



【目 次】

《人生 100 年時代に 76 歳が思うこと》		スキー同好会報告	古川史典	18
	大山光一 1	大高取山自然観察会レポート		19
山行報告		龍 久仁人／渡邊泰子		
1 2 月月例「沼津アルプス」	大野国光 3	埼玉県警察山岳救助隊の話	小玉和孝	22
1 2 月忘年山行「弓立山」	坂倉理恵 6	橋本しをり会長とトークしよう	磯崎佳奈	24
1 月月例「黒斑山」	岡部勇人 10	「埼玉やま塾 7 期」が始まります	稲越洋一	25
2 月月例「南高尾・湖の道」	萩原みか 12	「彩の山研究会」だより	小原茂延	26
平日山行倶楽部		ペンリレー 第 8 回		
九鬼山山行	出口洋三 15	「自由に・気ままに」	松尾 渡	28
御岳山・日の出山山行	塚越和子 16	新入会員自己紹介	林 信行	29
平日山行倶楽部の心得	高橋 努 17	事務局より	林 信行	30
		編集後記	橋本久子	31

《 人生 100 年時代に 76 歳が思うこと 》 支部長 大山光一

かつて、日本人の平均寿命は、戦後間もない 1948 年、男性が 55.6 歳、女性が 59.4 歳。衛生環境や栄養状態も悪かった「人生 50 年」と言われた時代です。その後、高度成長期を経て「人生 80 年時代」に入ったのは、女性が 1984 年、男性が 2013 年。厚生省が公表した 2023 年の平均寿命は、女性 87 歳、男性 81 歳です。

一方、100 歳以上の人口は、老人福祉法が制定された 1963 年、全国で 153 人。1998 年に 1 万人を超え、2024 年は 95,119 人。内訳は、女性が 83,958 人、男性が 11,161 人。

そして、2025 年は、「団塊の世代」と呼ばれた昭和 22 年～24 年生まれの約 800 万人が 75 歳以上になることで、国民の 5 人に 1 人が後期高齢者の仲間入り。その一方で、総人口は、2008 年以降、減少の一途を辿っています。

レジャー白書によると、日本の登山人口は、2011 年に 800 万人、2019 年に 650 万人、コロナ禍の影響で 2020 年 460 万人、2021 年 440 万人と減少したが、2022 年はコロナが行動制限なしになったことで 500 万人とのことですが、新たな登山人口の増加は期待できないと思います。

また、コロナ禍以降、われわれを取り巻く登山環境も大きな変革を遂げ、山小屋では、宿泊客の予約と人数制限が定着、外国人登山者の増加、北アルプスではカード決済を導入した山小屋も現れ、かつての常識が通用しない時代になりつつあります。

一方、ガイド登山、ツアー登山、公募登山、等の普及により、未組織登山者の多くは、団体行動や組織の制約に拘束されない登山を好むと判断しています。ここに安全登山の意識が定着しない、

あるいは新入会員の入会を阻害する要因があります。

その背景には、登山経験の浅い登山者でも他力本願で、国内外の難易度の高い山にも容易にチャレンジすることが可能です。勿論、主催者側も、その都度、安全登山への啓発活動を実施していると思いますが、参加者の判断は経験を参加費で補填する選択肢に繋がっています。

本来、登山の行為とは、自分の体力や技術を積み重ねて、仲間との信頼関係を構築して、目標の山を設定し、登山計画を作成して、組織の活動計画へと展開する。そんな構図は少なくなったという喪失感を覚えます。

また、SNSやYou Tubeで最新の登山情報が入手できるので、自らの体力も実力も把握していない見様見真似の登山者が自然界のルールを知らず、守らずに山に入り、疲労や体調不良により自力歩行ができなくて、安易に救助を要請するケースが増加しています。

登山は、自己責任が基本です。「安全」は確率の問題であり、「安心」はメンタルの問題です。従って、常に、体力の維持・向上に努め、新たな知識（情報、解析、対応力）と技術（用具、訓練）を習熟して、実践を重ねる。五感を駆使して現場における各種状況下、最善の判断を瞬時にできる能力を備えることです。

好天に恵まれ、健康に問題がなければ、無事に登頂を果たし、感動や達成感を味わうことができます。反面、悪天候に遭遇したり、体調不良の場合には老いも若きも、男女の区別なく、自然界の厳しさを味わうことになります。従って、登山の行為を万が一に備えて、すべて想定内におくことです。

今年は、1905年創立の日本山岳会が120周年を迎えます。わたしは社会人山岳会を経て、1972年に入会して53年目になりました。先人からの教えと学びを、自らの成長の糧にして、今があります。

かつて、新入会員は、所属する山岳会の歴史や伝統を見聞して、先輩から登山に必要な知識と技術を実践行動で覚えたものです。過酷な自然が相手の登山では、経験の有無が生死の分岐点でした。そのひとつひとつの体験行為に真剣に向き合い、ときには先輩の厳しい叱咤激励に耐え抜いて、一人前の登山者に成長していく。その過程で、目指す山頂に登頂できた時の感動や達成感は、今も鮮明に脳裡に甦ります。五体満足の登山に感謝です。

埼玉支部の課題は、先輩諸氏の多くが、高齢化により第一線から離れています。残念ながら、新たな若年層の入会者も少なく、登山嗜好の多様化と本格的な登山を実践する会員の減少と相まって、安全な登山を推進する指導者、リーダー不足による組織活動の陳腐化が顕在しています。

来期も「埼玉やま塾」が5月から開講します。と同時に、新たな仲間との出会いを求めて努力を重ねていきたい。そして魅力ある埼玉支部を構築するのは、在籍する会員一人ひとりの行動力です。期待をしています！

【山行報告】 12 月 月例山行「沼津アルプス」

山行委員 大野国光

＊日程 前泊 2024 年 12 月 6 日（金）

山行日：2024 年 12 月 7 日（土）

＊場所：沼津アルプス 最高峰/鷲頭山（392m）

＊参加者：渡辺 CL、大野 SL、朝井、塚越、行方、平本（美）、平本（真）、宮崎、吉田、9 名

＊集合：JR 沼津駅前南口（6:30）

＊天候：晴れ

＊行程：7:00 登山口/八重坂峠→7:40 横山→8:30 徳倉山→9:50 志下山→10:40 小鷲頭山→

11:00 鷲頭山→12:15 多比口峠→12:30 大平山→12:50 多比口峠→13:30 多比バス停～

14:15 沼津駅

歩行距離 8.6km、時間約 6.5 時間(休憩含む)

＊装備：日帰り登山装備 雨具、昼食、行動食、非常食、飲料水、救急用品、防寒着等

＊共同装備：支部旗、救急用品

＊行程概要：

今回の山行は、沼津駅周辺に前泊して、当日駅前に 6 時半集合、最初に目指す横山の登山口（八重坂）まではタクシー移動しました。朝は少し冷え込みましたが、天気も良く日が上がるとともに心地よい山行日和となりました。風がちょっと強かったですが、何れの場所でも眺望が良く山行を楽しむことが出来ました。

7 時に八重坂峠を出発し、いきなりロープありの急登から始まりました。40 分程で最初のピーク横山に到着。小休止後 100m 程下り、鞍部の横山峠を経て次のピーク徳倉山に向かいます。徳倉山は横山より少し高く 256m。三角点が置かれ、駿河湾から富士山の眺望が素晴らしいです。この後、急坂を下り、また登りの繰り返しになります。太平洋戦争末期に掘られた機関銃座跡、中将岩横を通過して沼津アルプス最大の難所鷲頭山の登りです。急登が緩やかになると小鷲頭山です。もう一登りで最高峰鷲頭山です。ほぼ予定通りの 11 時着でした。食事休憩後、下っていくと多比峠。岩尾根にウバメガシ（備長炭原料で有名）の群生の中を歩き、多比口峠に到着。ここを右に下ればバス停ですが、直進して最後のピーク大平山に向かいます。ピークで小休止後、多比口まで戻り多比バス停へと下ります。13:30 皆さん無事に、バス停に到着しました。

沼津アルプスは、400m 以下の低山で 7 山 7 峠をつなぐ初級者向けの山として案内されていますが、各山とも急登と急な下りの繰り返しで、縦走はかなりの健脚向きです。しかし七つの山それぞれ少し下った峠（鞍部）からはそのままバス停まで下れますので、体力に応じて楽しめるということになります。地元ボランティアの皆さんの手作りの案内があり、道迷いもほとんどありません。富士山、駿河湾、天城などの絶景を望むこともできます。急坂の登り下りには、いずれも鎖、ロープが整備されていますので慎重に登り下りすれば危険はありません。楽しい山行でした。皆さん一度行かれたら宜しいかと思います。



駿河湾方面が見えます



鷲頭山への急登



沼津アルプスの最高峰・鷲頭山頂上にてパチリ

【参加者の感想】

■朝井紀久子：沼津アルプスは、ずっと前から気になって行きたかったので、企画して頂いて良かったです！ 思いもよらず急登が多く、また滑りやすさもあり気の抜けない事には驚きました！

(笑)でもワクワクしていた駿河湾を見ながらの山道の光景が見られて良かったです。下山後の沼津のお寿司、なんと美味しかったことか(^o^) 山と海のコンビ、良いですね！

■塚越和子：風が少し強く、でも空は青空の 1 日、皆さんとの会話も弾んだ楽しい沼津アルプスでした。途中で、町や海が見えてきたり、富士山が半分顔を出していたり、歩きながらも楽しめました。帰りに買ったみかんも、すごく甘くて沼津のお寿司も新鮮で、山も含めて最高の 1 日でした。

■行方真由美：海風とポカポカ陽気と急登を何度も登って下って海を見渡し富士山も見える沼津アルプスはとても良い山でした。鷲頭山の山頂には柑橘系の木に大きな実が実っていて沼津らしかったです。前泊から参加メンバーの皆さん、渡辺さん、大野さんには大変お世話になりました。ありがとうございました。

■平本真二郎：沼津アルプスは以前より気になっていた所で、今回の支部山行案内を見て直ぐに参加を決め楽しみにしていました。最初の登山口から急登が始まり、その後もアップダウンが連続し低山とは思えない変化の有るコースで、海と富士山見え隠れする気持ちの良いコースでした。次はぜひ、新緑の春にもう一度訪れたいと思っています。

■平本美恵子：海の無い埼玉県に住んでいると、海を見るだけで感動してしまいます。沼津アルプスは駿河湾を見ながら富士山となかなかの急登・急下りの連続で景色最高、ハードさ面白い、とても楽しい山行でした。海の近くとなるとやっぱりチラつくのは魚…沼津駅近くで皆さんと食べたお寿司はこれまた最高に美味しかったです。

■宮崎則子：低山ながら、UP&DOWN が続く山道、好天に恵まれ、汗をかく急登もありましたが、道が乾いていたので落ち葉、岩、小石に気を付ければ歩き易かったです。又、地元の方々の尽力で山道や標識等整備が整っていたので安心感がありました。「中将宮」や「機関銃台座跡」などの説明板で歴史の勉強もできました。樹林帯を抜けると目前に真っ青な空をバックに冠雪した富士山が見えたり、反対側には眼下に駿河湾の一望が見えたり変化に富んだ展望を楽しめました。海無し県、埼玉在住者には山頂から間近に見える海や漁港の眺めにとっても感動しました。参加者の皆さんの楽しいオシャベリで軽快な足取りになり、早目に下山が出来、時間に余裕が持てたので沼津駅前で美味しいお寿司も食べられました。そして何より、前泊からの CL 渡辺さん SL 大野さんのご配慮に感謝しております。楽しい山行ありがとうございました。

■吉田湖恵：縦走大好きな私にとって沼津アルプスは願ってもない山行でした。また、とても久しぶりに参加する支部山行だったので前泊の日から『うん、お天気は大丈夫そう！』とワクワク・ドキドキ。参加者の方々とも久しぶりにお会いできていろいろお話ししながら楽しく登りました。低山ではありますが起伏が激しく山稜線は整備されているものの鎖・ロープを伝って進むところも

あったので緊張もしました(低山を舐めてはいけませんね！)。期待の富士山は大きく見えましたが見えましたが山頂は雲に隠れて残念～。北風も冷たかったですね。でも海を見下ろす大パノラマには『これ、これよー！』とみんなで感動しました。下山後に食べたお寿司も満足、満足。思い出に残るとても楽しい山行になりました。皆さまお世話になりありがとうございました。そして CL 渡辺様、SL 大野様のご尽力に感謝いたします。

■渡辺徹也：沼津アルプスは、地元の山の会の人たちから愛され・親しまれている山であることをテレビ放映で知り、関心を持っていました。地元の紹介によると、「登山入門に最適」と謳われながらも、地図を一見しただけでも中々歩きがよいある山と感じていました。当日は、天気も良く、参加者の皆様の足並みが揃い、順調にゴールできたので、良かったです。

【山行報告】 12 月 忘年山行「弓立山」

山行委員 坂倉理恵

- ・ 日程 2024 年 12 月 14 日(日)
- ・ 目的の山 弓立山 427m (ときがわ町)
- ・ 天候 晴れ 北風やや強い
- ・ 参加者 若林、渡辺(徹)、高橋(努)、小玉、稲越、鴨志田、野口、出口、朝井、齋藤(哲)、足立原、橋本、東、轟、小島、大室、金丸、立原、浅田、米山、平本(真)、平本(美)、市川、奥田、田中(利)、古川(SL)、坂倉(CL)
計 27 名
- ・ 行程 明覚駅 10:00→ 11:00 元保育園登山口→ 桃ノ木登山口からの尾根に合流
→11:40 男鹿岩→ 12:00 弓立山山頂 12:40→ 13:40 桃ノ木登山口
3 時間 40 分 5.5km

今回の山行は、当初、明覚駅から金比羅山(バリエーションルート)を経由して、弓立山の元保育園登山口に向かう計画だったが、うれしいことに申込み人数が予想を大幅に上回ったため、安全を最優先に考慮し、当初のルートを変更することにした。計画のルートの金比羅山は急なアップダウンを繰り返し足元も悪いため、大人数でここを経由すると時間的に焦りが生じてしまうと判断、車道歩きは長くなるが、金比羅山は通らずに、駅から直接、弓立山の元保育園登山口に向かうこととした。

また、集合場所は基本ルートの明覚駅か、各自で弓立山山頂まで行って頂く山頂集合かのいずれかとした。山頂で全員が集まったのち、下山は参加者皆で桃ノ木登山口に下りた。

明覚駅から出発する 19 名と、山頂で集合した 8 名の計 27 名のパーティである。

【10:00 明覚駅出発】

快晴ではあるが、風が強いことが気になりつつも、日が当たる場所は 12 月にしては暖かい。全員が揃うのを駅の待合室で待ちながら、若林さんにご協力頂き、懇親会に参加される方から会費の集金をする。予定通り、10 時ぴったりの出発。今回 SL 古川さんが膝の故障で登山ができず、車で

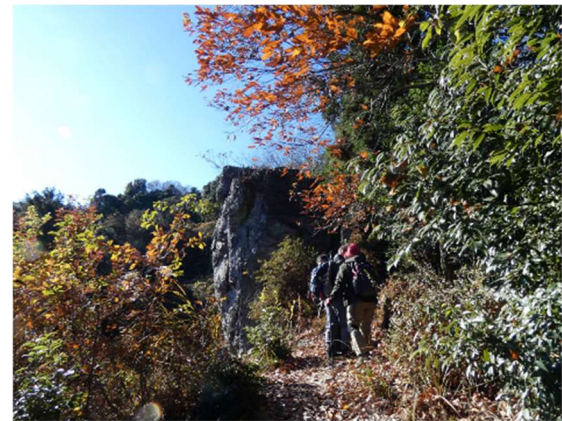
サポートして下さることになった。山行を古川さんに頼ってしまっていたのでとても不安だ。まずは車道を 1 時間歩く。風が強くて体感 10 度を下回っている。早く山の中に入りたいと思う。途中、「弓立山登山口」と書かれた看板があり、そこは下山で降りてきた時の登山口で、行きでは使わないのだが、道を間違えているのではと不安に思われた方もいたようだ。



弓立山を望む

【11:00 元保育園登山口着】

予定通りに登山口に到着。少し休憩してから山道に入る。ここは道標も何もない道で、分岐でヤマレコの地図を確認したのだが、間違えて進んでしまった。後ろから指摘して頂き、すぐに引き返したので事なきを得たが、気を付けなければと改めて思った。

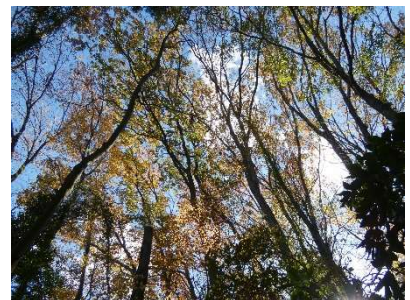


男鹿岩

本線に合流してからは、ゆっくりと全員の足並みが揃うようにペースを合わせる。特に遅れる方もいなく、落ち葉に足を滑らせないように慎重に足を運ぶ。急な岩場や歩幅が合わない階段などあったが、皆さん難なく通過していた。

【12:00 山頂到着】

予定より 30 分早く山頂に到着。先に着いていた山頂待ち合わせの 8 名と合流。全員で恒例の記念撮影をした。山頂からは澄んだ空気と快晴の青空の下、関東平野が一望できた。低山ながらも絶景だ。スカイツリーや赤城山なども見えるそう。山頂にトイレがあるのもありがたい。



30 分強休憩を取り、今回の山行のフルメンバーで下山開始。山頂近くは急なところもあるので、気を付けて下山する。この季節、花が咲いていないのが残念だが、枯れた落ち葉を踏む感触や、見上げればまだ残っている紅葉、そこから差し込む日の光に、山にいる幸せを感じる。30 人近いパーティなので対向者に道を譲るために足を止めたその時にも、冬山を身体いっぱい受け止める。

懇親会のお店のマイクロバスが登山口に迎えに来て下さるので、あまり早く着きすぎないように、ゆっくり調整しながら歩いていく。この間にも SL 古川さんが、お店で懇親会の準備をしてくだ

さっていた。トランシーバーで常に現状を報告し、アドバイスを受け心強かった。



集合写真



弓立山からの眺望

【13：40 桃ノ木登山口に下山完了】

27 名の足並みが揃い、全員無事に下山。約束の時間より早かったが、お店の方が快く登山口までマイクロバスで迎えに来てくださった。古川さんの車と併せて、懇親会に参加されない方も全員がバスと車に乗ることができた。そうでないと車道を 30 分歩いて明覚駅に帰ることになるので大変助かった。

【懇親会】

参加者 27 名のうち、20 名が明覚駅から徒歩 3 分の「割烹とき川」の懇親会に出席。

お店の 1 階が我々で貸し切りとなる。今回の参加者の中で最年長である米山さんのご挨拶と、最年少の若林さんの乾杯の音頭で開宴となる。私が「飲み放題ではないので」などと余計なことを言ってしまったせいで、謙虚な皆さんは遠慮してしまったのではないだろうか（これが今回の山行での一番の反省点。汗）。一人 1 分の自己紹介を聞きながら、お料理も次々と運ばれてくる。そして今回のお楽しみのオークション。最低 1 円、最高 3,000 円までで競り落とすルールだ。手作りお菓子、T シャツ、プロテイン、ポストカード、手ぬぐい、手袋、アームカバー、ヤッケなどなど。高橋さん出品の 30L のミレーのザックが一番人気だった。電車の時間に合わせ、宴もたけなわの中お開きとなった。（皆さん十分飲めただろうか。心配）



そして、今回のオークションの寄付金と会費の余剰金は、ふれあい登山でお世話になっている「一般社団法人 埼玉県障害者スポーツ協会」に寄付させて頂くことを、参加の皆さまにご了解いただいた。

後日、参加者の方に会計報告をした後、振込にて寄付をした。

ご参加の皆さまには厚く感謝の意をお伝えしたい。ありがとうございました。

【参加者の感想】

■**鴨志田隼司**： 山登りほど老いも若きも四季を通して楽しめるスポーツはないだろう。しかし、事故を伴うことがある行為なのも事実である。だからこそ、日頃の山行で、山仲間とのコミュニケーションを養っておくことは大事である。

「忘年山行」や「新年山行」の際に持たれる懇親会は、山仲間にとってまたとないコミュニケーションの場であろう。例会山行では情報のやり取りが少ないので、こうした機会に持たれる何気ない会話から、その人となりが見え、山行歴や技量の一端を理解でき、山仲間としての意識が芽生えるようだ。

懇親会とは、広辞苑によると、“ねんごろに親しむこと、交際をあつくる会”とされている。普段会話を交わすことの少ない会員同士での交流の場である、「山友と登る」、互いに助け合う山登りにとって、懇親会というよりも親睦会が相応しいようだ。

今年の懇親会は山行サブリーダーの司会による巧みな進行で進んだ。親睦の義はいつもより和気あいあいに行われ、参加した 20 名の会員による自己紹介と食卓を共にする山仲間との談話は、山の情報や山道具の選び方などさまざまである。また、5 年ぶりのチャリティーオークションの復活は、山のグッズや日用品、手作りケーキを出品する人などさまざまで、特に目玉の高額ザックの入札・競り落としが、最後はジャンケンで決まったのにはビックリした。オークションの収益と会費残金は、「一般社団法人 埼玉県障害者スポーツ協会」に寄付されました。風の強い冬の日だったが、陽が落ちる前に心温まる気分でした。

忘年山行と懇親会を企画し実施された山行委員、社会貢献委員の皆様に感謝申し上げる次第です。

■**市川順子**： 私は埼玉支部にコロナ前に入会し、清掃登山、大高取山自然観察会に次ぐ 3 度目の登山となった。山行日であった 12 月 14 日は、晴れ渡ったものの、空気が冷たく木枯らしが吹く冬らしい一日であった。明覚駅に集合した 20 名近くによる移動となったため、当初のルートが変更され、車道を移動しながらの出発になった。風が強く吹きすさぶ中、体感温度は低く、ダウンの中で身を縮こませながら歩いた。歩くこと 30 分弱で体は温まり、元保育園登山口の手前でフリースを脱ぎ、身軽になって山道に入った。枯葉を踏みしめ、張りめぐらされた木々の枝の間に足を滑

り込ませながら上を目指した。自分の体重を足で受け止めながら無心になって登ること自体が心地よい。

辿り着いた 426.8m の山頂は眺望がよく、スカイツリーらしきものも見え、関東平野を一望しながらの昼食となった。山頂はその昔パラグライダーの滑空場があったらしく、開けた場所になっていた。先に山頂に辿り着いていた残りの 10 名近くの会員と合流し、長蛇の列を作りながら下山した。下山は楽かと思いきや、滑らないように時々、足を踏ん張る必要があり、切り立った岩々を右手に見据えながら下った。その岩の中に巨石である男鹿岩（おがいわ）もあったと思われる。どのようにして、こうした岩が林立している状況になったのか、その謎を知りたいと思った。登山道が狭いゆえ、対向者とすれ違うために、何度か踏みとどまる必要があったが予定より早い下山となった。

桃ノ木登山口からバスに揺られ、5 分ほどで懇親会場「割烹とき川」に到着した。刺身、煮魚、茶碗蒸し、うどんといった和食に舌鼓をうちながら、古川委員による挨拶、参加者全員の自己紹介に聞き入った。皆、楽しそうにご自身の登山歴を披露していた。その後、掘り出し物のオークションとなった。出品物は食べ物やウイスキーから T シャツ、写真集、Millet のザックと幅広く、全ての品が希望者の手に渡った。売上金は一般社団法人 埼玉県障害者スポーツ協会に寄付されるという乙な企画であった。最後に坂倉委員からの挨拶を拝聴し、16 時にはお開きとなった。胃袋も心も充たされ、幸せな気分での帰路についた。

今回の山行から 70 歳や 80 歳でも山を楽しむことができるという事実は私にとって大きな励みになり、もっともっと山の魅力を知ろうと決意を新たにした。最後に企画し準備くださった委員の皆様、おしゃべりに花を咲かせ、楽しく登山ができた同行者の皆様に感謝申し上げます。

【山行報告】 1 月 月例山行「黒斑山」

山行委員 岡部勇人

今回は、9 名で冬の黒斑山へ行って参りました。雪山初級ということで、フラットフットィグ、キックステップ、アイゼンの装着や歩行などの練習を交えながら山頂を目指しました。天気にも恵まれ、青空の下のカトーショコラを望むことができました。(記：岡部)

1 日程 2025 年 1 月 18 日（土）日帰り

2 場所 黒斑山 (2,404m)

3 参加者 CL 轟涼、SL 岡部勇人、田中利昌、朝井紀久子、行方真由美、平本真二郎、平本美恵子、塚越和子、林信行 計 9 名

4 天候 晴れ、風ほぼなし

5 コースタイム

10:20 高峰高原ビジターセンター→(表コース 途中硬雪歩行、アイゼン装着、滑落停止姿勢などの練習)→12:35 槍ヶ鞘→13:00 トーミの頭→13:20 黒斑山→14:00 トーミの頭→(中コース 途中深雪歩行の練習)→15:20 高峰高原ビジターセンター



【参加者の感想】

■**田中利昌**：風なし、ガスなし、比較的豊富で新鮮な雪で天候に恵まれ最高の雪山登山でした。富士山、八ヶ岳を始め北アルプス、妙高連山等この時期ならではの素晴らしい眺望でした。轟 CL からは、アイゼン装着の確認、歩行訓練、滑落停止およびラッセルワーク等ご指導いただき大変勉強になりました。ただし、冬場になり鍛錬不足のせいか、帰りの運転中に太腿が攣りマッサージしながら帰りました。雪山では夏山とは使う筋肉が違うように感じます。筋力低下、アミノ酸未摂取、水分補給不足等反省すべき点です。皆様、今年も宜しくお願い致します。

■**朝井紀久子**：雪山登山初期の頃に、初めて黒斑山にベテランの方に連れて行って頂いた時は、曇って展望も無かった事もありますが、ひたすらに雪道をアイゼンでしっかりと踏み進む事に殆ど集中していました。しかし時を重ね今回、支部山行で久しぶりに行った黒斑山は、素晴らしい晴天で、展望も素晴らしく、また、轟 CL の沢山のお話や、岡部 SL の先導、そして参加者の方々との会話も、沢山味わう事が出来て、とても収穫の多い素晴らしい山行となりました。ありがとうございました。

■**行方真由美**：最初のアイゼン装着を、オーバー手袋したまま行ってしまい、装着するのに手間取ってしまいました。ツボ足で雪の登山道を歩くなど歩行の練習やピッケルでの滑落停止の復習もできました。お天気も青空と少し噴煙の上がるガトーショコラの浅間山の景色も最高に綺麗で眩しくてとても内容の濃い山行になりました。轟さん、岡部さん、参加者の方々お世話になりました。ありがとうございました。

■**平本真二郎**：一年ぶりの雪山、前日に服装、アイゼンの装着方法が不安になり自宅で装着練習してから参加しました。人気の山で登山客の多さは驚かされました。雪の多い状況の中で、最初は登山靴で登り途中でアイゼンを装着しました。違いを体感でき非常に参考となりました。頂上付近では真っ青な景色の中、ガトーショコラの浅間山が綺麗に見えて最高でした。

■**平本美恵子**：快晴の中、ブルーの空、ガトーショコラを堪能し遠くのアルプスの雪山がくっきりと見え最高の雪山山行でした。天気予報で気温-5度となっていたので、どのくらいの衣服の準

備がいるのか迷いました。風もなく全く寒さを感じず、登りでの汗、休憩時の寒さ対策など衣服調整の時間をとっていただいたので、これからの雪山での対策を実感しながら考えられる、とても有意義な山行でした。アイゼンを着けずに坂を下り、滑落防止練習とても楽しかったです。

■**塚越和子**：雪山登山としては最高のお天気で、とても楽しい 1 日でした。基本的なことを、詳しくご指導頂き、大変勉強になりました。つぼ足歩行の練習も、為になりました。

■**林信行**：今回の黒斑山は雪訓を兼ねての山行と伺いましたが、この時期の浅間山を写真に撮りたくて、個人的には撮影山行をしたい旨、轟リーダーにお願いし、お許しいただきました。しばらくぶりのアイゼンとピッケルを身に着けるも、猛烈に体の硬さを痛感、それでも黒斑山からの浅間山の冠雪姿にうっとり、優しく雪化粧した浅間山の何処に火口周辺規制(噴火警戒レベル 2)といういたずらな気持ちを持っているのだろうと山に聞いてみたくもなりました。ゆったりと撮影出来て、楽しい一日でした。

■**CL 轟涼**：素晴らしい天気恵まれ、初級雪山山行を催行しました。雪山の基本として、アイゼン無しのフラットフットイングとキックステップ、そしてアイゼンの着け方とアイゼン歩行を練習。歩行の違いを実感してもらいました。滑落停止練習も少々。滑落しないように歩く大事さを理解出来たかな？ラッセル体験も、と盛りだくさんでした。名物ガトーショコラもばっちり見えて大満足でしたね🌟

雪山は、装備が増えて重く、体力も必要ですが、美しさも格別です！頑張って、これからも雪山を楽しみましょう！

【山行報告】2 月 月例山行「南高尾『湖の道』」

山行委員 萩原みか

1. 日 程： 2025 年 2 月 16 日(日)
2. 場 所： 高尾山(599m)
3. 集 合： 2/16(日) 京王線高尾山口駅 改札口前 7 時 00 分
4. 行 程： 【コース】 高尾山口駅 7:10 → 草戸山 8:50 → 榎窪山 9:25 → 泰光寺山 9:45 → 入沢山 10:25 → 中沢山 11:05 → コンピラ山 11:35(ゆっくり昼食) → 大洞山 12:10 → 大垂水峠 → 一丁平 13:15 (wc) → 高尾山 14:00 → 琵琶滝 15:35 → 高尾山口駅着 16:00
全 17.9km 行動時間 約 8 時間半(休憩込)、累積標高差 約 1300m

【行程概要】

高尾山口駅前に 7:00 集合。事前欠席 1 名、当日欠席 1 名の連絡を受け、10 名で 7:10 出発。数日前には雨が心配された天気は穏やかな小春日和に変わった！

南高尾・湖の道ルートはアップダウンを繰り返して 10 座、約 17 キロの道のりを、各ピークには「巻道」が設けられているが、今回はとにかく『巻かない道』で行く。富士山や南アルプス、湖越しの丹沢山系の眺望や倒木の一刀彫りの造形など随所で見どころがあり飽きない。最初に尾根に上

がった四辻で、すぐ衣服調整。暫くすると真っ白な富士山の頭、南アルプスも見えた。草が枯れて見通し良く、冬ならではの眺望に、キツイ登りも時折慰めてもらう。徐々に気温が上がってきたので、汗ばむくらいになり、尾根に吹きあがる風が心地よかった。半袖になる元気な方もいた。小休憩で行動食をとり、こまめに水分を取りながら進む。ピッチが気持ち早めであったのはコンピラ山でお昼の大休憩をゆっくり取るため。お昼休憩ではリュックから思い思いのオヤツが出てきて振る舞われた。お菓子、お手製のパン、お漬物まで。グループ登山の良いところであり和気藹々だ。これまでのハードだった疲れがやわらぎ、しっかり元気を回復して、後半へ。



草戸山



フクロウのトーテムポール



入沢山



西山の龍(木彫り)

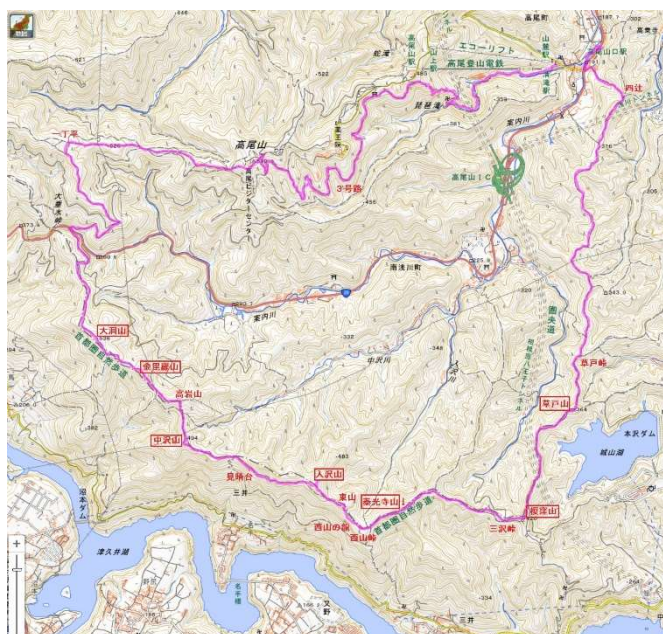


中沢山



大洞山

大垂水峠まではすれ違えない細い下り道。ここから次は一丁平への登りがキツイのだが、多少の泥濘をゆっくりすすみ、一丁平園地でトイレ休憩。ここまできれば難所は乗り切れたとホッとする。さすがは高尾山。山頂に近くなると人出が凄い。下山路は3号路～2号路と静かな山道。橋を幾つか渡り、琵琶滝を過ぎて高尾ケーブル駅前にほぼ予定通り 15:50 到着。メンバーから『17 キロ』歩き切ったね！と嬉しい声が上がった。[このルートは高尾山口駅からグルッとハート型の軌跡を描いて周回できる。](#)冬のトレーニングにピッタリだね、と好評だった。皆さん夏に向けてやる気満々なのだ。



GPS ルート(出典：国土地理院 Web 地図)

日曜日の高尾山の雑踏を避けて計画より少し行程が長くなったが、地図に載っていない未踏のピーク高岩山と東山を制覇、普段行かない 3 号路まで歩けた。8 時間半と長い行程だったが全員揃って怪我なく下山でき、本当に良かった。参加の皆さま、ありがとうございました。

《参加者の皆さんのメッセージ》

■【坂倉理恵】 アップダウンを繰り返す、タフなロングルートでした。皆さんについて行けるか不安でしたが、リーダー、サブリーダーのお二人が振り返りながらペースを見て、合わせて下さいました。ありがとうございました。巻道を全く使わなかったおかげで（キツかったですが）行ったことのない初めてのピークも踏むことが出来ました。今日はヤマスタのスタンプがたくさん集まりました（笑）。とても楽しい山行でした。

■【土田利恵子】 久しぶりのロングコースでした。普段は使わない高尾山 3 号路の水平路。しっかりと距離を延ばしていただき疲れしました。萩原さんが見つけてくれた花(カンアオイ：寒葵)は土と同化した色で驚きました。自分にとって南高尾山陵はトレーニングとして使っていますが、今回の山行は新たな発見も有りこれから南高尾山陵へ行くのが楽しくなりそうです。稲越さん、萩原さん、今回の山行で一緒だった皆さん楽しい山行ありがとうございました。また一緒お願いします。

■【松尾 渡】 高尾山は珍しくないが、「南高尾湖の道」は新鮮な響きのため手を挙げ、山行に参加させていただいた。2 月にしては暖かすぎる登山日和のなか、高尾山含め 8 山の登り下りを約 8 時間半かけて無事高尾山口に下山した。夏の登山シーズンに向けて、さらに体力・脚力をつけることを実感した。

■【小島千代美】 初めての南高尾、8 時間縦走は心配でしたが歩き切ることができ良かったです。立木にフクロウ、横たわる木に龍の彫り物、薬王院が見える所、入沢山空中レストラン休憩ベンチ。見ごたえのある道中でした。稲越さん、萩原さん、計画ありがとうございました御座いました。

■【田中利昌】 初めて歩くコースでした。単調なコースかと思っていましたが木彫りのフクロウ、長々と横たわる龍や観音菩薩像などが出迎えてくれ、入沢山の絶景スポット等飽きない山行でした。案内文にもあったように冬場のトレーニングには打ってつけだと思います。萩原様、稲越様、参加の皆様ありがとうございました。

■【SL 稲越洋一】 高尾山の登山ルートの中でも、山道らしかった「稲荷山ルート」が木の階段ルートに変わってしまいました。そこで、爽やかな尾根歩きをタプリー楽しめる南高尾「湖の道」を支部山行に推薦しました。別名「**南高尾セブンサミッツ**」とも呼ばれ、7つのピークを巡る、眺望やミニ急登もある面白いコースです。登山前は曇りか雨予想だったのですが、当日は季節外れの春を思わせる暖かさとなり、富士山や南アルプスも望めた 2 月とは思えない楽しめる山行となりました。普通の高尾山に飽きた方にお勧めです。



■【平本美恵子】 高尾山といえば、ここは山？とは思えないような賑わいの、人の多い山しか知りませんでした。今回の南高尾は人の少ないアップダウンの連続の縦走路で城山湖や津久井湖、遠

くに富士山を見ながら歩けるととても気持ちのいい面白い山でした。至る所にベンチがあって皆さんとワイワイ行動食を食べたりと、とても楽しい山行でした。

■【町田美春】南高尾のハートコースは、以前から興味がありとても楽しみにしていました。低山ながら起伏に富み、冬のトレーニングには最高のコースでした。冬の晴れ間に津久井湖の青さと真っ白な富士山を望みながらのハイキングはとても気持ちの良いものでした。久しぶりの山行で少々疲れましたが、今回も楽しい山行でした。

■【平本真二郎】今年 2 回目の高尾山でしたが、初めてのコースに期待と少しの不安で山行をスタートしました。稜線に出て南から見る高尾山は新鮮で再発見の連続でした。その後、富士山も見え始め私を含め参加者のテンションも上がり、最高の山行となりました。今後は今回のコースをトレーニングにも組み入れて行きたいと思います。



塩見岳山系遠望



農鳥岳山系遠望



丹沢山系遠望

同好会 平日山行倶楽部 11月～1月 報告

ご紹介：平日山行倶楽部の心得

評議員 高橋 努

11 月 九鬼山山行 (11 月 21 日)

出口洋三 記

秀麗富士と紅葉に染まる低山を同時に楽しみたいというのが今回の目的である。明け方に降った小雨は早々に止んで、まずまずの登山日和となった。駅前から 15 分足らずで登山口の愛宕神社下に着く。ここから山道に分け入って一気に頂上を目指すことになる。他の登山者の影はほとんどない。

山道に散り敷く枯葉は濡れていないので歩きやすく、風もほとんどない森の中は静かである。一時間ほどで紺屋の休場に到着。このあたりから九鬼山の山袈の形状が顕わになってくる。傾斜の度合いが増してきた最後の登りは、老齢の身の私には一度二度と息を整える必要があった。程なく着

いた頂上広場には三角点標識そして長椅子が三脚おいてある。そこからの眺望は、北側や西側に見える近くの山々はよく眺められるが、南側に見えるはずの富士山方面の山域は雲がかかっている見通せない。眼下には九鬼集落や登ってきた山壁などの全域が見渡せるのだが、紅葉・黄葉の色づき具合が悪いのか、高揚感がいまひとつ。上空には雲一つない青空が存分に広がっているだけに残念である。

ゆっくりと食事休憩をとり午後一時過ぎに下山開始。気持ちの上では、さらに縦走路を経て別のピークをという期待もあったかもしれないが、初冬の日への入りは早い。それは別の機会にとっておいて、ここから一気に田野倉駅方面へと下山のコースに入る。頂上直下から、踏み跡が定かでない所や急勾配の痩せ尾根を降りる所などがあり、多少の緊張感を強いられたが、その後は歩きやすい登山道を辿って無事に田野倉駅まで下りてくることができた。



今回は、電車を効果的に使って「駅から歩きだし歩いて駅に戻る」そんな登山となった。これも地味ではあるが気楽な山旅の一つであると思われる。

もうひとつ、九鬼山頂上の真下に試作中のリニアモーターカー専用のトンネルが掘られており、日に日を継いで実験走行が行われている。今回の登山の途次に、トンネルを出入りするリニアモーターカーの生音を二度ばかり聴くことができた。それは思わず「何の音？」と叫びたくなるほどのおどろおどろしい爆発音であった。

(参加者：小島、橋本、坂倉、立原、塚越、吉田由、宮崎則、東、萩原、米山、浅田、山崎、渡辺徹、出口、清登、高橋)

1月 新年山行 御岳山・日の出山(1月9日)

塚越和子 記

2025年新年早々の平日山行倶楽部の山行は、まさに山とお食事がセットになった最高の企画で始まりました。

まず御岳神社で、昨年が無事に過ごせたことへの感謝、今年の健康と安全登山を願い、日の出山に向かいました。風もなく登山には絶好な日で、おのずと会話も弾み、一步一步、幸せな気分で山道を踏みしめました。

その後、日の出山から沢井駅に降り、小澤酒造「ままごと屋」で、自家製豆腐、湯葉の懐石料理を、清酒澤乃井とともに頂きました。素朴な優しい味で大変美味しく、再びお正月気分を味わいました。

26000歩程の山行とお食事のセットは、まさに平日山行倶楽部ならではの企画で、高橋さん、清登さんに感謝です。

今年もこのような企画、楽しみにしていますのでよろしくお願いします。

(参加者：小島、立原、塚越、吉田由、宮崎則、萩原、吉田湖、米山、山崎、渡辺徹、足立原、渡邊嘉、野口、大室、清登、高橋)



日の出山頂



ままごと屋で「今年もよろしく」

【ご紹介】平日山行倶楽部の心得

高橋 努 記

平日山行倶楽部は 2022 年 5 月に発足しました。今年の 1 月に開催した新年山行で 26 回の山行を重ねました。メンバーは 42 名ですが、50 歳代から 90 歳代まで、平均は 72 歳、男女ほぼ半々です。

会のコンセプトは、平日に仲間で近郊の日帰りハイキングや宿泊での遠出等をのんびり歩こうというのが目的で、年齢相応に暑すぎず寒すぎない時期と山を選んで、絶対密集にならない平日に、標準コースタイムの 2 割増し程度のスピードで登るのがルールです。追い越し禁止、追い抜かれ優先がモットーです。お昼休憩もゆっくり景色を楽しみながら自慢のお弁当を楽しみます。個人山行なので遅れる人もいるし、途中で休んでしまう人もいる、それはけしからん！と言われそうですが熟年者の特権ということで寛容に対応しましょう。ただし、自己責任です。まあ、できるだけそんなことがないようにコースや天候を選びます。勿論、登山届・下山通知（コンパス利用）は必須です。

山行では、歩きだしてすぐに「今日は調子が悪いから車で待ってるよ」とか、山頂のすぐ下で「この山は前に登ったから、ここで待ってるよ」等ということもあります。

ただし、「俺は一人でこっちのコースを降りる」は駄目！です。

熟年者グループなので登山レベルは、☆か☆+がほとんどですが、お楽しみを加えて、飽きないように工夫しています。膝や腰に故障を抱えているメンバーや、これを克服して登山復帰を果たされるメンバーもいます。誰もが経験することなので対策情報を共有しています。

私は責任者としてトップを歩き、絶対にペースに無理がないようにしていますが、実は、精一杯のスピードで歩いています。「遅い！」と感じる方は、支部山行でお楽しみください。

皆さん、事故対策には気を配っておられますが、私も通常の救急備品に加えて、低山でもツェルト、サムスプリント、補助ロープなどを持参しています。しかし、どんなに気を付けても、転んで足首をねん挫した！などは避けられません。スマホの予備バッテリー、ココヘリ発信機は必携です。

最近、100 歳まで登山を楽しもうということになってきました。今山会員の 90 歳登山のお祝いは経験しましたが、100 歳のお祝いもいずれ実現するでしょう。そんなことを夢想しながら、明日の低山歩きに精出しましょう。

スキー同好会 第 6 回日帰りスキー会報告**山行委員 古川史典**

- 1, 開催日：令和 7 年（2025）2 月 11 日（火祝）
- 2, 場 所：ホワイトワールド尾瀬岩鞍（沼田・水上）旧尾瀬岩鞍スキー場
- 3, 参加者：渡邊嘉也、古川史典、平本真二郎、平本美恵子、朝井紀久子、計 5 名
- 4, 活動：8 時 関越高速赤城高原 SA 集合
11 時 滑走準備後自由滑走
13 時 昼食（うめでん）
14 時 自由滑走
16 時 自由滑走終了し「望郷の湯・フミレス」に寄り解散。

5, 【全体古川コメント】

恒例のホワイトワールド尾瀬岩鞍で開催しました。朝から事故渋滞で到着が遅れ、天気も今冬最強寒波の影響で地吹雪と強風大雪で、ゴンドラやリフトも止まり最悪のコンディションでした。しかし参加した 5 名は、もろともせずスキーを楽しみました。さすが山屋さんですね。帰路は、温泉とファミレスに寄り満足の日帰りスキー会でした。そんな記憶の残るスキー会でしたが来年度も開催しますので、JAC 埼玉支部会員の方と一緒に滑りましょう。会員登録お待ちしております。

f8008pk@rock.odn.ne.jp 古川迄。

まずは集合写真昼食懇親地吹雪和やかに準備今日も滑るゾー

【参加者コメント】

■**朝井**：今年は雪もあって滑走面のコンディションも良い事を楽しみにしていました。思いがけず風が強く積もった新雪が舞い上がり、少しドキドキしました。でもこういうのも、天候に合わせた滑走のひとつの練習になるなあと感じました。メインゴンドラは運休するも、各所リフトが稼働してくれていてゲレンデ全体を楽しむ事ができました。楽しい皆さんと一緒なのでのびやかにくつろいで楽しめました。感謝です！

■**平本（真）**：先週の大雪でスキー場までの雪を心配しながらの運転の中、予想通りの大雪でスタックの車の影響もあり約4時間かけてようやくスキー場へ到着となりました。1年ぶりのホワイトワールド尾瀬岩倉スキー場でしたが、雪はパウダースノーで心地よい感触で滑り始めることが出来ました。メインのゴンドラは停止していましたが、参加者全員でリフトを乗り継ぎ苦戦しながら頂上に着き、新雪を噛みしめながら古川さんを先頭に気持ちの良い滑走を味わうことが出来ました。

■**平本（美）**：大寒波の大雪後のスキーということで、パウダースノーを期待しての尾瀬岩倉でした。まさかの暴風によるゴンドラの運行停止で山頂付近には行けないのかと思いましたが、リフトを乗り継いで行くことが出来、暴風を受けながらのスキーは初めての体験でした。私達だけのゲレンデでパウダースノーを滑れて超楽しかったです。

【自然保護委員会】「大高取山自然観察会」レポート

龍 久仁人

副委員長 渡邊泰子

月日：2024 年 11 月 24 日（日）

場所：埼玉県越生町 大高取山

参加者：日本山岳会埼玉支部会員 6 名、公募参加者 17 名、計 23 名。

日本山岳会埼玉支部自然保護委員会が毎年行っている観察会であり、今回は参加者を一般公募して行った。越生町教育委員会、越生町観光協会に後援名義使用を申請し、参加案内チラシを越生駅、越生町役場等に置かせていただいた。

集合は 9:00 法恩寺境内。開会式では渡邊自然保護副委員長挨拶、大山埼玉支部長挨拶、参加者全員の自己紹介のあと越生観光協会大沢事務局長から越生の観光案内があった。本日の観察コースの見どころなどの概要説明を龍自然保護委員が行い、ストレッチ体操のあと 9:30 に行動を開始。

大高取山は、特異な地質、豊かな植生、歴史のある寺社など、自然史観察にとって魅力の多い山であり、自然保護委員 4 名がインタプリターを担当、参加者と双方向で情報交換しながら歩き、秋晴れの日を楽しんだ。

観察コースは、法恩寺→越生神社→高取山→白石様→大高取山山頂→幕岩→桂木観音→法恩寺を巡るコース。

以下、観察会参加者のレポートを集約する。

●**法恩寺：** 天平 10 年（738）行基大師が東国遊行の際、大日如来、釈迦如来、阿弥陀如来、薬師如来、観音菩薩の 5 体を発見して祀り霊場としたと伝えられている。境内のソメイヨシノは樹齢 100 年の現役。

●**越生神社：** チャートの石垣、明治 42 年（1909）金毘羅神社、八幡神社、日吉神社、八坂神社、稲荷神社を合祀して造営された。7 月下旬の越生祀りは牛頭天皇を祀る八坂神社の祭典、祇園祭の系譜をひいて行われるそうである。祭神は素戔鳴尊、饒速日の命。

境内には、サカキ、ヒサカキ、ヤマツツジ、アジサイ、クスノキ、エノキ、イヌシデの大木（胸高直径 50 cm、樹高 25 m）アオキ、キンモクセイ、ヤブツバキ、イチョウ、オオモミジ。

山道に入る。 足元にミカブ緑色岩がチラホラ。

●**地質：** チャート、ミカブ緑色岩。

チャートは深海に堆積した緻密で細かい石英からなる乳白色の固い岩石で、約 1 億 6 千万年前の中生代ジュラ紀中世の岩石。ミカブ緑色岩は約 1 億 4 千万年前の中生代ジュラ紀新生に火山活動で作られた岩石。大高取山全体はこの二つの地層が新旧さかさまに 2 階建てになっているという。すなわち、古いチャートが上に、新しいミカブ緑色岩が下に。ミカブ緑色岩は越生町の半分近くを占めている岩石で、宮沢賢治も収集している。

●**植生：** 越生町は、冬の北風が山にさえぎられて温暖なため暖温帯系の植生が豊か。森林面積は 2,748ha。そのうち人工林が 2,245ha でスギとヒノキが大半を占めている。天然林は 475ha でコナラ、クヌギなどの落葉広葉樹の 2 次林になっている。人間が生活し古くから薪炭林や農用林して森林を改変してきたことがわかる。

山道の左側はヒノキ林、右側は自然林クヌギ、コナラ、ヤマザクラなど

マンリョウ、エゴノキ、コアジサイ、コナラ、テイカカズラ、ヒイラギ、フユイチゴ、シラカシ、ゴンズイ、イヌシデ、オモト、シュンラン、ガンクビソウ、マルバウツギ、ケヤキ、ベニシダ、ツルグミ、フタリシズカ、オオバノイノモトソウ、ヤマイタチシダ、センダン。

●**高取山（170m）** 越生氏の城跡。2 本のスダジイの大木がご神木、シイの実が落ちている。絶滅危惧種のアリドオシ（赤い実、縁起植物、一両） 筑波山がかすかに見えた。

ヤブムラサキ（枝の下に紫の果実）、タブ、ミヤマシキミ、ヤクシソウ（黄花）、ナキリスゲ（秋に花が咲く）、モミ、イヌシデ、コナラ、フモトシダ、フジ、ササクサ、ハリガネワラビ、オニドコロ、オオベニシダ、ハシゴシダ、サンショウ、フモトシダ、センニンソウ、チャノキ、ノイバラ、アマチャヅル、サルトリイバラ、ホオノキ、ニガイチゴ、イタヤカエデ、ミツバアケビ、イヌザンショウ、ヤマグリ、リョウブ、アカシデ、アセビ、ギボウシ、アカショウマ、ウラジロ、コゴメウツギ、ヤクシソウ、ウワミズザクラ、ヤマノイモ、イタビカズラ。

●途中の**西山高取山**の直下でチャートの露頭を観察。しばらく登っていくと本来地中にある石灰岩が露出した大きな岩があり、地元では「白石様」と祀っているという。3 億年前に形成されたものが地殻変動で転がり落ちてきて中生代の地層に取り込まれたものである。石灰岩の表面には古生代ウミユリの化石がみられるそう。石灰岩は海底でサンゴ、フズリナ、有孔虫などが堆積してきたものでセメント原料、ガラス工業の原料として使われている。

12：00 記念写真を撮影し山頂を目指す。イワヒメワラビ、ヤマコウバシ、カシワバハグマ、クロモジ、ノササゲ、エノキ、ツクバネウツギ、ヤマユリ、ムクノキ、コウヤボウキ、ナガバノコウヤ

ボウキ、チゴユリ、ウラジロ。

●12:25 **大高取山 (376, 2m)** に到着。ここでも視界を開くためヒノキの植林地が伐採（通景伐採）されており、東に筑波山、西に越上山が見渡せた。三等三角点あり。

13:25 コアジサの多い小道を下り幕岩に到着。高さ16m、幅36mのチャートの大岩。展望台からスカイツリーが見えた。下から幕岩を見上げると豪快さがわかるが今回は先を急ぐため省略。キッコウハグマ（小さい白花）、リョウメンシダ、ミツマタ（花芽、和紙の原料）タブ、ヒガンバナ、ジゴクノカマノフタ（キラソウ）、タケニグサ、イワヒメワラビ、ゴンズイ。



大高取山 山頂

●**桂木観音**：養老3年（719）行基により作られたといわれている。この山を訪ねて頂上近くまで来たとき何とも言えない芳しい香りが一面に満ちているところに差し掛かり、その地に草庵を建て一心に観世音を唱えたといわれている。四等三角点があったはずだが、探したが見つからなかった。階段下の展望台からはスカイツリーが見えた。

参道だったと思われる山道を下ると、120年生の立派なヒノキが数本（胸高直径80cm）。

林道を下る。トキワハゼ、ホシダ、ユズ（実をつけているが購入できなかった）、ナンテン、ミツマタの群落、保護された絶滅危惧種のコ克蘭、アワブキ、ヤマハギ、ジャケツイバラ、サルトリイバラ。

●15:10 **虚空蔵尊**に着く。「虚空が総てを蔵するように無限の知恵と福德を備える尊（神）」という。狛犬は珍しい丑と寅、丑と寅年の守り本尊。昭和48年、堂下の万蔵寺の天井裏から小判や古銭109枚が発見されたという。

●5:45 **法恩寺**に戻る。山門の脇はチャートの石段。記念写真を撮り解散。

◆◆埼玉支部は「ハイキングの町 越生(一社・越生町観光協会)」を応援しています◆◆

【安全登山委員会】講演会「埼玉県警察山岳救助隊の話」**副委員長 小玉和孝**

日時・場所：2025 年 1 月 25 日（土）13：30～15：30 於・埼玉会館

講師：埼玉県警山岳救助隊 高橋 望氏

参加者数：支部会員 27 名、一般 11 名 合計 38 名

1. 山岳救助隊の体制

埼玉県警察山岳救助隊は、32 名（秩父 20 名、小鹿野 8 名、本部 4 名）

県警の防災ヘリは、入間基地に駐在（担当は、本部の 2 名）

隊員は、通常は交番勤務。訓練は、1～2 回/月

2. 情報発信

県警のホームページ：山岳遭難の概要。滑落、迷い道マップ等

3. 登山地図アプリとの連携

- ・コンパス、ヤマレコ、ヤママップとの連携
- ・ココヘリとの連携（発信器からの情報を基に遭難者を検索）

4. 遭難者の状況

- ・令和 2 年から増加して令和 5 年(94 件)がピーク、令和 6 年は 73 件
棒ノ嶺、両神山で全体の約 20%
- ・埼玉県は、春（4 月～5 月）、秋（10 月～12 月）の年 2 回ピークがある。
- ・棒ノ嶺、両神山の道迷い箇所をテープで塞ぐ対策及び両神山の上落合登山道閉鎖により、令和 6 年の遭難者は大幅に減少。
- ・登山歴 1 年未満の遭難者が多い（山が信仰からレジャーに変わってきている）
- ・近年では、発病、疲労に起因する遭難が多くなってきている。
- ・遭難者の 20%～30%が登山届を提出している。

5. 令和 6 年の遭難者救助事例（2 例）詳細報告

- ・両神山（八丁コース）での遭難者捜索：「ヤママップ」「ココヘリ」活用で早期発見
- ・白岩山での遭難者救助

6. 野生動物（熊）遭遇時の対応

- ・埼玉県ホームページに熊の目撃情報が掲載されている。
- ・至近距離（5m～9m）での遭遇時は、熊スプレーで対応
口と顔面に当てないと効果はない。

7. 県警ヘリによる遭難救助ビデオ

遭難者に対して適切な応急処置が行われていたため、日没が迫るなかギリギリで救助が出来た。
ファーストエイドの大切さを学んだ。

8. 携帯での位置情報

iPhone で衛星通信に接続可能（但し iPhone 14 以降の機種） アンドロイドは、NG
今後は、教育、インフラ、情報発信が 3 本の矢

9. その他（質疑応答・アンケート）

① 質疑応答

- ・怪我の無い遭難は道迷いに分類。道に迷って滑落、転倒の場合は滑落、転倒に分類。
- ・登山届の提出率は、登山者の総数を把握出来ていないため正確な値は不明。

（遭難者の提出率は、20%～30%）

登山届の認知率は、90%

登山届作成は、リスクマネジメント（行程の把握）

- ・県警では、年 3 回登山届提出のキャンペーンを実施している。

② アンケート

- ・たいへん有意義な講演会でした。(60 代、70 代、80 代)
- ・参加者の年齢層が高く、若い年齢層の方にも参加頂きたい。(50 代、70 代)
- ・iPhone の情報については、是非使いたい。(60 代、70 代、80 代)
- ・応急処置が大事なことが良く分かった。(60 代)
- ・講演会の重点情報については資料が欲しい。(60 代、70 代)
- ・希望するテーマ：道迷いしやすいポイントの道迷いしない歩き方。(60 代、80 代)



埼玉県警察山岳救助隊 高橋望氏



講習会場：埼玉会館

【安全登山委員会】 橋本会長を囲む座談会
《橋本しをり会長とトークしよう!》 安全登山委員 磯崎佳奈

～この報告文は会報「山」にも投稿しました～

去る 2025 年 2 月 15 日、橋本会長をお招きし埼玉支部安全登山委員会主催の座談会「橋本会長とトークしよう」が開催されました。埼玉支部員の他、東京多摩支部、千葉支部からの参加者も交え、女性が 3 分の 2 を占める賑やかな会でした。

座談会は、橋本会長から「①会長の登山経験について」「②登山について医師の視点から」「③日本山岳会のこれから」の 3 テーマについてお話を頂き、それぞれのテーマについて質疑を挟んでいくという形で進行しました。

①登山についてのお話では、女性登山隊で登頂した数々の山でのエピソードやその体験から得たものについてのお話、米国乳がん財団とのタイアップで長年続けておられるがん患者との登山についてのお話を頂きました。セブチカン初登頂、隊長としての数々の登攀などの華やかな経歴をさらっと笑いも交えながらお話される姿が印象的でした。

②医師の視点からの登山についてのお話では、高山病と言われる症状 片頭痛・低酸素血症について具体的な解決策をご説明いただきました。加齢による平衡感覚の衰えを筋トレで補うというお話の中では、はじめてこの論文を読んだ 50 代の時には「70 過ぎて筋トレなんかしないよね、と思ったのですが・・・しますね」とおっしゃった時には思わず笑ってしまいましたが、つまり筋トレなさっておられるという事、反省しました。その他、多くの会員の悩み、足のつりや筋トレの仕方について会員との活発なやり取りがありました。

③これからの山岳会についてのお話では、日本山岳会設立 120 周年にあたって作成されたスローガン「みんなの日本山岳会」は、山岳会の発起人の方々の書き残したものや歴史に関する記録と現在の日本山岳会の状況を徹底的に擦り合わせた結果であることをご説明いただきました。「ヒマラヤから高尾山まで」とおっしゃったのが印象に残っています。



あつという間に2時間が経過し、お開きとなりました。遅い時間にも関わらず、会長にはその後の懇親会にもご出席いただき、参加者大満足の一夜となりました。

この時間を通して、会長の山で培ったリーダーシップとバランス感覚に改めて敬服しました。
「みんなの山岳会」を会長と一緒にみんなで盛り上げて行きたいと思いました。



2025 年度 第 7 期「埼玉やま塾」が始まります

埼玉やま塾事務局 稲越洋一

「埼玉やま塾」は、2025年度「第7期」の募集を開始しました。

来期も、過去のやま塾卒業生を中心に、新たなメンバーも加えてスタッフ体制を構築、それぞれが必要な役割を分担しながら運営していく予定です。

4月19日～20日には、スタッフ研修を計画しており、塾生サポートのスキルアップはもとより、スタッフ各個人の登山技術のレベルアップも目指します。

来年度も引き続き、支部会員各位のご協力をお願い致します。

2025年度 埼玉やま塾 第7期生募集！

主幹 公益社団法人 日本山岳会埼玉支部
安全で楽しい登山をするために、
登山の基礎をプロが教えます。
自立した登山者を目指す講座です。



武平山 夢野君の声

登山で山に行っているとは
正しいやり方などの知識を得
てほしい。ガイドも経験した
高尾山の登山道からこの山へ！
ここでは獲れず、大塚
農園へ！

(第7期生募集 60歳 男性)



大黒登山



(山) 山登りの経験や交通も、
楽しく、力になりました。
スタッフの皆さんのサポー
トにも感謝です。
(第7期生募集 52歳 女性)



伊豆やま塾



雲取山

山と文化の橋を築きに立っ
た。日本橋、山、山岳会、
登山会など人々に会いま
した。色んな経験をしま
した。自分も山で活躍
するがほしい、お手なが
しいです。
(第7期生募集 38歳 女性)



伊豆やま塾

【講師紹介】 平川 剛一郎 (公益社団法人日本山岳会埼玉支部会長)
公益社団法人 日本山岳会 理事
(公益社団法人日本山岳会会費減免 マウンテンガイド協会会費)

◆お申込み、問合せ先：公益社団法人日本山岳会 埼玉支部 埼玉やま塾事務局
E-mail: info@nissansanukai.jp (山岳会ウェブサイト「メンバーズ」の
右側「お問い合わせ」のメールからお問い合わせください。)
※お問い合わせ、お申し込みは2024年10月31日(木)までです。
◆参加費：お申込み20,000円(当日受付)※お申し込み後

※当日までの交通費、宿泊費、食事費などは各自負担。
※雨天決行。15名程度になり人数制です。

◆納付期：2025年2月の交通費、当日支払い5名程度になり人数制です。

[illegible]

「彩の山研究会」だより

会員 小原茂延

「彩の山研究会」だより 2025.3

■干支の山

今年は蛇年(巳年)、名称に因んだ山。蛇の 30 山、巳の 3 山で 33 山 (日本山名事典)

・蛇峠山(じゃとうげやま) 1664m (写真は web より)

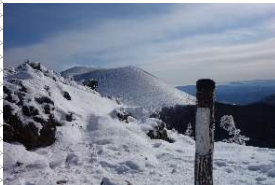


長野県阿南町と浪合村・平谷村の境。

治部坂峠を挟んで大川入山と対峙し、山頂に NTT マイクロ設備がある。(日本山名事典)

深田久弥が最後に登った山で、南ア・中アの展望にすぐれる。埼玉から長駆往復約 750 キロ、仙丈・甲斐駒・赤石の西面見る。

・蛇骨ヶ岳(じゃこつがたけ) 2366m (写真は web より)



群馬県嬬恋村と長野県小諸市の境。

黒斑山の北にある。(日本山名事典)

浅間山の第一外輪山、車坂峠から黒斑山の北稜線東側は切り立った火口壁となっている。

・新蛇抜山(しんじゃぬけやま) 2667m 南アルプス 塩見岳北方 6 km

・大蛇倉山(おおだくらやま) 1962m 御巢鷹山周辺

■自然庭園管理の追憶

会員 早川好治



□モズのハヤニエ、他の鳥に食べられても、すぐ近くの枝にまた昆虫を取り付けます。ユスラウメとサクランボ、そっくりですが、僕はユスラウメの方が美味しく感じます。

むべなるかな で知られるムベとジャガイモ、そっくりですが、ムベはホワイトクリーム美味です。

(写真は web より)

餌付けされた鯉は手を叩くと近寄ってくるが、野生の鯉は逃げて行きます。鯉を池に入れると小魚全て食べられてしまう。

アオダイショウはネズミを食べると、木の上でとぐろを巻いてとけるまで動きません。

□畳 2 枚くらいの田圃を造り、稲を植えいくらか育ってきた頃ゲンゴロウやミズスマシが現れたり、珍しいチョウトンボなど飛来し、いろんな昆虫が見られ感激しました。

ツバメが 10 羽以上飛来したとき、約 10 cm 等間隔で並んで軒先などに止まりました。

蟻地獄にアリを入れると、すぐに体液を吸い取り外に放り出します。カワウが水の中から小魚を咥えて飲み込むためにいったん口から出した瞬間に白鷺が魚を横取りします。

お正月に玄関に飾る南天の実が赤くなるとヒヨドリなどが待っていたように食べに来ます。美味しい食べ物になる周りにバラなどのとげの木を植えればカラスは近寄らないです。手塚治虫のペンネーム由来のオサムシにはびっくりするくらい美しいのがいます。

■日本山岳会創立 120 周年を迎える

創立を申し合わせた 10 月 14 日、発起人の高頭仁兵衛は居なかった！！

「日本山岳会」が「日本博物学同志会」の支会『山岳会』として 1905(明治 38) 年に創立されて 120 年を迎える。その初会合は 10 月 14 日、東京飯田橋の富士見楼で発起人 7 名が「山岳会」創立を申し合わせた。その旨「日本山岳会百年史」に明記されている。

ところが、昨年の「山岳 第 119 年」の『調査・研究記事』にある【乗鞍岳大量遭難と高頭仁兵衛】木下喜代男会員によれば、高頭仁兵衛氏はその間、乗鞍岳の遭難状況調査と追悼碑を建てるべく乗鞍岳に向かっている途中であったため、富士見楼の会合には参加していないとの発見をしたと記載している。

今まで山崎安治の「日本登山史」(1966.6.13 白水社)や安川茂雄の「近代日本登山史登山史」(1966.6.30 あかね書房)、及び日本山岳会百年史(2007.3.30)のいずれにも、7 人の発起人が会して、「山岳会」の設立を確認したとあるのだから、青天の霹靂であった。「日本山岳会百年史」の編集にあたった南川金一氏は、早速「会報 山」955 号の『東西南北』で【明治 38 年 10 月 14 日の高頭仁兵衛】として、定説となっていた 7 人の発起人が集合との裏付けは、創立 60 周年記念講演会における武田久吉の講演「山岳会創立前後」(山岳 61 年)他によるものであり、この創立記念日について武田以外誰も書いていないという。武田久吉といえは記憶力抜群、書いたものは正確と誰しもが認めるところであり、百年史委員会が武田久吉の証言を重要視した。そして、記憶違いや、思い違いは誰にもあるもの、と改めて思う。と綴るが、冒頭の「山岳第一号」の附録に高頭仁兵衛が「飛信界の乗鞍ヶ岳」が掲載され、東京から知人を金沢に訪ねてから飛騨を目指し、途中加賀の鞍ヶ岳(地形図では倉ヶ岳)に登るなど、日を追って詳細な記録であり、その後、誰も気付かなかったとは考えられない。

如何なる著述、報告に限らず、記録の確認、証言採用等に当たっては、必ず傍証を綿密に探って書いたり、発言したりする必要を、自戒を含めて感じた次第である。

■「山好きの山の絵展」を鑑賞する。

展覧会最終日 2 月 22 日(土)に有楽町の交通会館に向かう。かつての勤務先が有楽町にあったので、今は無い「レバンテ」などで友人と食事したことを思い出す。

「山好きの山の絵展」には 7, 8 回は来ている。自分では描かない(描けない)が山の絵を鑑賞するのは好きで、大下藤次郎、丸山晚霞次いで中村清太郎・足立源一郎・茨木猪之吉など、登山をして、絵を描く一連の画家は「日本山岳画協会」として今に繋ぐ。

前代表だった、武井清さんの個展に持参した画集で、1 時間位話を伺った事もつい最近だ。展示会では、埼玉支部の渡邊嘉也、橋本久子、朝井紀久子氏らと会うことが出来、また本間渡氏、原山恵津子氏らを渡邊さんに紹介され、見事な作品に接した。

埼玉支部の知っている方では、渡邊さんの「大雪山」、橋本さんは「黒部五郎岳」、朝井さんは「槍ヶ岳 天狗池から振り返る」を出品、それぞれ力作であった。

「ペンリレー」第 8 回 「自由に・気ままに」

会員 松尾 渡

62歳でリタイア後、何をするかを思案していた時に決めた事柄は、

- ① 健康診断で指摘を受けた高血圧に対処すべく、アウトドアの運動を継続する
- ② 私的事情が許す範囲で歴史探訪・秘境等の海外の旅に参加する
- ③ 仕事を辞めると頭への刺激が少なくなり視野が狭くなるのではとの思いから、現役時代になかなか取り組めなかった歴史・宗教・思想等の社会人大学講座を受講する等、
「思うだけではなく、今すぐ実行できる」ことに絞った。

第一のアウトドアスポーツはテニススクールに入り取り組んだが、運動不足から太ももが張り軽快な動きができず、相手とのラリーが当然続かない。「自分には向いていないのでは?」とコーチに話すと、誰も最初是一緒ですよと慰留された。

先ず、テニス云々の前に基礎体力を高めることが大切と考え、毎朝約1万歩強のウォーキングを実施することに決め、今も愚直に継続している。

テニスも12年続け、自主サークル等を設け毎週3回プレイを楽しんでいる。おかげで少しはレベルアップしたかなと自賛するが、50代～60代の経験豊富な人から今もアドバイスをもらっている。

第二の海外の旅は、元々学生時代から一人旅が好きな人間であり、海外の秘境や歴史の爪痕(民族興亡)に惹かれる。歴史面では、特に紀元前30世紀から紀元後10世紀の時代の4大文明や中国歴史、ギリシャ・ローマ時代の旧跡を現地ですばるに観たい気持ちが強い。

今も世界では戦争や紛争が続くが、歴史を振り返った発想や行動を顧みることなく、国家の権力の横暴や人間の業の深さ(強欲さ)を顕わにした侵略・収奪に憤慨を感じる。

第三は某大学の講座を受講してから12年になる。いろいろな講座を受け少しはものの見方が深く広くなるのに役立ち、新たな好奇心が湧いていると思う。また、今まで全く縁のなかった仕事に携わる知人も増えた。

最後に登山は7年前にテレビで百名山を見て、「自分には程遠い行動であり、テレビで見るだけでよしとし、あまり難しいことを考えても仕方ない」と諦めていた。しかし、リタイア後の生活をそれなりに過ごしてはいたが、日常的になっているため、「変化がある活動をしたい」と登山の初歩を7年前から取り組み始めた。テニスと同様、最初は何もわからず、専ら山岳ガイドのアドバイスにより山行してきた。5年前に縁があって日本山岳会に入り、山岳会企画、ツアー、時には山友・個人で国内の山々を登っている。

「自由に・気ままに」という気持ち(怠惰で無責任という意味ではなく)で肩肘張らなければ、「登山はじめ今の活動が年齢相応のペースで楽しく長続きして、結果的に心身の健康につながる」のではと願っている。

※次回は平本美恵子さんです。

新入会員 自己紹介

事務局長 林 信行

《秋山隆弘 会員番号 16681》

秋山隆弘と申します。年齢は 60 歳で、職業は会社員です。登山歴は約 7 年で、主に単独登山を行っていました。月に 1 回程度、奥多摩や北アルプス、八ヶ岳などの山々を訪れています。日常では味わえない体験を求めて単独山行を重ねてきましたが、今後は登山の幅を広げたく、こちらの支部に参加させていただきました。私の目標は、登山技術を磨き、安全な登山を実現すること、そしてゆくゆくは支部活動に貢献できればと考えております。また、登山を通じて新しい仲間と出会い、情報交換をしながらお互いに成長できる場を楽しみにしています。これからの活動を通じて、より多くの経験を積み、皆様と共に素晴らしい登山の思い出を作っていければと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

《中島一則 会員番号 17381》

1957 年埼玉生まれ。学生時代に山岳部で北ア、南アルプス中心に登山をしていました。ロードバイクなどで多少体は動かしていましたが、40 年ぶりに山歩きを再開したいと思い、昨年やま塾に参加させていただきました。やま塾では、山歩きの技術や装備のことなど、様々な学び（伊豆ヶ岳登山で足が攣ってしまい、筋力の衰えを痛感）があり、同年代の仲間もおられる山岳会に入会させていただきました。仕事の都合上、平日山行中心になりますが、温泉&山歩きのゆる〜い山歩きで一緒できる方がおられれば、よろしくお願いいたします。

《関口美香 会員番号 A0637》

第 6 期やま塾に参加し、このたび埼玉支部に入会しました関口美香と申します。キャンプ、スノーボードが主な趣味ですが、登山、マラソン、テニス、自転車、釣り等・・・いろいろやってきました。とにかくアウトドアが大好きです！会社の仲間との富士登山がきっかけでその後もいろいろ登ってきましたが、出産してから数年登山からは少し遠ざかっていたため、またいろいろな山に登りたい、テント泊登山をしたい、きちんとした知識を身に付けたいとの思いで、やま塾への参加を経て埼玉支部に入会しました。皆様、どうぞよろしくお願いいたします。

《小玉 等 会員番号 A0645》

私は 1960 年 2 月 16 日生まれで間もなく 65 歳になります。秋田県三種町出身です。現在は本庄市在住です。登山は 2 年程前から始めております。きっかけは体力増進、健康維持です。登山に関する知識を学びたいと思い山岳会の加入をしました。以上です。

《水野康男 会員番号 A0646》

先日、入会前ではありましたが「安全登山講習会」に参加させて頂きました。会員の皆様の熱心にかつ真剣に参画されている様子を拝見し、改めて身の引き締まる思いでした。私の山行歴と申しますと、中学生時に誘われるまま登り始めてから 53 年も経ってしまいました。以来そのパーティで又は単独で奥多摩や国内百名山の各座を中心にガシガシと体力任せに登頂してきました。もうこのスタイルは変革しなくてはと自問していたところに入会のご案内を頂き良い機会となりました。これから、先輩方には様々な場面でお世話になると思いますどうぞ宜しくお願い致します。

《町田千絵 会員番号 A0647》

初めまして、3 月に埼玉支部に入会した町田と申します。昨年は、やま塾 6 期生としてお世話になりました。まさか入会を決めるとは！！やま塾は 1 年限定のつもりでした。2 年前から行くようになった山歩きは、高尾山がメインで、植物や虫との出会いを楽しむハイキング程度でした。それが、その年に憧れの陣場山まで歩いた時の達成感！昨年、秩父の二子山西岳の岩場を楽しめた日の興奮！！一方で、一人汗をかきかき山を歩くことで、悪い物が絞り出されて、自分自身を取り戻せる感覚も大好きです。今後は、緊急時に適切な対応が出来るようになりたいと思い、入会致しました。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

2025 年 3 月 15 日現在

会員	121 名	準会員	26 名	計	147 名
----	-------	-----	------	---	-------

【入 会】(敬称略)

会 員			準会員		
16681	秋山 隆弘 (さいたま市)	10 月	A0637	関口 美香 (さいたま市)	11 月
17381	中島 一則 (久喜市)	11 月	A0645	小玉 等 (本庄市)	1 月
			A0646	水野 康男 (さいたま市)	2 月
			A0647	町田 千絵 (板橋区)	3 月

【退 会】

会 員			準会員		
16386	小林 真澄	3 月	A0523	北村 陽子	3 月
16539	富田 容子	3 月			

【2025 年度支部通常総会の開催について（お知らせ）と懇親会のご案内】

下記のとおり 2025 年度通常総会を開催致します。また終了後、懇親会を開催しますので多くの皆様ご参加ください。

特に新入会員のかたは出来るだけご参加ください。

● 2025 年度支部通常総会

1. 期日 2025 年 4 月 12 日（土） 14 時 00 分～15 時 30 分（13:30 より受付開始）

2. 場所 浦和「埼玉会館」 3 C 会議室

〒 さいたま市浦和区高砂 3 丁目 1 - 4 TEL 048-829-2471（代）

● 報告会 報告者：轟 涼 会員 15 時 30 分～16 時 30 分

「日本山岳会創立 120 周年記念事業グレート・ヒマラヤ・トラバース 5th に参加して」

—西北ネパールアップー ドルポ〜フムラ 700km—

● 懇親会のご案内

1) 時 間 17 時 ～19 時

2) 場 所 埼玉会館 2 F 宴会場 TEL 048-711-4119

【編集後記】

暖かな日々が続くと思っていましたら天気は一変、雛祭りの今日は朝から冷たい雨が降り始め夕方からは大粒の雪になりました。

日本海側の積雪も深刻ですが 3 月に入って大船渡市をはじめ各地で森林火災が起きています。諸外国の戦禍も入れれば地球は今、人災、自然災害と絶えず苦難の日々にさらされています。そういう中で「山岳」という文化に浴することができるのはとても幸せなことだと思っています。

先日、日本山岳会の橋本しをり会長とトークをする会が催されました。創立 120 周年にして初の女性会長です。このトークの会は主に女性を対象に呼びかけられたもので女性の出席者は男性の 2 倍の 22 名でした。とても話しやすい雰囲気です。身近な質問にも分かりやすく説明されて実感が湧きました。心に残った言葉は「準備」の大切さと「腹式呼吸」です。

これからもこういう機会があると女性の会員も増えていくのではと思います。（ 橋本 ）

公益社団法人日本山岳会 埼玉支部報 第 44 号 2025 年 3 月 18 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/