



例会報告

納山会の回想記(2023.12.24)

〇〇□□

12月24日14時過ぎ、安満遺跡公園内のレストラン「FARMERS CLUB」前で集合写真を撮りました。皆さん、山歩きの会1年最後の笑顔です。そして私たちは「お疲れ様」「お疲れ様でした」とそれぞれの役割を果たし、ホッとした気分で帰路につきました。

私は納山会なるものに出席したことがなく、いきなり事務局として企画・準備チームに加わり、会員さんをお迎えする側での初参加となりました。私のミッションは3つです。



若狭会長

まず例会参加上位者の賞品 10 名分、くじ引きの景品 10 名の包装と参加賞 24 人分の購入です。

それぞれを紙袋に入れ、誰に渡る賞品なのか景品なのか、事務局だけに分かる印をつけておく。そこで袋の底にシールを貼ることにしたのですが、この地味で単純な作業の繰り返し、納山会のメインに繋がると思えば気は抜けません。

賞品選びの時、「あの人はこの色よりこっちの方が良い」とか「これはあの人の雰囲気じゃないね」と一人一人の顔を思い浮かべ、こだわりを持った品なので、花か色別かと悩んだ末に動物シールを選び、同じ様にお顔を思いながら、イメージに合ったシールを貼っていきましたが、何故かサルとゴリラは使わずにすみしました。

賞品の包装は終わり、次はくじ引きの景品です。1、2、3位は星のシール数で分けました。さて上位者の方、くじ引きで当たった人を除いた24人分のミニカップヌードル。そのままお渡ししようとも思ったのですが、折角のクリスマスイブ、小さなビニール袋に入れ、残った星シールで飾ってみました。それら全てを前日23日に会場に運び少し肩の荷が下りた様な気分です。

2つ目は太閤道の集合場所が分からない、と特に高槻市外の方からの声がありました。そこで阪急高槻市駅の改札口で集合してバスでご案内する予定だったのですが、□□さんの提案で[集合場所まで歩き隊]に変わり、もしかしたら2人だけかも、が参加者11名となりました。



〇〇さん

若山から下山のリーダーを任されている事もあって下見を何回も入念にされた□□さん、お疲れ様でした。「予定より早く着きました！」の言葉がそれを証明しています。



事務局の皆さん

太閤道から戻って受付を済ませ、12時より納山会開始です。〇〇さんによる乾杯、会長の挨拶、リーダーさん達の一年間を振り返っての感想とこれからの抱負等のお話がありました。

そして3つ目の最も緊張する参加上位者発表の時がやってきました。参加回数、お名前は絶対間違えてはいけない、としっかりメモし、家でも数回練習。そのうち次第にこれだけでいいのかな、今までどの様に発表されていたのか、と心配になってきました。誰かに聞いてみようか、いや、「いいえ何の決まりもありませんよ、あなたの自由にしてくださいよ」の声が聞こえてきます。うん、やっぱり一言紹介文を加えよう。自分では意外とスラスラと文が出来たので安心していましたが、当日は間違える、忘れる、違った言葉を付け加える、と散々でした。私にしか分からない良い思い出です。



〇〇さん

2年連続皆勤の※※さん、3回連続女性No.1の☆☆さんを初め、上位者は殆ど常連さんです。そして、一年間を振り返って個人的にお話をさせて頂いた方にも、登られた山や日頃の体力維持やケア等、山の取り組み方に感心させられる事が多かったです。私も頑張らなきゃとやる気をたくさん頂きました。



☆☆さん

去年の12月から再び例会参加数のカウントが始まっています。今年もご一緒に山登りを楽しみましょう。

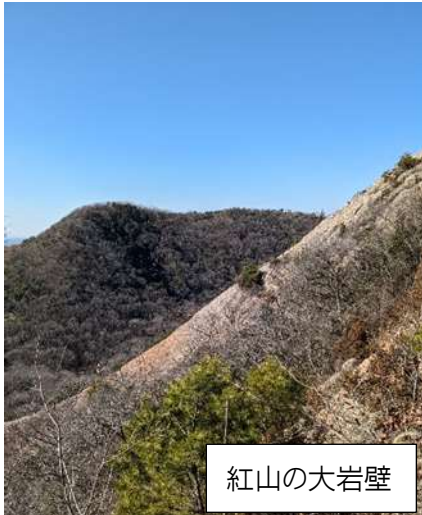


例会報告

小野アルプス(紅山)(2024.01.14)

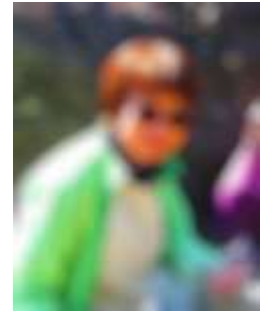


1月14日の例会は日本一低いアルプスと言われる兵庫県の小野アルプス。標高100m~200mの山が九座連なるうち、今回は総山(168.4m)、惣山(198.9m)そしてオレンジ色が特徴的な大岩壁の紅山(182.8m)を縦走しました。



紅山の大岩壁

縦走と言っても、一つ一つアップダウンを繰り返す感じで歩きごたえがありました。快晴で風もそれほど強くない絶好の好天に恵まれ、最初の二座は危険箇所もない山歩きでした。



昼食をとった惣山山頂付近の展望デッキからは鴨池がすっきり見える景色良好で、アルプスの名に恥じない景観を楽しめました。ただ、次の紅山が横に見え、「え~あれを登るのか...」と傾斜40~50度であろうかと思える荒々しい岩盤に一気に不安な気持ちになりました。

紅山を少し登ると目の前にメインイベントの露出した巨大岩壁。いざ登るとなると皆さんにも緊張が走り、経験豊富な男性陣が先導、ロープを携えサポート体制を取ってくださいました。



しかしやはり途中から角度も急になり熟練した男性でさえ、両手も使って登っておられる様子に覚悟を求められる思いでした。「振り返って下を見たら恐怖で動けなくなるかも」と思い、ひたすら前進あるのみ。両手両足で岩のくぼみを探して人生初のロッククライミング。後半は「行くしかない!」とアドレナリンを出して勢いだけで登り切った感じでした。



頂上ではすでに待ってくださっている方々に、拍手、ハイタッチ、笑顔で迎えられ、「万歳~!」の声も思わず出ました。

若狭会長のお言葉で参加者全員が達成感と高揚感に包まれ、更に一つになれた気がしました。後から伺うと迂回コースも楽ではなく大変苦勞されたとのことでした。紅山の名のいわれは所々に見えるオレンジ色のダイダイゴケという地衣類であることも知りました。どなたも大きなけがもなく無事に下山でき、スリル満点の楽しい思い出をいただいて、皆さんお一人お一人に感謝の気持ちでいっぱいです。

2月第3例会

リーダー ○○ XXX-YYYY-ZZZZ

の せ みょうけんさん  
**能勢妙見山 (660m)**

～ 上杉尾根コースから妙見山頂へ・大堂越コースから元黒川駅まで～

年間計画では「マキノ高原スノーシュー」を行き先変更

兵庫県川西市の北西に横たわる妙見山は、古くから信仰の山として四方から参道が延びています。ところで、去年 12 月 3 日で「妙見の森ケーブルとリフト」が営業終了しました。終了前に「妙見の森ケーブルとリフト」を乗りに行きました。まだまだ「ケーブルとリフト」は残してほしかったナア！と思っています。でも大阪府下での貴重なブナ林は見ることができます。そして、2024 年版の初々しい樹々の若芽も楽しめます。下りは急坂が多いので足元慎重に…。

[月 日] 2月18日(日) (雨天中止 )

[集 合] 阪急高槻市駅改札口前 8:00 (8:05 大阪梅田行き準特急に乗車)

[持ち物] 日帰り携行品(弁当、飲み物、行動食、手袋、ストック、雨具、防寒着)

[交 通] (往) 阪急高槻市駅 (8:05)→ 十三駅(8:25/8:33 宝塚行急行)→ 川西能勢口  
(8:51/8:54) → 山下駅(9:10/9:13) → (9:21)妙見口駅

(復) 妙見口駅(15:23) → (16:31)阪急高槻市駅

「交通費」 阪急高槻市駅～妙見口駅 720 円 x 2 1,440 円  
合計 1,440 円

[コース] 妙見口駅(9:21)～上杉尾根登山口(9:55)～八丁茶屋跡(10:50)～能勢妙見山  
(1200)～昼食&能勢妙見宮散策(13:00)～大堂越(13:30)～元黒川駅(14:30)解散  
(15:10) 妙見口駅前

[難易度] ★ 歩行距離 約9Km 約5時間

[エチケット] 「安全・安心」第一の登山を心がけ、足元の注意と慎重な行動を。  
そして、感動と免疫力と思い出をリュックいっぱい持って帰ろう。

3月第1例会

リーダ ○○ XXX-YYYY-ZZZZ  
○○ XXX-YYYY-ZZZZ

たかとりやま  
**高取山(583m)**

壺阪山駅(標高 100m)からの登山コースは、日本三大山城を巡る、約5時間の山道を歩くコースです。武家屋敷跡や猿石といった史跡を見ながら高取城跡を目指します。山頂(標高 583m)に近づくにつれ勇壮な高取城の石垣が出迎えてくれます。高取城跡からの眺望では、南は吉野大峰山系、西は大阪湾、大和三山をはじめ奈良盆地一帯が見渡せます。

3月には町家の雛めぐり。土佐街道沿いの約百軒の民家の玄関や縁側、店先など、各家庭の雛が展示されるので、下山時は観光もできると思います。

[月 日] 3月3日(日) 雨天中止

[集 合] JR 高槻駅 7:20 (7:29快速に乗車/姫路行4番・5番ホーム)

[持ち物] 弁当、飲料、雨具、帽子、ストック等日帰り携行品

[交 通] (往) JR 高槻駅(7:29) ➡大阪駅(7:50/7:55) ➡天王寺駅(8:13) ➡徒歩7分  
➡大阪阿倍野橋駅(8:20/8:20 急行近鉄吉野行) ➡壺阪山駅(9:04)

(復) 壺阪山駅(15:54) ➡橿原神宮前駅(16:02/16:03) ➡大阪阿部野橋駅(16:42)  
天王寺駅(16:49/16:52) ➡大阪駅(17:09/17:15) ➡JR 高槻駅(17:31)

[交通費] (往) 高槻～天王寺 570円

大阪阿部野橋～壺阪山 850円

(復) 壺阪山～大阪阿部野橋 850円

天王寺～高槻 570円

---

---

合 計 2,840円

[コース] 壺阪山駅(9:30)～分岐(9:50)～猿石(11:00)～高取山(11:40)～  
五百羅漢像(13:15)～分岐(14:30)～壺阪山駅(15:30)

[難易度] ★ 歩行距離 10.2Km 標高差 585m 歩行時間 6hrs

[お報せ] :壺阪山駅からロード歩きが続きますが、武家屋敷跡などもあり、さほど苦には  
ならないでしょう。

:クサリ場も梯子もなく、危険箇所はありません。

:歴史を感じながらの山行も良いかと思います。

:ひな祭りも楽しめます。

4 月第 2 例会(予約制)

リーダー ○○ XXX-YYYY-ZZZZ  
○○ XXX-YYYY-ZZZZ

なぐさやま  
七種山(687m)

～連続する滝を堪能し、岩の山頂を目指す～

七種山は、兵庫県福崎町の北西部に位置する山で標高は低いが、登山道から連続する滝が見られ、頂上からの展望も素晴らしい、見どころの多い充実したハイキングコースです。

[月 日] 4 月 1 4 日(日) (雨天時行先変更)

[集 合] JR 高槻駅松坂屋横 6 : 5 0 ヤサカ観光バス (7 : 0 0 出発)

[持ち物] 日帰り携行品(弁当、飲み物、雨具、防寒具、ヘッドランプ、その他)

[参加費] 7, 5 0 0 円 募集人数 2 5 名 (リーダー等を含まず)、参加費は当日バス内で徴収、お釣りのいらぬようにお願いします。

[申 込] 3 月 2 5 日(月) 午前 8 時より xxxxxxxx@yyyyy.jp にて受付

メールに「七種山、参加者名」を記載して送信してください。

「了解」、「キャンセル待○番」と返信します。返信メールがなければ受付されていません。

[キャンセル] 4 月 1 日から 30%、4 月 1 1 日から全額

[交 通] (往) 高槻(7:00)→新名神、中国道→福崎町立青少年活動センター (9:00)

(復) 福崎町立青少年活動センター(15:30)→名神、湖西道路→高槻(17:30)

[コース] 福崎町立青少年活動センター—(1:30)—七種の滝—(60)—七種山山頂—  
(2:00)—福崎町立青少年活動センター

[難易度] ★ 歩行 7km のぼり 569m くだり 569m 約 4 時間

### ●定例役員会報告

開催日 2024 年 1 月 1 3 日(土) 14:00~17:00 / クロスパル高槻 遊の工房  
以下省略

### ●2024 年度年会費更新のお知らせ

現会員で入会を継続される方は、年会費を下記の郵貯口座に振り込んで下さい。  
以下省略

●事務局からのお知らせ ～例会アルバムの閲覧方法の変更～

1)30days アルバムの閲覧方法が変わります。これまでは連絡ラインで見ることができましたが、4 月からは各自がスマホ又はパソコンで 30days album にログインして見ていただきます。

以下省略

【会員状況】 2024 年 1 月 20 日時点での会員数は 135 名(男性 43 名 女性 92 名)

【新会員紹介】①入会ルート ②入会の動機 ③登山歴 ④登った山 ⑤趣味

〇〇 〇〇 ①HP ②もっと山に登りたい ③4 年 ④白山、赤岳、武奈ヶ岳 ⑤食べ歩き

〇〇 〇〇①友人紹介 ②健康のため ③0年(ハイキング 5 年) ④なし ⑤なし

2024 年 2 月の予定				
2月3日～4日	北八ヶ岳(北横岳)	長野県	〇〇	1月号
2月11日(日)	ポンポン山御木奈滝	大阪府	〇〇	1月号
2月18日(日)	能勢妙見山	大阪府	〇〇	2月号
2月25日(日)	和気アルプスザイテングラート	兵庫県	〇〇	1月号

例会参加者名簿

飛鳥周遊 (2023.12.17)	リーダー 〇〇、〇〇 会員 27 名、会員外なし
太閤道～納山会 (2023.12.24)	リーダー 〇〇、〇〇 会員 46 名、会員外なし
立木山と袴腰山 (2024.1.7)	リーダー 〇〇、〇〇 会員 34 名、会員外なし
小野アルプス (2024.1.14)	リーダー 〇〇、〇〇 会員 37 名、会員外なし

【編集後記】新しい年を迎え、来年度の年間計画も発表されました。今年も奮って参加してください。X.X.

以下省略