



おれんじニュース

No.425

2025年10月

CONTENTS

月例山行案内	2
お知らせ	3
定期トレーニング	4
笠置山	5
絹笠山	6
金山	7
エベレスト遠征の日々⑦	8
おれんじカレンダー	10

五竜岳

2025年	10月	11月	時 間	場 所
専門部会	25(土)	22(土)	13:30~14:30	西諫早公民館
全体集会			14:30~16:00	



月例山行案内

10 月

★下記は変更になる場合があるので最終的に配布される計画書で確認願います。

部	技研部	自然・山行部	ひまわり部
月 / 日 (曜)	10/12(日)～10/13(月)	10 月 19 日 (日)	10 月 31 日 (金)
山名(行事)	祖母山	不動岩	普賢岳
地 図	豊後柏原、祖母山	蒲生山(山鹿市)	雲仙、島原
集 合 場 所	西諫早駅 6:30	西諫早駅 7:00	緑地公園 9:00
難 易 度	体力 2/技術 1.5	体力 I /技術 1	体力 I /技術 1
帰 着 時 間	17:00	17:00	15:30
歩 行 時 間	9.0 h(2 日間)	4.0 h	3.5 h
交 通 手 段	マイクロ or マイカー	マイクロバス	マイカー
宿 泊 施 設	九合目無人小屋	なし	なし
温 泉	有	なし	なし
参 加 費	5,000～10,000	4,000	800
申 込 期 限	9/30	10/12	10/20
集 約	本 多	工 藤	田 中
備 考	紅葉の深山に分け入る。	奇岩あり、不動岩からの展望は絶景。	普賢岳山頂からの紅葉を楽しむ。

11 月

★下記は変更になる場合があるので最終的に配布される計画書で確認願います。

部	技研部	ひまわり部	自然・山行部
月 / 日 (曜)	11/2(日)	11/28(金)	11/30(日)
山名(行事)	渡神岳	作礼山	城山・金山北岳
地 図	豊後大野	相知	築前東郷、吉木
集 合 場 所	西諫早駅 6:30	緑地公園 7:30	西諫早駅 6:30
難 易 度	体力 1.5/技術 1.5	体力 2/技術 1	体力 1/技術 1
帰 着 時 間	19:00	17:00	18:00
歩 行 時 間	4.0 h	4.0 h	4.5 h
交 通 手 段	マイクロバス	マイカー	マイクロバス
宿 泊 施 設	なし	なし	なし
温 泉	なし	なし	なし
参 加 費	5,000	2,500	4,000
申 込 期 限	10/20	11/25	11/23
集 約	福 田	田 中	工 藤
備 考	紅葉を觀賞します。	人生の並木道を歩く。	照葉樹林の森林浴と紅葉を楽しむ。

事務局より



I. 入会報告

9月1付けで、土肥 美枝子^{どい みえこ}さんが入会されました。

先日の佐賀県の金山にも参加しました。みなさんよろしくお願いします。

II. 全国・県連関連報告

- 来年の労山カレンダーの購入募集があります。ご希望の方は全体集会の時、注文依頼書に記入をお願いします。
- 個人山行において、県外への山行は県連への届け出をするようになっております。これは不測の事態が発生した場合に、迅速な応援や対応ができるようにする為のものです。出発一週間前には山行計画書を事務局へ提出してください。

• 県連行事

10/09(木) 13:30~15:00 山筋ゴーゴー体操 長崎県立総合体育館(カブトガニアリーナ)

10/18(土) 9:45~12:00 被爆80年記念平和学習会 9:30 爆心地公園集合

10/19(日) 10:00~15:00 岩訓練(権現岩) 10:00 皿焼バス停(清香園)集合

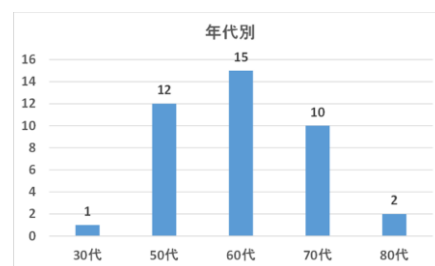
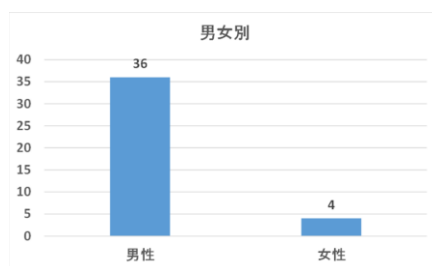
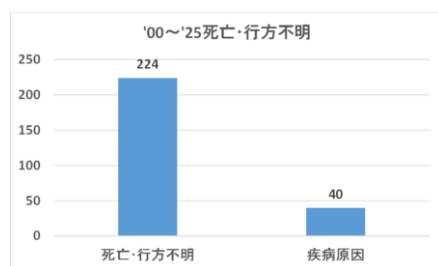
2026/2/21(土)~22(日) 雪山訓練(山口県 十種ヶ峰) 詳細未定



III. 原因が『病気』による山岳の死亡事故(登山時報より要約転載)

2000年から26年間で労山会員の山岳遭難死亡、行方不明者は224名に上ります。

その内病気が事故の原因になったものは40名(心疾患33名)です。実に20%を占めており、内訳は下表のようになっております。平均64.8歳ですが、高齢化社会となった日本では、50~60歳代は働いている人が多く、現役世代言えます。



労山会員の山岳遭難事故全体では「転倒」や「転滑落死」が圧倒的に多く、最近はそれに「虫」や「小動物」が増えつつあります。「疾病」によるものも毎年一定数あり、死亡事故に占める割合は小さいとは言えません。山で発病すれば命にかかわるという事を示しています。自分の健康状態を日頃から管理して、不調を軽視せず、体調を万全にして山に向かう事が大切です。

IV. 山好きのよもやま雑学 ハイキングと登山の一般的な違いとは？

ハイキングと登山はどちらも自然の中を歩くアクティビティですが、目的や難易度、必要な装備が異なります。厳密な定義はありませんが、一般的には以下の違いがあります。

登山は

- 目的: 山の頂上(山頂)に到達することを目指します。
- 難易度: 標高が高く、険しい道や急な登り下り、岩場などが含まれることが多く、体力や登山技術がより求められます。



- ・装 備: 予期せぬ天候の変化や危険に備えるため、登山靴、レインウェア、ヘッドランプ、地図、コンパスなど本格的な装備が必要となります。
- ・期 間: 日帰りや数日にわたって山小屋やテントに泊まることもあります。

ハイキングは

- ・目 的: 自然の中を散策し、景色や雰囲気を楽しむことを主な目的とします。必ずしも山頂を目指すわけではありません。
- ・難易度: 比較的標高の低い山や、遊歩道など整備された道を歩くことが多く、初心者や体力に自信のない方でも気軽に楽しめます。
- ・装 備: 軽装で楽しむことができ、歩きやすいスニーカーやトレッキングシューズ、リュックサックなど、最低限の装備で十分です。
- ・期 間: ほとんどが日帰りで、短時間で手軽に楽しめます。



一言で言えば「山頂を目指す、本格的な山歩き」が登山、「自然の中をのんびり歩いて楽しむ」のがハイキングと言えます。

定期トレーニング

コンパニオンレスキュー

開催日	場 所	参加者数	訓練概要
9月 6日	土師野尾ダム	3	アンザイレン, スワミベルト

火曜登山

開催日	場 所	参加者数	概 要、行 程
8月 26日	矢岳、高岩山	5	
9月 9日	吾妻岳	5	

水曜登山

開催日	場 所	参加者数	概 要、行 程
9月 3日	岩床山	8	仁田峠～岩床山をピストン
9月 10日	雨天中止		

緑の地平線歩き

開催日	場 所	参加者数	概 要、行 程
9月 11日	運動公園～上山公園	3	

R7.7.6(日) 笠置山 (425m)

行 程

西諫早駅 7:25—金立 SA8:30→鳥栖 JC→若宮 IC9:25→力丸ダム→花の水辺公園 9:45／10:00～笠置山登山口 10:35～笠置山着 12:00／食事休憩／下山 12:40～分岐 13:00～千石登山口 14:00～花の水辺公園 14:10／帰路発 14:25→若宮 IC→金立 SA→西諫早駅着 17:00

参加者

今坂、鎗水、久保、円能寺、原純一、
原京子、山下ち、中尾、福岡、陣川、
吉崎、福田、土肥、大原、川野、西

概 要

笠置山は宮若市と飯塚市の境界上に位置し、山頂は山城跡。

花の水辺公園を出発し川沿いの車道を歩き登山口に着く。竹林、檜林帯、沢沿いのなだらかな坂を進む。小ピークを何度か越えて照葉樹林に覆われた尾根筋の分岐に着き休憩。

尾根に乗って最後の急登をロープ伝いに登ると広い平坦な山頂に着く。二等三角点、城址の解説板、石祠、丸太ベンチがある。

木陰で食事し展望を楽しんだ後下山。自然林と竹林に覆われた急傾斜道を滑りに注意しながら下り、集落がある千石登山口に着き、車道に出合う。車道を暫く歩いて花の水辺公園に到着。

今回は左回りの周回コースを歩いた。深い樹林帯の中を蒸し暑さに苦戦しながらも、一時の溪流からの涼風を受け気持ち良い。登山道は良く整備され標識も随所に設置され安全な登山ができた。



一言感想

- * 広い山城跡の山頂に着くと眺望はすばらしい。登山道が良く整備された周回コースを完走出来て楽しい山行でした。
- * 下山の急傾斜道と竹林帯の滑りには注意が必要でした。暑い中、全員無事に登頂出来て良かったです。山頂は広く風通しも良く、展望を眺めながら美味しい食事が出来ました。
- * 蒸し暑い中、幾度も小ピークの登りに苦戦しながらも度々の休憩のお陰で登頂が出来ました。山頂からの展望は素晴らしかったです。



花乱の滝～金山

(967m) 2025. 8. 24

参加者：今坂 宇田 円能寺 大原 工藤
倉本 白石 陣川 田添 高田 西 福岡
鎗水 吉崎 一般：土肥 中尾 中村 前田

行程：西諫早駅 7:00—諫早 IC—佐賀大和
—R263—三瀬トンネル—曲淵—花乱の滝

8:54/9:19～花乱の滝登山口 9:33～アゴ坂峠分岐 11:34～金山山頂・昼食 13:11/13:45～分岐
14:10～小爪峠手前分岐 15:15～小爪峠登り口(井手野林道出合)16:00—三瀬村^{（休）}—R263—
佐賀大和 IC—西諫早 IC18:30 6時間 52 分（休憩 1 時間 22 分） 距離:8.3 km

概要：曲淵から花乱の滝への林道は細く枝が覆っていて離合に会員が誘導し手間取った。
花乱の滝は水量が多く飛沫が飛び散り、暫し暑さを忘れた。林道終点から急坂を上る登山道に
なった。まずはつり橋が出て来たが朽ちているようで何人も乗るのは危険かと思われたが深
い山に入るような雰囲気ワクワク感があつた。

最初は沢に沿った登山道で沢の音を聞きながら軽やかに歩いたが、次第に沢の渡渉が十数回
程も続き、右岸を歩いたり、左岸を歩いたりトップを歩く福岡さんを悩ませた。疲れが出て
きた頃、アゴ坂峠分岐では計画通りの時間が短い直登コースを選択した。

ゆっくりと何度も休憩を取り水分補給し、途中でロープを救助の方が出して下さったりして
300m程の沢道の急登を全員無事に金山の尾根に登り上がった。全員揃ってから金山の山頂
を踏み、昼食とした。山頂は樹高があり、曇り空であつたため眺望は望めなかった。

下山道は笹原とブナ林が良い感じだった。10 分程で雨になり雨具を着けたが、一般の方で
雨具がない方もいた。申し込み時に装備チェックが必要だと思った。土砂降りの雨も小爪峠
登り口近くで小雨になり、皆さん無事に井手野林道出合に到着し、帰路に就いた。



感想：

- ❖花乱の滝は落差 20m で水量もあり大迫力で見応えがあつた。沢沿いの道は
溪流美や瀬音を楽しんだ。先頭を歩いたが渡渉地点に目印はなく、皆さん
の渡渉にも気を使ったが、金山から分岐までのブナ林の稜線歩きは気持ち
良かった。突然の土砂降りでびしょ濡れになったが良い体験だった。
- ❖南北の長い縦走路で夏場の山の良い体験だった。アブ射され、足攣り
など救護も久々に活動処置した。
- ❖沢沿いの登山道を何度も渡渉しながら進み気持ち良かった。
山頂直下の急登は覚悟していたが、体力の限界でロープに助けられ
た。長い道のりで疲れたが色々体験が出来た良い山行でした。
- ❖かなりハードなコースでしたが川の渡渉も面白かったです。
雨にも会ったけど皆と最後まで歩いて良かった。
皆、最後まで良く頑張った～🎵
- ❖金山は8年前に歩いたが、山頂直下の急坂は相変わらずきつかった。
しかし、途中の渡渉は楽しく、面白い山行だった。

7/25(金) 絹笠山

行 程

緑地公園 9:00—白雲の池 P10:20～絹笠山頂上 11:22～(キツネノカミソリとナツエビネ見に行く往復 50 分)～途中のベンチ 12:20(昼食 20 分)12:40 出発～原生沼 13:10～白雲の池 P13:50～緑地公園 15:10



一言感想

- * 下界は猛暑でもさすがに雲仙、木々を渡る風はホントに涼やかで最高でした。目的の花の開花が遅いようで残念でした。おまけの地震にはビックリしました。
- * 今日のひまわり山行の絹笠山は、残念ながらオオキツネノカミソリとナツエビネは空振りになってしまいましたが、初夏の雲仙の涼気を満喫できて、爽やかな山行でした。
- * ナツエビネの花は見られず、オオキツネノカミソリは咲き始めたばかりでした。暑い夏に汗をびしょりかいて、急登を登り下りするのもいいかと思いました。

概 要

白雲の池に車を駐車する。白雲の池を左側から半周する。去年キャンプ場でナツエビネを見たので行って見たが、咲いてなかった。管理棟の横から登山道に入る。整備された緩やかな道を登る。休憩所あり、ここから傾斜のきつい登りとなる。温泉街へ下る分岐に出る。絹笠山へは右に少し登ると着く。

展望台は立入禁止で上がれない。下りは温泉街へ向けて下る。途中から山の中に入って行き、オオキツネノカミソリとナツエビネの花を見に行ったが、オオキツネノカミソリが一輪、咲いているだけだった。時期が早すぎたようで残念だった。

途中のベンチで昼食をして、原生沼を見ながら白雲の池へ戻った。



エベレスト遠征、70 日の日々⑦

8,848m 1998 年 川原慶紀

北東稜を行く



1998 年 5 月 20 日 — 登頂の日

午前 1 時に起床。雪を溶かしてお湯を作り、アルファ米の茶漬けを流し込む。

わずかにペットボトルを移動させるだけで息が詰まる。酸素の薄さが、人間の生きる限界に近い場所であると気づかされる。

準備は思うように進まず、出発は午前 3 時 30 分。ザックには酸素ボンベ 2 本 (6kg)、テルモスのお湯、行動食、防寒具——総重量は約 18kg。

アタック隊の二番手としてテントを出る。闇の中、先行者のヘッドランプを追い、雪混じりの岩斜面を黙々と登る。北東稜に出る前、夜明けが訪れる。

午前 9 時頃、第一ステップに到着。酸素ボンベを交換し、行動を続ける。

7m の垂直壁三か所を、ユマールを掛けて越える。

やがて稜線が緩み、三角雪田を越え、山頂へ続く最後の稜線に上がる。

そこに赤いヤッケの人影が見えた。



頂上からチベット高原を見る



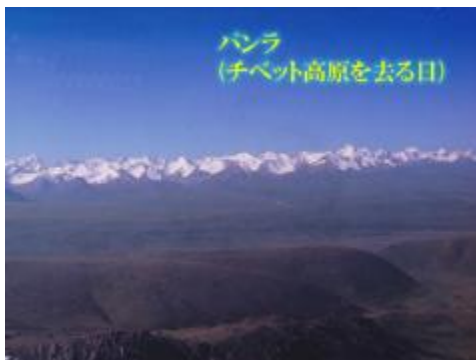
近づくと、その白人登山者は両手を広げ「おー！」と迎えてくれた。胸の奥から喜びが溢れる——だが同時に、「下り」のことが頭をよぎる。 「FROM・ナガサキ、JAPAN・カワハラ」互いにカメラを交換し、山頂での記録を撮り合う。酸素マスクを外すと、一歩移動するのに7回の呼吸が必要だった。 「グッドラック」——そう言い残し、彼はネパール側へ消えていった。

遥か下に薄い雲が流れ、時計は13時を指す。山頂に立ったのは12時45分頃。来た道を慎重に下り、第一ステップでデポしていた酸素ボンベに交換。酸素はまだ十分だが、疲れは限界に近い。

残照の中、第6キャンプへ戻る途中、遭難者の姿を見る。

長崎空港でかけられたあの言葉——「生きて帰って来んばよ、絶対よ」その声が耳に響く。

私は必ず、生きて帰ると心に刻んでいた。



エベレストは、ただの山ではない。

そこは、人間の力を試し、命の重さを突きつける場所だった。

頂を踏んだ達成感よりも、「生きて帰れた」という事実が、何よりも尊く、重かった。

そして今もなお、ふとした瞬間にあの稜線の風が耳をかすめる。

山はもう遠い。だがあの日の空気は、私の胸の奥で生き続けている。

終り

おれんじカレンダー

10 月			11 月		
1	水	水曜登山(自主)	1	土	コンパニオンレスキュー
2	木	緑の地平線歩き(自主)	2	日	渡神岳(技研部)
3	金		3	月	
4	土	コンパニオンレスキュー	4	火	火曜登山(自主)
5	日		5	水	水曜登山(自主)
6	月		6	木	緑の地平線歩き(自主)
7	火	火曜登山(自主)	7	金	
8	水	水曜登山(自主)	8	土	
9	木	緑の地平線歩き(自主) 山筋ゴーゴー(県連)	9	日	
10	金		10	月	
11	土		11	火	火曜登山(自主)
12	日	祖母山(技研部)	12	水	水曜登山(自主)
13	月		13	木	緑の地平線歩き(自主)
14	火	火曜登山(自主)	14	金	
15	水	水曜登山(自主)	15	土	
16	木	緑の地平線歩き(自主)	16	日	
17	金		17	月	
18	土	被爆 80 年記念平和学習会(県連)	18	火	火曜登山(自主)
19	日	不動岩(自然・山行部) 岩訓練(県連)	19	水	水曜登山(自主)
20	月		20	木	緑の地平線歩き(自主)
21	火	火曜登山(自主)	21	金	
22	水	水曜登山(自主)	22	土	専門部会 全体集会
23	木	緑の地平線歩き(自主)	23	日	
24	金		24	月	
25	土	専門部会 全体集会	25	火	火曜登山(自主)
26	日		26	水	水曜登山(自主)
27	月		27	木	緑の地平線歩き(自主)
28	火	火曜登山(自主)	28	金	作礼山(ひまわり部)
29	水	水曜登山(自主)	29	土	
30	木	緑の地平線歩き(自主)	30	日	城山・金山北岳(自然・山行部)
31	金	普賢岳(雲仙)(ひまわり部)			

川原顧問所掌 ➡ 緑の地平線歩き (9:00)、コンパニオンレスキュー(第 1 土曜 9:30) 緑地公園集合

発 行 元	オレンジハイキングクラブ
発行責任者	工藤 学
編集責任者	高田啓子
編集委員	工藤学、福岡正廣、西寿男、中野美津子 陣川光子、福田清人、吉原昌弘、
発行年月日	2025/9/27
郵便振込口座	
ホームページ	http://orangehikingclub.com



オレンジ HP QR