

SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC

新ハイキングクラブ
横浜支部ニュース

No.781 2024年10月号

SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC

発行日	2024年10月9日(水)
発行者	新ハイキングクラブ 横浜支部
支部長	足立 忠彦 ☎ 080-1192-9122
ホームページ	https://yokohama-shc.com/
Eメール	t.adachi9644@jcom.zaq.ne.jp



「秋の白駒池」 鈴木 早苗 さん

《支部山行計画》

横浜の10月15日 《日の出》5:48 《日の入》17:06

第2938回	はっかいさん (日程変更版) 八海山 (1778m)	(⑤健脚向き)
--------	-------------------------------	---------

期日	10月19日(土)～20日(日) 1泊2日 (雨天中止、10月17日(水)20時までにメール連絡)
集合	上越線越後湯沢駅新幹線改札口 9:10 横浜駅 7:06 東海道線宇都宮行→東京 7:33/7:48 新幹線とき 305号新潟行→越後湯沢 9:05/9:14 (ほくほく線直江津行)→六日町 9:31/9:40 越後観光バス八海山スキー場行=バス= 八海山スキー場 10:09 着
コース	1日目: 山口バス停…八海山スキー場=ロープウエー=ロープウエー山頂駅…四合半…女人堂…薬師岳…千本檜小屋(泊) tel:080-5079-3375

2日目:宿 6:00 …八ツ峰(地蔵岳、不動岳、七曜岳、白河岳、釈迦岳、摩利士支岳、剣ヶ峰、大日岳)…入道岳(1778m)7:15/7:25…迂回路…千本檜小屋 8:35/8:55…女人堂…ロープウエー山頂駅 11:10/11:40=ロープウエー=八海山スキー場バス停 13:25 発=バス=六日町駅 13:54/14:20 ほぼく線越後湯沢行→越後湯沢 14:38/15:12 新幹線とき324号東京行(自由席) →大宮 16:03 高崎線小田原行→横浜 17:13 着

実歩行時間 1日目:約2時間45分 2日目:5時間30分

費用 約27,500円(横浜駅起点) ジパンダ 22,700円

電車:横浜～六日町 8,090円(往路)、六日町～大宮～横浜 7,880円(復路) バス:六日町～八海山スキー場 450円×2=900円 八海山ロープウエー 2,600円(往復) 千本檜小屋 8,000円(2食付き)

地図 昭文社「越後三山」 国土地理院地図 2.5万図 五日市、八海山

山行係 小澤勝太郎 tel:**** Eメール:****

申込み 10月9日(例会)まで

持ち物 弁当2食、非常食、飲料水、雨具、灯具、帽子、ストック、防寒衣、手袋、帽子、あればヘルメット、(好みでインナーシート、枕、エアーマット)、虫避け

その他 八海山は越後駒ヶ岳、中岳を含む越後三山の一座です。古くから山行信仰の山として多くの信者が登ってきた霊山です。険しい岩峰からなる山頂部の八ッ峰がこの山の象徴とされています。八ッ峰は鎖、梯子が連続するため、迂回コースを歩きます。八海山トレッキングガイド図は大日岳(1720m)までになっていますが、今回はその先の入道岳(最高峰 1778m)まで行き、そこから往路と同じコースをロープウエー山頂駅に戻ります。鎖場、ハシゴがあるため参加者数は合計で7名までとします。

第2939回 たま
多摩よこやまの道 (②一般向き)

期日 10月22日(火) 日帰り (雨天中止)

集合 小田急線唐木田駅改札口 9時30分

※横浜駅(湘南新宿ライン)8:09→武蔵小杉 8:20→南武線 8:33→登戸 8:50→小田急快速唐木田行き 8:58→9:19 唐木田着

コース 唐木田駅…唐木田公園…よこやまの道(東順路)…中坂公園…スダジイの木…一本杉公園(昼食、WC)…妙櫻寺…防人見返りの峠…瓜生黒川街道…セレサモス(農産直売所)…鶴川街道…小田急多摩線黒川駅

実歩行時間 約4時間30分

費用 横浜起点、往復約1,500円

地図 昭文社都市地図「川崎市」係が資料を用意します。

山行係 谷真理子 TEL:**** Eメール:****

申込み 10月19日(土)まで

持ち物 弁当、飲料水、雨具、灯具、帽子、手袋、日焼け対策、その他

その他 見返りの峠は標高145mの位置にあります。万葉集の時代、防人として西国に徴兵されて行く人々が、この峠で振り返って去り行く故郷を思って涙したと言われています。秋空の下を楽しく、ゆっくり歩きましょう!

第2940回 てんぐやま おとこやま
天狗山 (1882m)・男山 (1851m) (③一般向き強)

期日 10月24日(木) 日帰り (雨天中止)

集 合	小田急線海老名駅改札西口方向の左階段下の道路上ワゴン車 6:45 ※小田急線西口をJR相模線方向へ歩き、駅手前の海老名文化会館標識の左側階段を下りた所
コース	海老名駅発 6:50 発＝ワゴン車＝馬越峠 9:50/10:00…75…天狗山…60…垣越山(昼食)…60…男山…30…林道出会…60…男山登山口 16:20＝ワゴン車＝海老名駅 19:30
実歩行時間	約 4 時間 45 分 歩行距離約 8.0km
費用	約 6,500 円 (ワゴンタクシー 50,000 円、高速道路代往復 7,640 円) 但し定員 9 名参加の場合
地図	昭文社「金峰山・甲武信」
山行係	若生典男 Tel:**** Email:****
申込み	10 月 18 日(金)まで 但し定員 9 名(8 名募集)になり次第締切り
持ち物	弁当 1 食、飲料水、雨具、灯具、行動食、防寒上着、その他(ストック、常備薬など個人必需品)
その他	チャートが隆起してできた岩稜の山です。今回はワゴンタクシー利用で天狗山から男山へ縦走します。縦走する尾根道は岩場が多くロープ設置や痩せ尾根通過など、変化に富んだコースとなっています。しかし少々険しい岩場を抜けて山頂に立つと天狗山も男山も 360 度の大展望が待っています。時期が合えば、山肌の紅葉を味わえるかも知れません。

第 2941 回	古城址巡りその 12	しろいじょう 白井城と城下・白井宿	しろいじゆく (②一般向き)
-----------------	-------------------	-----------------------------	--------------------------

期 日	10 月 25 日(金) 日帰り (雨天中止)
集 合	上越線渋川駅 8:55 (上野東京ライン横浜発 5:53→8:15 高崎 8:25→8:50 渋川)
コース	渋川駅バス乗り場⑤ 9:02=9:10 国町…薬師堂…玄棟院・金毘羅廓…城山不動…白井城址・本丸…笹廓下…源空寺…愛宕神社…白井宿通り…北木戸…南木戸…吾妻新橋…渋川駅(解散) 14:22→新前橋→高崎→17:13 横浜
実歩行時間	約 3 時間 30 分
費用	5,280 円(横浜起点)(往復ジパング使用 3,700 円)+バス 250 円
地図	渋川 鯉沢(2万5千) ユーチューブなどあり 参考本:新ハイキング社 内田栄一著「古城址ハイキング」(平 28)
山行係	◎芹沢隆久 tel:**** Eメール:****
申込み	10 月例会(10/9)又は 10/21 まで
持ち物	昼食、雨具、ウォーキングシューズで可、その他
その他	白井城は利根川と吾妻川の合流点の要害に築かれた平山城、白井長尾氏の始祖景仲が築城。戦国時代は上杉、武田、北条と目まぐるしく支配され、小田原征討・天正 18 年(1590)の時、豊臣氏により開城、江戸時代は本多氏が城主となった。寛永元年(1624)廃城、城からは子持山、小野子山、榛名外輪山、赤城連山などの望岳ポイント。白井宿は南北約 800m。

第 2942 回	三浦半島西海岸を歩く	ずし かまくら 逗子～鎌倉前半	(②一般向き)
-----------------	-------------------	---------------------------	----------------

期 日	10 月 27 日(日) 日帰り (少雨決行)
集 合	京浜急行 逗子葉山駅 南口改札(葉山口) 9:30 ※JR 逗子駅からは徒歩 5 分
コース	逗子葉山駅…逗子海岸…披露山…大崎公園…小坪漁港…逗子マリーナ…鎌倉材木座海岸…由比ヶ浜…稲村ヶ崎 (解散)
実歩行時間	4 時間半
費用	720～710 円(横浜～逗子 360 円、横浜～逗子葉山 350 円、鎌倉～横浜 360 円)
地図	案内は当日配布

山行係 佐藤哲夫 メール:**** 携帯:****

申込み 10月25日(金)まで

持ち物 弁当、飲み物、雨具、行動食

その他 足立支部長が横須賀・三浦海岸線シリーズの長者ヶ崎まで歩いています。その後を引き継ぎ、葉山から江ノ島までの海岸線を3回に分けて歩きます。その第2回目です。江ノ島・天城山・箱根・富士山を遠望し、逗子海岸では「太陽の季節」、「不如帰碑」碑を経て高低差80mの披露山を登り、小坪漁港・逗子マリーナから鎌倉に入り 材木座海岸・由比ヶ浜海岸・稲村ヶ崎まで、各所を見聞する。

第 2944 回 いしがきやまいちやじょうまつ
石垣山一夜城祭り (262m) (②一般向き)

期 日 10月27日(日) 日帰り (雨天中止)

集 合 JR 東海道本線 早川駅 改札口 10:00

※横浜駅 8:44 発東海道本線(小田原行き)→早川駅 9:45 着

コース 早川駅 10:10…海蔵寺…石垣山一夜城 11:10…早川石丁場群…太閤橋…生命の星・地球博物館 14:00(解散)…入生田駅

実歩行時間 約 2.5 時間

費 用 約 1,931 円(横浜駅起点、生命の星・地球博物館入館料含まず)
横浜～早川駅 990 円、入生田～横浜駅 941 円 (いずれも IC 可)

地 図 昭文社「箱根」、コース図は各自で用意願います(係からデータを送付します)。

山行係 渡部智寿子 tel:**** Eメール:****

申込み 10月17日(木)まで

持ち物 弁当、非常食、飲料水、雨具、灯具、帽子、ストック、防寒衣、手袋、その他日帰りハイキングに必要なもの

その他 生命の星・地球博物館が 30 周年を迎えます。石垣山一夜城祭りに合わせてハイキングを企画しました。初めての企画なので募集人数 10 名まででお願いします。

(参考資料)

箱根ジオパーク https://www.hakone-geopark.jp/geotourism/03toyotomi_vs_hojo/

生命の星・地球博物館(入館料)

<https://nh.kanagawa-museum.jp/www/contents/1598637938849/index.html>

第 2945 回 にしぎわけいこく
西沢溪谷 (②一般向き)

期 日 10月31日(木) 日帰り (雨天中止、実施 2 日前に実行の可否を連絡します。)

集 合 JR中央本線 塩山駅南口改札 9:00 ⇒9:05 発のバス(約 1 時間、1220 円)に乗車

※横浜 6:54→八王子 7:57/8:02 特急あずさ 3 号→塩山 8:53

コース 山梨交通バス 9:05=バス=10:05 西沢溪谷入口 10:05…30…10:45 西沢山荘 10:50…20…三重の滝…10…人面洞…10…竜神の滝…5…恋糸の滝…10…11:45 母体淵(昼食)12:25…25…七ツ釜五段の滝…5…不動滝…15…13:10 旧森林軌道 13:20…35…大久保沢…30…14:25 ネットリ大橋 14:30…20…14:50 西沢溪谷入口=バス=塩山駅 (解散)

※西沢溪谷入口バス発車時刻 14:40(15:40 塩山着) or 15:40(16:40 塩山着)

※特急かいじ 40 号:塩山 16:28→横浜 18:29 特急あずさ 44 号:塩山 17:17→横浜 19:17

実歩行時間 約 3 時間

費 用 横浜駅起点の交通費 8,440 円

横浜⇄塩山：(1,980 円+1,020 円)×2=6,000 円、バス：1,220 円×2=2,440 円

地図	昭文社「金峰山・甲武信」 ※コース地図は係が用意します。
山行係	小嶋幹雄 電話：**** メール：****
申込み	10月24日(木)まで
持ち物	昼食、予備食、水、ストック、手袋、帽子、灯具、雨具、防寒着、常備薬、その他必要なもの。
その他	日本有数の渓谷美を誇る西沢渓谷。巨大な花崗岩を清流が侵食してできた西沢渓谷には、「日本の滝百選」にも選ばれた「七ツ釜五段の滝」を筆頭に幾つもの滝が織りなし、水の流れはエメラルド色の神秘的なたたずまいに包まれています。渓谷ならではの四季の変化が楽しめますが、紅葉の時期はこの渓谷美を一層引き立ててくれます。西沢渓谷の紅葉のハイシーズンは例年だと10月末からとされているので、10月31日の今回は、なんとか紅葉・黄葉のはしりを楽しめるのではないかと思います。渓谷内は周回コースが設けられており、一周約4時間の行程で、標高差は約300m、溪流と紅葉・黄葉を味わいながらゆっくりと歩きたいと思っています。

第2931回	りゅうがたけ 竜ヶ岳 (1485m)・三方分山 (1422m)	さんぼうぶんさん 三方分山 (1422m)	(③一般向き強)
---------------	---	---------------------------------	-----------------

期日	11月2(土)～3日(日) 1泊2日 (雨天中止)
集合	富士急行線河口湖駅 9:30 横浜 6:03→東神奈川 6:06/6:10(八王子行)→八王子 7:06/7:14→高尾 7:20/7:24 河口湖行→河口湖 9:14 ※横浜 6:49 発で八王子-河口湖間 JR 特急富士回遊 3号利用の場合、河口湖駅着 9:28
コース	1日目 河口湖駅 9:35(富士急本栖湖周遊バス)＝本栖湖 10:32…竜ヶ岳登山口 11:15…石仏(見晴台)12:15/12:45…竜ヶ岳山頂 13:45/14:00…本栖湖 16:00/16:46(バス)＝精進湖 16:56…村浜荘(泊)17:00 2日目 村浜荘 7:00…女坂峠 8:15…三方分山山頂 9:00/9:15…パノラマ台 11:00…パノラマ台下 11:50/11:55(バス)→河口湖 12:45 ※河口湖 13:31→横浜 16:41、河口湖 14:10(特急富士回遊 32号)→横浜 16:41

実歩行時間	1日目：約5時間 2日目：約4時間
宿泊	精進湖畔 民宿村浜荘 山梨県富士河口湖町精進 807 TEL 0555-87-2436
費用	合計約15,400円(JR・富士急運賃約5,400円、ジパングは甲斐大和まで購入すると対象、バス(2日間フリーパス)2,000円(オンライン購入可)、宿泊代(2食付き)8,000円)
地図	昭文社「富士山」 ヤママップ地図「竜ヶ岳、三方分山」
山行係	久保正文 Tel:**** Eメール:****
申込み	10月19日(土)まで、宿の予約人数20名を定員として、以降はキャンセル待ちとなります。※9月末時点で20名に達して今後申し込みはキャンセル待ちとなります。
持ち物	弁当2食、飲料水、雨具・防寒具、灯具、ストック、非常食、その他宿泊山行に必要なもの
その他	竜ヶ岳は今年の干支(辰年)の山です。また、元日にダイヤモンド富士が見られる山としても有名です。三方分山の名前は、かつての三村の境界線を分ける山の意味からきているといわれています。三方分山は希望山行の実施です。2山とも山梨百名山です。

第2948回	かまくら 本部支部合同山行 鎌倉アルプス縦走	(②一般向き)
---------------	----------------------------------	----------------

期日	11月6日(水) 日帰り (雨天中止)
集合	京急 金沢八景改札口 9時30分 9時51分発のバスに乗車

コース 金沢八景バス 9:51＝朝比奈バス停 10:00…十二所 11:25/11:45(トイレ)…天園(昼食)
12:50/13:30…建長寺へ 1.2 キロの分岐 14:40…北鎌倉駅 15:00

実歩行時間 3 時間 30 分

費用 横浜駅起点の交通費 880 円
横浜～金沢八景 320 円、金沢八景～朝比奈 240 円、北鎌倉～横浜 320 円

地図 天園ハイキングコースで検索

山行係 高橋健二 Eメール:**** メール:****

申込み 11 月 1 日(金)まで

持ち物 昼食、予備食、水、ストック、手袋、帽子、雨具、その他必要なもの

その他 鎌倉アルプスのポピュラーなコースで、運が良ければ遠くに富士山がみえるかもしれません。

第 2947 回 ^{ふくじんやま} 鐘ヶ嶽北尾根 ^{かねがたけ} 福神山 (420m)・鐘ヶ嶽 (561m) (③一般向き強)

期日 11 月 9 日(土) 日帰り (雨天中止)

集合 本厚木⑤番バス停 宮ヶ瀬行き 8:30 集合(8:40 乗車)

コース 本厚木駅 8:40＝バス＝清川村役場前バス停(標高 140m) 9:20/9:40…福神山 11:40/12:10…
鐘ヶ嶽 13:10/13:30(浅間神社)…広沢寺温泉入口バス停(標高 99m) 15:00(本厚木駅行きバス
時刻 15:45、16:26、16:46)

実歩行時間 休憩込み 6 時間 約 8.5km

費用 約 2,000 円(横浜駅起点本厚木往復、バス代 580+430 円含)

地図等 昭文社「丹沢」吉備人出版「東丹沢登山詳細図」白山書房「丹沢山紀行」

山行係 ◎桜井素子 Eメール:**** 携帯:****

申込み 10 月 27 日(日)まで

持ち物 昼食1食、行動食、水、雨具、灯具、ストック、防寒具、その他山行に必要な物

トイレ 清川村役場道の駅、鐘ヶ嶽下山口

その他 2024.4.1、雨天中止した山行のコースを一部変更して実施します。鐘ヶ嶽は広沢寺温泉入口から登るのが一般的ですが、今回は清川村役場前から北尾根コースで直接鐘ヶ嶽山頂に登ります。鐘ヶ嶽までは破線ルートですが、昔は一般道だったので藪は殆どなく、立派な案内板も2か所あります。鐘ヶ嶽山頂からは一般ルートで下山します。ミニバリルートに興味のある方とゆっくり歩きたいです。尚、ご希望の方には「東丹沢登山詳細図」コピーを配布いたします。

第 2949 回 ^{おくたま} 奥多摩むかし道 (②一般向き)

期日 11 月 16 日(土) 日帰り 雨天の場合は 17 日(日)に順延

集合 JR 奥多摩駅改札口 8:30

横浜駅 東横線各停(渋谷行) 5:57→武蔵小杉 6:16/6:22 JR 南武線(立川行)→立川
7:07/7:15⑥青梅線(青梅行)ホリデー快速おくたま 1 号→青梅 7:46/7:49 青梅線(奥多摩
行)ホリデー快速おくたま81 号→奥多摩 8:24

コース 奥多摩駅 8:35 西東京バス丹波(タバヤマ)行＝奥多摩湖 8:50/9:00…水根…青目立不動尊…
西久保の切り返し…道所吊橋…しだら吊橋…惣岳(ソウガク)溪谷…白髭神社…いろは楓の
巨樹…不動の上滝…桧村…槐木(サイカチギ)…奥多摩駅 14:00 頃/14:19 発→横浜 16:44 着

実歩行時間 約 3 時間 20 分(観光協会タイム)

費用 約 3,200 円(横浜駅起点)

横浜～奥多摩 1,360 円×2=2,720 円(東横線利用) バス:奥多摩駅～奥多摩湖 390 円

地図	昭文社「奥多摩」
山行係	小澤勝太郎 tel **** Eメール ****
申込み	11月13日(水)例会まで
持ち物	弁当1食、非常食、飲料水、雨具、灯具、帽子、ストック、防寒衣、手袋、その他日帰り登山に必要なもの
その他	この計画は今年2月8日に実施しようとしたところ、積雪により中止した復活版です。奥多摩むかし道は旧青梅街道と呼ばれていた道で、氷川から小河内に達するまでの道です。昭和32年に小河内ダムが完成したことから旧青梅街道が水没し、ダムより下流域では今もそのまま生活道路として、また山中の集落をつなぐ道として利用されており、ハイキングコースとしても整備されていて、今回はこの道を標高600mの奥多摩湖から340mの奥多摩駅まで10kmを、昔の山里の生活を偲びながらゆっくり歩きます。惣岳溪谷で紅葉が楽しめることを期待します。奥多摩駅で解散後、希望者は奥多摩駅から徒歩10分「もえぎの湯」で一浴も可能です。(¥950)

第2930回	笹尾根縦走その3	まるやま 丸山 (1098m)	せんげんとうげ ～ 浅間峠 (840m)	(③一般向き強)
---------------	-----------------	---------------------------	--------------------------------	----------

期日	11月20日(水) 日帰り (雨天中止)
集合	JR青梅線 武蔵五日市駅改札口 8:15 横浜 6:26→武蔵小杉 6:36/6:46→立川 7:33/7:38→武蔵五日市 8:12
コース	武蔵五日市駅 8:22(西東京バス①番のりば/急行都民の森行き)=(0:41)=笛吹入口 9:03/9:15 …(0:20)…登山口…(1:20)…丸山…(0:50)…土俵岳(昼食)…(1:00)…浅間峠…(1:00)…上川 乗バス停 16:28=武蔵五日市駅 17:11/17:21→横浜 19:08

実歩行時間	約4時間30分
費用	4,050円(横浜駅起点の交通費)
地図	昭文社「奥多摩」
山行係	若生典男 Tel: **** Email: ****
申込み	11月13日(水)例会まで
持ち物	弁当1食、飲料水、雨具、灯具、行動食、防寒上着、その他(ストック、常備薬など個人必需品)
その他	笹尾根縦走の3回目です。前回下山した丸山北尾根の標高差約600mを上り返して尾根に上がります。その後はアップダウンがあるものの下り基調の尾根歩きとなり、土俵岳を越えて浅間峠を下ります。6月にスタートして繋いできた笹尾根も季節が廻り、今回は秋色に彩られた尾根歩きを楽しみましょう。

第2959回	忘年山行	えんざん 塩山周辺の山	(①軽ハイキング～③一般向き強)
---------------	-------------	-----------------------	------------------

期日	12月14(土)～15日(日) 1泊2日 (雨天決行、山行は雨天中止)
集合	山梨県甲州市 塩山温泉宏池荘(中央線塩山駅徒歩約10分) 15:00～17:00 ※山行参加者は各山行終了後、宿泊のみの場合は直接宿へ集合
コース	各コース案内参照
実歩行時間	同上
宿泊	塩山温泉「宏池荘」 山梨県甲州市塩山上於曾 1959 TEL:0553-33-2033 JR中央線塩山駅徒歩約10分
費用	合計 約12,000円(宿泊費9,900円(2食付き)、宴会費2,000円/500円(飲酒者/非飲酒者)、但し、昨年の忘年山行以降の入会者は歓迎会を兼ねるため宴会費無料)、交通費は各コース参照で別

横浜～勝沼ぶどう郷(109.5km)1,980円×2=3,960円(1.ジパング往復割引約2,800円、2.休日おでかけパスで大月～勝沼ぶどう郷駅間乗越し3,556円、東神奈川駅以西から乗車の場合、往復普通料金より休日おでかけパス利用が得)、宿泊者は横浜-塩山間往復購入(料金同額)、タクシー約1,000円/人(約4,000円、4名乗車の場合)

地 図	昭文社「大菩薩嶺」、ヤマップ地図「甲州高尾山」
山行係	久保正文 Tel:**** Eメール:****
申込み	12月8日(日)まで
持ち物	弁当1食、飲料水、雨具、防寒具、手袋、灯具、ストック、非常食、積雪状況により軽アイゼン、チェーンスパイク(参加者に事前に要否を連絡、但し積雪が多い場合は中止)
その他	棚横手はぶどうとワインの甲州市勝沼町の北側に広がる山並みの中の一つです。勝沼ぶどう郷駅から登山口の大滝不動尊まではタクシーを利用し、棚横手に登頂後、稜線に沿って甲州高尾山の先から大善寺までのコースを歩きます。天気が良ければ冠雪した富士山、南アルプス、八ヶ岳の雄姿がきれいに見えると思います。2021年3月に実施と同コースを忘年山行Bコースとして実施します。棚横手は山梨百名山の一つです。

たけだけ こさつ しおのやま

Cコース 武田家ゆかりの古刹と塩ノ山(553m) (①軽ハイキング)

期 日	12月14日(土) 日帰り (雨天中止)
集 合	JR中央線 塩山駅南口 11:05 ※横浜9:13→八王子10:03/10:07 特急かいじ11号→塩山10:59
コース	塩山駅11:10=タクシー=恵林寺(昼食)11:20/12:40…45…向嶽寺13:25/13:35…10…塩ノ山登山口…5…休憩所…20…山頂休憩所14:10/14:30…10…休憩所…5…休憩所…5…14:50 登山口…「甘草屋敷」見学後に塩山駅で解散…15:30 塩山温泉宏池荘

実歩行時間	約2時間
費用	約6,870円 (JR横浜～塩山3,000円×2、タクシー代1,480÷4=370円、恵林寺拝観料500円)
地 図	各自、ネット(甲州市ハイキングコース、塩ノ山、恵林寺等)で検索ください。
山行係	小嶋幹雄 電話:**** メール:****
申込み	12月8日(日)まで
持ち物	昼食、予備食、水、手袋、帽子、灯具、雨具、防寒着、常備薬、その他必要なもの。
その他	恵林寺(えりんじ)は、武田家の菩提寺となっており、寺院内には方丈庭園、うぐいす廊下、武田不動尊などがあり、夢窓疎石が手掛けた国の名勝「恵林寺庭園」もあります。バス便が少ないのでタクシーで恵林寺まで行き、帰路は塩ノ山まで歩きます。塩ノ山は甲府盆地の東端にポツンと佇む低山で、「四方から見える山」の意で「しほうのやま」とよばれたことからその名がついたと言われ、塩山という地名の由来にもなっています。標高は553mですが標高差はわずか150m、20分で山頂に登れる山と言われています。麓の向嶽寺とは富士山に向きあう意とのこと。全山がアカマツで覆われており、山梨県の歴史景観保全地区に指定されています。

《支部山行報告》

第2929回報告 羊蹄山・ニセコアンヌプリ

実施日	9月4日(水)～6日(金) 2泊3日 係:小澤勝太郎、記録:小林時子
報 告	<u>1日目(9/4) 晴</u> 羽田8:20出発予定が45分遅れの出発で北海道、倶知安の駅前ホテルを目指す。途中、札幌駅でバスの乗車前に札幌ラーメンの昼食を楽しむ。16:00に倶知安駅近くでレンタカー借用、その後はホテルにチェックインして夕食は倶知安町中のジンギスカンを堪能し、登山前祝いをする。

2日目(9/5) 晴 ホテルより車にて30分ほどで羊蹄山、半月湖登山口に到着。今日のコースは比羅夫コースを登る。涼しい位のひんやり空気で登山日和。気持ち良く樹林の中を歩き始める。2合目位まではハイキング気分で進めていたが、羊蹄山そう甘くない。倶知安の町から眺めた羊蹄山は、立派な独立峰が見られ美しい山容だが、その分ずっと長い距離だ。10合目までほぼ登り坂で厳しい。それでも所々で眺めの良いポイントがありニセコの方から倶知安の町、美しい田園風景と北海道らしい広大なパノラマを楽しみながら飽きない山である。9合目に着いた頃から強風と霧が出て寒くなり上着を着こむ。10合目外輪山の縁に出ると体ごと持って行かれそうな強風。山頂 1898m は外輪山を回り込んだ所にあり、山頂まで行くことを断念して 1835m で下山した。でも時折火口を望むことが出来た。その後もと来たルートを下山する。10時間以上の長い登山でしたが、ゆっくり4名楽しく歩くことが出来た。またその夜の宿はニセコひらふ温泉で、温泉と美味しい料理で疲れをとることができた。

3日目(9/6) 晴 ホテルで朝食をしっかり食べてから出発。アンヌプリ登山口を9時から歩き始める。アンヌプリの山容は穏やかな優しい山に見えていたが、初めから石ゴロゴロの登りで歩き難い。でも北海道の素晴らしい景色が常にみられた。特に山頂は快晴で360度の大きなパノラマが広がっていた。同じルートを往復4時間のゆっくり登山で、とても気持ち良かった。下山した所には五色温泉という、これまた良質のお湯にしばし浸かり、汗を流して倶知安駅へと戻りレンタカーを返却後解散した。4名という小人数でプライベート旅という感じがして、とてもゆったりした旅でした。

コースタイム 1日目:羽田 9:05→新千歳空港 10:40/10:59→札幌 11:36/13:35=倶知安十字街バ停 16:03…トヨタレンタカー店…倶知安スマートホテル 17:05

2日目:宿5:10=レンタカー=半月湖登山口(比羅夫コース)5:30/5:40…風穴 6:18…5合目 7:55/8:05…9合目 10:15/10:25…外輪山火口縁 1835m10:56/11:10(下山開始)…5合目 13:45/13:55…半月湖登山口 15:55=レンタカー=湯本ニセコプリンスホテル 16:30

3日目:宿7:45=レンタカー=五色温泉⑧8:20/8:38…展望台 9:15/9:22…ニセコアンヌプリ 10:35/10:50…五色温泉⑩12:15/13:30=レンタカー=レンタカー返却 15:00…倶知安駅 15:16 解散

参加者 ◎小澤、○中居、梶本、小林時子(記録) 計4名

第2902回報告 笹尾根縦走その2 檜寄山～笛吹峠

実施日 9月10日(火) 日帰り 天気/晴れ時々曇り 係:若生典男、記録:両川さとみ

報告 今日は笹尾根縦走の2回目です。上野原駅に集合して、バスで1時間少しです。上野原駅はかなり立派な駅でちょっとビックリしました。バスに学生さんが多かったので話しかけたら、日大付属高校に通っているとのことでした。登山口に到着、参加者20名近く、2班に分かれて、軽く自己紹介して登山開始です。いきなりかなりきつい登りですが、時折の風が秋を感じさせるような、涼しい爽やかな風で、元気を頂き、それに登山道は、落ち葉のクッションで、足に優しく助けられました。檜寄山に着き、昼食、記念写真のあとは尾根歩きです。尾根は少し曇りになり、登りよりは、暑くなくて、数馬峠、笛吹峠を、無事通過して丸山の山頂に寄り道後、笛吹入口バス停に下山しました。1時間位で武蔵五日駅に着き、駅にて無事解散しました。楽しい山旅でした。

コースタイム 郷原バス停 9:55…檜寄山 12:00(昼食)12:40…数馬峠 13:15…笛吹峠 14:10…丸山 14:40…笛吹峠分岐 15:00…笛吹入口バス停 16:05

参加者 ◎若生典男、○足立忠彦、両川さとみ(記録)、小池一恵、三浦久美子、棟方千恵子、宮沢修、松岡富枝、青柳征勝、五十嵐格、仙田富美枝、末村信子、富岡直克、湯浅克枝、馬場美代子、鈴木国之、鈴木早苗 坂東好江(体験) 計18名

第2932回報告 百蔵山～大同山

実施日 9月17日(火) 日帰り 天気/曇り、晴れ 係・記録:谷真理子

報告 猿橋駅よりチャーターしたタクシーが福泉寺より先の林道に行くのを拒み、仕方なく登り坂をゆっ

くり歩き出す。過去は先へ行ってくれたのに…、戻りはバックで坂道下りがこわいそうだ。やむを得ずである。登山口では草ぼうぼうの中の踏みあとをいくと、いがくりごろんをみつける。靴底で割ると栗とご対面ときた。数回でやめた。先が長いことを思いだした為である。雑木林を行けば、きつい山道になり高度を稼ぐ。山の神を抜け、鐘をならす人もおり、山の中で聞く鐘の音も良いものであった。この先はお待ちかねの急登が始まるが、ゆっくり斜面を登り、低山でも決して侮れないと感じた。登り詰めればピークに出る。「おなかですいた」との声がきこえた。12時丁度、景色はよくないが、風がよく通るピークなので昼食にした。その後は、ピーク2つ越えて大同山に出た。百蔵山まであと一息だ。とぼとぼあるけば百蔵山頂上に到着！ 富士山は雲の中でよく見えなかった。夏だから仕方なかった。頂上で大休憩し、下山は和田美術館跡におりる。石ころゴロゴロの道で、足元要注意の登山道になっていた。台風や大雨の被害跡と言ったところである。やがて百蔵浄水場に抜け、タクシー組と徒歩にて猿橋に帰る組に分かれて解散し、家路についた。

コースタイム 猿橋駅 9:00＝タクシー＝福泉寺 9:15/9:30…登山口 10:00…山の神 11:15…大同山 12:00/12:30…百蔵山頂上 13:30/14:00…展望台:14:35…百蔵浄水場 15:35(一次解散)＝タクシー＝猿橋駅 16:10(解散)

参加者 ◎谷真理子、○足立忠彦、高橋健二、鈴木純一、五十嵐格、永島ヒサエ、北尾公子、太田明子、赤坂みさえ、栗田映子(体験)、大井戸道子(体験) 計 11名

第 2933 回報告

御岳山・ロックガーデン

実施日 9月26日(木) 日帰り 天気/晴れ時々曇り 係:小嶋幹雄、記録:松岡富枝
報告 JR 青梅線御岳駅バス停に集合し、ケーブルカーで御岳山駅に到着。トイレを済ませ、24名の点呼を取り出発。昨日の雨も上がり、今週は今日だけ晴れマークのラッキーな登山日和だ。ビジターセンターに立ち寄り、神代ケヤキ下を曲がり、御嶽神社へ向かう。途中の御師集落では、ホトトギス・秋海棠・蛍袋・彼岸花等秋の花々が咲いていた。御嶽神社階段下で記念写真を撮り、長尾平へ。途中水飲み休憩や天狗の腰掛け杉を見上げたりしながらロックガーデンを目指す。苔むした岩や気持ちの良い木々の中をどンドン下り、綾広の滝へ。ここは滝行の体験も出来るらしい。少し行った所にあるテーブルベンチでランチにする。涼しい緑の中で休憩した後、天狗岩を経て、鉄の階段を何度も降りながら七代の滝へ向かう。七代の滝は、滝壺は小さいが綺麗だった。養沢川の林道へ。所々苔が付いた道を滑る、滑るね～気をつけて～とみんなで言いながら、予定通りの時間で上養沢バス停に到着した。今日はずっと森林浴を浴び、気持ち良く過ごせた一日だった

コースタイム 御岳駅バス 10:08＝ケーブル滝本駅 10:20＝御岳山駅 10:26/10:45…ビジターセンター10:56/11:08…御嶽神社 11:10…長尾平 11:25/11:35…綾広の滝 12:07…ロックガーデン(ランチ) 12:15/12:55…七代の滝 13:28…上養沢バス停 14:38/14:45

参加者 ◎小嶋幹雄、○桜井素子、○高橋健二、松岡富枝(記録)、仙田富美恵、溝尾文子、川島栄子、山内早苗、江藤美智子、矢崎美穂、小池千秋、飯田恵子、両川さとみ、内田道子、北川典子、古関啓子、三浦久美子、平原洋子、足立忠彦、高木良喜、井上清美、菅野紀子、高山 敦(体験)、内田康正(体験) 計 24名

《お知らせ》

1. 第3回運営委員会の開催予告・・・・・・・・・・・・・・・・足立 支部長

〔日時〕 11月26日(火) 18時00分～20時50分

〔会場〕 県民センター602会議室

〔議題〕 ① 選挙管理委員会の設置について

- ② 忘年山行について
- ③ 支部ニュースの印刷について
- ④ その他

2. 会則・諸規程類のホームページ掲示について・・・・・・・・足立 支部長

支部ホームページの会員専用ページに、9 月例会で承認された会則・諸規程類を掲示しています。特に諸規程集には、参加者心得がありますので是非活用してください。
 会員専用ページを開くにはパスワードが必要です。パスワードは**** ****です。

3. 例会時の支部ニュース印刷持参のお願い・・・・・・・・足立 支部長

会員が増加し印刷・発送係りの労力負担が増大しています。そこで対策として例会出席者に支部ニュースを印刷して持参することをお願いすることにしました。印刷出来る方は是非ご協力ください。尚、印刷が難しい方は今まで通り会場に支部ニュースを用意しています。

4. 新入会員（入会承認者）のご紹介・・・・・・・・足立 支部長

- ① 〔お名前〕 坂東 好江 (ばんどう よしえ)
 〔ご住所〕 ****
 〔電 話〕 ****
 〔メール〕 ****
 〔その他〕 体験山行 榎寄山～笛吹峠 9/10 (山行係:若生典男)
- ② 〔お名前〕 栗田 映子 (くりた えいこ)
 〔ご住所〕 ****
 〔電 話〕 ****
 〔メール〕 ****
 〔その他〕 体験山行 百蔵山・大同山 9/17 (山行係:谷真理子)
- ③ 〔お名前〕 大井戸 道子 (おおいど みちこ)
 〔ご住所〕 ****
 〔電 話〕 ****
 〔メール〕 ****
 〔その他〕 体験山行 百蔵山・大同山 9/17 (山行係:谷真理子)
- ④ 〔お名前〕 高山 敦 (たかやま あつし)
 〔ご住所〕 ****
 〔電 話〕 ****
 〔メール〕 ****
 〔その他〕 体験山行 御岳山・ロックガーデン 9/26 (山行係:小嶋幹雄)
- ⑤ 〔お名前〕 内田 康正 (うちだ やすまさ)
 〔ご住所〕 ****
 〔電 話〕 ****
 〔メール〕 ****
 〔その他〕 体験山行 御岳山・ロックガーデン 9/26 (山行係:小嶋幹雄)

☆☆ 9月の支部山行記録 ☆☆

回数	月/日	山行名	山行係	参加者数	報告書
2929 回	9/4～6	羊蹄山・ニセコアンヌプリ	小澤	4 名	10 月号
2902 回	9/10	榎寄山～笛吹峠	若生	18 名	10 月号
2932 回	9/17	百蔵山	谷	11 名	10 月号

2938 回	9/20～21	八海山	小澤	雨天延期	
2933 回	9/26	御岳山・ロックガーデン	小嶋	24 名	10 月号
2946 回	9/27～28	畦が丸・菰釣山・甲相県境尾根	久保	都合中止	

※参加者には体験山行参加者を含みます。

	9 月合計数	年間累計数
山行企画数	6 回	62 回
山行実施数	4 回	47 回
参加者数	57 人	584 人

☆ 9 月例会出席状況 ☆

開催日	9 月 11 日 (水)
会員総数	112 名
出席者数	47 名
欠席者数	65 名
出席率	41 %
新見学者	4 名
未加入者	2 名

◇ 当月 & 来月以降の例会 ◇

10 月 9 日 (水)	18:10～20:00	神奈川県民センター 305 会議室	司会/久保委員
11 月 13 日 (水)	18:10～20:00	神奈川県民センター 301 会議室	司会/高橋昇委員
12 月 11 日 (水)	18:10～20:00	神奈川県民センター 301 会議室	司会/小澤委員
1 月 8 日 (水)	18:10～20:00	神奈川県民センター 301 会議室	司会/梶本委員

◇ FREE BOARD ◇

個人山行計画と会員が参加するボランティア活動、写真、絵画、スケッチ展、コーラス、音楽会等のお誘いを掲載できます。掲載希望者は会報係までご連絡ください。



ト素人編集長の 安全登山 COLUMN No.5

発 病 し て 死 め

FACT

7 月上旬、谷川連峰の平標山に登っていた 3 人パーティのうち 60 代男性が、標高 1800m のあたりで体調不良を訴え、「先に行ってくれ」と言ったため、他の 2 人が先行して山頂に向かいました。登り着いた山頂からは、遅れて登ってくる男性の姿が見えたそうです。ところが、山頂直下でその男性が突然、意識を失って倒れてしまい、通りかかった登山者が近くにある山小屋に通報し、連絡を受けた警察が山頂にいた 2 人に異変を伝えました。2 人はすぐに現場に向かい、救命活動に加わりましたが、その最中にもうひとりの 60 代男性も意識を失ってしまいました。翌日、搬送先の病院で 2 人とも死亡が確認され、死因はいずれも急性心不全でした。

死なないためには

登山中に突然発症して死に至らしめる疾病としては、心臓や脳の疾患があげられる。とくに生活習慣病を持つ中高年層はこれらのリスクが高まっているので、定期的に健康診断を受けておきたい。また、登山中は積極的に水分を補給することも重要だ。体調がすぐれない場合は、無理をせずに登山を中止しよう。

心肺蘇生法

登山中の病気やケガなどで心肺停止に陥ってしまった場合、胸骨圧迫（心臓マッサージ）と人工呼吸を交互に繰り返す心肺蘇生を速やかに行う必要がある。心肺蘇生を行うことによって命が助かった例は数多くあるので、正しい知識と適切な処置の方法をしっかりと

身につけておきたい。心肺蘇生は、原則的に救助隊やAEDが到着するまで続けること。仲間や他の登山者と交代しながら行いうといい。

胸部圧迫 1分間に100~120の速さで、胸が5cmほど沈む強さで30回圧迫

人工呼吸 1回1秒かけて2回吹き込む。ためらう場合は省略可能。

※以上は『アウトドアに行く前に知っておきたい危険の事例集 これぞ死ぬ』羽根田治著(山と溪谷社)を参考にしました。

個人ウォーキングのお誘い 広大な県立四季の森公園の紅葉を楽しみます。

期 日 2024年11月24日(日)と11月28日(木) 同じコース2回

集 合 横浜地下鉄グリーンライン・中山駅 改札口10:00

地下鉄 横浜 9:08(あざみ野行)→センター南 9:29/9:34(中山行)→中山 9:42

JR 横浜線・中山駅で下車した方は南口 横浜銀行前付近でお待ち下さい。

コース 中山駅・南口 10:10…四季の森プロムナード…四季の森公園…はず池…あし原湿原…深い森…ちびっこ広場…紅葉の森…展望広場…じゃぶじゃぶ池…北口広場…中山駅南口 15:00 解散 予定

実歩行時間 ゆっくり約2時間40分

費 用 ¥670(横浜駅基準 地下鉄往復、JRは¥640)

地 図 当日、北口のビジターセンターで各自「県立四季の森公園」マップをもらって下さい。

山行係 竹尾亮三 Tel(Fax):**** 携帯:****

メール:****

申込み 11月24日(日)は11月21日(木)まで、28日(木)は25日(月)まで

持ち物 弁当、水、傘、携帯電話、敷物、その他

その他 池、湿原、深い森で、紅葉、草花、鳥のさえずりなどで五感が刺激され、さわやかで、気持ちよく歩けます。昨年と少しコースを変え、公園の最高地点(70m)を経由して公園を周回し、紅葉の見所を楽しみます。カワセミが水に飛び込み、魚をくわえて戻り、魚を飲み込むところを観察できる確率が高い、蓮池を通ります。

時間のある方、解散の中山駅前のカフェで歓談しませんか。

個人山行

げんじろうだけ

源次郎岳 (1476m)

(②一般向き相当)

期 日 2024年10月19日(土) 日帰り

集 合 甲斐大和駅前 9:00

コース 甲斐大和駅発 9:20=9:50 スズラン昆虫館前 10:00 発…11:30 下日川峠…柚坂峠…源次郎岳分岐…12:30 源次郎岳 13:00…源次郎岳分岐…牛奥峠…14:30 嵯峨塩鉱泉バス停。バス発 15:21 発、16:06 発=15:45/16:30 甲斐大和駅

実歩行時間 約3時間

費 用 合計5,330円 乗車券(JR 横浜/甲斐大和 1,980円×2=3,960円 割引前(往復207km) バス:往760円+復610円=1,370円(現金用意)

地 図 昭文社「大菩薩嶺」、国土地理院地図大菩薩峠 1/25000

案内係 池田邦雄 Eメール:**** Tel:****

申込み 2024年10月12日(土)まで

※Eメールでお願いします。時節柄バスは混雑が予想され、制約がかかることもあり得るそうですので、その際はメール到着順とします。

持ち物 弁当、飲料水、雨具・灯具、帽子・手袋、地図、杖、防寒衣料、常備薬

その他 バスは現金のみ。嵯峨塩鉱泉入浴可能 11:00~15:00 ¥700/60分。嵯峨塩鉱泉発バス最終 16:06に遅れた場合は甲斐大和駅までタクシー利用、1台約5,000円。源次郎岳は山梨百山の

一つ。

◎事前に地域情報を確認の上申し込んでください。

対面&オンライン講演会のお知らせ

高橋 昇

・会員になっている社団法人国際善隣協会で毎月、政治・経済・産業・文化などの講演会を開催しています。この度、下記の「オンライン講演会」を企画しました。(Zoom はご自宅で、または対面は協会 5F 会議室で開催) この「オンライン講演会」にご関心があり、参加を希望される方は、事前に「申込み」が必要です。Zoom 希望で申込みをされた方には、講演視聴用の①ミーティング ID,②パスコードの連絡がメールで各位に直接届けられます。申込み先は、メールで info@kokusaizenrin.com 宛、前日正午までに(対面を希望される方はできるだけ早めに) 申し込んで下さい。参加する/参加しない、Zoom 参加/会議室参加、などはもちろん自由です。参加費は無料です。なお、社団法人国際善隣協会のホームページは、<https://kokusaizenrin.com/> です。

- ◆講師：金巻 精一 氏(マリンパートナーズ代表)
- ◆演題：「海の温暖化の現状と魚ー健全な海を次世代につなぐためにー」
- ◆日時：10月10日(木)午後2:00~3:30
- ◆講師：最上 善広 氏(お茶の水女子大学名誉教授、放送大学・東京足立学習センター長)
- ◆演題：「ゾウリムシは宇宙を目指すーいち研究者の宇宙実験始末記 基礎研究の大切さについてー」
- ◆日時：10月24日(木)午後2:00~3:30
- ◆講師：山根 徹也 氏(横浜市立大学教授)
- ◆演題：「ドイツにおけるイスラエルーパレスチナ問題をめぐってー」
- ◆日時：10月30日(水)午後2:00~3:30

☆今後の支部山行計画☆

- 2024年10月から2025年7月まで。
- 計画は変更や訂正があります。最新のものをご覧ください。

回数	月日	曜日	山行名	係	難易度	行程	備考	掲載月
2934	10/6	日	葉山~逗子までの海岸線	佐藤	1	日帰り	葉山から江ノ島まで三浦半島西海岸を歩く 3回に分けてその1回目	9
2936	10/5~7	土~月	岩木山・八甲田山	久保	3	2泊 3日	東北の山3 青森駅からレンタカー利用で2山登頂	8 9
2938	10/19~20	土~日	日程変更 八海山	小澤	5	1泊 2日	ロープウエー~千本檜小屋(泊)大日岳~新開道~山口登山口 1日目:2h45m、2日目:6h10m 鎖場の連続あり	10
2939	10/22	火	多摩よこやまの路	谷	3	日帰り	万葉集にも詠われた、東西を結ぶ古い古道を歩きます。約4時間30分	10

2940	10/24	木	天狗山～男山	若生	4	日帰り	馬越峠～男山登山口紅葉の岩山を縦走	10
2941	10/25	金	古城址巡りその12 白井城とその城下	芹沢	2	日帰り	勇将(長尾景春・太田道灌) ゆかりの望岳古城 3.15h	10
2942	10/27	日	逗子から鎌倉までの海岸 線・前半	佐藤	1	日帰り	葉山から江ノ島まで三島半 島西海岸を歩く 2 回目	10
2944	10/27	日	石垣山	渡部 (智)	2	日帰り	早川駅→海蔵寺→石垣山(一 夜城ヨロイヅカファーム)→生 命の星・地球博物館→入生田 駅(一夜城祭りを見に行く)	10
2945	10/31	木	西沢溪谷	小嶋	2	日帰り	塩山駅＝西沢溪谷入口…西沢 溪谷の滝巡り…旧森林軌道… 西沢溪谷入口＝塩山駅 歩行 約 4 時間	10
2931	11/2 ～3	土～日	竜ヶ岳・三方分山	久保	4	1泊 2日	干支の山と希望山行実施、 本栖湖、または精進湖畔に 宿泊	9 10
2947	11/9	土	鐘が嶽北尾根・福神山・ 鐘が嶽	桜井	3	日帰り	本厚木＝別所温泉…鐘が嶽北 尾根…福神山…鐘が嶽…広沢 寺温泉入り口 ミニバリコース	10
2948	11/6	水	本部支部合同山行 鎌倉アルプス	高橋 (健)	2	日帰り	縦走	9 10
2949	11/16	土	奥多摩むかし道	小澤	2	日帰り	奥多摩湖～むかし道～奥多 摩駅 10 km 3h30m 1 月 雪積雪により中止を復活	10 11
2930	11/20	水	笛吹峠～丸山～土俵岳 ～浅間峠	若生	3	日帰り	笹尾根縦走その 3	10 11
2951	11/22	金	古城址巡りその 13 水戸城～吉田城	芹沢	2	日帰り	古代から近世への城歩き 3.0h	11
2954	11/25	月	厚木ウォーキング	谷	3	日帰り	厚木市内の史跡巡りの公園と小高 い丘陵地帯を歩く。高森道了尊～ 緑が丘公園～岩田山公園～七沢 森林公園＝本厚木、約5 時間	11
2955	11/28	木	能岳・八重山	小嶋	2	日帰り	上野原＝新井バス停…能岳 …八重山…大堀バス停＝上 野原 歩行約 3 時間	11
2957	11/30	土	桜山公園	小澤	2	日帰り	7,000 本の冬サクラと紅葉の コラボを観る。3h45m	11
2956	12/1	日	鎌倉・後半から海岸線 江ノ島展望燈台まで	佐藤	1	日帰り	葉山から江ノ島まで三浦半 島西海岸を歩く 最終回	11
2958	12/7	土	相州アルプスその 2	桜井	3	日帰り	本厚木＝御門橋…南尾根 …経ヶ岳・上荻野コース… 大沢登山口	11
2959	12/14 ～15	土～日	忘年山行 塩山市周辺の山	久保	1～ 4	1泊 2日	グレード 1～4 で 3 コース程 度計画、塩山温泉宿泊、日 帰りも可	10 11
2960	12/18	水	大仏ハイキングコース	高橋 (健)	2	日帰り	台峯緑地から由比ガ浜	11 12

2961	12/20	金	古城址巡りその 14 小田原城とその周辺	芹沢	2	日帰り	戦国時代のフィナーレを演じた大城郭 3.4h	12
2962	12/21	土	扇山	若生	3	日帰り	四方津駅～扇山～鳥沢駅 秀麗富嶽十二景の一座	12
2963	12/22	日	小田原ウォーキング	谷	3	日帰り	早川～一夜城公園～佐名田壘社～国道 135 号線～早川駅 みかん畑と、海の景色抜群コースを歩きます。	12
2965	1/4	土	大仏切通し	高橋 (健)	1	日帰り	大仏切通しから広町緑地	12
2966	1/6	月	瀬谷八福神	足立	2	日帰り	瀬谷駅周辺	12
2967	1/9	木	谷中七福神巡り	小嶋	1	日帰り	東京で最も歴史ある七福神巡り。田端駅から上野駅にかけて 7 つの寺を順礼します。	12 1
2968	1/11	土	陣馬山・景信山・小仏城山	久保	5	日帰り	神奈川県境の山、陣馬山～小仏城山(陣馬高尾縦走コース)	12 1
2969	1/25	土	烏場山(房総)	小澤	3	日帰り	久里浜～金谷～JR 和田浦駅(内房線)…花嫁街道…烏場山…黒滝…和田浦駅 5h	1
2970	1/26	日	栗の木洞一櫟山	桜井	3	日帰り	寄ーウシロ沢(バリ)ー後沢乗越ー櫟山ー寄ロウバイ園	1
2971	1/28	火	皇太神宮と、その周辺を歩くコース	谷	2	日帰り	藤沢文化財史跡ウォーキング、神社、仏閣、史跡を巡る、約 4 時間	1
2974	2/8	土	三ノ塔・烏尾山	小澤	2	日帰り	ヤビツ峠…三ノ塔…烏尾山…新茅山荘…大倉 4h	1
2975	2/10	月	藤沢文化財史跡ウォーキング「大庭城址コース」	谷	2	日帰り	大庭城址周辺散策 歩行時間約 4 時間	1
2976	2/16	日	スノーシュー・雪山ハイキング	久保	3	日帰り	日帰り可能なコースを設定	1 2
2977	2/18	火	笹尾根その4 生藤山～浅間峠	若生	3	日帰り	笹尾根縦走最終 前回までと逆方向に歩く	1 2
2978	2/19	水	本郷台から衣張山	高橋 (健)	2	日帰り	歩行時間約 3 時間	1 2
2979	2/21	金	古城址巡りその 15 白浜城山と野島崎	芹沢	2	日帰り	里見氏の城と野島崎の展望(去年のリベンジ)3.30h	2
2980	2/22	土	北高尾	桜井	3	日帰り	高尾～北高尾縦走路～高尾	2
2981	3/2	日	おでん・焼鳥山行鷹取山	足立	2	日帰り	□東逗子～鷹取山 □京急田浦～鷹取山	2
2982	3/7	土	達磨山・金冠山	小澤	2	日帰り	船原峠…伽藍山…達磨山 漢金冠山…戸田峠 3h20m	2
2983	3/14	金	大山の手前を歩く	菅野	3	日帰り	聖峰～念仏山～鶴巻温泉	2 3

2984	3/15	土	相州アルプス	谷	3	日帰り	経ヶ岳～華厳岳～荻野高取山 ～上荻野、みつまた群生地へ	2 3
2985	3/15	土	明星ヶ岳-塔ノ峰	久保	3	日帰り	宮城野～明星ヶ岳～塔ノ峰 ～箱根湯本駅、箱根外輪山	2 3
2986	3/20	木	相州アルプスその3	桜井	3	日帰り	経ヶ岳～仏果山～高取山	3
2987	3/21	金	古城址巡りその 16 上総久留里城址	芹沢	2	日帰り	名水と天守閣 3.0h	3
2988	3/27 ～30	木～日	世界遺産、熊野古道・小 辺路	小澤	5	3泊 4日	高野山…十津川温泉…熊 野本宮 8h/日×3日	3
2989	3/29	土	倉見山	若生	3	日帰り	昨年中止の再計画 雪の富士山眺望	3
2990	4/1	火	都立小山内裏公園～尾 根緑道入口	小嶋	2	日帰り	全長 8km の多摩の尾根緑道 (別名戦車道)のお花見ウォ ーキング。歩行約 3 時間半。	
2991	4/6	日	花咲山	桜井	3	日帰り	大月～真木お伊勢山(桜花 見)～花咲山～大月	
2992	4/12	土	大野山	久保	3	日帰り	谷峨駅…大野山…山北駅、 60 周年記念植樹大島桜守り	
2993	4/13	日	本部集中山行 (場所未定)	足立	2	日帰り	東京支部、城南支部担当	
2994	4/15	火	河村城址公園～洒水の 滝	谷	2	日帰り	山北駅の裏山の河村城址 (225m)～洒水の滝へのゆっ くり散策、歩行約 4 時間	
2995	4/16	水	横浜南部の森と源流巡り	高橋 (健)	2	日帰り	港南台～円海山～大丸山 ～上郷森の家	
2996	5/1	木	小山田緑地～小野路宿 里山交流館	小嶋	2	日帰り	多摩丘陵の原風景を残す「小 山田緑地」から「小野路宿」ま での山歩。歩行約 4 時間半。	
2997	5/7	水	生藤山	小泉	3	日帰り	神奈川県最北の山。生藤山 から、茅丸、連行峰を歩く。	
2998	5/12 ～13	月～火	長尾尾根～塔ノ岳・丹沢 山～三ツ峰縦走コース	若生	3	1泊 2日	みやま山荘泊で宮ヶ瀬ダム に下る。タクシー利用	
2999	5/13	火	伊東・大平山 (本部支部合同山行)	谷	3	日帰り	伊東市内の岡地区にある丸 山公園～大平の森～馬場 の平	
3000	5/17	土	大岳山	小澤	3	日帰り	御嶽ケーブル…大岳山… 上養沢バス停 4h20m	
3001	5/23	金	古城址巡りその 17 烏山城と竜門の滝	芹沢	2	日帰り	名族那須氏の古城と名瀑及 び烏山線 3.0h	
3002	5/24	土	三国山～鉄砲木の頭～ 山伏峠	久保	4	日帰り	明神峠～三国山～鉄砲木 の頭から山伏峠 神奈川県境の山	
3003	6/3	火	高尾山、日影～稲荷山 コース	谷	3	日帰り	昨年 5 月 20 日、雨天中止の リベンジ山行。梅雨入前に企 画です。ゆっくり歩きます。	

3004	6/5	木	境川源流(草戸山)	小嶋	2	日帰り	町田=ネイチャーファクトリー町田… 境川源流…草戸山…本沢ダム …小松橋、歩行約3時間
3005	6/7	土	御正体山	小澤	5	日帰り	都留駅=道坂隧道バス停… 御正体山…御正体山入口 バス停=都留駅 6h30m
3006	6/9	月	甘利山	桜井	3	日帰り	葦崎～甘利山(ツツジ)～葦崎
3007	6/18	水	入笠山	高橋(昇)	2	日帰り	ゴンドラ利用で楽コース、「スズランやアヤメ」を愛でる、 2024年雨天中止の再挑戦
3008	7/1～ 2	月～火	秘湯温泉本沢温泉、夏沢峠	桜井	3	1泊 2日	小海=稲子湯～本沢温泉(ク ン草群生地)～夏沢峠～稲子 湯、1日目(3H)2日目(5H)
3009	7/10	木	霧ヶ峰高原	小嶋	2	日帰り	車山肩…車山…物見石… 八島園地を周遊、ニッコウキ スゲ期待、歩行約3時間
3010	7/22	火	アオバトと湘南平	菅野	3	日帰り	大磯駅照ヶ崎-湘南平-け やき広場
3011	7/23	水	鎌倉宮から称名寺	高橋(健)	2	日帰り	天園～大丸山～金沢文庫 歩行時間約3時間30分
3012	7/25 ～26	金～土	四阿山	小澤	5	1泊 2日	日本百名山、上田駅=菅平高原 (泊)…根子岳…四阿山…菅平 高原 1日目2h、2日目6h30m
3013	7/26 ～28	土～月	蝶ヶ岳	久保	5	2泊 3日	松本前泊～上高地～横尾 ～蝶ヶ岳～上高地
3014	7月下旬～8月上旬 (日光二荒山神社が2日指定) 平日		男体山夜間登拝	中居	5	1泊 2日	男体山の夜間登山、2回許可 される夜間登山を登山後のア フターが少しでも混雑しない平 日を選択、多数の登山者が予 想されるが、ゆっくり登山で対 応、貴重な体験登山となる

【難易度区分】

1. 軽ハイキング: 歩行時間 3 時間以下 2. 一般向け: 歩行時間 3～4 時間 3. 一般向け強: 歩行時間 4～5 時間
4. やや健脚向け: 歩行時間 5～6 時間 5. 健脚向け: 歩行時間 6 時間以上

《前月号からの変更点/変更日順》

- ① 2938 回 9/20～21 八海山 雨天中止にともなう日程変更 ⇒ 10/19～20

2024 年 8 月現在の希望山行 (実施済を削除)

希望山行 (2021 年 8 月現在で提出されたもの)

実施時期	山名、山城	難易度	備考(コース等)
7 月下旬～8 月上旬	燧ヶ岳・至仏山	4	一日目は長蔵小屋泊、二日目は山の鼻泊、三日目至仏山へ

希望山行 (2022 年 2 月現在で提出されたもの)

実施時期	山名、山城	地域	備考(コース等)
初夏または初秋	三方分山	御坂山地	一度行ってみたいよう勧められた(菅野さん) 2024. 11.2～3 竜ヶ岳・三方分山で計画予定 係:久保さん

希望山行（2023年8月現在で提出されたもの）

実施時期	山名、山城	希望者	備考(コース等)
花の咲く頃	平標山～仙ノ倉山	梶本	

希望山行（2024年2月現在で提出されたもの）

実施時期	曜日	山名、山城	希望者	備考(コース等)
8月末～10月始		上高地～濁沢	三浦 赤坂	何年か前に登山ドラマで濁沢カールの紅葉を見て魅せられてしまいました。私が登山を始めたいと思ったきっかけです。紅葉の季節に行ってみたいです。
冬	(土)	相州アルプス	岩本	2023年2月の山行に参加できなかったので再度希望 ⇒2024.12.7に実施予定(係:桜井さん)
初秋～初冬	(土)	明神ヶ岳	岩本	箱根外輪山を数回に分けて歩きたい
冬	(土)	日連アルプス	岩本	
8月、9月	(金～土)	鳳凰三山	下越・伊藤	夜叉神峠～南御室小屋～薬師岳～地蔵岳～鳳凰小屋～御座石温泉
		苗場山	芳賀・伊藤	
		高千穂峰	両川	
		戸隠山	両川・赤坂	戸隠キャンプ場から、蟻の塔渡りはなし
紅葉または石楠花の頃		天城山	伊藤・赤坂	
紅葉の頃		栗駒山	伊藤	
		霞沢岳	中居	上高地から入山

希望山行（2024年8月現在で提出されたもの）

実施時期	山名、山城	希望者	備考(コース等)
3月	三原山(伊豆大島)	中居	◇三原山フルコース(5～6時間)◇竹芝ターミナルを夜間出発し、早朝より登山。登山後解散。最終フェリーで帰宅組と1泊組とに任意選択◇客船/宿の混み具合より平日の方が融通ありそう◇事前予約が必須のため、雨天時は短縮ルートでもハイキング可能では？
7月	伊吹山夜間登山	中居	◇伊吹山の夜間登山◇涼しい夜間に登山とご来光◇現在は土砂災害で登山禁止中だが、回復後に実施◇夕方集合の翌日午前中解散。希望者は、周辺観光も可能では？
	会津駒ヶ岳	仙田	滝沢登山口から
7月～8月	千畳敷カール～木曾駒ヶ岳	仙田	菅の台バスセンター～しらび平ロープウェイ
	水の塔・箆の塔山	両川	佐久平からバス利用
	浅間隠山	両川	軽井沢からバスで北軽井沢、北軽井沢からタクシー利用
	鼻曲山	両川	軽井沢からバス利用

※上記希望山行の係を募集しています。山行を計画して下さる方は山行委員までご連絡下さい。