

MRC ニュース (2021-5) 166 号

残暑お見舞い申し上げます

今夏は例年になく前線の停滞による記録的な豪雨で、各地に甚大な被害が発生しました。会員の皆様方におかれましては、このような状況下で如何お過ごしでしたでしょうか。

若者と女性が躍進した東京オリンピック・パラリンピックが無事終了しましたが、パナソニック山岳会として7月中旬より例会活動を決断し、「万灯呂山」「アルプス例会」「北海道例会」では、天候にも恵まれ一部コース変更しましたが参加者全員が無事に下山することができました。

9月に入り、これから秋に向けての行楽シーズン到来ですが、新型コロナウイルス「デルタ株」による感染拡大が全国的に猛威を振るい、度重なる緊急事態宣言が21都道府県に発出され、収束の見えない事態が続いています。私達山岳会としても、このような状況下に鑑み、度重なる残念な決断ですが、当面(9月、10月前半)の例会活動を中止いたします。会員の皆様方のご理解を宜しくお願い申し上げます。これからも自粛生活が続きますが、自身の体力維持に工夫と、身を守るためのコロナ感染予防を徹底して下さいようお願いいたします。

私達山岳会も高齢化が進み、年齢にふさわしい無理のない活動を心掛けたいものです。

【日本アルプス山岳遭難事故について】

今夏、1月～8月9日迄の北、中央、南アルプスの山岳遭難について。多くの遭難事故が発生。

	件数	死者	負傷	無事救出	
令和3年	132件	23件	59件	61件	*昨年の2倍近くの件数が発生
令和2年	77件	14件	32件	37件	

事故の内容として、「転倒」「滑落」「道迷い」「疲労」の順に多い。日中は気温が上昇、厳しい暑さによる疲労で集中力が切れる事による転倒や滑落のリスクが高まります。行動中は喉の渇きを感じる前にスポーツドリンクや塩分を含む飲料水をこまめに補給することで、熱中症予防が図れます。なお「バテ」ない為に、空腹を感じる前にエネルギー(行動食)を補給することが重要です。下山するまで、体力や集中力を切らさない様に心掛けましょう。

2021年9月10日 会長 板東 勝

[事務局からのお願い]

1. 例会申し込み締め切り後の「参加・キャンセル」については、オンライン申し込みだけでなく、「例会担当者」にも連絡をお願いします。特に連絡なしでの欠席は無き様にお願い致します。
2. 例会に参加される場合は、保険の関係がありますので、事前申込みをお願いします。特に、ご友人やご家族が参加される場合は、「氏名・生年月日・住所・連絡先」の届出をお願いします。
3. メールアドレスを変更される方は、件名にお名前だけを入れた空メールで結構ですので、事務局のアドレスまでお知らせ下さい。
4. 例会の実施/中止につきましては、原則として例会担当からの連絡が無い場合は実施します。
5. 山岳保険加入のお願い
アルプス例会と百名山例会及び北海道例会の参加は山岳保険加入を必須条件とさせて頂いています。

搜索費用のみ保障される低価格の保険もありますので、ご自分で加入をお願いします
不明な方は、福井さん (hukui.shinya@ruby.plala.or.jp) に問い合わせして下さい。

6. 新型コロナに付きまして、保険をご確認下さい

MRCで加入している日帰り保険<レクレーション保険>はケガによる死亡・後遺障害・入院・通院が補償対象です。新型コロナ=指定感染症：治療にかかる費用は公費負担につきましては補償対象になっておりません。山行による新型コロナウイルス感染は保証されませんので、皆様が個人契約されている保険を今一度ご確認ください 万一に備えて頂きますようお願いいたします。

(1) 例会案内【 年間計画からの変更も有り得ますので、必ずこの案内を確認して下さい 】

大阪府では新型コロナウイルスデルタ株による感染の拡大に対処するため8月2日から8月31日まで4回目の緊急事態宣言が出されていましたが、新規感染者数の増加が収まらないために9月12日まで延長となりました。

8月5日に8月以降の例会再開を実行委員長の溝口さんから連絡して頂きましたが、8月31日の臨時実行委員会にて9月と10月初めの例会の中止を決めました。今は感染拡大を防ぐことを最優先で考えた行動を行いましょう。ご理解お願い致します。

参加される場合は新型コロナウイルス感染予防のため下記予防策の徹底をお願い致します。

- ① マスク/消毒液やジェルは個人で携帯してください。
- ② 体温は集合時にチェックさせて頂きます。
- ③ 集合時/山行時にソーシャルディスタンスを保って行動してください。

医療従事者を対象にスタートしたワクチン接種も対象が65歳以上にも拡大されまして、MRCメンバーの方はほとんどが2回の接種を済ませて頂きました。特に宿泊例会に参加の方は出来るだけワクチン接種を済ませてご参加ください。

以下の例会は新型コロナウイルスの感染拡大により、21都道府県に緊急事態宣言が発出されている現状を鑑みまして残念ながら中止を決めました。

9月 百名山例会 両神山 担当：森家 制

9月 初秋例会 くろんど池&交野山散策と天然温泉 担当：福井 喬也

10月 1泊まほろば例会：高野山女人道と京大坂道 (変更しています) 担当：大友・溝口・松田

以下の例会は今後の感染者数の推移や緊急事態・蔓延防止措置などの状況を勘案して実施の有無を決めます。

10月 秋山例会 大和富士・額井岳 担当：中尾 敏郎

室生火山群のひとつ、額井岳は大和富士とも呼ばれ、標高は822m、関西百名山にも選ばれている。額井岳の端正な容姿はひととき目を引く秀峰です。山頂は平地になっており、東南の展望は開けていて宇陀川を堰き止めた室生ダムが見える。下山は万葉歌人・山部赤人の墓を経てバス停に至る。



実施日 2021年 10月23日 (土曜日)

集合 近鉄 榛原駅 南口改札口付近 9時40分

(近鉄鶴橋駅8:33発急行五十鈴川行き・榛原着9:28 ¥770)
(榛原駅南口1番乗り場奈良交通バス9:54発に乗りますので遅れないように)

コース 榛原駅発9:54 (奈良交通バス¥230) 天満台西4丁目バス停 (10時01分着)

徒歩～十八神社 (いそは神社)～額井岳 (822m) (昼食休憩30分)～戒場山 (738m)～戒長寺～山部赤人の墓～天満台西4丁目バス停 (バス) 榛原駅
(天満台西4丁目バス時刻16:01～榛原駅16:11着予定)

又は (16:14発～榛原駅16:24着) 解散

(榛原発16:29急行上本町行き・・・鶴橋17:15 ¥770)

歩行距離 約8km (標高差500m) 約4時間

費用 例会費 ¥500

(参考交通費：鶴橋～榛原¥770 榛原～天満台西4丁目バス¥230)

携行品 日帰りハイキング程度

問合せ 中尾敏郎 携帯 090-5640-0946 [メール terry-nakao@ares.eonet.ne.jp](mailto:terry-nakao@ares.eonet.ne.jp)

申込先 10月16日 (土) までにオンラインで申込み もしくは例会窓口 久保田さんまで

11月例会 ハイキング例会 東海自然歩道 No.8 担当：溝口 正彦

前回の終了点は叡山電車一部不通のため、本来の鞍馬ではなく二ノ瀬止まりになりましたが、9月に運行再開ということですので、二ノ瀬からのスタートとします。薬王坂を越え静原の山里に入り、大原までの静かなコースです。



実施日 令和3年 (2021年) 11月10日 (水)

集合 叡山電鉄 出町柳駅 改札前 9時 (鞍馬行 9:15発に乗車)

コース 出町柳駅 = (叡山電車) = 二ノ瀬駅 ⇒ 貴船 ⇒ 鞍馬駅 ⇒ 薬王坂 ⇒ 静原神社 ⇒ 江文峠 ⇒ 寂光院 ⇒ 大原バスターミナル = (京都バス) = 出町柳駅、京都駅など

*歩行距離：約12km *歩行時間：6時間

費用 例会費 500円

叡山電車 380円、京都バス(大原～出町柳) 440円

携行品 日帰りハイキング程度

問合せ 溝口 (Tel&FAX: 072-844-4666、携帯: 090-7882-4953) まで

申込先 11月3日 までにオンライン申し込み、もしくは例会窓口 久保田さんまで

11月 **ダイトレチャレンジ支援** 担当：森家 制

今年は「ダイヤモンドトレイル縦走」コースを使ったチャレンジ登山が11月14日に実施予定です。皆様奮ってご参加下さい。今年も、ウォークも事前予約のみです。

詳細は大阪府山岳連盟のホームページに記載されています。

パナソニック山岳会は、今年も奈良葛城市ゆうあいステーションふれあい広場付近でスタートの支援行います。ただし、事前予約のみですので、金銭取り扱いはありません。

集合は、11/13（土）昼頃 ゆうあいステーションを予定

移動方法は別途参加者には連絡します。

宿泊は、加守公民館又はその近辺の予定



実施日 2021年11月13日（土曜日）～14日（日曜日）

*スタート会場設営と当日の受付、道案内などをお願いする予定です

携行品 洗面具、着替え、寝袋、マットなど（夕食、朝食は用意します）

問合せ 森家 制 E-Mail: omoriya@kcn.jp 携帯080-5709-3536

12月 **納山例会 「山科御陵～毘沙門堂」** 担当：久保田良治

本年最後の例会として京都トレイル「^{みささぎ}山科御陵～毘沙門堂」ウォーキングコースを計画しました。

御陵駅から天智天皇陵・琵琶湖疎水沿道を散策。秋から初冬にかけては美しいもみじのプロムナードに様変わり。毘沙門堂参道の諸堂は魅力的な雰囲気醸し出され仁王門からのながめ、本堂から霊殿へつづく渡り廊下からのぞむ弁天堂も素敵です。疎水公園で昼食をとりながら色々あった一年を振り返り乾杯（乾杯用飲み物、ビール等々は各自ご持参ください）後解散します。

実施日 : 2021年12月11日（土曜日）

集合 : 京阪三条駅改札前 10:00



コース概略（高低100m、7km）

京阪三条駅→地下鉄東西線御陵駅→天智天皇陵→琵琶湖疎水→

出発 10:15 10:30 11:00 11:30

東山自然緑地→端光院→毘沙門堂→疎水公園（昼食）→JR山科駅(&京阪&地下鉄)

12:30 昼食・乾杯（40分） 14:00

費用 : 例会費 500円

携行品 : 日帰りハイキング程度

問合せ : 久保田携帯 090-9874-9643

申込み : 12月1日（日）までにオンラインで申込み、もしくは例会窓口 久保田さんまで

7月例会 岳修 枚岡神社～鳴川峠～千光寺～元山上口駅 2021年7月3日(土)

天候不良情報により中止しました。

7月例会 納涼例会 万灯呂山 2021年7月10日(土)

ギリギリまで実施するかどうか悩んだ例会でした。前日まで大雨警報、大雨注意報が発令され現地の山も荒れた状態が予想されたので、9日午前中に車で再度下見し、コース変更すればなんとか実施できるのではないかと判断。

当日は降っても小雨だろうと考え【実施】する旨、9日15:00参加者にメールしました。

参加・不参加の返信メールを集計すると、15名参加・5名不参加となりました。

当日は何とも蒸し暑い納涼例会となりました。近鉄 新田辺駅に9:05 15名集合完了。櫻井さんにコロナ対策の体温チェックをしてもらい「全員合格」。マスク着用の上9:10予定より20分早く出発。

歩道の狭い旧道は避けて、国道307沿いに山城大橋を渡りJR山城多賀駅に向けひたすら歩く。風は全くなく国道沿いの歩道はとにかく「暑い・暑い」とのご意見を聞きながら、10:25JR山城多賀駅に到着。ここでトイレ休憩と飲料水追加購入。すると吉田さんから体調がいまいちなのでこの駅から帰りたいと申し出がありましたので、14名で万灯呂山に向けて出発。風情溢れる古民家沿いの旧奈良街道・山背古道をぬけてトコトコ歩く。多賀フルーツラインを過ぎ日陰の山道になったが、相変わらず蒸し暑いとの声多し。

龍王の滝分岐点で休憩後アスファルト舗装の車道を登ります。

『昨日の下見で龍王の滝コースは登山禁止！確認。滝の降り口も滑って危いので立ち寄りを止めてコース変更』。

車道を少し登ったところから山道の登山道へと進みましたが、前日までの大雨で滑る急登はバテバテ。登ること約30分で展望台が見えた。全員汗びっしょり、ぴったし正午に到着。ここで待望の昼食。

展望台の眼下には木津川。近くに甘南備山・男山、遠くに生駒山・金剛山・愛宕山・天王山・ポンポン山と素晴らしい展望に感激！展望台の前で記念写真をパチリ。一休みすると汗が冷えてきたので12:40下山開始。下りの登山道は滑って危いので、下山コースはダラダラ坂のアスファルト舗装道とした。

皆さん下りは元気で早い。多賀フルーツラインを経てJR山城多賀駅に13:40到着。

するとここで異変が14名の内なんと8名がここから電車で帰るとのこと。

当初の予定通り新田辺駅まで歩くメンバーは僅か6名(板東会長、櫻井さん、足立さん、平井さん、山野さん、川村)と激減。

コロナ禍で全体の反省会が無かったので、8名の方々はJR山城多賀駅から帰られたのでしょうか。中尾カメラマンによる「アホな6名」だけで、アホ顔記念写真撮影(笑)となりました。

新田辺駅に14:50到着。全員無事下山 安堵の万灯呂山例会でした。

久しぶりのMRC例会に参加の皆さんご協力ありがとうございました。

コースタイム	計画	実績	
新田辺駅集合	9:15	9:05	
出発	9:30	9:10	
JR山城多賀駅	10:50	10:25	10分間休憩(トイレ)
万灯呂山展望台	12:20	12:00	40分間休憩(昼食)
JR山城多賀駅	14:10	13:40	10分間休憩(トイレ)
新田辺駅到着	15:50	14:50	

参加者：(男性) 板東、足立、石川、中尾、櫻井、山野、高橋、廣瀬、川村
(女性) 岡田、里見、平井、大友、吉田、溝口(威)

計15名

★8月 アルプス例会 梅池平～白馬岳 2021年8月5日(木)～8日(日) 担当：石川・中尾

登山組報告

<1日目>

梅池平までゴンドラ／ロープウェイで上がり、翌日に白馬乗鞍～白馬大池～白馬岳と稜線を縦走し、白馬山荘で宿泊し、翌日に大雪渓を降りるコースだったが、登山組11名中5名は途中の白馬大池小屋で宿泊し、翌日は蓮華温泉に降りるコースとなった。またハイキング組は白馬大池から梅池平に戻るコースだった。

天候は大変すばらしく、全員の方が無事下山し、松本の浅間温泉に再集合して終了できたが、2日目の登山組で11時間、ハイキング組でも10.5時間という行動時間は長すぎ、コース選定での反省大。

<2日目>

体調不良の方や白馬乗鞍までの岩の多い登りで体力を消耗する方もおり、白馬大池までのコースタイム4時間を5時間半要した。この時点で3名の方が頂上を断念し、白馬大池小屋宿泊を決定。残り8名で頂上を目指したが、さらに途中で2名の方が下山を選択し、結果的に白馬頂上～大雪渓には6名で向かった。

ハイキング組の4名は白馬大池から同じコースを引き返したが、岩場の多いコースでもあり、登りとはほぼ同じ時間を要しながらも無事に帰途に就いた。途中で雷鳥親子に会えるというご褒美あり。

6名の登頂組は当初予定から遅れること2時間の16時過ぎに白馬岳頂上に着いた。幸い、午後の雲や雷がこの日は17時半頃までなく、無事に白馬山荘に到着。宿泊規模の大きい小屋で有名だが、食事の質はかなり悪かった。

<3日目>珍しいほどに晴れており、北／中央／南アルプスや八ヶ岳／富士山まではっきりと見渡せた。葱平までの下りはかなり荒れていたが無事に6名全員通過し、アイゼンをつけて大雪渓を下った。雪渓終点から白馬尻まで20分要するほど、雪渓が温暖化の影響で小さくなっていたが、そのまま猿倉まで無事下山し、バスで白馬駅に出て松本に向かった。

白馬大池組5名は体調も回復し、蓮華温泉までの気分の良い道を順調に下り、バスを待って大糸線沿線に出て、白馬駅組と同じ列車で松本駅に。浅間温泉の宿に11名で宿泊し温泉でゆっくりと疲れを取り、夕食宴会で美味しい信州食材を賞味した。

<4日目>有志で松本城観光～信州そばを食べた後、松本12；53の列車で帰途についた。

参加者：CL石川、SL中尾、

登山組；(男性)板東、久保田、溝口、村田、森家 (女性)桑名、梁、小西、溝口 計11名
ハイキング組；大友、大友さんのお孫さん3名、計4名

ハイキング組報告

メンバー：大友典子・大友芙己花・横田弥柚・横田弥駿

白馬大池までは登山組に同行。

帰路は行きと同じ道を帰りました。白馬大池山荘から白馬乗鞍岳まではゆっくり慎重に・・・左手側に雷鳥親子発見。しばし写真タイムです。登山道に親子がともに出てきて威嚇行動をとっています。動く気配もないため横をそっと通り乗鞍岳に。休憩がてら4人そろって記念撮影。また雷鳥の鳴き声がするんですが発見できず。雪渓までの道登りの時より滑りやすくゆっくり下ります。雪渓も慎重に下った後はあのゴロゴロ大岩の道です。途中適宜水分補給・おやつを取りながら慎重に慎重に下ります。天狗原に着き休憩の頃は15：00近く。下りのロープウェイの時間が気になりましたが道行く方に17：20ごろまでであるよ。十分間に合うよと言っただき一安心。天狗原からは芙己花さん上手に足の置き場を選んでいました。下りも登りと同じ時間かかりましたが慎重に問題なく下山しました。お約束のお土産を求めロープウェイ駅に急ぎました。

子供の大岩の登り下りはやはり時間がかかりました。同行の皆様には色々のご迷惑をおかけし、皆様の足を引っ張ったと反省しています。皆様に助けて頂いたと報告してくれました。本当にありがとうございました。

降りてすぐの芙己花さんの言葉はまた乗鞍岳頂上まで行きたいでした。朝5：35～16：15までの10時間半の長い行程になりましたが三人とも足が痛いとは言っていました。山が嫌とは言わず楽しかったそうです。乗鞍岳頂上でひき返す方が良かったと反省していますが雷鳥に会えたので大池まで行ってよかったとは子供たちの感想です。

ご一緒させていただきありがとうございました。

★8月 北海道／東北例会 大雪山（黒岳～旭岳）、ニセコアンヌプリ

2021年8月26日(木)～29日(日)

担当：石川 保

今年から8月に「北海道／東北例会」を追加したが、その第1回で大雪山とニセコアンヌプリを計画した。大雪山は黒岳から御鉢平を通り旭岳に至るゴールデンコースを企画し、ニセコは有名な五色温泉に宿泊して登頂するコースとした。

1週間前の天気予報では雨模様だったが、幸い雨には会わなかった。但し大雪山では強風になったため、当初から予定の旭岳山腹の巻き道に変更した。

<1日目>新千歳空港からJRで旭川駅に、ホテルバスの送迎があり、快適に層雲峡の宿に到着。

<2日目>6時のロープウェイに乗り、7合目を6；45にスタート。黒岳までは天候もまずまずで遠くの阿寒湖3峰もきれいに見えた。御鉢平を南回りに北海岳を通るルートで小川の渡渉も3回ほどあり、途中から風も強まってきたため、北海岳には30分遅れの11時に到着。

昼食を早めに済ませて、旭岳に向かったが、途中からさらに風が強くなり+ガスで視界も悪いため、12；15に間宮岳分岐で頂上ルートを回避し、中岳温泉から裾合平を経由するルートに変更を決定（山腹なので風も弱く正解。頂上付近では15m前後の風だった模様）。日本一と言われるお花畑（の名残）の中を16；05に姿見の池に下る。木道も多い道でコースタイム通りに歩くことができ、ロープウェイで湧駒別温泉に下山（行動時間9時間20分）

<3日目>バスで旭川に出て、JRで小樽まで、レンタカーでニセコまでという移動日。五色温泉は噂通りに良い温泉と素朴な旅館で料金も安く良かった

<4日目>計画より早く5；15に小屋を出発。雲の切れ間から晴天も覗く天気の中、イワオヌプリなどの山々を見ながら、気分がいい2時間の登りでアンヌプリ頂上に到着（なんとコースタイム通り）。スキー場などのニセコの町がきれいに見渡せた。羊蹄山が雲の中から少し顔を出していたので15分ほど待ったが、諦めて下山開始。9；15に到着し宿の温泉で汗を流してから小樽へ。時間があつたので小樽運河などを散策した後に空港に戻った。

大雪山ではその朝の熊の糞も2回ほど見たので、遠くで遭遇できないかと期待したが、アンヌプリ含めて、「ヒグマ危険」の標識・看板を見たのみだった（安堵）。北海道／東北の山は移動時間が長くなるが、来年以降も6～8名程度のメンバーでのコースを企画予定です。

参加者：CL石川、SL溝口（正）

（男性）廣瀬（女性）大友、松田、溝口 計6名

(3) 会員動静

会員数は、8月21日現在 84名（内準会員 11名、特別会員 10名）

- ★新入会員： 野本貴子さん
- ★退会会員： 寺本富久恵さん
- ★会員情報変更： なし

(4) 大阪府岳連便り 7月～8月

9月～10月 詳細は岳連ホームページ又は事務局まで

- 遭難対策委員会： 山岳共済加入をお勧めしています。
9/26（日） セルフレスキュー講習会
- ハイキング： 9/11（土） 交野山予定
10/17（日） 愛宕山予定
- ダイトレチャレンジ登山 11/14（日） 岳連ホームページ掲載済
スタッフは例年通り 11/13-14 募集します

*コロナ緊急事態宣言、蔓延防止措置期間の行事は、すべて中止またはオンライン講習会になります。

(5) 個人山行

個人山行をする方は、計画書を事務局へ提出してください。

- 6/8-10 日光白根山 古賀さん 他2名
- 7/19-23 北海道 旭岳・十勝岳 古賀さん 他1名
- 7/23-25 加賀白山 高橋さん
- 7/31-8/1 剣山 高橋さん
- 9/6-9 後立山縦走(唐松岳～五竜岳～鹿島槍ヶ岳～爺ヶ岳) 高橋さん
- 7/29-8/3 槍ヶ岳～双六岳 大木さん・野本さん・松元さん・金久さん
- 7/29-8/4 槍ヶ岳～双六岳～笠ヶ岳 古賀さん (途中まで上の山行と一緒に)
- 8/27-29 富士山 古賀さん
- 7/31-8/4 立山～薬師岳 西野さん

(6) ホームページ担当からのお知らせ

1. MRC ホームページに MRC ニュースのバックナンバー項目を追加しました
(TOP ページの道標のところに) ので過去の MRC ニュースをご覧になりたい方はご利用ください
2. TOP ページ下欄に例会写真のスライドショーを追加していますのでご覧ください。

例会申し込み窓口

久保田 良治

Eメール : r_kubota@leto.eonet.ne.jp

電話/FAX : 072-852-5138

事務局

櫻井 洋一

電話/FAX : 072-851-5379

携帯電話 : 090-5043-0686

Eメール : pin3440769@maia.eonet.ne.jp

7月例会 納涼例会 万灯呂山



8月例会 アルプス例会 梅池平～白馬岳



8月例会 北海道／東北例会 大雪山（黒岳～旭岳）、ニセコアンヌプリ

