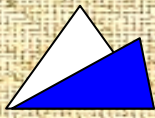


会報

日本勤労者山岳連盟（富山県連盟）

新日本スポーツ連盟



三島野スポーツクラブ

No. 273

2023年6月1日

代表 岩井 富雄

射水市宝町 1364-35

TEL・FAX 57-8180



朝霧の中を歩く（雨飾山）
小木 清画

6月/7月企画案内

6/4 クリーンハイク

小佐波御前山

6/11 登山セミナー

6/24 日野山

7/9日 明星山

7/27日～29日

夏山BIG企画

爺ヶ岳鹿島槍ヶ岳

自主企画 雨飾山 7/21

山行報告

越前甲 4月23日

菅倉山 4月28日

春の立山 5月10日

6 / 4 (日) 労山全国いっせいクリーンハイク 小佐波御前山

参加申込は締め切りました。クリーンハイクアピールが発表されましたので紹介します。

第 50 回全国一斉の清掃登山・クリーンハイク アピール

2023 年 6 月

日本勤労者山岳連盟
自然保護委員会

私たち労山会員は、美しい山岳自然や貴重な山岳の動植物を守り、登山文化を広げていく使命があります。そのために、山を汚さず、ゴミは必ず持ち帰ることとしています。また、ふるさとの山をいつまでもきれいにする目的で、1974 年から全国一斉の清掃登山（クリーンハイク）を実施して今年で 50 回を迎えます。昨年のクリーンハイクにおいては 20 地方連盟の 212 の会の 2,814 名が参加して、全体で 2,194kg のゴミを回収しました。このような活動をこれからも続けていくために、私たちは下記の項目を守り、これからも美しいふるさとの山を守っていきます。

記

1. ゴミはすべて必ず家まで持ち帰りましょう。
- 2 全国一斉のクリーンハイク等に積極的に参加して、地元の登山道周辺の清掃に努め、山を傷つけず汚さず、登山者のモラルを高めましょう。
- 3 山での許可を得ない植物の採取は、法律に違反しています。また、登山道から離れて 貴重な植物群落に足を踏み入れることも自然環境破壊につながるのでやめましょう。
- 4 山でのトイレは、多くの人が自然の中で行えば自然への大きな負荷となります。トイレは必ず、登山口の周辺と山小屋等で済ませるようにしましょう。山小屋や山岳トイレがない場合は、携帯トイレを使用するなどして山岳環境に負荷を かけないようにしましょう。
- 5 特定の山やコースへの集中を避け、なるべく少人数で行動して登山道への負荷を減少 させましょう。
- 6 山岳の自然環境を破壊するような開発等にも関心を持ち、情報共有をして山の自然を 守っていきましょう。



6月・7月企画案内

安全登山のための

登山セミナー

◇ 6月11日(日) 9時～

集合出発は8時00分、薬勝寺池Pとします。但し、直接セミナー会場の立山駅ウラの真川へ直行することも可とします。尚、交通費、諸費用はクラブから支出します。

◇ セミナーの内容

〈午前9時～12時〉

立山駅裏の真川堤防で三点支持登攀訓練とロープワーク

〈午後1時から3時〉

来拝山に移動し、読図と登山アプリの習得と練習

【参加申込】

6月1日までの場邦夫 SMS 090-4320-5325 へ 但し、ひとりでも多くの参加を願い、締切期日を過ぎても可能な限り受け付けたいと思いますので問い合わせてください。

6/24(土) **日野山** 福井県 越前町/南越前町
ひのさん 795m

福井県越前市と南越前町の境に位置する日野山は、718年に高僧泰澄大師によって開かれたといわれている山です。山岳信仰の霊山であり、山頂に日野神社の奥宮があります。山の姿が大変美しく、古くは紫式部、松平春嶽や与謝野晶子も歌に詠んでいます。

山頂からはお天気がよければ、越前市や鯖江市が一望できるほか、日本海や霊峰白山、太平山や御嶽山等が見えます。中部北陸自然歩道として登山が楽しめ、コースが3つほどありますが、約2~3時間で山頂まで行くことができます。



【集合出発】5時30分 薬勝寺池P

【行程】

北陸自動車道⇔武生IC⇔荒谷町日野神社登山口⇔
山頂日野神社 (往復する)

標高差 727m 登り3時間 下り2時間

体力度★★☆☆☆ 技術度★☆☆☆☆

【参加申込】6月14日まで 的場邦夫へ

SMS 090-4320-5325 へ

【装備】無雪期の通常装備



7/9 (日) 明星山

みょうじょうさん (みょうじさん)
1188.5m
糸魚川市

明星山は石灰岩からなる飛騨山脈北部に位置する標高 1,188m の山です。秀麗な形と大岩壁を備えている。全山石灰岩で、特に岩肌がむき出しになっている南壁は日本有数のロッククライミングの聖地です。直下を流れる小滝川は国指定天然記念物の小滝川ヒスイ峡として知られている。

山頂から少し下がった先端に開けた場所があり、そこからの眺めは日本海、後立山連峰を始め素晴らしい景色が広がる。

【集合出発】5時30分 薬勝寺池 P

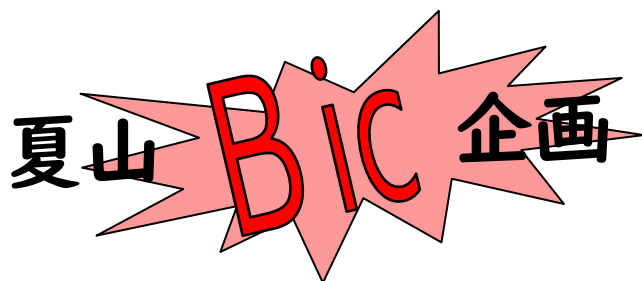
【行程】

糸魚川 IC → R-148 小滝からヒスイ峡登山口へ
登山口 → 巨岩ガレ場 → 小滝水場 → 岡コース分岐
→ 岩頭(頂上) 往路を下る

累積標高差 1020m 登り 4時間 下り 3時間

体力度★★★★☆ 技術度★★☆☆☆

【参加申込】6月29日まで



7/27(木) ~ 29(土)

花と展望の**爺ヶ岳** 後立山連峰の盟主 **鹿島槍ヶ岳**へ
2669m 2889m

1日目

北陸道糸魚川 IC → 大町 → 扇沢登山口 → (柏原新道) → 種池山荘
歩行時間 4時間30分 標高差 登り 1000m

2日目

種池山荘 → 爺ヶ岳 → 冷池山荘 → 鹿島槍ヶ岳 → 冷池山荘
歩行時間 7時間30分 標高差 登り 700m 下り 650m

3日目

冷池山荘 → 爺ヶ岳 → 種池山荘 → 扇沢登山口
歩行時間 6時間 標高差 登り 250m 下り 1200m

L: 堀井泰則 体力度・技術度とも★★★★☆

【参加申込】7月10日まで堀井泰則へ

山小屋宿泊条件があり、予約でなんとか7名確保できました。

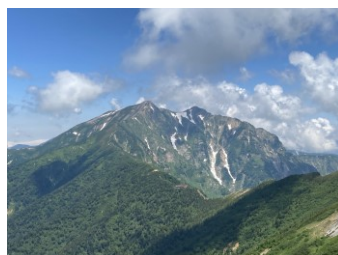
よって募集人数は先着7名で締め切ります。

【費用】約35,000円 (山小屋2泊4食 昼弁当、交通費 他)



上・三つのピーク 爺ヶ岳

下・双耳峰 鹿島槍ヶ岳



鹿島槍ヶ岳 赤岩尾根1泊2日プランはリーダーの都合で実施できなくなりました。
期待し、参加を計画されていた会員の皆さんにお詫び申し上げます。

山の日企画 **A** プラン 8/10(木) ~ 11(金) (山の日・金)

ランプの山小屋で泊まる

大日三山縦走

奥大日岳 2606m 中大日岳 2500m 大日岳 2501m



【行程】

- 1 日目 立山駅～室堂～雷鳥平～新室堂乗越～奥大日岳～七福園～中大日岳～大日小屋
- 2 日目 大日小屋～大日岳～大日平～牛首～称名滝～バスで立山駅

【参加申込について】

6月10日までに塚 良昭 SMS 080-8033-7427 へ

コロナ禍の影響で宿泊条件が厳しくなり、申込金が必要。万一キャンセルする場合、キャンセル料(10% 約 1300 円)が徴収されます。この時期は混むことが予想されます。確実に宿泊を予約するために早く予約を申し込みたいと思います。

山の日企画 **B** プラン 8/11(金・山の日)

夏の犬日平トレッキング

【行程】

称名滝駐車場 → 大日岳登山口 → 猿馬場
→ 牛首 → 大日平 往路を下ります

詳細案内は次号会報No.274に記載します。



自主企画案内 7/21(金) 雨飾山 1963m

爺ヶ岳・鹿島槍ヶ岳の事前訓練登山を兼ねて、頸城山塊の西端の名峰に登ろう

長野・小谷温泉コースを往復
単純標高差 800m (累積標高差 1050m)
体力度★★★★☆ 技術度★★☆☆☆
登り 4時間 下り 3時間 L: 堀井泰則
参加申込は 7月 11日 まで堀井泰則へ
SMS 090-1314-6394



山行報告

4月23日

越前甲 (越前大日岳)

1320m
小松市・
勝山市

参加者 L・写真 的場邦夫 SL 島倉津也子 石黒洋子 山本則夫



一口感想

的 場：加藤さんがリーダーの予定で事前山行して準備万端でしたが事情が変わり急遽リーダーを引き継ぐことになる。やはり初めての山は事前山行が大事だと思う。お陰様で大した問題なく山行出来ました。以前三島野スポーツクラブで登った加賀甲、加賀大日から見た、越前大日（越前甲）に登りたいと思って何年か過ぎようやく登ることが叶い満足です。頂上からの眺めは360度遮るものではなく眼下には大野市見え大好きな白山は目の前にありました

石 黒：キクザキイチゲ、ネコノメソウ、カタバミ、エンレイソウ、カタクリ、サンカヨウが咲く沢沿いや尾根を歩きました。可愛い花や水の音、風の音、青い空、自然の中で心が癒やされました。雪の上や沢の石の上、斜めになって通せんぼする枝の下をくぐったりと歩く道が分かりにくい中、リーダーの事前調査山行のおかげで無事に山行し楽しむことができました

島 倉：急登と強風と残雪とハネ上がる樹木に難儀した山でした。天候もよく、半年ぶりの登山靴にウキウキと楽しい山行でした。リーダー遠くまで運転感謝します。

山 本：事前山行では雪で登山口まで車でいけなかったとの事でしたが、当日には雪解けが早く登山口までいけました。大日峠までは沢沿いで残雪が少し残り、道がぬかるみ歩きにくい状態。峠より尾根沿いが続き急登、山頂に続く尾根は雪解け途中の枝や笹藪で大変苦労しました。

〈L〉的場邦夫、〈SL〉島倉津也子、〈写真〉堀井泰則、塚 良昭、石黒洋子、浦 幸江、今村和子
高井増美、老川佳子、山本則夫、岩井富雄、甲 かほる

【行程記録】

薬勝寺 P 出発	6 : 0 0
加賀インター	7 : 0 8
登山口出発	8 : 0 0
5回 休憩をとる	
菅倉山頂上	11 : 2 0
頂上出発	12 : 0 0
2回 休憩をとる	
登山口到着	14 : 3 0
登山口出発	15 : 0 0
薬勝寺 P 到着	17 : 1 0



ひとくち感想

老 川： 久しぶりの三島野での登山。体力的に大丈夫かと心配しましたが、楽しく登ることができました。とても気持ちよく晴れて、シャガやゆずりは、イワウチワなど綺麗な花たちが優しく迎えてくれました。特に頂上付近までシャクナゲの花が誘導してくれて気分も上々です。ただ風が強くて気温が26度ぐらいまだ上昇しても少し寒かったです。今日はぐっすり眠れそうです。

高 井： シャクナゲの蕾に魅せられて。初っ端からの急登。行きは良い良い、帰りは怖い！♪チェーンスパイクのすばらしさを感じました。それ以上に出戻りの私は、三島野の方々の思いやり、責任感に安堵し、優しさを再確認しました。これからも、非認知能力を育てていきたいと思いました。やはり、自然と向き合うって素敵ですね。今後とも宜しくお願いします。そして、ありがとうございました。

的 場： シャクナゲを見に我谷ダムの富士写ヶ岳登山口からまだ先の九谷焼陶器窯跡迄車で行き菅倉登山口から往復7.7キロ高低差約800mを12名で無事踏破しました。一人1分遅れても12分費やす。やはり人数が多いと大変です。シャクナゲの見どころは終わりに近かったが満開のものもあり蕾のものもあり良かったです。

石 黒： 雪がとけた春、大輪の華やかな花を咲かせ登山者を迎えてくれるシャクナゲの花は素晴らしいです。足元には、チゴユリ、イワウチワ、ユキザサが可愛い花を咲かせていました。新緑の木々が風に揺れ、青空と合わさり、爽やかな景色でした。塚さんからマダニに気を付けなければ行けないと聞いていて、なんと!夜になってマダニに噛みつかれているのを発見し、翌日救急に行きました。リュックに付いていた虫が首から入ったようです。休憩時のリュックの置き場所や肌の露出に気を付けなければと思いました。



堀井： 下り坂の天気予報がずれて、青空の登山だったことが嬉しかった。そんなに人気の山でもないのに笹が切り払われ、整備されている登山道でした。標高差約750mのわりにロングコースで、急登もあって登りごたえのある山でした。登山口までの道中で見た富士写ヶ岳登山口のにぎわいとは対照的で、すれ違った登山者は数人のみ。静かな山旅のはずが、わが三島野パーティーの音が山に響き渡っていました。



岩井： 今年2回目の参加です。膝の具合を見ながらの行動でしたが、ほとんど違和感なく一安心でした。私達含め15人の入山者で静かな山でしたが我がグループだけが賑やかでした。

今村： 白い小さな花をつけたチゴユリやホウチャクソウ、うすピンク色のイワウチワ、やわらかい若葉がピンと上をむいたユズリハ、淡いピンク色のシャクナゲ、そして空いっぱいに広がった木の枝から、萌黄色の若葉がいっぱい。管倉山は、春色に染まってとても気持ちよかったです。楽しい楽しい山歩きでした。運転して下さった方、計画して下さいました。

甲： 今年初めての山行です。車の中から、堂々とした白山が見えワクワクしてきました。いきなり急登でしたが緩やかな尾根もあり楽しんで登れました。「木肌に模様のあるリョウブ」、「個性いっぱいのブナの木」、チゴユリ、ウラジロヨウラク、シキミ、ユズリハ、イワウチワ等お花がいっぱい。もちろん、登るにつけシャクナゲ街道となりました。頂上からは、雪のかぶった朝とは向きの違う白山も見え記念写真を撮りました。今回は、チェーンスパイクが高く評価されていたので、ほしくなりました。

塚： 登山中は程よい風が吹き、それほど汗をかくことも無く心地良く登れました。後半は期待のシャクナゲが鮮やかに咲き誇り堪能出来ました。山頂の展望もよく、わりに静かな良い山でした。

山本： 山頂周りのシャクナゲが見頃の事で楽しみに行きました。途中より登山道の両脇にシャクナゲが点在してましたが、全体的には少し遅く白っぽくなり始めていました。頂上近くの日陰では、まだ蕾もあり鮮やかな赤色のシャクナゲと白山のコラボが見れて良かった良かった！

浦： シャクナゲに出会うまでの急登に恐れをなしました。シャクナゲに会ってからは誘われるように次々に美しい姿を見せてくれました。濃いピンク、薄い赤、淡いピンク、そして白。ぎゅっと固まっている蕾。一つ一つの花が存在を誇示するように咲き開いた様。10個の花の塊という事を知った日。花に癒される日でした。素敵な山に案内してくれて、ありがとございます。

島倉： うらうらと春風に吹かれてのんびりワイワイと行ってきました。運転士の方々ありがとうございます。

メンバー：(L)的場邦夫 (SL)塚良昭 (写真)岩井富雄 石黒洋子 今村和子 2

【 行程記録 】

薬勝寺 P 出発 5:30 → 室 堂 8:20 → 一の越 10:15 → 雄 山 11:25 → 一ノ越
13:00 → 室 堂 14:05 → 雪の大谷散策 → 薬勝寺 P 着 17:50

**ひとくち感想**

- 的 場**：連休を避けての残雪の立山登山天候は快晴風もそんなに無く人も登山者は少なく快適、展望も良く大満足でしたが、雪の大谷は外国でした！！！！
- 岩 井**：今回の登山で3回目ですが一番雪が少なかった。一ノ越から上部はアイゼン無しで登ることが出来ました。大変良い天気恵まれ本当に楽しい登山でした。
私の反省点 朝ご飯を十分取っていなかったため途中でバテました。頂上で十分食事ができたので体力は回復しました。
- 塚**：平日なので室堂までスムーズに行けました。一ノ越まではアイゼンをつけましたが、それより上、雄山までは雪が無くつぼ足で登りました。山頂の景色は360度見渡せ最高でした。雪の大谷を久しぶりに見えてきましたが、雪が少なく、外国人で賑わっていました。終日天候に恵まれ最高に楽しい山行でした。雷鳥にも遭いました。
- 石 黒**：真っ白な雪原、青い空、そびえ立つ山々、すばらしい春山の景色でした。初めての5月の雄山。初めての雪の大谷。2023年の企画を見て、行きたいと思い、雪上訓練にも参加しました。快晴で最高の登山日和でした。
- 今 村**：『上を見ない。下を見て歩く』と、わかりやすいアドバイス『もう少しやぞ！頑張れ』と、的確な励ましなど、リーダーの声に励まされ、辛い思いもせず、いつの間にか、雄山山頂に着く。真っ青な空に、くっきり浮かぶ山々。めったに出会うことのない素晴らしい眺め。ヤッホーと叫びたくなるくらい心が躍る。『あここに、富士山、見えんか？』『えっ、どこけ？』じっと目を凝らすと見えるような気になる。いつまで見ても飽きることのない360度のパノラマ。いつになくゆっくり山頂で過ごし、惜しみながら下山。計画準備してくださった的場さん、運転してくださった塚さん、一緒に登ってくださった皆さん。ありがとうございました。

これからの季節



をムシしない

その1 マダニ

『登山から家に帰ってから、背中に何か違和感を感じ、見るとマダニが噛みついていました。すぐに救急医療センターで処置してもらった』。これは三島野スポーツクラブで最近あった話。数年前にもクラブ会員が皮膚科に駆け込んで取り除いた被害を受けています。慌てて自分でとって、食い込んだ口が皮膚に残ることが感染症を誘発します。

マダニに刺された部位は、痛みやかゆみなどの自覚症状がないことが多く、虫体が吸血して、かなり大きくなってからようやく気付く例が多いようです。しかし、時にはかゆみや違和感を覚えることもあります。また、刺された部位に赤みが出ることもあります。

マダニ類のごく一部は、感染症の原因となる病原体を保有していることがありますが、実際にはその可能性は低いので過剰な心配は不要です。しかし吸着したマダニは早めに病院で除去することが望ましいでしょう。



その2 ブヨ (正式名称はブユ)

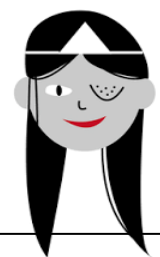
登山中、体の露出しているところといえば、一番が「顔」です。その柔らかいところといえば「瞼まぶた」です。そこを噛まれて吸血されると、そこが大きく腫れて、四谷怪談のお岩さんのようになってしまいます。そのためにサングラスで隠して通勤したことを筆者は2度経験しました。

ブヨは吸血タイプの虫で、人の皮膚の露出部を噛み切って吸血します。噛まれたときはチクツとした痛みがある人もいれば、噛み跡が残る程度で噛まれたことに気づかない人もいます。体質によっては強いかゆみや痛みを伴い、症状が数週間続くこともあります。



対策は、ハッカ油のスプレーを予め体に散布しておく。長袖、長ズボンを着用する。また、顔には防虫ネットをかぶることが有効です。

(この項 堀井 記)



世話人会で話し合ったこと

登山中にパーティーがばらけて離れないことに注意しよう

道迷いや滑落などの一因として、パーティーが離れてしまうことが挙げられます。きれいな花や景色に感動し、写真を撮っていたら離れて前の人が見えなくなった”時、追いつこうと急ぎ、急斜面で足を滑らせたり、僅かな踏み跡が登山道以外にあった場合、遅れた焦りでそこに足を踏み入れて道迷いを誘発することもあります。また、最後尾でアクシデントがあった場合、気づかずに対応ができず、大きな事故につながることも遭難・事件事例であります。

リーダー、サブリーダーは先頭に声を掛けたり、先頭者は時々振り返ってペースを調整したり、止まって待つことも必要でしょう。

遅れた時は大きな声でリーダーに伝えましょう。「私のために申し訳ない」とためらうことこそ「申し訳ない」行為なのです。