

西大和つうしん

2019年1月号

No.439



最明寺滝付近の美しい紅葉のお庭《2018.12.2.中山連山にて》

奈良県勤労者山岳連盟

西大和山の会

西大和つうしん

第439号(2019年1月号)

【目次】

1 月度山行計画.....	1
2 月度山行計画.....	2
1・2 月度カレンダー.....	3
山行・行事等参加メモ.....	4
山行報告	
・例会山行2 《11/25》 大峰山系 稲村ヶ岳・大日山(上田).....	5
・例会山行1 《12/2》 北摂の山 中山連山(藤井).....	6
室内例会だより(11/28).....	7

1 月 度 山 行 計 画

～新春恒例、六甲山系から明石海峡までの大展望が楽しめる！！～

例会山行1 丹生山系 《帝釈山 586m～稚児ヶ墓山 596m》

【日 程】1月6日(日) (L島崎)

【集 合】JR王寺駅 7:30(7:40 発に乘車)

【交 通】王寺 7:40⇒8:13 西九条 8:23⇒(阪神)⇒8:58 神戸三宮/三宮(神戸市営)9:08⇒9:18 谷上
9:25⇒9:28 箕谷 9:38⇒(神戸市営バス 111系)⇒9:50 丹生神社

(復) 箕谷 16:33⇒16:35 谷上 16:37⇒16:47 三宮(神戸市営)/三宮(阪神)17:00⇒(阪神)⇒
17:32 梅田/大阪 17:43⇒18:19 王寺

【コース】丹生神社～(70)～丹生山～(40)～帝釈山～(50)～双坂池～(40)～稚児ヶ墓山～(80)～箕
谷駅

※ 歩行距離：12km、歩行時間：約5時間、高低差：約400m

～高見山地の雄峰に冬の霧氷を求めて～

例会山行2 台高山脈 《三峰山 1,235.4m》

【日 程】1月27日(日) (L林)

【集 合】近鉄榛原駅 8:46

【交 通】新王寺 7:40⇒8:02 西田原本/田原本 8:12⇒8:16 大和八木 8:30⇒8:46 榛原

【コース】榛原駅(9:15)⇒(樹氷号バス)⇒青少年旅行村(10:20)～不動滝登山口(10:50)～避難小屋
(12:10/40 昼食)～三峰山(13:00)～八丁平(13:30)～三畝峠(13:40)～避難小屋(14:00)～休
憩小屋(14:30)～青少年旅行村(15:00/15:30)⇒(霧氷号バス)⇒榛原駅(16:30)

※ 歩行時間：約6時間

2 月 度 山 行 計 画

～信仰の山を登る 保津峡の溪谷美も～

例会山行1 北摂山系 《愛宕山 924m》

【日 程】2月3日(日) (L永井)

【集 合】JR 王寺駅 6:30 (6:40 発 大阪行に乗車)

【交 通】王寺 6:40⇒7:19 大阪/阪急梅田 7:30⇒(阪急京都線)⇒8:05 桂 8:18⇒8:25 嵐山 8:42⇒
(京都バス)⇒8:56 清滝

(復) 保津峡 15:28⇒(JR 嵯峨野線)⇒15:49 京都 16:03⇒16:49 奈良 16:59⇒17:14 王寺

【コース】清滝バス停(二の鳥居)～(70)～五合目小屋～(40)～水尾分かれ～(30)～黒門～(10)～愛
宕神社・山頂～(40)～水尾分かれ～(40)～水尾の里～(40)～JR 保津峡

※ 歩行時間：約 5 時間



～女性委員会だより～



❁ 山筋ゴーゴー体操講習会を開催します！

山筋ゴーゴー体操、続けておられるでしょうか？ 続けることはなかなか難しいですね。
続けておられる方も、正しいフォームでしているかどうか、今回チェックしてみましょう。
そして、トレーニングを続けてケガの無い山行を目指しましょう。もちろん、男性会員の方も奮って参加してください。

日 時：2019年1月26日(土) 13:30～15:30

場 所：大和郡山市市民交流会館

持ち物：銀マット(またはタオル)、飲物、動きやすい服装・靴、山筋ゴーゴー体操のテキスト
(ない方は、200円で販売)

申込み：各会女性委員まで または 藤田和美(0742-34-0452)

※ 申込み締切り 1月19日(土)

西大和山の会 カレンダー

1 月		2 月	
1	火		1 金
2	水		2 土
3	木		3 日 例会山行1《愛宕山》(永井)
4	金		4 月
5	土		5 火 県連理事会
6	日 例会山行1《新春山行・稚児ヶ墓山》(島崎)		6 水
7	月		7 木
8	火 県連理事会		8 金
9	水		9 土
10	木		10 日
11	金		11 月
12	土		12 火
13	日		13 水
14	月		14 木
15	火		15 金
16	水		16 土
17	木		17 日
18	金		18 月
19	土		19 火
20	日		20 水 西大和つうしん原稿締切
21	月		21 木
22	火 県連救助隊総会		22 金
23	水 西大和つうしん原稿締切		23 土
24	木		24 日 例会山行2《金剛山》(島崎)
25	金		25 月
26	土 県連山筋ゴーゴー体操講習会		26 火
27	日 例会山行2《三峰山》(林)		27 水 2月度室内例会
28	月		28 木
29	火		
30	水 1月度室内例会		
31	木		

山行・行事等参加メモ

No	氏名 (入会順)	12/23	1/6 例会1	1/27 例会2	2/3 例会1			
		室内 例会	稚児ヶ 墓山	三峰山	愛宕山			
1	(窪田)							
2	都築							
3	藤井							
4	(石田)							
5	田中悦							
6	島崎		LO					
7	田中初							
8	村田							
9	林			LO				
10	勝尾							
11	藤本							
12	杉村							
13	高橋							
14	玉越							
15	橋本							
16	亀高							
17	船江							
18	野路							
19	中							
20	杉森							
21	上田							
22	永井				LO			
23	川田							
24	岩田							
25								
26								
27								
	合計							
	緊急 連絡先							

L:リーダー、○:参加、◎:車

※室内例会時点での参加予定であり、その後変更されることがあります。

山行報告

例会山行2 大峰山系 稲村ヶ岳 1,726m・大日山 1,689m

【日 程】11月25日(日) 晴れ

【参加者】L野路・SL杉村・船江・中・永井・上田(6名)

【コースタイム】母公堂(8:20)～法力峠(9:15)～山上辻(10:40/55)～大日山(11:20/45)～稲村ヶ岳(12:00/45)～大日山(12:55)～山上辻(13:15/30)～法力峠(14:35)～母公堂(15:30)

母公堂の登山道入口は土砂崩れ復旧工事のため、迂回路のはしごが架けてある。きれいに手入れされた杉木立の中を程よい傾斜で上り始める。1時間弱で観音峰と稲村ヶ岳の分岐、法力峠に出る。稜線を西に目を走らせると、黄色く輝くススキの原が見えてくる。観音峰だ。よく見るとポツンと石碑も立っている。

淡々と枯れた谷を渡り、落葉した木々の間を抜けていくと前方に釣鐘のような形をした大日山と稲村ヶ岳が見えてくる。登山道には霜柱や



最近降ったと思われる残雪が現れだした。紅葉の季節は過ぎ去り、冬山の始まりを感じる。休憩ポイントの山上辻に到着。稲村小屋が建っているが現在施錠されていて使用不可。有料トイレ(100円)は使用可能である。

山上辻は大天井ヶ岳、山上ヶ岳、大普賢岳に続いている。ブナ林をしばらく歩くと大日山の分岐に着く。ザックをデポし、頂上へ。キレットから下を覗くと足がすくむ。傾いた木の階段は凍てついて滑りやすい。鎖、ロープがつけてある。10分程で到着。大日山山頂には祠があり大日如来が祭られている。少々険しい岩稜の山だった。

登山道へ戻り、稲村ヶ岳へ向かう。シャクナゲが群生している。開花シーズンは見事だろう。岩場にはツ

ラ、登山道は雪が解けずに残っている。12時、展望台のある稲村ヶ岳山頂に到着。360度の大パノラマだ。大峰の山並みが一望できる。遠く生駒山、二上山、葛城山、金剛山。ススキの観音峰もよく見える。天気も良い、風も優しい、日差しが温かい。ゆっくりと時間が流れる。名残おいしいけれど冬の陽は短い、来た道を母公堂まで戻ることにする。

注意：母公堂前の広場にはトイレがあるが、朝8時到着時は施錠されていて使用できない。

(記：上田雅子)



例会山行1

北摂の山 中山連山 最高峰 478.2m

【日 程】12月2日(日) 晴れ

【参加者】L 船江・SL 杉森・藤井・島崎・勝尾・高橋・亀高・野路・中・岩田(10名)

【コースタイム】阪急山本駅(9:05)～最明寺滝(9:32)～紅葉の庭(9:50)～岩場(10:30)～満願寺西山(10:51)～中山(12:08/42 昼食)～中山寺奥ノ院(13:22)～夫婦岩(13:54)～中山寺(14:25/40)～阪急中山観音駅(14:45)

12月とは思えないほどの暖かい晴天の一日だった。阪急山本駅から住宅地を抜け、30分も歩くと苔むした沢沿いの道になり、修行の場でもある最明寺滝に着く。荘厳な雰囲気気が引き締まる思いがする。コースに戻り、リーダーご推奨の紅葉の庭に立ち寄る。個人のお庭のようでは中に入らなかったが、見事に色づいた紅葉をのぞき見した。

なだらかに登り住宅地が近づくあたり



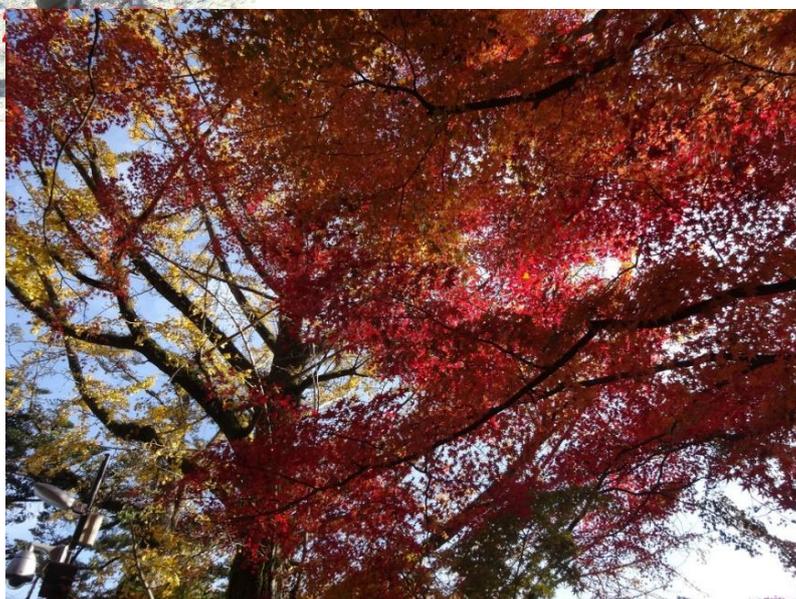
に突然岩壁が現れる。宝塚ロックガーデンと称される岩山は滑りやすくなく、登るにつれて展望がどんどん広がってきてとても爽快だ！！

岩山を通過するとおだやかな尾根道になり、左右にゴルフ場や住宅地を眺めながら歩く。途中展望のいい所を何か所か通過して最高峰の中山までひたすら歩く。意外に距離があり、空腹もあって先を急ぐトップとの間が空いてしまった。

中山で昼食の後、下りで立ち寄った中山寺奥ノ院は紅葉の真っ盛りで、見事に色づいたかえでの美しかったこと。ゴールの中山寺は最近改装されたのか、色鮮やかで五重の塔は紫色が使われていてあでやかだった。たくさんの方が参拝に訪れていた。

500メートルに満たない里山だったが滝あり岩場あり展望あり、おまけに紅葉も楽しめ、変化に富んだほっこり山行になった。

(記：藤井益子)



室内例会だより

【日 時】2018年11月28日(水) 19:30~20:50 事務所

【出席者】藤井、田中悦、島崎、村田、林、勝尾、杉村、橋本、亀高、野路、中、杉森、岩田、都築(記録)

1. 山行計画

- 12月 2日(日) 例会山行1 北撰の山《中山連山》……………L 船江
12月 16日(日) 例会山行2 鈴鹿の山《雨乞岳》1,238m……………L 杉森
1月 6日(日) 例会山行1 丹生山系《帝釈山 586m~稚児ヶ墓山 596m》……………L 島崎

2. 山行報告

- 10月 20日(土)~21日(日) 自主山行 福井嶺北の山《浄法寺山・荒島岳》L 野路……………5名
11月 11日(日) 例会山行1 公開山行 金剛山地《二上山》L 橋本……………会員11・一般6/計17名

3. 連絡その他

★本会より

・県連行事について

県連より、今後、テーピング講習会、救命救急法講習会、ハイカーのための搬出講習会及び広域捜索訓練等の行事を各会で持ち回りしてはどうかという意見が出ている。このうちテーピング講習会については、県連女性委員会が実施することになったとのことで、他の3件について、西大和山の会としての意見を検討した結果、以下の意見に集約された。

①救命救急講習会

会として引き受けた場合、講習は地元の消防署に依頼し、場所の確保をするなどによって、講習会の実施は可能。

②ハイカーのための搬出講習会

会のメンバーが講習を実施することには無理があり、搬出の講習には県連のサポート体制が必要。県連からのサポートがあれば、会が場所の確保をするなどで講習会を実施することは可能。

③広域捜索訓練

会として捜索訓練を主催することには無理がある。参加するのみ。また、現実に事故や行方不明者が出た場合に捜索に加わることは想定しにくいとの意見も出た。

・ダニによる感染症報告

40代女性。六甲山系においてダニに咬まれた後、感染症にかかり高熱で死亡。他にもダニに咬まれた後、紅斑症に罹患した報告もあり。

・12月度室内例会・忘年会の日程

先月の室内例会で12月の室内例会・忘年会を12月23日から24日にする提案があったが、会員の意見を聞いた結果、12月23日に決定する。また、当日の午後1時より運営委員会を開催する。

以上

西大和つつしん

第 439 号 (2019 年 1 月号)

2018 年 12 月 23 日発行

発行責任者 島崎 隆

編集責任者 亀高 茂

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.info/](http://www.nishiyamatoyama.info/)