

会報
三島野 スポーツクラ

日本勤労者山岳連盟(富山県連盟)
新日本スポーツ連盟

No. 304

2026 年 1 月 1 日
代表 岩井 富雄
射水市宝町 1364-35
TEL・FAX 57-8180



ご来光（北岳山荘にて） 堀井泰則 撮影

1 月 2 月企画案内

- 1/1 元旦登山 二上山
- 1/18(日) 八乙女山
- 1/22(木)・23(金) 自主企画 美ヶ原
- 2/22(日) 鞍掛山
- 3/1(日) 雪上訓練 井口・丸山

山行報告 百々ヶ峰 12/13(土)

第 28 回定期総会の案内

**HAPPY
NEW YEAR**

Safety
Challenge
Enjoy

今年も
よろしく
お願いします



第 28 回定期総会の開催案内

と き 2 月 7 日(土)10 時より
ところ 中太閤山コミュニティーセンター

※ 総会終了後、12 時 30 分よりランチをともにしながら懇親会を予定しています。
併せてご参加くださるようお願いいたします。

三島野スポーツクラブは 1999 年創立以来 28 年という歴史を重ねてきました。この 28 年間に実施してきた企画は、講習会なども含めて 717 回となりました。これだけの登山ハイキングを実施して大きな事故や遭難も起こさず、楽しい思い出と感動をみんなで積み重ねてきた歴史でした。

2026 年もより豊かな、より楽しい活動を全会員の知恵とチームワークで運営し、クラブの新たな歴史に 1 頁を重ねたいと思います。

そのために第 28 回定期総会がすべての会員が結集する盛会となるようお願いいたします。

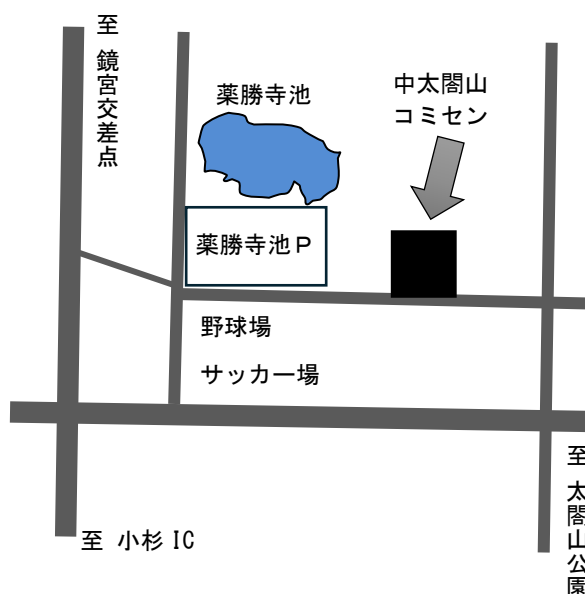
※ 当日、受付で会費納入の受付をおこないます。遭対基金 1 口を含めて 10,000 円／年です。

※ ランチ懇親会は会費 2,000 円で弁当、お茶、などを準備します。尚、酒類などの嗜好品は各自で準備をお願いします。

※ 山岳写真や懐かしのスナップ写真などお持ちいただければ幸いです。

※ 総会資料は 1 月下旬に 2 月会報に同封してお届けします。

出欠確認のハガキは 1 月 19 日まで届くように 15 日(木)までに投函してください。
(会報送付の封筒にハガキを同封)



前回 27 回総会スナップ写真



1月・2月企画案内

冬はシーズンオフでは・・・ありません！
雪山の魅力を、美しさをあなた

1/1(木)

元旦登山 **二上山**

【集合・出発】 5時30分 城光寺陸上競技場前
事前の参加申し込みはありません。参加希望者はそれぞれ
集合時間に集まってください。

頂上に7時00分

※ どのルートから登っても可。但し、7時00分に頂上
で合流しましょう。

※ 下山後、二上射水神社に初詣（2026年の安全登山祈願）

雪化粧の二上山



1/18(日) カンジキ登山 **ハ乙女山**

南砺市(旧井波町)

756m

【出発】 薬勝寺池 P 8時00分

【行程】 閑乗寺公園 P ⇨ 登山口(5合目) ⇨ あずまや ⇨ 山頂
⇨ 登山路を下る

標高差 450m 登り3時間 下り1時間45分

体力度 ★☆☆☆☆ 技術度 ★★☆☆☆

L: 的場邦夫

【装備】 真冬の防寒装備、アイゼン、カンジキ、ピッケル 温飲料

【参加申込】 1月8日までの的場邦夫 SMS 091-4320-5325 へ



ハ乙女山山頂

1/22(木)・23(金)

自主企画 **美ヶ原スノートレッキング**

長野県小郡長和村

最高地点 2034m

2000mの雪上トレッキング。 透き通る星空、雲海、朝夕は白い世界が赤く染まる。
雪上の360度の展望はハヶ岳、富士山も。美ヶ原の1月の晴天率は60%です。

1日目 山本小屋 周辺散策

(長和町和田庁舎から送迎用車両を利用)

2日目 王が頭、王が鼻までトレッキング

往復 約3時間~4時間 標高差 約90m

※ 山本小屋は5名の宿泊予約。先着5名とします。

※ 費用は21,000円

問合せは塚 良昭 080-8033-7427 へ



2/22(日) 鞍掛山

くらかげやま
477m 小松市

クラブでは 2020 年晩秋の鞍掛山を 14 人の大パーティで登りました。今度は雪山を楽しみます。

- ・ 出発 7 時 00 分
- ・ 標高差 400m 登り 2 時間 30 分 下り 1 時間 30 分
体力度・技術度とも★★☆☆☆ (雪山なので)
- ・ 装備：カンジキ、ストック、防寒対策 (手袋・帽子・ダウンウェア・温飲料など)
- ・ 参加申込 2/12 まで 的場邦夫 SMS 090-4320-5325



3/1(日) 雪上訓練 旧井口村 丸山付近

毎年恒例の訓練
雪山を楽しむための基本を実地で学びます

急な雪面の登り・下り・横断 (トラバース)
滑落防止のためのピッケルの使い方、アイゼン装着、カンジキ装着の歩き方などを体験学習します。

L: 的場邦夫

参加申込 2/10 まで 的場邦夫 SMS 090-4320-5325



3/8(日) 雪の上高地トレッキング

大正池に映る雪を抱く焼岳や穂高連峰の山岳風景は見飽きることはない。芽吹き前のケショウヤナギと梓川の流れが美しい。クラブとして幾度となく訪れ、そのたびに違う姿を見せてくれました。

坂巻温泉に駐車し、釜トンネルから河童橋へ。往路は梓川左岸に沿って、復路は右岸を歩きます。歩行時間 約 5 時間 標高差 250m

※ 装備など詳細案内は次号会報に記載します。



釜トンネルを抜けると穂高連峰



3/22(日) 白木峰

しらきみね
1596m 富山市／飛騨市



初めての残雪期の白木峰。
林道の除雪状況によってルートが決まります。詳細な企画内容は次号会報No.305 で案内します。

山行報告

12/13(土)

百々ヶ峰

417.9m

岐阜市

メンバー：〈L〉 的場邦夫、〈写真〉 塚 良昭、林 憲彦、岩井富雄、加藤日出子、島倉津也子

【行程記録】

薬勝寺池 P 発 6:00
 登山口 8:30~8:50
 西峰 9:55~10:15
 百々ヶ峰 10:40~11:20
 権現山 11:35~11:45
 登山口 13:00
 三田洞神仏温泉 13:10~14:00
 薬勝寺池 P 着 17:00



ひとくち感想

林： クラブの例会登山に参加しました。前回参加した霧訪山登山ではペース配分を間違え同行の仲間に支えられながらの下山を反省し。登り下りともゆっくりのマイペースで歩かせてもらいました。おかげさまで無事下山でき仲間に感謝！感謝！です。今回は案内に有りませんでしたが百々ヶ峰のほかにルート上の百々ヶ峰西峰、権現山と三山も登ることが出来嬉しかったです。

また、帰りに入った風呂の「神仏温泉の」名前の謂れをフロントで聞き「お風呂の右側に法華寺、左側に白山神社で両方を敬い名付けられた」と教えてもらい納得。これからの人生が神仏のご加護がありそうです

的 場： 2021年に堀井さんから企画提案のあった百々ヶ峰ですが、2023年に金華山（岐阜城）の企画を優先し登って、頂上から長良川の向こうに見えた山の百々ヶ峰、今度は百々ヶ峰だと思い今年の企画に入れました。提案者の堀井さんが参加出来なかったのが残念だったが（堀井さんは駐車場まで下見していて天候不順で登頂断念）、今日は天候が良く、途中の展望台からは能郷白山や山県市街頂上からは岐阜市街のビル、金華山の岐阜城、伊吹山等が見え、百々ヶ峰西峰、本峰、権現岳と三峰を周回して三田洞神仏（みたほらしんぶつ）温泉につかり帰着した。途中の高速からは大日ヶ岳、白山、別山が見えました。参加者メンバーの幸運に感謝！！



塚： 広い駐車場には早朝から沢山の車があります。岐阜市内では人気の山で、気軽に登れるハイキングコースのようです。登山道は整備され急登もなく、落葉をサクサクと踏みしめながら快適に歩けます。山頂には展望台があり、長良川を挟んで岐阜市街やコンモリとした金華山と岐阜城の展望が良く、また遠くには雪をいただいた伊吹山が見えました。

加 藤： 登山口迄2時間半程の道のりで五箇山付近～岐阜県境、道路には雪は無いが路肩に積雪が有り雪深かったが、百々ヶ峰登山道には雪は無し！ふれあいの森駐車場からスタートして、展望台から伊吹山、金華山の眺望。山頂には人気の山とあって沢山の登山者だ。西峰、権現山の周回コースでは、雪化粧の能郷白山を望め、お天気に恵まれ晴れ晴れ気分で最高の山行に感謝です。

島 倉： 12月に、こんなにおだやかな気候でのんびり登山ができるなんて最高です。8月に不覚にも骨折して3ヶ月棒に振った夏でしたが、百々ヶ峰で一年を終えることに大満足と三島のクラブに感謝です。今年の締めくくりに見た景色や木漏れ陽に輝く皆さんの破顔の笑顔も素敵でしたよ。ほっこり至福の時をすごしました。林さんの使い込んでシブ味を増した登山靴や岩井さんの愛用のヘッドランプなどと共に、来年もまた一緒にしたいと思います。的場さんいつも安全運転ありがとうございます。いつもいつもわがまま言い放題でしたがリスペクトしています。ありがとう。

くる年も I say it's fine to be 60 アニーモ 285 なんじゃこりゃ。

岩 井： 良い天候に恵まれ、登山道は全体的に広く整備されていたので楽しく歩くことが出来ました。



新会員紹介

中西 善雄さん

1962年11月3日生

射水市浜開新町 2-8

中西 真由美さん

1962年9月19日生

射水市浜開新町 2-8

よろしくお願いします



退会されました

草 進さん 松田はる美さん

なぜ山に登るのか そこに、山があるからだ

森田絹代

私の趣味はズバリ「登山」です。

社会人になってから始めたので、もうウン十年になります。若い頃は、スキー、テニス、自転車など、他にもいろいろなスポーツを楽しんでいましたが、登山は今も続けているもののひとつです。

毎年の夏休みには 3000m 級の山々を、山小屋を利用して縦走します。山の上は下界（日常）とはまさに別世界。景色は見事で、自然の偉大さに圧倒されます。それはそこまで自分の足で一步步登って行った者だけが感じることのできる、贅沢な空間です。

「登山って辛いですね。」「なんでそんなことまでして登るんですか?」とよく聞かれますが、山好きの私だって辛い思いがしたくて登っているわけではありません。頂上で感動を得るまでのひとつの行程なので仕方ないといったところでしょうか。

山の上では水も電気も自由になりません。食事也是如此。私は好き嫌いがあるので「山小屋の貴重な食事を残すわけにはいかない」ということもあり、可能な限り自炊をします。自炊といっても最近は登山用の食事で美味しいものがたくさん売っていますから、問題ありません。消灯時間は小屋にもよりますが遅くても 9 時。病院と同じです。水は蛇口をひねると出ますが、そのまま飲むことはできません。手洗いやうがい程度です。

そんな不自由を楽しむ山での時間は、下界での嫌なこと、悩み事などを忘れさせてくれます。その時にやらなければならないことに精一杯になるからなのでしょう。その結果、「そんな事くらいで悩まなくてもいいじゃん。なるようになるよ。」と、日常に戻ったころにはふっ切れています。心がきれいさっぱりリセットされるのはいいのですが、たまに大切なことまで忘れてしまいそうになるので要注意です。

下山後、帰りの車窓から自分が登ってきた山を眺めることがあります。「あんな高いところに行ってきたんだ。それも自分の足で。自分もやればできるじゃん!」という、達成感、充実感に満たされます。達成感自信につながりますね。自信がつくと勇気が湧いてくるというもの。気持ちが前向きになります。そんな余韻に浸りながらの温泉は格別なのです。

コロナの流行期は全く出かけることができませんでした。外出すればどうしても人との接触は避けられないので。現在、その流行も落ち着き、ようやく以前のように登山ができる環境になりました。しかし、数年間ひきこもりで山に登っていなかったもので、今は自分の体力不足が大きな課題です。

楽しく登山をするために体力づくりにはげみます!

どこかの山行でご一緒するときは、よろしくお願いします。



〔三島野スポーツクラブ世話人会〕

任務分担	氏 名	住 所	TEL	携帯
代 表	岩井 富雄	射水市宝町 1364-35	57-8180	090-5177-9255
副代表	的場 邦夫	氷見市十二町 1037-36	74-6434	090-4320-5325
副代表	堀井 泰則	高岡市石瀬 748-6	25-2792	090-1314-6394
会計担当	塚 良昭	射水市寺塚原 226	84-1162	080-8033-7427

世話人会は、岩井富雄、的場邦夫、堀井泰則、塚 良昭、荒井英治、川渕順正、棚田清志、新田俊明、山本則夫、石黒洋子、加藤日出子、島倉津也子、守田清子の 13 名で構成します。

〔監事〕今村和子、浦 幸江 〔相談役〕山田 格、林 憲彦

1月の世話人会開催 1月6日（火）と1月20（火）午後2時から。会場は「はなみずき」です。

。尚、どなたでも自由に参加することができます。お気軽に足を運んでください。

※1月27日(火)午後2時から会報No.305 と総会資料の製本・発行の作業も行います。

会報編集担当 会報に記載する原稿は下記のアドレスに送ってください。

堀井泰則 horii.yasunori@rouge.plala.or.jp

甲かほる kab@p2.tcnnet.ne.jp

松田理恵子 krbara@p2.tcnnet.ne.jp

会報『三島野スポーツクラブ』をインターネットで見るとするには、まず、「スポーツ連盟とやま」を検索し、次に富山県連盟、次の画面の「三島野スポーツクラブ」をクリックし、次の画面の「会報」をクリックすると見ることができます。

ホームページへのアクセスは http://sportstoyama.namaste.jp/99_blank.html を入力して検索してください。また、スマホの場合は右のQRコードを利用してください。

全ページをカラー写真で見ることができます。



編集後記



- ・ 新しい年を迎えると“今年こそは…”と多くの人が何がしかの『決意』をする。『抱負』と言い換えてもいいのかもしれない。会員諸氏はどんな決意や抱負をもって 2026 年を迎えているだろう。私は三島野スポーツクラブの企画に一つでも多く参加し、みんなとワイワイガヤガヤ言いながら山登りをすることです。平凡ですが私には大きな抱負です。
- ・ 雪山の企画 いいですねえ！白い峰、どこまでも続く白い稜線。神々しい自然の雄大さに触れて、地球上のどこかで行われている戦争をする人間の愚かさ、狭い了見を感じるかもしれません。
- ・ 「12 月にこんなおだやかな気候で、のんびり登山できるなんて最高です」こんな一文が百々々峰の感想にありました。みぞれや冷たい雨の降る富山の地を 2～3 時間離れるとこんな山があるんです。次はどこのどの山で“12 月のおだやか登山”をしようか？
- ・ 森田さん寄稿ありがとう！・・・だからやめられないんですよね、山は。これからよろしく。
- ・ 定期総会の案内記事を書くために、創立以来 28 年間に何回山に登っているのだろうか？と数えてみました。登山セミナーなど講習会も含めて 717 回でした。地道な継続がこんな大きな成果になっている。こんどはどれだけの山の峰に立ったかを調べてみることにしよう。

会報編集長 ほりいやすのり