

パナソニック山岳会



2023. 1.13 発行

実行委員会

MRC ニュース (2023-1) 174 号

皆様、新年明けましておめでとうございます。

いつ収まるとも分からない果てしないコロナ禍ですが、5回目のワクチン接種も始まっていろんな制限が解除され、ようやく今までの生活に戻りつつありますが、世界に目を向けるとロシアのウクライナ侵攻という戦争が暗い影を落としています。

そんな中ですが、MRCは75周年を無事迎えることができたこと、会員の皆様のご協力にお礼申し上げます。また総会をパナソニックリゾート大阪（旧千里ヶ丘保健センター）に集まって開催致しますので、皆様の元気な顔をお見せ下さい。

ようやく治療薬も出てきたコロナとの闘いですが、各自で感染防止に努めて頂き、皆で楽しい例会が実施できるようご協力のほど、よろしくお願い致します。

令和5年(2023年) 1月1日 実行委員長 溝口 正彦

[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をお願い致します。
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／東北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。検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頂き 万一に備えて頂きますようお願い致します。

(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】

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 体温は自己管理にてお願いします。
- 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ましょう。

1月例会 初詣例会 大文字山～岡崎神社（うさぎ神社） 担当 板東 勝

歴史と文化、自然あふれる東山周辺、神社仏閣を満喫するコース。今回の初詣例会は南禅寺奥の院から大文字山へ。下山は東山トレイルにしたがって、靈鑑寺から今年の干支「ウサギ」にゆかりのある（岡崎神社）で参拝、今年1年の安全登山を祈願いたします。

実施日 2023年 1月 14日（土）

集合 地下鉄 蹴上駅 改札口付近 *10時00分 集合

コース 蹴上駅⇒南禅寺奥の院⇒大文字山山頂⇒四辻⇒靈鑑寺⇒岡崎神社（参拝）

⇒京阪三条駅 *ここで解散

*有志で新年懇親会を三条周辺にて実施します。15時～

距離 約8,5Km *歩行時間：4時間 *標高差：400m

費用 例会費500円

携行品 日帰りハイキング程度、ストック、防寒具、マスク

問合せ 板東（Tel&FAX 0774-68-2508）（携帯 08014295367）まで

申込先 1月8日（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

1月 2022年度 総会・懇親会 担当 実行委員会

コロナ禍のため、2020年度、2021年度の総会は議案書配布による書面審議としましたが、今年度は集会を開いての総会と致します。いつもの松心会館がなくなったため、パナソニックリゾート大阪（旧千里保健センター）にて開催いたします。今年度は75周年ということで皆様の出席をお待ちしております。

実施日 2023年 1月 28日（土）

集合 パナソニックリゾート大阪 フロント前のエントランス 10時40分

内容 総会 - 11:00～12:00

懇親会 - 12:00～14:30

 **オンライン申込**

費用 総会・懇親会費 4,000円（総会のみ参加は無料）

パナソニックリゾート大阪へのアクセスマップを最後のページに添付しますのでご参照ください。

携行品 筆記用具、その他必要な物

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

申込先 準備の関係で1月10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

※懇親会に不参加の場合は、申込み時に「総会のみ参加」と記入願います。

2月 樹氷例会 高見山 担当：中尾 敏郎

当初予定は明神平を予定していましたが、森家さんの都合がつかず、急遽行き先を変更します。高見山は三峰山と並び、樹氷を楽しめる山として人気があります。

近鉄榛原駅から奈良交通の樹氷バス終点の「高見山登山口」へ、ここから“小峠”“平野分岐”を經由して、登り約2時間余りで高見山山頂（標高1248m）に着きます。台高山脈の北側に位置する高見山は「関西のmatterホルン」の愛称にふさわしい三角錐の山です。

2月4日は樹氷バスのスタートの日であり、山頂付近は混雑するぐらいの人出になるかも知れませんが、山頂からの眺めと運が良ければ“エビの尻尾”と呼ばれる樹氷が期待できます。下山は登ってきた道を平野分岐まで下り、樹齢700年と言われる“高見杉”を經由し平野バス停がゴールです。ここには“たかすみ温泉”があり、時間があれば入浴可能です。混んでいると思われるかもしれませんが入浴希望の方は準備してきてください。皆さんの参加をお待ちします。

実施日 2023年 2月4日（土曜日）

集合 近鉄 鶴橋駅 近鉄改札口付近 7時15分

（集合時間が早いのは、樹氷バスが榛原発8：45しかありませんのでそのためです）

（鶴橋発7：33②乗場 名張行き急行 榛原着 8：23）

（榛原駅南口 8時45分発（奈良交通樹氷バス）高見山登山口着9時23分）



コース 高見山登山口～小峠～平野分岐～国見岩～ヤセ尾根ブナ林樹氷～高見山山頂
（高角神社避難小屋）昼食 20分予定

下山 高見山山頂～平野分岐～高見杉～たかすみ温泉バス停（ゴール）

（たかすみ温泉発16：00～榛原駅16：43着）

（榛原発17：15上本町行き急行 鶴橋着18：03）

歩行距離 約8km 標高差782m 累積標高差（登り850m、下り850m）

費用 例会費 ￥500

（参考交通費：鶴橋～榛原￥770 榛原駅（バス）～高見山登山口￥1,080

たかすみ温泉 バス～榛原駅￥1,120 ICoca 使用可）

携行品 水筒、昼食、軽アイゼン、スパッツ、ストック、防寒具、手袋、帽子、雨具
軽食等（入浴希望の方は準備も）

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 1月28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

2月 雪なし例会： 柳生街道（滝坂の道） 担当：大友・溝口（威）・松田（美）

柳生街道は、奈良市街地から春日山原生林の中を歩いて柳生へと通じる古道です。奈良・平安時代にはすでに山岳仏教の道場となっていたと考えられています。そして今から約300年前に柳生新陰流が興されて以来、「柳生の剣」を求める武士が柳生街道を歩いて柳生の里へと足を運んだと言われています。

今回は前半にあたる滝坂の道を歩きます。



実施日 2023年 2月 23日（木曜日）

集合 近鉄奈良駅東改札付近 9：00

コース 奈良バス94番石打行き乗車 9：19 ⇒ 忍辱山バス停 9：50頃着
円城寺 ～ 峠の茶屋 ～ 首切り地蔵 ～ 朝日観音 ～ 春日大社 で1次解散 ～
近鉄奈良駅 15：20 ごろ到着予定。

距離 近鉄奈良駅まで約12km 登り 300m 下り 592m

費用 例会費 500円

交通費 近鉄 鶴橋 — 奈良 ￥500

奈良バス 奈良 — 忍辱山 ￥660

携行品 日帰りハイキング程度、防寒具

問合せ 大友 典子 携帯 090-4560-9324 [メール skyline00@ares.eonet.ne.jp](mailto:skyline00@ares.eonet.ne.jp)
溝口 威津子 携帯 090-2709-9348
松田 美代 携帯 090-4494-2788

申込先 2月16日(木曜日)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。

3月例会 初春例会 京都東山縦走 担当 溝口 正彦

京都トレイルの東山コースは、伏見稲荷大社から比叡山に至る24.6kmのコースですが、その内の前半の伏見稲荷から栗田神社までのルートです。朱塗りの鳥居が並ぶ千本鳥居を抜け、清水山から東山山頂を越え、京阪三条駅まで歩きます。

東山の新緑に包まれた道をゆっくり楽しみましょう。



実施日 令和5年(2023年) 3月 4日(土)

集合 京都 伏見稲荷大社前(赤の鳥居・手洗舎付近) 9時00分

コース 伏見稲荷大社 ⇒ 千本鳥居 ⇒ 四つ辻 ⇒ 泉涌寺 ⇒ 今熊野 ⇒ 清水山 ⇒ 東山山頂公園
⇒ 將軍塚 ⇒ 栗田神社 ⇒ 京阪三条駅
*歩行距離: 約11km *歩行時間: 約5時間

費用 例会費 500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 2月25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

3月例会 縦走例会 生駒山系(高安山~私市駅) 担当: 櫻井 洋一

今年も恒例となりました早春の生駒山系の縦走例会を行います。

自分の脚力を確認してこれからの例会参加の参考にして下さい。

特にアルプス例会に参加希望の方は本例会に参加されることをお願いします。

今年はメンバーからのご要望を受けまして、逆コース(高安山スタートで私市駅ゴール)で実施します。

皆さん、奮ってご参加ください。

リーダーは腰痛のためゴールまで行けず多分途中撤退になると思います。

石川さんにサブリーダー担当をお願いしまして、ゴールまでリードして頂きます。



実施日 2023年3月25日(土曜日) **雨天中止します。**

集合 ケーブル高安山頂上駅 9:40 (信貴山口駅始発が9:30)

コース 高安山 9:45 ⇒ 十三峠 10:30 ⇒ 鐘の鳴る丘展望台 ⇒ 鳴川峠 11:30 ⇒ 僕らの広場
12:00-12:20 ⇒ 暗峠 12:25 ⇒ 生駒山頂 13:10-30 ⇒ 灯籠ゲート前広場 14:40 ⇒
竜王神 15:10 ⇒ むろいけ堰堤 15:50 ⇒ 飯盛霊園 16:50 ⇒ やまびこ広場 17:40 ⇒
ピトンの小屋 18:00 ⇒ 京阪私市駅 18:40 解散
歩行距離 約30km 歩行時間約9時間(休憩含む) 高低差 1374m

費用 例会費 500円

携行品 日帰りハイキング・**スタートが遅い為ゴール到着も遅くなりますのでヘッドランプを忘れずに**

問合せ 櫻井洋一 TEL&FAX 072-851-5379 携帯 090-5043-0686

申込先 3月10日(金)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 紅葉例会 交野三山

2022年11月26日(土)

担当：溝口 正彦

秋のシーズンの土曜だけあって、集合場所の河内磐船駅の前には多くのグループが集まって来ていた。駅から寺の集落に入るまでは車道を歩くので、注意しながら右側通行を守る。先にトイレが無いので住吉神社でトイレを済ませ、河内と大和の国を結ぶ「かいがけの道」に入る。この道には「かいがけ地蔵」の地蔵菩薩像や、事情で社寺に参拝できない人が、身近な所から神仏を拝むための伏拝と呼ばれる場所などがある。道の途中では危険木の伐採をやっていて、ハイカーの安全を守ってくれている人たちがいることに感謝。龍王山頂に祀られた龍神さんの祠である龍王社の鳥居をくぐると本格的な登山道となる。途中で雨が降り始め雨具をとと思ったが、しばらくすると止んできたので一安心。鳥居から20分ほどで龍王山に到着。

交野の特徴である巨岩が山頂に鎮座している。ここから旗振山まではアップ・ダウンの落葉で滑り易い道を慎重に進み、30分ほどで旗を振って信号を伝達したという旗振山に着く。ここには中尾さん力作の山名標識が付けられていた。

ここまでは他の登山者に出会わなかったが、交野山に向かう車道に出た途端、多くのハイカーに出会う。交野山頂で昼食と考えていたが、道中の人の多さを考えて、山頂手前の三宝荒神さんの鳥居の四阿で昼食としたが、その間にも多くのハイカーが我々の前を通り過ぎて行った。交野山の観音岩は混雑していると覚悟していたが、しばらく待っただけで岩の上での記念撮影ができた。梵字が彫られた巨大な観音岩からは360°の眺望が味わえるので、多くのハイカーが楽しんでた。ここから白旗池まで下りトイレを済ませて源氏の滝への下山道に入る。

しかしこの下りが難問で、岩の道に水が流れていて滑り易い。部分的に手摺りやロープがあったので、それを頼りに何とか突破する。先日の東海自然歩道例会の参加者からは、あの時の道に比べたらまだマシとの声もあった。登山道を下りきった所が源氏の滝で、ここまで全員無事に下山できて一安心。ここからは車道や民家の横を抜けてJR津田駅に到着し、解散とした。

紅葉例会に相応しく、各所の紅葉や山全体を覆う色付いた木々を楽しめたし、最高峰で345mの低山でしたが、参加の皆さんには以外と手応えのある登山道だったと思われることでしょう。

コースタイム

J R河内磐船駅発	10:00	三宝荒神鳥居(昼食)	12:15
住吉神社(WC)	10:20	昼食後発	12:50
龍王社鳥居	11:00	交野山・観音岩	13:30
龍王山	11:20	白旗池(WC)	13:25
旗振山	11:55	源氏の滝	14:00
		J R津田駅	14:35 解散

参加者：CL 溝口、SL 板東、石川、大友°、岡田°、川端、桑名°、櫻井、杉野°、中尾、鍋谷°、早川°、平井°、廣瀬、松元°、村田、山野、今村°、金久°、小西° : ° 女性 計20名

★12月納山例会 嵯峨嵐山～小倉山

令和4年12月10日 担当：久保田

<概要>

嵯峨嵐山広場でコース説明後体操を済ませ出発、野宮神社で道を間違え竹林の小道に入れず結局、午後に行く予定の常寂光寺/落柿舎経由で大回りでトロッコ嵐山駅に到着。ここをスタートしたのが30分遅れとなってしまった。トロッコ駅を出て小倉山への道を取り亀山公園展望台で紅葉の残る保津峡を下に見て10分ほどで小倉山登山口着、ここで米田さん(下山コース選択)と別れた。

そこからは陰しい登り道、2~3ヶ所紛らわしい道をかまし保津峡との分岐点で休憩をとった。藪道をどんどん登り詰め石畳(昔のケーブル跡)の道にやっとのことでたどり着いた。

鬱蒼とした森の中の最後の登りを15分位で山頂に到着。昼食をとり記念撮影後下山開始。石畳道に戻りフェンス沿いの道をとって15分で渡月橋が見渡せる展望台で暫し眺望を楽しむ、天候に恵まれ遠く京都タワーや比叡山も見渡せた。

予定より遅れたため挽回すべくピッチを上げて下山し。予定ぎりぎり嵯峨嵐山駅に着き、京都駅で無事完了。一時解散の挨拶をして、後は有志での今年最後の山納めの懇親会が始まりコロナの事などすっかり忘れ打ち上げに興じたあれやこれやで大いに盛り上がり乾杯で終了。

<コースタイム>

JR 嵯峨嵐山駅発 10:30→竹林の小道→11:00 トロッコ嵐山駅 11:05→亀山公園→分岐→展望台 12:20
小倉山（昼食）12:50→展望台→13:50 トロッコ駅→14:35JR 嵯峨嵐山駅 14:41→京都駅 15:00 一時
解散 →15:05 懇親会 花の舞 17:00

<参加者>

CL 久保田、石川、加茂、川端、櫻井、杉本、高橋、中尾、板東、東脇、廣瀬(秀)、溝口(正)、村田、
山野、米田、松元、女性：大友、岡田、北、早川、廣瀬(節)、松元、溝口(威)、吉田、山田、梁
(里見、平井) 計 28 名

(3) 会員動静

会員数は、12月29日現在 74名 (内準会員 11名、特別会員 8名)

- ★新入会員 : なし
- ★退会会員 : 田端 英夫さん
- ★会員情報変更 : なし

(4) 大阪府岳連便り 1月～2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。
冬山レスキュー講習会2023「グランスノー奥伊吹」
2/4 (土) - 2/5 (日)
- ハイキング：1/22 (日) 府庁山、旗尾岳(天見富士)
- 顧問、代表者会議 1/21 (土) 午前
新春交歓会 1/21 (土) 午後

(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。

報告する個人山行は有りません。

(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) 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

★11月 紅葉例会 交野三山

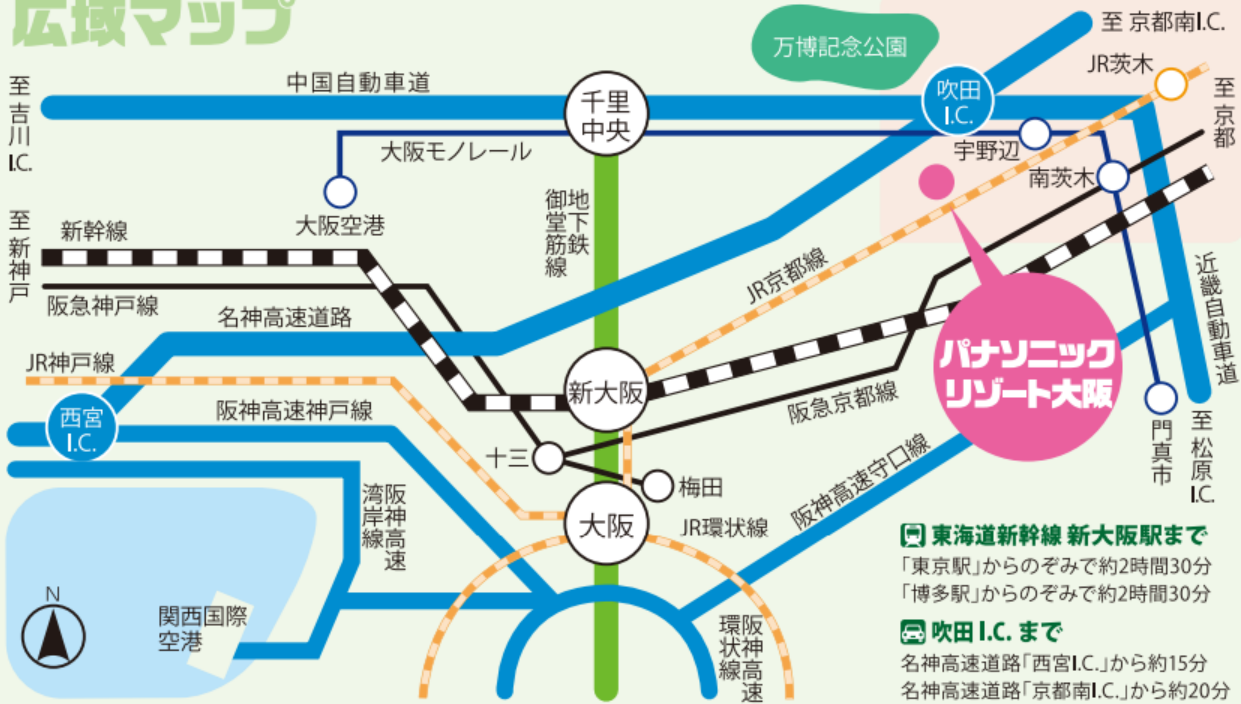


★12月 納山例会 小倉山





広域マップ



周辺マップ



大阪モノレール 宇野辺駅まで

阪急電車「南茨木駅」から約3分
京阪電車「門真市駅」から約20分
地下鉄御堂筋線「千里中央駅」から約10分
「大阪空港駅」から約25分

大阪モノレール 宇野辺駅から徒歩で

パナソニックリゾート大阪まで約10分

JR 茨木駅からタクシーで

パナソニックリゾート大阪まで約10分

大阪モノレール 宇野辺駅からタクシーで

千里丘タクシーでご予約ください
TEL:0570-008-419

