

市民春山報告

5月26日～27日 中蒜山・大山

山行報告

平尾 繁和

山名	中蒜山、大山	山行名	市民春山登山			
ルート	京田辺～塩釜冷泉登山口～中蒜山～塩釜冷泉登山口～しろがねホテル（大山） しろがねホテル～夏山登山口～弥山～元谷大堰堤～大山寺～しろがねホテル～京田辺					
山行日	2018年5月26日（土）、27日（日）	天候	両日とも晴れ			
参加者	CL：竹原、SL：平尾、会員27名（男：14、女：13）一般11名（男6、女5）計38名					
ルート概略図 省略	コースタイム					
	地名		時：分	地名		時：分
	平安バス車庫	発	5：55	6合目避難小屋	着	8：05
					発	8：40
	塩釜冷泉	着	9：55	弥山	着	9：50
		発	10：20		発	10：20
	中蒜山	着	12：40	6合目避難小屋	着	11：55
		発	13：10		発	12：10
	塩釜冷泉	着	15：15	元谷大堰堤	着	12：55
		発	15：30		発	13：00
しろがねホテル	着	16：50	しろがねホテル	着	14：00	
	発	6：00		発	15：30	
夏山登山口	着	6：10	平安バス車庫	着	19：55	
	発	6：10				

## 山行報告

大山は、私の知る限り過去 2 回市民秋山登山で実施されてきました (2004、2009 年)。前回は、11/7 に大山夏山登山道で 5 合目を越え行者谷コースで下山、翌日中蒜山から上蒜山へ向かうコースでした。今回の市民登山では大山登頂をひとつの目標にめざすことにしました。

1 日目、京田辺を 6 ヶ所ピックアップした平安バスは、新名神経由で予定どおり塩釜冷泉に 10 時到着。班毎に体操し、1~4 班の順で中蒜山登山口をスタート。心配された天候も持ち直し林内は湿度が高い。途中オオカメノキに似たガマズミの白い花やタニウツギのピンクの花をめで、3 合目からはスギ林の急登が始まる。ゆっくりがまんの登りを終えると 5 合目、日留神社の祠につく。少し先の広いところで休憩、後半の登りに備える。8 合目からは振り返ると蒜山高原が見渡せ、足元にはイワカガミ、アカモノ、チゴユリなどの花が目を楽しませてくれる。12 時、中蒜山山頂につく。ややカスミながらも 360 度の展望で蒜山高原、上蒜山などが見える。昼食をとり集合写真を撮って下山する。途中、今朝バスでやってきた大阪の市民ハイキングの会 (28 人) の一行とすれ違う。急坂を慎重に下り、14 時登山口に戻る。冷泉の水を飲んだりし、宿泊先の大山寺の麓へ向かう。

2 日目、ホテルを 6 時に出発、前日の様子から歩く順を 2・3・4・1 班にして出発。夏山登山道に入る。西日本最大級とされる新緑のブナ林の中、高度を上げていく。行者谷コースとの分岐で、各班に体調を確認してもらう。ここで待機の人はなく、全員で山頂めざし出発。8 時過ぎ予定より早く 6 合目避難小屋前につき、ホテルで作ってもらった朝食の弁当を食べる。足元に石まじりの急登を登り詰めていく。タチツボスミレやクルマバソウ、マイヅルソウなどが足元で咲いていた。展望も開け、天然記念物ダイセンキャラボクの純林保護のための木道にはいると山頂まではわずか、10 時 50 分弥山に登頂。大山の山麓から弓ヶ浜半島や日本海を眺める。集合写真を撮り、下山は石室に向かう木道の回遊路に行く。登山者が増え比較的若い人が多く登ってくる。昨日の大阪の団体ともすれ違う。上り下りで、しばしば先を譲って休憩をしながら慎重に足を運ぶ。避難小屋と元谷大堰堤で小休止をしたあと大山寺へ向かう。堰堤の河原にピンクの小さな花が見られ、あとでクワガタソウと教えてもらう。エンレイソウやmamシグサ、エビネのなかまなど見ながら、ほぼ予定通り 14 時にホテルに到着。風呂で汗を流し昼食をすませ、15 時 30 分にバスで大山を後にする。蒜山高原 P A に立ち寄り蒜山高原ソフトクリームや牛乳を味わい心置きなく帰路につく。渋滞もなく予定通り、無事全員京田辺に到着。

当初の秋山登山が、台風で延期となり春山登山となったが、秋に 3 回のトレーニング、新しいメンバーも含め 5 月に 2 回のトレーニングで臨んだ今回の山行。天候に恵まれ、班ごとに励まし声をかけあったりして、全員が両日とも登頂、特に今回の目当てであった弥山に登頂し無事下山できたのは何より参加のみなさんの日頃のトレーニングとご協力によるものと思います。ありがとうございました。

ヒヤリハット なし

## 感想文

### 一般参加者(女性)

○初めての参加でしたが、何の心配もなく感動と達成感でいっぱい。楽しみました。ありがとうございます。  
(<sup>あくつ</sup> 坏 昭子)

○お天気にも恵まれ、大きな事故もなく終えられた事とても感謝しています。初参加でいろいろ不安なこともありましたが、初日の蒜山、二日目の大山と登山出来ました。山友会の方々に助けていただき、自然の中で二日間、楽しい時間を共有出来ました。ありがとうございました。そして、お世話いただいた役員の方々お疲れさまでした。(大西良子)

○昨年からの訓練登山から始まり、何度も山登りに参加させて頂き、とても楽しかったです。ありがとうございます。(勘川順子)

○妙見山へのトレーニングでは山友会の方々に迷惑をおかけしましたが、このトレーニングがあったので 大山登山にチャレンジ出来たと思っています。会の方の援護のおかげで登り切ることができ感謝です。(佐々木杏子)

○1班の大林さん山下さんの絶妙な口調で元気つけられ、楽しく登山出来 ありがとうございます。又、お会い出来る事を願っています。(米澤京子)

### 一般参加者(男性)

○次回の機会があれば参加したい。いつも病をかついで廻っているの。楽しい旅行であった。天候に恵まれ良かった。係りの皆様ありがとうございました。(上田昌宏)

○何の無理もなく、天候にも恵まれ、ホテルのサービス内容もよく 楽しい登山が出来ました。ご担当の会員の努力のたまものと 感謝あるのみです。(勘川捷治郎)

○旅程・宿泊等とても楽しく過ごすことが出来ました。以前、旅行で車窓からみた素晴らしい大山に登山出来て 有意義な日を過ごすことが出来ました。企画していただきました山友会の方々に感謝いたします。ありがとうございました。(山本典世)

○好天に恵まれ、当初の予定が天候不順のため延期されました。永きに亘る今回の担当者の皆さんに感謝します。ありがとうございました。(佐坂茂美)

○贅沢な夕食で中蒜山登山の疲れを癒せました。翌日、ホテルしろがね 6 時出発。朝の冷気で気分は爽快。登山口で山頂まで 2.6km と表記はすぐ着きそうな思いを持つ。木道まで富士山のような傾斜は結構きつく汗でぐっしょりでした。階段状の単調な登りもブナ林の柔らかな日差しの中、4 班は上田さんから植物の名前を教えていたきながら歩む、稜線に出ると木道が続き、下は深くえぐれ多くの登山者で浸食された登山道、次回は一木一石運動に協力を。弥山山頂からの展望は良く、崩落の激しい剣ヶ峰方面への縦走をしたくなる。下山は渋滞が多かったが、班長、西川さんの停滞度の給水指示と話術で安全に楽しく降りることができました。台風で市民秋山登山を今年度の春山登山に変更されご苦労されましたが、全員が無事下山できました。担当役員の皆様に感謝の思いと、長期間お疲れさまでした。(丸山敏文)

### 女性会員

○中蒜山、大山とも連続した上りがなかなかきびしかったです。足元の小さな花々に励まされ、楽しく歩くことが出来ました。ブナの林は何度みてもみあきることがありません。飾らない自然の魅力を心ゆくまで堪能しました。山だけでなく、ホテルの食事もおいしく、満足しました。(伊藤多恵子)

○お天気にも恵まれ なにより私の体調も良かったので 迷惑をかけずに終えられることが 大満足でした。役員の皆様大変お世話になりありがとうございました。(伊藤典子)

○今回の登山は去年の秋からの順延で待ち望んでいた山で、お天気も最高で楽しい登山になり大変良かったです。準備していただいた役員の皆様ありがとうございました。

(上田秀子)

○気温が高い季節でしたが誰も熱中症にならず良かったと思います。年齢・経験など幅広い層の中での計画は本当に大変だと思います。役員の方お疲れ様でした。(上杉郁子)

○役員さまにはいろいろとお世話になりありがとうございました。お天気も良く 気候もよく 最高の山登りでした。(大林京子)

○ お世話係りの方々、去年と今年に渡りお世話下さりありがとうございました。お天気も良く、まわりの方々の応援により無事に下山出来ました。ありがとうございました。

(河野典子)

○あこがれの大山に参加 踏破出来て大変うれしく思っています。ただ、前日の蒜山では下山時 足ツリの痙攣に襲われ 会員男性お二人がかわるがわる重いリュックを背負ってバス駐車場まで下山していただきほんとに申し訳なく思っております。大山に比べて蒜山を少し甘く考えておりました。ホテルしろがねの豪華な夕食と昼食には感激しました。担当の皆様 1年半に渡り大変お世話になりありがとうございました。(竹原絹枝)

○二日とも好天に恵まれ、新緑の輝く木々にショウジョバカマ、ヒトリシズカ、スマイレ等も咲いており、頂上からの景色の素晴らしさに来てよかったと改めて思いました。ホテルの夕食・昼食もお弁当もどれも美味しくすべてに満足できた登山でした。2年前から延期になり、お世話頂いた皆様に心から「お疲れ様、ありがとうございました」と申し上げます。(姫島百合子)

○新名神を使用しての大山までのアクセスは快適でした。今までは関西より西の山に目が行かなかつたけれど、今後は行き易くなった中国地方の山に行ってみたいです。蒜山ではたくさんの高山植物の名前を皆様に教えていただいて勉強になりました。2日間楽しい登山でした。ありがとうございました。(吉澤珠美)

○新緑の青空のもと すばらしい2日間を楽しく過ごせて 感謝です。歩く速度もゆっくり先導していただいたので疲れも無く頂上からの360°の展望ができました。

(和田千恵)

## 男性会員

○昨秋と違い、天候にも恵まれ 大腿四頭筋がチョット疲れましたが 楽しい登山でした。(木元隆司)

○好天に恵まれ希望であった大山に登れ 景色・空気・水・料理 どれもゆうことは何もないです。スタッフの皆様大変ご苦労様でした。(土岐吉正)

○天気にも恵まれ 大山からの展望を満喫した。いたれりつくせりで世話役の皆さんに感謝!!(隅谷正行)

○今回の大山登山は所要時間の設定、宿の選定共に良好と思います。無理なく登れて良い山行だった。宿の食事・サービスは満足でこの料金では安いと思えました。楽しい山行でした有難うございました。(林 一昭)

○楽しい山行を企画、実施していただきありがとうございました。大山への往復の道もよく整備され歩きやすく、天候にも恵まれ、日本海・米子方面の風景もよく満足できる山行でした。(藤村敏幸)

○市民登山の担当の方々 お世話になりました。とても明るく楽しい山が楽しめました。(西川 洋)

○天候に恵まれた今回の市民登山を満喫出来た。大山初登山でもあり、個人的にも満足だった。(若林憲治)

○世話役としては2年前の熊野古道の時から実質3年かかわり 終わってみると長いトンネルを抜けた気分だった。皆さん喜んでいただけて これもうれしい事。山友会に入会した時以来 蒜山は3回目、大山頂上は2回目、卓球仲間と蒜山高原1回、計6回目となる。以前に来た時の思い出といろいろ重なる。いいこともまずかったことも。今回は天気に恵まれそれだけで合格で大いに楽しめた。道路よし・事故無し・展望よし・食事よし・頂上

アタックも出来たし五方よしだ。朝食場所で皆さんが下山してくるのを待っている事も登る前に考えたが助っ人もいてその必要は無かった。楽に登ったわけではなく、筋肉痛の解消には翌日の昼頃までかかった。ツリ無し14回目も更新できた。但し、前夜に足がツリ一度目が覚めたがこれはカウント外とした。Sさんもツリに苦労したらしく、「ツリ研究会」を作ろうと下山後の風呂場で約束した。(山下 隆)

○前回の熊野古道から3年越しで世話役に携わってきました。熊野古道では雨に祟られたり体調不良者の救助等があったり慌ただしい山行でしたが、今回は春に変更したので大雨・大風の心配なく計画が進められました。一日目の朝から快晴です。昨年からの苦労が報われたかのような山並みに皆さんが勇んでスタート！中蒜山の山頂からの山々の眺めも予定通りで下山して到着時間をホテルに連絡を入れた。今回はホテル大山の業務部長が料理に力を入れて下さり、昨年予約時より宿泊費がプライスダウンしているにも関わらず3食とも通常価格以上の内容のメニューを提供して頂き感激！！下山時の風呂サービス、荷物の仮置き場所提供、朝食メニューを弁当に変更、8名部屋でゆったりとして休める部屋配置等等・・・・二日目の大山終了までこころ配りして頂きありがとうございました。おかげで全員が無事下山できました。(中田繁男)

アンケート結果

2018.6.11 山下

○山の難易度は？

	キツイ	丁度よい	物足りない
一般男性		5	
一般女性	3	2	
会員男性	1	9	
会員女性		11	1
合計	4	27	1

(記載のない方もありました)

○今回の企画を知る機会 (一般の方のみ)

市の広報紙5、 知人紹介4、 市の広報掲示板1、 その他1

○費用：安い22、 適当・適切14、(宿の選択も良かった。前年の予算つかうのはNO

注)；今回安く出来たのは、帰路で説明した以外に、宿のサービスで春料金は秋料金より1000円安があったので例外的です。

○会の対応；；良かった15、普通5、

**良かった点**；水分の摂り方等のきめ細かい指導。コースタイムが計画通りで立派。宿舎対応。丁寧な説明や要所での確認。細かいところまで気配りがされていて、食事もおいしかった。皆さんの親切な対応良2人。料理・費用の選択良。心大きく楽しく登れた。笑顔が一杯。

○今後希望する山；以下の如く、3地域が絞られる。

	上高地	八ヶ岳	熊野古道	北アルプス	南アルプス	富山(白山)	尾瀬	富士山周辺	新潟方面妙高
一般		2	3			1	2	2	1
会員	9	6	4	4	5	3	1	1	2
合計	9	8	7	4	5	4	3	3	3

その他：九州の山3、中央アルプス2、芦生2、四国地方3、氷の山2、大きな山1、今迄実施していない山1、一泊2日の行事。

- 実施時期；春の新緑 21、秋の紅葉 1 2、夏の高山 2、
- 今後の参加の意思；有 1 5、計画の内容による 7、
- 入会の意思（一般の方のみ）：考慮中（男 2、女 2、）、ナシ（男 2、女 2）  
     **入会を考慮中の方**（大西良子、勘川夫妻、山本典世）
- 今回の計画への意見；

#### <一般女性>

- ・グループメンバーのたくさんのアドバイス（技術やツリ防止）のお蔭で登り切ることが出来ました
- ・班別行動やトレーニング登山は良かった
- ・登りも下りもきつかったが天気良好でいい山でした
- ・無理のない計画でとてもよかった

#### <トレーニングとその後のフォロー>

- ・階段の多い山ならばそれに似つかわしいトレーニング山の選択を（会員女性）
- ・雨のトレーニングはきつかったが、とてもいい経験だった（一般女性と会員女性）
- ・トレーニングで弱い女性がいたが、本番ではその方をケアする会員を設ける（OB）。

#### <企画全般>

- ・情報連絡を会員・一般共に共有を望む（山行計画書の全員配布忘れあり）（OB）
- ・日程良好・食事良好・下山後入浴満足・費用安くビックリ（会員男性、2人）
- ・2山とも楽しい山でかつ宿の食事もよし（会員女性3人）
- ・初日の蒜山がきつかったのは良かった。大山下山時スムーズで良かった（会員女性）。
- ・前日足慣らし→当日は大きな山→下山後の風呂の一連のプランは賛成。担当者を事前に決めておき、同じ人はだめ（会員男性）。
- ・良く考えられた企画だった（会員男性）
- ・ほぼ完成された企画と思いますので、特に意見なし（会員男性）
- ・多数にもかかわらず皆無事に帰れてなによりです、チームワークのたまもの（一般男性）
- ・苦勞の多い企画だが、入会の良い機会なので継続実施して下さい（OB）
- ・次回も充実した登山の企画を願う共に、若林さんに期待する（会員男性2人）
- ・高い山に登ってみたいです（会員男性）

#### <食事関連>

- ・3回の食事共に良かった（会員女性3人以上）
- ・食事は部屋別よりランダムの方が親睦になる（会員男性）
- ・食事の時の飲料は自己負担で遠慮なく飲める（一般男性）
- ・帰路のバス中でのビール飲めなかったのは心残りです（コンビニ無かった）

#### <謝意> 感想文の中に謝意は沢山ありました。

- ・世話役の方々ありがとうございました。（一般男性・会員女性 3人）
- ・長い期間の担当ご苦勞様でした（OB）



(中蒜山山頂にて)



(大山山頂にて)