



西山ハイキングクラブ

にしやま

Nishiyama No.424

2022

March

3



武奈ヶ岳の鳥居・林ただし

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ものを持ってくる			
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

2021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**	峯尾靖子	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。

みんなの力で居心地のよい西山HCづくり

操谷俊之

昭和20年代から30年代にかけて、父の趣味は登山であった。職場の人に誘われたのがきっかけだったという。初めは近場の山、そのうち信州など遠方の山にもあちこち出かけるようになる。私が幼少の頃、押し入れの中に使い込まれた大きなリュックやピッケルなど山の道具が押し込まれていたことをかすかに覚えている。当時は週休1日、休みが取れないときや遠方の山は、夜行で往き、夜行で戻る、時にはそのまま職場へ。

そんな父が突然、登山をやめた。父はその理由を私には語らなかったが、母の話では、尾根歩きの際の天候急変（雷、強風）、雪山での吹雪、道迷いなど、修羅場をそれなりに経験していたようだ。特に雷の時は尾根で退避場所が見つからず、雷鳴がおさまるまで生きた心地がしなかったとのこと。ひょっとして父は、幼い子を抱えた母を若後家にしてはならぬと思ったのかもしれない。

登山をやめてからも、父は私たち家族を、事あるごとに安曇野、蓼科高原など、山が美しく見えるところへ連れて行ってしてくれた。登る山から見る山へ、父の山に対する思いは、形を変えて続いていたようだ。

そんな父も5年前に他界。遺品整理の際、山の写真がいくつも出てきた。写真を見るたびに、父の思いの一端を知ると共に、父が私に語った過去のかすかな記憶も少しずつよみがえってきた。もうすぐ3月、父の命日が近づくにつれて、ふと、そんなことを思い出した。

一方、私は、学生時代はテニス三昧。仕事についてからも、山登りは、友人にムチャぶりされて行ったのが2回ほどだけ。中高年になると、健康維持のためのジョギングやタウンウォーキングなど。山と言えば、乗用車、ロープウェイ、登山電車で登り、その周囲を散策する程度。還暦を迎えるまでは、登山口から歩いて山頂を目指す登山とは全く縁の無い人生であった。定年を機に山歩きを始めて4年足らず。西山に入会して2年半。西山での座学や例会を通じて、皆さんから登山に関する多くのことを教えてもらったが、消化不良でまだまだ初心者レベルにある。

こんな私ですが、今年から運営委員の末席に加えていただいた。まずは今期の活動方針でもある「みんなの力でさらに居心地の良い西山HCづくり」を目指し、微力ながらも邁進したいと思っている。

皆様のご理解とご指導、今後ともどうぞよろしくお願い致します。

もくじ

例会案内	3
例会予告	56
山行報告	59
一言感想	79
運営委員会・専門部報告	83
リレー随想	94
投稿	95
クラブインクラブ	98
表紙絵に寄せて・編集後記	100

高島トレイル

コロナ禍でしばらく特別山行が実施されていませんが、比較的风险が少ない近郊で催行致したく計画しました。花（ジャクナゲ、イワカガミ等）が素晴らしい季節に設定しましたので、多数の方の参加を期待しています。

日 程： 2022年5月7日（土）～8日（日） 1泊2日
山 域： 滋賀県中央分水嶺高島トレイル
宿泊場所： みくに館山の家（マキノ高原）
マキノ高原テント泊： 10名程度
費用： 近江今津までのJR往復
+1万円（宿泊料・8日弁当代、マイクロバス送迎代他）

コース案内

【1日目】

A 健脚 CL 田村太一 SL 永本芳江

JR 京都駅近江今津行 7:00 発→8:18 着近江中庄 8:25 発（路線バス）8:58 着 国境バス停～国境スキー場～乗鞍岳～芦原岳～黒河峠～三国山～赤坂山～17:20 着マキノ高原（泊） 歩行時間約 9 時

B 一般 CL 林ただし SL 岡庭美恵子

JR 京都駅 7:24 発→8:32 着近江今津（マイクロバス）ピラデスト今津 9:20 発～近江坂～抜土～大谷山～16:00 着石庭登山口（マイクロバス）マキノ高原（泊） 歩行時間約 6 時間

C ビスターリ CL 深田雅子 SL 日野加代子

JR 京都駅 7:24 発→8:32 着近江今津（マイクロバス）ピラデスト今津 9:20 発～近江坂～大御影ピストン～近江坂～16:00 着ピラデスト今津（マイクロバス）マキノ高原（泊） 歩行時間約 6 時間

D らくらく CL 太田喜代恵 SL 久世谷登志子

JR 京都駅 7:24 発→8:32 着近江今津 (マイクロバス) ビラデスト
今津 10:00 発～近江坂展望台 P 780 あたり～14 時着ピラデスト今津
(マイクロバス) マキノ高原 (泊) 歩行時間約 4 時間

【2日目】

E 健脚 CL 馬場重明 SL 峯尾靖子

マキノ高原 7:00 発～寒風峠～大谷山～抜土～近江坂分岐→大御影
山～近江坂分岐→近江坂～16:00 着ピラデスト今津 (マイクロバ
ス) JR マキノ駅 歩行時間約 9 時間

F 一般 CL 山口礼子 SL 小原清志

マキノ高原 7:30 発 (マイクロバス) マキノ林道入口～マキノ林分
道～黒河峠～三国山～赤坂山～栗柄峠～14:00 着マキノ高原 (路線バ
ス) JR マキノ駅 歩行時間 5 時間 30 分

G ビスターリ CL 鹿島和子 SL 五十棲節子

マキノ高原 8:00 発～赤坂山ピストン～13:00 着マキノ高原 (路線
バス) JR マキノ駅 歩行時間約 5 時間

H らくらく CL 岡庭美恵子 SL 永本芳江

マキノ高原 8:00 発～赤坂山登山口～調子ヶ滝分岐～調子ヶ滝～マ
キノ高原～メタセコイア並木道 (路線バス) JR マキノ駅
歩行時間約 4 時間

★テント泊について CL 中村好夫 SL 木地弘恵

目的 特別山行を活用し、テント泊体験して、山行領域を広げる力
をつける。

参加者 テント泊未経験者を優先し、テント泊を体験する

募集人員 約 10 名程度。

参加コースその他

テントを持参するため、1 日目 (7 日) はマイクロバス利用できる
コース。2 日目 (8 日) は、マキノへ下山できるコースを選択する

こと。

- 1日目 Bコース（一般）か Cコース（ビスターリ）に限る。
 - 2日目 Fコース（一般）か Gコース（ビスターリ）に限る。
- 食事は、1日目は、みくに館山の家で、全体の夕食に合流する。
したがって、1日目の昼食、2日目の朝食は各自準備すること。
持ち物その他について、打合せを4月中旬に行う。
寝袋など必要な装備がない方はご相談ください。

申し込み要領

- ・1日目、2日目の参加希望コースを選択して申し込み下さい。
- ・また、宿泊でテントを希望する場合はテントとご連絡下さい。
★テント泊についてを熟読してください。

申し込み例 A、E
B、G、テント etc.

募集人員各コース20名程度

出来るだけ希望コースに添える様に考えていますが、
マイクロバスの関係で調整をお願いする場合があります。

申込期日 一時募集 3/1（火）～20（日）

申込先 久世谷登志子

090-9270-0419

[メール t.kusetani@snow.plala.or.jp](mailto:t.kusetani@snow.plala.or.jp)

- 注) 1.集合場所、時間、持ち物等は、後日計画書にて連絡します。
2.宿泊が参加の基本ですが、諸事情によって、1日しか参加できない場合、ご相談に応じることは可能です。
3.らくらくのコースについては、考慮する余地があります。無理だと思われたらご相談下さい。
4.地図が必要な場合、好日山荘に売っていますので、各自ご購入下さい。中央分水嶺高島トレイル 1/25000

天王山（トレーニング）

天王山のシゲ池道の倒木は、1月29日数本の倒木整理のお陰で、歩きやすくなりました。西山ハイクの皆さんに感謝です。

3月、春の気配を感じ天王山の新しい発見を探してみましょう。

楽しくトレーニングを行いましょう。

（前日午後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時迄にCLへ問い合わせてください）

日時・集合場所

2022年 3月1、8、15、22、29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～9時半までに。
（小倉神社に参拝してください。登りに反射板を使うのも構いませんが必ず分岐から小倉神社に下山してください。又、天王山頂上まで行くのも構いませんが、早く来て小倉神社に下山してください。）下山は遅くとも午前11時迄にお願いします。

2022年 3月3、10、17、24、31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～9時半までに。
（早くに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時迄にお願いします。

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（早くに来て、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に名前を記入し、下山時に下山チェック
します。

C L 能登恵美子 吉田京子

S L 各日とも、受付、下山担当者

解散後報告先 小西弥生さん

あちこちポンポン山周辺

川久保尾根～ポンポン山～柳谷～小倉神社

川久保尾根に至る支尾根を北上し、釈迦岳、ポンポン山を目指します。道なき道を取り入れてます。ポンポン山からは、釈迦岳、京青の森（大沢峠）、柳谷を経て小倉神社に下山します。

- 日 時 2022年3月1日（火）
集 合 7時15分
JR高槻駅南側 高槻市営バス乗り場松坂屋側
7時23分発川久保行きに乗車
コース JR高槻駅南バス停→川久保バス停→林道→北側の2本目の北北東に延びる尾根→川久保尾根分岐→谷筋→川久保溪谷分岐→釈迦岳→ポンポン山→釈迦岳→京青の森→柳谷第二駐車場→西山古道→柳谷分岐→小倉神社
持ち物 日帰り一般装備、弁当、コロナ感染予防グッズ

申し込み SLまで

CL	林ただし	090-6986-4392
SL	小西弥生	090-2380-4687
SL	和泉奈緒美	090-7490-4183

解散後連絡先 岡庭さん

ポンポン山（福寿草）

西山に春を探しに出かけましょう。
枝いっぱいの花を咲かせるので満作（マンサク）また「先ず咲く」が
なまったとする説などありますが、今年も咲いているでしょうか。春
の日差しに輝く福寿草やカマガ谷の流れの傍に咲くヤマシロネコノメ
ソウはどうでしょう。

- 日 時 **2022年3月3日（木）** 雨天中止
- 集 合 **善峯寺バス停 9時10分**
 （東向日バス停 8:42 分発善峯寺行きに乗れば間に合います）
- コース 善峯寺バス停 9:09 着～釈迦岳～ポンポン山～リョウブ
 の丘～福寿草自生地～杉谷～善峯寺バス停
- 持ち物 日帰り一般装備 コロナ対策グッズ 軽アイゼン
- 申し込み 2月24日（木） 午後7時から 約10名
- 地図 北摂・京都西山
- CL 福田設子 090-5901-9206
- SL 以西貞子 070-4283-0780

解散後報告先 峯尾靖子さん

関西山城歩き⑦黒井城跡

これまで明智光秀にまつわる八木城、周山城を訪れました。今回は、黒井城です。黒井城は指月城と呼ばれ標高は356mです。石垣や山頂からの景色は見応えありです。春日局生誕の地である興禅寺や兵主神社も訪ねます。特別講師の中村さんに、詳しく教えていただきます。

昨年度に続き本年度も関西の山城跡を訪ねます。7回の予定です。最初に参加されるときに資料代100円をいただきます。

3/4の黒井城(予備日3/22) 3/14の置塩城(予備日3/29)は、青春切符を利用します。申し込みの際に、乗車駅と枚数を連絡下さい。

日時	2022年3月4日(金) 雨天など中止の時は22日
集合	JR京都駅4番ホーム発 尼崎行の電車 前から3両目
いき	京都 6:54→西大路 6:57→桂川 7:00→向日町 7:02→長岡京 7:05→山崎 7:10→高槻 7:17 7:19 快速網干行→尼崎 7:45 8:00 2番ホーム発笹山行→篠山口 9:18 9:28 福知山線、福知山行→黒井駅着 10:01
コース	黒井駅→黒井城跡→興禅寺→兵主神社→黒井駅
かえり	黒井 14:29→篠山口 15:10→宝塚線丹波路快速、大阪行 15:12→尼崎 16:13→16:16 5番ホーム発神戸線快速米原行
持ち物	日帰り一般装備 弁当 コロナ感染予防グッズ
申し込み	2月25日までに乗車駅と枚数をCLSLに連絡下さい。 CL 和泉奈緒美 090-7490-4183 SL 村田君代 090-9703-7175

解散後連絡先 峯尾靖子さん



セツブンソウ群落

米原 大久保地区

伊吹山の麓の大久保地区にセツブンソウ自生地があります。
小さくて地味な花ですがカタクリと同様に「春の妖精」と呼ばれ
節分のころから咲く可憐な花を見に行きましょう。

日 ち	3月5日（土） 雨天の場合は6日（日）
集 合	JR長岡京駅改札前 7:30 青春18切符使用 注意 2月号機関紙の時間と変更になってます
往 路	JR長岡京発 7:44=7:56 京都（新快速2番線）8:00 =8:55 米原（豊橋行き8番線）9:18=9:27 近江長岡着 乗合タクシー（マイちゃん号）10:00=10:30 大久保いち
コ ー ス	タクシー下車後生息地を散策 約2時間 30位
復 路	タクシー14:00=近江長岡 14:36=14:45 米原 14:50（新快速）=15:43 京都 15:47=15:58 長岡京
持 ち 物	日帰り装備・防寒具
地 図	参加者に当日渡します。
交 通 費	青春切符@2410 + タクシー往復¥1000=¥3410
募集人数	12名（CL,SL含む）
申し込み	3月1日 9:30から 永田まで ライン・SMS・パソコン ysnagata@ybb.ne.jp 青春切符を使用の為、乗車駅を連絡ください。
C L	永田芳江 090-4038-9639
S L	福田設子 090-5901-9206

- ★コロナ感染予防対策 長時間電車乗車なのでお互い気を付けよう！
- ★ランクが「らくらく」でコースタイムが2時間30分ですが足元が悪い場所もありますのでトレッキングシューズを履いて来てください。

解散報告先 五十棲節子さん



いろいろな道からポンポン山⑫

日にち 2022年3月5日(土)

集 合 阪急東向日駅西口(京都銀行前) 8:30

■山は歩くルートによって違った顔を見せます。コロナ禍のもと近郊の山でこうしたささやかな山の楽しみ方をしましょう。今回は森の案内所までタクシーで入って東尾根を登り、竈ヶ谷でフクジュソウの群生を愛で、本山寺尾根を下って丁石道・本山寺参詣道から川久保バス停をめざします。

■参加希望の方は必ずCLまで申し込んでください。他にたくさんのポンポン山計画がありますので、この山行は、近年(2015年1月以降)入会された会員を優先します。2014年以前に入会された会員さんも参加OKです。ただしサポート等をお願いすることがありますのでよろしくお願いします。

■申し込みは二週間前の2月19日(土)午後7時から予定人数到達まで。

CL・SLを除き募集は10人程度。CLの下記メール、携帯SMSなどで申し込んでください。山行時雨天の場合は中止です。

【アクセス・コース】

阪急東向日駅西口(京都銀行前) →<タクシー> →大原野森林公園・森の案内所～東尾根～竈ヶ谷～フクジュソウ群生地(鑑賞)～西尾根・リョウブの丘～ポンポン山～東海自然歩道～天狗杉～本山寺～丁石道・本山寺参詣道～川久保バス停 ※実歩行 約4時間(総行動 約6時間)

【持ち物】

日帰り必携装備、感染防止対策グッズ(不織布マスク、アルコールジェル等)、地図(25000図「京都西南部」or「山と高原地図」)

CL : 馬場 重明 (TEL 090-1025-1843)

※メール sbaba4910@maia.eonet.ne.jp

SL : 島田江里子・永本芳江

【解散後報告先: 岡庭美恵子さん】

光明寺裏トレニング

今月から、第2と第4水曜日に実施します。だんだんと、春らしい息吹が感じられるようになってきました。新しい発見があるかも！

日時： 2022年3月9日(水曜日)
3月23日(水曜日)

集合場所： 光明寺駐車場

時間： 午前 10:00～12:00

コース： 光明寺から梅林まで

CL 古塩幸子・春豊子

SL・参加者の中から

清水山・^か花山（京都周辺低山）

今回の京都周辺低山は、清水山（242.5m、三等三角点）と花山（221.1m、二等三角点）です。清水山は東山トレイル上にあります。花山三角点は京都大学の天文台横で、大文字山にある菱形基線測点の一つも天文台内にあります。東山トレイルは何度も歩かれた方が多いかと思いますが、その周辺を今回は訪れてみましょう。

日時 2022年3月9日（水） 雨天中止

怪しい時は、午前7時頃に中村まで連絡ください。

集合 四条河原町市バスE乗り場（四条通り西北側）
午前9時30分集合（市バス207号清水道バス停まで）

コース 四条河原町市バスE乗り場（9:30発）～清水道（約10分乗車）～清水寺～国有林散策道～東山トレイル18-2～清水山～東山トレイル18-2～東山ドライブウェイ～花山三角点～東山ドライブウェイ～將軍塚～円山公園（解散）
歩行時間約4時間00分程度

持ち物 日帰り一般装備 弁当

申込み 3月3日から3月6日（日）までにCLへお願いします。

地図 京都・東山トレイル 1/25000「京都東南部」

C L 中村 好夫 090-2354-9750

S L 木下敦子 田中義子 藤本真弓

解散後報告先：五十棲節子さん

はじめてのインドアクライミング No.98

やまびこ くらぶ

日時： 3月9日(水) 14時から17時

集合 原谷「やまびこくらぶ」
初めての方はリーダーにお問合せ下さい。
(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49分発 M1系統「原谷」行乗車、原谷農協前下車
徒歩3分（1日乗車券は700円で少しお得です）

参加費 会場費4,800円と暖房費700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。
初めての方歓迎です。一緒に登りましょう。

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）
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
- ・各自体調チェック、マスク着用、手洗い、消毒、各自離れて休憩、窓を開けて換気。

C L 猪倉美佐子 (Tel 090-5361-3888)

S L 木地 弘恵

解散後報告先 小原清志さん



教育部 ペース登山 【天王山 今回1回だけです】
※参加は会員のみです 雨天中止

今年も楽しい登山が出来るようにその第一歩をペース登山で始めてください。ゆっくり、ゆっくりでかまいません。

そのことが次の山につながります。参加をお待ちしています。

愛宕山が長すぎる方は天王山で行いましょう。

天トレで登っている方も時間を教えてください。

日 時 2022年3月10日（木）

集 合 桜公園 9時40分 JR山崎駅 9時20分

コース 桜公園～山頂広場標柱まで
帰路については現地頂上で決めます。（ミツマタの花が咲いていれば見に行く予定です。）
急がずに山を楽しみながら下山しましょう。

申込み できるだけ申し込み願いますが、当日参加OKです。

CL 和泉奈緒美 090-7490-4183

SL 西尾久枝 090-6233-8918

持ち物 日帰り装備、行動食・軽食、コロナ感染予防グッズ

ペース登山の天王山はこの日に集約・1回だけにしました。

その他連絡事項

愛宕山コースは3月19日（土）3月26日（土）です。

※※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※※

【ペース登山の質問他は永柳・CLへ問合せのこと】

◎自主的に実施される場合は、体調等に用心して行ってください。

※下山コースを家族に知らせてから出発願います。

報告は教育部担当の永柳へ4月末までにください。

解散後報告先 林ただしさん

比良・比叡トレイル

—無動寺坂から横川へ—

1月に中止した例会の再チャレンジです。比良比叡トレイル協議会発行の地図に従って、トレイルを少しずつ歩いていきます。まずは、トレイル南端の無動寺坂から横川へ。

長丁場ですが、早春の比叡をゆっくり歩きましょう。

日時 2022年3月11日（金） 雨の場合、16日（水）

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

大津京7:35着 京阪大津京7:49発 松の馬場7:58着

コース 京阪松ノ馬場駅—無動寺坂—明王堂—根本中堂—浄土院—
釈迦堂—峰道—玉体杉—横川を通り過ぎ—飯室不動堂—西
教寺—JR比叡山坂本駅 解散

歩行距離 約14km 歩行時間 約8時間

持ち物 日帰り一般装備、トレッキングポール

コロナ対策（マスク、消毒用ジェル）

地図 比良比叡トレイル・トレイルマップ その他

参加者（敬称略）は以下の10名です

加藤ゆり、北千恵子、久世谷登志子、操谷俊之、五島ちまり、
野村輝行、村上美枝子、安井芳男、山下美喜子、横山共栄

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

SL 加藤ゆり 090-5659-0625、野村輝行 090-66736018、
山下美喜子 090-2100-4084

解散後報告先 岡庭美恵子さん

西山分割縦走(一)沓掛西口～善峯寺

日時：3月12日（土）

集合：7：50 阪急桂駅東口 京阪京都交通バス乗場

*国道9号線、沓掛西口バス停 8：20 直接集合も可。

西山ハイキングクラブ地元の山、西山連峰を縦走しようという企画です。ただし、一気に縦走は難しそうなので三回に分割して企画しました。一回目は沓掛西口から小塩山～天皇陵道～南春日町バス停まで。

行程：阪急桂駅東口 8：00→8：22 沓掛西口（洛西の森で体操・トイレ）5
……首塚大明神……大枝山……西山団地……大暑山（昼食）……小塩山
……天皇陵道……金蔵寺岐れ……南春日町バス停発→向日町方面

C L：松宮秀隆 TEL090-2049-1943

メール zborataro1943@ezweb.ne.jp

S L：岡庭美恵子 TEL080-5703-8641、操谷俊之 TEL090-1916-1452

参加申込：3月1日 AM8:00 より松宮まで

解散報告先 岡庭美恵子さん

*二回目は、4/13（水）に南春日町～大原野神社～花の寺道～淳和天皇陵～大原野森林公園森の案内所～西尾根～ポンポン山～釈迦岳～善峯寺までを予定しています。三回目は、5/14（土）に善峯寺～天王山～大山崎町、を計画しています。二、三回目の具体的な案内は改めて提案します。



賤ヶ岳

2月5日余呉地方に大雪警報が出たため賤ヶ岳を中止したので、再度取り組みました。

江戸登山口から登り、飯浦切通しから下山し、余呉湖畔を歩いて余呉駅へ戻る予定ですが、同じ道を引返す場合もあります。

日時： 3月12日（土） 荒天時は翌日13日（日）に順延

集合 JR 京都駅 7時10分 ②番線ホーム 真ん中あたり
7時16分発琵琶湖線快速米原行き乗車

JR 京都発 7時16分—米原駅②③番線着（8時26分着）→
（のりかえ）米原駅（8時30分発）⑤⑥番線 JR 北陸本線敦賀行
—余呉着 8:58

コース JR 余呉駅—江土登山口—大岩山—猿ガ馬場—賤ヶ岳—
飯浦切通し—余呉湖畔徒歩（約1時間）—JR 余呉駅
余呉駅発 15:11(16:11)—京都着 16:42(17:42)（新快速）

持ち物 日帰り必携装備、スノーシューかワカン、ストック2本
防寒具、手袋、帽子、マスク、除菌G、地図 木之本
（青春18切符が使えますが、5人が同駅からの乗車、下車
になります。5枚で12,050円 1人2,410円です。）

申込 3月6日（日）中に、前回申込者とキャンセル待ちの方で、
参加希望の方。申込時に JR 乗車駅もお知らせ下さい。

CL 猪倉美佐子（Tel 090-5361-3888）

SL 猪倉 清

解散後報告先 小原清志さん

シェール槍 (六甲山系)



パノラマビューな長いコースを楽しみながら歩きます。緑に包まれた静かな森とシェール槍山頂からは眼下に広がる穂高湖の美しい眺望それは、まさに昔聴いたブルーコメッツの「森と泉に囲まれて♪♪」の世界です。

雨天中止の場合、前日に西山メールでお知らせします。
メール利用をしない方、前日PM7時までに問い合わせください。

日 時 3月13日(日) AM7:00 集合

集合場所：阪急高槻市駅 ホーム 前から2両目付近

阪急高槻市駅：快速急行梅田行 7:13 阪急六甲 8:18 下車

阪急六甲バス停：市バス16系統六甲ケーブル下行

コース 阪急高槻市駅＝阪急六甲駅（バス）＝六甲ケーブル下下車---
登山口---長峰山---杣谷峠---穂高湖---シェール槍---徳川道---
桜谷---掬星台---摩耶ロープウェイ駅（解散）

歩行約6時間

地図 山と高原地図 六甲・摩耶

持ち物 日帰り一般装備、コロナ対策グッズ

受付：3/1 AM8時より 10名（CL, SL含む）程度 CLまで

CL 旭 眞 (Tel 075-962-6900) または 090-4900-1598

Mail: makotoasahi@ab.cyberhome.ne.jp

SL 木地弘恵 Tel 090-3944-3560

解散後報告先 岡庭美恵子さん

大文字山北斜面①

大文字山は、戦国期に築かれた山城がありました。北斜面には中尾城址とその出城であった大山出城址があります。曲輪や土塁、土橋の遺構が確認できます。また5つの名がついた熊山もあり巡ります。それぞれにプレートが付いていて見つけるのも楽しいです。

早春の芽吹きも探しながら歩きましょう。

日 時 2022年3月13日(日曜日) 雨天中止

集 合 銀閣寺前公衆トイレ横 午前9時00分

コース 八神社～①本道～月待山～善気山～火床～大文字山三角点
～北1～熊山乗越～熊山～孫熊山～子熊山～曾孫熊山～
玄孫熊山～引き返す～孫熊山三叉路～出合孫熊山四辻～
パノラマビュー～②もみじ坂道～中尾城址～大山出城址
～①本道～銀閣寺前公衆トイレ横(解散)

行動時間：約5時間30分

持ち物 日帰り一般装備、地図、弁当、コロナ対策

申込み 3月7日(月曜日)午後7時からCLまで
※ 北斜面の地図、必要な方は池澤まで申し込んでください
コンビニでコピー します60円

CL 池澤晶子 090-8383-5857

SL 久保まさ子

福田設子

解散後報告先 岡庭美恵子さん

3月例会（らくらく、古都・まち歩き）

四条高瀬川～寺町～御所の早咲き枝垂れ桜(雨天中止)

都の物流の大動脈だったという高瀬川を歩いていきます。一の舟入から寺町通りへ出て、古美術やアンティークの店を見ながら行願寺（草堂）、蘆山寺、梨木神社と北に進んで御苑に到着！

近衛邸跡に咲く「早咲き枝垂れ糸桜」を鑑賞しましょう。

昨年、同じ日に訪れて堂々とした大木に可憐な糸桜が満開になっているのを見て感動しました！　一緒に春を探しに出かけましょう♪

日時：3月14日（月）

集合時間場所：9時30分 阪急四条河原町 中央改札口

コース：9：30 阪急四条河原町・・・四条小橋から高瀬川・・・一の舟入から寺町通り・・・行願寺・・・蘆山寺・・・梨木神社・・・御所　12：00頃 近衛邸跡 解散

持物：雨具、感染防止対策グッズ、ウォーキングシューズ
お弁当（自由）

*寺、神社には入りません

*申し込みは3月1日（火）から受付

CLまでお願いします（15名迄）

CL：持永由紀子 956-6205 080-1417-7068

SL：山岳 邦枝 957-7824 090-5884-8346

解散後報告先 五十棲節子さん

芽吹く 天 王 山

コロナ感染者が身近でも増えている中、何かと制限が多い日常生活を送っていますが、少しでも解放されて地元の天王山を楽しみましょう。今年もたくさんのミツマタや春の花々に会えることを期待しています。ハイキング気分でゆっくり登りましょう。

日 時 3月14日(月) 9時30分

集合場所 JR山崎駅前

コース JR山崎駅～椎尾神社～中の谷～サントリー山～

天王山山頂～酒解神社～サントリー道～宝寺～

桜の広場公園(解散)

4時間前後

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 山と高原地図 「北摂・京都西山」

申し込み 3月3日(木)からCLへSMSかラインで
ご連絡ください。10名程度でしめ切ります。

CL 永本 芳江 (TEL 090-2595-1563)

SL 五十棲 節子 (TEL 080-3787-1613)

解散後の連絡先 五十棲節子さん

関西山城歩き⑧ おきしお 置塩城跡

置塩城跡は、姫路駅から北へ約10km。標高約370mの山上部一帯に城郭遺構が広がっています。その配置は、自然の地形に沿いながら防御についての絶妙な構えとなっていて、中世の山城跡としては超一級のものとのこと。今回も特別講師の中村好夫さんに詳しく教えていただきます。

日時 2022年3月14日(月) 雨天など中止の時は29日

集合 JR京都駅 6:54 発尼崎行この電車の前から3両目の車内

いき 京都 6:54→西大路 6:57→桂川 7:00→向日町 7:02→長岡京 7:05→山崎 7:10→高槻 7:17 新快速 7:27→姫路 8:50 着
姫路駅北口神姫バス 9:05 発(山之内・前之庄行乗車)→置塩小学校前下車 9:32 着(バス代 470円)

コース 置塩学校前→登山口→置塩城跡→登山口→櫃蔵神社→庄上バス停 13:41 発→姫路駅 14:13 着(バス代 510円)解散
解散後は姫路城などの見学も自由です。

かえり 姫路駅→往路の逆

持ち物 日帰り一般装備 弁当 コロナ感染予防グッズ

申し込み 青春切符を利用される方は、3月10日までに乗車駅と枚数をCL、SLに連絡下さい。

CL 和泉奈緒美 090-7490-4183

SL 村田君代 090-9703-7175

解散後連絡先 峯尾靖子さん



飯盛小山～星のブランコ

日にち 2022年3月14日(月)
集 合 9:45 京阪私市駅改札口

※下記アクセスを参考にしてください。

◆大阪・交野市のほしだ園地には、高さ 16・5mの人口壁のクライミングウォールや全長 280mもある日本で最大級の吊橋・星のブランコなどめずらしい施設がたくさんあり、園地の中には〇〇の路などの遊歩道が張り巡らされています。あまり知られていませんが園地の東側の尾根には四等三角点の飯盛小山や羽伏山、大谷山など、270～280mほどの小山が連なっています。これらをゆっくりのんびりと見物、訪ね歩きましょう。

◆**申し込みは2月28日(月)午後7時から予定人数到達まで。**募集は全体で10人程度。CLの下記メール、携帯SMS等で申し込んでください。山行時雨天の場合は中止ですが、不明時はCLまで問い合わせください。

【アクセス】*JRでは京都で近鉄線、丹波橋で京阪に乗り換え枚方市へ
[往] 長岡天神 8:21 発→(桂 8:31 発→) →<阪急河原町行普通>→8:42
河原町(乗り換え)～京阪・祇園四条 8:54 発→<淀屋橋行快速急行>→
9:23 枚方市(交野線に乗り換え) 9:26→<交野線普通>→9:39 私市着
[復] 妙見3丁目バス停(毎時10分発) →<京阪バス約30分>→京阪交
野市→<京阪交野線普通>→枚方市→往路で各地

【コース】 *実歩行約3時間(行動約4時間30分)

京阪私市駅～かわぞいの路～森林鉄道風歩道橋～ピトンの小屋・クライ
ミングウォール～らくようの路～展望台～やまびこ広場～公園管理道～
せせらぎの路～飯盛小山(△274・2m)～羽伏山～大谷山～小判嶺～や
まびこ広場～星のブランコ(往復)～妙見3丁目バス停

【持ち物】 *不織布マスク・アルコールジェル等感染防止グッズも必携
日帰り必携装備、地図(25000図「枚方」)

CL : 馬場 重明 (TEL 090-1025-1843)

※メール sbaba4910@maia.eonet.ne.jp

SL : 横山共栄

【解散後報告先: 峯尾靖子さん】

天王山 ミツマタの花 (土御門御陵～小倉神社)

ミツマタの花を期待して、天王山の北から南へ縦走路を楽しんで歩きましょう！サントリー展望所に寄り、お弁当にできるとよいですね！ゆっくり歩きますので ゆっくり好みの方、ご参加ください。

日時 2022年3月15日(火) 午前9時45分から

集合場所 小倉神社 9時45分

コース

小倉神社—土御門御陵登山ロ—小倉神社分岐—馬の背—
ミツマタの林道—サントリー展望所(昼食)—天王山頂上—
シゲ池コース—小倉神社 解散

※小倉神社が分からない方 CLにお尋ねください。

申し込み 3月1日より 締め切り 3月10日

持ち物 日帰り一般装備・弁当・消毒ジェル・マスク・ゴミ入れ

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 久保まさ子 TEL 090-6326-0242

解散後報告先 峯尾靖子さん

3月例会案内（ビスターリ）

グルメ山行①

『 蹴上から山科へ 』

午前中に山行してから、昼食を食事処で楽しむグルメ山行をシリーズとしてスタートする事にしました。第一回は蹴上から早春の東山を歩き、山科で昼食を楽しむ企画としました。

今後も皆様のリクエストがあれば、シリーズ化して続けていく予定でいます。

日 時 : 3月16日（水） 雨天は食事のみ実施します。
12時半 JR 山科駅改札前集合
変更の場合は前日夕刻に西山メールにて連絡します。

集 合 : 地下鉄東西線 蹴上駅 9時 改札口前（地下）

コース : 蹴上駅→日向大神宮→東山トレイル道→山科聖天→
毘沙門天→山科駅→食事処（食事終了後解散）

食事処 : 山科区御陵大津畑町 13 メゾン リビエール 1F
café&dining Christopher Robin 075-634-8925
費用は 1,000 円から 3,000 円程度

持ち物 : 日帰り一般装備 行動食（昼食不要）

地図 : 東山トレイル 1/25000 「京都東南部」

参加申込 : 3月9日（水）午後7時よりパソコンメールで
CL まで ken-beard@iris.eonet.ne.jp
CL,SL を含め、8名とします。

CL 林 謙佐郎 SL 北千恵子 SL 木下敦子
090-1488-9299 080-8720-9453 090-2109-7063

解散後報告先 峯尾靖子さん

天王山林道のミツマタの花

前回歩きました林道のミツマタは花が咲いているでしょうか？「春にはミツマタの群生が見られる場所です。また、展望の良い場所もあり、とても気持ち良いです。あと少し山道を登れば頂上に着きますが、今回はいきません」前回の案内より。帰りは大山崎山荘の庭にお邪魔して、3月の花を愛でましょう！ゆっくり、休憩多めで歩きます。是非、ご参加ください。

日時 2022年3月18日（金）

集合 阪急大山崎駅改札口10時（桜の広場10時10分もOK）

コース 阪急大山崎駅ー桜の広場[🌸]ー竹の道ー宝寺ー竹の道ー児童施設裏の駐車場ー林道ーサントリー展望所ー林道ー宝寺ー大山崎山荘庭[🌳]ー阪急大山崎駅 解散
歩行時間3時間程度

持ち物

リュック 弁当 雨具 など
) コロナグッズ（ジェル、マスク、ジッパー付ゴミ袋）など。

CL 山下美喜子 090-2100-4984

SL 参加者から

申し込みは、3月1日から17日まで CL山下まで
メール歓迎

解散後報告先 五十棲節子さん

教育部

ペース登山 【愛宕山 第3回目】

※参加は会員のみです

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79分から150分の幅で平均109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 2022年3月19日（土） 雨天中止
集 合 阪急嵐山駅前バス停：8時25分集合
8：31 発清滝行きバス乗車
現地集合：8時55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
下山は往路と同じ表参道です

リ ー ダ C L：永柳辰夫 551-0353

S L：田村佐多子 451-5807

（※永柳のタイム120分超えは確実でしょう）

参加者の皆さんへお願い

コロナ感染の予防対策

（出来るだけ申込み願いますが、当日参加OKです）

（1）雨具は常時携帯すること。*天候により、防寒具・軽アイゼン

（2）コロナ禍で脚力低下が起きているかも知れません。

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。

（3）登頂時間は、各自の時計で報告してください。

当日にメモを渡しますのでタイムも控えてください

その他連絡事項

- ・今期のペース登山は次回「愛宕山」3月26日で終わります。
- ・「天王山コース」は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、永柳に連絡ください。

【解散後報告先 林ただしさん】

雲ヶ畑、北山荘

♪煙い小屋でも黄金の御殿♪ と、京大山岳部(京都一中)OBで初代南極越冬隊長の西堀栄三郎さんが作詞された“雪山賛歌”で謳われた煙い小屋とは北山荘のことだといわれています。北山荘の近くには、「京都北山と丹波高原」などの著書でお馴染みの森本次男さん(西京高校・山城高校などで教鞭をとられていた)が設立された麗杉荘もあり、京都岳人の黎明期を辿る山行です。

日時：3月19日(土)

集合：8:30 北大路烏丸東入南側「もくもく号」バス乗り場

行程：北大路烏丸 8:40→9:07 出合橋……9:50 松尾谷岐れ……10:40

麗杉荘……11:40 北山荘(昼食) 12:10……12:50 滝谷峠……二ノ瀬ユ

リ道経由……14:30 京福電鉄二ノ瀬駅→出町柳(解散)

C L：松宮秀隆 TEL090-2049-1943

メール zborataro1943@ezweb.ne.jp

S L：岡庭美恵子 TEL080-5703-8641

参加申込：3/13AM9:00より受付、松宮まで。10名先着順

*もくもく号バスが定員に限りがある為。

解散報告先 岡庭美恵子さん

3月例会案内(一般)

雨天延期

ぶらり六甲 六甲縦走②菊水山・鍋蓋山

六甲縦走の2回目です。六甲の難所といわれる菊水山・鍋蓋山の急坂を登ります。どちらも頂上の展望が良いようです。

まず鶴越駅(神戸電鉄)から菊水山を目指します。菊水山(459m)山頂からは北に帝釈山系、東に六甲連山、南は神戸市街地、大阪湾をはさんで関西国際空港や紀泉の山並みが遠望できるよう。一旦200mほど急降下して天王吊橋をわたると鍋蓋山(486m)へ向かいます。山頂からは南側の神戸市街が見渡せるよう。尾根伝いに下り再度山(470m)、市ヶ原、布引の滝を経て新神戸駅から帰ります。

日時 3月 19日(土) 雨天の場合は3月26日(土)

集合場所 阪急長岡天神駅 7:25分 前から2両目あたり

7:36阪急快速急行乗車、十三で乗り換えて新開地まで、
神戸電鉄に乗り換えて鶴越駅下車9:00

コース 阪急長岡天神7:36発～鶴越駅着9:00
～菊水山登山口～菊水山～城ヶ越～鍋蓋山、昼食休憩
～再度山～布引の滝～新神戸駅(解散)
歩行時間 約5時間40分

地図 山と高原地図 六甲 摩耶 六甲全山縦走マップ

持ち物 日帰り一般装備 弁当 水筒 コロナ対策

申し込み 3月5日(金)8時から CLまで(メールかラインで)

CL 井上美智子 090-6232-3224
1188michiko@gmail.com

SL 吉谷由美子 090-3820-4577
y.yumi775@gmail.com

解散報告先 岡庭美恵子さん

3月例会案内 一般

西山ハイキングクラブ

雨天（荒天）中止

北山 天ヶ岳（東俣）

天ヶ岳真南の静原キャンプ場付近から東俣を北上し天ヶ岳付近に至ります。西俣同様、倒木が多そうです。

帰路はシャクナゲ尾根の予定です。

日時： 2022年3月19日(土)

集合時間： 7時50分（8時00分34系統 静原城山行に乗車）

集合場所： 京都バス 北大路バスターミナル（赤Aのりば）駅

コース： 京都バス北大路バスターミナル（赤Aのりば）8：00発＝バス停・静原小学校前～静原キャンプ場～西俣・東俣分岐～東俣を北上～尾根筋分岐（天ヶ岳と三又岳の間）～天ヶ岳788m付近～寂光院道分岐～シャクナゲ尾根～小出石（14：33、または15：22の大原行に乗車、大原で乗り換え 国際会館行か京都駅行に乗車。

持ち物： 日帰り一般装備 エリアマップ(京都北山)

2万5千円(花脊) クマよけ鈴

コロナ禍対策グッズ（マスク、除菌スプレーか除菌布など）

申し込み： 3月10日8時以後 CL、SLまで。

先着順 CL、SL 含め10人程度

荒天、コロナ禍の事情など中止の場合連絡します。

CL： 林 ただし 090-6986-4392

SL： 旭 眞 090-4900-1598

解散後報告先： 岡庭美恵子さん

百井峠～大見尾根

先月の雪の扶桑尾根は京都バス冬季昼便運休のため、百井峠からピストンで戻りました。

今回はその先の大見尾根を大見山あたりまで歩き、適当な所で折り返して花脊峠からバスに乗ります。

雪がまだ残っているとよいのですが。

日時： **3月19日（土）** 雨天時 **3月20日（日）**に順延

集合 出町柳京都バス広河原行 7時50分発に乗車

コース 出町柳京都バス発 **7:50**＝百井別れ **8:46** 着＝百井峠手前
百井尾根取付き—**P.800**—電波塔—杉峠—大見尾根—**P.845**
—**P.877** 大見山辺りまで—(もどる)—花脊峠バス **15:08** 発

持ち物 日帰り必携装備、雪の状況により直前に参加者に連絡
ストック、マスク、除菌グッズ
地図・北山分水嶺を歩く又は **1/25000** 大原

申込 **3月14日（月）夜7時～15日（火）中**

C L 猪倉美佐子 (Tel 090-5361-3888)

S L 猪倉 清

解散後報告先 岡庭美恵子さん



Viva around 唐櫃越①

3月より京都北西の唐櫃越をシリーズで計画いたします。
記念すべき？第一回は上桂から唐櫃越を通り沓掛山から林道出合に出て、みすぎ山からJR馬堀駅までのルートを歩きます。

日時： 2022年 3月20日（日）

集合： 阪急上桂駅 西改札口辺り 8時30分

コース： 阪急上桂駅—衣笠山（お墓）—丁塚—展望台—
沓掛山（415m）—林道出合（昼食）—みすぎ山
（430m）—宝泉寺—JR馬堀駅 解散
（約10km 解散 15:30頃）

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

申し込み： 3月13日からCLをお願いします。

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

書写山(371m)

書写山は、圓教寺の境内にあり、一帯は「西の比叡山」とも呼ばれています。室町時代に建てられた三つの堂や豊臣秀吉が播州攻めの際に本陣を置いた歴史ある地です。西国三十三箇所札所 27 番でもあり、映画「ラストサムライ」、NHK 大河ドラマ「軍師官兵衛」のロケ地としても使われました。登山道は 6 つありますが、今回は置塩坂登山口から圓教寺境内へ、下りは東坂の岩肌を歩きます。歴史ロマンあふれる山を楽しみましょう。

日 時	2022 年 3 月 21 日（月）	雨天中止
集 合	<ul style="list-style-type: none"> ・ JR 高槻駅 6 番のりば 先頭から 2 両目付近 ・ 午前 7 時 15 分集合 新快速姫路行 7 時 27 分発乗 	
アクセス	JR 高槻駅 7:27 発→姫路駅 8:49 着→姫路駅北口/ 神姫バス⑰のりば 9:05 発→書写吹 9:29 着 （バス往 380 円 復 280 円 IC カード使用可）	
コース	置塩坂登山口～圓教寺・魔尼殿～書写山・白山権現～ 三つの堂～開山堂～展望公園～はづき茶屋～ロープウェイ イ山上駅～東坂～書写山ロープウェイ（解散） 行動時間：約 5 時間	
持 物	日帰り一般装備、地図 1/25000[姫路北郡]など、弁当、 コロナ対策	
申込み	3 月 14 日(月)午後 7 時から 10 人程度募集 CL まで 青春切符使用、乗降駅も知らせてください。調整します。	
CL	池澤晶子 090-8383-5857	
SL	島田江里子 福田設子	

解散後報告先 林ただしさん

ゆっくり西山①鉄の橋～柳谷～土御門

交通費節約型？わがふるさとの山？西山の季節の変化を楽しみながら、ゆっくり、安全に歩きましょう。この時期は古道7に出る尾根に山椿が、咲いていてくれるでしょう。柳谷の田畑には、菜の花が咲いてむかえてくれるでしょう！

日時 3月23日(水) 午前9時から
雨天3月25日(金)

集合場所 西代里山公園 9時

コース

西代里山公園—鉄の橋—古道7—柳谷観音(昼食)—天王山
小倉神社分岐—土御門御陵—西代里山公園

歩行時間 5時間前後

バスで来られる方 JR長岡京7・8系統奥海印寺循環 8:15
阪急長岡天神 // 8:22

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

申し込み 3月1日から 締め切り3月20日

CL 山下美喜子 TEL 090-2100-4084

SL 北千恵子 080-8720-9453

夏原典子 090-9980-6950

解散後報告先 峯尾靖子さん

愛宕山イワウチワを探しに

清滝から東海自然歩道を通って高雄山方面に行き、徒渉をして八丁山の東尾根から八丁尾根を登ります。途中、梨の木谷へ下り、梨の木大神から月輪寺につながる通称イワウチワコースへ。イワウチワはあるでしょうか？月輪寺を通って清滝への帰路。

日 時 3月23日(水) AM8:10 集合

集合場所：阪急嵐山バス停

京都バス 62 系統「清滝行き」（8：17）に乘ります。

コース 阪急嵐山バス停（集合）～清滝～東海自然歩道～東尾根～八丁尾根～梨の木谷大神～イワウチワコース～月輪寺～清滝（解散）

歩行約6時間

地図 1/25000 京都西北部、山と高原地図：京都北山など

持ち物 スパッツ、予備靴下、日帰り一般装備、弁当、コロナ対策グッズ

申込み 3/14 8時より10名程度 CLまで
できれば、メールまたはSMSで。

CL 木地弘恵 Tel 090-3944-3560

Mail: kiji123@yahoo.co.jp

SL 福田設子

解散後報告先 岡庭美恵子さん

向日市の桜を探す

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です。乙訓の地域を共に学び合しましょう。

今回は、以前にも実施しました、向日市の桜です。名神の盛り土の犠牲になった、向日神社裏の桜の園を訪ねます。

日 時 2022年3月25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、当日午前7時30分までに中村へご連絡ください。

集 合 阪急西向日駅西改札口前 午前9時00分

コース 阪急西向日駅西改札口～噴水公園～朝堂院公園～向日神社～元稲荷古墳～桜の園～向日市役所（解散）

歩行時間約3時間00分

持ち物 日帰り一般装備（荷物は出来るだけ軽くてよい、弁当不要、運動靴でよい）

申込み 3月20日から3月23日（水）までに。

C L 中村好夫 090-2354-9750

S L 参加者から

解散後報告先 五十棲節子さん





干支の山 虎御前山 & ランチ

日にち 2022年3月25日(金)

集 合 JR 近江塩津行電車内 (長岡京 8:30 発)

※下記アクセス (時刻表) でどの駅からでも分散乗車ください

◆今年は寅年です。虎のようにたくましく、コロナ禍などの困難を乗り越えていくことを祈念して干支の山を歩きましょう。

◆虎御前山は、戦国時代、織田信長が小谷城の浅井長政を攻めたとき、最前線の城が築かれたところです。秀吉や柴田勝家の陣跡などもあり、わずか230mの低山ながら、伊吹山、琵琶湖など360度の眺望が楽しめます。

◆虎姫駅構内のイタリアンダイニングカフェ・チーボで、人気のチーボランチ (1440 円) を楽しみましょう (要申し込み)。そのため、昼食時間は取りません。ランチ不参加の方は休憩時間に行動食を摂ってください

◆JR運賃が往復3千円少々かかります。青春18キップやジパングクラブを活用すれば多少安く行くことができます。仲介・あっせんはしませんので参加者のみなさんで連絡を取り合いご相談ください。

◆申し込みは3月1日(火)午後7時から予定人数到達まで。募集はCL・SLを含め15人程度。CLの下記メール、携帯SMS等で申し込んでください。山行時雨天の場合は中止です。

【アクセス】 *近江塩津行普通電車の各駅発時刻は下記

高槻8:19→島本8:23→山崎8:26→長岡京8:30→向日町8:34→桂川8:36
→西大路8:39→京都8:45→→河毛着10:22 ※CLは向日町から

【コース】 *実歩行約1時間30分 (行動約2時間30分)

JR河毛駅～登山口～虎御前山～三角点～矢合神社～虎姫駅

【持ち物】 ※不織布マスク・アルコールジェル等感染防止グッズも必携
日帰り必携装備 (昼食は行動食等各自)、地図 (25000 図「虎御前山」)

CL : 馬場重明 (TEL 090-1025-1843)

※メール sbaba4910@maia.eonet.ne.jp

SL : 持永由紀子

【解散後報告先: 五十棲節子さん】

らくらく 超楽？

雨天順延

城陽市鴻巣山散策道、周辺を歩く

城陽市の中心部に位置する鴻巣山（117メートル）の散策道からその周辺にある運動公園、森本遺跡のある遺跡公園などを散策します。のんびり歩きますので、排泄の心配な人も参加、OKです。10時～12時降水確率が40%以上中止（前日午後7時の予報）

日時 3月25日（金）（雨26日）

集合 JR城陽駅 10時00分（京都駅8時53分、9時05分
9時33分）3月22日改定、奈良行き 京都駅から片道360円

コース 水度神社→鴻巣山、鴻巣山展望台→鴻巣山運動公園→
森山遺跡→JR長池駅（所要時間2時間余り）

持ち物 弁当、飲み物、敷物、防寒具、コロナ感染グッズ、ゴミ袋、

CL 鈴木純子、SL 参加者から

服装 ズック靴、歩きやすい服装、手の自由になるリュック

申し込み 3月15日から3月20まで電話 090-8216-0816, 075 -
954 - 1790 に電話、SMS

受付時間：午前10時～午後8時

メールはいつでも Kawaiijunchan6@gmail.com に申し込んでください

解散後報告先 五十棲節子さん

資料のいる人ファクスで送ります

教育部

ペース登山 【愛宕山 第4回目】(最終回)

※参加は会員のみです

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79分から150分の幅で平均109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 2022年3月26日(土) 雨天中止
集 合 阪急嵐山駅前バス停：8時25分集合
8：31 発清滝行きバス乗車
現地集合：8時55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
下山は保津峡駅に降ります
リ ー ダ C L：池澤晶子 090-8383-5857
S L：森 友美 090-8380-3703

参加者の皆さんへお願い コロナ感染の予防対策

(出来るだけ申込み願いますが、当日参加OKです)

(1) 雨具は常時携帯すること。*天候により、防寒具・軽アイゼン

(2) コロナ禍で脚力低下が起きているかも知れません。

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。

(3) 登頂時間は、各自の時計で報告してください。

当日にメモを渡しますのでタイムも控えてください

その他連絡事項

◎自主的に実施される場合は、体調等に用心して行ってください。

※下山コースを家族に知らせてから出発願います。

報告は教育部担当の永柳へ4月末までにください。

【解散後報告先 林ただしさん】

3月例会案内 一般

西山ハイキングクラブ

雨天（荒天）中止

比良 初春のおとしの「お椀」周囲

おとしをお椀に例えると、お椀のへりは寒風峠から時計回りに滝山、P662へと続く。1月の山行では積雪のため涼峠出会いで撤退した。今回は涼峠から入り、逆回りにお椀のへり（稜線）をたどる。初春の芽吹きはみられるでしょうか。

日時： 2022年3月26日(土)

集合時間： 7時15分（湖西線7時24分発に乗車）

集合場所： JR京都駅 湖西線前方車両付近

コース： JR京都駅＝JR北小松～楊梅の滝～ 涼峠～P662～滝山703m～お椀の底付近～涼峠～楊梅の滝～JR北小松

持ち物： 日帰り一般装備 エリアマップ(比良山系)

2万5千円(北小松)、コロナ禍対策グッズ(マスク、除菌スプレーなど)

申し込み： 3月12日8時以降、CL,SLまで。10人程度。荒天など中止の場合連絡します。

CL： 林 ただし 090-6986-4392

SL： 岡庭 美恵子 090-5703-8641

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②⑥

吹田市・目俵市民体育館のクライミングウォールは、約8mありますが、トップロープ方式で常に上からのロープと身体を結んで下で確保しながら登るので、中高年者にはボルダリングなどより安全です。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。感染防止対策をとりながら、初歩からインドアクライミングを学び楽しみましょう。

日時	2022年3月26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	会員および労山会員。安全なビレイ(確保)は体重差20kgまでです。現状では80kgを超える方は参加をご遠慮下さい。 ※貸し切りではありませんので一般市民の方もいっしょになる場合があります。
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(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。 ※不織布マスク・アルコールジェル等感染防止グッズも必携

- 参加希望の方はCLの下記メール・携帯SMS等で申し込んでください。
コロナ感染防止対策で体育館が人数制限をしており、計9人までです。
超過した場合は、先着順を基本にしながら相談して参加者を確定します。
- 申し込みは2週間前の3月12日(土)午後7時から3日前の23日(水)

CL 馬場重明(090-1025-1843)

※メール sbaba4910@maia.eonet.ne.jp

SL 旭 眞

[解散後報告先:小原清志さん]

松尾坂から西山峠（比叡山道）

比叡山の山道です。登りは、先月に続き比叡山への参詣道です。下りは、坂本ケーブルカー使用も可です。京都側から比叡山の西塔に直接登れるのはこの道しかないでしょう。西塔から東塔へ延暦寺の境内を縫って歩きます。春の日差しを浴びて、花も咲く時期ではないかと思えます。下りは本坂を下ります。

日 時 2022年3月27日（日） （雨天中止）

怪しい時は、7時00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 叡山電鉄出町柳駅改札前 午前8時45分
（叡電八瀬比叡山口行8時52分発に乗車）

コース 叡電出町柳駅（八瀬比叡山口行8：52発）～八瀬比叡山口（9：06着）～京都精華中学・高等学校グラウンド横～浄刹結界址碑～西山峠～西塔～山王院～東塔～休憩所～本坂～日吉神社（解散）

歩行時間約6時間00分程度

持ち物 日帰り一般装備 弁当
地図 1/25000「京都東北部」 北山トレイル「東部」

申込み 3月20日（日）から23日（水）まで、CLに。

C L 中村好夫 090-2354-9750

S L 北川真理

解散後報告先 岡庭美恵子さん

峰床山西尾根

峰床山の西尾根に登山道はありませんが、前から気になっていたのも、踏み跡をたどって大杉の森へ行ってみようと思います。尾根の取り付きは足場が悪く急で、時間もかかりそうです。雪はもう消えていると思いますが。

日時： 3月27日(日)雨天の場合は4月3日(日)に延期

集合 出町柳京都バス広河原行7時50分発に乗車

コース 出町柳京都バス発7:50＝大悲山口着9:25—峰定寺—寺谷・ナメラ谷合流点—尾根取付き—西尾根 P.830—往路を戻る—京都バス大悲山口発17:37乗車
(バスの時間に合わせて途中で戻ります。)

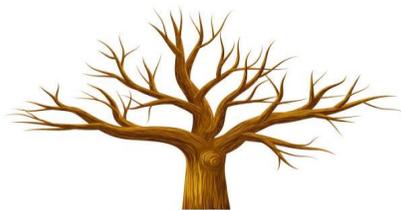
持ち物 日帰り必携装備、マスク、除菌グッズ
地図・北山分水嶺を歩く又は1/25000大原

申込 3月22日(火)朝8時から若干名

C L 猪倉美佐子 (Tel 090-5361-3888)

S L 猪倉 清

解散後報告先 岡庭美恵子さん





文殊山～橋立山

日にち 2022年3月30日(水)

集合 JR 新快速・敦賀行電車内

※下記：JR京都駅0番乗り場8:18 発

◆ちょっと遠いですが、カタクリの名所・福井県の文殊山・橋立山に登りましょう。文殊山はわずか 360mほどの山ですが、眺望が良く人気の山です。カタクリ群生地だけでなく、胎内くぐりなど見所いっぱいです。

◆誘い合わせて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もできます(往復約 5000 円が 2410 円)。申し込みの際に JR の乗降駅をお伝えください。CL が仲介しますが、まとまらない場合は、各自 18 キップ入手、ジパングクラブ、通常料金等で対応をお願いします。

◆申し込みは二週間前の3月16日(水)午後7時から予定人数到達まで。募集はCL・SLを含め 15 人程度。CL の下記メール、携帯 SMS 等で申し込んでください。山行時雨天の場合は中止です。

【アクセス・コース】 *実歩行約3時間30分(行動約5時間)

京都 8:18→<JR 新快速敦賀行>→9:50 敦賀(乗り換え) 9:53→<JR 北陸本線福井行>→10:41 大土呂駅着(下車) / ~半田登山口~四等三角点「半田」~送電鉄塔~小文殊山~文殊山~胎内くぐり~奥の院~橋立山~酒清水登山口~北鯖江駅 / →<JR>→敦賀→<新快速>→京都着 18:00 頃

【持ち物】 ※不織布マスク・アルコールジェル等感染防止グッズも必携
日帰り必携装備、地図(25000 図「福井」「鯖江」)

CL : 馬場重明 (TEL 090-1025-1843)

※メール sbaba4910@maia.eonet.ne.jp

SL : 以西貞子・木地弘恵・久保まさ子

【解散後報告先：峯尾靖子さん】

彦根城と佐和山城跡

佐和山城の歴史は古く鎌倉時代初期にはじまると伝えられています。信長・秀吉の時代にも佐和山城は近江の要衝を守る城として重視されました。石田三成の入城で城は次第に整備され城下町も形成されました。その後、関ヶ原の戦いで敗れ、彦根城築城に伴い廃城になりました。その際、石垣や建物の多くが彦根城へと運ばれました。

今回は国宝彦根城と佐和山城跡を歩きます。

彦根城は現地のボランティアガイドの案内でやく 2 時間かけて見学いたします。昼食後佐和山城跡に移動し、いつものように中村さんに案内してもらいます。桜見物も兼ねています。

日時： 2022年4月1日(金曜日) 雨天中止

集合： 8時10分 JR 京都駅0番ホーム 前から4両目付近

琵琶湖線新快速米原行 8時20分発に乗車します。

切符は JR 彦根まで (9:10 着) (参考：京都から片道 1170 円)

コース： JR 京都駅 (新快速 8:20 発) ⇒ JR 彦根駅 (9:10 着) ~徒歩約 25分~彦根城 (入場料 800 円) ~ボランティアガイドの案内~昼食~彦根城発~佐和山城跡入り口~徒歩約 2 km~ JR 彦根駅 (解散)

持ち物： 日帰り一般装備 弁当 コロナ感染防止グッズ

参加申込： 3/15~25日 CL、SL にメールでお申し込みください。
15名程度で締め切ります。

特別講師： 中村好夫さん

CL: 林 導 080-3767-0749 hayashio@maia.eonet.ne.jp

SL: 村田君代 090-9703-7175

解散後報告先: 峯尾靖子さん



三点支持登降実習①

日にち 2022年4月2日(土)

集合 午前9時30分 江文神社トイレ前

※地下鉄国際会館駅前 京都バス④乗り場 8:40 発「大原行き」に乗車し戸寺で下車(@310円)。徒歩約20分(CLorSLが同行)。

実習会場 金毘羅山Y懸尾根周辺

■一般登山路でもちょっとした岩場があり慣れないと怖いものです。岩場歩きの基本は、三点支持とバランスですが、バランス感覚がよくなれば、疲れない歩き方もできるようになります。岩場に強くなる秘訣は何よりも経験ですので、年一回は、三点支持登降実習に参加し習熟しましょう。

■参加希望者はCLまで、下記メール・携帯SMS等で申し込んで下さい。

※申し込みは2週間前の3/19(土)午後7時から3日前の30日(水)まで。CL・SLを除き先着8人程度ですので、早めに申し込み下さい。

■持ち物など

◇日帰り必携装備および地図(1/25000「大原」)の他、下記のとおり、登山用具(ヘルメット・ハーネス・スリング・カラビナ等)が必要です。

◇ヘルメットは会所有のものが多数ありますので、持っていない方は運営委員に声をかけ借りて下さい。終了後、洗って乾かしたのちお返しください。ハーネスのない方は、当日、簡易チェストハーネスを作りますので120cm(幅約2.5cm)のソウン・スリングをご用意ください。入会時にお配りした細引きを60~70cmのリング状に結んだスリングおよび安全環付カラビナをご持参ください。「装備やヘルメットの借り方がよくわからない」「ソウン・スリングや安全環付カラビナを購入したい」などの場合は、必ず事前にCLに相談してください。

CL：安達正明 (TEL 090-9884-6186)

※メール adachi_m50@mbx.kyoto-inet.or.jp

SL：猪倉美佐子・深田雅子

【解散後報告先：林ただしさん】

4月例会案内（一般）

雨天中止

沢池～桃山△466m～竜安寺

例年なら桃山ではミツバツツジがトンネルのように咲き乱れるコースです。
今年はどうでしょうか？

日時:4月3日(日)

集合時間・場所:8:30 四条大宮市バス⑥号系統玄塚行き乗り場

* 阪急電車大宮駅下車、上がって西北側です

JR 利用の方は、嵯峨野線二条駅下車、8:43 発です。

行程: 四条大宮 8:38→8:43 二条駅前→9:08 玄塚……10:25 坂尻……
10:45 上ノ水峠……11:15 沢池(昼食)11:45……13:15 桃山……
13:50 原谷弁財天……14:25 村上天皇陵……15:20 竜安寺(解散)

持物: 日帰り装備、山と高原地図「京都北山」or1/25000「京都西北」

CL: 松宮秀隆 TEL090-2049-1943 zborataro1943@ezweb.ne.jp

SL: 上出克代 TEL090-5051-6126

参加申込: 2月26日(土)AM8:00より受け付けます。松宮迄。

解散報告先 峯尾靖子さん

4月例会案内（ビスターリ）

雨天中止

りゅうおうざん

龍王山（585.7m）奈良山の辺の道

龍王山は16世紀ごろ奈良盆地東部で栄えた十市（といち）一族の山城です。頂上からは奈良盆地を金剛、生駒、二上山が囲み、その中に7～8世紀万葉集にも詠われた天の香久山、畝傍山、耳成山の大和三山が点在しているのがよくわかります。歴史に残る恋のさや当て歌を鳥瞰的に検証してみましよう。大和路は桜も見頃、ゆっくり歩きます。

中止になった2月例会案内の再提出です。

月日： 4月3日（日）

集合： 午前7時10分 近鉄京都駅改札口

アクセス： 近鉄京都（7：27）発＝（8：25）着近鉄天理 乗換
JR天理（8：51）発＝柳本（8：57）着→（徒歩）（9：10）トレールセンター

コース：トレールセンター（上り南コース）9時25分スタート→不動
明王像（10：20）→分岐（WC）（11：00）→龍王山城跡11：
45着 昼食 12：15発→（下り北コース）龍王山（12：
30）→奥の院→トレールセンター到着14：30
以後京都までの帰路は往路に同じ。

持ち物： 日帰り必携装備、コロナ対策、スマホ

交通費往復（770+190=960）×2=1.920円

申し込み： 3月26日（土）午前10：00より

定員10人（CL,SL込み） C.Lまで

C.L 草場克彦 090-8484-5114 FAX 075-953-4454

kmnd4454@nike.eonet.ne.jp

S.L 深田雅子 080-6144-3650

解散後報告先 峯尾靖子さん

鎌倉山～峰床山

鎌倉山から峰床山まで歩きます。八丁平は、春の気配を感じとれますでしょうか。ブナ林が、楽しみです。

日 時：2022年4月3日（日）

雨天中止（判断の迷われた方は、CLの携帯に電話下さい）

集 合：出町柳バス停

午前7時35分集合

コース：出町柳バス停（7：45 発）→坊村バス停（8：41 着）→ブナ平
→鎌倉山→オグロ坂→峰床山→八丁平→中村乗越→林道終点
→葛川学校前（午後16：30 着）タクシー→JR 堅田駅

コースタイム 6時間25分

持ち物：日帰り一般装備（会報表紙裏参照）、弁当

地 図：1/50000 山と高原地図「京都北山」

申 込：3月22日 AM8:30 からCLまで（8人）

CL 田村 太二 携帯 090-2108-6099

E-mail: kitto@nike.ne.jp

SL 参加者から

解散報告先 小原清志さん

4月例会案内（らくらく・ウォーキング：古都・まち歩き）

（雨天中止）

木屋町通り + α を歩く

木屋町通りは高瀬川東岸沿いに造成された道で二条通りから七条通りまでの全長約 2.8 km です。高瀬川は江戸時代初期、角倉了以によって京都の中心部と伏見を結ぶために物流用に開削された運河です。この高瀬川沿いの木屋町通りを歩きます。木屋町通りだけでは少し歩き足りないのので、二条通りからは鴨川沿いを北上、疎水との合流点から疎水をインクラインに向かって歩きます。桜の季節ですのでうまく合えば土手の桜が満開の中を歩くことになります。桜がだめだと、ただただ歩くだけになるかもしれません。

日 時 2022年4月4日（月）

集 合 京都駅「京都劇場」階段下 午前9時30分

コース 京都劇場～七条高瀬川～木屋町通りを北へ～五条大橋～四条木屋町～高瀬川沿いを北上～二条大橋～鴨川左岸～冷泉通りから東へ疎水に～夷川発電所～平安神宮大鳥居（解散）
歩行距離約 7 km 所要時間約 2 時間 30 分
12時30分頃解散

持ち物 雨具、弁当（自由に）、コロナ対策グッズ
履きなれたタウンシューズ

C L 林 導 080-3767-0749

hayashio@maia.eonet.ne.jp

S L 鈴木 洋一 090-3055-9484

解散後報告先 五十棲節子さん



若狭富士 青葉山



京都舞鶴と福井県高浜町にまたがる秀麗な双耳峰の山で早春のトキワイカリソウ、ヤマリソウ、スマレサイシン、ミスミソウ等たくさんのお花に出会えるのを期待します。登山道には梯子や西峰から東峰へは鎖場も有り慎重さが必要です。山頂からは若狭湾、日本海の眺望も素晴らしいです。

日 ち	4月4日(月曜日)
集 合	京都駅 山陰線30番線ホーム入口
往 路	京都駅発 7:32=特急きのさき1号=8:38 綾部駅 8:45 =タクシー=9:25 松尾寺
コ ー ス	松尾寺 9:45~11:40 西峰~12:50 東峰~15:50 高野登山口 行動時間 約6時間
復 路	高野登山口 16:00=タクシー=16:50 綾部駅 16:59=はしだて6号=18:08 京都駅 又は 17:08=19:04 京都駅 又は 17:59=特急きのさき20号=19:09 京都駅
持 ち 物	日帰り装備
地 図	青葉山・東舞鶴 (25,000円) スマホアプリ (ヤママップ)
費 用	JR乗車券往復¥4660+タクシー代¥3500=¥8160 (ダイヤ改正やタクシー料金に変更になる可能性が有り)
募集人数	9名 (CL, SL 込み)
申し込み	3月28日(月) 17:00~ CL 永田まで ライン、SMS、パソコン ysnagata@ybb.ne.jp

C L 永田芳江 090-4038-9639

S L 岡庭美恵子 080-5703-8641

解散後連絡先 岡庭美恵子さん

あちこちポンポン山周辺

空谷橋～ポンポン山～天王山

空谷橋から道なき道をいき、東海自然歩道にでます。あとは一般道でポンポン山、釈迦岳、京青の森から柳谷を経て天王山に下山します。

日 時	2022年4月5日(火)
集 合	7時40分 JR高槻駅北側高槻市営バス乗り場 7時53分発乗車
コース	JR高槻駅北バス停→バス停空谷橋→空谷の南側の尾根→P570→東海自然歩道→ポンポン山*→釈迦岳→京青の森→柳谷第二駐車場→天王山→JR山崎駅 解散 *ポンポン山到着が遅れたとき、善峰方面、長岡方面に出る。
持ち物	日帰り一般装備 弁当 コロナ感染予防グッズ
申し込み	SLまで

CL 林ただし 090-6986-4392

SL 小西弥生 090-2380-4687

SL 和泉奈緒美 090-7490-4183

解散後連絡先 岡庭さん

7月例会（健脚）

雨天順延

朝日岳 2418m・雪倉岳 2611m・（白馬岳 2932m）

昨年 蓮華温泉から眺めて、憧れをもって見ていた朝日岳・雪倉岳に行きたいと思います。様子を見て、白馬岳ピストンも視野に入れて。北アルプスの一番北にある山域で 山深いので登山者は少ないようです。たくさんの花や、雷鳥に出会えるとよいですね。長い距離・時間を歩きますので、ゆっくり歩きますが、健脚にさせていただきました。

日時 2022年7月25日（月）～28日（木）予備日29日（金）

山域 朝日岳・雪倉岳・（白馬岳）グレーディング体力6、技術C

日程

25日（月） 京都駅 9:09 サンダーバード9号⑩—金沢駅 11:57 はくたか562号⑭—糸魚川 13:55 糸魚川バス—蓮華温泉泊

26日（火） 蓮華温泉—五輪尾根—朝日岳—朝日小屋泊

歩行時間8時間

27日（水） 朝日小屋—雪倉岳—白馬岳—白馬山荘泊

歩行時間8時間

又は 三国塚—白馬大池—白馬大池山荘泊 歩行時間9時間

28日（木） 白馬山荘又は白馬大池山荘—蓮華温泉 歩行時間6時間

蓮華温泉 15:45 バス—糸魚川 17:31 はくたか569号⑫—金沢 18:42 サンダーバード44号—京都駅 20:54 解散

（蓮華温泉バス 12:10—糸魚川 14:29 - 金沢 16:00—京都 18:09）

CL 山下美喜子 090-2100-4084

SL 加藤ゆり 090-5659-0625

野村輝行 090-6673-6018

予算 宿泊代 12000円×3泊 バス 1790円×2 JR10000円×2

申し込み 3月3日～10日 小屋の申し込みはコロナ禍の下、確実な人数で予約したいので早めの募集です。

5名募集

留守本部 馬場重明さん

7月例会案内（健脚）

北岳～塩見岳

北岳の登りは結構きついです、登ってしまえば、3000mの爽快な稜線歩きが、待ってます。山小屋の予約が、殺到しそうですので、早めに人数を、確定したいと思います。

日 時 2021年7月27日(水)～31日(日) (車中1泊+3泊5日)

日 程

(1・2日目) 京都駅八条口 23:03 発(高速バス)→甲府駅南口 6:52

→8:48 広河原～白根御池～肩の小屋(泊) コースタイム5時間55分

(3日目) 肩の小屋～北岳頂上～間ノ岳～熊ノ平小屋(泊)

コースタイム4時間40分

(4日目) 熊ノ平小屋～塩見岳～塩見小屋(泊) コースタイム6時間35分

(5日目) 塩見小屋～三伏峠～鳥倉登山口 14:25(バス)→JR伊那大島

→飯田駅(高速バス)→名古屋 20:02 発(新幹線)→

20:54JR京都着

コースタイム5時間20分

費用：約¥60,000(交通費・宿泊費)

持ち物：日帰り一般装備、ヘルメット、

地 図：山と高原地図「北岳」

参加者：CL, SL 含め6人。3月14日 AM8:30 からCLに申込んで下さい。

CL 田村 太二

携帯 090-2108-6099

Eメール kitto@nike.eonet.ne.jp

SL 操谷 俊之

携帯 090-1916-1452

留守本部 未定

8月例会案内（健脚）

大雪山系旭岳～黒岳

大雪山と言えば、北海道を代表する山ですが、その最高峰旭岳から黒岳を縦走します。大阪から旭川の直行便が、8月ひと月ということと、前回、ロープウェイが、強風で動かなくなった為、旭岳温泉に2泊した事を考慮して日程を決めました、ご参加ください。

日 時 2022年8月26日(金)～29日(月) (3泊4日)

日 程

(1日目) 伊丹空港7:15発→9:10旭川空港バス→旭岳温泉(泊)

(2日目) 旭岳温泉(ロープウェイ)→姿見～旭岳～間宮岳～北海岳
～桂月岳～黒岳～7合目(リフト)→5合目(ロープウェイ)
→層雲峡温泉(泊) コースタイム6時間50分

(3日目) 層雲峡散策(泊)

(4日目) 層雲峡(バス)→旭川空港9:45発→11:45伊丹空港(解散)

費用：約¥65,000(交通費・宿泊費)

持ち物：日帰り一般装備、温泉グッズ、

地図：山と高原地図「大雪山」

参加者：CL, SL 含め6人。3月1日AM8:30以降CLに申し込んで下さい。

CL 田村 太二 携帯 090-2108-6099

Eメール kitto@nike.eonet.ne.jp

SL 参加者から

留守本部 未定

ジャンル 超楽	山 行 報 告			西山ハイキングクラブ
行き先	石切りさん			
日 時	2022年1月21日(金)	天 気	曇り・晴れ 一時雪	
リーダー	山下美喜子	サブリーダー	山下光子	
<p><参加者> 会員（女性8名） 会友（女性 1名） 池澤晶子 加藤ゆり 北村初恵 久貝浩子 小林富子 田口博子 森淑子 山下美喜子 山下光子</p>				
<p><コースタイム> アクセス 近鉄京都駅10:01＝大和西大寺10:56＝石切11:12 コース 石切駅11:15―大仏―石切り参道商店街・昼食11:30～ 12:10剣や神社―ピストン―石切駅 14:00解散</p>				
<p><リーダー報告></p> <ul style="list-style-type: none"> * 朝から雪が降り うっすらと積もった家周り。雪でキャンセル1名。また前日までに 感染対策でキャンセルされた方もいた。電車に乗り、京都駅に近づくにつれ、雪景色となり、8～10センチほど積もっていた。8名の方は雪に負けず、元気に集合されており嬉しくあり、ほっとした。 * 石切りは全く雪がなく 安心して歩くことが出来た。日本3番目という大きな大仏の前を通り、石切りさんの参道商店街を楽しみながらすすむ。鳥居前の鈴屋で昼食にうどん定食をいただく。 * 石切剣や神社に参拝する。大きな古いクスノキが見事であった。また、こよりを持ってお百度を踏み、願掛けしている方が大勢いた。山門のあうん像が神話初期の人物でめずらしかった。神社の成り立ちや神話の説明板はなかった。（パンフレットがあるか聞くべきであった） * 参道には、占い所がいくつもあり、受けている方もみかけた。商店街は石切り油げ、石切りせんべい、ヨモギ団子、杵つきモチ、などなど 興味深いものがたくさんあって、お土産を買った。うどん屋・蕎麦屋など食べ処も多く、皆で、おやつに明石焼きをいただき解散した。 * ヒヤリハットなし <p style="text-align: right;">記入者:山下美喜子</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	1月の天王山			
日時	2022年1月21日(金)	天気	晴れ・曇り・雪	
リーダー	谷口信子	サブリーダー	深田雅子	
<p><参加者> 4名 (男性1名 女性3名) 上脇和子 谷口信子 深田雅子 安井昇太</p>				
<p><コースタイム> JR山崎 9:31—椎尾神社 9:54—展望台 10:39—サントリー山 11:17— 天王山頂上 11:35(昼食)12:05—柳谷分岐 12:32—小倉神社 13:08 解散</p>				
<p><リーダー報告> *参加申込者は7名でしたが、京都市内は5年ぶりの10cm以上の積雪によりキャンセルが5名になりました。 天王山は京都市内ほどの積雪はなく雪の心配はありませんでした。 ただ、下りの階段は雪が少し残っていたので、より慎重に下りました。</p> <p>*椎尾神社から登り名神高速道路トンネル辺りに、タラヨウの木があります。 タラヨウの葉は、「葉書」になることを西山 HC の先輩の方に、教えてもらったことを記憶しています。</p> <p>*初めてリーダーをさせてもらったのですが、らくらくは、もう少しゆっくり歩く。先頭は、時々振り向き皆さんの様子を見ることと、アドバイスしてもらいました。 皆さんの協力と指導で、無事、歩くことができました。 ありがとうございました。</p> <p>*ヒヤリハットなし</p> <p style="text-align: right;">記入者:谷口信子</p>				

ジャンル 雪	山行報告 西山ハイキングクラブ		
行き先	比良 おとしの「お椀」の周囲		
日時	2022年1月22日(土)	天気	晴れ時々曇り
リーダー	林ただし	サブリーダー	井上美智子
<p><参加者> 5名 (男性1名 女性4名) 井上美智子 木地弘恵 林ただし 山口礼子 吉谷由美子</p>			
<p><コースタイム> JR 京都駅7:23発→8:15着 JR 北小松駅 体操 8:30発～9:00楊梅の滝～涼峠～お椀の淵(ラッセル)～おとし出会いから20分 11:45昼食～涼峠～楊梅の滝～JR 北小松駅14:45 解散 15:25発新快速→京都</p>			
<p><リーダー報告></p> <ul style="list-style-type: none"> ○今年には雪が多いようだ。前日まで雪が降りたつぷり積もっていたので、楊梅の滝からスノーシューを履いた。 ○涼峠までは往来する人があり(多くはアイゼン装着)、その踏み跡を辿ったため、比較的歩きやすかった。岩のところは雪がはげていてすべりやすかった。積雪はそれほど深くないのかもしれない。 ○涼峠からは雪面をラッセルしながら辿った。だれも歩いていない雪の上をそりそりと行く。平面のラッセルはなぜか楽しい。 ○川を3回渡渉。赤いテープは貼ってあるものの、雪景色で夏とは様変わり。雪庇があつたり、土手が雪で盛り上がっていたり。どう渡ればよいのかわからず尻込みしてしまった。特に冷たい川にはまって靴の中がぬれたらどうしようという恐れがあつた。そういう時リーダーが後ろから出てきて、ブルドーザーみたいに土手を削ったり段々を作ったり、流石だなと感心した。その他に傾斜のきつい所では斜面を上に登りながら膝を使って雪を固めて道を作るやりかたを伝授。頼もしいリーダーだった。 ○ラッセルは遅々として距離が稼げず、昼前になったので風のないところで昼食。昼食後は計画を変更して帰路に付いた。当初の計画は寒風峠に行くまでの所で東に入ってお椀の淵を進めピストンするという案。しかし地図にない小さな川がいくつも出来ていて、先の困惑を何回もしなくてはいけないのかと思うと引き返したくなった。(約1名前進したい希望はあつたが) ○帰りはラッセルした距離が短いのに驚く。あれよあれよという間に楊梅の滝まで戻った。歩いた距離は短いのに雪道はなぜかとても体が疲れた。 ○ヒヤリハットなし。 <p style="text-align: right;">記入者:井上美智子&林ただし</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②④		
日 時	2022年1月22日(土)	天気	晴
C L	馬場重明	S L	峯尾靖子
≪参加者≫ 8人 (男性2人、女性6人) ※敬称略 旭 眞、猪倉美佐子、和泉奈緒美、北川真理、久保まさ子、馬場重明、 峯尾靖子、横山共栄			
≪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≫ ◆オミクロン株によるコロナ陽性者急増で関西圏でもまん延防止措置が 決まった中なので、登るとき以外は必ずマスクを付ける、ホールドやロ ープに触れた時は必ず手指を消毒するなど、徹底した感染防止対策をと ることを申し合わせた。また、登る前のクライマー・ビレイヤーの相互 チェック、声かけなど安全確認を徹底することも確認した。 ◆それぞれの課題・目標にむかってとりくんだ。年齢に負けず、少しづ つだが進歩しているのがうれしい。クライミングをはじめて間もないお 二人が積極的にトライ。何回も終了点 (てっぺん) まで到達したのでベ テランのみなさんもびっくり。コツをつかみつつあるようです。 ◆申し込み時は体育館の人数制限 (9人) いっぱいだったが、キャンセル があり、一般市民も来なかったので貸し切り状態で楽しむことができた。 ◆終了間際に、吹田クライミングクラブの教室でお世話になったカコさ さん (同クラブ元副会長) が顔を見せてくれた。旧交を温めるだけでなく、 新人のみなさんに、足の運びやムーブ (体の動かし方)、壁面に体を寄せ ることの重要性など、丁寧に教えていただいた。教室卒業生にとっての 「先生」だが、時間がとれれば時々「みんなの先生」で激励に来ていた だければありがたい。ヒヤリハットなし。 <報告：馬場重明>			

ジャンル 一般	山行報告 西山ハイキングクラブ		
行き先	比叡山・雲母坂(比叡山山道)		
日時	2022年1月23日(日)	天気	曇りのち小雨
リーダー	中村好夫	サブリーダー	北川真理 小嶋乃婦絵 深田雅子
<p><参加者> 20名(男性7名 女性13名) 石田諒子 和泉奈緒美 五十棲節子 北川真理 北村初恵 木下裕子 小嶋乃婦絵 小西弥生 高垣真二 高田江理 中村好夫 永本芳江 西尾久枝 野田寿宏 林導 藤本真弓 安井昇太 安井芳男 山本恵俊 横山共栄</p>			
<p><コースタイム> 叡電出町柳駅(9:00発)⇒修学院駅(9:07着、9:10出発)～砂防ダム公園(9:30、体操、9:50)～水飲対陣跡碑(10:30)～東山トレイル No72(11:00)～千種忠顕卿戦死之地碑(11:30、アイゼン装着)～ケーブル比叡駅(12:00)～スキー場跡～大展望台(12:20、昼食、13:30)～東塔(13:50、ケーブル組あり)～本坂～法然堂～覚運廟(14:15)～日吉大社(15:45)解散</p>			
<p><リーダー報告></p> <ol style="list-style-type: none"> この間、大雪が降ったので、積雪はある程度残っていると予想。だが、雲母坂は登山者も多く、雪は踏み固められていると見通し、軽アイゼンが装備として適当と判断した。見込み通りであった。 昼過ぎから雨が降るとの予報だったが、降り出したのは、3時前からであった。雨が降り出したので、当初の予定は大谷林道へ下る予定であったが、時間的に短縮できる本坂を下った。 参加申し込みが多く、2班に分けた。先行班と後続班の間が開き過ぎた。このため、いくつもの分岐があるケーブル比叡手前で、後続班が予定コースを外してしまった。この最大の原因は、リーダーがどの登山道を使うかをしっかり打合せをしなかったこと(この道にくるだろうとの思い込み)にあった。反省点である。合流できよかった。 参加者が2度、倒れることがあった。原因は不明である。医者を受診することをすすめた。 トラブル等あったが、電話でのやり取りなど行い、合流して下山した。なお、坂本ケーブルでの下山は6名であった。 乙訓山の会のみなさんと出会った。砂防ダム付近では、京大アメフト部がトレーニングをしていた。ケーブル比叡駅で写真を撮り、コスタリカ人の女性に撮ってもらった。コスタリカには軍隊はなく「素晴らしい国」という笑顔でこたえてくれました。 <p style="text-align: right;">記入者:中村好夫</p>			

ジャンル 一般	山行報告			西山ハイキングクラブ
行き先	扶桑尾根			
日時	2022年1月23日(日)	天気	曇り下山後雨	
リーダー	猪倉美佐子	サブリーダー	猪倉清	
<p><参加者> 6名(男性2名 女性4名) 猪倉清 猪倉美佐子 能登恵美子 馬場重明 福田設子 山下美喜子</p>				
<p><コースタイム> 京都バス出町柳発 7:50—扶桑橋着 8:38—尾根取付き スノーシュー、ワカン装着 9:13—林道出合い 9:30—林道終点 9:45— p.555(10:20~10:30)—p.670(11:00~11:10)—p.723(11:45~12:15 昼食) —鉄塔 12:35—百井峠(12:40~12:50)—引返す—鉄塔 12:55—p.670(13:20~13:27)—p.555(13:53)—尾根取付き下山口 14:43—扶桑橋発 14:54—鞍馬温泉着 15:11—京都バス発 15:31—国際会館 16:00 解散</p>				
<p><リーダー報告></p> <p>* 扶桑尾根の取り付きは標高が300m位なので積雪はないかと思って いたが2~3日前にドカ雪が降り当日は鞍馬あたりから積雪が見られ、 扶桑橋ではいきなり膝辺りまであったのでスノーシュー、ワカンをつけた</p> <p>* 前日に参加者にワカンかスノーシュー持参、アイゼン不要の連絡を入 れた。C.Lはワカン、S.Lはスノーシュー、参加者はそれぞれ2名ずつ</p> <p>* 雪質が良く、気持ちよく歩けた。600m辺りから順番に先頭を替わった。 誰も歩いていない雪の上を歩くのは気持ちがいい。時々特徴のある鹿 の足跡が雪の上に見られた。</p> <p>* 前日に馬場さんから「京都バス花脊峠発 15時8分は3月15日まで 冬季運休」の連絡をいただいたので、急遽百井峠までのピストンに変 更した。(コース変更有は機関誌に案内してあったが確認を怠り反省)</p> <p>* 登りは3時間かかったが下りは2時間、雨が降り出す前に下山出来た</p> <p>* スノーシュー、ワカンに不具合は無かったがストックのワッカが外れた人 がいた。S.Lがテーピングテープを巻きつけ補強、ワカンで快適に下ら れた。雪の斜面をうまく下れたので、ワカン歩きに自信が付いたと話さ れていた。</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 一般	山行報告 西山ハイキングクラブ		
行き先	蓬莱山・打見山		
日時	2022年1月24日(月)	天気	曇り時々晴れ
リーダー	草場眞知子	サブリーダー	峯尾靖子
<p><参加者> 12名 (男性2名 女性10名) 旭眞 池澤晶子 井上美智子 鹿島和子 片山富子 木下敦子 草場眞知子 谷口信子 野村輝行 峯尾靖子 山下美喜子 吉谷由美子</p>			
<p><コースタイム> 京都駅(7:23 発)→志賀駅(8:06)→江若バス(8:15 発)→ Gondola山麓駅→ Gondola山頂駅(9:00)→トイレ・準備(9:30)→打見山に向かう→荒天のため 引き返す(10:20)→休息・食事→Gondola山頂駅(11:00 発)→Gondola山麓駅 (解散)</p>			
<p><リーダー報告></p> <ul style="list-style-type: none"> ・上高地・乗鞍の例会はコロナで中止になったが自由参加で実施した。 ・天気予報では曇りのち晴れのまずまずの天気だったので、雪はたっぷりあり快適な雪山体験ができるかと期待していたが、天気の回復が遅くGondola山麓駅で山頂は強風でGondolaが止まる可能性があると言われた。 ・Gondolaが止まれば志賀駅までのバスも連動して運休になるとのことで、山頂へ行くことに不安はあったが、とりあえずGondolaに乗った。 ・ゲレンデから離れた所へ行くとGondolaストップの知らせが分からなくなるので、ゲレンデの横を通って打見山山頂に向かった。 ・歩き始めると不安が的中し、風が一段ときつくなり視界も悪くこのまま山行を続けるのは困難と判断して途中で引き返した。 ・朝も早かったので休憩所で早めの昼食を摂った。 ・状況が好転することはないと判断して11:00のGondolaで下山した。 ・私たちが下山した後、強風のためGondolaが運休になり、最終のバスに乗れたことは幸運だった。 ・山の天気は晴れ・雨だけで判断してはいけないと聞いてはいたが、まさにこの日のことであると痛感した。 特にGondolaを使うこのルートは気を付けないといけない。 事前にGondola山麓駅に電話で情報を尋ねるなどの対処が必要である。 ・ヒヤリハットなし。 <p style="text-align: right;">記入者:草場眞知子</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	天王山(小倉神社・桜の広場公園各コース)			
日 時	2022年1月25日 27日 (火)木)	天 気	晴れ	
	2月1・3・8・10・15・17日			
リーダー	能登恵美子 吉田京子	サブリーダー	各受付 下山担当	
<p><参加者> 1度でも参加された方(受付、下山担当した方○)</p> <p>○池澤晶子 ○猪倉美佐子 伊西貞子 ○五十棲節子 井上美智子 植村節子 ○太田澄江 ○北千恵子 ○木下敦子 ○草場克彦 草場眞知子 久保まさ子 桑原長治 高垣真二 ○田中義子 永田芳江 ○永本芳江 夏原典子 ○西尾久枝 能登恵美子 則包公子 野村輝行 林謙佐郎 春豊子 安井芳男 山崎富美江 ○山下美喜子 ○横山共栄 吉谷由美子 吉田京子</p> <p>1月25日10名 27日10名 2月1日9名 3日9名 8日12名 10日7名 15日10名 17日9名 男性6名 女性24名</p>				
<p><コースタイム></p> <p>小倉神社コース(分岐テーブル迄往復)往復役1時間 桜の広場公園コース(山頂往復)往復約1時間</p>				
<p><リーダー報告></p> <p>○ 小倉神社近くの保育所は、オミクロン感染拡大の為か閉所のようでした。</p> <p>○ 2月も新メンバー参加有り、継続して共にトレーニングに励みましょう。</p> <p>○ 17日銃による獣捕獲作業が有り、ハイキング道以外は侵入しないように登山口で案内があった。道中4連発の銃弾発砲音を耳にした。</p> <p>○ 寒い中皆さんに、受付下山当番引き受けて頂き感謝です、引き続きよろしく願いいたします。</p> <p>○ ヒヤリハットなし</p> <p style="text-align: right;">記入者:能登恵美子</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	深草トレイル・稲荷山自然探索コース		
日時	2022年1月29日(土)	天気	晴
リーダー	松宮秀隆	サブリーダー	操谷俊之

<参加者> 8名 (男性2名 女性6名)

北千恵子 操谷俊之 島田江里子 鈴木純子 夏原典子

松宮秀隆 山下美喜子 和田喜美子

<コースタイム> JR 稲荷駅 10:00……10:05 伏見稲荷大社……10:25
三ツ辻……10:50 四ツ辻茶屋にしむら亭(昼食)11:30……12:17 稲荷山
……12:40 白菊の滝……13:15 京都工学院高校……13:25 深草十二帝
陵……13:50 石峰寺……14:10 ぬりこべ地蔵……14:15JR 稲荷駅(解散)

<リーダー報告>

コロナ禍以前はこの界限外国人でいっぱいだったそうだがこの日は観光客も思ったほどでなく歩きよいコースだった。千本鳥居中ほどの四ツ辻茶屋『にしむら亭』も予約をしておいたので8名ゆっくり座れた。料理も鍋焼きうどんやきつねうどん、稲荷寿司、と純和風。

味も値段も良心的。天気もよし、お腹も満足！食後は深草トレイルへ。ところがCL 出発直後に道を間違え！SL から注意されて正規の道へ。こんなコースで道間違いとはとんでもない！ 記入者:松宮秀隆

① ぬりこめ地蔵

歯痛を治す地蔵として信仰されている。

② 石峰寺

伊藤若冲の墓所
五百羅漢の石仏

③ 十二帝陵

13世紀頃の十二の天皇を納骨



ジャンル 一般	山行報告 西山ハイキングクラブ		
行き先	天王山シゲ池路整備		
日時	2022年1月29日(土)	天気	曇り
リーダー	中村好夫	サブリーダー	横井重信
<p><参加者> 13名 (男性4名 女性9名) 猪倉清 五十棲節子 太田純江 加藤ゆり 北村初恵 公森満子 中村好夫 能登恵美子 林謙佐郎 日野加代子 横井重信 吉谷由美子 吉田京子</p>			
<p><コースタイム> 小倉神社駐車場(9:00集合、コースと作業の説明、出発)～シゲ池道整備地(9:30)作業開始～作業終了(12:30)解散 小倉神社13:00着</p>			
<p><リーダー報告></p> <ol style="list-style-type: none"> 1 多数のみなさんが参加していただき感謝です。上田和美さんも山歩きの中で、作業に参加いただきました。 2 登山者のみなさんからは「ありがとう」と声をかけていただきました。 3 大きな木ばかりで作業は大変でしたが、女性パワーで目的の倒木は整理することができました。 4 整理した倒木の切り口には「2022, 1, 29西山 HC」と書いておきました。お疲れ様でした。ヒヤリハットなし 			
			
			
<p>記入者: 中村好夫</p>			

ジャンル 雪山	山行報告 西山ハイキングクラブ		
行き先	権現山～蓬莱山～打見山		
日時	2022年1月29日(土)	天気	曇り時々晴れ
リーダー	久世谷登志子	サブリーダー	鹿島和子
<p><参加者> 8名 (男性1名 女性7名) 鹿島和子 片山富子 木下敦子 久世谷登志子 西尾久枝 林正 村上美枝子 横山共栄</p>			
<p><コースタイム> JR 京都駅7:23→7:54JR 堅田(タクシー)8:40 平～8:50 登山口9:05～ 10:05アラキ峠～11:10 権現山～(昼食 12:05～12:35)～13:20 小女郎峠 ～14:10 蓬莱山～14:35 打見山 14:50(ゴンドラ) 15:00さんろく駅 15:05(タ クシー) 15:10JR 志賀駅(解散)15:23 発</p>			
<p><リーダー報告></p> <ul style="list-style-type: none"> ・天候は曇り気味の晴れで、風もほとんどなく、見晴らしはとても良かった。眼下の琵琶湖にはやはり目を見張る。 ・平から積雪があったが、少し滑りながら登山口まで歩き、体操等準備をして器具を装着した。事前に着脱の確認をされていた様でスムーズに行えた。スノーシュー(5)、ワカン(3)だった。 <p>昨年は権現山までの尾根道は倒木が多く、歩きにくかったが、今回はだいぶ整備されていた様に思う。稜線は殆ど風がなく、ゆったりとたっぷりの雪を楽しむことができた。エビの尻尾もところどころ見られた。風は殆どないとは言え、稜線での昼食はやはり寒く縮み上がった。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゴンドラ料金がどんどん値上がりする。(片道1900円、去年は1600円だった。) ・蓬莱山を過ぎたあたりで、靴の靴底が剥がれた人がいた。林さんに靴紐で手当てして貰った。 <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 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 光明寺から梅林(野山)		
日時	2022年2月2日(水)	天気	晴れ
リーダー	春豊子	サブリーダー	古塩幸子 北千恵子
<p><参加者> 9名(男性1名 女性8名) 笠原智明 北千恵子 木下敦子 久貝浩子 古塩幸子 谷口信子 夏原典子 春豊子 山下美喜子</p>			
<p><コースタイム> 光明寺駐車場 10:00 集合(・説明、名前記入) ~ 梅林 ~ 光明寺駐車場 12:00・解散</p>			
<p><リーダー報告></p> <ol style="list-style-type: none"> 1, 立春直前の寒い日ではあったが、日差しがあり、トレーニング日和だった。 2, 参加者は名前を記入してそれぞれ梅林に向かった。 3, 歩く速度は自由だが、12時までに戻り、下山チェックしてから帰ってもらった。 4, 初めてで不安だったが皆さんの顔を見て、うれしくなった。 コロナ過ではありますが、無理なくトレーニングをして体力を落とさないようにしたいものです。 <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 らくらく	山行報告			西山ハイキングクラブ
行き先	西野山・稲荷山(京都周辺低山)			
日時	2022年2月9日(水)	天気	晴れ	
リーダー	中村好夫	サブリーダー	田中義子 藤本真弓	
<p><参加者> 14名(男性3名 女性11名)</p> <p>池澤晶子 今村富久美 片山富子 北千恵子 北村初恵 木下敦子 木下裕子 公森満子 田中義子 中村好夫 西尾久枝 藤本真弓 安井芳男 山本恵俊</p>				
<p><コースタイム></p> <p>JR 東福寺駅京阪東改札口(10:00集合・出発)～東福寺～仲恭(ちゅうきょう)天皇陵(10:20、体操、10:30)～東山トレイル No. 4～清滝勤番所・レスキュー68標柱(10:50)～レスキュー16標柱～西野山三角点(11:30、昼食、12:05)～稲荷山分岐～稲荷青木ヶ滝(12:30)～深草トレイル～弘法の滝裏側～伏見神寶神社(12:45)～稲荷大社(13:00)解散</p>				
<p><リーダー報告></p> <ol style="list-style-type: none"> 1 風もなく穏やかな晴れの日でした。 2 コロナのオミクロン株の流行で、実施か迷ったが、ほとんどハイカーの入らないコースであることと、人が多い稲荷山の山頂を避けるコースを最終的に選択し、実施しました。集合時間も平日なので通勤時間帯を避けるようにしました。 3 稲荷山はいくつもの分岐と山道があり、何度か分岐で迷いました。 4 体操をした仲恭天皇陵前からは愛宕山、棧敷ヶ岳など雪化粧を少しした京都周辺の山々の展望がよかったです。 5 西野山には、三等三角点がありました。日当たりのよい山頂広場で昼食にしました。2月とは思えないほどのひだまりハイクでした。 6 西野山からの下りは、行場が多くあり、修験者にも出会いました。 7 稲荷大社は、外人客はほとんどなく日本人の参拝客も少なかったです。お土産物屋さんも店を閉めているところが半数ありました。早くコロナが終息してほしいものです。 8 ヒヤリハットなし。 <p style="text-align: right;">記入者:中村好夫</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	はじめてのインドアクライミング 第97回 やまびこ くらぶ		
日時	2022年2月9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><参加者> 8名 (男性2名 女性6名) 旭真 猪倉美佐子 木地弘恵 北川真理 小原清志 馬場重明 横山共栄 (乙訓山の会)永石睦子</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> *先日来の寒波が一段落して今日は青空が広がり風もなく、インドアには勿体ないような穏やかな日になった。 やまびこの2階には大きなストーブが真ん中にあり暖かい。 *吹田目俵体育館で明日夜にビレイの検定があり、コロナで未受講だった木地さんが申込まれているので、今日はみんなでビレイの特訓をすることになった。落ちた時の素早いロープさばきの練習も出来た以前は無かった筆記試験も今回はあるそうです。ガンバ! *クライミングウォール(壁)は毎年5月に新しく変わる。 せっかく慣れてきたのに、あと2ヶ月余りでまたホールドチェンジ。 心置きなく登っておきたいが……。 *今日は暖かい割には皆さん体の動きが悪く、手こずっていた。 持ち越した課題は次回にトライしましょう。 *使ったロープとカラビナの点検、ストーブの消火、床をチョークで汚さない。等々気をつけて使いましょう。 *ヒヤリハットなし。</p>			
			記入者:猪倉美佐子
			

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	太閤道から尺代		
日時	2022年2月12日(土)	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> 16名 (男性 5名、女性 11名) 安達正明 猪倉清 猪倉美佐子 鹿島和子 加藤ゆり 上脇和子 北千恵子 草場眞知子 島田江里子 中村好夫 永田芳江 夏原典子 林謙佐郎 山下美喜子 山本恵俊 吉田京子</p>			
<p><コースタイム> JR 島本駅 9:00—9:10 島本尾根入口(墓横広場で体操)9:25—9:40 鉄塔 9:45—太閤道出会 10:12—10:35 展望所 10:30—四辻 10:35—若山神社 11:18—釈恩寺跡 11:45~12:15(昼食)—P.340(13:15~13:30)—13:45 やまもも大木 13:55—14:25 諏訪神社 14:35—尺代あまご・マス漁場 14:42—若山台住宅前 15:00 解散(若山台センターバス 15:11 乗車)</p>			
<p><リーダー報告></p> <p>*1週間前の例会賤ヶ岳は大雪警報で中止になったが、今日は春のような天気で登り始めると皆さん着込んだ上着を1枚ずつ脱いでいた。誰かが「朝と服の色を同じにしといて、色が変わると誰かわからへん」と。なるほど、16人もいるとマスクをして帽子をかぶり服をぬいでいくと誰かわからなくなる。</p> <p>*島本尾根下部は落葉が積もって道を隠し、滑りやすかったが、鉄塔付近からは雪をかぶった比良や、鈴鹿方面も良く見えた。</p> <p>*2020.12.6の例会でP.340の木につけてきたプレートが落ちていたのでS.Lが木に取り付けてくれた。だいぶ痛んでいた。</p> <p>*P.340は尺代集落から眺めると緩やかに見えるが急登、急坂もあり、頂上付近は倒木が多く、くぐったりまたいだり……。帰り道である女性から「おもしろかったわあ。」と声をかけてもらった。たのもしい。</p> <p>*あまご漁場では水無瀬川で釣りをする家族ずれがのどかな冬の晴れ間を楽しんでいた。</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 一般	山行報告 西山ハイキングクラブ		
行き先	線路を辿って愛宕山頂駅		
日時	2022年2月12日(土)	天気	晴れ
リーダー	木地弘恵	サブリーダー	福田設子
<p><参加者> 9名 (男性1名 女性8名) 井上美智子 木地弘恵 北村初恵 木下敦子 久世谷登志子 谷口信子 福田設子 安井昇太 吉谷由美子</p>			
<p><コースタイム> 清滝 9:05～大杉谷入口 9:25～ジープ道 10:00～山頂駅 11:25～ 水尾分かれ小屋 12:40～つつじ尾根分岐 12:50～JR 保津峡解散 14:30</p>			
<p><リーダー報告></p> <ol style="list-style-type: none"> ① バスの土曜ダイヤを失念しており、集合してから長く待たせてしまった。 (3人残して他のメンバーを先にバスで行かせ、残りはタクシーで行くこともできたと後で気づいた。) ② 雪があれば時間がかかるスリルある道も拍子抜けするほど簡単。 ③ 線路跡は谷筋で雪が残っていたがアイゼンを付けるほどでもなく山頂駅舎まで行く。 ④ 昼食時、トンビにパンを盗られた。すごい速さだった。隣だったのに羽音しか確認できなかった。ケガはなかった。 ⑤ 昼休憩終わりごろ、SL が登り返してきて合流できたので SL の昼食のため休憩を延長。 ⑥ 雪の中の山頂駅付近のホテル跡やスケートリンク跡などを散策。 ⑦ 表参道に雪はなく、つつじ尾根までも全く雪がない状態。ぬれ落ち葉などに注意しながら下る。 ⑧ 14:30 には解散でき、冬の例会ではこのくらいの時間がちょうどよい、程よい運動で楽しかったと感想をいただいた。 ⑨ 下見の時のように大雪の時に行けなかったのは残念でした。 ⑩ ヒヤリハットあり。体調不良により1人途中で下山。SL が清滝バス停まで付き添った。 <p style="text-align: right;">記入者:木地弘恵</p>			

ジャンル 雪山	山行報告 西山ハイキングクラブ		
行き先	ナッチョ(天ヶ森)		
日時	2022年2月16日(水)	天気	曇一時晴や小雪
リーダー	猪倉清	サブリーダー	林ただし
<p><参加者> 6名 (男性2名 女性4名) 猪倉清 猪倉美佐子 木地弘恵 林ただし 福田設子 吉谷由美子</p>			
<p><コースタイム></p> <p>小出石 BS(280m) 9:32 → ナッチョ登山口(300m) 10:00 発 → 倒木帯手前(500m)10:35~40 → 標高約 660m 11:13~28 → 百井との分岐(800m)ワカン等装着 11:46~12:00 → ナッチョ山頂(812.5m) 昼食 12:07~46 → 標高約 650m ワカン等外す 13:16~19 → 倒木帯下(500m) 時間調整 13:48~14:00 → 登山口(300m) 時間調整 14:30~50 → 小出石公民館前 15:00 15:22 発の大原行京都バス乗車</p>			
<p><リーダー報告></p> <ul style="list-style-type: none"> ・暖かい日が続いたあとだったので、雪が溶け積雪が少なくバス停から2時間半ほどで山頂に着いた。 この時点でラッセルを想定して計画時は無理だと思っていた小出石15:22 発の大原行バス迄 3 時間半程あり、このバスに乗車することにした。バス時間にあわせて時間調整しながら下山した。 ・標高 650m あたりから積雪があるも融雪が再氷化した状態だった。 ・気温は低い、天気は曇天で、時折陽が射したり、時折小雪が舞ったりした。 ・積雪は物足らなかったが、大原まで歩かずに済んで良かった。 ・全員無事で、ヒヤリハットなし <p style="text-align: right;">記入者:猪倉清</p>			

<ジャンル> 教育部	 山行報告			西山H C
行き先	<初歩の雪山教室②実技> 権現山～蓬莱山			
日 時	2022年2月19日(土)	天気	曇り	
C L	馬場重明	S L	安達正明、中村好夫	
<<参加者>> 10人(男性3人女性7人) ※敬称略 安達正明、和泉奈緒美、草場眞知子、小西弥生、島田江里子、 谷口信子、中村好夫、馬場重明、福田設子、山下美喜子				
<<アクセス・コースタイム>> JR堅田駅(改札口集合8:00) /ファミマ前→<タクシー>→8:30 平バス停(ストレッチ) 8:40 発～9:00 権現山登山口(雪山装備装着) 9:15 発～9:42(休憩8分)～10:12 アラキ峠(休憩5分)～10:47(休憩5分)～11:20 権現山(昼食) 11:50 発～12:28 ホッケ山(休憩7分)～13:00(休憩5分)～13:15 小女郎峠～13:58 蓬莱山(休憩7分)～14:20 バードキャッスル(トイレ休憩5分)～14:40 びわ湖バレイロープウェイ山頂駅(解散) 15:00→<ロープウェイ>→15:07 山麓駅/16:02→<バス>→16:13 JR志賀駅 16:24 発→各地へ				
<<リーダー報告>> ◆初歩の雪山教室の第2回目は、1/15の座学につづき実技。当初18人が参加予定だったが、8人が日程上の都合などでキャンセル。うち4人はワクチン接種などコロナ関連だった。早い収束を願いたいものです。 ◆登山口でワカンやスノーシューの装着方法を学びあい、3班編成で行動。雪山の大敵は汗。できるだけ汗をかかないようゆっくり登ること、前の人のワカンやスノーシューを踏まないよう者間距離をあげること、装着した自分のワカンやスノーシューを踏まない、引っかかない歩き方などを学んだ。はじめての人も慣れるにつれ歩きがしっくりしてきた。 ◆この間の積雪で雪は多かったが、おおむねトレースがついており、比較的歩きやすい。順番に先頭を歩き、場所によってはラッセルを経験した人もいた。キツイ登りをがんばり、アラキ峠を越えて権現山に至ると、眼下に琵琶湖が広がり、遠くには雪を頂いた伊吹山や霊仙山が美しい姿を見せ、歓声が上がった。昼食後は大展望の中の稜線歩きを楽しんだ。 ◆気圧の谷の接近で天気が崩れるとの予報だったが、雨・雪は午後3時頃からとのことで実施した。ロープウェイ駅に着いたとたん雪が降り出し、下界は雨だった。時刻表を見間違え、乗車予定のバスがなかった。タクシーも来るまで時間がかかるのであきらめ、40分も早くやってきたバスが臨時便だと思ったら定時運行バスで、結局1時間近くバス停で待機せざるを得なかった。ヒヤリハットなし。 <報告：馬場重明>				

ジャンル 一般	山行報告 西山ハイキングクラブ		
行き先	音羽山～高塚山～醍醐寺		
日時	2022年2月19日(土)	天気	曇
リーダー	松宮秀隆	サブリーダー	久世谷登志子
<p><参加者> 会員 12名 (男性 2名 女性 10名) 一般参加女性 1名 五十棲節子 岡庭美恵子 鹿島和子 加藤ゆり 北千恵子 草場克彦 久世谷登志子 公森満子 西尾久枝 藤本真弓 松宮秀隆 村上美枝子 一般参加 吉村悠希</p>			
<p><コースタイム> 京阪電車京津線大谷駅 9:10……9:30 休憩 9:35 ……10:10 休憩 10:15……10:45 音羽山△593.1m10:55……11:30 休憩 11:35……11:45 牛尾観音 12:00……12:10 桜の馬場(昼食) 12:40……13:10 休憩 13:15……13:35 高塚山△485.0m13:45…… 14:48 休憩 14:55……15:05 醍醐寺 15:10……15:32 醍醐駅(解散)</p>			
<p><リーダー報告> 二日前の天気予報では降水確率 60%、CL は実施できるかやきもき SLに相談するも、“天気は変わるかもしれませんが明日考えましょ”と回答。翌日の天気予報はさらに悪化！降水確率 70～90%に！SLに再び相談して“雨が降ったら牛尾山から途中下山するよ”と提案。そして当日全員揃ったところでSLに途中下山もありやでと言え、横から参加者の一人が“雨は 3 時以降ですから大丈夫！”CLは頭に雨予報の気がかりを持ちながら出発。結果、SLはじめ参加者の念力か？登山途中は曇り空ながら雨は降らず。下山した醍醐寺からポツリポツリ。醍醐駅までの市街に入ってから傘をさす。参加者全員“良かったなあ！”と歓喜。 余談ですが、一般参加の吉村悠希さん、年齢 24 歳の医科大学に通う女子学生さん。西山の HP を見て一般参加されてきました。お父さんは洛中労山に参加されているそうで、昨年には本日と全く同じコースをお父さんと歩かれたそうです。そんな飛びつき若い女性が参加していただき今日の山行はなんか華やいだ感じも。 ヒヤリハットなし 記入者：松宮秀隆</p>			

ジャンル 健脚	山行報告 西山ハイキングクラブ		
行き先	武奈ヶ岳		
日時	2022年2月19日(土)	天気	曇り
リーダー	田村太二	サブリーダー	旭眞
<p><参加者> 7名(男性3名 女性4名) 旭眞・木地弘恵・木下裕子・田村太二・安井芳男・横山共栄・吉谷由美子</p>			
<p><コースタイム> 京都駅 7:24→7:54 堅田駅 8:00→8:35 坊村～登山口 9:07～11:37 御殿山 12:08～12:20 夏道分岐(昼食) 12:50～14:42 登山口～14:50 坊村 15:20～15:50 堅田駅解散</p>			
<p><リーダー報告></p> <ul style="list-style-type: none"> ● 同日、雪山教室が同じ山域にあることを見落としとして例会を組んでしまい、果たして何人応募があるか気になったが、7人の申し込みが有り、ほっとした。内心、冬季間はバスが無くタクシー利用になるので、4人、もしくは8人が理想と考えていた。 ● 前の日に堅田では、雪が20センチ位積もったと聞いていたので心配したが、先行者が20人位いて、ラッセルせずに済んだ。 ● 坊村からの登りは急でどうしても初めは息が上がる。セオリー通りゆっくり登りだした。2回の休憩を挟み稜線に出る。しばらくすると、後続がついてこない。頻繁に足を止めて振り返るが、一向に距離が縮まらない。立ち止まっていると寒いのでゆっくりと歩き、御殿山で追いついてもらった。しかし一人不調で、これ以上無理と判断し、引き返すこととしたが、真っ白な西南稜を前に、初めての武奈ヶ岳という人には、気の毒なことをしてしまった。 ● ヒヤリハット: 帰りの稜線からの急な下りで、トレースを消してしまう子供用ソリの滑った跡があり、一人、その上を歩いて横切るのをためらって、深い雪の中に入り込み足を取られ、10m程止まらず、滑り落ちた。雪の中だったので、事なきを得たが、アイゼンを付けて歩くことが、体力の消耗に繋がったのだろうか。何れにせよ、普段から体力増強に心掛けてほしい。 <p style="text-align: right;">記入者: 田村太二</p>			

まち歩き〈伏見みなと〉 1月10日

竹部てらす

(一)

伏見めぐりと言えば酒蔵見学が定番。だがこの〈まち歩き〉にはそれがなく、興味があった。御香宮神社が入っているので、お宮さん参詣をかねて「鳥羽伏見」の戦跡見学ができるだろうと期待した。

この戦さでは、神社境内が**西軍(薩長)**の軍事基地になる。一方の**東軍(幕府軍、会津兵と新選組)**は隣接する伏見奉行所に布陣した。

明治元年正月3日、午後5時頃、幕軍は、奉行所の柵門を押し開いて御香宮へ押し寄せ戦いが始まる。

西軍は大砲3門で砲撃。小銃隊は間断なく射撃する。幕軍は火器が無く、槍と白刃で攻撃するが、西軍の巧みな小銃射撃と砲撃で幕軍は敗退。奉行所は砲撃で焼失する。現地で西軍が布陣した神社と奉行所跡を見る。御香宮は高台のような所にある。奉行所跡からはそのように見受けられる。

西軍は有利な地形を利用できた訳である。両者はほぼ隣接していて、その間に民家があったら(現在ほどでなくても)。そうすると通路がそれぞれあり、長州兵の巧みな小銃射撃が幕軍の進撃が阻止できた。長州軍の小銃隊は前年の対幕府・長州戦争で既に実戦経験があり、その後の戊辰戦争でも戦功をあげている。

新選組は**副長・土方歳三**が指揮をとっていたが、西軍の火砲の効果を経験し、「これからの戦は刀槍でなく鉄砲だ」と悟るが、後の五稜郭戦争で、官軍の銃弾で戦死する。

(二)

現伏見区役所の近くにある**大黒寺**にお参りする。山門を入ると、丸に十字の幔幕が張り渡されている。薩摩藩の紋所である。一瞬、何か場違いな所に迷い込んだのかと思った。境内はほとんど墓地になっていて、その最前列に整然と墓石が並んでる。きちんと名前が刻まれている。**有馬新七**の墓がある。なんと、有名な寺田屋事件で倒れた人々ではないか。

〈寺田屋事件とは何か〉

文久・元治は京都を中心に、全国から**尊王攘夷運動**が最盛期の時代であ

る。しかし、薩摩藩主の実父久光は公武合体、幕政改革を企図。藩兵 1000 余を率いて上京する。(文久 2 年 3 月)久光はかねてより藩論の統一を重んじて、極端な言動を押さえていた。久光の上京出兵を**尊王攘夷派**は、その軍事力を利用して挙兵を画策した。久光はこのような行動は「**浪人軽率の所業**」として最も嫌っていた。直ちに寺田屋に集合している(激派)に再三にわたり使者を遣わして自重を命じたが、指導者の有馬新七は「真の主君は天皇のみであり、したがって藩主の命令はきかなくても不忠ではない」との立場を堅持した。文久 3 年 4 月 23 日夜、久光は鎮使 8 名を寺田屋に派遣するが、「上意」は拒否され、同藩士の斬りあいとなる。

結果、(激派)は有馬をはじめ 9 名が死亡。鎮使側は 1 名死亡、3 名が重傷を受けた。(激派)は指導者を一度に失い、挙兵計画は未遂に終わる。これが、「寺田屋事件」の簡単な顛末である。(激派)残党は国に送還され、謹慎処分に付された。

歴史の皮肉か、送還された人々はその後、明治維新の要人となる。
(例)西郷従道(隆盛の実弟・海軍大臣、法務大臣。大山巖(隆盛の従弟、陸軍元帥、日露戦争、満州総司令官、砲術家)などである。

(三)

船宿・寺田屋は伏見の観光名所になっている。この「寺田屋事件」は一般的でないが、慶応 2 年 1 月下旬に起こった「**寺田屋騒動**」は、有名人坂本龍馬と愛人おりょうさんが登場する。伏見役人の捕り物騒動の現場ですから平日にもかかわらず人気があるのは、薩摩藩士の斬り合いよりはピストルで捕り方を倒す龍馬の脱出が劇的で事実をさらに彩っているからだろう。

(伏見みなど)は幕末伏見の歴史を物語ってくれて勉強になった。お世話になった CL、SL はじめ参加者の皆さんに感謝する次第です。

付記:「**大黒寺**」は、薩摩藩の菩提寺でした。

「**伏見奉行所**」慶長 5 年伏見城代松平忠明が、町奉行を兼務する老中の支配。主な任務は、西国大名の監視、宇治・木津川の船舶の取締り。近江・丹波に対する御触れ書きの伝達など。

与力 10 名、同心 50 名が附属した。

主な参考書:「日本歴史大辞典」「明治維新人名辞典」(ともに吉川弘文館)
石井孝「戊辰戦争論」。佐々木克「戊辰戦争」(中公新書)
井上勝生「幕末維新」(岩波新書)など。

深草トレイル・稲荷山自然探索コース

1月29日 鈴木純子

この辺りはツルニンジンが咲いていた。うん、この辺りはシュウカイドウがいっぱい咲いていた。冬枯れの稲荷山を下りながら思い出していた。KさんIさんに度々計画していただき何度か訪れた稲荷山。今回発見があったのは、赤い千本鳥居の刻まれた各地の府県名だった。岡山県、福岡県、北海道、全国の人々が訪れるところと気付いた。

最近ブームになって教育テレビ、新聞、美術館で紹介されている伊藤若冲が祀られている寺、石峰寺について。少し前に尋ねた黄檗宗満福寺のような中国風の山門をした寺院だった。若冲の墓が祀られ、たくさんの卒塔婆が一族の長い歴史を伝えている。鶏の絵は写真ではなく彼が作り上げた図柄は趣があってそれがいま、人気だ。百羅漢を見ることになり樹林に入るとたしかに、満福寺の高僧の貌をした弟子たち（ユーモアのある貌）が涅槃の釈迦を取り囲んでいた。

ぬりこべ地藏、(民俗学) など交えた楽しいトレイルだった。

4, 5点にも及ぶ全員分の資料、下見、大変な労力をおかけしありがとうございました。朝、6時からの勤務、夜12時ごろまでの勤務、そんな多忙な中、しかももう物忘れも始まる私と同じ年で、いやな顔一つ見せずやり遂げていただいてありがとうございました。北さんは続きをしてほしいな、とリクエストです。



深草トレイル・稲荷山自然探索コース

1月29日 島田江里子

新型コロナの感染拡大で他府県への移動を伴う山行は、介護関係の仕事上自粛していましたが、行ったことのない深草トレイルに惹かれ思い切って参加しました。松宮 CL からトレイルマップ、地図、名所解説の資料をいただき出発。千本鳥居から四ツ辻の茶屋で早めの昼食は、感染対策で二人ずつのテーブルで黙食。そのあと稲荷山山頂を経て深草自然探索コースと歴史探訪コースも周り、十二帝陵を見、石峰寺では伊藤若冲のお墓や五百羅漢の石仏を見て、最後にぬりこべ地蔵へ。子供のころ、歯痛で泣かないようにと、父がお箸を授かってきてくれたお地蔵さんに初めてお参りでき、亡き父を懐かしく思い出しました。近場で盛沢山の内容に大満足でした。楽しい山行をありがとうございました。

比良・権現山～打見山

1月29日〔土〕西尾久枝

昨年1月で雪山は最後だなあと感じていましたが、今年は雪も多く、雪好きの私は身体の調子も何とかよいのでこの例会に参加しました。若い時には冬はスキー、夏は登山をしていたので、今でも特に雪は参加したくなります。とはいえこの年になっては自分との体力勝負です。平からアラキ峠までのきつい上りも登りきることができ、冬晴れの銀世界にワカンで歩を進め、稜線からは展望もよく眼下に琵琶湖が広がり堪能でき大満足でした。

ロープウェイに乗る列にはスキー客も多くマスクしてない人には無料で配布されコロナ対策もされていました。

凸凹の影の眩しき深雪晴

第 36 期 第 3 回運営委員会の報告

日 時：2022 年 2 月 10 日（木）午後 7:00 - 8:30

場 所：西山事務所 2 階

出席者：馬場重明、安達正明、依田敏夫、永柳辰夫、操谷俊之、小西弥生、
高垣真二、田村太二、日野加代子、福田設子、山下美喜子、横井重
信、吉谷由美子 (13 / 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・中村・則座・能登）

第 2 回理事会：2 月 14 日（月）リモート実施

(b) ハイキング委員会（山下、木地）

公開ハイク 4 月 3 日：大文字山 5 月 15 日：ポンポン山
6 月 12 日：比叡山 9 月 11 日：洛南トレイル
10 月 23 日：湖南アルプス

(c) 自然保護委員会（則座）

北陸新幹線署名は引き続き取り組む。

(d) 女性委員会（日野、北）

(e) 教育遭対（能登）

第 15 回初級登山学校を開催します。

(f) 救助隊

積雪期搬出訓練：1 月 30 日（日）→ コロナ禍で中止

(g) 事務局長会議（2/1 依田）

i. 主催者賠償責任保険について

運営委員には追加文書をメールでお知らせしておきました。

「西山」としては加入はしないことを、前期の運営委員会で確認
しました。

ii. 京都連盟総会

協議事項のところを参照

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

オミクロン株による感染拡大にともなって、京都府に1月27日から2月20日まで、「まん延防止等重点処置」が出されていましたが、3月6日まで延長されました。

前期の運営委員会や総会で確認したとおり、感染対策を安全登山の中に位置づけて、これまでと同様に引き続き取り組みを進めていきます。

(b) 連盟総会について

i. 日時・場所：3月6日（日）京都教育文化センター
午後1時30分開会、3時30分閉会予定
リモート参加を基本にする。

ii. 連盟57期の理事の推薦および総会の代議員について
理事には下記の4名を推薦しました。

安達正明、深田雅子、山下美喜子、依田敏夫
代議員は下記の7名です。

永柳辰夫、深田雅子、木地弘恵、操谷俊之、横井重信、
吉谷由美子（以上の6名はリモート参加）
山下美喜子（会場出席）

(c) 各委員会の担当について

連盟総会後の運営委員会（3月）までに確認する。
できる限り引き続き担当する方向で進めています。

(d) 機関誌の巻頭言について

前回の運営委員会で「巻頭言」の見直しの提案がありました。
また、会員からの意見も寄せられました。

5月号までは現行のまま継続することにして、運営委員の意見交換を
しました。

引き続き検討することにします。

(e) 運営委員会の確認事項について

2月1日の山行部会で出されたバスハイクの参加料金についての意

見を踏まえて、全面的に見直すことにして、改定案を次回運営委員会で検討することにします。

(f) 事務所使用について

京都府知事選のため、3月1日（火）から4月10日（日）まで使えません。

i. 3月10日の運営委員会

メールで承認事項のみ確認します。

協議が必要な事項については、4月以降の運営委員会に持ち越す。

ii. 各専門部の定例の会議は、必要なら他の場所を借りるなどして開催します。

iii. 3月24日については、印刷機は使用可能です。ただし、作業スペースはなし。

3. 専門部の取り組み

(a) 山行部

別紙部会報告を参照

(b) 教育部

別紙部会報告を参照

(c) レク部

(d) 機関誌部

部会：1月25日（火） 別紙部会報告を参照

(e) 組織部

6月のクリーンハイクの報告。別紙部会報告を参照

4. 新入会員および退会者

3月1日付けでの下記の方が入会します。

田中 佳代子さん（再入会。1949年生、宇治市）

2月末での退会者は無し。

2022年3月時点での会員状況

会員 129名（家族会員7を含む。男性37、女性92）

会友 20名（男性5、女性15）

5. 連絡事項・その他

(a) 第15回桂川クリーン大作戦

2月27日の予定でしたが、コロナ禍で中止

(b) 全国連盟の予定

第35回総会：2月19日（土）-20日（日）

京都連盟の代議員：坪山、青山郁夫、平尾の3氏

(c) 次回以降の運営委員会

3月10日（木）：第4回運営委員会はメールで確認する方法に変更
運営委員会レジュメは事前に送ります。

4月14日（木）：通常通り午後7:00 - 9:00 西山事務所2階

..... **山行部からのお知らせ**

久世谷登志子

中止になった山行です。

- 1/31～2/2 上高地&乗鞍高原スノーシュー
コロナにおける宿泊所の自粛のため
- 2/6 伊吹山 雪崩による通行止めのため
- 2/2～3 鳥羽・菅島を登る コロナ蔓延防止処置のため
- 4/9 バスハイク・野坂岳 採算がとれないことによる
- 1/27 桂川流域クリーン大作戦 コロナ蔓延防止処置のため
- 2/7 京都御苑・歴史ふれあいの道 //
- 2/1 あちこちポンポン山周辺 //
- 2/12 竜王山・山の辺の道 //
- 4/29 公開バスハイク 青葉山 //
- 2/5 雪・賤ヶ岳 荒天（大雪警報）のため
- 2/18 小泉川散策と絵手紙 参加者なしのため
- 3/2 中山寺・中山最高峰 蔓延防止措置、CLの都合

2月山行部会報告

場所 西山事務所2F 19:00~20:15 司会 鹿島和子 報告者 五十棲節子
出席者 五十棲節子 岡庭美恵子 小原清志 鹿島和子 木下裕子 久世谷登志子
小西弥生 田村太二 永本芳江 峯尾靖子 馬場地重明 依田敏夫
吉谷由美子 (17名中13名)

討議事項

1・ヒヤリハット

2021・12/19 大比叡(比叡山道) 雪道でスリップ

2022・1/10 新春登山・愛宕山(その3) 足攣り

2①2月山行計画会議はコロナ感染拡大の為メールで受け付ける。

来週西山メールでメールで受け付ける事を流す。

②5月特別山行各ジャンルのCL SLが決まる。

5月7日

健脚	CL	田村太二さん	SL	永本芳江さん
一般	CL	吉谷由美子	SL	岡庭美恵子さん
ビスタリー	CL	深田雅子さん	SL	日野加代子さん
らくらく	CL	太田喜代恵さん	SL	未定

5月8日

健脚	CL	馬場重明さん	SL	峯尾靖子さん
一般	CL	久世谷登志子さん	SL	小原清志さん
ビスタリー	CL	鹿島和子さん	SL	五十棲節子さん
らくらく	CL	岡庭美恵子さん	SL	永本芳江さん

3月号に掲載して参加者を募集する。

宿泊に関してテント泊も予定している。募集は10人程度 中村さん木地さんが計画して下さる。

③4月予定のバスハイクは中止 (バスの貸し切り代が高くなる為)

④4月予定の公開バスハイクは中止 (コロナ感染者急増の為)

⑤団体装備医薬品セット見直しについて (別紙参照)

⑥教育部主催初級セミナー

4/24 座学 時間変更 9:00~17:00→13:00~17:30 (会場が午後しか確保できない為)

7/24 の座学の後残りの座学を行う予定

中級教室は窓口を能登さんとする。

第3回教育部会の報告

日 時：2月17日（木）19：00～20：00

場 所 西山事務所

出席者：安達正明 和泉奈緒美 以西貞子 永柳辰夫 北千恵子
木地弘恵 久保まさ子 島田江里子 西尾久枝 能登恵美子
馬場重明 福田設子 堀本信行 (13/18)

- 1 当面の取り組み（案内 注意点などあれば）
 - *2月19日（土）雪山教室実技 比良・権現山～蓬莱山～打見山
ワカン スノーシューで雪山を体験する。
15名参加予定。班分けをメールで連絡済み。
 - *3月5日（土）花山行 セツブンソウ群落（永田 福田）
 - *3月10日（木）天王山ペース登山（和泉 西尾）
 - *3月19日（土）愛宕山ペース登山（永柳 田村）
 - *3月21日（月）初歩の岩山歩き 書写山（池澤 島田 福田）
 - *3月26日（土）愛宕山ペース登山（池澤 森）
 - *3月30日（水）花山行 文珠山（馬場 以西 木地 久保）
 - *4月から始まる3点支持登降実習について（馬場）
- 2 今期の取り組み
 - *初級登山登りセミナー変更事項（馬場）
4月24日（日）座学 バンビオ 9:00～17:00⇒13:00～18:00
午後に予定していた学習を7月24日（日）の予備日に行う
 - *初級教室について
3月12日 13日に予定していたが延期（永柳）
事務所 バンビオが使えないため。
初級山登りセミナーに参加する人と重複の可能性があり調整
 - *5月予定 花山行 赤坂山（能登）
山行部の特別山行と期日 山域が同じのため中止
- 3 その他 部員の皆さんからの報告 提案 問題提起など
 - *アドバイザー（衣類 道具 その他）復活について
 - *西山の中で文章化されていないが、ルールとしてあるもの
 - *山行計画と教育部の思いと立場

第4回中級教室 実施要項

2022・2・17

西山ハイキングクラブ・教育部

第4回中級教室を開催します。この教室は、入会時の新入教室と初級教室につづき、会員全員のスキルアップをめざすものです。

登山の技術や理論は、装備などとともにこの10～20年で飛躍的に発展しています。会員の高齢化がすすむ今日、「昔取った杵柄」では、安全に楽しく山を歩くことはできません。新しい会員はもちろん、古くからの会員も真摯に学び、技術や知識をみがいていくことが求められています。テキストは、日本勤労者山岳連盟編「ハイキング セカンド・ステップ」や西山HC作成の「ハイキングマニュアル（改訂版）」を基本とし、スマホを活用した読図やロープワークの基本なども学習します。

この教室は希望するすべての会員が受講できます。希望する日程のみの参加も可です。この教室を通じて、多くのリーダーが生まれること、今までのリーダーがさらに力をつけていくことを期待します。

1、日程・内容 ※月1回・毎月第3日曜を基本に実施（8月は休講）

- (1) 4月17日（日）開校・座学（労山の理念、山の歩き方、読図等）
- (2) 5月15日（日）実技（山の歩き方、地形確認の読図等）
- (3) 6月19日（日）実技（山の歩き方、スマホ活用の読図等）
- (4) 7月17日（日）座学（アクシデント対処、岩場歩き、テント泊等）
- (5) 9月17日（土）～18日（日）実技（テント泊）
- (6) 10月30日（日）実技（岩場歩きとロープワーク）※第5日曜
- (7) 11月20日（日）座学（リーダーの役割、アクシデント対処、雪山等）
- (8) 12月18日（日）実技（様々な局面での山の歩き方、リーダーの心得）
- (9) 1月15日（日）実技（アクシデント対処等）
- (10) 2月19日（日）実技（雪山山行）
- (11) 3月19日（日）修了実技 ※座学・実技はいずれも終日

2、会場・山城

- 座学の会場は、西山事務所もしくはバンビオ会議室
- 実技の山城は近郊の山々（天王山、ポンポン山、愛宕山、松尾山等西山周辺、北山、比良等）

3、講師・スタッフ ※受付窓口は教育部・能登さん

- 教育部員、山行部員、諸技術習得者有志に依頼

2022年 初級山登りセミナーについて

2022・2・17 西山ハイキングクラブ・教育部

1、呼びかけ 「夏は百名山・白山へ」

京都近郊の山で、山登りの基本を学び、この夏、百名山・白山をめざしましょう。白山は、富士山、立山とならび「日本三霊峰」のひとつです。最高峰・御前峰（2702m）も訪ねましょう。経験豊かな西山ハイキングクラブの仲間がみなさんをサポートします。ご応募は、山歩きの好きな70歳以下の健康な方で、受講料は3000円（保険料・資料代等）、交通費等は自己負担です。

2、実施要項

(1) 4月24日（日） 座学①（バンビオ一番館6階創作室1）

- | | | |
|----------------------|-------------|----|
| ①ガイダンス（セミナーの目的と日程概要） | 13:00～13:10 | 福田 |
| ②山の服装・装備 | 13:10～14:40 | 馬場 |
| ③山の歩き方 | 14:40～15:20 | 安達 |
| ④読図の基本 | 15:30～17:20 | 永柳 |

(2) 5月22日（日） 実技①（愛宕山）「山の歩き方と服装・装備」

(3) 5月29日（日） 実技②（大文字山）「読図の基本」

(4) 6月26日（日） 実技③（ポンポン山）「長い距離を歩く」

(5) 7月10日（日） 実技予備日

※（2）～（4）の実技が雨天中止の場合、同じコースで実施

(6) 7月24日（日） 座学②および打ち合わせ（バンビオ一番館）

- | | | |
|--------------------|-------------|------------|
| ⑤山のアクシデント・トラブル対処法 | 13:05～14:35 | 中村 |
| ⑥天気の基本知識 | 14:45～16:45 | 川辺さん or 中村 |
| ⑦修了山行・白山の打ち合わせ、その他 | 16:45～17:00 | 馬場 |

(7) 7月30日（土）～31日（日） 修了山行・白山

長岡京→<バス>→別当出合～中飯場～甚之助避難小屋～南竜山荘
（泊・予定）南竜山荘～室堂センター～御前峰～室堂センター～黒ボ
コ岩～甚之助避難小屋～別当出合→<バス>→長岡京

3、募集・宣伝

○上記条件の一般市民10人程度＋希望する会員（入会5年以内）

※修了山行参加者は上記の申し込み状況を見てベテラン会員含め検討

○西山HCのホームページ、各自治体（向日市、長岡京市、大山崎町、島本町）の4月広報誌、各マスコミ（京都新聞洛西版、ミニミニおとくに、京都民報など）に掲載依頼

4、その他

○事務局 永柳、和泉、島田、 ※申し込み窓口：永柳辰夫さん

予定の新年会はコロナ禍で中止 機関誌印刷後に部会のみ開催
(参加者) 猪倉・井上・上出・永柳・片山・木下裕子(欠)・上脇・木
地・草場・操谷・公森・高垣・高田江理(欠)・谷口・中井・
中村・則包・福井・藤本・山本・依田

討議事項

★編集実務担当の見直し

- ・山行案内・・草場、木地に加え新たに木下裕子加入、3人体制4ヶ月毎に交代1~4月号草場、5~8月号木下裕子、9~12月号木地
- ・山行報告・・谷口、片山に加え新たに山本恵俊加入、3人体制4ヶ月毎に交代1~4月号谷口、5~8月号山本恵俊、9~12月号片山
- ・一言感想・・公森は外れ、上脇に加え新たに操谷加入、2人体制4ヶ月毎に交代3~4月号上脇、5~8月号操谷
- ・投稿・掲示板・その他・・井上3~6月号、新たに高田江理加入、2人体制4ヶ月毎に交代7~10月号高田江理
- ・リレー随想・・上出
- ・運営委員会関係・・依田
- ・巻頭言・新入会員紹介・・永柳
- ・仕分け・・公森、谷口、上出、則包
- ・発送・・中井、高垣、永柳(宛名ラベル作成福井)
- ・印刷・・高垣、中村、中井、依田、操谷
- ・編集後記担当・・3月号藤本、依田、山本、高田江理、木下裕子

★その他

- ・印刷作業は当面機関誌部員のみとする
- ・製本前の冊子の計量を2回から1回に簡素化、問題なし
- ・部費、印刷日用お菓子代は持ち越し、林謙佐郎さんからのぜんざい差し入れ申し出もコロナ禍で辞退、お気持ちだけ受け取る
- ・部会の持ち方・印刷製本作業が主であり、年3回程度でも良い、問題があれば都度議論する。
- ・配布ルート仕分けを合理化できないか、簡素化を検討
冊子に個々の名前記入は必要か?・・配布協力者に出来るだけ負

担をかけない為必要（個々人によって挟み込みもあり）、郵送分は記入していない

- ・ 毎月冊子裏表紙に原稿受付担当を明記したほうがいいのではないか・・・

裏表紙「今月の行事予定」の下段に毎月担当者名、アドレスを追加記載する。スペース確保の為再生紙うんぬん等は削除

- ・ 山行案内で読めない漢字の山はリーダーにルビをふるよう依頼する（運営委員会でも要請）
- ・ 次月 5 日までの山行案内を一度送信しただけで、当月再度送信しない方がいる・・・受付担当が注意して漏れのないようにする

以上

36期第3回組織部会報告

日時 : 2022年2月9日 19:00~20:30

場所 : 事務所2F

司会 : 岡庭美恵子 記録 : 操谷俊之

出席者 : 岡庭美恵子 操谷俊之 夏原典子 野村輝行 山下美喜子
横井重義 吉田京子

議題① クリーンハイク

(チーフ : 野村、メンバー : 岡庭、岸本、夏原、春)

- ・ 実施予定日は、2022年6月5日(日)
- ・ 今年は、コロナ蔓延状況を考慮して、一般参加の募集はしない。
- ・ 8コース。(善峯寺から西代里山公園へ至るコースを追加する)
- ・ 各コースのCLとSL
 - ① CL 岡庭、SL 春、② CL 吉田、SL 岸本、③ CL 夏原、SL ()、
 - ④ CL 山下、SL ()、⑤ CL 横井、SL 加藤、⑥ CL 旭、SL ()、
 - ⑦ CL 操谷、SL ()、⑧ CL 野村、SL ()
- 各コースの未定の部分()は、山行部、運営委に協力を依頼する。
- ・ 機関紙「にしやま」5月号に案内を掲載し。参加者を募集する。
- ・ 参加者集計・・・会員の参加申し込み〆切は5月26日。各運営委員から受けた参加報告の集計窓口は操谷、操谷はコースごとに参加者を集計後、5月29日に各コースのCL、SLに連絡する。
- ・ 下見山行を実施する際は、2日前までに横井部長に連絡する。
- ・ 行政への届け出... ゴミ集積の日時と場所を届け出。回収を依頼。大山崎町(野村)、長岡京市(夏原)、向日市(岡庭)、京都市(連盟にて一括)
- ・ 土壌採取・・・天王山はコース②、野山はコース③、大暑山と小塩山は、コース⑦にて実施する。採取土は翌日までに事務所へ届けること。

次回の部会 3月2日(水) 事務所2階、19:00~

司会 : 操谷俊之 記録 : 春豊子

コロナ禍の中の癒し

古塩幸子

今年の正月は息子たちが帰ってきて2年振りに賑やかに過ごす事が出来た。暮れからコロナ感染者も減り始めたので広島の子科に声をかけ、山科の長男一家と合流し、総勢9人で食卓を囲み話がはずんだ。

夫が作ったけんちゃん汁も、私が作ったすましの雑煮も好評で準備していたお節も餅も全て皆の胃袋におさまった。

久しぶりに会った子ども達は絵本やカルタ取り、お絵かき、ボール投げと、一日中ワーワーキャーキャーと楽しそう、久しぶりに子ども達の元気な声が響いて、コロナ禍でうつうつとしていた気持ちが一気に晴れた。

専門家は第7波も有りと言っているのですが、またしばらくは自粛の日々が続くのだろうが、家族の元気を直に確かめることが出来てほっと一安心、乗り切る元気が湧いてきた。

コロナ禍を乗り切る元気の素と言え、我が家の場合散歩かな。幸い近くに長岡天神、光明寺、そして府立植物園や御所等 歴史と自然に恵まれた所がたくさん有るので、季節の変化を楽しみながら歩きまわり、撮った写真を子ども達へもメールで届けている。

先日、広島の子科から返事があった。「京都はいいですね。植物園のように花が楽しめて子どもの遊具も置いてあるような場所が有って。こちらは催し物は全て中止で、子どもが安心して遊べるところが身近にありません・・・。」コロナ禍での子育てに苦労している様子が伝わってくる。そう言うたら本当に植物園でいいところやな。老若男女がそれぞれに、ゆったり安心して楽しめる施設ってなかなか無いなと思いついた。

ところが植物園は府の「北山エリア開発」の中で、一帯が商業施設として再開発される計画だ。そんな事絶対やめてほしい。府民の財産である植物園を、儲けの対象にしてほしく無いし、静かな京都をこれ以上壊さないで欲しいと思う日々である。



三点支持登降実習について ＜会員のみなさんに呼びかけます＞

2022・3 西山HC 教育部

教育部の「三点支持登降実習」は、山行中、岩場やガレ場、崩壊地など予期しない難所に遭遇した際に、安全に切り抜けられるよう、考え方や必要な技術を習得するのが目的です。会員のみなさんは、安全登山を実践できるよう、少なくとも年に一回は参加し、習熟しましょう。

実習は、下記の「実施要領」にもとづき、実際の岩場・ガレ場で、三点支持登降や自己確保（セルフビレイ）の基本などを学びます。訓練ですので、「トレーニング山行（例会）のガイドライン」（2017/11/9 策定）にもとづき安全に実施します。なお、ここで学ぶのは基本中の基本です。さらにレベルアップを図りたい方、岩登りそのものを楽しみたい方は、岩例会やインドアクライミング例会などにご参加ください。

■ 実施要領

1、実施場所……金毘羅山・Y懸尾根（取付きや頭）およびY懸沢周辺

2、36期の実施計画

◇実施予定は次の5回です。あらかじめ日程を押さえておいてください。

◇4/2(土)、4/11(月)、4/30(土)、6/4(土)、6/13(月)

3、装備

①個人装備 ※わからない場合はCLに問い合わせる。

◇ヘルメット……持っていない場合は事前に会所有のものを借りる。

◇ソウンスリング（幅約2.5cm×長120cm程度＝登山専門店で購入）

……簡易チェストハーネス作成用。持っている人はハーネスも持参。

◇細引き（径5～6mm×長180～200cm程度＝入会時に贈呈したものまたは登山専門店で購入）……プルージック用。これを結びロープスリングをつくる。結び方は当日に学習。

◇安全環付カラビナ（登山専門店で購入）

②共同装備 ※CL・SLが準備

◇ロープ……会所有の岩トレ用（ユマール可）を人数に応じて持参。

◇支点用の確保器、カラビナ等……CL・SL個人のを分担し持参。

◇ユマールのセット（ユマール、カラビナ、スリング）……初心者用に必要数を準備（現在「会」所有在庫9セット）。

4、実習内容など

- ①準備体操……通常の山行の際の体操のほか、岩登りの準備として、手や腕のストレッチなど適切な体操を実施する。
- ②自己確保（セルフビレイ）のためのロープ結びの基本の習得……簡易チェストハーネスの作り方、ダブルフィッシャーマンズノットおよびプルージックノットの結び方。時間があれば、エイトノット（8の字結び）も学ぶ。あわせて、初心者にはユマールの使用法を説明。その上で緩斜面の立ち木に結んだロープを使って経験してみる。
- ③諸注意、三点支持等について説明……岩場での危険性を認識する。手足四点のうち一点だけを動かす三点支持での手足の移動方法。プルージック・ユマールでの自己確保と移動の方法（特にプルージックについては、必ず効きを確認することを徹底）。ロープを踏まない、跨いで立たない、終了点に着いたら、自己確保してからプルージックやユマールをはずすなど、安全上の注意。①～③は、江文神社上の広場で行う。
- ④参加者の準備……ヘルメット、ハーネス+安全環付カラビナを着用。
※参加者一人ひとりが適正に着用できているか、CL・SLが確認。
- ⑤訓練岩場までの登坂……ガレ場の歩き方の指導、落石の防止。万一、落石をおこしたり発見した場合の声掛け（「ラクー」、「ラク石」など）。なお、訓練終了後、江文神社帰着まで、必ずヘルメットを着用する。
- ⑥訓練岩場で確保用ロープを設置……CL・SLが複数で安全を確認。
- ⑦三点支持による登降の反復練習（3往復程度は実施）
 - ◇岩場での姿勢……岩にしがみつかず身体を岩から離して立つ。
 - ◇ステップの進め方……小刻みに歩を進める。歩幅を大きくすればそれだけ滑落の危険が増す。足で身体を支え、手は補助。降りる時は腰を落してスタンス（足場）を探し、必ず目で確認して足を下ろす。
 - ◇ハンドホールドの探し方……目の高さ付近で探す。
- ⑧反復練習後の実技は、Y懸沢などの登降を行なう。内容は⑤と同じ。Y懸尾根でのロープを使わないフリー登降は原則として行わない。
- ⑨実習終了後、江文神社までの下降……登りと同様、ガレ場の歩き方の指導。下りはいつそう注意することを徹底。
※悪天候や体調不良者など、状況により一般ルートを下る場合は省略。
- ⑩解散……江文神社上の広場等で、実習で気づいたこと、繰り返し実習することの重要性についてコメント。参加者からの質問・意見を交流したうえで解散する。バスの時間等で省略する場合は、CL（SL）の山行報告でコメント。CL（SL）は解散後、報告先へ解散報告をする。

以上

鈴木洋一

『余命 10 年』 小坂流伽著 文芸社文庫

著者小坂流伽 1978 年～2017 年(38 歳没) は 20 歳で、国指定難病原発性肺高血圧症を発症し、余命 10 年と宣告された。体験に基づいた作品「余命 10 年」「生きてさえいれば」を世に送り出した作家である。

主人公高林茉莉は余命宣告を受け、残りの人生を悔いなく生きることを決めた。出来ることは果敢に挑戦するが恋愛だけはしないと心に決めた。「挑戦するには短すぎ、諦めるには長すぎる」5 年が経った。その時期に真部和人に出会ってしまった。

映画 『余命 10 年』 2022 年 3 月 4 日公開予定

監督 藤井道人

キャスト 小松菜奈 坂口健太郎 山田祐貴 黒木華
原日出子 松重豊 リリーフランキー

小説「余命 10 年」を社会派監督藤井直人が、希望・絶望・羨望・愛・憎・生・死を 20 歳で宣告された作者の心の言葉としてどのように映像化したのか。

映画 『ウェディングハイ』 2022 年 3 月 12 日公開予定

監督 大九明子

キャスト 篠原涼子 中村倫也 岩田剛典 中尾明慶

お笑い芸人バカリズムが脚本を書いたコメディ。豪華キャストの他お笑い芸人多数出演。笑いを追求した作品。

映画 『ぼけますからよろしく お願いします・その後』

2022 年 3 月 25 日公開 (京都シネマ 4 月 1 日予定)

監督・脚本・撮影・語り 信友直子

認知症になりさらに脳梗塞を患った 85 歳の妻を 95 歳の夫が介護する。その姿を TV ディレクターである娘がカメラを回す。娘ならではの視点で 60 年連れ添った夫婦の生活を深堀する。



3月 パッチワークのご案内

連絡窓口 鹿島和子 ☎ 080-5343-3111

木下敦子 ☎ 090-2109-7036

講師 瀬尾由紀子さん ☎075-955-7592

サポートセンターはコロナ感染防止の為、「きりしま」「もみじ」を1つのペースとして12名以内、利用時間は1日に2時間以内です。

◎3月8日(火) 午後1時～3時

猪倉 池澤 片山 北村 桐村 持永 山下美 横山

◎3月23日(水) 午前10時～12時

植村 太田 公森 土方 船木 山川 山下充 和田

◎ 瀬尾先生 鹿島 木下は両日



どじょっこふなっこ 3月のオカリナレッスン

No. 238

*日 時 2022年3月14日(月曜日) 第2月曜日

*場所 時間……バンビオ・リハーサルスタジオ② 10時～12時

*講師…島崎愛子先生

コロナ対策をしっかりと、皆さんで美しい・暖かい演奏を奏でましょう！島崎先生、引き続き、暖かいご指導をよろしくお願い致します。2月より役割の交代です。辻本さん・西さん2年間代表をご苦勞様でした。私たち未熟者ですが、頑張ります。ご指導のほどよろしくお願い致します。

*1月は、「銀河鉄道999」「見上げてごらん夜の星を」「山寺の和尚さん」新しく「乾杯」をしました。

*3月も 引き続きこの4曲の練習です。楽譜をすぐ出せるように準備してきてください。

*マスク・体温測定を忘れないで参加してください。

*問い合わせ先 久保田和美 090-5360-7149

山下美喜子 090-2100-4084

今年もあっという間に3月となりいつもなら洋裁教室のスタートですが、コロナ感染の勢いもおさまるところか毎日感染者数が更新されています。いつ再開できるかは予測できませんが、当分の間休止ということにさせていただきますのでご了解お願いします。



<乙訓の史跡を巡る>⑱

開田城を訪れる

中村好夫

乙訓の城の第2回は、革嶋城です。革嶋城は、阪急桂駅の少し大阪寄り三宮神社の東側にありました。革嶋城跡は、中世から存続した川島（革嶋）集落の南側です。革嶋城は鎌倉後期から土豪革嶋氏の住んだ館（70m×45m）です。鎌倉時代、この付近は公家の近衛家の荘園がありました。近衛家は川島（革嶋）集落から年貢をとるため、役人を派遣します。この役人が、地元根付き、地名をとって革嶋氏と名乗るようになりました。彼らは、足利将軍家直属の武士として仕え、多くの手柄をあげました。戦国末期には、勝龍寺城主の細川藤孝に仕えます。しかし、山崎合戦で、明智光秀に従ったため、革嶋氏は没落します。後に革嶋へ戻り、江戸時代も城跡に住み続け、江戸後期までは、土塁や堀を巡らす城跡が残っていました。現在遺構はありません。



表紙絵に寄せて

22, 3 林 だし

「確か、武奈ヶ岳の頂上に鳥居があったように思うが知らんか」と清さんからの問いかけ。記憶にないし、滋賀県安曇川に住む学生時代の友人に訪ねても、見たことないとの返事。しばらくして、ネットで「比良 武奈ヶ岳 鳥居」で調べると、鳥居の画像が出てきた。画像の日付から、私も武奈ヶ岳に登っていたころとそう離れていない。記憶に後付けしたのかもしれないが、当時の記憶が戻ってきたような気がする、半世紀以上前のことであるが。表紙絵はこの画像を元にした。

比良連峰の麓には数々の神社があり石作りの鳥居がある。頂上の名前を列挙してみると、釈迦岳、蓬莱山に権現山など宗教や山岳信仰に関係ありそうな名前が多い。武奈ヶ岳頂上に鳥居が奉納されていても不思議ではない。木造の様なので朱色に色づけた。麓の神社を訪ねて回れば回答はあろう。そうこうするうちに美佐子さんが二十歳の頃に訪れた武奈ヶ岳に鳥居が写っていた。最近の西山ハイキングクラブの画像報告に鳥居は無いが、今を生きるシニア層の記憶に繋がっているのである。遠い昔や時代の画像と言いきれないのである。



編集後記

コロナの影響で例会などが申し込み制になり、西山の会あげでの取り組み「集中登山」「クリーンハイク」なども中止になり、また機関誌製本作業も機関誌部員だけの作業になりました。皆さんと会う機会がとても少なくなりさみしい限りです。

こんな時だからこそ、機関誌の役割は大きくなってきていると思います。機関誌は「西山の会と会員」「会員と会員」を結ぶ大切な役割を持っています。

「一言感想」「投稿」「掲示板」などを利用して日ごろの思いを機関誌に投稿して皆さんと交流してみたいはいかがでしょうか。

藤本眞弓



今月の行事予定

2022年3月

月	日	曜日	行事予定	月	日	曜日	行事予定
3	1	火	天王山トレーニング あちこちボンボン山周辺		20	日	唐櫃越え 原稿締め切り日
	2	水	組織部会		21	月	書写山(初歩岩) レク部会
	3	木	天王山トレーニング ボンボン山(フクジュソウ)		22	火	天王山トレーニング
	4	金	黒井城跡★		23	水	光明寺裏トレ ゆっくり西山★ 愛宕山 パッチワーク
	5	土	伊吹山★ いろんな道からボン ボン山 広河原・雪		24	木	天王山トレーニング 機関誌製本
	6	日	連盟総会		25	金	乙訓散策 虎御前山 鴻巣山★
	7	月			26	土	愛宕山ベース登山 比良オトシ 目俵インドア
	8	火	天王山トレーニング パッチワーク		27	日	比叡山山道 峰床山西尾根★
	9	水	光明寺裏トレ 京都低山 インドアやまびこ		28	月	稲荷山～大石神社
	10	木	天王山トレーニング 運営委員会		29	火	天王山トレーニング
	11	金	比良比叡トレイル★		30	水	文殊山橋立山(花)
	12	土	西山分割縦走★ 賤ヶ岳・雪★		31	木	天王山トレーニング
	13	日	六甲シェール槍 大文字北斜面	4	1	金	彦根城 佐和山城
	14	月	古都まち歩き 天王山 置塩 城跡★ 星のブランコ オカリナ		2	土	三点支持
	15	火	天王山トレーニング 天王山(ミツマタ)		3	日	竜王山 沢池 鎌倉山
	16	水	グルメ山行(蹴上～山科)		4	月	古都まち歩き 青葉山
	17	木	天王山トレーニング 教育部会		5	火	天王山トレーニング あちこちボンボン山
	18	金	ミツマタの花林道		6	水	鳥羽 菅島(～7)
	19	土	愛宕山ベース登山 北山荘 六甲縦走②★ 天ヶ岳 百井峠～大見尾根・雪★		7	木	愛宕山 天王山トレーニング
					8	金	比良

* 4月号の原稿締切は3月20日厳守！

* 4月号原稿送付先

- ・山行案内 草場真知子 (machiko93ba@nike.eonet.ne.jp)
- ・山行報告 谷口信子 (nb5_t2g2@outlook.com)
- ・一言感想 上脇和子 (lavender@quartz.ocn.ne.jp)
- ・投稿・掲示板・その他 井上美智子 (1188michiko@gmail.com)
- ・リレー随想 上出克代 (ryu1525@gaia.eonet.ne.jp)

* 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。

* 2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・荒天順延の印です。

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 2022年3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 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/



Web サイト