



彩の山

埼玉支部報 第35号

《題字 松本敏夫》

【目次】

埼玉支部の課題	大山光一	1	古道調査PJ進捗報告	松本敏夫	17
山行報告			古道調査「埼玉の街道」		18
明神岳・明星岳	高橋 努	2	講演会 報告	松本敏夫	
岩トレ 平戸の岩場	田中麻志帆	3	山の本棚シリーズ	小原茂延	19
御在所岳・鎌ヶ岳	朝井紀久子	5	日本全国温泉巡り(第6回)	早川好治	21
ふれあい登山実施報告	富田容子	7	「卒寿」を迎えて	今山 健	22
忘年山行 柏木山	林 信行	9	彩の山「150山」リスト	小原茂延	24
大高取山自然観察会報告	渡邊嘉也	10	新入会員自己紹介	林 信行	27
オンライン医療講演会報告	飯塚雅信	13	事務局より	林 信行	29
第3期埼玉やま塾終了について	高橋 努	15	編集後記	橋本久子	30

埼玉支部の課題

支部長 大山光一

昨年末、小康状態になった新型コロナウイルスのデルタ株。ところが、新年を迎えたら新たなオミクロン株の感染拡大に歯止めがかからない。政府も自治体も緊急性を唱えて、3回目のワクチン接種の前倒しを掲げたけど、日毎に増加する感染者数は国内全土に広がり、医療崩壊の危機感を募らせています。

このような状況下、国民も度重なる三密（密閉・密集・密接）を避ける自助努力をしていますが、自己防衛にも限界があり、この由々しき事態は、いつまで続くのだろうか。

新型コロナウイルス感染が収束しない限り、安心して登山もできませんが。わたしたち登山者も感染防止と山での事故を起こさぬことに留意して、安全な登山を構築していく必要があります。

昨年末、本部の支部事業委員会からアンケート調査が届きました。今、各支部の大きな課題は、高齢化が進む一方で若手会員の入会が少ないため、会員減少に歯止めがかからない状況にあるということです。そこで若返りと組織存続を図るため、5年後の埼玉支部の姿を重ねてみました。

現在、支部会員の紹介や問合せによる入会希望者と埼玉やま塾（座学4回/年・実技4回/年）の終了後、受講者が入会するケースが支部会員の増加に大きく寄与しています。

次期に予定している第4期「埼玉やま塾」に大きな期待をしています。未組織登山者へのアプローチとして声掛けや講習会の開催は、有効的な手段のひとつです。

入会后、登山知識や技術習得すれば活動の範囲が広がり、より高みにチャレンジすることが可能になります。安全登山を意識した行動と自然環境の変化に対応する判断力を学ぶことで危険を回避することができます。

一方、ガイド登山やツアー登山に参加して、入会してくる多くの方は、登りたい山と登れる山を混同しているように見受けられます。それは、引率者の指示やアドバイスに従い行動するので、難

易度を把握する、考える要素(判断)が少ないからです。自らの企画で、自らの判断で行動する登山は苦手なようです。多分、依存度が高く、自立する意識が薄いのだと思います。

また、新入会員の属性は様々であり、登山経験や目指す登山形態も多様化しています。このような環境下で100%の安全を保障し、それぞれの目指すところへの成長を支援できる体制を確立していくことが重要になります。

登山の楽しみは、自らが作成した登山計画が思い描いた通りに終了する。その過程で自然の織り成す光景や眺望に感動したり、辿り着いた山頂で達成感や満足感を得るのだと思います。その行為が経験値になり、日帰り登山から、宿泊登山へと、より高度な登山技術の習得を重ねることで、難易度の高い山へと、登れる領域が広がっていくのだと思います。

勿論、自分で登山計画を立案し、実行に移せるレベルになるには、相当の時間が必要ですが、誰もが経験する過程です。

埼玉支部の大きな課題は、かつて登山界で活躍された諸先輩が多数在籍していますが、高齢化により、第一線を退き、岩稜歩きや冬山登山に同行を求められても一緒に行動ができないことです。従って、入会しても登山の知識や技術を学ぶ機会がなければ、やがて退会していきます。自分の求める登山ができなければ組織に魅力を感じないからです。ここに組織運営の若返りを図りたい理由があります。

一方、指導者やリーダーの育成が急務だと思います。魅力ある組織の構築が入会者の求める登山と合致すれば、自分の存在場所になります。先輩たちが培ってきた組織に、新たな付加価値を重ねて、次の高みを目指すことに繋がります。

本部に期待するのは、各支部の共通の課題解決を図るために、日本山岳会主催で次世代を担う指導者やリーダー養成講座なり、講師の派遣を期待しています。

5年後の埼玉支部が、存続するためには、支部役員及び支部会員が一丸となって、現状の課題を打破し、進化する組織に変貌を遂げることだと認識しています。各委員会(山行委員会、安全登山委員会、社会貢献委員会、自然保護委員会)の抱える課題を早急に検討して、魅力ある埼玉支部を目指したいと考えています。

【山行報告】「平日山行は楽しい！」箱根 明神ヶ岳・明星ヶ岳

評議員 高橋 努

長いこと登山は休日に、というのが当たり前だった。チケットの手配、高速道路の渋滞予測、宿泊先の早めの予約等々やるべきことは多いが仕方ないと思っていた。しかし、それらの呪縛から解放され、チケットは当日の窓口でOK、渋滞なんて気にしない、宿泊だって当日の電話で大丈夫、天気が悪そうならすぐに日程変更、素晴らしいことだ。長年働いてきたご褒美だと思う。

だから「平日山行は楽しい！」のだ。

今回は秋の箱根。11月11日は1並びで縁起が良さそうだし、色づいた紅葉と冠雪した富士山のベスト共演の確率が高そうな日じゃないかと期待したが、まさにばっちりだった。

小田急ロマンスカーで箱根湯本駅に参集したのは10名の熟年者、いや山の熟達者。さすがに皆さん格好が決まっている。小さめのザックに必要最小限のものが詰まっているようだ。天気は上々、足取りはビスタリ、ビスタリ。息も切れないから、会話も弾む。



遥か相模湾をバックに

宮城野の住宅地を抜けると別荘地の中の山道を登る。天気は良いが風が強い。風の当たらない稜線に出た鞍部で昼食とする。ここでちょっと手抜きをして空身で明神ヶ岳山頂を往復する。

案の定、山頂近くの稜線は猛烈な風だ。雲もどンドン飛んでいく。そんな中、雪をかぶった富士山が見事に秀麗な姿を見せている。これを楽しみに来たんだ。甲斐があったというものだ。



明神ヶ岳山頂

登山道から藪の中の踏み跡を数歩入ると古びた三角点があった。山好きにとってこういう発見は嬉しいものだ。

山頂から鞍部に戻り、穏やかな稜線を南下すると程なく明星ヶ岳だ。平らな山頂の奥まった先に山頂の祠があった。さて、三角点はいずこに、と見廻すがここにはない。どこにあるんだろう、とキョロキョロしていたら浅田さんが見つけてくれた。



明星ヶ岳三角点みつけ！

お馴染みの野口さん、清登さん、小島さん、古川さん、東さん、浅田さん、お久しぶりの加藤さん、安瀬さん、入会間もない本村さん、皆さんとのんびり秋の山歩きを楽しんだ一日だった。写真はすべて本村さんがスマホで撮ってくれた。

【山行報告】第3回岩トレ「平戸の岩場」参加報告

会員 田中麻志帆

実施日：11月20日（土）

場所：平井の岩場

集合：東吾野駅 9:36 解散：15:00

参加者：8名

10月から埼玉支部に入会し、初めての埼玉支部の活動の参加となりました。岩トレについて轟さんからお声かけいただき、将来的に岩稜帯にも行ってみたいという気持ちがあったので、今回参加させていただきました。

ヘルメットは持っていましたが、ハーネスやロープなどを使った経験がなく、トレーニングについていけるのか参加する前はとても不安でした。

午前中はハーネスの装着方法とエイトノットの結び方について学びました。ハーネスをつけたことがなかったので、装着方法や簡易ハーネスとの使い分けなどを学ぶことができ、とても勉強になりました。



エイトノットはフィギアエイトフォロースルーを行いました。

一重のエイトノットを作ってから折り返して二重の八の字を作っていくのですが、最初はどのようにロープを通していいのかがわからず、手こずってしまいましたが、皆でお互いに教えあい、繰り返し練習を行い、何とか結べるようになりました。

お昼休憩を挟み、午後からは岩登りです。

まずはランヤードシステム、セルフビレイ(安全確保)、フリクションノットについて学びました。

ランヤードの種類、それぞれの特徴について学び、スリングを使ったランヤードの作り、クローブヒッチでカラビナへ装着をしました。

続いて懸垂下降の練習です。

フリクションヒッチのセットを行い、下降中にロープから手を離しても落ちないかを検証しました。

ここでは、スリングをメインロープに巻きつけて結ぶマッシュャーという結び方を学びました。下降器のセットを行い、カラビナをロックしましたが、扱うのが初めてだったので、カラビナの向きとなぜその向きにしなければならないのかについて教えていただき、真似をするだけでなく、考えながら行うことの大切さを実感しました。



各部の装着について、様々な道具を扱い、工程を覚えるのが一苦勞でしたが、轟さんに一人ずつ丁寧に指導いただきました。

最後は、今まで教えていただいたロープワークを使って、岩登りの実践です。

どこに足を起き、どのように体を使って次の

一歩を出すのか、他の参加者が登っている姿を見学し、自分に置き換えてイメトレをし、実践をしました。

初めて垂直に近い岩場をロープを使って登りましたが、今回教えていただいたロープワークを実践し、安全を確保して、何とか登ることができました。

今回学んだロープワークは練習を繰り返して、次回の岩トレまでにはしっかりと習得したいと思います。

初めての埼玉支部の活動に参加させていただき、山に関する知識や用語について、わからないこ



とが多いことを実感し、これから埼玉支部で様々なことを学んで、安全に楽しく山行を行えるようになりたいです。

企画をしていただいた轟さんをはじめ、大山支部長、ご指導いただきありがとうございました。また、参加いただいた皆様には温かく迎え入れてくださり、とても感謝しています。ありがとうございました。

2021年11月26日 田中麻志帆

【山行報告】 鈴鹿山脈 御在所岳(1212m)・鎌ヶ岳(1161m)

会員 朝井紀久子

1. 日 程 11月6日(土)～7日(日)一泊二日

2. コースタイム

6日(土) 8:00 ホテル湯の本に集合、送迎バス移動 →8:25 中道登山口→9:30 地藏岩→

11:20 御在所岳 12:20→12:50 国見峠→14:20 藤内小屋→15:40 ホテル湯の本<宿泊>

7日(日) 8:00 ホテル湯の本から送迎バスにて移動 →8:20 武平峠近くの登山口→

9:30 鎌ヶ岳 10:30→13:30 石谷登山口→14:00 ホテル湯の本 <解散>

3. 参加者 6名(男性2名、女性4名)

鈴鹿山脈という遠方の珍しい山行でした。天候に恵まれつつ、遠景は霞み琵琶湖は視認できませんでしたが、伊勢湾は望めました。緑豊かな鈴鹿山脈の広がり背景に、山道の多彩な奇岩や、終期の紅葉も味わう事ができました。御在所岳は東海屈指の紅葉名スポットとの事で、紅葉ピーク期には圧巻の風景が想像できました。山頂直下までロープウェイが通じ、来訪者も多かったです。山道も渋滞があり、CLが予め標準の4割増しにコースタイムを計画して下さっていた為、ほぼ計画通りの時間で回る事が出来ました。御在所岳は、藤内壁など岩場も豊富にあり、ロッククライミングも盛んとの事で、下山時はその場面に遭遇する事ができ、心震えました。

二日目は隣の鎌ヶ岳で、実は参加者は皆、初日の御在所岳をメインと認識し、鎌ヶ岳はオマケ位に考えていました(笑) ところが下山の沢では、思いがけず苦戦しました。山行前半は、急登もありつつも山頂を眺めながらの程よい登りと、山頂では大展望パノラマを満喫できました。下山直後から、急な岩場に始まり、その先には、道選びに度々迷う沢渡りコースが延々と続きました。今回の山行は「グレード☆☆」と表記しましたが、もしかすると「☆☆+」または体力・技術と分けるとすれば、技術で「☆☆☆」などの表記が正しいのかもしれませんが。全員が安全に通過出来るかで、何度かルート選択に迷う箇所も有った中、参加者の皆様との、所々でのご意見もとても有難く心強かったです。ルートファインディングとしても大変勉強になりました。

宿泊ホテルでは、盛り沢山の美味しい食事、温泉など、楽しい会話と共に贅沢な時間を過ごすことが出来ました。ありがとうございました。

(2021年11月10日 SL朝井紀久子)

御在所岳



▲奇岩と伊勢湾



▲御在所岳への登り



▲ロープウェイが多数運行



▲岩場など渋滞



▲御在所岳 山頂 (広い公園)



▲藤内壁(○内にクライマー)

鎌ヶ岳



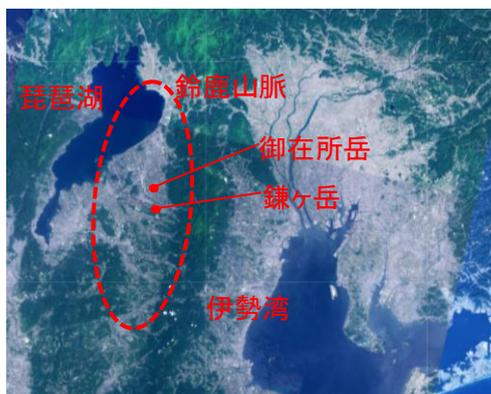
▲鎌ヶ岳 山頂



▲山頂からの景色（鈴鹿山脈）



▲沢沿いコースでの下山



▲ホテル湯の本（夕食風景）

【山行報告】大久保春美記念 第 11 回ふれあい登山報告

会員 富田容子

社会貢献委員会ふれあい登山担当チーム

11月3日に、大久保春美記念第11回ふれあい登山が暖かく素晴らしい青空の下で開催されました。今年も参加して参りましたのでご報告いたします。

今回もコロナ感染対策で参加人数の制限があり、参加者31名、JAC・協会関係者は31名、8班で例年より規模を小さくしての開催となりました。

コースは日和田山～物見山～武蔵横手駅です。

数ヶ所手すり等を使う場面がありましたが、埼玉支部ベテランメンバーのサポートで皆さん元気いっぱい、明るく、楽しく歩いてきました。

毎々思いますが、頼りになるガイド・ドクター・障がい者サポートに詳しいスタッフ・山のベテランが揃い、埼玉支部でこのサポート活動が出来ると考えられた大久保さんには尊敬しかありません。大久保さんの遺志を思うと、この活動は絶やすことなく埼玉支部に残さなければ、と思う次第です。



とはいえ個人の山行よりも大きな責任がありますし、参加者の不得手、それによる危険の予知や想像、臨機応変な対応力、情報を得るためのヒアリング力等を要し、時にネガティブに感じてしまう場面もあります。



しかし、毎回参加者の皆さんから感謝の言葉をたくさん頂くので、帰りにはつい「次はどうしましょうかね？」って気持ちになります。

今回担当した班は、部活も体育の授業も頑張っている、元気な男子中学生2名と付き添いの方も若い男性でした。コースは迂回などせず段差などドキドキ感も一緒に楽しみました。

少し冒険したことが楽しかったのか、お別れの時に「今日はとても楽しかったです。山登りが好きになりました、ありがとうございました」と話してくれました。

私のあわただしい日常では、そんな素直な言葉を聞くことはあまりありません。

こちらこそ元気を頂いて、忘れがちな素直さを思い出して、たくさんのもので得ていると毎回思います。

また次の機会に成長した彼らに会いたいと思いますし、支部のメンバーと一緒にこの活動を続けたいと思っています。

【山行報告】忘年山行 飯能・柏木山(303m)

事務局長 林 信行

2021 年度の忘年山行は 12 月 11 日 (土)、奥武蔵入口の柏木山 (303m) でした。

例年、忘年山行の参加者は 10 人前後でしたが、なんと今回は 33 名の方が参加されました。皆さんコロナ疲れで爆発したのでしょうか？

当日の登山は卒寿を迎えられた今山 健会員(14835)のお祝いも行われました。

今山さんのパワーを少しでも頂戴したいと参加された方も多かったようです。

飯能駅南口 9:00 集合、一路柏木山に向けて歩き出しました。山々の紅葉はやや最盛期を過ぎて渋い感じです。

10:40 登山口にある蕎台自然広場において卒寿のお祝い開始。大山支部長の祝辞につづき”若手のハリキリ娘”若林 優子さんの乾杯発声で全員がノンアルコールビールで乾杯。

90 とするナンバーロウソクが立っているケーキを用意してくれたのは東 洋子さん。



今山さんは 100 名山、四国八十八カ所札所巡りも完踏済みとか。今山さんのお元気さは全員の憧憬である。参加者に「卒寿記念 ありがとうございます」とある弓立山山頂での今山さんの写真入り図書カードを戴く。まさにパワーカードだ！



その後、約 30 分で柏木山山頂。懸念材料だった「狭い山頂で全員が昼食を広げて、他の登山客に迷惑かけたら如何しよう…」と心配していたが、他の登山者少なく、ゆっくり寛げた状態で安心した。



低山で狭い頂上だが手作りのモニュメントが飾られた山頂からは富士山、奥多摩の山々、スカイツリーと眺望は素晴らしい。

皆さん、景色を眺めながら思い思いの話題でお楽しみのご様子。下山はカモシカ新道—カモシカ神社—赤根ガ峠。

15:00 好天に恵まれた初冬の長閑で静かな山路を、

落葉を踏みながら排水場広場へ無事下山しました。

コロナで窮屈だったこの一年を忘れることが出来た一日でした。

第 8 回大高取山自然観察会 報告

自然保護委員長 渡邊嘉也

開催日：2021 年（令和 3 年 11 月 28 日(日)）

場所：埼玉県入間郡 越生町 大高取山

参加者：(敬称略、※講師)

吉田寛治※、松本敏夫※、龍久仁人※、中村直樹、大山光一、高橋 努、山崎保夫、轟 涼、林 信行、板倉理恵、浅田稔、竹下恵子、森田恭世(JAC 会員)、横山真一、金丸一豊、中嶋信隆、松尾 渡、渡邊泰子、石井和春、米山英三、本村貴子、渡邊嘉也(JAC 自然保護委員)、大室昌久(工稷会)、千谷恵子、加藤信夫、柴崎英保、丸山正、藤川裕子(高尾 GC)、計 28 名

秋の観察会「大高取山の地質・植物・史跡」

■観察ルート

観察は法恩寺→越生神社→高取城跡→白石様→大高取山山頂(昼食)→幕岩→桂木観音(柚子購入)→虚空蔵尊→大宮神社→法恩寺のルート(地図の赤破線)で行った。

■観察

法恩寺境内において吉田講師より大高取山の地層がミカブ緑色岩類(1億4千年前の海底火山活動で出来た)とチャートや砂岩・泥岩(1億6千万年前の堆積岩)で構成されている。にもかかわらず、古い地層のチャートなどがミカブ緑色岩類などの上の地層にある2階建ての山であること。続いて、松本講師から法恩寺、越生神社、根の権現など歴史上の遺物がある、その設立の意味など概略を説明された。植物についてはコース巡回中にその都度解説が行われました。

植生観察は2班に分けて行った(A班：山行L.横山真一、植物講師 中村直樹、B班：山行L.金丸一豊、植物講師：龍久仁人)。歴史・史跡・地勢については松本敏夫、吉田寛治講師が両班に対して行った。



- 法恩寺を出ると直ぐ大高取山が見え、山の姿からこの[山が 2 階建てである](#)ことがよく判った。
北の不自然な形をした山は如意(ねおい)関東クロム鉱山の発掘により削られた山であると説明してくれた。
- 法恩寺の西の道は[越生断層](#)に道が造られ急な坂になっている。この断層が南に走っていることが良く分かる。
- 越生神社入口の「[子ノ権現](#)」は[足腰に病のある験](#)(効果、効き目)の神仏として各地に勧請(かんじょう)されているが、越生に子ノ権現が祀られたのは鎌倉時代以前の 1188 年頃で山道入口には「[ひじり大権現](#)」、「[富士山の石碑](#)」の碑が今も残っている。
- 神社右の坂を 50m 程行くと足元には海底の火山活動でつくられたミカブ緑色岩類が斜めに層をなしている。2 階建ての一階部である。
- 山道のクヌギ(栲) コナラ(小楡)、クリ(栗)、アラカシ(粗榧)の落葉や幹の木肌などの特徴から一本一本種名を確認していった。
- 高取城跡の手前は分岐になっていた。何方へ行けば良いか吉田ガイドが左は帯郭(おびぐるわ)で敵が直接本郭に行けないよう囲った道と解説してくれた。我々は右の高取城跡への径に行く。
- 予定より 30 分程遅れ、越生神社の奥宮である[高取山城跡](#)(一般的には要害山)に着いた。ここには二本のスタジイ(須田椎)が神木として祀られている。樹下は懐かしい”椎の実“で一杯、拾って食べている者もいる。城の崖縁の[希少植物アリドオシ](#)(蟻通し)は赤い実をつけていた。
- 城跡を下り巻き道と合流。この辺りから実を付けたフユイチゴ(冬苺)が現れた。アオキ(青木)は目立って増えてきた。ヨーロッパでは有用(園芸、香辛、薬、繊維)なこの木は江戸末期、[シーボルトなどプラントハンター](#)によって収集された。しかしこの陰樹の下には草本は育たないので森作りの際には抜去が必要な樹でもある。
- ムラサキシキブ(紫式部)/ヤブムラサキ(藪紫)、サカキ(榊)/ヒサカキ(姫榊)、シデ(四手)/イヌシデ(犬四手)、サンショウ(山椒)/カラスザンショウ(烏山椒)、シオデ(牛尾菜)/サルトリイバラ(猿捕茨)よく似ているが種名が違う草木の特徴や[ササ\(アズマネザサ\)と竹の違い](#)、葉に毒を持ち鹿も食べないミヤマシキミ(深山檜)、サルの手の手甲に似ているエンコウカエデ(猿甲楓)、香木であるタブ(楠)の木の樹皮は粉末にし、白檀やジャコウ(麝香)を加え[線香のつなぎ材](#)であるなど名前の由来や木々の用途や特徴などを龍、中村ガイドから学んだ。パンフ片手にメモを取り、木々の特徴ある落葉を ジッパーバッグに入れている方もいる。
- 枯れ葉のついた低木の名前はヤマコウバシ(山香ばし)、枝を折ると香ばしいのでこの名が付いたらしい。[成熟した木](#)は太陽の光の当たり方が弱まる冬は昼の時間が短く、葉から栄養を取れ無くなり葉緑体が壊れるので水分吸収を止め落葉するが、この木はこの機能が出来てない[未成熟な木](#)の為、枯れ葉が残る。
- 冬イチゴを摘みながら歩くと道の右に[チャートの岩塊](#)が現れた。登山口で見た一階のミカブ緑色岩の二階部分を示す岩塊である。
- 急な登りになり 20 分程行くと本来なら地中にある石灰岩が露頭している大きな岩がある。地元では「[白石様](#)(しらいしさま)」と祀っている。地図の標高 324m の地点である。石灰石表面のウミユリ(海百合)の化石は顕微鏡でしか見ることが出来ない。石灰岩は北に幾重にも露頭していた。
- 山頂は生越方面の[眺望を開くため樹木の一部が\(許可を貰い\)伐採されている](#)。短めの昼食と記念写真を撮影し、幕岩へ向かう。

- この辺りからシダが多く見られた。正月飾りに使われるウラジロシダ(裏白羊歯)がチャート岩石の下に繁茂している。リョウメンシダ(両面羊歯)、ベニシダ(紅羊歯)なども観察。
- 幕岩展望台の眺望は素晴らしく東から筑波山、スカイツリー、池袋、新宿副都心のビル群などが一望できた。右の急な階段を降りると高さ16m幅36mの[チャートの](#)大岩塊「幕岩」が現れる。この岩は海洋生物の殻や骨が堆積し、長時間圧縮されたことにより非常に硬く、火打石にも使われる。因みに[石灰岩](#)は海底でサンゴ、貝殻、コウサン虫などが堆積して出来たものでセメント原料、製鐵、ガラス工業などの原料として使われている。
- 幕岩から桂木観音への道は幾筋もある。昨年は2班が別々のルートを取り合流に時間をロスしたので、2日前の実踏で確認した分岐を南に辿り、暫く歩くと再び分岐となった。西へ大高取山への急な道を登ると15分ほどで山頂からの尾根筋の道に出た。
- 20分程で[桂木観音](#)に着いた。この観世音は元正天皇(女帝)の養老3年(719年)に作られたという。桂木観音の階段を下った所が柚子の郷である。皆さん柚子を買う。
- [虚空蔵尊](#)は丑と虎年の守り本尊で珍しい[寅と丑の](#)狛犬の石像が我々を迎えてくれた。本堂の裏山からは今日のコース全部が見え、足下には[カンザクラ](#)が咲いていた。
- コース最後の観察ポイント[大宮神社](#)のご神体である聖天像は象の頭を持つ男女の神が抱き合っている姿で夫婦和合や子授け、福富の神と信仰されているとのこと。
- 予定の1500 観察の基地法恩寺に戻った。法恩寺は天平十年(738年)僧行基が東国遊行の際、大日、釈迦、弥陀、薬師、観音の五体を発見し、これを祀り霊場の起こりと伝えられている。徳川将軍の時代には寺領20石の朱印を与えられた修験道場でもあった。
- 観察会が無事終了したことを法恩寺住職に報告し観察会は終わりました。



大高取山にて記念撮影



法恩寺にて記念撮影

オンライン医療講演会 開催報告

会員 飯塚雅信

講演【山登りに必要な体と簡単な医学知識】

金子先生（埼玉支部会員、登山医学専門）の講演会が、10月20日コロナでズーム開催に変更して行われました。

2020年埼玉で48件の遭難事故がありました。うち道迷いが40%。70代、60代が多いので、体力、判断力の維持が大切です。

★インターバル速歩

年齢とともに「歩く力、筋力」が落ちるので、毎日歩くことが一番の対策ですが、ただ漫然と歩くのではなく、脚力アップにはインターバル速歩が効果的です。

①歩幅は身長の45～50%と広く ②腕を大きく振る

そして大事な点が③A（早歩き・ややきつい速さ）3分、次にB（ゆっくり歩き）3分を1セットとして1日5セット30分（早歩きが1日15分）週4日行う。

5ヶ月やった例では、体力が20%アップしている。

登りは、筋肉が縮みながら力を発揮する自然な動きであるのに対し、下りは筋肉が引き延ばされながら力を発揮する不自然な動きで、少しずつハムストリングスなどの筋細胞が破壊されていきます。ですから、登山は頂上に着いたら、半分ではなく、まだ60%のアルバイトが残っていると思うことが大切です。

★カーボローディング

7～8kg位の荷物を担いで5時間ほどの日帰り登山では2000kcalくらい消費します。2～3日前から炭水化物中心の食事をして体内にエネルギーを蓄えるカーボローディングをし、当日の朝はご飯や麺類を中心の食事をし、行動食は2時間に1回はとる必要があります。

夏は熱中症を防ぐためにも、スポーツドリンクの補給も必要です。

★熱中症と低体温症・凍傷

熱中症はⅠ度、Ⅱ度くらいでは、首筋、わきの下、股間など太い血管の走っている部分の冷却に、スポーツドリンクやさらに濃い経口補水液(QS-1など)がいいが、Ⅲ度(重症)では体温の異常な上昇が見られ体の冷却等も必要だが、すぐに病院に運ぶ必要がある。

低体温症になるとき、筋肉のふるえがきたりしゃべりがおかしくなってきたら、風の来ない所やツェルトにくるまって保温を心掛ける必要がある。



凍傷になったら、手などは40℃くらいのぬるま湯で10～30分かけて完全に解凍する。足は山中で行くと水泡ができて靴が履けなくなり歩けなくなるので、状況を見て下山するか解凍するか、判断が必要です。

★登山中の外傷と医薬品

外傷には<RICE> Rest 安静 Icing 冷却 Compression 圧迫
Elevation 挙上(傷口を心臓より高く上げる)

さらに<PRICE>では Protecion 保護・固定
<RICE>と<PRICE>を忘れないことが大切です。

医薬品の基本は、自分が今までに経験した失敗例を思い出すことです。

靴ずれ、日焼け、腹痛、ひざ痛、けいれんなど

バンドエイド、日焼け止め、鎮痛剤、胃腸薬、湿布、芍薬甘草湯(筋肉痛や腰痛にもきく)

★これら以外にも筋肉が作り出す50種類以上のマイオカイン(ホルモンの一種)や、乳酸のはたらき(疲労物質ではない)などの最新の知見の紹介がありました。

第3期埼玉やま塾終了について

埼玉やま塾企画担当 高橋 努

第3期埼玉やま塾は、参加者20名で5月18日～10月26日の間、平川コーチ兼講師による4回の机上講習と4回の登山実技講習を実施した。今回はコロナ禍で中止になった2020年度に参加予定であったが、2021年度の参加を前提として入会された5名の方も含め定員15名のところ20名で開催した。

コロナ対策で机上講習はオンライン講習としたため机上講習でのコミュニケーションは不十分であったが、その分、登山実技講習で密なコミュニケーションに心がけ従来通りの運営ができた。

また、緊急事態宣言発令中の第3回登山実技(谷川岳)ではパルスオキシメーターや抗原検査キット等を準備しコロナ感染対策に備えたが幸い感染者が発生するようなことはなかった。

結果として第3期は2年がかりとなってしまったが、終了後に12名の新入会員を迎えることができ成功裡に開催できたものと考えている。

1. 参加塾生の内容

属性 男性4名、女性16名 埼玉県在住11名、県外在住9名

20歳代1名、30歳代2名、40歳代3名、50歳代10名、60歳代3名、70歳代1名、平均51.6歳

2. 机上講習 5月18日、6月15日、8月24日、10月26日の19:00～21:00

オンラインにて実施

机上講習は、平川講師から安全登山のための準備、計画、トレーニング、登山用具の選び方、歩行技術、ポールの活用術、救急技術基本等々、多岐にわたる豊富な内容で2時間があっという間に過ぎてしまう貴重な充実した講習であった。まだ登山歴の浅い塾生にとってはどれもこれも役に立つ、納得感のある内容であった。ほとんどの方が登山は自己流でこのように論理的かつ体系的に指導されたことは初めてであったようである。

3. 第1回登山実技講習・大高取山376.4m 6月6日(日)曇り

第1回の登山実技講習は、大高取山で行われた。集合の越生駅で靴の履き方チェック、パッキング、歩行技術などがレクチャーされた後、大高取山山頂から桂木観音、虚空蔵尊コースを歩いた。歩行中も要所所で地形の見方、ルートの確認、安全な歩き方などの指導を受けつつ、ハイキングを楽しんだ。塾生個別にもきめ細かく歩き方や装備のチェックなども行われ、ただ歩き、登るだけでなく、考えたり様々な気づきを得たり、自立を目指した登山の第一歩を体験した。

4. 第2回登山実技講習・武甲山1295.4m 7月4日(日)雨・曇

第2回の登山実技講習は、武甲山である。生憎の雨模様であったが、雨具もつけて平川コーチの無理のないペースで、休憩ごとにオーダーを変え、交替で平川コーチの後の2番手を歩きながら歩き方のポイントを学んだ。天候と時間を考慮し、橋立コースは断念し往路を戻ったが、雨中の登山経験も塾生には良い経験であった。何より雨具の重要性をしっかりと認識できた。

5. 第3回登山実技講習・谷川岳天神尾根コース1977m 9月12日(日)晴・曇

台風の接近もなく、予定通り実施できた。この時期の山行は台風の動向に悩まされる。天神尾根コースは一般コースではあるが、一部岩稜帯もあり、岩場の通過や天気の変化など学ぶこと

が多いコースであった。塾生も若干緊張する場面もあったが、元気よく 100 名山を楽しんでもらえた。コースには登山者が多くやりにくい場面もあった。

6. 第 4 回登山実技講習・雲取山 2017m 10 月 16 日 (土) ~17 日 (日) 曇

今年は登山道にも問題なく予定通り三峰神社―雲取山荘―鴨沢のコースを順調に歩き、雲取山登頂を果たした。登山経験浅い塾生の方も第一回の歩きぶりから大いに成長され、大きな遅れもなく進歩が実感できた。また、雲取山荘では、山荘側のご配慮もいただき、夕食後のひと時を利用して平川講師から特別講習があり、リラックスしながら貴重なお話を伺え一同感激した。また、和気あいあいと懇親を深めることができた。

7. まとめ

今回は机上講習を 1 回増やし事故対応も学んでいただいたが、全体に塾生の意欲は高く、雨にも、岩場にも負けないたくましい塾生が揃った。コロナ感染対策で悩ましい場面もあったが、オンライン講習も登山実技講習（必ずしも天気にも恵まれたとは言えなかったが）も熱心に受講いただき埼玉やま塾の所期の目的は十分に達せられたものとする。そして何よりもサポートメンバーの支部会員の熱心さがすごく、第 2 期塾生 4 名がサポートに入っていたこともあって埼玉やま塾に対する熱い思いや日頃の登山に対する真摯な姿勢が十分に伝わったものとする。

この事業は会員増強を目的とした本部の特別事業補助金の交付（3 年間）をいただき、参加費を低額に抑えたが、会計的にも無理もなく円滑に運営できた。本部には大いに感謝したい。3 年間の成果として、第 1 期 3 名、第 2 期 9 名、第 3 期 12 名、合計 24 名の新入会員を迎えることができた。第 4 期以降も更に改善も加えながら支部一丸となって運営に励んでいきたい。



雲取山 登ったぞー



雲取山荘で平川コーチの特別授業



谷川岳山頂(トマの耳)

埼玉支部・山岳古道調査プロジェクト進捗報告（令和 3 年 11 月）

山岳古道調査PJ副実行委員長 松本敏夫

埼玉支部・山岳古道調査プロジェクトとして、今回は秩父往還の贅川宿から猪鼻（旧荒川村）と強石（旧大滝村）との村境にある土壇場地蔵まで踏査しましたが、地蔵尊から上強石に登る古道が消失していたため、国道 140 号に戻り強石まで歩きました。しかし、国道は交通量が多く道幅が狭いため、古道歩きには適さないと判断しました。そこで今回(11 月 20 日)は、三峰口駅から巢場新道で強石に向い、上強石から旧秩父往還を辿って杉ノ峠に登り、さらに落合に下る古道を踏査しました。江戸後期に編纂された新編武蔵風土記稿には、強石の荒川左岸に生活路の存在が記されていますが、杉ノ峠越えの秩父往還については言及がありません。明治後期に測図された地形図「三峰」には、強石から大達原経由で落合に続く道路が確認できますが、猪鼻から上強石、杉ノ峠を經由して落合に至る峠道は記載されていません。杉ノ峠を越える旧秩父往還が最も頻りに利用された時期が調査できれば、秩父往還に関する理解が深まり、興味深い情報が得られるものと考えられます。



三峰口駅にて



秩父往還の日待塔など



杉ノ峠

秩父鉄道・三峰口駅から白川橋の手前を左側して巢場新道経由で荒川を万年橋で越え、強石から車道（一部山道）を辿って上強石地区の最上部にある廃屋の上部にでます。右側に日待塔、巳待塔、山の神石祠があり、猪鼻の土壇場地蔵から続く旧秩父往還の上強石側の出口と推測されます。右折して左側が日待塔等から続く旧秩父往還の杉ノ峠への入口で、古道とは名ばかりのジグザグ状の本格的な山道に変わります。峠道の途中に炭焼き窯の痕跡などが確認できます。樹齢は百年近くになるであろうか枝打ちされた見事な杉の植林帯を登り切ると、前方に一段と太い杉の大木が現れ、杉ノ峠につきます。鬱蒼とした樹木に覆われた薄暗い峠には、壊れた山の神の小祠と古い地蔵尊石像が古道の面影を留めています。杉ノ峠から落合へ下る林道の一部は、台風なのか豪雨の影響か不明ですが、舗装道の路肩が崩れ、ガードレールが押し流され、土砂で埋められていました。前方下方に家並みが見えてくると間もなく普寛神社がある落合地区につきます。普寛神社から国道 140 号で大滝温泉・秩父市立大滝歴史民俗資料館まで歩き、西武観光バスで三峰口駅に戻りました。

上強石から杉ノ峠を越えて落合に至る旧秩父往還は、登山道としては標識や登山コース図などが完備され、よく整備されたコースです。しかし、杉ノ峠を挟んだ古道沿いには、享保四（1719）年銘の日待塔など江戸時代の痕跡がわずかに残されていますが、石碑・石仏・小祠などは確認できず、旧道の面影を実感できなかったことが残念です。しかし、この厳しい杉ノ峠越えが、かつての生活や信仰を支えた道であったことは感慨深いものがあります。

参加者：L.松本、古川、小原、宮崎、宮川、山崎、浅田、本村（8名）

埼玉支部・山岳古道調査「埼玉の街道」講演会報告

山岳古道調査PJ副実行委員長 松本敏夫

日本山岳会では創立 120 周年記念事業の一環として、全国山岳古道調査を実施中です。埼玉支部では、旧秩父往還を含む「十文字峠越え」及び「雁坂峠越え」の 2 コースを日本山岳会・山岳古道調査 PT(プロジェクトチーム)に推薦し、2021 年 6 月から支部担当古道の下見実地調査を開始しております。今回の講演会は、埼玉支部の古道調査の活動状況及び日本山岳会の山岳古道調査 P を、一般の古道愛好家の方を含め関係者に広く理解していただくことを目的として、埼玉支部の山岳古道調査プロジェクトが企画したものです。「埼玉の街道」講演会は、「歴史の道調査報告書・第 11 集・秩父甲州往還(編集・埼玉県教育委員会、埼玉県立博物館)」及び埼玉の近代交通史に関する



大山支部長



講師の杉山正司氏

調査研究の第一人者として知られる埼玉県立歴史と民俗の博物館・主任専門員兼学芸員の杉山正司氏に依頼しました。

講演会は、令和 4 年 1 月 16 日(日)、13:30~15:30、埼玉会館・ラウンジ(2 階)で開催し、日本山岳会の本部 1 名、東京多摩支部 1 名、埼玉支部 21 名を含む会員 23 名、埼玉県山岳スポーツライミング協会及び一般古道愛好家など 10 名、を含め総計 33 名が参加しました。新型コロナウイルス感染症(特にオミクロン変異株)が埼玉県内でも急速に

猛威を増す中、アルコール除菌、検温、三密回避及びアクリル板設置等の感染防止に注力をしながら、参加者数を限定して開催したものです。

講演内容は、①街道と宿場の意義及び五街道の整備、②参勤交代や伝馬制度の問題点、③木曾街道(中山道)六十九次(英泉画)の浮世絵を参考に、蕨、浦和、大宮、上尾、桶川、熊谷、深谷、本庄宿などの特徴や宿の設置目的など、④秩父三山と秩父観音巡礼三十四ヶ所、⑤忍藩代官所や秩父大宮の六斎市、本野上、下吉田、小鹿野など繁栄状況、⑥寄居から釜伏峠及び小川町から定峰峠経由で大野原へなどの道筋、⑦吾野道や甲州道の特徴、⑧栃本関所の設置経緯、などの詳細な説明がありました。質疑は講演会の予定時間が過ぎていたため 1 名のみでしたが、街道の歴史を理解するうえで参考になる書籍として、「さいたま歴史街道」埼玉新聞社や歴史の道調査報告書・秩父甲州往還などの紹介がありました。

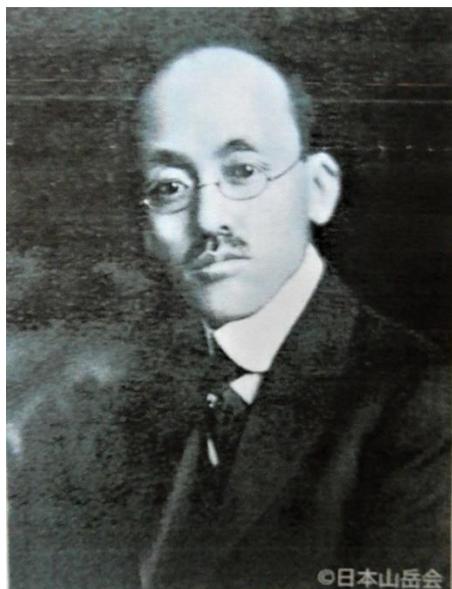
講演は、五街道の設置から脇往還の概要に関する中近世の街道史を俯瞰した紹介があり、中山道や秩父往還の詳細を説明頂きました。講演時間に余裕があれば、もう少し旧秩父往還及び関連する峠道などの役割や特徴をお聞きし、古道調査に関する理解を深めたいところでした。今後は、実際に古道を踏査しながら、情報を蓄積したいと考えております。



「山の本棚」シリーズ

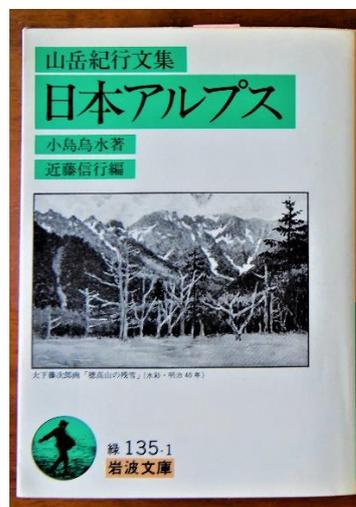
会員 小原茂延

山の本棚 No. 3 小島烏水(久太)



■山岳紀行文集「日本アルプス」近藤信行編

表紙の絵は大下藤次郎作「穂高山」



岩波文庫

年譜（烏水翁山友中村清太郎による）

- 明治 6 年 12.19 旧高松藩奥家老、小島家の長男として高松三番町生れ、後上京、神田に住し、横浜に移る
- 同 12 年 戸部小、後に老松小に学ぶ
- 〃 20 年 横浜商業学校入学
- 〃 29 年 横浜正金銀行に入社す。岡野金次郎と箱根駒ヶ岳、神山に登る
- 〃 33 年 乗鞍岳に登る
- 〃 35 年 8 月白骨より霞沢を越えて神河内に入り槍ヶ岳を極め蒲田に下る。(注記 同行は岡野金次郎他)
- 〃 36 年(岡野を通じ)ウェストン師と相识り、近代登山に眼を開く
- 〃 38 年 10 月,同志(城、高頭、武田、高野、梅澤、河田)と山岳会を創立
- 〃 39 年 7 月 『山水無盡蔵』を出版す
- 〃 41 年,高頭と早川より白峯三山縦走
- 〃 42 年,7 月高頭、高野、三枝、中村らと湯島より白峯山脈横断、大井川西俣から悪沢岳、赤石岳を縦断探検

小島烏水の著書から近藤信行氏が編んだもので収められている主要なものは、

- ① 鎗ヶ嶽探検記 ② 山を讚する文
- ③ 雪の白峰 ④ 白峰山脈縦断記
- ⑤ 日本北アルプス縦断記より
- ⑥ 飛騨双六谷より などである。

とりわけ、「鎗ヶ嶽探検記」は近代登山の黎明を告げる記念すべき著作で、当初、雑誌「文庫」に掲載された後、「山水無盡蔵」に収められた。

徴兵検査で互いに不合格となった烏水と岡野金次郎が丹沢の塔ノ岳などから山歩きを始め、乗鞍岳から眺めた槍ヶ岳に魅かれ、明治 35 年夏、白骨温泉から霞沢を詰めて明神に降り槍ヶ岳を極めた山行の紀行文であり、当時の文章は読みにくい点もあるが、案内人 2 人も頼りない中、行き会った猟師などに情報を得て苦闘の上、三角点櫓の立つ絶頂に達し飛騨の蒲田側に下山している。

・近藤信行氏は、山崎安治氏、節田重節氏他と烏水らの辿った霞沢ルートを踏査し確定した。

・佐藤久一朗製作の烏水レリーフは一時不明となったが山研で発見、高松市峰山公園の顕彰碑に。

明治 43 年「日本アルプス」第 1 巻を出版。高頭、高野と共に槍、双六、蓮華、太郎兵衛平から薬師有峰へ

〃 44 年 穂高より槍ヶ岳縦走

〃 45 年 甲斐駒より鋸岳を極め(注記岡野同行) 仙丈、塩見岳に登る

大正 3 年 双六谷を廻行探検し、双六岳、笠ヶ岳に登る

〃 4 年 横浜正金銀行ロスアンゼルス支店長として米国に渡航す

昭和 2 年帰朝 富士登山(隼太郎,茨木)

〃 5 年 阿佐ヶ谷転居 横浜正金退社

〃 6 年 12 月 日本山岳会初代会長

〃 11 年 「アルピニストの手記」出版

〃 23 年 「山の風流使者」稿本成る
7 月脳溢血にて倒る 12.13 長逝
法号 照光院壽岳久道居士

■「日本アルプス」全 4 巻 小島烏水著

明治 43 年～大正 4 年



□エピソード

・小島烏水が晩年に書いた「アルピニストの手記」は 1936 年の刊行であるが、平凡社ライブラリー(1996)で読める。岡野金次郎と知り合った後、稲倉峠(しなくらとうげ)から、そして乗鞍岳から望んだ槍ヶ岳に魅せられた様子が分かる。又、ウォルター・ウェストン師の「日本アルプスの登山と探検」の原書を岡野金次郎が勤務先のスタンダード石油で千載一遇の機会で見つけ、その住所を探し当て面会して小島烏水と共に親交を結んだことから日本山岳会の創立に至ったことなどの経緯がわかる。岡野金次郎の顕彰碑は平塚市湘南平(千畳敷)にある。

小島烏水のいわゆる「日本アルプス」全 4 巻であり、上記写真(復刻版)の大冊を指す。小島烏水が「アルピニストの手記」の中で自身が初めて書籍の題としたもので、出版元の前川文栄閣主人も【日本アルプス】の名に首を傾げたと記した。

第 4 巻の「飛騨双六谷」における「日本アルプスと飛騨山脈」の 1 章で「ウィリアム・ゴウランド(ガウランド)」こそは、おそらく内外人を通じて、最初の飛騨山脈探検者として、伝うべき人であろう」と言って、登山事歴(注: 明治 11 年槍ヶ岳へ外人として第一登山を成就)の概略を叙し、かつ「ジャパニーズ・アルプス」の命名者であったことを述べたのが最初であろう。と書いた。

ただ、この「日本アルプス」は明治 43 年の出版であるから、文庫版にある「槍ヶ岳探検記」「山を讀する文」等の作品は収録されていない。

古野会長は小島烏水の著作をよく読まれている。

日本全国温泉巡り（神奈川県）第 6 回

会員 早川好治(泉舟)

【神奈川県】

2011 年 3 月 11 日、小田原の石橋山古戦場などを歩き下山した所は、源頼朝が戦勝祈願し、早川一族の守り神である早川観音で、旅の無事を祈念した直後に地震に襲われました。

揺れが長く立っているのが難しく座っていたら津波警報が出たので、山へ戻ろうかと友人と話しているときに、轟音が鳴り響き東海地震か富士山が噴火したのかと思いました。

早川駅から臨時バスを乗り継いで、ようやく箱根塔之沢温泉の宿に着いて、初めて東北で起きた巨大地震と分かりました。

翌朝宿で小田原から東京行きの新幹線が動くようですと調べてくれて、小田原に行き乗車したら予想外に空いていました。

東京駅に着き山手線のホームへ行ったら混雑していて、2 時間近く待って電車が漸く動いたら、多くの乗客が拍手しました。

そして、上野駅で京浜東北線に乗り換えようとしたが、順番待ちです、上野公園に並んで下さいと言われたので、隣の鶯谷駅迄歩いて行ったら規制がなく乗れましたけれど、各駅で 10 分以上ストップして、大宮駅に着いたのは午後 6 時を過ぎていました。

江戸時代から続く箱根七湯は、湯本・塔之沢・堂ヶ島・宮ノ下・底倉・木賀・芦之湯ですが、特に堂ヶ島温泉「大和屋ホテル」は自家用 [ロープウェイ](#)、「対星館」は自家用ケーブルカーで早川沿いまで降りるので楽しい気分が味わえます。

両旅館の川沿い露天風呂の景観は素晴らしく、松本清張の推理小説にも出てきます。

芦之湯温泉「きのくにや」は、源泉掛け流しの多数の湯船を大切に守っております。



「大和屋ホテル」のロープウェイ

仙石原温泉下湯「萬岳楼」は、箱根唯一の濁り湯の秘湯で、美しい夜景も見られます。

姥子温泉「秀明館」は、眼病に良いと言われる極上の透明な湯が、岩盤の間から湧いています。

芦ノ湖温泉「山のホテル」は、中庭が素晴らしく、また富士山を眺めながらの食事は至福の気分になります。

湯河原温泉は歴史の古い温泉で、かつて文人・墨客が多く訪れ、梅が咲く季節は心地良い花の香りが散策路を包みます。

ケーブルカーでも登れる大山の登山口には、豆腐料理フルコースのお店が数件あります。

中川温泉「信玄館」は武田信玄ゆかりの宿で、猪鍋料理を食べさせてくれますし、丹沢ハイキングにも便利です。

三浦半島の秘湯阿部倉温泉「湯の沢旅館」は、静かに過ごせる小さな宿です。

鶴巻温泉「陣屋」は、美味しい川魚料理とともに、湯量豊富な温泉はカルシウム含有量が国内トップクラスとされています。

「卒寿」を迎えて

会員 今山 健

早いもので、90 歳になった。昨年の支部忘年山行の柏木(かしわぎ)山(飯能)で、私の「卒寿祝い」をやっていた。準備された横断幕のほか、ケーキ・90 字型のキャンドル・ノンアルビール等を現地に持参、同行の皆様のお祝杯！忘れられない山行になった。



私は、1931 年、福岡県、筑豊地区の生まれで、幼い頃は虚弱児だったが遠い小学校への通学で歩くことが苦にならなくなったようです。中学・高校は直方(のおがた)市郊外の丘陵にある鞍手中学(旧姓)・鞍手高校で中学 2 年の時に終戦になりました。最近、会員の小原さんから日本山岳会の古野(ふるの)惇会長も鞍手高校出身だと云うことを聞き吃驚しました。私の 30 年後輩になるようです。同窓会のホームページには古野 惇氏のエベレスト(チョモランマ)登頂写真が載っています。校歌にある福智山(900.8 米)が私の登山の出発点です。学生時代は軟式庭球に熱中、山も好きで近くの山や九重山によく登りました。

昭和 30 年、建設省に就職。土木技術者(道路・河川)で、北海道開発局、九州・関東・四国の各地方建設局に勤務。出向して、警察・会計検査院にも勤務。埼玉県内では大宮国道工事事務所に勤務しました。

建設省在職中は、土曜半ドンで本格的な登山には無理だったが勤務に支障を与えないように各地方の山に登りました。

北海道では北鎮岳・黒岳・羊蹄山・利尻山・芦別岳・恵庭岳・札幌岳・空沼岳等。九州・関東では仕事が多忙で登山を考える余裕はなかった。四国では剣山・石鎚山・三嶺山等。

昭和 58 年 52 歳の時、建設省を退職、民間会社に就職、大宮市に定住することにした。大宮は交通の便が良く山行には好都合だった。

平成 3 年になり、週休 2 日制の定着や日本百名山のテレビ放映に刺激されてどうせ登るならと日本百名山に挑戦することにした。まだ登ってなかった約 80 山を 60～68 歳の 7 年間で登り、2000 年に完登を達成した。高い山などは盆休みを有効に利用して登った。

100 山のうち約 4 割に単独行で直前に山行を決めることができたので比較的に天候に恵まれたようだ。北海道はヒグマを考えて単独行はしなかった。また、単独行が多いこともあり関係図書や地図で机上の事前勉強を十分にして出発したので日本列島各地域のことを知るのに役立ったようだ。また、最近は 100 名山・300 名山のテレビ放映もあり登山当時を思い出しながら楽しんでる。私にとって会社勤めをしながら山登りを楽しむのに日本百名山を選んだのは最適の選択だったと思っている。

百名山等の山行以外でも東武鉄道の外秩父 7 峰縦走 42 軒ハイキング・武蔵おごせ 22 軒ハイキングや日本万歩クラブの東京・山ノ手一周 35 軒トレッキング等は、ほぼ毎年参加。また、青少年交友協会「かち歩き大会」(飲まず・食わず・走らず)の大宮～加須 31 軒・新宿～青梅 43 軒にも参加した。また、海外名峰展望トレッキングではニュージーランド・カムチャッカ・スイス・カナダ・ネパール・ブータン等のトレッキングを楽しんだ。

日本山岳会入会は、平成 23 年(79 歳)の時遅い入会、支部が発足したばかりの頃だった。支部活動のお手伝いは何もしなくて申し訳なく思っている。本部の年次晩さん会・記念山行や全国支部懇親会・記念山行や全国支部懇親会・記念山行。それに支部行事など多数参加させていただいている。

また、入会した年の 2011 年 3 月 11 日に東日本大震災が発生したが、東北の山の会のお誘いもあり震災丁度 1 年後に震災現場を見下ろせる鹿狼(かろう)山(福島県 新地町)に追悼登山。山頂で黙禱をして下山したこともあった。

85 歳を過ぎた頃から体力・歩行速度・平衡感覚等の衰えがあり、山行への参加についてご迷惑にならないよう山行のグレードやルートを考慮して参加させていただいている。また、以前は使っていなかったストックを体のふらつき対策のために 1 本使うことにした。

令和元年の年次晩さん会には天皇陛下のご臨席をいただきましたが丁度その日は私の 88 歳誕生日、米寿祝の日で鏡開きの樽酒で乾杯、忘れられない晩さん会になりました。

この頃からは新型コロナで自粛生活がはじまり体調もすっかり低下してしまったようだ。昨年、令和 3 年の山行は官ノ倉山・雨乞山・堂平山・柏木山の 4 山で少なかったが地球の「地質時代名」に初めて日本名が付いた「チバニアン」(千葉県の地磁気逆転地層)の見学に行った。

令和 3 年 11 月、新型コロナもこれで終わりかと思っていたのに 12 月からオミクロンも加わり感染者が急増している。各種会合や行事は中止になり山岳会も対応が大変だろう。ウォーキングは私の大事な健康法であり自宅周辺のウォーキングは毎日続けようと思っている。また、山の展望が好きな私は JR 埼京線(大宮～赤羽)の車窓から西方の山並み、右から笠山・武甲山・雲取山・大岳山・富士山・丹沢山・大山等の展望を楽しんでいる。

埼玉県に住み埼玉県の山によく登っている者にとって意外に思うことがある。

埼玉県の「山の数」は全国 47 都道府県のうち、多い方から 44 位、少ない方から 4 番目ということである。国土地理院発行の 2 万 5000 分ノ 1、地形図に「山名」が記載されている「山の数」を数えてみると全国で 1 万 6700 山、1 位は北海道 1383 山、埼玉県は 44 位 119 山で、埼玉県より少ないのは沖縄県 117 山、大阪府 111 山、千葉県 67 山だけだそう。

埼玉県の「山の数」はどうして少ないのか、2 万 5000 分ノ 1 の地形図に記載されている山をよく調べてみたいものである。

彩の山 150山(仮称)リスト

会員 小原茂延

2022.1.31

No	山名	標高他	No	山名	標高他
1	三宝山	2484m △1	32	水松山	1699m△3
2	甲武信ヶ岳	2475	33	滝谷山	1659 葡萄沢頭南
3	木賊山	2469 △3	34	葡萄沢ノ頭	1658 △2
4	破風山	2318 △3	35	七跳山	1651 西谷山東
5	雁坂嶺	2289 △3	36	魚留ノ頭	1619 葡萄沢頭の北
6	武信白岩	2288	37	ガク沢ノ頭	1618 三国山北東
7	大山	2225 十文字峠南	38	大平山	1603 西谷山の△3
8	水晶山	2158	39	天目山(三ツドッケ)	1576 △3
9	東破風山	2178 △4	40	倉門山	1572 宗四郎山西
10	古礼山	2112 △2	41	霧藻ヶ峰	1523 △3
11	唐松尾山	2109 △3	42	宗四郎山	1510 天丸山南東
12	十文字山	2072 △3	43	南天山	1483 中津川の西
13	大洞山(飛龍山)	2069 △3	44	梵天ノ頭	1477 △3
14	和名倉山(白石山)	2036 △2	45	蕎麦粒山	1473 △3
15	雲取山	2017 △1	46	芋掘ドッケン	1464△3 白井差南
16	龍喰山	2012 △2	47	熊倉山	1427 △3
17	燕山	2004 笠取山の西	48	矢岳	1358 △3
18	東仙波	2003 △3	49	日向沢ノ峰	1356
19	大常木山	1962 龍喰山の東南	50	秩父槍ヶ岳	1341(別 top1430)
20	笠取山	1953	51	妙法ヶ岳	1320
21	三ツ山	1949 飛龍山の東△3	52	武甲山	1295 △2
22	芋木ドッケ	1946	53	大持山	1294 △3
23	白岩山	1921 △3	54	小持山	1273
24	三国山	1834	55	水元	1233 川又の西
25	赤沢山	1819△3 白泰山西	56	有馬山	1213 △3
26	モミ谷ノ頭	1796△3 柳小屋北	57	仁田山	1211 有馬山南
27	白泰山	1794△2 十文字越	58	諏訪山	1207 志賀坂峠南
28	長沢山	1738 長沢背稜	59	十二天	1207△3 川又の北
29	両神山	1723 △2	60	四期萩	1188△2 御岳山西
30	西谷山	1718 △2	61	榊山	1181△3 霧藻峰東
31	滝谷の峰	1710 西谷山南西	62	二子山	1166△3 小鹿野

63	天理岳	1140m△3	97	横隈山	594m △2
64	三峰山	1101 △3	98	釜ノ沢五峰	590
65	秩父御岳山	1080 △3	99	簗山	582 △2
66	武川岳	1052	100	釜伏山	582
67	蕨山	1044	101	越上山	566 △3
68	城峯山	1038 △1	102	檜抜山	553
69	白石山	997 △3	103	金岳	551 吉田阿熊
70	棒ノ折山	969	104	不動山	549 △3
71	丸山	960 △3	105	金嶽	539 都幾山西
72	長尾丸山	958	106	御金高山	534 合角ダム北
73	塚山	954 △3	107	陣見山	531 △2
74	二子山(横瀬)	883 △3	108	雨乞山	510 不動山東
75	堂平山	876 △1	109	大仁田山	505 △3
76	伊豆ヶ岳	851 △3	110	宝登山	497 △3
77	黒山	842 △3	111	大高山	493
78	笠山	837	112	新柵山	490 △3
79	猪狩山(鞍掛山)	822 贄川北西	113	大築山	466
80	飯盛山	816 △2	114	都幾山	463
81	栗山(丸山)	814△3()昭文社	115	天覚山	445 △3
82	両詰山	791 △3	116	ノボット	436 △3
83	四阿屋山	772 △3	117	弓立山	427 △3
84	大霧山	767 △3	118	細窪山(臼入山)	421 △3
85	関八州見晴台	760	119	雷電山	418 △3
86	若御子山	735	120	琴平丘陵	399 △3
87	神山	732 △3	121	弟富士山	386
88	観音山	698 △2	122	周助山	383 ノボット付近
89	高畑山	695	123	金ヶ岳	380 長瀬薬原
90	栗野山	675△3	124	大高取山	376 △3
91	金比羅山	660 △3	125	物見山	375 △1
92	城山	648	126	官ノ倉山	344
93	品しゅう	639 △2	127	御嶽山	343△4 金さな社
94	日向山	633 芦ヶ久保	128	鐘撞堂山	330 △3
95	破風山	627 △3	129	牛頭山	312
96	虚空蔵山	619 △3	130	日和田山	305 △4

131	仙元山	299m △2	141	富士山	220m △4
132	大峰山	293 アドニス小川	142	遠ノ平山	200 嵐山町
133	物見山	286 嵐山溪谷西	143	天覧山	197
134	桂木山	281	144	加治丘陵	190 △2
135	多峯主山	271 △3	145	富士山	182 △3
136	金勝山	263 △2	146	物見山	135 △2
137	堂山	250 雷電山続き	147	二ノ宮山	132 △2
138	龍崖山	246	148	大久保山	106 △3
139	車山	227△3 鉢形城南	149	八国山	89 △3
140	烏岳(石尊山)	225△3 牛頭山東	150	観音山	77 三ヶ尻△1

注 1：この 150 山リストは、2013.7 発行の支部報第 9 号に掲載された埼玉 100 山候補(131 山記載)として挙げられた山名を踏襲し、一部重複したもの、山容が消滅した山、人工的に作られた山などを除外、割愛したものに新たに追加作成して仮称 150 山リストとしたものです。更に補充追加して 200 山程度を目指したいと思います。

注 2：100 山候補の注意書きにもあったように当リストも山名の間違い、その他誤記などがあると思います。お気付きの点をご連絡をお願いします。

注 3：山名、標高は原則として国土地理院地形図に従っていますが、一部表記は埼玉県側の名称を優先しています。又、2.5 万図に表記ないものは昭文社の「山と高原地図」、山溪新県別ガイドブック、ヤマレコ等によっています。

注 4：標高等の欄の△1 は一等三角点を示しています。(2~4 等点同様)

注 5：現在、国土地理院 2.5 万図に表記数の 119 山以上の追加を目標としたいので、別途山の所在地自治体名、2.5 万図幅名を整備していく予定です。

注 6：参考までに、県別に見る山名数(国土地理院発行の 2.5 万地形図に表記あるもの)の一部は下記のとおりで。(ヤマケイ新書「日本の山を数えてみた」2015 初版)

都道府県の山数順位抜萃

順位	山数	都道府県	順位	山数	都道府県
1	1383	北海道	41	134	神奈川県
2	965	新潟県	42	130	愛知県
3	903	長野県	43	119	茨城県
4	895	岩手県	43	119	埼玉県
5	868	福島県	45	117	沖縄県
6	674	岡山県	46	111	大阪府
7	656	山形県	47	67	千葉県

* 神奈川支部は「かながわ山岳誌」PJ を展開して踏査ポイントを 282 としている。

新入会員 自己紹介

事務局長 林 信行

《森田 恭世 準会員番号 A0375 》

はじめまして。関西支部から転部してまいりました、森田恭世です。

どうぞよろしくお願ひします。50歳で登山を始め6年目です。きっかけは中学の同窓会でした。

山男の幹事が同窓会を木曾駒ヶ岳で、2回目を富士山で開催し、急いで道具を皆で揃えまし

た。そんなこともその後の楽しかったことを思えば幸運でした。縦走登山と沢登りが好きです。ご経験豊富な皆様とお話できることを楽しみにしています。色々学んでいきたいです。

《田中 麻志帆 準会員番号 A0410 》

2021年10月に埼玉支部に入会いたしました田中麻志帆と申します。飯能市に住んでおり、小さい頃から山は身近な存在でしたが、コロナ禍で山に愛犬と散歩にいったことがきっかけで、改めて山の楽しさに気づき、山登りを始めました。ソロで奥武蔵や奥多摩を歩くことが多かったのですが、色々な山に挑戦してみたいという気持ちと、安全に山に登りたいという気持ちから日本山岳会に入会しました。よろしくお願ひいたします。

《丹治 洋介 会員番号 16839 》

丹治洋介と申します。

現在東京都豊島区に住んでおります。

秩父市大滝地区で地域おこしのボランティア活動をしており、週末は

秩父にすることが多いです。雁坂嶺などへのツアーや近辺の沢遊びなどの企画を立てていきたいと思っていますので山岳会で安全な登山などを勉強させていただければと考えています。

2017年に元民宿甲武信という民宿を購入。民泊営業スタートしています。さらに一棟貸しの宿泊所も年明けにはオープンします(1~10名ほどで宿泊できます。) ぜひお近くの山に登る際はご利用ください。

今後ともよろしくお願ひします。

《星野 敦子 会員番号 16842 》

星野敦子と申します。大学の教員として、小学校や特別支援学校の教員養成を行っています。またこの10年ほど地域で自然保全やまちづくりなどの活動などに関わってきました。子どもの自然体験活動や、居場所づくりにも力を入れています。登山はまだ2年ほどで初心者ですが、ご指導よろしくお願ひいたします。

《塚越 和子 準会員番号 A0413 》

山塾三期生、塚越和子と、申します。

5年ほど前に友人に連れられて尾瀬、日光白根に行き、それを機に山にはまってしまいました。今は、土の上を歩くだけでも何か生命を感じ、低山からアルプスまで、行ったことのない山は、歩いてみたいと思うようになってしまいました。

少ない経験から選ぶとしたら、北アルプス縦走が、1番の思い出です。

いつかエベレスト級の山を、下から、下から、ですよ、眺めてみたいと大きな夢を持っています。

これからもご指導よろしくお願い致します。

《竹下 智子 準会員番号 A0414 》

やま塾から入会しました竹下智子（タケシタサトコ）です。千葉県市川市在住です。山に登るようになったのは旅行きっかけです。もう一度そこから先に行きたくて、とりあえず近隣の山に登るようになりました。私の周辺に山をする人は皆無なので、単独で登っていました。そのうち、もう少し大きな山に登りたいという思いが募りました。でもその一方で、全体的に足りないままでの単独は無謀かもしれないとも思うようになりました。そして縁あってやま塾を知り、コロナで開催が延期となり、やっと参加ができて、今に至ります。『なんだかんだで、やっぱり、山。楽しい!』と思いつけられますように。知識も体力も胆力もまだまだですが、よろしくお願ひします。

《行方 真由美 準会員番号 A0415 》

友達に誘われてやま塾3期を受講して、山岳会 埼玉支部の活動を知って入会させて頂きました。季節や気候で変わる景色と青空、霧、雲海や草花など心に残る景色に惹かれて山が好きになりました。岩場の通過がどうしても怖いので技術を学べたらいいなと思っています。

まだまだ知らない山の魅力を安全に楽しみたいと思います。よろしくお願ひ致します。

《町田 美春 準会員番号 A0416 》

この度埼玉支部に入会させて頂きました、やま塾3期生の町田です。皆さんレベルの高い方達ばかりで場違いだったかなと... 恐縮しています。やま塾では登山の基礎を学び皆さんと共に楽しむことができました。これから少しずつレベルアップをし四季折々の山を楽しみたいと思います。どうぞ宜しくお願い致します。

《萩原 みか 準会員番号 A0417 》

花と木が大好きな萩原みかです。よろしくお願ひします。私は40代後半のある日、夢の富士山登頂を諦めるか否かを決断。絶対無理と。『諦めちゃうんだ?!珍しいね。』と息子が一声。そうだ!諦めないのが私なのだ。そこから富士山初登頂2年計画がスタート。低山から始まり、今年2度目の富士山登頂達成し今に至ります。運良く山塾と出会い、この先は山岳会の方々の様々な山の楽しみ方を見習いたいです。

《渡辺 徹也 準会員番号 A0419 》

若い頃は、やま塾の講習内容のようなことはあまり意識せずに仲間とただただ楽しく山登りをしていましたが、その仲間とも最近では山登りをしなくなってしまいました。そのような時期に、第3期やま塾の案内を東さんからいただき、参加したことを契機に埼玉支部に入会させていただきました。

まずは自分の体力つくりのため、近隣の山行に参加させていただこうかと思えます。準会員からのスタートです。よろしくお願いいたします。

《大野 国光 準会員番号 A0423 》

私の実家は奥武蔵の山の中にあります。最寄りの駅は西武秩父線西吾野駅になります。週末実家に帰るたび、よく西吾野駅からのハイカーを見かけていました。

最近体力の低下も気になってきましたので、私も山登りをしてみようと思立ち、10月にモンベルの山歩き講習会に参加してみました。まだ何も分かりませんが、健康目的の低山登山を楽しみたいと思います。還暦過ぎの初心者ですが、宜しくお願い致します。

事務局からのお知らせ

事務局長 林 信行

埼玉支部会員 在籍者数及び異動

2022年1月12日現在

会員	126名	準会員	23名	計	149名
----	------	-----	-----	---	------

【入 会】

会 員			準会員		
16839	丹治 洋介 (豊島区)	11月	A0375	森田 恭世 (葛飾区)	10月
16842	星野 敦子 (世田谷区)	11月	A0410	田中 麻志帆 (飯能市)	10月
			A0413	塚越 和子 (練馬区)	11月
			A0414	竹下 智子 (市川市)	11月
			A0415	行方 真由美 (春日部市)	11月
			A0416	町田 美春 (飯能市)	11月

			A0417	萩原 みか (川越市)	11 月
			A0419	渡辺 徹也 (入間市)	11 月
			A0423	大野 国光 (入間市)	12 月

【退 会】

会 員			準会員		
13432	下野 美穂子	11 月			

《2022年度 埼玉支部通常総会・懇親会開催のお知らせ》

新型コロナウイルスの関係で2年にわたり書面による決議をお願いしてまいりましたが、2022年度の埼玉支部通常総会・懇親会はしばらくぶりに埼玉会館にて開催の予定です。

日 時 2022年4月10日(日) 13時30分～15時

場 所 浦和 「埼玉会館」 4階 7B会議室

〒330-8518 埼玉県さいたま市浦和区高砂 3-1-4

電話：048-829-2471 (代)

(JR浦和駅(西口)下車 徒歩6分)

【編集後記】

3月に入りそろそろ桜の開花も待たれる頃となりました。

年明けはオミクロン株の爆発的な感染で毎日の罹患者数の発表が恐ろしいほどでしたが今はロシアのウクライナ侵攻の報道がテレビや新聞の一面を大きく占めています。

コロナ禍の生活からはなかなか解放されそうもありませんが私たちは自分のできることを地道にやっていくしかないと思っています。今年度は初めての広報誌担当で行き届かなかったことも多かったと思いますが皆様のご協力のおかげで何とか年3回の広報誌を発行することができました。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。 橋本久子

公益社団法人日本山岳会 埼玉支部報 第 35 号 2022 年 3 月 15 日 発行

発行者：公益社団法人日本山岳会 埼玉支部 支部長 大山光一

事務局：350-0201 埼玉県坂戸市赤尾 1910 林信行方

電 話：080-2256-4829 Email: stm@jac.or.jp

埼玉支部ホームページ：https://jac1.or.jp/saitama/