

# おれんじニュース

No.401

2023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
霧島神宮散策と 韓国岳・大浪の池登山	5
北岳	7
金泉寺	9
おれんじカレンダー	10

鷲羽岳と三俣山荘

2023年	10月	11月	時間	場所
専門部会	26(木)	25(土)	13:30~14:30	西諫早公民館
全体集会			14:30~16:00	

# 10月



# 月例山行案内

部	自然・山行部	技研部	自然・山行部	ひまわり部
月/日(曜)	10/1(日)	10/15(日)	10/22(日)	10/27(金)
山名(行事)	釈迦岳・御前岳	三俣山(1745m)	鷹ノ巣山	オルレ南島原
地 図	豊後大野・十籠	湯坪・大船山	英彦山	南島原
集合場所	諫早駅 6:20 西諫早駅 6:30	西諫早駅 6:30	諫早駅 6:20 西諫早駅 6:30	緑地公園 8:00
難易度	体力1/技術1	体力2/技術2	体力1.5/技術1.5	体力2/技術2
帰着時間	18:00	19:00	19:30	16:00
歩行時間	3.5h	4.0~5.0h	5.0h	4.0~5.0h
交通手段	マイクロバス	マイクロバス	マイクロバス	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円	5,000円	5,000円	800円
申込期限	9/24	10/8	10/15	10/22
集 約	高 森	堺	高 森	田中 静
備 考	福岡、大分の県境。福岡県最高峰の釈迦岳、2位御前岳。	大鍋、小鍋の峰々を巡ります。	周囲が急な崖で囲まれ、岳が3ヶ所ある。	山と海を眺めながらゆっくりと楽しみましょう。

# 11月

部	技研部	自然・山行部	自然・山行部	ひまわり部
月/日(曜)	11/2(木)~11/4(土)	11/12(日)	11/19(日)	11/24(金)
山名(行事)	石鎚山	鞍岳・ツームシ山	檜原山・羅漢寺	琴ノ尾岳・仙吾岳・丸田岳
地 図	石鎚山・堂ヶ岳・二ノ森	鞍 岳	耶馬溪西部・東部	長崎東北部
集合場所	諫早駅 6:20 西諫早駅 6:30	西諫早駅 7:00	諫早駅 6:20 西諫早駅 6:30	緑地公園 9:00
難易度	体力2/技術1.5	体力1/技術1	体力1/技術1	体力1/技術1
帰着時間	11/4(土) 21:00	17:30~18:00	19:00	15:30
歩行時間	5.0~6.0h	3.5h	4.0h	4.0h
交通手段	マイクロバス	マイクロバス	マイクロバス	マイカー
宿泊施設	国民宿舎・旅館	なし	なし	なし
温泉	なし	なし	なし	なし
参加費	35,000~40,000円	3,700円	4,500円	800円
申込期限	9/30	11/5	11/11	11/20
集 約	堺	高 森	高 森	田中 静
備 考	紅葉狩りと「三本杭山(崖有)」を巡ります。	阿蘇外輪山頂からの眺望、日本遊歩道百選を歩く	檜原山の修験岩場を歩き、また秋の耶馬溪東部の羅漢寺古羅漢を訪ねます。	琴ノ尾岳からは東に多良山系・雲仙、北に大村湾、南に長崎市と360度の展望。

## 事務局より

9月1日付けで本多一幸さんが入会されました。  
多くの登山経験がある方です。よろしくお願いします。



### ◇岩訓練について

'20/12より開始されたボルダリングは'23/8に設備が閉鎖された事により終了しました。  
代わりに実践訓練として、技研部主催でクラブ山行のない日曜日に岩訓練(1回/月)を行います。初回は10/8 長崎市立岩町の権現岩で行います。

### ◇登山教室(7月22日)

#### 服装・装備の基本と豆知識



#### ① 靴は登山道に合わせる。

ガレ場・雪・雨の場合防水のハイカット革靴を選ぶ。靴紐は最後に2回結びをし、緩まないようする。靴下は2枚履くと疲れが取れやすく、さらにスパッツを履くと小石などが入りにくい。予備の靴下、靴紐を持参する。靴が濡れたら中に新聞紙を詰めると一晩で乾く。靴を履いたまま雨具(ズボン)をセットするにはレジ袋を靴にかぶせると良い。

#### ② 衣服・雨具・手袋・帽子

季節に関係なく手足を覆う服装をする。重ね着で調整する。雨具、手袋は必携。帽子はひも付きが良い。手袋は三本指の先端を切り取ると便利。ザックカバーの必携と中のもので濡れない為に(財布・スマホ・着替え・電池)はジップロック内に入れる。

#### ③ ザック・ストック

ザックは荷物量に合わせてサイドポケットの多い軽量のものを選ぶ。二気室が便利。ストックは自分で調整できるものを使用する。登山時、休憩時にバランスをとるのに有効となる。ザックカバーは紐付きが良く、風等で紛失しない。

#### ④ 行動食・非常食

体力不足はアミノバイタルを事前に飲む。スポーツドリンクは糖分が多いので薄めて飲む。干し梅等の塩分とクエン酸を摂るようにする。

### ◇県連沢登り

7月29日(土)9時30分~16時 場所:黒木小川内川右俣・参加者12名(オレンジ4名)  
カルチャーの浜崎さんの指導により沢登り。淵を渡ったり、深みは泳ぎ、大小3ヶ所の滝を登った。最近は何か所か砂防ダムもあり、高巻の訓練にもなった。

熟練者の補助で確保、ビレイ、岩登りの指示を受けながら全員無事に完遂できた。沢は涼しく他会のメンバーと楽しく1日を過ごせた。

#### \*新人の感想

- ・怖かったがチャレンジ精神で臨んだ。ビレーを信じて必死で滝や岩を登り自信となった。



### ◇県連より

#### ・被爆遺構巡り・平和登山

9月30日(水)8時30分 ブリックホール集合(詳細コースは当日配布)

#### ・岩登り訓練:10月15日(日) 場所;長崎市権現岩 9時30分精香園前駐車場集合

#### ・県連フェスタ

10月28日(土)13時~29日(日)15時 金泉寺 29日のみの参加者は8時30分集合

参加費:宿泊2000円/テント泊1000円/日帰り500円 豚鍋交流会・登山報告会

29日は交流登山(3コース計画).....申し込み締め切り10月13日

# 定期トレーニング

## コンパニオンレスキュー

実施日	9月16日	スワミベルト	アンザイレン	ユマール登攀	ふりこトラバース
場所	土師野尾ダム				
参加数	6名				



## 火曜登山

月日	6/20 九千部岳	6/27 銀嶺溪	7/4 虚空蔵山
人数・時間	8名・4.0h	6名・3.5h	7名・3.5h
概要	吹越登山口～分岐～九千部岳～吹越登山口。九千部岳への登山道は樹林帯を吹き抜ける風が気持ち良く、ヤマボウシも満開で素晴らしかった。	銀嶺溪P～小松尾公園～観音滝～林道～新林道～銀嶺溪P。前夜の雨で川の水量が増していたので渡渉に苦労したが、川沿いの登山道は涼しく、適度の運動量となった。	長野登山口P～分岐～虚空蔵山～長野登山口P。登山道は雨の後の為少し荒れていたが、順調に進んだ。虚空蔵山からの展望は霧の為良くなかった。
備考	九千部岳  ヤマボウシ 	観音滝  ヒメシヤラ 	岩場を登る  虚空蔵山 



## 水曜登山

月日	6/28 絹笠山	7/5 郡岳	7/12 矢岳
人数・時間	5名・4.0h	5名・6.0h	8名・4.0h
概要	白雲の池P～絹笠山～原生沼～白雲の池P。絹笠山は薄曇りで霧の中の登山となった。	北登山口P～郡岳～遠目越～南登山口。あまり歩かない登山ルートの為、途中藪漕ぎと路迷いで時間がかかった。また雨模様で体力を消耗し、疲労感も増した。	池之原P～矢岳～宝原園地～地獄～温泉神社～池之原P。普段歩かない満明寺、雲仙岳神社ルートが面白かった。小雨だったが涼しい山行となった。
備考	登山道  絹笠山 	ヤマホトトギス  ハンカイソウ 	ツチアケビの花  地獄 

8月19日(土)～20日(日)

## 霧島神宮散策と韓国岳・大浪の池登山



### 行程

19日(土)

本諫早出発 6:30—えびの IC 10:50—えびの高原ミュージアム C  
11:10～えびの岳登山 11:20～山頂にて昼食  
～えびの高原ミュージアム C 13:22  
霧島神宮へ移動—14:00 霧島神宮散策 民宿到着 15:30

20日(日)

つつじが丘登山口発 8:23～韓国岳避難小屋 10:00  
～韓国岳山頂 11:05～韓国岳避難小屋 12:40  
～大浪の池登山口着 14:47—20:30 諫早帰着

### 登山概要

19日(土)

本諫早駅を出発し、途中の高速バス停で二人が乗車。  
約4時間強のバスの旅も車内は至って和やかな雰囲気。  
今から行く韓国岳山行に話が弾む。途中でトイレ休憩を  
取り

あつと言う間にえびの高原ミュージアムセンターに到着。

早々に、最初に登るえびの岳への準備を行い、登山開始。

本日のリーダーの先導で順調に足を進める。樹林の中を  
歩くこと約40分で頂上に到着。展望はなかったものの、皆  
適当なところで昼食タイム。その後は早々に下山したが、キ  
ャンプ場付近には広大なよく手入れされたアカマツ林があり、  
その幹の色艶には圧倒された。

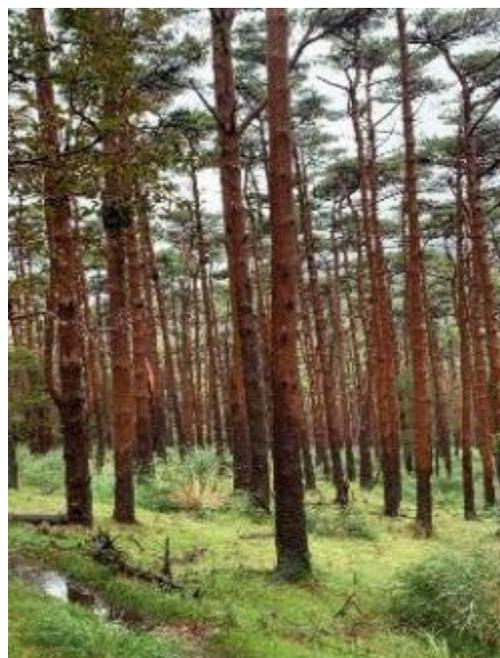
再度バスに乗り込み、全員が霧島神宮に移動。

約30分程度で門前町に到着。本日宿泊の民宿『きりしま  
路』にバスを駐車し散策開始。

本殿で参拝の後は、境内の千年近くは経つであろう杉の巨  
木、清流、滝の美しさに見とれてしまった。

宿に戻り、各人風呂を済ませ、お楽しみの夕食。夕食時は  
踊りが出るのではと心配するほど宴会が盛り上がり、おかみ  
さんの手作りの小鉢数品に舌鼓を打ち、盛会のうちに終了。

担当者としては「旅行は宿も重要バイ」との声も聞け、み  
んなが喜んでくれたものと実感した。





**参加者：**  
堺、浦山、陣川、川野、國分、山下ち  
辻、工藤、松岡、鎗水、久保、福田



**ちょっと一言**  
\*素晴らしい山とだけの予備知識でしたが、頂上は最高の絶景でした。  
\*360度の眺め最高、錦江湾も見えた。  
\*急登の木道30分は疲れたねー。  
\*霧島神宮の周辺は清らかな水の宝庫なんでしょうね。

20日(日)

本来は、硫黄山経由で韓国岳迄の稜線を歩く予定だったが、数日前に有毒火山性ガスが発生した為に、計画していたルートの4か所の入山規制が発生し、今回一段下のエスケープルートを使っての登山となった。登山計画の基本であるエスケープルートを設定していた為、混乱もなく山行出来た事は、担当者として準備の大切さを痛感した。

つつじが丘登山口より登山開始。しばらくは、林の中を歩くような、起伏のない穏やかな道を歩いて、韓国岳避難小屋迄約1時間30分。ここから一挙に韓国岳山頂までの急登を登るのだが、これが予想以上に、皆の足を容赦なく痛めつけた。中途半端な段差高の木道の連続には皆が苦戦し『ここで待っとくので行って来て』の声も。そんなことを言いながらも頑張り、ふと後ろを振り変えれば、大浪の池と韓国岳のコラボ絶景。

後は頂上直下のガレ場を登ぼり切ると頂上はすぐそこ。頂上で記念撮影と昼食を済ませ、しばらく霧島の山々の大パノラマを脳裏に焼き付け、同じ道を今度はひたすら下り、避難小屋まで1時間。その後は大浪の池登山口に向けて、心地よい山道を歩き40分で登山口到着。

今回の韓国岳周辺はコースも整備されており、ハイカーも多いので道迷いの心配はない。

西諫早着は20時30分となってしまう、担当者としては1時間早く帰宅させたかった。

7/30~8/4 北岳：間ノ岳

間ノ岳から見た北岳

参加者

福岡 金丸 今坂 福田 吉川

## 行程

7/30 諫早 IC 16:34 発～天神 BC 18:55 着 名古屋行夜行バス 20:55 発

7/31 名古屋名鉄 BC 7:50 着—名古屋駅(新幹線こだま)9:08 発—静岡駅 10:25 着  
—静岡駅(特急ふじかわ 5号)11:45 発—身延駅 13:08 着—身延駅バス 13:45 発  
—奈良田 15:15 着—奈良田バス 15:30 発—広河原 16:15 着 (広河原山荘 宿泊)

8/01 広河原山荘 6:00 発～白根御池小屋 9:30～北岳肩ノ小屋着 13:30 (肩ノ小屋 宿泊)

8/02 北岳肩ノ小屋発 5:00～北岳 6:30～中白根山 8:20～間ノ岳 10:00  
～中白根山 11:20 北岳 13:30～北岳肩ノ小屋着 14:30 (北岳肩ノ小屋 宿泊)

8/03 北岳肩ノ小屋発 5:00～広河原着 10:00—甲府—甲府駅発(特急ふじかわ 10号)14:3  
—静岡駅着 16:56—静岡駅発 17:21—名古屋駅着 18:37 福岡行 夜行バス 21:00 発

8/04 西鉄 BC 7:41 着—長崎行 8:40 発—諫早 IC 10:51 着



白根御池

## 概要

7/31 奈良田温泉からバスで広河原に入る今日は、広河原山荘に宿泊。山荘は2021年10月に移転建てで替えた。三階建てでお風呂、個室、野外には炊事場、シャワー棟もあった。

夕食はステーキだった。

8/1 広河原山荘を 5 時に出発。北沢峠への林道ゲートの脇を抜け上流へ少し歩き、左手に野呂川に架かる吊橋を対岸へ渡る。大樺沢の小さな沢を渡ると、すぐに白根御池の分岐に出る。ここを右に進む。初めは沢を右手に見ながら登る。

やがて沢と分かれ、樹林帯の中急坂の道を延々と登る。標高 1880m 付近に第一のベンチ、2160m に第二のベンチ、休憩が増える。山腹を巻くような形で南へ向かう。崩壊地の上を通過して、沢を横切ってさらに南下すると白根御池小屋に。御池周辺がキャンプ場、北岳バットレスが見える。

白根御池から小太郎尾根分岐までの標高差約 500m の区間は、草スベリと言われており、急坂の連続で休憩の回数が増えた。大きなお花畑もあり楽しみながら登り、やっとのことで小太郎尾根の分岐に。ここで一気に展望が開けて、甲斐駒岳、仙丈ヶ岳、鳳凰三山が見え疲れも飛んだ。

花を観察しながら岩稜を進んで、北岳肩ノ小屋の到着、3010m。今夜は北岳肩ノ小屋泊まり。



8/2 肩ノ小屋を 5 時に出発、岩のごつごつした急坂を登り、最後の岩峰を右に巻いて行けば北岳山頂。

山頂に立ち、どっしりとした白峰三山縦走路、南アルプスの山々、雲海に浮ぶ富士山など素晴らしい大パノラマを堪能した。

間ノ岳へ向かう。やせた岩稜を下って行く。吊り尾根分岐から北岳山荘までの間には高山植物も多く、

観察しながら行く。ハイマツ帯に入り平坦になると、北岳山荘に着く。山荘から南西に緩やかに登ると中白根山 3055m に着いた。振り返れば北岳が凜とした姿を見せてくれる。さらに広い尾根をたどって行くと間ノ岳だ。山頂は広く、荒天時には迷いやすいそうだ。Yさんが準備してくれたコーヒーとお菓子をいただいた。大展望台で飲むコーヒーは格別だ。

肩ノ小屋に向かって来た道を引き返す。途中でライチョウの親子に会う。雨に会うが、小屋に着く少し前でラッキーだった。今夜は肩ノ小屋泊まり。

8/3 北岳肩ノ小屋 4 時 30 分出発。予定の時間に無事広河原に到着。シャワーを浴びスッキリ。



# 8/25 金泉寺 (826m)

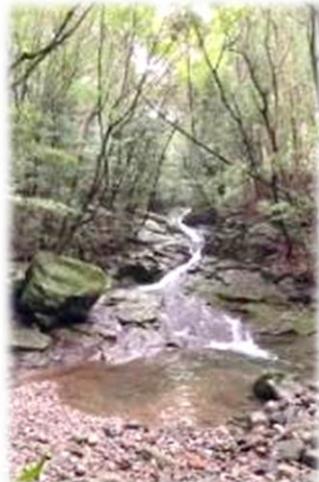


行程：緑地公園(9:00)⇒大渡橋②(9:45)出発(9:55)⇒  
小松尾公園(10:45)⇒金泉寺(11:55)・昼食⇒金泉寺発(12:40)  
金泉寺登山口(13:10)⇒轟峡入口(13:15)⇒車道⇒大渡橋②(14:05)  
出発(14:15)⇒緑地公園着(15:00)

## 山行概要

轟峡大渡橋より溪流沿いにイロハモミジの巨木、ヒメシヤラの木を観て、  
渡渉を繰り返し小松尾公園へ。小松尾公園登山口より参道を金泉寺へ。長い登り  
で蒸し暑く、体力を消耗する。金泉寺で昼食。昼食時に金泉寺に登山者が誰もいない。珍しい！  
昼食後は金泉寺登山口へ下る。更に轟峡入口を大渡橋へ。山道は少し荒れていて歩きにくか  
った。45分ほど歩くと車道に出る。車道を15分歩きゴールの大渡橋へ。蒸し暑く、足元も滑り  
やすかったが何事もなく全員無事に下山。

今回悩まされたのが「アブ」で虫除けスプレーも効き目なく、「アブ」との闘いの山行でもあった。



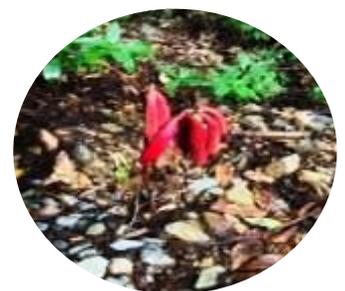
参加者：山下チ、福岡、金丸、今坂、松岡、高田

## 一言感想

\*登りはアブに終始付きまといわれ、下山は滑らないように気をつけ  
ての汗だくの山行でした。

\*滝を見て、水の流れる音を聴きながら歩く、しばし暑さを忘れ、気  
持ち良かったです。樹齢約500年のイロハモミジの巨木、つるつ  
るの木肌の大きなヒメシヤラの木、溪流の風景など自然を満喫し  
ました。小松尾公園登山口から金泉寺までの登りは思っていた以  
上にきつかったです。

\*暑さとアブに付きまといわれながらの長い登りはきつかったです。  
でも金泉寺に着くと、静かで涼しく、ゆっくりお弁当を食べて休憩  
すると元気になりました。



ツチアケビの実



ヤマホトトギス

# おれんじカレンダー

10月			11月		
1	日	釈迦岳・御前岳	1	水	水曜登山(自主)
2	月		2	木	
3	火	火曜登山(高岩山・自主)	3	金	石鎚山 (技研部)
4	水	水曜登山(自主)	4	土	
5	木	緑の地平線歩き(自主)	5	日	
6	金		6	月	
7	土		7	火	火曜登山(中山越～経ヶ岳・自主)
8	日	岩訓練(権現岩・技研部)	8	水	水曜登山(自主)
9	月		9	木	緑の地平線歩き(自主)
10	火	火曜登山(仙吾・丸田・稗ノ岳・自主)	10	金	
11	水	水曜登山(自主)	11	土	
12	木	緑の地平線歩き(自主)	12	日	鞍岳・ツームシ山 (自然・山行部)
13	金		13	月	
14	土		14	火	火曜登山(雲仙普賢岳・自主)
15	日	三俣山(技研部) 岩訓練(権現岩・県連)	15	水	水曜登山(自主)
16	月		16	木	緑の地平線歩き(自主)
17	火	火曜登山(市民の森～戸町岳・自主)	17	金	
18	水	水曜登山(自主)	18	土	コンパニオンレスキュー(技研部)
19	木	緑の地平線歩き(自主)	19	日	檜原山 (自然・山行部)
20	金		20	月	
21	土	コンパニオンレスキュー(技研部)	21	火	火曜登山(長崎七面山・自主)
22	日	鷹ノ巣山 (自然・山行部)	22	水	水曜登山(自主)
23	月		23	木	緑の地平線歩き(自主)
24	火	火曜登山(黒木～金泉寺・自主)	24	金	琴ノ尾岳・仙吾岳・丸田岳 (ひまわり部)
25	水	水曜登山(自主)	25	土	専門部会・全体集会
26	木	専門部会・全体集会	26	日	岩訓練(権現岩・技研部)
27	金	オルレ 南島原 (ひまわり部)	27	月	
28	土	県連フェスタ(金泉寺)	28	火	火曜登山(四阿登山口～金泉寺・自主)
29	日		29	水	水曜登山(自主)
30	月		30	木	緑の地平線歩き(自主)
31	火	火曜登山(富川万年の森・自主)			

川原顧問所掌 ➡ 緑の地平線歩き(木曜 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

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	2023/9/23
郵便振込口座	
ホームページ	<a href="http://orangehikingclub.com">http://orangehikingclub.com</a>

