

おれんじニュース

No.4 1 1

2024 年 8 月

CONTENTS

月例山行案内	2
お知らせ	3
定期トレーニング	4
見帰りの滝散策	5
野鳥特集	6
平和と登山全国集会	7
緑の地平線歩き	8
土佐の旅・横倉山	9
おれんじカレンダー	10

見帰りの滝

2024 年	8 月	9 月	時 間	場 所
専門部会	24 (土)	28 (土)	13:30~14:30	西諫早公民館
全体集会			14:30~16:00	

8月



月例山行案内

部	自然,山行部	技研部	ひまわり部
月/日(曜)	8/18(日)	8/25(日)~26(月)	8/30(金)
山名(行事)	若杉山・岳城山	黒木溪谷	遠目山
地 図	大宰府・篠栗	多良岳	武留路山
集 合 場 所	西諫早駅 6:30	緑地公園 9:00	緑地公園 9:00
難 易 度	体力 1.5 / 技術 1	体力 1.5 / 技術 1.5	体力 1.5 / 技術 1
帰 着 時 間	18:30	8/26(月) 午後	14:30
歩 行 時 間	4.5 h		3.0 h
交 通 手 段	マイクロバス	マイカー	マイカー
宿 泊 施 設	な し	テント 1 張り	な し
温 泉	な し	なし	な し
参 加 費	3,500 円	交通費・食事代	800 円
申 込 期 限	8/11	8/18	8/26
集 約	今 坂	堺	田 中
備 考	大和の巨大杉の中で森林浴を楽しみ、2つの低山を縦走。	沢登り技術訓練 テント設営訓練	妖怪の森を見ながら、近距離で遠目山を目指す。

9月

部	自然・山行部	自然山行部	技研部	ひまわり部
月/日(曜)	9/1(日)	9/29(日)	9/21(土)~23(月)	9/27(金)
山名(行事)	竜峰山	クリーンハイキング	鹿屋市高隈山系	虚空蔵山(川棚町)
地 図	大宰府・篠栗	多良岳	上祓川	嬉野・彼杵
集 合 場 所	西諫早駅 6:30	緑地公園 8:00	西諫早駅 7:00	緑地公園 9:00
難 易 度	体力 1 / 技術 1	体力 1/技術 1	体力 1~2 / 技術 2	体力 1 / 技術 1
帰 着 時 間	19:30	15:00	9/23(月) 19:00	15:30
歩 行 時 間	6.0 h	3.5 h	計 10 h	3.0 h
交 通 手 段	マイクロバス	マイカー	マイカー	マイカー
宿 泊 施 設	な し	なし	テント泊&民宿	な し
温 泉	な し	なし	あり	な し
参 加 費	5,200 円	なし	2 万~2.5 万円	800 円
申 込 期 限	8/25	9/22	9/8	9/23
集 約	今 坂	今 坂	堺・福田	田 中
備 考	辰年に因んで低山縦走。石段登山口から予定、五合目登山口からでも可。	(五家原岳山系) 年 1 回の清掃活動です。多くの方の参加をお願いします。	ゆっくり班・健脚班、1泊2日でも可。タカクマホトトギス等を鑑賞。	標高が低いが展望は素晴らしい。南に経ヶ岳、北に隠居岳等

事務局より

◇ 沢登り事前学習会

7月28日及び8月11日の県連沢登りに備えて事前の学習会が実施された。

- ・沢登りは日本独特のものであり、海外ではラフティングが主流。
基本は1組/3人で行い、P L・初心者・S Lの順番に列を作る。



① 渡渉の基本

- ・浅場は石伝いに小幅で歩く、深場はロープを使用して確保しながら歩行する。

② ルート選択

- ・安全なルートを選び、お助け紐を使用(岩登りの基本：ロープワーク、支点確保)
- ・ヘツリ、川岸の岩を横移動(水面と平行に)、ホールドを小さく、水面下のスタンスを探す。

③ 滝

- ・水線から近い場所を選び、定点支持、浮石を確認し、岩登りの基本厳守、ロープ使用も。
泳ぎが必要であれば救命胴衣の持参必要。

④ 装備について

- ・靴は溪流シューズ、フェルト付きのタビ等。上着はポリエステル製、ズボンは撥水性に優れたナイロン系素材が良い。アンダーウェアは化学繊維を使用。その他の詳細装備品についての資料は事務局に保管している。



◇ カビ対策

- ・カビとは微生物の一種で湿度の高い所、有機物質(木材、食品、紙など)がある場所で発生し繁殖する。カビ菌は空気中のどこでも漂っており、条件が揃うと繁殖し広がる。
多くのカビは表面に緑、黒、白、青色などの斑点や模様を作る。

1, カビの発生環境

70%以上の湿度 ② 20~30° の気温 ③ 栄養分(食品食べカス他)

2, カビの種類

名 称	特 徴	分 布	影 響・症 状
アオカビ	チーズに使用、カビ毒もある	食品・ほこり	痒み、咳、鼻水、のどの痛み・腫れ、倦怠感、頭痛、めまい、呼吸トラブル、副鼻腔炎、外耳炎、発ガン物質、 *カビ毒からは肝障害、腎障害、消化器系障害
クロカビ	空中に浮遊、根を張り落とせない	エアコン・浴室	
アカカビ	様々の色調の綿毛状集落体	トイレ・洗面所	
コウジカビ	やや乾燥した場所を好む	繊維製品・穀類	

3, 主なカビの発生場所とカビ対策

- ① トイレ：中性洗剤をかけブラシで洗う、便座、便器もシートでふく。
- ② 浴 室：塩素系漂白剤使用、換気をする。50° 以上のシャワーをかける。
- ③ 洗面所：ゴミ除去、スポンジで清掃。
- ④ キッチン：洗剤を使い分け掃除。
- ⑤ クローゼット・押入れ：定期的に扉を開け風通しを良くする、除湿剤設置、スノコを下に敷く、2割の空間を作る。

***カビ毒除去には特殊な工程必要、対策はカビを発生させない、カビ毒は食品で増殖するので、食品の保存方法、消費期限、鮮度、匂い、見た目を確認する。**

◇ 県連より

- ・7/28(日) 沢登り実技・・・場所：多良山系 集合：黒木河川公園駐車場 9:30
- ・8/11(日) 沢登り実技・・・場所：多良山系

定期トレーニング

コンパニオンレスキュー

実施日	6月1日	カウンターラッペル	背負い搬送	マッシャー登坂	ランニングビレー
場所	土師野尾ダム				
参加数	7名				



火曜登山

月 日	6/4 兜岳	6/11 鳥甲岳～二合半岳	6/18 九千部岳	7/2 上山・御館山
人数・時間	9名/3.5h	7名/4.0h	8名/3.5h	5名/3.0h
概要	落矢ダムP～尾根～林道～兜岳～尾根～落矢ダムP。登山道は樹林帯の中で涼しかった。下山路にはロープ場もあり急坂で滑りやすかった。	鳥甲岳P～林道～鳥甲岳～摩利支天～二合半岳～林道～鳥甲岳P。二合半岳頂上までは尾根を3ヶ所ほど越え、最後の登りも長く感じた。	吹越P～自然歩道～九千部岳往復。雨上がりで九千部岳中腹からはガスで視界なし、頂上に着いた頃から展望も開けたが気温は18℃。	緑地公園P～上山～宇都交差点～御館山～緑地公園P。低山だったが、雨上がりでの高温多湿の中で予想以上にハードな山行。良いトレーニングとなった。
備考	樹林帯の尾根を登る 	二合半岳への急坂 	ヤマボウシ 	御館山展望台 



水曜登山

月 日	6/5 五家原岳	6/12 雲仙	6/19 多良岳	6/26 牡丹山
人数・時間	7名/6.5h	8名/5.5h	9名/5.5h	3名/4.5h
概要	黒木P～五家原岳～中岳～西の越～八丁谷～黒木P。気温が高く距離の長いコースなのでハードだったが良いトレーニングとなった。	仁田峠P～妙見神社～国見岳～風穴～普賢岳～アザミ谷～仁田峠P。快晴のなかオオヤマレンも開花していた。国見岳頂上は涼しかった。	小松尾公園P～参道～多良岳～金泉寺～小松尾公園P。沢沿いを歩き多良岳へ、六体地藏からPへ。登山道は涼しく花、巨木等を楽しんだ。	仁田峠P～944m点～林道分岐～牡丹岳～仁田峠～野岳～仁田峠P。霧が深く牡丹山頂上は視界なく花々を愛でながらの山行だった。
備考	小川内の登山道 	オオヤマレンゲ 	幻の紫陽花シチダンカ 	ガクウツギ 



見帰りの滝 (伊岐佐川)

2024/6/23

散策



行程：緑地公園 8:00—多久 IC—

市営ほたる橋駐車場 9:20～見帰りの滝散策 往復 1.6km 程度
散策時間 90 分～10:50 市営ほたる橋駐車場—11:20 相知町文化
交流センター(昼食)12:10—12:30 巖木温泉 佐用姫の湯 13:30
—多久 IC—14:30 緑地公園 作礼山山頂散策は雨のため中止

概要：天気予報も良くない中、危険度もあまりないとのことで、計画を変更して実施された。市営ほたる橋駐車場から見帰りの滝までの道の両側にはずっとアジサイが咲いていて、雨に濡れてきれいだった。伊岐佐川にかかる橋の欄干には、昆虫の彫像が置かれていて、その見事さに見入ってしまった。見帰りの滝は雨で水量が増えていて迫力があつた。散策中は小雨だったが、駐車場に戻ったところ本降りになって、作礼山山頂散策は中止となり、相知町文化交流センターと佐用姫の湯へ移動して帰ることになった。お風呂を希望しない人はそのまま帰ることになった。

相知町文化交流センターの部屋でお弁当をゆっくり食べて、佐賀の地元のお菓子などが販売されていたのでお土産を買ったりした。その後、この名を読める人は少ないだろう巖木温泉(きゅうらぎ温泉)の佐用姫の湯にゆっくりつかり、リラックスして帰路に就いた。

参加者：高森、松岡、福岡、乾、今坂、大原、中野、吉崎、工藤、倉本、松田、高田、田村

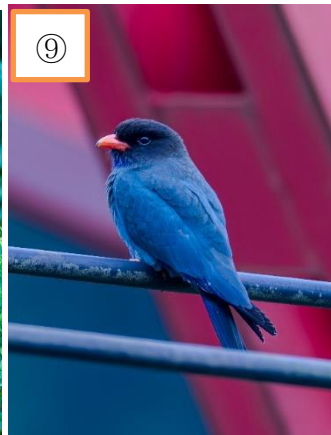
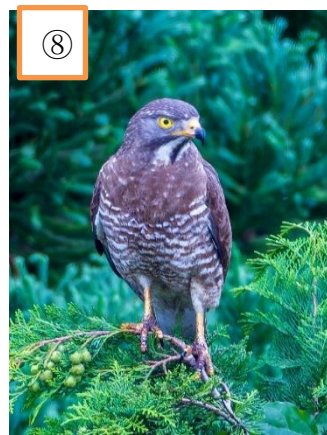
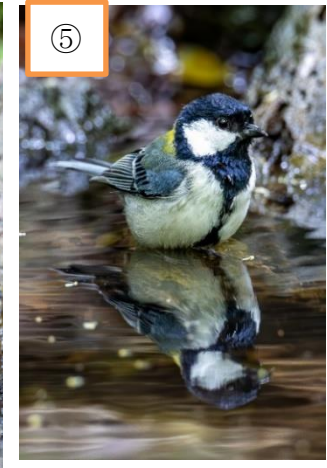
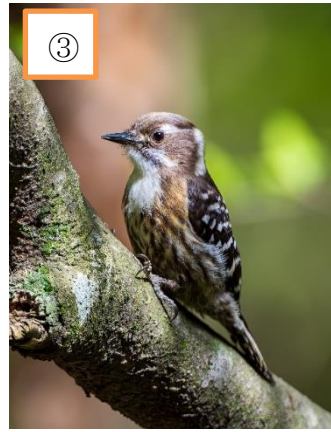


一言感想

*アジサイは雨大好きなので今日はラッキーでした。1輪1輪から元気をもらいました。見帰りの滝も見事でした。

*雨が降ったり止んだりの天気でしたが、滝を見て車に戻るまで降らなかったのはラッキーでした。見帰りの滝は水量も多く高さもあり大迫力で素晴らしかったです。アジサイの花もたくさん咲いていてきれいでした。昼食は相知町文化交流センターの部屋を予約してあったので、雨や風を気にすることなく広い場所で食べられてよかったです。段取りありがとうございました。

野鳥特集



- ① オオルリ
(オス)
- ② キビタキ
(オス)
- ③ コゲラ
- ④ ヤマガラ
- ⑤ シジュウカラ
- ⑥ ソウシチョウ
- ⑦ コルリ
- ⑧ サシバ
- ⑨ ブッポソウ
- ⑩ エナガ
- ⑪ コマドリ
- ⑫ アトリ

2024 年 3 月～6 月までの撮影した主な野鳥写真です。雲仙普賢岳や樺島や福岡県の山のほうで撮影してきました。

今回は初めてみる野鳥も多く、楽しむことができました。この時期は野鳥のさえずりが聞こえるので登山をする私たちを楽しませてくれます。今後も野鳥の魅力を発信いたします。

撮影・文筆

吉原昌弘 2024. 6

「平和と登山全国集会」 & 「平和大行進」

6/29,30 「平和と登山全国集会」

日本勤労者山岳連盟初の開催となりました。各県連より本部に集合又は On Line で参加しました。

基調講演……浦添理事長

記念公演……野口邦和氏(原水禁世界大会
実行委員会共同代表)

各県連からの報告と自由討議



当クラブは浦田さんの呼びかけで 5 名が On Line で参加しました。

浦田さんは、平和登山に参加したおり被爆者から聞いた悲惨な状況を、全国の集会参加者に具体的に伝え、またボランティアで翻訳したことを報告しました。

参加者の感想

- *世界の現状には虚しさを覚える、被爆者の苦しみを忘れずに碑巡り平和登山や平和行進を続けなければと思います。
- *「貴方が山を愛するならば、この日本の社会にも目を向け、平和な住みよい社会である事も愛してほしい」これは 64 年前の伊藤正一さんの呼びかけです。とても考えさせられる言葉でした。
- *全国的に初めての会議であってか参加者も少なく、関心の薄さが気になった。

参加者：浦田、工藤、堺、高田、吉川
Wi-Fi の設定は吉原氏

7/1 「平和大行進」

9:30 喜々津駅から諫早市役所まで、断続的に激しく降る雨の中、雨合羽を着ての平和行進でした。

34 号線沿いは車は多いが声掛けや励ましはなく残念でした。諫早市街に入ると反核・平和を訴える我々に、車の窓を開けて子供から「ガンバって」と声がかかる。所要時間 3 時間でした。

参加者の感想

- *時々雨、風、雷の中、長崎から広島まで通し歩く 92 才の山口さんの姿とかけ声に元気をいただいた。平和活動を諦める事なく頑張らねば。
- *雨が服や髪を濡らし、足元が滑りやすくなる中でも、皆さんは団結し世界平和を訴える為に歩き続けた。

参加者：浦田、工藤、高田、福岡、堺、鎗水





緑の地平線歩き

★ 5/16 吉野ヶ里遺跡

・参加者：4名

＊概要：弥生時代の環濠集落の様子が、モデルの人形で演出されていた。2 時間ほどの散策でしたが面白く、楽しく勉強できました。まさに「温故知新」を肌で感じました。



★ 5/23 檜原湿原

・参加者：4名

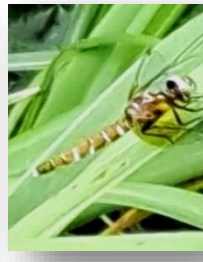
＊概要：佐賀県の自然保護指導員の説明を受け、トキソウ、ヒツジ草、アザミ、ユウスゲ、ミソガシワはまだ開花していませんでした。来週あたりから次々に開花が楽しめる。世界一小さいハッチョウトンボ(メス)を確認しました。



トキソウ



アザミと蝶



ハッチョウトンボメス



檜原湿原

★ 6/20 無窮洞

・参加者：5名

＊概要：佐世保宮町の無窮洞を見学。第二次世界大戦中に旧宮村国民学校の教師と小学生たちが学校の裏山に掘った巨大な防空壕。約 2 年間にわたり掘り進め、中は幅約 5 m、奥行き 20m、生徒数 600 名が避難できた。また授業や生活もできるよう教室、トイレ、炊事場、食料倉庫等も設けていた。戦時下の時代背景を知ることが出来ました。



土佐の旅 5/11~5/15 横倉山 800m

個人山行企画で(陣川、高田)四国の横倉山へ行くことに。博多駅から高速夜行バスで高知駅へ。

1 日目(5/12) 桂浜へ行き龍馬博物館、龍馬像を見て海岸を散策。

2 日目(5/13) 牧野富太郎植物園へ。高知市内の五台山を植物園としており、広い園内には牧野富太郎博士記念館や亜熱帯植物園もあり、博士の業績に触れ多種多様な花々を見ることができる。植物を愛する人にはたまらない所だろう。



ガンセキラン



ガンセキランの林床



牧野博士と



ヨコグラノ



シャリンバイ



龍馬博物館で

3 日目(5/14) 牧野富太郎博士が愛し、博士の研究の場であった横倉山(800m)へ。高知駅から JR で博士の生家のある佐川駅へ。佐川駅前のポストにはバイカオウレンの花の飾り、駅のコインロッカーにも花の写真。駅のベンチにも博士の愛用のどうらんと帽子が飾ってある。佐川駅前から横倉山第1登山口までタクシーで20分ほど。横倉山は花の百名山で、思わぬところに小さい花々が咲いている。また修験道の霊場でもあった山で鎖場もあり、低山ながら変化に富んだ面白い山だった。安徳天皇にまつわる伝説が残っており、安徳天皇陵墓参考地として国の指定を受けている歴史の山でもあった。

JR で高知駅に戻り、駅近くの温泉に入り夕食。高速夜行バスで博多駅、諫早への帰路についた。



ヨコクラツクバネソウ



ナツトウダイ



フタリシズカ

おれんじカレンダー

8 月				9 月			
1	木	緑の地平線歩き(自主)	北アルプス (7/29~8/3)	1	日	竜峰山・鞍ヶ峰・竜ヶ峰 (自然山行部)	
2	金			2	月		
3	土			3	火	火曜登山 (自主)	
4	日			4	水	水曜登山 (自主)	
5	月			5	木	緑の地平線歩き (自主)	
6	火	火曜登山 (自主)		6	金		
7	水	水曜登山 (自主)		7	土	コンパニオンレスキュー (技研部)	
8	木	緑の地平線歩き (自主)		8	日		
9	金			9	月		
10	土	コンパニオンレスキュー・沢登り (技研部)		10	火	火曜登山 (自主)	
11	日	県連沢登講習会(多良山系 実技)		11	水	水曜登山 (自主)	
12	月			12	木	緑の地平線歩き (自主)	
13	火	火曜登山 (自主)		13	金		
14	水	水曜登山 (自主)		14	土		
15	木	緑の地平線歩き (自主)		15	日		
16	金			16	月		
17	土			17	火	火曜登山 (自主)	
18	日	若杉山・岳城山 (自然,山行部)		18	水	水曜登山 (自主)	
19	月			19	木	緑の地平線歩き (自主)	
20	火	火曜登山 (自主)		20	金		
21	水	水曜登山 (自主)		21	土	鹿児島県鹿屋市高隈山系 (技研部)	
22	木	緑の地平線歩き (自主)		22	日		
23	金			23	月		
24	土	専門部会 全体集会		24	火	火曜登山 (自主)	
25	日	黒木溪谷・沢キャンプ (技研部)		25	水	水曜登山 (自主)	
26	月			26	木	緑の地平線歩き (自主)	
27	火	火曜登山 (自主)		27	金	虚空蔵山・川棚町 (ひまわり部)	
28	水	水曜登山 (自主)		28	土	専門部会 全体集会	
29	木	緑の地平線歩き (自主)		29	日	クリーンハイキング (自然山行部)	
30	金	遠目山 (ひまわり部)		30	月		
31	土						

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	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、福岡正廣
発行年月日	2024/7/27
郵便振込口座	
ホームページ	http://orangehikingclub.com



オレンジ HP QR