

せせらぎ



2025年1月号

NO.423



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
- 私のひとりごと
- 2月山行案内【大比叡山】
- 2月山行案内【妙理山】
- 11月山行報告【鎌ヶ岳】
- 12月山行報告【妙見山】
- 11月山行記録
- 定例会議議事録
- お知らせ・編集後記



今月の山行予定

- 1月5日(日) 新春登山・大比叡山（締切り 12/31）
- 1月19日(日) 妙理山（締切り 1/10）

表紙からのメッセージ

2018.3 木曾駒ヶ岳 下山途中にて
メンバーの M さんに撮っていただいたものです。
本格的な雪山をワクワクしながら登っていた頃、危険なナイフリッジでも
楽しかった。懐かしい思い出、です。

私のひとりごと

スパイスカレー🍲

今更だが、数か月前より料理に興味湧いてきた。

その中でもスパイスカレーは面白い。スパイスは「辛い」ものもあるが多くは辛くない。香り付けにクミン、シナモン、クローブ、私の好きなコリアンダーは発熱の緩和や食欲増進、血液の浄化に効果がある。カルダモンはショウガ科のスパイスで香りの王様だ。色付けにターメリック、パプリカ、辛み調整にカイエンペッパーを使う。スパイスを炒めた時にふわっと香りが立ち上がってきた瞬間はとてもワクワクする。小麦粉を使ってとろみをつけないで、玉ねぎの食物繊維でとろみをつけるので身体にもよい。

普段、漢方薬に触れる事も多かったのでスパイスはどうなんだろうと思ったのがきっかけだったと思う。

2025年は色々したいことのある私にとって挑戦の年だ。

次はナツメなど使って薬膳スープカレーに挑戦したい。ただ本来カレー好きの夫は「俺は普通のジャガイモごろごろのカレーがいい」という言葉を押し殺しながらもくもくとスプーンを口に運んでいる。

大 比 叡 山 848メートル

CL

SL 参加者から

日 時：1月5日(日)

集合場所：坂本比叡山口駅9時00分集合

コ ー ス：坂本比叡山口駅→表参道→ほうらい駅石仏群→根本中堂
→大比叡山→ケーブル延暦寺駅→無動寺明王堂→
無堂寺谷を下山→松ノ馬場駅

持 ち 物：アイゼン 昼食 防寒着 お茶 地図 その他

駐車場は無料の大宮川観光駐車場があります。

締め切り：12月31日まで

新 年 会

下山後石山駅近くのセブンイレブン2階にある「くいもの屋わん」

で16時から新年会をしたいと思います。予算は飲み放題付

4200円です。

※新年会と山両方参加 山のみの参加 新年会のみ参加

3者から選んでメールください。12月31日まで

例会山行案内

余呉トレイル 妙理山 901m

中央分水嶺を源流とする高時川沿いの大黒山、安蔵山、妙理山は高時三山(近江百山、琵琶湖の北に連なる山)と呼ばれています。妙理山は冬山初級クラスの山でスノーシューやワカン歩行が楽しめると思います。

日 時 令和7年1月19日(日)

集合場所 野洲駅6時10分 竜王コンビニ6時30分

行 程 余呉町椿坂・八幡神社→西尾根分岐→妙理山→西尾根分岐→余呉町椿坂・

八幡神社 (往復距離約6.km)

個人装備 軽アイゼン・ワカン or スノーシュー・ヘッドライト等冬山日帰り装備

申 込 1月10日(金)

★申込時に車提供の有無もお願いします。



↑ 鎌尾根です。この眺望を見ながら進みます

風化した花崗岩の「キノコ岩」→

岳峠近くから見る鎌ヶ岳南側。どこから登るのかな?と思った
左が雨乞岳↓で鞍部は杉峠その右の平べったいのがイブネかな



賑わいの山頂では記念撮影だけして岳峠で昼食。っと、空からパラパラ小さな白い粒が。霰かな。



体が冷えないうちに下山開始です。カズラ谷は歩きやすく足にやさしい。残り紅葉を楽しみながらカズラ滝の水音が聞こえてくると周回のGOALです！（今回の時計回りがお勧め）変化に富んでいてとても楽しいルートでした♪
春はアカヤシオやシロヤシオシャクナゲが山腹を彩るとかまた登りにきましよう！

12月定例山行報告

能勢妙見山（660、1m）

日時：2024年12月1日（日）

天候：晴天

参加者：5名

行程：妙見口駅 9:15 発→初谷口沢渡り→初谷出会→能勢妙見宮→能勢妙見山三角点

星嶺（昼食）→上杉谷コース→妙見口駅 13:40 着

歩行距離 10, 1 km 時間 4 時間 25 分

報告：大阪、兵庫、京都にまたがる北摂津山系の能勢妙見山はコースが多数あり、今回は大

阪からのルートを使います。自然や動植物も季節毎に楽しめる景観として地域で保

存されています。山頂には関西随一の日蓮宗霊場の能勢妙見宮がありました。

沢沿いに渡渉を繰り返し豊かな自然の中を一日楽しみました。



初谷溪谷コースの渡渉



能勢妙見宮（日蓮宗）



山頂より左側大阪湾、右側六甲山系 星嶺（北極星信仰の象徴）の前で全員集合



コース一覧図

一口感想

昨秋の信貴山に続いて、紅葉が美しい山行でした、電車移動の山行もなかなか味わいがあったいいですね。今回は初めて能勢電鉄にのりましたが、ちょっとした旅情を感じました

12月に入りましたが、暑からず、寒からず、快晴のもと、妙見山行楽しませてもらい

ました。今生最後の訪れかも知れないと思ってお札を買い安寧をお願いした次第です。

比較的近い亀岡で育った私は、小さい頃から「能勢の妙見さん」という言葉を聞いたことがありました。妙見さんの「さん」は「山」ではなく、親しみを込めた意味の「さん」で古く地域の人に親しまれていたようです。いつか登りたいと思っていましたが、今回初めて願いが叶いました。

初谷川のいろんな活動や、詳しい地図の作成など、地元の方々がいろんな形で盛り上げられているようです。また、日本一の里山ということで、古き良き時代の山の雰囲気を感じました。

気持の良い登山道は古くからの巡礼道だった事を思わせます、でも妙見山が日蓮宗のお寺とは知りませんでした、何回もの電車の乗り換えも一人ではとても出来ません、お世話になりました。

秋晴れの心地良い日差しと風を浴びながら落ち葉を踏みしめ、沢や渡渉を楽しめました。

2024年11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	
11/4	蒜山	例会	4		○
11/7	大文字山		1		
11/14	比叡山(横川～根本中堂)		1		○
11/19	大文字山		1		
11/23	鎌ヶ岳(1161m)	例会	4		○
11/27	半国山(京都府亀岡市)		1		○

※ 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。