

# おれんじニュース

No.397

2023年6月

石鎚山道

2023年	6月	7月	時間	場所
専門部会	24(土)	22(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
3333 段上って釈迦院詣	5
古処山・屏山	6
健山・烽火山	7
井原山・雷山	8
新入会員登山教室	9
おれんじカレンダー	10



6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)	6/11(日)	6/18(日)	6/23(金)	6/25(日)
山名(行事)	久住山&扇ヶ鼻	阿蘇高岳	鳥甲山	クニソイク(五家原岳)
地 図	久 住	阿蘇山	雲 仙	多良岳
集合場所	西諫早駅 6:30	諫早駅西口 6:20 西 諫 早 駅 6:30	西諫早駅 9:00	西諫早駅 9:00
難 易 度	体力 2 / 技術 1.5	体力 1.5 / 技術 1.5	体力 1 / 技術 1	体力 1 / 技術 1
帰着時間	19:00	19:00	15:30	13:30
歩行時間	6.0h	4.0h	4.0h	2.5h
交通手段	マイクロバス	マイクロバス	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	5,000	5,000	800	
申込期限	6/4	6/11	6/20	6/18
集 約	吉 川	堺	田 中	田 村
備 考	ドウダンツツジとミヤマキリシマに会いたくて。 健脚組:久住山→赤川 ゆっくり組:扇が鼻→赤川	ミヤマキリシマ、黄スミレが見頃です。	鳥甲山から下山したら、田代原を散策します。	全員参加で清掃活動

7月

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木ヅカミツを見ます。	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。



## 事務局より

### ・スマホ教室開催

5月13日(土)西諫早公民館にて会員向けのスマホ教室を開催しました。参加者は8名、ヤママップのダウンロード方法・使用法、文字のコピー、壁紙の変更、ライン使用法、グーグルメモ、グーグルレンズとジオグラフィカ、グーグルアース、ラインでトーク送信等・・・吉原講師の丁寧な説明で有意義な時間を過ごしました。また会員の希望で7月に2回目を開催予定です。



### ◇ 登山で活用できるスマホのアプリの紹介(参考)

\*R4. 登山時報 12月号より

名称	主な用途	対応機種		使用料の目安
		android	ios	
Chrome	インターネット閲覧	○	○	無料
Safari	インターネット閲覧		○	無料
山と高原地図	登山地図閲覧	○	○	500円/月
ヤマレコ	ナビ、SNS、登山計画書作成、提出	○	○	無料、または550円/月
YAMAP	ナビ、SNS、登山計画書作成、提出	○	○	無料、または780円/月
コンパスEX	ナビ、SNS、登山計画書作成、提出	○	○	無料、または480円/月
PeakFinder	山座固定	○	○	600円前後/1回
Google レンズ	花、そのほかの名前を調べる	○	○	無料
Tenki.jp	天気予報(雨雲、雷レーダー)	○	○	無料
スマートステラ	星と星座の位置を示す	○		480円/1回

### ◇ オレンジHC 写真展 開催!

- \*規格：A4～A3サイズを2枚/人、内容：山に関係したもの、印画紙：写真用紙  
写真展開催予定月日：7月末(提出締切日：7月15日)、場所：西諫早公民館1F予定。
- \*個人で印刷可能な会員は原則2枚以内を印刷し事務局へ提出する。  
印刷不可能な会員は写真原板を事務局へメールまたはUSBで提出する。  
ワイド写真も可とする。
- \*なお、2枚以上出展希望の会員は事務局と協議の上、枚数を決定する。



### ◇ 県連より

- ・5月20日(土)「岩場の安全な歩き方」が実施されました。  
場所：権現岩…稲佐山 10時～15時まで、参加者オレンジは4名  
内容：初心者向けロープワークと訓練後初級と中級に分かれてビレー、リード、トップロープでの岩登りを行いました。詳細は次号に掲載予定
- ・7月8日(土)「デジタル講習会」場所未定  
登山に使うスマホの利用の仕方、QRコードの作り方。
- ・7月30日(日)「沢登り講習会」場所：ウナギデ沢?

# 定期トレーニング

## コンパニオンレスキュー

実施日	4月15日	上下ハーネス	スワミベルト	三分の一引き上げ	ロープタンカ
場所	運動公園				
参加数	6名				


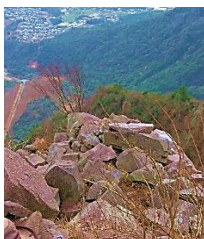





## 火曜岩ハイキング

月日	3/7 帆場岳	3/14 井樋ノ尾岳	3/21 鎌倉山
人数・時間	16名・3.5h	7名・3.0h	12名・3.0h
概要	現川運動公園～八天狗～帆場岳～帆場岳登山口～東道～現川運動公園。登りのコースは想像以上の疲労感があったが、帆場岳からの展望はよかった	立石観音登山口～立石観音～井樋ノ尾～立石観音～立石観音登山口。林間をのんびりと登り、下山時は小春日和の中気持ちの良い山行となった。	虚空蔵山公園～鎌倉山～虚空蔵山公園～虚空蔵山公園。桜日和の一日で、涼風受けながらゆっくりと花々を愛でながらの山行だった。
備考	帆場岳 	立石観音・井樋ノ尾岳 	鎌倉山へ・シヤガ  



## 水曜登山

月日	2/22 九千部岳	3/1 七面山	3/8 経ヶ岳
人数・時間	11名・4.5h	6名・5.5h	7名・5.0h
概要	田代原トレイルセンター～九千部岳～牧場分岐～東尾根ルート～田代原トレイルセンター。前日の冷え込みで雲仙の峰々は真っ白だった。	登山口P～天狗岳～七面山～登山口P。小天狗、南峰は登山禁止となっていた。七面山の急登りには新しいステンレスの梯子が設置されていた。	黒木P～大払～経ヶ岳～中山越～黒木P。大払ルートのカレ場は荒れていた。目的のマンサクはゆっくり堪能できた。
備考	九千部岳 	天狗岳頂上・七面山の梯子  	経ヶ岳・マンサク  



# 4/9(日) 3333 段上って釈迦院詣



## 概要

3333 段の石段、空迄延々と立ちはだかり先が見えないのでは？と想像したが、途中左右に方向が曲がっているのが 100 段位先までしか見えない。各国の御影石で出来た石段の段差は適切で、途中には適宜休憩所がある。両側にはシャクナゲが咲き、木陰の中を上るので清々しく目に楽しい。上りはゆっくりと、下りも焦らず股関節を使って下れば膝を痛める事はない。上り 1 時間 45 分、下り 45 分であれば無理はないと思われる。良い訓練になった。



## 行程

6:30 西諫早駅—御船 IC—県道 445/443  
—9:30/9:40 釈迦院御坂(3333 段)登り口～11:15/11:25 3333 段完  
～11:35/12:00 大行事山登山口⇄11:50 大行事山(957m)  
～12:10/12:45 釈迦院(昼食)～13:00 3333 段下り～13:45 GOAL  
—県道 445/443—御船 IC—17:30 西諫早駅

## 参加者

川原 堺 浦田 鎗水  
白石 中野 福岡 金丸

## ちょっと感想

3333 段に挑戦。1000 段まではゆっくりと登り、慣れてきた所で少しスピードアップして登りましたが、2000 段から先はきつくなり、休み休み登り何とか 3333 段に到着。

次回登る事があれば、最後まで休まずに登ってみたいです。石段の両側にはシャクナゲの花が咲いていて、楽しみながら登れたのは良かったです。下りは楽でした。





## 4/23(日)古処山(860m)

### 屏山(927m)

**参加者**：今坂 金丸 福岡 乾 堺 工藤  
西 浦山信 浦山和 高森 山下ち 浦 陣川  
高田 中野 大原 一般(野田、前田)



**行程**：西諫早駅 7:30⇒金立 SA 8:00⇒甘木 IC 8:35⇒秋月登山口 P 9:10  
～登山口 9:20～五合目 10:10～水舟～古処山分岐 11:00～奥の院分岐(ゆっくり班は古処山へ)  
～屏山 11:45(昼食休憩)～下山 12:10～奥の院分岐 12:40～奥の院・大将隠し 12:55  
～古処山 13:15 合流～下山 13:25～林道出合～国道出合登山口 14:45  
⇒甘木 IC15:10⇒多久西 PA⇒松原バス停 16:30⇒西諫早駅着 17:10

**登山概要**：筑前の小京都、秋月町にある古処山登山口から出発。植林帯や灌木林帯の緩やかな坂に所々石仏が祀られており厳かな気持ちで歩く。沢を幾度か渡ると林道終点の五合目に着く。ここから本格的な登山道になる。溪流沿いの石畳道を滑りに注意しながら登っていく。古処山分岐から国天然記念物の美しいツゲの原生林の道へ。ツゲの原生林が地元の人々に守られているのを感じる。尾根道が広がった所にある奥の院、屏山への分岐箇所に出る。ここからゆっくり班は古処山へ。健脚班は屏山へ。丸木階段や木の根が露出した緩やかな照葉樹林に覆われた坂道を登ると屏山に着く。山道途中に自然石が立ち並んだ「自然羅漢」の名がついた場所があった。山頂からは北東方面が見渡せる。昼食休憩をして登山道に戻り、奥の院分岐から古処山に向かう。途中寄り道をして巨岩石に囲まれた「奥の院、大将隠し」を見学。苔むした岩石の山道進む。沿道にはツゲが生い茂り、岩の間にハルリンドウや一人静の花が咲いていた。巨石群に囲まれた展望良好な古処山に到着。待っていたゆっくり班と合流。少し休憩して、国道 322 号出合登山口へ下山した。

#### 一言感想：

※お花の写真もゆっくり撮れて楽しかったです。ツゲの原生林の登山道も気持ち良く大将隠しの岩場も面白かったです。

※好天に恵まれゆっくり花々や新緑を愛でながら、程よい汗をかいて気持ち良い山行でした。

※景色も花も岩場も見られたし、鹿の鳴き声も聞けたし、天気も良く、良い山行でした。

※青空の下、新緑が輝いて綺麗でした。沢沿いの道はヒンヤリ、汗もかかず快調でした。

たちつぼすみれ



ハルリンドウ



ヒメレンゲ



ひとりしずか





4月28日(金)

# 健山：烽火山



参加者：福岡 金丸 今坂 大久保 高田 山下ち 林

行程：西諫早駅 9:10～片淵公園 10:00～健山 10:50～烽火山 11:25～片淵公園 12:30  
～(昼食 30分)片淵公園 13:10～中尾ふれあい新鮮市で買い物 13:40～西諫早駅 14:30



烽火台のかま跡

## 登山概要

片淵公園にある野球のピッチング練習場の横から登り始める。竹林を横に見ながら5分登って行くと健山と七面山の分岐に、左折して健山へ。急斜面を登りきると健山に着く。右折して烽火山へ緩やかな坂道を下り、鞍部から傾斜が増す坂道を登り返す。

二カ所の妙光寺への分岐を過ぎ、傾斜が増してくると山頂も間近だ。山頂には烽火台のかま跡があり、雑木林の間から長崎港と長崎半島の山々が展望される。帰路は元来た道を帰る。

## 一言感想

天候に恵まれ、新緑の中気持ちの良い山歩きを楽しむことが出来ました。山頂からは長崎港や長崎半島の山々が見えました。三菱重工のクレーンも見え、働いていた時を思い出しました。山に登らないと見られないこの景色、山登りってよかね。

## 猿の腰掛



人の腰掛  
(片淵公園)

2023/04/



4/30

# 井原山 (983m) 雷山 (955m)



井原山の頂上から

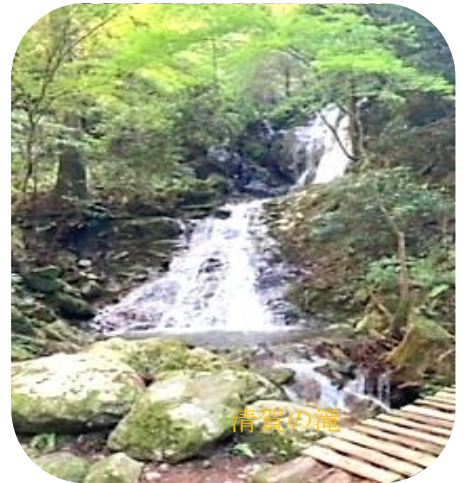
**行程**：7:20諫早駅—7:30西諫早—諫早IC—8:30佐賀大和IC—9:30三瀬峠登山口  
～新村分岐～12:00井原山山頂(昼食)～洗い谷分岐  
～古場分岐～14:15雷山山頂～雷神社上宮  
～16:00雷山観音寺—17:00佐賀大和～18:30西諫早駅

**登山概要**：三瀬峠登山口で準備体操をしていざ出発。前日の雨も上がり、井原山のミツバツツジが青空に映えとても美しい。気持ちよい登山道だ。井原山でお弁当を食べて雷山へ向けて出発。ブナの若葉の森も美しい。途中、本富士山(モトフジヤマ)と富士山(フジヤマ)を通り、雷山へ。雷山からの長い急な下りを注意しながら下り、雷神社上宮へ着いたときにはほっとした。

帰りのバスの中では、コロナ禍の山行では聴かれなかった歌声も久し振りに聴くことができ、楽しく過ごした。



富士山(フジヤマ)頂上



清賀の滝



福岡 金丸 鏝水 吉崎 浦田 浦山信 浦山和 大久保 西今坂 山下千 松岡 浦戸塚 高田 一般(仲井、野田)

### 一言感想

- \* ミツバツツジのトンネルが疲れを吹き飛ばしてくれました。皆さんと笑い、会話し、助け合いながら登る山は最高に楽しかったです。感謝！
- \* 満開のミツバツツジを堪能できました。雷山からの下りは思ったより長く厳しくて、初めての人には結構きつかったと思います。
- \* ミツバツツジのトンネルは最高でした。清賀の滝には癒されます。いつか秋の紅葉と登りも楽しみたいです。
- \* 久々の井原山～雷山。ミツバツツジがきれいであった。天気が良く、涼しく、心地よい尾根歩きであった。



# 新入会員登山教室



## 5/12(金) 登山の楽しみ方、歩き方

### 概要

毎年会員向けの登山教室は開催しているが、今年は入会3年以下の方について2ヵ月の計画で始めた。その第1回目として「登山の楽しみ方」と「歩き方」について開催した。

スクリーンに映し出された、四季の花々は季節・名前の由来・撮影した山域など、良く整理され丁寧な説明で魅了された。また全国の踏破した山々や山岳の写真は空撮を混じえて分かりやすくも圧倒された。何時か自分もと思わせるに十分な内容であった。

また、計画で登山の半分は達成と言われるように、自ら計画する事は楽しくもあり、自立した登山者になるために必要であるとの提言は重く受け止められたと思う。

新入会員 登山教室(案) 終了山行(希望の山+岩田さんテント泊+沢登?)

2023/5/1

文責 浦田むつみ

月日	集會名	内容	担当	場所	必要品	備考
5/12(金) 19:00-21:00	新人教室No1	登山の楽しみ方(季節・花・植物・動物・山域) 歩き方	坂口 鎗水	西諫早公民館	筆記器具 ハイキングABC	PC・プロジェクター
5/20(土) 9:30-14:30	コンパニオンレスキュー	道具(ハーネス、シュリング、カラビナ、ロープ) ロープ結び	川原 堺 工藤	運動公園東屋	持っている道具 レスキューファイル	集合場所は緑地公園か現地集合
5/27(土)	専門部会全体集會					
6/2(金) 19:00-21:00	新人教室 No2 座学	地図座学 (地図の使用の目的 磁北線の引き方)	堺 浦田 鎗水 工藤	西諫早公民館	定規(30cm以上) 地図シルバークンパス	浦山夫妻、陣川 福田 免除
6/3(土) 9:30-14:30	新人教室 N03	地図実地 演習	堺 浦田 鎗水 川原	御館山-虚空蔵公園-日岳	地図、定規、シルバークンパス	各1時間+移動
6/17(土) 8:30-14:30	コンパニオンレスキュー	岩登りの初歩 3点支持 確保	川原 白石 堺 (山下)	牛首 初歩	各自とオレンジ	他の参加者
6/24(土)	専門部会全体集會					
6/30(金) 19:00-21:00	新人教室 N04 座学	救急法と勤労者山岳連盟の保険	白石 高田 鎗水	西諫早公民館	筆記器具ハイキングABC	
7/1(土)	新人教室 No5	服装、装備、救急法	(山下、松岡) 白石 高田	西諫早公民館 戸外?	各自持参	
7/8(土)	コンパニオンレスキュー	沢登	川原 堺 國分 白石		7/1に装備説明	

### 参加者

山口幸 陣川 福田 永石 吉崎 戸塚 辻 (川野 浦山和 浦山信)  
坂口講師 川原 浦田 福岡 工藤 堺 鎗水

### 一言感想

- \* 山々や高山植物の画像で大変癒されました。そして、最後に見た歩き方で毎朝ウォーキングしています。勉強になりました。
- \* 講話とスライドショーを見て日本の山の美しさを知り、植物に興味を持つと山の楽しみが増える事が良くわかりました。ニコニコ歩く、楽しく歩く事が大切だと知りました。





# おれんじカレンダー

6月			7月		
1	木	坊がつる～平治岳テント泊(自主)	1	土	登山教室(沢登り講座・技研部) <small>高田</small>
2	金	登山教室(地形図、コンパス座学)	2	日	
3	土	登山教室(地形図、コンパス実地演習)	3	月	
4	日		4	火	火曜岩ハイキング(自主)
5	月		5	水	水曜登山(自主)
6	火	火曜岩ハイキング(自主)	6	木	
7	水	水曜登山(自主)	7	金	
8	木		8	土	コンパニオンレスキュー(技研部)
9	金		9	日	黒髪山(自然・山行部)
10	土	ボルダリング(技研部)	10	月	
11	日	久住山・扇ヶ鼻(自然・山行部)	11	火	火曜岩ハイキング(自主)
12	月		12	水	水曜登山(自主)
13	火	火曜岩ハイキング(自主)	13	木	
14	水	水曜登山(自主)	14	金	
15	木		15	土	氷ノ山
16	金		16	日	(鳥取県と兵庫県との県境)
17	土	登山教室(牛首岩登り、技研部)	17	月	(技研部)
18	日	阿蘇高岳(技研部)	18	火	火曜岩ハイキング(自主)
19	月		19	水	水曜登山(自主)
20	火	火曜岩ハイキング(自主)	20	木	
21	水	水曜登山(自主)	21	金	
22	木		22	土	専門部会・全体集会(AMボルダリング)
23	金	鳥甲山(ひまわり部)	23	日	小岱山(自然・山行部)
24	土	専門部会・全体集会(AMボルダリング)	24	月	
25	日	刈一ツク五家原岳(自然・山行部)	25	火	火曜岩ハイキング(自主)
26	月		26	水	水曜登山(自主)
27	火	火曜岩ハイキング(自主)	27	木	
28	水	水曜登山(自主)	28	金	西岳(ひまわり部)
29	木		29	土	ボルダリング(技研部)
30	金	登山教室(装備、ファーストエイド、遭対基金)	30	日	
			31	月	

川原間所掌➡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	2023/5/27
郵便振込口座	
ホームページ	<a href="http://orangehikingclub.com">http://orangehikingclub.com</a> (一般参加希望者はHPより)

