

山行報告

★百蔵山(2024年4月6日)

参加者 会員(障害者2名、健常者4名)

昨年より桜の開花が遅い年となったが、山頂での富士山の眺めや山桜を期待して百蔵山に向かった。高尾駅からの電車は登山者や一般客で満員になる程人が一杯だった。駅に降り立つと登山者は意外に少なく、登山口行きのバスに乗り込んだ。例年になく梅雨空が続く日々であったが、当日の天気は曇り空で晴れ間も期待できそうだった。

登山口バス停にて身支度して、坂の続く道を歩いて登山口を目指した。途中、地元の方が設置した可愛いトトロの休憩場所があった。登山口から山の中に入っていく。途中の沢沿いの道は細い所もあり、気を付けながら歩いた。しばらくすると、眺めの良い展望台に到着した。天気が良ければ、富士山も見える方向だが残念ながら遠くの山々は雲で見る事ができなかった。尾根道に出ると、両側が開けた道となり気持ち良く歩く事ができた。



百蔵山山頂にて

山頂に到着すると、既に先客がいて多くの登山者がくつろいでいた。まずは昼食を摂った後、山頂にて全体写真を撮った。周りはガスの中のため景色は全く見えなかった。また、山桜の木々が立ち並んでいるのだが、今年はまだつぼみも出ていない状況だった。



浄水場の桜

下山し始めると、日差しが出て来て登山道も明るくなり、木々の若葉も色鮮やかになっていた。登山口の分岐から桜が咲いているだろう浄水場の方面に向かった。大きな桜の木が斜面や



百蔵山をバックに

道路に沿って立ち並んでいて、満開に近い花を間近に見る事ができた。また、浄水場の下では花桃の木が紅白のきれいな花を咲かせていた。

ここで、百蔵山をバックにして皆さん笑顔の記念写真を撮った。

帰りはバスがないため、猿橋駅まで歩いて向かった。帰る途中、歩道沿いでは春らしく色々な草花が咲いていた。Mさんが詳しいため、色々な草花の名前を教えてくれた。花を見ながらゆっくり歩いたため、予定より少し遅れて駅に到着した。帰る時間がいつもより早い時間帯となったが、今回は麓の花見をしながら春の陽

気も感じられて気持ちの良い山行となった。

記：加登

コースタイム

猿橋駅(9:00)…登山口バス停(9:10)…登山口(9:30)…見晴台(10:00・小休憩)…山頂(10:40・休憩30分)…展望台(11:35)…浄水場…登山口(12:10)…登山口バス停(12:25)…歩道…猿橋駅(13:25)

★甘利山(2024年6月1日)

参加者 会員(障害者2名、健常者3名)

前日まで台風接近で天気が心配されたが、当日は晴れ間も広がる天気となった。駅からレンタカーを利用して登山口駐車場まで向かった。駐車場は既に満車に近い賑わいだった。

登山口から小鳥の心地よいさえずりを聞きながら森を抜け、ツツジと富士山が見える見晴台に向かった。早朝はまだ見えていたようだが、残念ながら富士山は雲隠れしていた。甘利山ではツツジは満開に近い状態でここでもこやかに記念撮影とした。



甘利山山頂にて

ここから本格的な登山道に入り、千頭星山に向かった。森はこの季節らしく新緑の木々と丈の伸びた熊笹が広がっていた。山頂までは上り基調で所々で急な登りがあった。Kさんのペースと状況を見ながら、途中で小休憩を何回か取るようにした。

山頂近くなると広大な草原となり、空も青空が広がっていて気持ちよく歩く事ができた。



レンゲツツジと千頭星山方面

木の枝には藻みtainな物がぶら下がっていて、後で調べるとサルオガセという苔の仲間のようでした。予定より少し遅れたが、間もなくして山頂に到着した。山頂では見晴らしはなく、木々に囲まれた場所で昼休憩とした。高度も2000mを越える場所なので、休憩しているとひんやりとして肌寒く感じた。



千頭星山山頂にて

帰りは来た道に戻った。下る途中で甲府市内

はくっきりと見えたが、最後まで富士山は見る
ことができなかった。下りも急な箇所があるので、Kさんは少し歩きづらそうであった。

下りは登山道の花々を見つけながら、ゆっくり
と下った。花はズミの白い花が多く咲いていて、
つぼみは赤くて可愛く見えた。また、小さな花
のバイカオウレンやマイヅルソウも咲いてい
た。

登山口まで降りてからは女性たちが甘い物を
食べたいという事になり、皆さんソフトクリ
ームを買って美味しそうに食べていた。駅まで車
で戻り、無事に一日を終える事ができた。今回

は天気にも恵まれ、気温も丁度よく気持ちの良
い山行となった。皆さんも低山と違って空気が
澄んでいると言って、満足の行く山行のよう
でした。
記：加登

コースタイム

登山口駐車場(9:40)…登山口(9:50)…見晴台
(10:00・小休憩)…甘利山(10:10・小休憩)…
奥甘利山(11:00)…山頂(12:40・休憩 20 分)
…甘利山(15:00・小休憩)…登山口(15:30・
小休憩)…登山口駐車場(15:50)

★川苔山(2024 年 9 月 29 日)

参加者 会員(障害者 2 名、健常者 3 名)

予報ではあまり傘マークがなかったので雨
が降らないことを期待したが、初めから雨だ
った。しかし、F 夫妻(YO、YU)がこの難コ
ースに挑戦するという事に加え、久々の会長A
さん参加で皆の士気は高い。くれぐれも注意し
て歩こうと確認して出発。まずはカップパを
着て、長い車道歩きを 1 時間頑張る。



側はかなりの傾斜で切れ落ち、川底まで 50m

登山道
に入ると、
ほどなく
岩や木の
根が出て
きたり、道
が細かっ
たりと難
コースら
しい歩き
にくい道
となる。何
よりも谷

ではきかない、100 くらいだろうか…などと
その高度感を確認しながら注意して歩く。特に
視覚障害のお二人には気が抜けない登りが続
く。いくつもの木道、木の階段、栈道なども出
てきて、これも一つ一つ落ちないように確かめ
ながら渡る。サポートの体制は、難所で M が
状況を伝え YO さんが続く、A さんが YO さん
のリュックを掴み方向を伝えながら後ろの
YU さんにも注意を伝える、しんがりの K さん
がさらにサポートする、といった感じであっ
た。たまに広くて傾斜のない道に出ると皆がホ
ットするが、すぐに次の傾斜がせまってくる。



そうして気の抜けない歩きを 1 時間半、つい
に百尋ノ滝に到着。なかなかの迫力である。水
量も多く、見事だ。写真を撮ったりしながら休
憩した後、山頂に向けて急登への挑戦だ。

階段を上がりきると、すぐに急傾斜の岩の段

差が続く難所が現れる。幅のせまい足場で鎖をつかみながらトラバースする場面もあり前半以上に緊張が続く。階段も鎖も非常に新しく、道標も立派なものが新しく立てられている。かなり最近整備されたようだ。このコースは滑落者も多く対策を取っているのだろう。そんな中、カエル(ヤマアカガエル?)を踏みそうになる。慌てたカエルが登山道から落ちる。途端にクルクルと回転しながら谷に消えていく。転落だ！滑落だ！ま、カエルだから大丈夫でしょう…などと話していたが、我々だとひとたまりもない。



川苔山山頂にて
そんな緊張の中を2時間、ついに山頂到着！
念願のコースクリアで F 夫妻が喜ぶ。他の参

加者も登りきれた！と安堵の声。霧雨で眺望は全くないが、満足な登頂の瞬間だった。

遅めの昼食後、今度は長い下山だ。やたらとヤマグリが多く、イガを踏みながらの下山だった。A さんの子供のころの栗拾いの話が盛り上がる。大根ノ神(ダイコンでは無い)からはあと少しだと思ったが、石が多く中々足運びに苦労する。駅に着いた時にちょうど発車の時刻となった。

次の電車を待つためには、駅前のお店で一杯(二杯)乾杯をして今日の労をねぎらうほか無い。酷い雨も無く、ケガもなく長い難コースをクリアでき、楽しい山行だった。 記：萬代

コースタイム

川乗橋バス停(8:55)…川苔山登山口(9:55)…
百尋ノ滝(11:05_11:20)…川苔山山頂
(13:15・昼食・13:35)…舟井戸(14:00)…大
根ノ山ノ神(13:50_16:00)…鳩ノ巣駅
(16:40)

★天覧山・多峯主山(2024 年 12 月 15 日)

参加者 会員(障害者3名、健常者6名)

今年最後の忘年山行は手軽に登れる飯能の低山とし、いつもより遅い時間の出発となった。レトロな商店街を歩きながら、登山口に向かった。天気は快晴で青空が広がっていた。

登山口から登り始めると、木陰ではまだ紅葉が残っていてきれいだった。珍しい石像のあるコースから登ると、視界が開けて市街地や富士山を見る事ができた。天覧山の山頂では展望台となっていて、大山や丹沢から奥多摩の山々を眺める事ができた。暖かい日差しの元、ここで昼休憩とした。

次の多峯主山まではいったん下り、湿地帯を抜けて登り返すコースを歩いた。間もなくして、大きな雨乞池に到着。鼻と息を止めて七周すると、ご利益があるという案内があったが、難しいと思いながら皆さん見入っていた。



天覧山山頂手前の岩場を登る
少し登った多峯主山の山頂では人が多く賑

わっていた。見晴らしも良く、秩父方面の山も見ることができた。一休憩した後、林間コースで下山した。ここは人通りが少なかったが、静かで歩きやすいコースだった。



天覧山山頂にて

途中、時間調整で飯能市の博物館に立ち寄った。ここでは里山の紹介や展示があって、皆さん興味深々で見学していた。帰りは河原沿いを經由して駅に向かった。

予定通りにお店に到着して忘年会を始めた。Mさんが宴から参加となった。久しぶりの参

加となったAさんの話に皆さん談笑しながら、宴を楽しむことができた。来年も多くのメンバーが参加できるような計画を立てて、会を盛り上げて行ければと思います。 記：加登



紅葉したツツジの横を下る

コースタイム

飯能駅(11:40)…登山口(12:10)…天覧山(12:30・休憩 20 分)…多峯主山(13:50・小休憩)…車道出合(14:30)…飯能市博物館(15:00・休憩 20 分)…飯能河原(15:30)…飯能駅(15:50・計 7.5km)

ハイキング 報告

★第 61 回ふれあいハイキング（霞丘陵）（2024 年 4 月 21 日）

参加者 会員(障害者 1 名、健常者 4 名)

前日の暑さも収まり、曇り空の下、この時期らしいひんやりとした空気でのハイキングだ。

東青梅駅北口からバスに乗り、岩蔵温泉で下車。霞丘陵ハイキングスタート地点へ向かう。



ベンチで昼食タイム

途中で見かけた藤がちょうど見頃。登り始め

は 15 分程傾斜がある道。ゆっくり登っていく。

ここを登り切ってしまうとあとはほぼ平坦。少し歩くとベンチがあったので早めに昼食をとる。



塩船観音寺のツツジ

引き続き、よく手入れされた杉林の中の尾根を快適に進む。今回のハイキングルート的大部分は、ある団体の管理する丘陵地帯にあり、非常に良く整備されており、皆感心しながら脚を

進めていく。途中オリエンテーリング大会の何十人かとすれ違ったが、それ以外は丘陵地帯はほぼ我々の貸し切りのよう。



時折設置されているベンチで休み休み塩船観音寺方面へむかう。鳥のさえずりが心地よい。塩船観音近くまで来たところで、ペットの「シロハラインコ」を連れた飼い主さんが丘陵を散歩していた。インコがとても可愛くて皆興味津々。

予定より 1 時間ほど遅れて塩船観音寺に到

着。昭和 42 年から始まった「ツツジまつり」はすり鉢状の境内の斜面を利用しツツジが植えてあり、キャンディーのような色とりどりのツツジが五分咲き程度になっていた。もっとゆっくり鑑賞したいところだったが、バスの本数が少なく、雨雲も西から近づいて来ているので急いでバスに乗り、河辺駅へ向かった。

今回のコースはとても歩きやすく、静かな青梅の丘陵地帯の自然を満喫できました。ツツジまつりも時間を割きたかったですね。

参加された皆様お疲れさまでした。

記：酒井

コースタイム

東青梅駅(10:00) … 東青梅北口バス停(10:15) … 岩蔵温泉(10:45) … 休憩場所(11:30-11:50・昼食) … 七国峠(12:40) … 塩船観音寺(14:00) … 塩船観音入口バス停(14:40) … 河辺駅(15:00)

★第 62 回ふれあいハイキング（伊能忠敬記念館）（2024 年 10 月 12 日）

参加者 会員(障害者 1 名、健常者 4 名)

会員外(健常者 1 名)

三名が一足先に佐原駅に到着しており、後の二名の到着まで近くを散策してもらった。

今回は S 君のご家族が初参加。駅前で簡単に声出し。



今日は佐原の大祭秋祭りの中日。色とりどり

の屋台と美味しそうな香りが路を彩る。

歩き始めすぐ、一台目の山車が見られた。早速お祭りの雰囲気につつまれワクワクする。

山車は江戸・明治期の名人人形師によって制作された高さ 4m にも及ぶ大人形などが飾られている。



伊能忠敬記念館では、精度の高い地図や彼の情熱に感心。ちょうど館の方が展示物を説明をしてくれた。

そのあと小野川を渡った反対側にある居宅

を見学した。この川は江戸時代水運の中継地であり、周囲には情緒漂う建物が数多く残っていた。



昼は休憩広場でめいめい屋台の食べ物を買ったりお喋りした。

今回は早めにここで解散とし、各自佐原の街を電車の時間まで楽しんだ。

お祭り期間の混雑を心配したが、程よい人出で杞憂に終わった。

思いの外、見どころの山車を何台も見ることができ、佐原の歴史を感じられた一日となった。

皆様お疲れ様でした。 記：酒井

コースタイム

JR 線 佐原駅改札(10:20 発)…伊能忠敬記念館…旧宅見学(10:45-11:45)…休憩所で昼食(11:45-12:45)…歴史的町並みや祭りの見学(12:45-13:30)…佐原駅(13:51 発)

★第63回ふれあいハイキング(矢切の渡し)(2024年11月10日)

参加者 会員(障害者1名、健常者4名)
会員外(健常者1名)

さんが産湯に使ったといわれる御神水もあった。

次に帝釈天の隠れた名所と言われる彫刻ギャラリーへ向かう。

10人の彫刻師が分担し10年以上の歳月をかけ手で彫り上げたそうだが、法華経の説話が描かれており、お話がわかるようになっていた。素晴らしい作品だ。これを見るために何度も足を運んでみるのもよいと感じた。

ガイドさんのお勧めで山本亭へ向かう。近代和風建築と庭園が見事に調和しており、静かで落ち着いた場所だ。美味しそうな喫茶メニューが気になったが、お昼も近いので矢切の渡しへと向かう。ガイドさんとここでお別れした。長い時間ありがとうございました。

柴又駅前では寅さんとさくらの等身大の銅像が迎えてくれた。



かつしか話し隊のボランティアガイドの方が、私達の案内をしてくれるとの事でお願いします。毎週末活動しているそうだ。

ガイドさんの案内でまず参道を進む。まだ10時過ぎというのに、すでに賑やかな人出。草餅や漬物を売る店がずらっと並ぶ。

ほどなく帝釈天に到着。境内では七五三の晴れ着姿の子供がちらほら見受けられた。

病を癒す浄行菩薩にめいめい触れてみる。寅



渡し舟は運航しており、すぐに乗ることが出

来た。船頭さんのユニークな語りに江戸川往復があっという間だった。



12時半にかつしかまちの駅ファンタジアでIさん親子と会う。かなりのボリュームのあ

るランチで皆満腹となる。近況報告などをし、再び参道に戻り解散した。

久しぶりの柴又ハイキングの企画でしたが、柴又駅から江戸川までの街をじっくり楽しむ事が出来たのではと思います。参加された皆様、お疲れ様でした。記：酒井

コースタイム

京成柴又駅改札(10:00 発)…柴又帝釈天参道…帝釈天…山本亭…矢切の渡し(11:50-12:20)…柴又まちの駅ファンタジアで昼食(12:30-14:20)…参道で解散(14:40)

★第64回ふれあいハイキング（奥多摩むかし道）（2024年11月24日）

参加者 会員(障害者1名、健常者6名)

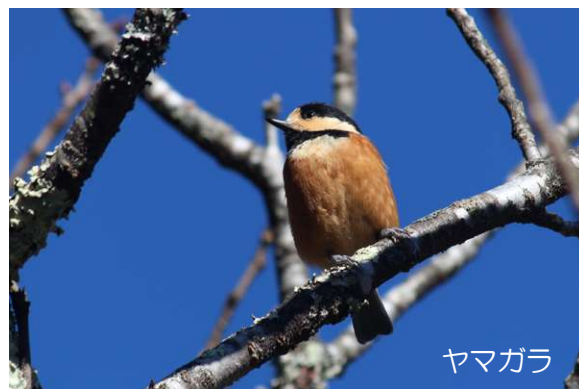
と驚いていた。場所によっては街中のように賑やかだった。

この日奥多摩駅は大変混雑しており、2人のメンバーと駅で合流出来なかった。先にバスに乗っただろうということで増便された後のバスで水根の一つ先の奥多摩湖へ。奥多摩湖は紅葉と青空を映し輝いていた。



水根バス停でようやく全員集合。久しぶりの再会の方が多く、近況報告したりしながら「奥多摩むかし道」をスタートした。

最初は緩やかな登り、その後は西久保のり返しまで下りとなる。歩きやすく柵も取り付けられている山道だがゆっくり下る。この日は多くの人とすれ違い、この道を何度も歩いたことのあるFさんはこんなに人が多いのは初めてだ



下り終わったところで昼食。そこからはほぼ平らな舗装道となる。

道所吊橋は同時に2人しか渡れない。ここをゆっくりと渡ってみたが、思ったより揺れなかった。



牛頭観音、厳道の馬頭様などの石碑が点在し、この道が昔いかに厳しく、多くの人々や牛馬に

とって難所であったか、往時の苦勞がしのばれた。

今回の計画は半分の境橋まで。境橋バス停から予定より 1 本早いバスに乗り奥多摩駅へと戻った。

紅葉はピークを過ぎていたが、晩秋の緩やか

な山道歩きを楽しめた。

記：酒井

コースタイム

奥多摩湖(10:10 発)…西久保の切り返し(11:40-昼食-12:00)…境橋バス停(13:52)

★第 65 回ふれあいハイキング（NHK 放送博物館）（2025 年 1 月 19 日）

参加者 会員(健常者 3 名)

大笑いした。

予想通り来館者が多くなく、ゆっくりと見学することが出来た。

港区の愛宕山にある NHK 放送博物館を訪ねた。



入り口では 1 月から始まった大河ドラマ『べらぼう』の主人公の写真が迎えてくれた。

まず最上階 4 階から見学。ここでは NHK のアーカイブを視聴出来る。今度の機会に是非見てみたい。

3 階は放送開始からのテレビの歴史を学べる展示があり、2 階では放送開始時からの歴代の大河ドラマや朝ドラの展示があった。

皆放送当時の懐かしい出来事が思い出されるようだ。また、2 階の体験コーナーでは、波音や馬の足音の効果音を試したり、天気予報のアナウンサー体験等楽しんだ。

バーチャル画像コーナーでは自分の服が十二単、義経、新選組、あまちゃん等々に変わり



その後、隣接する愛宕山神社へ。敷地内にあるカフェで昼食をとり、一旦女坂から下へ降り、KさんとSは曲垣平九郎の故事にちなみ「出世の石段」と呼ばれる急な石段を登った。高所恐怖症の人には厳しい勾配だ。神社 HP の記述によると、なんと実際にここを馬で上り下り出来た人が何人かいるそう。

今回はほぼ屋内での活動になりました。今後真冬や特に暑い真夏にはこのような屋内活動も良いのではと感じました。皆様お疲れ様でした。

記：酒井

コースタイム

神谷町駅(10:00 発)…NHK 放送博物館(10:20-12:00)…愛宕山神社(12:00-12:15)

個人山行報告

★森吉山・秋田駒ヶ岳(6月29日～30日)

参加者 会員(障害者2名、健常者2名)

☆6月29日

初日は梅雨の時期で天気が心配されたが、晴れ間が広がる天気となった。特別参加としてSさんの娘さんも参加してくれた。総勢5名で田沢湖駅からレンタカーを利用して森吉山麓の阿仁スキー場まで向かった。ゴンドラで昇ると駅からすぐ登山口があった。



登り途中からの森吉山

登山道を歩いてしばらくすると、今年初のニッコウキスゲやシラネアオイが咲いていた。開けた場所の右手には山頂を見る事ができた。間もなくして見晴台である石森に到着、ここで昼休憩とした。遠くの山は霞んでいたが、明日登る予定の秋田駒ヶ岳が見えた。



ニッコウキスゲ

山頂に向かう途中で色々な花があったが、登

山道沿いにニッコウキスゲが多く咲いていた。山頂手前のチングルマの花畑を期待していたが、白い花はごく僅かで多くが綿毛になっていた。高い標柱がある山頂で記念写真を撮った後、来た道に戻った。



ゴンドラ駅に向かって下山した。今回は花畑を一面見る事はできなかったが、天気に恵まれ心地よい山行となった。

☆6月30日

二日目の朝方は晴れ、昼過ぎに天気が崩れる予報だった。ホテル近くのアルパこまくさから登山バスを利用して八合目まで昇った。ホテルで登山者の情報を聞いて、花が見れるシャクナゲコースから登る事にした。

低木に囲まれた登山道のためか登山者は少なかったが、シャクナゲや焼森近くではミヤマダイコンソウ、エゾツツジ、コマクサも見れる花道コースだったので良い選択だった。大焼砂ではコマクサが群生していて、珍しい白いコマクサも見れて本当に幸運だった。

次に一番お目当てのムーミン谷に向かった。最盛期はチングルマの広大な花畑となるが、す

帰りにFYさんの要望で森吉神社に行けばと考えたが、時間もないためそのまま

でに綿毛も混在する状態だった。それでもきれいな花を見る事ができて、他のメンバーは初めての景色で感動したと思います。



谷から乗越までの急坂をジグザグに登ったが、ガレ場で不安定な場所もあり注意して登った。阿弥陀池の木道を通して、避難小屋近くの見晴らしの良いベンチで昼休憩した。その後、最高峰の男女岳を登ると、風が強く薄雲が広がっていて雨が降りそうな気配だった。



帰りは新道コースで下山した。たまたま木道脇でウスユキソウを発見して、白い綿毛がなかったので新種かなと冗談混じりに話をした。景観の良いコースで左手に田沢湖やホテル街を見ながら歩いた。途中の谷間にサンカヨウが群生していて、雨に濡れると花が透明になるんだ

★高原山・桜沢(2024年8月10日)

参加者 会員(障害者2名、健常者1名)
会員外(健常者1名)

よと話をした。八合目登山口近くになると、雨がパラパラと降り始めたが、本降りになる前に下山する事ができた。



二日間

にわたり、花を巡る秋田の山2座を楽しむ事ができました。私も初めて見る花もあり、色々な花を愛でる事ができました。天気にも恵まれ、皆さん満足の山行となりました。

記：加登

コースタイム

6/29 阿仁スキー場(11:20)…登山口(11:45)…石森(12:10・休憩20分)…避難小屋(12:50・小休憩)…山頂(13:40)…避難小屋(14:20・小休憩)…登山口(15:00)…阿仁スキー場(車15:30)→田沢湖駅(17:10)

6/30 八合目登山口(8:20)…シャクナゲコース…見晴台(9:20・小休憩)…焼森…横岳(9:40)…分岐入口(10:00・小休憩)…ムーミン谷…乗越…避難小屋(11:30・休憩20分)…男女岳(12:15)…阿弥陀池…新道コース…八合目登山口(14:00着)

8月3日予定の会山行はサポーター不足で中止となりましたが、何とか行きたかったので、個人山行として個人的知人を呼び出し実施しました。

期待通りの気持ちの良い沢歩きと、ちょっとした滝登りの満足感、さらに色々と勉強になることが多い山行でした。



ナメを見る

この桜沢は、すぐとなりのスッカン沢と合わせて、ハイキングコースが並走し、いろんなタイプの滝、水の色、露頭、ナメと変化に富んだ沢で、かつ初心者が安心して楽しめるコースとして人気です。でも沢に入る人はそれほど多くは無いため、落ち着いて歩けるコースでもあります。



気持ちよく歩く

予定より少し遅れての出発でしたが、リーダーはまだ気楽に考えていました。ところが、ハイキングコースは、落枝、石段の崩れ、細めの木橋などなど、視覚障害者には意外に歩きにくい道…終始注意を伝達するような状況で、さらに入渓点への到着が遅れました。

そしていよいよ入渓。いきなり咆哮霹靂の滝からスタートです。どちらが咆哮でどちらが霹靂か分かりませんが、この滝は落差 20m 程度、滝とその周辺が 50~60m くらいあり、中々の存在感です。右側が水量が少ない滝なのでそ

ちらに登りました。通常のようにセカンドをビレイするつもり…むしろ強引にひっぱりあげるくらいのつもりで登ったのですが、これは途中の手足の位置を指示する方が重要だと気付き、急遽ロープを FIX して懸垂で降り、アッセンダーで登ってもらいその後ろから指示しながら一緒に登る作戦に切り替えました。この作戦が大成功で、YS さん、YM さんともに自力で滝を登るのに大成功！今日の山行はこの瞬間につきる感じでした。おそらく通常の登山者は登る気にならない滝ですが、全く危なげなく登ることができました。



本来のゴール前で

滝を登ると一面のナメ。この風景は来るたびにため息がもれます。今回は膝くらいまでしか水に浸かりませんでしたが、泳ぐこともできます。ただ、ハイキングコースを降るのに時間がかかったので、目標よりかなり手前で脱渓。短時間でしたが満足のいく山行となりました。

以下、今回学んだことの覚書です。

①「滝を登るときは、フィックスロープにアッセンダー」

サポーターが後ろから指示を出しながら一緒に登る。そのため、できれば二人分を支えられる強力な支点か複数の支点を用意し、それぞれロープフィックスする。

②「お助けヒモの使い方指導」

お助けヒモは慣れないと手を途中で手を放してしまう危険性がある。事前に絶対放さないこと、握り方、体重の預け方を指示する必要がある。

③「岩登り練習」

クライミングジムである程度の練習をしておくこと（今回のお二人は、ジムや日和田山の経験があるので、非常にスムーズに登られました）。

以上の条件が揃えば、十分に挑戦できることが分かりました。なかなかそこまで条件が揃う滝を探すのが大変かもしれませんが、またがんばって見つけたいと思います。

暑い夏を涼しくプチ冒険に挑戦できるよう

に探しますので、皆さんの参加をお待ちしています。

記：萬代

コースタイム

山の駅たかはら(10:40)…咆哮霹靂(ホリウハレホ)ノ滝(12:00・昼食・入溪)…吊り橋(14:30・脱溪)…雷霆(ライテイ)ノ滝(15:00)…山の駅高原(16:00)

★赤沢山(2025年2月15日)

参加者 会員(障害者2名、健常者1名)
会員外(健常者1名)

昨年雪が少なくて中止となった赤沢山。今年は雪が多いとのことで個人山行として挑戦しました。



入念な準備ののち、快晴の雪原に期待を膨らませながら駅を出発！ところが、山に入ろうとするも、除雪による雪の壁が高すぎて予定箇所から入れず…結局山の家脇のわずかな踏み跡を頼りに取り付く。最後までこのトレースを頼りに歩くことで酷いラッセルをすることなく進むことができた。ただそれでも、段差が大きすぎるところではピッケルで雪をかきおろし、膝で固めるなどガッツリラッセルする場面も…そんな中、YOさんは段差を見分けるのが難しいため最初から最後までほとんどキックス

テップや踏み固めながらの登山となり、一人ラッセルを頑張ることに…その技術と体力は見事！



そうして急坂を登りきった 1180m 地点で予定の時間を過ぎてしまい、昼食をとって下山することに。



樹林帯のためスッキリとした展望という訳にはいかないが、それでも落葉樹の樹間からは快晴の青空に真っ白な谷川連峰がクッキリと

見え大満足である。昼食をとっていると、後から来たスノーシューの一回にラッセルのお礼を言われる。いやいや、我々の前に一人いたからです(^_^)

降りも急坂で苦労したが、無事に 15:20 土合駅着。15:34 発の電車に余裕を持って乗ることができた。

赤沢山の山頂には到達できませんでしたが、雪が無いと入れない一番しんどい斜面を登り

きったことと、たっぷりの雪にまみれたことで目標達成とさせてもらいました。

来年は誰でも歩けるスノーシューハイキングコースを企画しますので、ぜひご参加ください。

記：萬代

コースタイム

土合駅(9:10)…12:10 折り返し地点(1180m)…昼食(13:00)…土合駅(15:20)

★成田山公園と酒蔵(2025 年 3 月 1 日)

参加者 会員(健常者 6 名)

3 月初日、風も無く、快晴、ぽかぽか、最高のハイキングになりました。

8 時半成田駅に集合すると、久々のご参加の方が多く、まずは自己紹介。本日は、SA さん、SY さん、Y さん、N さん、F さん、リーダーの M の 6 名でした。



新勝寺総門の前で

ま ず
は 新 勝
寺 に お
参 り 。
SK さん
と Y さん
は 初 新
勝 寺 と
の こと 。
対 照 的
な の が N
さん、F
さん。す

ぐ近くの八千代からとのことで、さすがに良くご存じです。今回ルートをあんまり考えていなかった M をリードしてくれ、ゆったりとしながらも時間通りの進行になりました。門をくぐると Y さんの「すてきな狛犬！」との声に、通り過ぎた面々は、どこ？ 何と溶岩の塊としか

見ていなかった塔の上に立派な狛犬が…さらによく見ると小狛犬が下の方に 2 匹も！その後も何度か狛犬に出会い、これだけ狛犬が凝っているところも無いよね…と盛り上がりました。



満開の梅の前で

豆まきでテレビに映る大本堂の前に到着すると、大きな太鼓の音が響きます。朝のお勤めが始まったようで中をのぞくと結構な一般人が着座して祈りを捧げており、信仰の深さを感じました。

さて、本日メインの成田山公園はすぐ隣。ちょうど梅まつり開催中でとてもきれいな梅がいたるところ…香りが素晴らしい！ そんな華やかな雰囲気の中、梅の木に付いたウメノキゴケやノキシノブ、足元のノビルやオオイヌノフグリなどの地味な植物を紹介するリーダー M。実践は難しかったですが、スマホで小さな花を撮るときのテクニック講座も聞きながら、ゆったりと公園の池を回りました。最後の目的

地の滝に着くと…何と水が流れていない！でも散々和やかな庭園を歩いてきたおかげで、誰も文句は言わず、渇水のせいでしょうか、雨降ってないですね、山火事大丈夫ですかね…とリーダーの責任を問われることなく一安心。そうして新勝寺に戻ってくると、何と本日一番の満開の梅！ 青空をバックに最高の記念撮影になりました。なかなか見ごたえ歩きごたえのある公園でした。この時期の梅はもちろんのこと、池にかかる枝垂れ桜、カエデ…さらには巨大なサルスベリ。1年を通して楽しめそうです。



さあ、次は本日のメイン第二弾！酒蔵です。実は朝は場所を教えませんでした。聞いてみると何かすごく大きくあったという人と、え？全然気づかなかったという人が…この表参道

に造り酒屋があるとは意外と気づかないものなのです。いよいよ見学開始ですが、まずは白衣とヘッドキャップを身につけます。そして日本酒のできる順に解説を聴きながら見学します。本日の案内人は、リーダーの知人のYMさん。実際に酒造りに携わっている社員です。材料の紹介から、米の洗い方、もろみの作り方、発酵、濾過まで、すべてを見させていただきました！ 大吟醸がどれだけ贅沢なのかということも良く分かりました。そうして最後には、お店では絶対買えない、搾りたての日本酒の飲み比べ。雄町のお酒は特に美味しかった…でも、搾りたてなのでまだ製品になっていない！つまりお土産には買えないとのこと…それだけ貴重な体験をさせていただきました！

最後は居酒屋で、健康、山、アルプ、会長の話で大盛り上がり。またこんな風に出かけたいねと言ってお別れです。登山に不安がある方、ぜひハイキング企画にご参加ください。

コースタイム

成田駅(8:30)…成田山新勝寺(9:00)…成田山公園(9:10)…長命泉酒蔵(11:00)…成田駅(12:30)（解散）

その他活動報告

〇総会開催

新型コロナウイルス等の影響で令和元年以降、総会を開催しませんでした。新型コロナウイルスが5類以降になって1年が経過した6月23日に八千代台東南公民館で開催し

ました。下記の1～4号議案まで異議なく了承されました。また、山に登れない人が増えたので、ハイキング中心に活動しようとの意見が出されました。

- 議案：第1号議案 2020年度～2023年度活動報告に関する件
第2号議案 2020年度～2023年度会計報告に関する件
第3号議案 2024年度活動計画に関する件
第4号議案 役員改選に関する件

各種連絡事項

▲定期総会を開催します

下記の通り、定期総会を開催しますので、都合が付きましたら、ぜひご参加ください。

日時：令和7年6月28日 14:00～

場所：八千代台東南公民館 3階ロビー

議案：第1号議案 2024年度活動報告に関する件

第2号議案 2024年度会計報告に関する件

第3号議案 2025年度活動計画に関する件

編集後記

・会長のつぶやき

今年度からは、役員も世代交代して、少しずつ活性化していきたいと思っています。これまでの役員みなさまには深く感謝申し上げます。また、これからの山仲間アルプを支えてくださる新役員みなさまには、障害の有無にか

かわらず、共に登山やハイキングを楽しむ山の会として継続していただけるよう、よろしくお願いいたします。そして、これからの山仲間アルプをみんなで支えあい、楽しい会にしていきましょう。

・次回発行予定は、2026年4月頃を予定しています。

参加申し込みやお問い合わせは下記まで

〒276-0022 千葉県八千代市上高野 1161-1-208

山仲間アルプ 網干 勝

TEL.047-484-8308

障害の有無も、年齢も、男女も関係なく、みんなで山を楽しみたいね。自然は、誰に対しても平等だよ！！

