こめつつじ

だるま朝日（高知県）

２０２４年　１　月号

ＮＯ　５１１

善通寺山の会
YAMANOKAI

１２月２日（土）納山祭　（塩入温泉にて）

「会長のあいさつでスタート」

「乾杯～！」

「M さんによる、うどん講習会」

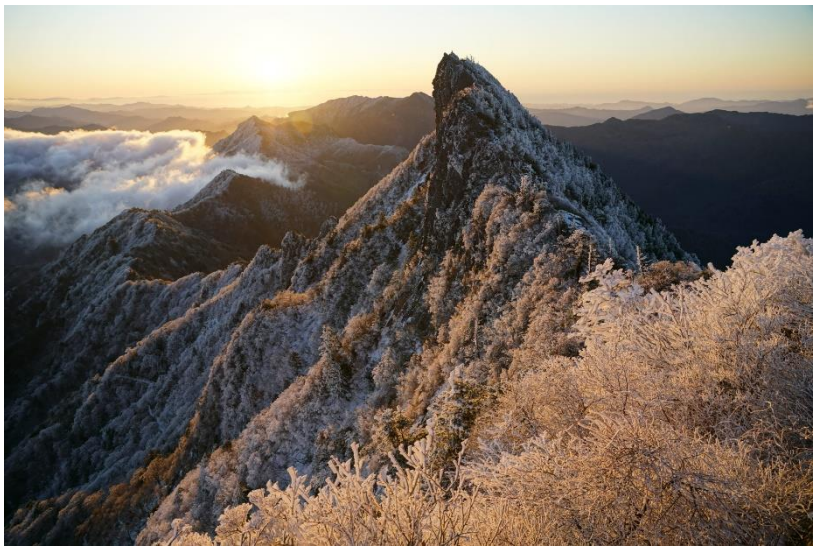
持ち帰ったうどんは、美味しかったです。

定例山行案内

石鎚山 1982m

■日　程　：　２０２４年1月２８日（日）日帰り
■目　的　：　雪山経験のレベルアップ
■場　所　：　愛媛県西条市
■
■準備会　：　２０２４年1月１２日（金）１９：３０～　事務所
■体力度　：　３★★★☆☆（初級～中級）
■技術度　：　C★★★☆☆（初級）

四国の最高峰の石鎚山に成就社までロープウェイで登って、そこから山頂をめざします。雪山ハイキング等を経験した次のステップとして白銀の世界が歓迎してくれるでしょう



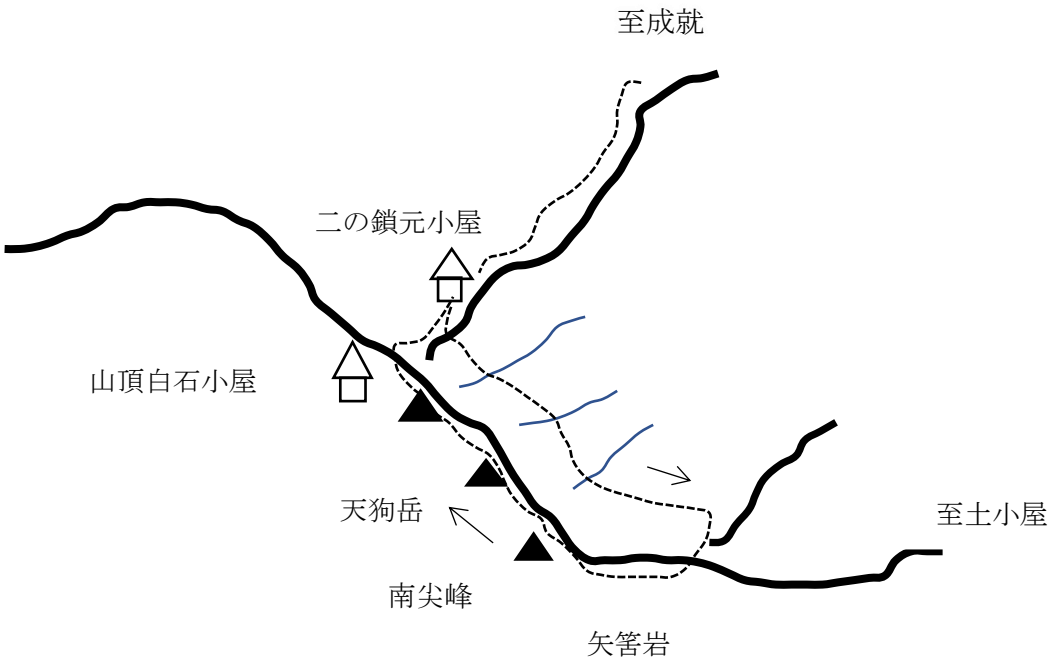
定例山行案内

石鎚山(1982m)東稜ルート

■日　程　　2024 年　1 月　27~28 日（土～日）
■目　的　　雪山技術のレベルアップ
■場　所　　愛媛県西条市
■
■準備会　　1 月 15 日（月）19：30～　事務所にて
■体力度　　４★★★★☆（中級）
■技術度　　E★★★★★（中級～上級）

昨年ラッセルの為、時間切れとなったルートのリベンジです。一日目は西之川からロープウェイにて成就社経由で二の鎖手前の避難小屋かテント泊で泊まります。二日目は東稜を登り山頂を目指します。

概念図



定例山行案内

三平山(みひらやま) スノーシュー山行

※「氷ノ山」から変更しました。

■日　程　　2024年2月4日(日)

■目　的　　雪山に親しむ

■場　所　　三平山(1,010m)

■グレード　　体力度：2★★☆☆☆（初心者～初級）

　　技術度：B★★☆☆☆（初心者～初級）

■

■準備会　　於事務所、1/16(火)、19：30～

「三平山」は蒜山高原の西端にあり、標高差も少なくなだらかな山で、スノーシューを楽しむのによろしいようです。天気が良かったら、山頂で暖かいお汁粉なんかを作るのもいいかなと思っています。寒い場合には、早めに降りて温泉ってのはいかがでしょうか？

冬山装備が必要です。(アウターは雨具でもOK。ピッケル、アイゼンは要りません。スノーシューかワカンが必要ですが、借りられるかもしれません。)

詳しくは準備会で打合せしましょう。

※山と渓谷オンラインにスノーシューの説明があります。

https://www.yamakei-online.com/yama-ya/detail.php?id=2841

定例山行案内

大山弥山尾根　（S－Ⅱ）

■日　程　　2024 年 2 月 10 日(土)、11 日(日)
■目　的　　雪山レベルアップ
■場　所　　伯耆大山　弥山尾根
■グレード　　体力度：3★★★☆☆（初級～中級)）
　　技術度：D★★★★☆（中級）
■
■準備会　　於事務所、1/23(火）、19：30～

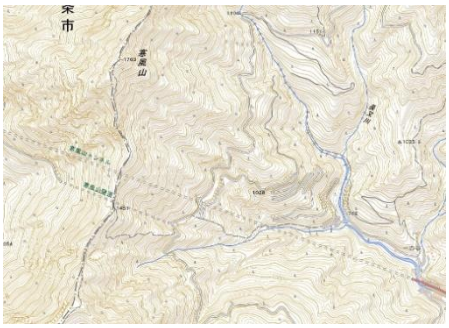
大山北壁の入門コース。元谷から弥山にダイレクトに登れる快適なルートですが、急斜面を登高する力と最低限のロープワークは必要です。

定例山行案内

寒風山(1,763m)

■日　程　　2024 年　2 月 11 日（日）
■目　的　　初級冬山を満喫する
■場　所　　愛媛県　西条市
■
■準備会　　1 月 24 日（水）19：30～　事務所にて
■体力度　　2★★☆☆☆（初心者～初級）
■難易度　　Ｂ★★☆☆☆（初心者～初級）

当初の年間計画にはなかった初級冬山（寒風山）です。登山ルートは、旧寒風山トンネル南口（標高 1,130）から桑瀬峠（標高 1,450）を経由して山頂（1,763m）を目指します。標高差は 600m余りであり、夏であれば簡単な山ですが、冬山なので油断は禁物です。危なそうであれば途中で引き返すこともできますので、冬山を体験したい方は準備会にご参集お願いします。



定例山行案内　西日本の山 ⑫

ふたたびさん
再度山470m

■日　程　　2024 年　2 月　18 日（日）
■目　的　　毎日登山発祥の山を楽しむ
■場　所　　兵庫県　神戸市
■
■準備会　　2024 年 1 月 25 日（木）19：30～　山の会事務所にて
■体力度　　２★★☆☆☆（初心者～初級）
■難易度　　A★☆☆☆☆（初心者）

六甲山系南西部に位置する 再度山（ふたたびさん）を楽しむ山行です。再度山は弘法大師空海が遣唐使として旅立つ前に無事を祈願するために訪れ、帰国後に再度訪れたことから「再度山」と名付けられたそうです。山頂には弘法大師成就の寺として知られている「大龍寺」があります。登山ルートは、善通寺から高速バスと電車を乗り継ぎ新神戸駅まで行きます。新神戸駅からスタートして「布引の滝」を経由して「再度山」まで登ります。帰りは「大師道」と通り元町駅まで歩きます。交通費が約 8,000 円掛かります。

定例山行案内

丸笹山1712m

■日　程　：２０２４年２月２３日(金)
■目　的　：雪山を楽しむ
■場　所　：徳島県剣町
■
■準備会　：２月７日（水）１９：３０～ 事務所にて
■体力度　：１★☆☆☆☆（初心者クラス、歩行時間３時間くらい）
■技術度　：A ★☆☆☆☆(初心者クラス)

剣山の北側に位置する山で、文字通り笹に覆われた山。山頂は広く展望は抜群で、周囲の山々が一望できます。雪がなければ登山口から１時間程。危険個所もなく、初心者向けの山です。積雪が多ければ雪遊びが楽しめると思います。

定例山行案内

高見島　佐柳島

■日　程　　2024年　２月　２５日（日）
■目　的　　瀬戸内の島シリーズ７
■場　所　　香川県　多度津町
■
■準備会　　２月８日（木）19：30～　事務所にて
■体力度　　１★★☆☆☆（初心者～初級）
■難易度　　Ａ★★☆☆☆（初心者～初級）

高見島の竜王山（２９７ｍ）　佐柳島の高登山（２４９ｍ）にのぼります。
できれば佐柳島は南から北へ縦走しようとかんがえております。

定例岩トレ案内

岩トレ－10

■日　程　　２０２４年１月２１日（日）
■場　所　　大屋富の岩場（坂出市）
■
■持ち物　　ハーネス、ヘルメット、スリング、カラビナ、ロープ（持っている人）などの登攀道具、昼食など

定例岩トレ案内

岩トレ-11

■実施日：２０２４年2月２５日（日）９時～１５時
■場　所：大屋富の岩場（坂出市）
■

　定期的に実施している岩登りトレーニングです。ロープワーク技術の勉強にもなります。準備会は行いませんので、参加希望者は２月２２日（木）までに佐藤なへメール等でご連絡ください。

2023年度の山行、ハイキング、行事の予定

会報に案内を載せている以降の予定です。スケジュールに入れて参加しましょう。

月	日	曜日	山行予定	
3	3	日	瀬戸内の島シリーズ８	
	8－10	金―日	S－2 西穂高	
	10	日	＜拡大山行＞遠見山	
	17	日	瀬戸内の島シリーズ９	
	24	日	＜拡大山行＞横倉山	
	24	日	岩トレー12	
	31	日	西日本の山 13	
4	7	日	総　会	

上記予定は変更になる可能性もあります。

定例山行報告

女木島　タカト山 216m日蓮山 153m鷲ヶ峰 186.8m

■日　程　　2023 年　11 月　26 日（日）　晴れ
■場　所　　香川県高松市
■目　的　　鬼が島で鬼探検をする
■参加者　　8 名

■費用　　走行距離　144km　710 円/人　フェリー代　740 円/人（往復）
　　鬼ヶ島大洞窟入場料　600 円/人

コースタイム

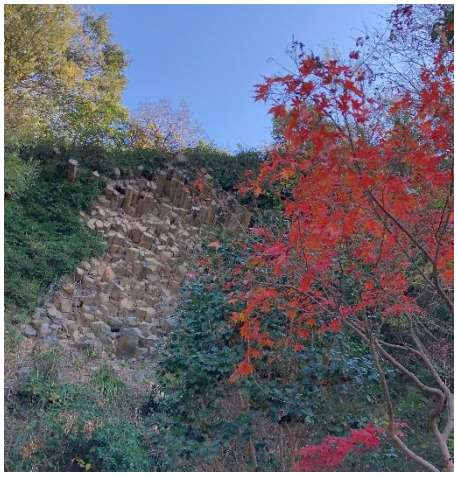
事務所 6：30 出発＝＝＝高松港 8：00～～8：20 女木港 8：30・・・9：10 女木灯台 9：20・・・登山口・・・10:00 タカト山 10:15・・・10:50 日蓮山・・・11：20 鬼ヶ島大洞窟 11：45・・・12：00 鷲ヶ峰 12：15・・・13：10 女木港 13：20～～13：40 高松港・・・15：00 事務所

高松港から 8:00 発のフェリー「めおん号」に乗る。釣り人さん達でほぼ満席。あっという間に 20 分の船旅が終わり、女木島(別名・鬼ヶ島)に到着。サンポートや高松の街が意外と近くに見える。防波堤にずらりと並んだカモメのオブジェがお出迎え。風が吹くとクルクルと方向を変えて可愛らしい。港でラジオ体操をして出発する。車道を海沿いに歩くと大きな石垣が見えてくる。「オーテ」と言い、冬の強い風から集落を守る為に作られたそうだ。島の最南端の女木島灯台まで車道を 30 分ほど上ったが、車は全然通らなかった。車道の脇では、所々でかわいい鬼の石像が指差しをして、道案内をしてくれている。そして真っ白な灯台の下で衣服調整をして一休み。今日は「真冬なみの寒気が流れ込む」と言われていたのだが、風もなく暖かい。

タカト山は低山とは言え、登山口からなかなかの急登だった。登山道はあるのだが、トゲのある枝やツルが伸びている。先頭やハサミを持ったメンバーがチョキッと枝を切ってくれるので後に続く者は通りやすく、ありがたい。それでも服やザックには「ひっつき虫」がたくさん付いていた。

40 分ほどで山頂に到着。目の前に広がるうろこ雲と、霞に包まれた屋島が見えて感動。ここからは尾根道を歩いて日蓮山へ。だんだんと山の上に大きな日蓮上人の座像が見えてくる。頂上では岩場を少し登り日蓮上人の像の周りを一周回ってみた。

鷲ヶ峰へ向かう途中で、鬼の洞窟（奥行 400m）へ寄る。桃太郎伝説で鬼が逃げ込んだ洞窟と言われている。外国人客も多いそうで係の人が「スリートゥーワン、スマイル～」と言って集合写真を撮ってくれた。背を低くして洞窟へ入って行くと、うす暗い中に「鬼の大広間」や「会議室」「宝庫」などの部屋があり赤鬼や青鬼たちが出迎えてくれる。瀬戸芸の一環で 3 千人の中学生が作った鬼瓦も飾られており、個性豊かなオニノコ達の顔を見比べるのも楽しかった。洞窟の出口の上にみごとな柱状節理があり、五角柱がドーンと突き出ていて、



男木島のそれよりもはっきりと確認できた。その後、鷲ヶ峰頂上でゆっくりと昼食をとった。展望台からは瀬戸内海が 360 度一望でき、目の前には男木島、反対側にはさっき登ってきたタカト山の三角形の姿が見えた。やっぱり瀬戸内海の景色は穏やかで美しいなぁ。特に今日はお天気に恵まれ、なおさらだ。下りは車道を通り、所々ショートカットできる道を探して、海岸まで下りてきた。フェリーの時間まで、集合時間を決めて港の周辺を自由に散策した。恋人岬と言うロマンティックな名前の海岸を歩いたり、鬼の館でお土産を見たりした。そして 13：20 の「めおん号」に乗り込み、帰路に着いた。鬼探検をしながら、のんびりと豊かな時間を過ごせた一日だった。

定例山行報告　瀬戸内の島シリーズ

仙酔島　小弥山・中弥山・大弥山

■日　程　　2023 年　12 月　10 日（日）　晴れ
■場　所　　広島県　福山市
■目　的　　鞆の浦や瀬戸内の島々の眺望を楽しむ
■参加者　　10 名

■費　用　　3,690 円/人　224 キロ

コースタイム

山の会事務所 7：00＝＝8：50 鞆シーサイドホテル駐車場 8：55…9：00 市営渡船乗り場 9：10〜〜9：15 仙酔島桟橋 9：30…9：40 御膳島…10：02 小弥山…10：23 中弥山…10：45 大弥山 11：13…11：40 赤岩展望台…12：00 彦浦…12：13 仙人ヶ丘…12：45 仙酔島桟橋 12：55〜〜13：00 市営渡船乗り場…鞆シーサイドホテル駐車場…鞆の浦町並み散策…駐車場 14：55＝＝17：00 善通寺山の会事務所　反省会後解散

肌寒い空気の中、一路福山に向かう。福山東インターを降りると、鞆の浦まで一直線。朝早いからか、自動車も少ない。海岸が見え始めると、心がウキウキする

仙酔島にわたる船（平成いろは丸）は 20 分おきに出ており、乗船時間わずか 5 分である。サイズは小さいが、蒸気船を思わせるような黒い船である。潮風が心地よく、島旅気分を味わう。

仙酔島に渡り、まずは、島の東端、御膳山をめざす。ゆるやかな遊歩道を抜けるとあっという間に展望台に到着する。対岸には、弁天島や鞆の浦が間近に見える。トンビが空をゆっくり回っている。思わず、「♪とべとべとんび、そらたかく…」と口ずさむ。

ここからは、仙酔島一のビュースポット大弥山をめざし、小弥山・中弥山を登っていく。仙酔島には仙人が住んでいたという伝説があり、「仙人が酔う程に美しい島」というのが島の名前の由来だと言われている。山頂の東屋からの風景は、瀬戸内海の美しさを凝縮したような趣がある。

大弥山にて早めの昼食をすませ、島の西南に向かい、海岸まで歩く。砂浜は美しく、海の水は澄んでおり、夏には多くの海水浴客でにぎわうのが納得できる。残念なことに、海岸線沿いの遊歩道が、現在通行止めになっており通ることができなかった。

もう一度山側の道に戻り、広いキャンプ場を抜けて桟橋近くまで戻ってきた。

平成いろは丸にて鞆の浦に戻った後は、みんなでたい焼きを食べて、鞆のシンボルである常夜灯を見学した。その後、情緒あふれた古い町並みを思い思いに散策した。

日中は、12 月とは思えないような小春日和で、のどかでまったりとした時間を満喫した一日となった。

定例山行報告

伯耆大山（1709m）

■日　程　　2023 年 12 月 16 日（土）17 日（日）
■場　所　　鳥取県　大山町
■目　的　　雪山の基礎技術の向上
■参加者　　7 名

■費用　　走行距離 377.4km　7,100 円

12 月 16 日（土）雨のち曇り

6:00 出発 ＝善通寺 IC＝溝口 IC＝8:45 南光河原駐車場着 9:10 発 … 11:00 元谷避難小屋…11:40 ビーコン講習 … 12:30 ロープ講習 14:00 … 夕食 … 20:00 就寝

待ちに待った冬山シーズン到来で恒例の大山山行だ。しかしこの時期は天候が気になる。今年も地球温暖化が冬山に影響しているようだ。大山町の南光河原駐車場に着いたが全く雪は無く、小雨の中のスタートとなった。各自がリーダーとなったつもりで、危険個所を確認しながら歩く。大神山神社経由で元谷まで来たが全く雪は無い。そしてここまでの危険個所について話し合った。＜雨のため木道の滑り＞＜下りの木の階段で滑り、踏み外しによる転落＞リスクに対する感度を上げていきたい。

午後は「ビーコン講習」と「ロープ講習」を行う。元谷の河原に出て、まずはビーコンの操作方法を習った。その後、実際に各自がビーコンを使って、捜索練習を行った。雪崩遭難者の救助のためにはスピードが大事だ。ビーコンを受信モードにして、発信機までの距離が「5～6m」になるまで素早く近づいて行く。そこからは、地面すれすれまで高さを低くして「1m」を切り、最小値になるポイントを探す。雪山登山では重要な技術である。1 時間程実習を行い、気温が下がってきたので、小屋の中でロープ講習を行うことになった。＜立ち木へのロープの固定方法と引き上げ方法＞＜カウンターバランスを利用した引き上げ＞毎度の事ではあるが、ボウラインノットとバタフライノットは出来るようにする。これにて本日の講習は終了。小屋の中も冷えてきたので、温かい飲み物で開宴となった。頃合いを見て鍋の準備も始めた。皆で鍋を囲むのは楽しい。小屋は貸切り状態で、気兼ね無く楽しめる。時より窓をノックするような風の音に驚かされる。雪も降り始め、風も強くなってきた。明日の天気が心配…。20 時に就寝となった。

12 月 17 日（日）雪

5:30 起床 7:00 出発…8:40 六合避難小屋…10:00 弥山頂上 10:30…12:20 元谷避難小屋 12:50…13:45 南光河原駐車場 ＝ 17:30 事務所着

朝、外は真っ白。雪は 20cm 以上積もっている。風が心配だ。新雪の中をアイゼン無しでスタートした。雪はまだまだ積もりそうだ。先頭リーダーを交代しながら進んで行く。つま先で雪を蹴り込んで登って行く。出発から 1 時間 40 分で、六合避難小屋に到着した。休憩後先に進む。八合目まで来たが、まだ風は大丈夫だ。雪の凍結は無く、アイゼン不要と判断して進む。やはり風が強くなってきた。吹きさらしの尾根に出ると、更に風の強さ・冷たさを感じるが頂上を目指せそうだ。木道に出ると凍った所が出てきた。滑らないように注意する。視界も悪くなってきた。ゆっくり足元を確認しながら進む。そして 10 時に頂上に到着した。「うれしい！」集合写真を撮り、避難小屋へ駆け込んだ。小屋の気温が-12℃。甘～い紅茶を飲む。「至福のひととき」である。エネルギー補給を行い下る準備をする。凍った木道での転倒リスクを考え、アイゼンを装着する。小屋の外でのアイゼン装着も厳しい作業だ。素早く確実に出来る技術が必要だ。凍った木道を一歩一歩進んで行く。下りは向かい風となり、強風と雪が顔めがけて吹き込んで来る。木道を越えると、ワイヤーが飛び出ている階段エリアに入る。アイゼンの引っ掛けに注意。八合目まで下ると風も弱まり、気温の上昇も感じる。ここでアイゼンを外す。下りは正しく足を運ばないと滑ってしまう。エッヂを効かせながら下る。段差がある所は、横向きになり下る。体に覚え込ませたい。そして六合目避難小屋を越えて、元谷小山で降りて来た。元谷周辺は風も強く横殴りの雪が降っている。寒波が予想より後ろにズレたのだろうか？そのおかげで登頂することが出来た。元谷小屋の掃除を行い、駐車場まで戻って来た。

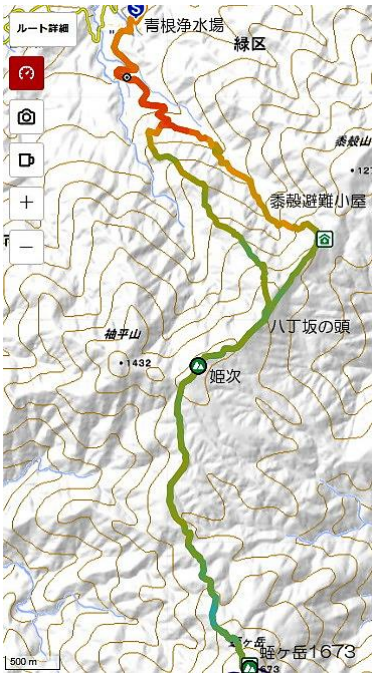
今回の山行では、冬山装備の役割を知って正しく使う。メンテナンスも重要。という事を学んだ。そして最も重要で難しいのは、天気を予想する。特に気温と風。冬山は勉強することが山ほどある。

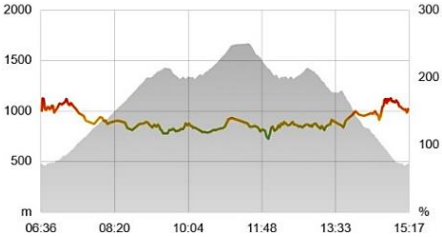
個人山行報告

丹沢蛭ヶ岳 両神山 筑波山 天城万三郎岳

■日　程　　2023 年　12/05 火-12/08 金
■場　所　　神奈川県相模原市緑区足柄上郡山北町 埼玉県秩父郡小鹿野町秩父市
茨城県石岡市つくば市 静岡県伊豆市賀茂郡東伊豆町
■目　的　　深田百名山を参考に日本各地の山に登る　　■参加者　１名
■費　用　　ETC 約４万円　ガソリン代約２万円　約 2000 ㎞(1922 ㎞+α)

12/05-06 水 晴れ 善通寺 1300=山陽道･新名神･第２東名･新御殿場 IC=相模原市緑区青根登山口 2300 車中泊 635→930 姫次→1105 蛭が岳 1135→1255 姫次→1330 きびがら(黍殻)避難小屋→1515 青根登山口=2200 埼玉県小鹿野町丸神の滝 P





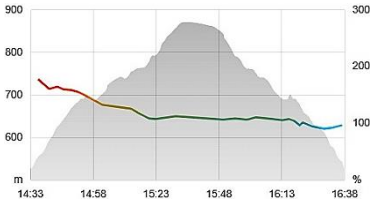
丹沢山地には別に丹沢山があるが，今回は最高峰の蛭が岳 1673m をめざす。登山口付近は工事中なので少し下の浄水場 P に車を置き車内で寝袋で寝た。朝方雨がぱらついたがすぐに止み，八丁坂の頭に向かって登り始める。稜線に出ると東海自然歩道に合流。50 年前に西の端箕面-高槻，今年 10 月に高尾山，今回は丹沢山地を通る東海自然歩道最高地点を歩いたことになる。神奈川+東京で四国の 5 倍の人口がある割にはすいていた。ここもシカの害がひどいようで柵がめぐらされている。最高峰蛭が岳に到着。富士山がよく見える。山頂の小屋は営業中。帰りは黍殻無人小屋に寄って下った。次があるかわからないが縦走時に使えそう。小屋からの道は下の方がかなり荒れていた。

12/07 木　晴れ しろいざす(白井差)小屋 655→715 昇竜の滝→925 両神山→1105 しろいざす小屋=1430 筑波山つつじが丘ロープウエイ乗り場 P→1530 筑波女体山→1635 ロープウエイ乗り場 P=2230 天城高原ゴルフ P

両神山は岩山で事故が結構多く，死んだり足が腐ったが助かったという例もある。今回のしろいざすルートは山の持ち主が固定資産税･相続税を迫られ，事前予約 1000 円有料制にした。よく管理されこのルートでは死なせていないとのこと。登山口での説明，

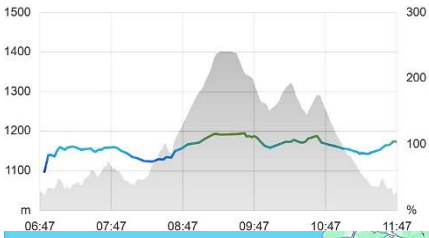
地図貸し出し記念バッジまで付き，お買い得と思う。昇竜の滝を経て順調に高度を稼ぐ。ここは特にシカが多く行列状態。ササや下草を食べてしまっているが木の皮はまだ無事。稜線に出ると岩場鎖場になり無事登頂。やや雲は多いが視界良好。

午後時間が空いたので関東平野を横断し筑波山へ向かった。ロープウエイ駐車場から遊歩道の階段を登った。山頂は風が強い。影つくば？や霞ケ浦をみることができた。富士山の夕焼けもみごとだった。東京のど真ん中を通過し伊豆に向かう。



12/08 金 晴れ 天城縦走登山口 645→920 あまぎばんざぶろうだけ(万三郎岳)→1035 ばんじろうだけ→1145 登山口=大室山山麓 1240=第２東名･名阪道･明石鳴門=2240 善通寺

天城山登山口は 1000m を越えており寒い。登山者は多い。このシャクナゲルートは土砂の浸食が激しく木の段がハードルになりまたぐため時間がかかった。木が茂り視界はあまり良くない。下の方に大室山が見えたので帰りに寄ってみた。スコリア丘というプリンの形をした単成火山である。頂上へのリフトが停止しており，計画書なしのやぶ漕ぎ強行突破はまずいので今回は登頂せず。

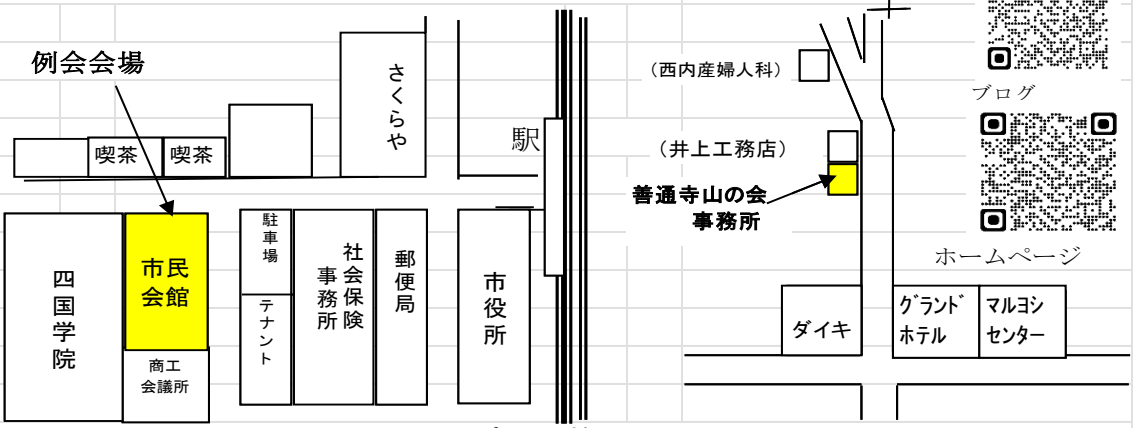


名神が渋滞 140 分のため名阪国道経由で帰った。日本の西南はずれの四国に住んでいるとアプローチが長い。日本の面積重心は能登半島禄剛崎沖海上なので父親の出身地の糸魚川に住めば近くなる。

1月			2月		
1	月		1	木	例会
2	火		2	金	
3	水		3	土	市民会館まつり
4	木		4	日	三平山
5	金		5	月	
6	土	三嶺縦走	6	火	
7	日	瀬戸内島⑥因島	7	水	丸笹山準備会
8	月		8	木	高見島準備会
9	火	会報部会	9	金	
10	水	山行部会	10	土	S-2大山弥山尾根
11	木	例会	11	日	寒風山
12	金	石鎚山準備会	12	月	
13	土		13	火	
14	日	箸蔵街道	14	水	山行部会
15	月	石鎚東稜準備会	15	木	運営委員会
16	火	三平山準備会	16	金	
17	水	事務局会議	17	土	救助隊大山
18	木	運営委員会	18	日	西日本12
19	金		19	月	
20	土		20	火	
21	日	西日本⑪横倉山・岩トレ10	21	水	事務局会議
22	月		22	木	
23	火	大山弥山尾根準備会	23	金	丸笹山
24	水	寒風山準備会	24	土	
25	木	再度山準備会	25	日	瀬戸内島7高見佐柳島・岩トレ11
26	金		26	月	
27	土	石鎚東稜	27	火	
28	日	石鎚山	28	水	
29	月		29	木	
30	火	会報部会			
31	水				

◆月会費:1,100円　入会金:1,000円

◆申し込み・問い合わせ先　☎(0877)22-0036　佐藤



こめつつじ　No511

発　行:善通寺山の会　会報部　　発行日:2024/1/9

住　所:香川県善通寺市下吉田町143-1　　ＴＥＬ:(0877)62－9965

発行人:三野　　編集責任者:村上しのぶ