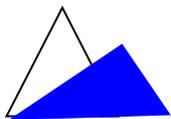


せせらぎ



2020年 1月

No.366



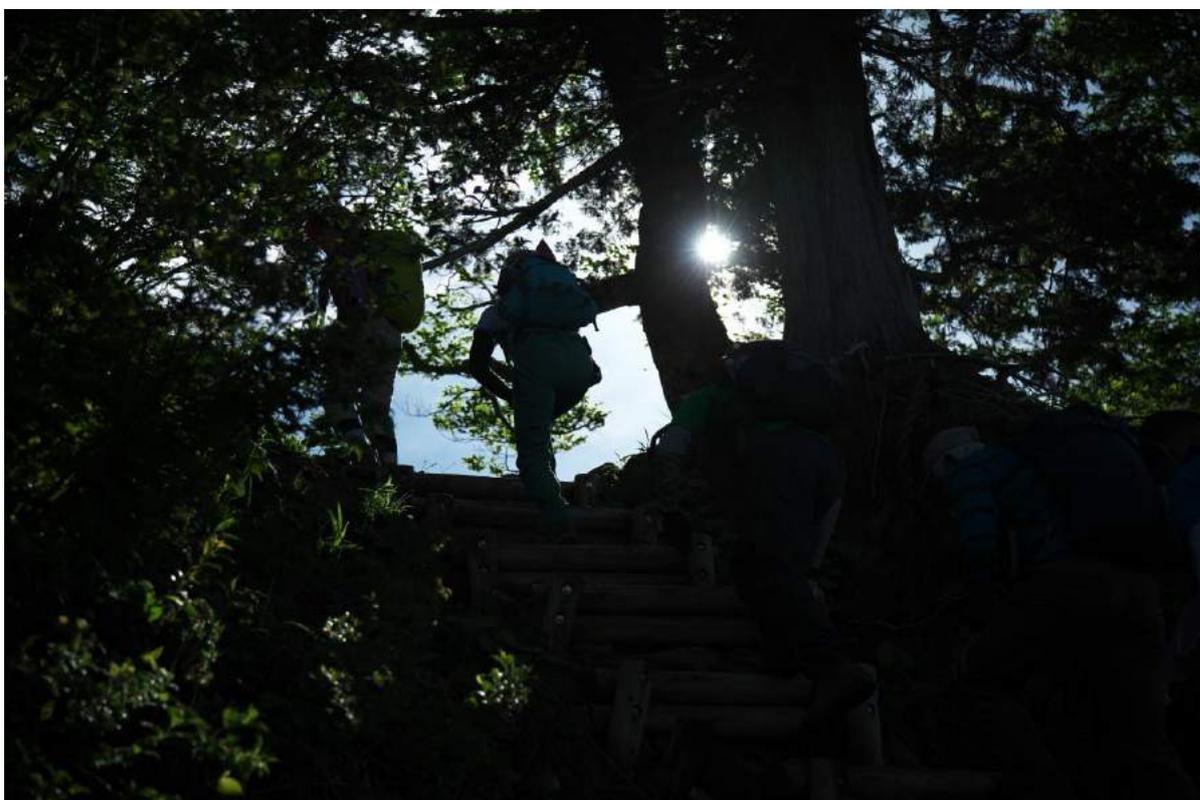
滋賀県勤労者山岳連盟 湖南岳友会

私のひとり言

山仲間から今一番行きたい山はと尋ねられたら、アルプスの何とか言う有名な高い山ではなく、私なら即座に両白山地のブナ尾峠～奈良岳～大笠山～笈ヶ岳と答える。

10年程前に笈ヶ岳、7年程前に大笠山、3年前に奈良岳と3年ごとに一座ずつ登頂している。ただ、大昔に読んだ山記録の本では、この3座を残雪期に縦走した猛者がいた。何と凄いことをする人がいるんだなと驚きと共にチャンスがあれば私も挑戦したいと密かに目論んでいる。3座とも1600mから1800m程度で低いのだが残雪期はアプローチがやたらと長く、又、アップダウンの連続等で相当な体力と精神力が無ければやり遂げられない。私も既に60の半ばになり単独では不安がよぎる年頃になってしまった。どなたか老体の私とご一緒にいただける方はいませんか？

T



1 月例会山行

武奈ヶ岳 ～ゴーアップ山行 6 雪山登山～

CL Y

ゴーアップ山行最終回は雪山登山。

このルートは難易度は低めですので、未経験者や初心者の方が雪山を楽しむために、または熟達者の軽いストレッチとしてご参加ください。

- 日時 1月26日(日曜日) 1月19日締切り
- 集合 野洲駅南口 7:00 米プラザ 7:30
- ルート 坊村から武奈ヶ岳山頂往復 5:10
- 必要装備 アイゼン(6本爪以上)、サングラスまたはゴーグル



○雪崩、滑落、落氷等の危険性は低いので、ヘルメットとピッケルはなくても大丈夫です。

○天候急変で吹雪くこともあります。防寒対策も忘れずに。

○山頂ではちょっと長めのランチタイムを取ります。(天気が良ければ)

直下の斜面で雪山登山の練習をするなり、雪合戦するなりご自由にお過ごしください。

○車を出せる方はご協力をお願いします。

(スタッドレスまたはチェーン必要)

○雪山登山の学習会は 1月25日です。

申込みはYまで



アイゼントレーニング（堂山）

目的等は、12月号の6～7ページをご覧ください。

（日時）2020年1月19日（日） 8：10～15時頃

（集合）新免バス停8：10（石山駅7：40発—新免バス停8：08 のバスがあります。）
数台の駐車地があります。

（装備）アイゼン（12本爪または10本爪）、ピッケル、スパッツ、ハーネス、
環付きカラビナ（1）、シュリング（1）、ヘルメット、冬用手袋 その他日帰り装備

（申込・問い合わせ）1月12日（日）までに KM

（トレーニングの内容）12月7日と同じで、以下の報告を見てください。

例会山行 報告

アイゼントレーニング（堂山）

（場所）湖南アルプス 堂山

（日時）2019年12月7日（土） 8時頃～15時頃

（参加者）KM（CL）、Y

（トレーニングの内容）

次のようなことを意識して、いろんな傾斜の斜面（岩場を含む）を歩きまわった。

- アイゼンの歩行の注意点も、特別な場合を除いてはアイゼンなしの通常の歩行と同じで、通常の歩行では誤魔化せることが、アイゼンでは許されないということ。
- 日常の歩行は常に重心が移動しているが、山での歩行では、踏み出した足にしっかりと重心を寄せ、その後に後ろ脚を引き上げる感じ（登りの時）。前足をフラットに置き、後ろ足を蹴らないので、静かな猫のような歩き方になる。いわゆる「忍者歩き」ともいう。
- 重心をしっかりと乗せるには、「へそ」が土踏まずの上に来るように、足首、ひざを柔らかく使う。アイゼンのすべての爪を地面にフラットに置き、重心をしっかりと片足の土踏まずに乗せることが重要。
- 足先を先に出すのではなく、骨盤を前後、上下に先に動かして、それに足がついてくるような感じで歩く。
- 後ろの内側の爪をひっかけやすいので、かかとの内側を意識する。また、爪をひっかかないように、足を通常よりも高く引き上げる。
- 傾斜が急な斜面の昇り降りでは両足を斜面に平行に置く。それより急でない所では、片足をまっすぐに、片足を平行にするなど、傾斜によって、いろんな歩き方をする。この場合も、アイゼンの爪がすべてかかるように、雪面にフラットに足を置く。
- さらに急な斜面でフラットに足を置けない場合は、前の2本、または2番目の爪を含めた4本を蹴りこんで登降する（フロントポイント技術）。足の力でけりこむのではなく、

靴とアイゼンの重さを利用して、膝を支点として振り子のように蹴りこむ。かかとを上げすぎないように注意。

- 斜面を横切る（トラバース）場合は、谷側を少し開くが、やはり両足とも雪面にフラットに置く。フラットに置けないような急な斜面の場合は、フロントポイントで横ばいに進む。

（Ｙさんの感想）

冬山に向けて、アイゼン・ピッケルトレーニングに参加しました。

急な岩場ではアイゼンの爪先を信じて体重を乗せきることにためらいながらも、「5 mm引っ掛ければ登れるから。」のアドバイスに勇気をいただきながら登りました。また、トラバースでは土踏まずに上手く体重が乗らず、ピッケルの使い方とともに次回への課題となりました。



風化した花崗岩の上を歩いて練習します。



急な斜面では斜面に平行に登り降りします。



斜面を横切る（トラバース）は難しい。



急な斜面を登ります。



前爪を蹴りこんで登降します（フロントポイント技術）。



3000級の稜線では、雪でなく、岩の上を歩くこともあります。

例会日時：2019年11月17日（日） 8時野洲駅集合 9時20分高月駅集合

参加者：〇（CL）、T（SL）、T、T、S、T、F、N

コースタイム：高月駅9:30 出発-向源寺9:40 到着 10:15 出発-八幡神社 10:19-雨森芳洲庵 10:45-石道寺到着 11:30（昼食）12:15 出発-鶏足寺 12:20 到着-己高閣・世代閣 12:30 到着 13:20 出発-木之本到着 14:20（木之本宿散策）-木ノ本駅集合 15:00（15:15 播州赤穂行乗車）

高月駅で参加者全員が合流し、青空の下、晩秋の柔らかな光を浴びて、目の前の大きな森を目指して歩き始める。右手に小谷山見て、村落の中を歩むと、用水路に清らかな水が流れているのが印象的だ。後で分かったのだが、この水は石道寺手前の高時川の堰から引かれているようだ。10分程で向源寺に到着し、拝観券を購入する。本堂では法要が行われるようで、十人近くの村人が既に集まっておられた。我々は、十一面観音と大日如来が安置されている収蔵庫に向かう。向源寺の十一面観音は何度見ても美しく神秘的なお姿だ。先ほどの法要の方が、十一面観音と大日如来にお参りにこられたが、その敬虔な祈りの姿に心を打たれた。この十一面観音や他の湖北の数々の仏像も数奇な運命を辿りながら、この地に住む人々の深い信仰に支えられながら、現在にたどり着いたのだと感じた。



向源寺

国道365号線柏原南の交差点にある八幡神社には、樹齢300年を超える榎の大木があった。その巨大な幹に驚いた。高時川の堤防の桜並木を北に向かうと雨森の集落に入り、それから、広大な田園地帯を歩くと、右手奥には横山岳を望み、左手奥には賤ヶ岳から山本山に至る優しい山並みが続いている。高時川にかかる橋を渡り、坂道を登ると、石道寺に到着する。11月の始めには、この橋の上から、産卵に上がってくるビワマスを見ることができたが、もう見ることはできなかったのが、残念だ。石道寺に隣接する紅葉の美しい池の側で、昼食と記念撮影をする。石道寺の十一面観音は極彩色で、お顔はややぼっちゃりして若々しいお姿だった。明治に、ここから上流にあったお堂が移築され、現在の地に建てられたそうだが、外部の彫刻が秀逸だ。



八幡神社の榎



石道寺



鶏足寺

色づいた紅葉の道を登り、茶畑を暫く歩くと鶏足寺の紅葉が見えてきた。大勢の人で賑わっている。紅葉は遅れているようで、例年の美しさは、もう少しあとのようだ。野道を人とすれ違いながら、己高閣、世代閣のある与志漏神社に向かう。二つの収蔵庫には、己高山鶏足寺や世代山戸岩寺にあった数多くの仏像が安置されていて、往時の湖北仏教文化の隆盛が偲ばれた。

木之本町古橋から高時川を渡り、303号線トンネルを抜け、旧道を木之本宿目指し進む。午後の穏やかな日差しの中を1時間ほど歩くと、木之本宿の南に到着する。杉玉の吊された富田酒造の前で、各自別れて自由行動とする。山内一豊が妻のお金で名馬を購入した牛馬市の跡、木之本地蔵院、もう一つの造り酒屋山路酒造を訪問する方、余呉の菊水飴を買い求める人など、楽しいひと時を過ごし、木ノ本駅から帰路についた。



木之本地蔵院



木之本宿山路酒造

天候にも恵まれ、いつもと違うゆっくりとした時間を過ごせたことと思います。遠くから以前に登った山並みを楽しんだり、湖北の仏教文化を垣間見たり、戦国時代の木之本宿にタイムスリップしたりと、参加者の皆様全員、心ゆくまで、街道歩きを楽しんでいただいたことと思います。参加皆様ありがとうございました。今後ともよろしくお願ひします。



感想 T

今から 11 年前の 2008 年に、第一回びわ湖検定試験を受けました。その公式テキストに載っていた、高月向源寺の国宝十一面観音立像を受験のための知識として覚えました。そしていつかは拝観したいと思っていました。

『せせらぎ』山行案内のお写真を見て、お会いできる機会をいただけることに驚きました。穏やかで優しい表情、柔らかく流れるようなお身体、ご守護くださるような慈悲深いポーズを拝ませていただき、日頃の雑念を洗い流された気持ちになりました。

自己反省をし、新たな気持ちで過ごしたいと強く思いました。

感想 S

JR 高月駅から始まった湖北観音巡りは周辺の村落巡りからはじまります。水路に囲まれた村々の古い家並み、知らなかったが向源寺の国宝十一面観音、八幡神社のケヤキ大樹、桜並木の続く高時川堤の向こうには紅葉盛んな己高山や横山岳の山並みなど新たな風物に接し歩いて訪れる魅力は新鮮でした。

後半、有名な石動寺・鶏足寺・木の本地蔵も含まれ JR 木ノ本駅で終わるコースでしたが、普段、車で通過してしまう土地をゆっくり歩く魅力は代えがたいものがあります。

このコースは井上靖著「星と祭」の舞台になった土地とも聞き、読んでみたくなりました。企画願った方に感謝です。

感想 T

天気は快晴。小春日和のなかで、小川のある湖北の街道、紅葉やいろいろな仏像を楽しむことができました。仏像のことはよくわかりませんが、向源寺の十一面観音は深い慈悲をたたえた崇高で美しい表情、腰をわずかに左にひねった官能的なプロポーションで、実際に見て日本で一番美しいと言われることに納得。

なお、係の人の説明では、観音菩薩はお釈迦さんの修行中のお姿なので、男だとか（私は、おっさんずラブではありません？）

心穏やかになる 1 日でした。

特別例会報告

【追悼登山&追悼会】

報告：N

★Yさん(8月) ★Iさん(9月) 天国に旅立ったお二人を偲んで

彼らが愛した三上山へ登る、秋晴で紅葉が美しい穏やかな一日である

- ◆三上山 花緑公園駐車場→山頂→表登山道→妙見堂分岐→中段道→花緑公園駐車場
- ◆実施日 2019年11月16日(土) 晴
- ◆参加者 会員：19名 元会員：10名
- ◆タイム
9:00 集合 花緑公園植物園側駐車場
9:30 出発 小休止をとりながら～
10:30 山頂
12:00 花緑公園着
12:35 西あずまや 着
12:45 追悼会 Mさん挨拶/ Tさん献杯 各自お焼香
12:55～昼食 あちらこちらで話の輪が。二人との思い出話 etc
13:40 全員下山 解散



2008.11.15
30周年記念パーティーでのおふたり





本日の追悼登山、お世話になりありがとうございました。
 遺影を見ていて、本当に天国に行っちゃったんだなあと
 しみじみ寂しさが募りました。
 だけど、今日のお天気のようにきっと空から見守っていて
 下さってると思いました。
 このようなあたたかい先輩のいる岳友会に入れた事、幸せにおもいます。
 追悼登山の準備、いろいろありがとうございました。
 懐かしいメンバーにも会うことができうれしかったです。お礼を伝えたくて
 追悼登山ありがとうございました。 from K.K

昨日は、良い天気に恵まれ追悼登山に
 参加できました。お二人に ありがとうご
 ざいました と お礼が言え良かったで
 す。NさんとTさんとお二人で、手際よく
 準備していただきありがとうございました。
 N.O

皆様のご協力で、立派な追悼登山&
 追悼会が出来ました。
 Nさん、Tさん、そして皆さん有難う
 ございます K.M

追悼会計

参加者26名	集金	支出
集金@1000	26,000	
弁当 26人		16,848
ノンアルコール 28本		2,885
お菓子		3,203
供花		845
焼香・お線香		426
みかん 35個		1,463
紙皿、ナプキン		330
合計	26,000	26,000

氷/山・ぶん回し

C L T

SL O

報告 K

■日 時 11月23日(祭)～24日(日) 晴れ

■参加者 計9名

■行程

11/23 雲海で有名な竹田城跡を見学後 福定にある民宿「喜楽屋」へ。



実はこんな風になるらしい

11/24

5:00 起床 前夜の猪鍋も豪華だったけど 朝食もおいしく

皆さんおかわりをしてお腹いっぱい 元気いっぱいです。

6:15 宿出発 宿のご厚意で登山口に案内してもらい 2台を下山口へ配車し

更に運転者を登山口まで送

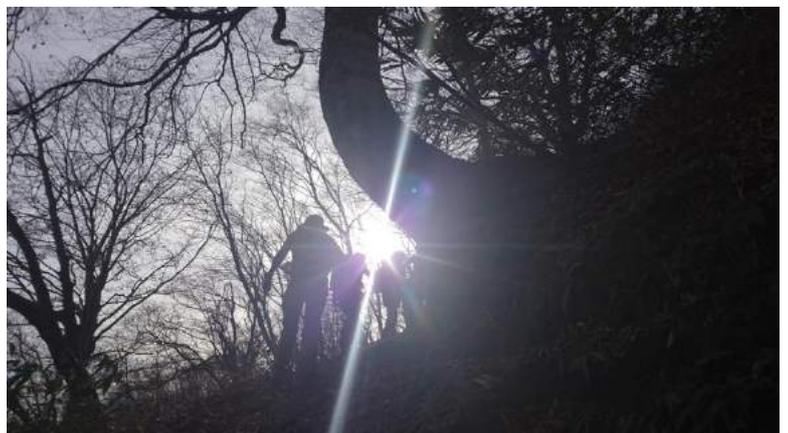
って来てくれ 本当に感謝

7:25 東尾根登山口より登山開始

7:50 東尾根避難小屋

9:20 神大ヒュッテ

10:20 1510m山頂



11:15 氷ノ山越え

12:00 天狗岩

12:30 大平避難小屋で
昼食タイム

13:30 小代越

14:00 八チ高原交流セ
ンターに下山



久しぶりの例会山行で緊張しましたが、大変有意義な山行でした。

CL、SL さんを始め参加の皆様、お世話になりました。

雲海に浮かぶ竹田城とはいきませんでした。行く機会を与えて頂き本当に良かったです。宿泊先もとっても印象深く、格安・豪華で美味しい猪豚・鴨鍋も食べれ皆さんと交流できました。また、宿泊先の喜楽屋さんが氷ノ山の登山口とデポの車の送りまで受けて下さり、お天気も何とかもち言う事なしの例会山行となりました。本当に有り難うございました。

【T】



【M】

一度訪れたかった天空の城・竹田城跡は、雲海が広がれば、まさに日本のマチュピチュと呼ばれるのを納得できました。カシャカシャと落ち葉を踏みしめ、ブナ林、杉林、黄土色のススキの中を縦走した氷ノ山は、変化のある楽しい山でした。民宿の美味しいお鍋にも感嘆し、満足の晩秋の山旅でした。

【F】

近くて遠い但馬の氷ノ山、穏やかな天候に恵まれた氷ノ山山行は、錦秋に染め上げた落葉樹の中でのパノラマ山行でした（ブン廻しコース）眼下に風情のある冬枯れした木立と黄金色に染め上げたすすきの草紅葉の八子高原を満喫。一度は訪れたいと思っていた竹田城址も散策出来また民宿の方のもてなしに、再度訪れたい山行でした。

【K】

【会計報告】

- ・竹田城跡入城料 $500 \times 9 = 4,500$
- ・喜楽屋宿泊費、ビール代 $6750 \times 9 = 60,750$
- ・高速代×往復×2台分 $2530 \times 2 \times 2 = 10,120$
- ・南草津～往復×2台分 $380 \times 2 \times @30 = 22,800$

$98,170 \div 9 \doteq 10,900 \text{ 円/1人}$



例会報告

比叡山(水井山・横高山)

報告 M

日時：2019年12月1日(日)

参加者：計17名

行程：鞍馬駅→静原→江文峠→戸寺→仰木峠→水井山→横高山→青龍寺→
登山口バス停→JR京都駅

タイム

7:31	JR山科駅発
7:51	京阪三条発
8:00	出町柳駅発
8:38	鞍馬駅出発
9:32	静原神社(小休憩)
10:20	江文峠
10:50	戸寺(小休憩)
11:17	登山口に入り、ボーイスカウト道に登る
12:14	仰木峠(昼休憩)
13:33	水井山
14:04	横高山
14:19	玉体杉(小休憩)
15:04	比叡山黒谷青龍寺(小休憩)
15:55	登山口バス停



報 告 : 初冬、京都の奥座敷鞍馬をスタートし、比叡を超えて八瀬に下ります。
前半は、のどかな京都北山の古民家の街並みや、田園風景を楽しみ、戸寺を超えたら
ボーイスカウト道から一気に高度を上げて
水井山、横高山ピークを踏んだ後は、ひっそり佇む比叡山黒谷青龍寺へ参拝し下山。

鞍馬駅を出発して古民家の街並みを歩く



紅葉の静原神社

江文峠へ向かいます



戸寺で甘酒の振る舞い、よもぎ餅も頂いて心も体もポカポカ



ボーイスカウト道



玉体杉



比叡山黒谷青龍寺



感想

朝JR車内から屋根を見ると霜だらけ、今日は寒いのかと思いきや、山には最高の天気、薬王坂・ボーイスカウト道と一気に汗が吹き出しました。久しぶりの山行です。ヨモギ餅・甘酒のおいしかったこと。感謝です。本日の歩数は33,000歩 お疲れ様でした。 N

12月1日(日)鞍馬山～比叡山の登山に参加して、思っていたのと違いきつくて、苦しかったです。さすがに足が上がりなかつたことには情けなかつたですが、いろいろ親切にアドバイスしていただき、終わってみればまた登りたいなと思うさわやかな余韻が残っています。 Y

例会報告

地図読み教室（ゴアアップ山行⑤）

報告：Y

綿向山に隣接する竜王山で地図読み実践を行ったその内容を報告する

実施日 2019年12月8日（日）曇りのち晴れ

参加者 5名

行程

8時40分	御幸橋駐車場スタート	8時44分	西明寺付近で地図読み
9時37分	竜王山登山口	10時27分	千畳平
10時37分	竜王山山頂	11時00分	鉄塔付近で地図読み
11時55分	綿向山行山道途中で昼食	12時45分	昼食後ピストン下山
13時14分	下山途中で地図読み	13時24分	オンパノフトコロ
13時44分	再度鉄塔付近で地図読み	15時15分	御幸橋駐車場到着

地図読み実践

定例会議の勉強会座学を終えて地図読みの実践を行った

- ① コンパスの使い方（進行方向確認）
- ② 磁北線について（山と高原の地図は2018年から磁北線入り？）
- ③ 山座同定…知りたい山に進行方向の矢印を合わせダイヤルを北に回し、正置した地図にのせると山名を特定できる（今回は雨乞岳・藤原岳）
- ④ クロスベアリング…2つの山が分かればクロスさせて現在位置を割り出す（今回は藤原岳と綿向山で） ※鉄塔は現在位置確認に最も有効！
- ⑤ 歩行中は尾根や谷、鞍部、小ピークなど地形を確認すると現在位置を把握しやすい

などなど繰り返し、繰り返し皆さんが納得するまで実践に取り込んだ

尚絶対にスマホとコンパスとを近づけない事



竜王山の地図

コンパス

地図読み説明書

地図とコンパスを使用
進む方向を確認



Mさんの感想

地図読み山行に今回も参加させていただきました。
車を降りてすぐに現地を地図上に落とし、目的地を決め、進行方向をコンパスで割り出し進みました。目的地に来ると再びそれを繰り返して山頂を目指します。登山道の右折左折を中間省略して、道のない樹林を直登し、登山道に出くわす。人が歩いていないところを歩くのは妙に、気持ちが高ぶるものです、新鮮な感じがしました。また冬枯れの、白っぽい檜の樹幹を、薄い朝霧がゆっくり這いあがるのがとても幻想的でした。朝の竜王山は霧と雲に隠れ、周囲が見えなかったのですが、午後にはそれも晴れて、今日の第二のテーマである山座同定とクロスベアリングの手ほどきを受けました。今回の地図読みの経験をホームグラウンドの桐生湖南アルプスで忘れないうちに試してみようと思っています。親切に丁寧一生懸命説明してもらいましたCL、SL、の皆さん有難うございました

M



昼食を食べていると、厚い雲が退いて、山座同定。

Tさんの感想

地図と向き合うことができた、とても勉強になる山行でした。
CLとSLから、丁寧なご指導をいただき、駐車場から地図読みが開始。
寒さもあり、単独行であれば、「もう、いいか」といい加減になりそうでしたが、「今日はピークをめざすのが目的じゃなく、地図読みが目的ですよ」と言われ、
何度も地図を確認しました。お陰様で、なんとか地図をたよりに
歩くことができたので、私も地図マイスターの仲間入りです。何気なくみていたYAMAPの地図も、深く掘り下げてみるできるようになりました。
さらに、CLから桜漬け、お芋、柿などを美味しくいただきました。
银杏（ぎんなん）拾いに、なめこ取りなど、たくさんの食事のバリエーションにもめぐりあわせ、楽しい山行となりました。

皆さん、本当にありがとうございました。

T



山座同定の方法により
あの山何て言う山??
調べて名称の説明をしている



クロスベアリング、山座同定の復習



皆さんの満足した後ろ姿



ほとんどスマホに頼っているのが現状で万ースマホが壊れたら地図とコンパスを使用して山を歩かなければならない。

そこで今回の例会山行企画で講師Tさんから学び参加者全員が基本をマスターし今後スマホとコンパス、地図を使用し更に安全で快適な山行になる様に努めたいこの企画をして頂いたCLTさん、SLYさんに感謝。

2019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	
11/1 ~ 11/13	ネパール・タンポチエ		1	4	
11/2 ~ 11/3	鈴鹿・イブネ	例会	11		○
11/2 ~ 11/4	八ヶ岳 縦走		1	1	○
11/3	伊吹山		1	5	
11/4	リトル比良		4		○
11/4	摩耶山・再度山(兵庫県)		3		
11/4	比良山系 堂満岳・烏谷山・比良岳		1		○
11/7	比良トレラン		1		○
11/8 ~ 11/9	傘山・陣馬形山		2		○
11/9	湖西:音羽山		1	2	
11/9	愛宕山(ツツジ尾根~愛宕神社~表参道)		1		
11/9	比良山系 釈迦岳		1	1	
11/10	六甲山縦走(兵庫県)		1		
11/10	鈴鹿 銚子ヶ口		1	1	○
11/10	千石岩 フリークライミング		4		
11/13	湖南アルプス(笹間ヶ岳、堂山)		6		
11/16	三上山 追悼登山 & 追悼会		19	11	
11/16	比良山系 リトル比良		3		
11/17	湖北観音巡りと鶏足寺の紅葉	例会	8		○
11/17	鈴鹿山系 竜王山~綿向山	下見	3		
11/17	武奈ヶ岳		1	1	
11/17	水無山~綿向山~竜王山		1	1	
11/21	京都トレイル 高雄~西山コース嵐山		1	1	
11/23 ~ 11/24	氷ノ山	例会	9		○
11/23	比良アルファレンゼ (パリエーション)		2		
11/23	比良山系 武奈ヶ岳		1		
11/24	鈴鹿 不老堂~釈迦ヶ岳		1	1	
11/27	銚子ヶ口		7	1	○
11/30	鈴鹿 御池岳		1	1	○
11/30	金毘羅		1	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。