

# にしやま

Nishiyama  
No.397

Dec.  
2019

12



(夜明け前の武奈ヶ岳・林ただし)

西山ハイキングクラブ

## 忘れ物はありませんか

2008年8月改訂

|                                 |                 |              |                    |
|---------------------------------|-----------------|--------------|--------------------|
| <b>■日帰り必携装備</b>                 |                 |              | * 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  |                    |
| <b>■その他、必要に応じて下記のを追加する</b>      |                 |              |                    |
| 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 |                    |
| <b>■リーダーは上記のものに加えて下記のを持ってくる</b> |                 |              |                    |
| 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

2017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<br>田村太二** | 峯尾靖子  | 岡庭美恵子 | 吉谷由美子        |

\*\*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。

## 安全登山を心がけよう

安達正明

西山HCも約150人の会員を擁する大所帯となってきました。会員が増えるにつれて要求も多様化し、様々なジャンルの例会が取り組まれています。幸いこれまで重大事故は発生していないものの、西山だけでなく他の会でも、転んで手をついて、手首を骨折するといった事故が起こっています。

山岳会であれ、ハイキングクラブであれ、山へはいるという行為は同じです。自然は区別してくれません。むしろハイキングだからという意識にこそ危険が潜んでいると言えるでしょう。最近テレビや新聞を賑わしている事故は中高年や家族連れが多くなっています。

今年は西山HCが主管で搬出訓練を行いました。これは、万が一に備えるだけでなく、こうした訓練をする中で、事故を起こさないという意識を高めることにあります。組織的には、このような活動を行う一方、会員個人個人では、家族の理解を得、山の楽しさを家族と分かち合うことが大切です。

そして、「必ず行き先を告げて」例会に参加しましょう。

また、例会に見合った体力、知識を身につけ、緊急時に必要な装備も携行しましょう。防寒具、ヘッドランプなどを持っていれば、万が一道に迷った時も落ち着いてビバーク（不時露営）でき、無理な行動による二次的な事故を防ぐことができます。「にしやま」の見返しに一般装備が記載されていますが、万が一の時も考慮されて考えられたものですので、自分で勝手に判断せずに、必須とされたものは必ず持って行きましょう。備えあれば憂いなし、安全で楽しい山歩きを続けましょう。

# も く じ

---

|               |    |
|---------------|----|
| 例会案内          | 3  |
| 例会予告          | 23 |
| 山行報告          | 28 |
| 一言感想          | 54 |
| 運営委員会・専門部報告   | 62 |
| リレー随想         | 77 |
| 新入会員自己紹介      | 78 |
| 投稿            | 80 |
| クラブインクラブ      | 83 |
| みんなの掲示板       | 85 |
| 乙訓の地名を探る・編集後記 | 87 |
| コーヒータイム       | 88 |

## 天王山（トレーニング）

山登りをするトレーニングは、山道でのトレーニングが必要です。私達も年々歳を重ね体力の低下を肌身で感じています。週2回（平日のみ）のトレーニングを習慣づけるため「天王山・らくらく」体力づくりです。月に標高差（上下）の累計2000mに挑戦しましょう。

（前日の午後6時55分頃のNHK総合テレビ天気予報、京都市内午前中50%以上の降水確率又は雨マークの時は中止。怪しい時は、当日午前8時までにCLへ問い合わせください。） 継続してトレーニングを行うため、受付、下山担当をできる方ご協力ください。12月27日から2020年1月6日までは休みです。

### 日時・集合場所

2019年12月3日、10日、17日、24日いずれも火曜日。

集合場所は、小倉神社トイレ前、午前9時30分までに。

（小倉神社に参拝してください。登りに反射板への道を使うのはかまいませんが、必ず分岐から小倉神社へ下山してください。また、天王山頂上まで行くのも構いませんが、早くに登り午前11時までに小倉神社へ下山してください。）下山は、遅くとも午前11時までをお願いします。

2019年12月5日、12日、19日、26日いずれも木曜日。

集合場所は、桜の広場公園トイレ横、午前9時30分までに。

（早く来て、サントリー整備地まで往復も可）

下山は、遅くとも午前11時までをお願いします。

コース 火曜日は、小倉神社（67m）～小倉神社・柳谷分岐（299m、テーブル） 往復（早く来て、山頂往復も可）

木曜日は、桜の広場公園（38m）～天王山頂上（277m） 往復（早く来て、サントリー広場までの往復も可）

荷物の調整、歩く速さは各自にお任せします

集合時に参加者名簿を作成。下山時に名前をチェックします。

C L 中村好夫 075-954-6558

090-2354-9750

S L 各日とも受付、下山担当者。

解散後報告先 田村太二さん

## 天狗杉（新山城三十山口）

新山城三十山第23回は、天狗杉山（837m）です。雲取山へ行くときに天狗杉山も登る予定をしておりましたが、出来ませんでした。今回は天狗杉山を登り、新山城三十山の最終回とします。来年からは、霊峰「比叡山の参詣道を登る」です。

**日時** 2019年12月1日（日）（雨天中止）  
怪しい時は、6時30分までに連絡ください。前日に判断し、西山メールでもお知らせします。

**集合** 京都バス出町柳駅前バス停 午前9時50分  
（京都バス広河原行10時00分発に乗車）

**コース** 京都バス出町柳駅前バス停（10：00発）～旧道別れバス停（11：08着、682m）～旧花脊峠（約750m）～天狗杉（837m）～花脊峠バス停（759m）（解散）  
花脊峠京都バス15：08発  
歩行時間約1時間30分程度

**持ち物** 日帰り一般装備 弁当  
地図 1/25000「花脊」 「京都北山」

**C L** 中村好夫 075-954-6558  
090-2354-9750

**S L** 北川真理 075-934-2083

解散後報告先 岡庭美恵子さん

## 天王山 その12

今年最後の天王山例会です。

天王山に感謝して、ゆっくり、自然を味わいながら歩きましょう！

皆で、恒例の鬮汁を食しましょう！

日時 12月4日（水） 午前10時～

集合場所 阪急 大山崎駅

コース 阪急大山崎駅—椎尾神社—中の谷—天王山頂上

酒解神社—宝寺 解散 歩行時間 4時間前後

持ち物 日帰り一般装備 おにぎりなど  
鬮汁用 茹でた野菜など1品 お椀 お湯200CC

地図 山と高原地図「北摂、京都西山」など

CL 山下美喜子 TEL 090-2100-4084

SL 安井 昇太

解散後報告先 五十棲さん

雨天中止

健脚 北山 翠黛山～瓢箪崩山～三宅八幡

一般道ですが倒木の跡が歩きにくくしていることでしょう。  
9月に天候不順で撤退した尾根に続き、さらに、三宅八幡方面に  
下ります。

日時・集合時間 12月4日(水) 7時40分

京都国際会館駅前発7:49に乗車。

集合場所 : 京都バス国際会館駅

コース : 京都バス国際会館駅＝大原～翠黛山577m  
～金比羅山付近～江文峠～瓢箪崩山532.4m～P461  
～三宅八幡附近

持ち物 : 一般装備(熊よけの鈴、ヘッドランプも)、

地図 : 2万5千分の1「大原」「京都東北部」  
エリアマップ「京都北山」

CL 林 ただし 090-6986-4392

SL 岡庭 美恵子 080-5703-8641

申し込み : CL、SLまで。荒天などで中止の場合に  
連絡します。

雨天中止

参加資格 : 会員

解散後報告先 : 吉谷由美子さん

12月例会案内（ウォーキング）  
街道・古道シリーズ

西山ハイキングクラブ

ちよ ふるみち  
千代の古道②（花園駅～大覚寺～花園駅）

梅宮から広沢の池、嵯峨大覚寺に到る道は、「千代の古道」と呼ばれています。古代嵯峨野は、神聖な葬送の地であり、多くの古墳が残されています。平安時代は藤原定家らが歌に詠んだ、嵯峨院（大覚寺）へ通じる貴族の遊響の地でもありました。今回は、古墳群をめぐります。（参考資料・京都市埋蔵文化財研究所発行「京都歴史散策マップ」千代の古道）リベンジです。

日時 2019年12月6日（金） （雨天中止）  
怪しい時は、午前7時30分頃までに中村まで連絡ください。

集合 JR花園駅 午前9時00分  
（参考、JR長岡京駅普通野洲行8：21発～京都駅8：33着、嵯峨野線園部行8：41発～花園駅8：52着）

コース JR花園駅～源光寺～安堵の塔・ルルゲ（龍華）さん～大覚寺油掛地蔵尊～大覚寺～広沢池～天王社八幡宮～法金剛院～JR花園駅（解散）  
歩行距離約9km 歩行時間約3時間30分程度

持ち物 日帰り一般装備 弁当不要 ウォーキングシューズがよい

C L 中村好夫 075-954-6558  
090-2354-9750  
S L 北千恵子 075-931-1273

解散後報告先 五十棲節子さん

次回の街道・古道シリーズは1月10日（金）「伏見五福巡りと酒蔵」です。

教育部

## ペース登山 【愛宕山 第1回目】

※参加は会員のみです

会員の皆さん、西山HC恒例「ペース登山」を案内します。

体験無し・近年不参加の会員はいずれかの日程で参加して下さい。

「過去の体力、過去のもの」いまの体力を知りましょう！！

遅れる・待たせるなどと気兼ねしないで参加しましょう。

山行ジャンルにこだわらずに参加して下さい。

昨年は80分から130分の幅で平均105分でした。

※新しい会員はペース登山を（必ず一度は）体験してください。

【ペース登山って何のこと？ 方法・質問は永柳へ】

日 時 2019年12月8日（日）  
集 合 阪急嵐山駅前バス停：8時30分集合  
8：42発清滝行きバス乗車  
現地集合：9時5分（金鈴橋渡った付近）  
コ ー ス 現地集合場所より山頂本殿・階段下の休憩所まで  
（帰路については現地で決定）  
リ ー ダ C L：能登恵美子☎954-8476 S L：西尾久枝☎392-9044

参加者の皆さんへお願い

（出来るだけ申込み願いますが、当日参加OKです）

- （1）降雨による実施判断は当日7時前までに問合せください。  
多少の降雨は実施したいと考えます。  
雨具、防寒具は常時携帯すること。\*天候により軽アイゼン
- （2）装備は日帰り一般山行と同様にしてください。  
山頂で待機の時、汗で身体の冷え防止に着替え忘れないように。
- （3）休憩など調子を整えて“自分のペース”で登ってください。  
しかし、競争と違いますから無理をしないように。
- （4）登頂時間は、各自の時計で報告してください。

その他連絡事項

- ・次回「愛宕山」は12月15日、3/21、3/28の3回予定です。
- ・「天王山コース」は3月12日予定で1回のみです。  
天トレ参加のときに時間を計ってみませんか。
- ・自主的に実施した会員は、村田、永柳に連絡ください。

【解散後報告先 林正さん】



## 12月例会案内（岩登り）

雨天実施

はじめてのインドアクライミング No.72

### やまびこ くらぶ

日時： 12月11日(水) 14時から17時

集合 京都市バス停「わら天神前」  
13時49分発 M1系統「原谷」行乗車、原谷農協前下車  
徒歩3分（市バス1日乗車券600円がお得です）

参加費 会場費4,800円を参加者で割ります。  
必要に応じ暖房費加算

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前日までにC.Lにご連絡下さい。  
初めての方、歓迎です。ぜひ体験してみてください。

持ち物

- ・動きやすい服装、飲物
- ・クライミングシューズ、ハーネス（各500円でレンタル可）  
安全環付カラビナ、チョーク（あれば）
- ・ビレイヤー（確保者）は確保器、安全環付カラビナ、手袋

C L 猪倉美佐子 (Tel 958-2400)

S L 旭 真

解散後報告先 吉谷由美子さん

## 三上山 432m ～ 田中山 293m

湖東の山でお馴染みの近江富士です。  
小さな山の縦走ですが岩場や急下り、急登りがあります。

【日 時】 12月11日（水）

【集 合】 JR京都駅2番ホーム 7時15分

【コース】 JR 京都（新快速・野洲行 7:21 発）～ JR 野洲（7:50 着）  
～ 滋賀バス（8:10 発）～ 山出前バス停・登山口（8:17 着）  
--- 三上山 --- 中腹道分岐 --- 古代峠 --- 舗装  
道出会 --- 田中山 --- 登山口 --- JR 野洲 解散  
〈所要時間 約6時間〉

【持ち物】 日帰り一般装備  
風の強い日もありますので防寒着をお持ち下さい。

【地 図】 2. 5万地形図 （野洲）

◆ 天候のあやしい時はCLへご連絡ください

CL 岡庭美恵子 TEL 933-1481

SL 湯浅 卓修 TEL 331-6269

解散後報告 岡庭美恵子



## 千石岩

日時 2019年12月12日(木)

※11月号で12月5日と案内しましたが、CL・SLの都合で変更しました

集合 午前8:35 JR大津京駅改札口前

※京都発8:12(3番乗り場)→<普通>→8:25大津京着

京都発8:18(0番乗り場)→<新快速>→8:32大津京着

- ◇山歩きは頂上に到達したり美しい花に出会うなど、山行目的がかなえられれば達成感がありますが、岩登りは1回1回のチャレンジごとに達成感が得られます(成功すれば!)。めげずに岩を好きになれば上達するそうです。それぞれの目標にむかって積極的にチャレンジしましょう。
- ◇千石岩は岩のてっぺんから琵琶湖が一望でき爽快です。初心者大歓迎。トプロープで安全にサポートします。「岩登りに挑戦したいが不安」という方は、事前にご相談ください。
- ◇参加希望者は12月9日(月)中にCL・馬場までご連絡ください。雨天や雨後で岩が濡れていれば中止です。前日夜に判断・連絡します。

### 【持ち物】

<共同装備でシングルロープ>

日帰り必携装備、ヘルメット、ハーネス、クライミングシューズ、スリング、安全環付カラビナ、フリーカラビナ、ヌンチャク、確保器(※初心者の方はヘルメット以外、無いものがあってもフォローします)

CL : 馬場 重明 (TEL 090-1025-1843)

※自宅メール [sbaba4910@maia.eonet.ne.jp](mailto:sbaba4910@maia.eonet.ne.jp)

SL : 猪倉美佐子 (TEL 075-958-2400)

【解散後報告先: 吉谷由美子さん】



教育部「初歩の岩山歩き」

## 和気アルプス

日にち 2019年12月14日(土)

集合 JR和気駅 午前10時10分

◆ちょっと遠いですが「初歩の岩山歩き」で岡山県の和気アルプスに登りましょう。低山ながら尾根上の景観はまさにアルプス。ここは本格的な岩登りのゲレンデもありますが、尾根の岩場はそれほど厳しくありません。今回は半縦走で、和気富士(172m)や竜王山(223m)などをゆっくり巡ります。

◆12月9日(月)までにCLまで申し込んでください。同じ駅からの乗降がまとまれば、青春18キップを使って安く行くことができます(往復約7000円が2370円)。西山メール等で連絡しあいましょう。CLも仲介しますので、申し込みの際にJRの乗降駅をお知らせください(まとまらない場合もあります)。青春18キップを一人で使う予定の方は、直接、和気駅等で合流してもかまいません(その場合も申し込みは必要)。

### 【アクセス・コース】

[往] JR 京都線・西明石行⇒桂川 7:21→向日町 7:23→長岡京 7:26→山崎 7:30→島本 7:32→7:36 高槻 7:42→<新快速・播州赤穂行(京都発 7:29)>→9:30 相生 9:32→<山陽本線・岡山行>→10:06 和気着

[歩行] 和気駅～登山口～和気富士頂上～観音山～前ノ峰～穂高山～涸沢峰～竜王山～小竜王山～安養寺～由加神社～金剛橋～和気駅

[復] 和気駅 14:43 発で長岡京駅着 17:19、15:42 発で 18:19 着

【持ち物】 日帰り必携装備、防寒着、地図・25000 図「和気」

CL : 馬場 重明 (TEL 090-1025-1843)

※メール [sbaba4910@maia.eonet.ne.jp](mailto:sbaba4910@maia.eonet.ne.jp)

SL : 福田 設子 (TEL 090-5901-9206)

【解散後報告先：林ただしさん】

教育部

## ペース登山 【愛宕山 第2回目】

※参加は会員のみです  
会員の皆さん、西山HC恒例「ペース登山」を案内します。  
体験無し・近年不参加の会員はいずれかの日程で参加して下さい。

「過去の体力、過去のもの」いまの体力を知りましょう！！

皆に、遅れる・待たせるなどと気兼ねしないで参加しましょう。

毎年、繰り返して自己の体力、調子を自覚して下さい。

山行ジャンルにこだわらずに体力測定の気持ちで参加して下さい。

※新しい会員はペース登山を（必ず一度は）体験してください。

【ペース登山って何のこと？ 方法・質問は永柳へ】

日 時 2019年12月15日（日）  
集 合 阪急嵐山駅前バス停：8時30分集合  
8：42発清滝行きバス乗車  
現地集合：9時5分（金鈴橋渡った付近）  
コ ー ス 現地集合場所より山頂本殿・階段下の休憩所まで  
（帰路については現地で決定）  
リ ー ダ C L : 永柳辰夫 ☎551-0353 S L : 北千恵子 ☎080-8720-9453  
（※永柳のタイム120分超えるかも）

参加者の皆さんへお願い

（出来るだけ申込み願いますが、当日参加OKです）

- （1）降雨による実施判断は当日7時前までに問合せください。  
多少の降雨は実施したいと考えます。  
雨具、防寒具は常時携帯すること。\*天候により軽アイゼン
- （2）装備は日帰り一般山行と同様にしてください。  
山頂で待機の時、汗で身体の冷え防止に着替え忘れないように。
- （3）休憩など調子を整えて“自分のペース”で登ってください。  
しかし、競争と違いますから無理をしないように。
- （4）登頂時間は、各自の時計で報告してください。

その他連絡事項

- ・次回「愛宕山」は3月21日、28日の2回だけです。
- ・「天王山コース」は3月12日の1回のみです。  
天トレ参加のときに時間を計ってみませんか。
- ・自主的に実施した会員は、村田、永柳に連絡ください。

【解散後報告先 林正さん】

## 裏六甲不動岩

先月に引き続き、不動岩にてクライミングを楽しみます。

始めに低い場所で懸垂下降&ロープワークの復習をし、3～4級のルートをマルチピッチで登ります。今回は、少し背伸びしてフリーのルートもチャレンジしましょう。

クライミングやマルチピッチが初めての方もどうぞ。

道場駅からゲレンデまで、舗装道5分、登山道15分程歩きます。

比較的暖かい岩場ですが、寒さ対策は十分をお願いします。

【日時】2019年12月15日（日）

【集合場所】9時00分JR道場駅駅前広場（トイレあり）

参考：長岡天神7:05発（梅田行）⇒十三乗換え（宝塚行）⇒  
宝塚（JR乗換え08:23発）⇒道場駅8:36着

【持ち物】日帰り一般装備、昼食、飲み物、防寒着

クライミングシューズ、ハーネス、ヘルメット、確保器（ガイドモード付きを安全環付きカラビナとセットで）、革手袋（ビレイ・懸垂下降用）、セルフビレイコード（パス又はランヤード）、スリング（120cm×2、60cm×2）、カラビナ（フリー×4、安全環付き×4）、ヌンチャク、チョークバッグ

※太字は必須です。ない方・不明な方はCLまでお知らせください。

【団体装備】ダブルロープ（50m）4本、シングルロープ（60m）1本

【申し込み】参加希望者は12月8日までにCLにご連絡下さい。

CL 上田真弓（090-1965-3156）

oyakataoran@hotmail.com

※EメールまたはCメールに入れてください。

SL 永田潤平

解散後報告先吉谷由美子さん

## 三郎ヶ岳 (613.7m)

初冬のこの時期、亀岡盆地の雲海を期待して計画しました。雲海ができるには、①放射冷却が強い＝夜にしっかり冷え込むこと②風が弱い③湿度が高い この3条件が必須だそうです。亀岡から見ると、愛宕山が長男、牛松山が次男、そして三郎でしょうか？

|     |  |               |
|-----|--|---------------|
| 日 時 | 2019年12月16日（月）   | 雨天中止          |
| 集 合 | 京都駅 31番線   | 8時10分発園部行 2両目 |
| コース | 8:40 亀岡着—8:54 発千代川駅前行（北口6番乗り場<br>ふるさとバス F11 系統）—9:09 小口下車<br>登山口…北舎峠分岐…三郎ヶ岳…パラグライダー基地…<br>P313 …平の沢池…水鳥の道（京阪京都バス バス停）<br>14:55 15:55 |               |
| 持ち物 | 日帰り一般装備  |               |
| 地 図 | 1/25000 亀岡   |               |
| C L | 福田設子   | 090-5901-9206 |
| S L | 田中義子   | 090-8212-8101 |

解散後報告先 峯尾靖子さん

雨天中止

## 立石橋から ポンポン山へ

近場の 西代里山公園管理棟に集合して ポンポン山へ登るのですが結構、歩きがいがあり、急な道もあるので よいトレーニングになります。いつも同じようなコースですが、四季の変化を感じましょう！

日時 2019年12月17日(火) 8時45分から  
6時間前後

集合 西代里山公園管理棟前 8時45分

コース 管理棟—立石橋—京青の森—釈迦岳—ポンポン山—釈迦岳—京青の森—西山キャンプ場—管理棟 解散

持ち物 日帰り必携装備、弁当、  
地図 2万5千分の1 「京都西南部」  
「京、おとくに 西山連峰トレッキングマップ」

CL 山下美喜子 TEL090-2100-4084

SL 旭 真 TEL075-962-6900

SL 片山富子 TEL075-921-3056

バス利用の方 JR長岡京 8時15分②乗り場  
阪急長岡天神 8時22分②乗り場 奥海印寺バス停 8時33分着 奥海印寺循環行き 不明な方 山下に問い合わせください。

帰りのバス 金ヶ原口バス停も利用すると何本か多くあります

解散後報告先 峯尾さん

## 12月例会案内 駅からウォーキング④

### 京都を歩くその1

上京区の妙蓮寺庭園（十六羅漢石庭＝枯山水）と等持院（心字池、芙蓉池＝池泉回遊式）の二つの庭園を訪ねてみます。

2019年12月21日 土曜日

京都市地下鉄今出川駅2番出口 9:10集合

雨天の場合は翌日12月22日に延期します。

#### ★ コース

地下鉄今出川駅～妙蓮寺～船岡山公園～今宮神社～昼食

天下一品佛大前店を予定しています。

平野神社～等持院～嵐電北野線等持院駅

歩行時間・・・2時間 所要時間5時間 14:00頃解散予定

★ 持ち物 雨具、お茶、スマホのGoogleマップを活用する

★ 費用・・・交通費のほかに、拝観料妙蓮寺500円 等持院300円

★ 会員のニーズをつかむため当分の間一般参加はおことわりします。

CL：内山松男 (TEL 090-2352-9771)

SL：能登恵美子 (TEL 075-954-8476)

解散報告先 五十棲さん

12月例会案内（健脚）

西山ハイキングクラブ

雨天中止

## 天王山～ギョハチ峠～JR山崎

12月恒例の太閤道です。今までと違うのは登山道で倒木や迂回路があります、通ることは可能ですがきついところがあります。（西山HCの皆様が整備されて歩きやすくなっているところもあります）歩く距離は長いです。

日時           **2019年12月21日土曜日**

集合場所       **JR高槻市営バス亭（JR高槻駅南口6番乗場）系統3番  
32番上成合行 7時50分。**

出発時間       **8時乗車**

コース 高槻市営バス→磐手橋→太閤道→金滝寺跡→若山（太田山315.5m）  
→四辻→若山神社→尺代→ギョハチ峠→島本町キャンプ場→ハニ  
ーCC→柳谷第2駐車場→浄土谷入口→天王山登山口→小倉神  
社分岐→JR山崎

歩行時間約8時間

持ち物       日帰り一般装備  
地図       1/25000 淀  
              高槻市ハイキングコースマップ

CL     湯浅卓修           075-331-6269

SL     久世谷登志子       075-642-6402

解散後報告先     吉谷由美子さん

## 初歩から学び楽しむ

## 目俵・インドクライミング④

昔の山男さん・山女さんの中に、「体力が衰えてきたがこれなら短時間でできるしおもしろい」とインドクライミングにはまる人が増えているそうです。老いも若きもチャレンジ！！吹田市の目俵市民体育館でみんなで初歩から学びながら楽しみましょう。毎月第4土曜日が基本ですが、12月は年末押しつまとあわただしいので第3土曜日にしました。

日 時 12月21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10分、阪急相川駅から徒歩約15分

参加費 600円（吹田市民以外の体育館利用料金）

参加者 会員の他、一般参加も認めます（CLに事前相談のこと）

※必ず前日までにCLまで申し込んでください。なお貸切ではありませんので、他の一般市民のみなさんといっしょになる場合もあります。

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）

※ビレイのできる方（使用登録証保持者）は上記に加え、確保器、手袋、チョーク（あれば）などを持参してください。

CL 馬場 重明（090-1025-1843）

[sbaba4910@maia.eonet.ne.jp](mailto:sbaba4910@maia.eonet.ne.jp)

SL 猪倉美佐子（075-958-2400）

【解散後報告先 吉谷由美子さん】

## アイゼン講習会

冬になると近郊の山でも、凍結している時がよくあります。また、雪渓などを登る場合もアイゼンが必要です。山の道具は、持っているもどのように使うのか習得できていなければ、単に重たい道具を運ぶだけになります。また、いざという時にかえって危険なこともあります。アイゼンの使い方を習得するための講習会です。アイゼンは軽アイゼン（6本または4本）を基本に行います。軽アイゼンはアイゼンを使いこなす基本となるものです。これからの時期、安全に山歩きをするために、一緒に学びあいましょう。参加資格は特にありません。初心者の方はもちろん、この機会により習熟したいという方もご参加ください。8本爪以上のアイゼントレも参加OKです。

**日 時** 2019年12月22日(日) (雨天中止)

怪しい時は、午前8時00分頃までに中村まで連絡ください。

**集 合** 小倉神社駐車場トイレ横 午前9時00分

**コース** 小倉神社駐車場（アイゼン装着の練習）～小倉神社裏手のハイキング道～小倉神社からの縦走路との合流点～浄土谷分岐～十方山（往復）～縦走路～浄土谷分岐～小倉神社裏ハイキング道～小倉神社駐車場（解散）

**持ち物** 日帰り一般装備 ストック2本（又はピッケル）  
軽アイゼン（8本爪以上も可） 弁当不要

**参加申込** 参加希望者は、12月20日までにCLに連絡ください。

**C L** 中村好夫 075-954-6558  
090-2354-9750

**S L** 安達正明 075-955-0727

解散後報告先 林ただしさん

## 向日市「風の径」を歩く

歴史にあふれた乙訓のそぞろ歩きです。午前中の半日コースなので、家族連れ大歓迎です。乙訓の地域を共に学び合ひましょう。

向日市には、「桜の径」「風の径」「竹の径」や「歴史ウォーク」「古墳ウォーク」など生涯学習サークルのみなさんが、向日市の史跡などを再発見するコースを作っておられます。今回は「風の径」の一部を歩きます。

**日 時** 2019年12月27日（金） （雨天中止）

NHKの前日夕刻の天気予報で、午前中50%以上の降水確率の場合は中止。怪しい時は、当日の午前8時00分までに中村へご連絡ください。

**集 合** 阪急西向日駅改札口付近 午前9時00分

**コース** 阪急西向日駅西改札口～長岡宮朝堂院～老人福祉センター～長岡宮築地跡～噴水公園～中ノ池地下道～太政官厨家跡～東院公園～ふれあい広場～泉福寺～北浦公園～森本遺跡～阪急東向日駅（解散）

歩行距離約8.0km 歩行時間約3時間00分

**持ち物** 日帰り一般装備 弁当不要 運動靴が良い。

**C L** 中村好夫 075-954-6558  
090-2354-9750

**S L** 参加者から

解散後報告先 五十棲節子さん

次回は、1月26日（日）乙訓散策「勝竜寺城界限」です。

## 天王山（トレーニング）

山登りをするトレーニングは、山道でのトレーニングが必要です。私たちも年々歳を重ね体力の低下を肌身で感じています。週2回（平日のみ）のトレーニングを習慣づけるため「天王山・らくらく」体力づくりです。月に標高差（上下）の累計2000mに挑戦しましょう。

（前日の午後6時55分頃のNHK総合テレビ天気予報、京都市内午前中50%以上の降水確率又は雨マークの時は中止。怪しい時は、当日午前8時までにCLへ問い合わせください。） 継続してトレーニングを行うため、受付、下山担当をできる方ご協力ください。2019年12月27日から2020年1月6日までは休みです。

### 日時・集合場所

2020年1月7日、14日、21日、28日いずれも火曜日。

集合場所は、小倉神社トイレ前、午前9時30分までに。

（小倉神社に参拝してください。登りに反射板への道を使うのはかまいませんが、必ず分岐から小倉神社へ下山してください。また、天王山頂上まで行くのも構いませんが、早くに登り午前11時までに小倉神社へ下山してください。）下山は、遅くとも午前11時までにお願ひします。

2020年1月9日、16日、23日、30日いずれも木曜日。

集合場所は、桜の広場公園トイレ横、午前9時30分までに。

（早く来て、サントリー整備地まで往復も可）

下山は、遅くとも午前11時までにお願ひします。

コース 火曜日は、小倉神社（67m）～小倉神社・柳谷分岐（299m、テーブル） 往復（早く来て、山頂往復も可）

木曜日は、桜の広場公園（38m）～天王山頂上（277m） 往復（早く来て、サントリー広場までの往復も可）

荷物の調整、歩く速さは各自にお任せします

集合時に参加者名簿を作成。下山時に名前をチェックします。

C L 中村好夫 075-954-6558

090-2354-9750

S L 各日とも受付、下山担当者。

解散後報告先 田村太二さん



# 新春登山・愛宕山

日時 2020年1月4日(土)

集合 阪急嵐山駅前・京都バス乗り場

午前8:30 (清滝行バスは8:42発です)

- 恒例の新春愛宕登山で登り初めをして新年を祝いましょう。愛宕神社で火の用心のお札をもらってくるのもよし、下山後有志で新年会もありますね。
- 「ビスターリ」と「一般」の2コースです。申し込みは年内に各コースのCLまで(メールも可)。年の始めで積雪も予想されます。ゆっくり慎重に歩きましょう。雨天は中止です。運営委員会主催。
- アクセスは、阪急嵐山駅前→<京都バス>→清滝。清滝に直接行かれる方は、金鈴橋西詰に8:50までにお集まりください。

【ビスターリ】CL: 安達 正明 (TEL/FAX 075-955-0727)

SL: 福田 設子 (TEL 090-5901-9206)

[往路] 清滝～梨の木谷～月輪寺～愛宕神社石段下休憩所

[復路] 表参道から下山予定。

【一般】CL: 馬場 重明 (TEL 090-1025-1843)

SL: 能登恵美子 (TEL 090-6960-1318)

[往路] 清滝～梨の木谷～大杉谷～愛宕神社石段下休憩所

[復路] 表参道から下山予定。

◆両コースとも希望者の人数等が揃えば、つつじ尾根～保津峡駅に下山も可。

【持ち物】 日帰り必携装備、防寒着、軽アイゼン必携

【地図】 25000 図「京都西北部」、山と高原地図「京都北山」

<解散後報告先: 林ただしさん>

## 比良・蓬莱山周辺（1174m）

ゴンドラ打見山の山頂まで登り、蓬莱山、小女郎ヶ池の間でスノーシューの初体験や技術を向上させましょう。雪山道具であるスノーシューを使いこなせば、雪山を楽しめます。道具を使いこなすためには、回数です。ロープウェイの割引は平和堂のカードが使えます。

スノーシューは西山ハイキングクラブに2台（女性用）あります。希望者は参加申込時に予約お願いします。

**日時** 2020年1月11日（土）（積雪がない時及び乱天中止）  
判断は前日にします。

**集合** JR 京都駅 3番ホーム先頭車両付近 午前7時20分  
（7時24分発永原行に乗車。切符は、志賀駅まで）

**コース** JR 京都駅（永原行7：24発）→JR 志賀駅（8：06着）、  
江若バス（8：11発）→ゴンドラさんろく駅→ゴンドラさん  
ちゃんちよう駅（スノーシュー装着など）→蓬莱山→小女郎ヶ池  
（スノーシュー講習）→ホッケ山（往復）～蓬莱山→ゴンド  
ラさんちゃんちよう駅→ゴンドラさんろく駅（江若バス）→JR 志賀  
駅（解散）ホッケ山は、時間がなければ割愛します。  
琵琶湖バレーの冬の営業時間が未発表なので、変更がある場合  
が有ります。

**持ち物** 日帰り一般装備 弁当、温かい飲み物、スノーシュー、スト  
ック2本（雪用の大きなわっかを付けること）  
**地図** 山と高原地図「比良山系」

**申込み** 1月8日までにSLに参加申込お願いします。

**C L** 中村好夫 075-954-6558  
090-2354-9750

**S L** 安達正明 075-955-0727  
解散後報告先 林ただしさん

## 由良ヶ岳・天橋立・カニ

冬です。雪の季節です。日本海の雪の由良ヶ岳、雪の天橋立、そしてカニを楽しみに計画しました。近くの西山天王山駅から高速バスが丹後に出ています。このバスを利用し、山椒大夫で有名な丹後由良の「由良ヶ岳」に登ります。雪の天橋立は、写真で見たことがあっても実際に見た方は少ないと思います。宿泊予定の浜乃家は、温泉でアルコール持ち込み可です。3日昼食は、天橋立で「海鮮どんぶり」予定。冬の丹後を満喫します。

**日時・集合** 2020年2月2日（日）～3日（月）

**日程** 2日西山天王山駅高速バス（間人行9：18発）～宮津駅（10：51着）丹後鉄道（11：24発）～丹後由良駅（11：37着）～由良ヶ岳～民宿・浜乃家（宿泊）  
3日浜乃家～ハクレイ酒造見学（予定）～丹後由良駅～天橋立駅～天橋立文殊地区散策～天橋立駅高速バス（京都市行12：58発）～西山天王山駅（14：43着）

**持ち物** 冬山装備 スノーシュー又はワカン又はアイゼン

**費用** 交通費・宿泊費で21,000円程度

**申し込み** 申込受付は、12月1日から。申込締切は、高速バスの予約が1月前のため、12月25日とします。定員20名。由良ヶ岳登山割愛の参加も可（人数制限がありますので、相談してください）。申し込みは、CL中村へ。

**C L** 中村好夫 075-954-6558  
090-2354-9750  
**S L** 能登恵美子 075-954-8476  
吉田京子 075-952-0457  
吉谷由美子 075-955-6119

4月例会案内(雪)

## 残雪の燕岳

まだ雪を纏った北アルプスの峰々を、間近で見たくて計画しました。アイゼンを付けての登山となりますが、一日たっぷり時間を掛けて登りたいと思います。ご参加ください。

日 時：2020年4月26日（日）～28日（火）2泊3日

日 程：

1日目：JR京都駅9：30発～名古屋～松本～穂高14：39着

バス14：50発～中房温泉15：45着（中房温泉泊）

2日目：中房温泉～燕山荘～燕岳～燕山荘（泊） 歩行時間7時間

3日目：燕山荘～中房温泉 歩行時間4時間

バス12：35発～穂高13：30着

JR穂高13：33発～松本～名古屋～京都18：11着

費用：約45,000円

持ち物：冬山一般装備、八本爪アイゼン、ストック2本

地図：山と高原地図「槍ヶ岳・穂高岳」

★参加される方は、1月15日までに、CLまでご連絡下さい。

CL 田村 太二 携帯 090-2108-6099

SL 旭 真 携帯 090-4900-1598

留守本部 未定

|   |                         |        |      |
|---|-------------------------|--------|------|
| ジャンル<br>ビスターリ   | 山 行 報 告      西山ハイキングクラブ |        |      |
| 行き先   | 生駒山                     |        |      |
| 日 時   | 2019年 10月 23日(水)        | 天 気    | 晴    |
| リーダー  | 桑原 長治                   | サブリーダー | 春 豊子 |
| <p>&lt;参加者&gt; 女性 4 名 男性 5 名 計 9 名<br/> 旭 真、猪倉 清、猪倉 美佐子、桑原 長治、<br/> 永田 芳江、春 豊子、藤本 真弓、松宮 秀隆、安井 昇太</p>  |                         |        |      |
| <p>&lt;コースタイム&gt;<br/> 阪急長岡天神8:04～大阪地下鉄日本橋下車 近鉄奈良行乗換9:05<br/> ～枚岡下車9:25<br/> 駅前枚岡神社にて挨拶 体操後出発9:40～10:30額田展望台10:55<br/> ～12:10山頂にて食事12:40～13:30暗峠13:35～13:50僕らの広場<br/> 14:00～15:20枚岡神社下山</p>   |                         |        |      |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・生駒山の大阪側は、東大阪観光協会がハイキングコースとして9コースを紹介しておりわかりやすい山である。</li> <li>・本日のコースは、近鉄枚岡駅前の枚岡神社から取り次ぐ摂河泉展望コースで途中額田展望台からは大阪方面や六甲方面の展望が満喫できた。</li> <li>・標高 642mの山頂はテレビ局のアンテナが林立しているやら幼稚園児らしきハイキングの歓声やらでさながら市街地のようであった。<br/> さらに一等三角点は遊園地のトロッコ列車のコースの中になっていた。</li> <li>・山頂から暗峠までは、展望が悪く滑りやすい道であった。<br/> 暗峠は江戸時代に大阪から奈良へ越えた峠道で伊勢参りによく利用されたといわれる。国道 308 号線と交差する峠であるが一車線の石畳の国道は今も趣が残る。</li> <li>・ぼくらのひろばでは、大和葛城山から金剛山へと展望が満喫できた。</li> </ul> <p>ヒヤリハットなし</p> <p style="text-align: right;">記入者： 桑原 長治</p> |                         |        |      |

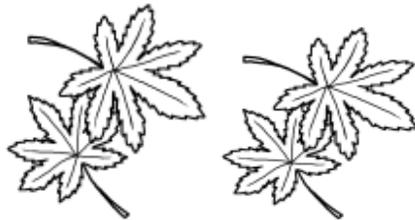
|  |                |        |      |
|--|----------------|--------|------|
| ジャンル<br>(らくらく)   | 山行報告           |        |      |
| 行き先  | 清滝金鈴橋から高尾神護寺往復 |        |      |
| 日時   | 2019年10月26日土   | 天気     | 曇り   |
| リーダー   | 湯浅卓修           | サブリーダー | 鹿島和子 |
| <p>&lt;参加者&gt;<br/>鹿島和子 倉橋玖美 谷口信子 山岳邦枝 安井昇太 湯浅卓修</p>   |                |        |      |
| <p>&lt;コースタイム&gt;<br/>金鈴橋 10:23 発→10:30 東海自然歩道分岐 10:36→堂尻橋 10:45→<br/>潜没橋 11:02→清滝川 11:29→神護寺 11:40 着→神護寺階段を上り門前<br/>→11:50 駐車場広場で昼食 12:30→12:38 神護寺トイレ発→金鈴橋 13:35<br/>→清滝バス亭 13:40 着 (解散)</p>   |                |        |      |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <p>○朝方まで雨が降りやんでからは曇り空、明日は秋の公開ハイクで参加者は0人かとも思いながら集合場所へ行きました、4名の方が参加され計6名で清滝から神護寺までを歩きました。</p> <p>○昨日の雨で清滝川の水は多く、流れもきつく音を立てながら勢いよく流れていました、途中で蛇が1匹一生懸命に流されながらも泳いで横切って行きました。</p> <p>○清滝から神護寺辺りの紅葉はこれからで、もみじはまだ青々としている、そのせいかどうかはわからないが外国人観光客も少なく閑散としていました。</p> <p>○川沿いの山肌からは水が滝のように流れていました、この光景は雨上りにしか見る事ができませんので大変よかったです。</p> <p>○心配していた潜没橋は沈んでいなくて難なく渡る事ができました。</p> <p>○清滝橋の手前の絶壁はクライミングに適していないと思いますが登る事が出来たら楽しいだろうなと勝手な想像をしながら歩きました。</p> <p>○ヒヤリハットなし。</p> <p style="text-align: right;">記入者 湯浅卓修</p> |                |        |      |

|   |   |     |       |
|---|---|-----|-------|
| <ジャンル><br>岩登り   |  <b>山行報告</b> <span style="float: right;">西山HC</span> |     |       |
| 行き先   | 初歩から学び楽しむ<br><b>目俵・インドクライミング②</b>   |     |       |
| 日 時   | 2019年10月26日(土)  | 天気  | 曇り    |
| C L   | 馬場重明  | S L | 猪倉美佐子 |
| <<参加者>> 5人(男2、女3)<br>旭真、猪倉美佐子、北川真理、馬場重明、横山共栄 ※敬称略   |   |     |       |
| <<アクセス・コースタイム>><br>JR吹田・阪急相川から～9:00 吹田市目俵市民体育館集合(各自ストレッチ)～9:20 開始～11:55 終了～12:00 解散～JR吹田・阪急相川へ  |   |     |       |
| <<リーダー報告>><br>◆第二回目は参加表明していた方数名が急病・急用などで欠席となり、少人数の参加となった。<br>◆「ビレイを学びたい」との要望があり交流した。基本はできているので、後は回数をこなして慣れることで上手になる。<br>◆前回に続いて終わりかけに、吹田クライミングクラブ(SCC)の元副会長・リチャーズ カコさんが飛び入り参加された。<br>◇正対クライミングでは、梯子(はしご)を登る要領で、右足を上げて右手を取る、左足を上げて左手を取る、というように登る。<br>◇重心移動を意識的に行いしっかり足で立てるようバランスをとる。<br>◇時々腕を下に降ろし、レストしながら登る。<br>などなど、みなさんの質問に答えて、腕がパンプ(疲れきった状態)しにくい登り方について、初心者にも分かりやすく、実演も含めて教えていただいた。ビレイも個別に指導していただいた。<br>◆今回も他の一般市民の利用がなかったので、西山HCの貸切状態だった。涼しくなり登りやすくなった。参加人数も少なかったため、多数回登ることができたが、その分疲れた。ヒヤリハットなし。<br>◆次回は第4土曜日が西山HC第34回総会と重なるため、第5土曜日(11月30日)に開く。インドクライミングは高齢者でも楽しめる。やってみたいという人の参加大歓迎。気軽に申し込みを。<br><div style="text-align: right;">&lt;報告者:馬場重明&gt;</div> |   |     |       |

|   |  |        |       |
|---|--|--------|-------|
| ジャンル<br>一般  | 山行報告 西山ハイキングクラブ                            |        |       |
| 行き先   | 公開ハイク①<br>大覚寺～後宇多天皇陵～長尾山～砥石山～菖蒲池<br>～高雄～清滝 |        |       |
| 日時  | 2019年10月27日(日)                             | 天気     | 曇り後晴れ |
| リーダー  | 旭 眞  | サブリーダー | 吉田京子  |
| <p>&lt;参加者&gt;計 23名 女性13名 男性10名<br/> 旭 眞、安達正明、猪倉清、猪倉美佐子、井上美智子、片山富子<br/> 岸本貴美男、小嶋乃婦絵、高垣真二、田中佳代子、田村太二、<br/> 能登恵美子、馬場重明、深田雅子、林導、日野加代子、吉谷由美子<br/> 吉田京子、山口貴生、山口礼子、山田博子、山本恵俊、<br/> 一般参加者：五島ちまり</p>  |  |        |       |
| <p>&lt;コースタイム&gt;<br/> 阪急嵐山バス停7:45＝釈迦堂バス停8:15・・・大覚寺8:31・・・後宇田天皇<br/> 陵8:52 長尾山10:05・・・砥石山・10:25・・・菖蒲池(集会)12:49 発・・・高雄<br/> 13:40・・・清滝バス停(解散)14:40</p>   |  |        |       |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 今回①コースへ23名もの参加者あったので、3班構成にして安達さん、高垣さん田村さんにそれぞれ班長を引き受けていただいた。</li> <li>2. 朝から曇りで雨が心配だったが、時間が経つにつれ晴れ間が出てきた。後宇田天皇陵までは、北嵯峨の家並みを通りぬけ、秋の風を感じながら平坦な小道を楽しんだ。その後、林道の坂道をとおりすぎると登山口についた。ここからは、登山道である。50分程で長尾山に到着し、頂上から大覚寺方面の景色を楽しんだ。</li> <li>3. 砥石山から菖蒲池ほとりの広場に下山したあと食事をし、みんなで紅茶やハーブティなど作り味わった。</li> <li>4. 12時より集会を開始、コース紹介、一般参加者の紹介、新人会員の紹介等が行なわれ、その後、山下さん主導で山の歌をみんなで合唱した。</li> <li>5. 集会解散後、我々は、高雄へ出発。道は、倒木等で少々荒れていたが、問題なく高雄に到着。それからは、清滝川沿いの歩きやすいハイキングコースを十分満喫しながら清滝に到着し、解散となった。</li> </ol> <p>・ヒヤリハットなし</p> <p style="text-align: right;">記入者:旭 眞</p> |  |        |       |

|  |                          |        |        |
|--|--------------------------|--------|--------|
| ジャンル<br>一般   | 山行報告 西山ハイキングクラブ          |        |        |
| 行き先  | 公開ハイク②<br>千代の古道～京見峠～菖蒲谷池 |        |        |
| 日時   | 2019年10月27日(日)           | 天気     | 晴      |
| リーダー   | 松宮 秀隆                    | サブリーダー | 則座 美智子 |
| <p>&lt;参加者&gt;</p> <p>五十棲節子、操谷俊之、久世谷登志子、桑原長治、則座美智子、田中義子、中瀬多恵子、永田芳江、福田設子、松宮秀隆、横山共栄、以上 11名</p>   |                          |        |        |
| <p>&lt;コースタイム&gt;</p> <p>JR太秦駅 8:20……9:01 甲塚古墳 9:10……9:24 兒神社 9:33……(千代の古道)……10:05 直指庵 10:10……10:35 京見峠(昼食)10:44……11:00 長尾山△296m11:05……11:21 砥石山ススキ原 11:27……11:50 菖蒲谷池集会場 12:40……13:35 嵯峨天皇陵 13:40……14:03 大覚寺(解散)</p>  |                          |        |        |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <p><b>ヒヤリハット無し!</b></p> <p>太秦駅から暫くは住宅街の中を歩き「千代の古道(ふるみち)」の最初の遺跡「甲塚古墳」へ到着。おおきな石窟を見学後広沢池目指す。池畔の兒(ちご)神社で休憩。ここから長閑な北嵯峨の田園地帯風景の中、「千代の古道」を往く。途中、近郊農家の無人野菜販売所で新鮮な野菜を購入するメンバーも数人。しばし歩を休める。さらに田園の中を直指庵を目指す。ここから本格的な登山道。最近脚力の衰えを感じている私だったがメンバーはみな健脚でリーダーが一番???かも。京見峠からは今歩いてきた北嵯峨から桂川をへて京都市南部方面の景色が良く見渡せる。菖蒲谷池の集会場には12時少し前に到着。一番遅く着いた組だったがみなさん良く歩いていただきました。ありがとう!</p> <p style="text-align: right;">記入者 松宮秀隆</p> |                          |        |        |

下図が2コースの軌跡です



|   |                     |        |               |            |
|---|---------------------|--------|---------------|------------|
| ジャンル<br>ビスターリ   | 山 行 報 告             |        |               | 西山ハイキングクラブ |
| 行き先   | 公開ハイク④ 直指庵～菖蒲谷池     |        |               |            |
| 日 時   | 2019年 10月 27 日( 日 ) | 天 気    | 晴れ            |            |
| リーダー  | 山下美喜子               | サブリーダー | 加藤ゆり 春豊子 依田敏夫 |            |
| <p>&lt;参加者&gt; 男性 5名 女性 17名 計 22名</p> <p>1班 青山忠弘 和泉奈緒美 井野口淑恵 小西弥生 上出克代<br/>上脇和子 北千恵子 木下敦子 北川真理 清水伊都子 加藤ゆり<br/>山下美喜子</p> <p>2班 高田千代 田村佐多子 永本芳江 藤下恵美子 船木正也<br/>古田博光 村田君代 春豊子 横井重信 依田敏夫</p>  |                     |        |               |            |
| <p>&lt;コースタイム&gt; 釈迦堂公園8:40－直指庵9:00－京美峠9:35－<br/>長尾山10:00－砥石山10:35－菖蒲谷池11:15－昼食、集会12:50発<br/>展望台13:25－大覚寺14:00 解散</p>   |                     |        |               |            |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <p>① 曇り空の下 集合がスムーズにでき、行動もスムーズで 人数の多さを感じさせない集団行動ではじまった。公園で春さんを中心に体操をして出発する。直指庵で休憩し、いよいよ急登登りが始まる。ゆっくり、ゆっくり、登る。その後、長尾山、砥石山は、ふかふかの歩きやすい道が続く最後、急坂をゆっくり下り菖蒲谷池に到着する。</p> <p>② 食後の集会で、4コースの報告を加藤さんがする。食事時のハーブ茶や蜂蜜は加藤さん自家製で好評であった。集会の歌おう会は、皆が張りきって 歌う。集会後、大覚寺に向かって出発。とても歩きやすい展望台への道を 池を回っていく。展望台にはひと登りで着いた。最後は急な道を用意深く降りた。皆さん体力に余裕を持って下山した。</p> <p>③ 京見峠からの展望がよく、また、10時過ぎると、青空見えてきて、ポイントで愛宕山が良く見えた。菖蒲谷池の周りは、もみじが少し紅葉してきて美しかった。ススキ原も陽を受け、銀に輝いていた。</p> <p>④ ヒヤリハットなし</p> |                     |        |               |            |
| 記 山下美喜子   |                     |        |               |            |

|  |                     |        |                   |
|--|---------------------|--------|-------------------|
| ジャンル<br>らくらく   | 山 行 報 告 西山ハイキングクラブ  |        |                   |
| 行き先  | 公開ハイク⑤ 直指庵～京見峠～菖蒲谷池 |        |                   |
| 日 時  | 2019年10月27日(日)      | 天気     | 曇りのち晴れ            |
| リーダー   | 岡庭美恵子               | サブリーダー | 鹿島和子 草場克彦<br>山口幾世 |
| <p>&lt;参加者&gt;</p> <p>安達千代子 伊佐恵美子 以西貞子 岡庭美恵子 鹿島和子 北井泰子 木下基 草場克彦 倉橋玖美 久保まき子 鈴木純子 中村あさ子 中村好夫 西尾久枝 森川康子 八尾てる美 山口幾世<br/>(一般参加) 佐藤すみ子 佐藤裕二</p> <p style="text-align: right;">男性4名 女性15名 計19名</p>  |                     |        |                   |
| <p>&lt;コースタイム&gt;</p> <p>阪急嵐山バス停発 8:17～嵯峨釈迦堂前バス停着 8:25---釈迦堂前公園 8:30/8:55---直指庵 9:20---京見峠 9:55---菖蒲谷池(昼食休憩・集会) 10:40/12:45---京見峠 13:25---大覚寺前バス停 14:15 解散</p>   |                     |        |                   |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 当日の天気は晴れ予報で安心していた。ところが前夜に急な雨、地震もあった。京見峠までの岩場が気になる。</li> <li>・ 直指庵から山道に入る頃、雲が切れて青空が見えてくる。ゆっくり歩を進め、岩場も無事、通過する。</li> <li>・ 菖蒲谷池の西側周回路にコウヤボウキの群生・アキノキリンソウが見られた。</li> <li>・ 集会ひろばには一番乗りの到着。木々が色づき始めていた。</li> <li>・ 下山は菖蒲谷池東側の尾根から京見峠に向かう。明るい樹林帯で心地よい尾根歩きができた。</li> <li>・ 展望所からロープのある急坂を下る。午前中に比べ、山道は乾いており歩きやすいが慎重に下る。</li> <li>・ 一般参加の佐藤さんご夫妻はあまり、山歩きはされていないということですが、これを機会にぜひ、参加いただきたい。</li> <li>・ ヒヤリハットなし。 <span style="float: right;">〈 記 岡庭美恵子 〉</span></li> </ul> |                     |        |                   |

|   |                   |        |      |
|---|-------------------|--------|------|
| ジャンル<br>一般  | 山行報告 西山ハイキングクラブ   |        |      |
| 行き先   | 涌蓋山               |        |      |
| 日時  | 2019年10月29日夜-31日朝 | 天気     | 晴れ   |
| リーダー  | 依田敏夫              | サブリーダー | 林ただし |
| <p>&lt;参加者&gt; 和泉奈緒美 田中義子 西尾久枝 林導 林ただし<br/>藤本真弓 村田君代 山下美喜子 依田敏夫 (CL、SLを含む9名)</p>  |                   |        |      |
| <p>&lt;コースタイム&gt;</p> <p>10月29日(火) 神戸発19:00のフェリーさんふらわあに乗船</p> <p>10月30日(水) 大分港6:20着。タクシーで一目山登山口8:00着。</p> <p>歩行：一目山登山口8:20 → 一目山8:40 → みそこぶし山9:50<br/>→ 涌蓋山への分岐10:15 → 雌岳11:00 → 11:25涌蓋山<br/>12:00 → 涌蓋山への分岐13:00 → ひぜん湯14:20</p> <p>タクシーで筋湯温泉(打たせ湯)に移動、入浴後再びタクシーで大分港まで移動。大分港17:10着。</p> <p>大分発19:15のフェリーさんふらわあに乗船。</p> <p>10月31日(木) 06:35に神戸港着。</p>   |                   |        |      |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・一目山登山口から涌蓋山への分岐までは、なだらかな登り下りで、一面のススキやササ原の明るい景観の中を爽快な気分で歩くことができました。</li> <li>・分岐からの涌蓋山へのルートはコースが分かりにくいところや少し急な登りもありますが、難所はありません。</li> <li>・涌蓋山の山頂は広々としていて展望を楽しみながら休憩するには絶好の場所です。私たちもここで昼食をとりながらゆっくり休憩しました。</li> <li>・涌蓋山から分岐まで同じルートを戻った後、ヒゼン湯へ下山しました。こちらのほうは、下山する人が少ないのかルートが分かりにくいところがあります。また、前日の雨で濡れているところが滑りやすく慎重に下ることが求められました。</li> <li>・幸いにして天候にも恵まれて、目的にしていた一面のススキの原と山頂からの展望、それに加えて紅葉やフェリーの船旅も楽しめて、再度行ってもいいかなという思いのする山行になりました。</li> <li>・ヒヤリハットはなし。</li> </ul> <p style="text-align: right;">依田敏夫</p> |                   |        |      |

|   |  |        |          |            |
|---|--|--------|----------|------------|
| ジャンル<br>らくらく  | 山 行 報 告                                    |        |          | 西山ハイキングクラブ |
| 行き先   | 天王山(小倉神社、桜の広場公園各コース)                       |        |          |            |
| 日 時   | 2019 10 月 31 日、11 月 5、7、12、<br>14、19(火)(木) | 天 気    | 晴れ又は曇り   |            |
| リーダー  | 中村 好夫                                      | サブリーダー | 各受付・下山担当 |            |
| <p>&lt;参加者&gt; 一度でも参加した者(受付、下山担当した者○)</p> <p>以西貞子 和泉奈緒美 井上美智子(○) 上田和美 片山富子 北村初恵 木下敦子 草場克彦(○) 草場眞知子(○) 久保まさ子 鈴木純子 高垣真二(○) 高田豊三 田中義子(○) 谷口信子 永田芳江(○) 中村好夫(○) 夏原典子 野村輝行 則包公子 林兼佐郎 森川康子 安井芳男 山口幾世 山口礼子 山崎富美江 山下美喜子 山岳邦枝 横山共栄(○) 吉田京子(○) 吉谷由美子(○) 女性24名 男性7名 計31名</p> <p>10月31日11名、11月5日14名、7日7名、12日10名、14日6名、19日10名</p>   |  |        |          |            |
| <p>&lt;コースタイム&gt;</p> <p>小倉神社コース(分岐テーブルまで往復) 往復約1時間</p> <p>桜の広場公園コース(山頂往復) 往復約1時間</p>   |  |        |          |            |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <p>1 天王山も錦秋に染められてきました。</p> <p>2 トレーニングなので、何よりも安全第一です。簡単なルールを守っていただくのが、これからもトレーニングを続けていけることになります。また、トレーニングなので、下りの足の置き方や荷物の荷重、リハビリ、体力維持などを各自が課題を決めて取り組まれています。気候も良くなったので、おしゃべりも楽しそうです。アイゼントレやボッカトレも良いでしょう。</p> <p>3 受付担当、下山担当とも、参加者のみなさんに担当していただいています。これからも、継続して実施するためご協力をお願いします。負担を軽減することが、これからも続ける力となるでしょう。</p> <p>4 台風による倒木が多くあったため、雨に対する保水力が低下し、登山道が雨の通る道となって、えぐれてきています。また、上の方にあった倒木が、だんだんと下がってきています。</p> <p>5 毎日、天王山を登っているみなさんも多く、顔見知りになっています。</p> <p>6 ヒヤリハットなし。 <span style="float: right;">記入者:中村好夫</span></p> |  |        |          |            |

|  |                  |        |                     |            |
|--|------------------|--------|---------------------|------------|
| ジャンル<br>一般   | 山行報告             |        |                     | 西山ハイキングクラブ |
| 行き先  | 公開ハイク 御在所岳 1212m |        |                     |            |
| 日時   | 2019年11月2日(土)    | 天気     | 晴れ                  |            |
| リーダー   | 湯浅卓修             | サブリーダー | 久世谷登志子・田村太二<br>馬場重明 |            |
| <p>参加者 一般6名。会員22名。男性7名 女性21名<br/> 旭 真 五十棲節子 加藤ゆり 北千恵子 草場眞知子 久世谷登志子 島田江里子 高田千代 田中佳代子 田村太二 谷口信子 永田芳江 永本芳江 林 導 馬場重明 深田雅子 福田設子 堀本信行 峯尾靖子 山下美喜子 山本恵俊 湯浅卓修</p> <p>一般参加者<br/> 小山和子 小山真理 佐々木絵美 澄晶子 福澤智恵子 吉澤景子</p>  |                  |        |                     |            |
| <p>コースタイム<br/> JR長岡京駅東口出発 7:03→中道登山口着 9:10→ストレッチ出発 9:20→9:48 休憩 9:55→10:05 おぼれ岩通過→10:25 休憩 10:37→10:41 キレット鎖場 10:54→11:12・7合目休憩 11:18→8合目 11:40 通過→12:10 富士見岩 12:16→12:25 朝陽台昼食 13:13→13:25 御在所岳 13:40→13:51 国見峠入口→14:11 国見峠 8合目休憩 14:20→14:32・7合目通過→14:50 休憩 15:05→15:15 藤内出合通過→15:43 藤内小屋休憩 15:55→16:35 休憩 16:40→1合目下山 16:45→御在所ロープウェイ駐車場着 16:55</p>                   |                  |        |                     |            |
| <p>リーダー報告<br/> ○参加者が28名と多く2班(14名づつ)に分けました。<br/> ○登山口周辺は3連休初日で多くの車で一杯でした。天気は晴れで汗ばむ山行でしたが眺望は良く、山頂の紅葉は見頃(一部落葉)でした<br/> ○登山口は登り始めから大きな石のある急な登り道で岩場や鎖場、梯子のあるきつい山行でした。○おぼれ岩や地蔵岩等奇岩の周りには多くの登山者の撮影で混雑していました。○キレットの鎖場は渋滞でしたが慎重に歩きました、1班で約13分かかりました。○ロープウェイで登ってこれるので青年男女、年配の夫婦、子供連れ等多くの観光客や登山者で賑わっていました。○国見峠口からはきつい下りでゴロゴロ岩やザレ道で下山するまで気を抜けない山行でした。<br/> ヒヤリハットはありません。 記入者 湯浅卓修</p> |                  |        |                     |            |

|  |                    |        |        |            |
|--|--------------------|--------|--------|------------|
| ジャンル<br>超らく  | 山 行 報 告            |        |        | 西山ハイキングクラブ |
| 行き先  | 乙訓散策Ⅰ 向日市「竹の径②」を歩く |        |        |            |
| 日 時  | 2019年11月3日(日)      | 天 気    | 晴れのち曇り |            |
| リーダー   | 中村 好夫              | サブリーダー | 清水 伊都子 |            |
| <p>&lt;参加者&gt; 女性9名 男性3名 計12名<br/>         小笠原貴美子 笠原智明 鹿島和子 清水伊都子 田村佐多子<br/>         中村好夫 森川康子 山下美喜子 山下充 山岳邦枝 山本恵俊<br/>         (一般)佐藤すみ子</p>  |                    |        |        |            |
| <p>&lt;コースタイム&gt;<br/>         阪急洛西口改札口(9:00集合、コース説明)～寺戸川～来迎院～物集女<br/>         城跡(9:35)～物集女配水池(10:10)～竹垣の散策道～竹林公園(10:<br/>         25、見学、10:50)～竹垣の散策道～淳和天皇火葬塚(丸塚山古墳)(1<br/>         1:15)～物集女車塚古墳(11:30)～寺戸町事務所(一部解散)～阪急東<br/>         向日駅(12:00)解散</p>   |                    |        |        |            |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 この日は特異日で、朝から晴れていた。向日市の地図で散策した。</li> <li>2 集合地点の阪急洛西口は新しい駅だが、戦時中は「物集女駅」があつた。</li> <li>3 寺戸川は、嵐山から渡来人の秦氏が造った灌漑用水。</li> <li>4 旧道伏見道は、江戸時代に伏見に行くのに使われた道。</li> <li>5 来迎寺には、石で作った「両界曼荼羅」がある。</li> <li>6 物集女城跡は、堀なども残る中世城館としての貴重な遺跡である。城といえ、姫路城など天守閣がある立派な建物と思うが、中世の城は村ごとにあり土木工作物で、日本全国で3～4万もあつたそう。乙訓にも戦国時代は、多くの城館があり、城主が結束して事にあつてた。</li> <li>7 竹林公園では、竹の種類などを解説してもらつた。竹は、茶室と大きく関係して活用されてきた。金さん銀さんの竹があるなど再発見であつた。また、公園には「百々橋」(応仁の乱の時に西軍・東軍が対峙した。宝鏡寺付近)が、京都市内の小川(小川通りで堀川通りから東に2つ目)が埋められた時に移築されたとのこと。また、石仏群は織田信長が旧二条城に使つたものとのこと。</li> <li>8 竹垣の散策路は、心和む道である。</li> <li>9 「淳和天皇火葬塚」は、丸塚山古墳とも呼ばれ、古墳かもしれない?</li> <li>10 物集女車塚古墳は、継体天皇の当時の物集女の豪族の古墳か?</li> <li>11 ヒヤリハットなし。</li> </ol> <p style="text-align: right;">記入者:中村好夫</p> |                    |        |        |            |

|   |                         |        |       |
|---|-------------------------|--------|-------|
| ジャンル<br>一般  | 山 行 報 告      西山ハイキングクラブ |        |       |
| 行き先   | 菊水山・鍋蓋山・布引の滝            |        |       |
| 日 時   | 2019年11月 4日( 月 )        | 天 気    | 晴れ    |
| リーダー  | 能登恵美子                   | サブリーダー | 島田江里子 |
| <p>&lt;参加者&gt;<br/> 旭真・安達正明・岸本貴美男・草場克彦・島田江里子・鈴木洋一・高垣真二・田村太二・能登恵美子・福田設子・藤本真弓・吉田京子・吉谷由美子<br/> 男性7名 女性6名 計13名</p>  |                         |        |       |
| <p>&lt;コースタイム&gt;<br/> 鶴越駅(9:00)～菊水山登山口(9:54)～菊水山山頂(10:29)～城ヶ越(10:59)～鍋蓋山山頂(12:15、昼食12:53)～再度越(13:14)～布引の滝(14:22)～新神戸(14:41) 解散</p>   |                         |        |       |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* まだまだ未熟な私は、参加者の顔を見てホットひと安心しました。</li> <li>* 電車に乗り慣れてない私、新開地から神戸電鉄の乗り換えに不安があったが皆さんよく知って居られ助かった。</li> <li>* 天気恵まれゆっくり登山口まで歩を進めた。</li> <li>* 健脚揃いで一気に菊水山山頂に到着した。</li> <li>* 昼食とるのに最高の場所だが、休憩をして記念写真を撮り鍋蓋山に向かう。</li> <li>* 下山途中で、かなりの崖崩れあったが応急措置されていた。</li> <li>* この時冷たい風に吹かれ寒と思った、翌日の新聞で木枯らし一号が吹いた と書かれてた。昨年比べて18日早かったらしい。</li> <li>* ヒヤリハット無し</li> </ul> <p style="text-align: right;">記入者 能登恵美子</p> |                         |        |       |

|   |                    |        |       |
|---|--------------------|--------|-------|
| ジャンル<br>健脚  | 山 行 報 告 西山ハイキングクラブ |        |       |
| 行き先   | 焼杉山～天ヶ岳～三叉岳        |        |       |
| 日 時   | 2019年11月6日(水)      | 天気     | 晴れ    |
| リーダー  | 林ただし               | サブリーダー | 岡庭美恵子 |
| <p>&lt;参加者&gt;</p> <p>岡庭美恵子 岸田晴美 久世谷登志子 鈴木洋一 永田芳江<br/>林ただし 深田雅子 福田設子 山田博子 吉谷由美子<br/>男性2名 女性8名 計10名</p>  |                    |        |       |
| <p>&lt;コースタイム&gt;</p> <p>京都バス国際会館前発 7:49 ～ 大原バス停着 8:10 --- 登山口 8:30<br/>--- 焼杉山 10:30 --- P 6 0 4 11:45/12:30 (昼食休憩) --- 天<br/>ヶ岳 13:30 --- 三叉岳 14:35 --- 叡電鞍馬駅 16:10 解散</p>  |                    |        |       |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 京都バス国際会館前大原行のバス停が、11/2 から変更されていた。地下鉄①番出口を出て道路を渡った所だった。</li> <li>・ 去年の台風時の倒木に加えて、今年9月に登った時には見られなかった倒木があった。跨いだり、くぐったりする。</li> <li>・ 焼杉山を超え、まもなく寂光院道への近道に行く。(マップに表示)直登の尾根に上がった時はホッとした。</li> <li>・ 昼食時は豚汁パーティー。鍋がひっくり返りハラハラしたり楽しんだり。吉谷家特製麦味噌は絶品。</li> <li>・ 天ヶ岳山頂に到着。広くはあるが展望はない。今日、始めてひとりの登山者と出会う。この方に集合写真を撮ってもらった。</li> <li>・ 天ヶ岳からの下りは、気持ちよい樹林帯ではあるが延々と続き、ようやく鞍馬駅に到着。この時季はまだ、観光客は少ない。</li> <li>・ 案内に申込みとしている場合は、必ず申込んで参加すること。</li> <li>・ ヒヤリハットなし。</li> </ul> <p style="text-align: right;">〈 記 岡庭美恵子 〉</p> |                    |        |       |

|  |                 |        |      |
|--|-----------------|--------|------|
| ジャンル<br>らくらく   | 山行報告 西山ハイキングクラブ |        |      |
| 行き先  | 天王山その11         |        |      |
| 日時   | 2019年11月6日(水)   | 天気     | 晴れ   |
| リーダー   | 山下美喜子           | サブリーダー | 北千恵子 |
| <p>&lt;参加者&gt;<br/>和泉奈緒美 片山富子 北千恵子 木下敦子 桐村弘子 鈴木純子<br/>高田豊三 中井みどり 夏原典子 藤本真弓 安井昇太 山下美喜子<br/>男性2名 女性10名 合計12名</p>   |                 |        |      |
| <p>&lt;コースタイム&gt;<br/>阪急西山天王山 10時—土御門御陵 10時40分—小倉神社分岐<br/>11時30分—天王山頂上 12時10分 昼食 12時45分発—酒解神社<br/>13時—宝寺 13時25分 解散</p>   |                 |        |      |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;<br/>。雲一つない青空の下、皆さん元気に 小泉川堤防より出発する。<br/>御陵道を上り、土御門御陵に着く。途中、無人販売で、堀立のサツマイモ<br/>を買われる方がいた。鳴門金時3〜4本100円。楽しみですね！<br/>。縦走路に向かい急な尾根道に行く。SLさんのペースよく、皆さん、元気に<br/>登られた。頂上に着き、太陽をたっぷり浴びて昼食とする。Yさんが持参<br/>のコンロ、水で湯を沸かし、コーヒーをふるまってくれた。紙コップ、とっ<br/>ても用意してくださっていた。皆さん嬉しくいただく。湯を沸かすと、なぜか<br/>ほっこり、なごんだ気分になる。<br/>。下りもゆっくり、丁寧にリードしていただき、無事、宝寺に降りる。<br/>酒解神社の太陽を浴びて輝くカエデが美しかった。また、時季外れの<br/>モチツツジが咲いていた。こうやぼうきも沢山咲いていた。<br/>。JR 駅前には、観光バス、観光客、ハイカーで とても賑わっていた。<br/>希望者ドリンクの「たびたび」も大忙しの様であった。<br/>。ヒヤリハットなし</p> |                 |        |      |
| 記 山下美喜子  |                 |        |      |

|   |                    |        |       |
|---|--------------------|--------|-------|
| ジャンル<br>岩   | 山 行 報 告 西山ハイキングクラブ |        |       |
| 行き先   | 平日岩 金毘羅マルチピッチ      |        |       |
| 日時  | 2019年11月7日(木)      | 天気     | 晴     |
| リーダー  | 猪倉 美佐子             | サブリーダー | 馬場 重明 |
| <p>&lt;参加者&gt;<br/>旭 真、猪倉美佐子、能登恵美子、馬場重明、横山共栄 (計5名)</p>  |                    |        |       |
| <p>&lt;コースタイム&gt;<br/>京都バス国際会館発 8:36—戸寺着 8:56—江文神社 9:18—奥の広場で<br/>手順確認 10:30—北尾根取付き 10:40—Y懸尾根出会(昼食) 12:40～<br/>13:10—Y懸頭より下山開始 14:10—江文神社発 15:00—戸寺バス発 15:51<br/>解散</p>  |                    |        |       |
| <p>&lt;リーダー報告&gt; ヒヤリハットなし</p> <p>*11月から大原、小出石行きの国際会館前バス停が 変更になった。<br/>新しいバス停④は地下鉄国際会館駅①番出口前、道路を渡った向こう<br/>側にある。<br/>バス停が変わったことを知らなかったので慌てた。</p> <p>*能登さんがマルチピッチ初めてで、旭さんも始められたところだったので<br/>下の広場で1時間位、手順を確認しながら皆で練習した。</p> <p>*シングルロープ2本用意し、馬場、旭組と横山、能登、猪倉の2組に分<br/>け北尾根初めての能登さんはダック使用で三人の真ん中を登ってもら<br/>った。</p> <p>*ダブルロープと違ってシングルロープは径が太いので確保器の通りが<br/>悪く、力が要る。素早くロープを引き上げるのに苦労した。</p> <p>*北尾根3ピッチとY懸尾根2ピッチ計5ピッチ、頭まで登ってY懸沢から<br/>下山した。</p> <p>*平日で北尾根は空いていたがホワイトチムニーは若い人が大勢登って<br/>いた。</p> <p style="text-align: right;">記入者:猪倉 美佐子</p> |                    |        |       |

|   |               |        |       |            |
|---|---------------|--------|-------|------------|
| ジャンル<br>一般  | 山 行 報 告       |        |       | 西山ハイキングクラブ |
| 行き先   | 岩湧山           |        |       |            |
| 日 時   | 2019年11月8日(金) | 天 気    | 晴れ    |            |
| リーダー  | 福田設子          | サブリーダー | 能登恵美子 |            |
| <p>&lt;参加者&gt;</p> <p>猪倉清 猪倉美佐子 北千恵子 能登恵美子 田中義子 谷口信子<br/>         深田雅子 福田設子 山下美喜子 安井昇太 山崎富美江 山本恵俊<br/>         計 12名</p>  |               |        |       |            |
| <p>(コースタイム)</p> <p>阪急長岡天神(7:20 通勤特急梅田行)ー茨木市(7:37 準急天下茶屋行)<br/>         ー天下茶屋(8:19 普通河内長野行)ー堺東 8:38 着ー8:42 発(急行林間<br/>         田園都市行)ー河内長野 8:59ー南海バス 9:04ー滝畑ダム 9:55<br/>         登山口 10:07…カキザコ 10:40…鉄塔 11:40…山頂 12:20 昼食 12:55…<br/>         五ツ辻 13:30…根古峰 14:10…三合目 14:25…紀見峠駅 15:30(解散)</p>  |               |        |       |            |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <p>☆2 時間ほど樹林帯を登り、平坦になりほっとした頃、目の前に一面のススキの群生。みんなの歓声もススキの海原に広がっていきます。思い思いに写真を撮りながら頂上を目指しました。</p> <p>☆山頂では、猪倉清さんに教えてもらい、金剛山 南葛城山 三国山 など展望を楽しみました。</p> <p>☆昼食後は、安井さんがお湯を沸かしてくださり、コーヒーをいただいでのんびりしました。</p> <p>☆「センボンヤリ」を田中さんにおしえてもらいました。茶色の地味な花ですが、名前を付けた人の感性に拍手。</p> <p>☆天下茶屋駅で行先のみ見て電車に乗ってしまい、皆さんに調べてもらい、乗り換えて、駅のホームからバスの発車まで5分、走りました。皆さんありがとうございました。リーダーの不覚を反省しています。</p> <p>ヒヤリハットなし</p> <p style="text-align: right;">福田設子</p> |               |        |       |            |

|  |                 |        |                 |
|--|-----------------|--------|-----------------|
| ジャンル<br>健脚   | 山行報告 西山ハイキングクラブ |        |                 |
| 行き先  | 赤坂山～寒風          |        |                 |
| 日時   | 2019年11月10日(日)  | 天気     | 晴れ              |
| リーダー   | 山口礼子            | サブリーダー | 大田喜代恵<br>久世谷登志子 |
| <p>&lt;参加者&gt;</p> <p>旭眞、猪倉清、猪倉美佐子、和泉奈緒美、井上美智子、大田喜代恵、岡庭美恵子、片山富子、岸本貴美男、久世谷登志子、田中佳代子、湯浅卓修、西尾久枝、日野加代子、吉田京子、山口貴生、山口礼子<br/>男性5名 女性12名 計17名</p>  |                 |        |                 |
| <p>&lt;コースタイム&gt;</p> <p>JR マキノ駅 8:22 着タクシーで～赤坂山登山口 9:00～ブナの木平東屋 9:45～栗柄越 10:45～昼食～寒風 12:10～マキノ高原さらさバス停 13:40～14:13 発のバスで JR マキノ駅</p>  |                 |        |                 |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <p>◆晴天に恵まれ穏やかな1日でしたが、栗柄越から寒風までの稜線はいつものことながら 風が強く、寒かった。</p> <p>◆すでにブナの木は葉っぱを落としていましたが、ちょうど紅葉も進んでいて見頃でしたが、健脚とは言え、先頭の私が立ち止まることもなく早く歩き過ぎてしまい後で「ゆっくり紅葉を見たかった」との声・・・反省</p> <p>◆17名の山行で後ろの様子が分かりにくかった。やはり2班に分けてもっときめ細やかに対応すればよかったと・・・反省</p> <p>ふつつかなリーダーでしたが参加者の暖かい協力でケガもなく終える事が出来ました。</p> <p>高島トレイルは春はブナの芽吹きと、早春の花、展望にと楽しめます。又懲りずに足を運んで下さい。</p> <p style="text-align: right;">記入者 山口礼子</p> |                 |        |                 |

|  |                                  |        |       |            |
|--|----------------------------------|--------|-------|------------|
| ジャンル<br>岩登り  | 山 行 報 告                          |        |       | 西山ハイキングクラブ |
| 行き先  | はじめてのインドアクライミング 第71回<br>やまびこ くらぶ |        |       |            |
| 日 時  | 2019 月年 11月13日(水)                | 天 気    | 晴     |            |
| リーダー   | 猪倉 美佐子                           | サブリーダー | 北川 真理 |            |
| <p>&lt;参加者&gt;</p> <p>猪倉美佐子、旭 真、上出克代、北川真理、馬場重明、<br/>横山共栄<br/>(乙訓山の会)平田政忠、永石睦子、森久美子<br/>男性3名 女性6名 計9名</p>   |                                  |        |       |            |
| <p>&lt;コースタイム&gt;</p> <p>京都市バス「わら天神前」M1系統13時49分発乗車＝原谷農協前下車<br/>—やまびこ(14:00～17:00)—市バス原谷農協前発17:13乗車</p>   |                                  |        |       |            |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <p>*今年、クライミングメンバーが4名退会された。ベテランや、新鋭が欠けて寂しくなったが、気を取り直して細く長く楽しもう。<br/>新しい方の参加を期待したい。</p> <p>*3時の休憩をはさんで、それぞれルートに挑戦する。<br/>前回できたのにと嘆く人、完登して拍手をもらう人も。</p> <p>*吹田目俵体育館のインドアクライミング例会も増えました。<br/>やまびこの方が少し難しいように思います。</p> <p>*来月はクライミングの忘年会を予定しています。<br/>クライミングに参加されていない方の参加も歓迎です。</p> <p>*ヒヤリハットなし。</p> <p style="text-align: right;">記入者：猪倉美佐子</p> |                                  |        |       |            |

|  |                    |        |       |
|--|--------------------|--------|-------|
| ジャンル<br>ビスターリ  | 山 行 報 告 西山ハイキングクラブ |        |       |
| 行き先  | 山門水源の森             |        |       |
| 日 時  | 2019年11月15日(金)     | 天 気    | 曇のち晴れ |
| リーダー   | 林 謙佐郎              | サブリーダー | 永田芳江  |
| <p>&lt;参加者&gt;<br/>           安達正明、上出克代、北 千恵子、久世谷登志子、鈴木純子、永田芳江、<br/>           林 謙佐郎、深田雅子、福田設子、森川康子、山口貴生 計11名</p>  |                    |        |       |
| <p>&lt;コースタイム&gt;<br/>           京都駅7:23→近江永原駅8:47→(タクシー、他)→9:35山門水源の森・<br/>           森の楽舎(ここで入山手続き、体操)<br/>           (沢路)～(湿原)～10:40(四季の森)～11:45守護岩(昼食)12:20～<br/>           13:00湿原～13:30森の楽舎<br/>           (おでかけワゴン、他)→13:45近江永原駅(解散)</p>  |                    |        |       |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 参加人員確定後にタクシーを手配したが1台しか配車出来ず、Yさんの<br/>               自家用車で移動した。</li> <li>2. 京都を出る時は快晴だったが、湖北はどんよりした曇り空だった。</li> <li>3. 森の中は紅葉、黄葉、緑葉の晩秋景色を楽しむことができた。</li> <li>4. 沢沿いの土手にリンドウの花が見られた。</li> <li>5. 登山道は良く整備され、ボランティアの方々の日頃の手入れが随所に<br/>               見られた。</li> <li>6. 今年5月の新緑、今回の紅葉、後は、雪のシーズンに訪れてみたい。</li> <li>7. 交通の便がもう少し良ければ頻繁に訪れてみたい所だ。</li> <li>8. 今回もSLがゆっくり、ゆっくり、のペースで先導してくれたので、景色を<br/>               存分に楽しむことができた。</li> <li>9. 自家用車を出していただいたので、移動がスムーズできた。Yさんに感<br/>               謝、感謝。</li> <li>10. ヒヤリハットはありませんでした。</li> </ol> <p style="text-align: right;">記入者 林 謙佐郎</p> |                    |        |       |

|   |                  |        |       |
|---|------------------|--------|-------|
| ジャンル<br>ビスターリ   | 山行報告 西山ハイキングクラブ  |        |       |
| 行き先   | 京都トレイル・山幸橋～清滝    |        |       |
| 日時  | 2019年 11月 16日(土) | 天気     | 晴     |
| リーダー  | 草場 眞知子           | サブリーダー | 能登恵美子 |
| <p>&lt;参加者&gt; 女性 12 名 男性 7 名 計 19 名<br/> 猪倉清 井上美智子 鹿島和子 草場克彦 草場眞知子 久世谷登志子 島田江里子 高垣真二 田村太一 中村好夫 能登恵美子 深田雅子 福田設子 山下美喜子 吉谷由美子 吉田京子</p> <p>&lt;一般参加者&gt; 浦山哲 西山浩司 西山麗子</p>   |                  |        |       |
| <p>&lt;コースタイム&gt;</p> <p>北大路もくもく号発(8:40)～山幸橋(9:20)～自己紹介・体操(9:45)<br/> 休憩(10:20)～小峠(10:30)～休憩・コース説明(11:00)～休憩(11:30)～昼食(11:55～12:20)～標識75・休憩(13:05)～沢池・休憩(13:40)～標識85・休憩(14:40)～高雄(14:55)～JRバス・榎ノ尾バス停(15:10)解散</p>   |                  |        |       |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・京都トレイル最終回は申し分ない好天に恵まれ、まさに紅葉日よりの一日となった。</li> <li>・集合場所の北大路もくもく号バス停には西山の参加者19名に加え、他に10名ほどが集まった。もくもく号出発後タクシーの到着に少し時間がかかった。タクシー3台に分乗し山幸橋まで。</li> <li>・小峠に至るやや長い登り坂はこのコースの一番の登りであったが19人全員、順調に登ることができた。</li> <li>・紅葉真っ盛りの時期であったが、このコースは杉やヒノキ等が多く、紅葉した木々は少なかった。しかしポツポツと赤や黄色、オレンジ色のグラーションになった紅葉が緑の間から垣間見え、秋山の風情を楽しむことができた。倒木も何か所かあったが、特に問題なく通過できた。</li> <li>・高雄着が14:55だったため、清滝までのトレイルを断念し、バス停榎ノ尾から乗車した。高雄の一つ手前から乗車したので、19人全員揃って乗ることができた。バスは季節柄満員だった。</li> <li>・ヒヤリハットなし。</li> </ul> <p style="text-align: right;">記入者 草場眞知子</p> |                  |        |       |

|   |                   |        |        |
|---|-------------------|--------|--------|
| ジャンル<br>一般  | 山行報告 西山ハイキングクラブ   |        |        |
| 行き先   | ポンポン山・天王山(新山城三十山) |        |        |
| 日時  | 2019年11月17日(日)    | 天気     | 晴れ時々曇り |
| リーダー  | 中村 好夫             | サブリーダー | 北川 真理  |
| <p>&lt;参加者&gt; 女性9名 男性6名 計15名<br/> 上田和美 太田純江 岸本貴美男 北川真理 田中義子 田村太二<br/> 永田芳江 中村好夫 西尾久枝 藤本真弓 古田博光 森友野<br/> 安井芳男 山下美喜子 山本恵俊</p>  |                   |        |        |
| <p>&lt;コースタイム&gt;<br/> 阪急東向日阪急バス停(京都バス8:42発)～善峯寺バス停(9:09着、体操、9:25発)～西山古道～善峯寺展望所(9:45)～縦走路ベンチ横(10:30)～釈迦岳～ポンポン山(11:15、昼食、11:45)～釈迦岳(12:20)～大沢峠(13:00)～西山古道～柳谷観音第2駐車場(14:10)～浄土谷～小倉神社分岐(15:00)～天王山山頂(15:35)～宝寺(16:15)解散</p>   |                   |        |        |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 絶好の行楽日和となった。東向日からの阪急バスも満員であった。昼過ぎは少し雲が出た。</li> <li>2 北山と違い、雑木林が多く、錦秋に彩られた紅葉、黄葉と素晴らしい景色を楽しんだ。</li> <li>3 善峯寺からの西山古道は歩きやすく、善峯寺展望所からの善峯寺の紅葉は一見の価値があった。</li> <li>4 いつもは、善峯寺から京青の森へ行き、釈迦岳・ポンポン山のコースをとるが、今回は善峯寺展望所からすぐにある縦走路に出る道を登った。なかなかの急登でひと汗かいた。しかし、この道は使用する価値がある道と感じた。</li> <li>5 ポンポン山山頂は、多くの登山者でにぎわっていた。</li> <li>6 アップ・ダウンもある、ややロングコースであったが、みなさんしっかり歩くことができよかった。</li> <li>7 ヒヤリハットはなし。</li> </ol> <p style="text-align: right;">記入者：中村好夫</p> |                   |        |        |

|   |                    |        |      |
|---|--------------------|--------|------|
| ジャンル<br>岩   | 山 行 報 告 西山ハイキングクラブ |        |      |
| 行き先   | 裏六甲 不動岩            |        |      |
| 日 時   | 2019年11月17日(日)     | 天 気    | 晴れ   |
| リーダー  | 上田真弓               | サブリーダー | 永田潤平 |
| <p>&lt;参加者&gt; 女性3名 男性3名 計6名<br/>旭真、猪倉美佐子、上田真弓、永田潤平、馬場重明、横山共栄</p>   |                    |        |      |
| <p>&lt;コースタイム&gt;<br/>JR道場駅(8:36)～不動岩 東壁(10:10)～ハーネス・ヘルメット装着後、懸垂下降練習(10:15)～正面壁 登攀(11:00)～東壁 アルパインルート登攀(14:00)～終了・片付け(15:30)～16:00解散</p>  |                    |        |      |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 天候もよく、絶好のクライミング日和でした。さほど寒くもなく、空気も乾燥していたので、快適に登れました。</li> <li>2 最初に3mほどの低い壁で各人3回ずつ懸垂下降の練習をしました。</li> <li>3 その後、東壁でアルパイン練習ルートに登る予定でしたが、先着パーティが3組ほどおり、なかなか空きそうになかったので正面壁へ移動。<br/>4級の菱形ハングを男性・女性チームに分かれて登りました。<br/>CL・SLがリードで登り、フォロー2人を引き上げる「リード&amp;フォロー」形式でマルチピッチのロープワークを練習しました。</li> <li>4 昼休憩を挟み、東壁が空いたので移動。3級ルートを2ピッチに分けて登攀しました。女性チームは1ピッチのみで終了。男性チームは30m以上あるルートを登りきり、スムーズに懸垂下降していました。<br/>紅葉が始まって色づいた木々を下に見る景色が最高で、気持ちのいいクライミングが楽しめました。</li> <li>6 ロープ操作に手間取る事があり、時間をロスしてしまったのは勿体なかったですが、それぞれ自分の役割を持って協力して登攀できました。この共同作業がマルチの楽しみの一つ。何より皆が「同じルート」を「安全」に、「完登」できたのがよかったです。</li> <li>7 ヒヤリハットはなし。</li> </ol> <p style="text-align: right;">記入者： 上田真弓</p> |                    |        |      |

|  |                 |        |        |
|--|-----------------|--------|--------|
| ジャンル<br>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   | 2019年11月18日(月)  | 天気     | 晴れ時々曇り |
| リーダー   | 久世谷 登志子         | サブリーダー | 福田 設子  |
| <p>&lt;参加者&gt;<br/>久世谷登志子 福田設子 湯浅卓修 吉谷由美子 吉田京子<br/>男性1人女性4人 計5人</p>  |                 |        |        |
| <p>&lt;コースタイム&gt;<br/>阪急芦屋川 8:50~9:20 地獄谷 9:25~10:05À 懸垂岩~10:45 ピラーロック 10:55~11:35 キャッスルウォール上部(昼食) 11:55~12:30 荒地山 12:40~13:20 キャッスルウォール下~14:00 高座の滝の茶屋(解散)</p>  |                 |        |        |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・今回、天気予報に悩まされた。3日前には降水量80%となっており、岩コースなので危険と諦めていたが、段々よくなり、前日には昼から当日には夕刻からと雨と変化して、実施することができラッキーだった。実際はpm 5時頃から降り出した。</li> <li>・土日は満杯の六甲だが、平日につき、閑散としていて、歩きやすかった。高座の滝付近の茶店も閉まっており、ちょっと寂しく感じた。</li> <li>・最初は沢筋、次には崩れて滑りやすい砂岩の山、最後に花崗岩の岩稜歩きと、変化に富んだ面白いが厳しいコースであるが、人数が少ないことと脚が揃っていたので、早い時間に降りることが出来た。雨が降り出しそうな風が出てきて、最短で下ったことにもよる。</li> </ul> <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<br>ウォーキング  |  <b>山行報告</b> |     |           | 西山HC |
| 行き先   | <b>諏訪神社・相樂園・安養院</b>   |     |           |      |
| 日時  | 2019年11月19日(火)  | 天気  | 晴れ        |      |
| C L   | 内山松男  | S L | 田中義子・鹿島和子 |      |
| ≪参加者≫<br>内山松男、鹿島和子、清水伊都子、田中義子<br><div style="text-align: right;">以上4名</div>   |   |     |           |      |
| ≪アクセス・コースタイム≫<br>阪急神戸三宮9:25～諏訪神社10:00～相樂園10:40～地下鉄<br>学園都市11:35～昼食～安養院13:45～学園都市15:00   |   |     |           |      |
| ≪リーダー報告≫<br>再度山コースの途中にある諏訪神社へ。かなりの急坂を上る。<br><br>相樂園へ。ここは元神戸市長 小寺氏の私邸であったという広大な敷地の池泉回遊式庭園。紅葉が見ごろ！<br>NHK朝ドラのロケで使われたハッサム住宅が移築されて公開されている。庭園内に白松（ハクショウ）が1本。樹脂が白くプラタナスに似た模様で大変珍しい。ちょうど開催していた「菊花展」を鑑賞。<br><br>昼食は流通科学大学の学食を利用。味はまあまあ、破格の安価。<br><br>国指定名勝、安養院庭園へ。神仙思想を具現化した枯山水庭園。道教でいう仙人が住むという蓬莱山を石組で表現。仏教寺院（ここは天台宗）になぜ道教の教えが取り入れられているのか、寡聞にして知らない。が、静かに対面すれば心安らぐことは間違いない。<br><br>街路樹の下の銀杏を収穫しながら帰った。<br><div style="text-align: right;">記録・内山</div> |   |     |           |      |

|  |                    |        |            |
|--|--------------------|--------|------------|
| ジャンル<br>ビスターリ  | 山 行 報 告 西山ハイキングクラブ |        |            |
| 行き先  | 立石橋からポンポン山へ        |        |            |
| 日時   | 2019年 11月 19日(火)   | 天気     | 晴れ         |
| リーダー   | 山下美喜子              | サブリーダー | 旭真<br>片山富子 |
| <p>&lt;参加者&gt;</p> <p>旭真 井上美智子 片山富子 北村初恵 木下敦子 小原清志<br/>高田千代 夏原典子 安井昇太 山下美喜子 山本恵俊<br/>男性4名 女性7名 合計11名</p>   |                    |        |            |
| <p>&lt;コースタイム&gt;</p> <p>管理棟8:50－鉄の橋－古道 79:50－京青の森 10:15－釈迦岳11:10<br/>ポンポン山 11:35 昼食 12:05 発－釈迦岳 12:45－京青の森 13:30<br/>立石橋－管理棟 14:40 解散、整理体操</p>  |                    |        |            |
| <p>&lt;リーダー報告&gt;</p> <p>* 昨夜は、雨がよく降ったが、天気予報通り、朝は青空になり、安心して出発する。鉄の橋から少し行った急な尾根道を古道7目指して歩く。昨日の雨で、たっぷりの水を吸った苔たちが青々と美しく輝き、素晴らしい道に出合い嬉しかった。急な道も、危険箇所も皆さん無事クリアーして、縦走路を歩く。上の方は最後の紅葉で、もみじの紅、カエデのオレンジ、たかのつめの黄色、棒葉の銀色、などなど 昨日の風雨による落ち葉も含めて、秋色を感動を持って、堪能させてもらった。</p> <p>* 頂上は日当たりはよいが、風も強く、Yさんが沸かしてくれたお湯が嬉しかった。暖かい飲み物シーズンになりました。</p> <p>* 濡れて、急な下り、何か所かの 要注意道 など緊張を要したが、皆さん 着実な1歩でしっかり完歩された。</p> <p>* 最後の 整理体操は好評で、これをすると後が違うといわれた。私もそう思う。</p> <p>* ヒヤリハットなし</p> <p style="text-align: right;">記 山下美喜子</p> |                    |        |            |

ひとこと感想

“生駒山”

10月23日

松宮 秀隆

3月まで作業員として働いていた京大桂キャンパスからいつも眺めていた西山連峰の遥か遠くに見えていた生駒山。その形やアンテナから“あれが生駒や”と同僚に話していた。でも一回も登ったことはなかった。遊園地があるとか聞いていたので簡単な山とばかり侮っていた。しかし、後期高齢者超えのわが身は脆かった。リーダーはじめ参加者は全員登り下りともストック無しで歩行！比べて私は今やストック無しではバランスが危うく怖い。しかも常にみなさんから遅れて歩いている始末！改めて参加者皆さん（私より年配の方も）の達者ぶりに感嘆しきりでした。我が身の歳を感じますがやっぱり山は止められません！

ひとこと感想

“公開ハイク 菖蒲谷池②コース”

10月27日

松宮 秀隆

“わたしがいつまでも残しておきたい心の風景”、それが広沢池付近から眺める北嵯峨の田園風景です。近年京都市内の農地が次々と宅地化されていくなかでこの風景はいつもでも残しておいて欲しいと思っています。この田園のなかを歩く「千代の古道」はほんとに心やすらぐ道です。直指庵からの登りは少々きついですが京見峠、長尾山、嵯峨天皇陵、と展望も楽しめます。何回も歩いていますが、里山特有の脇道、巻道があちこちにありリーダーの私が二度間違えSLの則座さんに指摘される有り様。このコースは春も良いのでまた歩きたい！

一言感想

公開ハイク 2 コース

10月27日

田中義子

集会の帰路、嵯峨天皇陵に向かって歩いている途中で愛宕山が現れた。いつも見ているのと違う角度で見えたのでとても雄大な姿だった。

一言感想

公開ハイク 2 コース

桑原長治

甲塚古墳の洞窟探検 千代の古道 大沢の池 嵯峨天皇陵とロマンの道を楽しんで歩いてきました。

一言感想

公開ハイク 4 コース

田村佐多子

昨年とは異なったコースに参加し、バーベキューや釣りで賑わっている菖蒲池に到着しました。空は次第に晴れて、広沢池、桂川や裏愛宕、神護寺などがはっきり見えました。足指の具合を心配していましたが、楽しく歩けて嬉しかったです。組織部の方々は下見をされ、また、当日は紅茶のサービスもして頂き、有難うございました。

一言感想

公開ハイク 5 コース

佐藤すみ子(一般参加者)

らくらくコースなので「もう少し平坦な道かな」と思いましたが、なかなか険しい道も含まれていて、ちょっと焦りました。でも楽しんで歩けたので良かったです。景色も良かったです。

【一言感想】 御在所岳 1212m 公開バスイク

2019年11月2日 一般参加者

小山和子

皆様にお気づかい頂き、声を掛けてもらいありがとうございました。  
子供も楽しく歩けたように思います。ありがとうございました。

小山真理

岩のところがすごく楽しかった。また行きたい。

吉澤<sup>きょうこ</sup>景子

最高の天気で景色もきれいでとても楽しい1日でした。  
ありがとうございました。

澄晶子

素晴らしい天気にも恵まれ楽しい1日でした、皆さん気やすく声をかけてくださり嬉しかったです、ありがとうございました。

佐々木えみ

御在所岳という山の名前すら聞いたことない状態で参加しましたが朝、登山口で駐車場があふれかえっているのを見てゾッとした人気の山に登るのだなあと思いました。岩場がいっぱいでおもしろい岩の風景が印象的でした。みなさんがやさしくたくさん声をかけてくださったおかげで初めての一人参加でも楽しく登れました。ありがとうございました。

福沢智恵子

変化にとんだコースで大変楽しい1日でした、私には少しくつかった。でもお天気も良く山行には最高の日でした。ありがとうございました。

【一言感想】 8歳に元気をもらった御在所岳

2019・11・2 馬場重明

山行部公開山行の最終・三回目は鈴鹿の人気山・御在所岳。一般参加者6人、会員22人の計28人で、マイクロバスは補助席までいっぱい。三連休初日で高速道路は渋滞。中道登山口周辺も不法駐車の数車であふれ、運転手さんがバスを停めるところに苦労していた。

登山路も登山者でいっぱい。オバレ（負れ）岩、富士見岩など奇岩の景観を楽しみながら登ったが、岩場の難所など、ところどころで渋滞発生。一般参加者は比較的若いこともあり元気だったが、会員の中に何人か岩場の苦手な人がおりここで遅れる。だんだん、渋滞の原因がわれわれ西山HCのパーティになっていったのが申し訳なかった。苦手な人は岩トレでしっかり学びましょうネ。一般参加の8歳の小学校3年生・真理ちゃんが一番元気で、サポートなどいらなくらい。みんなが励まされた。

登山者がこんなに多いとは思わなかった。登山ブームと言われ、登山人口は最盛期の1000万人より少なくなったが、いま800万人ともいわれている。若者が多いのが特徴だが、装備はお粗末。普通の運動靴やGパン、手ぶらで登っている青年もいた。御在所岳のように1000mを越え、岩場の多い山を登ることを甘く見ていないか。「ロープウェイで簡単に登れる山」というイメージがあるのかもしれない。

8年前にまったく同じコースでCLを務め、その時のデータと見比べながら歩いた。登りはほぼ同じペース、下りで30分ほど遅れたが、8年の歳を重ねたことを考えれば立派なもの。やはり天トレなど、日頃のみなさんの努力の現れでしょうね。

クライミングで有名な藤内壁では3～4パーティが岩に取りついていて。藤内小屋の2つの名物も健在でうれしかった。1つはお笑い芸人・タイゾウくんの絵。だいぶん色あせたがまだ正面に飾ってあった。2つめは2匹のワンちゃん。8年前は可愛らしい子犬だったが大きくなっていた。1匹しか見えないのでオーナーに聞いたら、「今日は1匹ふもとにいる」とのことだった。懐かしかった。藤内小屋のすぐ下で事故がありヘリや救急車が出動したというので、お互いに声をかけながら慎重に下った。

2019年11月2日 湯浅卓修

御在所岳の参加者は28名で一般参加者は6名、40代2人、50代2人、60台1人と8歳小学校3年生の女子(真理さん)でした。

小学生3年女子で登り中道コースで岩場やキレット、鎖場、木梯子。下りはザレ場や岩ゴロゴロ道木梯子の裏道コースを歩けるのか思案してお母さんに数回電話を掛けて聞き取りをしました、今年9月に大山を他の月で須磨アルプス、愛宕山月輪寺コースを登っていると聞き参加を了承しました。真理さんは岩場や鎖場もひょいひょいと歩いて行きます、裏道最初の急な下りもゴロゴロ岩道も難なく歩いて行きたいものだと感心しました、私の心配ごととはとりこし苦勞でした。他の参加者も元気に遅れることなく歩かれました。

西山の会員はかなり年上で技術、経験等は豊富でも体力は若い一般参加者より劣ります仕方のないことだと思いました。28人でしたので歩行時間7時間計画が7時間40分になりましたがうす暗くなる前に駐車場に事故無く着きここで解散しました。

御在所岳公開イクを終えて思ったこと

- 多人数での山行は、他の登山者に迷惑をかける可能性もあるので適切な人数は何人ぐらいが良いのかなと思いました。
- 先頭を歩きました、ゆっくり慎重に歩いているのですが早い、ゆっくり、後ろを見てと言われ、先頭の役割やピッチ等考えさせられることがあり今後に生かしたいと思いました。
- 下りの段差がある岩の所で足が地面に届かなくて思い切り降りた時に左足太腿の裏に激痛が走りました、すぐに治り支障なく歩けましたが体力不足が原因かなと思いました、最近家で何もしていないのに足をつる事があります。
- 公開バスイクのCLは始めてで色々経験になりました、分からないことは先輩に教えてもらいました。
- 小型バスは補助席にシートベルトが付いていません、事故があった場合補助席の人が怪我をした時等保証はどうなるのと会員より質問がありました、私はわかりませんでした。調べなければと思いました。

一言感想

御在所岳 公開バスハイク

11月2日

谷口 信子

青空の下に、一般参加者6名（小学3年生のまりちゃん）と総勢28名で、岩ゴロゴロ山行へ行ってきました。

約7時間岩ゴロゴロ、鎖場と緊張の連続でした。瞬時に足の置き場を考えるので、頭の体操にもなりました。

おばれ石を写真に収めたかったのですが、緊張してゆとりがなく撮れなくて、残念でした。

貴重な体験をさせてもらい、ありがとうございました。

皆さん、ありがとうございました。

一言感想

天王山

11月6日

中井みどり

今更と、まして天王山くらいでと思われるでしょうが、今回の天王山ではストックに助けられました。

天皇陵からは少し急登なので、2ヵ月前の時のように、リタイアしたらどうしようかなんて思いながら登っていたら、案の上、足が辛くなってきたので、ストックを使ったらとても楽に上がることができました。今までは下山の時だけ使用していたので、こんなに違うものとは思いませんでした。

しばらくはストックを使いながら鍛えて、そのうちストックにあまり頼らなくても歩けるようになればいいなと思います。

里山の紅葉もそろそろなので楽しみですね。

CLさん・SLさん・皆さん・お世話になり有難うございました。

山下美喜子

11月は山の良い日。それをがまんして、役柄上、交流会に参加した。しかし、その気持ちは一掃される。まず、アクトパル宇治は、とても良い環境にある。長岡から20分もあれば1本道であつという間にいける。参加者が西山と違い俄然、山男がいっぱいいて活気に満ちている。内容が盛りだくさんだ。①講演会は、今回、身近な会員からの素晴らしい実践発表。特に8000m峰1シーズンに3座登頂の山本美雪さんは、妹さんの死を体験され、「1日1日を大切に、やりたいことを実現する。」の信念の下、緻密な計画、トレーニング、知識その他の収集を賢く実践され、死者が多数出る中で、無事成功に納められた話は勇気をもたらすものであった。②懐かしいキャンプファイヤーがやられた。本格的に木で組み立てられた燃える火の周りで、会の紹介、山の歌、(男性の皆さんもよく知っていて大きい声で歌われる。)ダンス、マイムマイムまでした。音響設備、演奏つきで、気合がはいていた。③バーベキューは、肉、野菜、ドリンク、ケーキが差し入れも加え、余るほど。個人的には私のグループに尊敬するH折ヶさん、レジェンドS林さんがいて、たくさんのお話を聞いたり、優しくしていただいたり、ラッキーでした!④常設テントは、ゆったりして、毛布も一人2枚運んでくれ、快適に、また、他会のお友達ともおしゃべりでき、楽しく過ごすことが出来た。⑤2日目のハイキング。岩間寺往復コースを選ぶ。参加者9名で、交流山行ができた。またもや、尊敬の方々と一緒に「ホウ葉寿司の作り方」エピソードを聞き、私も作ってみたいとなった。植物博士H尾さんからは、いろんな木や花、実の事を懇切丁寧に教えてもらった。新人の方は、何事にも興味をもっておられ、一緒に茶葉をちぎって噛んでみた。「宇治の茶葉は、さすが美味しい」と言われた。そして大きな収穫として、山行の参加のあり様を先輩から沢山学ばせていただいた。

こんなに安くて、気合のはいた交流会を組織していただき、担当会の方々に大きな感謝をします。西山も担当会で、何度かの打ち合わせやコースの下見などやられたと聞きます。Nさん、Aさん、Sさん、Kさん、Mさん ありがとうございます。もっと、たくさんの方の参加で、他会の方からいっぱい学んだり、役の方を盛り立てたりできたらいいなーと 他会の様子を見て思ったことでした。

バンザーイ！バンザーイ！（おっと、バンザーイはつかわないことにしよう）ブラボー！ ヤッホー！ 頂上の守護岩で心が弾けた。

2年間西山ハイキングクラブの山に行けなかった。夫の闘病に伴う介護生活、続いて自身の闘病生活、ステージ3のBと宣告された癌。4月に4回目の手術を終え少しずつ登り始めて7か月、ビスターリの山行にたどり着いた。

小腸と大腸のつなぎ目は時々痛んだが、ずっと低山の山は登り続けトレーニングに励んだ。苦しいよりも、山が気持ちいいのだった。鳥の鳴き声、動物との出会い、樹木、花々。辛いときもあったけれど

癌はまだ検査が続く。3ヶ月置きに血液検査、6か月おきに画像診断、4週間に1度診断と薬受領と。画像診断は絶食、血液検査は血を取られる。せっせと栄養をつけ少し太ったかなと思えば絶食。痩せないように筋肉をつける。筋肉をつけるには楽しい山登りが一番だ。

免疫力が落ちたため、風邪の予防。どんな服装をするか、ずっと天気予報とにらめっこ。降雨の心配少々、靴ズボン、スパッツの防水を念入りに。何を食べれば大便が出ないで済むか。便は3度3度食後に出る。食べ物は繊維のないもの、甘酒、メイバランスの液体、ウイダーインゼリー。そして鰻弁当。大好きな果物も、お菓子も芋も摂らない。優しい人々に勧められてもすべて断りまくる。ごめんなさい。

午前3時に起き、家の用事をしまくる。前日のインターネットではマダニの心配、肌をしっかり薬をつける。7時15分の集合時刻に間に合う。ゴルフ場反対運動で守られた山は、シロモジの黄色カエデ類の赤が輝き最高！。優しいリーダー達、心地よいみんな、楽しい山。

いよいよ長岡京駅に着きトイレに直行。無事失敗なく排泄が済みすべて成功した。10時間、便の間をあけけられた。

## 第 33 期 第 12 回運営委員会の報告

日 時 : 2019 年 11 月 14 日 (木) 午後 7:00 - 9:00

場 所 : 西山事務所 2 階

出席者 : 中村好夫、安達正明、依田敏夫、旭真、鹿島和子、澤田博、則座美  
智子、能登恵美子、深田雅子、福田設子、峯尾靖子、山下美喜子、  
横井重信、吉谷由美子 (14 / 19 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・中村・鹿島・則座)

(b) ハイキング委員会 (鹿島、峯尾)

(c) 自然保護委員会 (福田、則座)

(d) 女性委員会 (山下、能登)

全国女性交流集会 in 和歌山

10 月 26 日 (土) - 27 日 (日) に実施 → 合計 6 人が参加  
山筋ゴーゴー体操サポーター養成講習会 12 月 7 日~8 日 大阪市  
立青少年センター → 参加申し込み者なし。

12 月 1 日 (日) 公開山行

(e) 教育遭対 (馬場)

第 14 回初級登山学校を 10 月に開校。18 名が受講。

読函講習会 : 2020 年 2 月 29 日 (土) 京都教育文化センター

参加申し込みは馬場さんまで。「京都労山」12 月号に案内がある。

(f) クライミング委員会

(g) 救助隊

遭難捜索救助訓練を下記の日を実施した。

11 月 16 日 (土) 連盟事務所

17 日 (日) 北山

救助隊総会 : 12 月 10 日 (火) 19 : 30 から連盟事務所

積雪期搬出訓練 : 1 月 26 日 (日)

参加申し込みは各回でまとめてする。「京都労山」12 月号の案内を  
参照。

(h) 事務局長会議（11/5 依田）

- i. 労山カレンダー 30 部販売中。総会でも販売
- ii. 京都労山交流会  
11 月 9 日（土）－10 日（日）アクトパル宇治（テント泊）  
「西山」からは 9 名参加。全体では、講演 80 名、宿泊 60 名弱
- iii. 各会で引き続き台風による登山道被害の改修などを進め、情報の交流をはかる。
- iv. 連盟でも大文字の整備を進めている。次回は 12 月 8 日（日）
- v. 第 55 期連盟総会  
2020 年 3 月 1 日（日）京都教育文化センター 302 号室

2. 協議事項

(a) 総会に向けて

運営委員会提案の議案の確認、議案作成予定、次期運営委員・会計監査、総会当日の議事運営、役割分担などを確認した。

(b) 第 34 回総会時の喜寿該当者は次の方です。

天野加奈江、上田和美、上久保雅子、小林富子、長濱定子、林正、船木正也、南沢貞子、村上元康、森川康子（以上 10 名）

総会当日に表彰状と記念品をお渡しします。

記念品としては 3000 円の商品券にすることを確認した。

3. 専門部の取り組み

(a) 山行部

別紙部会報告および事故報告を参照。

また別紙装備点検結果、救急用品一覧、ジャンル別山行回数・参加者推移表も参照してください。

(b) 教育部 別紙部会報告を参照

(c) レク部 別紙部会報告を参照

(d) 機関誌部

(e) 組織部 別紙部会報告参照

#### 4. 新入会員および退会者

(a) 10 月末日付けで次の方が退会（10 名）

岡田恭二 倉橋玖美 河合美由紀 瀬尾由紀子 田村正 持永耕吉  
山下守保 寺田正治 梶りつ子 河谷信子

(b) 11 月 1 日付けで会友に移行（10 名）

小田良子 桐村弘子 西千恵子 辻本絹代 山下充 上久保雅子  
中島正俊 田中恵美子 高山みち子 安田典子

10 月末で会友の退会（2 名）：中島主 松井康記

(c) 11 月 1 日付けの会員状況

会員 145（家族会員 11 を含む。男性 45、女性 100）

平均年齢 69.9 歳

会友 22（男性 5、女性 17） 平均年齢 77.0 歳

(d) 12 月 1 日付での下記の方が入会

五島ちまり（高槻市、1950 年生）

(e) 12 月 1 日付の会員状況

会員 146（家族会員 11 を含む。男性 45、女性 101）

平均年齢 69.9 歳。

会友 22（男性 5、女性 17）平均年齢 77.0 歳。

#### 5. 連絡事項・その他

(a) 11 月末時点で会員数を京都連盟に報告した。

(b) 栄誉功労章の贈与について

2020 年 2 月に開催される第 34 回総会において、労山会員として 20 年以上在籍し、かつ現在においても会員である方に永年会員章が送られます。該当者名簿は 12 月 31 日までに提出します。

(c) バンビオのサポセンの使用方法が変更になっていますので、今後使用するときにはご注意ください。詳細は直接確認ください。

(d) 次回運営員会（第 34 期）

2019 年 12 月 12 日（木）午後 7:00 - 9:00 西山事務所 2 階

## 11 月山行部会報告

日時：2019 年 11 月 7 日(木) 19：00～20：30

場所：西山事務所 2F 司会：永本芳江 報告：深田雅子

出席者：五十棲節子 岡庭美恵子 鹿島和子 久世谷登志子 小原清志 田中佳代子 田村太二 中村好夫 永田潤平(欠) 永本芳江 馬場重明 林ただし 日野加代子 深田雅子 峯尾靖子 村上美枝子(欠) 湯浅卓修 吉谷由美子 依田敏夫 17 人

### 討議事項

#### 1. 事故報告

- ・9/29 御池岳 下山時の岩場でストック代わりに木の棒を突いた時、棒が折れて倒れ脇腹を岩にぶつけた。受診すると肋骨にひび。

事故報告 参照

#### 2. 運営委員会承認事項

変更：岩 12/5→12/12(木)CL 馬場

変更：乙訓散策 12/28→12/27(金)CL 中村

追加：岩 不動岩 1/19(日) CL 上田真弓 SL 永田潤

追加：雪 由良ヶ岳、天橋立 2/2～2/3 CL 中村 SL 能登、吉谷 吉田

追加：雪 燕岳 4/26(日)～4/28(火) CL 田村太二 SL 旭

追加：チロル 6/24(水)～7/3(金) CL 依田 SL 林ただし

中止：駅～駅ウオーク 1/19(日) 高槻古墳めぐり CL 内山

#### 3. 33 期の総括

34 期の方針・リーダーを増やす取り組み

中級教室で学んだ人に声をかけ例会計画となるような取り組みを考えるなど。

- ・特別山行 2019 10/12～10/13 台風で中止だったので、2020 5 月に実施を考えたい。

34 期の体制：永田潤平(退部)、

#### 4. 装備点検、救急用品の点検報告

#### 5. 新入会員担当者

|       | 入会月  | 担当者   |       |      | 担当者   |
|-------|------|-------|-------|------|-------|
| 横山道子  | 3 月  | 鹿島和子  | 小西弥生  | 7 月  | 永本芳江  |
| 野村輝行  | 5 月  | 小原清志  | 操谷俊之  | 7 月  | 湯浅卓修  |
| 河谷信子  | 6 月  | 吉谷由美子 | 今村富久美 | 10 月 | 峯尾靖子  |
| 久保まさ子 | 11 月 | 田中佳代子 | 以西貞子  | 11 月 | 日野加代子 |

次回 12 月 5 日(木) 19：00～

34 期第 1 回

## 事 故 報 告 書

|       |  |      |                    |
|-------|--|------|--------------------|
| 報告日   | 2019年11月11日  | 報告者  | 田村太二               |
| 体験者   | 70代男性  | 同行人数 | 男性8名、女性19名<br>計27名 |
| 発生日   | 9月29日(日)<br>14時過ぎ  | 天候   | 晴れ後曇り              |
| 山行内容  | 御池岳公開バスハイク   |      |                    |
| 体験場所  | 下山途中、真ノ谷分岐を過ぎた谷道のカーブした岩場   |      |                    |
| 体験内容  | <p>傷病名:左肋骨ヒビ入り</p> <p>山で拾った木の棒を杖として使い、カーブした急勾配の下りの岩場で、杖を突いた時折れて後ろ向きに一回転し前を歩いている人の足で止まったが、起き上がる時に脇の岩に左脇腹を強打した。</p>                                      |      |                    |
| 体験原因  | 拾った木の棒が、簡単に折れるとは思わず、体重をその棒に掛けすぎて転んだ。   |      |                    |
| 体験の対応 | 事故の顛末を後ろで見ていた人が、自分の持ってきていた湿布薬を出して貼ってくれた。本人は、痛みがあるものの歩行には支障がないと言ったので、そのまま下山してもらった。翌日、痛みが治まらないので、病院でCTスキャンを受け、左肋骨にひびが入っていることが分かった。                       |      |                    |
| 対応所見  | 本人も自覚しているが、いつも使っているストックを忘れたことが、一番の原因である。安易に木の棒を拾って使わない事。それから、今回は、直前を歩いている人がそれなりに受け止められたので良かったが、ドミノ倒しで、先行者を巻き込む危険性があるので、下りの時は、者間距離を開けて歩くことを、しっかり守ってほしい。 |      |                    |

点検日時 2019年10月24日 14時20分～15時10分  
 点検者 五十棲節子 井上美智子 中村好夫 林 正 馬場重明  
 峯尾靖子 湯浅卓修 依田敏夫

| 西山ハイキングクラブ               | 共同装備一覧表   |
|--------------------------|---|
| 岩トレ用ロープ 黄緑赤              | <input type="checkbox"/> 2000年購入 36.5m×11 <sup>ミリ</sup>   |
| 岩トレ用ロープ オレンジ色            | <input type="checkbox"/> 2011年購入 50m×10 <sup>ミリ</sup> 3.3 <sup>キログラム</sup>                        |
| 岩トレ用ロープ 水色               | <input type="checkbox"/> 2008年購入 60m×11 <sup>ミリ</sup> 5.4 <sup>キログラム</sup>                        |
| 岩トレ用ロープ シュリング            | <input type="checkbox"/> 9本 約1.5m   |
| ユマルセット<br>ユマル・カラビナ・シュリング | <input type="checkbox"/> 7セット   |
| ロープドライタイプ 沢用<br>青色       | <input type="checkbox"/> 2008年購入 40m×9.2 <sup>ミリ</sup> 2.4 <sup>キログラム</sup><br>沢、雪用               |
| ロープドライタイプ 沢用<br>青色       | <input type="checkbox"/> 2008年購入 30m×9.2 <sup>ミリ</sup> 1.8 <sup>キログラム</sup><br>沢、雪用               |
| 岩例会用ロープ 青色<br>マムト        | <input type="checkbox"/> 2013年購入 50m×9.8 <sup>ミリ</sup> 3.15 <sup>キログラム</sup>                      |
| 岩例会用ロープ 茶色<br>マムト        | <input type="checkbox"/> 2011年購入 50m×10 <sup>ミリ</sup> 3.3 <sup>キログラム</sup>                        |
| 岩例会用ロープ 桃色<br>ヘアール       | <input type="checkbox"/> 2012年購入 50m×10 <sup>ミリ</sup> 重量不明  |
| ヘルメット                    | イ) <input type="checkbox"/> 19個 (内NO4は欠番<br>1.2.3.5.6.7.8.9.10.11.12.13.14.15.16.17.<br>18.19.20) |
| 細引き 青色                   | <input type="checkbox"/> 20m×5 <sup>ミリ</sup> 0.6 <sup>キログラム</sup>                                 |
| ワカン                      | <input type="checkbox"/> アルミ製   |
| シュラフ 赤色                  | <input type="checkbox"/> 中綿 (ポリエステル)  |
| アイゼン 6本爪                 | 寄付  |

#### 岩用ロープの現況

|                 | 保管者担当 | 現在の所在 |
|-----------------|-------|-------|
| 岩例会用ロープ 青色 マムト  | 馬場    | 馬場    |
| 岩例会用ロープ 茶色 マムト  | 則座    | 則座    |
| 岩例会用ロープ 桃色 ヘアール | 岡田    | 岡田    |

点検日時 2019年10月24日

点検者

|   |  |
|---|--|
| テント G5～6人用 黄色<br>株アライメント 総重量 4.06キロ<br>2014年3月25日購入 | <input type="checkbox"/> 本体 2.08キロ フライ 0.9キロ<br>ポール 2本 0.86キロ ペグ 13本<br>0.222キロ。 他取扱い説明書 |
| テント H 5～6人用<br>アライメント ベーシックドーム<br>2015年6月6日購入       | <input type="checkbox"/> 本体 2.0キロ フライ 1.0キロ ポール 2本<br>ペグ 13本 0.22キロ<br>他取扱い書有り           |
| ツェルト 0.5キロ (2～3人用)                                  | <input type="checkbox"/> 2000年購入 <input type="checkbox"/> ポール 2本 300g                    |
| TSL205 スノーシュー 黄色                                    | <input type="checkbox"/> スノーシュー、カバー  |
| 防水テープ テント補修用  | 1巻   |
| 処分したテントを取り返した。                                      |  |
| テント B 5人用 4.5キロ                                     | ポール、フライ 1.5キロ、本体 2.9キロ、ペグ  |
| テント C 4人用ストレッチドーム                                   | 本体 1.5キロ、フライ 1.5キロ、ポール 6本、<br>フライ 1.5キロ、ペグ 10本   |
| TSL スノーシュー 赤色                                       | 寄付   |

#### 装備点検報告

湯浅卓修

- テント、ロープともに良好に使用、保管されています。
- 岩ト用ロープ 黄色、黒 50m×11ミリの岩ト用ロープ 黄色、緑、赤で長さは 36.5m×11ミリの訂正します。重量は次回計量します。
- 岩ト用ロープ 端切れをシュリングに名前変更します。
- ヘルメット、前回点検時 8番がなかったが全部そろっています。
- 岩ト用ロープ は現況報告の方が管理しています。
- 2016年に廃棄したテント B、C を会長が引き取ってられました。  
表に追加します。
- TSL スノーシュー (赤) が寄付されました。

雨が降っていたので I F 奥の間を借りて点検しました、点検者が多く段取りも良く早く終わることができました、点検者の皆様ご苦労さまでした。

## 救急用品一覧

山行部

| 品 名                         | 数量    | 用 途・その他              |
|-----------------------------|-------|----------------------|
| 鎮痛消炎 サンツールIDゲル<br>インドメタシン配合 | 1 本   | 関節痛等の痛み<br>喘息の方は使用不可 |
| 弾力包帯 エラスコット                 | 1 巻   | 捻挫、骨折等の固定            |
| 応急ギブス君                      | 1 箱   | 捻挫、骨折等の固定            |
| 三角巾                         | 1 枚   |                      |
| ガーゼ                         | 1 枚   | 30cm×1m              |
| 救急絆 バンドエイド 大、小              | 各 5 枚 | 切り傷・擦り傷時             |
| テーピングテープ                    | 1 巻   | 捻挫、骨折等の固定            |
| 毒虫吸引 ポイズンリムーバー              | 1 個   | 蜂、蚊等毒虫用              |
| ビニール手袋                      | 1 個   | 手当て時必ず着用             |
| ペットボトルの穴開きキャップ              | 1 個   | 洗浄用に使い易くする           |
| パンティーストッキング                 | 1 足   | 腕、足、頭のガーゼ押え          |
| レジ袋                         | 1 袋   | 手の骨折時吊り下げ用           |
| はさみ                         | 1 丁   |                      |
|                             |       |                      |

・ 変更

①テーピングテープ用は弾力包帯エラスコットとします。

そのため、今まで入れていたアンダーラップはなしとしました。

②サロンパス等の湿布薬を鎮痛消炎サンツールIDゲルとします。

・34 期より日帰り山行時にも貸し出すことにします。

◎必ずすみやかに返却すること。ノートに必ず記入すること。

・年 1 回、点検しますが無くなればお知らせ下さい。ノート記帳可。

・ 医薬品袋は6袋あります。

2019.11.8 吉谷由美子 鹿島和子

# ジャンル別山行回数・参加者推移表

注) A:らくらく B:一般(含ビスタリー) C:健脚

| ジャンル  | 2014.11～2015.10 |       |     | 2017.11～2018.10 |     |       | 2018.11～2019.10 |     |     |     |       |     |     |
|-------|-----------------|-------|-----|-----------------|-----|-------|-----------------|-----|-----|-----|-------|-----|-----|
|       | 回数              | 会員参加数 | 会員外 | 回数              | 前年比 | 会員参加数 | 前年比             | 会員外 | 回数  | 前年比 | 会員参加数 | 前年比 | 会員外 |
| A土日祝  | 13              | 157   | 33  | 17              |     | 200   |                 | 5   | 16  |     | 162   |     | 8   |
| A平日   | 20              | 204   | 19  | 95              |     | 822   |                 | 6   | 99  |     | 978   |     | 10  |
| A/バス  | 0               | 0     | 0   | 0               |     | 0     |                 | 0   | 0   |     | 0     |     | 0   |
| A小屋泊  | 3               | 45    | 0   | 1               |     | 18    |                 | 2   | 0   |     | 0     |     | 0   |
| A計    | 36              | 406   | 52  | 113             |     | 1040  |                 | 13  | 115 |     | 1140  |     | 18  |
| 歴史散歩  | 9               | 143   | 12  | 10              |     | 125   |                 | 23  | 7   |     | 121   |     | 16  |
| B土日祝  | 44              | 520   | 18  | 34              |     | 402   |                 | 13  | 36  |     | 508   |     | 28  |
| B平日   | 33              | 322   | 9   | 33              |     | 277   |                 | 6   | 27  |     | 258   |     | 5   |
| B/バス  | 0               | 0     | 0   | 2               |     | 45    |                 | 0   | 0   |     | 0     |     | 0   |
| B小屋泊  | 15              | 186   | 1   | 6               |     | 161   |                 | 0   | 14  |     | 122   |     | 0   |
| B計    | 92              | 1028  | 28  | 85              |     | 1010  |                 | 42  | 84  |     | 1009  |     | 49  |
| C健脚   | 8               | 64    | 0   | 19              |     | 170   |                 | 0   | 16  |     | 152   |     | 2   |
| C小屋泊  | 8               | 59    | 0   | 6               |     | 36    |                 | 1   | 6   |     | 56    |     | 0   |
| C計    | 16              | 123   | 0   | 25              |     | 206   |                 | 1   | 22  |     | 208   |     | 2   |
| 運営委員会 | 17              | 242   | 17  | 24              |     | 499   |                 | 7   | 32  |     | 480   |     | 2   |
| 清掃登山  | 1               | 91    | 6   | 6               |     | 92    |                 | 0   | 8   |     | 89    |     | 2   |
| 集中登山  | 1               | 87    | 0   | 9               |     | 78    |                 | 6   | 6   |     | 93    |     | 0   |
| 公開ハイク | 1               | 79    | 6   | 0               |     | 0     |                 | 0   | 0   |     | 0     |     | 0   |
| ペース登山 | 5               | 42    | 0   | 5               |     | 49    |                 | 0   | 5   |     | 45    |     | 0   |
| 三点支持  | 4               | 63    | 0   | 5               |     | 56    |                 | 0   | 4   |     | 42    |     | 0   |
| レク部   | 2               | 36    | 3   | 6               |     | 101   |                 | 10  | 1   |     | 29    |     | 1   |
| 沢     | 1               | 4     | 0   | 2               |     | 0     |                 | 0   | 0   |     | 0     |     | 0   |
| テント   | 4               | 41    | 0   | 4               |     | 13    |                 | 0   | 0   |     | 0     |     | 0   |
| 岩     | 22              | 166   | 0   | 24              |     | 150   |                 | 10  | 25  |     | 151   |     | 38  |
| 合計    | 224             | 2551  | 124 | 320             |     | 3288  |                 | 89  | 302 |     | 3286  |     | 112 |

## 第10回教育部会の報告

【教育部長・馬場重明】

■11月21日(木)夜、西山HC事務所で、今期最終となる第10回教育部会を開きました。部員21人中14人(安達正明、池澤晶子、和泉奈緒美、永柳辰夫、北千恵子、島田江里子、高田千代、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、村田君代/敬称略)が出席。能登副部長が司会・進行を務め、以下の点を検討・確認しました。

●この間のとりくみ結果について、担当者等から報告があった。読図・トビ岩(10/21)は前回部会での報告どおりCL判断により中止。中級教室修了者山行・京都一周トレイルは、④(10/19)が雨天のため中止、⑤(11/16)は一般参加者3人を含む19人が参加した。

●第34回総会の教育部議案に関わって、今期とりくんだ初級山登りセミナーと第2回中級教室の結果が報告されるとともに、部長の総会報告の概要が示された。初級山登りセミナー(2019年5月~7月)は1泊2日の北八ヶ岳をめざし、座学1日、実技3日でとりくまれた。一般参加者9人、講師を含む会員等28人、計37人が参加した。一般参加者のうち5人が入会した。第2回中級教室(2018年4月~2019年3月)は、毎月1回、座学3日、実技9日でとりくまれ、のべ239人が参加した。実参加は講師含め36人だった。修了者の実践山行として京都一周トレイルがとりくまれたが、5回のうち雨天のため3回が中止となった。

●現在確定している第34期の活動計画と役割分担について一定の検討をした。今期雨天の影響を大きく受けたのは初歩の岩山歩きと花山行。初歩の岩山歩きは3回中2回、花山行は5回中3回が中止となった。雨天順延などの措置が必要との意見が出された。三点支持登降実習は担当者が退会した日程について補強を図る必要がある。役割分担について大枠を確認した。現時点で3人が退部することが報告された。活動計画および役割分担は総会後の第1回部会で確認・決定する。

●教育部の会計について担当者から報告があった。残金(200~300円)は次期に繰り越す。次期第1回部会を12月19日(木)19:00より西山事務所で開くこととし、第1回部会で確認されれば、恒例により第2回部会(1月16日(木))は新旧部員交流の新年懇親会とする。

出席者 安達千代子、太田純江、小田良子、上久保雅子、北村初恵、木下敦子、桐村弘子、小林富子、澤田博、瀬尾由紀子、高山みち子、田口博子、辻本絹代、外池しげ子、中島正俊、西千恵子、南井志げ子、村上章子、村上元康、持永由紀子、山川千津子、山口秀美、山下光子、山岳邦枝、和田喜美子 中村会長

1. 計画 歴史散歩・懇親会 歴史散歩の区切りとして開催

\*日時 10月30日(水) 午後1時～3時

受付 12時30分

\*場所 がんこ高瀬川二条苑

\*会費 約4,000円

\*参加申込み 24名 (山本先生は欠席)

2. 討議

○レク部の体制について

- ・山下美喜子さんがレク部長を引受けていただけになった。
- ・レク副部長・・・村上元康、澤田博、持永由紀子

○第33期レク部活動報告案(第34回定期総会)

総会報告案を討議し、一部修正、補足した。

総会レク部報告は出席者で確認し、了承を得た。…別紙

3. 今後の日程

○第34回定期総会 2019年11月23日(土・祝)

10:00～受付 11:00開会バンビオ2階

10月末迄に出欠を連絡のこと。

○次回レク部会 新体制で協議し、後日連絡する。

# 33期第10回組織部会報告

2019-10-23

場所:事務所2F 19:00~21:00

司会:山口幾 記録者:山下美喜子

参加者:旭真 岡庭美恵子 加藤ゆり 草場克彦 岸本貴美男 則座美智子  
春豊子 夏原典子(欠) 松宮秀隆 山口幾世 山下美喜子 吉田京子 横  
井重信 参加者 12名

## 公開ハイクについて

### 各コースの参加者数と対応について

- ・別表にて
- ・会友さんの参加ジャンルについて
- ・人数の関係で 1コース 4コースは、班分けし、SLを新たに依頼した。  
3コースは、希望者1名であったので、本人の意思を聞いて3コースは取りやめ  
にした。CL, SLは 楽々、一般コースに参加希望した。

### 各コースの下山コースは

- ・計画通りのコースを確認した。

### 集会時の用意について

#### :司会と内容

- ・司会 山下
- ・内容 ①会長挨拶 ②コース発表(一般参加者紹介を含む)③集中登山以後の  
新入会員紹介(山下が永柳さんに聞いておく)④歌(歌集は配布済み)  
⑤部長挨拶

#### :紅茶の用意と担当の確認

紅茶、砂糖(山下) コンロ、鍋(横井、旭、岡庭)

### ●一般参加者に用意するもの

- :参加表の記入用紙、入会申し込み、入会のしおり(岡庭、旭が準備)
- :宣伝用機関誌 11月号(福井さんに横井が3部依頼する)

その他:次年度の集中登山・クリーンハイク・公開ハイクの素案を11月部会で検討

## ・総会方針案を検討

集中登山、公開山行を1つにまとめる。

・理由として

10月に特別山行と公開山行があるのは問題点がある。(参加者の負担CLの負担など)

- ・1つ減らすと本来の組織部のやるべきことを考え直し、具体化に取り組める
- ・公開山行の良い所、集中登山の良い所 含めて春に取り組んだらよい。
- ・西山ハイキングの組織のあり方、方針について多数の意見が出されました。

次回部会 11月6日 19:00～ 司会:山下美喜子 記録者:吉田京子

## 33期第11回組織部会報告

2019.11.06

場所:事務所2F 19:00～

司会:山下美喜子 記録者吉田京子

参加者:旭眞 岡庭美恵子 加藤ゆり 草場克彦 岸本貴美男 則座美智子 春豊子 夏原典子 松宮秀隆 山口幾代 山下美喜子 吉田京子 横井重信

### 公開ハイクのとめ

1コース 23人参加(一般1人) 菖蒲谷池～高雄まで道が荒れていた箇所があり迂回した。

2コース 11人参加 「千代の古道」を途中買い物しながら歩く。  
下山は階段を通らず傍の山道を歩く。

3コース 22人参加。コースは良かった。

4コース 会員参加が1人の為了解を得て他のコースに移動となる

5コース 19人参加(一般2人ご夫婦)

京見峠までの岩場も難無く歩けた。

集会場に一番の到着だったが、集会までの待ち時間が長かった。

※コースについてはどのコースも良かった。

集会 名司会で歌唱指導も良かった。歌は選曲しても良かったのではないか。ハーブティーが美味しかった。席は固まって座った方が良かった。折角大勢集まったのだから、何かアピールする物があった方が良かった(例 救急法とか) 新入会員の参加が少ないのではないか。

#### 一般参加者の様子

- 1 コースの方は歩きなれているようす。早速入会されたようだ。
- 5 コースの方は、普通の運動靴で参加されていて、こんな山道ご存知無かった様子とのことだったが、最後まで歩かれた。奥様の方が
- 1 1月3日「向日市竹の径②を歩く」の山行に参加された。

### 3 4 活動方針案討議

部の取組みとして「春の登山(仮称)」(4月第3日曜日)クリーンハイク6月第1日曜日)・その他随時テーマを考えて会員の交流を主眼に取り組む。これにより本来あるべき姿を見つめ直す時間を確保して、新たな課題に取り組む。

**組織部**とは何をする部なのか?部員の中でも明確な答えが分らないなどが出された。組織部発足からの経緯、会員の拡大、労山会員としての会員の意識高揚を図ることが大切なのではないか、新しい方・古くからの方との融合を図る・・・などの意見が出され全員発言で交流できた。

七つの「私たちの合い言葉」の理念を基に、行事を行いながら、組織部のたどった道筋も含めて検討していきたい

#### 来年度の体制

部長 横井重信 副部長 旭真 副部長 春豊子

次回部会(忘年会) 12月4日(水) 18:00~

司会吉田京子 記録横井重信

## 第 34 回 定期総会について

11月23日の第34回定期総会では、122名が出席して和泉奈緒美さんと高垣真二さんの議長のもとで活発な議論をし、議案については運営委員会の提案通り承認されました。次期運営委員・会計監査についても、運営委員会推薦の下記の方が全員承認されました。出された意見は今後の活動のなかで生かしていきます。アンケート結果などは改めて報告します。（依田敏夫）

| 役職       | 氏名（新は新任、他は留任）  |
|----------|--|
| 会長       | 中村 好夫  |
| 副会長      | 安達 正明  |
| 事務局長     | 依田 敏夫  |
| 会計・事務局次長 | 永柳 辰夫  |
| 運営委員     | 旭 真 則座 美智子 高垣 真二（新） 永田 潤平<br>能登 恵美子 馬場 重明 日野 加代子（新） 深田<br>雅子 福井 京子 福田 設子 峯尾 靖子 山下 美<br>喜子 横井 重信 吉谷 由美子 |
| 会計監査     | 谷口 信子（新） 田村 佐多子  |

### 山行部からのお知らせ

◎中止になりました。

久世谷登志子

- 10/24 らくらく・天王山トレ 雨予報のため
- 10/29 らくらく・天王山トレ 雨予報のため
- 1/19 ウォーキング・駅～駅 CLの都合により
- 11/14 ビスターリ・山の辺の道 雨予報のため

◎追加になりました。

- 2/2～3 雪 由良ヶ岳・天橋立 CL 中村 SL 能登・吉田・吉谷
- 1/19 岩・不動岩 CL 上田真 SL 永田潤
- 4/26～28 健脚・燕岳 CL 田村太 SL 旭
- 6/24～7/3 海外・オーストリアチロールハイキング CL 依田 SL 林正

◎変更になりました。

- ウォーキング・乙訓散策 12/28 → 12/27 ● 岩・千石岩 12/5 → 12/12
- 12/8 教・ペース登山・愛宕山 CL 西尾→能登

## リレー随想

### 「山の思い出」

田中佳代子

初めてアルプスに行ったのは20才の頃、故眞理子さんと女子4人で行った白馬岳です。それ以来、毎年夏山に行くのが楽しみでした。笠ヶ岳からの御来光は槍の穂先からで目に焼き付いています。家族とは、白山、燕岳から大天井岳を往復、燕山荘での夜空、お盆の頃に流れ星をいくつも見たのを覚えています。

比良で好きなのは武奈ヶ岳西南稜、そして大橋辺りです。大きな樅の木があり、せせらぎがあり、清水ありで頂上に行かなくても、ここでゆっくりして帰る事もありました。

5年間思い続けてやっと行けたのが花の姥ヶ岳です。行ったのは6月の始め、かなり上まで車で行けました。歩き始めるとすぐにサンカヨウが咲いていて、ずっと上まで続いていたのには驚きでした。ピンクのカタバミ等、春の花がいろいろ見られました。

50代の頃、鈴鹿に詳しい人と出会い連れてもらう事になりました。今年の9月、西山HCのバスハイクで行った御池岳へは南の方から入りT字尾根を登りボタンブチへ。下りは土倉岳へと回りました。再びボタンブチからT字尾根を眺めた時は、当時を思い懐かしかったです。また、冬の綿向山へは熊野神社から入り皆でラッセルしました。他に銚子ヶ口から水船の池、クラシ、イプネ、ダイラ等、人のあまり行かない所に案内してもらいました。

そんな鈴鹿の山へは体力的に徐々に遠のいて行きました。

眞理ちゃんを通して入会した西山HCは3年目、今年は御池岳、御在所岳と鈴鹿を歩く事が出来ました。

眞理ちゃん ありがとう 山歩きを楽しんでいますよ。  
貴方の靴と一緒に。

以西貞子さんってどんな人・こんな人！

新入会員 自己紹介 (2019年11月入会)

## 以西 貞子 さん

### \* どのような動機で入会されましたか？

山歩きを再開したくて仲間に入れていただける会を探していました。  
「トレーニング」「らくらくコース」が有る事が大変嬉しいです。

### \* 初めて参加された西山H Cの行事は？

9月24日天王山トレーニングでした。

### \* 今まで行かれてよかった所は？これから行きたい所は？

良かった所は、芦生・八幡平・尾瀬です。  
行って見たい所は、五色ヶ原の森、花の季節の白山・白馬です。

### \* 趣味をお持ちでしたら教えてください。

安いチケットを利用した「プチ一人旅」が好きです。  
気になる場所・景色にたどりついた時は、一人でガッツポーズを取っています。

### \* 西山H Cに入会され、どんな印象を持たれましたか？

#### まわりの方やお友達の反応は如何ですか？

皆様とても温かく丁寧にご指導くださいます。  
「公開ハイク」もコースが各種あり、どんなレベルも楽しめる工夫が素晴らしいです。

### \* 西山H Cへのご希望やご意見などがありましたらご自由にお書きください。

花や季節を楽しみながら、ゆるゆる、ボチボチと長く歩きたいと思っています。よろしくお願ひします。

山行に参加して季節の移ろいや自然の中で草花について語り合ってください。  
西山H Cには草花に詳しい仲間達があります。(担当 永柳美恵)

久保まさ子さんってどんな人・こんな人！

新入会員 自己紹介 (2019年11月入会)

## 久保 まさ子 さん

### \* どのような動機で入会されましたか？

私の年齢からでも受け入れてくださる会を web で探し、天王山トレーニングに参加させていただきました。自主トレも応援してもらえるクラブ、山行の機会も多くあることが嬉しく入会を希望いたしました。

### \* 初めて参加された西山HCの行事は？

9月24日らくらく天王山トレーニングでした。

### \* 今まで行かれてよかった所は？これから行きたい所は？

金勝アルプス、綿向山、金剛山などが好きです。

どこでも行きたいです。ついていけるようになれば信州の山に挑戦したいです。

### \* 趣味をお持ちでしたら教えてください。

最近になって長年の夢だったピアノを習い始めました。楽しいです。

### \* 西山HCに入会され、どんな印象を持たれましたか？

まわりの方やお友達の反応は如何ですか？

皆さん穏やかで優しく素敵な笑顔で山を楽しんでられました。素敵なクラブに巡りあえた・・・と喜んでいきます。

### \* 西山HCへのご希望やご意見などがありましたらご自由にお書きください。

チャレンジ精神を忘れない久保さんなら信州の山々も待ってくれると思います。ピアノも山行も頑張ってください。応援しています。(担当 永柳美恵)

## みなさん 考えて！

上 出 桂 治

「総会を終え、私の発言の消化不良もあり、議長さんが私の意見に対して多くの会員にコメントを貰うと云う事をされなかったので再度私の思いを投稿します。「年寄りで、身体も動かん、山歩きの出来ないおっさんがなに云うねん。」・・・とお思いだろうが、西山ハイキングクラブを創設した者として、来年の総会には、おるか、おらんか、わからんので、西山HCの5年・10年先の会の発展を願いつつ『私の思いと意見』を述べさせて貰います。

創立当初は手探りの状態だったと思いますが、「会運営の基本として「登山・ハイキングは、国民の文化的要求であり権利である」この事を忘れず 会員の皆さん、登山愛好者の皆さんと共に、労山としての登山運動を進めていく。この事を忘れず念頭において創立当初から会長をつとめさせてもらいました。

話が変わりますが・・・これからが大事。創設して33年、共に創設に関わった会員であり、この間、会の中心に頑張ってこられた田辺さんが退会され、残念でならない。運営委員会として引き留められなかったのか、非常に残念です・・・

この、西山ハイキングクラブ。会員数もさることながら、会員にそった例会の数、他の労山にない成長をして来ていると思う。

一方で、組織作りと云う点では如何なのか。私自身は当初、そんなに展望を持っていたわけでもなく、取り逢えず100名、三桁の会員をと思っていた時に、組織部を中心に活動をされていた「田辺」さんがさらに発展させる為に分割、乙訓の各行政区に労山を と提案されたのです。しかし、「せっかく仲良くなったのに」等々、色々な意見が有りうまくいかなかった様におもいます。

そこで、提案です。 現在170名近くの会員がいて、それぞれ体力は違う、思考も違う、これでいいのかと思うのです。どうでしょうか・・・。私が思うのには、組織部が中心になって「会のこと」「会員のこと」をかんがえてみてはどうなのか

組織部が活動してきた集中登山、クリーンハイク、公開ハイク等は、山行部や運営委員会等に振り分け、まかせる。そして組織部は会として大きな組織作りを考えてみてはどうか・・・。組織部とは会の要と思うのですが、いかがなものか・・・。今回の総会で皆さんに議論をしてほしかったのですが残念です。残念です・・・。最近200名の会員とか拡大に力点！を置いているようですが、入会者と退会者が同じ位で推移しているのは、会としての「組織図」「夢」を示さないとなかなか会員は増えないし、定着しない様にも思えるのですが、どうでしょうか？

たとえば5年先・10年先を見すえた取り組み、身近な、団体、会、更に身近にはクラブインクラブ等、そのた諸々趣味をもった団体等、大きく風呂敷きを広げて一つにして行く様な取り組み。組織部で考えて貰えませんか。

会員拡大につて「若年層を会員に迎えよう！」の取組については、ハイキングクラブと云う組織の中に“グループが出来る、作る事”はあってはならないと思っていました。仲良しグループ、志向の同じグループ、同等の技術を持ち合わせている会員、等、要するに個人山行ですが、会が認めて、それらの取り組みを組織部が把握して、機関誌に反映して会全体に紹介していく、また若年層はマイカーを望むと思うのでそれらも把握していく。(マイカーは規約改正が必要？)

本来・組織部とはそう云う仕事、作業、活動、の場ではないのかと思うのですが、いかがですか？

運営委員ならびに会員の皆さんのご意見を機関誌にお寄せ下さい。

鈴木洋一

5月1日に始まった令和元年は、師走を迎えはや終わろうとしている。例年がない慌ただしさか、今年の12月は小説から脚本を起こした映画がなく注目の映画紹介だけに留める。

『私の小さなお葬式』ロシヤ映画 2019年12月6日公開予定

余命宣告を受けた年金生活を送っている元教師が、誰にも迷惑をかけたくないと、粛々と死への準備をしていく中で様々な壁に突き当たっていく“ロシヤ映画らしくない”笑いと涙の物語。

『陸軍前橋飛行場』ドキュメンタリ 2019年12月7日公開予定

穏やかな田舎に軍の飛行場ができたため、否応なしに戦争に巻き込まれ、空から機銃を受ける羽目になってしまった人々の証言。

『カツベン!』周防正行脚本監督 2019年12月13日公開予定

憧れの職業である映画の活動弁士になることを夢見る青年が、インチキ弁士集団や田舎の問題映画館で孤軍奮闘する。アクションあり笑いあり、涙ありで、周防正行ワールドが広がる。

『家族を思うとき』英国仏国白耳義合作 2019年12月13日公開予定

2019年カンヌ映画祭コンペティション作品、文部科学省選定作品二年で家を買うことを決めた幸せな家族が、忙しさのため次第にバラバラになり、“本当の幸せとは”を問いかける作品。

『葛根廟事件の証言』ドキュメンタリ 2019年12月20日公開予定

昭和20年8月14日満州から引き揚げる途中、ソ連軍が侵攻しラマ教寺院前で日本人1000人以上を惨殺した事件を証言で掘り起こす。

『男はつらいよ 50 - お帰り寅さん』山田洋次監督

2019年12月27日公開予定

シリーズ第一作から50年。再び88歳の山田洋次監督が、渥美清を蘇らせ、令和の時代に、昭和の笑いを年の瀬に贈る。

## クラブインクラブ

### 12月 パッチワークのご案内

連絡窓口 田中義子 ☎075-922-4015

植村節子 ☎090-1716-8155

◎講師 瀬尾由紀子さん ☎075-955-7592

\*日程 12月 10日 (第2火曜日)

\*時間 10:00～12:00

\*場所 長岡京市民活動センター きりしま もみじ

12月10日 (火) 午後から食事会の為午前中で終了。

12月25日 (水) 年末の為休みます

### どじょっこ・ふなっこ

#### オカリナのレッスン

No. 212

\*日時 2019年12月16日 (第3月曜日)

\*場所 神足 ふれあい町屋

\*時間 9:00～12:00

\*講師 島崎愛子先生

\*持ち物 楽譜 「オカリーナの子守歌」「狙いうち」  
「花は咲く」

自分のパートの管を持参下さい。

◎ 11月はクリスマスコンサートの出演を控え2曲のみに集中し  
「オカリーナの子守歌」「狙いうち」を細部にわたってチェック  
みっちりご指導を受けました。

\*今後ののレッスン予定 1/20 2/15 第3月曜日

問合せ先 上出克代 ☎ 956-6811

田中義子 ☎ 922-4015

## 小さな洋裁教室のお知らせ

山に参加できなくなったときに洋裁に興味のある方と思い、呼びかけたのがはじまりです。

平成 7 年からもう 25 年にもなります。

皆さんに喜んで頂き、私も脳の刺激にもなり、いつまでも元気で皆さんと一緒に楽しみたいと思っています。

場 所 井野口宅 TEL 075-954-0215

希望の方、お電話お待ちしております。

洋裁日 月曜日・金曜日 PM1 時～4 時 30 分

今年の参加者

猪倉美佐子 永柳美恵 片山富子 桐村弘子  
北村初恵 木下敦子 草場眞知子 公森満子  
辻本絹代 土方みのる 福井京子 森川康子  
山下充 八尾てる美 山川千津子

希望者

太田澄江 田中義子 船木和子 持永由紀子  
山口幾代 北井泰子

参加者 1 回 250 円

休み月 1 月 2 月 8 月

## リーダー・サブリーダー・参加者大募集（再掲）

中村好夫

山本正嘉鹿屋体育大学教授の話で、「目標をもってトレーニングに励むことが大切」とありました。来年は、春、夏、秋と目標をもって山に臨みたいと思います。参加者大募集です。参加者の定員は設けていません。参加者を確定して、宿泊先を確保します。常念岳はコースも相談します。他の計画も計画作成時から相談します。希望者が多ければ、班分けを行います。1月2千mの登高実績とアイゼントレや岩トレを積み重ね余裕を持って臨みたいです。事前のトレーニングも積み、取り組みましょう。参加希望者は、すべての計画とも12月末までに中村までご連絡ください。例会案内掲載時の募集はしませんので、12月末までに連絡ください。

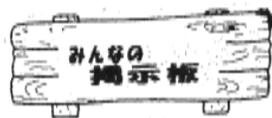
**春** 八ヶ岳の天狗岳です。当初は、本沢温泉（二番目に高所にある）への縦走を予定したのですが、この時期の雪質が不明のため、唐沢鉱泉からの往復としました。8本爪以上のアイゼンとストック2本が必要です。涸沢鉱泉オープンに合わせ4月25日（土）～27日（月）にします。雪の状況で、展望台往復、西天狗岳往復となるのか、東天狗岳まで行けるのかは、現場で判断を皆さんとでしましょう。

**夏** 昨年のリベンジです。北沢峠にテントを張り、8月初めに3泊4日で甲斐駒ヶ岳と仙丈ヶ岳に行きます。テント体験を5月の連休に、マキノ高原で行う予定です。テント生活では、参加者のみなさんの連帯感が深まります。小屋泊では味わえない非日常を満喫しましょう。テント初体験者も歓迎です。各自の持っておられるテント泊も可です。

**夏** 蝶ヶ岳、常念岳、燕岳と8月末に4泊5日の縦走予定です。できれば、徳本峠小屋に泊まりたいです。どこに泊まるのかを含め、参加予定者で検討します。参加には、三点支持登降実習、又は、フリークライミングへの事前参加が条件です。一日の歩行時間が比較的長いです。体力が試されます。

**秋** 9月末に八ヶ岳の赤岳へ、赤岳鉱泉からオーレン小屋へ行きます。2泊3日です。赤岳は南八ヶ岳の名峰で岩稜です。なかなかの岩山で、体力も必要です。三点支持登降実習に参加し、岩稜を安定して歩くことができることが条件です。八ヶ岳の山小屋でも、今回はこだわりの山小屋に宿泊予定です。

事務局からのお知らせです



【1】総会に参加できなかった皆様へ

会費など年間費用を早めに納入ください

永柳辰夫

**会費**

「11月～翌年10月分」12000円<家族会員は8000円>

**機関誌郵送費** (該当者のみ)

「11月～翌年10月分」1600円(月割130円)

**会友費**

「11月～翌年10月分」3000円(機関誌郵送費含む)

**労山基金** (旧称:新特別基金)

「9月～翌年8月分」1口を除く口数@1000円

例:3口の方は2000円 (退会時には全口を清算納入)

納入は、お近くの運営委員に渡す、印刷日に出向く。

又は

「ゆうちょ銀行」(四四八店)の

下記口座に振込みを行ってください。

(振込みした場合は会計担当の永柳に連絡ください)

**「記号 14490 番号 15102721」**

**「名義 西山ハイキングクラブ」**

総会議案書を今月号に綴じ込みました  
お手元に届いていなければ、事務局までお知らせください

【2】全国連盟機関誌「登山時報」購読拡大のお願い

**購読料** 年間(翌年4月～12か月分) 3120円

担当:永柳辰夫 へ届けてください。

途中からの購読も推奨しています。月1冊 260円。

特にこれまで購読していない会員は申込みをお願いします。

※見本誌の希望は連絡ください

【3】その他

新しい連絡網(2020年版)は新年号でお知らせします。

届くまでは、現在のものを継続活用してください。

以上

＜乙訓の地名を探る＞

### 永田（ながた）・西野辺（にしのかみ）・祭ノ神（さいのかみ）

中村好夫

**永田（向日市寺戸町）** 永田はかつて全域が水田だった。ここは、細長い田んぼの「長田」が転じた。北側に寺戸川が流れているため、地形上、細長い田とせざるを得なかったようだ。今は、住宅地となっている。「永田」「長田」の地名は各地にある。

**西野辺（向日市寺戸町）**「野」は水田になりにくい小高いところの地名。水利の便が悪く、田にできず、草木が生え、野になった。向日市の「西野辺」「東野辺」は、小高い地形の先端に位置する。野のふち（辺）にあたることからつけられたのか？明治まで「射場」「鞠場」と地名が残り、長岡京時代は貴族が楽しんだのかも？

**祭ノ神（長岡京市長法寺）** 長法寺のほぼ中央。かつてこの地の東北、丹波街道に接した一角に、小ぢんまりとした杜（もり）があり、小さな社が祭られていたと。これを祭神と呼び、「祭ノ神」の地名になったか。今は、この地に神社はなく、氏神は走田神社である。

### 編集後記

公森満子

先日、総会が開かれ西山 HC の将来の事や安全登山の事や……等いろいろと意見が交わされた大切な一日でした。

また日頃お会い出来ない人達のお顔も見られた嬉しい一日でした。

日頃トレーニングを重ねて、自分の目標を持ち機関誌の例会案内を見て無理なく、楽しく、前向きな山行に参加したいものですね。

この1年、機関誌へのご協力ありがとうございました。原稿あつての機関誌です。これからも皆さまからの原稿をお待ちしています。

そして、機関誌部員になって下さる事、共にこのお仕事が出来事を楽しみに待っています。



コーヒータイム (省略)

コーヒータイム続き（省略）

コーヒータイム続き（省略）

## 今月の行事予定

2019年12月

| 月  | 日  | 曜日 | 行事予定                           | 月  | 日  | 曜日 | 行事予定                      |
|----|----|----|--------------------------------|----|----|----|---------------------------|
| 12 | 1  | 日  | 天狗杉山                           | 12 | 21 | 土  | ★駅からウォーキング 太閤道<br>インドア・目俵 |
|    | 2  | 月  |                                |    | 22 | 日  | アイゼントレ天王山                 |
|    | 3  | 火  | 天王山トレーニング                      |    | 23 | 月  |                           |
|    | 4  | 水  | 天王山 北山・瓢箪崩山<br>組織部会            |    | 24 | 火  | 天王山トレーニング<br>機関誌印刷日       |
|    | 5  | 木  | 天王山トレーニング<br>山行部会              |    | 25 | 水  |                           |
|    | 6  | 金  | 千代の古道                          |    | 26 | 木  | 天王山トレーニング                 |
|    | 7  | 土  |                                |    | 27 | 金  | 乙訓散策㊿                     |
|    | 8  | 日  | ペース登山・愛宕山 伏見稲荷                 |    | 28 | 土  |                           |
|    | 9  | 月  |                                |    | 29 | 日  |                           |
|    | 10 | 火  | 天王山トレーニング<br>パッチワーク            |    | 30 | 月  |                           |
|    | 11 | 水  | 三上山 インドア・やまびこ<br>天王山トレーニング 岩例会 |    | 31 | 火  |                           |
|    | 12 | 木  | 運営委員会                          | 1  | 1  | 水  |                           |
|    | 13 | 金  |                                |    | 2  | 木  |                           |
|    | 14 | 土  | 初歩岩・和気アルプス                     |    | 3  | 金  |                           |
|    | 15 | 日  | ペース登山愛宕山 不動岩<br>原稿締切日          |    | 4  | 土  | 新春・愛宕山                    |
|    | 16 | 月  | 三郎ヶ岳 オカリナ                      |    | 5  | 日  |                           |
|    | 17 | 火  | 天王山トレーニング ポンポン山                |    | 6  | 月  |                           |
|    | 18 | 水  |                                |    | 7  | 火  | 天王山トレーニング                 |
|    | 19 | 木  | 天王山トレーニング<br>機関誌編集日 教育部会       |    | 8  | 水  | 天王山 インドア・やまびこ<br>組織部会     |
|    | 20 | 金  |                                |    | 9  | 木  | 天王山トレーニング<br>運営委員会        |
|    | 20 | 金  |                                |    | 10 | 金  | 街道シリーズ伏見七福神と酒蔵            |

\* 1月号の原稿締切は12月15日厳守！

\* 機関誌印刷製本日は13時から事務所2階です。

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

\* 西山HCの機関誌、印刷物等は再生紙を使用しています。

\* 11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。

\* 1月号の感想文は、船木正也あて送付をお願いします。

### 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 2019年12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 中村好夫 長岡京市友岡2丁目11-12  
編集責任者 福井京子  
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/](http://web.kyoto-inet.or.jp/people/adachi_m/)