



東九州支部報

第110号

公益社団法人日本山岳会東九州支部
2025年7月25日(金)発行



本宮山(607.5m)山頂にて

も く じ			
1. 支部活動		山岳古道集中山行 2025in 国東半島	12
3月月例山行 元越山(天空ロード)	2	2. 個人投稿	
4月月例山行 本宮山～霊山縦走	3	ペンリレー (第53回)	13
5月月例山行 くじゅう連山縦走	4	より安全な登山のために(No58)	14
6月月例山行 セツ石山(周回ルート)	6	古典「山岳」拾い読み No8	15
第1回シニアトレッキング 指山	6	こぎこぎ倶楽部山行 梓峠道	16
第1回 登山教室 座学	8	東北の方位標探索	17
第2回 登山教室 合頭山・獺師岳	9	私の無名山ガイドブック・No97	18
第3回 登山教室 座学 救急法	10	本部主催指導養成講習会に参加して	19
アップスキリング 岩登り研修①	10	東九州支部報 創刊号の紹介	22
アップスキリング 岩登り研修③	11	3. お知らせコーナー	23

3月月例山行

元越山(581.6m)天空ロード

井村 ゆり子(会友259)

2025年3月23日(日) 晴天

元越山は、地元佐伯市民の自慢であり、色利登山口の駐車場や登山道も整備されていて登りやすい山だ。また明治の文豪国木田独歩がこよなく愛した山でもあり、頂上からは360度の絶景が望まれる。なんと「眺望の良い全国選抜12」に選ばれている。このため、日頃頂上でのんびりすることの少ない私も、ついつい長居をしてしまう。

元越山は色利登山口からのピストンが一般的のようだが、他に浦代ルート・木立登山口ルート・浦代トンネルルートがあるようである。しかし私は利用したことがない。実はここ元越山にもヤマビルが出ると聞き、他の登山口に足が向かないのが本音である。今日の登山計画は、色利登山口から空の公園へ縦走後 瀬平山・空の地蔵尊まで足を延ばす計画となっている。本日も天気は晴天であり、素晴らしい景色が期待できそうである。

空の公園に8時に集合し、車で色利登山口に移動後総勢21人で8時30分出発。まず、登山口にある大木の日陰に居るお地蔵さんに手を合わせ登り始める。3年ほど前にはこの登山口はロープが設置されていたが、いつの間にか白い手すりが設置されていた。果たして手すりは必要なのかと思うが、沢山の市民に登ってもらいたい気持ちの表われだろう。参加者には後期高齢者(と本人申告)の方も参加されており、頂上までは第1展望台・おたねの泣き石・第2～4展望台や狼煙台跡毎にリアス式海岸の景色を確認しながらゆっくりペースで登る。10時30分 2時間で頂上に到



元越山 山頂にて

着。ここで早い昼食休憩を45分とたっぷりとり景色を堪能する。やはり絶景が待っていた。飯

田さんから天測点や子午線標の説明を伺う。記念写真後、予定のあるお二人が下山し、19名で残り7.5kmの縦走へ出発。縦走路への入り口は急傾斜で吸い込まれるようにおいる。縦走路はピーク以外は眺めはないが、木立が多く天気の良い日には助かる。地図を確認すると、縦走路上の3つのピークは全て三角点の表示がある。やはり昔からピークでは見通しが良かったのであろう。縦走路には、途中空の公園までの距離のカウントダウンの標識があり疲れてきた後半は殊更嬉しい。12時15分 色利山(552.4m)到着。13時08分 仁田尾三角点(451.9m)到着。14時05分 石鎚山(486.3m)到着。14時50分 空の公園



空の地蔵尊

登山口到着。空の公園で(この天空ロードはさほどアップダウンはなく、元越山さえ登れば後は勢いで歩くことができるので、元越山ピストンよりやはり縦走がお勧めだ!)とすっかり本日の山行を終えたつもりでくつろいでいると、リーダーが「すぐなので空の地蔵尊に行きましょう!」と声をかけてきた。さすが忘れていなかった。リーダーのいう通りすぐではあったが、縦走後の足には少し堪えた人もいたようだ。空の地蔵尊は一段と海に近いので、小さく見える灯台や海を行く船も見え見飽きることがなかった。写真撮影後、車で色利登山口まで移動して解散となった。

駐車場で改めて歩いた山々を眺めると、朝は咲いていなかった山桜が白く存在を示していた。今年は3月に寒波が何度も来て春が遅い気がしていたが、今日一日で佐伯にも一気に春が来たようだ。春の良き日に皆さんと天空ロードを歩いて良かったなとしみじみ思った。

皆様お疲れさまでした 🌸🌸🌸

参加者・・・佐藤(裕)CL、飯田(勝)、中野(稔)、下川、今川(美)、深草、佐藤(彰)、平原(健)、河村、飯田(修)、古谷(耕)、平原(瑞)、榎園、井村、中島、

井口、矢野(貢)、三重野、土谷(美)、矢野(哲)、比良 計21名

4 月月例山行

本宮山(607.6m)霊山(610m)縦走

米 田 寛(会友 289)

2025 年 4 月 6 日 (日) 晴れ

山桜を満喫、そして少しのドタバタ

集合時間 7 時 30 分前の西寒多神社駐車場には、すでに大半の参加者が集まっていた。すぐに登山靴に履き替えて準備する。

リーダー佐藤(彰)さんのあいさつの後、人数把握のため各自番号を言って自己紹介。25 名を確認。東海支部の女性 1 名の参加もある。今日のコースは、西寒多神社から本宮山を経て霊山に登り、西寒多神社に帰ってくる行程で 8 時間 16 キロが予定されている。

神社に登山の安全を祈願して予定より 10 分早くスタート。今日は「新大分百山」で本宮山の頂を執筆した佐藤(裕)さんも同行していただき心強い。先頭の中野(稔)さんの後を歩き、途中 20 分前後に小休止を入れ高度を上げ、猫平展望台まで 1 時間 55 分。ここで少し長く休んで、最後のひと登り。10 時 5 分に山頂、ここまで 2 時間 15 分。集合写真を撮って下山開始。9 合目まで下ったところでリーダーから声がかかり、時間があるので奥宮にお参りすることになり全員でお参り。境内のミツバツツジの蕾がきれいだった。



本宮山は私にとってなじみの山である。前述の「新大分百山」が出版され、本宮山が新たに百山に数えられ、本を買って最初に登った山であるこ

と。また、わが家の二階の寝室からほぼ真南に見ることができ、毎朝遥拝している山でもある。特に、今年は孫が大学受験を控えていたこともあり、元旦に受験の成功を祈った山で、おかげさまで第 1 志望の大学に合格。今回直々にお礼参りで意味のある山行となった。

ところで先頭の中野さんと話しながら足を運んだのだが、彼の話題の豊富さに驚かされた。古事記の話から量子物理学、古代から現代、トランプ大統領まで話は及ぶ。後期高齢者の小生には少々難しい話であったが新鮮な気持ちで聞くことができ、楽しい山歩きになった。

この日は山桜が満開でいたるところで目を楽しませてくれた。特に本宮山から霊山に向かう途中、県民の森の斜面を少し遠くに見ることのできる山一面が満開の山桜に覆われており、写真休憩をして、みんなスマホと目に景色を収めた。県民の森管理事務所手前から右に霊山の方へ、散り始めた花びらを踏んでだらだらとした登りの舗装道路を歩き南登山口へ。ここで 30 分ほど休憩して昼食。霊山の山頂へ向かう。みなさんの足取りは軽く、25 分ほどで山頂に着く。



全員で写真を撮って飛来山に向けて下る。飛来山から霊山寺へと降りる。この道は久しぶりだったがかなり整備され歩きやすくなっていた。さらに登山道を歩いて日枝神社下の駐車場で一休み、再スタートしかけた時に風が吹いて花吹雪が舞い、みんなの肩に降り注ぎ歓声が上がった。後は西寒多神社の駐車場を目指すだけとなったところでドタバタが発生。

私は参加申し込みをしてコースを聞いた時、気になったのが蕨野から西寒多神社までどのコースを取るのかということであった。霊山寺までの道筋には下から 1 丁ごとに標識があり、蕨野の九丁の標識がある所でどのコースを取るか検討され

た。私ともう一人は田尻まで1キロ弱であり、道がしっかりしているので市道を下ることをリーダーに伝え、歩き始めたところで西寒多へ別のルートがあるということで大半の人はそちらへ向かった。

私たち二人は同年であったこともあり、仕事や子ども、孫の話などをしながら田尻小の前を通り、ふじが丘団地を抜けて集合場所へ。途中グーグルで位置関係を確認、地元の方のアドバイスも受けて西寒多神社駐車場へ。みんなが先に着いて待っているのではと心配しながら行くと、なんと私たちが最初でびっくり。その後10分ほどして数グループに分かれて到着。全員が集めたのは私たちが着いて30分も後だった。

数グループに分かれ、バラバラで集合場所に着いたことを考えると、みんなそれぞれルートを選んだと考えられる。事前にルート調査が行われていたのか疑問に思った次第である。

参加者・・・佐藤(彰)CL、興田、佐藤(秀)、中野(稔)、田所、下川、櫻井、佐藤(裕)、深草、平原(健)、笠井、中野(梨)、清田、松村、古谷(耕)、平原(瑞)、榎園、古谷(あ)、青木、佐藤(美)、中島、矢野(貢)、米田、濱田、林 計25名

5月月例山行

くじゅう連山縦走(17サミッツ)

佐藤 裕之(会員16315)

2025年5月18日(日) 晴れ

4時45分 長者原駐車場に集合し、5時20分、牧ノ戸を出発したときは、もう明るくなっていた。12人で出発。朝の冷気が爽やかだが、気のせいか、参加者の動きがぎこちなく見える。

8時20分 久住山頂 少し遅れだした。昨日の雨のせいか、大気が澄み、視界が驚くほどクリアで、英彦山や雲仙がすぐ近くに見える。久住に100回前後、登っていると思うが、こんなにきれいな景色は滅多にない。本当に素晴らしい。



9時
00分天
狗城、9
時20分
中岳と
進み続
ける
が、少
しづつ

遅組のペースが落ちる。10時40分白口着。ちょっと長めに休憩。

11時50分 鉾立峠着。ここで平原(瑞)さんと遭遇。一番水から登ってきたそうだ。鉾立では、所用のため、2人撤退。ここから立中を目指す。立中へのルートは、私と家内も参加しているNCサポの尽力で驚くほど楽ちんに歩きやすくなっている。

12時10分 立中頂上着。1時間ちょっとの遅れ。ここで、これ以上無理かな、と判断し2人撤退。8人で、鉢窪ルートに突入。久しぶりの鉢窪だが、以前に比べると歩きやすく迷いにくくなったようだ。鉢窪から激坂を上って全員へろへろになり、地味に長くきついたらだら坂道大船分水嶺を登り、岩場の隙間を攻略して、14時15分大船着。無邪気にはしゃく人たちを横目に、私は無心に握り飯をほおぼる。ここまであまり食べていない。

北大船を折り返し、坊ガツルに下るが、この道がえらく荒れている。以前は比較的歩きやすくサクサクと行動していた記憶があるが、土砂が流れて歩きにくい。大船に登るのも大変になった。坊ガツルで水を汲みひと時の休憩。ここで、3人撤退。残った5人は呆然と、いつにもまして高く見える三俣山を見上げる。それもそのはず、坊ガツルからの標高差が500m。疲れた体でたどり着くのか? 「登れるんかなあ。暗くならんかなあ。」と弱気な声が出るのも無理はない。「何とかなるわ。諏蛾守まではヘツ電なしで歩けるやろ。」と能天気な声も。ここまで来たらリスク覚悟で、行くしかない。気を取り直し、三俣南稜に踏み込む。ここも、ルート不明瞭だが、何とか入口を探し、登りだす。これまた、激坂で道らしいものもなく、下部は泥スキーが楽しめ、上部はボルダリングが楽しめる粋な設計になっている。この登りで、自分は次第に前の4人についていけ

なくなる。年のせいかと思ったが、燃料キレのようである(ということにしておく。)

三俣南峰は風が強いので、休憩も取らずに本峰へ。本峰でもあまり休まずに、サミットには直接関係のないIV峰(1784m)、西峰(1678m)にも登り、足元の見えるうちに何とか諏蛾守に下り、ここからはヘツ電を装着する。諏蛾守からの下りはペンキベタ塗りで迷うおそれもない。いよいよ真っ暗になり、鉢山道路から大曲へ突入。

下る途中で、待機してくれている車のライトが見え、そこを目がけて降りれば良いので、とても心強い。車のライトは冷たいが暖かい仲間の絆を感じる。

このコースは、30代から十数回歩いているはずだ。昔、大分山の会の年中行事になっていたものだ。1988年ころ、星子さんが鉢窪から延びる大船ガレ場コースをみて大船に直登できるのではないかと推察し、久住全山縦走一筆書き周回コースを考案した。(自分も若いころ、このガレ場を眺めて登れるのではないかと考えたこともあるが、ただ思うにとどまらず、実際に登ってしまうところが星子さんのすごいところである。星子さんには、他にもたくさんのことを教えていただいた。感謝、感謝。)この全山縦走コースはいわゆる17サミツに平治岳を追加するハードなコースだったが、毎年楽しみにして、12時間程度で歩いていた。これに飽き足らず、扇が鼻や黒岳を追加したこともあるが、あまりにきつくて、その時だけ。最初の頃は、ガレ場コースをたどっていたが、上部が崩壊したので、その後は分水嶺コースに変更した。長い間、山の会で行われた全山縦走も、会員の高齢化で時間がかかり、下山時真っ暗となり、リスクが大きくなったことから、残念ながら中断しているところである。

2013年から17サミツと称して、登る人が増えたのを知り、全山は無理でも、(平治岳をカットした)17サミツならやれるのではないかと月例山行に提案した。

ところで、へそ曲がりの自分は「17サミツ」という言い方を好まず、「久住連山縦走」と銘打っているが、「連山縦走」イコール「17サミツ」ではない。17サミツの定義は緩く要するに久住の9ピークを登れば良い。(三俣南峰が入っていないのに、北大船が入っているなどよ

く分からんところもある。)2日、3日に分けても良い。そこで、リスクを避けるため、三俣は諏蛾守から往復して南峰はカット、とか星生もピストンで登れば良いとする人もいるが、自分には疑問に思える。「連山縦走」は縦走することを貴ぶ。そこで、立中は外さない。星生も縦走。三俣は南稜から登る。三俣IV峰と西峰もなるべく登る。当然、17サミツより、難易度が上がっていると思う。このこだわりを「意味が分からん」、と感じる方もいるかと思うが、自分は一筆書きと縦走にこだわった星子さんの思いを引き継いでいる(つもりだ)。こだわりを捨てれば、もっと楽に歩けるかもしれないが・・・

とてつもなく長く、厳しいコースではあるが、夕闇迫る三俣本峰にたどり着いたときの達成感はい



何とも言えない。完歩した同行者から「憧れのサミツを達成してとても嬉しい。」など

との言葉をもらった。コンディションの良い1日だったこともあり、あらためて久住の良さを感じた。

今回、参加した人は全員完歩したかったと思う。その思いに応えなければならないのだが、途中、これ以上は無理と判断して撤退してもらった方もある。本人は非常に残念だったと思うが、この経験を次の山行に生かしていただきたいと思います。早朝から日没まで、全行程14時間40分、本当にお疲れ様でした。

参加者・・・佐藤(裕)CL、平原(健)、笠井、清田、河村、廣瀬、清水(久)、榎園、佐藤(美)、井口、濱田、上妻 計12名



6 月月例山行

七ツ石山(623.4m)鹿鳴越連

山ルート 平原 瑞 枝(会友 226)

2025 年 6 月 8 日（日）曇り時々雨

8時山田湧水駐車場に集合。ここから車に乗り合わせて移動後、法花寺登山口をスタート。山田湧水までの行程は経塚山～七ツ石山～板川山～古城山～百合野山～城山を踏破する鹿鳴越連山縦走です。登山口では、よく手入れされたアジサイなどの花々に集まったアサギマダラを目にすることが出来てラッキーなスタートでした。経塚山までは、急登が続き、岩場もあってリーダーや顧問の興田さんの注意点を聞きながら緊張感をもって進みます。鎖場を経て奥の院から帆足万里塾跡まではあまり足場はよくない登りが続き、昔の塾生は余程の覚悟と向学心を持って山奥に学びを求めたのであろうと頭が下がる。塾跡は、石垣が残っていただけだが、近くには立派な石碑が建てられ、大分県が誇る帆足万里という人物の偉大さがうかがえた。経塚山山頂に立つとパラパラと雨粒が降りかかりましたが、ぐるりと見渡す限りの山々が雲海に浮かんで見えて、なんときれいだったことか。興田さんがその山々の名前を教えて下さったことは有難かった。馴染みのある高崎山、由布岳はじめ鋸山、雲取山、御許山、はるか彼方には両子山までもがうっすら見えて、山々に吸いこまれるような気分を味わうことができた。はっきりしない天気が幸いしたのか稜線がはっきりきれいで、重なる山々の濃淡が何とも神秘的で感動した。経塚山から七ツ石山まで登山道の脇には、よく熟れた黄いちごが沢山！歩を進めながらも手が伸びる伸びる。また、足元には食べ頃の真っ赤な山いちごが！採っては口に頬張り、おいしいおいしいと言いながら歩く楽しさは格別です。“黄いちご街道”を抜けた先には“別府湾ビュー！”食べてよし眺めてよしの更に先には“あざみ街道”もあり、飽きることのない山歩きが続きます。七ツ石山での昼食後は「急がばまわルート」や「おやじギャグルート」など変わったルートの表示板にニヤリとしながら予定ルートをこなして、ついに城山にまで来た時には、程よい疲れと安堵感で

みんな満足気な顔です。ベンチに腰を下ろすと、まっていたとばかりに霧がはれ、眼下に日出の街や日出港が地図のように広がり、私たちをねぎらってくれるかのようです。その後は長い車道歩きが続きましたが、ゴールの山田湧水でいただいた冷たい水がおいしかったことは言うまでもありません。盛りだくさんの山行に満足した一日でした。

個人的には足がつって仲間に助けられたりアブに刺されたりもしましたが、全体として充実した気持ちのいい山行でした。

参加者・・・鹿島 CL、興田、中野(稔)、平原(健)、笠井、中野(梨)、佐藤(ま)、平原(瑞)、三重野、米田、大前、森迫 計 12 名



第1回 シニアトレッキング

指山 (1449m)

興 田 勝 幸(会員 8614)

2025 年 6 月 1 日（日）晴れ

第3回目のシニアトレッキングに続いて第4回目の指山登山に参加した。

長者原を出発点としての登山は最近の記憶にない。大半は少しでも楽をと久住山や中岳辺りは牧ノ戸峠。三俣山は大曲りと…。指山は登った事はあると思うがこれ又、明確な記憶にない。

登山を始めて 60 数年間の年月は記憶も薄らいでしまう。ちなみに私の登山の原点は久住山の登頂からです。これだけは正確に覚えております。まだ、九州横断道路の開通以前で長者原辺りに土が盛られていました。さて、当日のくじゅう山系はみやまきりしまを求めての登山者で6時過ぎに長者原に着いたがすでに駐車場はほぼ満車に近か

った。集合時間は9時。参加者を確認、遅れる事無く、予定時間に出発。指山の印象は三俣山の前衛峰として見るか、単独峰として見るかは人それぞれかもしれないが1744mの三俣山に比べ300m弱の標高差には多くの登山者を呼べない理由かもしれない。しかし、当日はみやまきりしまを目的にの登山者で交差するのに多目の時間を要したが、高齢者には適度な休憩となってそれも良しと解釈すれば安らぐ。雨ヶ池コースの分岐点からは短いながらも急登で一汗かく。山頂近くになるとみやまきりしまが目につくようになり、山頂はみやまきりしまが満開で迎えてくれた。規模的には他の山域には少々劣るとしても、指山としては最大の歓迎をしてもらったと思うと愛おしい。疲れも取れる。昼食、写真撮影等で過ごして



指山 山頂にて

下山へ。滑る箇所も何力所かあったが全員無事下山。雨ヶ池コースへ向けて自然観察路を歩いて、九州自然歩道に合流してタデ原経由で長者原着。シニアトレッキングとは言え、皆さん元気でゴール。リーダー始め、世話役の方々、ありがとうございました。経過は9時長者原ビジターセンター集合。9時15分出発。指山登山道分岐10時。指山山頂11時。写真撮影-昼食11時40分下山開始。指山登山道分岐12時35分。指山自然観察路周回。長者原ビジターセンター14時。反省-解散。

これからの筋立てはシニアの皆さんに向けての応援になるか、否か？。先月25日、九州百山の100番の山として北九州市の足立山(597.6m)に登頂。山と溪谷社発行【九州百山名山地図帳】掲載。60余年かかっていたの登頂です。好きじゃなあ、今さら100山かあはともかくとして…。数年前までは九州百山かの思いでしか無かったが地図帳を広げて過去に登った山を数えたら

59座登頂していました。77歳の春でした。若い頃は専ら岩だ、雪だ、海外だと慌ただしく動いた事もあり、九州内の山と言えば大分県と宮崎県の山で事足りる状況にあり、目をそらした訳でもありませんがおそろかになってしまったと、逃げた口上を述べます。残り41座の登頂目指しての楽しい日々が始まりました。41座のすべてが遠隔地で車中泊を含めて1泊2日で1～2座、3座もありました。大隅半島の稲尾岳など4座は1泊2日で。薩摩半島を含む周辺5座の内、開聞岳は以前登頂済みで同じく1泊2日で…。宮崎、熊本県境の背梁山は1泊2日で1座の場合や土曜日夕刻杵築を出て、麓で車中泊。12時間掛けての八代市の最奥の久連子神社から積岩山～山犬切～上福根山～久連子神社が時間的、距離的には一番長くかかった。終盤は対馬洲藻白岳、五島列島七ツ岳、屋久島黒味岳、愛子岳、太忠岳、モッチョム岳の6座に向いました。九州最高峰の宮之浦岳と永田岳は27歳の冬季に登頂。41座の9割近くはすべて単独でしたが3島は仲間の手助けを受けました。2021年5月2日、山都町の天主山の下山時、東九州支部の方々と面談出来た事は幸いでした。

九州百山登頂。むつかしい山とは思いますが山が深い所も多いので注意しての登山は絶対です。人それぞれですが私は十分に達成感を味わう事が出来ました。登山に目標を持つか否か？。私は持った方が良いと断言したい。(登れる時に登れる山に)その時でないと出来ない事がたくさんあります。人間、歳を取りますから。今を頑張りましょう。今を…。【山に感謝：仲間に感謝】



参加者・・・下川CL、興田、神田、河野、平原(健)、笠井、河村、平原(瑞)、榎園、古谷(あ)、青木、中島、興梠、井口、矢野(貢)、三重野、佐藤(千)、土谷(美)、宮川、小山、矢野(哲)、森迫22名

第1回 登山教室 座学

登山の基本・基礎を学ぶ

佐藤 裕之(会員 16315)

2025年5月15日(木) 午後18時00分から
場所…ホルトホール 405号会議室

第12期登山教室座学「登山の基礎」が開催された。出席者は、受講生19人、会員会友4人、役員9人の計32人である。

まず、支部長挨拶 最近の傾山・杉ヶ越コースや穂高の遭難例をあげ、どうすれば、遭難しなくすんだのか、安全に登るためにはどうすれば良いか、などの講話と日本山岳会5本柱（日本で最初にできた山岳会、オールラウンドな山登り、公益活動など）の説明があった。



講義は2本立てで、まず、笠井世講師から「登山の特性」、「登山用品・装備」、「食事」の説明があった。

概略は下記のとおり

「他のスポーツと比べての登山の特異性」～
「登山は動きが遅く、長時間行動する」、の観点から、どのような対策をすれば良いか、「ウォーキングをしても登山の筋肉は養えない」、「週1回標高差500mくらいの山行を行い、月当たり標高差2000mくらいのトレーニングをすれば筋力が維持できる」など

装備

一般の用具と登山の用具の違い～「限界下で、その性能を発揮できることができるか?」、「必要な装備は、高くても専門店で購入」

低体温症や熱中症を防ぐためのウェア～「専用の下着やレイヤリングで防止する」

登山靴の履き方、選び方

ザックの選び方など

食料

「何をいつ食べるか?」、「それはなぜか?」、
「行動食は何を準備すると効果的か?」

炭水化物とタンパク質の違い～登山の前には炭水化物を取ると効果的など

次いで、中野稔講師から「遭難対策」、「山行計画書」、「歩行技術」の話があった・

遭難対策

遭難の概況、原因

遭難防止対策など

山行計画

「なぜ作るか?」、「何をどのように書いて作成するか」、「提出先はどこか?」

歩行技術

疲れず、転ばず、安定して歩くにはどうすれば良いか?

「山の歩き方と平地の歩き方との違い」「山の上下りは、それに適した歩き方が必要」、「登りと下りでは、歩き方が異なる。」など

上記の説明に対して、ウェアリングやストックの使い方などについて質問があるなど、熱心に質疑応答があった。

最後に、次回獅子岳山行の説明、地図購入のあっせん、大分百山の販売（ホルトホールは販売禁止なので、次回山行で配布）、コンパス購入について説明があった。

所感

テキストが丁寧に作られており、初心者にとっても、経験者にとっても非常に有意義な内容である。入会年数の浅い方を中心に、来年以降、多くの参加者を期待する。

本講座をきっかけに、多くの受講生が入会してくれることを望みたい。



参加者・・・安東、佐藤(裕)、中野(稔)、笠井、佐藤(秀)、佐藤(彰)、平原(健)、中野(梨)、廣瀬、他4名、受講生19名

第2回 登山教室 実地

狛師岳(1423m) 合頭山(1384m)

中野 稔(会員 13997)

2025年5月25日（日）雨時々曇り

歩行技術等登山の基礎を学ぶ 花の山を楽しむ

週刊天気予報では昼から晴れる予報なので期待しながら、集合の九重森林公園スキー場へむけて出発。大分市内は薄曇りでだんだん現地にちかづくにつれ、パラパラ小雨がフロントガラスにおちてきて、くじゅうに入るとガスで周りの景色は白く、高い山は見えなくなっていた。到着するとカッパを着て、スキー場のセンターハウスに向かう、ちょうど従業員の方が出勤して建物の中に入ることができた。建物の中は広々として一段上があれば300席ぐらいの食堂がある。ここでミーティングをすることとし、9時前には27名集合し、佐藤CLから挨拶があり三班に班編成した。登山の目的や諸注意等を参加者全員に伝える。各班ごとに雨具（カッパ、ザックカバー）登山靴の結び方など装備を確認。初めてカッパをきる方、スパッツを反対につけてる方、ザックの背負い方などあらためて見直しをすることになった。便利な登山道具も使い方がともなってこそ安全な登山



が出来る。
装備後、目的地の確認するため地図とコンパスを準備して、コン

パスのダイヤルを回し真北に合わせ、地図の上に置いて磁北線に合わせる。今日は雨で建物の中なので、東西南北の確認と現在地の確認をしコンパスになれる練習をした。初めてのコンパスと地図をみた方がいて興味深々で熱心に使い方を聞いて実践をしていた。その後、準備体操をして9時半過ぎに出発。小雨で少し肌寒く、登りはじめは緩やかな草原（グレンデ）を歩きだし、小股で少しずつ斜面を登る。体が温まりだし、途中、衣類調整の小休憩をとる。斜面にミヤマキリシマが五分咲きで咲いていて視界が真っ白だが、心が和

んだ。10時半ごろ分岐に到着し合頭山へ方向へ進む。合頭山の登り路面は濡れていて黒土がぬかるみ登山靴が真っ黒になった。11時頃、合頭山 山頂に到着した。霧で眺望もなく集合写真を撮り、体が冷えないうちに分岐まで引き返し狛師岳にむかった。

雨脚が強くなることもあり登山道もますますぬかるんで滑りやすいので一步一步確実に登った。

12時頃、狛師岳山頂に到着したが霧で真っ白なので、ここでも早々に集合写真を取り、50mくらい下ったところにあるミヤマキリシマ群生地に行く。七分咲きで株の中には満開に近いものもあった。ここで昼食を予定していたが、気温も10℃前後、体感温度も寒く、お弁当を食べる事を難しいと判断し、少し小腹を満たす程度にパン、チョコなどを食べて、センターハウスでの昼食に変更した。下山道も選択の中には他の道もあったが、午後からも雨脚が変わらないので、同じ道を下山することにした。約1時間歩きセンターハウスに到着後、泥の登山靴と身支度を整え昼食とする。自販機に暖かい飲み物がなく雨の日はお湯をもってくることが必要だと感じた。

昼食後、各リーダー、受講生より感想をお一人ずつ発表した。初めての登山で雨の体験をした方や、装備の勉強になったとの意見が多く、大変、有意義な登山教室となった。

大分県には魅力的な山がたくさんあるので、これからの山ライフに生かしてほしいと思います。



参加者・・・支部…佐藤(裕)総括、中野(稔)CL、下川CL、平原(健)CL、神田、中野(梨)、廣瀬、平原(瑞)、青木、佐藤(美)、三重野、大前、小山
受講生 14名

第3回 登山教室 座学

登山における救急法講座

佐藤 裕之(会員 16315)

2025年6月18日(水)午後18時00分から

第12期登山教室座学「登山における救急法講座」が開催された。

まず、支部長挨拶 穂高や大雪の遭難に触れ、正しい知識で山に登り、遭難を防ごう、本講座も、安全な山登りに役立てて欲しい、などの話があった。講師は、天心堂へつぎ病院の看護師で、山岳ファーストエイドプロバイダーの宮本陽子氏が務めた。



概略は下記のとおり

- ・山岳ファーストエイドとは
街と山の違い～病院から離れた厳しい環境下で、限られた人員と道具で対応しなければならないなど
- ・雷の回避法
- ・テーピングテープの使い方
- ・外傷
- ・救急要請の仕方
- ・毎週登山 月標高差2000m登山の効用～体力を維持できるなど
- ・アナフィラキシー ダニ 虫よけスプレー何が良いか
- ・ファーストエイドキットの中身
- ・登山計画書
- ・低体温症
- ・熱中症
- ・山小屋で、ビニール袋がカシャカシャ喧しいときは、洗濯ネットを使うと良い
- ・エネルギー(特に炭水化物)が欠乏して起こる問題と水が欠乏して起こる問題

- ・山は早出して15時には下山 寝不足は天敵
- ・救急要請の仕方や雷の回避などは、実技でわかりやすく解説。などなどである。

内容が広範で、項目名しかお伝えできない。

参加者は熱心に聴講しており、多くの質問が出されるなど、熱気あふれる講座であった。テキストは、分かりやすく具体的に作られており、初心者のみならず、経験者にも参考になる内容である。

本人の了承が得られれば、来年も呼びたいと考えているので、多くの受講を望みたい。



参加者・・・役員8名・他8名、受講生18人

①アップスキリング登山

正しい岩登りを知る

佐藤 美和子(会友 255)

2025年4月20日(日) 天気：雨

「正しい岩登りを知る」として由布岳の観音岩でクライミング研修を行う予定だったが雨が降りそうなので日出町の城山の岩場に変更し研修することになった。

当日朝、黒岩公園に集合したが、雨は止まず、岩に登るのは危険と判断し、研修内容を変更し公園の片隅にある遊具を利用して研修を行った。

課題1

リーダーは集団で山行を行う際、危険な場所で、体力や技術が低い方とロープを結び、行動する場合がある。その時、相手が滑落した場合、果たしてそれを止めることができるか？

それを体感するためターザンロープ(斜め横に張ったロープを使い滑って遊ぶ遊具)で横に滑る人を一人で止めてみる実習を行った。



止める人はハーネスを装着。相手（滑落者）とロープとスリングで繋ぐ。クライミングで落ちるときに比べ、ターザンロープの場合は横に滑るだけなので簡単に止められると思ったが、実際にしてみると想像以上のすごい重力と衝撃がかり、とても止められない。相当の訓練を積まないと、人の体重は支えきれないと実感することができた。むしろ、トップロープの時の方が、荷重が垂直方向にかかり、自分の体重で何とか止められるようにも思えた。

課題2

課題1で止めた後、宙ぶらりんになったら、レスキューに入らなくては行けない。どうして助けるか？

ターザンロープの上部の金具にロープを垂らし、スリングで足場（即製縄梯子）を作りそれを活用し救出のため登っていく練習をした。垂直のロープを登る方法など、想像もつかないし、教えてもらっても、上がったたり下がったりでちっとも上に上がって行かないが、繰り返してしているうちに少しずつ上がって行くようになった。

宙ぶらりんの体制でたとえ2メートル位であってもとても難しいということがわかった。これでは、とても間に合わないが、マスターするには相当の練習が必要ようだ。



最後に、ロープワークも1年ぶりで、基礎のエイトノットやセルフビレイも忘れており全くできなかった。もし自分のせいで

滑落したら、ロープで結ばれていても助かることはできない、仲間を巻き添えにするだけだと感じ

た。日頃の練習の必要性を感じるとともに、登山中では滑落しないよう、緊張感を持ち、気をつけて登らなければと改めて思った。

訓練に没頭していると、野球の休憩時間になった子供たちが遠巻きにして遊びたそうだったので、譲って訓練を終了した（笑）。

参加者・・・安東CL、田所、佐藤（裕）、笠井、上野、廣瀬、佐藤（美）

③アップスキリング登山

正しい岩登りを知る

橋本 桂（準会A488）

2025年6月14日（土）天気：雨

比叡山の予定が雨でロープワークに変更になった。本来ならば、比叡山の予定。

日頃の練習の成果を試すんだ。そう思って楽しみにしていた。隙間時間を見つけては大洲クライミング場に通って体力をつけた。第一スラブルートに行こうと田所さんと話しをしていた。今年の3月には3KNリードで登って自分なりに少しずつ自信をつけていた。第一スラブは3KNがⅢ～Ⅳグレード、第一スラブはほとんどが、Ⅳグレードのルートとなる。

しかしながら…梅雨による天候不順で予定は中止。比叡山の第一スラブルートもおあずけとなる。天気相手では仕方なし。

当日は田浦Tウェイブ（アーチ様の屋根）で



ロープワークに変更となる。研修では登り返し、荷重の外し

方、あぶみの使い方、ロープ同士を結んだ場合結び目を越え方…。登り返し、安東支部長が簡単にお手本を見せる。いざ私の番になると、ああでもない…こおでもない…なかなか上手くいかなかった。道のりは遠い。しかし、どの内容もアルパイ

ソクライミングを行う上で必要になる内容。繰り返し練習が必要。

3KNをリードした。それは自立できたリードではないと思った。ロープワークを深めれば、自分がいかに技術を持たずにリードしていたかを思い知る。技術を持たずにリードすることの恐ろしさ。リスクを想像してフォロワーに安心して登っていただくにはまだまだ…時間がかかりそうだ。学んだことの応用ができるまでこれからも地道に練習をしたい。

参加者・・・安東CL、田所、上野、廣瀬、橋本

山岳古道集中山行 2025

i n 国東半島

山岡研一(会員 15674)

2025年4月24日（木）から27日（日）

ここ大分県で、日本山岳会創立120周年を記念した「山岳古道調査プロジェクト」の集中山行が開催された。舞台は「国東半島祈りの道」として当支部が調査を進めてきた山岳古道である。

国東半島は県の北東部に位置する別府湾と周防灘の間に突き出た円い形の半島だ。ここは、古くから仏教文化が栄えた土地——。六郷満山と呼ばれる独自の山岳宗教文化が息づき、天台系修験、宇佐八幡信仰、そして古来の神仏習合の姿がいまも色濃く残っている場所である。

地形に目を転じると、国東半島のほぼ中央に聳える両子山を核として、開いた傘の形のように尾根と谷が放射状に海岸線まで広がっている。

山では、同じく両子山を中心に文珠山や伊美山、千燈岳、黒木山、小門山、牛岳などが並び立ち、さらにその外周を屋山、尻付山、ハジカミ山、鷲巣岳、大嶽山などの峰々が囲む。山麓深くまで人々の生活が入り込んだ今ではイメージしにくい、これらはすべて古い時代の火山で、この地に特徴的な夷耶馬や天念寺耶馬、岩戸耶馬などの岩峰群はそれら火山性の岩石が侵食されてできたものだ。また、世界農業遺産に認定されているこの地域には、豊かな自然だけではなく、何世紀にもわたる伝統的な農業が形づくった景観や文化、年間を通じて降雨量の少ない自然環境を受け

入れて適応してきた先人の知恵を見ることができる。

思い返せば今から十二年ほど前、縁あって、私はこの国東半島に国東半島峯道ロングトレイルを立ち上げる手伝いをさせていただいた。そこからの縁で、現在は日本ロングトレイル協会の理事という職をいただいている。今からちょうど一年前の昨年六月、協会の本部がある安藤百福記念アウトドアアクティビティセンターにて行われた理事会で、同職にある日本山岳会副会長の永田氏とお話する機会をいただいた。

その席で「熊野古道で行われた集中山行の次は、ぜひ国東半島で」とお話をいただいたのが、今度の山行のきっかけだった。その話が、わずか数カ月後には永田氏から一報とともに現実となったときは、大変驚くとともに嬉しさと責任感が入り混じった思いを抱いたことをよく覚えている。それから、東九州支部のみなさんや国東市観光協会、国東半島トレイルクラブの方々の協力をいただき、慣れない準備をひとつずつ進めた。

山行当日、私はどうしても外せない仕事の都合で、4月25日（金）の夕方から合流となった。正直、イベントが無事に進むか不安だったのだが、ホテルに到着すると、すでに参加者の皆さんの間には穏やかな一体感が生まれていて、その空気感には本当に安心した。

翌26日（土）は快晴に恵まれた。朝8時、貸切バスにて「ホテルベイグランド国東」を出発し、まず向かったのは無動寺。苔むした石段を登ると、山門の先にはひっそりと佇む本堂があるのだが、その日は参加した大勢の山屋の熱気に包まれていた。無動寺からは天念寺耶馬を越えて天念寺に向かうのだが、途中の山道は道中で一番楽しかった。昨年の秋に肩を骨折し、いまだにボルトが入っている中で、久しく山から遠ざかっていたのだが、ロングトレイル設計に当時何度も訪れた山道は記憶と寸分たがわずそこにあった。



尾根を越えた後、左肩が利かない中、どうやって鎖場を下ろうかと思案していたが、実際に岩壁を下り始めると特に問題もなく下ることができた。昼食場所となった長安寺では山桜の新緑と色とりどりのシャクナゲが静かに迎えてくれた。そして午後、いよいよ両子山の登頂へ。長安寺から



バスで移動した両子寺の駐車場から山頂を目指す舗装登山道は、昨年の台風で見ても無残な様相をしていたが、歩いて登る分にはそこまで大きな障害にはならずすんだ。登路に使ったお山めぐりコースは思ったよりも遥かに快適で、舗装路に見られた台風の爪痕もほとんど目立つことなく安心した。山頂へは午後3時30ほど前に到着、ほとんどの参加者が無事に720.2メートルの山頂へと到達したのではないだろうか。山頂では記念撮影を行い、遠く豊後水道と山々の稜線を望むことができた。

下山後は両子寺を拝観、副住職の寺田様に安全祈願をしていただき、再びホテルへ。夜は国東市の松井市長を招いて懇親会が開かれ、普段なかなか



か交流できない各支部の方々と笑顔の絶えないひとときを過ごした。県外、特に九州以外の方々と地元の山に同行することは、私にとって深い学びと再発見の機会となる。今回も、それに違わず、良い勉強をさせていただいた。これからもこの地



に根づく祈りの文化と山岳の力を多くの方に伝えていければと心から願っている。
参加者 83 名

個人投稿

ペンルー・第 53 回 ～後悔と失敗～

境 卓也（会員 16577）

長い人生では後悔と失敗は数多くありますが、趣味としている山行のなかで行った後悔と失敗を、恥を忍んで記します。

まず大きな後悔です。30 才半ばころ、酒に酔って

若い衆と相撲を取って右膝を痛めたことがありました。48 才でジョギングを始めフルマラソンを 10 回程走りましたが、膝の痛みがひどく診察を受けました。結果は前十字靱帯が切れていて半月板が損傷していました。半月板の手入れの手術を受けました。ドクターから筋トレを勧められました。この時から自己流で筋トレをはじめました



フルマラソンはやめました、ジョギングと同時に始めた山登りはずうっと続け現在にいたっています。地元の山、中央の山、海外の山と右膝の痛みを考えに入れて好きなだけのぼることが出来ましたが、現在に至ってひざの痛みがひどくなり少々弱っています。

晩年になって反省しているのは、筋トレを専門の人に指導してもらうべきだったということと、なにか運動を始める地は運動に見合った筋トレで体を作ってから始めるべきだったということでした。

幸い、最近立派な指導者に出会って大腿四頭筋の筋トレを開始しました。そのことでかなり膝の状態もよくなっています。これからも痛い脚を引きずって軽い山行をたのしみたいと思っています。

それから失敗談です。現在は冒険は好まないのですが、この失敗がその後の山行に大きく影響しているものと思われます。52才、山行を始めて4年目の秋、九折鉾山-傾山-祖母山と単独で縦走して大障子岩の下部に達しました。雨にたたられていたことも影響したのでしょうか。本来ならば登りに行かなければいけないところを、右わきの道に目が留まりました半信半疑で20m位進んで間違いに気がつき引き返しました。しかし、この道はどこに行くのかなと思いこのまま進んでみようとおもいました。これが判断ミスで一つ目の反省点でした。しばらく進んだら立派な滝に出会いました。疲れもあったので滝を見ながら休憩し、これから先を考えた。前は崖でした。ひきかえそうかなと思いましたが、この下には県道7号線が走っているのがわかっていたので、木など伝いながら崖を下りました。

悪戦苦闘しながら進んでいったら杉の植林地帯に入りました。助かったと実感しました。そこから林道までは楽でした。林道で通りかかった車に上畑まで乗せてもらって九死に一生を得たと感じました。地形を十分確認せずに崖を下ったことを反省しました。

大きな反省点が多々あり、貴重な経験となり、以降の山行におおきく影響しました。

※ペンリレー・今回は 尾 家 暁 夫 さん（16599）へお願いしました。お楽しみに。

より安全な登山のために No.58

『東九州支部報 第78号』2025年

7月号 安 東 桂 三(会員 9193)

2017年7月25日に発行された支部報78号に、星子貞夫さん（会員番号 8582）の投稿文があった。星子さんは、昭和6年5月21日生まれ、この文を書いたのは、86歳の時であった。そして星子さんは、本年3月末をもって、日本山岳会を退会し、東九州支部も退会された。現在の歳は、94歳。

この投稿文は、随想であるが、この文書は、我々支部会員に対しての強烈なメッセージであった。『青年よ目標を持ち給え』の星子さんの投稿には、彼の経験を語り、それに共感する所があれば幸いに思うと記していた。

その内容は、1988年末の忘年会で、アルプス山脈の最高峰モンブラン4807mに登ると決定し、2年間のトレーニングを開始した。九重連山の「一筆書コース一日歩き」を3回行い、体力の確認と鍛錬の確認。星生山にて、ロッククライミング、アイゼン歩行、アンザイレン歩行、クレパス転落時のセルフレスキュー。阿蘇山北尾根

鷲ヶ峰）の3度の縦走により、技術の習熟と精神の鍛錬を行った。12分走を行い最大酸素摂取量の確認もした。冬期の伯耆大山の幕営縦走、久住山での雪中ツエルトビバーク、最終に冬富士山にてトレーニングし、富士山の登頂も行った。それが、1990年のモンブラン縦走の成果につながった。星子さんは「山岳会に入会して5年の山経験の者達が死に物狂いでよく頑張ったと思う」と記し、最後に「古人曰く『為せば成る 為さねば 成らぬ 何事も 成らぬは 人の 為さぬなりけり』」とまとめた。

星子さんの『目標を持つ』ことは、私も同感である。『目標』があることが、自分自身の山登りが上達し、安全度が増すと思う。私も若い時より、いくつかの目標があり、その目標は、実現出来たものもあれば、実現出来ないものもあった。また、目標は、年齢と共に変わってきた。若い時の目標は、いつかはネパールへであった。漠然とネパールに行くことを考えていたが、26歳の時の大分県山岳連盟のチベットヒマラヤ遠征に参加したことにより、いつかはエベレストに、替わった。それが実現出来なかったもので、いつかは8000m峰に、いつかは7000m峰になった。また、冬山が好きなので、多くの北アルプスや、南アルプスの冬山に登っていた。それで、日本の3000m峰は、全て冬に登ると決め、努力したが、その実現が難しいと解かり、冬に登るを残雪期に登るとハードルを下げ、ほぼ実現出来た。

また漠然と冬山に登るとの目標の他に、期限とルートを決めての目標もあった。それは、南アルプスの冬期単独縦走だった。冬に一人で、ラッセルし、南アルプスの主稜線を縦走すること、二十代後半より、毎夏に下見を行った。今年は北岳の下見とか、今回は塩見周辺とか、悪沢三山とか、赤石縦走とか、数年に分けて夏山にて下見を行った、それが終了したのは34歳のときだった。さて、冬の縦走をいつするかとなり、やはり一歳でも若い時が良いと35歳の冬に試みた。結果は、芦安村から夜叉神を越え、野呂川へ下り、北岳、間ノ岳、熊の平、塩見岳、三伏峠から小河内川へ下り、大鹿村へと下山した。残念ながら、赤石岳を越えられなかったもので、別の機会を作り、二度目にて冬の赤石岳に登頂出来た。

冬山は好きだが、現在の目標は、5年前(64歳)に決めた「日本のクラシックを登る」となっている。日本のクラシックとは、かつての名登山家が登ったクラシックルートを登るということ。谷川岳ーノ倉沢のクライミングルートだとか、剱岳の源次郎尾根とか、剱岳ハッ峰6峰のCフェースとか、奥穂高岳南稜とか、前穂高岳北尾根とかが、登れて良かった。目標を決めて5年が経ったが、まだまだ、日本のクラシックルートは数多く、いくつか登れるかが、年齢との闘いとなっている。

支部会員の皆様にも、目標を持つことを薦める。人生は短く、登りたい山は数多い。積極的に

登らないと、登りたい山に登らないまま、人生が終わってしまう。

JAC 古典「山岳」拾い読み No.8

豊後双子火山及び内海の風景

飯田 勝之(会員 10912)

「山岳」第九年(大正三年)第二号に掲載されている 豊後双子火山及び内海の風景(理学士 石田義雄)の記事を紹介しよう。



「国東半島を構成している岩石の大體を申しますと、其基底熔岩は耶馬溪を造ってゐるのと同じの安山岩の集塊岩から出来てゐて、九州の東北部に非常の面積を占めてゐるのである。頼山陽が『耶馬溪山天下無』と吟じせし奇勝、全く此等集塊岩の風抵抗力の局部的差異に基づくもので・・・」という記述から始まる。

つまりこの稿の筆者(石田博士)は地質学者であるため、約8,000字にのぼるこの記事の大半が国東半島とその真ん中にある両子山に関する岩石と火山に関する記述なのである。

「双子火山と、学術上名付くべきこの山體は、比較的小域を占むるもので、殆ど半島の中央に北方に開口せる馬蹄形の火口をなしてゐるのである、この馬蹄形火口の東南隅の、即、火口丘の上に、該火山中の最高峰たる双子山が最後に噴出し、圓錐形の塊状火山を構成したのである。だから、火山學の方から云へば現火口として残存せる部分は其爆發發當時噴出せる灰及び熔岩の交層により造られたものであつて、長年月の雨水風力の破壊作用によって數多の峯に分かれたのである。即ち複式火山である・・・」と、国東半島と両子山に関する火山や地質のこと、半島中央の馬蹄形火口の中にある赤根温泉のことから、由布岳、鶴見岳そして島原半島に続く火山帯のこと、阿蘇山や霧島山に連なる火山帯のことなど、長々と火山のことや地質学のことを記述しているがここでは省略しよう。

そんな中、筆者がこの山に登った紀行部分があるので記しておきたい。「扱て双子山の頂の一角に立って、内海の風景を瞥見した美的情緒の一説を述べれば、丁度昨夏八月の上旬であったろうと思ふ、早朝人夫と共にカメラとハンマを持って、軽装三尺のコンパスで何の二三千尺のチョコ火山位と云って、飛躍前馳したのであった、餘り道中

が長いと、彌次喜多八式と成るかも知れんので、面倒臭いから、先づザット七八合目邊までは、丈餘の雑草と小松原の密林があつて、頂上近には、三四尺の茅と、野薊の痛い奴が密生して居たとかうする、中腹の双子神社から、一時間で絶頂の人と成った、時間は未だ日の出後間がないので、一面薄絹を被ぶせた様に、朝霧が雑草に輝いて、ホロホロと足に綻ぶる邊り、其の冷っこい感味は中々乙なものであった。

夏季山岳登山に経験のある方々が、よく御存じの如く、山に山を越して『彼の山越へて谷越へて』と漸く目的の山頂の一角に取継った時に、遠く海が何かゞ見えようものなら、親の敵にでも廻り合った様に嬉しさが込上って来るであらう、丁度其と同じで、溽暑人に迫り、頬熱灼くが如しと云った夏季調査に於て、汗みどろと成って、山頂に一服すると成った折に、特に日本の地中海でもある内海の風光の一端を俯下し得た時には、斯う云わざるを得なかった『嗚呼よっく來たものだ』と思った、一面鏡を張り詰めたと云ふ、矢張り形容詞よりも外に、適當の修辭語も見出す事が出来なかった、周防灘の灘なる字句、巨人の匏を持って、綺麗に削去られて半島の左右から、迫り來って、何時の間にか、お互いに消合つてゐる様にも見える、遙か水天彷彿の際どい所に、始めは模糊たる霞の如く、蜃気楼の如くに、中国の山脈が一直線に暈し出されてゐる、そして少し右手、伊美岬の鼻近く可愛いゝ姫島がチョコネンと水鳥の様に浮いて見える・・・何となく見様では、白い細鱗が岸邊を洗つてゐる様にも見えて、丸で盆景を見出した様でもあった、右手の遠く入込んだ銀鏡の末を辿れば、多島海の島々が、人形淨瑠璃の背景の様に、一刷は一刷を被ふて重なり合つてゐる、大きな一波路を距てゝ右手には、四国の佐多岬から廣がつて、奥の山々が丁度巨鯨の様に横はつて居るのも見ゆる、・・・双子山は標高僅かに二千四百尺位に過ぎないが『山高きが故に尊からず、眺

めの可なるを以て尊と爲す』と、山岳崇拜者の語を借りれば、又以て尊しと爲すと云たい・・・」と景色のことからさらに、姫島に関して、矢筈岳など火山のことや黒曜石など岩石のこと「拍子水なる鉱泉の噴出して・・・多少の甘味と多量の鐵文と、炭酸とを含有してゐるから、砂糖を入れて飲むとサイザー其ままで、夏季飲料としては甚だ立派なものである・・・」などと記している。

こぎこぎ倶楽部

昔の峠道を探索しよう「梓峠道」

土谷美穂(会友286)

2025年6月15日(日)曇り

今回のこぎこぎ倶楽部は、「昔の峠道を探索しよう」シリーズ…9人で「赤松峠道の探索」です。私は、古谷さんに便乗させて頂き、「重岡駅」に7時集合でしたが、少し早く到着しました。おかげで、ソニックの「列車交換」が見れました。

「列車交換」とは、線路が1本(単線)しかないところは、2線以上の線路を設けて、列車の離合(行き違い)を行う事です。他の方達は、その間に、赤松林道に、車を2台デポし、7時半ごろ合流…そのあと、宗太郎峠に2台の車で出発地点に移動。7時39分にいよいよスタート。



ずっと、雨予報で、きっと雨と思いきや、まさかの青空…いやあ、みんなの日頃の行いの賜物としかいいようがない。赤松峠道は、豊後と日向を結ぶ旧道で、西南戦争の古戦場だったそうです。赤松川沿いを、川を見ながら、のんびり歩いてると、突然、「ヒル」出現!!!なるべく足をとめないようにしても、ヒルは容赦なく襲ってくるし、服の縫い目までも、ヒルに見えてきて、気が気じゃない。被害者続出。そおこおしながら、川の橋を渡り切った左岸を数回渡渉して、右か左かと迷い、二手に分かれ、道を

探してくれた。11時24分 無事、赤松峠に到着。大分県と宮崎県を結ぶ送電線ルートの標識「日向幹線101号」があり、まだまだ、この道は、人の出入りがあるようです。ヒルのいなさそうな場所で、おなかぺこぺこでランチタイム。安全と思いきや、ヒル攻撃は止まらず、ここでも被害者が…特に、飯田さんは、ヒルになぜか好かれて、もう貧血寸前。なんとか血糖値をあげて元気になった飯田さんが、ヒルにかけて西部劇の「真昼(マヒル)の決闘」の話をしていると、くみちゃんが「アヒルの決闘」って…「えっ アヒル。いやいや私の聞き間違い？」と思いつつ、2度目の「アヒルの決闘」～間違いなく言ってる。ラクテンチの「アヒルの競走」を思い出しながら、なんて可愛らしい言い間違いかと、みんなで大笑い。楽しかったあて泊した車まで、野いちごやタラの芽を鑑賞しながら帰りました。しかし、ヒルの攻撃は終わってなかった。重岡駅に着いてスパッツを外したり、Tシャツをめくると血だらけだったり、ヒルがおなかに噛みついて大騒ぎ。ヒルは、噛み付いた時に、血が固まらない液を出すらしいです…そんな技いらん。止まらない血を、りえおに消毒してもらったり、絆創膏貼ってもらったり、みんなの目には、りえおがナイチンゲールに見えてました。ヒルがくっついてる時は、清水母おからの塩を振りかけると、しぼんでポロンと落ちます。とにかく、今日のこぎこぎ倶楽部は、ぼんやりしてる暇もなく、最後までヒルとの熱い闘いを繰り広げた楽しい楽しい峠の山遊びでした。私も1箇所噛まれてた。おしまい。



参加者・・・飯田 CL、中野(稔)、今川、中野(梨)、清水(道)、清水(久)、古谷(耕)、榎園、井村、土谷(美) 10名

東北の方位標等探索

佐藤 裕之(会員 16315)

方位標とは、複数の定義があり、分かりにくいですが、ここでは、ざっくり、昭和26年から約3年間で、天測点と子午線標の役目を果たした標石の意味で用いている。その方位標を捜し歩いているちょっと変わった人の記録を見つけた。面白そうなので、自分も探しに行ってみることにした。他の山行も簡単に報告する。

・6月6日(金) 八幡平

なだらかでどこが頂上か分かりにくい、残雪豊富で楽しい。折からのドラゴンアイ見物の観光客で賑わうが、賑やかさもドラゴンアイまで。

・6月7日(土) 高堂山 和更比山

岩手県久慈市(あまちゃんの舞台のようだ。)近郊の高堂山の方位標を捜しに行く。10年前の探索記では、すぐ見つかったとあり、気楽に構えていたが、甘かった。藪が深くなり、分かりにくい何とか探索に成功。ふむふむ。これが方位標なんか?高堂山の方位標とセットになっている7km南の方位標も、難渋しながらも探し出す。

(10年前、南側の方位標を捜した人は現地の人の証言を基に掘り起こして探し出したらしい。すごい人だ。)



独特の存在感ある天測点・子午線標は近づけばすぐ分かるが、方位標は4等三角点くらいの大きさなので、綿密な事前調査無くしてはたどり着けないだろう。

次々に和更比山の子午線標を捜しに行く。

次に次に和更比山の子午線標を捜しに行く。



20年前探しに行った人がクマに襲われ、大けがをしたとのことで、無事、下山するまで緊張の連続だった。和更比山の天測点の方は比較的、スムーズに見つかった。やはり威厳があつていいなあ。

・6月8日（日） 五葉山

ちょうど、ツツジの時期で、登山者で賑わう。
ここの頂上もやけに広い。

・6月9日 早池峰山

名前は優しいが、どこかの誰かさんのように陰
しい山だ。お花が見事。

・6月10日（月） 姫神山

啄木さんも浜民小校歌で「名さえやさしき姫神
の」と詠ったが、姿も何とも優しい山である。3
時間ちょっとで往復できる。

ここのキャンプ場は良く整備され、しかも無
料。こんなところは他にあるまい。早池峰のダイ
マグラキャンプ場も2人で1泊1500円と破格
の安さだ。岩手って良い所。

方位標の情報は十分ではない。27か所設置さ
れたとか16か所とか資料によりまちまちで、所
在が正確に把握できていない。東日本中心で西に
は少ないようだ。西日本に設置が進む前に、天測
点・子午線標に切り替えられたのであろう。調べ
てみる価値はありそうだ。

私の無名山ガイドブック No.97

ウタニ (282.9m) ・ 押河内 (433.9m) ・ 犬ボ
ヨリ (271.8m)

飯田 勝之 (会員 10912)

今回は佐伯市の県道佐伯蒲江線の堅田を過ぎたあ
たりの、堅田川が西に東に大きく湾曲するところ
から東に見える山稜上の小ピークを三つ紹介しよ
う。

ウタニ

県道佐伯蒲江線の西野入り口バス停付近から堅
田工業団地に入り、一番東の奥の長尾製作所工場
の門の横から奥に続く林道を上る。林道入り口か
ら約300mで分岐があり、どちらも道は荒れて
いるのでここから右の道を歩くと良い。林道歩き
約35分（1.4km）で突然広い伐採地が現
れ、鹿避けネットが張られている。ここが登り口
によい。ネットの横に小さな沢がありこの沢に沿
って照葉樹の林を急登していく。右手にネットと
その向こうに植林地をみながら登っていくと、2
0分ほどで稜線の肩に着く。三角点はそこから1
90mほど東にあり、稜線をたどると広い伐開地
に着いて、その中央に点名ウタニの4等三角点

ある。周りはナラ、クヌギ、カシ、シイ、ネジ
キ、リョウブ、エゴで、349mの標高点山頂が
北北西に、樹幹越しに見える。

地形図：25000分のI・畑野浦

参考タイム：林道分岐→35分→登り口→30分
→ウタニ三角点

押河内

県道佐伯蒲江線の石打川の橋を渡った先から左
（東）に入る小径を入れる。（入り口に21番札所

「延命庵」の標識有り）約400m入ったところ
の、小橋の手前から右に分かれる林道を入れる。約
500mで舗装が切れて道が荒れて来るのでここ
から歩くときよい。長い林道歩きが続く。約1時
間20分（3km）で林道は最高地点に至り、そ
こから緩く下り始める。緩い左カーブの右手にマ
ツカゼ草の多い広い谷が目印で、ここから林道を
それて登り始めて右手上の稜線を目ざす。稜線に
出たらそのまま左に登れば、林道から約15分
でT字形山頂部の西端近くに至るので、ほぼ直角に
左（東）に緩やかに登っていくと数分で鈍頂に至
り、ここから今度は右にカーブして緩く下って、
最後にひと登りで3等三角点のある山頂に達する
ことが出来る。アセビ、ヤマモモ、エゴ、カラス
ザンショ、イス、アカマツなどがみられる。

地形図：25000分のI・畑野浦

参考タイム：林道駐車地→1時間20分→とりつ
き地点→15分→主稜線→10分→山頂

犬ボヨリ

県道佐伯蒲江線の棚野バス停から東に左折し、す
ぐに棚野橋を渡り、その先の四つ辻を右に曲がっ
て行くと、集落の最後の民家の小屋の前（防火水
槽有り）から林道となる。林道を約1km行くと
二股があり、右の道を行くと600m弱で舗装の
切れるところに小広場の車回しがあり、その奥は
林道が荒れている。ここに車を置いて小広場から
50mほど先の右カーブの左側の枯れ沢状の小谷
に踏み込み、ヒノキの急斜面を直登していく。途
中にちょっとした岩壁が二カ所所有が回り込めば
問題ない。100mほどの登り20分ほどで達する
ことが出来る。二股を左折し、次の二股は右折
してどんどん行き、次の二股も右折して、下の分
岐から約1.5kmの林道が峰越しするところか
ら広い稜線を行くと10分足らずで不思議な名前
の4等三角点の小ピークに達する。まわりはメギ

の群落で、そのまわりにイス、ヒサカキ、イヌガシ、アカマツなどが見られる。

地形図：25000 分の I・畑野浦

参考タイム：林道→20分→三角点



本部主催 令和7年度「第15回 登山教室・指導養成講習会」に参加 して 笠井美世(会員16883)

(目的) 登山の素晴らしさと安全な登山を指導する
会員を育成し、支部山行の安全と充実を図
り、支部の一層の発展を目的とする。

(日時) 4月12日・13日

(場所) 安藤百福センター(長野県小諸市)

(講習内容) 12日

- ① 山岳遭難の実態と登山のリスク(長野県警察山
岳遭難救助隊)
- ② 雪山登山の基礎、雪山の楽しみ方とリスク(平
川陽一郎常務理事、山岳ガイド)
- ③ 懇親会。

(講習内容) 13日

- ④ 黒斑山にて講習(悪天候のため中止)
- ⑤ 実技、ショートロープ・スリングを使って、
ツェルトの張り方
- ⑥ 行動中の安全管理について、
- ⑦ 象遭難対策
- ⑧ 基本のロープの使い方
- ⑨ 事故が起こった時の対応など。

(参加者) 19名、12支部

(問題提起)

私は3月に行われた、シニアトレッキング鎮南山のSL(サブリーダー)として参加した。鎮南山の登山道は整備されているが、巨岩が点在する山で谷は深く切れ落ちていた。CL(チーフリーダー)下川さんは、ゆっくりペースを守って先頭を歩き、私は最後尾を歩いた。参加者の様子を見てみると、きつそうに歩いている人が、登山道に張ってあるトラロープを頼りに登っていた。予定では山頂には行かず塔ノ尾までだったが、一部の人が山頂に行くと聞いて、CLの「健脚の人だけにしてください!」という声に、さっきまできつそうに歩いていた人も、手を挙げて山頂まで行った。そして何事もなかったようにシニアトレッキングは終了した。しかし、トラロープを頼りにして登山している人が、トラロープを引っ張った時に鉄の支柱ごと取れてしまったら、その人は20m程の崖下に滑落してしまう…と思い、いつ事故は起きてもおかしくないと考え始めた。そのことを役員会で話した所、私に「遭難対策部」という大役と講習会参加が決まった。

(受講内容から)

①は以下。全国の上岳遭難発生状況は、登山参加人数は減少しているが、山岳遭難は年々増加している。滑落、転倒など偶発的な遭難も多いが、疲労、道迷いなどの準備不足に起因する遭難が増加傾向にある。「救助活動＝ヘリ」とは限らず、救助には相当の時間がかかる。ひと晩越せるような装備、防寒着やサバイバルシートは必携。個々の技量と対象の山とのミスマッチを解消するには、「自分を知る(体力)」、「自分のレベルに合った山選び(山のグレーディングの活用・事前の下調べ)」、「必要な体力・技術を身に着ける」等が重要となる。

山岳ヘルメットは、登山口から着用することで命が守られる。安全登山は足元から、ハイカットの登山靴の足首までしっかり締め込む。

②～⑨は以下。日本山岳会の山行はツアー登山ではない。今は携帯アプリを使ったカーナビ登山になっている。どうチームを作っていくのか、リスクは有るが、そのためにどうすれば良いかを分かり合えるスタッフで行く。トレーニング山行は先頭SL後にCL、講習会山行は先頭CL後にSLペースを作る、危険予知をする、引率責任はある。

事故を発生させないための留意点は、1.危険個所の発見：こまめな告知、声掛け、指示、危険個所には個人差がある。2.参加者の様子をこまめにチェック：変化を感じる、必要と感じたら即対応。3.ペース配分：疲れない楽なペースと登山の充実、メンバーの力の平均化、参加条件を付ける。4.休憩配分：水分、カロリー補給の重要性。5.必要に応じて援助・指示：行動を決定するのはスタッフ。登山開始時は動的ストレッチ、ラジオ体操を行い下山後は静的ストレッチを行う。

事故発生後の初期対応の三原則。1.冷静に処理することのできる客観性。2.現場状況を正確に把握できる知識。3.応急手当ができる技術を持っている。事故発生後のフローチャートは下図の通り。事故後は、ただ事故者と家族に向き合い、全てを共有していく。

(感想)

今回は、「遭難対策とは」という重い課題を持って参加した。楽しみにしていた雪山での実技訓練は悪天候のため行われなかったが、机上で学ぶことが多くあった。懇親会では、「遭難対策は遭難が起こらなければいけない」と、大先輩に言われハッとした。事故が起こる前に、安全登山のための啓発ができるように活動したいと思った。

「遭難対策〜〜〜」と言っている私に、平川さんが「そんな眉間にしわ寄せないで(笑)」と。山を楽しむ、自然に親しむことを忘れてしまいそうだった。同室になった多摩支部の方からは、登山教室をスタッフが楽しんでやっている様子が伝わってきた。その元を作る所には御苦労もあったようだが、毎年登山教室からの入会があることは、支部活動の充実につながっている様だった。交通機関を8回も乗り継ぎ移動は大変だったが、他支部との交流は楽しく、充実した講習になった。

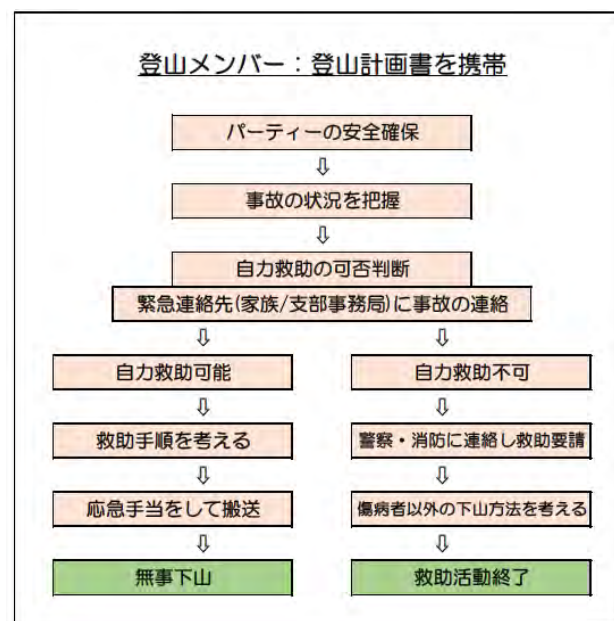


シュートロープを
スリングにする



ツェルト

事故発生時のフローチャート：東九州支部



緊急連絡先(家族)+支部事務局：登山計画書を受取

家族/支部への下山報告有無+登山計画書:下山時間の確認



■東九州支部：遭難対策部より

安全登山の第一歩として、登山計画書の提出を遭難対策部(笠井)まで、お願い致します。

- ① 計画書の様式は問いませんが、内容は日本山岳会のフォーマットに準じたものにしてください。登山計画書は、電子ファイル (Word/Excel/PDF 形式) で添付してください。

1. 作成日・作成者
2. ファイル名(入山日・支部名・目的山域)

支部からの報告(会務報告)

支部会議開催報告

第1回役員会 5月9日(金)

大分市西部公民館

1. 定期総会の報告
2. 次回の山行の確認
3. 遭難対策について
4. 大分百山の報告について

第2回役員会 7月10日(木)

大分市西部公民館

1. 集中古道の反省、今後の古道について
2. 次回の山行の確認
3. 会員会友の移動
4. 遭難対策部より講習会の案内 他

第3回 支部役員会開催予定案内

日 時……令和7年9月5日(金)

場 所……大分市西部公民館 18:30～

支部ルーム開催状況

5月2日(金) 大分市西部公民館 出席者2名

6月6日(金) 大分市西部公民館 出席者4名

7月4日(金) 大分市西部公民館 出席者5名

支部ルーム開催予定

8月1日(金) 大分市西部公民館 18:30

9月5日(金) 大分市西部公民館 18:30

10月3日(金) 大分市西部公民館 18:30

支部からのお知らせ

登山教室とシニアのくじゅう山行

▼第5回講座 9月7日(日) 久住山

体力に合わせてコース選択 シニアと共催

集合場所……午前7時30分・解散 15時頃

集合場所……牧ノ戸峠

・コース1 のんびりコース 5時間程度

牧ノ戸～久住別れ～久住山～牧ノ戸峠

・コース2 元気コース 6時間程度

牧ノ戸峠～星生山～久住別れ～久住山～牧ノ戸峠

・コース3 健脚コース 7時間程度

牧ノ戸峠～久住別れ～天狗城～中岳～久住山～星生山
～牧ノ戸峠

申込期限……8月29日(金)

担 当……佐藤 裕之

参加申込先……sa10h1952@ymail.ne.jp

(申込の際、コースを明記してください)

登山教室のお知らせ

▼第6回講座(実地研修) 一目山・みそこぶし山

地図とコンパスの使い方の基礎について学ぶ

実施日……10月26日(日)

集合場所……九重森林公園駐車場

集合時間……午前8時30分

申込期限……10月16日(木)

担 当……佐藤 裕之

参加申込先……sa10h1952@ymail.ne.jp

月例山行のご案内

8月:安全を祈る集い

実 施 日……8月3日(日)

出 発……牧ノ戸峠 午前8時出発

集合場所:久住山御池遭難避難小屋近く
遭難慰霊碑前

催事開催:午前11時

申込期限……7月31日(木)まで

担 当……中野 稔

参加申込先……zermatt1111nm@gmail.com

※地図 湯坪・久住山・久住・大船山 1/25,000

9月例山行:石鎚山

実 施 日:9月27日(土)・28日(日)

所要時間……歩行時間5時間 歩行距離:9.0km

ル ー ト ……土小屋～石鎚山

集合場所……国道九四フェリー佐賀関

集合時間……午前6時50分

参加定員……15名まで

参加費用……フェリー代、宿泊代、ガソリン代

宿泊場所……石鎚神社頂上山荘 夕食付 13,000円

申込期限……8月25日(月)まで

担 当……佐藤 彰 090-1362-4355

参加申込先……akiraguitar1015@yahoo.co.jp

※地図 石鎚山 1/25,000

10月例山行:市房山

実 施 日:10月18日(土)・19日(日)

所要時間……歩行時間7時間 歩行距離7.6km

ル ー ト ……キャンプ場～市房山往復

集合場所(時間)……大分駅・午後13時

戸次・午後13時30分

参加費用……宿泊代、ガソリン代

宿泊場所……キャンプ場

申込期限……1次募集 7月30日（水）まで
2次募集 10月1日～11日まで

担 当……佐藤 秀二

参加申し込み先…syuuji_satoh@nifty.com

※地図 市房山 1/25,000

スズタケ枯死とシカの食害調査

大分県生物研究会と共同作業でスズタケ枯死とシカの食害調査をしています。

実 施 日……10月4日（土）

実施場所……祖母・傾山系本谷山西の稜線

※募集要項は一斉メールにてお知らせします。

懸垂下降の練習会(遭難対策部・山行部)

山行部の田所リーダーより、由布岳観音岩にて懸垂下降の練習会をします。

持ち物……ヘルメット・皮の手袋・スリングなど

実 施 日……10月5日（日）

集合時間……午前7時

集合場所……由布岳水口谷入口駐車場

申込期限……9月20日（土）まで

担 当……笠井 美世

参加申込先…mmykasai@nifty.com

※初心者の為の懸垂下降練習会です。

お時間のある方はご参加をお願いします。

第9回 榎有恒碑前祭・北九州支部主催

実 施 日……10月19日（日）午前10時より

催事場所……北九州市門司区風師山風頭

参加申し込み期限……9月30日（火）まで

担 当……阿南 寿範（詳しくは事務局まで）

参加申込先…beca5844@oct-net.ne.jp

2025 ふるさとの山に登ろう in 佐伯市

8月11日は山の日です。

山の日登山『元越山』に登ろう！

日 時……令和7年8月11日（月）

受 付……午前9時30分～10時00分

集合場所……色利登山口（第1駐車場）

※第2駐車場から、徒歩2～3分程度、当日案内板を設置します。

コース…登山開始(10:15)→狼煙台後(11:45)

→元越山(12:00)昼食・休憩(12:30)→狼煙台

後(12:40)→色利登山口(14:00)→駐車場(14:

05)解散

雨天中止…当日7:00頃までに大分山岳連盟のブログにてお知らせします。

問い合わせ先……大分県山岳連盟 原 勇人

電話番号 090-4341-9209

2025年度研修山行 リーダー育成研修事業 アップスキリング登山

・アップスキリング沢登り(沢登りを初級から学ぶ)

① 7月5日（土）八面山（金色溪谷）

② 8月2日（水）奥岳川（サマン谷）

③ 9月13日（土）～15日（月）バリュエーション（目的沢は後日）初級から学び、中級の沢登へ結びつける。

・アップスキリング雪山（雪山を初級から学ぶ）

① 11月8日（土）高崎山大谷 その1

② 11月30日（日）高崎山大谷 その2

③ 2026年1月10日（土）～12日（月）バリュエーション（目的山は後日）

・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、お早めをお願いします。

参加申し込み…安東 桂三 090-5727-9472

keizoando@xa3.so-net.ne.jp まで

後 記

・近年山ですっかり蛇を見かけなくなった。蛇は猪の大好物だそうで、猪が増えて蛇が減ってきたとの見方がされている。そんな中で先日、乙原の滝への遊歩道でマムシがとぐろを巻いているのを見かけた。久しぶりの対面であった。そう言えば今年は蛇年。それももう、半年過ぎたのか……。

（K・I）

・次回原稿の締切は9月末です。個人投稿もお待ちしております。zermatt1111nm@gmail.com まで
猛暑です熱中症にお気を付けて（M・N）

公益社団法人日本山岳会東九州支部 東九州支部報 第109号

2025年（令和7年）7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