

ぶな

2023年1月号

NO. 526



滋賀県勤労者山岳連盟 比良雪稜会

(巻頭言)

目標に向かって仲間と共に楽しもう！

N 村 T 行

新年おめでとうございます

2022 年の世相を表す漢字一文字に「戦」が選ばれた。

いろんな「戦」があるが、何と言っても 2 月に始まったロシアによるウクライナへの一方的な軍事進攻が最たるものであろう。国境を接する東部南部の州をロシアの領土だと一方的に宣言して、砲撃を加える。しかも軍事施設だけでなく、学校・病院・ショッピングセンター・集合住宅などウクライナ全土への無差別な破壊攻撃を行っている。最近では、ダム・発電所・水道設備などインフラ設備を集中的に攻撃して、市民生活を更なる苦境に陥れている。この現代において、こんなひどい事が行われるとは信じがたいが、現実である。このロシアの暴挙には本当に憤りを覚える。

今年はこの蛮行が終わり、ウクライナに平和が戻ってくることを願わずにいられない。

またマラソンの話で恐縮だが、昨年の巻頭言で 11 月の福知山マラソン完走を目標に掲げていたが、11 月 6 日の富山マラソンに変更した。

富山には当会から 4 人が参加し、スタート前には全員で完走を誓い、そして揃って完走！ 皆で健闘を称えあった。私も目標(5 時間 30 分)をクリアする数年ぶりの好タイム(自分としての)でゴール出来た。

これは目標をもって練習を取り組んだことと、仲間(良きライバル)のお陰で頑張れたことによる。中でも S さんには特に感謝している。

実は S さんは 2021 年の富山マラソンでフル初挑戦で好タイムで完走している。

しかも全国年齢別(1 歳刻み)ランキングでトップ 100 入り！という快挙。

これには衝撃を受けた。これは負けてられんと、S さんを良き仲間であると共に、勝手に良きライバルに認定させてもらった。

一般市民ランナーにとって、フルはレース前 2~3 ヶ月の練習量(ランニング距離)がタイムを左右する。9 月からお互いの走行距離をメールでやり取りすることで、刺激を貰っていた。距離で負けていると、いやでも負けじと走ることになる。お陰で 10 月の月間走行距離は近年では最高に伸びた。その結果、好タイムでの完走に繋がった。

ランニングの良い所は、いつでも どこでも 1 人でも出来ること。意志さえあればであるが、これがなかなか難しい。そこで良き仲間(ライバル)からの刺激が重要となる。ランニングは登山の体力づくりにもよい。久しぶりの登山でも、ランニングが十分出来ていれば不安はない。

マラソンや登山に限らず、何かをやる時、目標を持つ事とそれを公言すること、そして仲間がいる事が大事と思う。

今年もコロナの先行きが見通せない状況ではあるが、可能な限り前に進みたい。マラソンの目標は 3/12 の第 1 回びわ湖マラソンと 11 月の富山(又は福知山)において 5 時間で完走し、全国年齢別フルマラソンランキング 100 位入りを夢想している。

山の方は、北(又は南)アルプスを会の仲間と共に久しぶりに縦走したいマラソンも山も仲間と共にお互い刺激し合いながら楽しみたい。

(例会山行案内)

新春山行 武奈ヶ岳

恒例の新春山行・武奈ヶ岳を下記日程で計画しました。

御殿山からの西南稜、武奈ヶ岳山頂からのパノラマを楽しみましょう。

日 程：2023年1月8日(日)

コース：明王院登山口ー御殿山ー西南稜ー武奈ヶ岳(往復コース)

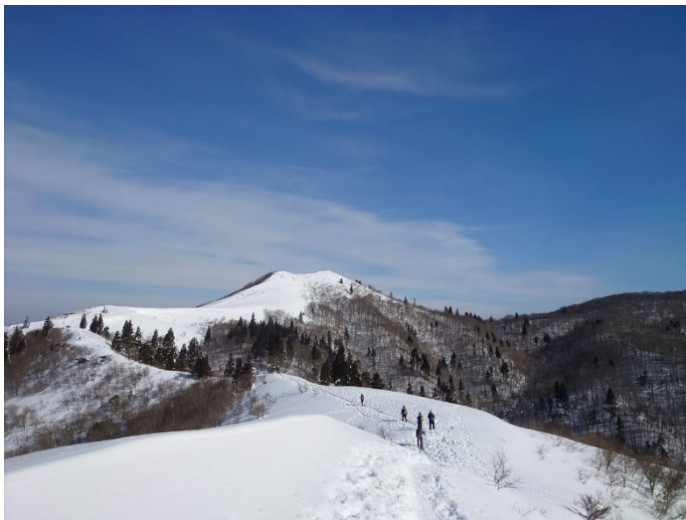
体力★★★★☆☆ 技術★★☆☆☆☆

集 合：和邇川河川敷 7：00

装 備：雨具、地図、磁石、ヘッドランプ、防寒着等々の通常日帰り装備及び、アイゼン、ストック(スノーバケット付)、ワカン or スノーシュー、手袋薄手、厚手(出来れば予備も…)、帽子(防寒用)、ネックウォーマー等々の日帰り冬山装備

担 当：K 嶋

締切日：1月2日(月)



新春山行

(2022. 1. 9)

(例会案内)

唐櫃越(からとごえ)

上桂～馬堀

低山ハイクを楽しむ電車山行です。今回は本能寺の道と言われる唐櫃越を阪急上桂からJR馬堀まで沓掛山(414)、みすぎ山(430)を経て約13kmを歩きます。西山らしい眺望が随所に設置された展望ベンチから楽しみ倒木など少しありますが歩きやすい尾根コースとなっています。寒中ですが低山歩きで運動不足を解消しませんか。

日 時: 1月21日(土)

集 合: 8時15分 JR 京都駅 地下東口(改札手前のトイレ前)

行 程: JR 京都駅=地下鉄=阪急烏丸=上桂 9:00→唐櫃越→沓掛山

11:30→みすぎ山13:30→馬堀駅15:00=京都駅(解散)

難易度: 体力★★☆☆☆ 技術★☆☆☆☆

装 備: 飲み物・弁当・雨具・防寒着・日帰装備・ICOCA

中 止: 予報が雨または降雪などハイクに適さない場合は中止にします。この場合は前日の午前10時までに連絡します。

担 当: K原 締 切: 1月16日(月)



(例会山行報告)

鈴鹿県境稜線縦走⑥

小社峠～宮指路岳～小須岐峠

日時 : 2022年11月27日(日)

参加者 : H島 CL、N野 SL、F野、N尾、H部美、H部史、O村益、O村智、S藤、K保田
K原(写真)、H浦(会計)、F川(記録)

行程 : 大石橋 P9:10～小社峠 11:00～犬返しの険 12:05～宮指路岳 12:30
(昼食) 13:15～馬乗り岩 13:25～小岐須峠 13:40～カワラコバ～
合流 15:20～大石橋 15:40＝屏風岩 16:00(解散)

駐車場とは名ばかりで道路わきに4台駐車し、9:10 登山を開始した。はじめは大きな石がごろごろの河原のような道を進み、ほどなく登山道の砂利道を登る。30分ほどで衣服調整し、杉植林の中を木の根などをつかみ、標高差200mほどの急登を一時間かけて登ると小社峠に出た。ここからの登山道には急に冷たい西風があり皆1枚更に羽織って進んだ。稜線の50m前後の標高差のピークを3つほど超えると花崗岩の砂利で覆われた犬返しの険に到着した。鈴鹿の山は比良山系と異なり稜線と言ってもピークが次々続き、アップダウンがきつくくたびれる。更にピーク一つ超え宮指路岳に到着した。ここで全員写真を撮って昼食となった。午後は10分ほどで馬乗り岩に到着、そこで景色や写真など楽しみ、さらに進み10分ほどで小岐須峠に至った。ここより稜線を離れ、小岐須谷カワラコバ道を下る。この谷は結構深く、登山道は狭く鎖やロープの張ってある急斜面をトラバースすること4～5回、さらに渡渉が6ヶ所ありきつい。ここを2時間ほどで下ると合流点に至り、更に10分ほどで駐車場に戻った。そこから車で5分ほどで屏風岩に到着。川につり橋がかかっている、その両岸は高さ30mぐらいの大岩(屏風岩)で、なかなか素晴らしい景観である。ここで車代を清算し解散。

一口感想

「思いがけずスリリングな山行でした。渡渉があると聞いて心配しましたがそちらは大したことはなかったです。下りまでスリリングなんて聞いてなかったですよ～！何事もなく良かったです」

K 保田



【山行報告】

(ステップアップ比良 滝谷ノ頭(黒谷～畑周回尾根ルート))

【日時】2022年 11 月 19 日(土)晴れ

【参加者】8名 CLT 田(山友会)S 藤・K 林(比良雪)・他 5 名

【行程】黒谷・しゃくなげ運動公園 8:30…P448,9:25…鞍部 10:00…滝谷ノ頭 11:10
(昼)11:40… ボボフダ峠 11:50…荒谷峠 12:00…横谷峠 12:20…畑バス停 13:10

黒谷のバス停からすぐのしゃくなげ公園スタート、獣除けのゲートを過ぎて尾根に取りつく。しょっぱなから急登。リーダーから「右側切れ落ちてるから注意！」の声もかかる。370mまで登れば歩きやすい尾根道・・といきや藪こぎ・・。わしわしと進んで抜けて一息つけたP448 は進路が北西に変わる注意ポイントでした。ようやく彩あざやかな木々に目が行くゆとりもできてP473。小休憩？と思いきや、そのまま進んで鞍部におり左へ、その先で右へ・・なぜ右？(東西南北混乱)。P473 から西方向の鞍部に降りたならばそのまま目指す尾根方向なのですが斜面が急なので北側斜面を下りて回り込んだのでした。事前に地図が配られていたのに、頭の中でたどることができずにいました。目指す尾根が確信できたところで休憩。廃屋となった作業小屋がポツン。山奥に分け入った気分でしたが、畑の集落から谷沿いをつめればあつという間かも。さて、尾根歩きはまず倒木帯から始まり、ほどなく本日二度目の急登。ストックをついたり手をついたりもがいたりしながら登り(同じ斜面と思えないほど軽快に登っていく方も・・羨ましい)100mほど登った場所で一息。再び斜面に張り付くように 130mを登って滝谷ノ頭、比良比叡トレイル道と合流。登山・トレランの人と出会うようになりました。昼食後は行程後半、ボボフダ・アラ谷の道標二つ超え横谷峠。後は下るのみ。あつという間にバス停に到着。お天気にも恵まれて、とても魅力的な周回でした。「同じコースを各自がリーダーとなって歩いてこそこの〈ステップアップ比良〉です」と T リーダーから締めの一言。肝に銘じます。

※黒谷までは湖西線、近江高島・7:23着 7時27発畑行きのバスを利用(黒谷着7時57分)料金は現金のみの支払い220円です。このバスを逃すと次は9時までありません。帰りは畑13時57分発のバスに乗車。 記録 K 林



ルートファインディングをしながら歩く



紅葉が素晴らしい…。

《個人山行報告》

高取山・金剛輪寺

日時 2022年11月10日(木) 9時30分から15時30分 晴れ

参加者 N野(記録)

行程 唐崎 8:00=高取山ふれあい公園駐車場 9:30~11:30 展望台 12:00~高取山
12:30~林道出合 13:10~高取山ふれあい公園駐車場 13:50~14:10 金剛輪寺
15:30~唐崎 17:00

天候は朝から晴れて、9時20分に高取山ふれあい公園駐車場に到着。受付で入園料200円を支払って、今日の歩くコースを確認した。途中は良く整備された登山道で展望はそれ程良くないが、歩きやすかった。1時間30分ほどで展望台に到着、少し早い昼食を摂る。20分ほど歩いてハツ尾山からの尾根上にある高取山(611.6m)に到着。高取山の山頂は周りに木が生い茂っていて、展望はあまり良くなかった。下山コースは40分ほどで林道出合まで下って、そこから30分歩いて高取山ふれあい公園駐車場まで帰って来ました。金剛輪寺までは車で20分で到着し、拝観料600円を支払って境内を1時間20分かけて拝観した。紅葉には少し早かったが、湖東三山の紅葉を十分に満喫する事が出来ました。



高取山山頂



金剛輪寺の紅葉

<個人山行報告>

甘くなかった 富士 (3,776m) 登山

日程 2022年7月1日(金)～3日(月) 夜行バス乗車1泊3日

参加者 S藤

行程 7/1(金) 23:18 仕事を終え、京都駅八条口夜行バス乗車。

7/2(土) 8:30 富士山駅到着(標高809m)、吉田ルートを目指して出発。最初、駅からの方角が分からず、カンカン照りの市街地をうろうろ。又観光気分で富士講の跡地を見たり、大好きな河内晩柑を買ったり、吉田浅間神社で知恵の輪くぐり等をして時間ロス。13時半にやっと1合目馬返し・鈴原社に到着し樹林帯を登って行く。富士山の歴史を感じながら古の塚跡や神社を見、また展望も楽しむ。16時過ぎ5合目佐藤小屋(標高2,220m)でトイレを借り、宿泊する7合目ミヨシ館(標高2,700m)に着いたのは18時半を過ぎていた。夕食を食べて横になるも、疲れすぎてすぐには眠れず、21時過ぎにやっと寝つく。(標高差登り1,931m 活動時間約10時間)

7/3(日) 0:30 はっと気が付いて起床。疲れはとれたように思ったので身支度をしてお出発。真っ暗な中、ヘッドライトを頼りにゆっくり上がって行く。4時ごろ(標高3,250mのところで)雲の中のご来光と暗い雲の中から輝きを増していく光のグラデーションを見ることが出来た。その後雨が降り出し、ガスで視界は遮られ、次第に寒くなる。標高3,400m過ぎたところから足が前に出なくなり、数歩歩いては立ち止り、を繰り返すことに。途中、山小屋でお汁粉を食べて休憩もしながら、なんとか9合目(標高3,456m)まで上がり“山頂まであと50分”の標識を見て登ろうとするも、遂に体がいうことを聞かず汗も出なくなった。——高山病にかかったのだ。あー、山頂はもうすぐそこなのに——。と、その時娘からのLineに気付く。「お母さん、今どこ? 南比良に山岳救助が出てるよ」娘に富士登山は伝えていなかった。娘の家は琵琶湖バレイのそばなので、比良あたりに救助ヘリが飛ぶとバラバラと上空が騒がしくなる。娘のLineを見て『そうだ。これ以上山頂をめざしたら私も救助沙汰になる。』と下山を決める。下るにつれ、体はみるみる回復し、あっという間に元気になって9時半過ぎに5合目到着。(標高差上り756m、下り1,156m 活動時間約9時間半)。帰路はスバルライン5合目からバス乗車～富士急富士山駅～新宿～品川駅で東海道・山陽新幹線のぞみで京都へ。今回の失敗の原因は、行程に無理があったから。残念な結果となったが、この失敗を次に活かしたい。



2023年近況と抱負



近況

- N村 T行 9月以降の山行は公開山行と飲み水水質調査山行の2回のみ。山に行きた〜い。
11月6日に富山マラソン(フル)完走。
- N村 K代 特になーんにも無く元気です。ただ、やりたい事をやりたい時期に出来るよう、時間が欲しい!!
- Y口 Y生 例会は、余り参加出来ませんでした。白山、岩木山、八甲田山など登る事ができました。
- Y口 K夫 トレーニング中6月からプール11月からマシーンに取り組んでいます。
- M藤 K二 80歳になり、山は卒業しましたが旅は続けています。
- F野 K太郎 今年北海道の山など沢山の山に登ることが出来、幸運でした。
ただ、脚の衰えを感じ始めたところです。
- H部 M智恵 全国旅行割キャンペーンを大いに使いお得に山旅行させていただきました。軽い気持ちで登った『南木曾岳』スリルがあったなあ〜
- K保田 E理子 ストレスがたまったら湖南市の十二坊温泉に行っています。
- A本 K和 昨日11/28、コロナ(5回目)とインフルエンザ予防接種同時接種してきました。今年あまり山に行けませんでした。体力の低下が心配です。
- K藤 Hみ 色々調べつくした金草岳が中止になって、落ち込んでいます。
- H島 S 体力の低下を実感しています。
- I東 S二 年末に、通っているスポーツクラブで煩惱Swimがあります。Aグループ(50mを1分10秒サイクルで108本(に何本までついていけるか))、Bグループ(25mを50秒サイクルで108本)の、どちらに参加するか迷っています。
- I村 K治 今年は妻のアクシデントで山には登れなかったです。古希を迎えて体がコキコキで体力も気力も衰えています。
- N尾 K一 今年は3年ぶりにアルプスに登れました。初の百名山も10年ぶりに2座登れました。
- T中 T彦 職場を退職し、自由になった時間で登山、釣り、旅行などの趣味を満喫していましたが、秋に体を壊し失速してしまいました。

- H 部 F 男 不安定な気候に悩まされ日程を合わせながらも「常念岳」や「五色ヶ原の森」「大日ヶ岳」と行動でき大満足です。
- K 林 T 子 最後？の関東例会に参加できました、目標だった立山～薬師の縦走もツアーでしたが歩くことができました、その他、今年歩くことのできた山々はどれも思い出すたび顔が緩みます。ただ 水泳はあまりに悲惨な飛び込みで撃沈。山に浮かれ、水に沈んだ一年でした。
- H 池 S 子 何をするでもなく、過ぎていく日々を受け入れられるようになってきました。
- H 野 Y 治 体調不良のため、昨年6月以降は山に行くことができませんでした。体調は、回復してきています。
- F 川 T 郎 今年結構山に入った日が多かった。コロナが騒がれて3年自宅に籠れとの話が強かったが、現在の趣味である卓球&登山は当然基本的な対策は実施したが、幸いにしていずれも大きな影響は受けずに済んでおり、週4日の卓球と1回の山行はほぼ出来た。
- O 村 M 夫 恥ずかしながら！！ 80歳になりました。皆様の足を引っ張りながら、例会に参加しています。感謝 感謝
- O 村 T 子 後期高齢者デビューしました。
- G 弥 M 子 京都でのフルタイムの仕事、すぐに挫折するかと思ってましたが、しつこく続いています。平日の山行に行けないのはとても残念です。今年は岩のトレーニングに行っていました。岩も勿論ですが、いろいろな会の方の装備ややり方にふれ刺激の多い年になりました。
- K 嶋 F 男 今年2月頃に痛めた右膝の調子も良く無いのに、2022年度秋、冬のマラソンシーズンが11月から始まりました。早速11月6日に富山マラソンと11月20日に神戸マラソンと、不安を抱えながらも2本走って来ました。年内は後1本、12月11日に奈良マラソンを予定しています。年明けると2月に京都マラソン、大阪マラソン、そして3月には今シーズンの目標とするびわ湖マラソンがあり、6本のフルマラソンを走る事になります。右膝、少しずつ良くなってきている気がするので、身体と相談しながら頑張りたいと思っています。
- T 中 K 子 9月初め、待望の八甲田山・岩木山へ行けたこと。函館にも足を伸ばし、楽しい観光付き山行、絶景に出会えました。
- K 原 K 雄 夏季にずぼらでウォーキングを減らしたためか体重が増加し血圧も血糖値もアップしています。そんなことで秋口から駅をS、Gにした口

ングウォーキング（大人の遠足）に汗を流し楽しんでます。

N 野 T 光 今年コロナ禍3年目で、参加できる例会はなるべく参加しましたが、夏山は行けませんでした。嬉しかったことは初孫の顔が見られたことで、大変だったことはコロナに罹り1ヶ月間咳の後遺症に悩まされた事です。

H 浦 A 子 今年、関東例会、室堂から薬師岳の縦走、劔岳、西穂岳、など今までになく頑張りました。その他、エアロビクス、畑作業、オタ活動！んー。私、偉い？それともバカ？

I 井 T 雄 去年は体力の減少していく様を見せつけられた一年でした。もともと体力はなかったのですが、さらに落ち込みました。

N 田 N 子 孫の世話・自己の健康管理・ボランティア(赤十字)・趣味(読書 好きな作家さんを みつけては 悦に入る)で 日々忙しく過ごして居ります。忙しい事を 感謝して……

M 原 K 郎 2020年11月に立山でスキーをして大腿骨を骨折し、ヘリで搬送されて以来、2年間にわたって登山をしていない幽霊会員になっています。いまだに平地の歩行が困難で、駅の階段を上るのはとてもつらい状況です。しかし自転車とスキーは平気です。たぶん股関節を曲げた位置だからだと思います。ためしに今年の春の大型連休に、前かごのついた通勤用のチャリでピワイチを試しましたが11時間くらいで戻って来れました。

S 藤 M 子 変わりなく、元気です。

S 水 S 子 今年も富山マラソン走ってきました。立山連峰に応援してもらって、何とか独り立ち?!して完走することができました。比良雪陵会から4人が参加し、健闘をたたえあえたのも嬉しかったです。今年に入会時、登りたい山として書いた白峰三山をやっと縦走する機会に恵まれたり、涸沢に雪の穂高や色とりどりの紅葉を見に行くことができたりと、充実した一年でした。県連の初級登山教室に行かせていただいて、他会の方たちといろんな経験ができたことも大きな収穫となりました。

N 井 T ようやく自粛生活軽減され、毎日の生活にも弾みが戻りつつあります。突然！仲の良かった仲間が次々と会を去って行きました。原因は個人山行での、人間関係の纏れからからです。私は不参加で、その時のやり取りを後日互いから聞くばかりで、収める事は出来ていません... 去った仲間とはその後も仲が良く 個人で活動は続けています。体調も良く、燕岳、大天井、常念、蝶が岳、前穂高、槍ヶ岳、中岳、南岳、長谷川ピーク、北穂高、涸沢、室堂、雷鳥沢、別山乗越、前劔、劔岳 etc. 小屋

泊から🏕️泊大変楽しいです。3000 を超えると岩陵地、別世界です。虜になりました。

S 井 S 代 ケガのない山行を心掛ける！（慢心は禁物と思っています）

K 藤 F 男 今年も山行参加は数回、なかなか日程が合わず消化不良です。もっぱら近くの長等山登山に明け暮れています。

K 村 A 子 フルマラソンシーズン、雪山基礎講座スタートを前にプルプルしています

N 村 Y 子 2022 年は県連の初級登山教室に参加し、安全登山を行うために必要な知識と基本技術を学ばせていただきました。10 月に膝に水がたまり山へ行けなくなり、始めた水鳥観察がとても楽しいです。

S 田 Y 明 新しい職場に就き 環境が変わり 以前のように山歩きをする時間が減ってしまい 残念に思っているこの頃です。

S 田 H 枝 夏ころより体調が優れず 一喜一憂しながら近場の山歩きを楽しんでいます。

O 野 T 広 水曜日は Kowall へ行き、週末は宇治の岩場へ通いクライミング三昧の日々を過ごしています。最近は大阪労山主催の初級岩登り体験会にスタッフとして参加させて頂き、救助隊にも入らせて頂きました。

Y 崎 K 子 新入会させて頂き、やっと全行程を達成できた秋の山行「山門水源の森～東ヶ谷山～大浦越え」でした！本当に嬉しかったです。遠距離介護、仕事、孫の世話で多忙な一年間でしたが、益々山への憧れは大きくなっています。

**** 抱負 ****

N 村 T 行 北又は南アルプスの夏山縦走を含む年 10 回以上の山行。

3 月 12 日の第 1 回びわ湖マラソン(フル)完走。

N 村 K 代 今年も元気で有ればアケボノツツジの咲く時季の山に行ってみたいなー！黄葉のブナの森にのんびり佇みたいなー！

Y 口 Y 生 例会参加したいです。機会があれば、遠くの山にも行きたいです。

Y 口 K 夫 体に心配なく登れる日を目指して。

M 藤 K 二 新年も旅は続けたいと思います。

F 野 K 郎 東北の鳥海山、岩木山等登りたいと考えている。自分に合った計画を立てゆっくり山を楽しみたい。又山のいい写真を撮りたい。

F 部 M 恵 桜の咲く頃に一週間ぐらい時間をかけてゆっくりと富士山を眺めなが

ら山々を巡ってみたい

- K 田 E 子 ケガのない山行を心掛ける！（慢心は禁物と思っています）
- A 本 K 和 孫も今年受験を終え、来年高校生になっても槍ヶ岳に行きたいと言っています。私のほうが心配ですが、孫が団体装備を引き受けてくれるとのことなので、何とかしようかなと思っています。
- K 藤 H み 滋賀県の山、残すは金糞岳、綿向山、日本コバ、40山のうち少し…今年も頑張ります！！
- H 島 S 日々無事に過ごしたいと思います。
- I 東 S 二 3月で定年退職します。4月、ポーとしている。5月、旅行に行って、酒を飲み、おいしいものを食べる。6月、このままではいけないと気付く。7月、定年後の自分のペースをつかむ。
- I 村 K 治 来年は少しでも山へ行って、元気になりたいです。
- N 尾 K 一 春秋は比良や鈴鹿や未踏の山へ、夏はアルプスへ登りに、冬は眺めに行きたいところです。
- T 中 T 彦 健康には十分留意し、自由になった時間を再び満喫しようと思っています。
- H 部 F 男 今年ゆっくりペースの山頂泊で『鳥海山の眺め』を楽しみたいです。
- K 林 T 子 快晴の青森で目にした井戸岳の火口に目を奪われました、火口は魅力的です、噴火によって作り出された山にもっと登って、火口を見てみたいです。水泳は、人並に飛び込んで泳げるように練習します。
- H 池 S 子 秋に行った槍沢天狗池。先の南岳まで登っていきたいと思ってしまいました。来年、どうでしょうかねえ。
- H 野 Y 治 春ごろから、復帰できたらなと思っています。テンカラ釣りをしながら、沢を登ってみたいです。
- F 川 T 郎 次年度も週4日の卓球と1回の山行のペースを維持したいと考えている。
- O 村 M 夫 頑張って 山を楽しみたいです。皆さん宜しくお願いします。
- O 村 T 子 例会に頑張って参加したいです。
- G 弥 M 子 毎日の柔軟体操 !!
- K 嶋 F 男 近々では元旦の例会のリーダーをする事になり、プレッシャーを感じています。何もなく無事に実施出来る様、当日のリーダーを努めていきたいと思っています。2023年も健康で無事に、山もランも楽しめればと思っています。

- T 中 K 子 まだまだ行ってみたい山が沢山あります。トレーニング頑張ります。
観光付き山行もメッチャ楽しい。今年も元気に行けますように。
- K 原 K 雄 認知機能検査に合格します！！
高山を卒業した方もそうでない方も参加できる面白い低山ハイクを企画し健康ウォークを推進できればと思う。
- N 野 T 光 山登りを続けるには、基礎体力が重要です。トレーニングジムとジョギングで基礎体力を維持しながら、今登れる山にチャレンジして行きたい。
- H 浦 A 子 体力と相談しながら、頑張りたいと思います。新しい靴は買いましたが(笑) 富山例会を、楽しみにしています。
- I 井 T 雄 今年は、自分なりの登山を楽しみたいと思っています。高山はもう無理なので、低山徘徊を目指します。
- N 田 N 子 近くの山々を マイペースで 季節を変えて 楽しみたいと考えています。
年1か 年2くらいは 遠くの山(温泉付き)に 出掛けられたら良いなあ と 密かに捜しています！
雪稜会に お世話になり 7年3か月 楽しい思い出一杯、有り難う御座いました。
- M 原 K 郎 平地歩行練習・階段昇降練習から始め、山に復帰したいと思っています。
- S 藤 M 子 登山を通して自分を考える。
- S 水 S 子 行きたい山がまだまだたくさん！！例会にもできるだけたくさん参加しながら、いろいろな山に登りたいです。いつまで経っても早くは走れませんが、寒さにめげず、ランも自分のペースでぼちぼち走っていきたいと思っています。
- N 井 T 来年は、裏銀座縦走、雷鳥沢では5日泊し剣、立山を満喫するのが目標です。後は体力を付けるだけ近場の低山たのしんでいます。でも中々痩せません。飲み過ぎ食べ過ぎ!?
- S 井 S 代 昨年末に目標に掲げていたことが出来なかったので、次こそは山行前の予習、地図読みが出来るようにそして末永く山歩きを楽しめるようにダイエットをします。
- K 藤 F 男 長等山登山、今年中に 900 回、来年末には 1200 回を目指します。
- N 村 Y 子 『2023 年は、今までの人生の中で最も遊ぶ年にしましょう！』と、占いにあったので、楽しい一年にしたいです。
- S 田 Y 明 月 2 回は山歩きをする。を目標に 体力維持に努めたいです。
- S 田 H 枝 毎回思うのは一緒ですが まだ行ったことのない山歩きが出来たら良い

なあ。と思っています。

○野 T 広 ①この冬も山スキーを存分に楽しむ。②田子の浦から富士山頂へ
海拔ゼロから日本一の山頂を目指す。③4月から大阪労山中級登山学校へス
タッフとして参加するので、受講生のお手本になりたい。

Y 崎 K 子 比良山系に登りたい！から十勝岳山頂から夜空の宇宙・天の川を見てみ
たい！へと夢は膨らんでおります。来年こそ比良山系登頂を目指したいで
す。

〈忘年会報告〉

2022年12月17日(土) 18:30~20:30 和邇高城「お料理 ふじ」にて

参加者：N村T、N村K、Y口Y、M藤、K保田、A本、H島、I東、N尾、T中T、K林、H池、F川、O村M、K嶋、N野、H浦、S水、S井、K藤、N村(計21名)

コロナ禍の為に開催を自粛していました忘年会を、今年は3年ぶりに21名の会員の参加で開催されました。K嶋さんの司会進行で、N村会長の開会の挨拶により忘年会が始まりました。次いで、本会最長老のF川さんの乾杯の発声で宴会は始まりました。しばらく食事の時間で、皆さまビールやお酒を飲みながら大きな立派なお弁当を味わいつつ同じテーブルの人達としばし談笑。次いで、この日の為に練習を重ねてこられたH島さんとY口Y生さんによるオカリナ演奏です。二人ともサンタクロースの衣装で、クリスマスソングのオカリナ演奏で会場は大いに盛り上がりました。続いて、N野より今年入会された会員4名の紹介で、本日出席されていたN村さんより挨拶があった。前回の忘年会より本年までの間に入会されたS井さんとK藤さんからも挨拶がありました。いよいよ本日のメインイベントである、リーダー部による本年度の例会山行で大変頑張った人たちの表彰式が行われました。例会参加回数の上位3名(K藤氏、S水氏、N野)とリーダー回数の上位4名(H島氏、K藤氏、N野、N尾氏)の表彰が行われました。続いて自薦・他薦の表彰では、富山マラソンのフルマラソンを4人揃って完走した(I東氏、K嶋氏、S水氏、N村T氏)、個人山行として長等山登山を今年中に900回達成予定のK藤氏、例会山行での写真担当を数多く行って頂いた(K嶋氏、K原氏)、本会に於いて長年自然保護活動に携わってこられた(K藤氏、N村T氏)に対して表彰状がN村会長より手渡されました。次いで、いよいよお待ちかねの抽選会の始まりです。担当のI東さんとT中Tさんから当選者の座席番号が次々と読み上げられて、会場の前面に於かれた景品(N村田んぼのコシヒカリ、H浦農園の大根・春菊、缶ビール用クーラーとサーバー、皆様から寄贈された沢山の山グッズ、Tシャツ、書籍)よりお気に入りの物を頂きました。皆様、景品の提供有難うございました。

皆様と久しぶりにわいわいがやがやと過ごしてきた2時間もあっという間に過ぎて、参加者全員による集合写真を撮りました。最後に秋山副会長より閉会の挨拶が行われて、本日の比良雪稜会忘年会は無事に終了いたしました。ご協力頂きました運営委員の皆様方、参加頂きました会員の皆様方、本当に有難うございました。

(報告：N野)



オカリナ演奏 (H島 Sさん、Y口Y生さん)



忘年会の集合写真

2022年 比良雪稜会忘年会景品等提供者一覧

(会員は敬称略)

差し入れ

H 浦 A 子 赤ワイン 1 本
N 野 T 光 本醸造 浦霞 1.8L
B 場 K 雄 (元会員) 純米大吟醸 越の姫椿 1.8L
H 田 N 夫 (元会員) りんご 2 箱

景品提供

N 村 T 行 お米 (コシヒカリ 2kg) 6 袋
H 浦 A 子 野菜 (大根、春菊) 4 セット
A 本 K 和 缶ビール用サーバー 2 台
缶ビール用急速クーラー 1 台
N 尾 K 一 マラソン大会 T シャツ 10 枚
シューズバッグ 1 個
ショルダーバッグ 1 個
A 岡 S 氏 (元会員) ガイドブック & 地図 1 冊
雨具 (L) 中古 1 着
ザックカバー (45~60L) 中古 1 袋
軽アイゼン (4 本ツメ) 中古 1 対
S 崎 K 子氏 (元他会会員) ピッケル 中古 1 本
ワカン 中古 1 対
クライミングシューズ (女性用 小) 中古 1 足
I 蔵 M 子氏 (一般) 登山靴 (SIRIO 女性用 24cm) 2 足

その他

S 崎 K 子氏 (元他会会員) ザイル、スリング、カラビナ、ハーネス等の登攀用具
中古⇒会装備に
T 辺 T 志氏 (一般) インクカートリッジ (エプソン)

2022年度第9回 運営委員会報告書

出席：N村、A本、N野（記録）、K林、K藤、I井、H浦、T中T、K嶋、H野
欠席：F野、I東

場所：和邇コミュニティーセンター第4会議室、

日時：2022年 12月 13日（火）19時30分～21時05分

1. 第44回比良雪稜会定期総会の準備

1) 議案書の準備

議案書の割り振りとスケジュール

- 1/10（火）第10回運営委員会：各担当者は作成した素案のコピー（12部）を持ち寄り検討。
- 1/24（火）第11回運営委員会：各担当者は1/23（月）までに作成した修正原稿を事務局N野までメールで送る。まとめられた議案書（案）について原稿の最終チェックを行う。
- 2/7（火）第12回運営委員会：確定議案書は事務局中野より会員全員にメール配信する。往復はがきによる出欠確認（往復はがきへの定期総会案内の印刷）。
- 2/19（日）第44回比良雪稜会定期総会 13:00～16:00
和邇コミュニティーセンター第4・第5会議室
2023年度第1回リーダー部会の開催 16:00～18:00

2) 総会での議長・選挙管理委員の候補

議長に関しては3名の候補者にN村会長より確認する。選挙管理委員に関しては比較的に新しく入会された方に順番にお願いしており、N野より確認する。

2. 来期の役員案について

来年度の役員（雪稜会役員、県連理事）に関して、運営委員の意見を伺った。雪稜会役員の機関誌担当、会計担当、リーダー部長について検討中。

3. 忘年会に関して

1) 実施方法

- 日程は12/17（土）で場所は「お料理 ふじ」に於いて、感染対策を十分に行って実施する。
- 宴会時間は18:30～20:30の2時間とする。

- ・参加者は 21 名、不参加者は 21 名、不明 1 名。

2) 実施内容

- ・H 島 S さんと Y 口 Y 生さんによるオカリナ演奏。
- ・例会参加回数、リーダー回数の上位 3 名の表彰。自薦・他薦による表彰。
- ・農産物、登山用具、その他会員からの提供用品の抽選会の実施。

4. 各担当より

- ・リーダー部、遭難対策・技術アップ、労山基金：特になし
- ・会計：必要な費用があれば、直接メールで担当の樋浦さんまで送って欲しい。
- ・自然保護：HP の「自然保護」タブの水質検査・放射線測定の結果報告が 2021 年から、清掃登山が 2020 年から更新されていない。夏原グラントのリンクをトップページに入れるか、自然保護のところに入れるか検討して欲しい。
- ・機関誌：機関誌「ぶな」の編集に関して、来期のスタートはメール配信にして、その後はコロナ感染の状況を見て判断する。
- ・HP：担当の I 東氏よりメールで以下の要望があった。
 - ①HP の表紙の写真 2 枚（比良の全景、初日の出山行）について、新年になるので表紙にふさわしいものがあったら提供をお願いしたい。
運営委員の発言：毎年新しいものに変える必要はないので、そのまま残しておいたらどうか（秋本）。
 - ②HP の下の方に写真展応募作品のコーナーがあるが、長い間更新されていないので、来期に残すか他に移動するか検討して欲しい。
運営委員の発言：HP のトップページを確認して他に移すかどうか検討する（中野）。
 - ③それ以外に更新が必要な箇所がないか、検討して欲しい。
運営委員の発言：以前の山行記録を調べたいときに、今の HP の形態では探すのが難しい。以前、ST 三郎さんが HP を担当していた時の形態に戻して欲しい（K 嶋）。
- ・事務局：ZOOM 会議が出来るように、県連では有料で契約を行った。各会で利用が可能なので、使用方法について 11/22（火）に説明会があった。F 野理事と N 野が参加して、M 内理事長より使用方法の説明を受けた。各会で使用したい日時・時間が決まれば、M 内理事長に連絡して調整する。
雪稜会としては、運営委員会やリーダー部会での ZOOM 併用は考えていないので、

すぐに実施は行わない。

5. 県連報告

1) 11/9 (水) は代表者会と第 8 回理事会を明日都浜大津会議室で実施し、結果は県連ニュース 12 月号に掲載。

2022 年第 1 回代表者会議の初級登山教室についての議題で、受講生 5 名で講習会補助として受講料 1 万円の半額を補助した。次年度も継続して実施を検討。

県連として受講料の半額を補助して初級登山教室を実施したが、その効果があったのかどうか疑問を感じるので、次回理事会で確認したい。(T 中 T)

以前実施していたアルパイン講習会とは明らかに異なる。(H 野)

今後は水質調査と放射線測定を交流山行として、実施すればどうか? (K 藤)

2) 次回 12 月の理事会は休会とする。1/11 (水) に第 9 回理事会 (ZOOM 併用) を実施予定。

6. その他

・交通費は 35 円/km です。

・会員動向 : N 田 N 子さんが 11 月末で退会。現会員数 43 名。

次回 第 10 回運営委員会は 1 月 10 日 (火) 19 時 30 分からです。

《第6回リーダー一部会議事録》

日 時 12月20日(火)

場 所 和邇文化センター内 和邇コミュニティーセンター 第4会議室

出席者 H野・H島・N村 T・H部・N尾・K藤・N野・K原

議題1 例会実施状況（ヒヤリハット）

- ・東ヶ谷山（登山祭典）：コース間違いがあったが、予定通り下山。
- ・鈴鹿縦走(5)：特になし。
- ・飲み水調査：2コース共、時になし。
- ・冠山：中止 ・金草山：中止 ・高取山：中止
- ・鈴鹿縦走(6)：下山道に、崩れ、鎖場があったが無事下山。
- ・鈴鹿縦走(7)：中止 ・愛宕山：中止

議題2 1月～4月の例会計画

開催日	山域・コース	テーマ・内容・	担当者	レベル	備考	
1月	1日(日)	権現山	初日の出山行	K嶋	体力 ★★★☆☆ 技術 ★★★☆☆	
	8日(日)	武奈ヶ岳	新春山行	K嶋	体力 ★★★★★ 技術 ★★★★★	
	21日(土)	唐櫃越 (からとごえ)	電車山行	K原	体力 ★★★☆☆ 技術 ★☆☆☆☆	
2月	25日(土)	天王山	天王山 ～サントリー	K原	体力 ★☆☆☆☆ 技術 ★☆☆☆☆	電車山行
3月	6日(月)	六甲山系 七兵衛山	観梅と眺望	H池	体力 ★☆☆☆☆ 技術 ★★★☆☆	
	26日(日)	紀見峠～金剛山	ダイトレ縦走 (最終回)	N尾	体力 ★★★★★ 技術 ★★★★★	
4月	9日(日)	鈴鹿 霊仙山	福寿草	H部	体力 ★★★★★ 技術 ★★★☆☆	
	16日(日)	飯道山～大納言～阿星山	甲賀トレイル縦走	N尾	体力 ★★★★★ 技術 ★★★★★	
	29日(土・祝)	八ヶ峰	春の野点	N村	体力 ★★★☆☆ 技術 ★★★☆☆	公開山行

議題3 リーダー回数、例会参加回数の1位から3位の報告

リーダー：1位 H島さん(11.5P)、2位 K藤さん(7.0P)、2位 N野さん(7.0P)
3位 N尾さん(6.5P)

例 会：1位 K藤さん(21P)、2位 S水さん(19P)、3位 N野さん(18P)

議題4 例会実施に際して、予備日を設けて欲しいとの要望

例会担当リーダーの判断により、予備日を設定します。

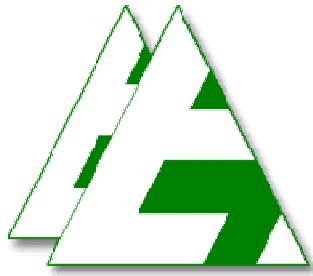
議題5 来期のリーダー部体制について

リーダー部員の増員。(会員にお願いの声掛けをする)

2023 年予定表



1	祝 日	元日 初日の出山行 権現山	19	木	
2	祝 月		20	金	
3	火		21	土	例会山行 唐櫃越(からとごえ)(電車山行) 「ぶな」原稿締切
4	水		22	日	
5	木		23	月	
6	金		24	火	第11回運営委員会
7	土		25	水	
8	日	新春山行 武奈ヶ岳	26	木	
9	祝 月	成人の日	27	金	
10	火	第10回運営委員会	28	土	
11	水		29	日	
12	木		30	月	
13	金		31	火	
14	土		編集後記 新しい年、おめでとうございます。 今年こそコロナ渦、戦禍が無くなりますように。		
15	日				
16	月				
17	火				
18	水				
2月の予定					
25	土	例会 天王山～サントリー工場見学(電車山行)			
今月号と来月号の当番					
.....					



滋賀県勤労者山岳連盟

比良雪稜会

滋賀県大津市和邇今宿 712-1 西村方

TEL&FAX 077-594-0454

E-mail kazuyo-buna@r.river.sannet.ne.jp

HP <https://aquafoal39.sakura.ne.jp/>