

高槻山



高槻勤労者山岳会

2023年 6月

第406号

やまびこ

川本 恵理

おいがやって来た。甥でなく「老い」である。

私の身体は今や放置プレイされたゴボウと化している(カビは生えていない、と思う)。

特に大腿四頭筋が目に見えて痩せてしまっている。山姥^{やまんば}としては致命的。

山はほぼ週イチ歩いているだけではダメなのか。恐ろしい。

恐ろしいといえば八幡谷の沢登り、蓬萊峡の岩登り、能郷白山の渡渉。

忘れようとしても決して忘れようのない大変な経験をさせていただいたことに感謝しております。

本当に。でも思い出すたび背筋が寒くなる。八幡谷は二度と行く機会はないが 10 年後なら力尽きて蟻地獄に食べられていることだろう。

こうして原稿を書いている間にも年老いている。

山は歩きたい。知らないことが起こっている何か、を見たくて知りたくて。

生き残れるのは太い腿。しかし出勤前のジムは途絶えがち。せめてスクワットは続けます。

労山を「クビ」と言われるその日まで、あともう少し皆さまとご一緒させてください。

よろしく申し上げます。



第二回運営委員会報告

- 日時 2023年6月5日(月) 午後6~7時50分
- 会場 クロスパル(交流センター)401号室(4階)
- 参加予定者 楠見・柴田・中島・野崎・藤井・廣川・三鍋
- 司会(柴田) 記録(楠見)

1. 議題

(1) 総会後の課題と確認事項

- ・所在地の移転先について:大阪府勤労者山岳連盟の事務所とする。必要な手続きは9月初旬。但し、預金通帳の住所変更は、次期総会での規約変更決議後実施する。
- ・登山口~下山口の範囲の確認:会に提出して認められた計画である事(交通手段の下車地点~)。**労山基金運営委員会の中で検討され認められる必要がある。**
- ・2月23日は全会員交流会とするのか、拡大運営委員会とするかについて
名称は全会員交流会とする。内容として会計関係と特別議案の報告の他は、山行希望を聞く機会とする。

(2) 報告事項

①山行部(山行企画・自然保護・研修部門)

- ・山行実績:406号に掲載。
- ・山行計画について:7~9月までの計画を406号に掲載。
- ・清掃ハイキングについて:6/4の報告と7・9月の清掃ハイキングの計画を406号に掲載。

②広報部(広報・会員・事務局・財政部門)

・広報部門

広報部会の報告:報告を406号に掲載する。報告の中で一部修正することとなった。
会報406号 編集・三鍋 やまびこ・川本 原稿締め切り・6/12 印刷・6/17

・会員部門:会費の徴収状況

8名が会費未納の為、メールや郵送で会費の払込を依頼し、6月納入の完了を目指す。

6/4・クリーンハイキング時(山頂にて)で25部配布した。清掃ハイキングの啓発と入会の呼びかけを行った。1名を除き、グループ登山であった。連絡があるかどうか反応待ち。

・財政部門:今年度は柴田・北村・楠見の3人体制で行う。

会長と財政部長的役割の兼任するのではなく、会長に専念できる体制を目指して行く。

③遭対基金について:23人より遭対基金を預かっている。遭対基金の継続を依頼して行く。

(3) 協議事項

①山行部

- ・研修について;清掃ハイキング後に実施するので、研修内容を406号に掲載する。
- ・研修参加報告書の内容と取り扱いについて
研修報告は、会員に対して啓発することを目的とするため、HPではなく会報に掲載する。
- ・山行申し込みについて:必要な内容について会報に掲載する。広報部でも新規入会者の方々に、山行申し込みに必要な情報を自ら伝えてもらうようにして欲しい。

②広報部

- ・HPの改定・更新：特になし。
- ・PDF編集ソフトの新規購入について
第1回広報部会（4月25日実施）議事録の内容で購入することを確認承認した。購入時期は担当者に一任する。購入時から2年間、会報の編集をお願いする事とした。

③遭対基金

チェックリストの作成（担当者に一任）

④特別基金「遭難対策基金」検討委員会について

引き続き検討するため、委員会を開く。

⑤その他

運営委員の交通費の確認（公共交通機関の料金改定があったため、後日確認する）

2. 府連関係

(1) 理事会について

毎月第3木曜日開催。休日の場合は1週間前倒し。

輪番の提案および確認（柴田さん以外、1回担当する）

4月（柴田）、5月（中島）、6/22（野崎）、7/20（柴田）、8/24（柴田）、9/28（廣川）

10/26（楠見）、11/30（柴田）、12/21（藤井）、1/25（柴田）、2/22（柴田）

3/10 府連の総会

②府連の労山ニュースについて：議論できず。

3. 全国連盟：特になし。

4. 今後の日程と予定について

・運営委員会

第三回 9月4日（月） 午後6～8時 会場：クロスパル（ ）

司会（柴田） 記録（中島）

第四回 11月6日（月） 午後6～8時 会場：クロスパル（ ）

司会（柴田） 記録（廣川）

第五回 1月9日（火） 午後6～8時 会場：クロスパル（ ）

司会（柴田） 記録（野崎）

・全会員交流会もしくは拡大運営委員会

2024年2月23日（金） 午前9～12時 会場：クロスパル（ ）

司会（柴田） 記録（藤井）

・議案書印刷と総会に向けた打ち合わせ

2024年3月4日（月）もしくは5日（火）日程・時間帯は後日相談する。

・第56回定期総会 3月20日（祝・水）午後1時30分～5時

議長（ ） 副議長（ ） 書記（ ）（ ）

第2回山行部会議2023年6月5日(月)報告書

1. 開催日時・場所・2023年6月5日17時～18時 クロスパル第一会議室
2. 参加者 中島 野崎 廣川 藤井(貴) <敬称略>
3. 議題
 - ① 6月4日府連全国一斉クリーンハイク報告(別紙参照)
府連への報告、高槻市担当者への提出書類作成⇒廣川
 - ② 7月2日 9月3日 清掃ハイクの打合せ
機関紙掲載原稿⇒廣川(別紙参照) 写真撮影⇒川本 田畑 道具準備⇒藤井
*7/2 清掃後 スイカ等準備⇒藤井
清掃後の研修⇒野崎 <読図の座学>実施 コンパス持参のこと
実技9月18日(月) 読図山行(講師 三鍋)太閤道で 実施予定
*9/4 清掃後 果物等準備⇒藤井
清掃後の研修⇒野崎 <登山の装備について>
 - ③ 10月21(土) バスハイク実施(予告)の準備
バス会社へ手配⇒ 予約済み(担当堀家)
会員へのお誘い⇒別紙参照 下見⇒10月初旬実施
 - ④ 山行部山行企画 (別紙参照)
8/26 長坂山～赤目滝(L 廣川) 9/12 稲荷山(L 野崎)
9/16 武奈ヶ岳(L 中島) 9/30 音羽山(L 藤井)
 - ⑤ 研修として府連行事 <山の教室>他 受講後の取扱いについて
受講報告書(形式は不問) 提出 お願いします
北村さんが5/20 5/21<山の教室>地形図の読み方座学と実技 参加(別紙参照)
 - ⑥ 会員の皆様へのお願い
*山行届⇒(形式は問いませんが 最終下山時刻記入のこと) 柴田 中島に送付
*下山報告⇒柴田まで
*山行申込⇒山行担当者(リーダー)に各自が参加申込してください
 <<リーダーが申込者の*電話番号 *緊急連絡先を把握したいため >>

(報告事項)

府連自然保護部会 4/13 6/8zoom 会議 藤井 出席

4/9(日) 里山一斉調査(主催大阪自然保護協会) 会場 茨木丘陵 鉢伏山に(担当 藤井)参加

行事等・実施報告書（改訂版）

行事名	2023 年度第 1 回広報部会
実施日・時間・場所	2023 年 4 月 25 日（火） 10：00～12：00 クロスパル 401 会議室
出席者（敬称略）	楠見、三鍋、佐々木、阪上、北村、柴田（記）柴田

◆開催目的

2023 年度活動方針の具体化と広報活動についての意見交換

（議事内容）

1. 会報について

① 会報の編集・PDF ソフトのバージョンアップ版購入について

- ・ HP アップ前に校正ステップを入れ、HP アップ後の修正を極力防止する。
- ・ HP アップ前・後に関わらず、修正依頼時は元原稿を修正しての差し替え依頼をする。
- ・ HP アップ後に修正をする場合のフォロー対応を検討しておく必要がある。（今後の課題）
- ・ PDF ソフトの直接文字編集機能は必ずしも必要としないが、文書上に一律に副題やページを表示できるヘッダーフッター機能は必要性が高いため PDF ソフトのバージョンアップ版の購入を運営委員会に上申する。
- ・ バージョンアップ版は「いきなり PDF COMPLETE 版」（見込価格 6,790 円）とする。
- ・ PDF ソフトは個人の PC にインストール（個人所有物化）することになるため、購入後 2 年間の編集担当義務期間を課する。

① 項に関して、会報の編集担当者より以下の上申があった、
1 月号では、全原稿を一つの結合 PDF にし HP にアップ後に文字修正変更を 3 回行った。
変更時は、結合 PDF を分解し元の Word や Excel に変換後、その上で変更しなおした。
PDF 上で直接文字編集できると大変手間が省けるので、対応可能な PDF ソフトを購入してもらいたい。

② 「やまびこ」の原稿担当について

2024 年以降の担当者について提案があったが、新入会員とベテラン会員の順番見直しをすることにした。

③ 会報の印刷・送付担当について。

- ・ 印刷のインク代手当の 1,000 円は、来年度減額検討する。
- ・ 会報の印刷については部内の輪番制にしていく。
- ・ 2023 年度の印刷担当者は別表に示す。

④ 会報の紙面、その他

- ・ 文字の大きさの点でスマホでは非常に見にくい。改善できないか。⇒ 今後の継続課題
- ・ 目次（記事項目、担当者、ページ）は不要だが、記事の項目のみ記載してもらえると有難い。

2. HP について

① 山行報告について

- ・ 山行報告が少ない。山行については山行参加者のいずれかの方に山行報告をしてもらうようお願いをする。

行事等・実施報告書（改訂版）

- ・ 広報部員へ投稿の呼びかけをする。
- ・ 写真を中心に、時間（日時）、入山地、下山地、コースタイム等を含め、文章は10行ぐらいでもいいので、会全体へも呼びかけをする。

② 個人情報保護のための投稿文書での注意喚起事項

筆者名として、漢字で姓名記入の禁止を呼びかける。

（例）「高槻太郎」は×。漢字で記載する時は姓の「高槻」だけにする。ローマ字で書く。ローマ字にして略する。イニシャルにする。等の注意喚起をする。

3. 会員部門

① 会費徴収

主に総会での徴収を行っているが、もっと周知徹底をする必要があった。

② 会員拡大

- ・ HPの活用
- ・ 労山リーフレット50部を6/4の一斉クリーンハイク時に配布できるように準備中

③ 「はじめまして」の記載事項の変更

「生年月日」は「生年」のみにする。「住所」と「電話番号」は省く。

4. 財政部門

財政部会開催日については別途取り決める。

以上

(別表) 会報の「やまびこ」「編集」および「印刷」担当表

発行	やまびこ担当 (敬称略)	原稿締め切り	編集担当	印刷日 印刷担当
4月号 第405号	野崎	4月15日(土)	柴田	4月22日(土) 広報部(楠見)
6月号 第406号	川本	6月12日(月)	三鍋	6月17日(土) 広報部(佐々木)
9月号 第407号	田中	9月11日(月)	三鍋	9月16日(土) 広報部(阪上)
11月号 第408号	田畑	11月13日(月)	三鍋	11月18日(土) 広報部(柴田)
1月号 第409号	中西	1月20日(土)	三鍋	1月27日(土) 広報部(北村)
4月号 第410号*	(三宅)	4月13日(土)	広報部	4月20日(土) 広報部()



広報部・掲示板

会員の皆さん、お元気ですか？

今年の梅雨入りは例年より早く、併せて台風の発生も早くなっています。台風や地震など防災意識や危機管理が大切です。気象情報など確認し、安全にハイキングを楽しみたいですね。

●会費のお支払いがまだの方へ、個別にご案内をお送りしています！！

○「会費」お支払い方法

振込方法① ゆうちょ銀行口座間振込

高槻勤労者山岳会財政部 四一八（ヨンイチハチ） 5662604

*会費と遭対基金を合算しての送金 OK です。

振込方法② 振込用紙での送金

(ご留意下さい。送金料のほか、現金で振り込む場合は、別途料金がかかります)

高槻労山 口座番号 00960-8-83837 (会費用)

6月末までの振込にご協力ください。よろしくお願ひします。

その他 7月2日の清掃ハイキング時など、現金でお支払いいただく。

▲入会希望者

2名の方より入会の問い合わせがありました。6月4日の全国一斉クリーンハイキングに参加され、紹介する機会を持ちました。入会していただけるように働きかけてゆきます。

◎労山リーフレット

2023年6月の全国一斉クリーンハイキング時に、ポンポン山山頂で25部配布しました。

全国一斉クリーンハイキングの広報と入会の呼びかけをしました。

「機関紙部門」

▲会報の原稿について

A4サイズで、可能な方はPDFに変換して原稿をお送りください。

[フォント・11、字体・明朝体] ⇒但し『タイトルのフォントや字体』は指定しません。

余白：上・2.5、下・3.0、左右・2.0 *編集をスムーズに行うため、ご協力をお願いします。

407号(9月号) 「やまびこ」の原稿は、田中さんです。別途、案内させていただきますのでよろしくお願いします。

送付先：toshi38380101@gmail.com (三鍋さん)

△HPの原稿

山行報告・写真をお送りください。お待ちしております。送付先：同上



6/4(日)全国一斉クリーンハイク@ポンポン山

梅雨の晴れ間に実施することができました。

高槻労山の担当は、ポンポン山です。

20名(一般参加者2名)の参加でした。ご参加ありがとうございました。

神峰山寺いこいの広場駐車場に集合して、開会式、記念撮影を行いました。



東海自然歩道にはゴミはほとんどないのですが、残念なことに歩道から少し離れたあたりにお皿などの家庭ゴミが、歩道下には大型家具などのような物が不法投棄されていました。歩道下の不法投棄については、市に写真報告と回収のお願いをしました。

本山寺駐車場の前にはササユリが一輪。



ゴミ袋と火バサミを持って歩いていたら、登山者から「ゴミを拾われているのですね、ありがとうございます・・・」と声をかけていただき、これからの世代への啓発になるのではと思いました。

山頂での昼食休憩中に広報部が高槻労山のリーフレットを登山者に配布、一人でも多くの人に高槻労山の活動を知っていただき、HPを見ていただけたら嬉しいです。

昼食休憩後カタクリ保護区まで足をのばしました。

保護区内では、コアジサイやササユリのつぼみ、カタクリの花の種などを見ることができました。



山頂下に戻って、本山寺駐車場へ下り、ゴミの分別と計量。

可燃ゴミ：3.9kg、不燃ゴミ：8 kg



ここで解散。お疲れさまでした。

ゴミは年々減ってきています。

きれいな山になるように、今年もあと3回清掃・草刈りハイクを実施します。

みなさま、よろしく願いいたします。

2023/6/6 HIRO

山行部（クリーンハイク） 2023年6月号

6月4日（日）全国一斉クリーンハイクの報告

お忙しい中、ご参加ありがとうございました。

1. 参加者：20名(会員18名、一般2名)
2. 回収ゴミ：燃えるゴミ 3.9kg・不燃ゴミ 8.0kg
3. 山域の自然環境とゴミについて
＜倒木の有無及び状況・対応など＞
 - ・登山道には倒木は有りません。
 - ・道は整備されています。＜ゴミの有無及び状況・対応など＞
 - ・登山道にはほとんどゴミはありませんでしたが、倒木整備のための作業ゴミがありました。
 - ・東海自然歩道車道下にトラック一台分程度の不法投棄のゴミがありましたので、写真撮影をして市に報告しました。
4. 感想と意見
 - ・不法投棄のゴミの回収をしていただきたい。→市への要望
 - ・梅雨の晴れ間の本日は登山者が多く、清掃登山活動を知ってもらうことができた。

7月2日（日）恒例の清掃ハイク（草刈り）

1. 集合場所：摂津峡入口 鬼子母神前
高槻市営バス上ノロバス停より、徒歩10分です。
2. 集合時間：9:00
 - ・JR高槻駅前バス乗り場：北①です。
 - ・上ノロ行きバスの時間：8:11、8:19、8:27に乗れば間に合います。
3. その他
 - ・雨天決行です。
 - ・昼食は各自で用意して下さい。
 - ・果物など用意します。
 - ・昼食後、研修を実施します。（読図の座学・野崎）※持ち物：コンパス

9月5日（日）清掃ハイク（ゴミ拾い）

- ・集合場所、時間は上記と同じです。
 - ・昼食は各自で用意して下さい。
 - ・おやつ（果物）など用意します。
 - ・昼食後、研修を実施します。（登山の装備について・野崎）
- ※持ち物：
- ハイキングABC

問い合わせ 山行部クリーンハイク担当 廣川 Mail：noharauta0313@gmail.com

労山基金更新のお願い

今加入されている 労山基金は、2023年7月末までを保証しています。不慮の事故等に備えて、2023年8月から1年間の更新をお願いします。昨年度の加入口数は下記の表でご確認下さい。会報を郵送の人には振込用紙を同封していますが、他の方にはお送りしていません。振込用紙をご希望の方は下記まで電話、メール、ショートメールで連絡ください。

まだ振り込まれていない方は、手続きの関係上、**7月7日(金)**までに郵便局で振込んで下さい。

会費と一緒に会費の口座に振り込まれた方、すでに基金の口座に振り込まれた方は確認できたものは下記の表に記載しました。ご確認ください。

記入漏れや誤り等が有りましたら連絡ください。

期日までに振り込みができない方は、加入口数を野崎まで連絡ください。

※申し込みが遅れますと新規扱いとなり、万一の時、保険支払い金額が少なくなりますので、ご注意ください。

23年6/10日現在

*1口1000円

会員番号	加入者氏名	昨年度口数	今年度口数	会員番号	加入者氏名	昨年度口数	今年度口数
15569	篠原 清	3	3	30506	角野 ゆかり	3	
15570	篠原 良子	3	3	31417	柴田 武徳	2	2
15571	野崎 美幸	3	3	32101	辻 章吾	3	3
15576	中島 弘美	3	3	32773	藤井 貴世子	2	2
15577	三宅 賢次	1	3	35831	廣川 里美	5	3
15578	楠見 能子	2	2	35447	松本 清	5	5
15579	岡本 康子			36259	古武 孝理	2	
15580	佐々木ふじ子	2	1	36705	阪上 章		
15585	堀家 靖弘	1	3	15593	大塩富美夫	3	2
15588	田中 幸治	2		40475	田畑 水穂	2	2
15590	三鍋 敏郎	2	2	41448	中西 宏之	5	3
15592	西川 元庸	3	3		山田 有子	3	
15607	石井三紀夫	2	3	42106	北村 貴美子	3	3
18424	植木長太郎	3		42140	細川 隆司	3	
21343	川本 恵理	3	3	42235	細川 千絵	3	
23075	林 玲子	1	1	10575	平尾 美穂子	2	3

☆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。

郵便振替 高槻労山遭対基金 口座記号番号 00920-2-92954

担当 野崎 tel 090-7488-5270 メール miyuki_n20090326@yahoo.co.jp
(メール: miyukiは半角英字、_はアンダーバー、nは半角英字、20090326は半角数字です)

2023年4月山行実績					
NO	山行月日	種別	山名	CL	参加数
19	4月1日	個人	星田山	中島	1
20	4月1日	個人	金比羅山・高ヶ尾山	堀家	1
21	4月1日	個人	交野山・国見山	大塩	1
22	4月1日	個人	摩耶山	柴田	1
23	4月2日	LL	吉野山	松本	2
24	4月2日	カタクリ作業	ボンボン山	佐々木	1
25	4月4日	LL	天子山	三鍋	2
26	4月4日	LL	高取山、キトラ古墳他	松本	2
27	4月4日	個人	吉野山	中島	1
28	4月6日	LL	吉野山	林	4
29	4月8日	山行部	杳掛山(唐櫃越え)	藤井	7
30	4月8日	個人	六甲山	柴田	1
31	4月8日	カタクリ作業	ボンボン山	佐々木	1
32	4月10.11.13.14日	個人	八甲田山スキー	松本	1
33	4月11日	LL	ボンボン山	堀家	2
34	4月16～17日	個人	宮之浦岳	藤井	1
35	4月16日	個人	白髪岳・松尾山	中島	1
36	4月17日	LL	湧谷山	三鍋	2
37	4月17日	個人	達磨山	野崎	1
38	4月18日	LL	ボンボン山(カマガタニ)	佐々木	6
39	4月18日	LL	大御影山	松本	2
40	4月20日	LL	天狗堂・サンヤリ・八幡山	松本	2
41	4月22日	LL	飛鳥～石舞台～檜原神宮前	松本	2
42	4月22日	山行部	大御影山	藤井	6
43	4月23日	個人	摩耶山	柴田	1
44	4月24日	LL	外津汲山	三鍋	2
45	4月27日	LL	鎌ヶ岳～水沢岳～入道ヶ岳	松本	2
46	4月29日	個人	金剛山(カトラ谷)	中島	1
2023年	山行回数(28)参加数(57)	山行日数(32)延参加数(61)			57
2022年	山行回数(30)参加数(78)	山行日数(33)延参加数(80)			参加実数/率
前年比	山行回数(93.3%)参加数(73.1%)	山行日数(97.0%)延参加数(76.3%)			18/34 52.9%
2023年5月山行実績					
NO	山行月日	種別	山名	CL	参加数
47	5月2日	LL	剣尾山	藤井	3
48	5月2日	LL	龍王山城跡	楠見	5
49	5月3日	個人	半国山	野崎	1
50	5月4日	LL	リトル比良	中島	3
51	5月4日	個人	比叡山	柴田	1
52	5月9日	LL	竜ヶ岳	三鍋	4
53	5月9日	LL	東六甲縦走	佐々木	4
54	5月13日	山行部	リトル比良	中島	7
55	5月15,16,17	LL	阿蘇山(中岳～高岳)他	松本	2
56	5月20, 21	LL	茅ヶ岳他	藤井	2
57	5月21日	LL	高野山 黒河道	松本	2
58	5月21, 22	個人	浄法寺山他	平尾	1
59	5月21日	個人	摩耶山	柴田	1
60	5月22日	LL	赤坂山	三鍋	3
61	5月27日	LL	堂満岳	楠見	7
2023年	山行回数(15)参加数(46)	山行日数(19)延参加数(53)			46
2022年	山行回数(31)参加数(69)	山行日数(35)延参加数(79)			参加実数/率
前年比	山行回数(48.4%)参加数(66.7%)	山行日数(54.3%)延参加数(67.1%)			16/34 47.1%

2023年7月～9月山行計画表

23年7月～9月山行計画表 運:運営委員会 原:原稿締切 HP:HP掲載 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 山:山行部 府:府連行事															
7月					8月					9月					
1	土	山	廣川:霊仙山	1	火					1	金				
2	日	清	清掃ハイクと研修(読図座学)	2	水					2	土				
3	月	月	三鍋:7/3 13時京都駅集合 宿泊まりで	3	木					3	日	清	清掃ハイクと研修		
4	火		7/4 大長山 赤兎山	4	金					4	月	運月	第3回運営委員会		
5	水			5	土					5	火				
6	木			6	日		↓8/6前夜発			6	水				
7	金		↓7/8 L楠見:善峯寺～嵐山(雨天の場合7/9実施)	7	月	月	三鍋:岡山県立森林公園			7	木				
8	土	山ぶ	野崎・林(共同企画):京都 御室成就山	8	火					8	金				
9	日			9	水					9	土	L	楠見:釈迦岳(雨天の場合9/10実施)		
10	月	月	三鍋:岩籠山	10	木					10	日				
11	火			11	金					11	月	原	第407号原稿原切		
12	水			12	土					12	火	山ぶ	野崎・林(共同企画):稲荷山		
13	木	府	自然保護部会	13	日					13	水				
14	金			14	月	月				14	木	府	自然保護部会		
15	土	L	楠見:川久保～ボンボン山～善峯寺	15	火					15	金		↓9/16 中島:武奈ヶ岳		
16	日			16	水					16	土	HP山	第407号発行 三鍋 印刷担当 阪上		
17	月	月		17	木	府	府連理事会			17	日				
18	火			18	金					18	月	月	三鍋:太閤道読図山行		
19	水			19	土					19	火				
20	木	府	府連理事会	20	日					20	水				
21	金			21	月	月				21	木	府	府連理事会		
22	土			22	火					22	金				
23	日			23	水					23	土	L	松本:六甲全山縦走西行(阪急三宮～山陽須磨)		
24	月	月		24	木					24	日				
25	火			25	金		↓ 集合場所は同じですがコースは別です			25	月	月			
26	水			26	土	山ぶ	廣川:長坂山～赤目滝 林:赤目滝 散策			26	火				
27	木			27	日					27	水				
28	金			28	月	月	三鍋:八ヶ峰			28	木				
29	土	L	藤井:白山 別山 8/29～8/31	29	火					29	金				
30	日			30	水					30	土	山	藤井:音羽山		
31	月			31	木										

2023年7～9月 山行部企画の山行

① 霊仙山から打見山 7/1(404号掲載済)

② 成就山から双ヶ岡 7/8 (標高：成就山 108m、双ヶ岡 116m) (405号掲載済)

(林さんぶらぶらハイクと共同企画)

③ 長坂山から赤目滝

「赤目四十八滝」は初心者向けのハイキングコースが中心となっています
渓谷内は涼しいと思いますが...

日時 8月26日(土) 集合場所・時間 近鉄赤目駅9時30分

(高槻駅7:05→7:31 大阪駅7:37→7:31 鶴橋駅8:15→9:28 赤目口) 赤目口駅前バス停
9:35→9:45 赤目滝バス停

コース 赤目滝バス停10:00～長坂山～滝巡り～15:00 赤目滝バス停

距離 7.2km 上り/下り 779m 769m コースタイム 4:20

装備 日帰りハイク装備一式

費用 高槻駅→赤目口駅 1620円 赤目口バス停→赤目滝バス停 420円 入場料 500円

※近鉄・赤目四十八滝渓谷の自然探求きっぷがあります。

主な駅からの発売額は、大阪難波～2880円(発駅から赤目口駅までの往復乗車券・バス往復乗車券・入場料)。

詳しくは近鉄HPをご覧ください。

募集 8月19日〆切 申込3名以上で実施 雨天中止

申込先 廣川宛アドレス noharauta0313@gmail.com

④ 稲荷山～東福寺(林さんのぶらぶら散歩と共同企画)

暑い夏なので 低山で... 京都トレイル東山コースの一部です

日時 9月12日(火) JR稲荷駅(奈良線)改札口8:45 集合

コース 稲荷駅→伏見稲荷大社→稲荷山→泉涌寺→東福寺→東福寺駅

距離約7km 時間約2時間

装備 日帰りハイク装備一式

費用 JR高槻→JR稲荷 420円×2=840円

参考) JR高槻8:04(新快速)→JR京都8:16 奈良線乗換京都8:26→稲荷8:32

募集 9月5日(火)〆切 申込み3名以上で実施 雨天中止

申込先 野崎アドレス miyuki_n20090326@yahoo.co.jp

⑤ 武奈ヶ岳(1214m)～釣瓶岳(1098m)

比良山地の北稜を歩きます 稜線はアップダウンがあり健脚向きですが
静かな稜線歩きが楽しめます

日時 9月16日(土) JR比良駅 8:09 集合8:20 のバスに乗車

コース 比良イン谷口～大山口～金糞峠～中峠～コヤマノ岳～武奈ヶ岳～釣瓶岳

～イクワタ峠～地蔵峠～畑バス停

距離約 12,4km 歩行時間約 7.5 時間

装 備 日帰りハイク装備一式

費 用 概算 ¥2780

参考) JR 高槻 6:57→京都乗換 (湖西線) →8:09 JR 比良

募 集 9月 9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

⑥ 音羽山(593m) 逢坂山(324m) 長等山(352m)

百人一首に謳われている逢坂山に 行ってみませんか？

琵琶湖や京都市街を展望する東海自然歩道を歩きます

日 時 10月7日 (土) 京阪石山駅寺駅 8:30 集合

コース 石山寺駅→牛尾山→音羽山→逢坂山→小関越 →長等山→大津京駅

(場合によっては三井寺駅へのエスケープあり)

距離約 17km 歩行時間 7 時間半 上り 1097m 下り 1094m

装 備 日帰りハイキング装備一式

費 用 概算 1500 円

参考 行き) 高槻 7:31(新快速)→石山 7:59 乗換 京阪石山 8:10→石山寺 8:14

帰り) 大津京→高槻 590 円 所要時間約 40 分

募 集 9月 2 3日 (土) 〆切 雨天中止

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

以上 6 件の参加申込お待ちしておりますリーダー変更の場合あり

*予告 バスハイク実施日 10月 21日 (土)

行先: 明神平より桧塚(三重・奈良)に決まりました

皆様の参加お待ちしております! 予定してください(別紙参照)

☆山行部からのお願い

*山行届⇒(形式は問いませんが 最終下山時刻記入のこと) 柴田 中島に
送付してください

*下山報告⇒柴田まで

*山行申込⇒山行担当者(リーダー)に各自がメール等で参加申込してください

〈リーダーが申込者の*電話番号 *緊急連絡先を把握したいため〉

☆LLハイク

*西六甲縦走/阪急神戸三宮駅→山陽須磨駅（西行き）

西から東に歩くと総じて眩しくありません 明るいうちに下山したいので 休憩・食事時間込み
8時間程度で歩きます 計画データー、行程をご確認の上、参加ご検討ください

日 時 9月23日(火)阪急宝塚駅改札口

詳細は以下のURA参照

申込先 松本宛アドレス 1960matsukiyo@gmail.com>

https://yamap.com/plans/code/SU7qIshlioEWCTf5sRqiHNtqF75DWfSVWP1n_S33067jf0eRx21HN2OZQcoxI-XBAPO

☆ぶらぶら 散歩 ♪<林さん企画>

☆廣川さんの山行部ハイクに便乗して、山に登らず滝だけ楽しめます。

日 時 : 2023年8月26日(土) 集合場所・時間 : 近鉄赤目口駅, 9時30分

行き先 : 赤目四十八滝散策

行 程 : JR高槻発7:06分⇒JR大阪着7:31/JR大阪駅環状線発7:37⇒JR鶴橋着7:54～近鉄鶴橋
8:15発⇒赤目口9:28着～赤目口駅前バス停9:35発⇒赤目滝9:45着

費 用 : 高槻⇒赤目口 : 1620円 赤目口⇒赤目滝 : 420円 入場料 : 500円

※近鉄・赤目四十八滝溪谷の自然探求きっぷがあります。

主な駅からの発売額は、大阪難波～2880円

(発駅から赤目口駅までの往復乗車券・バス往復乗車券・入場料)。

詳しくは近鉄HPをご覧ください。

※温泉がありますので、入浴するかもしれません。

装 備 : 日帰りハイク装備一式 入浴セット・着換え

申込み : 林 玲子 ※携帯電話のショートメール SNS が嬉しいです。

携帯電話 : 090-8239-5461 mu-minmm@docomo.ne.jp

予告 ≪バスハイクへのお誘い≫ 10月21日(土)案

桧塚奥峰(1420m) 桧塚(1402m) 明神岳(1432m)

桧塚奥峰は台高山脈を構成する山の一つ。三重県の最高峰 桧塚は関西100名山の一座
明神岳も関西100名山の一座で穂高明神の別名があります
稜線一帯はブナの原生林になっており 紅葉の時期が楽しみです
桧塚までのピストンですので明神岳登頂後 明神平でゆっくりすることもできます
紅葉に染まる 台高山脈の山々を 眺めながら 会員交流も兼ね 皆で愉しく
歩きましょう

参加申込 よろしくお願い致します

日 時 2023年10月21日(土) AM7:00 出発予定
場 所 高槻・松坂屋横 AM6:50 集合
行 程 高槻駅⇒大又林道終点駐車場P 9:30→明神平(昼食)→明神岳→桧塚奥峰
→桧塚→明神平→P 15:30 高槻駅 6:30 解散予定
案) *健脚コースの場合
歩行時間約6時間半(ややゆっくり) 歩行距離約13.1km 上り下り1118m
案) *のんびりコースの場合
明神岳までのピストン 歩行時間約4時間 距離8.3km 上り下り816m
装 備 日帰りハイキング装備一式
会 費 5000円
募 集 10月7日(土)迄
< 但し迄後 バス定員に余裕あれば申込み可 >
雨天中止(バスキャンセル料の関係で 早めに決めます)

申込先 藤井宛アドレス kiyoko515@hotmail.com 携帯 090-3054-5256
<バスハイク 高槻駅→登山口大又林道終点まで 109km 所要時間2時間半>



7月・9月 LLハイクのご案内

2023年6月

▼▼▼LLハイキングの計画▼▼▼



1. 東海道自然歩道ハイキング

「山行日 7月8日(土)*雨天の場合、7月9日(日)」

- 行き先 日善峯寺～嵐山(もしくは松尾)
- 集合場所・時間: JR向日町駅改札前8時30分(*8時35分発、阪急バスに乘車)
- コース: 善峯寺～杉谷～沓掛～松尾もしくは嵐山(16Km、歩行時間約6時間)
*申し込み締め切り: 7月1日(土)

2. 高槻周辺の山歩き

「山行日 7月15日(土)*雨天中止」

- 行き先 川久保～ポンポン山～釈迦岳～善峯寺
- 集合場所・時間: JR高槻駅南口、市バス6番乗り場・7時15分(7時24分発に乘車)
- コース: 川久保～本山時駐車場～本山寺～ポンポン山～釈迦岳～善峯寺
(歩行時間約5時間30分)
*申し込み締め切り: 7月8日(土)

3. 比良山系のハイキング

「山行日 9月9日(土)*雨天の場合、9月10日(4・15中止の為、再度の計画)」

- 行き先 日釈迦岳
- 集合場所・時間 ①JR高槻駅改札内・午前6時50分 ②比良駅改札前午前8時10分
- コース JR比良駅～イン谷(バス)～分岐～釈迦岳～ヤケオ山～ヤケ山～涼峠～登山口～JR北小松駅(歩行時間・5時間40分)
*申し込み締め切り: 9月2日(土)

*8月はポンポン山や大文字山など近場に登ります。一緒に行ける方は、ご連絡ください。

留意点 災害に伴い、中止する場合があります。

- 3人以上で実施します。若干名の一般参加・可
- 持ち物: ハイキング装備、ダブルストック、地図
- Okusumiまで申し込みをして下さい。

090(3924)0966 yayay@amber.plala.or.jp



月曜班登山計画案

6月27日(火) 駒ヶ岳 麻生～焼尾尾根～駒ヶ岳～P619m～麻生

7月4日(火) 大長山 赤兎山 小原から往復歩行時間6時間 ササユリとニッコウキスゲ

3日(月) JR京都駅八条口前集合 13時分集合で宿泊まりで翌日登山。

7月10日(月) 岩籠山 市橋登山口～谷道～岩籠山～夕暮山～日本庭園～山集落

8月7日(月) 6日(日) 前夜発で岡山東立森林公園 歩行時間4時間

8月28日(月) 八ヶ峰 五波峠からの往復

9月18日(月) 読図山行 太閤道

★集合場所など記入のない山行日の集合場所 JR京都駅八条口前集合7時10分

申込みはメール toshi38380101@gmail.com 携帯メールでも良いです。☎090-8192-6514

★悪天などで日程や行き先を変更する場合があります。

5月20日（土）13時～17時 於：大阪労山事務所 講師：泉州労山 脇坂 健一郎氏

講習内容

- ・2万5千分の1地形図について
- ・地形図の基礎知識 等高線、地図記号など
- ・コンパスの使い方 整地の方法、進行方法の決め方、現在地の調べ方
- ・国土地理院地図の印刷方法
- ・磁北線の引き方
- ・山行前や山行中の地図の先読み、ルート維持の練習
- ・練習問題

非常に具体的で詳しい講座でした。

尾根筋・谷筋の模型も作ってこられて わかりやすかったです。

今回、地図に現れない10m以下のかくれピークというのを初めて知り、地形図からその可能性を見つける練習もありました。こんなに地形図からいろいろ読み取れる可能性があるのかと 勉強になりました。長いので途中睡魔にもおそわれましたが…

狂った磁石の直し方という雑学も参考になります。

内容が盛りだくさんでテキストの練習問題はできなかったので、その解答が後日メールされました。

アフターフォローも完璧でした。

5月21日 読図実技 於：旗尾岳など リーダー：大阪ぽっぽ会 西本 良夫氏

山行

- ・9:10 南海天見駅集合 自己紹介、説明。6人一班で出発。
- ・15時半ころ下山、天見駅にて解散。

今まで読図山行のハイクはいくつか行きましたが、今回は歩く時間は短く先頭を交替しながら要所要所で立ち止まり 地図の整地をしたり コンパスで進行方向を決めたり 周りの景色と地形図との関連を確認しました。

谷や分岐があるはずと探しているつもりでも 見つけれない、気づいていないことが多々ありました。隠れピークはほとんどない時もあるし小さいアップダウンを繰り返すことも。

コンパスの使い方は難しいですが 以前よりは少し理解できたでしょうか？

私は 今回も、高槻の山行で先頭を歩かせてもらった時も、適当にどンドン行ってしまいがちなので、今後はもう少し地図を見ながら歩きたいと思います。

読図は奥が深くなかなか理解できないので。何度も復習しなければいけませんね。

堂満岳・山行記

日時 2023年5月27日(土)

コース JR比良駅8時20分発～比良イン谷口～ノタノホリ～堂満東陵道～堂満岳～金糞岳～北比良峠～ダケ道～比良イン谷口3時38分発に乗車し、JR比良駅

*アップダウンのあるコースでしたが、休憩を含め、コースタイムより速く歩けました。

メンバー:会員7人、一般1人

京都から比良駅まで湖西線を利用しました。結構若いハイカーが乗車していたので少し嬉しくなりました。

長く山歩きをしているのに、堂満岳は2回目です。比良駅からバス利用する人は少なく、座ることが出来ました。イン谷口から、青ガレコースを歩く人が多く、静かな山歩きを楽しめました。以前、堂満岳を歩いたことのあるNさんは、「わー、印がいっぱいある」とい印象を持たれました。

堂満岳はシャクナゲで有名な山ですが、シャクナゲの時期はとっくに過ぎています。どんな花に会えるのか心配でした。紅ドウダン・サラサドウダン・シロヤシオが満開でした。みんなで大歓声、写真をよく撮りました。ランチタイムは、堂満岳山頂を過ぎた所で休憩しました。とても涼しく上着が必要でした。北比良峠は開けた場所で、テントを張っている人もいました。それ程、暑くもなく、みんなで楽しく元気に歩くことができました。Nさんによくアドバイスをいただきました。

みなさん、ありがとうございました。次回は是非シャクナゲの時期に訪れたいです。

記・KUSUMI



外津汲山 783.3m (とずくみ)

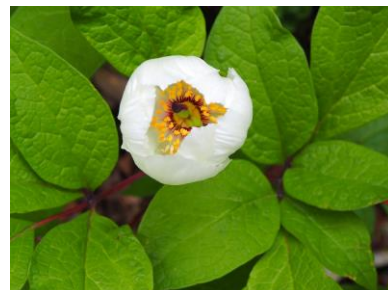
ポンポン山雑感

2023年4月24日 Minabe

外津汲山は地形図に名前はない。手前にある標高 745mの山には三角点はないが飯盛山という立派な名前がある。春の花を検索していると外津汲山がヒットしたので調べると西津汲集落からの林道を標高 450mほど登った天狗の森公園から歩けるとあった。

登山口にはすでに地元の車が数台停まっている。近年、開花情報は秒単位で発信されるのですぐに人が集まる。何かが咲いているなという予感と期待に胸を膨れませて登り始めた。よく整備され階段が作られた登山道だが、コンクリー製の丸太の周りの土砂が流れており歩きにくいので結局は階段のない場所に踏み跡がある。スマレやキランソウの花が多い。木々の芽吹きは様々な色合いを見せる。ウリハダカエデやコハウチワカエデの花、樺の芽立ちは独特の色合いで上空に広がっている。

飯盛山に近づくとヤマシャクヤクの幼草が数株見られたので、当たりを付けて岩陰に踏



み込むと花を付けた株が点在している。先に登られた地元の方は見つけられなかったのか、私達の姿を見つけて「そこに咲いていますか」と言いながらやってきた。

飯盛山の山頂は広い樹林に囲まれ展望は少ない。展望のある岩場に出るとヒメレンゲの黄色い花がたくさん咲いている。ここでランチタイム。これから登る外津汲山が見える。

ランチ後、石灰岩の凸凹急斜面を下る。標高差 90mも下ると穏やかな尾根道になり歩きやすい。コルを越えると緩い登りになり、振り返ると飯盛山の丸い形が新緑に覆われて美しい。右手には岐阜の山並みが見え、その背後に御嶽山の勇姿が白く輝いている。その右手に中央アルプスがあり更に右手に霞んだ恵那山が見える。グミの花が咲き、フジの花の蕾は外皮が外れたばかりでソーセージのような白い塊で面白い。三等三角点のある外津汲山の山頂は展望が開けている。特に東斜面は切れ落ちて岐阜市街がよく見えている。

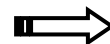
★Minabe 他2名 ★コース 登山口 9:53～飯盛山 10:53 発 11:25～外津汲山 12:00～飯盛山 12:45 発 51～登山口 13:43

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、
山で感じたこと、その他、どんどん原稿をお書きください。

原稿は必ずこの点線の枠内をお願いいたします(A4)サイズ、
上余白2.5cm、下余白3cm、左右余白各2.0cm)。



編集後記

高山植物「お花畑」消滅か

衝撃的な新聞記事があった。5月27日発行の京都新聞に『国立環境研究所が北海道の大雪山国立公園を対象とし、植物の分布調査結果、気温や積雪のデータを基に、植物の育成に適した面積の推定する統計モデルを作成した』その報告では、雪田草原に生育するチングルマ、風衝草原・荒原植生に生息するコマクサなどの高山植物が2050年あたりで消滅するという。

中部山岳帯も同じで、長野県環境保全研究所は2019年、『現状の温室効果ガス排出が続けば今世紀末に北アルプスの高山植物が大幅に減り、高山植物を食物とするニホンライチョウの生殖地もほぼ無くなる』と報告している。温暖化で高山帯にササ群落が拡大し、逃げ場をなくした高山植物やライチョウが消滅するというのである。現在の四国山地のように北海道の山や中部山岳帯がササに覆われる時代が間近に迫っている。

三鍋敏郎

ポンポン山 第406号 2023年6月17日発行

代表者 柴田 武徳

編集・三鍋敏郎

印刷・製本・発送 佐々木さん

9月号の編集者 第407号 三鍋 〆切 9月11日(月) 印刷9月16日(土)

「原稿送り先」 toshi38380101@gmail.com

PDFでも可能

9月号 やまびこ 田中さん

印刷・製本・発送 阪上さん



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)

20 2023年6月17日発行