

今月号は富山ハイキングクラブの城ヶ平山年始登山の報告を掲載します。

富山ハイキングクラブ【報告】年始登山 城ヶ平山 (446.5m) <富山県上市町>

2025年1月11日(土) 晴れ <参加者 9名>

《コースタイム》

9:00 上市町役場 南P お正月サプライズ⇒ 9:30
役場P 出発⇒ 9:50 大岩親水公園P 10:10 大岩
登山口 出発⇒ 10:40 上の平 <休憩>⇒ 11:00
ベンチ休憩⇒ 11:35 山頂 到着 <昼食>⇒
12:20 山頂 発⇒ 13:25 大岩登山口⇒ 13:45 大
岩親水公園P⇒ 14:05 上市町役場 着 <解散>

《コメント》

昨日までの悪天候も回復し、青空もみられる。深雪を予想したが、意外にも予想したほどでもなく、トレースもありツボ足で大丈夫だった。この時期、降雪状況と雪質によって、かんじき・ピン長靴・チェンスパイク・軽アイゼン等使い分ける必要ありと実感する。下山は、雪解けも進み、滑りやすく所々どろどろのぬかるみもあり、歩きにくかった。



↑ 出発前のお正月サプライズ おしるこをいただく。

《感想》 「新年によせて…」

- 2025年 年始登山はおしるこ良し、お天気良し、いいスタートでした。ただ参加人数がちょっと少ないのが今後もありそうで心配です。新年によせて”今年も皆様と共に健康で過ごせます様に！” (S.O.)
- 今年の年始登山は天候に恵まれ、五感をフル稼働させて、雪山を楽しんだ。恒例のお正月サプライズ おいしいおしるこ(味覚)、その甘い香り(嗅覚) 青空に映える雪の花(視覚) 雪を踏みしめて歩くサクサク音(聴覚) 久しぶりに会う会員の皆さんとのふれあい(触覚) やっぱり山はいいなあ～。

今年も五感を研ぎ澄まし、たくさんのお山を楽しみたい！ (Y.H.)

- 訳あって1か月以上冬眠していました。城ヶ平山は復帰最初の山として体に優しく有り難かった。今年は70代最後の年です。85歳までは山と上手に付き合いたいのので体力・気力を維持充実させていこう。 (M.T.)

●年末からの酒漬け生活、今日が初めてのトレッキングでしたが、思わぬ晴天に恵まれ何とか登頂出来ました。真冬の晴れ間は空気が澄んでとても眺め綺麗です。山頂で頂く昼食のお結びのなんて美味しい事でしょう。明日も天気良さそうなので、立山に向かって右手の来拝山にノンビリと登ろうと考えてしまいました。皆さん、今年も宜しくお願いします。(S.O.)



●年始登山と言う事で集合場所でお汁粉をご馳走になり、体を温めて大岩親水公園Pへ移動。青空の下、風も無く陽の光を浴びて気分良く登山開始。

積雪の山登りは初めて。今回のために「立山カンジキ」も用意し、出番に備えました。雪山＝スノーシューorアイゼンと思いきや、トレースがあればツボ足で登下山が可能。登りはつま先蹴り、降りには踵で角付けを教えて頂き、目から鱗！有難うございました。大収穫。僅か446mの山頂の眺望にビックリ。空の青に北アルプスの白い峰嶺がくっきりと連なり(剣は残念だった)反対側には富山湾から能登半島迄鮮明

↑ 山頂にて立山連峰の峰々をバックに
に。下山迄100点満点の山日和に恵まれました。同行の皆様からアドバイスやお心遣いを頂き、感謝です。(S.S.)

●積雪量は思ったより多かったが、トレースを頼りにツボ足で登る。山頂からの眺めは抜群で、天気にも恵まれ青空に山並みが映え、幸先のよい年始登山となる。今年もたくさん山に登りたい。(M.O.)

北信ブロック・スキーフESTAに参加しました。

1月17日～19日(2泊3日)に志賀高原・高天原スキー場で開催された『2025年北信ブロックスキーフESTA』に参加しました。

一日目は曇り空に加え強風でしたが、二日目と三日目は快晴&無風に恵まれ参加者はそれぞれ思いのゲレンデに向かい、ゲレンデ斜面に華麗なシュプールを描いていました。二日目の夕食後は全体交流会で、ブロック各県から出し物があり盛り上がりました。残念だったのは例年最終日に行っていた、平和をアピールしたパネル滑走がブロック責任者の打ち合わせミスで実現しませんでした。ブロック各県からの総参加者は35名(富山県から14名)でした。(記:長谷川)



↑「スポーツは平和とともに」の旗を掲げてアピール(高天ヶ原ゲレンデで)



今年最初の「ゴゼンスキー」 in 牛岳

2025シーズン最初の「ゴゼンスキー」で短時間ながら十分にスキーを楽しみました。

参加者は写真の他3名が参加し計6名で正面の幅広く長いゲレンデを滑りまわりました。

牛岳は射水市内から30分で行け、手軽に楽しめるスキー場で、リフト券のゴゼンスキーに最適な4時間券(シニア)2500円は私みたいな高齢者に有難いプランがあります。

雪質・量ともまずまずで昼

過ぎレストランで昼食を摂り帰りました。

(林 記)

.....

救急救命講習会に参加を！

3月29日(土)午後1時30分から富山県教育文化会館で救急救命講習会を開きます。

内容はAED(自動体外式除細動器)の使用法、心肺蘇生法、三角巾の使い方についての講義と実技指導です。学校や公民館などの公共施設では今やAEDはどこにでも設置されており、心臓細動が起きている人にAEDを使って適切な処置を施せば命を救うことができます。突然の出来事に気持ちが動転していて上手く対応できるか不安があります。そんな時のために使い方の講習を受けておけば、いざという時に適切に対応できます。連盟員でなくても参加できますので、家族の方や友人も誘って参加ください。

救急救命講習会実施要項

日 時：3月29日(土)午後1時30分～3時

場 所：富山県教育文化会館5階503号室

内 容：AEDの使い方、心肺蘇生法、三角巾の使い方

参加費：無料

申込み方法：所属クラブの連盟理事に申し込むか、氏名・住所・電話番号を書いてハガキか、

電話で申し込みください。 荒井英治 Tel080-8695-6639

申込み締切り：3月14日(金)



スポーツ連盟とやまの行事予定

3月29日(土)	救急救命講習会(前期)
4月～11月の期間で毎月一回	パークゴルフ教室
6月14日(土)(予定)	反核平和マラソン
6月下旬	救急救命講習会(後期)&交流会
10月中旬	ハイキング&バーベキュー交流会
12月14日(日)	第45回定期総会

各クラブの予定

富山ハイキングクラブ

2月2日(日)	呉羽丘陵
2月9日(日)	取立山(福井県勝山市)
2月15日(土)	小佐波御前山
2月23日(日)	牛岳
3月1日(土)	二子山
3月9日(日)	増山城址
3月23日(日)	尖山

三島野スポーツクラブ

2月8日(土)	総会(中太閤山公民館)
2月14日(金)～15日(土)	北横岳・縞枯山
3月2日(日)	雪上訓練(旧井口村、丸山展望台付近)
3月16日(日)	医王山(白禿山)

富山ウォーキングクラブ

2月4日(火)	新湊 内川巡り
3月16日(日)	太閤山ランド(ウォーキング&総会)
※クラブ員以外の人でも参加歓迎。 連絡は寺山まで ☎ 09020331905	