

せせらぎ

NO.438



2026年 4月



滋賀県勤労者山岳連盟 湖南岳友会

目次

- 表紙からのメッセージ
- リレーメッセージ（私のひとりごと）
- 4月例会山行案内【京都金毘羅山Y懸尾根】
- 2月例会山行報告【黒斑山】
- 3月例会山行報告【大江山と由良ヶ岳】
- 会員山行記録（2月）

今月の予定

- ◇ 4月5日（日）例会山行【西方ヶ岳・栄螺ヶ岳】申込締切3月26日（木）
3月号掲載済み
- ◇ 4月19日（日）例会山行【京都金毘羅山Y懸尾根】申込締切4月12日（日）

表紙からのメッセージ

2024年3月の花見山行で奈良の若草山を登った後、佐保川沿いを歩きました。
肌寒い日で、残念ながら桜は3分咲きくらいでした。
この日のことを勤め先の友人に話したら、満開のときはこんなに美しいのやと写真を送ってくれました。
琵琶湖疎水を小ぶりにしたような、のどかな散策路でしたが、音楽イベントも開催されていて、なかなか老若男女楽しめそうでした。機会があれば、ぜひ立ち寄ってみてください。

私のひとりごと

介護に携わりだして数年になりますが、後期高齢になりますと身の回りにも介護を必要とする方がおられます。介護サービスを受けようとする時は市町村の窓口申請を出して、訪問調査員の聞き取り調査と、主治医の意見書がそろいますと、介護等認定審査会が行われて、要介護や要支援の認定が決まります。独居老人と、同居人の居る老人では、聞き取り調査でも大きな違いが出て来ます。一部介助や見守りが必要でも独居の方は健気にも伝い歩きや、這いつくばられ(要介護等認定基準時間にカウントされる時間が少ない)。

かたや同居人の居る老人では同じ事案でも食事・移動も・排泄も・清潔保持も手助けされ、カウントされる時間増えます。要介護等認定時間が多いとは介護に手間がかかるということです。

最近こんな事ケースがありました。男性77歳でしたが長男と同居、日中独居、今まで一人で何とか日常生活を送っていたが、11月の中旬にコロナに感染し、1週間の入院・施設療養の間に認知症が進行し目が離せない状態になり変更申請で要介護3となりました。高齢老人ではコロナで入院後に認知が進み、退院後の有様も気になります方が増えているように思います。

4月定例山行案内

京都金毘羅山 Y懸尾根

岩稜バリエーションルートの山行です。

転落防止のため固定ロープを張って、ヘルメットとハーネスを装着して登山靴で岩壁を登ります。

四つの壁を登攀して「Y懸の頭」まで。登れなくても迂回道があるので大丈夫です。

【実施日】2026年4月19日（日曜日）

【集合】野洲駅南口 7時 米プラザ 7時30分

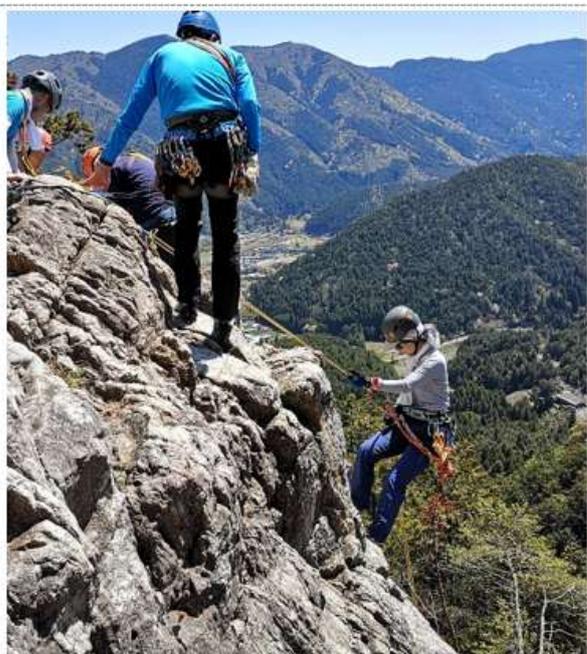
【共同装備】50mロープ1、30mロープ1、登高器3（以上、CL）

【個人装備】ヘルメット、ハーネス、安全環付きカラビナとスリング60cm各1

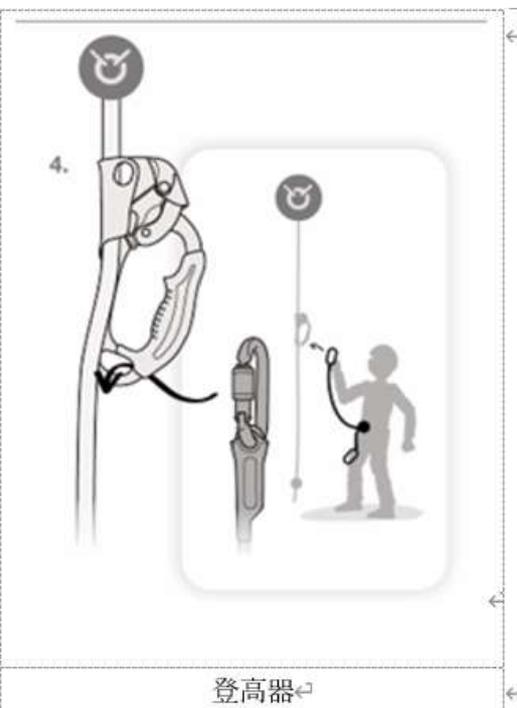
日帰り山行装備

【参加表明】期限：4月12日

- ★ 車を出せる方は参加表明メールに一言添えをお願いします。
- ★ 未経験者の参加OKです。
- ★ ヘルメットとハーネスは必携です。



2019 Y懸の頭にて



登高器

例会山行報告

浅間山第一外輪山 黒斑山(2404m)

【実施日】 2026年2月21日(土)~22日(日)

【天候】 快晴

【参加者】 6名 (男性4名 女性2名)



【行程】 2月21日 野洲駅 14:00=竜王コンビニ 14:20=信州健康ランド 18:00 着(前泊地)

2月22日 信州健康ランド 4:50 出発=コンビニで朝食を済ませ、高峰高原ビジターセンター駐車場 7:00 着

駐車場 7:10→車坂峠 7:25(アイゼン装着)→表コース→槍ヶ岳 8:50→トーマの頭 9:10→黒斑山 9:40→蛇骨岳 10:10→少し戻ったところで昼食(10:15~10:40)→黒斑山 11:10→トーマの頭 11:35→中コース→車坂峠 駐車場 12:15 (行動時間約5時間)

こまくさの湯で入浴後、帰路につく

【会計】・ガソリン代(野洲駅⇄車坂峠): **23,400円** 【390km×2×30】

・高速料金: **13,900円**

【竜王→塩尻北;6,810円、塩尻北→岡谷;540円、岡谷→竜王;6,550円】

・信州健康ランド食事代: **13,200円** 【2,200円×6名】

・総費用: **50,500円**

・一人当たり費用: **8,400円** 【端数切捨て】

前泊地の信州健康ランドは大賑わいで、仮眠のスペースが確保できるか心配だったが、なんとか女性1名、男性4名の仮眠室を確保できた。女性1名はシングルルーム泊。

当日は、駐車場確保の心配から、出発予定時刻を一時間早めて5時前に出発。これが功を奏し、高峰ビジターセンター前の駐車場にラスト一台で停めることができた。車坂峠にてアイゼン装着。早朝のため、雪は固く凍っているところがある。軽アイゼンでも行けそうにも思えたが、12本の方が安心だと思った。

表コースは富士山、八ヶ岳連峰などを眺めながら歩く。槍ヶ鞘へ出ると、迫力のある浅間山を目の前に見ることができた。

槍ヶ鞘からトーマの頭までは道が細く、急登で慎重に歩く。黒斑山までは特に危険箇所はないが、黒斑山から蛇骨岳までは狭いトラバースとなり、慎重に折り返した。下山時は気温が上がって、雪が緩み、土が出た部分はドロドロになっていた。

【感想】前夜の冷えで固く締まった雪道をアイゼンを履いて歩き通しました。外輪山登山では、浅間山を真横に見ながら歩きましたが、縁部の狭い道の横は100m以上のカルデラ状の谷が広がっていたので、通る毎にスリルを感じました。陽光を浴びた浅間山は、富士山とは真逆に頂上に雪がなく裾野が白く覆われていたのが印象に残っています。

【感想】憧れの冬の黒斑山へ。浅間山の黒い山肌に雪が筋状に積もった姿は「ガトーショコラ」そのもの。青と白と特大のガトーショコラ ごちそうさまでした。

【感想】今年の例会では、信州でもなかなか行ったことがない山を体験させてもらっています。今回の浅間山も初体験。ガトーショコラの意味がよくわかりました。これは確かなかなかない景観でした。



槍ヶ鞘からトーマの頭へ向かう



槍ヶ鞘より 北アルプスかな



黒斑山にて 集合

3月例会山行報告

大江山と由良が岳（640m）

日時：2026年2月28日（土）～3月1日（日）

参加者：5名（男性1名 女性4名）

天候：1日目雨午後曇り 2日目曇り

行程：2月28日南草津駅発 8:00 大江山小屋発 12:25→鬼嶽稲荷神社→山小屋着 14:30

3月1日 山小屋発 7:20 由良が岳登山口p 発 8:15→由良が岳（東峰）着 10:12→

由良が岳（西峰）昼食→由良が岳登山口p 着 12:48 帰路

会計報告：車 137 km×2×30=8220 円 高速道路 3090×2=6180 円 飲食費等

一人 4800 円



大江山鬼嶽稲荷神社



今夜のお宿・電気も水道もありません



由良が岳東峰山頂（虚空蔵菩薩の祠）



由良が岳東峰、バックは日本海



由良が岳西峰、遠方に天橋立

由良川河口と京都丹後鉄道の由良川鉄橋
中央部に青葉山

報告：天候不順と残雪の影響を考慮して予定変更となり、昼食後の雨上がりに小屋から鬼嶽稲荷神社までの林道を途中ワカンやスノーシュー着用して雪を楽しめました。

2日目の由良が岳は東峰、西峰の双耳峰で丹後富士と称される美しい山並み、残雪は少なくともツボ足とぬめりに滑りながら、国定公園を歩きました

一口感想

・天候が不安定で、雪の状況もよくわからない、こんな時期の例会山行を後期高齢者に持ってくるなよ、と文句ブツブツでしたが、幸い強力メンバーだったので何とかなりました、1日目は普甲峠から林道を歩く予定でしたが、冷たい雨にくじけて、直接小屋に入る、昼食後鬼嶽稲荷神社までの林道を歩きました、ここは雲海が有名です、2日目ぬかるんではいましたが、予想に反して登山道に雪は無くて、スムーズに東峰、西峰と歩き、南草津駅へと帰って来れました、メンバーに感謝です。

・暖かい室内から眺めれば 夕暮れ迫る窓の外は銀世界、煙にいぶされながら薪ストーブとの格闘、舞鶴牡蠣の蒸し焼き この美味しさに皆で狂喜

翌日の由良岳 西峰も東峰も抜群の展望

私の一番は天橋立の遠望 まるで宮津湾から昇る竜のようでした

・薪ストーブの火入れ等々、初めてのことであつた中、皆さんてきぱきと見事な連携プレイ。あたたかな火を囲みながらいただいた蒸しカキ、焼きもち、お鍋…とても贅沢な時間でした。

初めての由良が岳も東峰・西峰それぞれの景色が素晴らしく、食も山も堪能の贅沢な山行でした。

・丹後富士と呼ばれる由良ヶ岳は2時間ほどで登れる640Mの山ですが、急な登りでした。

東峰からは由良ヶ浜や青葉山の絶景が、また西峰からは天橋立や若狭湾の絶景が広がりとても気持ちよかったです。山荘では薪ストーブで暖をとり、丹後の味覚を堪能しました。

2026年2月山行記録

山行期間	山域・山名	例会等	参加者数		ブ ロ グ 掲 載
			会 員	会 員 外	
2/1	鈴鹿 茶野	例会	9		○
2/5	比叡山		2		
2/10	愛宕山		2		○
2/14	金勝アルプス		4		
2/14	武奈ヶ岳		2		
2/14	蛇谷ヶ峰		1		
2/21	釈迦岳(西山)～天王山		2		
2/22	黒斑山	例会	6		○
2/28 ~ 3/1	由良が岳・大江山	例会	5		○

※ コース、人数等は、事前に提出された計画書に基づいて記載していますので、
実際とは異なる場合もあります。

近郊の三上山、音羽山などの個人山行は、通常は記載しません。

複数の月にまたがる山行は、両方の月に掲載しています。