風のささやき
山仲間アルプ
NPO 法人山仲間アルプ　機関誌 NO.9
平成 17 年 6 月 6 日発行

山 行 報 告

★ 鉄砲木の頭(３月５日～６日)

参加者　会員(障害者１名、健常者２名)

☆３月５日

今日は、平野の宿に移動するだけなので、のんびりだ。新宿から何度も電車を乗り換えて富士吉田に来たが、高速バスを使えば平野まで乗り換え無しで来ることができ、しかも安いことを知り、帰りは高速バスにすることにする。

後発のＨさんと大月駅で合流し、富士吉田からバスで宿泊先の湖楽に向かう。雪がかなり激しく降り出した。明日の天気が心配だが、足早に雪雲が通り過ぎてくれることを願う。夜、明日の朝、東京を発つ予定のＮさんから電話が入り、天気予報が悪いため、明日出発のグループは全員中止するとのことだった。

☆３月６日

朝、起きてみると、青空が見え、良い天気だった。

展望台から見た南アルプス

朝食を済ませ、宿の方に三国峠まで送っていただく。三国峠だと言われて降ろされた所は、パノラマ台という三国峠の手前の展望の良い所だった。歩く距離が増えてしまったが、ここは素晴らしい展望だった。富士山がすぐ近くに大きく見え、その右には、南アルプスが赤石岳から北岳まで、薄日を浴びてくっきりと見えた。足下には、山中湖が鉛色の湖面を見せていた。

しばらく車道を歩き、２０分ほどで三国峠に到着する。

ここから、三国山を往復するつもりだったが、山頂付近が樹林に覆われ、展望も良くない感じだったので、鉄砲木の頭に向かう。

少し登ると、左手にカヤトの雪原が広がり、展望が良く、気持ちよく歩ける。ただ、雪が深いために、木の枝が低く、顔の周辺に当たり、ちょっとうるさい。しかし、ほどなく山頂に到着。ここは、素晴らしい展望だった。眼下に山中湖、正面に南アルプス、左手に大きな大きな富士山と、最高の展望だ。ただ、さすがに寒く、体が冷えきる前に記念写真を撮影して、先を急ぐ。

鉄砲木の頭にて

尾根は、緩やかに下っていく。右手には、丹沢

方面の山も見えてきたが、どんよりとした雲に覆われている。たぶん、東京の方がこちらよりも天気が悪いのだろう。少し、急に下り、小さなピークの手前を左手にトラバースすると、切通峠に到着する。ここで昼食を取り、真っ直ぐ平野に下ることにする。

展望台からの富士山

サッカーのゴールのあるグランドを過ぎると、道も広くなり、車道となった。石割山方面には、青空も広がり、富士山には日が差し始めた。グランドは雪原となり、その上を兎が飛び回ったあとがどこまでも続いている。

平野について、さらに山中湖の湖畔まで行ってみるが、空には次第に厚い雲が広がりはじめた。富士山も輝きを失ってしまった。

宿に戻り、コーヒーをいただき、往復切符を買ってきたため電車で帰るＨさんが路線バスに乗るまで見送り、Ｉさんと私は、高速バスで新宿に向かった。Ｉさんが、バスの中から、大きな富士山を飽きることなく見ていた。露地の向こうに、大きな富士山がどーんと見える、こんな所に住めたら幸せだなというＩさんの言葉が印象的だった。

★大野山(３月１２日)

参加者　会員(障害者４名、健常者９名)

小田急線の車窓から富士山が見え、気持ちが高ぶってくる。今日の大野山は、富士山がよく見える素晴らしい展望台だ。ただ、Ｎさんの「ちょっとくっきり見えていないね」という言葉が気になった。

山北駅で全員集合し、駅から歩き始める。地元の商店街を抜け、トンネルをくぐったところが登山口の入口だった。ここからもしばらく車道の脇を歩く。オオイヌノフグリやヒメオドリコソウが咲いている。ロッジ風の喫茶店を過ぎて少し行くと登山口に到着した。梅やシキミの花が咲き、タチツボスミレも咲いていた。

今日は天気はまずまずだが、風が強く寒い。山頂が近づけば近づくほど風も強いと思い、少し早めに昼食にする。しかし、その場所も寒かった。昼食を終え、登りはじめると、以外にも休憩したところよりも風がなく、暖かいところがあった。

少し行くとタンポポが咲いていた。萼を見ると反り返っていなくて、カントウタンポポであることが分かった。久しぶりにカントウタンポポに出会えて満足だった。

稜線に出る前の牧場脇の急登を頑張ると、車道に飛び出した。車でここまで来られるのは残念だが、丹沢方面が開け、素晴らしい展望だ。富士山は見えなかったが、箱根の山々や愛鷹山（あしたかやま）も見えていた。

大野山山頂にて

車道を登り、トイレを済ませて山頂に向かう。

大野山からの富士山

山頂からは、富士山が素晴らしい。小田原の町や海、そして伊豆半島も見えていた。丹沢方面の足下には、丹沢湖も見えていた。大野山は、標高が低いが、展望は素晴らしい。

記念写真を撮影して、谷峨駅方面に向かう。

登山道は、かなり整備されたようで、幅も広く、階段状の部分が多かった。十字路からは、指導標が立派になり、３分から５分毎に立っている。きっと市の予算が余ったので、無駄遣いしたのだろうと皮肉を言い合う。

下山路は、いつまでも富士山がよく見えていた。Kさんの「こんなところに住めたら良いなあ」という言葉が、印象に残った。

民家や畑の脇を通り、車道に出て、細い橋を渡って駅へ向かった。谷峨駅周辺には、アルコールを売っている店がないので、おいしいビールを期待した人たちはがっかりだった。

★蕨山(４月５日)

参加者　会員(視覚障害者３名、健常者３名)
　　会員外(健常者２名)

昨日の雨も上がり、今日はすばらしい天気だった。平日のため、出会ったパーティーは２パーティーだけという静かさだ。

名郷に着くと、コゲラが木をコツコツ叩いていた。トイレをすませて、沢筋の林道を行く。登山道にはいると、急に登りがきつくなる。しかし、ウグイスやシジュウカラの歌声が楽しませてくれる。ミソサザイもさえずりをはじめていた。

尾根に出ると、ホッと一息。展望も開け、大持山や武川岳、伊豆ヶ岳も見えてくる。

しかし、登山道は、所々やせていて、岩場もあり、サポートに熱が入る。危険箇所を慎重に通過すると、周囲は雑木林となり、アブラチャンやマンサクが黄色い花で楽しませてくれる。

山頂が近づくと、雪が出てきた。日曜日の夜に降ったのだろうか？　急坂を登りきると平坦になり、少し行くと蕨山の山頂があった。ここは、すばらしい展望だが、本来の山頂ではないらしい。まあ、標識もあるので、ここを山頂としても良いでしょう。

ダンコウバイ

武甲山や武川岳などを眺めながら、昼食にする。暖かさに誘われたのかヒオドシチョウが２匹、絡み合うように飛んでいた。

記念撮影を撮り、下山にかかる。最初は急な下りだったが、次第に緩やかになる。コガラ、ヒガラ、ヤマガラなどのカラ類がさえずり、エナガも飛び回っていた。藤棚山を過ぎ、所々トラバース気味に進むと、右手から新しい林道が迫ってきた。林道の手前のピークが大ヨケノ頭

蕨山山頂にて

だった。ここから、林道を横切り、緩やかに下る。木々が葉を落とし、陽射しがやわらかく降り注ぐ。とても気持ちよい雑木林だ。

杉や檜の林になると、金毘羅神社跡に到着する。この神社は、５年ほど前に焼失してしまったらしい。まだ、周囲の木々が黒く変色していた。ここから、少し急な道を下り、右手に名栗湖が見えるようになってくると、車道も近い。最後はさわらびの湯で、疲れを癒して、予定より１本早いバスで帰途についた。

★生藤山(４月２４日)

参加者　会員(障害者 6 名、健常者 13 名)

上野原に着き、井戸行きのバスを待つ。どこかでお会いした人たちが大きなザックを背負って、私たちの後に並んだ。久しぶりにお会いした旧 FAYAM の人たちだった。

石楯尾神社で降り、トイレをすませ、声出しをして出発する。

周辺の民家には、色とりどりの花が咲き、山の斜面には芽吹いた木々が、ほんわかと丸みを帯びて、とても柔らかく感じる。

アケボノスミレ

車道から山道にはいると、ミソサザイの歌声が高らかに聞こえてきた。キジの声も聞こえた。次第に傾斜を増してくるが、足下にはタチツボスミレやエイザンスミレ、ナガバノスミレサイシンなどが咲いている。イカリソウも咲きはじめていた。少し汗ばみはじめた頃、佐野川峠に到着する。ここで、急な登りが終わるので、ホッと一息。雑木の林は、緑が柔らかく、ほのぼのとしている。

尾根に沿って登っていくと、桜がちらほら現れてきた。すでにかなり花弁を落としていて、少し遅かったようだ。

甘草水に着くと、先程の旧 FYAMA の人たちが、テーブルを囲んでお花見宴会をしていた。帰りに、残った酒を持っていって欲しいと言ってもらったが、残念ながらここには戻らないため残念。コースを変えたいなと心が揺らぐ。

生藤山山頂にて

ここで、お昼にしようという話も出たが、山頂まで行こうという意見が勝り、山頂に向かうことにする。三国山に近づくと、久しぶりにアケボノスミレに出会った。アカネスミレも咲いて

いた。花弁の紫が濃く、中心部分に短い髭が無数にある可愛いスミレだ。

ヒゴスミレ

三国山を過ぎ、岩場を登って生藤山に到着。山頂が狭いので、少し行ったところで休憩すると言って、先頭は先に行ってしまった。山頂にいたメンバーで、記念写真を撮り、山頂を後にする。この下りは、急な岩場で、ざらざらしたところも多く、滑りやすい。慎重にサポートしながら、無事に巻き道との合流点に着き、そこで昼食にする。

連行峰から山の神への尾根は、ミツバツツジがそこかしこに咲き乱れ美しい。山の神で、ゆっくり休憩していると、仲谷さんがオカリナを吹いてくれた。流れるようなメロディーに、みんな感動していると、ヒガラが縄張りを侵されたと思ったのだろうか、すぐ近くまで飛んできた。それくらい、美しい音色だった。

山の神から急な道を下っていく。どうしてこんなところにあるのかと思う一軒家を過ぎ、茶畑を右手に見ながら下る。前方の谷に面した斜面は、春の芽吹きの木々で、とても優しい色に染まっている。林道におり、酒屋さんの前でビールを買っていると、祭りの御輿が車に乗って上がってきた。今日は、この付近のお祭だったようだ。

前方に１００匹くらいの鯉のぼりが風に泳いでいるところに来ると、そこがバス停だった。バスの時間まで間があったので、そこでバスの時間までビールを飲む人、タクシーで帰る人、歩いて駅まで帰る人に分かれて、駅に向かう。

春の一日を、いろんな花を見ながら楽しめたのではないでしょうか？

★筑波山(５月８日)

参加者　会員(障害者１名、健常者４名)

天気予報は良かったのだが、高気圧から吹き下ろす北東風の影響でしょう、少し厚い雲が空を覆い、肌寒い１日だった。

高速バスを筑波駅で降り、筑波神社行きのバスに乗り換える。バスを降り、神社左手のケーブル乗り場を左に見て、登山道を登りはじめる。足下には、ナルコユリが咲いている。前日の雨の影響か、登山道は滑りやすい。ミツバツツジなどを楽しみながら、ゆっくりと登る。イカルの「おきくにじゅうし」というさえずりが、とても近く、きれいに聞こえる。しばらく登ると、オオルリの声も聞こえてきた。ヤブサメや遠くでツツドリの声も聞こえる。

中の茶屋があると思ったが、なくなっていたようだ。しばらく登ると、ケーブルの行き交う中間点に到着し、休憩する。ヤマツツジが咲き、他にも見たことのないツツジが咲いていた。たぶん、園芸品種ではないだろうか？

中間点から左にカーブするケーブルに沿って登る。さらにケーブルのトンネルの上を通り、少し下る。そこから、階段登りが続く。そろそろかなと思うが、なかなか着かない。階段を上っていくとニリンソウの群生地が現れた。タチツボスミレも紫色の花弁をちりばめている。ホオジロのさえずりが聞こえてきたら、そこが御幸ヶ原だった。おなかも空いたので、ここで昼食にする。周囲はガスにまかれてほとんど見え

ず、寒くなってきたので、早めに出発する。

筑波山山頂にて

御幸ヶ原から山頂への道は、テンナンショウの仲間やムラサキケマンが咲いている。ツツジもいろんな種類があった。急な石段を登ると、そこが女体山の山頂だ。ここは数少ない一等三角点の山。晴れていれば、すばらしい展望なのだが、あいにくのガスで麓付近がわずかに見える程度だった。

下山は、奇岩の連続するつつじヶ丘への道を下る。石が滑りやすく、慎重に下る。大仏岩、出船入船岩、母の胎内くぐりなどを見たり通過したりしながら、弁慶七戻りの岩の下を通り、茶店で休憩する。外にある椅子を利用させてもらっていると、「ここは無料ではない。ふざけるんじゃない」と罵声を浴びせられる。仕方なく、４００円の甘酒を飲むことにする。

弁慶七戻り

何はともあれ、体が温まり、下山を続ける。樹林が切れてくると、ツツジが並木のように植えられた場所に着く。足下には、ニオイタチツボスミレが咲いていた。ツツジの咲く斜面を下り、ガマ大明神を過ぎると、つつじヶ丘の駐車場に着く。バス停に行くと、つつじヶ丘から筑波駅に行くバスは、１日に１本だけだった。その１本に乗り、つつじヶ丘を後にする。

★大蔵高丸(４月１５日)

参加者　会員(障害者 5 名、健常者 10 名)

甲斐大和駅に降りると小雨が降り始めた。湯ノ沢峠に着き、タクシーを降りる頃には、雨は止んでいた。周囲では、コマドリやヒガラが歌っている。

声出しをして、登りはじめる。少し上がると草原になり、夏にはマツムシソウやオミナエシなどでお花畑となるところだ。また展望も良いところだが、今日はガスに包まれて何も見えない。ただ、足下には、タチツボスミレやエイザンスミレが美しく咲いている。

湯ノ沢峠付近の芽吹き

しばらく行くと雨が降り出した。足下は、非常に滑りやすい。注意して登っていくと、大蔵高丸に到着する。雨は止んだが、ガスに包まれて何も見えない。雨も降り出しそうなため、ここで引き返そうかと提案すると、少しガスが薄くなってきた。せっかくだからもう少し行ってみ

ようという声にしたがって、ハマイバ丸に向けて歩き始める。すると、急にガスが切れ始め、周囲の景色が見え始めた。あれよあれよという間に、青空も見え始める。大蔵高丸で引き返さなくて、大正解でした。

ムシカリ

足下には、アケボノスミレやアカネスミレも咲いている。小さなリンドウはタテヤマリンドウだろうか？　木々は芽吹きの状態で、生育は、平年よりかなり遅れているのではないだろうか？　ヤマザクラやムシカリの花もきれいに咲いていた。草原状の気持ちの良い道を歩いていく。ハマイバ丸の少し手前と思われる展望がよく、気持ちの良いところで昼食にする。青空が見え、日も差して、とても気持ちよくお昼を食べる。富士山は見えなかったが、滝子山や山腹の芽吹きが美しかった。

昼食後は来た道を湯ノ沢峠まで引き返す。滑りやすいところがあるので、慎重に下る。芽吹

ハマイバ丸の近くにて

きはじめたばかりの木々がとても眼に柔らかく感じる。あまりバスの時間まで余裕がないので、休憩もそこそこに湯ノ沢峠から下りはじめる。熊出没注意の看板が目を引いた。

何度か小さな沢を渡りながら、下っていく。マムシグサが、鎌首を立てている。ニリンソウのような花が咲いていたが、少し葉が違うようだ。サンリンソウだろうか？　コマドリやミソサザイの歌声も聞こえてくる。

登山道から林道に出た。ここからは気楽に下れるが、アスファルトのため、足が痛くなる。途中で雨が降り出したが、すぐに止む。今日は天気がめまぐるしく変わり、変化に富んだ１日だった。麓は新緑が美しく、少し芽が伸びていたがタラノメもあった。桑西からは、我々以外に３人しか乗っていないバスで大月に向かった。

★アポイ岳(５月２７日～２９日)

参加者　会員(障害者２名、健常者５名)

２７日に新千歳空港から札幌経由高速バスで浦河に行き、浦河からタクシーで様似の民宿まで来た。高速バスは浦河駅で止まらないので、静内で列車に乗り換えた方が便利でした。

２８日は、弁当を作ってもらい、朝食前に車でアポイ山荘まで送っていただきました。車を降り、ひんやりとした空気の中を歩き始めます。センダイムシクイのさえずりがすぐ近くで聞こえました。木々はまだ芽吹きの段階で、季節がかなり遅れているように感じました。

橋を渡り、林道から登山道に入るとすぐにエゾオオサクラソウが現れます。続いてヒメイチゲが小さな花を付け、コミヤマカタバミは、まだ蕾の状態でした。タチツボスミレ、フイリミ

ヤマスミレ、アポイタチツボスミレとスミレの

エゾオオサクラソウ

オンパレードが続きます。写真を撮りながらゆっくり登る私たちの横を、大人数のグループが追い越していきました。こちらは、花どころではない様子。でも、アポイ岳に来たら花をよく見ないと意味がないように思うのですが？

　少し急な道になってきた頃、五合目の休憩小屋に到着しました。ここからアポイ岳とこれから登る馬の背がよく見えます。麓の海も見えています。ただ、寒いので、小屋に入って休憩します。

アポイアズマギク

ここからが高山植物の本番です。アポイアズマギクやサマニユキワリが現れ、ツツジはエゾムラサキツツジでしょうか？次々にいろんな花が現れます。黄色いキンバイは、メアカンキンバイだと思っていましたが、アポイキンバイだったようです。

　道は岩場となり、時々両手を使って登ります。展望はすばらしく、五合目の小屋から麓の海、そして浦河に続く海岸線もよく見えます。馬の背に着くと、そこからやせた尾根を通過しますが、岩場にはヒダカイワザクラやエゾキスミレなどが咲いていました。ダケカンバで覆われた山頂に到着し、大休止にします。少し北の方に行ってみると、吉田山や遠く日高の山々が見えました。山頂は雲の中でしたが、残雪を抱いた山脈が連なっています。襟裳岬方面もよく見えました。

アポイ岳山頂にて

山頂で記念写真を撮影し、幌満お花畑に向かいます。段差の大きい岩場を下っていると、見晴の良いところで、鷹の仲間が飛んできました。トビとは少し様子が違います。大きさや色合いからノスリではないかと思いますが、どうでしょうか？

ヒダカソウ

幌満お花畑でゆっくり花を探します。フデリンドウが１輪咲いていました。それと、やっとヒダカソウに出会うことができました。しかし、監視カメラが備え付けられ、３株くらいしかなくて、盗掘する心ない人たちに怒りを覚えます。１輪だけ咲いていましたが、どこか痛々しく感じました。

　歩きにくいトラバース道を行くとツバメオ

モトも咲いていました。遠くでツツドリの声も聞こえます。ビンズイやヤマガラ、ウグイスの声も聞こえました。馬の背に戻り、近ツリの人たちと行き交い、五合目の小屋で昼食にします。そこから登ってきた道を下って行くと、エゾシカ３頭に出会いました。夏毛に生え替わる季節なのでしょうか？　かなり毛並みが荒れていました。

さらにオオルリの歌声やコマドリの歌声を楽しみながら下り、アポイ山荘でお風呂に入ってゆっくりしました。

２９日は、列車で浦河まで行き、バス停まで歩き、来た時と同じルートで新千歳空港に向かいました。車窓から見えたオオバナノエンレイソウ群落が見事でした。また、緑豊かな牧場でのどかに草を食べたり寝転がっている馬を見たり、河川敷がタンポポで黄色に染まっている光景など、豊かな自然を楽しんだ３日間でした。

講 習 会 報 告

★岩登り技術講習会(日和田山)(３月２７日)

参加者　会員(障害者３名、健常者３名)

今回は、日曜日だったが、岩場はかなり空いていた。杉花粉を避けて、みんな来ないのだろうか？

いつものルートが使われていたので、今日はいきなり少し難しい、男岩西面の上部にクラックのあるルートに取り付く。前回は登れなかった弱視のＫさんが、完登できた。Ｈさんは、Ａ０で完登。全盲のＡさんは、すぐ隣のルートを登った。午前中で帰るＫさんをサポートしてＮさんとＭさんに、一緒に下ってもらう。その間、Ｈさんと私で、アンダークリングフェースを登る。

お昼を食べたあと、女岩南面を弱視のＭさんに挑戦してもらったが、残念ながら登れず。他のみなさんには快調に登ってもらい、１６時頃下山にかかった。

★岩登り技術講習会(鷹取山)(４月３日)

参加者　会員(健常者４名)

天気予報は曇りのち雨で怪しかったが、当日はぽかぽか陽気ですばらしい天気だった。

参加人数は４名と少人数だったが、はじめて鷹取山で実施した講習会としては、まずまず岩の感触を楽しめたと思う。親不知展望台の裏側の３級程度の優しい岩場で体をほぐし、昼食後、トイレのある広場に面した後浅間側の上に手摺りのあるフェースで２本ほど登って楽しんだ。

全体的に、まだフェースに不慣れなようで、体が壁に近づき過ぎて足場がよく見えないようだった。上体が岩から離れることで、足場がよく見え、安全に登れるので、今後はその点、気をつけて欲しいと思った。

垂直の壁を登るＢさん

★岩登り技術講習会(日和田山)(４月２９日)

参加者　会員(障害者３名、健常者３名)
　　会員外(健常者１名)

夏のようなぽかぽか陽気の中で、岩登り講習会を開催した。

今回は、岩登りがはじめての方が、視覚障害者２名、健常者２名と多かった。そのため、ロープの結び方からはじめ、実際の登りは女岩南面を中心に行った。

また、昨年実習で参加してくださった千葉大学のＫ君も参加して、岩登りの醍醐味を楽しみました。

その他事業報告

★第２回定期総会開催(５月１４日)

５月１４日１５時から世田谷区上馬地区会館で第２回定期総会を開催しました。

１．社員(正会員)総数　４０名
２．出席者数　３０名(うち書面委任者１８名)　社員（正会員）総数の１／３以上の出席があり、総会が成立
３．審議事項
(1)第１号議案　2004 年度事業活動報告に関する件
(2)第２号議案　2004 年度会計決算報告、会計監査に関する件
(3)第３号議案　2005 年度事業計画及び予算に関する件
(4)第４号議案　役員改選に関する件
４．議決結果
全議案とも異議なく、承認されました。

★第４回ふれあいハイキング(高尾山)(４月１０日)

参加者　会員(障害者６名、健常者17名)
　　会員外(障害者２名、健常者５名)

家を出る時は、どんよりと曇っていて天気が心配だったが、高尾山に近づくにつれて良くなり、１日中ぽかぽか陽気のすばらしい天気の下で楽しむことができた。高尾山口駅には、イワツバメがたくさん飛んでいた。Ｚさんに案内していただき、ガード下の巣を見に行く。イワツバメは、ツバメの巣を横取りして、そこに継ぎ足して自分の巣にするそうだ。

高尾山口駅で班分けをし、ケーブル乗り場の清滝駅まで歩く。ここで、ケーブルに乗り、急な勾配を登る。清滝駅の脇には、ツツジやしだれ桜が美しい。ケーブルは、先頭に乗ったため、進行方向と周囲の景色がよく見えた。木々は芽吹きが始まったものや新緑に彩られたものなどがあり、ほんわかとして、まさに「山笑ふ」という季語がぴったりの季節だ。

ケーブルを降りると、早速、この木なんの木

と質問が植物の先生に寄せられ、先生は忙しそう。足下にも眼を寄せ、ナガバノスミレサイシンは、炬が丸いことを教わる。ミヤマカタバミやタチツボスミレを楽しみながら、ゆっくりと歩いていく。

高尾山山頂の下で

途中で奥の院に登るグループと脇を通るグループに分かれたが、山頂は一つのためそのまま進んでいく。脇を通るグループは、カントウカンアオイを見たり、エイザンスミレのたくさん咲いたすばらしい株に喜んだりしながら、山頂を目指す。アブラチャンやダンコウバイも黄色い花を付けて目を引く。

山頂手前で、奥の院から来た人たちと合流し、山頂で大休止。桜はまだ咲いていなかったが、暖かな陽射しの下で、思い思いに昼食を楽しむ。思ったほど、混雑していなくて良かった。

トイレを済ませ、山頂を周遊するコースを歩きながら、奥の院の脇を通るコースに向かう。少し疑問だったスミレは、ヒナスミレだろうという結論に達する。シキミやヤマルリソウの花を楽しみながら、奥の院下の桜がちらほら咲き始めた道を、のどかに歩いていく。アップテンポのヒガラやヤマガラの甘いさえずりを聞きながら、ケーブルの高尾山駅で休憩し、１号路を下る。途中の展望の良い金毘羅台で休憩し、

高尾山の芽吹き･山笑う

階段を下りていく。センボンヤリやニオイタチツボスミレが咲いていた。沢筋に降りると、蛙の声がゲコゲコと聞こえる。ヨゴレネコノメもきれいに咲いていた。

ふと、耳を澄ますと「シシシシ」というヤブサメの声を聞いた。いよいよ山にも夏鳥が渡ってきたようだ。

満開の桜が咲く清滝駅で解散し、高尾山口駅に向かう。暖かな陽射しの中で、のんびりと木々や草花の花を楽しめた１日だったと思います。参加していただいたみなさん、お疲れさまでした。

★第５回ふれあいハイキング(房総風土記の丘)(５月２２日)

参加者　会員(障害者１名、健常者９名)
　　会員外(健常者６名)

ヒバリやセッカがさえずる下総松崎駅で自己紹介などをすませ、まずは坂田ヶ池に向かう。

ダイサギやオオヨシキリ、カワラヒワを望遠鏡で見たり、タンポポに似たブタナを見たりしながら、ゆっくり歩き、池に着いた頃、ホトトギスの声が聞こえた。

池をほぼ一周し、水性植物園を楽しんだり、ヤマガラを間近に見たりした。道はチップを敷き詰めて、足に優しく、歩きやすい。中間の浮き橋を渡り、そこから風土記の丘に階段を上がる。登り付いたところには、１０１号古墳があり、ブタナが一面に咲いて美しい。正面には埴輪も並べられ、ブタナとのコントラストがきれ

いだった。

101 号古墳の埴輪とブタナ

その脇にある旧学習院初等科正堂の前の広場で昼食にする。コンロでお湯を沸かし、コーヒーを振る舞った。今回は、人数も少なかったので、輪になって食べることができた。野鳥の先生として参加してくださったＳさんが、口笛で「涙そうそう」などを演奏していただき、すばらしい音色にみなさん感激でした。

そこから、岩屋古墳に向かう。岩屋古墳は風土記の丘の中でも、最も大きな古墳です。ワラビが生えていて、今晩のおかずにする人もいました。

初等科正堂の表側に出ると、ユリノキがきれいな花を付けていたので、観察して楽しむ。そ

旧学習院初等科正堂の前の広場で昼食

こから、旧平野家住宅に入り、古い脱穀機などを見学する。昔、使っていたという人もいて驚く。そこから、風土記の丘の中をいくつもの古墳を見ながら歩き、ヤマツツジが美しいところを過ぎ、遠くの印旛沼を見下ろす。

資料館の脇を通り、「白鳳の道」を通って、龍角寺に向かう。足の不自由なＨさんが、途中のバス停で帰ることにした。龍角寺は、西暦７０９年に立てられたらしい。当時の面影は、礎石などでしか確かめられないが、竜の伝説などをＳさんから聞き、歴史を忍ぶことができた。

あとは、アスファルトの道をひたすら安食駅に向けて歩いた。上空に、グライダーが悠然と飛んでいた。

個人山行報告

★大峰　八経ヶ岳、台高　大台ヶ原(５月２１日～２２日)

参加者

今週の土曜・日曜は、百名山である八経ヶ岳(近畿最高峰、1914.9m)と大台ヶ原・日出ヶ岳(1694.9m、東の川・シオカラ谷遡行から)を計画する。

☆５月２１日

早朝３時、大阪を出発する。近畿自動車道、西名阪自動車道、橿原市、明日香村を通り、国道３０６号線を南下し、行者還トンネル西口登山口へと向かう。道中は、飛鳥の遺跡、寺院で歴史の宝庫である。また、山岳に入ると、世界遺産・大峯奥駈道という案内板が所々にでてくる。温泉と渓谷の宝庫となる。川迫川渓谷沿いに進む。途中３０９号線行者還トンネル５００m手前崩壊のため通行止めという情報が入る。崩壊を徒歩で越え登山口にいけろだろうとそのまま車を進める。

７時５０分、通行止めの所に着く。登山者の車が１０数台駐車している。ここから登山口まで行ける。途中あきらめないでよかった。休憩とり山支度をしていると、続々登山目的の車が

到着している。

８時２０分、山支度をして出発する。崩壊は、国道を１０m程寸断している。容易に渡れる。１０分程で登山口に着く。登山届を出し、入山する。谷沿いに新緑の中進むと、木の橋が谷を渡っている。その先で谷コースと尾根コースに分かれている。他の人達は尾根コースに行くが、私は谷コースを取る。谷は枝沢でもあり水量は少ない。水を汲み、谷沿いを進む。今日は快晴であるが、沢風が涼しく気持ちいい。水が涸れ少し行くと登山道は左岸山腹をジグザグに登っている。上部にはシャクナゲが咲き乱れている。

９時２０分、奥駈道出合に着く。少し進み、展望のよいところで、朝食をとる。後方に行者還岳、右手前方に八経ヶ岳がみえる。昨日買ったピザとコーヒーで腹を満たす。景色も満喫し、重い腰を上げる。弁天の森付近から、弥山のどっしりした姿を仰ぎ見る。かなりな急登である。聖宝ノ宿跡を過ぎ、弥山へ登りにかかる。ジグザグの登山道であるので、わりと疲れない。上部のほうは、木道の階段となる。１１時１５分、弥山小屋に着く。そのまま、奥宮に参拝して一息入れ、正面の八経ヶ岳に向かう。このあたりは、縞枯れとなっている。シカの食害の防止柵の扉を何回か通過する。

１１時４５分、八経ヶ岳山頂に着く。３６０度の展望が広がる。北方には山上ヶ岳、行者還岳、弥山と続く。南方には釈迦ヶ岳。約７日の行程の大峯奥駈道がこの山々を通っている。東方には、明日の予定の大台ヶ原が見える。昼食を済ませ、１２時１０分、往路を戻る。奥駈道出合では、尾根コースを降りる。谷コースより急登である。シャクナゲが咲き誇っている。シャクナゲを楽しみながら下降する。登ってくる人たちはフーフー言いながら登ってくる。尾根コースを降りに使って、ラッキーだった。２時３０分車止めに着く。洞川（どろがわ）温泉にて汗を流し、大台ケ原に向かう。

☆５月２２日

昨日、午後６時に大台ヶ原駐車場に着き、車中泊をする。夜半雨が降り出す。大台ヶ原は、屋久島の雨量よりも多いと聞く。登山地図の小誌には、年間雨量４８００mmとある。増水していたら危険なので、東の川・シオカラ谷遡行は中止として、東大台の山上周遊に変更し、再度眠りにつく。

５時５０分、ビジターセンター横より日出ヶ岳に向かう。空はどんよりと曇っている。公園のように整備された道を進む。曇っているが、早朝の澄んだすがすがしい空気である。途中、写真をとっている人、特殊な録音機で鳥のさえずりを録音している人がいる。５時２５分、日出ヶ岳の山頂につく。展望台からは、大峰の山々－昨日登った弥山・八経ヶ岳、尾鷲湾が雲の切れ間にもえる。山頂は、シャクナゲが咲いている。昨日八経ヶ岳で会った老夫婦(埼玉の上尾から来たとの事)に挨拶し、トウヒの立ち枯れ、笹の原の風景の中、正木ヶ原、神武天皇の像が建っている牛石ヶ原と進む。

７時５０分、大蛇嵓絶壁に立つ。谷底に東の川・シオカラ谷がはっている様子が分かる。中の滝(245m)だろうか、遠くに豪快に落ちる滝も見える。もちろん西方の山々も遠望できる。小雨がばらついてきたので、合羽着る。

シオカラ橋までシヤクナゲが転々と咲いている。シオカラ橋を渡り、登りにかかり、大台山の家を見て、９時２５分大台ヶ原駐車場に着く。

大台ヶ原ドライヴウェイの途中より、小処(こどころ)温泉へと降りる。秘湯につかり、帰阪する。

大野山にて

まだ弱き陽光なごむ山里に早も菜の花すみれ蕗のとう
迫り来る急登あごを引きしむる道端を過ぎるすみれひともと
寒風のすさぶ山陰ふるえつつ空の色してすみれ咲くあり
あえぎつつひたすら登る階段に一足ごとの命の重さ
登り来て初めて対峙す丹沢のががたる威容我を威圧す
限りある時は思わず今はただ友の情けに明日を歩まん

記：N

ボランティア実習報告

昨年度（２００４年度)、千葉大学からボランティア実習として参加していただいたＯさんとＫさんが、大学に提出した報告文を、お二人と大学の了解を得て、機関誌に掲載させていただきました。

ボランティア実習

私がお世話になった実習先は「山仲間アルプ」というＮＰＯ法人であった。山仲間アルプでは月に２～３回、障害者も健常者も一緒に登山やハイキング、講習会などの活動を行っている。私は５回の山行と講習会に１回参加した。会員の障害者の中には視覚障害の方がいて、歩く時にその人達のサポートをする。サポートというのは視覚障害者が健常者の肩やリュックに触れ、健常者は危険なところがある時にそれを知らせながら、一緒に歩く、というようなものである。視覚障害の程度によって、どのぐらいサポートが必要かは違うが、視覚障害の方に頼まれたり、不便そうな時にサポートをする。登山のコースの中ではサポートする人は何人かで交代をしながら歩いていた。サポートをする時はやはり、サポートをする側も緊張し、サポートをされる側も有り難いけれども申し訳ないとか劣等感などを感じるようだが、それらをお互いが楽しむことで乗り越えてしまおう、というのがアルプの理念であるように感じた。

活動に参加して一番印象的だったことは、障害者の方たちがとても明るく、前向きであったことである。会話の中で出てきた、「自分が障害者であることをほとんど意識していない」「明るく前向きであるのが普通である」という言葉が特に印象に残っている。これらの言葉どおり、障害があるからできないなどと自分で壁をつくったり、劣等感をもったり、いじけたりしているところが全くなく、むしろ、次々と新しいことに挑戦し、そのための努力をしていた。もちろん、そのようになるまでには、いろいろな経験や時間があったのだろうか、とも考えられるが。障害者の方たちと触れ合うことによって、私もいろいろなことに挑戦してみようという意欲がわいてきた。挑戦して努力すれば、多くのことは乗り切れるのだろうという気持ちになった。

また、健常者の会員の方たちの雰囲気もよかった。「ボランティアをしている」という意識はあまりないように見えた。それよりも、山登りの仲間と一緒に登山やそこでの会話を楽しみ、皆で一緒に楽しむために、仲間の中のサポートを要する人を「お手伝いしている」というような雰囲気であった。サポートは強制ではなく、できる人が引き受けるという形であるので、中には自分で歩くので精一杯だからサポートはしないという人もいるし、登山のコースの中でもなだらかな道や傾斜のきつい道、細い道、歩きやすい道など経験によって引き受ける部分が違っていた。つまり、無理をせず、それぞれが自分にできる力を発揮すればよい、ということであった。

私は今までボランティアというものをしたことがなかった。だから、最初は緊張していて頑張らなければいけないと気張っていたと思う。しかし、活動に参加していくと、頑張ろうと気張るよりも登山やまわりの方たちとの会話を素直に楽しむことの方が重要であると思うようになった。ボランティアというものは、人に何かをしてあげるものなのだろうと考えていたから気張っていたのだと思うが、自分ができることを自然に手伝うことで、自己満足でもなく、何かしら人の役にたっていることが分かり、気が楽になった。

それから、障害者も健常者も違いというものは、あまりないのではないかと思うようになった。障害者、健常者を問わず、人には必ずいくつか不得意なことがある。不得意なことは自分ひとりではこなせないから、自分以外の人やものに手伝ってもらうものだ。障害者がもっているハンディキャップも不得意なものの一つだと考えられるのではないかと私は思う。だから、人に手伝ってもらうのは自然であるし、それ以外に得意なこともたくさんあり、他の人たちを自然と手伝っている。そのように考えると、障害者、健常者という言葉で分けることに少し違和感を覚える。表記するためには仕方がないが、このレポートを書いていても変な感じがする。また、障害者の方たちはサポートが必要な時は素直に周りの人に頼むので、本人も周りも恐い思いをせず安心していられる。私も自分一人ではできないことをする時に、素直に周りの人に手助けを求められるようになりたいと思う。人に手伝ってもらえば、一人ではできないことも諦めずに挑戦することができるだろう。

山仲間アルプの活動に参加して、上記のような様々なことを感じられるようになったが、それはアルプの活動が自然の中で行われるから、という影響もあると思う。自然は、どんな人に対しても平等にその恵みを与えてくれる。その中にいると、気持ちが良くなり、同じものを仲間と一緒に感動することができる。川のせせらぎが聞こえたり、心地よい風が吹いたり、素晴らしい景色を見たりすると、その一つの現象だけで、それを感じた人皆を感動させてくれる。また、大勢で行く登山は一人だけゆっくり、または速く歩くことはなく、皆同じペースで歩くため、自然と協力し合い、喜びを分かち合うことができる。今回の実習では、いろいろなことを教えてくれる偉大な自然の力も改めて感じることができた。

実習を引き受けていただいた山仲間アルプの網干さんや、そこでお会いした方たちに、とてもお世話になり、多くのことを勉強させてもらった。これからも、山仲間アルプの活動を含め、日常などのいろいろな場面でボランティア、人の役にたつことをしていきたいと思う。このような機会を得ることができてよかったと思う。どうもありがとうございました。

記：O

ボランティア活動に参加しての感想と学んだこと

山仲間アルプとの出会いは、思いがけないものでした。第一希望の場所が来年からということで、第二希望の場所でいいかなという気持ちで選んだのがきっかけでした。しかし、この出会いは、私にとってかけがえのない出会いでした。始めは、費用が掛かるとの問題もあったので、Y先生にも多少の迷惑をかけてしまいましたが、実際に活動してみるととても楽しくて、やりがいのあるものでした。なんと言っても会員の年齢層は幅広く、２０代～７０代の高齢者の方まで登山を楽しんでいました。そして、メンバー全員仲が良く、登山中の雰囲気はとても和やかでした。

活動内容の一つである視覚障害者の方の誘導と補助についてですが、意外と思い切ってやればできるのだなと思いました。最初の頃は、視覚障害者の方にいろんなことを指摘されながら行っていましたが、慣れてくると積極的に進んでやるようになりました。気をつけなければいけないことは、全盲の方と弱視の方の補助の仕方が違うということです。全盲の方のサポートも弱視の方のサポートもそうですが、必ず二人で行います。弱視の方のサポートについては、自分が前で誘導するときは絶対に後を振り向いてはいけません。多少見えているので前のリュックを見失うとそのまま進んでしまう可能性があるからです。あとは、その人にあった対応の仕方を工夫すれば問題なくサポートすることができるのだと思いました。

今回のボランティア活動で学んだことは、視覚障害者と健常者が共に楽しむ大切さです。現在の社会では、健常者中心の社会といっても過言ではなく、日常生活で障害者と共に楽しむということはめったに体験できないからです。登山中の何げない会話や登山が終わってからの「ありがとう」の一言でどれほど嬉しい気持ちになり、励みになったのだろうか。ボランティア活動を通して、障害者の気持ちと健常者の気持ちが通じ合ったように思いました。山仲間アルプでのボランティアは一人ではありません。会員一人ひとりが共に助け合い、お互いを尊重しあう立派な団体だと私は思います。私はボランティア活動が終わっても今度は個人的に参加したいと考えています。これからもこの出会いを大切にしていきたいと思います。

また、これからボランティア活動を体験されるみなさんへ、登山なので天候によっては日程変更の可能性もあるので、一年間という長い目をもって活動に参加されると良いと思います。あと、費用の方が気になる方は、気軽にリーダーが対応してくれるので心配せずに相談してください。以上で報告を終わりにしたいと思います。

記：K

各種報告事項

◆ホームページ情報

ホームページのアクセス数は、５月末日現在約１８０００のアクセスがありました。ホームページは、機関誌に掲載できない多くの写真が掲載されています。また、各種情報も迅速に流しています。パソコンをお持ちの方は、ぜひご覧ください。さらに、メールを使える方同士で、メーリングリストも運営していますので、パソコンをお持ちの方で、メーリングリストに参加を希望される方は事務局まで申し込みください。もし、これからパソコンを購入したいという方がいましたら、ぜひ事務局までご相談ください。

今 後 の 計 画

▲２００５年度活動計画

７月以降の事業計画を別紙に掲載しています。金沢の視覚障害者と共に登山を楽しむ山の会「山ぼうし」との交流登山を７月３０日、３１日と白山で計画しています。また、８月１９日から２１日の蝶ヶ岳は、世界の高山の大岩壁を単独で登っている山野井泰史ご夫妻と共に登山を楽しみます。ぜひ、多くの方のご参加をお願いします。世界のトップクライマーから山の話を聞きながら、すばらしい展望を楽しみましょう。その他、いろんな山を計画していますので、ふるってご参加ください。

◆感想やご意見を募集中です！！

山行に参加してみた感想を、ぜひ事務局までお寄せください。また、個人的にこんなところに行ってきたよとか、最近こんなことを思っているなどのご意見を随時募集中です。事務局まで、ぜひお寄せください。

◇個人山行の計画

個人山行を計画されている方は、事務局まで計画書を提出ください。計画書を提出していないと、スポーツ保険の対象にならない可能性が大です。もしもの時のために、必ず提出するように心がけてください。

【スポーツ保険のご紹介】

山仲間アルプで加入しているスポーツ保険は、掛け金が年間（４月１日から翌年３月３１日まで）1,500 円で、下記の補償があります。

１．障害保険	死亡 2,000 万円、後遺障害 3,000 万円、入院(日額)4,000 円、通院(日額)1,500 円
２．賠償責任保険	身体賠償(１人　１億円、１事故　５億円、免責　1,000 円) 財物賠償(１事故　500 万円、免責　1,000 円)
３．共済見舞金	160 万円
４．注記	雪山や沢登りなど、ザイル、ピッケル、アイゼンを使うような山は、保険金の対象となりません。そのような山に行かれる方は、各自山岳保険に加入願います。

会 員 情 報

◎新入会員のお知らせ

３月以降、下記の方が新しく入会されましたので、よろしくお願いします。詳しくは、会員名簿をご覧ください。（敬称略）

正会員　　１名

賛助会員　４名

○退会者のお知らせ

残念ですが、ご都合により、下記の方が退会されました。

３名

編 集 後 記

・理事長のつぶやき

今回は、千葉大学からの実習生の報告文を掲載しましたが、お二人とも障害者と健常者が「共に楽しむ」ことの意味と大切さをとても良く理解していただけたのではないかと思います。このように若い人たちに、障害者と健常者の垣根を取り払って共に楽しむことのすばらしさを伝えることは、私たちの役目なのではないかと思います。若い人たちが、このような視点を大切にして生きていくことは、きっと心豊かな社会づくりに繋がると思います。今後も、実習生の方に参加していただけると思いますが、みなさまのご協力をよろしくお願いします。

・次回発行予定は、９月です。

参加申し込みやお問い合わせは事務局まで
〒276-0022　千葉県八千代市上高野 1161-1-208
NPO 法人山仲間アルプ事務局　　網干　勝
TEL.047-484-8308