

おれんじニュース

No.398

2023年7月



阿蘇杵島岳火口淵

2023年	7月	8月	時間	場所
専門部会	22(土)	26(土)	13:30~14:30	西諫早公民館
全体集会			14:30~16:00	

CONTENTS

月例山行案内	2
お知らせ	3
定期トレーニング	4
次郎丸太郎丸ものがたり	5
西日本最高峰の石鎚山行	6
烏帽子岳・杵島岳	8
新入会員登山教室	9
おれんじカレンダー	10

7月



月例山行案内

部	自然・山行部	技術研修部	ひまわり部	自然・山行部
月/日(曜)	7/9(日)	7/15(土)~17(月)	7/28(金)	7/23(日)
山名(行事)	黒髪山	氷ノ山(兵庫県)	西岳	小岱山
地 図	有 田	氷ノ山	多良岳	玉 名
集合場所	西諫早駅 7:30	諫早駅西口 6:00 西 諫 早 駅 6:15	西諫早駅 9:00	諫早駅裏 7:50 西諫早駅 8:00
難 易 度	体力 1.5/技術 1.5	体力 2/技術 2	体力 1/技術 1	体力 1/技術 1
帰着時間	17:00	19:00	15:30	17:00
歩行時間	4.5h	4.0~5.0h	4.0h	4.0h
交通手段	マイクロバス	マイカ or 公共交通	マイカー	マイクロバス
宿泊施設	なし	あり	なし	なし
温 泉	なし	あり	なし	なし
参加費	3,000	35,000~40,000	800	4,000
申込期限	7/2	7/1	7/25	7/17
集 約	高 田	堺	田 中	田 村
備 考	奇岩・奇峰群あり。 帰路有田陶器の町散策。	西日本に存在する高度 な山に挑戦する。	西岳から金泉寺へ 下り西の越の材ヅネ カミツを見ます。	登山道は良く整備 され山頂からは有 明海・市街地の眺望 が良い。

8月

部	技術研修部	ひまわり部	自然・山行部
月/日(曜)	8/19(土)~20(日)	8/25(金)	8/27(日)
山名(行事)	霧島連山(鹿児島)	金泉寺	宝満山
地 図	霧 島	多良岳	太宰府
集合場所	西諫早駅 6:30	緑地公園 9:00	西諫早駅 8:00
難 易 度	体力 2/技術 2	体力 1/技術 1	体力 1/技術 1
帰着時間	8/20(日) 19:00	15:30	17:00
歩行時間	5.0h	4.0 h	4.0 h
交通手段	マイカー	マイカー	マイクロバス
宿泊施設	あり	なし	なし
温 泉	あり	なし	なし
参加費	17,000~20,000	800	4,000
申込期限	8/12	8/21	8/21
集 約	福 田	田 中	高 森
備 考	天孫降臨の峰を目指す	轟峡, 大渡橋から溪流の音を 聞きながら, ヒメシヤラの木, イロハモミジ巨木, 観音滝を 見ながら, 金泉寺へ	滝コースを巡ります



事務局より

・6/1 付けで大矢孝子さんが入会されました。名古屋市在住ですが年に2ヶ月程帰郷して長崎の山に登りたいとのこと、常に積極的で明るい女性です。皆さん宜しくお願い致します。

◇ 県連「岩場の安全な歩き方」

5月20(土) 稲佐山の権現岩にて「岩場の安全な歩き方」の講習が行われました。県連全体の参加者は14名(内オレンジは4名)でした。午前中は初心者向けのロープワークと基礎訓練などを行い、午後にトップロープで岩登りを行いました。

「参加者の感想」

- ・確保なしでの岩登りと懸垂下降は楽しく勉強になった。
 - ・ロープワークのみを行い、岩場登りにはまだ勇気が出なかったのが先輩達の訓練を見学した。
 - ・岩登りの基本とロープワークを学びしっかり練習後、午後から岩登りに挑戦した。頂の景色は最高で、好天に恵まれ爽風でにじみ出る汗も気持ち良かった。
- 懸垂下降も初めてだったが、先輩達の指導と応援の声に励まされ降りることが出来た。



Tさん



◇ 佐賀労山合同レスキュー訓練

・5月28日(日) 佐賀県白石町の歌垣公園一帯で佐賀労山と合同セルフレスキュー訓練を実施しました。参加者は14名(内オレンジ3名)。ロープワークの基本から応用、渡渉を想定した訓練、懸垂下降等。次年度も佐賀労山と合同開催することとなった。

- * この訓練がこれからの安全な山行につながる事を願うばかりです。



懸垂下降訓練



◇ 6月の歳時記

太陽の動きをもとに一年を24に分け、季節を表す言葉として二十四節季という。6月は「芒種 6/6」と「夏至」、その間およそ15日間。「芒種」の芒(のぎ)は稲や花などの外側についている突起のこと。芒のある種をまく季節という事から。「夏至 6/21」は北半球で一年で最も昼が長く、夜が短い日です。「夏越しの祓 6/30」と「水無月」。神社の大きな芽の輪を3回くぐり今年前半の穢れを払い、後半も無事に過ごせると願う。夏越しの祓いには「水無月(みなづき)」と言う小豆の和菓子を食べる風習がある。この時期に食べると無病息災で過ごせると伝えられている。6月の梅雨の時期は気温気圧の変化が大きいので自律神経のバランスの乱れを生じる。この解消法は適度の運動で体を動かすことが良いとされている。



◇ 県連より

- ・7月6日(木)「山筋ゴーゴー体操学習会」13:30~15:00 カブトガニアリーナ 1F
- ・沢登り学習会 6月14日(水) 18:30~ 場所：県連事務所(長崎市樺島町 8-5 石橋ビル 4F)
- ・7月30日(日)「沢登り講習会」場所：ウナギデ沢 集合場所 9:30 黒木河川公園駐車場『全国連より』
- ・2024年度版労山カレンダー写真募集 6月26日(月)必着応募詳細は全国労山のHPを参照。

定期トレーニング

コンパニオンレスキュー

実施日	5月20日	ボーラインノット	アンザイレン	ワイヤーナンキン	確保
場所	運動公園				
参加数	10名				

火曜岩ハイキング

月日	3/28 鎌倉山	4/4 松尾岳～船石岳	4/11 ヤマシャク鑑賞
人数・時間	12名・2.5h	7名・3.0h	11名・3.0h
概要	虚空蔵山公園P～鎌倉山～虚空蔵山公園～虚空蔵山公園P。 桜日和で涼風のほどよい登山道で山菜もあり、満足した山行だった。	松尾岳～船石岳へ。両山とも低山なれど急坂で倒木も多く、一部ではロープを使用した。 穏やかな天気で気持ちの良い登山だった。	お立ちね観音P～ヤマシャク群生地～お立ちね観音P登山道脇の花々を愛でながらヤマシャク群生地へ。 ヤマシャクは満開状態で心が和んだ。
備考	鎌倉山へ 	倒木に一苦労 	ヤマシャク群生地  

水曜登山

月日	3/15 タワラギ山～片木山	3/22 虚空蔵山	4/12 雲仙
人数・時間	10名・6.0h	5名・5.0h	4名・4.0h
概要	平谷登山口～タワラギ山～片木山～タワラギ山～平谷登山口。 地味な登山となったが、6時間あまりの山行はよい訓練となった。	西登山口P～虚空蔵山～岩屋登山口P。 波佐見町の田の頭の枝垂れ桜が見事だった。西登山口からのコースも良かった。	仁田峠P～紅葉茶屋～立岩の峯～普賢岳～アザミ谷～仁田峠～野岳～仁田峠P。 普賢岳のヒカゲツツジはまだ蕾で、野岳で満開のヒカゲツツジを発見。
備考	片木岳 	田の頭の枝垂れ桜 	ヒカゲツツジ・ネコノメソウ  

次郎丸・太郎丸ものがたり

5/14(日) 天草
次郎丸嶽(397m)
太郎丸嶽(281m)

むかし、太郎丸と次郎丸と言う
仲の良い兄弟山がありました。

兄の太郎丸の方が高かったが、ある時
太郎丸が『今日も松島の島々に沈む夕日
が綺麗だなあ』と言うと、次郎丸は『俺は兄
ちゃんの陰で一度も見ただ事がない』と言
いました。すると、兄は弟が良く見られるように
頂を崩し弟より低くなりました……とさ？



行程

9:40 小鳥越～10:15 中間点～11:00/11:15 次郎丸嶽
～11:20/11:50 松尾尾根ノ頭～12:15 次郎・太郎分岐
～12:40/13:00 太郎丸嶽～13:50 登山口(今泉 P)



参加者

福田、白石、乾、石部、福岡、今坂、坂口、浦山信、浦山和、鎗水
松岡、工藤、山下ち、辻、中野、吉川、一般(野田、仲井、増田)



登山概要

小鳥越発。樹林帯の斜面をアップダウンしながらやがて
巨岩奇岩の次郎丸嶽へ、広い一枚岩の松尾尾根ノ頭で昼食。
岩場を下り、分岐から 25 分で巨岩の太郎丸嶽。巨岩・奇岩の
景観と上り、360 度
の眺望が素晴らしい。

ちょっと感想

- * 次郎丸嶽の最初の登りは少々苦戦しましたが、最後まで登って嬉しく、楽しかったです。次郎も太郎も絶景で、良い山でした。
- * 次郎丸嶽、太郎丸嶽の名前に興味をそそられ、軽い気持ちで参加しましたが、アップダウンや岩場が目白押しで、とても楽しいコースでした。



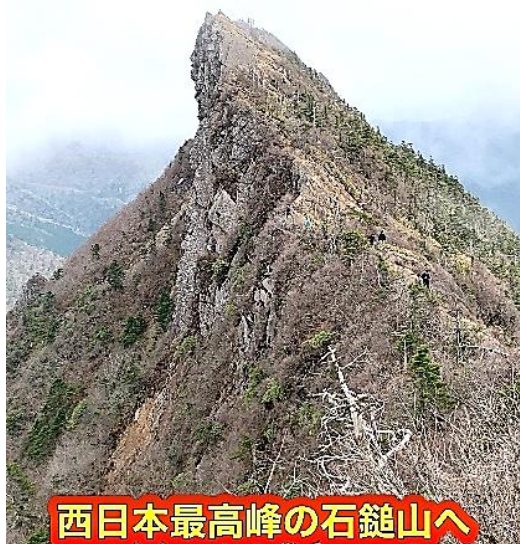
西日本最高峰の石鎚山行

5月3日(水)～5日(金)ゴールデンウィークの真っ只中に西日本最高峰の愛媛県石鎚山に、自称精鋭8名で登った。

豊後水道をフェリーで渡り、3日は麓の国民宿舎に泊った。今回は最難関コースと言われる面河ルートでの登山。

実に高低差1200メートル、距離8.2キロを昼食休憩なしの行動食でしのぐという強行軍である。確かにエスケープルートもないのでゴールするか？戻るか？全員がそれなりの覚悟を持って臨んだのである。

4日8:40に溪泉亭前を出発し、緩やかな登りを約25分で登山口に到着、いよいよ登山開始。いきなりの急階段に躊躇するも真っ青な面河ブルーの溪谷美に癒されながら進む事1時間30分で水場の



西日本最高峰の石鎚山へ

霧ヶ迫に到着。ここまで高度差400mを上る。5分の小休止後、先を急ぐ。次は標高1,600mの愛媛大学避難小屋が目標だ。黙々と歩いていると、山シクシクやアケボノツツジ、ショウジョウバカマの群落が我々を出迎えてくれている。

もう2時間以上は歩いているのに疲れはない。

今日の山行は皆が調子良さそうである、それもそのはず先頭に行く本日のペースメーカーは百戦錬磨のKさんであり、気配りはさすがである。このルートの中でもここからが一番長く険しい。

みな、歯を食いしばり、スタートから4時間でやっと避難小屋に到着した。ここでは山岳会所属

のボランティアの方がおられ、登山道の草刈り、補修をされており、感謝感激である。有料ではあるがトイレもあり、何人かは利用させて頂いた。

その方曰く、

「どこから来たとね～」

「面河からです。」

「そりゃあんた達はよか

ペースで来ちよるよ！」

との事。この言葉を聞いて意気揚々さらに元気倍増となったのは私だけではなかったはずだ。

そんな事で思いのほか話も弾み、予定超過で避難小屋を後にする。

再出発から1時間歩いた頃だろうか、谷部の大きな崩落個所に出会う。相談の結果ザイルを使う事になり、30mザイルの両端を樹木に固定し、全員が迅速且つ安全にトラバースした。

日頃の訓練の成果を現場で発揮出来、訓練の大切さを実感した一コマであった。



崩落箇所はザイルを張り
難なく全員通過



最後は笹原を1時間くらい歩き、ようやく鋼製の階段が見えると頂上はすぐそこだが、ここに立ちはだかるのが第3の鎖場、高さ68m。自分との戦いだ。15分くらいで必死に登り切り、弥山(石鎚神社)に15時30分到着。しかしこれで終わらないのが今回の山行。最後のイベントが天狗岳登頂だ。慎重に鎖を掴んで降り立った所は殆どがナイフリッジ状態で往復40分の行程だったが、事前に見ていた映像程の恐怖感はなく、四つん這いになるでもなく、至って平常心で登れた。でもこんな所で事故でも起こしたら九死に一生はないだろうね。セイフティ・イズ・ファースト(安全第一)だ。

その日は頂上山荘に宿泊し、翌5日は山荘を7時30分出発。

当日中の諫早帰着と言うこと

もあり、せわしい出発となったものの土小屋ルートは快適なハイキングルートで、登山者も多く面河ルートとは正反対であった。

しかし土小屋ルートには厚さが70~80cmはあろう雪渓が残っており、ここで雪渓を踏み締めただけの雪山訓練実施？

予定の9時30分ジャストに無事レストハウスに到着。

レストハウスからはバス、自家用車、フェリーと乗り継ぎ全員無事に23時30分に諫早に帰着した。



ひと言感想

- * 面河からは厳しく、久々に歯ごたえのある登山でした。
- * 三の鎖を登ることが出来、天狗岳も恐々ですが登頂。一生の記念になりました。
- * さすがに修験道は厳しかった、溪谷と山荘が癒してくれました。
- * 山頂から登ったコースを一望して感慨深いものがありました。
- * 石鎚山はスケールが大きく、また違う季節に違うコースで行こうと、山が誘っています。
- * コース的には長距離、高低差を考慮すると厳しい登山だったかもしれませんが、面河溪谷を右手下に見ながらのルートは、疲労を忘れさせる、十分な癒しがありました。また行きます。
- * 企画立案された方、運転をしてくださった方に感謝申し上げます。念願だった面河ルートを歩いて最高です。
- * 皆さんと共に愛媛の自然と人々に出会え、笹原を守る意味も学び後に伝えていきます。



2023. 5. 28 (日) 烏帽子岳(1336m) 杵島岳(1326m)



行程

西諫早駅(6:10)～熊本 IC～草千里ヶ原(9:30)
～西登山口(10:00)～烏帽子岳(10:40～11:00)
～杵島岳登山口・昼食(11:40～12:10)～展望所
～杵島岳(12:45～13:00)～杵島岳お鉢巡り
～杵島岳(13:25)～草千里ヶ原駐車場(14:05)
～熊本 IC～西諫早駅(18:45)

参加者：今坂 金丸 西 福岡 福田 松岡
鎗水 浦 浦山 大原 白石 陣川 高森
辻 中野 吉川 (一般：大矢 仲井 野田)



登山概要

予報では☀マークなのに草千里ヶ原に着くと霧の中。気を取り直してストレッチをしていると観光馬が寄って来て和ませる。雨具を装着し西登山口から出発。ミヤマキリシマは時期を外してはいたが、霧の中から垣間見るピンクの花は淡くて幻想的だった。多くの登山者との離合もスムーズに交わして予定より30分早く烏帽子岳山頂に到着。杵島岳登山口付近で昼食後杵島岳へ。下って来た烏帽子岳東尾根を歩く人達の影がくっきりと見える。ガスの中、杵島岳お鉢巡りへと向かう。お鉢からはガスの晴れ間から覗くミヤマキリシマが嬉しい。奥杵島岳から杵島岳へと登り返し、長い階段(K氏によると768段)を下る頃には正面の烏帽子岳は傘雲を覆って姿を現していた。帰りの車中では「多良岳賛歌」を皆で歌い、山の歌の独唱を聴き余韻を残して帰路に就いた。



一言感想

- 🌸 新緑の美しさ、ミヤマキリシマの可憐さ、阿蘇の雄大な景色に感動。感動の連続！
- 🌸 天気、花、最初は残念だったが、一日楽しく歩けました。
- 🌸 10数年振りの阿蘇草千里はミヤマキリシマ、サワフタギなど霧に抱かれ、幻想的ロマンティックでした。
- 🌸 時々風が霧を流して雄大な景色が目の栄養補給でした。

新入会員登山教室 2

5/20(土) コンパニオンレスキュー基礎編

概要

前回に引きつづき、今回は主にロープワークの基礎編を行った。
コンパニオンレスキューの目的は事故の防止と遭難救助。登山者自身が事故に遭わない、起こさない為には日頃から体力、脚力、バランスなどを鍛えておくこと、また当然知識も必要となる為、登山用教材の熟練を勧めます。

感想

基礎編としてロープの結び方、シュリングの利用方法、カラビナ、エイトカン、ルペルソ等を使用して懸垂下降、確保などを主に行った。
特にロープの結びかたは多様で、名称と完成形の習得に時間がかかるため、繰り返しの練習が必要だと感じた。



ムンターヒッチ



エイトノット



ビレー・セルフビレー

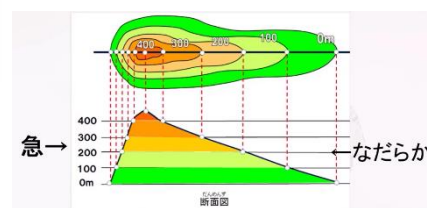
6/2(金) 地図教室座学

概要

地図を読むことで、山頂や谷など地形を把握でき、登山コースの難易度や滑落などの危険箇所、登攀ルートを事前に把握して安全な登山ルート計画が出来る。
今回はその基本となる地理院地図に磁北線の引き方、現在地確認、目的地までの誘導方法の習得。地図記号の確認。そして映像による実践登山を学んだ。

*感想

- 目的地に行く方法が少しわかり、勉強になった。
- 道路は通るものだけと思っていたが、こういう使用方法もあることがわかり、新発見だった。



6/3(土) 地図実地・演習

概要

前日座学で勉強した地図読みを屋外 3 か所で実践した。新人会員は当初は皆戸惑いもあったが、徐々に率先して、自分の場所の位置確認、進行方向の確認方法を把握するようになり、地図読みの大事さを実感したようだった。スマホだけに依存しがちな近年だが、両方の機能を活用するように心がけてもらいたい。

*感想

- 初めてでわからなかったが、知ってくれば面白くなってきた。
- 何回目かの勉強になるが、まだ奥が深く継続していきたい。



おれんじカレンダー

7月			8月		
1	土	登山教室(装備・沢登講座・技研部)	1	火	火曜岩ハイキング(自主)
2	日		2	水	水曜登山(自主)
3	月		3	木	
4	火	火曜岩ハイキング(自主)	4	金	
5	水	水曜登山(自主)	5	土	ボルダリング(技研部)
6	木		6	日	
7	金		7	月	
8	土	コンパニオンレスキュー(技研部)	8	火	火曜岩ハイキング(自主)
9	日	黒髪山(自然・山行部)	9	水	水曜登山(自主)
10	月		10	木	
11	火	火曜岩ハイキング(自主)	11	金	
12	水	水曜登山(自主)	12	土	ボルダリング(技研部)
13	木		13	日	
14	金		14	月	
15	土	氷ノ山	15	火	火曜岩ハイキング(自主)
16	日	(鳥取県と兵庫県との県境)	16	水	水曜登山(自主)
17	月	(技研部)	17	木	
18	火	火曜岩ハイキング(自主)	18	金	
19	水	水曜登山(自主)	19	土	霧島連山
20	木		20	日	(鹿児島県)(技研部)
21	金		21	月	
22	土	専門部会・全体集会(AMボルダリング)	22	火	火曜岩ハイキング(自主)
23	日	小岱山(自然・山行部)	23	水	水曜登山(自主)
24	月		24	木	
25	火	火曜岩ハイキング(自主)	25	金	金泉寺(ひまわり部)
26	水	水曜登山(自主)	26	土	専門部会全体集会(AMボルダリング)
27	木		27	日	宝満山(自然・山行部)
28	金	西岳(ひまわり部)	28	月	
29	土	ボルダリング(技研部)	29	火	火曜岩ハイキング(自主)
30	日		30	水	水曜登山(自主)
31	月		31	木	

川原顧問所掌→火曜岩ハイキング(9:00)、コンパニオンレスキュー(第3土曜 9:30) 緑地公園集合
ボルダリング(第1,2土曜 13:30～、第4土曜 10:00～)

発行元	オレンジハイキングクラブ
発行責任者	鎗水 律夫
編集責任者	高田啓子
編集委員	工藤学、福田清人、吉原昌弘、陣川光子、 西寿男、山下文代、林孝子、福岡正廣
発行年月日	2023/6/24
郵便振込口座	
ホームページ	http://orangehikingclub.com (一般参加希望者はHPより)

