

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 スポーソクラ

No. 305

2026年2月1日

代表 岩井 富雄
射水市宝町 1364-35
TEL・FAX 57-8180



手取川堤防から仰ぐ白山 小木 清画

2月・3月の企画案内

2/7(土) 第28回定期大会

- ◇ 2/22(日) 鞍掛山
- ◇ 3/1(日) 雪上訓練 丸山
- ◇ 3/8(日) 上高地トレッキング
- ◇ 3/22(日) 白木峰
- ◇ 4/4(土) お花見ハイク 八尾城山

山行報告

- 1/1(木) 元旦登山 二上山
- 1/18(日) 八乙女山
- 1/22(木)・23(金)
美ヶ原トレッキング

第28回定期総会

とき 2月7日(土) 10時より

ところ 中太閣山コミュニティーセンター

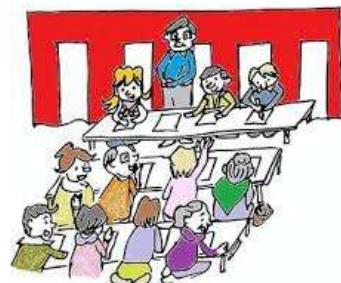
午前の総会だけ、午後の懇親会だけの参加もOKです。

2月・3月
企画案内

2/22(日) 鞍掛山

- ・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

くらかけやま
477m 小松市



雪の鞍掛山山頂



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 2/21まで

的場邦夫 SMS 090-4320-5325



昨年の訓練風景

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。

歩行距離 約 12 km 歩行時間 約 5 時間 30 分 標高差 150m
釜トンネル・上高地トンネルを抜けると銀世界の上高地入口。そこから河童橋までを往復。

【出発】6 時 00 分 10 分前に集合

【装備】カンジキ or スノーシュー、ストック、防寒対策（ウエアー、帽子、手袋、温飲料 など）

【参加申込】2 月 25 日までの的場邦夫へ S M S 090-4320-5325



3/22(日) 白木峰

しらきみね

1596m 富山市／飛騨市



残雪期の白木峰に挑みます。林道は除雪されていないという前提条件。R-471 の 21 世紀の森への登り口から白木峰へ。

標高差 約 1200m 登り 5 時間 下り 3 時間 30 分

装備はカンジキ、ストック、雪山登山装備

参加申込は 3 月 12 日までの的場邦夫へ

S M S 090-4320-5325

4/4(土) お花見ハイク八尾城山

今から約 700 年前、武将が城を構えた事から城ヶ山公園と呼ばれている。眼下に八尾の町並みが広がり、展望台からは立山連峰や富山平野、富山湾が一望でき、八尾市民の憩いの場として四季を通して自然が楽しめる公園である。春には約 1000 本の桜が咲き誇り、富山桜の名所 70 選にも選ばれていて、多くの花見客が訪れる人気のお花見スポットだ。



吉刹・聞名寺の美しいしだれ桜が有名で、桜の季節には多くの人が訪れる富山県屈指の桜の名所です。

※ 企画の詳細は次号会報No.306 に記載します

メンバー：〈L〉 的場邦夫、川渕順正、林 憲彦、石黒洋子、
加藤日出子、甲かほる、（草 進、宮本久子）

【行程記録】

陸上競技場発P	5 : 3 3
二上山頂上着	6 : 5 0
陸上競技場着	7 : 4 5
二上学び館	7 : 5 1



ひとくち感想

的 場： 2026年元旦登山はうっすら積雪が有り降雪時の登山になりました。特に城光寺の滝の登山道は落ち葉で滑りやすいので積雪が有れば登り易い。皆、慎重に登り 10 分前に頂上に到着。学び交流館側登山者と無事合流。今年の安全登山と好天になるようお参りしてから記念撮影をする。草さんが去年同様の垂れ幕を持参してくれ、各自撮影して元旦登山の喜びを満喫した。

川 渕： 今年も有り難いことに恒例の元旦登山に参加出来ました。毎年大みそかの日に、参加しようかしまいかの葛藤が始まる。元旦の天気予報を確認すると、晚遅く「みぞれ」が続きその後は雪。気温もぐっと冷えて1°Cとか。登山には最悪の天気だ。その晩テレビでNHK恒例の「紅白歌合戦」を見ていたが、全然面白くない。今時の若者の流行歌についていけない年代を自覚してか、早々と寝室へ行く。そうだ、明日は天気がどうであろうが、元旦登山に参加しよう。当日早朝、天気は予報通り。集まつたのは同世代の同朋ばかり。深く納得する。しかし、元旦の登山は、やはり清々しい。下山後、麓の二上射水神社に初詣でき、心は晴れ晴れで帰宅した。今年も健康で穏やかな日々をおくりたいものだ。

林： どれくらいの速さで登れるか自信がなかったので12月22日に下見に行って自宅出発を決めての行動が良く、山頂には予定の時刻の10分前に到着しました。ほどなくついた仲間と新年の挨拶を交わし、早速記念撮影をすませ下山しました。登るに昨年より少し時間がかかったようです。来年も元気に元旦登山ができるように、いろんなスポーツをして加齢に伴う体力の低下を少しでも遅らせるよう努力したいと思っています。

石 黒： 粉雪が舞い少し雪が積もった暗い道を皆さんと一緒に歩き清々しい気持ちで新年を迎えることができました。元旦登山は、身も心も清められる気がします。二人の山の先輩、草さんと宮本さんとご一緒で嬉しかったです。三島野の皆様、今年も宜しくお願ひいたします。

加 藤： 今年初登山は恒例の元旦登山の二上山です。積雪10cm～20cmで上りはツボ足で大丈夫だった。山頂に着くと何年振りかな？宮本さん（退会）と会って一緒に集合写真を撮る。朝日は期待ならず下山する。下りは滑り易くチェーンアイゼン履いての下山でした。

甲 ： 大晦日は珍しく雪もなかったので迷わず元旦登山に参加しました。でも、登っている途中からやっぱり雪が降ってきて、ぬかるみのなかを滑らないように頑張って進みました。頂上ではすがすがしい気持ちに。家族の健康と孫の合格祈願をお願いしてきました。OBの宮本さんにも会い、麓の二上射水神社では小竹夫妻にも会えたので嬉しかったです。今年もいろいろ山にチャレンジしたいです！！

1/18(日)

八乙女山

南砺市

756m

メンバー：(L)的場邦夫、石黒洋子

【行程記録】

駐車場 8:50→散居村展望広場 9:00→
 六合目 9:30→八合目 10:00→
 大平展望台 10:15→避難小屋 10:20→
 頂上 10:30→避難小屋 11:10→
 大平展望台 11:30→展望台 12:30
 →駐車場 12:45



ひとくち感想

石 黒： 八乙女山は雪上訓練で2回行ったことがあります、途中の道には記憶が無く、思っていたより大変で訓練になりました。杉やブナの森を歩き、見上げると木々の間をちょこちょこ歩く小鳥の姿、遠くを見下ろすと見える庄川、癒しの時間でした。リーダー、ありがとうございました。

的 場： 今回は参加人数が少なく石黒さんと二人だけだったので集合場所を高岡道の駅に変更して実施した。どんな天候でも実施すると固い決意で臨んだ結果、曇りで気温は低く避難小屋の中の温度計はマイナス3度でした。木々には霧氷が着いていたが積雪は少なくようやく6合目から登山道に雪がつながる状況でした。今日は沢山の登山者とスライドした。下山あるあるで下山時は晴れてきて青空になった。皆さん山に行きましょう！！



自主企画

長野県小郡長和村 最高点 2034m

美ヶ原スノートレッキング

メンバー：(L) 塚 良昭、今村和子、松田理恵子、石黒洋子

【22日 行程記録】

6時	薬勝寺駐車場出発
10時20分	長和町和田庁舎駐車場着
11時	長和町和田庁舎バス出発
11時30分	山本小屋着
13時	山本小屋散策出発
13時20分	牛伏山
14時15分	美ヶ原高原道の駅
15時20分	鹿伏山
16時	山本小屋着

【23日 行程記録】

8時40分	山本小屋散策出発
10時10分	王ヶ頭ホテル
10時30分	王ヶ頭山頂
11時	王ヶ鼻山頂
11時30分	王ヶ頭ホテル
12時	山本小屋
12時45分	山本小屋バス出発
13時15分	長和町和田庁舎バス着
13時30分	長和町和田庁舎車出発
18時	薬勝寺駐車場着

一口感想

石黒： 2日間、天候に恵まれ、さらさらの光る雪の中を富士山、青空、樹氷、シュカブラを眺めながら歩きました。美しすぎて、どこを撮っても絵になる景色でした。牛伏山、鹿伏山、高原美術館、牧場の中、美しの搭、王ヶ頭、王ヶ鼻をかんじきを履きながら満喫できたのは三島野の山行ならではです。さらに山本小屋では展望温泉に浸かりながら、富士山や蓼科山、アーベントロート、モルゲンロート、御来光を眺めることができました。計画を立て、準備、細やかな連絡、運転をしてくださったリーダーに感謝しています。ご一緒したIさん、Mさんのおかげで楽しい時間を過ごせたことに感謝しています。三島野クラブは素敵です。



塚： 寒波の襲来で大雪を心配していましたが、射水市は15cm程の積雪でほっとしました。また平湯の山越えも雪は少なく、スムースに4時間半で和田宿舎に着きました。送迎車に乗り山本小屋着。小屋でラーメンを食べ、牛伏山・道の駅併設美術館（冬期閉鎖）・鹿伏山（冬期限定）と巡り16時過ぎに小屋に到着。風呂は温泉で展望風呂からは、八ヶ岳・富士山の景色が素晴らしかった。部屋にはテレビ・ストーブ・炬燵があり暖かく、料理も美味しいいただき、ゆっくりと休むことができた。

二日目は、まず美しの塔に行く。そこからコースから外れ一直線に王ヶ頭ホテルを目指し、冬限定の牧場内を通るコースを行く。アップダウンと軽いラッセルと抜群の眺望で、テンションが上がり気持ち良く歩くことができた。ホテルで富士山・八ヶ岳を眺めながらコーヒータイムとする。その後、王ヶ頭・王ヶ鼻まで足を延ばし、13時の送迎車に間に合うように急ぎ小屋に戻る。前回夏に美ヶ原に来た時は、雨で全く眺望が無く残念だったが、今回は天候に恵まれ快晴のなか素晴らしい雪景色に出会えて大満足の山旅でした。

松田： 高岡を出るときは大雪警報と国道八号線や北陸自動車道の通行規制のニュースがあり、早めに薬勝寺池Pに着きました。きれいに除雪され、途中もたくさんの除雪車が出ていて、遊びに行くのが申し訳ないような気になりましたが、おかげで順調に目的地に到着できました。一日目の午後は宿から牛伏山、道の駅、美術館、鹿伏山と歩きました。事前に氷点下10度以下の情報は塚リーダーから得ていたのですが、私の考えが甘く、途中、持参した雨具で上半身を寒さから守ることができましたが、下半身は十分でなく、歩くことで何とか耐えることができました。翌日は、ホッカイロを貼り付けカッパズボンをはき、快適に歩くことができました。自然を侮ってはいけないとつくづく反省しました。二日目は快晴。美しの塔、王ヶ頭、王ヶ鼻と予定通り雪上ハイキングを楽しむ事ができました。宿の温泉につかりながらの富士山、トレッキング中の雪原の刻々と変化する様子、きらきら光る雪原や樹氷など、素晴らしい時間でした。参加できて良かったです。皆さん、ありがとうございました。

今村： 2日目、朝風呂に入る。浴槽の窓から、灰色の八ヶ岳連峰や美しい形の富士山がみえる。稜線が赤くそまり始める。ご来光！谷間から金色の太陽がキラリ！銀世界の美ヶ原高原が眩しい。かんじきを履いて歩き始める。マイナス何度だろう？冷たくて指先が痛い。木々も、雪も、何もかもが凍りついている。ダイヤモンドを散りばめたような雪面を歩く。ザクザク、サクサク、心地よい足音が響きわたる。4人それぞれの歩いた足跡がレールのようにずっと続く。葉を落とした木々の枝々に霧氷がびっしり着き、太陽の光に照らされ、キラキラ輝く。自然が作ったクリスマスツリー。まるでアナ雪の氷の世界。素敵な美ヶ原高原に出会えた、冬山歩きでした。リーダーさんありがとうございました



〔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

2月の世話人会開催 2月 10 日 (火) と 2月 24 (火) 午後 2 時から。会場は「はなみづき」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。

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.tcnet.ne.jp

松田理恵子 krbara@p2.tcnet.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ためには、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

- ・第 28 回定期総会を 2 月 7 日(土)に開催します。年に一度、会員みんなで一年間の活動を振り返り、次の一年の計画をつくる大切な場です。日頃、あまり顔を見ない会員との交流の場もあります。失敗談もよし、山の自慢話も語ってください。老いの嘆きも聞きましょう。年に一度の機会ですから…。それから…欠席の予定だった方、予定変更で出席されて顔を見せてくれると嬉しさ倍増です。総会報告は次号会報で。入り
- ・元旦登山は心新たに新年を迎えた特別な高揚感を持たせるのだろう。いつも登っている二上山だが、暗がりから登り始め、山頂で新年のあいさつを交わし、初日の出が見られなくとも登山中に夜明けを迎えることに非日常を感じさせてくれます。
- ・2 月・3 月の里山は厳しい冬の寒さから解放され、冬を乗り越えた木々の新芽のふくらみに自然の力強いエネルギーを感じ、私たちに生きる力を見せてくれます。鞍掛山で、丸山で、上高地でそれを体感しましょう。
- ・美ヶ原トレッキングの山行報告が会報にギリギリ間に合いました。素晴らしい天気に素晴らしい雪の高原の模様に「いい企画だった」と感じ入りました。



pixta.jp - 1352969626

会報編集長 堀井泰則