

東京多摩支部創設 15 周年記念講演会と懇親会

小松由佳氏『K2 からシリアへ、写真家へ』開催される

総務委員会

文・佐藤はるな 写真・辻正人



身振り手振りを交えて熱心に話す

は自ら作るもの」「小さなステップが成功への鍵」「生きていることが全ての始まり」と学ぶ。また山岳地帯に暮らすポーター達との交流を経て真の豊かさについて考え始め、写真家へ転身する契機となった。

2008 年からシリアで砂漠に生きる家族を取材。2011 年に内戦が勃発すると、難民となった彼らを内部から記録し、家族の視点で内戦を発信した。自身もシリア難民の男性と結婚し、価値観の違いを越えて共生する道を学んだ。現在、東京で夫と二人の子どもと暮らし、子どもたちの名前には家族の歴史と平和への願いが込められている。

シリアの人々にとって幸福とは物質的豊かさではなく、家族の絆や、穏やかに共に過ごす時間（ラーハ）を持つことだ。しかし、内戦により多くの家族が離散し、多くの難民が生まれ、平和は失われてしまった。内戦が日常を奪い、人々の希望を打ち砕いた。身近でも夫の兄が警察に連れ去られたまま消息不明となり、その事実は一家の心を重く沈ませた。シリアの厳しい現実はいたるところにあった。【次のページへ続く➡】

表題の講演会が 3 月 20 日（木・祝）10 時から武蔵境の武蔵野スイングホール・スカイルームで開催された。会場一杯の 92 名の聴衆が小松氏の身振り手振り豊かな、熱のこもった講演に聴き入った。小松氏は秋田県出身の登山家・写真家で、高校 1 年生の時、大平山に登頂し、町を見下ろす景色に感銘を受けて登山を始めた。ヒマラヤを夢見て東海大学登山部に進み、厳しい訓練の中で環境を切り拓く力を養った。

2006 年、小松氏は日本人女性として初めて K2 登頂を達成。死亡率 26% の難関に挑み、体力と精神力を試された。登頂後、C3 手前の高度 8200 メートル地点でビバークを決断。翌朝、朝陽の温かさで体力を回復し下山を開始、生還した。K2 の経験を通じ、「道



K2 の山頂とビバーク地点にて



満員の聴衆が聴き入った

目次

1. 15 周年記念講演会（小松由佳氏）	6. 山行委 平日 1 月 子の権現	13. 初級 3 月 三ツ峠山
2. 15 周年記念懇親会	7. 山行委 平日 2 月 石老山	14. 低山を楽しむ会 2 月 吉野梅郷
3. 山行委員会 育成山行	7. 山行委 平日 3 月 身延山	14. 中級 1 月 谷川岳雪上訓練
3. 登山教室 初級 11 期生修了式	8. 山行委 定例 1 月 金時山	15. 中級 2 月 黒斑山・蛇骨岳
4. 奥多摩 BC 初詣と BC 開き	9. 山行委 定例 2 月 丹沢主脈縦走	16. 中級 3 月 硫黄岳（八ヶ岳）
4. 奥多摩 BC 山開きとハイキング	10. 山行委 定例 3 月 黒斑山・蛇骨岳	17. 多摩支部の人々 石塚嘉一氏
5. 安全対策委 ロープワーク講習会	10. (ミニレポ ニヶ峠山)	18. インフォメーション / 講習会案内
5. 安全対策委 上級救命救急講習会	11. 初級 1 月 石割山(ミニレポ刈田岳)	19. 支部連絡会議、議事録、表
6. 野火止 PT 活動を振り返って	12. 初級 2 月 入笠山	20. カレンダー、総会案内他

2024年、アサド政権崩壊直後に家族でシリアを訪問。内戦で荒れ果てた光景に胸を痛めた。シリアは民主化か独裁かの岐路に立ち、不安定な状況が続く中、帰国を望む難民も多い。小松氏は「知り、考え続けること」の重要性を訴え、登山で学んだ「道は一つではなく、一歩ずつ進むことが大切」という教訓を今も支えとしている。

困難の中でも希望を持ち、異文化共存を大切にしながら、現地の現実を伝え続ける。凜として笑顔を決やさず、広い視野で真の豊かさを探求し、挑戦を続ける小松氏の講演は聴衆の心をつかんだ。素晴らしい講演会となった。



笑顔が決まっています

イタリアンで懇親会

文・小澤知信

写真・辻正人、大井あゆみ

飯田新東京
支部長を
野口支部長が
ご紹介



盛況を博した小松由佳さんの講演会后、北海道イタリアン・ミアボッカ・エミオ武蔵境店において、小松さんも交えて3時間に及ぶ懇親会が開催された。今年は当支部が2010年2月20日に発足してから15年目の節目で、参加者は72名だった。

まずは野口支部長の挨拶。10周年以後、コロナ禍によって会員数が減少したが、コロナ禍が一段落し、会員が増加し、300名の大台に回復した。活発な活動をされている会員の協力を感謝するとともに、今後、20周年に向けての協力もお願いしたいと挨拶した。続いて5年間に逝去された12名の会員に対する黙祷を行った。さらに、入会したての11期初級登山教室修了生4名の紹介があり、代表して足立新会員が今後の抱負についてスピーチをした。11期修了生についてはすでに委員会に所属する方が多く、活躍と新たな交流が期待される。

また、4月16日に発足する東京支部支部長になる飯田会員からも「多摩支部とは兄弟支部として、共同企画等を通じて、友好的な運営を目指しているので、ご協力願いたい」との挨拶があった。山行委員会の中原会員は4月12日の15周年記念山行の案内をした。乾杯は竹中監事(初代支部長)が「今後の安全山行を期して」と音頭をとり、会場は歓談に移った。

日頃、言葉を交わす機会が少ない会員同士が歓談する様子や、新たな山行を一緒にと地図を広げメモをとるグループなど、大小のテーブルは笑顔で溢れた。直前の講演に感動した多くの会員がゲストの小松さんと親しく交流し、著書のサイン会には長い行列ができた。

終盤には、「山の唄を歌う会」メンバーを先頭に、4曲を高らかに合唱後、多摩の一本締めで中締め。山に求めるものは、会員様々であるが、自分の立ち位置や、今後の山に対する取り組み方、多摩支部に対する貢献のありかたなどを再認識する機会となった。昨年に続き春分の日で開催された懇親会は、「春の集い」として、会員の親睦と絆を深め、すっかり定着した。

まずは
腹ごしらえ

さあ、
飲みましょ〜

男同士で
かんぱ〜い!

食べて飲んで
満足で〜す!

最後は皆で
山の歌を
合唱して



< 山行委員会 >

八ヶ岳積雪期登山 佐藤氏最後のリーダー育成山行

佐藤守・西山さより

1月3日(金)～4日(土)に天狗岳山行を行い、佐藤、今中、内田、西村(章)が参加。ピッケル、アイゼンを使う本格的な雪山登山。1日目は唐沢鉱泉から第一展望台(2416m)までピストン。2日目は唐沢鉱泉から第一展望台を経て、西天狗岳から東天狗岳へ縦走し、黒百合ヒュッテを経て唐沢鉱泉へ下った。無風快晴、トレースもくっきりとあり、樹氷と八ヶ岳連峰の真白い雄姿が見事だった。(文/佐藤)

2月23日(日)に西岳で雪上訓練を行った。佐藤、今中、清水(茂)、中原、西山、松本が参加した。富士見高原を出発。積雪は少なくつぼ足で登山開始する。不動清水を経て、標高1600m付近でアイゼン装着。

標高1900mを過ぎるとやや雪の量が増えてきたので、登山道を離れて適当な斜面を探し、約2時間、滑落停止の練習とビーコン訓練を行った。佐藤委員の第3次のリーダー育成山行だが、この西岳の講習が最後となる。尽力してくださった佐藤委員との思い出は数知れない。誰もが八ヶ岳を背に時の流れをかみしめていた。

(写真/内田・佐藤・中原)



南八ヶ岳稜線を望む



西岳にて感謝をこめて佐藤氏を囲む



東天狗岳山頂にて

< 登山教室 PT >

雪の三ツ峠で第11期登山教室修了式

村岡庸こ

第11期登山教室は4月の三頭山に始まり奥多摩三山を踏破、その後奥多摩の山をベースとしながら山域を山梨県、長野県に広げ、3月8日(土)～9日(日)の三ツ峠山で1年間のプログラムを修了した。受講生は20名。途中事情により1名減ったが、とても仲が良く、年間を通して出席率の良い期であった。講座、山行とも全て出席した皆勤者が4名いた。

修了式では、支部長から一人一人に修了証が渡された。印象深かった山行をきいたところ、長時間歩行した川苔山や、雪山体験をした入笠山、そして降雪の修了山行の三ツ峠山をあげた人が多かった。今年の三ツ峠山は降雪があり、長時間アイゼン歩行ができ、樹氷の美しさや雪山の厳しさに魅了されたようだった。将来の抱負も話していただき、立派な考えに感心した。

現在入会者は約6割だが、仲間と登ることで山の楽しさは倍増するもの、入会者が増えてほしいと思う。皆が登山を続けてくださるようにと願っている。(写真/小澤)



支部長が修了証を手渡して



田所さんも!

曾木さんも!

小原さんも!

＜奥多摩 BC 運営委員会＞

山の神へ初詣・奥多摩むかし道と奥多摩 BC 開き

坂井浩子

1月13日（月祝）に表記イベントを開催した。バスを桃ヶ沢で下車。青天の下、奥多摩むかし道のハイキングが始まった。河合玉堂の歌碑を脇にみながら歩き進むと、虫歯地蔵や耳神様といった民間信仰を目の当たりにして、身近にお医者様がいる社会をありがたく思った。初詣の1か所目は「山の神」。「しだら吊橋」をおそろおそろ渡ると左上に御社があった。女性と言われる山の神に新年のお祈りをした。2か所目は「白髭神社」。石灰巨岩をご神体とした神社で、社殿に張り出した巨岩は迫力があった。境橋バス停近くの「清泉の湧水」で水を手で掬ったり、水筒に入れて持ち帰る者もいた。12時半にBCに戻るとテーブルには料理が並んでいた。この日は、アルパインスケッチクラブのメンバーの展示替えの日でもあり、絵画がきれいに展示されていた。BC開きからの参加者5名も加わり、懇親会が始まった。BC委員の作った関東風のお雑煮、仕出しの料理、委員郷里のみかん、好みのお酒がテーブルに並び、参加者の自己紹介を兼ねた新年の挨拶を



奥多摩 BC で新年の懇親会

行い、親睦が深められた。歓談の後、記念写真を撮って、15時半に散会。

参加者28名：荒川、安藤、岡、石塚、稲富、鬼村、河野、小部、佐久間、清水（節）、菅野、竹中、辻橋、松尾、皆川、若村、青野、松井、川瀬（委員）、小尾、石井、木村、小嶋、坂井、富澤、中村、西村、山内。（写真/安藤）

＜奥多摩 BC 運営委員会＞

山開きで山登りの安全を祈願し、花々鑑賞ハイキング

中村敦子



4月6日（日）に奥多摩駅前の大木戸稲荷神社にて奥多摩山開きが行われた。神主様の祝詞の後、参列者が玉串奉納し、今年一年の登山の無事を祈った。今年が奥多摩町の町制施行70周年の年で、参加者に「わさびー」のキーホルダーと500円券が配られた。10時45分に駅前を出発。車道を海沢方面へ進み、中学校から山側の道に入る。貯水池を過ぎ、山道を少し上り、ツリーハウスのある広場にて昼食。川苔山や本仁田山が正面に見えた。下って氷川発電所貯水池の説明を聞く。奥多摩湖の水が送られているとのこと。道中にしだら桜や桃の花が咲いていた。農園を過ぎ、向雲寺に到着。桜はまだ蕾、ピンクの花桃や紫の花大根がたくさん咲いていた。カタクリは群生地では花が少なかったが、黒太パイプの横には群生していた。アズマイチゲの白い花も咲いていた。今日は花の写真は何枚撮ったことか?! 駅に戻り、14時半からBCで懇親会が始まる。懇親会から参加の方も着き、自己紹介から、支部としての山行についての真面目な話も始まり、真剣に聞いて、16時にお開き。沢山の桜とお花を見るハイキングと少し真面目な懇親会となった。参加者18名：荒川、市村、稲富、太田、金坂、要、川瀬、小原、野口（い）、中村（正）、広瀬、宮崎（紘）。委員：石井、木村、坂井、中村（敦）、西村（章）、山内。（写真/広瀬・坂井）



大木戸稲荷神社で奥多摩山開き



向雲寺にて花々に囲まれて

<安全対策委員会>

縦走中におけるロープ使用法講習会

村岡庸こ

2月16日(日)に表記の登山技術講習会を実施した。参加は講師3名(川瀬、中村(哲)、三尾)、受講生13名(安藤、石川、井上、今中、鬼村、鹿島、鎌塚、榊原、中原、西山、村岡、山内、渡邊)。武蔵五日市駅から荷田子バス停下車。

午前バス停近くの河原で実習。まず「技術は体で覚える。不完全な知識は使わない」という基本姿勢を教えられる。エイトノットと簡易ハーネスの作り方を学んだ後、悪場通過の際に2名分の装備でできるロープの張り方のシステムを教わる。

昼食を摂った後は荷田子峠に上り、登山道から離れた斜面で講習を行った。次に事故者(自力で上がれそうな場合)への対応や、事故者へのアプローチの仕方(ムンターヒッチ、懸垂下降)を教わり実践してみる。体力があれば崖下から登り返すのは可能だが、疲労していたり怪我をしている場合や、救助者として事故者を伴っていたら不可能に近いと感じた。

講習で学んだことを実際に使うことがないように心がけるのは当然だが、いざという時のために知っておくべきであり、安全のためには定期的に継続して学ぶべき知識と改めて感じた。多くの支部員に受講してほしい。(写真/鬼村)

川辺でロープの張り方を学ぶ



簡易ハーネスの作り方講習



<安全対策委員会>

上級救命講習 @ 奥多摩消防署

村岡庸こ

3月2日(日)に奥多摩消防署内にて上級救命講習を実施した。講師は、東京防災救急協会の藤本氏と岡部氏。受講者は10名(井上、乙川、小嶋、榊原、土橋、中村(敦)、前田、松尾、宮永、村岡)。時間は9時半から15時半(昼休憩30分を含む)。

午前中は、傷病者に対する心肺蘇生法について学んだ。応急手当の目的は救命と悪化防止。救急車を待っている間にも救命の可能性はどんどん下がっていく。心肺蘇生を施さなかった場合、経過8分の時点での救命率は半分となる。いざという時のために対処法を知っておくことが大事であるとわかった。また、心肺停止の傷病者に対してできるだけ早くAEDを用いることで、生存率や社会復帰率に大きな違いが出ることも確認されている。午前の最後に、傷病者発見→心肺蘇生→AED使用の一連の対応の実技テストを行った。

午後は、異物除去の仕方や三角巾を用いた止血法、外傷、熱傷の手当について実習した。どの場合も時間の管理が大事であり、記録しておくのと良いことがわかった。その他傷病者の体位管理や搬送法を体験した。

駆け足での講義の後、簡単な設問テストを実施。8割以上で合格ということで、受講者全員が合格した。救急車を呼ぶ際に「Live119」というスマートフォンから消防指令室へ映像を共有するシステムがあり、是非利用してほしいとのことだった。最後に奥多摩消防署の松村隊長が「傍観者にならずに一步を踏み出してほしい」と締め括られた。(写真/村岡)



心肺蘇生法を教わる



傷病者の搬送は慎重に

〈野火止保全活動 PT〉

野火止保全活動を振り返って 河野悠二



みなで下草刈り



コゲラ



カワセミ

野鳥観察 習得中

2010年3月に野火止保全地域での保全活動を始め、今年で5年目を迎える。2024年度は新たなチャレンジとして地域に生息する野鳥調査のための野鳥観察を始めた。野鳥に詳しいメンバーがいないので、近隣の里中講師に教わりながら、野鳥観察のポイントなどを習得中だ。また新たに野鳥用水場を仮設置した。コナラの実生木を移植して生育を促したことも新たな取り組みだった。

活動を多くの人に知っていただくことと、仲間を増やすために、「野火止だより」を月1回ホームページに掲載中。その成果を今後に期待している。

その他、下草刈り、ツル切り、落葉かき、枯枝の集積とチップ化・通路へのチップ敷き、ナラ枯れ対策、ロープ柵設置・補修などの作業の他、希少植物（キンラン、ギンラン、ササバギンラン、シュンラン）の個体数確認、樹木などの調査も。

野火止保全地域は、駅から近く、近隣の足湯のトイレ借用や水ももらえる。ほぼ平らな地域なので、作業がしやすく恵まれている。希少植物も多く、野鳥、チョウなども飛来する豊かな場所なので、是非訪れてみてほしい。
(写真 / 河野)

子の権現 一足の神様、

よろしくお頼み申し上げますー

【日 時】2025年1月16日(木) 【天 候】晴れ
【参加者】7名 児西山、SL柳田、中原、井上、榊原、松尾、真鍋
【行 程】9:00 吾野駅→9:20 東郷公園→10:05 浅見茶屋→11:00 阿字山→11:15 子の権現→11:45～12:10 ランチ→12:15 愛宕山→12:55 豆口峠→13:20～13:45 竹寺→14:30 小殿BS

【記録】晴天に恵まれ、最も肌寒く感じたのは集合場所の吾野駅だった。東郷公園から関東ふれあいの道を進む。この日は急登あり、木陰の平たんな道もあり、比較的こまめに脱ぎ着を繰り返した。

10時10分過ぎに降魔橋を過ぎると漸く本格的な登山道になる。10時50分過ぎ、車道に出ると一気に眺望が開けた。子の山三山の一座目、阿字山(620m)に到着。山頂標識はなく、木にかまぼこ板の様な小さな板がかけられ、山名と標高の記載があった。11時15分、権現の奥の院、経ヶ峰(640m)に到着。境内には蠟梅が咲いていた。子の権現から10分程下った見晴らしの良いベンチで昼食を摂った。

ルートから若干それた急登を登ると本日三座目の愛宕山(650m)に到着。その後ルートに戻り豆口峠へ。そこはかつて、神送り場と言われ、悪い病などが流行ると村人たちが夜中大勢で鐘や太鼓を叩いてここに駆け上り、頂上で疫病神を追い払うという習わしがあった場所だそう。分岐を巻いて竹寺へ。散策した際、福寿草の花が咲いていた。竹寺から15分ほど登り返し、小殿BS迄下山路をたどった。

(文・写真 / 柳田、写真 / 中原)

子の権現の 大草履の前で 脚のご利益祈願



竹寺で
茅の輪くぐり

石老山 —冬枯れの山の巨石と富士山を堪能—

【日 時】2025年2月19日(水) 【天 候】晴れ

【参加者】10名/ル 鬼村、SL 柳田、渡邊、要、川島、小部、土橋、松尾、大和、吉田

【行 程】JR 相模湖駅集合(8:37 発)=8:45~9:00 石老山入口バス停→9:25 屏風岩→10:00~10 顕鏡寺→10:34 八方岩→10:50~55 融合平展望台→11:30~12:00 石老山(昼食)→12:45~13:00 大明神展望台→13:30 登山口→14:07 相模湖 MORIMORI バス停=14:35 相模湖駅(解散)

【記 録】登山口で自己紹介などを済ませ出発。車道をしばらく歩いて、石老山登山口から山道に入る。病院横から石段になり、巨石が現れてくる。それぞれに説明板があるが、土と苔で汚れているので水ボトルとたわしで汚れを落とし、読めるようにする。屏風岩、馬立岩、鎧岩、弁慶の力試岩、雷電岩、大試し岩、小試し岩と巨石の連続だ。説明板を掃除しながら登っていくと時間が取られる。融合平展望台では見晴らしがよく、雲取山の山頂も見える。

最後に木立の中の歩きやすい山道を登っていくと左手に頂上があった。頂上からは雪の富士山がくっきりと見える。昼食を済ませ、下山。下りは木の根っこが張り出し、傾斜もきつい、用心しながら歩をすすめる。大明神展望台では眼下に相模湖を見渡せた。整備された、階段状の道をへて車道に降りる。30分程歩き、MORIMORI バス停着。相模湖駅で解散した。

(文/鬼村、写真/柳田他)



説明板の汚れを落としながら



石老山山頂にて

〈3月平日山行〉

身延山(1153m) —満開の枝垂れ桜とミツマタに耽溺—

【日 時】2025年3月27日(木) 【天 候】晴れ

【参加者】8名/ル 副島、SL 鬼村、斉藤(理)、加藤、川島、榊原、佐久間、松尾

【行 程】JR 身延線身延駅(バス)=9:57 身延山 BS→10:03~15 観光案内所→10:35~40 久遠寺駅=(RW)=10:48 奥の院駅→10:50 東展望台→10:58 七面山展望台→11:05 北展望台→11:17 奥の院→11:27 南展望台→11:30 休息所→12:18 東参道入口→13:20 大光坊→14:08 丈六堂→14:35 久遠寺本堂→15:40 身延山 BS=1618 身延駅

【記 録】身延駅に集合し、観光案内所で案内図、ロープウェイ(RW)案内書を受取る。道を進むと両側の寺院の桜は満開だ。RWは満員だった。富士山は黄砂で霞み、山肌には黄色いミツマタ。RW 奥之院駅で下車。七面山展望台では山頂、敬慎院を確認できず。北側展望台では南アルプスの荒川三山、白峰三山、鳳凰三山を望む。強風で昼食は休憩所ですとる。東参道から山下りが始まる。道幅は広いが小石と枯葉がまじる急坂で歩きにくい。



西谷の枝垂れ桜の饗宴

奥之院思親閣、日蓮上人作の大黒天を安置してある大黒堂、弟日朗上人の法明坊、八幡様、鬼子母神堂、太田道灌の墓などがあり、お万の方が寄進された東照宮又丈六堂で麦茶のご接待を受けた。大光坊等を通り、久遠寺下の枝垂れ桜、本堂天井の墨龍、287段の階段を觀賞した。女坂で山門へ進み、無事のお礼をした。

(文/副島、写真/鬼村、斉藤)



身延山山頂にて

〈1月定例山行〉

金時山から丸岳へ — 賑やかな山頂から静かな縦走路へ —

【日 時】2025年1月25日(土) 【天 候】曇り時々晴れ

【参加者】12名/西山、SL山本(曜)、鬼村、加瀬、金坂、要、金山、倉崎、辻、宮永、宮本、大和

【行 程】8:50 金時山登山口→9:20 矢倉沢峠→10:05 公時神社分岐→10:45～11:20 金時山→12:10 長尾山→12:35 乙女峠→13:35 丸岳→12:25 長尾峠→15:00 長尾峠入口→16:00 湿生花園

【記 録】

小田原駅発のバスに揺られて、観光地の町並みを抜けて40分後に仙石バス停で降り、別荘地の中の舗装路をいく。期待していた雪山ハイクにはほど遠く、登山道には霜柱さえない。矢倉沢峠からは行く手の登路と笹原が青空に映えている。下山パーティーから、山頂で富士山が見えなかったと聞いてがっかりする。金時山が江戸時代までは“猪鼻嶽”と呼ばれていた謂われだという、急傾斜の岩場にとりかかる。無心になって標高をかせぐと、11時前、山頂到着。予定より早い。大勢の登山客が山頂に散らばって賑やかな。やはり秀麗は裾野さえ見せず、大涌谷、神山を展望しながら昼食。丸岳方面へ延びる稜線は見える。歩行ペースは計画以上なので肅々とセカンドステージに入る。

最初の下りは急で段差も大きい。えぐれた登山道にロープが張られ慎重になる。下り切ると長尾山への登りで我慢の時間。



山頂へ最後の急登
金時山山頂で



↑カルデラに広がる芦ノ湖と大箱根ゴルフ場



幻想的な夕暮れの駿河湾→

長尾山は登山道が小広くなっていて、山名標識がピークとわかる。少し休憩してから乙女峠へ下る。金時山から南はかなり登山者が減り、加えて空から白いチラチラ。なんと小さな雪片で、日差し少なく、冬の山の静けさに出会う。

乙女峠で御殿場への道を分け、丸岳への尾根歩き。山頂の無線中継塔が大きくなっていき、ゆるやかに登りつめる。テーブルで休憩しながら眼下のゴルフ場や芦ノ湖を俯瞰する。三座を終えて下りの稜線歩きでメンバーが遠くに光る白い帯状のものをみつけた。それが駿河湾だとわかるまで少々時間がかかり、わかった途端、わぁ！とひとしきり。喜んで湾を写し込んで集合写真を撮る。長尾峠へ着くと終盤で、あとはルートで見下ろしたゴルフ場のふちに向かう下山路だ。下りきってバス停までの長い道りを歩く。夕刻の空気の中、見上げると歩いた稜線が横たわり、金時山が我々を見下ろしていた。

(文/西山、写真/辻)

〈2月定例山行〉

丹沢主脈縦走 ― 青空のもと、展望と雪景色を満喫―

【日 時】 2025年2月8日(土)～9日(日) 【天 候】 晴れ

【参加者】 8名/内藤、SL古谷、安藤、上原、内田、榊原、辻、東

【行 程】 1日目/8:00JR藤野駅(タクシー)＝8:30～50釜立林道ゲート→11:20～35黍殻避難小屋→12:45～13:10姫次→15:35蛭ヶ岳→15:40蛭ヶ岳山荘(泊)

2日目/7:30蛭ヶ岳→10:05～25丹沢山→11:50～12:25塔ノ岳→14:55～15:10見晴茶屋→16:10大倉バス停

【記 録】

◇1日目◇ 2月初めまで雪がない状態で気を揉んだが、1週間ほど前にまとまった雪が降ったようだ。山道に入ると雪がつき始め、縦走路まで登るとすっかり雪景色に。黍殻避難小屋でアイゼンを装着して、長大な尾根を根気よく登る。雪景色で本当によかった！姫次で昼食。富士の姿に力をもらおう。蛭ヶ岳はまだ遠い。広がる展望に力をもらいながら長い階段を登り、蛭ヶ岳山頂に到達。今日は平野部でも強風の予報だったが、意外にも山頂は静穏。富士山から相模湾にかけての大展望をじっくり味わう。

さて隣接の小屋に入って心地ついたところでサプライズ。なんと明日が蛭ヶ岳のダイヤモンド富士。メンバー持参のおでんとアルコールでよい気分になったころ、日没ショーのはじまり。富士山頂に沈む夕日を目に焼き付けた。夕食後は東京の夜景。そして翌朝の日の出。茜色に染まる富士。名物カレーの夕食も悪くないが、丹沢最高峰からの風景のフルコースがこの小屋の御馳走だと思った。

◇2日目◇翌日も晴天で風は静穏。もう一度山頂からの展望を満喫してから出発。鬼ヶ岩の難所を慎重に越えて、雪上の稜線歩きを楽しみながら丹沢山へ。塔ノ岳が近づくにつれて、雪が解けて泥濘状になったところが多くなり、多くなった登山者とのすれ違いに悩まされる。これは北から南への縦走の欠点だろう。

混雑する塔ノ岳で昼食を摂って、アイゼンを外す。花立ノ頭を越えるとほぼ雪は無くなった。そこからは大倉尾根の長くて辛い下り。二日間縦走してきた脚にはこたえる。へとへとになりながら大倉バス停にたどり着いた。主脈縦走は、



富士に沈む夕陽

東京の夜景



南から北への方が気持ちのよいフィナーレを迎えられたらだろうな、などと若干の後悔を感じつつも、素晴らしい風景と好条件の天候に支えられて歩き通した充実の2日間であった。

(文・写真/内藤、写真/安藤、辻)



大展望を味わえる蛭ヶ岳山頂にて

〈3月定例山行〉

黒斑山・蛇骨岳 — 雪景色の浅間山を望む —

【日時】2025年3月8日(土) 【天候】曇り、一時粉雪

【参加者】5名/L古谷、SL清水、今中、石川、山内

【行程】9:33 車坂峠→9:50 車坂山→11:10 槍ヶ鞘→11:25 トーミの頭→11:50 黒斑山→13:00 蛇骨岳→14:00 黒斑山→14:15 トーミの頭→15:10 高峰高原ビジターセンター

【記録】

JR佐久平駅からタクシーで高峰高原へ向かう。天候は曇りで、浅間山や黒斑山の姿は見る事ができなかった。9時過ぎに高峰高原ビジターセンターに到着。気温は-10℃。数日前の降雪により、3月とは思えないほどの積雪があった。車坂峠登山口でアイゼンを装着して出発。雪は締まっており、トレースも明瞭で歩き易かった。

表コースを進み、樹林帯を抜け、11時に槍ヶ鞘に到着。相変わらず浅間山は雲の中だったが、トーミの頭へ向かう途中で南側の空が開け、佐久市街や八ヶ岳の景色が見えてきた。風が南から北へ流れていたため、浅間山の雲が晴れることを期待しながら進んだ。

槍ヶ鞘から30分でトーミの頭に到着すると浅間山の裾野が見え始めた。11時50分、黒斑山(2404m)に登頂。その時、浅間山の全容が姿を現した。粉砂糖をたっぷりかけたガトーショコラのような美しい雪化粧を眺めることができた。蛇骨岳まで足を延ばす。黒斑山からは足元に気を配りながら、右手の浅間山の景色をカメラに収めた。13時に蛇骨岳へ到着したが、こ



蛇骨岳山頂で



ガトーショコラのような浅間山

の頃から天候が崩れ始め、浅間山も再び雲に覆われた。ショーの幕が下りるかのように景色が閉ざされ、名残惜しさを感じながら下山を開始。黒斑山を過ぎたあたりから粉雪が舞い始めたものの、大きく天候が崩れることはなく、中コースを下山した。15時10分に高峰高原ビジターセンターへ戻り、16時20分のバスまでの時間を山談義を楽しみつつ過ごした。(文・写真/古谷)

mini レポート

尼ヶ禿山 (群馬県) — 登山PT自主トシでワカン体験 —

【日時】3月22日 【参加者】浅野、中島、中村(敦)、西山、村岡、山内、吉田

沼田駅からたんばらスキーパークの無料シャトルバスで玉原高原へ。駐車場脇から雪原へ入る。ワカン初体験のメンバーもいた。途中ルートに迷うがコンパスやGPSを使って修正できた。稜線に出ると風が強かった。尼ヶ禿山の山頂標識は半分くらい雪に埋もれていて、その先は雪庇が張り出していた。雪庇を避けて風下で休憩。下山は往路に戻る。心に残る楽しい山行になった。(村岡)



尼ヶ禿山を背景に



上州武尊を望む



山頂でワカン比べ



山頂で意気軒高な七人娘

〈11期登山教室〉

石割山 一圧巻の富士山を楽しんだ一日

【日 時】 2025年1月18日(土) 【天 候】 晴れ

【参加者】 32名/受講生16名、講師スタッフ16名

[A班] 班L山内、班SL吉田、小原、高原、田邊、藤原、三田、渡辺、総括L宮崎、SP小澤、SP片野、SP中山

[B班] 班L中村(敦)、班SL高岡、小野、木谷、田所、水内、講師近藤、SP中島、山行L村岡

[C班] 班L皆川、班SL富永、足立、内田、寺倉、ボシエール、毛利、谷貝、講師中村(正)、SP宮崎(順)、SP高田

【行 程】 6:50 集合、7:00 立川＝8:35～9:10 石割山参道入り口→10:00～15 石割神社→10:35～50 石割山→11:40～12:15 平尾山→12:55～13:15 大平山→14:10～20 大平山登山口→14:50～15:00 長池親水公園→16:40 立川

【記 録】

冬の山歩きを学ぶはずだったが、雪がなく、アイゼンの出番はなさそうだった。立川からノンストップで石割山参道入り口に到着。日差しは暖かいが、じっとしていると寒い。少し寒いくらいの衣服で出発するよう声をかける。鳥居をくぐると403段の階段。汗をかかないペースでゆっくりと登る。衣服調整をし、石割神社へ。大岩石の割れ目を3回くぐり通るとご利益があるとのこと。短時間だったが、それぞれに参拝を楽しんでいた。神社から30分足らずで石割山山頂に着く。眼前の富士山に歓声上がる。箱根方面に雲が湧き上がっていた。急な下りに備えてストックを出すよう指示。掘れて歩きにくい斜面を小股で歩く。斜度を怖がる受講生には、つま先を進行方向に向け膝を屈伸させながら小股で歩くよう伝える。ぬかるんでいるかと心配していた場所だが杞憂だった。

平尾山で昼食。風もなくポカポカしている。箱根からの雲が迫っていたが、南アルプス方面の



展望は良好で、甲斐駒、白峰三山、塩見、荒川、聖岳まで見渡せた。

雲は全くない。冬枯れの木立の間を歩いていく。雪山を想定して計画したので、予定より早く大平山に到着した。富士山と山中湖を望む開放的な景色、広々とした山頂で長い休憩をとった。11期は仲が良い。写真を撮りあって、楽しそうだった。下山は登山道を通して長池親水公園へ下りた。バスを親水公園西側の駐車場に回してくれたおかげで湖畔を歩かずに済んだ。谷村PAで休憩し、立川に帰着した。雪山は体験出来なかったが、澄んだ空気の中で圧巻の富士山を堪能した山行となった。(文・写真/村岡)

快晴の刈田岳(蔵王)で山スキーを満喫

【日 程】 2月15日

【参加者】 太田、柏木、他6名(ASC)

澄川ゲレンデリフトトップよりシールを付けて登り始める。風も弱まり、快適なハイクアップ。樹氷も素晴らしい!山頂では刈田嶺神社奥宮の鳥居が樹氷のごとく凍り付いていた。シールを外して滑降開始。山頂から少し下ると立木の少ない斜面を軽快に滑ることができた(太田)。

刈田岳を
目指して
登るカチカチに
凍った
鳥居

釜も雪の下

mini しポート

〈11期登山教室〉

入笠山 — 青空の下 チェーンスパイクとスノーシュー歩き—

【日 時】2025年2月15日(土) 【天 候】晴れ

【参加者】32名(受講生17名、スタッフ15名)

〔A班〕班L山内、班SL高岡、小原、高原、田邊、藤原、三田、渡辺、講師近藤、SP広瀬、SP浅野

〔B班〕班L皆川、班SL辻、木谷、齊藤、田所、水内、総括L宮崎、SP片野

〔C班〕班L中村(敦)、班SL宮崎(順)、足立、内田、川榮、寺倉、ボシエール、毛利、谷貝、講師中村(正)、SP吉田、SP高田、SP上原

【行 程】7:00立川=(バス)=9:30富士見パノラマスキー場— Gondola—10:50山頂駅発—11:15~11:40山彦山荘—12:00御所平峠分岐—12:38~13:15山頂(昼食)—12:25分岐—林間斜面—14:25ゲレンデ下林道(休憩)—14:55~15:15 Gondola山頂駅—14:55スキー場出発=18:15立川

【記 録】



青空の入笠山山頂で

石割山に続き今回も寒くない。Gondola山頂駅でも日差しが暖かく、薄着で出発。草や笹が出ていないのでスノーシューで湿原まで歩く。少し硬い雪の上、つまづいて歩行に慣れない受講生には、少し持ち上げるように歩くよう指導する。山彦山荘横でチェーンスパイク、アイゼンに履き替える。足元が軽くなったせいか、歩行スピードが速くなった。御所平峠分岐で休憩。ここから急斜面で、身体も手袋の中も暑くなる。



スノーシューで雪の坂を登る

岩場は雪に覆われ、チェーンスパイク歩行でガシガシ登る。頂上では風が無くゆっくり昼食を食べ、360度の展望を堪能する。南北中央アルプスと八ヶ岳、富士などがはっきり見えた。頂上からチェーンスパイクで、皆、上手く坂を下っていた。分岐の平坦な所でスノーシューに履き替え、お楽しみの林間の雪原の中へ突入、ズボズボ埋まる。転ぶとなかなか起き上がれない。受講生はとても楽しそうに歩いていた。

ゲレンデ下で集合する。トップと最後尾がだいぶ離れていたの、長めの休憩で少し疲れも取れた。最後にアカノラ山の急斜面を登るが、スノーシューにはヒールリフトあり、少し楽に登ることが出来た。無事山頂駅に到着。スノーシューを脱ぎ、最後に八ヶ岳の景色と笑顔を写真におさめGondolaに乗る。



ズボッ、あれわれ!

登山教室では冬山の寒い経験もしてほしかったが、雪山を沢山歩いて良い経験になったと思う。

(文/中村(敦)、写真/辻)

〈11期登山教室〉

修了山行 三ツ峠山 — 厳しい登りの先に富士山の絶景 —

【日 時】 2025年3月8日(土)～9日(日) 【天 候】 1日目/曇りのち雪、2日目/晴れ

【参加者】 27名/受講生17名、スタッフ10名

[A班]班L村岡、山行L・班SL内藤、小原、曾木、高原、田邊、藤原、三田、渡辺、総括L宮崎(紘)、SP片野

[B班]班L中村(敦)、班SL宮崎(順)、木谷、齊藤、田所、水内、講師中村(正)

[C班]班L皆川、班SL小澤(拓)、足立、内田、寺倉、ボシエール、毛利、谷貝、支部長野口(い)

【行 程】 1日目/9:20 三ツ峠駅→11:10 ゲート→12:40～13:10 馬返し→14:50～15:10 八十八大師→

16:30 三ツ峠山荘(泊) 2日目/5:35 山荘→5:50～6:10 開運山→6:25～8:35 山荘→10:40～11:10 送電鉄塔→

12:45～13:15 天上山→15:05 護国神社→14:25 河口湖駅

【記 録】

1年間にわたる登山教室もいよいよ締めくく
り。受講生の笑顔の中にも緊張感が感じられた。

達磨石のゲートから急登が始まる。股のぞき、
大曲りと順調に進み、馬返しで昼食。こ
こまでほとんど雪はない。道はさらに険
しくなり脚攣りがあったが無事、八十八
大師に到着。アイゼン/チェンスパを装
着して、屏風岩下のトラバースにかかる。
道は雪に覆われ、アイゼンがよく利
く。凍結箇所を慎重に通過して一安心。
宮崎講師の屏風岩の解説を聴く。降りし
きる雪のなか、三ツ峠山荘に入った。夕食後に

修了式と懇親会が
和やかに催された
(p.3)。

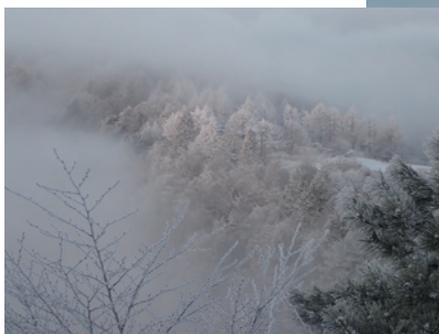
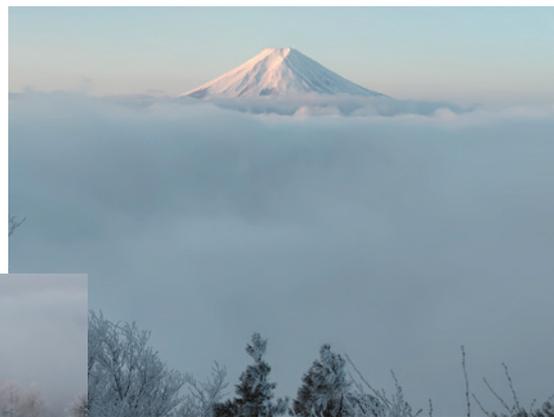
降りしきる雪も
楽しい受講生！

茜色の富士山を背景に
三ツ峠山山頂にて

霧氷と
雲海と
富士山の三重奏

霧氷の
雪山

翌朝は早起きして山頂へ。温かいコーヒーを
飲みながら日の出を待つ。いいタイミングで雲
が取れ、茜色に染まった富士山が姿を現した。
続いて雲の上に真っ赤な太陽が昇る。半ば諦め
ていただけに、喜びもひとしお。山荘に戻って
朝食。山荘では温かいもてなしを受けた。名残
を惜しみつつ、霧の中、府戸尾根縦走に出発。
前夜の雪で気持ちよく雪の上を歩ける。次第に
晴れてきて送電鉄塔で大休止。富士山は隠れて
しまったが、河口湖方面の展望がよい。林道横
断地点でアイゼンを外して、最後は坪足
で天上山に登頂。青空を背景に再び姿を
現した富士山に別れを告げ、ロープウェ
イ駅の雑踏をすり抜けて護国寺まで下
山。一本締めで11期登山教室を締めく
くる。修了山行にふさわしい山行になっ
た。修了生の山ライフが実りあるもの
となるよう祈念。また山行で会いましょ
う！ (文・写真/内藤、写真/野口)



〈低山を楽しむ会〉

吉野梅郷 — 蠟梅ろうばいに魅せられたウォーキング —

【日 時】2025年2月28日(金) 【天 候】晴れ

【参加者】22名 石塚、SL小口、SL辻橋、植草、大島、川島、川村、河野、小部、佐久間、佐藤(登)、城田、高橋(郁)、西村(章)、高砂、富澤、廣田、本多、松川(征)、吉田(博)、ビジター：神崎(忠)、神崎(め)

【行 程】10:30 二俣尾駅→奥多摩橋→11:30 愛宕神社→即清寺→八幡神社→12:30～13:15 中道梅園(昼食)→天澤院→14:30 梅の公園→15:15 日向和田駅

【記 録】吉野梅郷で2009年に梅のウイルスに感染した梅の木が見つかり、2014年に全山で梅の木が伐採された。その後140種1200本の梅が新たに植えられたので、その後の復活ぶりを見に行く事にした。二俣尾駅から鎌倉街道、吉野街道沿いにある古刹や神社を訪ねながら梅の公園まで、暖かい陽ざしの下、のんびりと歩いた。多摩川に架かる奥多摩橋を渡るとすぐに愛宕神社。急な長い石段を上って神社に参拝した。開山から1000年の歴史があるという即清寺から民家や畑の間を歩いて、中道梅園で昼食。梅の公園では、山の上にある東屋まで全員登って写真を撮った。梅の木はまだ若く、かつての姿にはまだ何年もかかりそうで、花もまだちらほらだったが、あちこちに植えられたロウバイの花と香りがみんなを楽しませてくれた。



蠟梅を楽しんで



(文・写真/石塚)

〈3期中級登山教室〉

谷川岳 — 山麓で雪上訓練 —

【日 時】2025年1月12日(土)~13日(日) 【天 候】晴れ

【参加者】10名 中村(正)、講師 飯田、スタッフ 広瀬、
受講生：浅野、小澤(拓)、佐藤(は)、高岡、中島、中山、山本(曜)

【行 程】1/12 13:00 土合山の家集合→雪上訓練→17:10 土合山の家

1/13 8:00 土合山の家 = 8:20 谷川岳ロープウェイ乗り場→8:50～12:30 雪上訓練昼食 = 13:00 土合山の家解散

【記 録】◇1日目◇土合山の家集合。受講生は2班に分かれて中村Lと飯田講師の指導を受ける。まずはラッセル。膝下くらいの新雪を歩き、歩きにくさを実感した。その後、ラッセルで歩き、歩きの楽しさに驚く。次にわかん・スノーシューを装着し歩き、楽しさを体験した。続いてビーコン訓練とアイゼンの装着練習。繰り返すうちに早く装着できるようになる。次は斜面に移って上り下りの歩行練習。フラットフットイング、トラバース、キックステップを学んだ。

◇2日目◇雪と強風のために谷川岳ロープウェイ駅周辺で雪上訓練を行う。まずは



土合山の家



滑落停止の訓練中

ラッセル訓練。トップが荷物を置いて進み、セカンド、サード…と先頭を交代しながら進む。次は、ピッケルで雪を掻き出し、膝で固めて登る、を繰り返すが遅い。そのうち徐々にではあるがコツが掴めてきて、ましになった。滑落停止訓練。『滑落!』と声に出して滑る。ピッケルの向き、身体の回転方向、脇を締める、足を曲げるなど指導を受けてから実践したが、実際にやってみると苦戦。最後に雪洞作りに挑戦。一通りの訓練後、ロープウェイ駅に戻り昼食。土合山の家に戻り解散。今後、訓練を重ね、実践に活かしたい。

(文/佐藤(は)・写真/受講生)

〈3 期中級登山教室〉

黒斑山・蛇骨岳 一樹氷とダイヤモンドダストに迎えられてー

【日 時】 2025年2月8日(土)~9日(日) 【天 候】 1日目/風雪 2日目/晴れ時々曇り、小雪

【参加者】 11名/中村(正)、講師野口(い)、スタッフ中原、

受講生8名:浅野、小澤(拓)、高岡、中島、中山、祢津、山下、山本(曜)

【行 程】 2/8 11:30 高峰マウンテンパークスキー場(第5駐車場)→12:00~13:10 高峰マウンテンパークスキー場
→13:45 第5駐車場=15:50 柏屋旅館(中込駅)

2/9 7:45 宿出発=9:20 車坂峠→槍ヶ鞘→11:55 トーミの頭→12:30 黒斑山→13:25 蛇骨岳→14:30 黒斑山
→14:55 トーミの頭→中コース分岐→16:37 車坂峠(16:50 解散)

【記 録】

◇1日目◇強い冬型の気圧配置と寒気接近予報が出ていたが、10:30までに全員集合。強風と寒さの中、準備を整えるが水の塔は難しいと考え、とりあえず高峰温泉を目指す。断続的な雪と強風でルートミスしたこともあり、スキー場の休憩所で昼食をとり戻ることにした。駐車場まで寒さが厳しく、長く感じられ、想像以上に指先が冷えた。良い冬山体験になった。13:45 駐車場を出発し、スーパーツルヤで買い出し。下界は嘘のように天気が良い。夜は鍋を囲み、お酒も会話もすすんだ。天気予報をみて、翌日の出発を1時間遅らせることにした。

◇2日目◇各自朝食を済ませ宿を出発。車窓から黒斑山が綺麗に見えた。8:45 高峰ビジターセンター着、私たちが駐車場はほぼ満車となる。意外と天

気が良く、青空だが雲の動きが速く風が強い様子、稜線の風速が気になる。講師から説明を受け、車坂峠を出発。途中の急斜面でアイゼン歩行のレクチャーを受ける。槍ヶ鞘手前の樹林帯は、白く凍った樹氷の世界だった。



1日目 風雪の雪山体験

12:00、槍ヶ鞘着。白い縦縞模様の浅間山がどっしりと眼の前に広がり、テンションが上がる。

鍋を作って
楽しい夕餉

黒斑山山頂にて

谷側を踏み抜かないよう足やストックの置き場に注意して進む。12:30 黒斑山登頂。浅間山に時々雲がかかったが、シャッターチャンスを待って美しい姿を収めることが出来た。蛇骨岳への稜線はよく見えたが、強風のように雪煙が舞い上がっていた。予定より30分程度遅れていたが、蛇骨岳へ縦走することになる。今一度気を引き締める。稜線の風は、通過するころは静かになっていた。しかし、ルートは樹林帯で、枝が出ていたり、踏み抜き箇所がいくつかあったので、集中を切らさずに進んだ。13:25 蛇骨岳登頂。佐久平方面の視界が良い。浅間山の山頂部から白い噴煙が上がっていた。蛇骨岳から黒斑山の帰りの稜線ではダイヤモンドダストにも出会った。予報が悪く、実施に不安もあったが、さまざまな気象の体験も勉強になり、大きく見守られながら山を学べる環境にいることを改めて実感し幸せに思った。これからも1つ1つ貴重な体験をしながら仲間と共に山を学んでいきたい。

(文/中山・写真/受講生)

〈3 期中級登山教室〉（前期）

集大成の硫黄岳 —八ヶ岳ブルーとホワイトに包まれて—

【日 時】2025年3月1日（土）～2日（日） 【天候】1日目/晴れ、2日目/曇り

【参加者】11名/中村（正）、講師野口（い）、スタッフ中原、
受講生：L中山、SL山本、浅野、小澤、高岡、中島、柘津、山下

【行 程】1日目/9:20 茅野駅（バス）⇒9:56～10:20 美濃戸口→11:40 赤岳山荘→13:05 堰堤広場→14:35～15:00 赤岳鉱泉→15:40～16:05 中山展望台→16:30 赤岳鉱泉（泊）

2日目/7:30 赤岳鉱泉→9:50 赤岩の頭→10:15～10:30 硫黄岳山頂→10:50 赤岩の頭→12:00～13:00 赤岳鉱泉→13:55 堰堤広場→14:50 赤岳山荘→15:50～16:30 美濃戸口（タクシー）＝17:00 茅野駅解散

【記 録】

◇1日目◇茅野駅からバスで美濃戸口まで行く。美濃戸口を出発して、10分ほどでチェーンスパイク装着。赤岳山荘で見上げると、八ヶ岳ブルーを背に赤岳がそびえ立っている。堰堤を過ぎると山道に入る。雪解け水が流れ込む北沢沿いを、数回橋で渡る。小屋に近づくと、ソーダ色した氷壁アイスキャンディが目に入った。赤岳鉱泉でデポし、



スイス風（？）光景に歓声！

中山展望台へ。40分ほどで中山峠に到着。眼前に阿弥陀岳、赤岳、大同心と南八ヶ岳の白い山並みが連なっていて、スイスに居る気分。赤岳鉱泉はこの日は200人ほどの宿泊客がいるという。ステーキの夕食後、星空を楽しんだり、談笑したり。その後、食堂で30分ほど「登山と認知症」の講義を聞き、21時消灯、就寝。

◇2日目◇6:30 朝食。7:30 前に出発。どんよりした曇り空。歩き始めは樹林の中で風もなく、寒くない。1時間半ほどで樹林帯を抜けると風が吹き付け、雪の急登になる。靴先を雪に食い込ませるようにして登る。



名物はビーフステーキ！



山頂を目指して強風について登る



山頂近し



山頂は強風の吹く真っ白な世界



エビの尻尾

赤岩の頭の手前から、視界は真っ白で、体もよろけるくらいの風を浴びる。岩やハイマツ、道標に付いた霧氷が「エビの尻尾」になっている。強風に顔を背けながらひたすら進んでいくと、山頂標識に到着。風速は

20m/s 前後か。気温が高かったので、指先が痛い感覚はなかった。慎重に下り始める。樹林帯に入って風がなくなり、休憩を取る。12:00に赤岳鉱泉に戻った。昼食後、13:00に下山開始。転んでチェーンスパイクが吹っ飛ぶハプニングもあり、皆の足取りも慎重になった。1時間ほどで堰堤広場に到着、タクシー会社に迎えを1時間早めるよう電話した。16:00に美濃戸口に到着。中級登山教室を始めて1年。皆の成長を感じるとともに、チームワークが高まったと思う。後期に向けて、新たに頑張っていきたい。（文/中島、写真/受講生）

多摩支部の人々 (第11回)

「低山を楽しむ会」で大活躍！

石塚嘉一

私の山登りの原点は、中学の時にチョウの採集で京都の山を歩き回っていたこと。家の近くの南禅寺から知恩院の裏山など東山一帯、休みには遠出をして貴船、鞍馬山から北山へ、捕虫網を担いで一日中歩いた。小学生の時に、比叡山へ親鸞が通った道を先生に連れてもらって、何回か登った。初めての登山は、比良山の主峰、武奈ヶ岳（1214m）で、中学の体育の先生と琵琶湖西岸の登山口から登った。

大学を出て就職した英字新聞社に山岳会があった。最初に行った山は景信山で、お花見と鍋をした。その会に、親しい友だちがいて、いろんな山に連れて行ってくれた。彼の選ぶコースは、麓からしっかり登る昔からのルートが多かった。仙丈の次に、2回目で、いきなり黒戸尾根を登って甲斐駒に行った。忘れられない山登りの一つだ。

仕事が忙しく10年以上山に行けなかったが、50才近くになって、登山を再開した。何年もの間、毎月、ほとんど八ヶ岳ばかり登っていた。東京を土曜朝に出て日曜の夜に帰れるからだ。

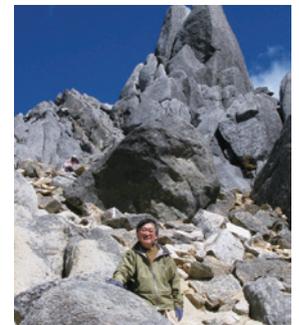
新聞社を退職してから、ある経済団体で週3日編集顧問として働いて、遠くの山に行く時間ができたが、関東甲信越の山ばかり登っていた。いつも単独で3～5日の縦走をした。後立山や南アルプスの稜線を一人で歩くのが気持ちよく、いまでもまた行きたいと思う。この歳になっても、まだ登りたい山はいくつもあるが、好きな山に何回も行きたいので、悩ましい。

2012年に日本山岳会に入会。奥多摩の山は好きで、毎月のように登っていたが、東京多摩支部に入って、最初は、大勢で山を歩くのに戸惑った。5周年記念事業で「多摩百山」の45コース100山のうち、5コースの15山を担当した。同じコースを3回ぐらい歩いて、記事を書いた。2017年は、雲取山の標高と同じなので、「標高年に雲取山に登ろう」と4回、登った。

その年に、本多祐造会員の呼びかけで、「低山を楽しむ会」を作った。70～80才代の会員が中心で、ゆっくりと山歩きを楽しもうという趣旨だ。20人たらずの会員で始まったが、昨年50人を超えた。最近では、15～20人が参加するほど賑わっている。世話役として、毎月、多摩地域や周辺の山から選んで企画を立てる。安全のために必ず下見をするので、私は、同じコースを2度歩くことになる。お蔭で、まだ元気に歩くことができる。何かあると健脚のベテラン会員がサポートしてくれるので心強い。常連のメンバーの間にはそういう信頼関係もできていて、長続きの秘訣かもしれない。下山後の「反省会」も楽しい。7年間で48回山行をしたが、21回は「多摩百山」に登っている。ほとんど、同じコースがないことも自慢だ。最近「若手」の女性会員も時々参加して、先輩会員との交流が広がっているのは嬉しい。



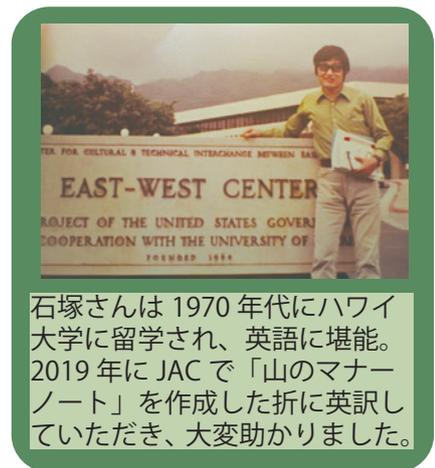
北岳山頂で、白峰三山縦走
2010



鳳凰三山、地藏岳
オベリスクの前で 2014



「低山を楽しむ会」第1回山行、
横沢入へ行き、大悲願寺で 2017



石塚さんは1970年代にハワイ
大学に留学され、英語に堪能。
2019年にJACで「山のマナー
ノート」を作成した折に英訳し
ていただき、大変助かりました。

〈山行委 / 定例山行〉

◆赤指山 (奥多摩) 5/31(土)～6/1(日) 体力★★★★ / 技術★
 展望の良い峰々を越える。集合 / 7:50 奥多摩駅、1日目 / 奥多摩駅(バス)＝峰谷バス停→赤指山→千本ツツジ→七ツ石小屋泊(テントも可)、2日目 / 七ツ石小屋→千本ツツジ→高丸山→日蔭名栗山→水根山→奥多摩駅、歩行時間 / (1日目)5h10m、(2日目)8h50m、申込 / 富永、締切 5/9

◆妙高山 2454m 7/12(土)～13(日) 体力★★★★ / 技術★★
 鎖場を経て「越後富士」へ。集合 / 13:00 妙高高原駅(電車利用)。1日目 / いもり池散策・ユアーズイン赤倉泊、2日目 / 燕温泉登山口→称名滝經由北地獄谷麻平分岐→天狗堂→妙高山→燕温泉、歩行時間 / (2日目)8h、申込 / 中原、締切 6/20

◆西吾妻山 2035m 8/31(日) 体力★★ / 技術★★
 高層湿原が点在する東北の穏やかな山へ。集合 / 8:00 天元台ロープウェイ湯元駅、湯元＝北望台→人形石→天狗岩→西吾妻山→西大巔→天狗岩→北望台＝湯元、歩行時間 / 5h10m、申込 / 山本、締切 8/3

◆鳳凰三山 (地藏岳 2764m、観音岳 2840.7m、薬師岳 2780m) 9/14(日)～15(月) 体力★★★★ / 技術★★★
 白砂の稜線と天空のシンボル・オベリスク。集合 / 7:00JR 蕪崎駅、1日目 / 蕪崎駅(タクシー)＝青木鉾泉→南精進ヶ滝→鳳凰小屋(泊)、2日目 / 鳳凰小屋→地藏岳→観音ヶ岳→薬師岳→南御室小屋→夜叉神峠登山口(タクシー)＝JR 甲府駅、歩行時間 / (1日目)6.5h、(2日目)9.5h、申込 / 古谷、締切 8/15

〈山行委 / 平日山行〉

◆富岡アルプス (神成山九連峰) 5/22(木) 体力★ / 技術★
 日本一きれいなハイキングコースを歩こう。集合 / 10:00 上信電鉄 神農原駅、ハイキングコース入口→龍王山→ミニ博物館→展望休憩所→吾妻山→西登山口→宇芸神社→神農原駅、歩行時間 / 3h40m、申込 / 清水(茂)、締切 5/12

◆幻の滝・小富士 6/4(水) 体力★ / 技術★
 季節限定でしか見られない「まぼろしの滝」と新緑の富士五合目の絶景散策。集合 / 9:40JR 御殿場駅前、御殿場駅(タクシー)＝須走口5合目→小富士往復→まぼろしの滝往復→須走口5合目(タクシー)＝御殿場駅、歩行時間 / 3.5h、申込 / 高砂、締切 5/20

◆行道山 7/3(木) 体力★ / 技術★
 展望に恵まれた尾根道を歩き歴史の街を堪能する。集合 / 9:30 東武足利駅北口タクシー乗り場、東武足利駅＝行道山バス停→浄因寺→行道山→毘沙門天入り口→両崖山→織姫神社→東武足利駅、歩行時間 / 4h、申込 / 鬼村、締切 6/22

◆塩原渓谷 8/14(木) 体力★★ / 技術★★
 箒川沿いを歩く真夏の昼の夢。集合 / 8:30JR 西那須野駅西口 / 塩原温泉バスターミナル行乗り場、8:35 西那須野駅＝回顧橋バス停→留春吊橋→展望台→布滝→不動の湯→天狗岩→塩原温泉ビジターセンター、歩行時間 / 5h20m、申込 / 西山、締切 7/31

◆富士山五合目 9/4(木) 体力★★ / 技術★
 富士山信仰の歴史をたどる。集合 / 8:15 富士急行線富士山駅、富士山駅＝馬返し→佐藤小屋→泉ヶ滝→五合目＝河口湖駅、歩行時間 / 4h20m、申込 / 中原、締切 8/14

安全対策委員会主催

フィールドでの事故等
 緊急時対応研修
 山で緊急時に何ができるか、
 緊急対応時を学ぼう

日時：2025年6月14日(土)
 9:00～17:00

場所 青梅の森 いするぎ口 周辺
 集合：青梅の森 いするぎ口 9:00(東青梅&青梅駅)
 講師：建部雅史
 元東京都山岳連盟遭難対策委員・救助隊



連絡先

申込先名	メールアドレス
鬼村邦治	onimura@jcom.zaq.ne.jp
清水茂美	bunta.nanako.aitaiyo@gmail.com
高砂寿一	toshikazu001@me.com
中原三佐代	nakahara334ron@gmail.com
西山さより	okabasaku3911@gmail.com
古谷和幸	kazuyuki.furuya@gmail.com
山本曜子	yoko.khanduwangmo@gmail.com

会務報告

支部連絡会議が開催される

3月26日19時より支部連絡会が行われ、野口支部長がZoomで出席した。開催前に重廣氏より、120周年記念行事の寄付の紹介があった。つづいて令和7年度事業計画案と予算案について南久松氏より説明があった。さらに役員改選についてと、外部理事・監事の採用、令和6年度事業報告と決算書、会報の電子配布、東京支部設立などについて報告された。最後に各支部からの要望も提案され、21時に終了した。

幹事会議事録（主に協議事項）（詳細は支部HPの会員サイトの議事録を参照）

出席：野口、近藤、太田、辻、村岡、河野、川瀬、中村（敦）、石井、清水（茂）、西山、富永、（監事）竹中、小尾
欠席：（174回）川瀬、小尾
会場：立川市子ども未来センター 202室

第172回（1月21日（火）18:30～21:00）

- ・2025年度事業計画について協議（承認）。
- ・長期積立金：事務所賃借準備資金とし150万、周年事業準備金として60万円を目標として積み立てる（承認）。
- ・多摩百山改修作業について：調査員に26名の応募があった。1年半～2年を完成目途とする。
- ・東京支部について：4/1日設立、4/16日総会予定。主に東京23区が対象で34番目の支部となる。

第173回（2月18日（火）18:30～21:30）

- ・本支部における個人情報の扱いについて協議。
- ・財政状況について協議。2025年度は支出超過で収益を出さないと安定した運営ができない。各委員会、PTで収益を得るべく検討を提案（承認）。
- ・幹事会を無料の子ども未来センターで開催することを提案（承認）。

第174回幹事会（3月18日（火）18:30～20:30）

- ・総会に向けたスケジュールについて協議（承認）。
- ・人事：退任希望：石井幹事（山岳古道調査PTが解散）、竹中監事。

会員数（総務委員会）

	総会員	通常会員	準会員	支部友
1月末	304	251	49	4
2月末	304	251	48	5
3月末	288	245	39	4

2025年1月～3月

会員異動

会費納入状況（財務委員会）

	入金者数	未納者数	会員数
1月	289	15	301
2月	298	13	307
3月	301	10	303

登山計画受理・検討件数（安全対策委員会）（件数）

月	支部	同好会	個人	合計
1月	5	0	9	14
2月	7	1	8	16
3月	5	0	10	15
合計	17	1	27	45

BC利用状況（BC運営委員会）（人数）

	宿泊			日帰り・一時利用		
	会員	会員外	合計	会員	会員外	合計
1月	1	2	3	27	0	0
2月	0	0	0	0	0	22
3月	1	1	2	0	5	0
R6年度合計	34	5	39	106	5	111

1月末日	入会	5名	小原龍也(17395)、斎藤葵(17396)、高原千恵子(17397) 足立陽一(17399)、田所英知(17404)	
2月末日	入会	2名	西出誠一郎(17409)、川本謙治(A0519)	
	退会	2名	原山恵津子(11713)、笹島俊成(A0426)	
3月末日	入会	6名	川榮昭彦(17422)、曾木はま子(17424)、 内田啓子(17430)、木谷智行(17434)、田邊優子(17436) 榎本敦子(A0644)	
	退会/ 退部	10名	柴山武(12079)、石橋學(15643)、佐藤守(13431)、 越智かほり(15499)、中村香菜(17030)、小林美喜(17240)、 白川まり(A0450)、西村信昭(A0518)、橋本明枝(A0527)、 岩本征士(A0532)、西尾敏江(A0537)、 吉田望(支部友16793)	
		2名	★★永田弘太郎(12319)、★★松本博子(16352)	
	物故 退会	2名	今村千明(6775/3月12日ご逝去) 橋本衛(12469/1月12日ご逝去)	
	転籍	通常→ 支部友	6名	★飯田邦之(12207)、★森山京平(17197)、 ★安藤隆生(17274)、★宮永基久(17369)、 ★城森園子(A0544) ★林理恵子(A0628)
	転籍	準→ 通常	3名	山下和保(17444)、稲富正彦(17446)、 山下肇(17456)

★ 東京支部に異動し、多摩支部の支部友になる方（6名）
★★東京支部に異動する方（2名）

カレンダー (2025年5月~8月)

日程	山行	イベント(講座・講演)
5/10(土)	定例山行「権現山(上野原)」	
5/14(水)		12期登山教室講座「地図の読み方」
5/15(木)		自然保護委「チョウの観察会」
5/22(木)	平日山行「富岡アルプス(神成山九連峰)」	12期登山教室講座「山の医療」
5/31(土)	12期登山教室「御前山」	
5/31(土)~6/1(日)	定例山行「赤指山(奥多摩)」	
6/4(水)	平日山行「幻の滝・小富士」	12期登山教室講座「山の天気」
6/7(土)		支部総会@国分寺
6/14(土)		講習会「フィールドでの緊急時対応」
6/15(日)~16(月)		三ツ峠アツモリソウ保護活動
6/21(土)	12期登山教室「大岳山」	
7/3(木)	平日山行「行道山」	新入会員オリエンテーション@武蔵野プレイス
7/5(土)	中級登山教室「岩トレ」(平戸の岩場)	
7/12(土)~13(日)	中級登山教室「槍ヶ岳」	
7/12(土)~13(日)	定例山行「妙高山」	
7/22(火)		安全対策委「テーピング講習」
7/26(土)	12期登山教室「大菩薩嶺」	
8/1(金)~3(日)	中級登山教室「甲斐駒・仙丈ヶ岳」	
8/9(土)		生ビールを呑んで花火を観る会@奥多摩BC
8/14(木)	平日山行「塩原溪谷」	
8/20(水)		12期登山教室講座「山の楽しみ」
8/31(日)	定例山行「西吾妻山」	
9/6(土)~7(日)	12期登山教室「上高地・岳沢」	

会報広報委員会
お知らせ

次号61号は2025年8月発行予定で、原稿締切は6月末です。原稿は本号を参考に書式を合わせてください。写真は本文とは別にキャプションを付けて、サイズは500KB以上でお送りください。委員会・山行報告、ミニレポ、エッセイ等をお気軽にお寄せください。



編集後記

東京支部が34番目の支部として発足した。2021年の本部総会で野口が提案したが、2023年2月の「山」に「東京新支部はなぜ必要か」を書いてから、動きだした感がある。新支部の役職者は飯田支部長を始め、多摩支部出身者が多い。両支部はJACを活性化するために協力して活動していきたい。(野口いづみ)

総会参加のお願い

令和7年度東京多摩支部総会が6月7日(土)13時から「オープン・イノベーション・フィールド国分寺」セミナールーム1にて開催されます。是非ご参加ください。ハガキによる返信は5月23日必着でお願いします。詳しくはHPをご覧ください。会場は国分寺駅から徒歩数分。場所がわかりにくいので、南口駅前交番で尋ねるといいでしょう。



山岳雑誌 岳人

毎月15日発売

▶年間購読が断然おトクです!

年間購読通常特典 購読割引 送料無料 限定品プレゼント

さらに モンベルクラブ会員さまには モンベルポイント 5,000Pプレゼント!

モンベルクラブ会員さまで現在購読中の方は、次回購読時に5,000Pをプレゼントします。

価格:1,100円(税込)

<https://www.gakujin.jp/> ウェブ、モンベルストア、書店等にて好評販売中!



「会報たま」60号

発行所 公益社団法人日本山岳会
東京多摩支部
〒188-0011 西京市田無町4-11-11
Email: izumi_noguchi@yahoo.co.jp
会報広報委員会
村岡庸子、野口いづみ、石川さとみ、
嶋田恵美子、祢津尚美、吉川三鈴
協力/グリーンカ工房

登山用品の専門店 ☎0422-38-9234



オリジナル軽登山靴
税込 ¥19,250~

山幸
やまこう

靴の無料診断
痛い! 当たる!
直します!
電話でご予約を

武蔵境駅北口 駅前ビル2階

営業時間 (水曜定休)
11:00AM~19:00PM