

山行計画

北海道 羅臼岳・斜里岳・雌阿寒岳 (石井)

9月1日(土)～5(水)

参加者; 前田 大沢 一ノ瀬 石井 砂川朝 砂川秀

9/1(土): 羽田空港⇒女満別空港

レンタカーを借りて知床温泉又は岩尾別温泉へ

9/2(日) 木下小屋⇒羅臼岳⇒木下小屋

《8時間20分、標高差1,420m、距離13.5Km》 レ
ンタカーで清里町へ

9/3(月) 清岳荘⇒下二股⇒(沢(旧道)コース)⇒上二俣⇒
斜里岳⇒上二俣⇒尾根(新道)コース⇒下二股

清岳荘《7時間20分、標高差857m、距離10Km》

レンタカーで雌阿寒岳野中温泉へ

9/4(火) 雌阿寒岳温泉口⇒雌阿寒岳⇒雌阿寒岳温泉口

《3時間40分、標高差794m、距離5.8Km》

余力があれば、阿寒富士からオンネット湖畔周遊

レンタカーで阿寒湖温泉へ

(予備日: 順調であれば、雄阿寒岳登山)

9/5(水) 滝口⇒雄阿寒岳⇒滝口 《6時間、標高差
954m、距離11.4Km》

レンタカーで釧路空港へ

槍ヶ岳北鎌尾根 9月中旬

参加者; 前田 石井

木曾駒ヶ岳・空木岳・恵那山 (一之瀬)

9月23日(日)～26日(水)

参加者: 大沢 一ノ瀬 武石 野間 星野 芳賀

23日: 八王子7:29-岡谷9:22,9:45-駒ヶ根11:07

(バス11:30-しらび平12:15,12:30-千畳敷-12:07-
乗越浄土-駒ヶ岳-宝剣山荘 2時間30分

24日: 宝剣山荘-宝剣岳-極楽平-檜尾岳-熊沢岳-
東川岳-木曾殿山荘 6時間25分

25日: 木曾殿山荘-空木岳-池山小屋分岐-空木岳登
山口 こまくさの湯 6時間15分

菅の野バスセンター-駒ヶ根駅15:08-飯田16:17 ビジ
ネスホテル泊り

26日: ホテル5:00(タクシー)-峰越林道-恵那山奥
宮-恵那山-恵那山奥宮-登山口(タクシー-飯田駅

16:20(高速バス)-横浜駅東口21:00

10月13日(土)～14日(日) 北横岳～蓼科山

(武石)

参加者: 吉田 前田 大沢 佐藤文 一之瀬 武石 野間
芳賀 星野 砂川朝 砂川秀

12日 京急横浜駅ホーム21時集合

竹橋23時発 麦草ヒュッテ6時15分着予定

13日 麦草ヒュッテ-大石峠-五辻-山頂駅-北横
岳-亀甲池-蓼科山荘-山頂ヒュッテ泊

14日 ヒュッテ-蓼科登山口-展望台-プール平 共同浴
場利用・昼食 バス13:16 茅野駅13:52 あずさ20号-
八王子16:12

バス代8,500円 蓼科山頂ヒュッテ泊8,300円

*バス代8500円8月27日集会で集金

10月25日(木)～26日(金)

日光沢温泉・奥鬼怒湿原(古希山行) (吉田)

参加者: 吉田 高橋 大沢 鈴木 佐藤文 一之瀬 三浦
野間 瀧 芳賀 石井

12名で日光沢温泉予約済

25日: 東武電鉄 浅草駅6:44-南栗橋7:53,8:00-
下今市9:07,9:26-鬼怒川温泉駅9:49(1550円)

バス10:13-女夫淵11:50

女夫淵(120分)日光沢温泉 歩行2時間

26日: 日光沢温泉(40分)オロオソロシの滝展望台(80分)
鬼怒沼湿原南端(湿原周遊30分)(60分)オロオソロシの
滝展望台(30分)日光沢温泉(85分)女夫淵 12:45発のバス

で鬼怒川温泉駅14:20 15:35発のバスで鬼怒川温泉駅

17:10 歩行5時間30分

日光沢温泉 電話0288-96-03163名以上一泊8000円
+入湯税150円

山行報告

茂倉岳・谷川岳・万太郎山 7月12日(木)～13日
(金) 参加者: 前田(単独)

平日の場合、横浜を早朝に出る。

上越新幹線の越後湯沢駅からバスを利用すれば土樽の
蓬橋に9時頃着くことができる。

それ以外の日、地域の学校が休みとなる土日、お盆、

年末年始にはバスも休みなのでタクシーを利用することになる。

土樽から谷川岳に行く登山者はいなくなったのかもしれない。ちょっと変わった運行日に気をつけよう。

蓬橋から30分ほど、蓬峠との分岐で右に橋を渡り、やがて茂倉新道に入る。霧が濃い。

ブナの美林と書かれた尾根に開かれた道、茂倉岳避難小屋までの登り一辺倒のルートをとる。

ときおり、さあっと雨足が強くなり霧が濃さを増してきて10メートル先も見えなくなってきた。

1300m登ったところで到着。

小屋に入って湯を沸かしコーヒーで一息ついた。

小屋は20人ぐらい泊まれそうなほど広い。

封筒型の寝具が5、6組ひもに掛けられ、ぶら下がっていた。別棟にトイレが2つ。

水場は小屋の裏手を数分下りたところにある。

チップ入れに500円。

ありがたく使わせてもらいます。

7月12日：蓬橋（9：30）～茂倉岳避難小屋（15：00）

暗いうちに出かける。霧が濃く、ヘッドライトの光芒が宙に円錐形を作るだけで、藪の中の細道は見分けが付きにくい。

ひと登りしーノ倉岳避難小屋に入り込んで携帯トイレを使った。

藪の中、テントの中、一人ならどこでもオッケーさ。

谷川岳を過ぎ、オジカ沢ノ頭を越え、霧の中、万太郎山へ向かう。

いつのまにか夜はすっかり明けていた。最後の登り。足下に向いていた視野の隅がふいに色を感じた。

一面はニッコウキスゲの群落だった。

あたりが濃い黄色に染まったようで本当に驚いた。

同時期に来た去年は咲いていなかったのも何が変わるのだろう。

万太郎山から登山口までは吾策新道、1300mの下りになる。暑いので水を多く取り塩分の補給も意識する。

笹が踏み跡を覆い隠して歩いていく、スリップ、転倒しながら下り続けた。

万太郎尾根から道が支尾根へと向かい、北東方向へ下るあたりで人の姿が見えた。

初めて登山者にあったかと思ったが、山道の整備で藪の刈り払いをするため上がった人だった。



下り終え、登山口を下り、沢の流れを使って頭を洗い体を拭いて生き返る。

登山口から蓬橋まではちょっと長い。

今日の避難小屋からの累計は登り1100m、下り2400m。山中、ついに一人の登山者にも会わずじまいだった。

7月13日：茂倉岳避難小屋（3：20）～谷川岳（6：00）～万太郎山（10：00）～蓬橋（14：50）

尾瀬 7月21日（土）～23日（月）

参加者：前田 砂川朝 鈴木 佐藤 三浦 武石 瀧 芳賀 吉田元 砂川秀 渡邊 三ノ宮

尾瀬ヶ原パーティ

21日 鳩待峠－山ノ鼻－牛頸－牛首分岐－竜宮十字路－見晴

22日 見晴－燧ヶ岳分岐－白砂峠－沼尻平－浅湖湿原－尾瀬沼東岸

23日 尾瀬沼東岸－三平下－三平峠－三平橋

燧ヶ岳パーティ

21日 鳩待峠－横田代－アヤメ平－長沢ノ頭－竜宮十字路－牛首分岐－ヨッピー橋－東電小屋－見晴

22日 見晴－燧ヶ岳分岐－柴安嵩－俎嵩－ナゲツ窪道分岐－浅湖湿原－尾瀬沼東岸

小淵沢田代パーティ

23日 尾瀬沼東岸－小淵沢田代－赤安山分岐－奥鬼怒林道－大清水



鳩待峠



あやめ平



燧ヶ岳



尾瀬沼ヒュッテ



西穂高岳～奥穂高岳縦走 8月3日(金)～6日(月)

参加者：前田 石井

参考報告：別紙3枚(石井)

集会記録(一之瀬) 7月9日(月) 18:00～20:00

出席者：吉田、前田、砂川、大沢、鈴木、佐藤文、
一之瀬、武石、瀧、野間、星野、芳賀、石井、角田

山行報告

① 7月21日(土)～23日(月) (瀧・砂川・前田)

燧ヶ岳パーティ：横浜駅東口に集合。池袋、戸倉、鳩待峠まで順調にバスが進み、6:30 鳩待峠を出発した。樹林帯の中を歩き、あやめ平から竜宮十字路に下った。昼食後、牛首から東電小屋を回って、燧小屋に着いた。草原は暑かったが、快適に歩いた。22日、6:30 出発。樹林帯の中を登り、予定通り、山頂に着いた。柴安嶺で昼食後、俎嶺に登り、ナデッ窪分岐から、浅湖湿原に下った。尾瀬沼東岸を歩き、尾瀬沼ヒュッテに着いた。23日は、6:30 出発。森の中を登った。小淵沢田代は、きれいな湿原だった。11:00 大清水に着いた。3日間、変化があり、楽しかった。

尾瀬ヶ原パーティ：鳩待峠から十字路まで10時間かけてゆっくり歩いた。花はほとんど終わっていた。22日、5:30 出発。沼尻に11:00 頃着き、休憩。尾瀬沼ヒュッテまで2時間位歩いた。キスゲがわずかに咲いていた。23日、7:30 出発。林の中、涼しく歩いた。シャトルバスで大清水に出た。

2パーティに分かれて実施。年齢や体力に応じて楽しめる山行。概ねうまくいった。

② 谷川岳 7月12日(木)～13日(金)(前田)

越後湯沢から平日限定のバスで土樽の先、蓬橋へ。9:00

過ぎに茂倉新道を登り、茂倉岳避難小屋に着いた。小屋はきれいでシュラフなどもあった。13日は、3:00過ぎに濃霧の中、出発した。谷川岳。オジカ沢の頭、万太郎山へと進んだ。ニッコウキスゲの大群落が見られた。吾策新道を下った。急な笹原を滑り落ちるように下った。登山口で水浴び、帰りのバスに間に合い、新幹線で戻った。上り1,100m、下り2,400m、12時間位の行動だったが、標高差のせい、脱水症状が出て、帰りの電車は立っているのが辛かった。

1. 山行計画

薬師岳 (瀧)

日時：8月2日(木)夜～6日(月)

・集合 21:00 変更 21:08 発

② 荒川三山・赤石岳 (一之瀬)

日時：8月17日(金)夜～8月20日(月)

・参加者 6名 変更 バス手配済

・集合 21:20 21:28 発青砥行き

③ 北海道 羅臼岳・斜里岳・雌阿寒岳 (石井)

日時：9月1日(土)～9月5日(水)

・集合：羽田空港エアドゥ 10:45 女満別空港へ

・順調であれば、5日雄阿寒岳へ登り、釧路空港より帰宅。羽田空港で解散。

④ 木曾駒・空木岳・恵那山 (一之瀬)

日時：9月22日(土)～9月25日(火)

・参加者 7名

・木曾駒・空木岳まで3名、恵那山まで4名

・JR切符、各自購入 3連休なので指定券必要。

⑤ 八ヶ岳(北横岳-蓼科山) (武石)

日時：10月13日(土)～14日(日)

・12日(金)竹橋23:30出発 14日八王子16:00

・参加者:11人

・寒さ対策必要。

⑥ 日光沢温泉

日時：10月25日(木)～26日(金)に変更

・参加者 11～12人

⑦ 西穂高岳～奥穂高岳 (石井)

日時：8月3日(金)～6日(月)

・早朝、あずさで新穂高へ。西穂高-奥穂高-涸沢-上高地。小屋泊(西穂山荘・穂高山荘)

3. リーダー会 (前田)

○登山(行動時間)と水分・塩分

・水分 行動時間×体重×5 湿度・気温により異なる。7～8割は確保する必要がある。

・谷川岳の事例

1日目 上り1,300m 2日目 上り1,100m

下り2,400m 長時間の行動に対して水分が足りなかった。→だるさ・倦怠感 体重4kg減

・尾瀬の事例

水分をたっぷり補給。塩分過多。体重4kg増

高ナトリウム結晶が残った。細胞は、塩分が高いと水を溜めこもうとする。→むくみ

・塩分濃度が低すぎると、意識障害を起こす。

・水を飲んで、普通に食事をしていれば、必要な塩分は摂れる。水分と塩分の管理が大切。

集会記録 (一之瀬) 8月13日(月)18:00～20:00

出席者：吉田、前田、鈴木、佐藤文、一之瀬、三浦、国島、武石、瀧、星野、芳賀、石井、

山行報告

① 薬師岳 8月3日(金)～6日(月) (星野)

3日、登山バスが1時間遅れたが、室堂には予定通り着いた。室堂から浄土山へ。登山口から急登。岩稜・雪渓、厳しいコースだった。五色ヶ原山荘泊。4日、鳶山～越中沢岳、劔岳や薬師岳が見える景色の良いコースを歩いた。登り・下りはきつかった。スゴ乗越小屋は、ネパール風だった。5日、北薬師、間山、岩場の急登は厳しかったが、景色を堪能した。薬師山頂はお堂があった。太郎平小屋まではかなり時間がかかった。夜は満点の星空の鑑賞をした。6日、薬師岳を見ながら、折立に下った。途中で入浴し、富山駅に行った。昼食、お土産を購入し、新幹線で横浜に戻った。

② 奥穂高岳 8月3日(金)～6日(月) (石井)

3日、平湯から新穂高温泉、ロープウェイで西穂高へ。西穂山荘泊 4日、3:30出発。独標から先は、岩稜帯の上り下り、間ノ岳のピークは鎖で下りた。間天のコルは鎖で垂直に登った。天狗のコルで昼食。コルから奥穂への登り、きつかった。ジャンダルムからトラバースしてロバの耳、浮石も多く、一番の難所だった。切れ落ちた岩稜を稜線伝いに登る。岩屑の道を登り、奥穂高岳に着いた。曇岩で薬師にエール

る。穂高岳山荘泊。5日、涸沢から上高地へ下りる。イワナを食し、西糸屋泊。6日、上高地から横浜に戻った。

1. 山行計画

① 荒川三山・赤石岳 (一之瀬)

日時：8月17日(金)夜～8月20日(月)

- ・参加者 6名 地図配布
- ・集合 21:20 21:28 発青砥行き 行程の確認

② 北海道 羅臼岳・斜里岳・雌阿寒岳 (石井)

日時：9月1日(土)～9月5日(水)

- ・参加者：6名 地図・行程表配布
- ・集合：羽田空港エアドゥ 10:45 女満別空港へ
- ・宿泊施設等、行程の確認

③ 木曾駒・空木岳・恵那山 (一之瀬)

日時：9月23日(日)～9月26日(水)

- ・参加者 6名(変更) 行程表配布
- ・木曾殿山荘が予約できなかつたため、日程を繰延

④ 八ヶ岳(北横岳-蓼科山) (武石)

日時：10月13日(土)～14日(日)

- ・12日(金)竹橋23:30出発 14日八王子16:00
- ・参加者:11人 寒さ対策必要
- ・バス代 次回集金 8,500円

⑤ 日光沢温泉

日時：10月25日(木)～26日(金)に変更

- ・参加者 11人
- ・集合 東武 浅草 6:44 発

3. その他

なし

集会日 場所 県民サポートセンター

8月27日(月) 602号室 18:00～20:00

9月10日(月) 603号室 18:00～20:00

9月27日(木) 602号室 18:00～20:00

10月15日(月) 601号室 18:00～20:00

×10月29日(月) 601号室 取消

変更10月31日(水) 601号室 18:00～20:00

11月12日(月) 601号室 18:00～20:00

11月26日(月) 601号室 18:00～20:00

12月17日(月) 601号室 18:00～20:00

1月10日(木) 602号室 18:00～20:00

1月24日(木) 603号室 18:00～20:00

2月7日(木) 601号室 18:00～20:00

2月21日(木) 601号室 18:00～20:00