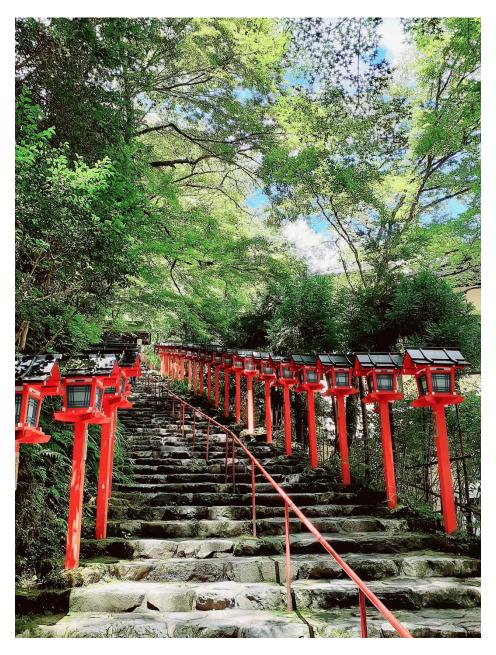
# せせらぎ



No.383 2021年9月



# 目 次

- 表紙からのメッセージ
- 私のひとりごと
- 9月例会及び交流登山指定山行案内【西方ヶ岳】
- 9月例会山行案内【穂高岳】
- 7月例会山行報告【金毘羅山 Y懸尾根】
- 8月例会山行報告【比良山系 白滝谷】
- 7月山行記録

# 今月の予定

○ 9/5 例会及び交流登山 【西方ヶ岳】

○ 9/18~20 例会山行 【穂高岳】

# 表紙からのメッセージ

京都の貴船神社です。猛暑日でしたが、ずいぶん涼しく感じました。まだまだ暑い日が続いていますが、皆様にも涼しさが届きますように。

КШ



2011年、62歳で岳友会に入会し、今年10月で丸10年を迎えます。その間、先輩方には、色々、ご指導いただき、山の楽しさを味わうことができ、感謝の気持ちでいっぱいです。

昨年、日本百名山も達成し、ジャンダルムも挑戦できました。

海外のトレッキングも、2014年のネパール・アンナプルナのプーンヒルを皮切りに、タンザニアのキリマンジャロ、台湾の玉山、ベトナムのフアンシーパン、マレーシアのキナバル山、エベレスト街道のチュクンリ登頂

ニュージーランドのルートバーン、スペイン巡礼の道、アメリカグランドサークル、韓国の3つの山、カンボジャのアンコール遺跡、スリランカのアダムスピークと遺跡巡り、ポルトガル・アゾレス諸島のピコ山

それから、柴田山行の、スイス 23 日間のトレッキング、ノルウェー16 日間のトレッキング等、駆け足で山旅を満喫してきました。

最後となった海外は、2020 年 2 月末のオマーンの最高峰といずパルーリー砂漠のテント泊の旅でした。あの広大な静寂の砂の世界は、深く心に刻まれ、とても感動しました。

行こうと思えば、何処でも行けた時に、行っておいて良かったなあーと、しみじみ思っています。

今は膝を傷め、リハビリ中ですが、回復しましたら、これからは近場の山歩きを、ゆっくり楽しみたいと思っています。



# 9月例会及び交流登山指定山行のご案内 西方ヶ岳・栄螺ヶ岳縦走

敦賀湾、若狭湾を眼下に望める好展望の山。敦賀半島の中ほど東海岸側にある常宮神社横の登山口から、長い階段と急登道を経て、西方ヶ岳(764.1m)、栄螺ヶ岳(685.5m)を踏む。さらにそこから長い急な下り道を浦底登山口まで歩く。

行 程: 常宮神社→常宮登山□→奥の院展望所→オウム岩→西方ヶ岳→ カモシカ台→栄螺ヶ岳→浦底登山□

<歩行時間:5時間 歩行距離:9km>

実施日:2021年9月5日(日)

(中止する場合は前日の午後5時迄にメール連絡します)

集合場所:野洲駅(三上山側)06:30 竜王 | C横コンビニ07:00

持ち物: 雨具、飲料水、ストック、帽子、手袋、ヘッドライト、行動食、非常食、

地図、コンパス、保険証、筆記具

申 込 締 切 :8月25(水) ★ 車提供の可能も併せてご連絡下さい

申込先 : CL·SLの両名へ



# 北アルプス 穂高岳

北アルプスの人気エリア、穂高連峰の核心部を周遊します。 岳人が集う山岳登山基地の涸沢にベースキャンプを設置、特異で雄大な山岳風景を満喫して、スリリングかつ爽快な岩稜帯を歩きます。

【日程】2021年9月18日(土曜日)~20日(月曜日·祝)

【集合】4:00 から 参加者を順次ピックアップ

【持ち物】テント泊希望者はソロテント泊装備一式、食事も個食とします。

#### 【スケジュール】

9/18(土) 4:00 大津を出発

9:00 上高地 ~ 15:00 涸沢 (歩行 6 時間)

9/19(日)6:00 涸沢~北穂高岳~奥穂高岳~涸沢 (歩行9時間10分)

9/20(月) 7:00 涸沢~上高地 (歩行5時間)

山のいで湯「ひらゆの森」で入浴して、18時頃帰着

## 【宿泊】

●山小屋泊かテント泊を選択してください。

山小屋泊の方へ……秋の連休に加えて人数制限により早期満室が予想されます。 後でキャンセルされても OK なので早めに参加表明の事。

テント泊の方へ……ソロテント&個人食ですが、参加者内で決めて結構です。

## 【ルート】

涸沢から北穂南稜経由で北穂、穂高稜線を踏破して奥穂、ザイテン下降の周遊。



1泊2食付で

1万5千円!

- ●信州山のグレーディングによると最高難度のルートです。(→部分)
- ●念のためにロープと確保器は共同装備として携行します。
  - 一般登山道での使用は避けたいとこですが、ビビリは適時申し出てください。



ルート経験者の個人的な見解ですが……、

一般登山道ですので技術的には Y 懸尾根などのバリルートほどではないですし、難所には クサリやハシゴが備え付けてあり、楽勝です。

やっかいなのは高度感と体力疲労で、じわりじわりと心が折れてきます。そこは「さあ行くぞっ!」と気合いを入れ直して、素晴らしい穂高の稜線歩きを楽しんでくださいね。

#### ※注意事項

- ○極度の高所恐怖症の方、標準コースタイムより遅い方は無理です。
- ○車が確保できない場合は先着順とします。

## 【参加申込み】 9月10日までにY田へ

- ●ピックアップ地点のリクエスト
- ●小屋泊かテント泊か
- ●車を出せる方

以上の申告をお願いします。

# 金毘羅山 Y 懸尾根 岩トレ

報告)S藤

日時 : 2021年7月18日(日)

天 気 : 晴れ時々くもり

参加者: 6名

8:15 江分神社に集合。

8:25 Y懸尾根岩場到着。 ヘルメット、ハーネス等装着。

CLより、下記3点の注意事項。

- 体を岩から離して、足場を確認する事
- 三点支持を守る事
- ・腕の力ではなく、脚で登る事

まずは、やさしめの岩場で、フリクションノットを使って練習。 スリングをロープに巻き付け、テンションをかけて、しっかりと ロックされているか確認して、登る。

数か所の岩場を超えて、Y懸ノ頭でランチ休憩。

かなりの暑さを覚悟していましたが、それほどでもなく、心地よい風も。 次はトップロープで、少し長めの岩場に挑戦。

怪我は下りで起こることが多いとのことで、上りだけでなく、下りも練習。



ロープを設置して、懸垂下降で降りてくる CL





CLは、状況を見ながら別の場所にロープをかけなおしてくださったり、また他のベテラン男性方にも、靴の置き方など、色々ご指導いただき、岩経験の少ないものにとって、とてもありがたい企画でした。 おかげで、皆、怪我なく、無事クリアできました。 高所恐怖症の私でも、ロープで確保していただいている安心感もあり、楽しむこともできました。

CL、ご指導ありがとうございました。

### ★ 感想 ★

Y 懸尾根の登りでは、体力不足を実感しました。 頭での登行、下降の訓練に於いては、夏山縦走用の 登山靴なので、小さいスタンスに乗り切れず、

腕がパンパンです。 M田



Y 懸尾根は穂高を縦走する京都連盟初級登山学校の人達で溢れていました。岳友会のメンバーは恐い恐いと賑やかながらも、着実に練習しながら登って行きます。 劔、槍、穂高、後立山とチャレンジするには、これから 2,3 回は金毘羅の岩場に通いたいところです。 私は 久方振りの岩場に最初は緊張しましたが、慣れてくる と身体が覚えているのか楽しめました。でも歳なので ハイキング志向になり、岩場は登り納めになりそうです。 K枝

これくらいの岩場ならロープ無しでも平気なく枝さん

久し振りの岩トレーニング、岩登りは余りやらず経験が 乏しい。

10mm足らずのロープに身を委ねる。いつも緊張が走る。 安心・安全な登山のためには、岩トレも必要でしょうが、 8の字結びも忘れかけている様。

Y田さん、ご指導ありがとうございました。 これに懲りずご指導お願いします。 F関



白滝谷

8月例会報告: H山

◇メンバー 5名

#### ◇コースタイム

8/1 晴れのち曇り 下山時雷鳴

防村 8:00-牛コバ 9:00-入渓 9:10-夫婦滝 12:00-防村 14:30

## ◇概要

裏比良 明王谷のルートの中では比較的易しく、頭上には明るいグリーンも見られることから人気のコースとなっている。

今回も複数パーティーが遡行していたが、順番待ちになる程ではなかった。

入渓点は牛コバを過ぎればどこからでも可能。ロープは使用せず、120/240cm スリングでサポートすることで難所をクリアすることが出来た。ヒルは出なかったものの、大きなカエルが多数生息。

アプローチ 1h、遡行 3h 程度で滝の直登、ナメ、泳ぎ全てが凝縮されている。

沢靴はラバーもフェルトもフリクションがよく効くが苔の生えた岩はどちらも滑った。これから沢登りを始める方へのオススメはモンベルのサワーサンダル¥5500。アイゼンの要領で登山靴にソールを取り付けるだけで沢靴に変身し、軽量化にもなる。濡れた登山靴は下山時に次第に乾くので、年に数回の沢登りでは全く問題ない。

#### ◇感想

私の沢登りは白滝谷が始まりで、ここから発展しアルプスの沢迄遡行することができました。 白滝谷は集水域が広く、大きな滝も多くたのしめる谷です。

大きな岩がゴロゴロ転がっているのを越えていくので、体力が奪われます。

昔は余裕をもって楽しんで遡行した印象でしたが、今日は年のせいか?トレーニング不足かフラフラで、まだかまだかと思っていると突然、夫婦の滝の前に出て終了でほっとしました。 しかし、下山路も危険なトラバース道で転落しそうで慎重に歩きました。 また来年参加できれば幸いです。ありがとうございました。(K 枝)

白滝谷の名前は過去何度となく、耳にしていましたが、今回が初めての入渓です。

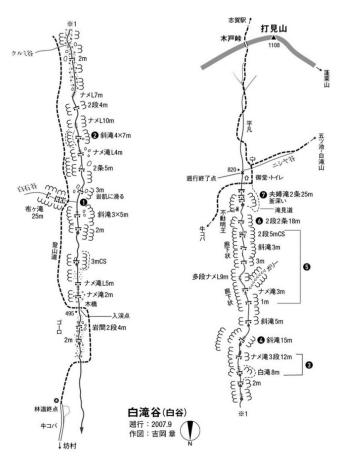
例会での取り組みもあまりなく、渓流靴も久しぶりの出番です。

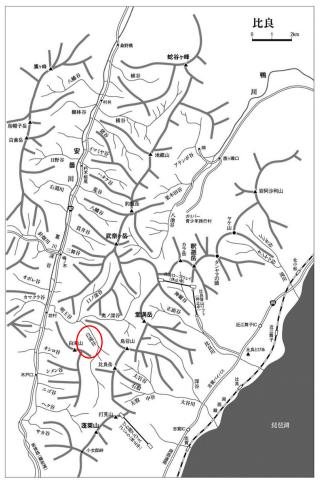
天候と水量に恵まれ夫婦の滝までの遡行でした。

遡行速度が早くついて行くのがヤットで沢の様子など眺めている余裕はぜんぜん無く、気づけ

ば目前に夫婦の滝でした。(M田)







## ● 2021年7月山行記録

	2021年///周刊65系		参加者数		ブ
山行期間	山域·山名	例会等	会員	会員外	ログ掲載
7/3	荒島岳		4		
7/6	霧降高原・丸山(栃木県)		1		
7/10	白山		2		
7/16	三本槍岳・朝日岳・茶臼岳(栃木県)		1		
7/17	焼岳		1	1	
7/17	三周ケ岳		3		
7/17	大長山·赤兎山		1	1	
7/18	赤坂山		1	1	
7/18	金毘羅岩 Y 懸尾根	例会	6		0
7/18	伊吹山		1		
7/21 ~ 23	北岳・農鳥岳・間ノ岳		2		0
7/22 ~ 23	蓼科山~麦草峠		3	1	
7/22 ~ 25	折立~太郎小屋~黒部五郎岳~水晶岳~太郎~ 折立		1	3	
7/22	伊吹山北尾根		1	2	
7/23	釈迦岳		1	1	
7/24	西方ケ岳・栄螺ケ岳	例会下見	2		
7/26	焼岳		1	1	_
7/31	伊吹山		2		

<sup>※</sup> 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。