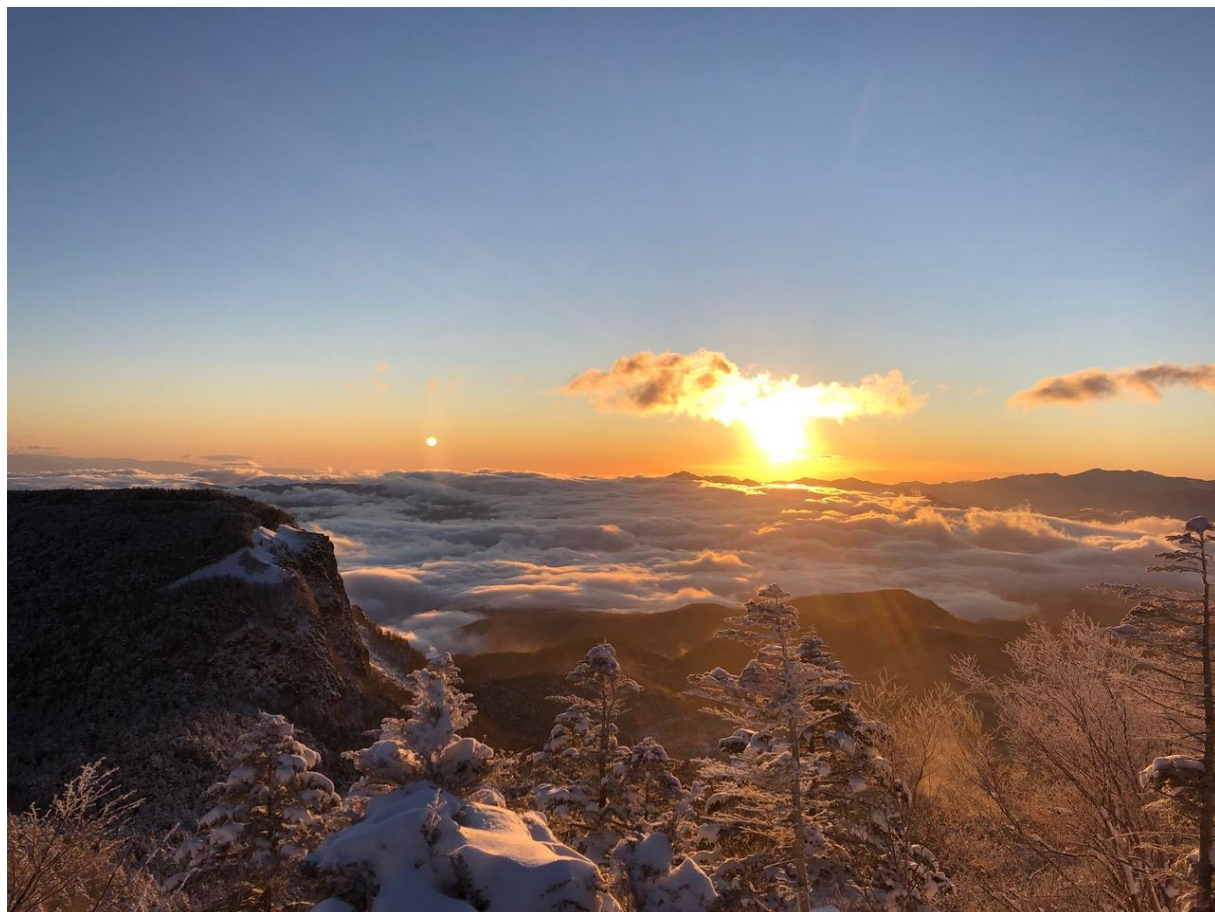


せせらぎ

No. 401



2023年3月



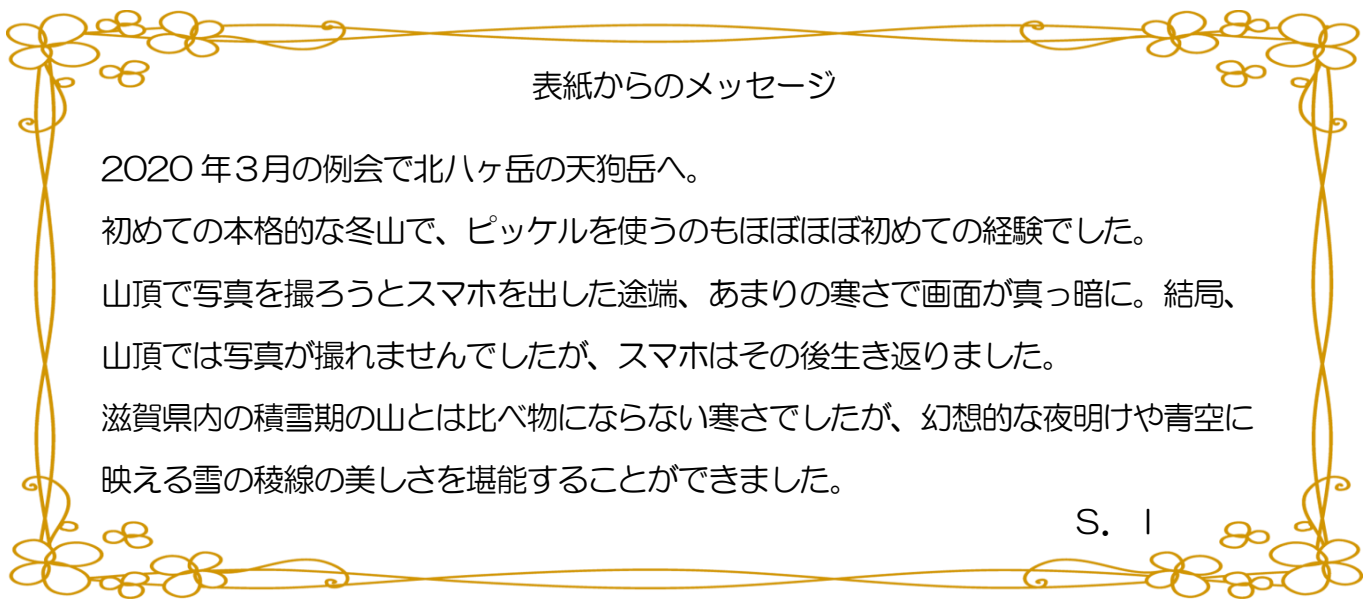
滋賀県勤労者山岳連盟 湖南岳友会

目 次

●表紙からのメッセージ	P 1
●リレーエッセイ 【私のひとりごと】	P 2
●3 月例会山行案内 【取立山】	P 3
●3 月例会山行案内 【明神岳】	P 4
●1 月例会山行報告 【バードウォッチング】	P 5
●2 月例会山行報告 【北八ヶ岳】	P 7
●会員山行記録(1 月)	P 10

今月の予定

■2 月 25 日(土)	定例会議 19:00～ 草津市立市民交流プラザ
■3 月 4 日(土)	例会山行【取立山】
■3 月 12 日(日)	例会山行【明神岳】
■3 月 25 日(土)	定例総会 13:00～ コミセン野洲



表紙からのメッセージ

2020 年 3 月の例会で北八ヶ岳の天狗岳へ。

初めての本格的な冬山で、ピッケルを使うのもほぼ初めての経験でした。

山頂で写真を撮ろうとスマホを出した途端、あまりの寒さで画面が真っ暗に。結局、山頂では写真が撮れませんでした。スマホはその後生き返りました。

滋賀県内の積雪期の山とは比べ物にならない寒さでしたが、幻想的な夜明けや青空に映える雪の稜線の美しさを堪能することができました。

S. I

わたしのひとりごと

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、這いつくばられますが、(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が増えます。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。

独居の方は言葉の裏側も推測する必要が要ります。最近こんな事例がありました。男性で要介護 1 で77歳。長男と同居、日中独居、今まで一人で何とか日常生活を送れていたが、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。

H. G

取立山

石川県と福井県との県境にあり標高 1,307 m。冬から早春にかけ雪山登山、山スキーが盛ん。晴れの日には頂上からの白山眺望が素晴らしい。

■日 程 3月4日(土)

■集 合

野洲駅南口 5:00

(JR 始発前のためピックアップ調整)

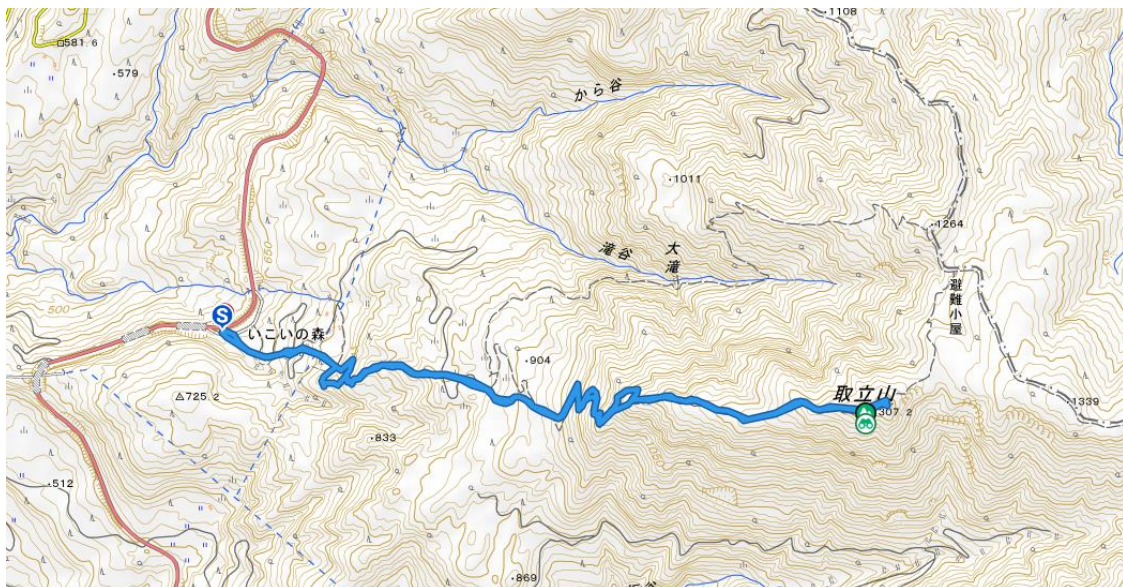
■コース

いこいの森ー取立山 ピストン

(約 6 時間)

■装 備

雪山装備 アイゼン スtock ピッケル
ワカン or スノーシュー



3月例会山行案内

明神岳（1432m）

CL: T

関西百名山の一つで、大台ヶ原から高見山へと連なる台高（だいこう）山脈の主稜です。

奈良県側の大又から四郷川沿いの林道を経由して明神岳に登ります。

3月なので冬季の霧氷は難しい？かもしれませんが、明神ブルー（青空）を期待して登りましょう。

日程： 2023年3月12日（日）

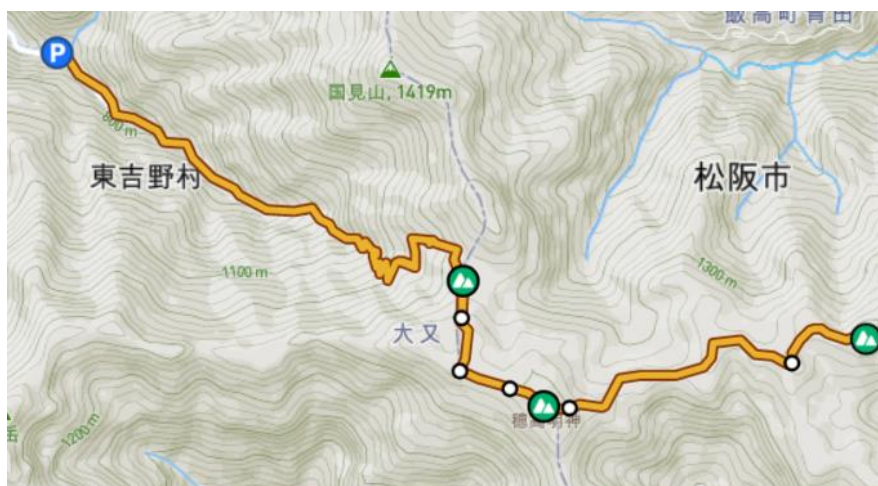
集合： 南草津駅 6:30

行程： 9:00 大又林道駐車場－11:00 明神平－11:30 明神岳－12:40 桧塚奥峰－

明神岳 13:50－14:10 明神平－16:00 大又林道駐車場

（時間的に厳しければ桧塚奥峰へは行かないかもしれません）

装備： 雨具 水筒 食料 非常食 防寒着 手袋 靴下 地図 コンパス ヘッドランプ 筆記具 保険書
軽アイゼン、ワカン又はスノーシュー



草津市矢橋帰帆島 探鳥ウォーキング例会報告

日 時 1月22日(日) 晴れ 9時スタート～13時30分解散

K参加者 K枝(案内) 北3(SL) K野 H(体験) I井(体験) O W壁Y 渡K由

コース：イオンモール草津～湖岸道路～帰帆島～帰帆島通路～公園(昼食)～新浜田圃～イオンモール草津(解散) 平たん地 約5K

山の会なのに水辺の散策？。鳥を探しながらのぶらぶら歩き、結構歩きました。湖面のカモ類が少なかったようですが、渡り鳥のアトリや、カラ類などの小鳥類が賑やかでした。

本日の花形は池で魚をゲットし、樹に泊り食べていたカワセミと、巫女さん姿のミコアイサです。

見られた鳥

キジ、オカヨシガモ、ヒドリガモ、マガモ、カルガモ、キンクロハジロ、ホシハジロ、ミコアイサ、カイツブリ、カンムリカイツブリ、キジバト、カワウ、ダイサギ、コサギ、オオバン、トビ、カワセミ、モズ、ハシブトガラス、ハシボソガラス、ヤマガラ、シジュウカラ、メジロ、ヒヨドリ、ムクドリ、ツグミ、ジョウビタキ、スズメ、ハクセキレイ、セグロセキレイ、アトリ、カワラヒワ、ドバト 約30種類 (報告 K枝)



<下の水路にいるキジを見えています>



一口感想

身近な川辺に生息する沢山の鳥に出会えて楽しかったです。
色々教えて頂きありがとうございました。

I井

昨年は希望ヶ丘公園でしたが、内陸部と水辺との種類のどの様な違いがあるのか？

サギには白だけでなく黒、グレイ、茶、水色と茶等あり、水鳥にも多種多様あり、驚きばかりでした。

ただ小鳥さんの、あの愛らしいつぶらな瞳で見つめられると、胸きゅーん♡



<メジロが2羽止まっています。>

とにかく山の仲間に逢えるのはとても嬉しいです。

W壁Y

本日はありがとうございました。

鳥の種類や特性の説明を聞きながら、野鳥観察が出来て楽しかったです。

H



<帰帆島の水路で渡り鳥のアトリの群れを観察中>

北八ヶ岳

報告:Yベ



《日 時》 2023 年 2 月 4 日(土)～5 日(日)

《参加者》 松T(CL)、O門(車)、渡K房(会計)、
S(ブログ)、Yベ(渉外) 5 名

《行 程》

2 月 4 日(土)曇り

5:02 瀬田駅集合 k3さんに見送られM本、W壁、S、Yベ M本(車)で黒丸PAへ
5:40 黒丸 PA にてO門(車)と合流
8:20 諏訪湖 SA 到着・朝食 9:00 出発 9:50 北八ヶ岳ロープウェイ駅駐車場到着
10:30 北八ヶ岳ロープウェイ駅出発～10:37 北八ヶ岳ロープウェイ頂上駅
11:04 北八ヶ岳ロープウェイ山頂駅～11:59 縞枯山～12:36 茶臼山～
13:39 麦草峠～13:55 白駒の奥庭～14:20 青苔荘(小屋泊) 計 3:11(コースタイム 2:50)

2 月 5 日(日)晴

7:02 青苔荘～7:53 高見石小屋～8:44 丸山～9:20 麦草峠～9:44 大石峠～10:14
出逢いの辻～10:42 五辻～11:37 ロープウェイ山頂駅 計 4:20(コースタイム 3:10)
小斎の湯(温泉)に寄り帰路へ 恵那峡 SA 休憩、黒丸 PA で車乗り換え
O門(車)と解散、M本(車)で草津駅、瀬田駅へ

《装 備》アイゼン、ワカン(持参したが使用せず)またはスノーシュー(1名使用)
サングラス(天気がよさそうなのでゴーグルはなし)、ストックなど雪山装備

《会計報告》

高速代:4,620 円×2 台×2=18,480 円 (竜王～諏訪)

ガソリン代: 305 km×2 台×2×30 円=36,600 円(黒丸～北八ヶ岳ロープウェイ)

合計:55,080 円

高速代・ガソリン代 11,016 円/人

※瀬田駅発は別で プラス 550 円/人

高速:200 円×2=400 円(栗東～竜王の差額)

ガソリン:30km×2×30 円=1,800 円(瀬田～黒丸) 合計:2,200 円

個別支払 青苔荘 8,000 円(信州割適応)・ロープウェイ往復 1,900 円(JAF 割)

今回、小屋予約のため 12 月 20 日×切となりましたが、麦草ヒュッテは団体予約で満室。青苔荘は空きがあったため変更となりました。

10 月の八ヶ岳同様に、K3さんが機転を利かせてくださいました。

山行の段取りすべてを担ってくださっていた CLK3さんが参加できなくなったのが前日の夜。電話が入り、状況を理解するのにちょっと時間がかかりました。K3さんより CL を M本さんに依頼していただき、M本さんが快く担当して下さったおかげで山行実施することができました。

1日目は曇りながらも寒さも厳しくなく、頂上駅でアイゼン装着。2日目は文句なしの晴天、アイゼン装着、O門さんはスノーシュー使用。文句なしの天気にもかかわらず、ロープウェイ山頂駅到着時点で疲れもあったのか？トイレを利用するためアイゼン、スノーシューを外すと不思議な達成感??とともに温泉に入りたいという誘惑に負けて、予定の北横岳をパスして下山となりました。北横岳は次の機会、K3さんと一緒に登るために残して と勝手に思っています。

《感想》

O門さん

2200mを越えた高地にもかかわらず、トレースが残ったルートを、初日はアイゼン、二日目はスノーシューによる雪山登山を十分楽しみました。

青苔荘では1泊2食付きの宿泊費が旅行支援で2000円引きに、さらに信州割クーポン1000円で長野名物の御蕎麦を頂き大変良かったです

W壁さん

久しぶりの冬の高山で、結構疲れました。
こけとか見れる時期に歩きたいコースでした。

M本さん

冬の北八ヶ岳は心から癒されます。
特に、オトギリ平付近では風で踏跡が消え、
簡単なルートファインディングも楽しめました。」



縞枯山山頂

Sさん

寒さも疲れも忘れさせてくれるような感動的な雪景色に出会うことができました。
今回の山行を計画してくださったのに、参加されなかったK3さんになんだか申し訳ないような気持ちになりながらも、素晴らしいお天気に恵まれた北八ヶ岳を満喫！
「ぜひまた来たい」と思いました。



青苔荘で(夕食・朝食)



高見石小屋展望台



山頂駅

2023年1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	
1/3	東山トレイル	例会	5		○
1/6	綿向山		2		
1/9	赤坂山～寒風		7		○
1/12	伊吹山		2		
1/21	明神平		1	1	
1/22	草津矢橋帰帆探鳥ウォーキング	例会	6	2	○
1/29	愛宕山		3		

※ 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。



白馬乗鞍温泉スキー場から見た鹿島槍ヶ岳 2023.1 : K2GO!