

# おれんじニュース

No366

2020年11月



根子岳とコスモス(南阿蘇)

## CONTENTS

月例山行案内	2
お知らせ	3
定期トレーニング	4
志々伎山、屏風岳	5
矢筈岳、飯盛岳	6
井原山、雷山	7
金山、鬼ヶ鼻岩、獺師岩山	8
デジタルコンパス	9
グレート・ヒマラヤ	10
おれんじカレンダー	12

2020年	11月	12月	時間	場所
専門部会	10(火)	8(火)	13:30~15:30	西諫早 公民館
全体集会	25(水)	23(水)	19:00~21:00	

# 11月



# 月例山行案内

部	自然保護部	技術研修部	ひまわり部	山行部
月/日(曜)	11/8(日)	11/15(日)	11/20(金)	11/22(日)
山名(行事)	雪ノ浦 (九州自然歩道散策)	眉山	野岳(雲仙)	雷山 (千如寺コース)
地 区	板の浦、神の浦	雲仙、島原	雲 仙	雷 山
集合場所	諫早駅裏 7:10 西諫早駅 7:30	諫早駅裏 7:40 西諫早駅 8:00	諫早駅裏 9:20 西諫早駅 9:00	諫早駅裏 6:20 西諫早駅 6:30
難 易 度	体力 1/技術 1	体力 1/技術 1	体力 1/技術 1	体力 1/技術 1
帰着時間	16:00	16:00	15:30	17:00
歩行時間	5.0h	4.5h	2.0h	4.0h
交通手段	マイカー or マイクロバス	マイカー	マイカー	マイクロバス
宿泊施設	なし	なし	なし	なし
温 泉	なし	なし	なし	なし
参加費	1,200	800	800	4,000
申込期限	11/1	11/10	11/17	11/14
集 約	中 野	山下ちずこ	田 中	田 村
備 考	自然の景観と紅葉を楽しみながら自然歩道を歩く	美しい紅葉の中、雲仙を縦走する	雲仙の紅葉を楽しむ	登山口には紅葉が美しい千如寺や雷山神籠石、不動滝の名所旧跡

# 12月

部	自然保護部	山行部	技術研修部	ひまわり部
月/日(曜)	12/6(日)	12/13(日)	12/20(日)	12/25(金)
山名(行事)	巨石パーク～金敷城山	琴ノ尾岳、仙吾岳、丸田岳、碑ノ岳	多良岳、一の宮岳	萱瀬の大杉 琴平岳(大村)
地 区	広滝、佐賀北部	長崎東北部、大村	多良岳	多良岳、武留路山
集合場所	諫早駅裏 7:00 西諫早駅 7:10	諫早駅裏 8:24 西諫早駅 8:20	西諫早駅 8:00	諫早駅裏 9:20 西諫早駅 9:00
難 易 度	体力 1/技術 1	体力 1/技術 1	体力 1.5/技術 1.5	体力 1/技術 1
帰着時間	16:00	17:00	16:00	14:00
歩行時間	4.0h	4.0h	4.5h	2.0h
交通手段	マイクロバス	JR	マイカー	マイカー
宿泊施設	なし	なし	なし	なし
温 泉	なし	なし	なし	なし
参加費	3,000	実費	800	800
申込期限	12/1	12/7	12/15	12/23
集 約	中 野	田 村	山下ちずこ	田 中
備 考	巨石パークを含めての山歩きは古代のロマンを感じさせてくれる。	タンタン岩からの眺めが素晴らしい。ロープワークもします。	納山です。金泉寺で一年の安全登山を感謝します。	大杉を見に行く。琴平展望台は大村市内が一望できる。



## 事務局より

### ◇ 秋の薬草・山菜

登山中によく見かける草木には薬草になるものや、食用になるものがあります。知識があれば役に立つと思われれます。

山行時に周囲の草木、草花にもうすこし注意を向けたいらどうでしょうか。



ミツバアケビ

#### \* 三つ葉アケビの実・・・10月～11月

食用：果皮にひき肉を入れてハンバーグに、油で揚げても OK

むくみとり：つるをスライスし日干しにし、10～20gを600ccの水に半量煮つめ食間3回分服

#### \* イチョウ・・・10月～11月

食用：茶碗蒸し、炒め物にする。内種子の柔らかい部分は

滋養強壮やタン取りに(多食注意)



#### \* オミナエシ・・・11月

食用：秋の七草として七草がゆにする。

解毒、鎮痛：根を日干し煎じて飲む 10g/日



オミナエシ



ガマズミ

#### \* ガマズミ・・・9月～10月

食用：未熟な実を取り、果実酒に、  
焼酎3、グラニュー糖につけ込む。

利尿作用：果実300gに焼酎1リットル、砂糖300g、2～3ヶ月後1日20～30cc服用。

#### \* キカラスウリ・・・10～11月

咳止め・タンきり：種子を日干し10gを600ccの水に、半量を食間3回分服する。

アセモ、湿疹：根の外皮をむき日干し、細かく砕き水を加え静置し底のデンプンを取り塗る。



キカラスウリ

### ◇ 県連より

・岩場の歩き方参加者募集：11月14日(土)10時～15時まで、稲佐山の権現岩集合

・2021年度労山カレンダーの販売 ¥1,000/冊

購入希望者は事務局、または松岡まで連絡をお願いします。



※・・・山にちなんだクイズを出します。何問わかるかな？ 前回の回答

1. 日本の山の数は(1/25000の地形図に載っている山)・・・ ③15,000以上(16,667)
2. 日本で一番低い山は何m・・・ ①5m(大阪府の天保山 4,53m)
3. 日本にある3000m以上の山の数・・・ ②21(24座・・・同じ高さが3峰)
4. 北アルプスの槍ヶ岳に登った作家は・・・ ③芥川龍之介(明治42年17歳で初登頂?)
5. 日本の信仰の山で女性が登れない山は・・・ ③大峰山(現在解禁に向けて運動中)

# 定期トレーニング

## コンパニオンレスキュー

実施日	9月26日					
場所	のぞみ公園	支点の基本(カラビナ・ルペル等)			確保訓練	懸垂降下訓練
参加数	6名					



## 火曜岩ハイキング

月日	9/15 吾妻岳	9/22 佐賀犬山城	9/29 鉢巻山	10/6 鳥甲岳	10/13 虚空蔵山
参加	9名	6名	9名	8名	6名
行程	10:10 田代原～ 11:15 吾妻岳～ 12:00 吾妻観音～ 13:20 田代原	11:00 佐賀犬山城～ 13:00 水堂～13:40 安福寺	10:00 吾妻の里～11:40 鉢巻山 12:10～12:23 東峰～13:30 自然歩道 ～14:50 吾妻の里	10:00 南川内～10:48 摩利支天～11:16 鳥甲 岳～12:40 南川内	9:50 千々和ミゲルの墓 ～10:55 虚空蔵山
感想	吾妻岳山頂から種 苗センターコース は滑りやすい	犬山城の登山道は少 し荒れていた。水堂 は歴史を感じた。	鉢巻山頂上手前 200m は急登。下りの自然歩 道までも急傾斜が続く	天気は最高で、適度 の疲労感あり、気持 ちの良い山行だった	大村湾の景色がすばら しかった。
備考	岩場もある 	水堂 	山頂手前の急登 	経ヶ岳を望む 	虚空蔵山頂上 



## 水曜登山

月日	9/16 帆場岳	9/23 大花山	9/30 獅子喰岳	10/7 大花山	10/14 小野金毘羅山
参加	3名	6名	6名	6名	6名
行程	9:10 純心大学登山 口～10:00 帆場岳～ 10:35 虚空蔵広場～ 10:45 三ツ山登山口	9:15 富川町登山口 ～10:40 大花山～ 11:55 富川町登山口 ～12:15 展望台	9:00 碎石場～9:33 登 山～10:06 獅子喰岳 ～10:30 露岩ピーク ～10:40 登山口	8:50 シャクナゲの里～ 10:10 大花山～11:07 横 峰越～11:53 五か原岳～ 14:17 二合半岳分岐	8:40 岩戸登山口～9:55 金 毘羅神社～10:10 金毘羅 山～11:40 宗方公園
感想	小雨の為滑りやす かった。	楽なコース、大花山 頂上は展望なし	登山道は荒れ、ピー クは削られてしまっ ている？	心地良い稜線沿いの 縦走路だったが、戻 りの林道が長かった	登山道は明確でなく、ヤ ブコギして金毘羅神社着
備考	帆場岳頂上 	樹林帯を進む 	碎石場 	アケボノソウ 	登山中のスポット 

# 9/20(日) 志々伎山(347m) 屏風岳(394m)

## 行程

- 6:10 本諫早駅-諫早駅裏-6:30 西駅-諫早 IC-東彼杵 IC-R205-7:50 佐世保大塔 IC
- 7:55 佐々IC-R227. R204-8:25 平戸大橋 -R383.R19-9:25 志々伎山登山口
- ~11:00 志々伎山頂 11:50~13:30 志々伎山登山口-バス R19.R383-13:50 上段の野 14:30
- 14:35 福田酒造 14:50-15:40 平戸大橋-15:45 平戸瀬戸市場 16:00-R204.R227-16:35 佐々IC
- 18:00 東彼杵 IC-18:30 西駅



鎗水 松岡 今坂 中須賀 中野 渡辺  
山下ち 白石 吉川 豊嶋 川原 工藤  
田中 田村 山口 乾 堺 浦

## 概要

出発時は曇り空も徐々に回復、晴れて山行日和、志々伎山は台風の影響で登山道も少し荒れていて予想以上の登り下りで岩あり、多くのロープ場も有り、スリリングな山でもあった。山頂は360度の展望で五島列島も見渡せた。咲き始めのダンギク、ハクチョウゲなどの可憐な花が迎えてくれた。ただ、志々伎山に時間を要し、屏風岳登山を諦めた事と上段の野の登山道で道迷いして登頂を断念した事が悔やまれる。今後はもっと事前の調査、詳細な計画の必要を感じた。山行後は酒蔵で試飲、平戸瀬戸市場で海産物を手に入れた。



ゆっくり班、登頂



志々伎山 山頂

## ちょっと感想

- \* 347m、軽い気持ちだったが「低山なれど侮るなかれ」をしっかりと実感、でも登った後は爽快！
- \* 登ったり下ったりで疲れました。山頂から五島、宇久島、小値賀島が見え綺麗でした。
- \* 洋上アルプス、海が見える山はいいですね。海の向こうのまだ見ぬ国へも想いは届きます。平戸、また来ます。

# 9/25 (金) 矢筈岳 飯盛岳



## 行程

諫早駅裏(9:00)―西諫早駅(9:20)～あぐりの丘(10:05～10:20 発)  
～飯盛岳(11:20～11:25 発)～矢筈岳(12:30) 昼食(12:30～12:55)  
～“森の小道・棚田” 周回コース(12:55～14:15)～あぐりの丘発  
(14:20)～西諫早駅着 (15:20)

## 参加者

山口 田村 田中 山下ち  
白石 高森 金丸 松岡  
中須賀 乾 高田 林 丸田

## 登山概要

あぐりの岳の背後に広がる“里山”と“九州自然歩道”を  
をゆっくり散策しました。先ずはあぐりの丘より低い飯盛  
山(264m)九州自然歩道を爽やか(アップダウンはあるが)に  
歩き山頂に。只頂上からの眺望はゼロ、残念！

その後、来た道を引き返し矢筈岳(336m)へ。頂上からの  
眺望は一転して素晴らしく神楽島、長崎漁港、伊王島が見渡せた。

ここで遅めの昼食、“南蛮キセル”の花も咲いていた。  
食後、全員元気なのを確認して森の小道、棚田コースへ、棚田では  
案山子ポーズで集合写真、童心に帰ったひと時でした。

## ちょっと感想

\*最近は、天気予報がよく当たると感心、昨日  
と打変わって、すがすがしい好天気にも恵まれて  
楽しい山行でした。

\*ナンバンギセルの花。初めて見ました。

\*私には程よい距離とペースで楽しかったです

\*曼珠沙華 昨夜ゆうべの 遊び跡  
秋日和 沖に睡て 神楽岩



南蛮キセルの花



# 9/27 (日) 井原山(983m) 雷山(955m)

## 行程

諫早駅裏7:00—諫早IC—佐賀大和IC8:45  
 —きとく橋P登山口P9:30～アンノ滝10:26  
 ～井原山頂上12:17(昼食)12:48～洗谷分岐  
 13:30～雷山14:14～上宮14:34～清賀の滝  
 15:48～雷山登山口(雷山観音前バス停)  
 16:24—佐賀大和IC17:00—諫早IC18:40



井原山頂で

参加者：金丸 山下チ 乾 白石 畦崎 小熊 川原  
 松岡 今坂 山下文 豊嶋 大原 浦 高田

## 登山概要

洗谷ルートアンノ滝ルートに変更して雷山まで縦走した。危険度は下がったが、かなりの急登を50分位登り、体力を要した。

井原山頂上で昼食をとり雷山までの尾根道縦走を楽しんだ。道も良く涼しくて気持ちよかったです。滝はどこも水量が多く迫力があつた。

皆、健脚であつた。渡渉も問題なく上手く渡っていた。距離にして10km近く7時間弱、良く歩いたものだ。



アンノ滝の前で



人字草



アンノ滝上徒渉



熊笹に覆われた縦走路

## ちょっと感想：

- \* 井原山から雷山への縦走はアップダウンも多くハードで、特に熊笹に覆われて足元が見えない下りはやばかったです。
- \* 良く歩き通しました。その長い長い縦走路、久し振りでした。
- \* 前回の井原山は霧の中だったので、今回、福岡・糸島の景色がきれいに見えて良かった。滝や沢沿いの登山道は歩いて楽しかったですね。



ツリフネソウ

## 10/11(日) 金山 鬼ヶ鼻岩 狷師岩山

### 参加者：

金丸 山下 千 塚 白石 畔崎 工藤 鎗水 川原 松岡  
山下 文 大原 久保 高森 豊嶋 中村 川野 浦

### 行程：

西諫早駅 7:00—井手野公民館 9:20—椎原峠への林道 9:00～椎原峠西～鬼ヶ鼻岩登山口 9:30～鬼ヶ鼻岩 9:41～狷師岩山 10:25～小爪峠 10:50～佐賀番所跡～金山 12:15(昼食)12:53～坊主ヶ滝コースへ～坊主ヶ滝登山口 14:55＝三瀬峠＝諫早 IC17:30



鬼ヶ鼻岩に立つ山の猛者達



シロミヅソバ



### ちょっと感想

- \*秋の清々しい、空気を胸一杯吸い込んで、背振り山系の心地良い稜線の尾根道歩きを堪能しました。
- \*井原山、雷山に続いて金山と背振り山系を 3 座、楽しむことが出来ました。縦走シリーズ又、宜しくお願いします。
- \*何か月ぶりかで6時間歩きました。長い登りで疲れましたが、いい訓練になりました。



脊振の主ブナの巨木



かなりヨレヨレ



山は、遊び場

### 登山概要

金山は色々なルートを通ることが出来る山である。今回は椎原峠までマイクロバスで行き2時間位、九州自然歩道の尾根道歩きを楽しんだ。2班を先頭にK氏の先導がなかなか快調であった。金山頂上では多方面からの登山者が多く、この山の人気ぶりがうかがえた坊主ヶ滝への下りは結構岩場が連続して疲れた足にこたえた。



## デジタルコンパスを使ってみよう

登山には 1/2.5 万の地形図とコンパスが欠かせないが、近年はスマホの GPS でルートや現在地が簡単に確認出来ます。

代表的なアプリでは YAMAP があり、多くの登山者が利用しているが、この欠点は磁北が分からない為表示されたルートを外れると、どの方向に歩いたらルートに戻れるか分かりにくい事です。そこでやはり従来のアナログコンパスの機能が必要になります。

この機能を持ったデジタルコンパスのアプリがあるので、それを試してみたらいかがでしょう。

GPS で現在地の経緯度と地図を表示できます。もちろん、飛行モードでバッテリーを節約できます。YAMAP でも経緯度が分かるが、予めダウンロードした地図の範囲内しか確認できません。



写真は Android スマホの Google Play Store からダウンロードした無料の KTW Apps です。

位置情報の設定が必要  
 設定→位置情報サービスを有効にする→ON  
 (YAMAP を使用している方は位置情報設定されていると思います)

1/2.5 万の地形図と予備バッテリーは必要です。



# グレート・ヒマラヤ・トレイル アッパールート 1,700Km



パルチャモ山(6,187m)

パルチャモ(6,187m) ライトエクスペディションで日本人もよく登っている山です。

4 ッ目。最後の困難な峠、5,755m のテシ・ラプチャにかかります。テシとは、最初にこの峠を越えた男の名前だそうです。テシ・ラプチャのパストップでガウリシャンカール・エリアに入ります。ヒドンクレバスがある為、チェビさんと私がロープを繋ぎ、ポーターさん達はその踏み跡をついて来ます。雪原を下り標高差 300m を下り確保を解き、ガウリシャンカール・コンサベーション・エリアに入り 5,200m 地点の氷河上でキャンプしました。ブローケン・グレイシャーでルート取りが難しく、先行

したポーターさんが本来のキャンプ地より上段に早々にテントを張ってしまっていました。落石が続きおちおち寝られませんでした。

一晚堪え、5,200m のキャンプ地から標高差 500m 強下降する途中、トラカルディング氷河上に地震で亡くなったポーターさんが葬られていました。この他にも 2 人のご遺体が回収出来ない谷底にありました。しかし私には見えない。ネパール人は五感が鋭く素晴らしいんですが、私は退化してしまっているのを見えないんです。

2015. 10. 27(火) 10℃

この辺から地震の影響が強く見られ出します。これはマーシン村のビグ・ゴンバです。大変大きなお寺でしたが無残な姿でした。

この村でローカル・ピープルの家に泊めて貰いました。ご主人と二人の娘さんです。自分達のベッドを私達に譲り、自分達は土間に寝ていました。「ブディストならビグ・ゴンバを再建してくれるか?」と、真っ直ぐな強い瞳で問われ、答えようが無くもどかしかったです。

言葉が出来ないとはこんなに情けないものかと思いました。



バーシン村の崩壊した寺

震源地ガンダキ県の隣、バグマティ県シンドウパルチョーク郡ドゥルンタリ村のイスラミックレリーフの付いた大型キャンパステントです。元はロッジでした。私達も此処に泊めて貰いました。此処から先は、アッパールートでランタン・エリアに向け北上するには 5~6 日のキャンピングとなりますが、被災地で旅人に食べさせる食糧はありません。加えてこの年はネパール政府の憲法改正に伴ってインドの経済封鎖が



震源地の隣村のロッジ

続きケロシンもガスも手に入らない。更にダサインで家族が集う為ネパール国内で人々が移動している。又、ランタンへは外国人の立入が禁止されている為、ローワールートとローカルルートでゴサインクンドに入る事にしました。

このエリアはローカル・ピープルに道を尋ねながらチェビさんにルートを一任するしかありませんでした。

2015.11.03(火) 15℃

バスカラ村という所です。建材にする石も大木も無く、中国からの支援で「民政救済」のテントがありました。このうち2張にはご遺体が安置されていたそうで、私達は左の白い小屋掛けに泊めて貰いました。家人が6人亡くなったと、スマホに残った家族の写真を見せられました。胃痛と食欲不振。



バスカラ村の中国支援テント

2015.11.09(月) 晴-6℃

3,530mのコプテ村からランタン・エリアに入ります。コプテを出て直ぐの峠の茶屋です。

2015.11.23(月) 4℃

マナスル(8,163m)です。これは野口健さんが支援しているっしやるサマ村からサムドと言う村への途中から見たマナスル。とよく知っていてくれて誇らしかったです。

小西さんもここに眠っていらっしやるんだな、と近い様な遠い様な気がしました。日本人はC4を作るけれど外国人はC3までしか作らずアタックするそうです。

9月から10月が好機で、春はブルーアイスで難しい。

以前はキラーマウンテンNo1と言われていたそうです。

物凄いブルースカイで、来た道を振り返るとヒマルチュリやピーク29等、大パノラマでした。ここで11月下旬となり、風の季節を迎えました。



マナスル

これからドルパ・エリアに入りますが、西北ネパールの人々は冬には暖かいKTMやポカラに下りてしまう為食糧の調達が出来なくなります。ポーターさんの装備も考えると、今の課題はこの先5千m台の2つの峠越え、ラルケ・パスとトロン・パス越え。私達は協議して、アッパールートの核心とも言える困難な4つの峠越えは終わっているのだから、来年出直そうと決めました。ポーターさん達は「ボテは強いから行ける。このままワンプッシュで行って、シミコットから飛行機でルンビニーへ行こう。」と言っていました。

Part1 22番目の峠、トロン・パスを最後に私達はムクチナートへ下りました。

(Part1 終り、12月号からPart2に続く)



# おれんじカレンダー

11月			12月		
1	日		1	火	火曜岩ハイキング
2	月		2	水	水曜登山
3	火	火曜岩ハイキング	3	木	
4	水	水曜登山	4	金	
5	木		5	土	
6	金		6	日	金敷城山～巨石パーク(自然保護部)
7	土		7	月	
8	日	雪ノ浦、自然歩道散策(自然保護部)	8	火	火曜岩ハイキング、 <b>専門部会(西公民)</b>
9	月		9	水	水曜登山
10	火	火曜岩ハイキング、 <b>専門部会(西公民)</b>	10	木	
11	水	水曜登山	11	金	
12	木		12	土	
13	金		13	日	琴ノ尾岳、仙吾岳、丸田岳(山行部)
14	土		14	月	
15	日	眉山(技研部)	15	火	火曜岩ハイキング
16	月		16	水	水曜登山
17	火	火曜岩ハイキング	17	木	
18	水	水曜登山	18	金	
19	木		19	土	
20	金	野岳(ひまわり部)	20	日	多良岳、一宮岳(技研部)
21	土		21	月	
22	日	雷山(山行部)	22	火	火曜岩ハイキング
23	月		23	水	水曜登山、 <b>全体集会(西諫早公民館)</b>
24	火	火曜岩ハイキング	24	木	
25	水	水曜登山、 <b>全体集会(西諫早公民館)</b>	25	金	萱瀬の大杉、琴平岳(ひまわり部)
26	木		26	土	コンパニオンレスキュー
27	金		27	日	
28	土	コンパニオンレスキュー	28	月	
29	日		29	火	火曜岩ハイキング
30	月		30	水	水曜登山
			31	木	

\*火曜岩ハイキング：9:00、コンパニオンレスキュー：9:30 西諫早駅集合 川原顧問所掌

発行元	オレンジハイキングクラブ
発行責任者	中須賀 孝正
編集委員	鎗水律夫、福岡正廣、松岡正樹、工藤学、林孝子 中野美津子、田中静香、高森陽子、高田啓子
発行年月日	2020/10/28
郵便振込口座	ゆうちょ銀行 17650 30444651 オレンジハイキングクラブ
ホームページ	<a href="http://orangehikingclub.com">http://orangehikingclub.com</a>