

西大和つうしん

2023年9・10月号
No.475



大峰山脈の峻峰迫力ある大菅賢岳〈2023.6.18〉

奈良県勤労者山岳連盟

西大和山の会

西大和つうしん

第475号(2023年9・10号)

【目次】

9月度山行計画	1
10月度山行計画	3
9・10月度カレンダー	4
山行・行事等参加メモ	5
山行報告	
・例会山行2 《6/18》 大峰山脈 大普賢岳～七曜岳周回(岡嶋)	6
・例会山行2 《6/25》 鈴鹿山脈 国見岳(佐々木)	7
・例会山行1 《7/2》 金剛山地 金剛山(橋本)	7
・自主山行 《7/15-17》 南アルプス 甲斐駒ヶ岳・仙丈ヶ岳(玉野・岩田)	8
・例会山行2 《7/16》 中国山地 笠形山(上田)	10
・自主山行 《7/22》 生駒山地 生駒山(岩田)	11
・自主山行 《8/1-4》 北アルプス 立山三山～大日岳(上田・藤井)	12
・自主山行 《8/1-5》 北アルプス 槍ヶ岳(表銀座縦走)(岩田・永井)	14
2023年度第1回運営委員会議事録	16
室内例会だより(6/11)	17

9月度山行計画

～百名山：大台ヶ原・日出ヶ岳へ涼みに行こう！～

体験山行対象

例会山行1 台高山脈 《大台ヶ原・日出ヶ岳 1,695m》

【日程】9月3日(日) (L亀高)

※参加者はリーダーまで申込み(8月20日締切り)

【集合】JR王寺駅南口 5:45 または 上牧町役場前駐車場 6:00

または 佐味田川駅 6:10

【コース】大台ヶ原駐車場(8:30)～日出ヶ岳(9:10)～正木ヶ原(10:00)～大蛇ヶ(11:30)～シオカラ谷吊橋(12:30)～大台ヶ原駐車場(13:30)

※歩行時間：約4時間(休憩時間含まず)

※歩行距離：約8.4km

※本山行は、一般参加可能な山行です。

お知り合いや友人で山行に興味をお持ちの方がいらっしゃいましたら、積極的に誘ってください。

～琵琶湖の展望を楽しみながら縦走しましょう！！～

例会山行2 比良山地 《釈迦岳 1,060m～楊梅の滝》

【日 程】 9月10日（日） （L 藤井）

※ 参加者はリーダーまで申込み（8月27日締切り）

【集 合】 JR 王寺駅 6:50

【交 通】 王寺 7:01⇒7:39 大阪 7:45⇒8:14 京都 8:18⇒8:35 堅田 8:44⇒8:58 比良
比良駅 9:10⇒（バス）⇒9:22 イン谷口

【コース】 イン谷口～(2h50)～釈迦岳～(1h40)～ヤケ山～(30)～涼峠～(30)～
楊梅の滝～(45)～北小松駅

※ 歩行時間：約 6 時間 30 分（休憩時間含まず）

※ 歩行距離：約 10km

～6年振りの例会山行でのテント泊山行～

例会山行2 北アルプス 《立山 3,003m》

【日 程】 9月16日（土）～17日（日） （L 永井）

※ 参加者はリーダーまで申込み（8月27日締切り）

【集 合】 近鉄佐味田川駅 3:30 （所要時間：5 時間 24 分）

※ 連休の立山駅駐車場は混むので出発時間は早めです

【コース】

16日（土）佐味田川⇒（車）⇒立山駅(10:00) ⇒（ケーブルカー）⇒美女平⇒
（バス）⇒室堂 12 時頃～(1h)～雷鳥沢テント場
〔テント設営・テント泊〕

※ 歩行時間：約 1 時間（休憩時間含まず）

17日（日）テント場(4:00－4:30 発)～(1h30)～一ノ越～(1h)～雄山～(1h10)～真砂岳～
(1h30)～雷鳥沢テント場(12:00 着) 〔テント撤収〕

～(1h20)～室堂～(15 時頃のバス)～立山駅(17:00) ⇒ 帰宅 22:00 前後

※ お風呂：みくりが池又は立山で入ります（時間によっては省略）

※ 歩行時間：約 6 時間 20 分（休憩時間含まず）

10月度山行計画

～短いコースですが、本格的な岩場にスリリングな気分を感じましょう～
公開山行対象

例会山行2 六甲山地 《須磨アルプス》

【日 程】10月1日(日) (L野路)

※ 参加者はリーダーまで申込み(9月15日締切り)

【集 合】JR王寺駅 7:20 または山陽電鉄 須磨浦公園駅 9:05

【交 通】王寺 7:31⇒8:02 西九条 8:06⇒(阪神なんば線)⇒8:16 尼崎 8:18⇒
(阪神特急姫路行)⇒9:00 山陽須磨 9:03⇒9:05 須磨浦公園

【コース】須磨浦公園駅～旗振山～おらが茶屋～梶尾山～須磨アルプス(馬の背)～
東山～山陽電鉄板宿駅

※ 歩行時間：約3時間30分(休憩時間含まず) ※ 歩行距離：約8km

※ 本山行は、一般参加可能な山行です。

お知り合いや友人で山行に興味をお持ちの方がいらっしゃいましたら、積極
的にお誘いください。

～岩稜帯のプチ縦走！！～

険しい岩場が続く登山道ですが、ゆっくり歩き楽しみたいと思います

例会山行2 播磨の山 《七種槍 577.1m～七種山 683m》

【日 程】10月15日(日) (L橋本)

※ 参加者はリーダーまで申込み(10月2日締切り)

【集 合】上牧町役場前駐車場 6:00

【コース】青少年野外活動センター脇登山口～七種槍山頂～小滝林道との分岐～
七種山山頂～七種の滝～作門寺山門前駐車場～青少年野外活動センター

※ 歩行時間：約6時間30分(休憩時間含まず) ※ 歩行距離：約10km

県連交流山行

～原生の植生環境を楽しめる「西大台」に行ってみませんか？～

例会山行2 台高山脈 《西大台ヶ原》

【日 程】10月29日(日) (L永井)

※ 参加者はリーダーまで申込み(9月1日から受付け、定員になり次第締切)

【集 合】近鉄橿原神宮駅 7:30

【交 通】新王寺 6:44⇒7:03 西田原本/田原本 7:11⇒7:23 橿原神宮前

【コース】未定

【定 員】22名(各会2名+先着順)

【申 込】9/1～10/14

【費 用】バス代：1,800円(県連からの補助検討中) レクチャー代：1,000円

※ 詳しくは県連募集案内を参照

※ 9/1から受付で、定員になり次第締切りですので、早めにリーダーに申込さ
れることをお勧めします

西大和山の会 カレンダー

9月		10月		
1	金	1	日	公開山行・例会山行2《須磨アルプス》(野路)
2	土	2	月	
3	日	3	火	県連理事会
4	月	4	水	
5	火	5	木	県連理事会
6	水	6	金	
7	木	7	土	
8	金	8	日	
9	土	9	月	
10	日	10	火	例会山行2《釈迦岳～楊梅の滝》(藤井)
11	月	11	水	
12	火	12	木	
13	水	13	金	
14	木	14	土	
15	金	15	日	例会山行2《七種槍～七種山》(橋本)
16	土	16	月	例会山行2・テント泊山行《立山》(永井)
17	日	17	火	
18	月	18	水	
19	火	19	木	
20	水	20	金	
21	木	21	土	
22	金	22	日	
23	土	23	月	
24	日	24	火	暑気払い 西大和つうしん原稿締切
25	月	25	水	
26	火	26	木	
27	水	27	金	
28	木	28	土	
29	金	29	日	県連交流山行・例会山行2《西大台ヶ原》(永井)
30	土	30	月	
		31	火	

山行・行事等参加メモ

No	氏名 (入会順)	9/24	9/3	9/10	9/16~17	10/1	10/15	10/29
		暑気払い	例会2	例会2	例会1	例会2	例会2	例会1
			大台ヶ原・ 日出ヶ岳	釈迦岳～ 楊梅の滝	立山	須磨 アルプス	七種槍～ 七種山	西大台ヶ原
1	都築							
2	藤井			LO				
3	島崎							
4	村田							
5	勝尾							
6	杉村							
7	橋本						LO	
8	亀高		LO					
9	野路					LO		
10	杉森							
11	上田							
12	永井				LO			LO
13	岩田							
14	佐々木							
15	玉野							
16	前田							
17	岩崎							
18	岡嶋吉男							
19	岡嶋八重子							
20	中尾							
21	大島正二							
22	大島美子							
23	杉森純子							
24	佐伯							
合 計								
緊急連絡先								
HP 編集者			亀高	島崎	永井	亀高	橋本	永井

L:リーダー、○:参加、◎:車

※山行参加の回答は、リーダーに山行2週間前までにお知らせください。

※HPの会員の広場に掲載している「山行リーダーのための例会山行までの流れ」を参照して下さい。

山行報告

例会山行2 大峰山脈 大普賢岳 1,779.9m～七曜岳 1,584m

【日 程】6月18日(日)曇り時々晴れ

【参加者】L 亀高・S L 野路・藤井・島崎・橋本・杉森(英)・上田・岩田・岡嶋・佐伯(10名)

【コースタイム】和佐又駐車場(7:30)～和佐又コル(8:01)～笙の窟(8:45)～大普賢岳(10:26)～弥勒岳(10:52)～国見岳(11:17)～稚児泊(11:40/12:07 昼食)～七曜岳(12:35/45)～奥駈分岐(12:47)～無双洞(13:58)～水簾の滝(14:09/14)～笙の窟分岐(15:34)～和佐又コル(16:00)～ヒュッテ跡(16:21)～和佐又駐車場(16:27)

夏山に向けての訓練山行の一つとして、昨年に続いて大峰の秀峰大普賢岳から七曜岳の周回コースを楽しんできました。いくつもの鎖場、階段などの急登を越えて大普賢岳に登頂、バリゴヤノ頭から稲村ヶ岳・大日岳などの大展望を楽しみながら小休止。さて、ここからがまだまだ長い。大普賢岳から急下降すると水太靚。ここから見る大普賢岳・小普賢岳・日本岳の3つのコブが連なる様は格別の展望でした。七曜岳から先もまだ長い。



無双洞に向かって長い下り、そして無双洞からはゴール向けの長い登り

となります。最後は、さすがにみんな疲れが出てきて、足のグリップがきかずにスリップする人も出てきましたが、昨年よりも30分ほど早く(!)周回することができました。アップダウンが多いハードなコースで、夏山に向けて体力、脚力の十分な訓練になったと思います。

※山行中に咲いていた花・・・一人静、イワカガミ、シロヤシオ、(オオヤマレンゲはまだつぼみだった。
(記：岡嶋吉男)



例会山行 2 鈴鹿山脈 国見岳 1,175.2m

【日 程】 6月25日 (日) 曇り後晴れ

【参加者】 L 島崎・S L 藤井・杉森 (英)・永井・岩田・佐々木・玉野・佐伯 (8名)

【コース】 御在所駐車場(7:50)～藤内小屋(9:01)～ヤシオ尾根分岐(9:28)～きのこ岩(11:13)
～青岳(11:18/47 昼食)～国見岳頂上(12:18)～国見尾根分岐(12:43)～
藤内小屋(14:25)～御在所駐車場(15:26)

御在所岳裏道登山口からまずは藤内小屋を目指す。サブリーダーのFさんの慣れた足取りで何度も橋をわたりながらどんどん進む。1時間程で藤内小屋に着いた。少しの休憩をして出発。藤内小屋を出て直ぐ国見尾根の分岐があり、昨年登った急坂のコースの入口を通り過ぎ、川沿いの緩やかな登山道に入る。国見尾根コースである。これは、急坂ではないが国見岳に向かうには遠回りのコースになるので距離はかなりある。途中、きのこ岩を発見。そして眺めの良い青岳で休憩する…はずが、皆、朝ごはんが早かったのでお腹が空いていた為、



予定より早めのお昼休憩になった。

その後、国見岳頂上と石門に少し立ち寄り、撮影会。そして昨年登った急坂を降りた。こんなに急だったとは…降りるのも木の根っこが浮き出過ぎていて、足を引っ掛けられない様、慎重に降りるのに苦労した。今回は歩荷訓練でもある為Sさんは2ℓペットボトルを2本もザックに入れて山行に臨まれていた。それには流石に頭が下がった。最後に夏山山行までもう少し体力を付けておかなければと思った。 (記：佐々木喜代美)

例会山行 1 金剛山地 金剛山 1,125m

【日 程】 7月2日 (日) 晴れ時々曇り

【参加者】 L 島崎・橋本・野路・杉森 (英)・永井・岩田・佐々木・岩崎・大島 (正)・
大島 (美)・杉森 (純) (11名)

【コース】 水越峠付近駐車場(7:10)～金剛水(7:52)～(カヤンボ沢コース)～
葛木神社(10:00/45 昼食)～(モミジ谷コース)～金剛水(12:20)～
水越峠付近駐車場(13:10)

梅雨の晴れ間「熱くなりそう!!」。でも今日は涼を求めて往復沢道を歩く。台風2号の大雨の影響で登山道は倒木あり、ガレ場ありと少々荒れていた。垂直の梯子を下ったり又ロープを使って難所を歩いたり、バリエーションに富んだ沢歩き。とても楽しい山歩きだった。金剛山は沢山の沢道があるので新しい道も又歩いてみたいと思いました。



台風2号の大雨の影響で金剛山も大きな打撃を受けた模様。早々に YouTube で色々な情報が上がっていたのでリーダーにお伝えすると、山行前に予定のコースの下見に行ってくださいました。金剛山山頂の広場の北西側が又崩落し亀裂が入っていて立ち入り禁止のところがある。大雨で山の姿が少しずつ少しずつ変わって行く。本当に自然の力の恐ろしさを感じます。(記：橋本紀子)

自主山行 南アルプス 甲斐駒ヶ岳 2,967m・仙丈ヶ岳 3032.6m

【日 程】7月15日(土)～17日(月)

【参加者】L野路・橋本・永井・岩田・玉野(5名)

7月16日(日)曇り時々晴れ 甲斐駒ヶ岳

【コースタイム】こもれび山荘(3:56)～双児山(5:47)～駒津峰(6:55)～六方石(7:45)～甲斐駒ヶ岳(9:01 昼食)～摩利支天(10:24)～六方石(11:50)～駒津峰(12:27)～仙水峠(14:12)～仙水小屋(14:56)～長衛小屋(15:30)～こもれび山荘(15:44)

こもれび山荘のお兄さんの助言が夕食時登山者皆にあり、時計周りのコースに変更。朝3時に起き支度をし、今朝は、珍しくお弁当の稲荷寿司を2個食べられた。いきなり急登だが、快調に歩く。不動岩手前から岩稜に入る。危ない所は鎖がついていて登りやすいが、息が上がる。六方石からは、岩稜直登コース。注意しながら登る。山頂に着いた時は初めてのアルプスに感動し「やれば出来る!」と自画自賛。昼休憩を取りザレ場を降り摩利支天に向かう。ここもガスの切れ間に青空と仙丈ヶ岳などが見える。巻道で六方石まで降りアップダウンの岩稜帯を歩き、駒津峰を通り仙水峠を目指す。





この辺りから頭が痛く吐き気もしてリーダーにその事を言うと休憩をとって下さる。仙水峠で2ℓの水も無くなり、Iさんから貴重な水を頂く。頭にもかけて羊羹を食べてみる。しばらく歩くと吐き気は治まった。熱中症対策には塩だけでは無く糖分も必要なようだ。今回も先輩の方々に助けていただいた山行になったが、甲斐駒ヶ岳に登れて本当に良かった。
(記：玉野和恵)

7月17日(月) 快晴 仙丈ヶ岳

【コースタイム】こもれび山荘(4:00)～大滝ノ頭(6:00)～小仙丈ヶ岳(7:08/43)～
仙丈ヶ岳(8:51/9:36)～小仙丈ヶ岳(10:36)～藪沢分岐(11:21)～
こもれび山荘(12:54)

南アルプス2日目は仙丈ヶ岳です。北沢峠のこもれび山荘を4:00に出発しました。昨日より天気がよさそうです。ヘッドランプをつけてつづら折りの急登を行いました。登ること3時間小仙丈ヶ岳は360度の眺望抜群の山頂で、ゆっくりと眺めを楽しみました。昨日登った甲斐駒ヶ岳、鳳凰三山、日本の山のトップスリーの富士山、北岳、間ノ岳を目の前にした時は、一昨年登った山だったので感慨深いものがありました。また北アルプス、中央アルプスも連なりいつまでも眺めていたい景色でした。花々はハクサンシャクナゲが



かわいらしく咲いて「今年はシャクナゲの花をよく見たね～」と言いながら最後にシャクナゲの花に会えてよかったと思いました。

目標の仙丈ヶ岳まで、後170mが高度もあり大きな岩場もあり結構きつく感じました。休憩を取りながらゆっくりと行きました。途中雷鳥にも会えました。「南アルプス女王」と呼ばれるだけあり正面にカールを抱いた大らかな仙丈ヶ岳の姿は格別でした。頂上で昼食を取り、昨日の疲れもあり早めのバスに乗ろうということで、ピストンで同じ道を下山しました。人気の山で連休のせいもあり、老若男女

とても賑わっていました。下りはスムーズに下ることができ、予定時刻より2時間早くバスに乗ることができました。ホットひと息ついて疲れ度満載で帰路に着きました。心配していた膝の痛みもさほど出ず、無事に二座登頂出来た事にリーダー、メンバーに感謝します。

(記：岩田礼子)

【日 程】7月16日(日) 曇り後晴れ

【参加者】L 藤井・S L 島崎・亀高・杉森(英)・上田・佐々木・岩崎・佐伯(8名)

【コ-タイム】登山口駐車場(8:00)~笠形神社(9:02)~笠の丸(9:52)~

笠形山山頂(10:25/11:07 昼食)~笠の丸(11:21)~仙人の滝(12:41)~

仙人の滝登山口(13:09)~駐車場(13:53)

駐車場から里山を通り、笠形神社に向かう道は何体ものお地蔵様が出迎えてくれました。長い坂道を歩く事約一時間、昔から人々の雨乞儀式、信仰の場として崇められた立派な笠形寺と笠形神社が見えてくる。杉、檜、モミジの木々に囲まれて、ゆっくり時間が流れている。登山道は境内奥から入っていく。丸太の急階段を3、4回、汗を拭き拭き登りきると杉林から馬酔木や広葉樹林帯に変わり、なだらかな歩きやすい道になってきた。笠の丸分岐まで来たようだ。目指す笠形山が見えている。標高差残り約60m、一息いれてもう少し頑張りましょう。



笠形山は頂が笠を載せたようにみえることから別名播磨富士、播州富士とも呼ばれている。一等三角点のある山頂は360度の大パノラマ。飛び抜けて高い山はなく標高1000m前後の山々が並びお互い背比べをしているようだ。霞んではいるが南方には姫路市街と播磨灘が見えている。山頂の東屋でちょっと早めの昼食です。食後、Iさんから冷めた〜いスイカを戴きました。おもいがけないご褒美にメンバー大喜び。甘くて冷たくておいしかった。甘い匂いに誘われたのかブヨ、アブ?が辺りを飛び回り追い払うのが大変だ。この季節は虫よけスプレーや防虫ネットも必要だ。

下山コースは笠の丸分岐から仙人滝へ下る。馬酔木やアカヤシオの樹林帯を抜けると視界が開けた展望台に出た。東屋もあり、ふわふわの苔に覆われたミニ庭園の趣もあり。せっかくだからここで一休みしよう、通り過ぎてしまうのはもったいない。ここで珍しいものを発見。



休憩していた東屋の縁の下に30個くらいの穴が空いている。ストックでいたずらしたのか?「これは蟻地獄だ」しばらく蟻地獄談義で盛り上がった。下りは岩が多く滑りやすい。檜林で薄暗く湿った登山道、ぬかるんだ道、水たまりが増えてきたら仙人の滝だ。マイナスイオンたっぷりいただく。滝から5分くらいで獣除け扉があり仙人滝コース下山。舗装された道を歩きながら笠形山を振り返る。しっかりした標識、ユニークな休憩所、由緒ある神社、眺望そして滝。景色が変化していく楽しいコースだった。(記:上田雅子)

【日 程】7月22日（土）晴れ

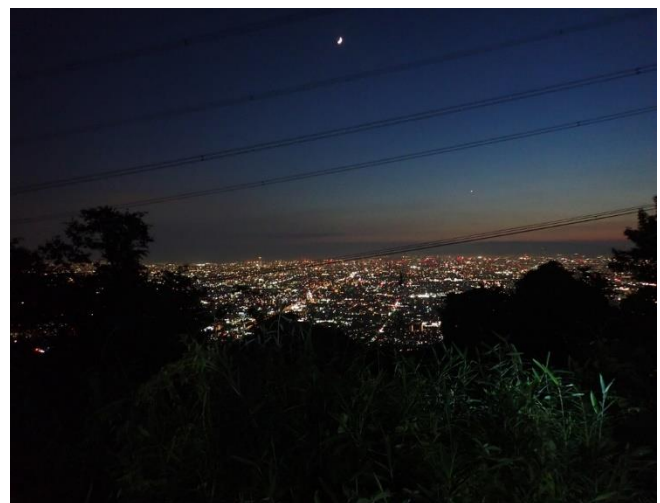
【参加者】L 中尾・藤井・亀高・野路・杉森（英）・岩田・佐々木・玉野・岩崎（9名）

【コース】 宝山寺門前駐車場(16:12)～生駒山麓公園入口(17:09)～くさか園地 WC(17:39)～BBQ(17:52/20:06)～星の広場展望デッキ(20:54)～生駒山上遊園地入口(21:22)～宝山寺(21:54)～宝山寺門前駐車場(22:12)

日中は30度を超え外に出るのも嫌なくらいだったが、リーダーNさんのお声かけのもとにBBQの材料を持ち寄り16:00に宝山寺門前駐車場に集合した。そこそこの重さのリュックを背負いこみ、蚊取り線香をつけながら、生駒山麓公園入口を過ぎぬかた園地方面に向かう。歩きやすい道を行くこと2時間、時折吹く涼しい風が心地よくヒグラシの声を聞きながらBBQ場所に着く。そこはベンチが2つありあべのハルカス、六甲山地が望める絶好の展望の良い場所でした。（Nさんは管理事務所に草刈までお願いしてくださったとの事。）



ほどなく日は沈み、生駒山の隠れた絶景スポットより段々と暗くなり一層美しくなっていく夜景をきれい！きれい！といいながら、しっかりBBQを楽しみました。お肉、持ち寄った自家製の野菜、Iさんのスイカ等々大変美味しく頂きました。Sさんのお手製のライトもよかったです。2時間が過ぎて、これからまた歩く？ヘッドランプをつけて帰りも足元に注意して、道を確認めながらしっかり歩きました。生駒山上からの10万ドル？の夜景も素晴らしかった。宝山寺からの帰りは、灯籠の明かりが連なり趣のある光景を見ることができました。初めてナイトハイクに参加し、こんな山行も趣きがあっていいものです。皆さんまた企画されたらぜひ参加してみてください。リーダーのNさん、食料担当の方ありがとうございました。（記：岩田礼子）



自主山行 北アルプス 立山三山 3,015m～大日岳 2,501 m

【日 程】8月1日(火)～4日(金)

【参加者】L 杉森(英)・SL 藤井・上田・佐々木・玉野(5名)

8月2日(水) 晴れ 立山三山

【コース】室堂平(8:55)～浄土山(10:50)～一の越山荘(11:38/12/03 昼食)～雄山(13:15)～大汝山(14:15)～富士の折立(14:42)～劔御前小舎(16:45)

標高 475m の立山駅からケーブルカーとバスを乗り継ぎ 2,450m の室堂バスターミナルまで約 1 時間 15 分。労せず 3,000m 級の山々と空気に触る事が出来る。気温は 18 度くらい。湧き水も冷たくておいしかった。室堂平一帯は緩やかな石畳の道で散策路となっている。登山者はもちろん観光客も軽装で散策が楽しめる。歩き始めは身体が高度差に慣れるまで深呼吸をしながらゆっくりとスタート。今回縦走予定の浄土山、雄山、大汝山、別山、大日岳が室堂平を中心に半円を描くように並んでいる。



歩き始めて約 2 時間で浄土山山頂。まだ体が順応していないらしく登りは苦しかった。嬉しいことにライチョウの親と 5 羽ほどのヒナたちがハイマツの中から姿を現し登山道を横断、またハイマツの中へと入っていった。彼らの行方を見守りながらちょっと一休み。お昼時の一の越山荘前広場は大勢の登山客で賑わっていた。一の越から立山最高峰 3,003m の雄山山頂まで登る。標高差約 300m、山頂小屋が見えているのになかなか到着しない。上る事 1 時間、岩場の急登でかなり苦しかった。?十代の頃は平気だったのにこれも年齢と体力の差なのか? 登山道は上り、下りに分けてあり一方通行になっていた。人気のコースで登山客が多いのがよくわかる。雄山神社では神主さんによる有難いお言葉と山行の無事をお祈りする。最後に神主さんと全員で万歳三唱してしめくくった事は私たちに勇気とさわやかな気持を残してくれた。ここからは小さなアップダウンを繰り返し進む。本当の最高峰、大汝山 3,015m を通過、富士の折立、真砂岳と岩場の多い稜線歩きが続く。眼下には広々とした室堂平やバスターミナル、地獄谷の噴煙、歩いてきた浄土山、雄山、見渡せば槍、穂高、双耳峰の鹿島槍岳、堂々とした薬師岳などの大パノラマが広がっている。



歩き始めて 6 時間、前方に別山が見えたころからガスがわき始め怪しい空模様となる。いままで青空で眺望の良かった景色がガスに隠れてしまった。別山乗越から今夜の宿泊地劔御前小舎まであと 1 時間くらいとなったころ雨が降りだしカッパの出番となってしまった。小舎到着は 5 時前、厳しくはないけどなかなかのロングコースだった。(記: 上田雅子)

8月3日(木) 晴れ 奥大日岳～大日岳

【コースタイム】 劔御前小舎(6:00)～新室堂乗越(7:35)～奥大日岳(9:38/56)～大日小屋(12:32/53 昼食)～大日岳(13:10)～大日平山荘(16:42)

劔御前小舎を後にして、大日岳へ続く壮大な縦走路を歩く。今日もいい天気。左手に昨日登った立山三山。見下ろすと、室堂のホテル、カラフルなテントがいっぱいの雷鳥沢、硫黄を吹き上げる地獄谷、そして雄大な室堂平を走るバスが見渡せる。遠くには北アルプスの山々、槍が見えた。足元には色とりどりの花が咲いていてこれぞ縦走の醍醐味！！奥大日岳まで登り返すと、右手に今度はアルピニスト憧れの、堂々とした山容の劔岳が姿を現した。中大日を越え、大日岳直下の小屋で



昼食をとる。

ここで稜線を離れ大日平までの急降下となる。岩混じりの歩きにくい道を延々と下っていく。やっと大日平まで着いても、木道がいつまでも続きなかなか大日平小屋の赤い屋根が見えてこない。小屋までが遠かった。人気の小屋だと聞いていたが、案外空いていてゆっくり過ごせた。シャワーを使ったのがうれしかった。屋外のテラスで夕日を眺めながら乾杯！！今日の歩行時間は10時間40分越え、よく歩きました。(記：藤井益子)

8月4日(金) 晴れ 大日平山荘～称名の滝

【コースタイム】 大日平山荘(6:35)～猿が馬場(8:04)～大日岳登山口(8:57)～称名の滝展望台(9:10/25)～称名の滝バス停(9:38/10:00)⇒立山駅前(10:12)

朝食前に小屋から5分の不動の滝に立ち寄った。今日も木道からスタート。広い大日平の木道がやっと終わると、梯子がいくつも続く激下りになる。高度が下がっていくと、咲いている花の種類も違ってくる。茂みをかきわけて歩いて行くと、いきなり称名の滝に続く舗装路に出た。落差350m日本一の称名の滝はダイナミックですばらしい！マイナスイオンをたっぷり浴びて3日間歩き通せたことに感謝した。(記：藤井益子)



自主山行 北アルプス 槍ヶ岳 3,180m (表銀座縦走)

【日程】8月1日(火)～5日(土)

【参加者】L野路・橋本・永井・岩田(4名)

8月2日(水) 晴れ 燕岳～大天井ヒュッテ

【コースタイム】燕岳登山口(4:10)～合戦小屋(7:41)～燕山荘(9:18)～燕岳(10:01)～燕山荘(11:08)～大下りノ頭(12:26)～切通岩(14:19)～大天井ヒュッテ(15:29)

心配された天気も晴れ予報が続くようで中房温泉に前泊した。登山口から燕山荘までの急登は厳しかったがよく整備され歩きやすい道だった。合戦小屋でのスイカは甘くととても美味しかった。1切れ500円で飛ぶように売られていた。途中、木の隙間からみえる富士山、槍ヶ岳の穂先に感激しながら樹林帯を行く。合戦ノ頭尾根筋に出た時は、目の前に広がる北アルプス連峰の峰々に大感激した。荷物を置いて燕岳まで往復した。イルカ岩、メガネ岩、コマクサの花が目を楽しませてくれた。



燕山荘で水を補給する。

ここから表銀座縦走の始まりです。壮大な景色を目の前にし、段々近くなる槍ヶ岳を眺めながらの稜線歩きは最高でした!!大下りノ頭を過ぎて、登り返し、鎖、岩場を過ぎ喜作レリーフにたどり着いた時は疲労も頂点に達していた。後一時間と思いながら歩く。やっとの思いで大天井ヒュッテに着いた。長い歩行時間だったので、明日は大丈夫かなという気持ちといよいよ槍ヶ岳という思いが混じりながら眠りにつく。(記：岩田礼子)



8月3日(木) 晴れ 大天井ヒュッテ～槍ヶ岳山荘

【コースタイム】大天井ヒュッテ(5:54)～赤岩岳(7:32)～ヒュッテ西岳(8:24/55)～水俣乗越(10:12)～ヒュッテ大槍(12:45/13:06)～槍ヶ岳山荘(14:28)

体調不良者が出たため、出発を遅らせ5:54に大天井ヒュッテを発つことにしました。3年かけて作ったといわれている喜作新道を歩きます。遠くに見えていた槍ヶ岳が次第に近づいてくるのは、表銀座の醍醐味です。今日の行程は7.7Kmと短いが、アップダウンの厳しい道のりが待っていました。(記：永井章夫)



8月4日(金) 晴れ 槍ヶ岳～明神館

【ｺｰｽﾀｲﾑ】 槍ヶ岳山荘(5:48)～槍ヶ岳山頂(6:15)～槍ヶ岳山荘(7:04/7:21)

～坊主岩小屋(8:24)～槍沢ロッジ(11:55)～横尾山荘(13:40)～徳澤園(14:53)～
明神館(16:11)

今日も快晴！長い一日の始まりです。槍ヶ岳山荘からご来光を望む。山頂を空身で往復する。鎖場、岩場、はしごで約1時間余り緊張した。無事に登頂できたことに感謝々！360度の大展望を楽しむ。山荘より下山は長い道のりであった。前日に会ったオーストラリアのツアーの人達と抜きつ抜かれつ、楽しくもあり苦しくもあり、段々共有感がわいてきた。金曜日とあり登る者あり、下る



者あり
天狗原
分岐は賑わっていた。

ここから見る青空に突き出る槍ヶ岳もまたよし！何度も振り返る。日差しも強く急な下りで大曲に着いた時はホッとした。けれど槍沢ロッジ、横尾、徳澤、明神館までは長かった～。槍ヶ岳の奥深さ、「そう簡単には登らさしてはもらえないな」とつくづく思った。明神館では久しぶりのお風呂と夕ご飯に幸せを感じる。苦しいのにまた行きたくなる。山って不思議ですね。

(記：岩田礼子)



8月5(土) 晴れ 明神館～穂高

【ｺｰｽﾀｲﾑ】 明神館(5:50)～上高地バスターミナル(6:50/7:50)⇒(アルピコ交通)⇒

新島々(8:55/9:22)⇒(松本電鉄上高地線)⇒松本(9:52/10:09)⇒穂高(10:38)

(記：永井章夫)

2023年度 第1回運営委員会議事録

【日 時】 2023年6月11日（日）15:00～15:50 リーベル王寺東館 5階フリールーム1

【出席者】 永井・杉森（英）・亀高・野路・上田・都築（記録）

運営委員会案件

1. 2023年度主催者賠償責任保険の申込みの案内

- この保険は、登山学校・ハイキング学校（セミナー）、公開ハイキングなどにおいて、万が一事故があり、事故者から当該主催者が裁判などで訴えられた場合に有効な制度である。
- この保険の支払いは、引受保険会社の請求にもとづき労山基金運営委員会が一括5月末までに支払い清算することから、地方連盟及び会・クラブの支払いは発生しない。
- 申込みの際には、参加者人数の実績報告が必要。

2. 登山の筋力測定と講習（概要案内）

- 兵庫県勤労者山岳連盟が主催しているものを紹介。

3. 布施さん入会取消

- 会費、労山基金の申込金は納入されておらず、入会を取り消す旨の連絡があった。
- 会員証は全国連盟に返納する。

4. 今期の山行リーダーの変更について

- 勝尾さんが山行リーダーを辞退。
- 杉村さんが膝を痛めているためリーダーを交代。
10月7日（土）は、野路さんに 12月10日（日）は、島崎さんに交代する。
- 山行リーダーが都合が悪くなった場合は、運営委員会に相談する。
また、リーダー間で交代してもよいが、その場合は必ずホームページを担当されている亀高さんに報告すること。

5. 来期の山行リーダーについて

- 前田さん、中尾さんを来期の山行リーダーに2回ずつ入れる。

室内例会だより

【日 時】2023年6月11日(日) 16:00~16:50 リーベル王寺東館5階フリールーム1

【出席者】永井、杉森(英)、亀高、野路、上田、島崎、藤井、村田、橋本、岩田、
佐々木、玉野、前田、岩崎、岡嶋(吉)、岡嶋(八)、中尾、杉森(純)、
佐伯、大島(正)、大島(美)、都築(記録)

1. 山行計画

6月18日(日) 例会山行2 大峰山脈《大普賢岳 1,280m~七曜岳 1,584m》周回 …L 亀高
6月25日(日) 例会山行2 鈴鹿山脈《国見岳 1,170m》……………L 島崎
7月2日(日) 例会山行1 金剛山地《金剛山》……………L 島崎
7月9日(日) 例会山行2 大峰山脈《弥山 1,895m~八経ヶ岳 1,915m》……………L 岩田
7月16日(日) 例会山行2 中国山地《笠形山 939m》……………L 藤井
8月27日(日) 例会山行1 室生山地《赤目四十八滝》……………L 佐々木

上記山行計画について各リーダーが紹介し、参加者の確認を行った(次ページ参照)

2. 山行報告

5月3日(水) 自主山行 大峰山脈《百合ヶ岳 1,346m》L 中尾……………8名(内非会員2名)
5月21日(日) 例会山行2 鈴鹿山脈《雨乞岳 1,238m》L 橋本……………13名
5月28日(日) 例会山行2 六甲山系《地獄谷・荒地山 549m》L 野路……………11名
6月4日(日) 例会山行1 金剛山地《大和葛城山 958.8m》L 杉森(英)……………12名

3. 報告・連絡事項等

○懇親会

2023年6月11日(日) 17:00~20:00 「や台ずし」参加者14名(担当 亀高さん)
(次回の暑気払いは、9月24日(日)担当 野路さん)

○新入会員の紹介

杉森純子さん
佐伯博子さん
大島正二さん
大島美子さん

西大和つうしん

第475号（2023年9・10月号）

2023年8月31日発行

発行責任者 永井章夫

編集責任者 杉森英二

奈良県勤労者山岳連盟 西大和山の会

<https://nishiyamatoyama.sakura.ne.jp>