



題字：松本 敏夫 写真：朝井 紀久子「雁坂小屋から」

巻頭言	若林 優子	1	平日山行倶楽部	
トピックス			浅間山～不動山～曾我梅林	水野 千秋 13
埼玉支部通常総会	田中 利昌	2	三浦アルプス	林 信行 13
指導者養成講習会	朝井紀久子・宮内有加	3	ボランティア委員会	
「埼玉やま塾」通信 6月号	稲越 洋一	4	第16回ふれあい登山	若林 優子 14
山行委員会			春の清掃登山	若林 優子 15
三峰山参詣道	田中 利昌	5	彩の山研究会だより	宮崎 稔・小原 茂延 17
若獅子山	宮崎 則子	6	ペンリレー	吉田 寛治 18
子持山	田中 健介	8	事務局より	田中 利昌 19
湘南アルプス	宮崎 則子	9	編集後記	坂倉 理恵 20
山行委員会・安全登山委員会				
中級者養成講座①	間仁田 隆一	10		
中級者養成講座②	小玉 和孝	11		

巻頭言

支部長 若林 優子



この度、埼玉支部長を拝命いたしました若林でございます。歴代支部長をはじめ、これまで支部を支えてこられた多くの先輩方の歩みの重みを受け止め、その思いを大切にしながら、新たな一歩を踏み出してまいりたいと存じます。どうぞよろしくお願いいたします。

埼玉支部はこれまで、「新たな山仲間との出会いと思い出に残る登山」という理念のもと、活動を重ねてまいりました。

この思いを受け継ぎながら、日本山岳会が掲げる「みんなの日本山岳会」を将来の方向性の指針とし、支部の活動、しいては魅力を広げていきたいと考えています。

登山には高みを目指す挑戦はもちろん、ハイキングやクライミング、雪山にスキー、沢登り、さらに安全登山の普及や社会貢献活動など、さまざまな関わり方があります。だからこそ私たちは、一人ひとりの思いや挑戦を大切に、それぞれの一步に寄り添いながら、支え合い、讃え合える支部でありたいと願っています。

各委員会においては、山行や講習を通じた技術と安全意識の向上、山の保全や文化の継承、活動の記録と発信、円滑な運営の支援など、それぞれの役割を果たしながら支部活動を支えてまいります。

山での出会いは、人と人をつなぎ、新たな一歩を後押ししてくれます。その積み重ねが、やがて次の世代、社会へと受け継がれていくものと信じております。山を愛する会員の皆さまとともに、心に残る山の時間を大切に育んでまいりたいと思います。

トピックス

2026年度第17回公益社団法人日本山岳会埼玉支部通常総会報告

事務局長 田中利昌

期日：2026年4月11日（土）14：00～15：20

場所：浦和 埼玉会館 3C会議室

戸山副支部長の司会で始まり、大山支部長の挨拶では、埼玉支部設立15周年記念講演会開催協力へのお礼や、設立20周年に向けた課題や期待についての説明があった。その後、戸山副支部長から定足数について、現在正会員数123名のところ出席者39名及び委任状69名、合計108名で、出席者と委任状を加えて1/3以上となり、総会が成立することが報告された。支部規約第14条により大山支部長が議長となり、議事が進められた。

議事

1号議案 2025年度事業報告（案）及び収支決算（案）について

若林副支部長より、2025年度事業報告（案）および収支決算（案）が説明され、金子監事より監査報告が行われた。事業報告（案）では、山行委員会で中止された積雪期山行に関する質問や意見があり、審議後、1号議案は原案通り承認された。

2号議案 支部役員（案）承認の件

戸山副支部長より、役員名簿（案）が説明され、原案通り2号議案は承認可決された。

2026年度日本山岳会埼玉支部役員は次の通りである。

（支部長兼ボランティア委員会委員長兼やま塾塾長）若林優子、（副支部長兼総務委員会委員長）戸山芳一、（副支部長兼ボランティア委員会副委員長）吉羽悠介、（事務局長兼山行委員会委員長）田中利昌、（副事務局長）間仁田隆一、（会計担当）町田美春、（山行委員会副委員長）朝井紀久子、（安全登山委員会委員長）飯塚雅信、（安全登山委員会副委員長）小玉和孝、（広報委員会委員長）坂倉理恵、（埼玉やま塾運営事務局長兼広報委員会副委員長）稲越洋一、（監事）龍久仁人、（監事）金子宏、（評議員）松本敏夫、（評議員）高橋努、（評議員）林信行、計16名が、原案通り承認された。

3号議案 2026年度事業計画（案）及び収支予算（案）について

若林副支部長より、2026年度事業計画（案）及び収支予算（案）が説明され、各委員会委員長より詳細の説明がされた。清掃登山の主催箇所確認の質問や遭難対策費の積立額に関する意見が出され、審議の結果、原案通り承認された。

4号議案 2026年度支部会費 徴求一時停止（案）について

田中山行委員会副委員長より、2026年度支部会費 徴求一時停止（案）が説明され、原案通り承認された。

5号議案 自然保護委員会 休会について（口頭）

若林副支部長より、自然保護委員会の休会について、運営体制の再構築が目的であることが説明された。平井自然保護委員会副委員長からは、現状説明と信頼回復に努め復会を目指す旨の説明がされた。埼玉支部として、自然保護の重要性の認識や今後の取り組みについて質問・意見が出され、審議の結果、原案通り承認された。

最後に大山支部長から、退任の挨拶があり、任期中（6年間）の協力について感謝の言葉が述べられた。

総会終了後、会場を伊勢丹浦和店7階クローバールームへ移し、懇親会を開催した。今山会員による乾杯の発声で和やかに宴が始まり、各委員会・同好会の紹介も行われるなど、会員同士の親睦を深める楽しいひと時を過ごした。



尚、旧自然保護委員会について、支部委員会としては、現状を鑑み同好会としての活動も今後の信頼回復状況を見て承認するかを判断することとしたことを追記させていただく。

【講習会報告】第16回登山教室「指導者養成講習会」

朝井紀久子、宮内有加

■主 催 JAC 支部事業委員会

■日 程 令和8年3月14日（土）机上講習、15日（日）実技講習

■場 所 机上講習と宿泊：安藤百福記念アウトドアアクティビティセンター（小諸市）

実技：黒斑山周辺（車坂峠から30分位の雪斜面）

■参加資格 JAC 会員で支部山行・登山教室のリーダーを目指す者（参加費 8,000 円）

■参加者 全国支部から計 28 名。埼玉 2 名（宮内有加、朝井紀久子）、
宮城 2 名、群馬 4 名、東京 2 名、多摩 5 名、神奈川 2 名、信濃 4 名、岐阜 2 名、静岡 2 名、東九州 1 名、
越後 1 名、東海 1 名。

■講習内容

3月14日（土）センターにて机上講習

机上講習①「マイセルフ ライン」 講師：小池純司（信濃支部会員）

- ・山の楽しみ方として、“自由で豊かな山登りを作り出す”ことに焦点に当て、その原点と軌跡について講義：
1905年JAC設立と日本近代登山の始まり。多くの人が“初めてのルート”に魅力を感じ挑んだ。大学山岳部に続き、
社会人山岳会が活発となり、「山と溪谷」発刊、登山人口が増加。戦後は日本の大学登山隊もエベレストを目指し、
1960-70年代で各国がヒマラヤの未踏峰を殆ど登頂。日本の社会人山岳会は時間の制約もあり岩登攀に励んだ。
そうした歴史を経て、自分なりの様々な未踏のルートを試みてきた。北アルプスの黒部横断ルート、信州ふるさと
120山と信越トレイルなど。
- ・未踏ルートに挑み愉しむ為に必要な技術： 身体的能力（体力、敏捷性、バランス等）、クライミング技術
（ロープ、下降等）、テント泊や炊飯、装備、地図読み、気象など、現実的な必要性として高めていったことが語
られた。

机上講習②「雪山登山の基礎とリスク」 講師：平川陽一郎（前常務理事、山岳ガイド、埼玉支部会員）

- ・指導者の役割： 自己流から王道へ自己成長し、安全管理の為に技術や知識を持ち、説明できること。
受講生・登山者へ心配りをし、安全に帰路の公共交通乗車まで責任を持つこと。天候変化、参加者の体調など見
極め情報共有すること。発言はポジティブを心がける。アクシデントへの対応として、心を込めた論理的説明を
する（発生事態、見通し、協力依頼など）。
- ・アクシデントでの対策検討（グループワーク）： 具体例に対し、4、5名のグループにて検討。リーダーを目指
している方々の参加の為に、しっかりした考えが挙がったが、1つの答えに絞る事は難しく、様々な条件や考え
方で、選択肢が出る事を実感した。

3月15日（日）黒斑山にて実技講習

講師：平川陽一郎（前常務理事、山岳ガイド、埼玉支部会員）／大滝勝（山岳ガイド補助）

実技講習①「指導者として雪道での受講生に伝える安全管理」

- ・6～7人で1グループを作り、黒斑山で雪道での実技講習会を行った。リーダー、スタッフ、参加者を交代で体験。
前日に学んだ講義やグループワークで話し合ったリーダーとして参加者にどのような声かけをしたらよいか、実
際に実践する場として行った。随所で講師の平川さんが振り返りの場を設定し、参加者は振り返りを通して感じ
たことや学んだことを言語化し、互いに共有し合うことができた。

実技講習②「アイゼンを履かずに雪上歩行」

- ・アイゼンを使わない雪山歩きの基本として、直登、直下降、斜登降、トラバースの練習を行った。ピッケルを
滑落停止の姿勢で持ち、下を向かずに進行方向を向いて正しい姿勢で歩くことを何度も練習した。





実技講習③「スリングを使ったサポート」「フィックスロープの張り方」「ツエルトの張り方」

- ・2人1組で150cmのスリングを2本使って、歩けなくなった人をどのように補助するか役割を交代しながら体験した。登り、下り、平坦な所で補助の仕方やリーダーの立ち位置が異なることを学んだ。
- ・2人1組でフィックスロープの張り方を行った。ポーラインノット（もやい結び）、ムンターヒッチ、バタフライノット等、いくつかのロープワークを活用したが、練習しないとすぐに忘れてしまうため、日々の復習が大事であることを実感した。
- ・張ったフィックスロープを使って、ツエルトの張り方の実技も行った。ツエルトには、随所に予め細引きロープを付けておくと実際に張る時に便利であることも学んだ。

■懇親会

3月14日（土）宿泊時の夕食後に、食堂にて開催。他の支部での取り組みなどを聞けて、有意義だった。今後に向けた繋がりも個人的に持てた方もおられた。



2026年度第8期「埼玉やま塾」通信 6月号

埼玉やま塾事務局 稲越 洋一

「埼玉やま塾」は、2026年度・第8期を開始しました。

2月初旬のスタッフミーティングを皮切りにサポート体制を構築、4月末まで塾生の募集を進め、14名の受講生が決定いたしました。

5月9日には、第1回机上講習を実施、塾生とスタッフが初顔合わせを行いました。これから10月まで、机上4回、実技4回の全講座を進めていく計画です。

今期のスタッフは、前期同様、過去のやま塾卒業生の方々を中心にボランティア参加にてご参集頂いており、卒業生を中心としたやま塾の運営が軌道に乗って来たと言えるでしょう。又、やま塾を経験されていない中堅の会員の方も新規にご参集頂いて心強い限りです。

実技山行対応としては、事故の無いよう安全登山第一を確実にするため、平川講師による事前のスタッフ研修（岩場、レスキュー、ロープワーク等）を行い、塾生をサポートいたします。

支部会員の皆さまも、本事業活動にご理解・ご協力をお願い致します。

来期には、又、新しい仲間が増える事をご期待ください。



【2026 年度スケジュール】

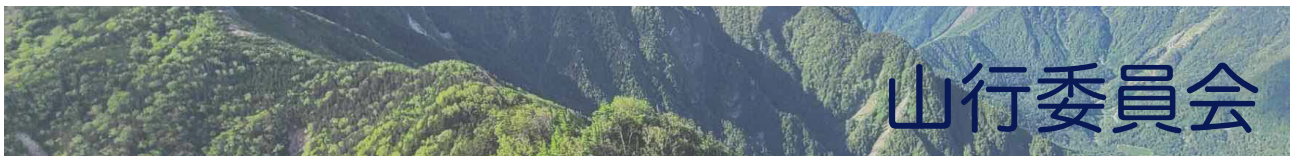
- 5/9：第1回机上講習
5/30：第1回実技講習「大高取山」
6/13：第2回机上講習
7/11：第2回実技講習「武甲山（予定）」
9/13：第3回机上講習
9/26：第3回実技講習「伊豆ヶ岳（予定）」
10/3：第4回机上講習
10/24-25：第4回実技講習「雲取山（一泊二日）（予定）」



やま塾マスコット



スタッフ研修（3月1日）



歴史文化探訪登山③ 三峰山参詣道

田中 利昌

【1. はじめに】

2025年度の歴史探訪登山「古道シリーズ」最終回として、国道140号落石通行止め復旧後の大輪バス停を起点に、総勢11名で三峯表参道から三峯神社・妙法ヶ岳（奥宮）を巡る登山を実施した。直前に降雪があり、山上部には残雪が残り、春先らしい寒暖差の大きい山行となった。

【2. 行程概要】

- ・日程 2026年3月8日（日）
- ・場所 三峰山参詣道（妙法ヶ岳：1,351 m）
- ・参加者 松尾渡 橋本久子 水野康男 稲越洋一 小玉和孝 塚越和子 水野千秋 那須朋美 小島千代美
CL：田中利昌 SL：鈴木晴雄（計11名）
- ・天候 晴れ（三峯神社より上部は、立ち止まると寒さを感じる気温）
- ・行程 9：05 大輪表参道登山口→9：45 清浄の滝→10：10 薬師堂跡→11：15 三峯神社→12：50 妙法ヶ岳
→14：00 三峯神社→14：40 裏参道下山口→16：30 神庭洞窟→17：00 大輪登山口（累積標高差：1,600m 超）

【3. 山行の詳細】

◆ 大輪バス停～表参道

大輪の一之鳥居をくぐり、登龍橋を渡って表参道へ入る。杉並木と古い石碑が続き、参詣道の雰囲気漂う。

◆ ロープウェイ跡～清浄の滝

三峰山ロープウェイ跡地（二瀬ダムの完成後三峰観光道路が整備され2007年に廃止）を通過すると本格的な登山道となる。清浄の滝（古来の禊場）で小休止した。

◆ 薬師堂跡～遙拝殿

薬師堂跡を通過し、三峯神社に近づくと社家の脇を通り、立派な建築物である奥宮遙拝殿に到着。ここから妙法ヶ岳の展望が開ける。この付近から気温が下がり、立ち止まると寒さを感じた。

【4. 妙法ヶ岳（奥宮）への登頂】

三峯神社への参拝は下山することにし霧藻ヶ峰方面との分岐を過ぎ、奥宮へ向かう。斜面や日陰の登山道には凍結した雪が残っており、軽アイゼン・チェーンスパイクを装着。途中、ほら貝を吹きながら歩く登山者がおり、霊場らしい雰囲気を高めていた。

奥宮手前の金属階段と鎖場を慎重に登り妙法ヶ岳山頂へ到達。ここからは、霧藻ヶ峰・雲取山・和名倉山・両神山・浅間山等が望めた。頂上は狭く食事は三峯神社で摂ることとし集合写真と参拝を済ませ下山した。



残雪箇所を進む



神庭洞窟遺跡にて

【5. 下山（参拝・お札授与～裏参道）】

下山の途中、三峯神社で参拝を行い一部の参加者はお札を授かった。万全を期し三峯神社で待機されていた方と合流して裏参道で下山し、途中神庭洞窟（縄文期の狩猟キャンプ地）を見学した。

【6. まとめ】

古道・信仰・残雪期登山が融合した、シリーズ最終回にふさわしい充実した山行だった。ほら貝の音や冷たい空気が霊場らしさを強め、三峯神社でのお札の授与がよい締めくくりとなった。



妙法ヶ岳（奥宮）にて

ステップアップ登山① 若獅子山

宮崎 則子

1. 日程：4月19日（日）日帰り
2. 場所：若獅子山（735 m）
3. 天気：晴れ
4. 参加者：CL 稲越洋一、SL 宮崎則子、芦沢絵美子、平本真二郎、平本美恵子、峰真人、東洋子、中根洋子、町田千絵

5. 行程：若御子神社 9:10 → 若御子断層洞 → 国見の広場 10:00 → 若御子峠 10:12 → 若御子神社奥社 10:20 → 若御子山 10:43 → 若御子峠 11:35 → 憩いの広場 11:46 → 若御子神社 12:17 （時間 約3時間 距離約4km）

6. 山行概要と所感

朝から気持ちの良い快晴。神社の隣、有名な清雲寺の枝垂れ桜は既に葉桜になってしまいましたが、4月の第3日曜日(4/19)は若御子神社の春の例大祭に当たり、境内はお祭り準備で大勢の人々が集まっていました。まずは登山の安全祈願。稲越さんの号令の下、全員神妙に鳥居での一礼、手水、拝礼(二拝二拍手一拝)を行いました。

神社裏手の登山口から階段が始まります。木製風コンクリートの手摺付き階段が急斜面に沿って九十九折に作られています。しっかりした階段ですが、落ち葉が分厚く積もり段差が見分けにくく、登り始めから一気に高度を上げるので、かなり息が切れました。



若御子神社で参拝



若御子断層洞



階段の急登

登り途中にある見どころの若御子断層洞は、かつてクマが潜んでいて、覗いた登山客が事故に逢った事があり、皆恐々としながら通り過ぎました。国見の広場に到着してやっと一息付きました。若御子峠までは少しの間穏やかな稜線でしたが、若御子神社奥社跡から若御子山までは、一部劣化したトラロープが張ってあるものの、落ち葉の積もったトラバースにザレた石や岩が続き、その岩もボロボロと崩れやすいので慎重に手も使って登りました。若御子山頂上は杉の木が茂りあまり眺望は望めませんが木々の間から浦山ダム湖が見えます。



ザレ場の急登



頼りないトラロープ



若御子山山頂

ここで簡単な昼食をとり、慎重に登ってきた同じルートを、更に緊張しながら下りました。冷や汗を掻きながらの下山中、若御子神社の神楽太鼓の音が頂上まで長閑に聞こえてきました。

若御子峠まで下り、そこからはなだらかな下り道で、憩いの広場を通り若御子神社に戻りました。約三時間の行程中、階段、尾根道、崩れやすい急斜面、穏やかな下り道等、短い距離ながら様々なタイプの山道を楽しめました。

昼過ぎには解散、午後は自由行動として、各々近郊の観光地や里山散策、下山飯に「豚玉丼の店・たぬ金亭」でおススメの「チチブ丼セット」を食べたりしました。

JR 武州中川駅から徒歩範囲、有料駐車場も有りアクセスも良く、短時間でも楽しめる山だと思います。古くて切れそうなトラロープ等の整備をお願いしたいです。



岩場体験①子持山

田中 健介

日程 : 4月26日(日)

場所 : 子持山 (1,296 m)

天候 : 晴れ

参加者 : 朝井、小玉、塚越、那須、行方、峰、宮内、宮崎、松尾、CL: 田中(利)、SL: 田中(健)
計 11 名

行程 : 6号橋登山口 9:30 → 屏風岩 9:50 → 獅子岩(大黒岩) 11:30 → 柳木ヶ峰 12:35 → 子持山 12:55 → 浅間山
14:30 → 5号橋駐車場 15:35 → 6号橋駐車場 15:40 → 解散 (約6時間 約6.4km)

GW直前の晴れた日曜日。JR敷島駅に集合後、車3台に分乗して子持山へ向かった。登山口付近の駐車場は混雑しており、最初の駐車場は満車。次の駐車場に駐車できたが、残されたスペースも目の前で埋まってしまった。

歩き始めるとすぐに子持神社、続いて屏風岩に到着。ほどなくして本ルートシンボルとなる獅子岩が姿を現した。その独特の岩峰に一同しばし足を止めて見入る。そこから1時間半ほど緩急のある登り坂を経て、獅子岩に到着。鎖と梯子を慎重に使い岩頭へ。獅子の頭頂部からの眺望は好天にも恵まれ、関東平野を見渡すことができた。

続いて本峰の子持山を目指す。獅子岩からの標高差は約300mだが、所々に枯れ葉が深く堆積しており、足元が滑りやすい。既設のロープを頼りに登る箇所もあり、慎重な足運びを要した。

下山は獅子岩を囲むような尾根ルートを進む。浅間山への登り返しを経て、約500mの高度を下げた。道中、木々の隙間から獅子岩がその威容を見せており、その度に巨大な獅子と目が合うのであった。予定通り15時過ぎに全員無事に下山し、解散した。



屏風岩



獅子岩



登山の風景



子持山山頂

健康登山① 「湘南アルプス」

宮崎 則子

- ・目的の山 湘南平・大磯浅間山 180, 9 m・高麗山 168 m
- ・日時・場所 2026年5月10日（日）午前9時 大磯駅前（JR 東海道線）集合
- ・天気 晴れ
- ・参加者 CL 渡辺徹也、SL 宮崎則子、塚越和子、吉本千春、中根洋子
- ・行程 大磯駅発9:05→（線路沿いを西）→線路高架下潜る→（住宅街登坂）→山道→善兵衛池9:30→分岐→湘南平（千畳敷）9:55～10:30→大磯浅間山 10:55→八俣山 11:15→高麗山 11:25・水休憩5分→（女坂経由）→高来神社 11:45→（旧東海道松並木）12:00

※以上で湘南アルプス山行は終了（時間 約3時間、距離約6km）

☆山行終了後は希望者（全員参加）で食事・大磯町散策

大磯漁港方向→ランチ→（国道1号線を西へ）→明治記念大磯邸園見学→大磯駅

（オプションなので特にタイムスケジュールは記しません）

【山行概要と所感】

初夏の気持ち良い天候に恵まれて出発しました。

大磯駅から時計回りに住宅街の坂道を上りやがて山道に入ります。山道と言っても皆で話をしながらゆっくり登れる程度、散歩の延長のような気分で歩き、権兵衛池脇を通り早々に湘南平に到着しました。

ここは湘南アルプスで唯一展望が良い所です。まず展望台上り 360 度見渡します。東の三浦半島から西は伊豆半島まで相模湾を一望できます。初島の島影もうっすら見えました。



旧東海道を通りました



大磯浅間山の一等三角点

後ろの山々は芽吹きだした新緑で様々な緑のグラデーションが美しく見飽きません。残念ながら一番期待していた富士山だけが雲にすっぽりと覆われていました。

歩き続けてやや汗ばむ頃、皆でソフトクリームを食べてクールダウン、次の山に向かいます。山道は整備され標識も多く歩き易いです。又この地方の伝説や歴史などが詳しく書かれた説明版が随所に設置されていました。

休日だったので数組の登山客やトレイルランナーに出会い、道を譲り合い稜線を歩きました。

稜線に向かって谷から吹き上がる風が気持ち良く、夫々の山の頂上が木々に覆われて展望があまり良くなかったのが浅間山、八俣山、高麗山をあっという間に通過してしまいました。



高麗山山頂には、高来神社上宮造営所跡のコンクリートの土台と石段だけが残されていました。

女坂を下って高来神社に到着。荘厳な社殿の前で安全に下山出来た報告参拝をしました。旧東海道松並木を通って大磯駅方面に向かいました。

今回の山行は概ね午前中に下山出来たので、午後はゆっくり食事と街中散策の時間がとれました。

登山も楽しいですが、時間の余裕があればその山を取り巻く地域の歴史や風物に触れるのも良いですね。

左：明治記念大磯邸園内のバラ



中級者養成講習①【鹿沼岩山】

間仁田 隆一

1. 日程：4月25日（土）日帰り
2. 場所：鹿沼岩山
3. 講師：平川陽一郎（助手：山口順次）
4. 集合・解散：東武鉄道「新鹿沼駅」9時集合、東武鉄道「新鹿沼駅」15時頃解散
5. 参加者：田中利昌、宮田しのぶ、宮内有加、町田千絵、小玉和孝、稲越洋一、間仁田隆一、水野康男、吉田由美、根本忠一
6. 講習概要

4月25日（土）栃木県鹿沼市にある標高約328mの鹿沼岩山にて、講師に埼玉支部会員の平川陽一郎氏、助手に山口順次氏を迎え、安全登山委員会・山行委員会共同開催の講習会が行われました。

前日の雨の影響で雲は多少あるものの、日差しにも恵まれ爽やかな朝9時、新鹿沼駅西口に12名が集合しました。電車と車で参加したメンバーが車に乗り合わせ、駅から数分の富士山公園駐車場へ移動。そこで各自登山準備を整え、平川講師による山行リーダーとしてのレクチャーが始まりました。まず、全員の点呼を取り、山行の趣旨を説明。その後、各自の持ち物確認を行いました。中でもヘッドランプの電池残量確認は重要とのことでした。過去に夜間歩行中、1名が電池切れを起こし、その対応のため全体のペースが大きく遅れた経験から、リーダー自身も貸出せる予備を準備しておく必要があるとお話されました。

続いて駐車場を出発し、徒歩20分ほどで登山口にある日吉神社に到着。ここで各自ハーネス・ヘルメット・手袋を装着しました。しかし、装着に慣れていないとウエストベルトやレッグループのねじれは自分では気づきにくく、それが事故につながる恐れもあるため、リーダーが全員のハーネスを確認することの重要性を学びました。

いよいよ岩山ハイキングコースへ入り、ほどなく今回の目的地である岩場に到着しました。そこは登山ルートから外れた静かな場所で、12人が留まるにはそれほど広くはありませんでしたが、全員がザックを下ろして準備に入りました。



朝井 紀久子 画



まず、周囲にある数本の立木を利用して基本となるロープワークを学習。ボーライン、エイトノット、フォロースルー、バタフライノットなど、初めて見る結び方に悪戦苦闘しながらも、協力しフィックスロープを張りました。それぞれが空いた時間に簡単な昼食を取っていると、岩山の上からスルスルとザイルが垂れ下がり、見上げると平川さんと山口さんが颯爽と降りてきました。その後、2人一組となり、1人が岩場を登り、もう1人がビレイリバースを担当しました。初めての岩登りに苦戦する者、軽々と限界まで登る者など個人差はありましたが、何度も交代しながら岩場の経験を重ね、全員にとって充実した講習となりました。

最後はC峰の岩の上にポツンと一つ置かれたベンチに全員が揃い、記念撮影をして下山しました。この山は「ハイキングコース」とされていますが、それは最初の数百メートルほどで、その先は起伏に富んだ地形とむき出しの岩場が続く、個性豊かで楽しい山でした。

今回ご指導いただいた平川さん、山口さん、誠にありがとうございました。今後の山行に役立ててまいります。



中級者養成講習②【雪上訓練】

小玉 和孝

1. 実施日：2026年5月2日（土）～4日（月）
2. 場所：遠見尾根（実技）、早稲田岳友会山小舎（座学）
3. 講師：JAC 本部・埼玉支部会員 平川陽一郎氏
4. 講習参加者：埼玉支部9名（町田千絵、若林優子、朝井紀久子、間仁田隆一、峰真人、吉羽悠介、水野康夫、田中利昌、小玉和孝）
東京支部3名（石井有里子、森岡あやな、館野洋彰）
宿泊スタッフ：埼玉支部5名（高橋努、清登緑郎、宮崎則子、塚越和子、磯崎佳奈）
千葉支部1名（上村紀子）
5. 行程：5月2日（土）集合、決起集会、早稲田岳友会山小舎（泊）
5月3日（日）遠見尾根で雪上訓練、早稲田岳友会山小舎（泊）
5月4日（月）早稲田岳友会山小舎内で座学、解散



6. 活動概要

◆ 5月2日（土）

15時、早稲田岳友会山小舎に集合。自己紹介、決起集会を実施

◆ 5月3日（日）

8時30分の白馬五竜テレキャビンでアルプス平に行き、適切な雪上訓練場所まで標高差約300m（約1時間）登る。

【訓練（8：30～14：00）】

- ・雪の斜面にピッケルでバケツを掘って安定した場所を確保する練習
- ・キックステップによる登り、バックステップによる下降練習（アイゼン未着用）
- ・トラバース、登り下り時の姿勢の指導
- ・ロープを使用した雪上での確保の練習

14時、テレキャビンでとうみ駅に下山、早稲田岳友会山小舎にて懇親会開催

◆ 5月4日（月）

早稲田岳友会山小舎にて座学（荒天が予想されたため八方尾根の雪上訓練は中止）

【座学（8：30～11：30）】

- ・リーダーの心構え、ザック中身紹介、サプリメントなどの講習
 - ・参加者を3班に分け、山行に関して状況を設定して、どのように行動するかまたその行動のメリット、デメリット等を話し合い発表（4事象）
（山行に適したコースの立案、事前の気象データに基づき山行の中止・決行の判断の妥当性などを学ぶ）
- 早稲田岳友会山小舎を清掃後、12時30分に解散

7. まとめ

実技では、急斜面での下降練習で腰が引けて滑る人がみられましたが、テレキャビンに戻る時の緩斜面は皆で走って降りることができました。

座学では、与えられた状況を分析して山行を判断する講習は大変勉強になりました。

また、講習、懇親会を通じて他支部（東京支部、千葉支部）との交流を図ることができました。とても充実した3日間でした。

主催者チーフの高橋努さん、講師の平川陽一郎さん、宿泊スタッフの皆さん、講習参加者の皆さん、ありがとうございました。



朝井 紀久子 画

平日山行倶楽部

浅間山～不動山～曾我梅林

水野 千秋

3月5日

昨日朝までの冷たい雨とうって変わって3月5日当日は雲一つない晴天でした。八王子駅からバスで出発し、農村公園に到着。農村公園では、ここ1週間の高気温の影響からか河津桜が葉桜になりかけていましたが、ピンクの花々はところどころ残っており里山の景色を彩っていました。農村公園売店で私は「なばな 150円」を購入。帰宅後、お浸しにして美味しくいただきました。

この農村公園から山行開始。途中、雛祭り梅まつり会場でたくさんの雛人形を見学した後、地元の方々に甘酒をふるまっていただきました。その後浅間山、不動山、曾我山と低山を縦走。登山道を下りてきた私たちの視界に広がった海の景色に感動！そういえばここは小田原市でした。相模湾の真鶴岬や初島、三浦半島がはっきり見えました。曾我梅林の梅はすでに満開を過ぎてはいましたが、梅の花の香りを楽しみながら歩くことができました。

お天気に恵まれ、暑いくらいの気温だったためか、時間に余裕があったためか、皆で地図を見て急遽立ち寄ることに決まった小田原牧場のアイス工房。それぞれ好みのジェラートを注文し、平日山行のレジェンドの方々も笑顔で召し上がっていました。

帰りのバスの中では地元の和菓子を会計の方に配っていただき、パクリ！美味しいものにたくさん出会えた山行でした。いえ、雪をかぶった大きく雄大で美しい富士山も目に焼き付いております。

（参加者：立原、宮崎則子、塚越、水野千秋、中根、坂倉、平本美恵子、磯崎、若林、渡辺徹也、稲越、吉田寛治、足立原、渡邊嘉也、出口、奥田、平本真二郎、水野康男、清登、高橋）



たっぷりの冠雪ー見事な富士山ー



地味な不動山頂

三浦アルプス

林 信行

4月23日

最近、都市近郊の小さな山に人気が集まり「低山ブーム」という言葉をよく耳にする。

今回の平日山行は海のイメージが強い三浦半島の三浦アルプス縦走だ。この登山道は分岐が多く、道迷いのリスクがあることで知られているという。会からの案内文には「距離はたっぷりあります。覚悟してください」とある。

JR 逗子駅 9:30 スタート。葉山教会登山口までタクシー分乗し、先ずはそこから仙元山 (118 m) に向けて歩き出す。頂上まで約 30 分、残念ながらどんよりした空模様。頂上からの景観は、葉山や逗子の街並み、遠くに江ノ島が小さく浮かんでいる。11:00 ソッカ (189m)。新緑にはやや早く、柔らかい黄緑といったところか。およそ 30 分で観音

塚(167m)に着く。千手観音と馬頭観音が仲良く並んで建っている。そこに大きく圧倒されそうな見事なタブノキがそそり立っている。

乳頭山(202m)をめざしてアップダウンの険しい登山道に行く。三浦半島横断だから道のりは遠い。途中で予報通り雨も本降りとなる。最後の乳頭山登頂で感慨無量、ひとりひとり高橋リーダーと登頂を祝う握手、その後全員でにっこりと記念写真。

終盤戦に入り、地図を見ると予定のJR田浦駅まではまだまだ遠い。滑りやすく手ごわい急降下の登山道を田浦に向け歩き出す。低山だけあって手前の高速道路を走る車の音が耳元に伝わってくる。田浦梅の里を通り抜け16:40ようやく駅についた。

三浦アルプスは市街地の間近とは思えないスリルある低山の連なる山域だった。

個人的には、体調をくずし、今回リハビリ登山も兼ねての山行だったが、お陰さまで一步一步山道を踏みしめ、楽しむことが出来た。

(参加者：小島 東 宮崎 塚越 水野千秋 中根 町田美春 吉田寛治 足立原 米山 林 清登 高橋)



乳頭山頂にて



ボランティア委員会

大久保春美記念第16回ふれあい登山

若林 優子

■日程：2026年4月4日(土)

■天候：曇⇒雨

■山域：日向山(埼玉県)

■参加者：埼玉支部42名、参加者33名、障害者スポーツ協会3名(合計78名)

■集合：芦ヶ久保駅 9:15 10:00～10:15 開会式

■コース

10:20 芦ヶ久保駅⇒10:40 農村公園⇒12:05 日向山山頂(休憩30分)

⇒13:00 琴平神社⇒13:40 芦ヶ久保観音⇒14:00 道の駅芦ヶ久保

行動時間：約3時間40分 距離：約4.6km のぼり・くだり：約376m



朝井 紀久子 画

■概要

第16回ふれあい登山を実施した。今回は参加者も支部会員の方も多く参加して下さった。リピーターの方も多く、和やかな雰囲気の中での開催となった。

芦ヶ久保駅前広場で開会式、集合写真の後、6班に分かれ順次出発。農村公園では沢の水量が増し、路面のぬかるみも見られたが、皆で声を掛け合い安全に通過。農村公園を抜けたあたりでぽつぽつと雨が降り出した。そこから山頂まで桜が多く植えられており、雨の中でも花見を楽しめたが、武甲山の素晴らしい姿をきれいに眺めることができなかったことが残念である。山頂で各班リーダーと協会で打合せを行い、雨がそれほど強くないと見込みそのまま計画コース通りに実行することにした。日向山登山口あたりで雨が強まり、濡れた小石や岩、木の根で滑りやすい足元となったが、大きな事故や怪我もなく全員がゴールまで到着することができた。雨の中での登山であったが、参加者の皆様が健脚であったため、予定よりも1時間早く下山となった。

今回のコースは本格的な山道を堪能できた一方、急坂や滑りやすい箇所もあった。次回は、より幅広い層が安心して参加できるコース設定を検討課題とすることを協会と共有した。



春の清掃登山

若林 優子

■日時：2026年5月10日（日）

■目的：登山道の清掃

■実施場所：大高取山（埼玉県越生町）

■天候：晴れ

■参加者：支部員：13名（吉田（寛）、野口、古川、清登、高橋、山崎、奥田、齋藤、出口、吉羽、大野、水野（康）、若林）

■コース：

8：35 越生駅 → 8：50 登山口 → 9：25 西高取山 → 10：05 白石様 → 10：30 幕岩展望台 → 10：55 大高取山（昼食）
→ 11：40 桂木山 → 12：00 桂木観音 → 12：40 虚空蔵尊 → 13：25 越生駅

行動時間：約4時間50分 距離：約7.9km 累積標高：のぼり464m/くだり464m

※3チームに別れて行動。上記は報告者参加チームの行程。

■活動成果：

春の清掃登山は前年より引き続き、大高取山で越生町観光協会様協力、越生町ハイキングクラブ様と共同で行った。当日は13名を3チームに編成し山全体の清掃とあわせて、9月に予定している山頂のレンゲツツジ植栽地の草刈り（観光協会様と実施）に向けた下見と、肥料まきも実施した。

越生町ハイキングクラブ様より「前日に無名戦士の墓で開催された慰霊祭の花火の残骸が散らばっている可能性がある」との事前情報をいただき、実際に山に入ると、その言葉通り多くの残骸が確認された。それ以外はお菓子のゴミやザックや靴の部品などであった。

大高取山の登山道や標識は有志の方々によって定期的に整備・清掃されており、樹木の手入れも行き届いた地場で親しまれている山であった。

下山後に回収したゴミを確認したところ、花火の残骸が中心であり、その他は空き缶数個と少量の可燃ゴミで不法投棄等はなかった。

夏を思わせる暑さの中での活動となりましたが、大きな事故もなく無事に終了することができました。ご協力いただいた参加者の皆様に厚く御礼申し上げます。

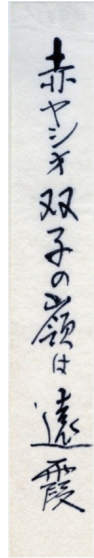


朝井 紀久子 画

彩の山研究会だより

■秩父春景

宮崎 稔



両神山の展望地で知られる小鹿野町の四阿屋山（あずまやさん 771.6m）山頂での写真です。山麓の花しょうぶ園や展望広場の福寿草の群落は行くのが楽ですが、福寿草群落地の先は急に悪路になり、西秩父特有の岩混じりの道です。

両神山は春霞で撮影は諦めましたが、いつも遊んでいた西二子山（1165.6m）も霞んで見えました。下山はおとなしく登路を戻りました。

俳句は、山の土産話の写真を見て、母親が題名の代わりに詠んでくれました。

左

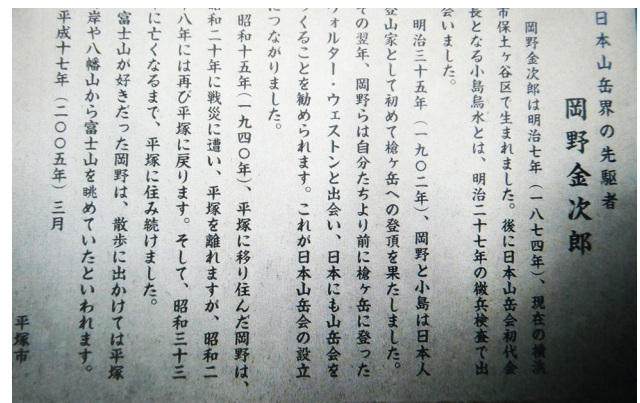
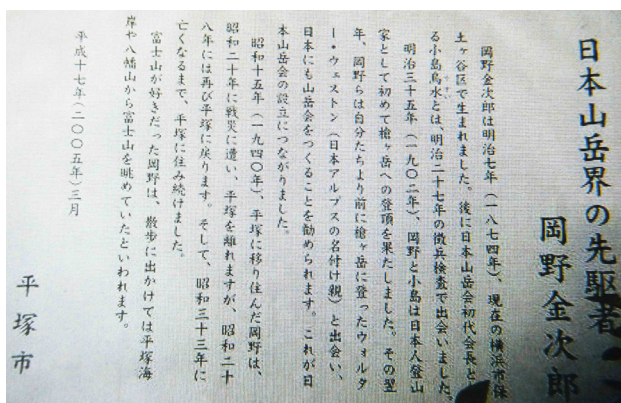
アカヤシオ（宮崎稔氏撮影）（俳句は宮崎氏母堂作）

■湘南平（千畳敷）の記憶

小原 茂延

支部報 47 号、その後の健康登山などで、湘南平、湘南アルプスの名を見て、思い出すことがある。2010 年 2 月、ある「山の小雑誌」のガイド記事に「浅間山～鷹取山」があり、文中に湘南平についての記載があった。岡野金次郎の顕彰碑についての説明板を早合点したのか「千畳敷に日本山岳会初代会長岡野金次郎の碑がある。…」との紹介があり、唖然としてしまった。何故こんな誤記を生んだか気になったので現地を訪ねた。案の定、執筆者の早合点で、説明板は縦書きで「…後に日本山岳会初代会長とな…」から行が変わって「る小島烏水とは明治 27 年の徴兵検査で出会いました。…」と続いている次第である。

ただ、この説明板の後段でウォルター・ウェストン（日本アルプスの名付け親）とあるのは明らかな間違いであり、名付け親はウィリアム・ガウランドである。ウェストンは日本アルプスを世界に広めた旨を当時の市長にメールでお知らせし、市としても調査の上、現在の説明板に改めた経緯がある。（下記写真参照）



そのことから岡野金次郎について興味を持ち、平塚図書館に行って資料を集めたり、横浜西区の岡野町界限、あるいは小島烏水旧宅のあった山王山を歩いた他、岡野の生まれた保土ヶ谷、その近くの菩提寺に参った。墓誌には「岳祖金翁」と刻まれている。

また、本会創立の頃に詳しい神奈川支部の砂田定夫会員に小島烏水・岡野金次郎の交遊とその当時の人物関係についてご教示を受けた。所属する本部同好会の緑爽会でも2017年に砂田氏と川俣神奈川支部会員の案内で高久神社側から顕彰碑を訪ねている。

そもそも、当初、平塚市は千畳敷には、曾我十郎・五郎の像を建てる予定であったが、この時代に仇討の記念像でもあるまいとの声もあり、当時の市長から相談を受けた書物展望社々長の斎藤昌三氏が、平塚市在住で近代登山の先駆者の一人である岡野金次郎氏を推薦したことで、市議会承認の上、岡野翁の遺族に伝えたのであるが、遺族は故人はそういうことを良しとしない生き方であったのでと固辞したが、議会で決めた事なのでと懇請して決まった経緯がある。槍ヶ岳に登山者として小島烏水と初めて登った先駆者であり、W・ウェストン師の著書を偶然とはいえ見つけたこと、又その横浜在住を突き止め、いち早くウェストンに手紙を書き、小島烏水に知らせた先駆けの人ではあるが、その後、山岳会の発起人とならず、入会(65番位)も遅く、こういった華々しい事を厭う気持ちと諸般の彼の事情から小島烏水が米国駐在となった頃には退会しており、「近代登山の父」とは呼ばれない所以である。因みに近代登山の父と称されるのはウォルター・ウェストン師である。また、湘南平の命名は戸川貞夫市長(第7,8代)による。

ペンリレー 第11回

吉田 寛治

思い出

初めての登山は中学生の頃、先生に連れられて登った富士山です。もう80年近くの前のことです。当時のことですら恐らく運動靴で登ったものと思います。具体的なことは全て忘れていますが、富士山に登ったことは、はっきり覚えています。高校時代は夜学でしたがクラスの山の好きなものと丹沢あたりに通っていました。

大学の時は誘われて山岳部に入りました。この時の経験が今も生きています。一番の思い出は南米ボリビアに滞在中に東京外国語大学の遠征隊に参加しボリビアアンデスに登ったことです。ボリビアに滞在していたのは外務省実習生Ⅱ期生(現在の青年海外協力隊の前身)として日本で始めて海外に進出した企業の鉱山機械技術者として働いていたからです。

山岳部に在籍していたからといって他校の者が海外遠征隊に参加出来るわけではないのですが、長くなるのでここでは省略します。このことは東京外国語大学アンデス遠征隊記録として、日本山岳会の『山岳』第60年(1965年発行)に記載され小生の名前(旧姓太田)も出ています。

山の記録を紙に全く残していない私ですが辛かったこと、楽しかったこと、悲しかったこといろいろあり、現在も当時の岳友と交友は続いています。大学の名前の一字を取って「工稜会」という会で現在も活動しており、埼玉支部にも後輩を5名誘っています。毎年6月には奥多摩のログハウスを借りて合宿をしています。数十名は集まります。一日目は近くの山に行き夜は昔話に花を咲かせます。昔の学生山岳部は上下関係が厳しいものでした。今でもその慣例として、現役の時には大きな会社の社長クラスであった後輩を呼びすてにしていますが、多少心苦しく思っています。

思いがけなかったことは支部山行で岩手県の真昼岳・女神山に行った時のことです。はからずも泊ったところが墨田区業平小学校3年生の時、集団疎開で来ていた宿ではないですか。建物はすっかり変わってはいますが終戦の玉音放送を聞いた裏庭は確かに覚えがあります。このことは支部報に「岩手山行(真昼岳・女神山)にまつわる学童疎開の思い出」として投稿してあります。当時の山行委員の中嶋さんの奥様の実家とのことでした。

富士山に登って山頂の浅間神社奥宮で記帳すると毎年年齢別の番付表を送ってきてくれます。数え年70歳から記帳できます。最初に記帳した77歳(平成24年・西暦2012年)の時は番付表では299番目でした。81歳(平成28年・西暦2016年)の時は126番に昇進?し、88歳(令和5年・西暦2023年)では21番になりました。令和6年は膝の人口関節手術で行かれませんでした。令和7年には90歳(数え年)で登りました。この年はなんと群馬県の103歳の方が一番でした。2番目が福島県の99歳佐川さんでした。この方はTVでも放送されました。

そして小生は1ページ目の12番目に登録されていました。今年の富士山登山が楽しみです。

亡くなった元支部長の大久保春海さんとスペイン巡礼800kmを踏破したのも楽しい思い出の一つです。前にも書きましたがボリビアに3年間滞在していた時に覚えたスペイン語が日常会話程度なら出来るので大変役に立ちました。学生・OBになってからの思い出もいろいろあります。いまではほとんど使われませんが宿営のとき大勢で泊まれるかまぼこ型テントというものがあります。綿で出来ておりポールは竹です。雨にぬれるとものすごく重たくなり担ぐのが大変でした。今とは隔世の感があります。装備にしろ、登山技術にしろ学生時代に比べたら確実に進歩しています。もちろん変わらない部分もありますがこれからの山歩きは身の程を考え埼玉の低山を歩く程度で我慢したいと思います。

*次回は野口勝志さんです



乾徳山にて2026年5月



東京外国語大学アンデス遠征隊員
上段右端 吉田・27歳(旧姓太田)

事務局より

田中 利昌

会務報告

埼玉支部会員 在籍者数及び異動

2026年5月20日現在

会員	121名	準会員	20名	計	141名
----	------	-----	-----	---	------

入会

A0684	北西 典子 (さいたま市)	2月
-------	------------------	----

退会

5992	山田 硅二	3月
12554	神田 道雄	3月
16842	星野 敦子	3月
16911	浅田 稔	3月
A0490	池上 純一	3月
A0586	天池 稚力	3月

新入会員自己紹介

《北西典子 会員番号 A0684》

はじめまして。準会員として入会させていただきました北西典子（きたにしりのりこ）と申します。「富士山に登ると見るたびに登った事を思い出して何度も楽しめるよ」という言葉に誘われて、数年前から登山を始めた初心者です。昨年やま塾に7期生として参加させていただき、登山の奥行きある魅力にすっかり取りつかれました。経験をどのくらい積めるのか分かりませんが、皆さまとの山行で感動を共有させていただく事を楽しみにしております。どうぞよろしくお願い致します。

編集後記

新たな年度がスタート致しました。昨年に引き続き、私達広報委員は支部報編集を坂倉、支部報レイアウトを磯崎、ホームページ作成と支部報監修を稲越で担わせて頂きます。どうぞよろしくお願いいたします。

なかなか支部の活動に参加できない方にも、支部報やホームページの情報が役に立ち、支部の活動や現状をお伝えできるツールになればと思っています。「みんなの日本山岳会」を念頭に、埼玉支部会員の活躍を共有できれば幸いです。

（坂倉理恵）

公益社団法人日本山岳会 埼玉支部報 第48号 2026年7月2日発行

発行者：公益社団法人日本山岳会埼玉支部 支部長 若林優子

Email:stm@jac.or.jp

埼玉支部ホームページ：https://jac.or.jp/saitama/



朝井 紀久子 画