

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。

携帯メールアドレス：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 4 月の山行計画

山行日	行き先	難易度	参加費	参加〆切	備考
4/1(土)	東根山	★★☆☆	500 円	3/28	残雪の東根山を周回コースで。
4/8(土)	万寿山	★★☆☆	1,000 円	4/4	春の妖精に会いに行こう！。
4/10(月) -12(水)	吉野山 ・伏見稻荷	★★☆☆	65,000 円	〆切	花巻空港⇒伊丹空港～奈良吉野山と京都御室 桜・鞍馬寺・伏見稻荷大社を巡ります。
4/23(日)	羽山-羽栗山	★★☆☆	1,500 円	3/21	仰々山の山。人数が少ないときは〆ストで。
4/30(日)	栗駒山	★★☆☆	写真代	4/20	県連雪山交流山行。県連活動費使用。

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

5-7 月の県外山行の計画

5/27(土)-28(日) 福島県の山：大滝根山・一切経山・西吾妻山を巡る

5/27(土) 5:00 滝沢本部発⇒9:10 大滝根山～(歩行 2:40)⇒10:40 浄土平～一切経山(歩行 2:30)
⇒浄土平キャンプ場(テント泊)

5/28(日) 6:00 天場発⇒天元台(0-7 ヲイ・リト)⇒西吾妻山(歩行 3:15)⇒(0-7 ヲイ・リト)
⇒天元台 13:45⇒18:45 滝沢本部解散

参加費：¥20,000 集金(残金清算) 参加〆切：5/10

6/23(金)-25(日) 道南の二百名山を巡る：大千軒岳・恵山・狩場山・駒ヶ岳

6/22(木) 19:00 滝沢本部発⇒青森港(フェリ)-23:30⇒3:20 函館港

6/23(金) 3:30 函館発⇒大千軒岳登山口～(歩行 6:00)⇒恵山ツツジ公園(歩行 2:00)⇒函館(泊)

6/24(土) 6:00 宿発⇒狩場山登山口～(歩行 5:30)⇒17:50 島牧村 YH(泊)

6/25(日) 6:00 宿発⇒駒ヶ岳登山口～(歩行 2:00)⇒函館港(フェリ)⇒青森港⇒20:25 滝沢本部解散

参加費：¥40,000 集金(残金清算) 参加〆切：6/10

7/13(木)-16(日) 関東と新潟の山：東麓の登山・仙の倉山・巻機山を駆ける

7/13(木) 15:00 滝沢本部発⇒<高速道>途中仮眠⇒6:00 車坂峠登山口

7/14(金) 6:00 登山口発⇒麓の登山(歩行 4:25)⇒黒斑山(歩行 3:00)⇒谷川双ヶ岳 YH(泊)

7/15(土) 7:00 宿春⇒登山口 8:10～平標山・仙ノ倉山(歩行 7:15)⇒谷川双ヶ岳 YH(連泊)

7/16(日) 7:00 宿春⇒桜坂登山口～巻機山登山(歩行 7:45)⇒<高速道>⇒0:30 滝沢本部解散

参加費：¥30,000 集金(残金清算) 参加〆切：7/2

**次回の例会は 2023/4/6(ホ) 18:30～ ベルツ青山 2F 会議室にて
4 月の会山行と 4-5 月の県外山行計画などについて話合います。**

■2/18(日) 貝吹岳⇒参加予定が少ないため中止

参加予定 CL/金子 1名

■2/25(土) 鎌倉森



岩手山

参加者 CL/金子・SL/平井・泉・中根・福川 5名

朝起きてカーテンを開けると、外は積雪で驚きましたが、降ってはいなかったので、ひとまず安心して家を出ました。8:00 に本部集合(3人)して出発。途中フォックスバーデンで泉さん・中根さんと合流し、網張日帰り温泉駐車場へ。8:30 到着。途中の道路沿いの木々に降りかかった雪がとてもきれいで、東山魁夷の絵の様でした。ビジターセンターでトイレを済ませ、チェーンアイゼンを履き8:40 出発。天気は晴れ、時折雪がチラついたり、風も気になりましたが青空が気持ちよく歩けました。1時間歩き休憩していたら、突然タヌキが現れビックリ！タヌキの格好をしたオジさんでした。一緒に休憩し、タヌキさんは先に出発。私たちが歩きだしましたが、今までと雪質の違いを感じました。踏み固められた雪でなくズボズボと足がはまってしまうこともありましたが、ワカンを履くこともなく何とか歩き通しました。樹林帯を抜け視界が広がり、雫石の田園地帯が見え、風

が強くなったけど気分はとても良かった。

休憩から1時間15分、ひたすら歩き頂上に到着。青空の中の雲の流れが速く、風の強さを感じましたが、360度の眺めは最高でした。岩手山も近く感じられ犬倉方面を歩いている人も見えました。あまりに風が強く、体が冷えるということで、犬倉への周回はやめて下山することになりました。滑るように下山しましたが、疲れてきたので休憩を希望し、無風の林の中でリンゴやレモンティーを頂き一息できました。水分・糖分の補給は歩く元気につながるのので助かります。下山は早くて12:10には駐車場に着き、楽しい登山となりました(福川)



犬倉山

姥倉良

参加予定 CL/金子・SL/平井 2名

■3/4(土) 三石山⇒大松倉山で撤退



三ツ石山

参加者 CL/金子・SL/平井・泉・中根 4名

7:35 まだ営業していないスキー場のゲレンデを歩き始める。天候は日が照って暖かく上々の日よりだ。昨日降った新雪を踏みしめながら一步一步と兔平には8:35 到着。下界を眺めると高度感があり素晴らしい眺めだ。そこより25分で三ツ石への分岐になりカンジキを装着。そこからが大変、真っさらの雪面に行くのは気持ちのいいものだが深雪に足を取られながら交代で進む。何だか雲行きが怪しくなって来た。時折吹きつける風は粉雪を巻き上げながら襲

ってくる、空を見上げると雲の流れが早い。今日は最高に天気が良いはずなのに嫌な予感を感じながらひたす

ら進む。大松倉に近づく頃にはスキーヤーが次々と登って来る。風に押されるように 10:40 大松倉山到着。見えていた三ツ石山も次第に霞んでいく、後方からは一呑みされそうな真っ黒い雲が広がって来た。風は段々酷くなる例年このあたりは風が強くて、中々三ツ石山まで行かせて貰えないんだよね。今日も残念ながら下山のゴーサイン。大松倉山の北斜面をスキーヤーが華麗に滑り降りて行く。ウオーカッコいい～ 思わず叫びたくなる。下山はトレースが出来て歩きやすく 11:25 分岐到着。カンジキを外して後はグレンデを降りるだけ。下界は陽が照りつけさっきの状況はなんなのって言う位穏やかで暖かい。可愛いスキーヤーに癒されながら 12:25 無事到着。今日も遊ばせて貰いました。(中根) ↓大松倉山からの眺め



■3/12(日) 乳頭山⇒参加予定が少ないため中止

参加予定 CL/金子・藤倉 2名

県連行事のご案内

山筋ゴーゴー体操・サポーター養成講座

4/22(土) 9:00~17:00 盛岡市西部公民館 2F第一会議室

山岳会の向けの画期的な脚と体幹を中心にしたトレーニングプログラムで、これなら安全で安定感のある登山が出来る、少しハードな内容です。県連各会でサポーターを養成して、体力を付けるトレーニングを日常的に行いましょう。登山での体力不足から来る下山遅れや、事故などを無くする取り組みを実践できる環境づくりで、事故の無い快適な登山を楽しめるようにして行きましょう。

講師：石田良恵さん、サポーター：久保さん(全国連副理事長)、全国連サポーター：宇田川さん

参加費：¥1,000 参加〆切：4/15