

11月27日 高御座山

幾田邦江

山名	高御座山 (304m)	山行名	播磨アルプス (高御座山)
ルート	馬の背登山口—鹿嶋神社—別所奥山—鷹ノ巣山—長尾奥山—高御座山—長尾登山口		
山行日	2022. 11. 27(日)	天候	快晴
参加者	リーダー：幾田 サブリーダー：木田 男性：川田、木元、佐々木、土岐、西川 女性：今村、川上、高橋、高山、多田、中井、森田、米田 合計： 15名		

ルート概略図 	コースタイム							
	地名		時：分		地名		時：分	
	京田辺	集	6：00		長尾奥山	着	10：53	
		発	6：10			発	11：01	
	馬の背登山口 (駐車場)	着	8：20		高御座山 (304m)	着	11：17	
		発	8：33			発	11：52	
	鹿嶋神社	着	8：37		長尾登山口	着	12：55	
		発	8：45			発	13：25	
別所奥山	着	9：24		温泉ゆびか	着	14：00		
	発	9：37			発	15：15		
鷹ノ巣山	着	9：58		京田辺	着	16：55		
	発	10：09						

山行報告：15名の参加で、3台に分乗し、松井山手を出発。八幡東インターから新名神高速道経由で、山陽自動車道の三木小野インターを目指す。途中、宝塚北サービスエリアで、トイレ休憩を取った。三木小野インターで降り、鹿嶋神社のチタンの大鳥居がある駐車場に予定通り到着。車一台を下山予定の長尾登山口へと移動。準備体操後、参道を通り鹿嶋神社へ向かった。この神社は「一願成就・合格の神様」として信仰されている。私達も登山の無事を祈り本殿を一周した。その後、境内横の登山道を登り、大きな一枚岩の百間岩の手前の展望台で、初心者の為のプチ登山教室を開いた。岩を登る為の装備チェックや、足の運び方・置き方等々。靴底を一步ずつ確実に置くと滑らないので怖がらず登ろうと話をする。先輩T氏からも、岩場は靴底が固い方が良い等の助言も頂いた。いよいよ百間岩。ベテラン班長の足跡をたどり、なかなか皆さん調子よく登る。途中の安全なところで振り返ると、歓声があがった。箱庭のような市街地の景色が楽しめた。登り切ると、更に視界は開け、姫路城や淡路島や目指す高御座山が眺められた。その後、大小の登り下りを繰り返し縦走路をたどる。途中N氏からおやつ差し入れを頂いた。4つ程小さなピークを越えて、やっと高御座山に到着。山頂の岩は、南側が切れ落ちていて展望が良い。神社付近で昼食を取った。山頂にはトイレもあり、安心して給水できた。その後、わりと急な坂道を1時間かけて、長尾登山口に下山した。皆さんには近くの公園でトイレ休憩してもらい、停めておいた車で、2台の車を取りに行き、参道の店で熱々の柏餅を買い、そして公園で皆で食べた。又来たいとの意見を頂き安堵した。その後、おしゃやかな温泉ゆびかで入浴後、1時間早く京田辺に到着した。 ヒヤリハット：なし



SLが、まるでドローン撮影の様に撮ってくれました。  
豆粒の私達を探してみてくださいね



百間岩にて



素晴らしい眺めの瀬戸内海方面



パワースポットの高御座山山頂神社



下山途中に高御座山と青空をバックに

## 高御座山行の感想文

多田 京子



初めての岩山登山ということで、低山ながらも少し気を引き締めて登山に望みました。岩の上で転んだり、滑ったりするのは想像するだけで怖いなあと思ったので。晴天に恵まれ、岩山も何とかクリアして山頂から見た瀬戸内海や明石大橋はとてもきれいでした。下山中に見上げた山頂の大きな岩も迫力があり、あそこに登ったんだなと思うと達成感もありました。近場で岩山登山ができ、貴重な経験になりました。企画、下見、運転等々して下さった方々、ありがとうございました。

高橋 有紀



地元の人が「どこから？ ここはいいところですよ～」と言っておられた通り、ほとんど岩稜の尾根だったので、どこを歩いても眺望がよく快晴の中、青空に向かって歩いているようでとても気持ち良かったです。岩の歩き方のプチレッスンがあり、岩は靴底のしっかりしたものが良いと教わりました。頂上で断崖の岩場に登ると瀬戸内海の島々、淡路島、明石海峡大橋が一望でき、眼下には市街の風景が広がり最高でした！！（夜景も綺麗だろうな～）車でピストンして、できたてホカホカのかしわ餅を買ってきてくださり皆で美味しくいただきました。帰りには安くてオシャレな温泉に入り、盛り沢山の企画をしていただいた CL・SL さん、運転手の方々、ありがとうございました。とても楽しかったです♪

川田 弘



一度アルプスと名の付く山に登ってみたいと思い、参加しました。なかなか面白い山でした。ともかく岩が多いのが特徴ですね。最初に、このコースのハイライトと言ってもいい百間岩を登りました。事前に調べてはいましたが、登っている人を下から見上げると、えーここを登るのかという思いが出て最初は少し怖かったです。いざ登り始めると意外と登れてよかったです。ただ、岩山の性質でしょうか。11月末なのにともかく暑かったです。夏はとても暑いでしょうね。この後アップダウンを繰り返して高御位山の山頂に到着しました。山頂から瀬戸内海を見ると、姫路城、明石海峡大橋、淡路島まで見ることができました。これぞ登山の醍醐味ですね。いろいろな人が来ていましたが、小さい子供が駆け上がっていく元気な姿を何度かみえました。見習いたいものです。下りはロープを使う場面では、ロープに頼りすぎて少々失敗も。下山後はできたての柏餅をいただき、温泉を楽しみました。しんどかったですが、また行ってみたいですね。ありがとうございました。

中井 豊代美



ベテランの T さんに岩の歩き方や岩の持ち方・3点確保・足の向き、体重のかけ方など教えていただきました。初心者でも楽しめる岩をチョイスして下さり、後ろを歩いているうちに楽しくなり、苦手意識を克服できました。ご指導ありがとうございました。