

山行申し込み、個人山行の届けは**平井**へお願いいたします。

携帯メルアド：tad-hira@ezweb.ne.jp または P C アド：izc00565@nifty.com

## いわて生協山の会：2023 年 9-10 月の山行計画

| 山行日             | 行き先     | 難易度   | 参加費      | 参加×切  | 備考                          |
|-----------------|---------|-------|----------|-------|-----------------------------|
| 9/22(金)         | 三石山     | ★★★☆☆ | 1,500 円  | 9/19  | 東北で一番早い紅葉を観賞！               |
| 9/30(土)-10/1(日) | 縫道石山    | ★☆☆☆☆ | 9,000 円  | ×切    | 奥羽 B 協議会交流山行。               |
| 10/7(土)         | 焼石岳     | ★★☆☆☆ | 2,000 円  | 10/2  | 秋田側の東成瀬村からピストリします。          |
| 10/14(土)        | 八幡平     | ★★☆☆☆ | 1,500 円  | 10/9  | 山頂から茶臼岳まで縦走します。             |
| 10/21(土)        | 朝島山     | ★☆☆☆☆ | 500 円    | 10/16 | 盛岡の里山。往復 2 時間ほどです。          |
| 10/26(木)-29(土)  | 琵琶湖周辺の山 | ★★☆☆☆ | 60,000 円 | ×切    | 琵琶湖周辺の山、藤原岳・武奈ヶ岳・御在所岳を巡ります。 |

参加費は 5 人参加の場合の概算です。人数により変更あります。予めご了承ください。申し込みは平井へ

### 県連行事のご案内

10/29(日) 内陸と沿岸の交流山行・金華山(みちのく潮風トレイル)

牡鹿半島の海上に浮かぶ霊嶋・金華山東奥三大霊場として知られている信仰の島です。

滝沢本部発 5:00⇒9:00 鮎川湊フェリー乗場集合⇒海上タクシーで金華山へ

金華山トレイルルート(約 2 時間)と千畳敷トレッキング⇒海上タクシー 15:00 鮎川港(解散)

⇒滝沢本部 18:00 着

参加費：¥3,000(海上タクシー代) 参加×切：9/26

### スポーツ連盟の行事のご案内

9/27(水) 三陸の被災地訪問(陸前高田)

・集 合：盛岡西口 マリオス玄関前 7 時 50 分

8 時出発で 17 時到着予定

・参加費：5,800 円 (40 人乗りバス・保険・弁当代込)

・昼食は：海鮮丼+ミニそば or 海鮮天丼+ミニそば (どちらも 1,300 円) の選択を、

\* 不要な方は連絡をお願いします。

\* 申込×切 9 月 20 日 (水) (定員 30 名)

次回の例会は 2023/10/5(木) 18:30～ ベルツ青山 2F 会議室にて  
11 月の会山行と 2024 年度の県外山行計画などについて話合います。

## ■8/5(日) 鯨山

参加者 CL/金子・SL/平井・石倉・フク子・女鹿 5名

連日30℃越えの暑さの中、夏山登山に挑戦!! 6:00 滝沢本部出発～盛岡宮古道経由で「陸中海岸青少年の家」に到着。8:16 登山開始。8:45 休憩「汗だく」。9:26 休憩。10:10 頂上で記念撮影し、昼食。11:00 下山開始。11:20 休憩。12:20 下山。12:30 出発。15:00 滝沢本部到着。初級レベルと聞いていましたが、ジリジリ夏の暑さに体力を奪われ汗だく☀️になりながら自分の中では上級レベルと思いながら、何とか皆さんに遅れないように頑張っ、山田湾を見下ろす頂上の絶景を見る事が出来ました。下山もジリジリ汗だくで途中から「ガリガリアイス」が頭から離れず、力を振り絞って無事下山!!やっぱり山は何があるかわからない! 万全で望むべし!!でした(石倉)



## ■和賀岳⇒登山道までの林道が崩落のため中止

## ■8/26(日) 岩手山

参加者 CL/金子・泉・フク子 3名

馬返し 6:00 集合。駐車場は、県内、県外ナンバーの車が沢山、見られた。やっぱり、土曜日の岩手山ですね。6 合目、8:40、下界は、雲で、白くて、見えません。7 合目 9:25、ここでもガスがかかって、景色見えません。8 合目の小屋、9:30、昼食です。美味しい水を頂きました。私に、妹から電話が入って、ゆっくり話してたら 30 分も休憩してた。10:00 頂上に向かって、出発です。右周りで登る。お詣りして、いつも見るのと反対側から見るのも良かった。頂上も、賑やかでした。90 才で、登頂 600 回記念の団体がいました。11:20 頂上です。まったりと、下界を見て、今度は綺麗に見られた。最高の景色です。12:10 小屋の所で、水を詰めて下山です。5 合目 12:55、暑いです。14:50、駐車場で解散。お世話様でした。(フク子)

## ■8/29(火)-31(木) 幌尻岳

参加者 CL/金子・SL/平井・セツ子・秋元 4名

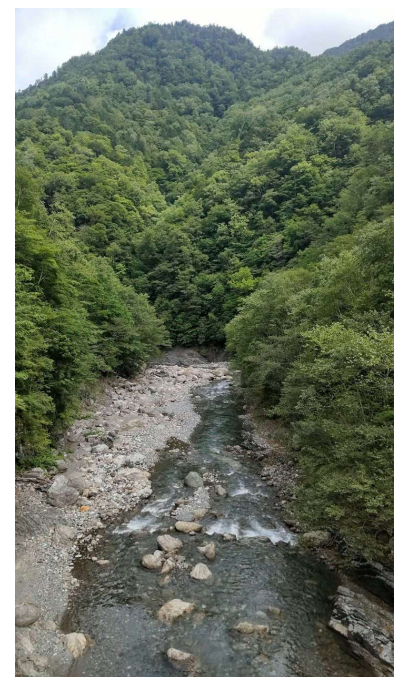
数年前から(行ってみたい山)と思っていた幌尻岳が実現です。

8/28(月) 本部 19:00 集合八戸へと出発です。平日なので混雑も無く船室へと進み 22:00 苫小牧へと出港です。

8/29(火) 台風接近のニュースも心配無く苫小牧港へ到着。奥新占冠発電所へと進みます。途中日高の牧場、通過の時はサラブレッドを見ながら、山深い道路をひたすら走ります。途中熊にも会い熊は逃げたので安心しドンナツ山荘までの林道を走ります。山荘に到着し、いよいよ新冠ポロシリ山荘までの林



道 18.5 キロを緊張し頑張るしかありません。ザックは重く林道とはいえアップダウンがあり、早く歩けない私は時々ザックの重みでよろめきながらも、皆さんについて行くのみです。時々シマリスがちょろちょろ現れ可愛





らしさに癒しと元気をもらい山荘へと向かいます。奥新冠ダムで景色を眺め気分転換をし、もうすぐ山荘と思いながら歩いているとポロシリ山荘に 16:00 到着。歩けるかどうか心配だっただけに、ブラボーです!! 暗くならない間に明日の準備、そして夕食はコンビニで調達した食事を、丸太のテーブルでいただきます。明日はいよいよ幌尻岳です…就寝。

8/30(水)雨。霧雨の朝です。幌尻岳の頂上が目標。5:10 登山開始。新冠陽希コースを幌尻沢に沿って登り時々雨が降る中を進みます。8:00 中間点に到着。私は大変になってきました。先に進んだ平井さんと秋元さんが熊(小熊?)2頭と会い動かないので、予定を変更し下山です。12:00 小屋に到着。午後は荷物の整理やお片付け、ストーブに火をつけたので濡れた物を乾かし、ストーブの火力で夕食を作りいただきました。17:00 頃にはツアーのメンバー達も帰ります。夕暮れと共に就寝。

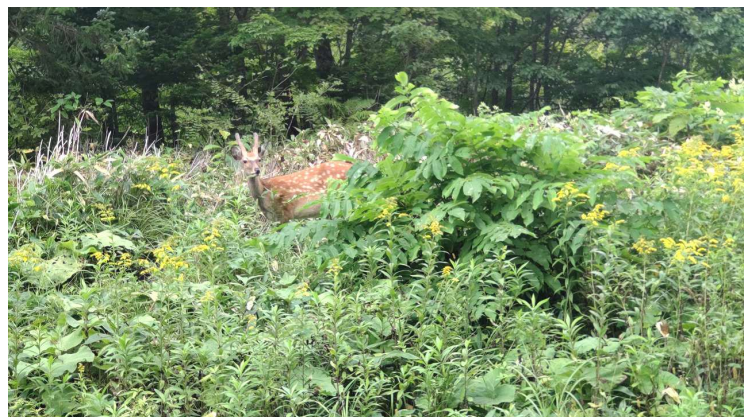
8/31(木) 晴れ。やっと辿りついたポロシリ山荘とお別れ。5:30 あの重いザックを背負い下山です。荷物が減ったと思いつつ…でも重く、気をつけて歩きます。11:00 目指すゲートが見えた時は頑張って歩いた皆んなにブラボー!!。歩いているとオヤマノリンドウや色が淡いトリカブトきれいです。エゾシカにそして車中からはキタキツネ、熊にも会います。山のデコボコの林道を走り、日高町の食堂で美味しい昼食をいただき満足です。そして苫小牧港へと進み 21:15 出港。



9/1(金) 本部 6:10 到着、解散。大変な山にいろいろお世話になり、無事に帰れ感謝申し上げます。私の反省点は沢山。普段の努力が大切と思いました。本当にありがとうございました。(セツ子)

94 座目の百名山、幌尻岳に挑戦です。沢のコースではない新冠からです。最近「新冠陽希コース」と名付けられたそうです。沢を歩かなくて良い分 18.5km もの林道歩きがあります。行きが 6 時間、帰りが 5 時間半でした。変化に乏しい林道歩きはなかなかに厳しいものがありました。林道ではエゾシマリスにあちこちで遭遇しました。人間を恐れることなく、一生懸命食事している姿がかわいかったです。新冠ポロシリ山荘には 2 泊し、27 時間の滞在となりました。お世話になりました。2 日目の登山本番は霧雨の中の出発でした。途中雨が少し強くなってきましたが、林の中でほとんど濡れることはありませんでした。「中間地点」という案内板の

ところで、セツ子さんがリタイアとなり、金子さんがアンザイレンして下山することになりました。秋元さんと 2 人で頂上を目指しましたが、100m ほど登ったところで 2 頭のヒグマ(小熊)と遭遇。手をたたいて合図しましたが、立ち去ることなく母親を呼ぶような鳴き声を発していました。これは危ないと判断、登頂を断念して下山しました。金子さんたちと合流し下山しましたが、セツ子さんの足が限界になっていました。「力が



入らない」ということで、まったくフニャフニャです。「どうしよう」と思いましたが、休憩の時「少し行動食を採ってみたら」と勧めたら少し元気になりました。「シャリバテ(ハンガーノック)」だったようでした。その後、飴をなめさせたりして何とか小屋にたどり着くことができました。私は「シャリバテ」はしない体質なので、食べなくても大丈夫ですが、以前、山の会の山行で「シャリバテ」で動けなくなった人がいました。その時のことを思い出した経験でした。皆さん気を付けましょう! 百名山 94 座目は幻になりましたが、来年以降にまた挑戦しようと思います。(平井)

## ■9/3(日) 県連セルフレスキュー訓練

参加者 CL/金子・SL/平井・照井・女鹿 4名(30名)

初めて参加しました。7つの会から30名が参加しました。ロープワークは苦手意識があり、なかなか飲み込めず、何回かトライしてやっとできたので、これからも繰り返し練習したいと思います。ツェルトの実演は見事でした。あのぐらいになる為には、何回も練習が必要ですね。それだけではなく、手早くできるための創意工夫もされているのがすごい。1人用ツェルトに初めて入りました。中で傘をさすことで、空間が生み出せることになるほどと感心しました。なかなかの狭さですが、この薄くて軽い素材が風を防いで命を守ってくれるんですね。キネシオテープで膝の保護をしたことはありましたが、捻挫のテーピングをしたことはなく、テープの違いも分かり、直に見ることができて良かったです。自分でも練習します。食料を出し合って、メンバーで何日食べることができるか見積もる体験も、面白かったです。(照井)



## 第8回 マラソン記録会のお知らせ

### 11月5日(日)

◎場所 盛岡南公園(新しい野球場のそばです)

- ・集合場所 南駐車場(球技場 西側) \*下図参照
- ・受付 9時から
- ・開会式 9時30分
- ・スタート時間 10時から10K、5K、2Kの順に  
10人位ずつ1分毎にスタート
- ・閉会式 11時20分頃(おたのしみ抽選会)



◎参加費 世代区分

大人 1000円・高校生 500円・中/小/幼 300円  
(保険料込、参加費は当日会場で)

◎参加締切 10月25日(水)

◎申し込み先 \*ネットメールも可

盛岡市 西松園 3-3-3 佐藤静雄

Tel/fax 019-662-6920

携帯 090-2276-3660

又は、安<sup>アン</sup>保<sup>ボ</sup>進 (080-3142-3004)

\*小雨決行 (雨天時の問い合わせは上記に)

