



# 東九州支部報

第108号

公益社団法人日本山岳会東九州支部  
2025年1月25日(土)発行



忘年登山 鉄輪ヶ城(462m)山頂にて(2024.12.14)

も く じ			
1. 支部活動		古典「山岳」拾い読み No6	10
支部長 新年あいさつ	2	こぎこぎ倶楽部山行 地藏峠と立石の城山	11
忘年登山 鉄輪ヶ城・高熊山・妙見山	2	こぎこぎ倶楽部山行 上峠から本峠まで	12
忘年会 横岳荘にて	3	こぎこぎ倶楽部山行 鹿鳴越東ルート	13
シニアトッレキング 花牟礼山	3	フンザへの旅(その1)	14
第5回 登山教室 座学	4	ユースの交流会に参加して	15
第6回 登山教室 実地 みそこぶし山	4	アマダブラムエクスペディションに参加して	16
10月月例山行 木山内岳～夏木山	5	アマダブラムエクスペディションから	18
11月月例山行 木山内岳～桑原山	6	大崩山の思い出	19
令和6年度年次晩餐会報告	6	私の無名山ガイドブック・No95	20
晩餐会記念懇親山行 鋸山	7	喜寿記念山行に参加して	20
2. 個人投稿		第37回宮崎ウエストン祭に参加して	22
ペンリレー (第51回)	8	3. お知らせコーナー	
より安全な登山のために (No56)	9	後記	24

## 2025年 新年の挨拶

安東 桂三(会員 9193)

2025年が始まりました。本年は我々にとって記念すべき年です。明治38年(1905年)に日本初の山の会として日本山岳会が誕生して、創立から120年となりました。120年とは60年の2倍、つまり還暦が二度巡ってきたことになり、これを大還暦と言います。還暦の意味は干支(十干十二支)が一巡して誕生の干支に還ることから、新たな出発が出来ることです。

さて山岳会の大還暦、何をするかとなると我々の山岳会の理念にヒントがあります。2024年度のJAC総会議案書の最終ページに日本山岳会の理念が記載されています。スローガンとして「みんなの日本山岳会」をかかげ、そのストーリーのために●山を知り山を大切にし山の魅力を感じよう ●山登りを仲間と一緒に生涯を通じて楽しく続けよう ●山登りを安全に楽しむために、自立した登山者になろうとされています。

多くの情報が発信され、便利な装備が開発され、快適な山小屋が増え、登山道には安全対策がなされても、山岳遭難は増え続けている。それは山岳が昔と変わらず、自然環境や厳しさを保っていることに、我々がそれを思っていないことによると思います。また、山は変わらないのに、我々は、日々歳をとっていくことにも気がついていないかもしれない。昨年より、今年は、一つ歳をとったと。

そこで我々は、山岳会(組織)・個人とも謙虚に、地道に、上記のストーリーを努力したい、東九州支部会員には、協力をお願いいたします。

## 忘年山行 鉄輪ヶ城(462m)～

高熊山(480m)～妙見山(481.2m)

神田 美代子(会員 16235)

2024年12月14日(土) 天気：晴れ時々曇り  
杵築市大田ポケットパークはだかた9時30分集合。駐車場が狭いので乗合わせて来るようにと事前に連絡があったため、うまく駐車出来た。

安東支部長の挨拶の後、10時出発。車道を通り民家のある坂道を20分位歩くと、赤い鳥居が連なる白川稲荷に到着、お稲荷さんにビックリ。鳥居の中の階段を上がると白川稲荷大明神、さらに気持ちの良い登山道を進んでいき、少し急な登りを上がると鉄輪ヶ城山頂。10時50分到着。11時に少し早めの昼食をとりはじめ、11時30分出発。次の高熊山へ縦走の予定でしたが、登山道が険しいようで、登って来た道を乗越まで戻り、ポケットパークはだかたまで戻る組7名と高熊山に行く組に分かれる。

乗越から里道に入り、登山道を進むと次の目的地高熊山山頂に12時55分着。正面には石組の台座の上に大きな弘法大師像が立てられている。

最後の目的地妙見山へ。倒木の多い林の中の登山道を進むと、視界が開けてきた。さらに進むと柵があり、ゲートを開けると、放牧地なのか牛のフンがあちらこちらにあり、避けて歩くのが大変だった。10分位進むと妙見山到着(13時55分)。三角点を探すと、木の中に埋もれていてようやく見つけだす。正面には国東半島の全山がパノラマで見え眺望がよく、最後の記念写真を撮り下山する。



車道をしばらく歩くと、14時15分に石造りの道標が建てられている場所に到着。昔の面影を感じる。今は車道を歩くが、昔はやぶこぎをして、はだかたまで直接歩いてたという話を安東支部長より聞く。ポケットパークはだかたの駐車場に14時35分到着。無事に下山する。解散式終了後帰路へ。忘年会参加者は横岳荘に移動する。参加者・・・首藤、興田、加藤、阿南、安東、飯田(勝)、佐藤(秀)、中野(稔)、下川、宮原、工藤、土屋、神田、佐藤(裕)、境、深草、平原(健)、山

村、中野(梨)、松村、石川、後藤、佐藤(ま)、清水(道)、清水(久)、古谷(耕)、平原(瑞)、榎園、古谷(あ)、青木、飛高、諸田、吉田、上野、佐藤(美)、井村、中島、河村、興梶、丸井(弘)、丸井(元)、矢野、土谷、濱田、野底、廣瀬(計46名)

から、おいしいお酒も入り楽しい時間を過ごしました。

## 忘年会

### ～横岳荘にて～

神田美代子(会員16235)

2024年12月14日(土)PM18時30分から  
横岳山頂にある宿泊施設で、支部忘年会を開催した。妙見山下山後ポケットパークはだかたより20分位で到着。辺りが自然公園になっており、テニスコート2面やログハウス等もあり、眺望もよくてびっくり。当日は、今年一番の寒さだったようで、身体も冷え切った状態で早くお風呂に潜りたい心境のところ、施設の方の「お風呂いいですよ」の声で女性陣は、皆一斉にドボーン、身体も温もり、ほっと一息。

忘年会は夕方6時30分からだったので、ゆっくり時間があるが、お腹もすいてきて待ち遠しい。食べられないが、飲むのはいいということで、宿舎の向かいにある場所に移動し、役員の方が準備してくれたビールやお酒おつまみでひとまず乾杯。

やがて6時30分、忘年会開始。阿南事務局長の開会の挨拶、続いて安東支部長の挨拶。お話しの中では、今年の大分県の山での死亡者が4名あったことに触れ、本支部では山での怪我もなく無事に終わったことに感謝しつつ、来年も安全に楽しく登りましょうとのお話があった。その後首藤先生の乾杯の音頭でカンパイ。

食事はお弁当形式で、温かいとり汁と茶碗蒸しでした。食事をしつつ、参加者全員が今年の山での反省や良かった事、来年への抱負等、ひとりひとり発表し参考になった。

興田さんの言葉「山に感謝、仲間に感謝」に、一同拍手で盛り上がる。その後、2回目の乾杯があり、再び首藤先生の乾杯の音頭、「2回目やります」と大きな声で全員でカンパイ、各々に談話をしな



最後に、全員並んで記念写真撮影。飯田さんがカメラのシャッターのタイマーを押し、走って列に入り、皆さん笑顔でパチリ。閉会の挨拶後、男性陣は2次会の部屋へ。

今回の忘年会は、女性の参加が少なかったことから、下川副会長より「本会は、意見交換をしたり山の情報を得たりでき、仲間の輪を広げるよき機会なので、より大勢の方に参加してほしい」とのお言葉がありました。皆さん、来年は是非参加しましょう。

参加者・・・首藤、興田、加藤、阿南、安東、飯田(勝)、中野(稔)、田所、下川、宮原、土屋、神田、深草、中野(梨)、石川、榎園、上野、井村、矢野、濱田(計20名)

## 第2回 シニアトレッキング

### 花傘礼山(1170.3m)

宮川和彦(会友296)

2024年9月29日(日)

第2回シニアトレッキングが開催されました。今回は黒岳の北側に位置する花傘礼山登山でした。

午前8時旧阿蘇野小学校に集合、参加人数は39名でした。当日は直入阿蘇野町づくり委員会のご厚意により、駐車場としてグラウンド(事前に草刈りをして使用できるようにしてくれました)を開放していただくとともに、校舎のトイレも使用させてくれるなど便宜を図っていただきました。

参加者は4班に分かれ、8時からミーティング、準備体操の後、班ごとに8時30分に出発しました。私は4月入会の新人のためか4班に組み入れられ、花牟礼山登山口まで車に分乗して行きました(他の班は当然歩きです)。始めは舗装された登山道を登り、その後は笹に覆われた歩きにくい道を登り、途中登山道において、事前にズメバチの巣を山の所有者や由布市庄内支所の職員の方々に除去していただく等ここでも大変お世話になりました。

我が班は下川さんと上野さんのリーダーの下、80歳を超える男性会員や70代後半の女性会員の健脚に驚愕しながら山頂を目指しました。最後の急峻な登りもゆっくりしたペースで登ってくれ、11時20分無事登頂することができました。

写真撮影をして、比較的広い場所に移動して昼食をとり、12時に下山開始。13時30分小学校到着、14時に解散しました。下山時の舗装道路では足に相当の疲労を覚え、登山口まで車で来ていて本当に良かったと思いました。

やはり登山には減量と筋力アップ、持久力の強化が必要であると痛感させられました。



花牟礼山 山頂にて

参加者・・・下川CL、佐藤(裕)SL、飯田(勝)、佐藤(秀)、中野(稔)、石神、藤澤、宮原、工藤、境、深草、平原(健)、笠井、中野(梨)、松村、長野、遠江、清水(道)、平原(瑞)、古谷(あ)、青木、飛高、諸田、上野、中島、河村、高橋、興梠、上橋、丸井(弘)、丸井(元)、井口、矢野、三重野、坂田、米田、濱田、宮川、大前 (計39名)

**登山教室 第5回 座学**  
**地図の見方とコンパスの使い方**  
 土谷 美穂(会友286)

10月3日(木)ホルトホール 201号室

佐藤講師の講義で「地図の見方とコンパスの使い方の基礎(座学)」を登山教室の生徒と山岳会員合わせて30人ほどで参加させていただきました。かなりの方向感覚の鈍い私、去年、初めて地図とコンパスを使いながら山歩き(みそこぶし山)に参加した時は、なるほど〜と、少し納得したものの、復習をしようと地図を広げてみたら、ちんぷんかんぷん。

国土地理院 25000分の1の地図に、4cm間隔で線が引かれている…はて、なんだっけ? と、こんな調子で一年が過ぎてしまっていた。

字を見ると、眠くなるなあ〜と思いきや、あっという間の2時間。いつも、スマホの地図アプリに頼りっぱなしですが、今回、講習に参加し、紙の地図と、スマホの地図のメリット・デメリット、紙の地図の良さもわかり、地図の見方、地図記号等、短時間ではありましたが、勉強することができました…とはいえ、まだまだ、地図の世界は、奥は深いです。次に、実際の地図を持つての山歩きに挑戦します。

支部 安東、中野(稔)、佐藤(裕)、佐藤(彰)、笠井他11名・受講生17名



ホルトホールにて研修中

**登山教室 第6回 実地**

**みそこぶし山(1,299m)・**

**一目山(1287.4m)**

興梠 晃子(会友268)

2024年10月20日(日) 雨、曇り  
 九重森林公園スキー場 8時半集合

始めに総括の佐藤(裕)さんから、コンパスと地図の整置の説明がありました。その後4班に分

かれて、みそこぶし山に登ります。リーダー1班は中野さん、2班は上野さん、3班は佐藤(彰)さん、4班は佐藤(貴)さんです。9時20分頃に出発しました。辺りは凄いい霧で、足元の通路しか見えないくらいです。小雨がパラつき風もありました。登山口と特徴ある地形の所などで、地図とコンパスをザックの中から取り出して進行方向や方角の確認をしました。佐藤(裕)さんと各班のリーダー達が、コンパスの使い方を教えてくださいました。

大分県と熊本県の県境に山道があるので熊本県の県境を知らせる小さな看板がありました。しばらく進むと、山道の横側にドウダンツツジが、何キロ先まで?も紅葉していました。ドウダンツツジの紅葉は、雨に濡れて霧もかかり、ピンクのような薄い赤色に見えました。歩いている時に、どこまでも続く紅葉を見ると癒されます。

11時25分頃にみそこぶし頂上に着きました。まだ辺りは霧に覆われていました。頂上から少し降りた広い場所で、お昼休憩。この頃には晴れていて、山の下の方の風景を見ながら昼食をとることができました。

下山途中に雲や霧で今まで見えなかった向かいの山の頂が見えた時、「わあー」という歓声がありました。そして雲の流れでまた、見えなくなりました。天気が晴れて歩きやすくなりました。帰り道で見るドウダンツツジの紅葉は、霞がかかってなく、濃い赤色でした。みそこぶし山を降りて、2名の方が、「一目山に登らないで駐車場に行きます。登る体力がありません。」と、リーダーに話して降りて行きました。皆は一目山に登りました。



一目山 山頂にて

13時50分頃に頂上に着きました。頂上から見る景色は絶景でした。一目山から見える黒岩山などの方角や位置をコンパスで確認することが出来ました。下山途中に、背の低いススキがあり、

日の光を浴びて風に揺れキラキラして綺麗でした。紅葉し始めている木々がありました。

15時頃、皆、無事に下山出来ました。天気が良くなったところで、最後に地図の整置の研修をして解散しました。

佐藤(裕)さんから今日の終わりの挨拶があり「日頃の散歩の時などにコンパスを使ってみるといいですよ。」と話されていました。私は以前にコンパスの使い方を習っていましたが、日常に使わないので、使い方を忘れていた所がありました。コンパスが使えるようになると、登山がもっと楽しくなります。なので時々、散歩に行く時に、コンパスと地図を持って出かけてみようと思います。

支部 佐藤(裕)CL、佐藤(秀)、中野(稔)、下川、佐藤(彰)、他12名・受講生18名

## 10月月例山行

木山内岳(1401m)夏木山(1386m)

図師 由紀子(会友273)

2024年10月13日(日)は登山日和。

登られた方から木山内岳からの縦走はおすすめですよと言われ、参加しました。夏木山は九州百名山。

藤河内駐車場6時着、鹿島リーダーを先頭に縦勢8名で登山開始。観音滝コースから。登り始めは気温低く寒かったですが、急登続きですぐに汗ばみ、しばらくして衣類調整タイム。途中溪谷ポイントに寄りながら写真撮影。観音滝は落差73.4mで圧巻の迫力!

次にリーダーより木山内岳までのルートを尾根伝いで行くと近いですと提案され、意思確認され、皆さんの同意のもと進みました。まあまあ楽しい尾根登りでした。

お天気に恵まれ、木山内岳頂上から周辺の山々を眺め、あれが五葉、向こうが夏木山と皆さんで話しながら美しい眺望を楽しみました。

木山内岳と要山間の稜線上で昼食休憩。相変わらずのアップダウンが続き、徐々に夏木山が近づいて来る感じが…。

左側には大崩山の岩峰が現れ、皆さん、何度も足をとめて、写真撮影。傾山から祖母山にかけて

の稜線が非常に美しく、また足が止まります。足元は藪を漕ぎ分けて進むような所も多く、リーダーがなんとナタを取り出し、枝打ちをしながら進まれる場面もありました。夏木山到着。嬉しさがこみあげます。



下山は激下りが続き、転げないように注意、緊張が続きました。夏木新道登山口が見えたときはホッとしました。所々に落石、土砂くずれ跡がある林道歩きの4.5kmも下山後でしたが皆さん疲れ知らず、速度を増し、予定とおり藤河内駐車場にたどり着きました。

初めてご一緒していただいた皆さんとも交流が持て、有意義な山行となりました。アケボノツツジ、シャクナゲの時期にもまた登りたいと思いました。同行者の皆様ありがとうございました。  
参加者・・・鹿島CL、今川、清水(久)、榎園、甲斐(英)、井村、山田、函師 計8名

さかの濃霧。(てるてる坊主下げ忘れたからかなあ?)背丈のある馬酔木の群生の中は道が分かりにくかったが、鹿島リーダーの下、万次越を経て桑原山に着いたのが13時過ぎ。予定していた七年山は時間が足りずやむなく断念した。

七年山分岐から下りて林道に出たときには16時過ぎていた。荒れた林道を歩くこと延々2時間弱。途中ヘッドライトも着けて登山口に17時半到着。

ふと足元に目をやるとヒル、ヒル、ヒル。皆で大騒ぎ。11月のこの時期にとビックリ!!ヒルだけにヒルんではられません、次回は是非七年山に挑戦しましょう。皆様 楽しい一日をありがとうございました。

参加者・・・鹿島CL、中野(稔)、佐藤(裕)、清水(久)、榎園、甲斐(英)、佐藤(美)、井村、河村、三重野、大前 計11名



## 11月月例山行

木山内岳(1401m) 桑原山(1408m)

大前京子(会友299)

2024年11月17日(日)

今回初めての縦走ということで、前夜の睡眠もそこそこに早朝月明かりの下、家を出発。

予定通り集合場所を4時半に出発して、藤河内渓谷駐車場からまずは木山内岳を目指した。月明かりはあるもののヘッドライトを着けて安全確保。前日降った雨のせいか水量多く、渡渉するのに足元に最善の注意を払った。

私は2回目の挑戦でしたが、今回はコースが違い急峻な尾根をよじ登る感じでした。観音滝には立ち寄りずひたすら頂上へ。途中 傾山や鹿納山が見え隠れしていたのに、頂上ではま

## 令和6年度年次晩餐会報告

(講演会 同時開催)

下川智子(会員14505)

2024年12月7日(土)

東京新宿の京王プラザホテルで令和6年度年次晩餐会が開催され東九州支部からは9名が出席した。晩餐会に先立ち、午後1時から記念講演会が行われまず初めに、創立120周年記念事業「グレート ヒマラヤ トラバース」の報告が重廣恒夫、吉井修、飯田邦幸、中村佳子会員からあった。6回目の24年秋隊ではインド・ヒマラヤの踏査を行い、踏査の間にはヒンズー教三大聖地巡礼やダライラマ公邸の訪問などもしたとのこと。ラダック踏査ではカンヤツェⅡ6240m登頂

も果たしているが-20°Cの中、午前1時出発、12時半過ぎ登頂、18時過ぎにBCに戻るという過酷な長時間山行で重廣隊員は両手に凍傷を負った。各隊員から報告があったが、それまで順調に踏査してきて何があってもカンヤツェ山頂に立つと意気込んでいたがアタック前夜の夜中に突然呼吸が苦しくなり高度障害のため翌朝下山を余儀なくされた中村隊員の「登るぞという意欲だけでは登れない。山頂を踏めなかった故に多くのことを学んだ」という言葉が深く心に残った。

次に今年の秩父宮記念山岳賞を受賞した京都大学の酒井治孝名誉教授の「私のヒマラヤ山脈形成史の研究」と信州大学の中村浩志名誉教授の「甦った神の鳥 雷鳥」と題する講演が行われた。酒井教授のヒマラヤの地形と地質の講演は専門的で理解が難しかったけれどグレートヒマラヤの成り立ちを知る一助になった。

休憩をはさみ、中村教授の中央アルプスに雷鳥を復活させる事業に取り組み5年で130羽までになるまでの報告が行われた。最後に特別講演として山岳写真家の菊池哲男氏が「夜の山に抱かれて撮る山岳夜景」と題して多くの写真を紹介しながら講演した。講演会には天皇陛下もご臨席され最後まで楽しそうに聞かれていた。

17時、全国から約320名の会員が参加して晩餐会が始まります。橋本しをり会長の挨拶、物故会員への黙祷、新永年会員顕彰、新入会員紹介、秩父宮記念山岳賞受賞者挨拶と続き恒例の鏡開きのあと乾杯をして各テーブルごとに会食、歓談が始まった。今年は支部同士の交流を促進するため会員の興味関心のあるテーマごとにテーブル配置が工夫されていた。私のテーブルには東京多摩支部の会員の方が3名いて新しく作られる東京支部の話題がでていた。懇談は盛会のうちに来年の120周年での再会を約して20時閉会した。支部参加者・・・阿南、安東、飯田(勝)、中野(稔)、佐藤(壮)、菅、下川、中野(梨)、日向



ステージに勢ぞろいの支部会員(中央左は重廣元副会長)

## 晩餐会記念懇親山行

### 鋸山 (329.5m)

下川 智子(会員 14505)

2024年12月8日(日)の記念山行は千葉県鋸山(329.5m)。東京駅に6時半集合、千葉県JR浜金谷駅に向かう。9時半、千葉支部の三田支部長の挨拶のあと約35名の参加者が3班に分かれて鋸山を目指して出発。上りは車力道コースを登り、浜金谷駅から15分ほどで車力道入口に着く。そこから傾斜のあるコンクリート道をしばらく歩くと階段の登山道が始まる。始めだけかと思っていたが40分後の分岐までずっと階段が続く。それも傾斜が急なので手すりを捕まえて登らないと登れない。途中に昔の石切り場跡が見える。分岐を過ぎるとさらに急な絶壁階段が現れる。



階段を登り上がると展望台まで一息。東京湾展望台と呼ばれる展望台からは遠くに富士山、箱根の山などがきれいに見えた。そこからさらに15分くらいアップダウンのある登山道を歩くと鋸山山頂。山頂は木に囲まれ眺望はよくない。山頂には一等三角点と国土地理院の菱形基線測点があった。展望台まで戻り昼食。下山は分岐から観月台コースを下った。天気に恵まれ全国から参加の会員と初めての千葉の山を楽しく登ることができた。

支部参加者・・・中野(稔)、佐藤(壮)、下川、中野(梨)



個人投稿

## ペンルー・第51回

### ちょっとした「危機」の記録

唐津敏徳(会員16208)

僕もちょっとした危機の系譜を辿ってみたいと思います。  
難易度の高い山に登るようなことはないのでサンデー・クライマー向けです。

・2017年1月9日 文珠山

雨後にちょっとしたルート誤りの末、すぐそこだからと直登を試んだところ、足元がグズグズで動けなくなった。ちょっと踏ん張るとズルズルと奈落へ落ちる気配に(それなりの斜面で下も見渡せない)恐怖を感じました。

ルートを見失ったら無理しないで引返す(丹生さんの教訓)、初心者の僕が学んだ瞬間でした。

・2019年5月12日 福岡・「水不足」

新しいルートを縦走しようと二丈岳から女岳方面から羽金山、そして雷山まで歩いてみよう。YAMAP地図は前編、後編、合計距離は23.8kmとかなりタフな行程に。羽金山から雷山へアップダウンをうんざり繰り返して、景色もないしかなり過酷な縦走路です。試練はそろそろもういいです、と何度念じたらう。が、長野峠から雷山への道もガラガラと急登が続く。同じ角度の足首、太もも、背骨で息遣いも荒く、水も減って来た。ヤバイよヤバイよ。(十分な水を用意していましたが、体力の消耗と共に水も無くなっていった。後記)突然、「水場」の標識が目の前に!!助かった!ヤッター神様!水場5分、ありがとう!標識を左に下り3分くらいで水場へ。(「神様ありがとうございます」というやや敬虔な気分になったのを今でも覚えています。後記)

・2019年4月7日 福岡・「日照り」

「採銅所駅」から牛斬山を經由し福智山ピストンを計画(20Km)。結果は暑さにバテバテで「夏に向けて縦走は気をつけな」と気づきを得る山行になりました。人気の虎尾桜を探してみたものの見つからず撤退。鷹取山のピークも断念し、福智山へ登り返す中で予想通り疲れが出て復路も長いのに!とちょっぴり不安な気持ちに。だってあの登りとあの厄介そうなガレ場の下りがあるしと思うと、やれやれという気持ちに。振り返ると長い縦走路がほぼ直射日光に当たるルートで薄曇りではありましたが日差しが体力を奪ったんだと。キツくて何度かゴロンと横になり「バテたあ、バテたあ」と声をあげて気力が回復するのを待ちました。

なんとか下山して日照り対策(日傘をさす、つばの広い帽子をかぶる等)は水対策とは別途必要だなあと思った次第です。

・2024年12月7日 福岡 宝満山 13.5km

紅葉が綺麗な太宰府天満宮を抜け、竈門神社手前の道を左へ、うさぎ道を登り、宝満山頂上へ。下りは猫谷新道をチャレンジ。これがルートがなかなか分かりにくい笑。下りては返しを何度か繰り返してなんとか無事に下山しました。猫谷川新道を求道するタフな方もそこそこいるらしく、天狗のようにササッと僕らを残して下りていった方もいましたが、そこそこの上級者向けのルートかと思います。(←人気で整備された山でも裏ルートは案外未整備でテープも少なく難路でした。)YAMAPの道迷い機能もあまり役に立たないほどルートらしいルートがない猫谷川新道、恐るべし。YAMAPも当然なことながら万能ではないです。後記)竈門神社の紅葉は綺麗で人もたくさん。つくしの湯まで歩いて12分、ざっと汗を流して、まほろば号乗り場へ。が、バス待ちに行列ができてたので太宰府駅まで30分ほど歩きました。関東から宝満山に登りたいとやって来た高校同級生とあれやこれ

(次ページへ続く)



や話し続けたっぴり歩きたい一日となりました。(←しゃべり続ける友人の話に耳を傾けつつルートも確認し、とこれも結構なリスクだなあと感じました笑 後記) 以上、危機の系譜を振り返ってみました。

みなさん、事故に気をつけて元気に登り続けてください!

※ペンリレー・今回は 神田美代子会員(16235)にお願いしました。お楽しみに。

## よい安全な登山のために No.56

### 『コロナ感染後』

安東桂三(会員9193)

新型コロナウイルスに感染したあとで、続く症状についての研究はいくつかの研究所でなされているが、国立国際医療センターでまとめられた結果、感染から1年半の段階でも、4人に1人が後遺症とみられる症状を訴えていたことがわかった。

その障害は多岐にわたり、記憶障害、集中力の低下、味覚異常、ブレインフォグなどがあつた。コロナ感染の症状が中等症や重症だった人は、息切れ、咳、倦怠感が続く傾向があつた。

私は過去に2度ばかり、コロナ感染に罹つた。最初は2022年11月3日。この時は感染による自宅療養が終わつた11月11日に、単独で低山に登つた。大分西部にある低山、戸塚山(標高294.6m)を佐野植物公園から往復した。登山口の公園の標高は約100mなので、標高差はわずか200m程。駐車場より展望台へ、高圧線の巡視路から、戸塚山の西尾根にかかつたときに、呼吸が苦しくなつた。まるで標高3000mくらいを歩いているような酸欠を感じ、コロナ感染により肺機能が影響を受け、酸素の取り込みが出来なくなっているなと思つた。その肺機能は、元に戻るか戻らないままかと心配しながら、その後もクライミングや、ハイキングを行い、約1ヶ月後には、肺のことは忘れるくらいの状況になつた。

次にコロナ感染は2024年10月3日。本年は秋にネパールのアマダブラム(6812m)に登ると決めていたので、多くの時間を割いて、その準備、トレーニングを行っている最中の感染だつた。技術トレーニングのため、高崎山の岩、由布岳の観音岩、山溪ウォールなどで、アッセンダー

ワーク(固定ロープを登る練習)を行い、高所トレーニング(酸素濃度の薄い場所での登山)を富士山で行つた。富士山は6月14~15日、9月29~30日の2回行つた。二回目の9月30日帰宅中、特急ソニックの列車内、隣のボックス席で咳き込んでいるマスク無しの男性がいて、小倉から大分への間、その咳に悩まされた。

10月1日、2日、3日と過ぎ、3日には、私も咳が出るようになり、翌4日の発熱外来受診で、コロナ感染で3日を発症日とすると診断された。初回のコロナ感染の記憶があり、ネパールの計画に影響が出るかと心配になつたが、初回の感染より、体温も上がらず、影響が少ないと感じられた。10月10日からの3日間の行事は、私が参加しないと成立しない行事だつたので、無理を重ねて参加。そして、10月20日の出発となつた。集中力の低下、ブレインフォグ、息切れ、咳、倦怠感が続く傾向があつたが、いずれは回復と思ひ、カトマンズからアマダブラムBCへとトレッキングしたが、倦怠感などは感じたまま、「私の能力はこんなものではない」と自分に言い聞かせ続けた。

BCにていくつかの準備を行い、10月30日に高所順応を兼ねて、C2(6000m)往復が企画された。この時私は、BCより100m高度を上げたところで、動けなくなつた。苦しくて息をしても酸素が足りない。シェルパにザックを持ってもらひ、もう100m高度を上げるが限界と感じ、高所順応チームから離脱し、シェルパとBCに戻つた。疲労感、咳が多く、夜を迎えた。数時間寝た後、23時くらいに目覚めて、寝袋の上に座つていた。また2時頃より、寝袋に入って睡眠をとろうとしたが、呼吸をすると肺から、音が出て気持ちが悪い。4時くらいまで、体位を替えたりしてはいたが、呼吸とともに出る肺の音は消えず、シェルパのテントまでやっと歩いて行つた。そこで現地のエージェントや、日本のエージェントの中山さんらに相談し、ヘリレスキューでルク

ラの病院に行くことになり、日の出を待った。肺のほうは、落ち着いてきていたが、音は消えず、肺に何か詰まっているか(水でも溜まったか?)と心配になった。BC上空の雲がなくなり、晴れてきたと同時に、ヘリコプターが飛んできた。私一人を乗せて、ルクラの病院のヘリポートまで、15分くらいだった。病院ではレントゲン、採血、検尿、診察などが行われたが、結果何が原因か不明となった。診断は「due to High Altitude」であった。3日分の気管支拡張剤、痰きり剤、ホテルでホットスチームをせよと言われた。

検査結果に問題がなく、3日にはアマダブラムBCに戻って、遅れている高所順応を試み、標高5300mまで登り、標高5200mのHighキャンプに宿泊し、数日後のアマダブラムに向けて準備をしていたが、二度目のHighキャンプへ宿泊に戻った時、咳が止まらず、一晩中起きていた。私はこれではもうアマダブラムは登れないと自覚し、山頂への道をやめ、BCへと下った。

体調の悪い中、BCで数日間過ごし、他のメンバーが下山してから一緒にカトマンズへ戻った。帰国してからは、大分の呼吸器を受信すると、ネパールで肺炎にかかった痕があると言われ、「器質化肺炎」にかかっていると診断を受けた。現在は、「器質化肺炎」の治療中。

反省することは健康の自己管理。酸素が薄い山に行くのに、肺機能に問題があっては山に登れない。コロナ感染からどの程度回復していたかは、わからないが、そのような感染になってしまったのは本末転倒で、もう少し感染対策しておけばと考えている。

## JAC 古典「山岳」拾い読み No.6

### 南九州の三名山

飯田 勝之(会員 10912)

第六年(明治四十四年)第二号に掲載されている岩佐定一氏記述のこの記事を紹介しよう。

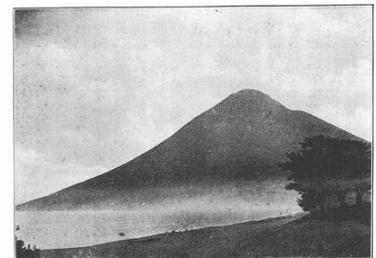
#### 南谿の名山論

この筆者は序文で、江戸末期の医者で随筆家である橋南谿について、南谿は「名山論」を書い

て、其自ら實見し、或は登攀した幾多の山岳の中から、名山と称すべきものを列挙・・・その三分之一が九州の山で、そのわけは「南方は石柔なる故土地に骨無く、山嶽高く聳ゆること能わざるために、里から直に望むことが出来、尚不便ある其當時に於て、登山が容易であったためである・・・、また九州には火山が多いと云ふのも一つの理由」と書いている。旅行好きな南谿であったからだろう。

#### 開聞嶽

日本山岳志に「凡南島琉球より薩摩に歸り来る者は海中より開聞山を見始めつ



岩佐定一氏撮影

七望を岳開聞より浦尻川

る時は船中必ず酒を酌で遙に開聞を祀る」との紹介ではじまるこの文は、前半は鹿児島から山麓までの筆者の旅行記で、登山は「水の浅い小川を渡って登山が始まった。頂上まで二時間餘りは可成り苦しい道であった。最初は砂原であったが・・・然し此裾野と見るべきは極僅かの間で、滑り易い粘土を深くえぐった様な窪所の急坂となった・・・深い所は上の方に僅許りの木の葉が見えてだけでだ。浅い所となるか、或は窪地を脱れてもヤツデやユズリハ等の厚い硝子の様な光澤のある重々しい葉を持った木が盛んに繁って居て凡ての風を吸収するので、急峻と滑るとでたらだら流れる汗は容易に乾き相にもなかった・・・とこぼすばかりだ。頂上が近づくに従って道の急峻を増してきた・・・、道が少し楽になったと思ふうと雑木林の中に押し込められた様小さな宮を見た。私は一拝して四五間上の絶頂に出た・・・山頂は中央部が少し凹んで居る様である・・・雨はなかったが雲が出て全く景色が見えなかったことを無念に思いながら下っている。

#### 櫻島

櫻島は現在は湯之平展望所までしか登ることが出来ないが、この記録によると南岳の噴火口まで登っているの、明治末期の頃は規制がなかったのだろう。筆者は有村温泉から山道に入っている。「軽石の道は草履を踏む度に良く滑った。大豆の様な粒がザラザラと流れていく。其を椿やぐみなどが両側から我勝に顔を出しは見送った・・・七合目邊から道が谷間に入った。水は

ないが轉がって居た大石には皆鬚のような薄黄色の苔がだらりと垂れて居た。木立がなくて火山礫の急な坂を、今迄の登山者が踏み堅めた跡を登ってしまえば頂上である。頂上は草原であった。火山灰の原に枯草が茂って、其原を二十間許り行った所に噴火口があった。凸凹のある線が毒々しい色で中央に沈んで、其横の壁から少し許り煙が出て居た。シューシューと微かな音が硫黄の臭い伴って訪れていた・・・と噴火口の様子を描いたあと噴煙をやって居る南岳に登った。長一尺五寸位の不細工な鉾があった。噴火口を越えた南に海が見えた。遙か彼方に開聞岳が墨鬚のように現れたが又直ぐ消えた・・・、登りに二時間、下りに一時間三十五分を費やして午後三時四十五分、有村温泉の宿に帰った案内料として六十銭払った・・・」その後鹿兒島市内に戻って眺める桜島の景色などを書いている。

#### 東霧島山〈一五七四米突〉

桜島から足を延ばした筆者は霧島山に入って、前夜は神宮下の宿で強風に眠れなかったことを書いている。そして「案内を先にして出発した六時は薄暗い世界であった。神宮の傍から登山道に入って、無言なる二人は小石勝ちの道をザクザクと霜を踏んで登った。・・・森を出外れると日が出た。草のない赤黒い山が逆光線を受けて紫色に光っている・・・山の陰を歩いて居たので昨夜から吹きしきって居る風の鉾先を避けていたが、少し登って高千穂峯の直下の砂原に來た時、烈猛なる勢を以て其来襲を始めた。枯木と云はず、枯草と云はず、所々黒く焦げ残った灌木と云はず、風は出来る限りの砂をつかんで強い力で投げつける。思わず顔を峯の方にそらせば、勝ち誇った風は山全体の砂を巻き上げ、巻き下ろし山全部が噴火口に化したのではないかと疑はしめた。噴火口に達する急斜面にかかったが、恐ろしい風は愈加わる。何の防禦のない人間の哀れさよ。・・・かくして私は噴火口に沿ふて所謂馬の背越を辿った。相変わらず強い風は日向の方から噴火口へと吹いて居る・・・私は辛うじて此處を過ぎて再び急坂を上り、遂に絶頂逆鉾に達した。風は執念深く強く吹きまくる。・・・下りには前よりも恐ろしい弱點を風に捕へられた。足が軽く動くので屢覆されんとす。此困難を僅に脱して遂に急坂を終わった・・・」筆者はこの後大浪池を経て韓国岳に登る予定であったが強風のため残念して、霧

島温泉、明礬温泉、硫黄谷温泉を経て榮之尾で「晝飯の出来る間を温泉に浴して顔を洗ふと手拭いが石墨の粉を塗った様に黒くなった。耳の中が特に激しかった」とあり、そのあと四里下って安楽温泉の宿に戻っている。

### こぎこぎ倶楽部 昔の峠道を探索しよう! 地蔵峠探索と立石城山

宮本真理子(会友127)

2024年10月12日(土)8時30分

山香町「峠たていしの館」に15名集合。お天気も良く最高の登山日和なり。ゴール予定地の山浦コミュニティセンター駐車場に車をデポ後向野に移動する。リーダーより「宮本さん、地元やけん!ご案内しちよくれ。」との声かけあり。

地蔵峠は歴史的にも重要な場所であり、昭和30年代までは向野から山浦への生活道路として地元の人にも利用されていた。義母は戦後、山浦の民家に下宿しながら山浦小学校に勤務、週末になると息子の待つ向野の自宅に地蔵峠を越えて帰っていたと聞かされている。

1534年、戦国時代の山香郷は豊前・豊後の国境争いから大友・大内軍の戦場となる。大友軍は大牟礼山に陣地を構え、大友軍を本道の立石峠とその側道の地蔵峠に1800騎で待機させていた。大内軍は下関より海路にて豊前平野へ渡り、間道の佐田越えにて山香郷の勢場が原に進出した。一時、大内軍は優勢にて吉弘氏を討ち死にさせるなど凱歌をあげていた。が、急報を得た地蔵、立石両峠の大友軍が取って返し、大反撃に出る。大内軍は全軍散り散りとなり、命からがら落ち延びた。

その17年後の1551年フランスコ・ザビエルが大友宗麟の招きで山口から豊前街道を通りこの峠を越え、鹿鳴越えから日出港そして船で府内へと向かった史実がある。15年程前まではザビエル道として向野から日出まで毎年トレッキング大会が開催されていたが高齢化に伴い山香側の協力体制が整わず、日出コースのみの実施にて今も継続されている。私も最後の年に日出までのコース22キロ余りを完歩したが、どうしたことか

地蔵峠の登り口をどうしても見つけることが出来ず、コロナの期間中も何度となく挑戦したものの地蔵峠に辿り着くことはできなかった。昨年末に知人に地蔵峠の登り口を教えてもらい、道案内の運びとなった。

9:00 向野の日野地部落を出発、日野地と影平の道界には庚申塔が祀られ貴船神社では皆で安全登山を祈願、山道の両脇には昭和35年まで砕石されていたアンチモン鉱石会社の社宅跡が竹、杉林の中に基礎のみ点在す。しばらく進むと右側に地蔵峠入口の立て札あり。いよいよ古道に分け入る。里山とて最近植林された山にも踏み込む人は殆どなく、古道は倒木、落石、大雨による土砂にてあちこち崩壊しており、鹿、猪等のワンダールランドと化している。足元を注意しながら一歩一歩、歩を進める。石のザレ場を過ぎると左の樹木の上に地蔵峠への案内が現れ、岩場を慎重に登ると急登のジグザク古道が続く。小休止を取りながら落ち葉に足を取られての胸突き八丁である。皆、苦戦しながらも「もうすぐよ!」と声を掛け合う。峠が近いのか青い空がくっきりと見えてくる。

10:35 ようやく岩堀切大岩のある地蔵峠に到着、感無量なり。大岩の上には日野地、定野尾

部落の有志により天明の飢饉で亡くなった方の供養の祠が建立されていた。中に



地蔵峠の祠

は地蔵菩薩が祀られていると聞く。低山ではあるがなかなかの山道である。この峠を越えられずに行き倒れて無縁仏となった方々の供養も地元民が吊ってきたと古者から伝え聞いている。

しばし、休憩をとり山浦側の定野尾池をめざして下山。山浦側は緩やかな下り坂にて途中、苔むした日本庭園のような湿地があらわる。皆、ピクニック気分自然観察に精を出す。唐笠茸があちこちに顔を出し、皆を歓迎してくれる。

11:00 前定野尾池近くに下山、楽しいお弁当タイムとなる。その後山浦コミュニティーセンターの駐車場まで稲刈りの進む田んぼ道を歩く。

小川のせせらぎや咲き誇るコスモスを愛でながら撮影タイムとなる。史跡の板碑を見学後デポ地に駐車している車に乗り込み、再び「峠たていの館」に再結集す。

時刻は13時前で、予定ではここで本日の山行は終了だが、まだ早いのでもうひと山、近くの城山に登ることになる。



立石の城山山頂で

13:00 立石藩の旧町並みを通り抜け、立石天満社本殿右横より城山に向け、出発。ジグザク坂を抜けると大岩がポコポコ出現、足コンパスを最大限に開き、攀りかかる大腿部を庇いながら我慢して登っていく。頂上近くの平地で皆が揃うのを待ち、頂上を目指す。

14:10 山城の山容が残る頂上に到着す。山浦、院内側からも立石側からも見通せ、天然の要塞なり。

14:30 立石天満社に無事下山。お礼の参拝を済ませ、秋の日差しが眩しい「立石の館」で解散となる。私としては念願の地蔵峠をメンバーにご案内できた喜びでいっぱいでした。

参加者・・・飯田(勝)、石神、宮原、今川、神田、佐藤(裕)、境、遠江、宮本、後藤、清水(道)、清水(久)、古谷(耕)、平原(瑞)、榎園、甲斐(英)、佐藤(美)、井村、土谷(計19名)

**こぎこぎ倶楽部**  
**昔の峠道を探索しよう!**  
**上峠から本峠まで**

甲斐英男(会友127)

2024年11月10日(日)

こぎこぎ倶楽部の新テーマ「昔の峠道を探索してみよう」第二回目は、旧大分郡と旧直入郡を

隔てる稜線にある上峠と本峠の二つの峠を結ぶ稜線を歩く企画です。集合時刻の前に今日のルートへの到着予定地点の、旧道の上峠に車2台をデポして集合場所の今水登山口への広域農道分岐に移動です。集まったのは車4台8人、車を二台にして今水登山口に移動。

今日のコースは今水登山口から上峠～中峠～本峠までの7.5キロのコースです。今日の天気予報は14時00時頃から雨が降り始める予報でした

7時20分、今水登山口から出発。林道を歩き始めるとまもなく豪雨で崩落した土石流で道の痕跡のない所をしばらく進み、やがて古い峠道に復帰して登っていきます。長湯と阿蘇野を結ぶ古い峠道が残っています。それをしばらく登ると傾斜がなくなりやがて上峠に到着しました。8時25分でした。

上峠からは植林地の中の登りです。朝霧の中、スギは林の中斜めに差し込んでくる朝日がとても幻想的で、皆さんその風景の写真撮影でしばらく立ち止まるほどでした。

そんな幻想的なスギ林の緩い登り20分ほどで着いた所が四等三角点(点名:上峠・1,055.5m)です。霧の中に朝日が差し込む中で記念写真。その後、緩く下って緩い登り。長い稜線歩きの始まりです。右は緩斜面のスギ林、左は自然林の急斜面の稜線を進みます。

するとやがてスギ林を抜けて明るいカヤ野の稜線に出ます。草原の中に残っている軽トラックの轍に沿って進みます。しばらく進んで、平らな林の中で三角点探し。9時50分、枯草の中に三角点がありました。(点名:三尾・三等997.71m)

そこから先はちょっと複雑な稜線歩きです。東に向かっていた尾根は大きく南に曲がり、下に見える林道に出て、小尾根を巻いたりして小さな鞍部に出ました。ここが地図にある中峠です。これも長湯と阿蘇野を結ぶ大事な峠道だったようです。荒れ果てた古い道は、昔はたぶん馬車や大八車が通っていたように思われます。

中峠を過ぎるといよいよ稜線ルートは複雑になり、しかも稜線上は猛烈な草藪なので、稜線を避けて斜面のヤブのトラバース、背丈ほどあるススキの中を、かき分けかき分け本格的なヤブ漕ぎには飽きるほど。

最後は稜線を避けてスギ林の斜面を下っていると、一人が害獣用の罠に足を挟まれるアクシデン

トなど。これはまあ難なく取り外し、やがて本峠の旧道に出て、最後の仕上げで本峠の三角点へ足を延ばします。しかし、その頃には空模様があやしくなっていて、急ぎ足で本峠の三角点(799.94m)に到着。雨がぱらつき始める中、写真撮って急ぎUターン。

13時30分、車のデポ地に到着。予想よりも早い到着で良かった、地形図の具合ではもっと時間がかかるとみていたらしいが、雨が本降りになる前に終えてよかったです。

14時20分、今水登山口で解散。そのころは雨もかなり本降りとなっていました。いい山遊びをする事ができました。



参加者・・・飯田、中野(稔)、後藤、古谷(耕)、榎園、甲斐(英)、井村、土谷(計8名)

## こぎこぎ倶楽部 昔の峠道を探索しよう! 鹿鳴越東ルート

井村 ゆりこ(会友259)

2024年12月15日(日)

毎回のことながら、こぎこぎ倶楽部の山歩きは私をわくわくさせてくれる。なぜだろう?ピークを目指すわけではなく、ノーピークがほとんど。しかし、既存の山道を歩かずに、いや道なき道を歩き山に分け入る感じが田舎育ちの自分にあっているのだろう。

鹿鳴越東ルートは、昔から豊後と豊前を往来する道だったそうで、日出町長野から東山香・中山

香を経て立石に至るようだ。明治25年に国道10号線ができて、この道のほうが近道だったので、昭和20年代までこの道がよく利用されたとか！

今日は古の道をどこまでたどることができるだろうか。予定コースは日出町尾久保から山香町の羽門(うど)の滝を經由して白髭神社(大田村ではありません。)までの10キロ弱。忘年年会の翌日ということで、少し軽めのルートを設定して頂き有難かった。

事前にゴール地点に車3台をデポし、日出藩主も駕籠で利用したであろう「殿様道」入りを快晴の中、9時過ぎに総勢13名でスタート。人力車も通ったという道は最初こそ立派でゆるやかであったが、駕籠立て場を通りすぎるころから、傾斜も増してきて殿様も駕籠の紐を握りなおしたことだろうと想像した。

10時20分鹿鳴越東の峠に到着。ここから百合野山に未踏の方がいたので、有志だけで登る。往復25分の猛スピード！ここから先は谷筋の古の道を通る予定であったが、百合野山に登っている間にリーダーたちが探索。既に踏み跡はなくすごい藪とのことで臨機応変に計画変更。のんびり林道を歩く。唐木山を左手に見ながら歩くと、最近鹿鳴連山の後方にニョッキと建設されていた風力発電が二基建っていた。まだ建設予定があるのか、2基のクレーンも有った。

その後、517メートルの丘を乗越して行く破線ルートがあったが、こちらの入り口には林業の作業道があるのみで丘から里へ下る道は全くない様子。藪漕ぎ1時間を回避して、右折し車道を歩く選択となった。このあたりから天気が少し怪しくなり、鹿鳴諏訪神社では震えながら昼食を食べる。諏訪神社は細いながらも四方に御柱が立てられていた。

目的地までの道はゆっくりと下っており、山香の景色や国東半島の山の景色を見ながらの散歩はなかなか雄大な気持ちにさせてくれた。殿様もこの辺りでのんびり景色を眺めたのではないだろうか。

目的地の羽門の滝は、落差12メートルと大きくはないが、伝説の白竜が住むという。辰年の最後にふさわしい場所だと思った。今の時期は寒々しいが、秋の紅葉の頃は紅葉と滝のコラボが見れるだろう。滝の下流に松尾川の河川プールがあり



羽門の滝入口の広場で

小学生の子供を何度か連れてきた記憶があるが、今は水害のため見る影もなかった。

羽門の滝を過ぎてから、薬用植物ききょう栽培実証圃場があった。杵築市は生薬の郷を目指しているようだ。また6月か7月の花の見頃に来てみたいですね。その後お地蔵さまが10体あるのかと思っていた地蔵十王蔵堂の十王様は、普通のお地蔵さまではなかった。十王とは地獄で裁判官的な尊格だそう！もっと熱心に祈っておけば良かった。無事白髭神社に13時50分着。本日の山歩きはこぎこぎこそなかったが、自然や文化に触れ心豊かな山歩きとなりました。参加者の皆さんお疲れさまでした。

参加者・・・飯田(勝)、宮原、神田、佐藤(裕)、境、遠江、清水(道)、清水(久)、古谷(耕)、榎園、甲斐(英)、佐藤(美)、井村、河野(計14名)

## 個人山行報告

# フンザへの旅(その1)

飯田勝之(会員10912)

チベットのカイラス山(6656m)は仏教、ヒンドゥ教、ボン教、ジャイナ教の聖地で、その周り約52kmの巡礼路(五体投地の巡礼である)を、仏教は右回りで、ボン教は左回りで回るのである。もちろん登山禁止の山であるが、この山を源流としてインド洋に注ぐ大河が二つある。東のガンジス川と西のインダス川である。そのインダス川の中流域は世界4大文明の発祥の地として知られるが、そこに古代栄えたガンダーラがある。私がこのたび訪れたのはその奥地のフンザだ。

梅木秀徳元支部長が支部報第29号(2005.7.25)30号(2005.10.25)と連載で書かれた「フンザへの旅」の記事を覚えている

が、その中に記された「桃源郷」という響きの良い呼び名の地に、私は一度は行ってみたいと思っていた。

私が何度か利用している海外登山のツアー会社から送られて来るパンフの中に、度々フンザの山旅募集があり、近年行きたいと思いつつもコロナ禍で見合わせていたところであったが、さほど心配もなくなったこの秋のツアーに参加した。

バンコク経由でパキスタンの首都イスラマバードへ。そしてさらにパキスタン国内線で、K2の登山基地の街でもあるスカルドウへの飛行だったが、その途中で私は左の窓際席だったので、青空の下に広がるヒンズクシー山脈やカラコルム山脈の壮大な山並みを眺め、はるか遠くにK2(8611m)の鋭鋒も目とカメラに収めることが出来た。そうして、インド大陸とユーラシア大陸の衝突によって生まれたヒマラヤ・カラコルム・ヒンズクシーなどの畳々と連なる峻しい白嶺の、激しい造山活動が示す荒々しい大山脈の姿を俯瞰することができた。

スカルドウからフンザに向かう途中では、インダス川にキルギット川が合流する地の平野から、南方にナンガパルバット(8126m)の真っ白で巨大な山体を眺め、キルギットに入ると真上にラカポシ(7788m)の白嶺を見た。(ナンガパルバットは、スカルドウからの帰りの飛行機でも、左の真下に手に取るように眺められたが・・・)、

私にとって、今回のフンザ行き目的は梅木元支部長が書いた桃源郷の地を味わいたいことと、もう一つは、K2で散った平出和也・中島健郎両氏(特に私は平出さんの大ファンであったが)を偲ぶ旅で、二人が二度ピオレドール賞を取った、ラカポシとシスパーレ(7611m)を見ることにあった。ラカポシはフンザ入りの初日から、そしてフンザの中心のカリマバードに滞在中やトレッキング中にもいろんな角度から遠望することが出来た



シスパーレの尖峰をバックに筆者

さらにパサー向かう途中のグルキンでは、グルキン氷河やパサー氷河の末端部に立ってシスパーレの真っ白な尖峰とそれに連なるウルタルの峰々を遠望でき、とりわけパサーから見たシスパーレの北壁の鋭さには目を奪われた。シスパーレもラカポシも二人にはK2をやるための慣らし登頂だったのだと聞くといっそう灌漑が深まるのを覚えた。

**個人山行報告**  
**第3回ユース交流会 in 広島**  
**に参加して**  
 寺道 和代(準会員 A599)

2024年11月2日～4日

11月2日～4日、第3回ユース交流会 in 広島に、東九州支部から2名参加してきました。

台風21号の影響で開催時間が変更となり、三倉岳キャンプ場にて懇親会からスタート。本部、東海支部、信濃、東京多摩、関西、京都滋賀、広島、そして東九州支部の総勢約50名のクライマ



カリマバードから見たラカポシ(二人は反対側の壁を登った)



ーが参加です。歓迎の横断幕が野営地に張られ、広島支部、本部の方々を中心に美味しそうなバーベキュー、尾道ラーメン、デザートには広島名物の揚げ紅葉も用意され、賑やかな宴の開催。余興、各支部の自己紹介等々と楽しい歓談。また、若者が海外遠征の計画を発表するなど、若者が成し遂げてやるぞとの気合いを、ベテランの先輩方がアドバイスする暖かい雰囲気は伝わり素晴らしかったです。

2日目、広島大竹市にあるクライミングの聖地と言われる三倉岳でのクライミングです。三倉岳の岩はやや粒子の粗い花崗岩で、公表されていないルートも含めると300近くあるとのこと。とりつきまでは30分程で、沢山のクライミングルートが点在し、登れる実力さえあれば、クライミングの遊園地です。前日親しくなった方々と、松原さんの指導も受け、青白ハングの初心者コースをトップロープにて登攀。滑りにくい岩質で、角度のよっては手ががっちりとかかり、面白いコースでした。今回は、ぜひ『リード』にて、チャレンジしたい。

3日目、天応烏帽子岩山のマルチピッチ。天気は快晴、心地よい風もあり絶好のクライミング日和です。2人1組で、私は田所さんがトップで登攀。登山道を登り、5P目から銀座尾根に入ります。足場も安定し登りやすい。5P目を登り上がると、大きな緑色のリングがあるテラスに到着。眼下に瀬戸内の美しい海が広がり、素晴らしい景色です。右手にはなめら岩があり、果敢に挑むクライマーが見えます。6P目、チムニー状の部分に身体を入れ込んで登ります。ちょうど良い位置にカムがセットしていただき、楽しみながらの登攀。7P目はロープを繋いだまま少し歩き、8P目トップで登る田所さんの核心部分での見事な開脚に、次に続けるのか不安です。さあ、ガンバです。クラック沿いを順調に登り上がり、最後核心の部分は私の力では登りあがることはできません。『とりあえず、左足を岩に上げて。』と言われるままに、左足を上げて、田所さんに全力で引き上げてもらいました。登り上がると、素晴らしい絶景です。登山道を歩き烏帽子岩、ドンガメ岩と素晴らしい眺望の連続。空の青さと海の濃い碧色のコントラストが最高で、今日のこの良き日に、この場に来れたことに、感謝です。



ぜひ、この一大パノラマを皆に味わっていただきたい。マルチは最高！楽しいです。

東九州支部の皆さん、来年は、一緒に参加しませんか。このような貴重な体験に参加させていただき、ありがとうございます。また、イベント運営にご尽力していただいた本部の皆様方や開催地である広島支部の皆様方、ご参加の他支部の皆様方に心からお礼申し上げます。明日からまた、頑張ろう！来年は少しでも成長した姿をお見せいたします。

参加者・・・田所、寺道

## 個人山行報告

### 「アマダブラム エクスペディションに参加して」

笠井美世(会員16883)

2024年10月22日から11月10日までの26日間、アマダブラム エクスペディションに参加した。1年前に千葉支部長の三田さんから誘い頂いた時は、事前に広島支部アマダブラム遠征報告を聞いていたので、厳しい山と認識していた。体力的にも技術的にも、私の実力以上の山に恐れを感じ、胃は痛くなるし、眠れなくなるし、不安しかなかったが、断ればそこで終わってしまうと思い参加を決めた。準備として、1時間で10km 走ることを目標にトレーニングを始め、筋トレ・ストレッチ、岩場でのアッセンダー練習など、仲間が付き合ってくれた。また渡航一週間前の低酸素室で意識呼吸の練習をした。ただ直前に支部で流行ったコロナに感染し、渡航前の体調管理の難しさを感じた。

10月22日にカトマンズに入り、23日にカトマンズからルクラ(2840m)に移動した。ルクラはエベレスト街道の入口。行きかうのは荷物を背負った人と牛やロバ、それにトレッカー。乾燥と砂埃でマスクは必携。ガイドはエベレスト9回登頂経験のある、大きくて心優しいチェパさんがいつも先頭を歩いてくれた。24日:モンジョ(2830m)~25日:ナムチェ(3440m)~26日:クムジュン(3790m)~27日:パンボチェ(3930m)~28日:アマダブラムBC(4650m)、途中高度順応をしながらBCに到達した。活動は、朝7時朝食、8時出発、14時ロッジに入り6時半夕食。ロッジは2ベツルーム、シャワー無し、食事は3食注文、有料Wi-Fiが使用でき、家族との連絡も取れて安心した。高山病予防のため水分を多くとることと、昼寝なしでダイニングに集まった。毎朝夕食後SpO2を測り体調を確認して、症状によりダイアモックスを飲んだ。私はトレッキング開始と同時に呼吸が苦しくなって咳も出始め、毎晩の咳にも悩まされることになった。ナムチェでの高所順応では、苦しいばかりで遅れてザックを持ってもらい、こんな状態でBCにたどりつけるのか心配になったが、一步一步…と思い続けた。28日パンボチェの丘の上のお寺で山での安全を祈る儀式プジャをしてアマダブラムBCへ向かった。



BCアマダブラム

BCはアマダブラムが手を広げた懐の中に300張程のテントがあった。1人1つのテントが与えられ、BCでもダイニングテントに集まった。食事は日本食で水牛のすき焼きという日もあった。近くで見るアマダブラムは美しく、今まで持っていた恐怖心は消えていき、山頂を眺めながらルートを確認した。四方白く輝く山に囲まれ、朝

焼けから満天の星空まで堪能した。29日アマダブラムに向かったのプジャの後は岩場でクライミングの練習、アッセンダーの架け替えでは息が切れた。30日はC1から核心部の岩場を越えC2までの予定だったが、私は体調が悪くHC(5300m)付近でBCへ下山した。その後は自分のペースで散策したり高度を上げたりした。11月3日高度順応のためHC滞在を目指したが、呼吸が前日より苦しくなりHCで下山、とうとう発熱した。帰国後受診して、肺炎と咳による肋骨の骨折が7か所。蓄膿種と中耳炎も患っていたことがわかった。私は登頂をあきらめ、隊を



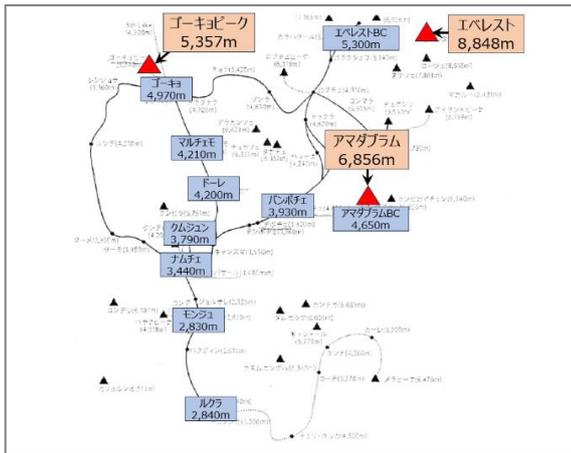
ゴーキョ山頂から

離れゴーキョまでのトレッキングを選んだ。

11月6日ポーター兼道案内のキッチンボーイとトレッキングが始まった。微熱が続き苦しさは変わらないが、今度は楽しんで歩こうと決めていた。6日:ポルツェ(3810m)~7日:マルチェモ(4210m)~8日:ゴーキョ(4970m)と移動した。途中6000m級の岩山の中腹をトラバースする街道が延々と続き、マニ石・寺院・タルチョが、雄大な景色の中で人々の暮らしや文化を感じさせる。ゴーキョピーク(5357m)からは、エベレストなど8000m級の山群・氷河、足元にはターコイズブルーの湖が美しい。9日ドーレ(4200m)からナムチェまでの途中で、再びアマダブラムが姿を現した。離隊して何となく心細く1人宿泊したポルツェの向こうに見えるアマダブラムへ道はずっと続いていて、この道を歩き続けられた自分が少し誇らしく思えた。12日:ナムチェではアマダブラム登頂を果たした仲間と合流、ホッとしたと同時に素晴らしい仲間という事がまた誇らしくなった。

初めてのネパールで体調を崩し残念な結果とな

ったが、弱音を吐かず歩き続けた事に後悔は無い。学ぶ事も多く次の山行に活かして行きたいと思う。またトレーニングも続けたいと思う。私が無事帰国した事を、家族や仲間が喜んでくれた。私の経験を聞きたいと楽しみにしてくれている人もいる。本当にどれだけの方に応援してもらったのかと思うと、感謝の気持ちでいっぱいになった。私は、私の次の誰かをサポートしたいし、「一歩踏み出せば世界はひらける」と伝えていきたい。



出発前の私は、高山病とは書籍の記載通り「酸素濃度が低い為に起こる頭痛や倦怠感」主であり、実際の体験までは、あまり想像付かなかった。低酸素状態が当たり前ではあるが、24時間続く生活と山行での体調変化はまさに「呼吸器官の管理」であった。

カトマンズから空路 2,840mルクラ、モンジョから 3,440mのナムチェ、クムジュンから



3,930mのパンポチェまでの間、高度順応に適切な一日あたり300m〜500mの

高度上昇にてトレッカーホテルに宿泊しながらの行程では、乾燥と埃で喉を痛め、咳が出るようになった。辛い酷い咳ではなかったが、脈拍も高めで疲労感が徐々に溜まっていった。また食欲はあったがやはり呼吸を意識しないと軽い頭痛が出ていた。多少息苦しさは感じては行動不能ではなく、ダイアモックスを服用し始めたタイミングでもあった。

SpO2 値 ナムチェ 朝80 夜72/クムジュン 朝82 夜91/パンポチェ 朝86 夜84

ここまでの値は80台から90台前半とそれほど悪くはなかったが、ベースキャンプに入ると一転し、70台から80台前半まで落ちてしまった。またサミットプッシュするためには、ベースキャンプでSpO2値が80台以上なければ、登頂は出来ない旨も伝えられた。とにかく、気を抜くと「息苦しさ」があり、意識的な呼吸を続けることによって「順応」していくことも体感した。その為、風邪（咳をしない）を引かない体調管理が天候により左右されるサミットプッシュまでの時間、最大の注意を払う点でもあった。

SpO2 値 ベースキャンプ 4,580m 1日目 朝71/75 4日目 80/81

C1~C2~C3~サミット 平均 68/72 > 意識呼吸で80台までに常に上げる。C3では寝ると一気に60台になるので寝ない努力が必要であった。述べる順番が異なったが、心配した「急性高山病」は高地において、空気が薄いため起こ

## 個人山行報告 「アマダブラム エクスペディション」から

秋山和俊(会員16871)

2024年10月22日から約1か月間、千葉支部、東九州支部の一員として山行に参加し、6,814mの山頂に立った。途中の紀行については他の方に譲るとして、私が最も必要と感じた「高山病対策」を述べたい。

結論から述べると、高山病対策とは「常に行う呼吸管理」であり、数値で確認する「SpO2メーター」は必須の装置である事を伝えたい。ここまでの「息苦しさ・それから来る疲労感」は経験したことが無かった。

アマ・ダブラム山行について、標高1,355mのカトマンズから、4,580mアマ・ダブラムベースキャンプ、また、6,814mの山頂まで、万全な体力でチャレンジできるかを考えた時、やはり自身の高所対応が最も心配した点であった。個人山行ではあるがパーティー編成の登山であり、自身の体調により、他のメンバーに負担を掛けない事も考えた。

る酸欠状態であり、「酸素濃度が低い為に起こる頭痛や倦怠感」・・・平たく言えば、「息苦しさ・・・それから来る疲労感」であり自身は富士山でも体験したことは無かった。そこで今回、興味もあり 出発前に低酸素室での疑似体験「高所テスト」を受けて見ることにした。

「高所テスト」とは安静時、運動時、睡眠時のSpO2値と脈拍数をリアルタイムで測定し、どのような呼吸をすればSpO2値が上がるかを試せるテストであった。今回～4,000m高所テストと4,500m～5,000mの高所トレーニングを受けたが、この体験を通じて得たことは、それぞれの高度において「どのような呼吸法を行えばSpO2値が上がるか」を実践できたことであった。もちろんダイアモックスや水分摂取も重要ではあるが、このSpO2値に関心をもって高度順応が出来るかを学べたことは重要であった。

私の場合は、鼻と口を同時に「肺を広げる・胸を広げる」ように吸い、口を窄め、思い切り「吐く」ことと高所では息を止めずに早い呼吸で「ふっ、ふっ、ふっ」と肺に酸素が届くイメージで行うことでSpO2値を上げることが出来ていた。

残念ながら現在、この高度までの低酸素室は東京都内しか無く、出発前までに経験できない場合、いきなりではあるが、エベレスト街道でベースキャンプに向かう際、SpO2値、また心拍数値を測定しながら、80～90台、～120拍程度を目指すように呼吸法を工夫すべきである。私は走った後や急登の後に試していた。

私は今回の山行を通じ、高所での「息苦しさ・・・それから来る疲労感」を体験し、抹消までの酸素不足も原因の1度の凍傷を受傷した。その経験から高所を目指す方へのアドバイスとしてSpO2値、今でも出来る、酸素を取り入れる呼吸方法を実践して頂ければと思う。装備やクライミングシェルパの選定など、他にも重要な点はあるが、この「呼吸法」は単純ではあるが、私には最も重要であったことから伝えさせて頂く次第である。

※アマダブラムの標高は「6,856m」の記載でしたが、今般、ネパール政府の登頂証明書には、6,814mとなっており、諸説あるようですが、ネパール政府の標高に合わせさせていただければと考えております。

## 「大崩山の思い出」

安部可人(会友11)

会報にはこの山に登山したという投稿が少ない。魅力がないのか、70才過ぎたら危ないが行けるルートはある。上祝子までの近道は桑の原から、黒原峠経由の林道でしょう。「宮崎県の山」を開けてください。出来る範囲で案内してみよう。

(1) 大崩山荘三里河原コース 山荘～喜平越谷分岐～スラブのトラヴァース～平らな一枚岩の幽玄な三里河原(おすすめ)～小滝の連続～金山谷と別れて、もちだ谷へ～南折(飛行機墜落エンジン)～40才はその辺でばてた。精鋭高校登山部員4人と案内のY顧問について行けない。まだ大変、高度差600m2キロの谷あるき、その記憶がない～4コースの分岐点～10分～大崩山一等三角点着～二枚ダキコースは高度差700mの急降下(難路廃道でしょう)～林道3キロ～大崩山登山口幕営(夏だから軽装備行動だったと思う)。後日、1会員と三里河原までがやっとでした、惜しい。奥の中瀬松谷から鹿納山や五葉岳へは、行く人が少ない。その紅葉は夢の世界、中瀬松谷あたりで簡易テント泊すれば素晴らしい。

(2) ワク塚コース 山荘～20分～西へ分岐点渡渉～らんらん～ハシゴ場から急登高度差300m、2時間半、袖ダキ巨岩の展望台まで(おすすめ)。数人が山荘泊りで実行、妻と私はこの展望台でリタイアしたが、満足でした(通信制碩信高校の大人の生徒との同好会でよく登山した、よく飲んだ)。

(3) 坊主尾根象岩コース 山荘～渡渉～林道分岐～ロープ、ハシゴ、渡した板などの難場の連続～象岩下のトラヴァースは錆びた針金が設置され、簡易ハーネスに接続された2つのカラビナで転落しない～小積ダキで山頂まで行く1会員と別れた、その展望で満足、大崩山山頂はつまらない～山荘着。彼は林道分岐で右に迷いこんで、登山口から登り返した。待ちくたびれたね。

(4) 宇土内谷コース、尾家リーダーで5、6年前アケボノツツジ盛期実行された。大崩山への一番やさしいルートです。(私事)第一ピークまでで花に満足、やめた。途中で遭った鹿児島島の美女が下山してきて、私の大型四駆に乗せてくれという。駐車場でみんなが笑っている前で、彼女が接近し

て指でハートを描いた2人の写真、忘れえぬ思い出。彼女を乗せた愛車も今はない。

(令和6年11月1日 あんべよしと)(注)終活、ハイラックスサーフは退職前年購入、28年間28万キロ、知人が良い値で売却してくれた。

## 私の無名山ガイドブック No.95

梶原(385.99m) 沃土(484.73m)・

春田(399.28m)

飯田勝之(会員10912)

今回は山国川支流の春田川沿いの、玖珠町と中津市の境界付近の谷間に聳える小峰を紹介しよう。

### 梶原

県道玖珠山国線の道ノ迫バス停のある三叉路の真北にそびえる岩峰で、北に回り込んで植林地に通じる作業道から登れば容易だが、南の岩の間を登るのが面白い。三叉路の北に、山には入る小径があり入り口に獣避けの柵のゲートがある。これを入り、スギ林の中を50mほど行ったところから右上の稜線に登っていく。稜線をまっすぐ登るとやがて高さ15mあまりの垂直の岩壁に行き当たるので右に巻いていくと、岩壁の隙間に間に登れるところがある。ちょっとしたアドベンチャールートで、木の枝や根に捕まりながらの路登ると5分ほどで頂上の小台地の上に至る。やや広い山頂はまわりに木立が無く明るい空間で、取り巻くようにシロダモ、ユズリハ、ツバキ、ナラ、クヌギ、ヤマコウバシ、アカマツ、ホオなどが見られ三角点は最高地点の2~3mの南にある。

25000分の1地形図：裏耶馬溪

参考ルートとタイム：県道~20分~梶原

### 沃土

県道玖珠山国線の玖珠町から中津市山国町に入ったすぐ先に左に藤野木に抜ける道が分かれる。その入り口にもう一つ左に分岐する林道があり、これを上ると約1kmで朝小野川に架かる小橋(松ヶ原橋)がある。この橋の10m先から右にスギ林の中に入る踏み跡道を拾いながら登って行く。石の多いスギ林の急斜面を北へ向かって斜めに登っていくと、踏み跡道はほとんど判然としなくなるが、北北西にトラバース気味に登ると照葉樹の灌木の中を過ぎて林道から20分ほどで広い鞍部に達する。ここを右に、左ヒノキ林、右灌木林の

境に沿って登っていくと数分で広い山頂部に達し、巨石の間に三角点を見つけることができる。

25000分の1地形図：裏耶馬溪

参考ルートとタイム：林道~30分~沃土

### 春田

県道玖珠山国線の篠矢バス停のあるところから西の小沢に沿って山に入る林道を行くと、県道から750mのところ右に入る荒れた作業道がある。ここから上るとよい。雨に掘られて荒れた作業道を曲りながら登ると、林道から10分足らずで右のカヤ野の中に作業道が分かれる。クヌギ伐採林作業の道で、ジグザグに急斜面を登っていくと、分岐から6分で稜線を巻いてやや下りだすので、そこから左に稜線を直登していく。カヤを漕いで登っていくと作業道から10分のアルバイトで山頂に達し、最高地点から北に5分ほど行った北の緩斜面に三角点がある

25000分の1地形図：裏耶馬溪

参考ルートとタイム：林道~25分~春田



## 喜寿お祝い山行 に参加して

松村豊寛(会友29)

2024年10月6日 湯布院は小雨。

雨覚悟で九重へ、早いせいかまだ2、3人しかきてない。集合時間を迎える頃には総勢50人前後が集まりました。天候もだんだんと雲の切れ間

から光が見えて、回復の兆しです。事務局の願いが届いたのかもしれませんが。喜寿記念山行で過去最多の参加者と聞くと、喜寿を迎えられた当事者6人の人柄が引き寄せたのだと感じました。素晴らしいです。

早速、皆さんで登山口に集合して、小倉岳770mを目指します。この山は、大分のかくれ名山のひとつです。歩き始めると、コンクリートの道が延々と、予想通りです。やっぱりコンクリの道はキツイ。でも、道の両側には春の名残の花がチラホラこれもまた自然との出会いです。山頂に着くと、三角点もちょっとだけ頭を覗かせ迎えてくれました。標高770m喜寿のお祝いにぴったりの山でした。単純な山でしたが、またひとつ大分のかくれ名山をクリア。



山頂から少し下った広場で、喜寿の該当者が前に出て、おひとり、おひとり、喜寿を迎えられた事への感謝、祈願、健康や家族への絆など思い思いの発表を聞いたあと、美酒での乾杯をしました。皆さんワイワイ盛り上がり、紅白のお餅、お菓子も美味しかったです。

こんなに集まることはない、少し斜面を上がったところから、カメラを準備して、撮影に取り掛かりました。皆さんをファインダーの中に納めて、覗いていると、皆さんの満面の笑みにこちらもつられてニッコリ。嬉しい気持ちになりました。次に、日平山968.7mの登山口に移動しました。この山名は今年二度目の出会い 鎧ヶ岳の稜線で！急の登りにヤブコギ、ただただ かき分け かき分け ついて行くだけ 手足100%使って、一休みも二休みもしながら、それこそマイペース 下山が大変だあと頭をよぎる。こんな山単独行は・・・？と実感。



でも、山頂からの景色は抜群。これもまたヤブコギのご褒美。食後もカメラを準備して写真撮影へ、これもまた笑顔に溢れ皆さん満足気でした。満腹のせいかな(笑)小倉岳、日平山 両山ともそれなりに良い経験をさせて頂きました。改めてありがとうございました。喜寿の皆様、本当におめでとうございます！

また、2025年喜寿記念山行を楽しみにしています。たくさんの笑顔に感謝！



喜寿お祝い該当者・・・深草、小竹、松浦、古谷(耕)、榎園、丸井(元) (6名)

参加者・・・中野(稔)CL、加藤、首藤、飯田(勝)、石神、藤澤、境、宮原、工藤、土屋、佐藤(裕)、平原(健)、笠井、中野(梨)、岩崎、松村、石川、長野、遠江、後藤、清水(道)、清水(久)、平原(瑞)、古谷(あ)、青木、飛高、佐藤(美)、諸田、阿部、中島、河村、高橋、丸井(弘)、井口、矢野、三重野、渡辺(千)、渡辺(和)、土谷、米田、濱田 他1名(計47名)



## 第37回宮崎ウエストーン祭 に参加して

飯田 勝之(会員 10912)

2024年11月3日(日)

JAC 宮崎支部と高千穂町の共催で開催される第37回宮崎ウエストーン祭に参加した。コロナ禍などのため、私は実に4年ぶりの参加であったが、今回当支部からは12名が参加していた。

会場の高千穂町五ヶ所高原の三秀台で、まず午後4時から式典である。小学校児童が台に設置



祖母山をバックにJACのメンバー勢ぞろい(三秀台にて)

している鐘を鳴らして開会、山の遭難者へ黙とうを捧げ、高千穂町長、宮崎支部長の挨拶、来賓の挨拶、ウエストーンに捧ぐ詩の朗読、ウエストーン祭の歌の合唱など。

式典終了後は会場を近くの野菜の集荷場に移して交流会である。夕間の迫った午後6時から、まず神事が有り、神楽の奉納や飛び入りのギター演奏。高原はすっかり冷え込んできたが、キャンプファイヤーに火が入れられ赤々と燃え上がる炎、モウソウチクのカップウ焼酎がふるまわれるようになるが、その後が、私が最も待ち遠しかったステージ上での地元婦人会のメンバーによるダンスの披露だ。この踊りが実に上手で、ウイットとユーモアに富んだ振り付けと表情で、毎回とても楽しませてくれるのだ。

交流会のあとは再度場所を移して、日本山岳会メンバーだけの懇親会となる。会場は宿泊場所となる「交流センター」で、九州各支部の近況報告や意見交換会と懇親会だ。

翌日は自由登山で主催の宮崎支部は祖母山に行ったが、東九州支部のメンバー(10名)は帰途の途中にある、竹田市九重野の美女ヶ嶽という、と

ても響きの良い名前の山に登ることになった。県道竹田高千穂線から広域農道(大野川上流南部広域農道)を入れてすぐの所に林道の入口があった。その林道を入り、やや荒れた山道を登ると稜線の小鞍部である。左へ名子山と書かれた指標があり、そこを右にとって稜線登り、広域農道から一時間余りで美女ヶ嶽の山頂(640mの標高点)に着いた。名前の由来は分からないが、何の変哲のない小ピークで、北面の伐採後の斜面から阿蘇山方面が展望できたのがせめてもの救いだ。



美女ヶ嶽山頂で

山頂で写真を撮っていると男が1人登ってきた。それも、福岡県からの来訪とのことで、聞くと合同新聞のかくれた名山を訪ねているという。山をやるのはやはり変わり者が多い。

下山途中の分岐にある指標を頼りに、名子山(みょうすやま)にも寄り道をする事となる。聞いたことのある名前だと思ったら、私が以前三角点踏査で登ったことのある山だ。分岐から20分余りで鈍頂に着いた。木立の中に3等三角点(579.4m)と小さな山頂標識があった。

下山後現地解散となったが、帰って記録を紐解いたら名子山には平成23年1月23日に、今回登った稜線ルートと反対側の名子の集落から里道を辿りとヤブを漕いで35分で登っている支部参加者・・・加藤、阿南、飯田(勝)、日向、宮原、工藤、今川、土屋、神田、遠江、清水(道)、甲斐(英)(計12名)



お五ヶ所高原の母さんたちのチャミングでユニークで楽しい踊り

## 支部からの報告(会務報告)

### 支部会議開催報告

第3回役員会 9月26日(水)

大分市西部公民館

1. 支部山行について
2. 喜寿登山について
3. 海外遠征の為、支部長留守の対応
4. 大分百山販売について 他

第4回役員会 11月27日(水)

大分市西部公民館

1. 支部山行について
2. 支部忘年会・忘年山行
3. 本部晩餐会
4. 来期の山行計画

### 第3回 支部役員会開催予定案内

日 時……令和7年1月29日(水)

場 所……大分市西部公民館 18:30~

### 支部ルーム開催状況

11月1日(金) 大分市西部公民館 出席者0名

12月6日(金) 大分市西部公民館 出席者2名

1月10日(金) 大分市西部公民館 出席者2名

### 支部ルーム開催予定

2月7日(金) 大分市西部公民館 18:30

3月7日(金) 大分市西部公民館 18:30

4月4日(金) 大分市西部公民館 18:30

## 支部からのお知らせ

### 月例山行のご案内

#### 1月例山行：涌蓋山縦走

実施日……1月26日(日)

所要時間：6時間 距離：8.5km

集合場所：地藏原または岳湯〜八丁原

参加申し込み期限……1月14日で締切ました。

担当……鹿島正隆

[macpapa@kcf.biglobe.ne.jp](mailto:macpapa@kcf.biglobe.ne.jp)

※地図 湯坪 1/25,000

#### 2月例山行：祖母山系縦走

実施日：2月16日(日)

所要時間：10時間 距離：12.2km

集合場所……原尻の滝

集合時間……午前5時集合

参加申し込み期限……1月31日(金)まで

担当……中野 稔

参加申し込み……下記メールをお願いします

[zermatt1111nm@gmail.com](mailto:zermatt1111nm@gmail.com)

※地図 小原・豊後柏原・見立・祖母山  
1/25,000

天候によりコースが変わります。

### 3月例山行：元越山(天空ロード)

実施日：3月23日(日)

所要時間：6時間 距離：11.5km

集合場所……天空ロード登山口駐車場

集合時間……午前8時集合

参加申し込み期限……3月16日(日)まで

担当……佐藤 裕之

参加申し込み……下記メールをお願いします

[sa10h1952@gmail.com](mailto:sa10h1952@gmail.com)

※地図 佐伯 畑野浦 1/25,000

### シニアトレッキング

第三回 鎮南山(536.4m)

実施日：3月9日(日)

集合時間……午前8時集合

集合場所……登山口駐車場

参加申し込み期限……2月25日(火)まで

申込先：下川 智子

[hukus@yahoo.co.jp](mailto:hukus@yahoo.co.jp)

※地図 臼杵 1/25,000

### 4月例山行：本宮山〜霊山縦走

実施日……4月6日(日)

所要時間：7時間 距離：16km

集合場所：西寒田神社

集合時間……午前8時集合

参加申し込み期限……3月31日(月)まで

担当……佐藤 彰

[akiraguitar1015@yahoo.co.jp](mailto:akiraguitar1015@yahoo.co.jp)

※地図 大分 野津原 1/25,000

## 国東半島で集中山行のお知らせ

日本山岳会本部主催の全国古道調査の集中山行が国東半島峯道ロングトレイルで実施されます。東九州

支部が協力団体となりますので、積極的な参加を募ります。

- ① 中山仙境～大不動岩～千燈寺跡など3泊コース
  - ② 霊仙寺・実相院～大不動岩など2泊コース
  - ③ 無動寺・天念寺・長安寺など1泊コース  
など全部で8コースあり  
何れも両子寺地で最後に集合解散
- ・詳細が知りたい方はHPをご覧ください。  
・月刊「山」の1月号にチラシが入る予定ですので詳しくはご覧ください。

尚、日本山岳会の会員のみ申込みができます。

### 2025年度研修山行 アップスキリング雪山

- ① 1月25日(土) アップスキリング雪山  
(雪山を初級から学ぶ) アイゼン歩行、ピッケルワーク、ロープワークの基礎
  - ② 2月15日(土) 宇土内谷、三段の滝周辺  
アイスクライミングの基礎
  - ③ 3月1日(土)～2日(日) 伯耆大山  
山頂(弥山)を目指す。設営技術の習得も
  - ④ 3月20日(木)～23日(日) ハヶ岳  
初級バリユエーションの実践
- ・少しでも登山技術を伸ばせば、山の世界が広がります。登山道具の相談にも応じますので、参加希望の方は、お早めにお願ひします。

参加申込・・・安東 桂三 090-5727-9472  
[keizoando@xa3.so-net.no.jp](mailto:keizoando@xa3.so-net.no.jp) まで

### 新人会員の紹介

- ・会 員 濱崎 哲也 会員番号 17339
- ・会 員 上野 展子 会員番号 17341
- ・会 員 河村 典子 会員番号 17342
- ・会 友 小山 真奈美 会友番号 300

### 後記

- ・三人のアマダブラムの投稿を興味深く読ませて頂いた。その中で、共通する記述が高度順応のことだ。6千メートルなら当然だろう。富士山だってあるし、いや、私の知人はスカイツリーで高山病・・・？単なる片頭痛・・・？あるんだよ・・・
- ・今年も元日に彦岳で初日の出を見たが、これまでにない、海面からの日の出を見ることが出来た。撮った写真を拡大して見たら、彦岳から見た元日の太陽は宿毛湾沖の、沖ノ島と鶴来島の間の海面から昇っていたのだ。皆一度地図を見て・・・
- ・今年は巳年だ。都々逸に「曲がりくねったへび道進み、みどこへ着くやら我が歩み」という唄があるという。なんとなく我が人生を思わせる。八十路を過ぎた今でも…。でも、歩み続けるのがまた面白くて楽しいのだ。いろんな山、いろんな道、いろんな出会い
- ・昔私は一人でヤブ道を分けながら、高村光太郎の「僕の前に道はない、僕の後ろに道はできる…」の詩を口ずさんでいたものだ。この頃それを山仲間とヤブを分けながら思い出す。(K・I)

※次回の原稿 締切は3月末日までです。

よろしくお願ひいたします。(M.N)

[zermatt1111nm@gmail.com](mailto:zermatt1111nm@gmail.com) まで

### 公益社団法人日本山岳会東九州支部 東九州支部報 第108号

2025年(令和7年)1月25日発行

発行者 安東桂三

編集者 中野稔 飯田勝之

発行所 事務局

〒879-1113 大分市中判田 15-55 阿南方

TEL・FAX 097-797-7120

E-mail [beca5844@oct-net.ne.jp](mailto:beca5844@oct-net.ne.jp)



# 山溪

西日本最大級の品揃え!  
since 1968  
登山・キャンプ専門店  
大分市生石1-3-1

GO ミ ナ サンサンサン  
**TEL 537-3333**  
**FAX 537-3388**

- 西大分「交番」前高崎団地入り口
- JR西大分駅より歩いて6分
- 10時～19時30分 ●火曜定休日

## 1968年創業の山溪が あなたのアウトドアライフをサポートします。

山道具の  
**110番**  
開設中!

靴が合っていないのか、登山に行く度足が痛くなる…。リュックサックが肩にくい込む。テントが雨漏りする。道具の使い方がわからない…等々、弊社ご購入品にかかわらずご相談に応じます。