輩方に事あるごとに教えて頂き、「あ、そうなんだ」とか「なるほど」と山行の都度気づかされてきました。まだまだ経験が浅く未熟そのものです。もし事故が起こったとしたら(起こらないことが前提なのでしょうが)、その対応に右往左往すること間違いなし。しかし先輩方が今まで培って来られた知識を、少しでも習得していければ、そしていざという時に焦らずに冷静沈着な対応が出来る事が今後の目標です。

ただ、この3年間はコロナが感染拡大を繰り返し、当初は色々な山行も中止になることが多かった。やがて“with・コロナ”と言われだして、少しずつ山行も増えて行きました。3年がたちコロナも5月8日から新型コロナウイルス感染症の感染法上の位置づけが2類相当から「5類感染症」に移行されました。色々な縛りもなくなりつつあるが、でも決して収束した訳ではないので、これからも感染に注意を払いつつ、色々なジャンルの山行に参加して行きたいです。

『安全に事故なく楽しめる登山』

まだまだ未熟な運営委員の端くれですが、今までもこれからも、この言葉を念頭に精進致します！！



もくじ

| | |
|---------------|----|
| 例会案内 | 3 |
| 例会予告 | 35 |
| 山行報告 | 36 |
| 一言感想 | 67 |
| 運営委員会・専門部報告 | 77 |
| リレー随想 | 87 |
| 投稿 | 88 |
| 掲示板 | 90 |
| クラブインクラブ | 91 |
| 京都労山 6 月号より転載 | 92 |
| 表紙写真に寄せて・編集後記 | 95 |

2023 クリーンハイクのご案内 雨天中止 組織部

クリーンハイクも今年で第59回をむかえます。

「山をきれいに自然を守ろう」の意識も浸透し、登山道のごみは見られなくなっています。

身近な里山の変化に目を向け、「誰でもどこでも実践できる自然保護活動」として、さらにすすめていきましょう。

実施日 6月4日(日)

申込み締切りは済みましたので変更等は、各コースリーダーへ
連絡して下さい。なお、当日参加も受け付けます。

- 【持ち物】 日帰り一般装備、お弁当、水筒、あれば火バサミ
(軍手とゴミ袋は、当日、現地にてお渡しします。)
- 【地図】 1/25000 図『京都西南部』、西山連峰トレッキングマップ
- 【中止の場合】 前日、15時の天気予報にて京都府南部降水確率50%以上で中止します。
電話連絡:組織部長→会長→事務局長→運営委員→会員
同時に西山メールを配信します。

1コース 光明寺・儀丈池・放生池 (超らく)

集合:光明寺駐車場(トイレ前)10:00 お弁当不要

参考 : 阪急バス系統 20 JR長岡京駅 9:35 阪急長岡天神 9:42

光明寺着 9:51

光明寺…儀丈池…放生池…光明寺 (トイレ横ゴミ集積)

〈歩行時間:約 2 時間〉

CL春豊子 SL太田純江

2コース 小倉神社・天王山 (らくらく)

集合:阪急西山天王山駅東口 9:30

西山天王山駅前…小倉神社…天王山…旗立松…大山崎山荘…竹の
径…桜広場 (トイレ横ゴミ集積)

〈歩行時間:約 3 時間〉

CL夏原典子 SL永本芳江

3コース 西山キャンプ場・野山 (ビスターリ)

集合:光明寺駐車場(トイレ前) 9:30

参考 : 阪急バス系統 20 JR 長岡京駅 9:02 阪急長岡天神 9:09
光明寺着 9:19

光明寺…子守勝手神社…野山三角点(土壌採取)…展望台(鉄塔 No.
38、遊友の丘)…西山キャンプ場…放生池…光明寺 (トイレ横ゴミ集積)

〈歩行時間:約 4 時間〉

CL山下美喜子 SL峯尾靖子

4コース 椎尾神社・サントリー山・天王山 (ビスターリ)

集合:JR山崎駅前 9:30

JR山崎駅…椎尾神社…東尾根(C-1)…中の谷出会…サントリー山…
天王山(土壌採取)…旗立松…山崎聖天…桜広場 (トイレ横ゴミ集積)

〈歩行時間:約 4 時間〉

CL岡庭美恵子 SL鹿島和子

5コース 水無瀬の滝・十方山・小倉神社 (ビスターリ)

集合:JR山崎駅前 10:00

JR山崎駅…水無瀬の滝…十方山…小倉神社分岐…小倉神社
(本殿横橋手前上流側ゴミ集積)

〈歩行時間:約 4 時間〉

CL加藤ゆり SL横井重信

6コース 善峯寺・京青の森・西山キャンプ場 (ビスターリ)

集合: 阪急東向日駅 8:30

参考 : 阪急バス 東向日駅 8:42 善峯寺行乗車 9:09 着
善峯寺バス停…京青の森(大沢峠)…西山キャンプ場…西代里山公園
(管理事務所棟横ゴミ集積)

〈歩行時間: 約 4.5 時間〉

CL 野村輝行 SL 小西弥生

7コース 西代里山公園・柳谷観音・天王山 (一般)

集合: 西代里山公園管理棟前 9:30

参考 : 阪急バス JR 長岡京駅 9:00 阪急長岡天神 9:07
奥海寺着 9:15

西代里山公園管理棟前…立石橋…鉄の橋から最初の尾根…古道7…
柳谷第2駐車場…十三仏(ゴミ集積)…天王山登山口…小倉神社分岐手
前…土御門天皇陵駐車場…金が原口 (金が原口ゴミ集積)

〈歩行時間: 約 4.5 時間〉

CL 旭 真 SL 永田芳江

8コース 南春日町 ~ 大暑山 ~ 小塩山 (一般)

集合: 阪急バス南春日町バス停 9:00

参考 : 阪急バス JR 向日町駅 8:26 阪急バス東向日駅 8:33
南春日町着 8:50

南春日町バス停…柳川…縦貫道陸橋…西山山荘…稜線分岐…大暑
山(土壌採取)…小塩山(土壌採取)…天皇陵道…金蔵寺分岐…南春
日町バス停 (南春日町バス停NTT施設東側ゴミ集積)

〈歩行時間: 約 5 時間〉

CL 操谷俊之 SL 五十棲節子

解散後報告先 横井重信 (090-8375-3426)

〈記 岡庭美恵子〉

6月例会案内（一般）

西山ハイキングクラブ
雨天延期

仙丈ヶ岳（8/4～6）山行 トレーニング山行

梨の木谷ー芦見谷ー愛宕山三角点ーつつじ尾根ー保津峡駅

仙丈ヶ岳山行参加者でトレーニング山行を行います。想定の荷物の重さを担いで起伏ある道を歩きます。

日時 2023年 6月2日（金）

雨天の場合、6月22日（木）とします。

集合 阪急嵐山駅 7：45 （7：59分のバスに乗ります）

コース 嵐山駅＝清滝 梨の木谷ー首無地藏ー竜の小屋ー芦見谷
ー愛宕山三角点ー愛宕神社下ーつつじ尾根ー保津峡駅
（状況をみて表参道下りに変更する）

歩行時間は7時間程度

持ち物 日帰り一般装備、1/25000 京都西北部、飲料多め
弁当の他 行動食

CL 深田雅子 080-6144-3650

SL 福田設子 090-5901-9206

解散後報告先 岡庭美恵子さん

雲ヶ畑足谷 ベニバナヤマシャクヤク観察会

闇鍋(やみなべ)も楽しみましょう!

2021年、2022年と続けてヤマシャクヤクを観察しましたが、今回も「雲ヶ畑・足谷人と自然の会」の西野護さんの案内でベニバナヤマシャクヤクを観察する例会です。西野さんからは『ちょうどその頃がベニバナヤマシャクヤクの開花の時期になると思います。案内体制をとりますので安心してお越しください。』とメッセージが届いています。

併せて今回は足谷癒しの森で**闇鍋**を楽しみます。

日時：6月3日(土)

集合：AM8:30 北大路烏丸東南『もくもく号』バス乗り場

行程：北大路烏丸 8:40→9:10 岩屋橋 9:20……9:50 足谷小屋……

10:20 松林尾根……11:00 ベニバナヤマシャクヤク自生地(京都府管理地区)……11:50 クリンソウの沢・癒しの森(昼食・闇鍋) 13:30 下山開始……14:00 足谷小屋着……14:30 岩屋橋 15:10→(もくもく号)→15:40 地下鉄北大路駅(解散)

持物：日帰り装備

各自は次のような、闇鍋の具材を持参してください!

一人ひと品。お湯 300CC。お椀。おにぎり。

お味噌、豚肉、は CL、SL、が用意します。

↑この材料費として、ひとり 100 円程度徴収します。

C L : 松宮秀隆 090-2049-1943 zuborataro@ezweb.ne.jp

S L : 西尾久枝 090-6233-8918

参加申込 5/31 までに松宮へ

解散報告先 五十棲節子さん

6月例会案内(健脚)

(雨天中止)

比良縦走

このコースは、例会の中で一番過酷なロングコースです。かつてこの例会を経験したことのない方にバトンを渡す目的で企画しました。再挑戦の方も併せて、ご参加ください。

日 時：2023年6月3日(土)

(中止の判断に迷われた方は、CLの携帯に電話下さい)

集 合：JR 堅田駅

午前6時40分集合

コース：JR 京都駅 6:11→6:35JR 堅田駅(タクシー)→平登山口→
権現山→蓬萊山→打見山→木戸峠→比良岳→烏谷山→南比良
峠→金糞峠→北比良峠→カラ岳→釈迦岳→ヤケオ山→寒風峠
→滝山→岩阿闍梨山→鳥越峰→見張り山→日吉神社→JR 近江
高島駅(解散)

コースタイム 15時間25分(昭文社山と高原地図参考)

持ち物：日帰り一般装備(会報表紙裏参照)、弁当、ヘッドライト必携

地 図：1/30000 山と高原地図「比良山系」

申 込：5月31日迄にCLに申し込んでください。

CL 田村 太二 携帯 090-2108-6099

E-mail kitto@nike.eonet.ne.jp

SL 木地 弘恵

解散報告先 小原清志さん

古都まち歩き 堺・利休屋敷

千利休の生誕地、堺利休屋敷を訪ねてみましょう。その後、まち歩きをし、最後に堺市役所に行きます。21階展望ロビーからは大山古墳の大展望が臨め、ランチも楽しめます。

日時 2023年6月5日(月)

集合 阪急長岡天神駅ホーム 前から3両目付近

長岡天神発(梅田行準特急 8:42)→淡路着(9:05)

乗り換え 淡路発(天下茶屋行 9:10)→天下茶屋着(9:35)

南海電鉄に乗り換え 天下茶屋発(9:43)→堺着(9:57)

コース 南海本線・堺駅→利休屋敷→南宗寺→大安寺→妙法寺→
堺市役所→南海高野線・堺東駅

持ち物 雨具 コロナ感染予防グッズ

申し込み 5月25日までCLにお申し込みください

CL 和泉奈緒美 090-7490-4183

SL 鈴木洋一 090-3055-9484

解散後報告先 五十棲節子さん

6月例会案内（らくらく）

にしやまハイキングクラブ
雨天中止

天王山（トレーニング）

6月に入りました。天王山の緑も増々濃くなり、今年も酒解神社のアジサイが綺麗に咲いてくれることでしょう。

暑くなってきましたが朝の涼しいうちに気持ちよく歩きましょう。

日時 6月5日 12日 19日 26日 7月3日の月曜日

集合場所 6月5日、19日 7月3日 は 小倉神社トイレ前
6月12日、26日 は 桜の広場公園トイレ前

*集合場所に備え付けの参加者名簿に記名してから登山、下山後にチェックを入れてください。

集合時間 午前9時～9時30分

6月5日 CL 草場眞知子 080-3036-2011

6月12日 CL 草場克彦 090-8484-5114

6月19日 CL 能登恵美子 090-6960-1318

6月26日 CL 吉田京子 090-5977-5313

7月3日 CL 草場眞知子 080-3036-2011

** SLは参加者からお願い致します。

コース 5日 19日 7月3日

小倉神社から柳谷分岐までの往復 約1時間

12日 26日

桜の広場公園から天王山山頂往復 約1時間

*雨天などで中止の場合は前日または当日午前7時までにメールでお知らせします。

解散報告先 小西弥生さん

6 月例会（一般）

倉見山

5 月に実施する予定でしたが、雨で中止したので、再度計画しました。
倉見山（くらみやま；1256m）は山梨県の富士急行線「三つ峠駅」の
東南側にある山です。天候に恵まれれば、みはらし台などの展望ポイ
ントだけでなく、富士山を見ながらの稜線歩きが楽しめます。
なお、1 日目は中央線の猿橋駅で途中下車して、「日本三奇橋」の一つ
としても知られている猿橋付近を散策します。

日程：2023 年 6 月 5 日（月） -- 6 日（火）

行程

6 月 5 日（月） 京都駅新幹線ホームに 8：20 集合

東海道新幹線・横浜線・中央線を乗り継いで、猿橋駅で下車。

散策：駅から徒歩で猿橋付近までを散策。（2 時間程度）

猿橋駅に戻り JR で大月駅まで移動し、富士急行線の都留市で下車
宿泊先：都留市より道の湯

6 月 6 日（火） 富士急行線で三つ峠駅まで移動

歩行：三つ峠駅 → 厄神社 → さすの平 → 倉見山 → みはらし
台 → 相定ヶ峰 → 堂尾山公園 → 寿駅

歩行時間：6 時間 30 分

寿駅発 14：37 の電車に乗れば、京都着は 19：37 の予定

CL：依田敏夫 090-8218-3715

SL：村田君代 090-9703-7175

参加費用：40000 円程度

参加者：池澤晶子 上脇和子 北村初恵 木下敦子 林導
村田君代 依田敏夫 （以上 7 名）

留守本部：林ただし さん

第4回 ポンポン山トレーニング

西山の季節の変化を楽しみながら、ゆっくり、安全にトレーニングをしましょう！コースの基本は「西山ホテルの家」から「大展望台」へのピストンです。今回は釈迦岳まで行きたいと思います。なお、8月24日からの仙丈ヶ岳に参加の皆さんは トレーニングとして参加してください。

日時 6月7日(水) 午前9時から
雨天 6月8日(木)

集合場所 西代里山公園の西山ホテルの家前 9時

コース

西山ホテルの家～大沢峠～大展望台(大沢山) 釈迦岳～
古道2～大沢峠～西山ホテルの家 歩行時間6H

持ち物 日帰り一般装備・弁当

地図 西山連峰トレッキングマップなど

アクセス 阪急バス長岡天神8:37 奥海印寺循環バス
自家乗り物(自転車・バイク・車など)

申し込み 前日まで CL山下へ

CL 山下美喜子 TEL 090-2100-4084

SL 片山富子 080-1415-7140

解散後報告先 鹿島和子さん

ヤマイチトレイル3分割

醍醐駅から蹴上駅

ヤマイチトレイルとは山科を囲む山々をつなぐルートです。夏山のトレーニング山行のコースとして選択しました。5月に2回の例会を計画し、今回はその3回目。今回も、歩行距離16km、累積上昇高度800m。舗装道路の区間も多々あり、足への負担も大きいですが、ゆっくり歩きましょう。

白馬岳参加者以外の皆さんも参加大歓迎、数名受け付けます。

日時 2023年6月8日（木）

集合 地下鉄醍醐駅改札口前8時30分

コース 地下鉄醍醐駅－小栗栖－大岩山－稲荷山－今熊野山
－阿弥陀ヶ峠－清閑寺山－清水山－東山－將軍塚青龍殿
－市営展望台－地下鉄蹴上駅

当日、雨天の場合は6月15日（木）に変更して実施します。

持ち物 日帰り一般装備（白馬岳参加者は本番と同等のものを推奨）
虫よけ剤、熱中症対策など

補足ですが、今回の目玉は、大岩山。山頂展望台からの眺望と大岩神社の謎の石鳥居とやぶ蚊です。特に夏場は虫よけ剤必携となります。

申し込み 6月1日8:00から受付。CLまで。

CL 操谷俊之 090-1916-1452 (toshy715@yahoo.co.jp)

SL 加藤ゆり、山下美喜子

解散後報告先：岡庭美恵子さん

6月例会 レク部らくらくウォーキング

八幡・流れ橋周辺とバイキング (雨天中止)

数多くの時代劇でよく使われていた通称ながれ橋(上津屋橋全長 356.5 m、木造橋としては日本最長級)へ行きます。おぼんざいのバイキング、デザートもたっぷりでお腹いっぱいになった後は、隣の農産物直売所「四季菜館」で買い物を楽しみましょう。

日時：6月9日(金)

集合時間場所：9:00 バスの便がないため時間厳守 阪
急西山天王山東口 京阪バス淀行バス停

コース：9:13 西山天王山発⇒9:34 淀発⇒9:53 佐山着ウォー
キング開始・・・10:30 流れ橋・・・11:00～13:
00 四季菜館にてバイキング・買い物
13:10 出発・・・14:12 佐山バス停発⇒15:07
淀発⇒15:24 西山天王山着 解散

持物：日帰り一般装備、雨具、飲み物、大きめの袋

費用：交通費約 1,000 円、バイキング 2,000 円

*申し込みはSL太田までお願いします(ショートメール)

雨天中止は食事予約の都合で2日前に決めます

CL：田口博子080-3834-3318

SL：太田澄江090-2064-9183

解散後報告先 林ただしさん



初級山登りセミナー

<第4回 実技③> ポンポン山

日にち 2023年6月10日(土)

集合 8:25 JR向日町駅前

阪急バス乗り場 (8:35 発 66 系統善峯寺行に乗車)

※阪急東向日駅前 (西口 8:42 発)、その他のバス停からこのバスに乗車もOKです。その場合は事前にCLまでご一報ください。

- ◆課題 長い距離を歩く
- ◆コース 善峯寺バス停～展望所～釈迦岳～ポンポン山～釈迦岳～大沢峠～海印寺奥山～マサミガーデン～西山キャンプ場～立石橋～西代里山公園～奥海印寺もしくは海印寺バス停
- ◆講師 CL馬場重明、SL木地弘恵・鹿島和子、他

<第5回 実技④> 愛宕山

日にち 2023年6月25日(日)

集合 8:00 阪急嵐山駅前

京都バス乗り場 (8:11 発清滝行に乗車)

- ◆課題 標高差のある山道を歩く
- ◆コース 清滝バス停～ケーブル駅跡～月輪寺～愛宕神社～ツツジ尾根～JR保津峡駅
- ◆講師 CL馬場重明、SL島田江里子・永本芳江、他

【持ち物】 日帰り必携装備、感染防止グッズ、地図・資料は別途連絡

■会員は非会員等の受講生をサポートしてください。

■問合せはCL馬場 (sbaba4910@maia.eonet.ne.jp TEL090-1025-1843) へ

【解散後報告先：林ただしさん】

教育部

西山ハイキングクラブ^{しん にゅう}新入教室の案内

1. 日時 2023年6月11日(日)午前10時～12時
2. 場所 事務所 2階
有料ですが近くに「ダイソー」駐車場があります
(近くの向日町競輪場駐車場が競輪開催日以外は利用出来ます)
3. 内容 会の設立、運営・活動内容の説明です。
(会員として知っておいてほしい事柄です)
4. 対象者 ◎受講ができていない最近の入会者(必ず受講)
今回は対象となる会員はありません
セミナー受講他一般参加(70歳以下)の方々に案内します
5. 持参物 筆記具・マスク必携(コロナ予防品)・飲み物
6. 受講対象者でどうしても出席ができない場合は連絡ください。

会員・会友の皆様にお願ひします
例会参加の問い合わせ(入会希望)があれば
リーダーと調整してください

西山HCのことを紹介している方にこれを案内して下さい。

(ア) 入会希望を聞いておられる方は出席を勧めて下さい

これまでの例会に一般参加して西山ハイキングクラブに関心があった方をご存知の会員は新入教室の案内をして下さい。

(終わった後で、入会希望者が居たなどの話があります。皆さんから早目に案内を行ってください。)

(永柳辰夫 電話 075-551-0353)

※次回は9月を予定します。



第 2 回 山 行 計 画 会 議

山行部

6月11日（日）第2回山行計画会議を行います。
今期秋から冬に向けての山行計画の提案をお願いします。
新しく入られた方も参加してたくさん山行計画を出してください。

日 時 6月11日（日） 13:00～15:00
場 所 西山事務所2F

2023年7月から12月迄の計画をします。

その後教育部主催による鹿ネットを使つての搬出訓練の
デモンストレーションを行います。

つきましては提案を久世谷登志子さん宛てに送ってください。
日時・ジャンル・山域・CL・SL・雨天延期の場合の日時

6月4日（日）から6月10（土）迄

メールアドレス

t.kusetani@snow.plala.or.jp 久世谷登志子さんあて

秋から冬に向けての計画をたくさん出してください。
登ってみたい山、行きたい山等あつてもCL等無理と思われても
アドバイスします。気軽に相談ください。
計画が重なつた場合は日程変更をお願いする事がありますが原則
会議に参加されている方を優先させていただきます。
提案された計画は運営委員会で承認してもらいます。

光明寺裏トレーニング

体調不良やけがなどでしばらく姿をお見かけしなかった方が元気に「また来たよ。」とこのトレーニングに参加してくださるのはとてもうれしいです。休み休みでもまた歩きたいものです。青もみじが美しく、天然の心地よい涼風のプレゼントが待っています。

日 時 6月 14日（水曜日）
 6月 28日（水曜日）

時 間 午前 9：00～11：00

集合場所 光明寺駐車場

コース 光明寺から梅林（野山）まで

持ち物 日帰り一般装備、水、感染防止対策・紫外線対策グッズ

CL 春 豊子
 (Tel 075-955-8503 または 070-6540-2365)

SL 古塩 幸子

解散後報告先 五十棲節子さん

6月例会案内（岩登り）

はじめてのインドクライミング No.113

やまびこ くらぶ



月1回、京都の北、原谷でクライミングを楽しんでいます。壁は4面あり、簡単なルートからむずかしいルートまでいろいろあります。

2階の広いスペースが貸切で使え、3時間のんびり登れます。メンバーがサポートしますので初めての方もぜひ一緒に登りましょう。

日時： 6月14日(水) 14時から17時

集合 原谷「やまびこくらぶ」2階

(阪急西院駅より市バス205系統に乗車、わら天神前下車
13時59分発 M1系統「原谷」行乗換、原谷農協前下車
徒歩3分(初めての方はリーダーにお問い合わせ下さい。))

参加費 会場費4,800円を参加者で割ります。

参加者 会員(労山会員も)に限ります。
参加を希望される方は2日前までにC.L.にご連絡下さい。

持ち物

- ・クライミングシューズ、ハーネス(各500円でレンタル可
サイズが合えばお貸しします。)
- 安全環付カラビナ、(あればチョーク)、飲物
- ・ビレイヤー(確保者)は確保器、安全環付カラビナ、手袋
- ・マスク着用、手洗い、手指の消毒、換気。

C L 猪倉美佐子 (Tel 090-5361-3888)

S L 小原 清志

解散後報告先 小原清志さん

どこ行こ！天王山

6月是小倉神社第2駐車場傍の「天王山ハイキングコース」から登ります。最初は急坂ですがゆっくり歩きます。下りは筥ヶ谷レール道です。道が荒れている所もありますので、ストック持参してくださいね。

『一人では不安』と思われる方、ぜひご一緒に天王山の6月を探しませんか。

| | |
|------|---|
| 日時 | 2023年 6月16日（金） |
| 集合場所 | 阪急西山天王山駅（東口）9時30分 （小倉神社合流 可） |
| コース | 阪急西山天王山駅～小倉神社～天王山ハイキングコースから登る～展望所～柳谷分岐～天王山頂上～筥ヶ谷レール道～小倉神社（解散）（4時間くらい） |
| 持ち物 | 日帰り一般装備 弁当 飲み物 ストック |
| 地図 | 山と高原地図「北摂 京都西山」 |
| 申込み | 6月5日（月）8時～CLまでお願いします。 （ライン SMS） |
| CL | 吉田京子 090-5977-5313 |
| SL | 日野加代子 080-4233-0755 |
| | 解散後報告先 五十棲節子さん |

滋賀のアルプス③ 金勝アルプス

第3回目は金勝アルプスです。落ヶ滝、天狗岩、耳岩を巡り、岩登りを楽しみましょう。徒渉があり、ザレ場が多く、三点支持のところもたくさんあります。ジャンルは一般ですが、やや健脚です。

日 時 2023年6月16日（金）

集 合 JR草津駅 8:45 草津駅東口発 9:00 のバスに乗車

コース 上桐生バス停→北谷林道→たまみずきの道→落ヶ滝→天狗岩→耳岩→天狗岩線→桐生キャンプ場→上桐生バス停

持ち物 日帰り一般装備 雨具 コロナ感染予防グッズ スパッツ
25000 円「瀬田、三雲」

申し込み 6月10日までに CL にお申し込みください
CL、SLを含めて10名程でお願いします

CL 和泉奈緒美 090-7490-4183

SL 久保まさ子 090-6326-0242

解散後報告先 岡庭美恵子さん

比良比叡トレイル

—堂満岳から打見山—

4月30日に雨天中止した堂満岳の再チャレンジです。
イン谷口からノタノホリという名前の池を經由して、堂満岳に登ります。山頂手前の200mがかなりの急登でキツイそうです。挑戦してみたいと思います。登頂後は稜線を南へ。烏谷山を經由して打見山まで縦走します。

日時 2023年6月18日（日）

集合 JR京都駅湖西線売店付近（3番ホーム）7時15分
7時23分発永原行に乗車します。

コース JR比良駅…イン谷口—堂満岳—荒川峠—烏谷山—葛川越
—木戸峠—打見山…JR志賀駅解散
なお、JR比良駅からイン谷口までは江若バスを予定。
打見山からはロープウェイでの下山を予定。（強風等、状況によりキタダカ道での下山も考慮します。）

持ち物 日帰り一般装備 お弁当

地図 山と高原地図「比良山系」、「比良比叡トレイルマップ」など

申し込み 6月9日8:00～（メール歓迎）

CL 操谷俊之 090-1916-1452(toshy715@yahoo.co.jp)

SL 加藤ゆり、山下美喜子

解散後報告先 岡庭美恵子さん

山城歩き⑱ 田中城跡&朽木本陣

1570年(元亀元年)に織田信長が越前の朝倉義景を討伐するために逗留したといわれる「田中の城」がこの城と推定されています。また、2014年に発見された医学書「針薬方」によれば、信長に仕える前の明智光秀が室町幕府の幕臣とともに籠城していたことが書かれており、注目されている城です。現在城跡には土塁や切岸などの遺構を確認することができます。下山後、朽木本陣跡に移動します。現在は史跡公園となり、堀、土居、石垣の一部しか残ってませんが、朽木氏の広大な領地内にあった戦陣拠点としての様々な建物あとを確かめましょう。

| | |
|------|---|
| 日時 | 2023年6月19日(月) |
| 集合 | JR安曇川駅 10時 |
| コース | 山崎 8:32→長岡京 8:36→向日町 8:39→京都 8:48 京都発 8:54→安曇川着 9:56 上寺いきバス発 10:20→10:29着→登山口→山頂→登山口→安曇川いきバス発 13:20→13:27着 朽木グラウンドいきバス発 13:32→14:05着→朽木本陣→安曇川いきバス発 15:52→16:03着 安曇川発 16:15→京都着 16:57 解散 |
| 持ち物 | 日帰り一般装備 弁当 |
| 申し込み | 6月12日までにCLにお申し込みください |
| | 特別講師 中村好夫さん |
| | CL 和泉奈緒美 090-7490-4183 |
| | SL 林導 080-3767-0749 |
| | SL 村田君代 090-9703-7175 |

解散後連絡先 鹿島和子さん

雨にも負けず！愛宕山・滝谷

梨の木谷から竜の小屋へ、竜ヶ岳には登らず、地藏山方面の反射板まで滝谷を行き（途中藪漕ぎあり＝長ズボン）、愛宕山本道で下山します。ジャンルを一般としておりますが、距離が長く、荒れた道なき道を行く可能性があるため健脚寄りです。雨の具合を見てルート変更、短縮もあります。

日 時 6月20日(火) AM7:50 集合 (7:59 バスに乗車)

集合場所：阪急嵐山駅バス停

*阪急嵐山駅改札窓口で京都バス嵐山一日乗車券を買うのがおススメ！60円お得になります！

コース

阪急嵐山駅→清滝→東海自然歩道→梨の木谷→本谷→竜の小屋→滝谷→反射板→愛宕神社→愛宕本道→清滝（歩行約6時間）

地図 山と高原地図：京都北山、または1/2万5000：京都西北部

持ち物 日帰り一般装備、弁当、虫よけ、コロナ対策グッズ

申込み 不要です。

集合場所に集まったメンバーで行きます。人数により班分けし、参加者からSLお願いするかもしれません。

*朝から雨であれば中止。中止連絡は前日の19時以降、西山メールで連絡します。雨が途中から降る予報であれば、降水量により判断。

CL 木地弘恵 (Tel 090-3944-3560) kijil23@yahoo.co.jp

SL 安達正明 Tel 090-9884-6186

福田設子 Tel 090-5901-9206

解散後報告先 岡庭美恵子さん

6月例会案内（ビスターリ）

グルメ山行⑩

「西山散歩・梅雨の晴れ間に」

梅雨の季節ですが、晴れ間を期待して、西山を散歩してみませんか。
散歩の後は貸切の食事処でわいわいがやがや昼食を楽しむ企画です。
もし、雨天の場合は食事のみをみんなで一緒に楽しみましょう。

日 時： 6月21日（水） 雨天の場合、前日に西山メールで連絡します。

この時は12時に食事処に集合。

バスで来られる場合は、長岡天神

バス停から3系統金ヶ原行で海印寺

バス停下車、徒歩4分。

集 合： 西代里山公園の西山ホテルの家前 8時

バスで来られる場合は、長岡天神バス停7:37発奥海印寺
バス停下車

コース： 西山ホテルの家→立石橋→古道⑩（尾根道）→古道⑦→
大沢峠→嫁入り街道→西山キャンプ場→西山ホテルの家
→食事処 歩行時間 約4時間（ゆっくり歩き）

食事処： café Coto Coto 長岡京市奥海印寺火ノ尾 37-18

☎075-874-3571

お任せランチ、デザート、飲み物付 1500円（税込）

持ち物： 日帰り一般装備、行動食おやつ等、弁当は不要です。

地図： 西山連峰トレッキングマップなど

参加申込： 6月12日（月）午後7時よりパソコンメールでCLへ
ken-beard@iris.eonet.ne.jp

全員で10名程度を予定しています。

CL：林 謙佐郎

SL：木下敦子

090-1488-9299

090-2109-7036

解散後報告先 鹿島和子さん

衣笠茸(キノガサタケ)竹林巡り

衣笠茸を観に行きませんか？絹のようなレースを纏った容姿はまさにキノコの女王であり、また中国料理の高級食材としても珍重されています。梅雨の季節に手を加えられていない場所の竹林に出現して1日で崩れます。

衣笠茸の出現は湿度、気温などの気象条件に左右されます。巡り合いを期待して、長岡京の竹林を散策しましょう。

日時 2023年6月23日(金) ……雨等の延期日6月30日(金)
雨や衣笠茸の出現が見込めない場合は6月30日(金)に延期します。延期の連絡は前々日にメール等でお知らせします。

集合 阪急 長岡天神駅 西側 階段下(一階) 8時00分

コース 長岡天満宮～竹林～走田神社～美竹台(河陽が丘)
貯水タンク～アスファルト舗装～山道～光明寺(解散)
歩行時間 3時間程度

持ち物 お茶、雨具、弁当(自由に)、コロナ対策グッズ

申込み 6月15日から20日までCLに、メール、SMS、LINE(右QRコード)、電話等でご連絡下さい。先着順に12名程度



CL 山本 恵俊 携帯 070-8365-9339 固定電話 075-955-3201
yamamoto-sige061022@hera.eonet.ne.jp

SL 参加者より



解散後連絡先 五十棲節子さん

高峰山（298m）

高峰山は天下峰の南西にあります。天下峰は西山 HC でも近年2回登っています。山頂に反対側へきれいな登山道が続いていてどこへ行くのか、気になっていました。地図をたどりながら長坂峠～高峰山へ歩いてみたいと計画しました。

- 日 時 **2023年6月23日（金）** 雨天中止
- 集 合 **地下鉄東西線 石田駅2番出口でたところ 9:00**
 (JR 向日町 8:06—山科 8:21 市営東西線乗換 8:32
 六地藏行き乗車—石田 8:43)
- コース 石田駅—日野登山口—鴨長明方丈岩—供水峠—日野岳—
 供水峠—天下峰—長坂峠—高峰山—JR 黄檗駅 3:00
- 持ち物 日帰り一般装備 コロナ対策グッズ
- 申し込み **6月9日 夜8:00～**
 中止の時は前日西山メールでお知らせします。
- 地図 (1:25000 京都東南部)
- CL 福田設子 090-5901-9206
- SL 永田芳江 090-4038-9639

解散後報告先：岡庭美恵子さん



<初歩から学び楽しむ>

目俵・インドアクライミング④1

日 時 2023年6月24日(土) 9:00~12:00

会 場 吹田市目俵市民体育館 ※はじめての方は案内します
(大阪府吹田市目俵町1-11 ☎06-6383-3017)

※JR吹田駅から徒歩約15分、阪急相川駅から徒歩約20分

◆吹田市・目俵市民体育館のクライミングウォールは約8mですが、トップロープ方式で上からのロープと身体を結んで確保しながら登ります。中高年者にはボルダリングより安全です。易しいルートもたくさんあるので、高齢者から子どもさんまで楽しんでいきます。初歩から学び楽しみましょう。

◆申し込みは2週間前の6月10日(土)午後7時から。初心者大歓迎。

CLの下記メール・携帯SMS等で申し込んでください。貸し切りではありませんので一般市民の方などもいっしょになる場合があります。感染防止対策で、クライミングブースは定員15人です。申し込みはお早めに。

※5月よりクライミング受付窓口がなくなりました。他の入館者と同じ順に来館順に並んでください。

【参加費】 600円（吹田市民以外の体育館利用料金）

【参加者】 西山HC会員および労山会員

【持ち物】 ハーネス、安全環付カラビナ（大）※これらは無料貸出し有
クライミングシューズ（初めての方は室内用運動靴でも可）
飲み物（飲食禁止ですがペットボトル等蓋つきはOK）
不織布マスク・アルコールジェル等感染防止グッズ必携
※ビレイのできる方（クライミングウォール使用登録証保持者）は確保器、手袋、チョークなども持参してください。

CL 馬場重明（090-1025-1843）

※メール sbaba4910@maia.eonet.ne.jp

SL 横山共栄

[解散後報告先：小原清志さん]

6月例会案内（一般）

雨天中止

Viva around 唐櫃越⑬

Viva around 唐櫃越シリーズ第13弾です。

今回は阪急嵐山駅から松尾山、新烏ヶ岳を通り、山上ヶ峰をめざし、JR保津峡駅に下りていきます。

梅雨の時期にはあります。前日の天候により、滑りやすい箇所があるかもしれませんので、出来ればストックを持参して下さい。

日時： 2023年6月25日（日）

集合： 阪急嵐山駅 改札口辺り 8時30分

コース： 阪急嵐山駅→京都一周トレイル26→四つ辻→松尾山（p382）→新烏ヶ岳（p407）→山上ヶ峰（p482.2）→ロータリー→トロッコ保津峡→JR保津峡駅
解散 15時30分頃

持ち物： 日帰り一般装備 地図(1/25000 京都北西)
ストック 感染防止対策グッズ 弁当

申し込み： 6月18日 夜8時から 6月20日まで
CL にお問い合わせ致します。

CL 小西 弥生 090-2380-4687
SL 村田 君代 090-9703-7175

解散後報告先 岡庭美恵子さん

京都一周トレイル北山西部②コース

京見峠～高雄白雲橋

京見峠登り口までは鷹峯源光庵バス停から長坂越えの車道歩きからです。

沢ノ池のエメラルドグリーンを見ることができるでしょうか。日程からみて梅雨の真っ盛りかもしれません。今年計画した例会は2回とも雨天で中止になりました。雨女にならないためにも今回こそはと祈る気持ちです。晴れたとしても暑くなりそうなので、熱中症対策として水分を多めにご持参ください。

日 時 6月28日（水） 雨天中止

集合時間 8時（京都市バス⑥ 8号乗り場 8:07発）

集合場所 四条大宮改札口外

コース 市バス鷹峯源光庵バス停⇒京見峠登り口⇒上の水峠
⇒沢ノ池⇒仏栗峠⇒福ヶ谷林道分岐⇒梅ノ尾高雄白雲橋
6時間程度

持ち物 日帰り一般装備 お弁当 マスク コロナ感染予防品

地 図 京都一周トレイル北山西部地図

申し込み 6月23日までにCLへSMSかラインでご連絡ください

CL 永本 芳江 (TEL 090-2595-1563)

SL 島田 江里子 (TEL 090-3703-5375)

解散後の連絡先 鹿島和子さん

ワクワク天王山③

第3回目は椎尾神社から、登り下りを繰り返し、天王山を目指します。ジャンルは一般で、歩行時間は約6時間です。

日 時 2023年6月29日(木)

集 合 JR山崎駅 8時

コース 椎尾神社→東尾根→円明教寺→ヤマモモの道→竜神の池
→小倉山→十方山→水無瀬の滝→春日神社→P254→
サントリー山→天王山→旗立松展望台→桜公園(解散)

持ち物 日帰り一般装備 弁当 雨具 コロナ感染予防グッズ
25000円「淀」、京おとくに西山連峰トレッキングマップ

申し込み 6月21日までCLにお申し込みください

CL 和泉奈緒美 090-7490-4183

SL 小西弥生 090-2380-4687

解散後報告先 岡庭美恵子さん

6月例会（一般）

ニュー（北八ヶ岳）

ニュー（2352m）は北八ヶ岳に位置する山です。昨年、白駒池付近の苔むした原生林を楽しみましたが、今回はニューに登ったあとシャクナゲ尾根を歩いて稲子湯に下山することにします。ニューからの展望や樹林帯の歩行を楽しみたいと思います。うまくいけばシャクナゲが楽しめるかもしれません。

日程：2023年6月29日（木） -- 30日（金）

行程

6月29日（木） 京都駅新幹線ホームに8：20集合

東海道新幹線・中央線を乗り継いで、茅野駅12：34着。

タクシーで麦草峠まで移動。

歩行：麦草峠 → 白駒荘（白駒荘到着後、白駒池周辺を散策）

歩行時間：合計で1時間30分程度

宿泊先：白駒荘

6月30日（金）

歩行：白駒荘 → ニュー → シャクナゲ尾根分岐 → （シャクナゲ尾根） → みどり池入口 → 稲子湯

歩行時間：5時間30分程度

バスの待ち時間に稲子湯で入浴予定。

稲子湯13：56のバスに乗車。松原湖駅入口14：28着

小海線の松原湖駅からJRで京都に戻る。京都着は21：00頃

CL：依田敏夫 090-8218-3715

SL：村田君代 090-9703-7175

参加費用：40000円程度

参加者：旭眞 池澤晶子 太田純枝 大田喜代恵 北千恵子

木下敦子 公森満子 谷口信子 村田君代 山下美喜子

依田敏夫

（以上11名）

留守本部：林ただし さん

琵琶湖疏水・蹴上エリア

禁門の変で市街地が焼失し、また、東京奠都で人口が減少した京都は疲弊し、活力を失っていました。京都を復興させるために琵琶湖疏水建設を実現し、水力で産業の発展を促し、舟運で物質の往来を盛んにしようと考えた第三代京都府知事北垣国道は、欧米の先進的な技術を用いて、多くの技術者や現場工事に携わる人々の力で現在の京都の基盤を作りました。その足跡を巡って行きたいと思います。

日時 2023年7月4日（火） 10時

集合 地下鉄東西線蹴上駅改札口（改札は一か所）

コース 地下鉄東西線蹴上駅～インクライン・蹴上疏水公園・ねじりまんぼ～水路閣～琵琶湖疏水記念館～（蹴上発電所）～蹴上駅（解散）

歩行時間約2時間程度

持ち物 雨具

申し込み 6月25日までにCLにお申し込みください

C L 田村 佐多子 070-2657-5076

S L 北 千恵子 080-8720-9453

解散後報告先：五十棲節子さん

第5回 ポンポン山トレーニング

西山の季節の変化を楽しみながら、ゆっくり、安全にトレーニングをしましょう！コースの基本は「西山ホテルの家」から「大展望台」へのピストンです。今回は、暑い中ですが、ポンポン山まで行きたいと思います。8・24～の仙丈ヶ岳に参加の皆さんは トレーニングも兼ねたいと思いますので参加してください。

日時 7月5日(水)
雨天 7月6日(木)

集合場所 西代里山公園の西山ホテルの家前 8時15分

コース

西山ホテルの家～大沢峠～大展望台(大沢山)～釈迦岳
～ポンポン山～古道7～ホテルの家 歩行時間6・5H

持ち物 日帰り一般装備・弁当又は行動食・水分多めに

地図 西山連峰トレッキングマップなど

アクセス 阪急バス長岡天神8:01③系統循環バス
金ヶ原口降車8:08着(CLが待ちます)
自家乗り物(自転車・バイク・車など)

申し込み 前日まで CL山下へ

CL 山下美喜子 TEL 090-2100-4084
SL 片山富子 080-1415-7140

解散後報告先 鹿島和子さん

7月例会（健脚）

唐松岳

唐松岳（2693m）は、富山県と長野県の県境に位置する山で、日本三百名山の一つです。山頂からの展望が魅力的で、劔岳、白馬岳、五竜岳などが見渡せます。

スキー場のゴンドラとリフトを利用して八方池山荘に前泊し、翌日往復することになります。

日程：2023年7月26日（水） -- 28日（金）

行程

7月26日（水） 京都駅新幹線ホームに7：40集合

東海道新幹線・中央線・大糸線を乗り継いで、白馬駅で下車。

バスまたは徒歩で八方ゴンドラ乗り場まで移動。

ゴンドラ・リフトを利用して八方池山荘に入る。

宿泊先：八方池山荘

7月27日（木）

歩行：八方池山荘 → 八方池 → 丸山ケルン → 唐松岳頂上山荘
→ 唐松岳（往路を戻す）

歩行時間：8時間30分

リフト・ゴンドラを利用して下山。

時間があれば入浴します。

バスまたはタクシーで白馬駅に移動。

白馬駅からJRで京都に戻る。京都着は22：15頃

7月28日（金） 予備日

CL：依田敏夫 090-8218-3715

SL：村田君代 090-9703-7175

参加費用：40000円程度

参加申し込み：6月1日（木）8：00以降にSLまで連絡ください。

CL、SLを含み8名以内。受け付けは6月7日（水）で終了。

留守本部：林ただし さん

| | | | | |
|--|-------------------|--------|-------|------------|
| ジャンル 一般 | 山行報告 | | | 西山ハイキングクラブ |
| 行き先 | 滋賀のアルプス① 矢筈ヶ岳～太神山 | | | |
| 日時 | 2023年4月21日(金) | 天 | 気 | 晴れ |
| リーダー | 和泉奈緒美 | サブリーダー | 久保まさ子 | |
| <p><参加者> 9名 井上美智子 和泉奈緒美 鹿島和子 久保まさ子 島田江理子 能登恵美子 福田設子 林謙佐郎 吉谷由美子</p> | | | | |
| <p><コースタイム> JR 石山駅発 8:00→アルプス登山口着 8:35 体操 出発 8:40→富川道入口 8:55→御仏河原 9:30→P290 付近 10:05→出合登山口 10:35→矢筈ヶ岳山頂 10:50→出発 11:20→出合登山口 11:30→東海自然歩道 12:15→太神不動寺 12:40→太神山山頂 12:55→下山 13:15→太神不動寺 13:30→分岐 13:35→泣き不動 13:40→不動尊 14:20 向かい不動尊 14:30→バス停 14:50 14:55発→JR 石山駅解散 15:30</p> | | | | |
| <p><リーダー報告></p> <p>○富川道では、アルプスらしい岩場が続き、ワイルドな登りでした。</p> <p>○うっそうとした景色のよくない登山道でしたが、オトシブミを見つけたり、アオダモ、イワカガミも咲いていて、目を楽しませてくれました。ウグイスの谷渡りやキツツキのドラミングが山中に響き、耳も楽しませてくれました。</p> <p>○出合登山口から矢筈ヶ岳まではきつい登りにも関わらず、健脚そろいですぐに登頂。木立の間からの景色をみながらの早目の昼食となりました。</p> <p>○出合登山口からは、テープと踏み跡を頼りにアップダウンを繰り返し東海自然歩道にたどりつきました。</p> <p>○太神山は信仰の山、木立の間からの少しの展望や胎内くぐりを楽しんだあとは、石仏や巨岩を眺めながらの下山でした。予定より早いバスに乗れ、石山駅で解散となりました。</p> <p>○ヒヤリハットはありません。</p> <p style="text-align: right;">記入者:和泉奈緒美</p> | | | | |

| | | | | |
|--|---|--------|-------|------------|
| ジャンル ビスターリ |  山行報告 | | | 西山ハイキングクラブ |
| 行き先 | 三頭山 | | | |
| 日時 | 2023年4月22日(土) | | 天気 | 晴れ |
| リーダー | 安達 正明 | サブリーダー | 福田 設子 | |
| <p><参加者> 会員 13 名 (敬称略、五十音順)</p> <p>安達 正明 池澤 晶子 五十棲 節子 上脇 和子 岸本 貴美男 北 千恵子 北村 初恵 草場 克彦 小西 弥生 福田 設子 前原 利生 村上 美枝子 山下 美喜子</p> | | | | |
| <p><コースタイム></p> <p>京都駅 7:45+++8:24 八木駅 8:27===8:54 どんどん橋---9:00 阿祇園寺 (ストレッチ) 9:10---9:20 衣服調整---9:30 星峠---10:05 休憩---10:35 休憩---11:10 分岐---11:20 三頭山---11:45 鉄塔 (昼食・ワラビ採り) 13:00---13:10 芦見峠---13:25 越畑 (解散) 13:40===八木駅</p> | | | | |
| <p><リーダー報告></p> <p> どんどん橋のバス停にはスペースがないので、阿祇園寺まで行き、前の空き地であいさつ、ストレッチをして出発する。</p> <p> 星峠までの林道わきにもワラビが生えているので、採りながら行く。</p> <p> 星峠から新たな林道が伸びていて道がわかりにくくなっている。今回も直登ルートをとる。</p> <p> 三頭山で記念撮影をして、鉄塔まで下りて昼食とワラビ採りタイムとする。到着するなりワラビ採りを始める人、先に昼食を摂ってからゆっくりとワラビ採りをする人、様々である。今年もたくさん採って帰る。</p> <p> 13:40 のバスに間に合うよう、余裕をもって下山開始する。越畑 BS で解散後、皆でバスに乗って帰る。</p> <p> ヒヤリハット無し。</p> <p style="text-align: right;">記入者:安達正明</p> | | | | |

| | | | |
|---|--------------------|--------|--------|
| ジャンル 一般 | 山 行 報 告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | 比良の花をたずねて①金糞峠～北比良峠 | | |
| 日 時 | 2023年4月22日(土) | 天 気 | 晴れ 風強し |
| リーダー | 久世谷 登志子 | サブリーダー | 鹿島 和子 |
| <p><参加者> 太田純江・鹿島和子・片山富子・木下敦子・久世谷登志子・公森満子・ 五島ちまり・永田芳江 計8人</p> | | | |
| <p><コースタイム> JR比良駅 8:20(バス)8:30 イン谷口 8:35～9:45 青ガレ～10:40 金糞峠 ～(縦走道を堂満岳の方ピストン)～金糞峠 11:10～昼食(11:30～12:30) ～12:50 北比良峠～13:15 カモシカ台～14:00 大山口14:20～15:00 イン 谷口(解散)(タクシー)JR比良駅</p> | | | |
| <p><リーダー報告></p> <ul style="list-style-type: none"> ・イワウチワが目当ての山行計画でしたが、今年は花が早く、もう終わっているであろうと予想した通り、殆ど終わっていました。が、一部みずみずしい可憐な花が残っていてくれる場所があり、感激しました。 ・そのかわりに、多くのシャクナゲが迎えてくれました。堂満岳から北比良峠までの縦走路はシャクナゲ尾根ということは、知ってはいたのですが、これほどの花に出会えるのは初めての経験でした。何度も歩いている道なのに、少し季節が変わると景色が変わる。新緑も鮮やかで気持ち良かったです。山は移ろいゆくものと感じました。 ・天気予報で強風ありと予想が出ていましたが、やはり金糞峠まで上がると寒かった。お昼をどこで食べようか悩みました。ダケ道の下り、狭い道で吹き飛ばされそうになり、思わず立ち留まってしゃがみこみました。 ・イン谷からの比良駅まで、丁度タクシーが来ていたので、利用しました。 <p>★ヒヤリハットなし 報告者:久世谷登志子</p> | | | |

| | | | |
|---|---|-----|------|
| <ジャンル> 岩登り |  山行報告 西山HC | | |
| 行き先 | 初歩から学び楽しむ 目俵・インドクライミング③⑨ | | |
| 日 時 | 2023年4月22日(土) | 天気 | 晴 |
| C L | 馬場重明 | S L | 小原清志 |
| ≪参加者≫ 12人(※敬称略) 旭 眞、猪倉美佐子、和泉奈緒美、木地弘恵、北川真理、久保まさ子、 小原清志、野沢昭二、馬場重明、峯尾靖子、横山共栄、吉谷由美子 | | | |
| ≪アクセス・コースタイム≫ JR吹田駅・阪急相川駅～吹田市目俵市民体育館(9:00集合)～各自ス トレッチ～9:15開始～11:50終了(解散)～JR吹田駅・阪急相川駅へ | | | |
| ≪リーダー報告≫ ◆野沢さんがインドクライミング初挑戦。7～8回も登られ、うち4 ～5回完登されたので、みんなビックリ。3日前の外岩登り(千石岩) にも初挑戦したばかり。やる気満々の期待の新人です。 ◆クライミング教室(22年度第4期・1～3月)を卒業した3人がメキ メキ腕(足?)をあげ、様々な課題・ルートに挑戦をはじめている。頼 もしいかぎりです。4～6月の第1期教室を受講している人も、以前よ り楽に登降できるようになってきた。クライミングやビレイの技術は、 基本に忠実に、回数をこなすごとに少しずつ上達していく。伸び悩む時 期もあるが、くじけずいっしょにがんばりましょう。しかし、何よりも 楽しむのが一番。気楽に、気楽に、マイペースで楽しみましょう。 ◆今夏、目俵体育館は改修のため休館するとのこと。職員に詳細を尋ね ると「まだ決まっていないが、恐らく8月いっぱい使用できなくなる 見込み」とのこと。改修日程によっては目俵例会も休会する。吹田クラ イミングクラブのクライミング教室も第2期(7～9月)は実施しない ことになった。受講希望者は10～12月の第3期教室までお預けです。 ◆ヒヤリハットなし。 | | | |

<報告:馬場重明>

| | | | |
|---|-----------------|--------|------|
| ジャンル 教育部 | 山行報告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | 初歩の岩山歩き 中山縦走 | | |
| 日時 | 2023年4月23日(日) | 天気 | 晴 |
| リーダー | 福田設子 | サブリーダー | 池澤晶子 |
| <p><参加者> 13名 明田米生 猪倉清 猪倉美佐子 池澤晶子 和泉奈緒美 太田純江 北千恵子 久保まさ子 島田江里子 西尾久枝 福田設子 山下喜美子 吉田京子</p> | | | |
| <p><コースタイム> 9:30 阪急山本駅集合—9:45(挨拶・体操) 登山口スタート 9:57 西明寺 滝—10:25 岩場のとりつき—10:50 鉄塔—11:20 万願寺西山 11:50 (尾根の広場で昼食) 12:20 スタート 13:00 中山最高峰—13:47 奥之院 —14:20 夫婦岩—14:55 中山寺(解散)</p> | | | |
| <p><リーダー報告> ☆西明寺滝は、水量があり豪快でした。元気をもらってここから山道にはいります。 ☆60メートルほどある岩場をのぼります。 みなさんワクワク感いっぱいの表情で、見上げている岩場は結構急斜面です。幅は狭いので列は崩さず慎重に登りました。 ☆鉄塔を目標に登りつくと、大阪湾まで望む大展望。空には飛行機雲が交差し吹く風は爽やか、岩場登りの緊張もほぐれました。 ☆万願寺西山は登山道から約5メートル中に入った雑木林の中にあります。うっかり見過ごしてしまい戻り確認しました。 ☆アップダウンを繰り返しながら、甲山を眺めその後ろに広がる六甲連山を遠望し、「まだかな～」と思う頃中山最高峰到着です。 ☆奥ノ院を経て夫婦岩で最後の休憩をして中山寺にくだりました。 歩き固められています、岩のゴロゴロした歩きにくい参道でした。 ☆ヒヤリハットはありません。</p> <p style="text-align: right;">記入者:福田設子</p> | | | |

| | | | | |
|--|---------------|--------|-------------|------------|
| ジャンル 一般 | 山行報告 | | | 西山ハイキングクラブ |
| 行き先 | 鶴見岳・由布岳 | | | |
| 日時 | 2023年4月23～24日 | 天気 | 23日晴れ／24日曇り | |
| リーダー | 林 導 | サブリーダー | 村田君代・鈴木洋一 | |
| <p><参加者> 会員8名 井上美智子、加藤ゆり、鈴木洋一、谷口信子、夏原典子、林導、村田君代、山崎富美江</p> | | | | |
| <p><コースタイム> 1日目:京都7:20=9:54小倉10:12=11:29別府=(タクシー)11:58登山口12:10登山開始-12:20火男火売神社-14:30鶴見岳頂上-ロープウェイ15:00=山麓駅15:34=15:57別府駅西口-徒歩-16:20別府温泉／大江戸温泉物語(泊) 2日目:別府駅西口8:20=8:58登山口-9:15登山開始-10:10合野越-11:40マタエ-12:05由布岳西峰-12:35マタエ-12:53由布岳東峰-13:12マタエ13:15-(13:45昼食)-14:45合野越-15:40登山口16:20=(バス)=17:00別府駅西口-別府17:18=(特急ソニック48号)=18:38小倉18:52=(のぞみ62号東京行き)=21:04新大阪=21:19京都</p> | | | | |
| <p><リーダー報告> * 鶴見岳は結構急勾配であったが、予定通り約2時間半で登れた。 * 頂上からの別府湾、由布岳の眺めをゆっくり楽しんだ。 * 由布岳登山の日は朝から曇りで15時頃には雨の予報だったので、天気次第では東峰のみに変更することも頭に登山開始した。 * 15年前の報告書とほぼ同じタイムでマタエに着いた。 * マタエに荷物をデポし西峰・東峰に向かうこととした。これが良かった。 * 西峰には鎖場が4カ所あり、三点支持の徹底、鎖に頼り過ぎない等を確認し、ベテランを間に入れてもらうなど慎重に登った。 * 少し霰も降ったが、雨具を出すことなく無事山行を終えることができた。 * ヒヤリハットは無し。</p> <p style="text-align: right;">記入者:林 導</p> | | | | |

| | | | |
|--|---|-----|------------|
| <ジャンル> 教育部 | <h1>山行報告</h1> 西山HC | | |
| 行き先 | <h2>三点支持登降実習③</h2> (実習会場：金毘羅山Y懸尾根取付) | | |
| 日 時 | 2023年4月24日(月) | 天気 | 曇り |
| C L | 旭 眞 | S L | 能登恵美子、峯尾靖子 |
| <p>《参加者》 7人 旭 眞、片山富子、北千恵子、草場眞知子、五島ちまり 能登美恵子、峯尾靖子</p> | | | |
| <p>《アクセス・コースタイム》 江文神社トイレ前9:15～9:25 上の広場（ストレッチ、ロープワーク実習、登降実習）10:30 発～10:40 Y懸尾根取付き～（登降実習）～11:50（昼食）12:20 再開～（登降実習）～14:00 終了下山 14:10 江文神社トイレ前にて反省会 14:15（解散）</p> | | | |
| <p>《実習報告》</p> <p>①江文神社より上の広場にてチェストハーネス、ダブルフィッシャーマンノットの結び方講習を実施した。一年ぶりということで、特にダブルフィッシャーマンノットがスムーズに結べない人がいた。それぞれの結び方を練習した後、広場上の林でプルージックによる登降練習を繰り返し実施した。その後、Y懸尾根取付きまで移動した。</p> <p>②いよいよ岩での実習である。最初は、安全を優先にトップロープによる登降練習を実施。やはりは動きが硬い。一巡すると今度は登り専用と下り専用の2ルートを設定し、プルージックによる登降練習を実施した。少し慣れてきたので荷物を背負っての登降練習を実施した。</p> <p>③終了後、神社トイレ前にて反省会を実施。参加者に感想を聞いた。みなさんの意見をまとめると、やはり一年たつとかなり忘れていたとのこと。リーダーとして今回の実習で感じたことは、登り切ったところでの自己確保からプルージックの付け替えに手間取る人が多い。ロープワークでは、ダブルフィッシャーマンノット、プルージック結びに苦戦。やはり回数による習熟が必要と感じた。今日は、一日寒い日であったが皆さん寒さに耐えながら安全に留意され熱心に取り組まれ、ケガもなく無事終了した。ヒヤリハットなし。</p> <p style="text-align: right;">記入者 旭 眞</p> | | | |

| | | | |
|---|---|----|--------------------------|
| ジャンル らくらく | 山 行 報 告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | 天王山トレーニング | | |
| CL | 4月24日 吉田京子 5月 1日 草場眞知子 5月 8日 吉田京子 5月15日 草場克彦 | SL | 伊藤明代 吉田京子 北千恵子 |
| 日にち | 4月24日 7人 5月 1日 5人 5月 8日 1人 5月15日 5人 | 天気 | 晴 曇り |
| <p><参加者></p> <p>伊藤明代 木下敦子 北千恵子 草場克彦 草場眞知子 北千恵子 桑原長治 則包公子 林謙佐郎 横山共栄 吉谷由美子 吉田京子</p> | | | |
| <p><コースタイム></p> <p>第1・第3月曜日 小倉神社コース(分岐テーブルまで往復)往復約1時間 天王山頂上往復も可。</p> <p>第2・第4月曜日 桜公園コース(山頂往復)往復約1時間 サントリー広場迄の往復も可。</p> | | | |
| <p><リーダー報告></p> <p>・5月の天王山は新緑が美しく、モチツツジ、ギンリョウソウ、藤の花 エゴノキなど・・見ることができました。</p> <p>・5月8日は前日の大雨で、桜公園からの登りは山道に水が流れていて、初 めて見る光景でした。</p> <p>・天王山トレーニングは、一人で、仲間となど、それぞれの時間に合わせて 歩いています。</p> <p>是非、皆様のご参加をお待ちしています。</p> <p>・ヒヤリハットなし</p> <p style="text-align: right;">記入者:吉田京子</p> | | | |

| | | | |
|--|--------------------|--------|--------------------|
| ジャンル 一般 | 山 行 報 告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | 天橋立トレイル(宮津) | | |
| 日時 | 2023年4月27日(木) | 天気 | 晴れ |
| リーダー | 吉谷 由美子 | サブリーダー | 高垣真二、前原利生、 吉田京子 |
| <p><参加者> 20人 旭眞、足立光子、和泉奈緒美、五十棲節子、加藤ゆり、北千恵子、木下敦子、草場眞知子、公森満子、高垣真二、永田芳江、西尾久枝、日野加代子、深田雅子、藤本真弓、峯尾靖子、前原利生、山下美喜子、吉田京子、吉谷由美子</p> | | | |
| <p>滝上公園駐車場 8:20---日吉神社 8:30---滝上山 8:50---平岩山 9:40--- 妙見山 10:30---反射板 11:10(昼食)11:40~題目石 12:20---題目山 12:40---金引の滝 13:30---金引の滝駐車場 14:10 (解散)</p> | | | |
| <p><リーダー報告></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 前日までの雨が嘘のような快晴の下、日吉神社にて準備体操後、3 班に分かれて登山口を出発、滝上山にて休憩。 2. しばらく平坦な道、登り道を繰り返し平岩山で長めの休憩を取る。 3. その後も登り下りを何度も繰り返し、本日の最高峰(370.7m) の妙見山に到着、休憩。春の花は残念ながら咲き終わっていた。 4. ここから急坂の下り、滑りやすく難儀して歩き、反射板で早めの昼食。鳥のさえずりとさわやかな風に癒されながらほっと一息。 5. その後もアップダウンを繰り返し、題目石に寄ってから、題目山に到着。澄み渡った青空、新緑の山並み、透き通った青い海と、その上に横たわる天橋立。あまりの美しさに皆ことばを失っていた。 6. 金引の滝を目指して下り渡渉で少し難儀、この滝も見事だった。予定より早く着き、道の駅に立ち寄った。しばし休憩ののち 15:00 帰路についた。 <p>(収入) 5,000 円×20 人=100,000 円 (支出) バス代 96,100 円 (差引) 3,900 円特別会計に計上</p> <p>・ヒヤリハットなし</p> <p style="text-align: right;">記入者: 高垣 真二</p> | | | |

| | | | |
|---|-----------------|--------|-------|
| ジャンル 一般 | 山行報告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | 高島トレイル・大御影 | | |
| 日時 | 2023年4月28日(金) | 天気 | 晴れ |
| リーダー | 山口礼子 | サブリーダー | 大田喜代恵 |
| <p><参加者></p> <p>太田純江、大田喜代恵、鹿島和子、片山富子、北村初恵、能登恵美子、林導、山口礼子</p> | | | |
| <p><コースタイム></p> <p>ビラデスト駐車場 9:16～登山口 9:25～滝谷分岐 10:45～ 河内谷林道 11:30～12:00(昼食)～山頂 13:15～林道 14:20～ 滝谷分岐 15:00～登山口 16:00～駐車場 16:00</p> | | | |
| <p><リーダー報告></p> <p>★山行案内の原稿に間違いが多く、山行案内の木下裕子さんに何度も訂正をお願いすることになり面倒をかけてしまいましたが、常に親切接していただき有難うございました。</p> <p>★22日に地元の仲間と大御影の整備に入った時に、すでに石楠花、イワウチワが満開を迎えていて気をもみましたが、その後寒さがぶり返したお陰で、イワカガミ、イワウチワ、黄スマレ等が咲き揃っていました。昨年花の少なかったシャクナゲも今春はこぼれんばかりに咲いていてシャクナゲのトンネルを歩くことが出来ました。</p> <p>★今年は例年になく花の開花が早かった。・・・年により早く咲いたり、遅れたり、早くから花を目当ての山行を組むのは難しいと痛感しました。</p> <p>★ビラデストは登山者も含め 300 円の協力金が必要でした。</p> <p>★不慣れな CL でしたが、参加され方の協力に感謝です。</p> <p>ヒヤリハットなし</p> <p style="text-align: right;">記入者 山口礼子</p> | | | |

| | | | |
|--|---|----|------------|
| <ジャンル> 教育部 |  山行報告 西山HC | | |
| 行き先 | 三点支持登降実習④ (実習会場：金毘羅山Y懸尾根取付) | | |
| 日時 | 2023年4月29日(土祝) | 天気 | 晴 |
| CL | 永田潤平 | SL | 猪倉美佐子、池澤晶子 |
| ≪参加者≫ 9人 ※敬称略 井上美智子、北川真理、木下裕子、岸本貴美男、久保まさ子 島田江里子、野沢昭二、吉谷由美子、吉田京子 | | | |
| ≪アクセス・コースタイム≫ 江文神社トイレ前(9:30集合/トイレ等)～9:30上の広場(ストレッチ、ロープワーク実習、登降実習) 9:45発～10:00Y懸尾根取付～(登降実習)～12:10(昼食) 12:30再開～(登降実習)～12:45終了/出発 12:45～13:00江文神社トイレ前 13:05(解散)～(戸寺バス停 13:40発) | | | |
| ≪リーダー報告≫ ◆連休初日ということもあり、国際会館のバス停は長蛇の列であった。増便はなく、全員が乗車できるか不安の中で出発。戸寺でも、人をかき分けながら降車した。 ◆降水確率90%で、早ければ13時ごろからの降雨予報であった。早めに岩場に取り付く事を目標に全体的にテンポアップ。 ◆いつもの通りに斜面にロープをかけ、プルーミックの練習を行う。久しぶりという会員もおられたがチェストハーネスとダブルフィッシャーマンで手間取る方はいなかった。会の中で技術は浸透してきている。 ◆西山ではチェストハーネスに使用するスリングを120cmと指定されているが恰幅のよい男性だと少し短い。安全性と反比例してしまうが、長めでも試してもらいたい。最も安全性が高く速いのはクライミング用のハーネスを購入する事かもしれない。雪山やフリークライミング、岩稜帯の縦走以外で使用する機会は少ないが一本あると便利。 ◆連盟からの報告でもあったが、取り付きの上部で岩が割れており危険な状況である。沢筋から巻いたところで実施できるように全体的な確保技術のレベルアップが必要。今回は猪倉SLにトップロープで確保してもらったがコースが短いとロープの流れが悪く、場所の選定では反省点があった。ヒヤリハットなし。 <div style="text-align: right;"> <報告者：永田潤平> </div> | | | |

| | | | |
|---|--|----|------|
| <ジャンル> 教育部 |  報 告 西山HC | | |
| 内容 | 初級山登りセミナー座学① | | |
| 日時 | 2023年4月30日(日) | 会場 | バンビオ |
| 講師 | 馬場 木地 安達 永柳 吉谷 中村 | | |
| スタッフ | 福田(司会進行) | | |
| 受講生 敬称略 | (一般の方) (13名) 池永景 池本富士男 伊藤良一 今西佐都美 太田敦子 岡本眞由美 東郷美樹 東郷光雄 秦野恵津子 秦野裕之 水谷小百合 安永賢太郎 吉井秀文 (会員) (5名) 明田米生 久保まさ子 瀬古京子 田村佐多子 安井芳男 | | |
| 参加者計 | 計25名 | | |
| <p> <<プログラム>>、9:30~16:30 ① 開会あいさつ・ガイダンス(馬場) ② 山の装備・服装(木地) ③ 山の歩き方(安達) ④ 山歩きのマナー(馬場) ⑤ 地図の見方・コンパスの使い方(永柳) ⑥ 山歩きの為の健康管理(吉谷) ⑦ 天気の基本知識(中村) ⑧ 実技説明と連絡事項(馬場) </p> <p> ☆上記の8項目を講師のみなさんが独自のテキスト、イラスト、映像、「ハイキングABC」を使い一般のみなさんに山の入門講座として学んでいただきました。 </p> <p> ☆服装・装備などについて、日常私たちが使っているもの着ている物を見てもらい、山歩きのマナーについても個人として集団として守るべきルールを具体的に説明して共感してもらえたと思います。 </p> <p> ☆参加の皆さん、朝9:30分から4:30分まで長い時間、ありがとうございました。今後の実技に参加し山に登る力を付けて木曾駒ヶ岳に登りましょう。 </p> <p style="text-align: right;"> 記入者：福田設子 </p> | | | |

| | | | |
|---|-----------------|--------|------|
| ジャンル らくらく | 山行報告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | 洛西を歩く・ナンジャモンジャ | | |
| 日時 | 2023年5月1日(月) | 天気 | 晴れ |
| リーダー | 山下美喜子 | サブリーダー | 北千恵子 |
| <p><参加者> 計 11名 安達千代子 加藤ゆり 北千恵子 岸本貴美男 久貝浩子 清水伊都子 田北祐子 森川康子 山下美喜子 山本恵俊 和田喜美子</p> | | | |
| <p><コースタイム> 阪急東向日駅9:00～スーパー松本9:30 自己紹介・コース説明・ 体操～竹の径～木苺広場10:40～洛西竹林公園11:20～大蛇が池 11:50 昼食 12:40～高島屋13:00～小畑川13:50～スーパー 松本14:10 解散</p> | | | |
| <p><リーダー報告></p> <ol style="list-style-type: none"> 1, 天気よく 青空と爽やかな風の中を気持ちよく歩いて行く。程よい衣服調節 日よけグッズの準備、丁度良い歩行ペース・日陰での程よい休憩・飲料とおやつの摂取など、いきとどき 25000歩余りの長距離をどなたも元気に完歩された。 2, 新緑でどこを歩いても気持ち良かった。大蛇が池のコウホネ・スイレンは少しのつぼみや小さな花であった。西山の眺めがよく開放感が気持ちよく、藤棚近くの日陰で 昼食を美味しくいただいた。 3, 高島屋では 最高のなんじゃもんじゃの並木がまっていた。真っ白にフワフワと咲くヒツバタゴの花木は感動であった。ここで京都新聞のインタビューをうけた。Sさんが代表で答え、皆が歩いているところを映された。余談ですが 今日私の誕生日。満開の花が最高のプレゼントになった。(天国の父母に感謝) 小畑川に続く公園では、チューリップの樹(ユリノキ)の花が咲いていた。小畑川ではカワセミを狙うカメラマンが何人かいた。15分前飛んでいったそうだ。 4, 自慢するわけではないが、ベテランアドバイザーの下、安定した例会になった。ヒヤリハットなし 記 山下美喜 | | | |

| | | | | |
|--|--------------|--------|-------|------------|
| ジャンル 健脚 | 山 行 報 告 | | | 西山ハイキングクラブ |
| 行き先 | 六甲・芦屋ロックガーデン | | | |
| 日 時 | 2023年5月1日(月) | 天 気 | 晴れ | |
| リーダー | 久世谷 登志子 | サブリーダー | 横山 共栄 | |
| <p><参加者></p> <p>池澤晶子・猪倉美佐子・井上美智子・久世谷登志子・日野加代子・ 山口礼子・横山共栄</p> <p style="text-align: right;">計7人</p> | | | | |
| <p><コースタイム></p> <p>阪急芦屋川 8:40～9:10 地獄谷 9:15～10:20A懸垂岩～10:55 ピラーロック～11:30 キャッスルウォール～11:55 キャッスルウォール上部(昼食) 12:25～12:30 岩梯子～13:10 荒地山 13:25～14:05 キャッスルウォール下～14:30 高座の滝の茶屋(解散)</p> | | | | |
| <p><リーダー報告></p> <ul style="list-style-type: none"> ・4/30の予定が雨の影響を受けて1日順延した。 ・昨日の雨の影響で、地獄谷の水量が多少増水しており、ズボンの裾がかなり濡れたが、天気が良かったので、いつの間にか乾いていた。 ・岩場の連続のコースで、今回、初めて方は1名だった。最近足を引っ張ることが多いCLとしては、落ち着いてゆっくり進むことを心がけて歩いた。皆さん付き合っただき、順調に歩き通すことができた。 ・高座川沿いを堰堤工事が行われていたため、下り道の数か所通行止めになっていたが、くぐり抜けて下山した。 ・同じコースを毎年1年に1～2回取り組んでもう数年経つが、冒険心がくすぐられて飽きない。同じ思いの方が数人おられて、また計画してしまう。 <p>★ヒヤリハットなし</p> <p style="text-align: right;">記入者:久世谷登志子</p> | | | | |

| | | | |
|--|-----------------|--------|------|
| ジャンル ビスターリ | 山行報告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | 希望ヶ丘 | | |
| 日時 | 2023年5月3日(水) | 天気 | 晴れ |
| リーダー | 深田雅子 | サブリーダー | 福田設子 |
| <p><参加者> 10名 鹿島和子 上脇和子 北千恵子 北村初恵 草場克彦 瀬古京子 深田雅子 福田設子 峯尾靖子 吉谷由美子</p> | | | |
| コースタイム =8:39 野洲駅 8:57 近江鉄道バス=西ゲート 9:06 9:30 発一東あずま屋 10:05一荒川谷源流一H133一11:30 鳴谷峠一 12:00 奥鳴谷広場 昼食 12:40一13:20 鳴谷池 13:25一13:50 アウトレット 解散 14:05=野洲駅=京都 | | | |
| <リーダー報告> ○昨年と同じ5/3に実施、西ゲートのヒラドツツジ、青々とした芝生に迎えられる気持ちよくスタートする。 ○源流への入口の池が土砂でかなり埋まっていた土砂崩れがあるのかと思っただが見当たらなかった。少し歩くとハルリンドウがちらほら咲いていた。いつもより沢の水量が多かった。渡渉は20回以上はあったので滑らないよう歩く。 ○いつものようにハルリンドウは群生していて、踏まないようにしながら撮影、ずっと咲いてくれますようにふれ回らないようお願いしたものです。 ○善光寺源流の水が流れている道にはトウカイモウセンゴケが小さくはりつくように出てきていた。小さい小さい花が夏には咲くので見に行きたいものだが。 ○今回10人でいったが、後ろで花を見つけたといっても、前にはなかなか伝わってこず、花山行なら6人くらいが一番いいように思う。最近入会の人には知らないでしょうが、希望ヶ丘は15年ほど前花好き清水さんらが通い詰めたところ。そのころ月に2回例会が出ていました。教えてもらった私としては、他の月もと思ひながらできていません。 ヒヤリハットなし <p style="text-align: right;">記入者:深田雅子</p> | | | |

| | | | |
|--|--------------------|--------|------|
| ジャンル ビスターリ | 山 行 報 告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | 第3回 ポンポン山トレーニング | | |
| 日 時 | 2023年 5 月 3日(水) | 天 気 | 晴れ |
| リーダー | 山下美喜子 | サブリーダー | 片山富子 |
| <p><参加者> 計 9名 片山富子 岸本貴美男 桑原長治 澤藤政寛(一般) 谷口信子 夏原典子 林謙佐郎 山下美喜子 山本恵俊</p> | | | |
| <p><コースタイム> 西代里山公園西山ホテルの家9時 自己紹介・コース説明・体操～長3 6、9:56～大沢峠10:25～～鉄塔11:40～ポンポン山12:05 昼食 12:45出発～釈迦岳13:15～大沢峠14:00～ホテルの家15:25 解散</p> | | | |
| <p><リーダー報告></p> <ol style="list-style-type: none"> 1, 天気よく 青空の下 気持ち良く歩く。尾根に出ると風もさわやかに吹き、流れる汗がおさまっていった。ただ、今日は気温が高い。ポンポン山頂上では珍しく 雲の周りに虹が出ていた。お昼のオーロラを見る気分であった。初めての体験でした。 2, 参加者は、バラエティに富んだ山行でした。例会は3年ぶりと言われた80代の方、 前回集合地点でお会いした一般参加者の方、いつものメンバー。このチームで力を合わせ 9名が 安全に、気持ち良くゴール出来たことは、今日のチーム力の賜物でした。 3, 大沢峠では、クリン草が並んで美しく咲いていた。観察するコースが造られ、まじかに見ることが出来た。多くの方々が訪れており、人気ようです。私たちも、行きに、帰りに、堪能できました。 4, ポンポン山頂上は50人以上の方々が昼食タイムをしていました。私たちも、日陰のテーブル・ベンチで涼しく、ゆっくりランチをしました。 5, 下りでは道に積もった枯葉が乾燥して滑りやすく、注意して歩いた。 時間6H 距離10km 上り737・下り724m 速度110～130% やや速い ヒヤリハットなし 記 山下美喜子 | | | |

| | | | |
|--|-----------------|--------|---------------|
| ジャンル 一般 | 山行報告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | 大文字山北斜面⑦ | | |
| 日時 | 2023年5月4(木) | 天気 | 晴れ |
| リーダー | 池澤晶子 | サブリーダー | 木下裕子 日野加代子 |
| <p><参加者> 会員 13 名 足立光子、池澤晶子、伊藤明代、鹿島和子、加藤ゆり、上脇和子、木下裕子、久保まさ子、永田芳江、日野加代子、福田設子、藤本眞弓、前原利生</p> | | | |
| <p><コースタイム> 八神社 9:15 出～メタセコイア坂道口 9:25～藤見台 10:05～A1710:45 ～大文字山三角点 11:00～新田尾根道～池 11:35～天の原(フライパン)・昼食 11:50—12:30～夢見庵 12:55～出合孫熊山四辻 13:55～パノラマビューー13:45～中尾城址 15:05～大文字山本道 15:00 着(解散)</p> | | | |
| <p><リーダー報告></p> <ul style="list-style-type: none"> ○シリーズ 5 回目になるが、毎回初参加の方がおられる。継続へ背中を押してもらっているようで、ありがたい。 ○夏日の天気予報だったが、木漏れ日の差す樹林の中は終始冷風も吹き、気持ち良く歩けた。 ○この時期は、ヤマフジ、ヤブデマリの花を楽しめる。藤見台、池、天の原、パノラマビューーでは、目の前に垂れ下る藤の花をカメラに収めることができ良かった。しかし、高木に絡まって咲く花は少ないように思われた。天の原の「藤の滝」も期待外れだった。ヤブデマリの花も花卉が落ち、終わりを迎えているようだった。 ○下山コースに入ってなかったが、一週間前に大山出城跡近くで咲いていたクロバイの花を見に行った。常緑小高木に、小さな白い花をたくさん付けていた。見頃は終わっているようだが、群生しているので楽しめた。初めてクロバイを見た方が多く楽しんでおられた。 ○今回は、花を愛でるコースに設定した。予定に無かったクロバイの花も楽しめて、巡った場所でゆっくり写真も撮ることができ良かった。 ○ヒヤリハットなし。 <p style="text-align: right;">記入者:池澤晶子</p> | | | |

| | | | |
|---|-----------------|--|--------|
| ジャンル ビスターリ | 山行報告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | 船形山～氷室～柗野～上賀茂神社 | | |
| 日時 | 5月5日(祝) | 天気 | 晴 |
| リーダー | 松宮 秀隆 | サブリーダー | 山下 美喜子 |
| <p><参加者> 7人 明田米夫、北千恵子、操谷俊之、公森満子、鈴木洋一、松宮秀隆、山下美喜子、</p> | | | |
| <p><コースタイム> 京都市バス四条大宮 7:35 発→8:01 釈迦谷口 8:10……8:30 西賀茂 秋葉天神 8:35……9:20 船山 9:25……10:50 氷室神社 10:55…… …11:05 史跡氷室跡 11:10……11:20 小峠……12:25(昼食)13:00 ……13:25 柗野ダム 13:30……14:25 上賀茂神社《賀茂の競べ馬見 物》15:00……15:15 加茂川中学バス停(解散)</p> | | | |
| <p><リーダー報告> 10日ほど前から週間予報では雨予報でやきもきしたが、当日は幸いにして好天気。誰かの行いが良かったのかな？釈迦谷口近くの児童公園で山下さん指導の準備体操と自己紹介。西賀茂ゴルフ場を通り抜けて秋葉天神へ。ここから五山送り火の一つ船形山への登り。約30分の急な登りで尾根筋にでる。尾根道を20分ほど南へ進んで舟形山の火床へ。ここへは立ち入り禁止の立札あり。そーっと覗くと京都市内や比叡山の眺めが抜群。尾根道を戻って氷室を目指す。氷室神社から近くの“氷室遺跡”へ。みんな「ほんとにこんな処で氷を保存できたのかな？」といぶかしむ。氷室からは賀茂川への一気の下り。途中で昼食を摂る。賀茂川に下りると柗野ダムを経て、土手堤沿いに上賀茂神社まで気分よく下る。ちょうど競べ馬の始まるグッドタイミングだった。ヒヤリハット無し 報告者 松宮秀隆</p> | | | |
| | |  | |
| | | 操谷さん撮影による競べ馬 | |

| | | | |
|---|--------------------------|--------|-----------|
| ジャンル 一般 | 山行報告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | 雨にも負けず！愛宕山 モミの木尾根～ひぐらしの滝 | | |
| 日時 | 2023年5月5日(金) | 天気 | 晴れ |
| リーダー | 木地弘恵 | サブリーダー | 安達正明 福田設子 |
| <p><参加者>12名(会員11名 一般1名) 安達正明、木地弘恵、小嶋乃婦絵、瀬古京子、田村太二、馬場重明 福田設子、峯尾靖子、横山共栄、吉谷由美子、吉田京子 水谷小百合(一般)</p> | | | |
| <p><コースタイム> 金鈴橋 9:15～月輪寺登り口 10:00～空也の滝 10:06～モミの木尾根取 付き 10:14～ひぐらしの滝方面分岐 11:48～標高 370mまで下降 12:15 (昼食)～12:45 登り返して分岐到着 13:00～月輪寺道 13:43～月輪寺 14:03～月輪寺登り口 14:49～清滝 15:25(解散)15:55 バス乗車</p> | | | |
| <p><リーダー報告></p> <ol style="list-style-type: none"> ① 初級山登りセミナーの参加者が一般として参加されたので、ベテランの後ろに付いてもらうなど、班分けをして初心者がアドバイスを受けやすい状況を作った。 ② 計画になかったが空也の滝を見たことがない人がいたので寄った。 ③ 踏み跡やリボンなどの印などを探しつつ、ゆっくり進む。みんな道探しするのは楽しく、好評だった。 ④ ひぐらしの滝方面に進んだが、倒木で大きく巻くが道がなくなり、モミの木尾根方面へ登る。途中一人、足攣りになり、長めに休憩し様子を見た。 ⑤ 再度、行けそうな分岐(×印あり)を進むが急な下り、先が続いてないように見えたので皆を待たせて、リーダーとベテラン達で偵察する。危険と判断して撤退することにした。 ⑥ 昼食後、月輪寺道合流地点まで登った。そのまま月輪寺道を登り、大杉谷を下ってひぐらしの滝へ行くか、このまま下るかリーダー3人で協議した結果、疲労と帰りの時間を考え、下山した。 ⑦ 下見無しなので撤退になったが、メンバーから不平もなく、道探しを楽しんだようでよかった。 ⑧ ヒヤリハット無し。 <p style="text-align: right;">記入者:木地弘恵</p> | | | |

| | | | |
|--|--------------------|--------|-------|
| ジャンル ビスターリ | 山 行 報 告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | 比良・キタダカ道 | | |
| 日 時 | 2023年5月6日(土) | 天 気 | 曇り時々晴 |
| リーダー | 猪倉美佐子 | サブリーダー | 猪倉 清 |
| <p><参加者> 9名 猪倉清、猪倉美佐子、井上美智子、上脇和子、岸本貴美男、小西弥生、田中啓子、福増久美子、山下美喜子</p> | | | |
| <p><コースタイム> JR 京都駅発 7:57—志賀 8:38—バス 8:44—琵琶湖バレイ 8:59—(ゴンドラ乗車) 打見山 9:25—スイセンの丘 9:45—蓬莱山頂上 10:05～1015—打見山展望デッキ 10:55～11:10—キタダカ道下山—昼食 11:40～12:10—クロトノハゲ 12:22—天狗杉 13:05～13:15—木戸山城道分岐 14:07—志賀駅着 15:12—15:23 発乗車</p> | | | |
| <p><リーダー報告> ヒヤリ・ハットはありません。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・前日の予報では 100%雨、ネットで調べてみると雨は午後からで雨雲も当初より日本海側を進んでいたの、登りにロープウェイを使い、昼も行動食で実施することにした。 ・9時過ぎには打見山に到着し、お目当てのスイセンの黄色い丘を散策した。30万球のスイセンは見事！3種類の西洋スイセンが競っていた。 ・蓬莱山の頂上だけガスがかかり景色は何も見えない。風も強くて寒かったので下りでもう一度スイセン畑の中を歩いて展望デッキに寄ってみた。私を含め、デッキに来るのは初めてという人が多かったの、一周した。 ・登りを楽したので、1000mの下りはこたえだが期待していたイワカガミが登山道の左右、斜面の上の方にもビッシリ咲いてくれた。 ・全く予想していなかったシャクナゲがたくさん咲いていたので感動。綺麗な薄いピンク色が鮮やかだった。今年はどこもシャクナゲが満開の様です。 ・天気が持ちそうなので、行動食はやめ、イワカガミやシャクナゲを見ながらゆっくり昼食時間をとった。新緑が目優しい。 ・下りで木戸山城跡を探索したかったが、疲れたのと雨が気になるので寄らずに帰った。またいつか寄ってみたい。 記入者:猪倉美佐子 | | | |

| | | | | |
|--|-------------------|--------|------|------------|
| ジャンル 健脚 | 山 行 報 告 | | | 西山ハイキングクラブ |
| 行き先 | そぶがだけ 蘇武岳 | | | |
| 日 時 | 2023年5月8(月)～9日(火) | 天 気 | 晴 | |
| リーダー | 猪倉美佐子 | サブリーダー | 猪倉 清 | |
| <p><参加者> 8名 足立光子、猪倉清、猪倉美佐子、和泉奈緒美、五十棲節子、 久世谷登志子、小嶋乃婦絵、林謙佐郎、</p> | | | | |
| <p><コースタイム> 5/8 京都発 8:38—江原 11:11—神鍋高原 12:10—神鍋山周回—陽喜泊 5/9 陽喜発 6:40—万場登山口 7:28—口の滝 7:35—中の滝 7:50—夫婦カ ツラ 8:08—子宝岩 8:19—カツラ親分 8:26—トチの巨木 8:36—名色分岐 9:15—大杉山分岐—蘇武岳 10:40～11:20(昼食)—大杉山分岐 11:48— 一ツ山 12:03—二ツ山 12:15—三ツ山 12:28—四ツ山 12:39—大杉山 12:53 —7 合目 13:21—中の滝 14:13—登山口 14:42—ゆとろぎ道の駅 15:17— JR 江原発 17:47—京都着 20:21</p> | | | | |
| <p><リーダー報告> ヒヤリ・ハットはありません。 * 昨年秋に訪れた蘇武岳の、新緑のブナ林を歩きたくて計画した。 * 前日に足慣らしに神鍋山に登った。展望所近くから下に下りる踏み跡が あり簡単に火口に降りることが出来た。枯れたススキの間からワラビが・・。 * 蘇武岳は巨樹の谷から登った。前日の大雨で渡渉箇所が増水してい たが全員うまく渡ることが出来た。尾根はずっとブナ林が続き、青空に 黄緑色の葉と白っぽい幹が映えて気持ち良く歩けた。 * 頂上からの見晴らしは抜群で氷ノ山や藤倉岳など皆で山座同定しなが らのんびり山頂を楽しんだ。それなりに健脚山行だったかな。</p> <p><u>会計報告</u> (久世谷登志子)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・<u>収入</u> 13,000×8=104,000 円 ・<u>支出</u> 84,000 円 (宿泊料66,000+弁当昼2回分 6,640+バス代 9,640+通信費 1,720) ・<u>返金</u> 2,500×8= 20,000 円 <p style="text-align: right;">記入者:猪倉美佐子</p> | | | | |

| | | | |
|--|---------------------|--------|----------------|
| ジャンル 一般 | 山行報告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | 高島トレイル 赤坂山・三国山 | | |
| 日時 | 2023年5月9日(火)-10日(水) | 天気 | 9日晴れ 10日晴れ |
| リーダー | 鹿島和子 | サブリーダー | 大田喜代恵 岡庭美恵子 |
| <参加者>岩崎京子 大田喜代恵 岡庭美恵子 鹿島和子 北千恵子 村上美枝子 山口礼子(9日) 以上7名 | | | |
| <コースタイム> 5月9日(火) 京都駅湖西線7:23=JRマキノ8:40=送迎バス=みくに館=赤坂山登山口 9:30 出発→ブナの木平 10:30→栗柄越 11:40(昼食)12:10→赤坂山 12:21→明王ノ禿→三国山(寄らず)14:00→黒河峠 15:30→マキノ林道ゲート送迎バス→さらさ温泉 17:00→みくに館(宿泊) 5月10日(水) みくに館 8:30→温泉登山口 9:20→調子ヶ滝分岐 10:30→調子ヶ滝 10:49→昼食 11:30 出発→セラピーロード→赤坂山登山口 12:02→みくに館 12:50 解散 JR湖西線で京都へ | | | |
| <リーダー報告> *お天気に恵まれ、新緑、花々に癒された二日間でした。 *9日。平日でしたが、赤坂山は人気の山、登山客で賑わっていました。 *遠く、雪の白山、伊吹山も見られ嬉しかったです。 *ほとんどの人が赤坂山まで、黒河峠方面に行くのは、少なかったです。 *花は、どうかなあと心配していましたが、ユキグニミツバツツジ、タニウツギ、キスミレ、フジ、アオダモ、トキワハゼ、イカリソウ、ガマズミ、ベニドウザン、サラサドウザン、ウスギヨウラク、ウワミズザクラ、イワカガミ、等々 10日。タニウツギの花を愛でながらセラピーロードをゆったりと歩く。 *調子ヶ滝は水量多かった。横の方に小さな滝もありました。普段は見られないそうです。 *ジュウモンジシダ、キンラン見れました。 *キャンプ場は、連休は多かったそうですが、パラパラです。 *さらさ温泉でほっこり、すき焼きに舌つつみ、青い空、新緑、かわいい花々に有難うです。 *二人の方が体調不良で山行を中止され帰宅されました。(10日) *ヒヤリハットはなし。 | | | |
| 記入者:鹿島和子 | | | |

| | | | | |
|---|---------------|--------|------|------------|
| ジャンル 超らく | 山 行 報 告 | | | 西山ハイキングクラブ |
| 行き先 | 光明寺裏トレーニング | | | |
| 日 時 | 2023年5月10日(水) | 天 気 | 晴れ | |
| リーダー | 春豊子 | サブリーダー | 古塩幸子 | |
| <p><参加者> 6名 安達千代子 久貝浩子 古塩幸子 春豊子 森川康子 吉田京子</p> | | | | |
| <p><コースタイム> 光明寺駐車場9:00(挨拶 名前記入 体操) 放生池・東側の道～竹林の道～野山分岐～梅林 10:10 休憩 10:30～元の道へ戻って光明寺駐車場に戻る 11:20</p> | | | | |
| <p><リーダー報告></p> <ul style="list-style-type: none"> ・雨で2回中止になったので、ゆっくりペースで歩き始めた。 ・竹林わきの道が一部崩壊している所があり、前日にかけて降った雨の激しさを再認識した。 ・ウグイスが鳴き、新緑の中を気持ちよく歩いた。 ・久貝さんにキンランが咲いている場所に案内して頂き、感動した。 ・ウツギの白い花が初夏を知らせてくれていた。 <p>ヒヤリハットなし。</p> <p style="text-align: right;">記入者:春豊子</p> | | | | |

| | | | |
|---|----------------------------------|--------|-------|
| ジャンル 岩登り | 山行報告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | はじめてのインドクライミング 第112回 やまびこ くらぶ | | |
| 日時 | 2023年5月10日(水) | 天気 | 晴 |
| リーダー | 猪倉美佐子 | サブリーダー | 久保まさ子 |
| <p><参加者> 14名 旭 眞、猪倉美佐子、上出克代、木地弘恵、北川真理、久保まさ子、小原清志、馬場重明、松野周治、峯尾靖子、横山共栄、吉谷由美子 (乙訓山の会)永石睦子、平田政忠</p> | | | |
| <p><コースタイム> 原谷やまびこくらぶ2F 14:00~17:00(現地集合、解散)</p> | | | |
| <p><リーダー報告> ヒヤリ・ハットはありません。</p> <ul style="list-style-type: none"> *1年かけてようやく慣れたルートも 週末には変わってしまうので、心残りが無い様に登っておきたいが、手ごわいルートはやはり駄目。 *次回はどんなルートができるのか? しばらく慣れないルートで手こずりそうです。 *今期も吹田 SCC のクライミング教室に2名が通っておられるので、楽しみです。登り方がスムーズになりました。 *今月は「カラビナ」について。体とロープを繋ぐ開閉部分はゲートと呼ばれます。体重がかかる大切な場所には安全環付カラビナ(通称アンカン)を使います。ゲートがワイヤーや形がD型のもの等色々あります。 | | | |
|  | | | |
| <p>記入者:猪倉 美佐子</p> | | | |

| | | | |
|---|-----------------|--------|----------------|
| ジャンル 一般 | 山行報告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | ヤマイチトレイル3分割 | | |
| 日時 | 2023年5月11日(木) | 天気 | 快晴 |
| リーダー | 操谷俊之 | サブリーダー | 加藤ゆり、 山下美喜子 |
| <p><参加者> 8名 明田米生、加藤ゆり、木下敦子、操谷俊之、永田芳江、林導、前原利生、山下美喜子</p> | | | |
| <p><コースタイム> 地下鉄蹴上駅8:30集合、8:33発→神明山9:12→大日山9:52→大文字山10:39→11:12如意ヶ岳(昼食)11:50→長等山テラス12:54→長等山13:34→小関越14:03→逢坂山14:39→15:31JR大津駅</p> | | | |
| <p><リーダー報告></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ヤマイチトレイルは、山科を囲む山々をつなぐルート。3回に分けて歩くことにした。 ・ 今回はその第1回。山科の北側を囲む山々を歩いた。低山ながら、歩行距離約14km、累積標高差860m、コース定数は24(一般登山向き)。夏の白馬岳山行のトレーニングも兼ねており、6時間歩くことを目標としたが、結果、所要時間は休憩含めると、約7時間。 ・ 低山ながらアップダウンが多く、非常に疲れたが、参加の皆さんは最後まで全く危なげなく元気に歩かれた。 ・ 花は期待できないと思っていたが、休憩をとった雨社では、開花した九輪草との意外な出会い。緑一色の森林の中で、赤紫色に輝くこの花は、疲れた体に元気を与えてくれた。 ・ 雲一つ無い青空の下、大文字山、如意ヶ岳、長等山、逢坂山の山頂では美しい景色が広がり、特に寄り道した「長等山テラス」で見た琵琶湖南部の大パノラマには圧倒された。 ・ ヒヤリハット無し。 <p style="text-align: right;">記入者：操谷俊之</p> | | | |

| | | | |
|-------------|-----------------|--------|----------------------|
| ジャンル 超らく | 山行報告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | 「BBQの集い」グルメ山行⑩ | | |
| 日時 | 2023年5月12日(金) | 天気 | 晴れ |
| リーダー | 林謙佐郎 | サブリーダー | 草場克彦 北千恵子 木下敦子 |

<参加者> 12名

伊佐恵美子、北千恵子、木下敦子、草場克彦、久貝浩子、小林富子、谷口信子、林謙佐郎、深田雅子、福井京子、山下美喜子、山本恵俊

<コースタイム>

美竹台北の林道入口給水タンク横 9:40～馬立場 9:53～バンブーランド着
10:03 バンブーランド解散 12:30

<リーダー報告>

- * 抜けるような五月晴れの下、歩き、自転車、バスで給水タンク横に集合。
- * 体操をして、林道を登り、湧き水が横を流れるバンブーランドに到着。
- * SLの北さん、木下さんの指示で持参の食材を分担して、調理開始。
- * 男性陣はドラム缶コンロに竹炭で火起こし、鉄板、金網をのせる。
- * 今日のメニューは焼きそば、野菜と鶏肉のホイル包み焼き、具沢山のピザ。これにデザートのおレンジとスイカ。これで一人600円だ。
- * 全員が完食、動くことがしんどい満腹状態だった。
- * ヒヤリハット無し。
- * 豆知識:BBQ とは、西インド諸島の住民が豚の丸焼きにする生木の木組みのこと。バーベキューはハイチ語 出典:BBQ net

記入者:林謙佐郎



| | | | |
|--|------------------|--------|------|
| ジャンル ビスターリ | 山行報告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | 北山杉の里・中川～菩提ノ滝～沢池 | | |
| 日時 | 5月13日(土) | 天気 | くもり |
| リーダー | 松宮 秀隆 | サブリーダー | 上出克代 |
| <p><参加者> 9名 加藤ゆり、上出克代、北千恵子、操谷俊之、鈴木洋一、藤本真弓、松宮秀隆、山下美喜子、山本恵俊、</p> | | | |
| <p><コースタイム> JR 西日本バス菩提道バス停 8:40……9:10 菩提ノ滝入口 9:20……10:15 沢池・玄塚分岐点 10:25……10:50 沢池(昼食) 11:25……12:10 京都トレイル 福ヶ谷林道 12:15…… ……12:45 槇ノ尾バス停(解散)</p> | | | |
| <p><リーダー報告> 週間予報では、ずうつ〜と降水確率高く60〜70%だった。リーダーとしては山行を半分諦めていた。しかし、参加予定の方からは「松宮さんは中止を早く決めすぎます。降り出すのは午後からですから実行しましょ。」との声あり！確かに時間別の予報では午後から降り出す予報であった。そこで、強く降られた時は沢池から戻って玄塚へのエスケープコースを考えて実施した。出発点の北山・中川はかつては磨き丸太で隆盛を極めていたが、近年は安価な外国産木材と和風建築の減少で廃れてしまった。寂しい思いをして中川を後に菩提ノ滝へ向かった。菩提ノ滝への道がここ数年の台風によって酷く荒れていたので入れず、少し上手へ登ったところから滝の上部を覗き見ることができた。滝口へ下りられなかったのは残念だったが無理して怪我でもしたらなにもならない。先を急いで沢池へ。昼食後から京都トレイルコースへ入って山道らしいコースとなる。福ヶ谷林道を槇ノ尾まで下って JR バスに乗車。次の高雄バス停では凄い登山客が待っていた。JR バスも何台か臨時バスを増発していた。なにかのイベントでもあったのかな？聞かず仕舞いだったが満員の前に座れてラッキー。雨にも降られず運が良かった。参加者の日頃の行いが良かったのかな？ヒヤリハット無し。 記入者 松宮秀隆</p> | | | |

| | | | |
|--|--------------------------|--------|----------------|
| ジャンル 一般 | 山行報告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | 天城山縦走 | | |
| 日時 | 2023年5月15日(月)～ 16日(火) | 天気 | 1日目(曇り)2日目(快晴) |
| リーダー | 久世谷 登志子 | サブリーダー | 山口 礼子 |
| <p><参加者></p> <p>池澤晶子・大田喜代恵・太田純江・久世谷登志子・谷口信子・西尾久枝・ 深田雅子・山口礼子 計8名</p> | | | |
| <p><コースタイム></p> <p>5/15 JR京都駅 10:08-11:57 三島駅(伊豆箱根鉄道)修善寺駅 13:55 (バス)14:25 地蔵堂～14:45 萬城の滝～15:05 カーテンの滝～地蔵堂 16:07(バス)上白岩～16:50 さわらび荘(泊)</p> <p>5/16 さわらび荘 6:00(タクシー)6:50 天城高原ゴルフ場(登山口)～7:20 四辻～8:40 万二郎岳～11:00 万三郎岳(昼食)11:20～11:50 片瀬 峠～12:40 戸塚峠～13:25 白田峠～14:20 八丁池～15:30 八丁池 口(タクシー)16:20 修善寺駅 16:35(伊豆箱根鉄道)17:14JR三島 駅(解散)17:46-19:45JR京都駅</p> | | | |
| <p><リーダー報告></p> <p>・1日目、</p> <p>前日まで雨模様で当日も降雨であろうとの予想であったが、あにはからんや雨があがったので、予定していた萬城の滝に寄ることになった。ほとんど人がいない閑散としたなか、迫力のある滝を楽しむことができた。バスの時間まで余裕があったので、珍しいワサビ乗せのアイスクリームを食したりした。なかなか美味しいものでした。その店の庭でワサビを栽培していて、一緒に咲いているカーラーの花が異様に大きくて綺麗だった。</p> <p>・2日目、</p> <p>無理を言って朝は早く朝食を用意してもらい、早々と出発した。予定通りに登山口に到着。階段と岩ゴロゴロ歩きにくい道を歩き始める。万二郎岳の手前は急登となりかなりしんどい。トウゴクミツバツツジが青空に鮮やか映えてひととき目を引く。万三郎岳に近づくと、アマギシヤクナゲが姿をあらわし、まさに真っ盛り、色とりどりで満喫させてもらった。ヒメシャラはいたる所で見られ、冷たい木肌に触って楽しんだ。</p> | | | |

戸塚峠からは原生ブナ林が延々と続く。八丁池までの長い縦走路は
なかなかの森で、青葉若葉を楽しむことができた。八丁池では、
またミツバツツジが池面に写って美しい。

さわらび荘の窓からと、縦走路の花の間から富士山も見られた。
天気に恵まれたラッキーな山行でした。

★ヒヤリハット:なし

(報告者:久世谷登志子)

<会計報告> 会計担当 太田純江

収入 12000 円×8=96000 円

支出 さわらび荘宿泊費 8000 円×8=64000 円

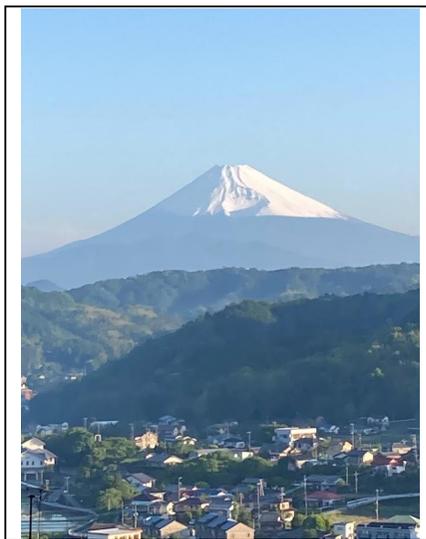
タクシー (さわらび荘～登山口) 12150 円

(八丁池～修善寺) 13920 円

通信費 1130 円

支出計 91200 円

返金 600×8=4800 円



| | | | |
|---|---------------------------|--------|-------|
| レク部・日帰り バスハイク | 山 行 報 告 西山ハイキングクラブ | | |
| 行き先 | 箱館山・マキノ高原温泉さらさの湯 | | |
| 日 時 | 2023年5月17日(水) | 天気 | 晴 |
| リーダー | 澤田 博 | サブリーダー | 山下美喜子 |
| 会 計 | 中村あさ子 | | |
| <p><参加者> 安達千代子、植村節子、奥村房子、岸本貴美男、北千恵子、木下敦子、木下基、桐村弘子、久貝浩子、久保田和美、久保田忠志、小林富子、澤田博、塩見美子、田口博子、竹部瑩、中村あさ子、春豊子、安井芳男、山下美喜子、和田喜美子 (一般参加) 香川佳子、笹部陽子、住田珠江、山口秀美 25名</p> | | | |
| <p><コースタイム> 長岡京駅東口 8:00→大山崎 IC→名神高速→京都東 IC→琵琶湖西縦貫道路→箱館山ゴンドラ乗り場 10:00 着→箱館山で散策・昼食→下山ゴンドラ乗り場出発 13:15→13:30 高島市農業公園マキノピックランド(メタセコイヤ並木) 13:50→14:00 マキノ高原温泉さらさの湯 15:15→長岡京 17:35 着</p> | | | |
| <p><リーダー報告></p> <ul style="list-style-type: none"> ・この間、コロナの非常事態宣言、蔓延防止発令などなど、目的を果たせませんでした。この度の山行バスハイクが無事終了してよかったと思っています。会友の方も参加され久しぶりにお会いすることが出来、そして皆で楽しい一日を過ごすことが出来ました。 ・天気もよく、箱館山からの眺めも良かったのですが、人気の花々は少なかったのが残念でした。その分観光客が少なくゆったりとした気分でした。 ・有名なメタセコイヤの通りでは写真撮影を楽しむことが出来ました。 ・バス会計報告(仮) 【収入】 会費 7,000円 25名=175,000円 【支出】・バス代、駐車場、高速代 99,200円 ・箱館山 50,000円 ・さらさの湯 14,000円 入浴返金分 2,800円 ・おやつ代 2,000円 支出計 168,000円 【差引】7,000円の余り・・・西山特別会計へ。 <p style="text-align: right;">記入者 澤田博</p> | | | |

苗木上城跡&岩村城跡

3月31日～4月1日 西尾久枝

丁度このテーマの山城跡がテレビで放映しており参加申込をしました。青春18切符での例会。2日間で行くのでまだ長時間の乗車ではないのでよかった。何よりも好天に恵まれた。

★苗木城跡 巨岩に築かれた山城。岩山という地形のため巨岩を利用した構築方法（懸造）らしい。資料館の復元模型でよく分かった。よくぞ巨岩に城を築けたと想像さえもつかない。天守からは木曾川や恵那山と絶景でした。

希望者で馬籠宿へと石畳の坂道を散策した。私は馬籠宿には初めてで来れてよかった。展望は未踏の恵那山が目前に迫っていた。

★岩村城跡 岩村駅からガイドと共に城下町を散策。丁度お祭りのように賑わっていた。急峻な山頂に壮大な石垣を巧みに構えた山城であり、六段壁の見事な石垣でした。霧が城ともいわれ井戸が17ヶ所もあり水が枯れることもないらしい。蛇の骨を霧ヶ井に投じると霧が湧き出て城を覆い尽くし城を守ったらしい。又下田歌子が勉学に励んだ勉学所も復元されていた。

二の丸の城跡抜けて花の中

恵那山を仰ぐ遅日や木曾路より



三頭山に参加して(+わらび取り)

4月22日 小西弥生

毎年参加したい、参加したいと思いつつ、今春やっと参加することが出来ました。

どんどん橋や星峠など、楽しそうな地名やステキな地名の場所を通り、三頭山ピークに到着。?????

まるで林の中のよう。とてもピークとは思えない。

リーダーさんが導いてくださったおかげでした。

もし一人で登っていたら、きっと見過ごしていたかも...

途中、少しわらびの生えている所があり、初参加の私はその場所をつんでいたのですが、皆さんが「鉄塔の下にいったらいっぱいあるから」と助言。

「大きい袋を持ってきた？」と声を掛けてもらった人も。

「大丈夫、大きなレジ袋を持ってきました」と私。

でも本当にそうなの？と疑心暗鬼。

ピークから少し戻って鉄塔の下へ、念願のわらび取りの始まり。

前もって色々聞いていた通り。本当にあっちもこっちもわらびだらけ。

わらび大好き人間としては、ここはまるで天国。

たくさんのかたが来られてましたが、取っても取っても湧き出で来るように、あちこちわらびがいっぱい。

こんなにいっぱい生えてる所は初めて。大満足して下山しました。

リーダーの安達さん、福田さんありがとうございました。お世話になりました。

来年もまた是非宜しくお願い致します。



鶴見岳 由布岳

4月23日～24日 夏原典子

「鶴見岳・由布岳」に申し込みをしましたが返信もなかったので これは参加なしだな、と思っていたら1週間ほどして「参加」の返信をもらい驚きました。それで本気になって調べてみたら 由布岳の西峰はなかなか難しい所で 若い男の人が「こわい！下山は無理！」と言ってる YouTube を見たりして私に行けるところだろうか？と十分に調べずに申し込んだ事を反省したりしました。しかし経験者に聞いたりして できるトレーニングをして参加することにしました。三点支持への参加、岩山歩き、8時間の山歩きなどやってみました。しかし1週間前までの天気予報はほぼ雨。これは中止かなと思っていましたが、3,4日前から急に予報が変わり始め 2日とも☀️🌧️になりました。

出発までに 何度も ドキドキした山行でした。

1 日目は午後から鶴見岳に登りました。結構急な上りで必死に SL の鈴木さんについていきました。下りはロープウェイ。

2 日目はよいよ由布岳。天気は曇り。由布岳は双耳峰で美しい山です。登ってる途中でパラパラと雨が？ でも本降りにはならずジグザグ道を登り 西峰と東峰の下 マタエに到着。雨は雪になっていました。

まずは西峰に登る。「ザック置いて登ったら？私見とくし」と SL の村田さんが言ってくれました。そして私の後ろには山崎さんがついてくれることになり登り始めました。鎖場が3つ？4つ？ どこに足を置いたらいいのかわからない。「その左に置けへんか？」と山崎さんの声。慎重にゆっくり。1 歩ずつ やっと頂上へ。着いた!! やった!! 登れたんや。頂上は 冷たいみぞれでした。

下りもゆっくりあわてず 下りました。こわい、とは思いませんでしたが予定より時間がかかってしまいました。やっと下りれた、と思っていたら、すぐに東峰へ登る、と声をかけられ ふうふう言いながら東峰に登りました。東峰からおりて 天気模様が怪しいので 下山し始めました。下山しながら

『私でも登れたんや』と とてもうれしい気持ちでした。

今回の山行で、何か目標をもってトレーニングをすることが気持ち的にも前向きになるなあ と思いました。そして 私一人ではなくグループの方たちのアドバイスや援助があっただけでできたことを実感しました。

CL SL 初めグループの皆さんに感謝です。心に残る山行になりました。



鶴見岳・由布岳



4月23日(日)～24日(月) 谷口信子

お天気が危ぶまれましたが、村田さんの強運晴女パワーで2日間楽しい山旅でした。

1日目 鶴見岳(1375m)へ

私にはハイペース、汗びっしょりで必死についていきました。山頂からは、別府湾、別府市街、雄大な由布岳が見渡せました。ミヤマキリシマの蕾はまだ堅く、咲く頃を想像しながらロープウェイで下山しました。

2日目 由布岳(1583m)へ

岩場、鎖場へ行く前にデポしてもらい、空身だったので障子戸といわれる難所も無事に行けました。又、ホールドを見つけやすく一步一步三点支持で慎重に進みました。今後はザック有りで厳しい岩稜地に行けるようにトレーニングが必要と感じました。

三点支持、緊張感、集中力を持ち岩場に又、挑戦したいと思います。

皆さんと行った岩場楽しかった。ありがとうございました。

お花はかわいいキスマレが咲いていました。



天橋立トレイル

4月27日 山下美喜子

長岡京駅から トーホーバスに乗ります。早く着いて1番か？と思ってバス前に行くと なんと、皆さんもう乗っている。気合がはいっている！バスはとても快適に運転してくださる。なぜか？いつもとどこが違う？同じスピードでブレーキを踏むこともなく ドンドン走っていく。わかりました！追い越し車線一筋に 追い越していくばかり。何と80分程で目的地につきました。帰りも同じ走りで同じくらいの時間でつきました。親切で、サービス満点。運転手さんありがとう！

天橋立トレイルは 急登、急下りがあり、変化に満ちて楽しく歩けることと、目標が 滝上山、平岩山、妙見山、題目石、題目山、金引の滝、とたくさんこまめにでてくるので元気に歩けます。また、眺めが素晴らしく、常に 阿蘇海・宮津湾・天橋立が見渡せるポイントが出てきます。ゴールの金引の滝は、それは水量も多く見事な滝でした！

宮津道の駅 まごころ市・おさかなキッチンで お土産を買ったり、ご当地グルメを外のテラスでいただいたり、皆で楽しいひとときを持ちました。最高でした！ みな希望を聞いて、すぐ判断・決断してくださった CL,SL さんに 又 運転手さんに感謝です！！
こんな good なバスハイクの参加メンバーに入れていただき、大感謝です。欲を言えば、もう少し大きなバスで人数多く行けたらいいな！



西賀茂氷室～上賀茂神社

5月5日 操谷俊之

穏やかな日差しの中、表題の例会に参加しました。まず、火伏せの神を祭る秋葉神社から山道に入り、五山の送り火で有名な船形の火床へ。次に氷室神社と西賀茂氷室跡を訪れた後、柗野堰堤を經由して、賀茂川沿いを上賀茂神社まで歩いてきました。

「船形」の火床… 東は比叡山、西は船岡山まで市内を見渡せました。

西賀茂氷室… 冬に池で凍らせた氷を氷室に運び、木の枝葉や葦や萱で包んで保存し、暑い夏に宮中へ献上したとのことです。夏越祓（なごしはらい）で食べる菓子「水無月」が氷を意味していると知り、家族からは、うざいと言われる私の「うんちく」がまた一つ増えました。

柗野堰堤（ひいらぎのえんてい）… 70年前に建設された砂防ダムで、農業の取水ダムとしての役割もある。河川敷は公園にもなっており、休日をのんびり過ごすにも良いところでした。また多くの時代劇のロケ地としても有名だそうですね。

上賀茂神社… 賀茂競馬（くらべうま）を初めて見ました。神事だからゆっくり走るかと思っていたのですが、大違い。馬が目の前を全力で疾走する姿はまさに「競馬」で迫力満点でした。

京都上賀茂の歴史文化の一端に触れることのできた一日でした。



北山杉の里・中川～菩提の滝～沢池

5月13日 操谷俊之

「天気予報では、正午までは大丈夫。午後からは雨に降られる可能性あり。雨具持参」と、CLから連絡をいただき参加しました。中川集落から出発、菩提道を歩き、菩提の滝、沢の池を經由して榎ノ尾の白雲橋まで歩きました。雨には降られず、終始快適でした。

中川集落... 北山杉生産の中心地。後で知ったのですが、中川の木造倉庫群は、川端康成の小説「古都」の舞台だとか…。今回は雨の心配もあり割愛されましたが、また機会があればゆっくり巡ってみたいと思いました。

菩提道... 平安時代からある中川から京に通じる道です。山藤（ヤマフジ）が開花し、ほぼ満開でした。少し離れてみると、紫の装飾を施した大きなクリスマスツリーのように見えました。

菩提の滝... 滝壺に下る道が荒れており滝壺まで行けなかったのは、少し残念でした。でもやはり「安全第一」ですね。

沢の池... 車で来ることができるにも関わらず、人工物が余りなく秘境感たどよう落ち着いた雰囲気をもつ池でした。自然の池では無く、江戸時代に作られた農作業用の人工池だと聞いて驚きました。



天城山縦走

2023年5月15日～16日 谷口信子

心配していた雨にあわず、1日目は、水量が凄い迫力ある萬城の滝、カーテン滝を巡りました。ひとけのない穴場スポットでした。

2日目は、快晴の下、縦走です。

ヒメシャラの幹は、色を塗ったように見えツルツルしていて、触るとヒンヤリ冷たい感触でした。

咲き誇る、トウゴクミツバツツジ、アマギシャクナゲ、ブナ林の新緑の中、ルンルンと気持ちよく、楽しく歩きました。開花真っ盛りの時期にたくさんの花々が見られ、満足感いっぱいです。

約12kmの縦走無事終わることができ、皆さんありがとうございました。

SL、CLさんお世話になり、ありがとうございました。



天城山縦走

5月15日～16日 西尾久枝

2021年の中止になっていた天城山縦走のリベンジとの案内があり参加を迷っていました。あれから2年も経っている？行きたいだけでは？一日のみの縦走？リーダーにはトレーニングや例会に参加し体力維持を保ちつつ参加させて頂くのでと申込みをした。

天気の確認をするも前日、前々日からの雨では足元も危ないと心配。

★1日目・天気も回復し曇り・晴れ。修善寺からバスで勢いある萬城の滝やレースのカーテンの如くカーテンの滝もみられて満喫。バス待ち時間があり、ふと見るとワサビ田と売店らしきを見つけた。石楠花も山葵田・カラーの群生等清流の中、見事に咲いていました。山葵の茎の入りのアイスクリームにすりおろしの山葵をのせて食べる。初めてのアイス、美味しかった。

○温泉民宿 さわらび荘着 以前西山で利用されたらしい。

奥様が2年前に亡くなられ84歳のご主人がお一人で料理も作って頂き、お味もよく家庭料理でした。食事中傍で、登山や釣りや京都の山にも登った等話をされ、趣味も多く手作りの作文集I、2（一冊20頁足らず）を全員に頂きました。

帰ってから2冊とも読みましたが何事にも前向きでした。歳だからゆったり過ごせば良いのについ忙しくしてしまうと。

★2日目・朝宿の窓から富士山も全貌を現し快晴。

登山口の天城高原ゴルフ場より万二郎岳過ぎた登山道にはツツジの花弁が彩られ見上げると濃いピンクのトウゴクミツバツツジが見られその隙間に遠富士が空の青さに映え見事でした。

ヒメシャラが数多あり、淡赤黄色の木肌の冷たさに触れたり。

石楠立（はなだて）辺りから万三郎岳に向ってアマギシャクナゲが姿を現しトウゴクミツバツツジと同時に楽しめた。石楠花を期待していたが期待以上に石楠花の群生やトンネルもあり歓声が上がった。

○又、神秘的なブナの原生林に歩を進め八丁池へ、池口へ無事下山できた。

計画を催行して頂いた久世谷 CL 山口 SL には感謝です。又同行して頂いた皆さん楽しい山行になり有難うございました。

青空や石楠花の紅ほのかなる

石楠花の群生いづく山ガール



箱館山・マキノ高原温泉さらさの湯

5月17日 山下美喜子

レク部に入っていて初めてのバスハイクでした。昨年の取り組みは、コロナ感染のため行けませんでした。やっと 今年は無事参加することができました。段取りのほとんどは CL さんがやってくださって、有難いことでした。赤字が出ないよう、最終の人数調整で CL・SL・Y さんが声掛けをして何とか足りる人数になり、安心して出発しました。

丁寧な運転の下、箱館山に着きました。開放感のある伸びやかな高原で、人も適当に、で、眺めや風感を堪能できました。また、特設の虹のカーテン・風鈴のよし小道・琵琶湖の見える丘も素敵な場所でした。そして、パフェ専門店 LANP で憧れのランプパフェを頂くことが出来 たいそう喜びました。ここで感心したのは「3人以上のグループを作って行動するように」の CL の言葉で 早々と 一般の方も入れ込んで グループが出来、皆さん上手く行動されていたことです。皆さんを信頼する CL さんもすごいですが、どなたも主体的に自主的に行動されるベテランさんでした。暑い日でしたが、上手く行動され、最後はクーラーの効く パフェ専門店 LANP でゆっくりドリンクバーなどされたことが熱中症予防になりました。94歳の T さんもお元気で嬉しい限りでした。「新・日本の街路樹百景」に選定されたメタセコイア並木の新緑を愛で、さらさの湯へ。良い湯と共に湯上りのドリンクが和ませてくれました。道の駅 妹子の郷で、みなさん、野菜などお土産に買われ元気に帰路につきました。

初めてのバスハイク担当でしたが、CL さんが、超 ベテランで 安心して行動できたことに感謝・感謝でした。皆さん良き日をありがとうございました！！ リフレッシュできました！！



日帰りバスハイク・箱館山・マキノ高原温泉さらさの湯

5月17日 住田珠江（一般）

箱館山のバスハイクに一般参加させて貰いました。新緑の山々、琵琶湖の眺めは大変気持ちいいものでした。そこにお喋りの花が咲き、初めてお会いした方とも気兼ねなくお話ができて楽しかったです。山の会らしく山の話ができ教えて貰った道を確認に行こうと思います。

バスの中は、ゲーム大会など明るく伸びやかな雰囲気です。コロナ禍から変化しつつある世相を感じました。

担当の皆さん、ありがとうございました。

箱館山・マキノ高原温泉さらさの湯

5月17日 春豊子

山下さんから突然の電話をもらいました。募集定員が足りないので「春さん、参加しない？」という内容でした。

三年前、脊柱管狭窄症の手術をしましたが、それ以降、西山ハイキングクラブの活動は、リハビリと位置づけして、光明寺裏トレーニングと、時々天王山に登るくらいでした。

一日中の活動は、正直 不安でしたが、無理のないスケジュールが組まれており、体調もよかったので、今回参加させて頂きました。

レク部の例会は始めてでしたが、顔なじみの方もおられ、なお、久しぶりにお会いする元会員の方とも一日行動を共にして、いろんな話をする事ができました。

これからも レク部企画の行事に参加させていただきたいと思いました。よろしく お願いします。



第 37 期 第 6 回運営委員会の報告

日 時：2023 年 5 月 11 日（木）午後 7:00 - 9:00

場 所：西山事務所 2 階

出席者：馬場重明、安達正明、深田雅子、依田敏夫、永柳辰夫、和泉奈緒美、
木地弘恵、操谷俊之、小西弥生、高垣真二、田村太二、福田設子、
横井重信、吉谷由美子 (14 / 17 名中)

1. 連盟関係の報告・取り組みなど（「京都労山」も適宜参照）

(a) 常任理事会・理事会（安達・深田・山下・依田）

(b) ハイキング委員会（野村、山下）

4 月 17 日：ハイキング委員会。下記の公開ハイクを決定している。

① 大文字山 4/2 ② ポンポン山 5/14 ③ 比叡山 6/11

④ 天下峰 10/1 ⑤ 金勝アルプス 11/12

(c) 自然保護委員会

6 月 24 日（土）：自然観察会。巻末の案内を参照。⇒ p.92

(d) 教育遭対（能登）

5 月から気象勉強会を開催している。

(e) 救助隊

救助隊再構築検討委員会、5 月 12 日 3 回目開催予定。

6 月 30 日：無雪期搬出訓練。巻末の案内を参照。⇒ p.93

(f) 事務局長会議（依田）

5 月は休会。書面報告のみ。

2. 協議事項

(a) コロナ禍での例会などの取り組みについて

5 月 8 日から「5 類」に移行されましたが、引き続き感染対策をお願いします。

(b) 第 38 回総会について（日程の確認）

下記の日には総会を持ちます。予定しておいてください。

日時：11 月 25 日（土）午後 1 時 30 分開会、4 時 30 分閉会（予定）

会場：バンビオ・メインホール

3. 専門部の取り組み

(a) 山行部

別紙報告を参照

(b) 教育部

別紙報告を参照

(c) レク部

次回部会：6月19日（月）

(d) 機関誌部

次回部会：5月25日（木）

(e) 組織部

別紙報告を参照

4. 新入会員および退会者の承認

5月末で下記の方の退会を承認しました。

中井 みどり さん（体調不良のため）

6月1日時点での会員状況：会員 130 人；会友 19 人

5. 連絡事項・その他

(a) 全国ハイキングリーダー学校の開催

9月30日（土）-10月1日（日）奈良で。

参加者には参加費を半額補助します。

(b) 組織活動交流会

5月26日（金）19:00 から、京都府連盟事務所 2 階会議室

(c) 次回運営委員会

6月8日（木）：午後 7:00 - 9:00 西山事務所 2 階

5月山行部会報告書

日 時 2023年5月4日(木) 19:00～

場 所 西山事務所2F

参加者 司会 鹿島さん 報告者 木下さん

足立光子 岡庭美恵子 鹿島和子 木下裕子 久世谷登志子 小原清志 小西弥生 田村太二 永本芳江 林ただし 馬場重明 日野加代子 深田雅子 松野周治 峯尾靖子 依田敏夫 吉谷由美子 (17名/18名)
討議事項

1・例会追加・変更

6月2日(金)一般 愛宕山 仙丈ヶ岳トレーニングCL深田 仙丈が岳
参加者のみ 雨天時6月22日

6月21日(水)ビスタリー 西山散歩 CL林謙佐郎

7月4日(火)らくらく 琵琶湖疎水・蹴上エリアCL田村佐多子SL北
変更

5月7・8日一般倉見山CL依田SL村田→6月5・6日に変更(雨天の為
5月13日ビスタリー北山杉の里～沢池～桃山→沢池～京都トレイル～
高雄 CL松宮

6月17・18日 ビスタリー 山城歩き CL和泉SL村田・林→6月19日

6月7日ビスタリーポンポン山トレーニングCL山下→雨天時6月8日

7月5日ビスタリーポンポン山トレーニングCL山下→雨天時7月6日

6月18日(日)一般 比良比叡トレイルCL操谷 荒川峠～打見山→
堂満岳～打見山

中止

5月18日(木)一般 北山 瓢箪崩山 CL林ただしSL岡庭美恵子

5月30日(火)一般 比良 金糞峠～堂満岳 CL林ただしSL福田
いずれもCLの都合により中止

5月27日(土)一般 高島トレイルCL山口礼子花が咲き終わっている。

2・ヒヤリハットとしては報告されていないがこういう事例があった。

3月22日(水)一般 比良・釈迦岳から滝山 CL林ただし SL 井上

Aさん 心拍数が早くなり休憩・ Bさん下りで膝の痛みあり

4月9日(日)ビスタリー小塩山 CL西尾SL北・田村・福田

登り途中Aさんが息が上がって帰ると言われるが、SLと一緒にゆっくり登り続行する。

→リーダーのペースは適正だったか検証する必要あり

→病歴などの情報共有が必要では？

個人情報なので難しい。高齢であるため配慮が必要などの共通認識しかできない

→申込制だと配慮が必要な方が申し込まれた場合に事前に連絡を取り体調の聞き取りや行程(急登有、長距離)の相談などができるが、申込制がなくなるとそれができなくなり困ることがあるかもしれない

4月29日(土) 三点支持

道具を使うことに支援が必要な方あり

3・特別山行について(10/21~22)

先月の案から行程に若干変更あり(別紙参照)

各コース CL 決定(まだはっきりとは決めていない為提示しません)

バス会社検討中

4・公開バスハイクについて(10/1)

バス会社検討中

7月20日頃までに広報掲載の原稿持ち込み(長岡京市・向日市・大山崎町・島本町)

西山機関誌には8月号に掲載予定

5・6月11日の山行計画会議

教育部提案の搬出訓練で鹿ネットを使つての搬送法についてデモレーションを行う

6・山行部会員

6月から新しく野沢さんが山行部に入部されます

次回山行部会

6月1日(木) 西山事務所2F 19:00~

司会 木下裕子さん 報告者 久世谷さん

特別山行 全部で70人

1日目 (休憩含む活動時間)

A らしくらく 常照皇寺周辺 3時間程度 17人(仮定)

JR二条駅西口9:00発(ゼミナールのバス) = 山国御陵前バス停 - 常照皇寺・裏山散策 - 上桂川公園

- B ビスターリ : 半国高山 3 時間 30 分 20 人 (仮定)
JR 二条駅西口 = 小野郷バス停 - 岩谷川沿い - 半国高山 670m -
供御飯峠 - 小野郷バス停 = ゼミナールハウス
- C 一般 : 井ノ口山、鍋谷山 5 時間 30 分 20 人 (仮定)
JR 長岡京駅 = 下ノ町バス停 - 倉谷林道 - 井ノ口山 779.1m - 鍋
谷山往復 - ナベタニ峠 - 原地中の町バス停 = ゼミナールハウス
バス停着 15:30~16:00 予定
- D 健脚 : 廃村八丁 7 時間 20 分 13 人 (仮定)
JR 長岡京駅 = 菅原バス停 - ダンノ峠 - 四郎五郎峠 - 廃村八丁 -
ソトバ峠 - 分岐 - 小塩バス停 16:30 着予定 = ゼミナールハウ
ス 品谷山にはいかない
- 2 日目
- E らくらく 美山 20 人 (仮定)
= 美山 かやぶきの里散策 いくつかの店でピクニックセットあ
り昼食 2000 円くらい
- F ビスターリ:京北トレイル 6 時間 20 人(仮定)
ゼミナールハウスのバス = 余野公民館前 - 九頭神社 - 滝又
の滝 - 細野 - 高瀬の道 - 魚ヶ淵のつり橋 - 柏原 15:00 着
ゼミナールのバス = JR 二条駅
- G 一般:京北トレイル 6 時間 20 人 (仮定)
ゼミナールハウス発 - 上中城跡 - 矢谷越 - 熊田橋 - 黒尾山 509m
一周山城址・城山 - 一周山バス停 14:30 着 ゼミナールハウ
スのバス = JR 二条駅
- H 健脚:城丹国境尾根 コースタイム×1.2でも9時間 10 人(仮)
バス = 中江橋 - 鳴の堂 - 茶呑峠 - 天童山 - 飯盛山 - ナベクロ峠
 - 大森キャンプ場 17:00 着 = JR 長岡京

※全コース変更の可能性あります。

第5回教育部会の報告

日 時 4月20日(木) 19:00~20:00

場 所 西山事務所 出席者 17名

安達正明 池澤晶子 和泉奈緒美 伊藤明代 永柳辰夫
北千恵子 木地弘恵 久保まさこ 島田江里子 新谷純子
瀬古京子 田村佐多子 中村好夫 西尾久枝
能登恵美子 馬場重明 福田設子 堀本信行 森友野

- 1 3月部会以降の取り組み結果(感想 良かった点 問題点)
 - *3月19日(日) 中級教室終了山行 高御位山(馬場 福田)
15名参加。馬蹄形の岩山を歩き中級教室を終了した。晴天。
 - *3月21日(火) 読図山行 高塚山・行者ヶ森(馬場 木地)
18名参加。地図と地形の確認 コンパスの使い方習熟
25項目の課題を解きながら進む。
 - *3月25日(土) 愛宕山ペース登山(池澤 森)
9名参加。久しぶりの会員さんも参加
 - *4月9日(日) 花山行 小塩山(西尾 北 田村)
12名参加。一人体調不良の為サブリーダーと登る。
 - *4月10日(月) 三点支持実習①(馬場 旭 池澤)
11人参加。初めての人引き上げ方式、他はプルージック。
 - *4月15日(土) 三点支持実習②(安達 木地 横山)
雨で中止
 - *4月16日(日) 初歩の岩山歩き鶏冠山(能登 久保 堀本)
午後雷予報の為中止
- 2 当面の取り組みについてリーダーより案内
 - *4月23日(日) 初歩の岩山歩き 中山縦走(福田 池澤)
 - *4月24日(月) 三点支持実習③(旭 能登 峯尾)
 - *4月29日(土) 三点支持実習④(永田潤 猪倉美 池澤)
 - *4月30日(日) 初級山登りセミナー座学①(馬場 永柳)
 - *5月7日(日) 花山行 赤坂山(能登 久保 堀本)
 - *5月8日(月) 三点支持実習⑤(馬場 能登 峯尾)
 - *5月13日(土) 三点支持実習⑥(中村 安達 北川)

*5月14日(日)初級山登りセミナー実技 天王山(馬場 安達 和泉 木下)

3 その他

*西山入会保留について馬場さんより詳しく説明。

*Instagramを使ってみよう。

始めた主旨を木地さん発表。これからの展開が楽しみ。

*夜間山行 9月29日(金)中秋の名月に天王山
(中村 堀本)

*鹿ネット搬出を体験する。次回の教育部会。

4 次回部会 5月18日(木)6時50分開始

第6回教育部会の報告

日時 5月18日(木) 18:50~20:10

場所 西山事務所 出席者16名

安達正明 池澤晶子 和泉奈緒美 伊藤明代 永柳辰夫
北千恵子 木地弘恵 久保まさこ 島田江里子 新谷純子
瀬古京子 田村佐多子 中村好夫 西尾久枝
能登恵美子 馬場重明 福田設子 堀本信行 森友野

- 1 4月部会以降の取り組み結果(感想 良かった点 問題点)
 - *4月23日(日) 初歩の岩山歩き 中山縦走(福田 池澤)
13人参加。豪快に流れ落ちる滝 60mの岩場と変化に富んで楽しめた。
 - *4月24日(月) 三点支持実習③(旭 能登 峯尾)
7名参加。初めての人2人。
 - *4月29日(土) 三点支持実習④(永田潤 猪倉美 池澤)
12名参加。13時より90%の雨予報だったが無事に終了。
 - *4月30日(日) 初級山登りセミナー座学①(馬場 永柳)
一般13名 会員5名 講師6名 スタッフ1名 計25名。
山の入門講座として8項目を講師の皆さんと共に学ぶ。
 - *5月7日(日) 花山行 赤坂山(能登 久保 堀本)
雨で中止。
 - *5月8日(月) 三点支持実習⑤(馬場 能登 峯尾)
7名参加。初めての人3名参加。プルーシックの効きを必ず確認すること。しゃがんで足場を確認することが大事。
 - *5月13日(土) 三点支持実習⑥(中村 安達 北川)
雨で中止。
 - *5月14日(日) 初級山登りセミナー実技① 天王山
(馬場 安達 和泉 木下) 雨で中止。
- 2 当面の取り組みについてリーダーより案内
 - *5月28日(日) 初級山登りセミナー実技②大文字山
(馬場 永柳 中村 福田 吉谷) 読図を学ぶ。
 - *6月10日(土) 初級山登りセミナー実技③ポンポン山
(馬場 木地 鹿島) 長い距離を歩く。

* 6月11日（日）新入教室（永柳）申込み無ければ中止。

3 その他

* 西山入会保留その後の運営委員会の結論について（馬場）

* 夜間山行 9月29日（金）中秋の名月に天王山
（中村 堀本）コース決定。

* パソコン教室の開催。

6月15日（木）事務所9：00～12：00（永柳 永田）

* 鹿ネット搬出を体験、感想、意見など話し合う。計画会議の後
実施する。（中村）

4 次回部会 6月15日（木）7：00～

.....
■山行部からのお知らせ（中止した山行）

久世谷登志子

- 4/26 京都一周トレイル 雨予報のため
- 4/26 天が岳 //
- 4/26 光明寺裏トレ //
- 4/30 比良比叡トレイル //
- 5/18 北山 瓢箪崩れ山 CLの都合により
- 5/30 比良 金糞峠 //
- 5/7～8 倉見山 雨予報のため
- 5/6 赤坂山 //
- 5/27 赤坂山～三国山 花の時期が終了したため
- 5/13 教・三点支持 雨予報のため
- 5/13 比良 花を探して //
- 5/14 武奈ヶ岳 //
- 5/14 初級山登りセミナー実技 雨予報のため
- 7/2 大文字北斜面 CLの都合により
- 5/19 比叡アルプス 雨予報のため
- 5/19 どこ行こ天王山 //

37期第6回組織部会レジメ

2023-05-10

場所 : 事務所2F 19:00～

司会 : 山下美喜子 記録 : 吉田京子

参加者 : 岡庭美恵子 加藤ゆり 操谷俊之 春豊子 夏原典子
山下美喜子 吉田京子 横井重信

① クリーンハイキングについて (岡庭さんから)

:確認事項そのた

- ・5月21日参加申込み締め切り後、参加人数の多いコースは、調整が必要。
- ・当日の配布物については、5月25日12時集合で、担当者が仕分けをする。
- ・クリーンハイク的一般参加者は、参加費は不要だが参加名簿には記入してもらうこと。

② 集中登山について (担当者から)

- ・総会日により 日にちの変更必要かもしれない。
- ・コース、内容等、今後検討していく。

③ その他

「ハイキングリーダー学校」開催趣旨について。(横井さんより)

(2023年9月30日～10月1日)

1 中高年というより高齢者登山のあり方を医学的側面から学び実践に生かす。

2 リーダー学校2日目は「スマホアプリを活用した安全ハイキング」の実技講座

上記1 2の資料内容について読み合わせを行った。

* 内容が良いので参加希望があれば横井部長まで。

次回部会 6月7日

場所: 事務所2 時間 19:00～

司会 : 吉田 記録 : 岡庭

いつ見ても富士山はいい

— 故郷の山々への思い —

依田敏夫

高校を卒業するまでは山梨県の甲府市に住んでいたの、富士山が見える日はほぼ毎日見ていました。家の裏側にある堤防に上がると、御坂山塊ごしに富士山が見えましたので、通学するときに南側の富士山や西側の甲斐駒ヶ岳などを見ながら自転車を走らせていました。

京都に来てからは富士山を見る機会はなくなりましたが、それほど気にはなりません。しかし、中年を過ぎてからは望郷の念にかられたのか故郷をなつかしく思う気持ちが芽生えてきました。そして故郷の山々、とくに富士山を見てみたいという思いがしだいに強くなってきました。

そんな思いもあって、かつて漠然と眺めていた故郷の山々を歩いてみようかという気になりました。それで奥秩父・大菩薩嶺・八ヶ岳・御坂山塊など甲府盆地の周辺の山々を例会として計画・実行してきました。このような山行の中で山頂や稜線上から富士山が見えると、また出会えたなど嬉しくなります。天候に恵まれなくて見えなかったときでも、この方向に富士山があるのだと心眼で見ているつもりになります。富士山そのものに登ったのは2回しかありませんが、富士山は登らなくても見るだけで癒されます。また、甲府盆地の周辺の山々を歩くと、住んでいたころの断片的な記憶とも結びついてなつかしくなります。

後期高齢者の仲間入りを間近に控え、山からはそろそろ卒業する時期に来ているなど思いながらも、その日が来るまでは故郷の山などを、もう少し歩いてみたいと思っています。

ふるさとの山に向いて

言うことなし

ふるさとの山はありがたきかな

(石川啄木『一握の砂』より)

あわや、道迷い遭難！80歳の下見山行顛末記

松宮 秀隆

4月29日に私がCLを予定していた“北山・中川～菩提ノ滝～沢池～桃山～原谷”のコースを下見にひとりで行った。事前に西山HC三役には下見山行の計画を報告しておいた。会長の馬場さんからは「西山HCでは単独山行は認めていません。午後からは雨予報が出ていますから気を付けて下さい」とメールをいただいた。しかし私はこのコース前半の菩提ノ滝辺りは子供の頃からよく水晶探しで歩いたコースで、高校生の時には毎年冬に全校生参加の耐寒マラソンが義務付けられた勝手知ったコース。後半の沢池～桃山～原谷のコースも西山の例会で二回CLとして歩いた。だから大丈夫！と高をくくっていた。当日、前半の沢池までは順調に進んだが後半の桃山の登りには難儀した。近年の台風で倒木が酷く何回も行く手を遮られた。その都度障害物競走の様子に倒木を越えながら桃山へ。ここからが道迷いの始まり。本来なら桃山からは南へ下らなければならぬのに北方へ下ってしまった。10分ほど下っておかしい？と思い、山旅ロガーで確認すると、地図にはない道を北へ向かっているではないか！しかし桃山へ上り返す体力がなかった！幸いこの下り道は広く歩き易かった。恐らく林業者の作業道だったのだろう。どこかへ下りるのは間違いない！と確信して下った。ところが来たっ！コブラ返りだ。左脚太腿から腰辺りが痛くて我慢ならない！四囲は高い北山杉に囲まれて展望が効かない。そこで慌てても仕方がないと近くににあった切り株に腰掛けて水分と芍薬甘草湯を飲む。約20分間じーっと痛みが治まるのを待ってどうにかこうにか鷹峯へ下山。私も満80歳。どこから見ても立派な老人。過信と誤った思い込みは遭難のもとと反省しきりの下見でした。①が迷い道。②が本来の登山道。



鈴木洋一

N098 『大名倒産』 浅田次郎著 文春文庫

時は幕末。関ヶ原の合戦以降徳川政権が 260 年程も続いていた。諸大名が反旗を翻すことが無いよう幕府の威光の下、参勤交代・城・河川・各街道の普請を命じ、莫大な金を使わせてきた。生産手段を持たない武士階級は、各藩の見栄や虚栄・面子により出費が膨らみ財政が逼迫していた。特に中小の藩やその藩士達は借金に借金を重ねていた。歳入より歳出が圧倒的に多くなっても「金銭に関わるは武士の恥」と無頓着を通した。

越後丹生山藩も例外ではなかった。十二代藩主松平和泉守は、金利を支払うにも窮し、自己破産・大名倒産を密かに画策していた。借りられるだけ借りて財を隠匿し、その後倒産を宣言し、次の十三代藩主に詰め腹を切らせ、自分は優雅に余生を送る計画を立てていた。

映画 『大名倒産』 2023 年 6 月 23 日公開予定

監督 前田哲

キャスト 神木隆之介 杉咲花 松山ケンイチ 宮崎あおい
浅野忠信 佐藤浩市 石橋蓮司 ヒコロヒー

人生百年時代と言われて久しいが、老後の二千万問題や物価高、年金減少、老人の自動車事故など、長生きして幸せな人生を全うできるのかどうか心配になってくる。江戸時代も同じ。農村、漁村では生活できないとして大都市に職を求め集まる。生産人口が減少すれば食品が品薄になり価格が高騰する。貨幣経済が発達すればするほど、かね勘定を卑下する支配層に君臨する武士階級は疲弊していった。

美しい自然やおいしいコメや魚を絶やさず後世に残したいと立ち上がる若き越後の藩主と仲間たち。財政再建は次の世代に委ね、260 年の体制に胡坐をかき続けたい老人たちとのせめぎあい。若者・老人・貧乏神・七福神・死神・さらには薬師如来を巻き込んでの財政再建が始まる。

借金の先延ばし、労働人口の減少、将来への不安、物価高。まさに令和のこの時代に敢えてメガホンをとる前田哲監督。笑いの中に今を生きる我々に何かヒントを思い起させてくれるのではないだろうか。

教育部・パソコン教室

6月15日(木) 西山事務所 9:00~12:00

会員の皆さんから、パソコン・スマホを教えて欲しいと要望が寄せられましたので、開催することにしました。教えてくださるのは永柳さん、永田さんです。ご自分のパソコンを持ってきてください。申し込みはいりません。

*例えばカシミールの地図をパソコンに取り込む方法。行きたい山を検索して印刷する方法など。スマホの山アプリの使い方など。山行計画書の作り方等、何でも一緒に学びましょう。

教育部・福田設子



蓬莱山のスイセン



6月 パッチワークのご案内

連絡窓口 山下美喜子 ☎ 090-2100-4084
片山富子 ☎ 080-1415-7140
講師 瀬尾由紀子さん ☎075-955-7592

☆6月13日(火) 10時～15時

☆バンビオ6階 会議室2



どじょっこふなっこ 6月のオカリナレッスン

No. 253

*日 時 2023年6月19日(月曜日) 第3月曜日

*場所 時間……長岡京市神足町屋9時30分～
9時より会場使用できます。

*講師…島崎愛子先生

6月の練習曲は下記の曲です。

*乾杯・君をのせて・春一番・花です。楽譜の準備をよろしく。
～コンサートのお知らせ～ 西山の皆さんへ

6月11日(日) 高槻市生涯学習センター多目的ホールで12時
30分会場・13時開演 あじさいコンサートに参加します。興味
のある方 聞きに来てください。無料です。どじょっこは「乾杯」
と「見上げてごらん夜の星を」を演奏します。

*7月の練習日は7月24日第4月曜日・町屋です。

*問い合わせ先 久保田和美 090-5360-7149
山下美喜子 090-2100-4084



【京都労山 6 月号より転載】

京都府連盟自然保護委員会 2023 年自然観察会のご案内

清水正さんの“自然と遊ぼう”パート 7

「宝ヶ池公園」

今年は京都市内の身近な地域の自然観察会です。

京都市左京区の宝ヶ池周辺は、古くから地域の方々の里山となっていますが、東山（「法」の火床）からの眺望も見事で、アベマキ、クヌギ、コナラ、ユリノキ、カツラ、メタセコイヤ、ラクウショウ、クロミノニシゴリ、モミジバフウなどの大木があり、また花期は終わりましたがコバノミツバツツジの群落もあります。鹿の食害が深刻で、保護のための柵がつけられています。

（2018 年 11 月に、北陸新幹線延伸ルートにかかる地質調査中に業者が水道管を破壊させ付近の住宅に断水をまねいた場所が宝ヶ池公園にあり、確認できればと考えています。）

〈実施日〉 2023 年 6 月 24 日（土）小雨決行

*中止の場合は、前夜 19 時まで連絡します。

〈集合〉 10 時、市営地下鉄国際会館駅 5 番出口

〈コース〉 国際会館駅→岩倉川を渡る→国際会館から右回り（カツラの木）→東山山頂（「妙」の火床）→ラクウショウ（落羽松）のある池畔まで下る→そのまま右回りで戻る。

*昼食は、東山山頂、または池畔の予定

〈案内〉 清水正氏（NPO 自然観察指導員京都連絡会 代表理事）

〈定員〉 30 名（会員限定）先着順、定員に達し次第、締め切ります。

〈持ち物〉 日帰り一般装備（雨具含む）、昼食、飲み物、マスク、除菌グッズ、常備薬や救急品等、あれば双眼鏡・ルーペ。

*緊急時の連絡先は各自で携帯しておいて下さい。

〈締め切り〉 5 月 31 日（水）

〈申込先〉 各会の自然保護委員に申込み下さい。

又は担当委員牧村（jrsk-1021@yahoo.co.jp）にメールでお願いします

その際は、件名「自然観察会申し込み」として、氏名・所属会・連絡先（連絡のつく電話番号）を明記して下さい。

*キャンセルや急な欠席の場合は、必ず連絡をお願いします。

（牧村携帯 090-3920-3312）

※訂正：5 月号の案内で東山（「妙」の火床）としていましたが、「妙」の火床は西山で、東山は「法」の火床でしたので訂正します。

【注】参加申し込みは 則座（mitiko0317@gmail.com）さんまで。

【京都労山 6 月号より転載】

救助隊事務局

2023年度 京都府連盟 無雪期搬出訓練のご案内

山岳遭難事故は、身近な低山での発生が増えています。それを踏まえて、登山中に遭難事故が起こった時を想定して、京都府連盟では、毎年行っている搬出訓練を下記のとおり行います。今年の搬出も昨年と同様に簡易ハーネスの作り方、カラビナスルー、各種結び方、日頃持って行っている装備だけを使った現実的な引き降ろし引上げのコンパニオンレスキューを行います。

コンパニオンレスキューは、昨年同様に行い、より良い方法をさがって行きたいと思っています。応急手当はコロナの影響が少なくなってきたとはいえ、多くが一か所に集まってやるのはまだ早すぎると判断し、今回も中止します。

なお、コロナ緊急事態宣言、まん防措置適応時や状況によっては、搬出訓練も中止とすることがあります。

無雪期搬出訓練実施要項

1. 実施日 2023年6月25日（日）雨天決行
2. 集合場所、全体集会、訓練場所（ほぼ同じ場所です）
大文字山の安祥寺林道入り口（次ページの地図を参照）
3. スケジュール予定
8時30分～ 受付開始
9時00分～ 訓練開始挨拶
9時15分～ 救助隊搬送デモ
9時45分～ 搬出訓練実施
14時00分～15時00分 反省会、解散
4. 持ち物
 - ・コンパニオンレスキュー：一般日帰装備一式——会が推奨している非常事態に備えての携行装備を含みます。
 - ・細引きで引き上げ引き降ろししますので、簡易ハーネスを作る細引きやカラビナ、テープスリング、ヘルメット等も持って来て下さい
5. 参加条件：労山基金、又は、民間山岳保険加入者

★各会にて参加者の集約をして申込み書を6月5日までに、救助隊花折までメール (hanaori.keiji@rainbow.plala.or.jp) で送付下さい

★申し込み書は事前に各会へ送ります

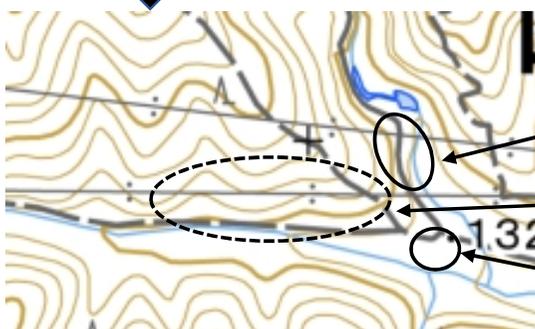
★参加会には事前にテキストをお送りします。

★参加者の連絡先、留守宅氏名、連絡先は現地参加責任者が把握して下さい。



受付、訓練場所
安祥寺林道入り口
山科駅から歩いて30分

受付場所までは歩いて来て下さい。
車で来られる場合は山科駅周辺のコインパーキングに停めて下さい。



集会場所

搬出訓練場所

受け付け場所

【参加申し込み】

- 会でまとめて申し込みます。参加希望者は依田まで連絡ください。
- 申し込みの際に携帯電話番号、またエイトノット、簡易チェストハーネスが作れるかどうかをお知らせください。
- 参加申し込みの受け付けは **6月10日(土)** で終了

(注) 参加申し込みの提出期限は上記の6月5日から6月18日に変更

表紙写真に寄せて

上出克代

2021年6月21日「コウンド山・小野村割岳」の例会でコウンド山の尾根にて撮影された写真をいただきました。写真提供は猪倉美佐子さんです。

部会では部員が順番に表紙の写真を準備することが決まっております、すでに素敵な表紙の「にしやま」が発行されてきた。6月号？何がある？難しい～自問する。

感動と共に潜ったミツバツツジ・シャクナゲの道、紅やサラサドウダンの花房、足元を楽しませてくれたイワウチワ、カタクリなどの群生・・・そんな春の山の華やかさも去った6月・・・。6月号の表紙に何を飾る？パソコンの保存写真を見ても、ふさわしいものが見つからない。う～ん。目をつむって想いを巡らしてみた。すると、かつて歩いた北山の巨木が浮かんできた。太く真っすぐに立って輝く葉を茂らせているブナの林も美しい。わたしは大きな樹木が大好きだ。またドカッと地面に踏ん張っている上がりこ大王も好きだ。そこで例会で、こまめに撮影されている彼女に探してもらいたい旨頼んだ次第だ。多忙な彼女からすぐに送ってきた。ちゃんと例会の行先、日程など、きちんと整理されている証であると感じた。ありがとう。感謝 ♡



編集後記

公森満子

コロナ感染症の取り扱いが2類から5類に変わりましたが注意する事に代わりはありませんね。

機関誌のページをめくると山行案内も随分と増え、どこに参加しようかと楽しんで見ておられる方も多いことでしょう。泊まり山行も目に留まります。そして憧れの夏山案内も!!

参加するにあたり日々のトレーニングもかかせませんね。楽しみながら頑張って登った時の感激や景色をあれこれと思い巡らし感想文を書くとその山行がより一層心に深く残ると思います。忘備録として歳を重ねて後々にその文を読み返すのも楽しみの一つとなると思います。

思いのままの一言感想をお待ちしています。



MEMO

今月の行事予定

2023年6月

| 月 | 日 | 曜日 | 行事予定 | 月 | 日 | 曜日 | 行事予定 |
|---|----|----|-----------------------------|---|----|----|------------------------|
| 6 | 1 | 木 | 山行部会 | 6 | 21 | 水 | グルメ山行・西山散歩 |
| | 2 | 金 | 仙丈ヶ岳トレーニング★ | | 22 | 木 | |
| | 3 | 土 | 雲ヶ畑足谷 比良縦走 | | 23 | 金 | 衣笠茸竹林巡り★ 高峰山 |
| | 4 | 日 | クリーンハイク | | 24 | 土 | 目俵インドアクライミング |
| | 5 | 月 | 古都まち歩き 倉見山(～6) 天王山トレーニング | | 25 | 日 | 教・初級山登りセミナー実技④ 唐櫃越⑬ |
| | 6 | 火 | | | 26 | 月 | 天王山トレーニング |
| | 7 | 水 | ポンポン山トレーニング★ 組織部会 | | 27 | 火 | 機関誌製本 |
| | 8 | 木 | ヤマイチトレイル★ 運営委員会 | | 28 | 水 | 光明寺裏トレーニング 京都トレイル北山 |
| | 9 | 金 | レク部 流れ橋 | | 29 | 木 | ワクワク天王山 ニュー(～30) |
| | 10 | 土 | 教・初級山登りセミナー実技③ | | 30 | 金 | |
| | 11 | 日 | 新入教室 山行計画会議 | 7 | 1 | 土 | |
| | 12 | 月 | 天王山トレーニング | | 2 | 日 | |
| | 13 | 火 | パッチワーク | | 3 | 月 | 天王山トレーニング |
| | 14 | 水 | 光明寺裏トレーニング インドアやまびこ | | 4 | 火 | 琵琶湖疎水・蹴上エリア |
| | 15 | 木 | 教育部会 パソコン教室 | | 5 | 水 | ポンポン山トレーニング★ 組織部会 |
| | 16 | 金 | どこ行こ天王山 滋賀のアルプス | | 6 | 木 | 山行部会 |
| | 17 | 土 | | | 7 | 金 | 愛宕山 |
| | 18 | 日 | 比良比叡トレイル | | 8 | 土 | |
| | 19 | 月 | 天王山トレーニング 山城歩き オカリナ レク部会 | | 9 | 日 | 教・初級山登りセミナー実技 |
| | 20 | 火 | 愛宕山 | | 10 | 月 | 天王山トレーニング |

* 7月号の原稿締切は 6月20日厳守！

* 機関誌に乱丁等ありましたら取り替えますので、機関誌部長あてに連絡ください。

* 5月20日以後に決まった日程は、ここに反映されていません。

* ★は雨天・荒天順延または延期の印です。

* 7月号原稿送付先

- ・山行案内 石田諒子(oow.my.good523@gmail.com)
安達正明(adachi_m50@mbox.kyoto-inet.or.jp)
- ・山行報告 片山富子(tomiko-katayama@maia.eonet.ne.jp)
- ・一言感想 猪倉美佐子(misa-ikr@kyoto.email.ne.jp)
- ・投稿・掲示板・その他 高垣真二(si2817mt@gmail.com)
- ・リレー随想 上出克代(ryu1525@gaia.eonet.ne.jp)

私たちの合い言葉

- 山を身近なものにするために力を合わせよう。
- 登山によって健康な体と豊かな心を育てよう。
- 登山によって助け合う心と友情を深めよう。
- 多くの人たちと交流し山を愛する仲間を増やそう。
- 力をあわせて登山のモラルと技術を高めよう。
- 安全で確実な登山思想を身につけよう。
- 豊かな自然を守り発展させよう。



発行 2023年6月1日
発行所 京都府勤労者山岳連盟
西山ハイキングクラブ
発行者 馬場重明
京都府向日市寺戸町瓜生 4 - 60

編集責任者 高垣真二

事務局 依田敏夫 Tel/Fax 075(392)4914
〒615 - 8101 京都市西京区川島東代町 38 - 15

HP アドレス http://web.kyoto-inet.or.jp/people/adachi_m/



Web サイト