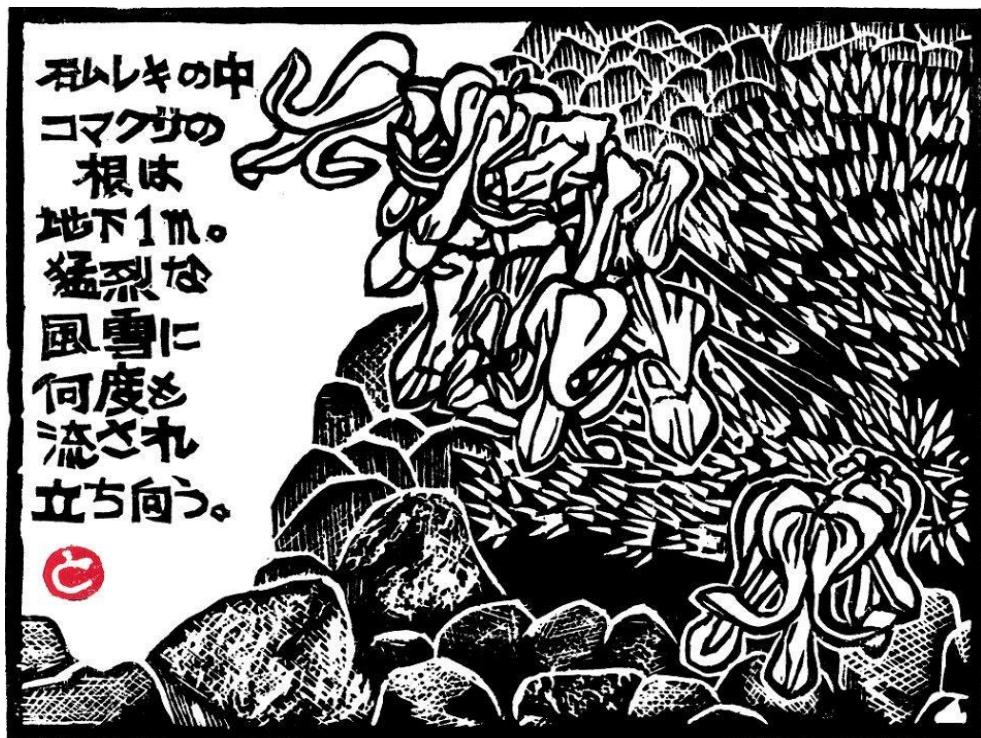


高山山



2021年 9月
第 397号

ポンポン山 第 397 号

目次

		頁
表紙版画	三鍋 敏郎	
やまびこ	楠見 能子	1
部長会	運営委員会(2021年度第1回)実施報告	2~3
山行部	第3回山行部会議 8/30 報告書	4
	清掃ハイク	5
	2021年6月~8月山行実績	6
	2021年度10月~12月山行計画表	7
	労山山岳事故対策基金申し込み一覧	8
	ワンポイントレッスンのために #6	9~10
財政部	財政部会実施報告書 2021.7.16	11
広報・会員部	第2回広報・会員部たより	12~13
〈山行計画〉	2021年10月~12月山行企画部計画	14~16
	月曜班 登山計画	17
	LLハイク計画	18~19
	2021年9月~11月LLハイク	20~21
	ぶらぶら散歩	22
	里山ハイク計画	23
《山行報告》	武佐岳(1005m)地形図「武佐岳・武佐」	24~25
	雌阿寒岳 地形図「雌阿寒岳・オンネトー」	26~27
	越智山(612.5m)	28
	74歳 立山~大日岳縦走	29~31
《 雑感 》	低山の急激な植生の変化	32~33
	編集後記	3
	2021年9月12月 Schedule	

やまびこ



高槻労山に入会して、39年目になります。「期間が長いだけやなー」と感じます。スキー・マラソンに関心が高い時期もありましたが、今は「歩くこと」はシンプルで良いと感じます。

退職したので時間はたっぷりありますが、週一回のペースが丁度よいです。併せて、日常的に軽い体操と筋トレをやっています（ハイキングに行った日は、行いません。フットケアのみ）。違う身体の動かし方として、太極拳の教室に通っています。10か月目に入るので、ようやくゆっくり動かすことができるようになりました。呼吸法も取り入れているので、中々よいです。

高い山に行くときは、もう少し負荷をかけた方がよいです。来年はどこに行こうかと考え、ワクワク感を持つようにしています。いわゆる、目標ですね。去年は、荒島岳・東北の山、今年は北海道の山に行くことができました。6月の北海道（山）は、雪渓が残っています。いつもより体力が必要です。アイゼンの着脱も頻繁なので、ワンタッチアイゼンがあると便利ですね（私は持っていませんが）。羅臼岳では、初めてダブルストックを使用し、バランスをとるのに大変役立ちました。岩場があるので、ストックをさっとしまえる工夫は必要ですが。

今年の後半は、雪中ハイキングが楽しめるような体力づくりをしたいと思っています。これが、中々難しいので悩ましいのですが。霧氷や樹氷をイメージし、モチベーションをアップさせたいです。

会員みなさんと親睦交流できるようなハイキング（低山・歩行時間が短い）です。県別のガイドブックを参考にしています。計画するのも中々楽しいですよ。

よい季節になります。カラフルな山歩きを楽しみ、下山後のスイーツで嬉しがりたと思います。コロナ禍ですが、山でお会いしたいですね！！

楠見 能子

行事名	2021年度 第1回 運営委員会
実施日・時間・場所	2021年8月30日(月) 18:00~20:00 クロスパル 303 会議室
出席者(敬称略)	三鍋、藤井、中島、野崎、廣川、楠見、堀家(石井代理)、柴田(記)

(議事内容)

1. 総会後の確認事項

- ① 石井会員の役割をオブザーバーからアドバイザーに変更する。
- ② 事務局として楠見会員に担当頂き、運営委員会の運営にも参加頂く。出席者全員の承認による。
- ③ 佐々木会員の里山保護の後任要請の願望について認識。
- ④ 会議室予約担当を城戸会員から楠見事務局員へ、また PC 予約用アドレスを堀家会員から楠見事務局員に変更する。
- ⑤ HP用PC移管が完了した。未返却CDについても返却頂ける手筈になっている。
- ⑥ 広報部で使用していたキャリーバックがポンポン山印刷廃止化の方向により不要となったため、払下げの案内をポンポン山(11月号)に出す。(広報部担当)キャリーバッグの処分後、堀家会員預りの備品を倉庫に移動して頂く。
- ⑦ 運営委員会の議事録担当を輪番制にする。レジュメは事務局で準備する。
輪番：8/30 柴田、11月/三鍋、1月/藤井、2月交流会/中島、3月総会/野崎

2. 山行部関連

- ① 山行実績報告。6月、7月、8月分の状況報告あり。
- ② 7/4清掃ハイキング報告。9名の参加。清掃指定場所の食い違いを市へ訂正依頼済。
- ③ 10月~12月山行計画の報告あり。
- ④ バスハイクは中止する。
- ⑤ 9月5日の清掃ハイクの代替日を10月10日とする。

3. 広報部関連

- ① ポンポン山 397号の編集者を石井会員から佐々木会員へ交替する。
- ② ポンポン山編集方法や手順が分からない。最終ページのスケジュール表は省いては等の意見も出されたが、原稿フォームも含めて編集の在り方については広報部内で検討する。
- ③ ポンポン山 11月号は、11月6日原稿〆切。11月13日発行。やまびこ：植木会員。編集：三鍋部長で対応する。
- ④ 府連からの「会報作成についてのアンケート 2021年度」対応を行った。7月31日提出済。
- ⑤ HP管理ソフトをHPビルダーからワードプレスに変更をしたい旨の説明があった。まずは、高槻労山の将来展望の中での方向付けを含めて広報部内で検討してもらう。
メリット：高槻労山 HP内の山行記録等が、グーグル等の検索エンジンで検索し

た時に直接ヒットするようになり、高槻労山の PR 効果が望める。複数人で投稿アクセスできる。

デメリット：初期投資額が大きい。

- ⑥ 会員名簿を整備する。取り扱いについては 11 月度運営委員会で協議する。
基本的取り扱いとして、個人情報保護の観点から、会員への配布はしない。業務上必要とする事項のみを必要とする人のみに配布する。
課題として、遭対基金絡みで清掃ハイク時の事前届名簿の取り扱いがある。
届出必要要件については府連遭対部に確認する。(野崎委員担当)
次回清掃ハイク時の届出書は参加実績者の名前だけの記載で対応する。
- ⑦ アンケート「パソコン・スマートフォン教室開催のためのアンケート」をポンポン山郵送対象者 5 人に出す。ポンポン山発送時に同封する。

4. 財政部関連

- ① 新メンバーの堀家会員は、財政の透明化を図る上でのアドバイザー役とする。
- ② 2021 年財政執行状況
未納者 1 人以外の入金合計 112,200 円。
HP 用パソコンの USB 紛失報償費として前任者より 800 円の入金。
広報部へ 30,300 円、山行部へ 140,000 円をそれぞれ配布済み
- ③ 会計監査員として田川会員を候補とした。ご本人と調整中。
- ④ 預金口座名義の変更対応についての課題
高槻労山として 5 口座を保有しているが、No.2 と No.3 については担当者名義が退会会員名のままで放置されている。

No.	銀行名	種類	口座番号	用途	担当者名義
2	ゆうちょ 418 支店	普通	5662604	日常入出金&予備積立金	梅津
3	ゆうちょ 438 支店	普通	4435183	遭難対策基金 (別段預金)	梅津

各種団体用の通帳の新規作成および名義変更に関しては、郵便局の示す条件を満たした規約の提出が必要となり、高槻労山の規約もそれに沿った変更が必要である。

5. 規約改正検討委員会の立ち上げ

- ① 預金口座担当者名義変更対応のためと高槻労山の現状に合わせた規約改正検討を行う規約改正検討委員会を 8 月 30 日付で立ち上げた。
- ② メンバーは、三鍋部長、藤井部長、楠見事務局員、柴田の 4 人で構成。
- ③ 期日目途は、2022 年 1 月の運営委員会での承認、同年の全員交流会に改正規約案を提示、同年の総会での成立を目指す。
- ④ 改正規約案成立後、預金口座担当者名義変更の手続きを行う 以上

第3回山行部会議 8/30 報告書

1. 開催日時・場所・2021年8月30日(月)17時～18時 クロスパル第一会議室
2. 参加者 堀家 中島 野崎 廣川 藤井(貴) 敬称略
3. 議題

① 山行部企画の山行計画の選出 行先・日程調整

- 10月 9日(土) 氷ノ山(車利用)
- 10月31日(日) 柳生街道(公共交通)
- 11月 6日(土) 岩湧山(公共交通)
- 11月27日(土) 己高山(車利用)
- 12月 4日(土) トエンティクロス・摩耶山(公共交通)
- 12月18日(土) 大岩が岳(公共交通)

以上 6件の山行計画を決定しました(詳細は別紙参照)

② 9月5日清掃ハイク中止の為 代替え日の検討

10月10日(日)に変更しました

③ 清掃ハイク時の 山行計画書 提出の件

今までは 集合時に 参加名簿を作り 提出が事前或は事後になったり
曖昧でした 今後は当然のことながら 必ず事前に提出します

【参加有無にかかわらず 全会員の名簿を記載し提出(参加は自由です)】

尚 10月10日(日)の清掃ハイクでは参加履歴のある方を名簿記載して
山行計画書を提出します(会員名簿整理中の為)

④ その他

コロナ下ですので バスハイクの予定はありません

* 山行部 部員の皆様へ

第4回 山行部 部会は2021年11月1日(月)17:00～18:00 クロスパルで
開催予定です ご都合よろしければ出席よろしく願いいたします
ご意見 お聞かせください

以上(記. 藤井)

山行部・清掃ハイク 2021年9月

*7月4日(日)第1回清掃ハイクを実施しました。

参加者(敬称略)大塩、堀家、楠見、藤井貴、川本、柴田、
野崎、佐々木、城戸 (以上9名)
お忙しい中、参加ありがとうございました。

*9月5日(日)第2回清掃ハイクは緊急事態宣言延長のため
延期しました。

10月10日(日)に実施します。

- ・集合場所・時間 摂津峡入口鬼子母神前 9:00
(高槻駅前北口バス停 8:09、8:15、8:23 発→上ノロバス停徒歩10分)
 - ・雨天決行
 - ・昼食は各自用意ください。
 - ・昼食後、解散します。
- 皆様の参加をお待ちしています。

*12月12日(日)の清掃ハイクは、納山祭の前に実施します。

ポンポン山11月号に掲載します。
皆様の参加をお待ちしています。

*問い合わせ先 清掃ハイク担当 廣川

アドレス noharauta0313@gmail.com 携帯電話 080-3139-9115

2021年6~8月山行実績						
NO	山行月日	種別	山名	CL	参加数	一般
86	6月1日	LL	七ヶ頭ヶ岳	藤井貴	2	1
87	6月1日	個人	ボンボン山	柴田	1	
88	6月2日	LL	御嶽、小金ヶ嶽	藤井貴	5	
89	6月5日	個人	ボンボン山	廣川	1	
90	6月6日	LL	高ヶ尾山	佐々木	3	
91	6月7日	LL	雲谷山	三鍋	3	
92	6月7日	個人	ボンボン山	柴田	1	
93	6月7日	個人	ボンボン山	佐々木	2	1
94	6月8日	LL	半国山	藤井貴	3	
95	6月11日	個人	ボンボン山	柴田	1	
96	6月11日	個人	ボンボン山	松本	1	
97	6月15日	LL	靱糠山	三鍋	4	
98	6月15日	LL	銚子口、イブネ、クラシ	藤井貴	3	
99	6月17日	個人	ボンボン山	柴田	1	
100	6月20日	個人	ボンボン山	柴田	1	
101	6月24日	個人	ボンボン山	松本	1	
102	6月26日	LL	大峰山、中山	中島	2	
103	6月26日	LL	愛宕山	佐々木	2	
104	6月28日	LL	大谷山	三鍋	2	1
105	6月29日	個人	ボンボン山	柴田	1	
2021年	山行回数 (20)	参加数 (43)	山行日数 (20)	延参加数 (43)	40	3
2020年	山行回数 (21)	参加数 (52)	山行日数 (21)	延参加数 (52)	参加実数/率	
前年比	山行回数 (95.2%)	参加数 (82.7%)	山行日数 (95.2%)	延参加数 (82.7%)	14/30	46.7%
NO	山行月日	種別	山名	CL	参加数	一般
106	7月4日	清掃H	東海自然歩道	藤井	9	
107	7月6日	LL	堀坂山・観音岳	三鍋	3	3
108	7月10日	LL	大峰山、中山	中島	2	
109	7月10~14	LL	大雪赤岳・石狩岳他	藤井	1	2
110	7月11日	個人	摩耶山	柴田	1	
111	7月11日	LL	三重嶽	三鍋	2	
112	7月18日	個人	摩耶山	柴田	1	
113	7月14日	個人	ボンボン山	柴田	1	
114	7月17日	個人	赤子谷～蓬萊峽	中島	1	
115	7月18日	個人	摩耶山	柴田	1	
116	7月19日	個人	星のブランコと星田山	川本	1	
117	7月19日	LL	越知山	三鍋	2	2
118	7月22日	個人	六甲山	柴田	1	
119	7月24日	個人	七兵衛山	中島	1	
120	7月25日	個人	摩耶山	柴田	1	
121	7月25~26	LL	横山岳	三鍋	2	
122	7月29日	個人	ボンボン山	柴田	1	
123	7月31日	個人	妙見～地獄谷山	川本	1	
124	7/31~8/2	LL	奥大日岳	藤井	5	
2021年	山行回数 (19)	参加数 (44)	山行日数 (26)	延参加数 (68)	37	7
2020年	山行回数 (13)	参加数 (49)	山行日数 (19)	延参加数 (66)	参加実数/率	
前年比	山行回数 (146.2%)	参加数 (89.8%)	山行日数 (136.8%)	延参加数 (103.0%)	14/30	46.7%
山行月日	種別	山名	CL	参加数	一般	
125	8月1~3	LL	空木岳	柴田	2	2
126	8月2日	LL	野坂岳	三鍋	3	1
127	8月7日	個人	摩耶山	柴田	1	
128	8月7日	個人	ボンボン山	佐々木	1	
129	8月7日	個人	摩耶山	中島	1	
130	8月10日	個人	ボンボン山	柴田	1	
131	8月11~13	LL	霞沢岳	藤井	2	1
132	8月21日	LL	鎌倉山	城戸	4	
133	8月24~28	LL	羅白岳、雌阿寒岳、斜里岳	柴田	2	2
134	8月28日	LL	箕面 最勝ヶ峰、南山	藤井	2	
135	8月30日	LL	八ヶ峰	三鍋	3	
2021年	山行回数 (11)	参加数 (28)	山行日数 (19)	延参加数 (58)	22	6
2020年	山行回数 (20)	参加数 (56)	山行日数 (33)	延参加数 (90)	参加実数/率	
前年比	山行回数(55%)	参加数 (50%)	山行日数 (57.6%)	延参加数 (64.4%)	9/30	30%
特記事項		古賀さん退会	会員数30名			
			8/2~9/12緊急事態宣言			

21年10月～12月山行計画表																	
運:運営委員会			✕:原稿締切			会:会山行/バスH			清:清掃ハイク			里:里山ハイク					
L:LL山行		月:月山行		ぶ:ぶらぶら		例:室内例会		研:研修部		初:初級学校		山:山行部		府:府連行事			
10月						11月						12月					
1	金					1	月	月運	三鍋:大國山 第3回運営委員会18時~			1	水				
2	土					2	火		↑11/1 第4回山行部部会17:00~18:00			2	木				
3	日	月	三鍋:↓			3	水祝					3	金				
4	月	月	三鍋:岐阜県の船山(3日京都駅19時集合)			4	木					4	土	山	廣川:トエンティクロス・摩耶山		
5	火					5	金					5	日				
6	水					6	土	✕山	#398号締/編:三鍋 中島:岩湧山			6	月	月	三鍋:峰床山西尾根		
7	木	府	自然部会19時~			7	日					7	火	ぶ	林:府民の森 むろいけ園地歩き		
8	金					8	月	月	三鍋:峰床山			8	水				
9	土	山	藤井:氷ノ山			9	火					9	木	府	自然部会19時~		
10	日	清	清掃ハイク(9月5日より変更)			10	水					10	金				
11	月					11	木	府	自然部会19時~			11	土	L			
12	火					12	金		↓13日城戸:高野山町石道~大門~ケープ			12	日	清例	清掃納山祭		
13	水					13	土	HPL	#393号HP掲載/編:三鍋			13	月	月	三鍋:ハケ峰		
14	木					14	日					14	火				
15	金					15	月	月	三鍋:京都北山無名峰			15	水	里	佐々木:ポンポン山 コース未定		
16	土	L	城戸:八淵の滝~広谷~八雲が原~JR比良			16	火	ぶ	林:山科毘沙門堂界限歩き			16	木	府	府連理事会		
17	日					17	水	里	佐々木:比良比叡トレイル⑥			17	金				
18	月	月	三鍋↓			18	木					18	土	L	中島:大岩ヶ岳		
19	火	月	三鍋:韮糠山(18日9時京都駅集合)			19	金					19	日				
20	水	里	佐々木:比良比叡トレイル⑤コヤマノ岳他			20	土	L	楠見:中山連山			20	月				
21	木	府	府連理事会			21	日					21	火	月L	三鍋楠見:出石城/有子山城(山城ハイク)		
22	金					22	月					22	水				
23	土	L	楠見:大仏鉄道廃線跡ハイク			23	火祝	月L	三鍋楠見:比良比叡トレイル①比叡山			23	木				
24	日					24	水					24	金				
25	月	月	三鍋楠見:比良比叡トレイル⑦蛇谷が峰			25	木	府	府連理事会			25	土	L			
26	火	ぶ	林:北陸本線の廃線歩き			26	金					26	日				
27	水					27	土	山	藤井:己高山			27	月	月			
28	木					28	日					28	火				
29	金					29	月					29	水				
30	土					30	火					30	木				
31	日	山	藤井:柳生街道(滝坂の道)									31	金				

労山山岳事故対策基金申し込み一覧

2020年8月から2021年7月までの1年間を保証するものです。

ご確認をお願いします。

※証書は発行されませんので、ご了承下さい。

労山新特別基金申し込み一覧

〈敬称略〉

会員番号	加入者氏名	状況	今年度口数		会員番号	加入者氏名	状況	今年度口数	
			(一口 1000円)	払込金額				(一口 1000円)	払込金額
15569	篠原 清	継続	3	3,000	15607	石井三紀夫	継続	1	1,000
15570	篠原 良子	継続	3	3,000	18424	植木長太郎	継続	5	5,000
15571	野崎 美幸	継続	3	3,000	21343	川本 恵理	継続	3	3,000
15573	南 明美	継続	1	1,000	23075	林 玲子	継続	1	1,000
15576	中島 弘美	継続	5	5,000	30506	角野ゆかり	継続	3	3,000
15577	三宅 賢次	継続	1	1,000	31417	柴田 武徳	継続	2	2,000
15578	楠見 能子	継続	2	2,000	32101	辻 章吾	継続	3	3,000
15579	岡本 康子	継続	3	3,000	32773	藤井貴世子	継続	3	3,000
15580	佐々木ふじ子	継続	2	2,000	33310	田川 良子	継続	1	1,000
15585	堀家 靖弘	継続	3	3,000	35447	松本 清	継続	5	5,000
15587	城戸 勝	継続	3	3,000	35831	廣川 里美	継続	5	5,000
15588	田中 幸治	継続	3	3,000	36259	古武 孝理	継続	2	2,000
15590	三鍋 敏郎	継続	2	2,000	36705	阪上 章	継続	3	3,000
15592	西川 元庸	継続	3	3,000	15593	大塩 富美夫	新規	3	3,000

☆本部からの個別の証書は発行されませんので、ご了承ください。

質問等あれば野崎まで連絡ください。

担当 野崎 美幸

tel/fax 06 6492 7918 携帯電話 090-7488-5270 (ショートメール可)

メール miyuki_n20090326@yahoo.co.jp

「夏山で一番怖い気象現象は雷」

積乱雲が雷をもたらす。積乱雲に発達する条件は、「大気が不安定」「上層に強い寒気」「暖かく湿った空気が入る」「寒冷前線が通過」「雷三日」など。天気予報でこのような言葉を聞いたら、「目的地への到着を早める」「沢沿いのコースや徒渉は避ける」「落雷から逃げる場所が少ないルートは避ける」などの対策を講じるべきです。

「雷雲とは」

雷雲の移動は、時速 10~20km と自転車なみのスピードで 3000~4000m 上空を流れる気流に乗って移動することが多い。谷に沿って移動する傾向がある。ゴロゴロという音が聞こえるのは、約 10km の範囲です。雷雲の大きさは、約 10km だから雷雲の遠い部分で落雷した音がしている場合だと、雷雲の先端は頭上にあることになります。

ラジオに雑音が入るようになってから、雷鳴音が聞こえるようになるまでの時間は、最大で 90 分間程の余裕がありますので、この間に避雷対策を講じなければなりません。雷雲は、発達が急で、局地的なため、登山者の現地判断に負うところが大きく、正確な状況判断が必要です。

「雷が落ちた」

近畿日本ツーリスト企画の百名山登山ツアーで、塩見岳登山中「落雷」で 1 名死亡、3 名負傷の事故がありました(2002 年 8 月 2 日)。その時、長野県全域では前日と当日に、雷注意報が発令されていました。登山行動中の状況は、12 時 50 分には一面白い曇り空に変わり、遠雷を二三回聞いていた。13 時 38 分雨がポツポツ、13 時 48 分雷が落ちた。本谷山東稜線上のシラビソ林のちょっとした広場のような所で雨具着用中に、直径 40 cm・高さ 6~7m の枯木に落雷。枯木より 50 cm の所にいた方は亡くなって、1.3m の所の方は側撃を受け、全治 2 ヶ月の負傷。

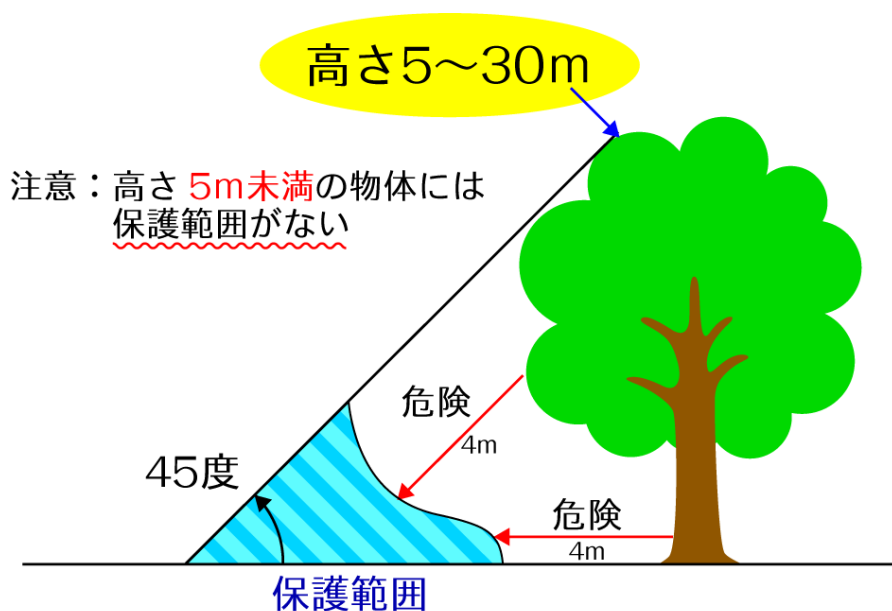
※「雷が体内に入ると、組織の損傷が起こる。損傷はすぐ反応が現れるが、神経の損傷は一週間位経ってから出ることもある。何か異常を感じたらすぐ病院に行つて手当を受けるように」と医者注意あり。

この時、ガイドか添乗員がラジオや携帯電話を持っていれば悪天候のチェックができただけ、たとえ天気予報を聞いていなくても観天望気によって予知できたのでは…。雲の見方を知らなかったこと、急にパラパラ降ってきた雨が何を意味しているのかわらなかったことがこの事故の原因だと思う。(「ドキュメント気象遭難」より)

1967年8月1日、西穂独標で起きた松本深志高校の登山中の落雷事故は、11名が死亡。
この時も、気象台は落雷注意報を発令していました。

「不幸にして雷に遭遇したら…」

不幸にして雷に遭遇したら、まず姿勢を低くして身体より高いものを突き出さないように、落雷の合間を縫って、安全な窪地などに移動し、膝を抱えるようにして身体を丸くする。安全な場所は、自動車・バス・建物の中など。壁のない東屋は危険、山頂や岩場は極力避ける。広場も危険大。



山で落雷事故に遭わないようにするには、雷の発生を予知して逃げるのが一番です。
そのためにも、山行中は毎朝毎晩、天気予報をチェックし、行動中は観天望気には
注意を払うようにしましょう。

行事名	7月度 財政部会
実施日・時間・場所	2021年7月16日(金) 10:05~11:30 クロスパル 303 会議室
出席者(敬称略)	堀家 楠見、柴田、(記) 柴田

(議事内容)

6. 財政部内の役割分担について

柴田：決算と予算作成にかかわるまとめ。収支報告書の作成。運営委員会報告。
 楠見：日常の金銭管理（帳簿、通帳）。財政部会の招集と進行。財政部だよりの作成。
 堀家：財政の透明化を図る上でのアドバイザー役。

7. 2021年予算の執行状況

① 収入

会費関係 6/30 現在 未納者 1 人以外入金済み合計 112,200 円
 USB メモリー (HP 管理パソコン用) 紛失保証費として 800 円の入金

② 支出

広報部 (旧広報部+旧会員部) へ 30,300 円 会計担当/楠見会員
 山行部 (旧山行企画部+旧研修部+旧自然保護部) へ 140,000 円会計担当/川本会員
 USB メモリー798 円

③ 関連事項として、金銭の出入りごとの出納帳管理を徹底する。

8. 会計監査員候補の選定

重任にならない顔出しの少ない方に担っていただく意味で、田川会員を候補とした。
 8/30 の運営委員会までにご本人へ連絡を取る。(担当：楠見)

9. 預金通帳名義の変更対応について

① 高槻労山として 5 口座を保有しているが、No.2 と No.3 については担当者名義が退会会員名のままで放置されている。

No.	銀行名	種類	口座番号	用途	担当者名義
1	三井住友高槻駅前支店	普通	6729701	ニフティ引落し	労山
2	ゆうちょ 418 支店	普通	5662604	日常入出金&予備積立金	梅津
3	ゆうちょ 438 支店	普通	4435183	遭難対策基金 (別段預金)	梅津
4	ゆうちょ 099 支店	当座	0083837	会費振込	楠見
5	ゆうちょ 099 支店	当座	0092954	遭難対策基金振込	(野崎)

② 遭対基金担当者から、別途遭対基金用の通帳があるにではとの投げかけがある。これについては No.3 の別段預金 (一般会計外の資産保管用) である旨を伝える。(担当：柴田)

③ 各種団体用の通帳の新規作成および名義変更に関しては、郵便局の示す条件を満たした規約の提出が必要となり、高槻労山の規約もそれに沿った変更が必要。

④ ③項対応の改正と高槻労山の現状に合わせた規約改正検討を行う規約改正検討委員会を運営委員会内に立ち上げることを 8/30 の運営委員会で提案する。期日目は、2022 年の全員交流会に改正規約案を提示、同年の総会での成立を目指す。 以上

第二回広報・会員部だより

2021年9月

1. 報告事項

(1) 広報部門について

①会報の編集と印刷について

○6月号会報：編集担当・柴田

送付者：田中・辻・藤井昭・篠原・三宅（5人）

府連・全国連盟へのメール送信：三鍋。

きたろうハイキングクラブへのメール送信：楠見

きたろうハイキングクラブの会報・7月号より電信版で受理：楠見

⇒8月号の電子版を添付（広報・会員部部員および運営委員に提供）

○9月号会報：編集担当（佐々木）の変更（石井会員が入院のため）。

基本的には今年度の編集者の中で交代すべきであったが、今回は全会員（PCアドレス把握者）の方に呼びかけをし、佐々木会員が編集を引き受けていただいた。

コピー用紙・封筒・宛名ラベルの送付：楠見

②HP関連

・山行報告と山行計画の変更についてはメールで依頼（三鍋）。

・会員用専用ページ：会報、全国連盟ニュース、大阪労山ニュースをアップ済み。

・HPの入会案内の更新を行ってゆく。

・PCアドレスの確認：会からの報告などを知らせる為。

③今後の課題

・編集しやすい紙面とする。紙面の改定が必要。8月の運営委員会では、スケジュール表を廃止し、山行部の山行計画表のみでよいという意見がだされた。全体の紙面構成については、広報部で相談をし、運営委員会に提案する（11月）。

④大阪府連関係

・機関紙についてのアンケートを提出済（三鍋）。

・OWAFからの情報：ミニ気象講座案内などをメールで情報提供した。

(2) 会員部門について

①会員数

2021年7月時点で30人

5月末で古賀会員が退会。10年間にわたり、会員部・自然保護部・広報部で活躍していただきました。本当にありがとうございました。

②会員名簿の改定

- ・氏名・電話番号およびココヘリのID番号・PCアドレスや会員番号の記載を検討する。
 - ・氏名・住所・電話番号が記載された名簿を作成する：業務上必要とする人のみに配布する。
 - ・個人情報保護の観点より会員には配布しない。
- ③会費について：1名の方が未納。振込を依頼中。

④会員拡大の案内：はがきサイズで両面、まず下期の部会で相談する（楠見）。

2. 討議事項

(1) 部の名称について

部会では「会員部に変更」ということで名称が提案された。

しかし、会員部が広報部に統合した経過と3月の部長会議で、「広報部」と確認されていた。そのため、名称は広報部であることを改めて確認した。

(2) HPについて

①備品の購入について

- ・PDFソフトを購入するかどうか？（8月の運営委員会では時間切れの為、相談できていない。次回となる。）

②HPの内容の充実

- ・山行報告の充実やトップページの写真の更新。
- ・複数体制で行う：三鍋・佐々木+松本（現状は三鍋が担当）
- ・変更点：問い合わせ先：佐々木⇒三鍋

④HPの講習会について

- ・事前準備が必要。会報を郵送している5名の方に、アンケートを郵送することを、8月の運絵委員会で確認した（9月号の会報に同封）。
- ・アンケートを回収し、その上で講習会について検討してゆく。

⑤HPビルダーの問題点と今後の対応について

- ・HPビルダーでは複数で管理ができない。
- ・不要な情報が多く、素人では削除できない、操作に手間取り、時間を要する。
- ・ワードプレスについて説明を行った。HPを活用しやすくするため、広報部で相談してゆくことを確認した。

(3) 会員部門について

- ・清掃ハイキング後の冷たい物の提供を考えていたが、10月10日に変更されたため、提供を見送ることとした。

2021年10月～12月 山行部企画の山行

① 氷ノ山(1510m) 紅葉トップシーズン

日時 2021.10.9 (土) 高槻松坂屋前 6:50 集合 出発 7:00

コース 氷ノ山 (福定) 登山口⇒氷ノ山越避難小屋⇒氷ノ山 (須賀ノ山) ⇒
東尾根避難小屋⇒登山口下山 距離 約 13km 歩行時間約 6 時間

装備 日帰りハイキング一式

費用 高速代・燃費・車提供代等を参加者均等割り 概算¥3000

募集 10月2日(土) 〆切 5名迄 雨天中止

申込先 藤井宛アドレス kiyoko515@hotmail.com 携帯電話 090-3054-5256

② 柳生街道(滝坂の道) 石仏巡りします

日時 2021.10.31(日) 集合場所 近鉄奈良駅噴水前 8:45

コース 近鉄奈良駅→滝坂の道 (地獄谷) →忍辱山バス停

距離 約 12km 歩行時間約 6 時間 石仏巡りしながらゆっくり歩きます
帰り 忍辱山バス停発 16:07⇒近鉄奈良着 16:37

装備 日帰りハイキング一式

費用 概算 電車代 970円×2+バス代 660円⇒3000円

(JR 高槻発 7:05⇒大阪駅と鶴橋で乗り換え 近鉄鶴橋 7:59 発⇒近鉄奈良 8:21 着)

募集 10月24日(日) 〆切 申込み3名以上で実施 雨天中止

申込先 藤井宛アドレス kiyoko515@hotmail.com 携帯電話 090-3054-5256

③岩湧山 897.1m 秋のすすきが魅力

日 時 2021.11.6 (土) 南海河内長野駅集合 8:30

コース 滝畑登山口～岩湧山～経塚山～根古峰～紀見峠駅

距離 約11km 歩行時間 約5時間

装 備 日帰りハイキング装備一式

費 用 概算 ¥2810

JR高槻7:00→大阪→新今宮(南海電鉄乗換)→河内長野8:17着(南海バス)
→河内長野駅9:04発→滝畑ダム9:52着

募 集 10月30日〆切 申込み3名以上で実施 雨天中止

申込先 中島宛アドレス hiro-nakajima1951@zeus.eonet.ne.jp 携帯 090-3949-3864

④己高山 (923m) こだかみやま 紅葉の名所

日 時 2021.11.27 (土) JR高槻松坂屋前 6:50 集合 7:00 出発

コース 登山口駐車場 9:00→鉄塔下展望台→鉄塔→鶏足寺跡→己高山山頂→鉄塔→鉄塔
→分岐→駐車場 距離 約10km 歩行時間 約5時間

紅葉の名所の為 満車の場合駐車場は 己高庵或は己高閣 有料があります

装 備 日帰りハイキング一式

費 用 高速代・燃費・車提供代等を参加者均等割り 概算3000円

募 集 11月20日(土)〆切 申込3名以上で実施 車の為5名迄 雨天中止

申込先 藤井宛アドレス kiyoko515@hotmail.com 携帯電話 090-3054-5256

⑤トエンティクロス・摩耶山 702m 爽快な溪谷コース

日時 12月4日(土) 新神戸駅山側 8時集合・掬星台解散

コース 新神戸駅 8:00→雄滝→市ヶ原→森市林植物園東入口→
桜谷出合→堰堤下→セール槍→掬星台→摩耶山→
掬星台 2:00

① 摩耶ロープウェイ→徒歩又はバスで王子公園駅

② 掬星台→青谷道→王子公園駅 3:30

① の場合 距離 10.7 km 4時間 30分 登り 661m

② の場合 距離 15.2 km 6時間 17分 登り 985m

装備 日帰りハイキング一式

費用 概算 電車代 1220円

(参考 阪急高槻 6:42→十三 7:13→神戸三宮 7:37 神戸市営三宮 7:48→
新神戸駅 7:50)

募集 11月27日(土) 〆切 申込み3名以上で実施 雨天中止

申込先 廣川宛アドレス noharauta0313@gmail.com 携帯 080-3139-9115

⑥大岩ヶ岳 384.1m 絶景の山頂

日時 12月18日(土) 道場駅 9:15 集合

JR 高槻 7:57→大阪→9:03 道場駅

コース 道場駅～大岩ヶ岳～東大岩ヶ岳～川下川ダム～武田尾
距離 約11km 歩行時間 約5時間

装備 日帰りハイキング装備一式

費用 概算 ¥1980

募集 12月11日(土) 〆切 申込み3名以上で実施 雨天中止

申込先 中島宛アドレス hiro-nakajima1951@zeus.eonet.ne.jp 携帯 090-3949-3864

月曜班登山計画案

9月21日(火) 武奈ヶ岳 歩行時間5時間
坊村～御殿山～武奈ヶ岳(往復)

9月27日(月) 大文字 歩行時間4時間
銀閣寺～幻の滝～大文字～南禅寺
JR 京都駅バスターミナル7時50分集合

10月4日(月) 岐阜県の船山 1479.5m 歩行時間4時間20分
位峠～ブナの原生林～P1285m～船山(往復)

3日(日) JR 京都駅八条口前集合 19時集合 テントかゲストハウス宿泊予定

10月19日(火) 初糠山 歩行時間4時間 ブナ林の黄葉

18日(日) 昼間は、美術館見学予定

天生峠～谷道～初糠山～木平湿原～天生峠

18日(月) JR 京都駅八条口前集合 9時集合 ゲストハウス宿泊予定

11月1日(月) 大黒山歩行時間5時間30分

旧道取り付き点～鯉谷～大黒山～椿坂峠～旧道取り付き

11月8日(月) 峰床山 歩行時間5時間

二ノ谷～フジ谷峠～P916～オグロ坂～峰床山～暗がり谷～フノ坂～二ノ谷

11月15日(月) 京都北山無名峰 歩行時間4時間

大見～小野谷峠～P771m～P877m～P845m～二ノ谷～大見

12月6日(月) 峰床山西尾根 歩行時間4時間30分

峰定寺～大杉の森～峰床山～俵坂峠～峰定寺

12月13日(月) 八ヶ峰 歩行時間5時間

八原～P524m～P652m～P772m～八ヶ峰～知井坂～八原

★天候などにより山行日、登山地などの変更があります。また集合場所記載がないものは
JR 京都駅八条口前集合7時10分集合です。

申し込み 三鍋敏郎 携帯 090-8192-6514

メール toshi38380101@gmail.com

1. 月曜ハイキング（三鍋さんと共同企画、行き先変更あり）

「山行日 9月21日（火）＊雨天中止」（6月号の会報に掲載）

＊車利用のため会員優先 行き先を変更する場合があります。

- 行き先 比良比叡トレイル・ルート⑥武奈ヶ岳
- 集合時間・集合場所 JR京都駅八条口・7：10
- ＊申し込み締め切り：9月12日（日）

「山行日 10月25日（月）＊雨天中止」

- 行き先 比良比叡トレイル・ルート⑦蛇谷ヶ峰
- 集合時間・集合場所 JR近江高島駅8：50
- ＊申し込み締め切り：10月18日（月）

「山行日 11月23日（火・祝）＊雨天中止」

- 行き先 比良比叡トレイル・ルート①比叡山・祈りの道
- 集合時間・集合場所 京阪松ノ馬場駅改札前9：00
- ＊申し込み締め切り：11月15日（月）

「山行日 12月21日（火）＊雨天中止」＊車利用の為、会員優先

- 行き先 出石城・有子山城（山城ハイキング）
- 集合時間・集合場所 京都駅八条口 7時10分
- ＊申し込み締め切り：12月13日（月）
- ＊オプション企画 タイミングがあれば出石そばを食べます。

2、金・土曜ハイキング（親睦交流ハイク）

「山行日 9月24日（金）＊雨天中止」(6月号の会報に掲載)

○行き先 牛松山（干支の山）

JR 亀岡駅～登山口～牛松山～毘沙門～JR 亀岡駅

○集合時間・集合場所 JR 亀岡駅改札前 9：00

＊申し込み締め切り：9月19日（日）まで



「山行日 10月23日（土）＊雨天中止」 日程を変更しました。

○行き先 大仏鉄道「廃線跡」ハイキング

～100 前の歴史を訪ねて～

JR 加茂駅～C57SL 展示～観音寺橋台～鹿背山橋台～梶ヶ谷隧道～赤橋～井関川橋梁跡～松谷川隧道～鹿川隧道～黒髪山トンネル～大仏鉄道記念公園～佐保川橋脚跡～JR 奈良駅（約 11Km コース）

○集合時間・集合場所 JR 加茂駅改札前 9：00

＊申し込み締め切り：10月17日（日）

「山行日 11月20日（土）＊雨天中止」

○行き先 中山連山

中山寺～中山～展望岩～満願寺西山～大聖不動尊の土門～山本

○集合時間・集合場所 阪急宝塚線・中山駅改札前 9：00

＊申し込み締め切り：11月13日（土）

＊留意点 大雨中止、参加者・3人以上で実施します。

○持ち物：ハイキング装備、地図、マスク、手指用消毒液

○桶見まで申し込みをして下さい。

090（3924）0966（ショートメール）か、yayay@amber.plala.or.jp



2021年9月～11月 LLハイク

蓬莱山（1174m）

この時期、琵琶湖の眺望がきれいです。

コース 京都バス新足尾谷9：00～坂下登山口～サカ谷～小女郎峠
～蓬莱山12：00昼食～打見山～クロトノハゲ～天狗杉
～キタダカ道～木戸部落～JR志賀16：00

日時 9月18日（土）

集合 京都バス出町柳バス停。朽木行バス乗り場 7:30、7:45

装備 日帰りハイキング装備

申込み 9月11日（土）まで。 城戸あて

電話 090-3974-1631

Mail m.kido@zpost.plala.or.jp

比良・八淵の滝（大すり鉢）～広谷（尾根道）ブナ林がきれい。

コース JR高島～バス～ガリバー旅行村～八淵の滝（大すり鉢）
～広谷（昼食）～八雲ヶ原～北比良峠～大山口～JR比良
17：00

日時 10月16日（土）

集合 高槻駅新快速ホーム 京都寄り7：50，
高槻発8：01，敦賀行き新快速に乗ります。

装備 日帰りハイキング装備

申込み 10月7日（土）まで。 城戸宛 上に同じ。

高野山町石道（南海高野線九度山～高野山大門）

11月13日（土）

集合場所 JR新今宮駅、南海高野線乗り換え口 8:15

コース 南海高野線九度山駅 9:30～慈尊院～六本杉～

神田地蔵堂 12:30～笠木峠～矢立 15:15～大門前

17:15～ケーブル山頂駅 18:00, 高槻着 20:00

歩行時距離 22K、高低差 800M 道はよく整備されています。

交通機関

JR高槻 7:14 快速、大阪駅乗り換え環状線新今宮で、南海に
乗り換え、高野線橋本行急行 8:26 発、橋本駅に乗り換え、
九度山駅下車。

新今宮駅での、南海乗り換えは、進行方向にむかって後方です。

装備

日帰りハイキング装備、ヘッドランプ、非常食。

地図 ネットで、「高野山町石道」で検索。コース図が掲載。

申込み、11月6日（土）まで。城戸宛

TEL 090-3974-1631

Mail m.kido@zpost.plala.or.jp

以上

ぶらぶら 散歩 

予定表（あくまでも予定です）

- ① 9月28日（火） 萩谷運動公園から竜仙の滝
集合場所：JR高槻駅北口⑤関西大学行バス停 9:20 集合 9:35 発車
又は 10:15 萩谷運動公園入口バス停
帰り道 竜泉の滝から萩谷清掃ハイクの終点
萩谷 13:35 又は 14:33 富田行き
- ② 10月26日（火） 北陸本線廃線歩き（④と入れ替えるかも）
集合場所；JR高槻駅 ①新快速乗り場 エレベーター付近 7:50
8:03 発 敦賀行き乗車
帰り； 南今庄 14:52 発 費用 4,500 円位
12月又は3月になると青春切符が使える、3,000 円位。 考え中
- ③ 11月16日（火） 山科毘沙門堂界限
集合場所；JR高槻駅 ①新快速乗り場エレベーター付近 9:10
- ④ 12月7日（火） 府民の森 むろいけ園地
- ⑤ 1月25日（火） 亀岡 出雲大神宮
- ⑥ 2月22日（火） 天理市
- ⑦ 3月22日（火） MIHO ミュージアム

申し込み

林玲子 携帯のショートメール SNS が嬉しいです。

締め切り各催行日の前の日曜日

090-8239-5461

mu-minmm@docomo.ne.jp

街ぶらは、遭対基金が（保険）でないと思われます。
ケガ及び交通事故に気を付けて歩いてください。

里山ハイイク計画

☆ 9月15日 (第3水) 比良比叡トレイル④

(烏谷山 1076.7m・堂満岳 1057m)



〔コース〕 JR高槻駅 (8:03) - (8:59) 比良～イン谷口～金糞峠～堂満岳～烏谷山
～木戸峠～打見山

〔歩行距離〕 約 10 km 〔歩行時間〕 約 6 時間 〔所要時間〕 7 時間 30 分

〔費用〕 高槻～比良駅 (990 円) ロープウェイ山頂駅～びわ湖バレイ前 (1,700 円)

志賀駅～高槻 (990 円) +α (タクシー代・比良～イン谷) 合計 3,680 円+α

☆ 10月20日 (第3水) 比良比叡トレイル⑤

(コヤマノ岳 1181m武奈ヶ岳 1214.2m釣瓶岳 1098m)

〔アクセス〕 JR高槻駅 (7:36) - (7:57) 山科 (8:01) - (8:41) 比良 (9:00) -
(タクシー) イン谷口

〔コース〕 イン谷～金糞峠～中峠～コヤマノ岳～武奈ヶ岳～釣瓶岳～イクワタ峠
～黒谷バス停～近江高島駅

〔歩行距離〕 約 11.5 km 〔歩行時間〕 約 7 時間 〔所要時間〕 約 8 時間 30 分～9 時間

〔費用〕 高槻～比良駅 (990 円) 比良～イン谷口 (? 円) 黒谷～近江高島 (220 円)

近江高島～高槻 (1,170 円) 合計 2,380+タクシー代 (日の入り→17:17)

☆ 11月17日 (第3水) 比良比叡トレイル⑥

〔アクセス〕 JR高槻駅 (8:03) - (8:57) 近江高島 (9:04 発バス) - (9:22)
黒谷比良

〔コース〕 黒谷～イクワタ峠手前～笹峠～地蔵山～地蔵峠～畑でバス乗車～
近江高島駅

〔歩行時間〕 約 4 時間 15 分時間 〔所要時間〕 約 5 時間 45 分

畑バス停時刻 15:37 16:09 17:21 (日の入り→16:51)

〔費用〕 高槻⇄近江高島 (1,170 円×2) 近江高島コミュニティバス 220 円×2

合計 2,780 円

☆ 12月15日 (第3水) ポンポン山 コース未定

4 日前の土曜日までに Sasaki へ申し込んでください

090-9706-0774 kamosefuji@ybb.ne.jp

武佐岳 1005m

地形図「武佐岳・武佐」

ポンポン山雑感

2021年6月23日 三鍋敏郎

斜里岳が増水しているとの情報で急遽武佐岳に変更した。前夜、泊まったホテルで地形図を出力して頂いて翌日コンビニでコピーした。

駐車場にはすでに車が1台停まっていた。笹の茂る林道を歩くと30分ほどで山小屋の憩清荘(けいせい)に到着する。谷川が直ぐ側に流れている。

1958年に地元有志たちが建てたという山小屋も、入り口の引き戸が壊れ、最近是利用する人がいないのか荒れ気味である。

再び笹に覆われた道を歩く。辺りにはトドマツが多い。標高550m辺りから急登が続くが標高差100mほどで穏やかになり標高点656mを越えた辺りでダケカンバの巨木の向こうに武佐岳の山頂部が見えてくる。林床にはゴゼンタチバナの花がどこまでも続いている。

斜面に立つ細い白樺の複雑な曲がりの林立が群舞のように思えて楽しい。登山道脇にピンク色のハクサンチドリの群生がある。



山頂部に近づくとウコンウツギやエゾツツジ、コケモモの花が多く見られるようになり、双耳峰の尾根に乗ると山頂が見えてきた。



武佐岳山頂には巨岩があり 360 度の大展望。北東方向には羅臼岳や硫黄岳。北西にはカムイヌプリ、雄阿寒、雌阿寒岳。西には斜里岳。オホーツク海は雲海に包まれて見えない。



平日にも関わらず先着のご夫婦、単独の男性。歩行時間 4 時間程度で手軽に登れるのでポンポン山のように地元民に慕われる存在なのだろうか、しかし、今年古希を迎えたという農業家の男性は、話し好きで面白く下山の道々楽しい話を聞かせて頂いた。その方の歩き方も独特で、足音を立てず、ふわふわと雲の上を歩いているような不思議な感じだが意外と早く歩かれるので、ついて行くのが大変だった。「省エネ歩きオジサン」と命名。

★コース 登山口 8:24～五合目 9:22 発 26～九合目 10:58 発 45～山頂 10:58 発 11:44～五合目 12:45 発 50～登山口 12:35 ★メンバー 三鍋・楠見・他

雌阿寒岳 地形図「雌阿寒岳・オンネトー」 ポンポン山雑感

2021年6月24日 三鍋敏郎

野中温泉に車を停め、駐車場から南に向かう。本日のコースは昨日、武佐岳山頂でお会いした地元の農業経営者の進言に従って反時計回りコースを歩くつもり。



オンネトー湖から雌阿寒岳に向かう。アカエゾマツの林の中の登山道は木の根が複雑に絡み歩きにくい。ゴゼンタチバナが両脇に連続して咲き、ツマトリソウも交じる花の道である。四号目を過ぎた辺りで林床をよく観察すると、珍しいランの花を見つけたが、観察された形跡がないので、気づかずに通過する人々が多いのだろう。

五合目辺りからは白い花を咲かせるイソツツジが多くなる。



阿寒富士が見えだすと、メアカンキンバイ、メアカンフスマなどが咲き、ザレ地にはコマクサのピンクの花が見られる。紫のイワブクロはまだ蕾である。礫地をひたすら登る。雌阿寒岳の南斜面下部には火山観測員らしい人々が数人集まっているの見える。

火口東側の尾根に上がると、眼下に中マチネシリ火口からの噴煙が見え、阿寒湖、雄阿寒岳から北東方向に連なる斜里岳、海別岳、羅臼岳などの蒼い山々の重なり。大自然の営みの偉大さに圧倒される神々しい風景が広がっている。



火口から吹き出す硫黄を含んだ水蒸気の匂いを感じながらしばし佇む。有名な山なので訪れる登山者が多いが、中野温泉から往復される方が多いように感じた。

圧倒される風景を脳裏に焼付、去りがたい風景に別れを告げて下山にかかる。

ゴロゴロの火山岩の中をジグザクに下ってゆく。ハイマツの雌花雄花の蕾、白いマルバシモツケが咲いている。イソツツジが多くなり白い花のプロムナードが延々と続くのである。標高 999m を過ぎると道は穏やかになり歩くやすくなる。



植生を楽しむ余裕が生まれてくる。後ろを振り仰ぎ険しい山容を確かめ「厳しかったな～～」と思わず呟いている。

下山後に訪れた野中温泉は源泉かけ流しで洗い場はないが、お湯が最高でした。

★コース 野中温泉 7:15～オンネトー8:05 発 10～四合目 9:05 発 8～七合目 10:14 発 18～九合目 10:52～山頂 11:05 発 18～六合目 12:03 発 22～四合目 12:47～二合目 13:12～野中温泉 13:46

★メンバー 三鍋・楠見・他 1

越智山（612.5m）・山行記

2021年7月19日（月）

コース：越前町杖立～P308～越智神社～越智山（往復）

出発・10時20分 下山・16時15分



登山口と山頂に立派な地図が置いてありました。

福井県の嶺北、丹生山地に位置し、泰澄大師が修行して仏の悟りを得られた山として知られているそうです。

トイレも整備されています。

福井県の山にはよく登っていますが、まだ訪れていない山がありました。リーダー曰く「同じ名前の会員がいるころから、気になっていた山」でした。

この山の魅力は、低山ながら原生林があることです。本当にびっくりしますよ。

緩やかなアップダウンのコースです。これが意外と疲れます。心地よい風が吹いていたので、「良かったー」と思ったのは一瞬でした。地域的に真夏でも涼しいことを期待したのですが、汗でびしょりとなってしまいました。そのため、越智神社から越智山まで、とても長く感じました。汗が吹き出すので、登りでゴクリ・ゴクリとみんなよく飲みました。下山時に独鈷水（登山道のすぐそば）があり、「命の水」でした。勢いよく水は流れていませんでしたが、補給するのに充分でした。

シーズンですが、真夏を避けること、日帰りの場合は晩秋を避けた方がよいです。やはり花のある春がよいと思います。その頃にまた訪れたいと思います。

（おまけの話ですが、南条サービスエリアでおろしそばを食べましたが、結構おいしかったです。）

記・楠見

メンバー

会員2名、会員外2名



74 歳 立山一大日岳縦走 2021 7/31~8/2

L 藤井。SL 中島。広川、堀家、林

室堂一雷鳥荘泊まり…奥大日岳一中大日岳一大日小屋泊まり→大日岳

3 日目 大日小屋一大日平山荘一大日平一牛ノ首一称名坂一大日岳登山口。

5;55……8;55(この間、昭文社地図の 1.8 倍時間)

2019 年山と溪谷社 6 月号「劔岳と立山」特集に詳しい地図と解説が載っていた。大日小屋迄は、登りもそんなになさそう、何とか歩けそう。問題は三日目の下りだ。大日小屋から大日平山荘迄の等高線の細かいこと。

其の下の、牛の首から称名坂は 滝と同じ細かさの等高線ではないか。

1 泊目の、雷鳥荘は、山小屋というより、設備も食事もホテル並みだ。食事を完食したら、貧血を起こして全部戻してしまった。素人判断で、熱中症と思い、それから、ジュース、水をがぶがぶむ。

夜、殆ど、眠れないまま、一時間毎に、トイレに立つ。トイレの前で、年長の yさんと出会い、弥陀ヶ原散策を、打診する。翌朝もギリギリ迄迷ったが、天気が予想より良さそうなのと、昨今のコロナ事情で、予約なしの宿泊は無理ではないか、と判断した。幸い体調がすこぶる良いので、ついていくことになった。

8 月 1 日(2 日目)5 時 45 分出発

朝食は、お弁当形式で、フライとおいしい寿司メシだったが、重いので半分食べてゴミ箱へ。…心が痛んだ。

yさんをペースメーカーとして、ゆっくり歩いた。途中花がいっぱい咲き、種類も豊富で、元気組は写真を撮るからと、後方から、ワイワイがやがやと、楽しげに、ゆっくりついてきてくれた。私は歩きた通せるかの心配の方が大きいので、愛でるのはちょっと、、、

1 時ごろ大日小屋到着

朝は晴れていたが、大日小屋に入る少し前から怪しくなり、到着と同時に降りだした。少し休み、雨が止んだのを見計らって、ガスの中を大日岳に登った。私を除いた皆で。

夕暮れ時、ガスが晴れて、長い早月尾根からの平べったい劔岳が見えた。夕食後、小屋の人が周りの景色を説明してくれた。昨日の晩は、満天の星がきれいだったと聞き、真夜中、トイレに起きて外へ出たが、薄曇りで、星は見えない、下の海の方や、滑川の街の明かりが見えた

2日(3日目)4時30分起床

おお晴れた。真正面の剱岳山頂の右から真っ赤な陽が出た。小屋左に、すっきりと大日岳が、ほんの間近に見えた。登り20分らしい。

5:50分出発

なんだか大腿部がブルブル小刻みに震える。15分も歩かないのに、つまらない所で尻餅をつく。タベ、下りに備えて、びっしりとテーピングをした。貼りすぎたに違いないと、大腿部のを、剥がす。はがしたら、岩も飛び越せる普通の足に、戻った。

等高線が密で、これからが、この山行の正念場、気を引き締めて、歩く。大きな岩のゴロゴロ下り。しかし、急だが、普通の山の下りで、思ったほどではなく、ちょっとホツとする。沢の音が聞こえて、水場が現れる。大日小屋がここから水を上げているのだ。傾斜が緩やかになり、木道が現れると、大日平山荘は近い。山荘から、牛の首迄の大日平は、ラムサール条約の湿原で、木道が続いている。笹が目に着いたが、笹原になるのは、良くないのではないかと思った。2000mの高原でも、夏の陽射しがキツイ。ここも温暖化の影響が出ているのだ。

いよいよ称名坂が始まる。鎖場と、アルミの梯子が、何度も出てくる。チョット弥山川を登ったことを思い出した。あの時は、登りだったので、余りのつらさに、水平な梯子の上でリュックを枕に、寝転んで動けなかった。それから比べると、下りであり、心臓の負担は少ないのだが、肩の荷物が重い。何処までも垂直で、足元に滝に行くコンクリートの道が見えた時は、思わず後続に、着いたよと、大声で知らせた。12時20分だった。

感想と反省

立山みくりが池温泉に泊まるというので、すぐ手を挙げた。一週間前迄は、別に登山計画書を作り、弥陀ヶ原散策の予定だった。仲間を募ったが、見つからない。元々温泉に行きたくて、参加した。無謀な事をしたものだ。この2年間は、日帰りの山さえも、殆ど登っていない。小屋どまりとはいえ、二泊の縦走の荷物は、重かった。少しは訓練を思ったが、コロナのワクチン接種等でままならない。せめてもと、買い物はリュックを背負い徒歩で、後は畑仕事のみで、当日を迎えてしまった。

懸念点

① 半月板の手術をした左膝が、2週間位前に、腫れ感が出た。痛みも少々、②年寄病おしこの近さである。冬場になると、1時間に1度が普通である。

③ 2日目の筋肉痛。

①の半月板は 5 日前に、整形外科でヒアルロン酸の注射をしてもらった。痛みも出ず、良かった。サポーターを 2 つ持って行ったが、未使用、テーピングで対応した。

②は、下着の替えを 4 枚も持っていき、尿対策のパットも分厚いのから薄い
の迄、大量に、持って行った。日本手ぬぐい 4 枚、帽子が 2 つ、非常食が
沢山。

トイレは、コーヒーを飲まないを、遵守。大量の発汗でか、全く問題が
無かった。

年寄りの、無理やりの縦走ゆえ、慎重過ぎて、荷物が多くなった。致し方
無いのか。

③ 帰って来るまで、全く念頭に無かった。2 日目に膝頭の四頭筋が痛く、
リュックが肩に食い込んで、何を捨てようかと思ったが、筋肉痛とは、思は
なかった。帰って、次の日 椅子から立ち上がれず、背中も重いおんぶお
化けが、張り付いていて、そうだ、筋肉痛という最強の敵がいたのだと、
思い出した。1 週間経過した今も、体のあちこちがギクシャクしている。

アルプス縦走は、最後だろう。メンバーに恵まれ、前日まで 雨の予報が、晴
れ、劔岳、立山、薬師岳、遠くに白山も霞んで見えた。天候迄も、私の最後の山行
きを、祝福してくれた。普通の人なら、一泊二日の行程だろう。年長者に合わせて、ゆるい行程を組んでくれたリーダーのお陰で、事故もなく、歩けた。山岳会
に入ることを、面倒がる風潮が有るが、高槻労山に席を置いたことを、幸せに思
います。 林 玲子

低山の急激な植生の変化

ポンポン山雑感

2021年9月3日 三鍋敏郎

先月、朽木駒ヶ岳に登って感じたことだが、山頂の東斜面全体がシダ類とダンドボロギクに覆われていた。他の山でも同じような現象が多く見られる。北山周辺でも登山口辺りの林道全体がダンドボロギクやベニバナボロギクに覆われていることは皆さんもご存知のことだと思います。

ダンドボロギクは北アメリカ原産で 1933 年に愛知県の段戸山で発見されたのでダンドという名前になったといわれています。ベニバナボロギクはアフリカ原産。どちらもボロクズ綿のような種子を大量に風に飛ばして荒地という荒地を覆い尽くし、しばらくするとシダなどが侵入し消えてゆく。

しかし以前よりも繁殖地の高度が上がってきているので、いずれ高山帯のお花畑にも到達するものと思われる。

一方、ボロギクの後にシダ類が多く繁殖する。最近良く目にするのがヒカゲノカズラの大繁殖。シダ類は鹿が食べないのでどんどん増えてしまう。胞子が風で飛ばされ比較的日当たりの良い場所で無数に繁殖を繰り返す。

皆子山に至る水分の多い斜面でもシダ類の繁殖が激しくなっており、斜面全体が同じ種類のシダに覆われている。

ハナヒリノキ、ユズリハ、マツカゼソウ、トリカブトなどの繁殖も目を覆うばかり。鹿の食害で笹や下層植物が消え、荒地となった空地に無限に広がっている。尾根筋ならハナヒリノキ。湿地ならマツカゼソウ。

トリカブト、ユズリハなどは所構わず繁殖しているように思う。特にユズリハは大木となるのでこれまで楽に歩けた斜面を覆うように繁殖するので通行困難な状況に至る。

これらすべての繁殖は、天文学的な数値なので、もはや人間たちの手で封じ込めることは難しい。地球温暖化や、今全世界を騒がしているウイルスなどと同様に人間たちの野放図な文明が招いた結果である。



ダンドボロギク



ヒカゲノカズラ



ハナヒリノキ



ユズリハ



マツカゼソウ

原稿募集!

ポンポン山

では、貴方の原稿を募集しています。山行報告、感じたこと、その他、ドンドン原稿をお寄せ下さい

原稿は必ずこの点線の枠内をお願いいたします(B5サイズ、上余白2.5cm、下余白3cm、左右余白各1.8cm)。

===== 編集後記 =====

wordと excelファイルのつなぎ方を忘れてしまい、ネットで検索しながらの編集でした。編集していて、思ったことですが、裏表紙の裏、Schedule表がなかったら、ずいぶん楽だなーと。山行部が、計画表を作成しており、内容がダブっていますので、Schedule表を割愛して、いいのではと考えました。広報部の検討課題ですね。(佐々木)



2021年9月～11月 Schedule

	月	火	水	木	金	土	日
9月	9/13 飯降山/三鍋	9/14	9/15 比良トレイル④ /佐々木	9/16	9/17	9/18 蓬萊山/城戸	9/19
	9/20	9/21 比良トレイル⑥ /三鍋・楠見	9/22	9/23	9/24 牛松山/楠見	9/25	9/26
	9/27 大文字/三鍋	9/28 ぶ;竜泉の滝 /林	9/29	9/30	10/1	10/2	10/3
	10/4 船山/三鍋	10/5	10/6	10/7 府自然部会 /19:00	10/8	10/9 氷ノ山/藤井	10/10 清掃ハイク
10月	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16 八淵の滝/城戸	10/17
	10/18	10/19 初糠山/三鍋	10/20 比良トレイル⑤ /佐々木	10/21 府連理事会	10/22	10/23 大仏鉄道廃線 /楠見	10/24
	10/25 比良トレイル⑦ /三鍋・楠見	10/26 北陸本線廃線 /林	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31 柳生街道/藤井
11月	11/1 大黒山/三鍋 運営委員会18時 山行部会17時	11/2	11/3	11/4	11/5	11/6 #398号ㄥ/三鍋 岩湧山/中島	11/7
	11/8 峰床山/三鍋	11/9	11/10	11/11 府自然部会 /19:00	11/12	11/13 #398号HP掲載 /三鍋 高野山石道/城戸	11/14
	11/15 京都北山無名峰 /三鍋	11/16 ぶ;山科毘沙門 /林	11/17 比良トレイル⑥ /佐々木	11/18	11/19	11/20 中山連山/楠見	11/21

ポンポン山 第397号

2021年 9月 11日 発行

代表者：柴田 武徳

編集：佐々木ふじ子

11月の編集者 398号 三鍋敏郎 ㄥ切り11/6日
 [原稿送り先]メール toshi38380101@gmail.co
 郵送 〒601-8422 京都市南区西九条針小路町93

やまびこ 植木長太郎



Takatuki-Rozan

高槻勤労者山岳会

ホームページ

<http://takatsukirozan.o.oo7.jp>

(高槻市芥川町3丁目11-3)

郵便振替

高槻 労山 口座番号 00960-8-83837(会費用)

高槻労山遭対基金 口座番号 00920-2-92954(遭対用)

2021年9月11日発行