

西大和つうしん

2016年 1月号
No.403



<2015年12月13日:大洞山雌岳から雄岳を望む>

奈良県勤労者山岳連盟
西大和山の会

西大和つうしん

第403号(2016年1月号)

【目次】

| | |
|---------------------------------------|----|
| 1 月度山行計画..... | 1 |
| 1 月度・2 月度カレンダー..... | 3 |
| 山行・行事等参加メモ..... | 4 |
| 山行報告 | |
| ・自主山行 《11月22日》 室生赤目 曾爾高原(田中初)..... | 5 |
| ・例会山行 《11月29日》 大峰の山 滝山・天和山(藤井)..... | 6 |
| ・例会山行 《12月6日》 北摂の山 剣尾山(杉村)..... | 7 |
| ・講習会 《12月6日》 六甲の山 地獄谷～ピラーロック(今井)..... | 8 |
| ・自主山行 《12月6日》 布引山地 経ガ峰(村田)..... | 9 |
| ・例会山行 《12月13日》 室生火山群 大洞山・尼ヶ岳(杉村)..... | 10 |
| ・自主山行 《12月19日》 京都北山 棧敷ヶ岳(的場)..... | 11 |
| 室内例会だより(11/25)..... | 12 |

1 月度 例会 山行 計画

新春山行

～奇景が人気の岩稜コースを行く～

例会山行 1

◆2016年1月10日(日)◆須磨アルプス

〔L: 島崎/緊連: 藤本〕

【集合場所】王寺駅 AM8:00

【交 通】往路: 王寺 8:08 発～尼崎 9:06/18 発～須磨公園 10:11

復路: 板宿 15:04 発～尼崎 15:44/47 発～王寺 16:35

【コ ー ス】須磨浦公園駅～旗振山～柵尾山～横尾山～板宿

【歩行時間 3時間30分】

シーズン到来!

～霧氷バスで白銀の世界へ行きましょう♪～

例会山行 2

◆2016年1月17日(日)◆台高の山《三峰山》

〔L: 玉越/緊連: 田中悦〕

【集合場所】近鉄榛原駅: AM8:45 (霧氷号 9:15 発)

【コ ー ス】青年旅行村～(30分)～不動滝～(80分)～避難小屋・昼食～
(20分)～八丁平～(30分)～避難小屋分岐～(40分)～簡保小屋
～(40分)～青年旅行村

～本格的な雪山シーズン到来!!
鈴鹿の雪山で遊び、樹氷を堪能しましょう!!～
例会山行 1

◆2016年1月24日(日)◆鈴鹿の山《綿向山》

〔L：亀高/緊連：辻〕

【集合場所】上牧町役場前駐車場 AM6：30

【コース】8:30 御幸橋駐車場～8:55 表参道登山口～9:45 三合目小屋～
10:10 五合目小屋～10:50 七合目～11:50 山頂 12:00～12:45
七合目～13:15 五合目小屋(昼食) 13:45～14:05 三合目小屋～
14:50 表参道登山口～14:10 御幸橋駐車場

西大和山の会 カレンダー

| 1 月 | | 2 月 | |
|-----|---------------------|-----|--------------------|
| 1 | 金 | 1 | 月 |
| 2 | 土 | 2 | 火 県連理事会 |
| 3 | 日 | 3 | 水 |
| 4 | 月 | 4 | 木 ハイキングリーダー学校 |
| 5 | 火 県連理事会 | 5 | 金 県連登山講習会 |
| 6 | 水 | 6 | 土 県連実山行(堂満岳) |
| 7 | 木 県連女性委員会 | 7 | 日 ハイキングリーダー学校(実山行) |
| 8 | 金 | 8 | 月 |
| 9 | 土 | 9 | 火 |
| 10 | 日 ◆例会山行1 須磨アルプス(島崎) | 10 | 水 |
| 11 | 月 | 11 | 木 |
| 12 | 火 | 12 | 金 |
| 13 | 水 | 13 | 土 |
| 14 | 木 | 14 | 日 ◆例会山行1 伊吹山(杉川) |
| 15 | 金 | 15 | 月 |
| 16 | 土 | 16 | 火 県連常任理事会 |
| 17 | 日 ◆例会山行1 三峰山(玉越) | 17 | 水 『西大和つうしん』3月号原稿締切 |
| 18 | 月 | 18 | 木 |
| 19 | 火 県連救助隊総会 | 19 | 金 |
| 20 | 水 『西大和つうしん』2月号原稿締切 | 20 | 土 |
| 21 | 木 | 21 | 日 ◆例会山行2 明神山(田中悦) |
| 22 | 金 | 22 | 月 |
| 23 | 土 | 23 | 火 |
| 24 | 日 ◆例会山行1 綿向山(亀高) | 24 | 水 室内例会(PM7:30~) |
| 25 | 月 | 25 | 木 県連臨時理事会 |
| 26 | 火 県連救助隊総会 | 26 | 金 |
| 27 | 水 室内例会(PM7:30~) | 27 | 土 |
| 28 | 木 県連臨時理事会 | 28 | 日 ◆例会山行1 霊仙山(的場) |
| 29 | 金 | 29 | 月 |
| 30 | 土 | | |
| 31 | 日 | | |

山行・行事等参加メモ

| 入会順 | | 12/23 室内例会 | 1/10 須磨 アル プス | 1/17 三峰 山 | 1/24 綿向山 | | | |
|-----|------|---------------|------------------------|-----------------|-------------|--|--|--|
| 1 | (窪田) | | | | | | | |
| 2 | 都築 | ○ | | ○ | | | | |
| 3 | 藤井 | | | | | | | |
| 4 | (石田) | | | | | | | |
| 5 | 多賀 | | | ○ | | | | |
| 6 | 田中悦 | ○ | ○ | 緊急 | | | | |
| 7 | 島崎 | ○ | L○ | ○ | ○ | | | |
| 8 | 田中初 | ○ | ○ | | | | | |
| 9 | 村田 | | | | | | | |
| 10 | 林 | ○ | | ○ | △ | | | |
| 11 | 辻 | ○ | ○ | | 緊急 | | | |
| 12 | 勝尾 | ○ | ○ | ○ | ○ | | | |
| 13 | 藤本 | ○ | 緊急 | ○ | | | | |
| 14 | 杉村 | ○ | ○ | ○ | △ | | | |
| 15 | 高橋 | ○ | ○ | ○ | | | | |
| 16 | 玉越 | | | L○ | | | | |
| 17 | 的場 | ○ | ○ | ○ | ○ | | | |
| 18 | 杉川 | ○ | | ○ | | | | |
| 19 | 阪口 | ○ | | | ○ | | | |
| 20 | 橋本 | ○ | ○ | | | | | |
| 21 | 今井 | ○ | △ | △ | ○ | | | |
| 22 | 亀高 | ○ | | ○ | L○ | | | |
| 23 | 松浪 | ○ | | △ | | | | |
| 24 | 亀井 | ○ | | ○ | ○ | | | |
| 25 | 船江 | | | ○ | ○ | | | |
| 26 | 野路 | ○ | △ | ○ | ○ | | | |
| 27 | 竹川 | | | | | | | |
| 28 | 森川 | ○ | ○ | | ○ | | | |
| 29 | 中 | | | | | | | |
| | 合計 | | | | | | | |

自主山行 室生赤目《曾爾高原》

【日 程】 11月22日(日)曇り

【参加者】 L 藤井・S L 杉村・田中悦・田中初・村田・杉川・橋本
松浪・森川・中

【コース】 駐車場(8:35)～亀山峠(9:00)～展望広場(9:20)～日本ボソ(9:35/45)～倶留尊山(10:18/30)～日本ボソ(11:00)～展望広場(11:20/12:00)～亀山(12:37/47)～駐車場(13:00)

紅葉の季節と三連休のためか駐車場に着くと、もう数十台の車が駐車されていた。

一面ススキの遊歩道を、伝説のお亀池から長い階段を登り、体がポカポカ暖かくなってきた頃に亀山峠に到着。そこから岩が露出した道を登って行くと展望広場で、雄大な曾爾の山々が見渡せた。

山容の美しい倶留尊山が望める日本ボソで一息入れていると、管理人さんが、モノレールで登って来られ入山料(500円)を支払ってから、ロープが取り付けられている急で滑りやすい道を下り、シャクナゲの群生地を過ぎ、岩場の急登を一登りすると倶留尊山に着く。

登りでは気が付かなかったが山の東側は断崖で、日本ボソ山頂から少し下ると、イワシの口という場所があり、麓の集落から見上げるといわしが口を開けている様に見えることから名付けられたと管理人さんから教わる。

展望広場で昼食後、亀山峠まで下ると朝以上に大勢のハイカーで賑わっていた。峠から亀山へ登り返し山頂で腰をおろしてゆっくり休憩してから、僅かに残っている紅葉の木々の中を通り、駐車場に戻ってくると駐車待ちの車の列。お亀の湯で入浴予定だったが、たぶん混んでいる様なのでまたの機会とする。

紅葉は終わりかけで残念だったが、晩秋の景色に癒されました。



(記・田中初)

例会山行

大峰の山《滝山 1141m ～天和山 1285m》

【日 程】 11月29日(日) 晴れのち曇り

【参加者】 L 杉川、田中悦、島崎、林、亀高、今井、阪口、橋本、船江
野路、藤井(11名)

【コース】 高野辻(8:00)～登山道入口(8:14)～滝山(9:25/34)～
和田道分岐(10:36/43)～川瀬峠(10:48)～天和山(11:24/
12:08)～川瀬峠(12:36)～和田道分岐(12:36)～滝山
(13:34)～高野辻(14:56)



登山口の高野辻はヘリポートがあり大峰の絶好の展望地となっている。数日前の冷込みで冠雪した山々が美しかった。今日の目的地の天和山はるかかなたに見える。果たしてたどり着けるかどうか・・・高野辻はすでに標高1030Mもあり、天和山との差は300Mもないがアップダウンの連続らしい。

しばらくは荒れた林道を歩き登山道に入る。木々がすっ

かり葉を落とした尾根道は明るく眼下に広がる雲海を眺めながら、ふかふかの落葉を踏みしめて歩く。ところどころに雪が残っていて久しぶりに雪の感触を味わう。

滝山を通過すると下っては登りの繰り返しの連続となる。道迷いをしやすいとの情報を事前にいただいて各自、地図を見ながらルートを確認しながら歩く。川瀬峠を過ぎると天和山まであとひと登り。予定していたより早く到着できた。

山頂から南側に少し下った斜面で昼食にする。風も当たらず暖かくひと月前に歩いた釈迦岳から弥山、稲村岳までの大峰主稜線が展望できる。雪をかぶった峰々がキラキラ輝いて本当に美しい。重いリュックを背負って歩き通せたものと感慨にふける。この角度から見ると稲村ヶ岳が切り立った猛々しい姿に見えた。

下山は来た道を引き返す。行きはよいよい帰りは何とかでまたアップダウンの繰り返し。だんだん疲労してきているので、落葉の積もった道は滑りやすく気を引き締めて歩く。行きは尾根を歩いたが林道を横切った地点から林道を歩いて帰る。大峰の大展望を堪能できた一日だった。(記：藤井)

例会山行 北摂の山《剣尾山 754m》

【日 程】12月6日(日) 曇り

【参加者】L 杉村、SL 田中悦、辻、森川、高橋、藤井、阪口、田中初、中、船江
(計:10名)

【コース】登山口 8:55～石仏巨岩 9:10～行者山 9:40～六地藏 10:28～
剣尾山 10:50/11:26～横尾山 12:05～林道 13:25～登山口 13:30

2月になり紅葉も終盤であったが、まだ少し色鮮やかな木々を見ながらの山行が出来た。

登山口より長い急な階段を上ると魔崖仏の巨岩があり、はっきりと仏像を見る事が出来た。そこで右の道は本道、左は行者道となっている。私達は面白いと聞いていた行者道コースを進む。直ぐに胎内くぐり岩があったが、狭くてとても通る事は出来ず、巻道を行く事とした。巻道にはロープがあり僅かだった



が大変急な登りがあり西の覗きへの大岩に出た。展望はいいが狭い石の上写真を撮って、早々と退散。その後踏み跡が殆ど無い道となってしまう、探しながら進むと何とか開けた所に出た。さらに登ると行者山に行くはずだったが、本道との合流点に出たところは行者山山頂より10mぐらい先であったので見過ごしてしまう、遠くから小さな案内板を見たのが、後であれが山頂でしたとTさんから聞くことになる。

本道から落葉を踏みしめ気持ちよく歩く。緩やかなアップダウンの道は大阪環状自然歩道と書かれてある。暫く進むと長い急な階段が六地藏へと続く。お地藏さまに挨拶をして月峰寺跡地へ。広大な土地であった事をしのばれる多くの遺跡が残っていた。其れを過ぎると急なのぼりとなり剣尾山山頂へ。山頂は広場になっていて椅子もある。山頂の大岩から360°の眺望は近くの山は見る事が出来たが遠くまでは出来なかった。案内板には愛宕山、若狭など書かれていたので、「こんな遠くから日本海を見たかったなあ～」とFさんと話す。食事を済ませ私達は下山開始の時、ツアーと思しき元気な女性群が登って来た。

下山は皆さん軽やかに笹の原を進み横尾山手前の急登も元気に通過。山頂は展望があまりなく僅かの休憩で下山へ、そして幾つかの巨岩、大岩がある山道を鹿よけのフェンス沿いに下る、途中少し脇道を入ったところに岩の展望台があり、今日歩いてきた剣尾山から横尾山の尾根を見る事が出来少し感動した。(記:杉村)

県連登山講習会第3回
初級アルパイン登山講習会②(アイゼン・ピッケル・トレーニング)
六甲の山：《地獄谷～ピラーロック》

【日 程】12月6日(日)曇り一時晴れ

【講 師】中武佳史(奈良労山)

【受講者】杉川・今井 / 藤田和美(奈良労山)(計4名)

【コース】阪急芦屋川駅～高座の滝～荒地山～ピラーロック～地獄谷～高座の滝
～阪急芦屋川駅



地獄谷入口で全ての装備を付け、岩を乗り越え荒地山登山道に入る。他の登山者に道を譲りながらピッケルの使い方等を教わりながら荒地山からピラーロックへ。

ピラーロックではピッケル、アイゼンワーク等の復習や耐風姿勢の取り方等教わり、昼食を摂った後、地獄谷へと下降する。アイゼンを引っ掛けないように集中して濡れた岩場を下る。

広い場所に出ると立ち木を利用し

てランニングビレイの取り方、プルーシックでの通過の仕方、また肩確保、腰確保の方法等丁寧な指導を受けた。ここから懸垂下降で降りるとNさんの指示。

この先は二段の滝になっており一段目は何とか下れそうだが二段目の先は切れ落ちていて見えない。まずSさんが行く。切れ落ちた手前で下の確認に余念が無い。続いてFさん、岩、沢の?十年の超ベテラン。そのFさんが切れ落ちた所でロープに振られ逆さ状態になり苦労された。その様子を見た新米の私は恐怖心一杯。Nさんの助言でプルーシックで確保しながら降り始めるがプルーシックを持つ手に力が入る。降り始めると少しづつ勘を取り戻し、何とか無事に降りれてホットしていると講師のNさんが身軽にスイスイと。



途中、一枚岩でアイゼンの爪を使っての登り方を復習したり、大きな岩場で腰確保して貰ったりしながら下りた後は、装備を解き、お茶等してゆっくりとした時間も過ごした。

以前登った時と同じ地獄谷とは思えない岩場の下りの難しさ、またザイルワークの復習の大事さを痛感した講習山行になった。

いつも根気よく教えて下さる講師Nさんに感謝です。

(記：今井)

自主山行 布引山系 ‹経ガ峰 819M›

- 【日 程】 12月9日(水) 晴れ
 【参加者】 L 島崎、阪口、今井、野路、村田(計5名)
 【コース】 佐味田川駅(8:00)～細野(長野神社)
 登山口(10:00)～600m標識(11:00)～穴倉分岐(11:05)～山頂(11:25～12:30)～登山口(13:30)～目なし地蔵
 ～登山口駐車場(14:30)

平日、申し分ない小春日和とあって、西名阪は混んでいた。参加者一人ひとりをピックアップしてもらって、快適なドライブ。

芸濃インターで名阪国道を下り、しばらくは車での“ツール・ド・経ガ峰”を楽しんだ。グルリ！と山麓をまわったかな？163号線に出会ってからは棚田の開けた里山に入り細野の登山口はすぐだった。かつて、このあたりを治めていた“長野氏”の家臣が山頂に般若経の経文百巻を埋めたという伝説から、この名があり、地元の人々にたいそう人気があるらしい。山頂に至るルートが縦横多く開かれていることからそのことが伺える。今回、その中の細野コースを採った。



目なし地蔵手前に広がった場所があり、駐車<6～7台はOK>登山口(375M)は車道脇すぐであり、植林の中へ。手入れの行き届いた立派な杉林の中、幅広く、落ち葉、枯れ枝でクッションの心地いい道が続く。最短コースだけにやや急登。古い板に書かれた標識と、10cm四方の黄色い金属製の立派な標識とが混在しており道に迷うことはまず、ない。穴倉コースへの分岐からほどなく視界がひらけ前方に経ガ峰、左手に青山高原の風車が見えはじめる。

馬酔木と芝にかこまれた山頂は、まあるか、あかるく、360度の展望、空が高い！気持ちがおおらかに。立派な展望デッキ、案内盤、あずまや、ベンチ、開発の安全を祈願した観音像とにぎやかだ。足下に津の市街地、伊勢湾、北に錫杖、鈴鹿の山並み、東に雪で白くなった北アルプスの山稜が。テント泊か別ルート(山出)の山頂直下250Mにある泊も可能という”休養施設“を使うと、素晴らしい日の出がみられるのでは！！

“甘党の店、島崎“でぜんざいご馳走になり、トントントンと下山してからは、山麓で”喫茶西大和“でお茶タイム。公開山行の候補地になるのでは？と近くを下見、目なし地蔵へ足を延ばす。植林と紅葉の自然林のコラボも美しい山だった。雪の頃にまた来たいね！と、ルート広げたら公開山行は？などと話してる間に西大和はすぐだった。

今年最後の例会山行に参加できなくなり、事実上私の納山登山となった経ガ峰。色々、もひとつ、色々あった今年、皆様お世話になりました。来年もどうかよろしく！で

(記：村田)

例会山行

室生火山群《大洞山雄岳 1013m 雌岳 985m
尼ヶ岳 957.6m 》

【日 程】 12月13日(日) 曇り

【参加者】 CL 島崎、(A班:L) 辻、(A班:SL) 玉越、田中初、阪口、今井、
亀井、(B班:L) 田中悦、(B班:SL) 藤井、林、的場、船江、森川、
橋本、杉村 (計 15名)

【コースタイム】 倉骨峠(登山口) 9:13~雄岳 10:03/10:13~雌岳 10:40/10:45
~林道分岐 11:07~東海自然歩道林道出合の東屋 11:15/11:50~
倉骨峠 12:45/12:50~大タワ 13:00~尼ヶ岳 13:40/13:52~倉
骨峠 14:40

倉骨峠まで少しわかりにくく深山と言う感じがしたが、しかしこの山は東海自然歩道があると言うだけあって山道も案内板も木々の説明もしっかりとしていた。

前日のゴーゴー体操での研修で教わった軽いストレッチを実践する。

大洞山はいきなり階段の急登から始まるがストレッチの効果があったのか少し楽かな。其のうち周りの景色が見え出すと足の疲れも取ってくれる

に充分なほど雲海から見える絶景は素晴らしかった。倶留尊山、二本ボソ、古光山、高見山などの山並み、最高のコントラストで何度も立ち止まる。それは美しかった。これから登る尼ヶ岳も雲海の中から頭を出していた。長い急勾配の道を過ぎると大洞山雄山山頂となり展望もよかった。10分ほど進むと雌岳山頂がある。後ろには雄岳が雲海の中から良く見える。

僅かの休憩を取って滑りやすい岩苔が美しい石畳を注意しながら進む。もののけ姫の神秘の世界の様な気持ちもする。自然林と苔のオゾンを感じる分頂きながら三多気大洞コースの登山口林道に、そして道を横切り下る。枯葉を踏締め昼食を取った東屋の林道迄幾つかの階段を下りた。

昼食後ストレッチをして身体をほぐし尼ヶ岳に出発するが直ぐに急勾配の階段が続く。そして山頂直下の急登の山道には疲れた。下山道もピストンに近いコースなので急な階段を滑らない様に慎重に下り倉骨峠に戻ってきた。(記:杉村)



自主山行 京都北山《棧敷ヶ岳 895.8m》

【日 程】12月19日(土) 雨時々曇のち曇り

【参加者】L的場、藤井、今井(計:3名)

【コースタイム】岩屋橋(8:51)～薬師峠(9:47)～岩茸山(10:40)～
棧敷ヶ岳(11:23/53)～ナベクロ峠(12:23)～祖父谷峠(12:46)
～岩屋橋(14:17)



京都北山の棧敷ヶ岳を歩いてきました。11月の例会山行が雨で流れたため、どうしても今年中に終わらせなかった山なので、自主山行を出させてもらった。例会山行では電車になっていましたが、今回は車で行くことにする。高速を飛ばし、上鳥羽ICからまっすぐ北へ走らせる。岩屋橋に近づくとつれ、ポツリポツリ雨が落ちてくる。岩屋橋に到着するころには、しっかりと雨が降ってきた。

さて、雨の中の登山が残念なわりには、久しぶりに雨具をつけることがなんとなく楽しそうなメンバーもいるなか、身支度を整え出発。舗装道路をしばらく行くと、途中、脇道方向に棧敷ヶ岳への標識が出てくるが、ここを行くと薬師峠を通らないコースになるので、志明院まで行く。志明院の駐車場まで来ると、手前に細い緩やかな登りの山道があり、そこを登って行く。さらに、小さい溪流と登山道とが一緒になっている、歩きにくい道を登っていく。しばらく行くと、薬師峠の六地藏が現れる。この峠を右おれして少し登ると、ミステリーサークル風の円形の墓石群があった。

天気は徐々に小雨から曇に変わっていく。そして、少しずつ積雪の登山道となっていく。岩茸山への分岐から20分ほどで岩茸山頂に到着。この辺りまで来るとかなり雪が多くなる。今シーズン初めての雪山！ちょっと早いクリスマスプレゼントに、心は自然と子供のようにウキウキとなっていた。

岩茸山を過ぎて、林道と並行した登山道を、目印を探しながら進む。しばらく行くと、開けた場所に「ガーン」と鉄塔が建っていた。雪景色の中に、向かいの山へ高圧線が伸びている。鉛色の冬空遠くに山並みが見える。そこからさらに北へと進むと棧敷ヶ岳の山頂に出た。ここで昼食。頂上周辺には樹木があるため、それほど風もない。あったかいコーヒーがありがたい。長くいると寒いので昼食休憩を早めに切り上げ、ここから更に北へと進む。

時折コンパスで方向を確認しながら、ナベクロ峠を目指す。道迷いもなく、ナベクロ峠に出ると標識も2つほどあった。あとは高圧線に沿って下っていくと、徐々に開けてきて祖父谷峠に出る。

ここまでくると、ほぼ今日の山行は終わりである。ほどなく砂防ダムが出てきてそこからは、祖父谷林道の杉木立の中をのんびり山談義に花を咲かせながら、本日の山歩きは無事終了いたしました。(記: 的場)

室内例会だより

【日 時】2015年11月25日(水) 19:30~20:45 事務所

【出席者】藤井、多賀、田中悦、島崎、田中初、村田、林、辻、藤本、杉村、高橋、玉越、的場、杉川、坂口、今井、亀高、亀井、船江、中、橋本

1. 山行案内

11月29日(日) 例会山行 1 大峰前衛の山 《滝山 1,140.5m~天和山 1,284.8m》 L 藤本

12月 6日(日) 例会山行 1 北摂の山 《剣尾山》 L 杉村

12月13日(日) 例会山行 2 伊賀伊勢の山 《大洞山 1,013m・尼ヶ岳 957.7m》 L 島崎

2. 山行報告

10月22日(木)~23日(金) 自主山行大杉谷~大台ヶ原<日出ヶ岳 1,695.1m> L 島崎 3名

10月25日(日) 県連交流山行<大普賢岳> L 林 11名

10月30日(金)夜~11月1日(日) 自主山行 大峰奥駈道Ⅲ<前鬼林道ゲート~太古の辻~釈迦ヶ岳~楊子の宿~八経ヶ岳~弥山~行者隧道西口> L 藤本 9名

11月11日(水) 自主山行 鈴鹿の山<藤原岳> L 島崎 3名

11月15日(日)~27日(日) 例会山行紀泉の山 犬鳴山<高城山 649m> (雨天の為公開山行から変更) L 辻 14名 (ゲスト 2名)

11月22日(日) 自主山行 大峰の山<大普賢岳 1,779.9m~七曜岳 1,584m> L 的場 5名

3. 山行ヒアリハット報告

- ・10月22日~23日 大杉谷 平等岨つり橋付近にて道迷い早くに気づき正規の道に戻る。
- ・11月30日~11月1日大峰奥駈 1名体調不良で足が不安定になるが、体調は回復し自力歩行できた。今後二次的な事故を防ぐ為にも当事者がパーティに状態を早く知らせ荷物を分散するなど対処した方がよいと思う。
- ・11月22日(日) 大普賢岳 国見岳付近にて、1名足の痙攣が起こりかけペースを落とし歩行する。大事に至らず下山できた。

4. 連絡その他

① 県連女性委員会主催 山筋ゴーゴー体操講習会

日 時 12月12日(土) 13:00~17:00

場 所 大和郡山市民交流会館

参加予定者 島崎・野路

体力低下による事故防止の大切さを考えると、もっと多くの方が参加すべき講

習なので再度考え申し込んでください。

② 日程変更のお知らせ

- 2015年度総会 3月20日(日)から3月27日(日)に変更。
- 3月27日の例会山行(桧塚奥峰/L 杉村)を3月20日に変更。
- 来年度の8月11日「山の日」は、7月・8月の月例会と暑気払いを行う。

★ 10月11日 百里ヶ岳で怪我された多賀さん出席され経過報告されました。少しずつ良くなられているとのことです。山行に参加されるのも間近かな😊。早く回復されます事願っております。

(記：橋本)

西大和つうしん

第403号(2016年1月号)

2015年12月23日発行

発行責任者 島崎 隆

編集責任者 的場喜義

奈良県勤労者山岳連盟 西大和山の会

〒636-0003 奈良県北葛城郡王寺町久度 1-9-32

窪田友男方

TEL・FAX 0745-72-2876

<http://www.nishiyamatoyama.com/>