

2026年3月

No. 250

# 虹



## NPO 法人さいたま山に親しむ会

〒364-0035 北本市西高尾 3-167 ヒライビル 101

Tel Fax 048-592-2814

Eメール info@saitama-mt.jp

ホームページ <http://saitama-mt.jp/>

## NEWS

★来月号の会報発送は4月27日（月）の16：00～です。

★2026年度年会費の納入ありがとうございました。3月9日(月)までに現金でお支払い頂いた方には、領収書を同封していますのでご確認ください。

### ニュージーランド・キャンプの旅を終えて

上野 司

2月16日から3月10日までの約3週間、私たち夫婦と3人の娘、その連れ合い、そして0歳、1歳、6歳の孫3人を含む総勢11人でニュージーランドをキャンピングカーで旅をした。これほど大人数で、しかもこれほど長い期間、国内外を問わず家族旅行をするのは初めての経験だった。

今回の発案をし、必要な費用のかかなりの部分を負担したのは私たち夫婦だが、実際の宿泊地の予約、休憩ポイントの選定、日々の献立作りやスーパーでの買い出しを担ってくれたのは娘たちだった。特に英語が堪能な3女の萌と、そのボーイフレンドのビリーさんにはどれほど助けられたかわからない。見知らぬ土地でのやり取りや手続きも安心して任せることができ、感謝に堪えない。ありがとう。



3人の孫たちは、時におもちゃの取り合いで衝突し、泣き声が響くこともあった。それでも、いところ同士で過ごす濃密な時間は、かけがえのない思い出になったに違いない。子どもの声に起こされ、日中もずっと子どもたちと共に過ごし、同じ屋根の下で眠る毎日は、賑やかでありながら、何よりも幸せな時間だったと思う。

子どもたちは、私たちがこの旅を企画し資金を援助した

ことに感謝してくれている。しかし、仕事を休み、参加を決断し、煩雑な予約や旅のコーディネートを引き受けてくれた娘たちにこそ、私たち夫婦は深く感謝している。家族とは、互いの思いが重なり合って形になるものなのだろう。

訪れたニュージーランドは、自然も街も驚くほど美しかった。街は青い湖と山々に囲まれ、郊外には無数の仔羊が草をはんでいる。どこへ行っても公衆トイレは清潔で快適に使い、人々は皆フレンドリーで親切だった。初めてのキャンピングカー生活は、使い方に戸惑うこともあったが、日を追うごとに慣れ、返却の日には愛車を手放すような寂しささえ覚えた。

キャンピングカー用のキャンプサイトには、トイレはもちろんのこと、誰でも使えるシャワー施設やガスコンロ、バーベキュー設備、冷蔵庫まで備えたキッチンとダイニングテーブル、トランポリンやブランコなど遊具のある公園が整い、室内プールが使える場所もあった。有料だが、ホテルに宿泊するよりはずっと安価で、完全予約制なので混みあうこともない。もし日本にもこのような設備の整ったキャンプ場が増えれば、キャンプの旅はさらに広がるのではないだろうか。

山歩きをしたのは、ワナカ郊外のアイアン山、最高峰マウントクック山麓のフッカー谷、ルートバートラックの3ヶ所だったが、槍穂連峰や剣岳のような険しい岩山を眺めながら黒部源流の高原台地をトレッキングするような場所も多く、山好き、岩好き、雪好きにはたまらない景観であった。山ではないが、氷河が削り取った1000mを超える断崖に囲まれたフィヨルドを船で回るミルフォードサウンドの旅も心に残るものだった。

3世代11人で過ごした3週間。支え合い、笑い合い、共に過ごした日々は、私たち家族の絆をいっそう深めてくれた。これからも年に1度くらいはこんな時間が持てたらと思うが、どうだろうか。それには何よりも私たちが健康で元気にいることだと思う。



最後になりますが、NPO 法人の仕事をしばし休んで旅に出る私たちを温かく送り出してくれた皆さんの理解と応援があつてこそ、この時間が実現したのだと思います。本当にありがとうございました。

## 今後の EVENT

### ◇リーダー山行

#### 山行報告

- \* 2. 5 山スキー（四阿山）
- \* 2. 7-8 雪山、アイスクライミング（ハヶ岳）
- \* 2. 14-15 スキー練習（尾瀬岩鞍）
- \* 2. 21 アイスクライミング（神津牧場）
- \* 2. 22-23 山スキー（前武尊山）
- \* 2. 23 アイスクライミング（三つ峠）
- \* 2. 28-3. 1 岩トレ（城山）
- \* 3. 7-8 山スキー（平標山、阿寺山）
- \* 3. 8 アイスクライミング（ハヶ岳）

#### 山行計画

- \* 3. 15 山スキー（場所未定）
- \* 3. 20-21 山スキー（斑尾、鍋倉山）
- \* 3. 28 岩トレ（阿寺）
- \* 4. 5 雪上訓練（谷川岳マチガ沢）
- \* 4. 11-12 山スキー（月山）
- \* 4. 18 沢登り（丹沢）

### ◇山荘利用予約状況

那須高原・北蓼科にあるログハウスはNPOの会員であれば、いつでも何泊でも、自由に宿泊できます。小さなお子さんの賑やかな声や、大声での談笑もここだったら気になりません。ご家族、友人、ご近所お誘いあわせの上、ぜひご利用ください。

那須山荘	蓼科山荘
3月17日 3月20~24日 3月28日、31日 4月11日	

### ◇スポーツ教室

スポーツ吹矢	クライミング	健康ヨガ
3月13日（金） 3月20日（金） 3月27日（金） 4月3日（金）	毎週火曜日と木曜日 現在は参加費をいただく教室 としてではなく、サークル活 動的に運営しています。	3月13日（金） 3月27日（金）

4月10日(金)		
4月17日(金)		
4月24日(金)		

## REPORT

### 1月27日 助川山と那珂湊

助川山は日立市内にあって、64年ぶりの山である。

常陸の国日立市は海から昇る朝日の美しさを「日の立ち昇るところ領内一」と称されたことから由来する。助川山は神峰山や日本花の百名山センブリの花高鈴山とともに日立アルプスコース内にあり、阿武隈高地の南端に位置する。低山ながら眼下に大迫力の太平洋とその名のおり見事なご来光を拝することが出来る。また、日立市や周囲は、なにも遮るものがなく言い尽くせないほど360度の大展望である。前日の寒さもひと休み、風もなく快晴の登山びより、まさしく大パノラマを望むことが出来た。また近くには、

※助川町生誕で国民栄誉賞受賞、作曲家吉田正の立派な5階建音楽記念館が神峰公園に(訪館の価値がありませ)

※日立製作所発祥の地、日立鉾山の巨大煙突(当時は高さ世界一で156m、現在は倒壊し1/3の高さに、日鉾記念館あり).....なお、新田次郎の小説「ある町の高い煙突」が2019年に映画化、主演仲代達矢(日立鉾山の煙害、大煙突や工業都市として発展推移の歴史物語)のDVD化され機会があれば鑑賞してみたいもんです。....

等が見えた。

コースは、市民の森となっており、懐かしく、それがしにとってはお手ごろで楽しさいっぱい味わった。

私ごとで、甚だ恐縮ですが.....

地元大阪のとある会社に職を得て、研修期間を経て日立市の手電機メーカーに2年6ヶ月ほど駐在出向として勤務、市内河原子海岸近くに社員5-6名とともに下宿生活を過ごした。ご夫婦と2男1女家族でその間、親父さん(校長先生)女将さんには食事から身の回り洗濯や何もかも家族のように親身になってお世話になった。その後転勤などもあって行きそびれ、またそのうち便りも途絶えて幾年月、ご恩をお返しもせず六十年以上が過ぎてしまった。

この度、山行の計画あり思い出深いよき時代を過ごしたこの地が懐かしく参加させてもらった次第。下山後の入浴が市内の湯楽の里と決まり、そこから下宿していたところまでは徒歩4~5分にあり、なにぶんにも昔のことゆえに突然お伺いしても不審者とされるかも知れず?また沙汰もあり不安、でもこの際、思いきって覚悟を決め入浴時間内を利用して訪問することにした。中学生だった、長男Maちゃんは残念なが

ら既に他界されていたが奥さんはご健在で親ごさんより民宿をしていた当時のようすをお聞きになってご存じで、大歓迎を受けた。教育者一家で校長や大学教授までされて趣味は夫婦山登りで百名山完登。お詫びと世話になった当時の思いでや、山の話など短時間ながら密のあるひと時であった。

お互いになにかジーンとくるものがあった。また、写真、お土産まで頂戴し、後日には、お礼状までも頂いた。ほっとして今までなにかわだかまっていた胸のつかえが降りたよう。訪ねてよかった、あ～、ほんまによかった。

最後は次のハイライト、那珂湊おさかなセンターへ、お目当てのお魚を手にして帰路へと向かう。乾杯!!心晴ればれ、何もかも大満足、感動の山と心旅でした。

計画頂いた増山さま、上野どんにアップレ多謝、皆さんお世話になりました。ありがとうございます、ほんまにおおきに。

大西 暁啓

## 2月3～4日 新倉山と西湖樹氷祭り

★青木ヶ原の樹海ってGPS使えるの～？

基本の基を知らない私にピリーさんは優しく使えますよ～って教えてくれました🌟  
樹海はイメージと全然違う緑の美しい森でした。

2日間お天気に恵まれ三つ峠からの展望も想像を超える絶景でした🌟ネーミングの可愛い山の子りす、とてもいいお宿で皆さんの飲みっぷりも想像以上でした😊

お世話になったスタッフご一緒頂いた皆さん、ありがとうございました🌟  
やっぱり山はいいなあと思えた2日間でした。

★三つ峠から新倉山までの縦走は、それなりに距離があり歩きごたえがありました。樹海散策では、溶岩の上にむき出しになっている木の根が印象的でした。宿泊は民泊やまの子りす、ピリーさん、もゆるさん、お二人のおもてなしに感謝。

★三つ峠、五重塔、西湖それぞれの角度から美しい富士山素晴らしかった。樹海歩きもたっぷり。楽しい吉田の旅ありがとうございました。田舎風なお宿素敵です。三つ峠登り途中 汗をかいてる私に的確なアドバイスをくれました。初対面なのにとてもありがたいことでした(感激)😊ピリーさん、萌さんお世話になりました。

★ピリーさん&もゆるさんのお仕事視てきました。

三つ峠登山口で、当会の別のスーパースタッフ2名にお会いできたのは最初からラッキーでした。アイスクライミングに向かうところでした。

2日間とも好天、どデカい富士山を見尽くしました。民泊、山の子リスは、何か実家へ帰ったような不思議な感じがしました。あんなにキレイではございませんが。もゆるさんのもてなしとビリーさんの息継ぎなしの語りガイド。煌ちゃん存在にも沢山癒されました。素晴らしい旅を有り難うございました。

## 2月10日 湘南アルプス

入会後の初参加が湘南アルプス、どんなところかと期待と不安で参加しました。先頭の真さんのペースがちょうど良く、出だしの急登も何の心配もなく登り切りました。

湘南アルプスは穏やかな山の連なりで登山道には少し雪が残っていましたが、高麗神社、高麗山、浅間山、途中で富士山の勇姿を見ながら湘南の海と富士山に迎えられ湘南平に着きました。スープをご馳走になり昼食を済ませ大磯の海まで歩き、途中島崎藤村邸に寄り、無事に帰途につきました。

高柳 茂

入会してから初めての参加で、少し不安もありましたが、天候に恵まれ、楽しい山歩きとなりました。コース中では所々で左の海、右側には富士山が見えました。

ゴール間近の湘南平では360度開けていて、広い海と富士山、丹沢などの山々、そして足元には2日前に降った白い雪が残っていて、素晴らしい景色の中のランチタイムになりました。

下山後には海岸まで出て、その後の島崎藤村邸では昭和初期に戻ったような気持ちになりました。

バスが運休とのことで1時間ほど街歩きのおまけも付きましたが、素敵な家が多く、お話をしながらの楽しい散策となりました。

皆さん、温かく迎えて頂きありがとうございました。これからも夫婦共々宜しくお願ひ致します。

高柳 秀子

## 2月28日 雪の菅平から根子岳

★上田ICから菅平奥ダボススキー場まで、あたりはまったく雪がないのに驚きながら到着。グレンデはやはり雪がなく地面が出ている部分もあり、初心者コースのみ営業中。

リフト上部の状態がどうか心配でしたが、事前の情報を信じワカン持たず出発。これが後の苦労に繋がってしまった。

リフト降りると他の登山客は、早速ワカンやスノーシュー装着している姿を横目に観ながらスタート。

心配した天候は、思ったより風が弱く、気温もそれほど低くなく、最初は快適に進むが、気温が高いこともあるのか、雪がゆるくぐずぐずの状態になっていて、アイゼンしか持たないメンバーにとっては、歩くたびに足が太ももまで潜ってしまうこともあり、次第に体力を奪われ「なんだこりゃー」の状態に、まさに雪中行軍。引率の増山さんから半ば自棄っぽく、「みんな雪を楽しもう」の掛け声で何回も後押ししてもらいました。

しかし、さすがに体力の限界に近づき、さらに下りは登り以上に足を取られ、時間がかかる見込みのため、登頂は残念ながら 1992m地点、頂上まで 215mで断念しました。

スキーチームも雪の状態がよくなく滑りにくく、また登山組が開けた穴をよけながらの滑降になったようです。

登山チームの下山も予想どうり足を取られ、苦労しながらの下山になりましたが、全員無事に下山できたことが幸いだったと感じました。下山後の温泉がいつもより身に染みしました。

シンさん、増山さんお世話になりました、そして参加者の皆様ありがとうございました。

N.Y

★楽しかった?!ツボあし歩行が蘇ります…。ハマった私の足を掘り出してくださった皆様、ありがとうございました🙏良い経験になりました💖

### 3月4日 沼津アルプス

駿河湾沿いに立ち並ぶ低山の連なりである沼津アルプスをおるいてきた。本日の歩きは低山ながら標高差 1,200m で中々、歩き応えのある縦走であった。

朝、香貫山駐車場から歩き始めると3月の寒さはあったが、陽が当たると暖かく気持ち良い登山日和である。山椿や桜が咲いており、思いがけず咲く花は大きな富士山と共に目をたのしませてくれた。登山道は前日の雨で滑りドロコになりながらの歩きもあった。要所にはトラロープや鎖があったが、尾根を塞ぐ岩も現れたり隙間を通り抜けたりとアスレチックコースのアップダウンの連続に苦戦したが、冬の体力トレには最適な山歩きとなった。また、行きたい山である。

真L、増山SL、ご一緒された皆様安全に登山出来た事、ありがとうございました。

★沼津アルプスというところへ参加してみました。前日までの大雨も予報通りの快晴に転じ、いざ、のっけから急登、泥んこ道を踏ん張って登り、降りを繰り返すこと5座。ものすごいトレーニングをさせてもらい、終点からバスで起点に戻り、ここで真さんから、ここから駐車場までを登れば（まじか…）0メートルから繋いだことになるんだよ、と笑顔で！それならば達成感+だと、ブーブーいいながら皆頑張り抜きました。天気も、日中は暑かったりと、長い充実の一日でした。忘れないであろう体験を有り難うございました。

★前日の強風と大雨のおかげで沼津に着いた時はスッキリ綺麗な青空に真っ白な富士山！春の訪れを感じながらm 靴をcm 靴に変えて楽しく香貫山山頂。。。が、それからは本当にアップダウンが多く、鎖場があったり、しっかり体カトレーニングとなりました。

ぬれた粘土質の登山道の横山。早めのお昼のコーンスープに元気をもらった徳倉山。目の前にそびえる岩肌の鷲頭山。リュックを置いて頂上アタックした大平山。登るたびに歓声のでる駿河湾の景色と皆さんの声に励まされ五山七峠。初めての大縦走。バス旅のおまけもついて、きつかったけど有意義な山旅となりました。感謝。

★風もなく絶好の登山日和。低山ながらぬかるんだ5つの山の登り下りは結構ハードでしたが山から見える駿河湾や山の椿の花に癒され、楽しい1日でした。真さん、増山さん有り難うございました。

★沼津アルプス縦走、低山なのに標高差1200m? これでもかと続く泥どろの登り降りには参りましたが椿の花の絨毯、山桜、大きな富士山、青い空 海、良いお仲間と贅沢三昧の歩きありがとうございました。真さん 増山さん素敵な旅をありがとうございました。みかん食べた秋山でした！

★3/4 沼津アルプス参加の皆様お疲れ様でした。そしてスタッフのお二方ありがとうございました。伊豆観光で沼津は良く通りましたが市街地の側にこの様な山々があるとは、アップダウンが激しく鎖場有りのバラエティ溢れるアルプス(本物は未経験)でその名に恥じない山でした。十分楽しませていただきました。ほんの感想迄。

### 3月7~8日 手白澤温泉スノーハイク

紹介文に惹かれて雪山は初めてでしたが参加を決め、結果大満足感謝感動の旅になりました！粉雪舞う中を一步一步進む楽しさ、景色の美しさ、足下の感触、硫黄のかおりの雪見風呂、美味しい食事、お話しも聞けて楽しく、山の世界は広くて深いのだ

なあと感じました。メンバーの皆様大変お世話になりました。ありがとうございました！

高須賀陽子

朝7時ゆっくりの集合で手白澤温泉へ。天気は、冬山はこんなもんか。寧ろいい方かとも思いながら雪山へ足を踏み入れる。途中からアイゼンを付け宿へ向かう。宿では人懐っこい犬が尻尾を振って迎えてくれました。風呂は少し温めのお湯でしたが、ゆっくり入って温まりました。食事はとても豪華で「山の中で食べる食事じゃないよね」と話していました。次の日もゆっくりの出発。氷瀑を見て下山。今回雪山は初めての人もいて、うれしく思いました。皆さん、運転の真さん、増山さんお疲れ様でした。ありがとうございました。

天沼 和子

雪が降り、風が吹いて寒い中、手白沢温泉を訪れました。風の音と雪の静けさに包まれた一面の雪景色。凍てつく沢の中に鹿の死骸を発見し、所々凍りつく斜面や橋、崩落した場所を緊張しなから4時間かけて辿り着いた露天風呂は格別で、湯けむりの向こうに広がる白い景色を眺めながら、体の芯まで温まりました。地元の食材を使った温かい料理はどれも美味しく、冷えた体にしみわたるようでした。

翌日は氷瀑を見に行きました。降り続いた新雪を踏むとキュキュと音がします。静かな山の中で、凍った滝を眺め、冬ならではの景色に出会えた喜びを感じました。雪と風の中で訪れた今回の山旅は、温泉の温かさ、美味しい料理、そして氷瀑の壮大な景色が心に残る体験となりました。参加者の皆さま有難うございました。

増山 照子

## 山旅 TOPICS

1. 1月11日10時ころ、丹沢・塔ノ岳の大倉尾根にある堀山の家から出火する火災が発生、周辺の登山道が同日より通行規制となった。通行規制は17日に解除されたが、出火原因は現在調査中。今冬は全国各地で山火事の発生が相次いでいる。
2. 沢野ひろし画伯の山への思いがほとばしる珠玉のイラストエッセイ集『ジジイふたたび山へ』が3月18日、山と溪谷社から刊行される。本書は、以下のような語り口の読みやすいエッセイ。「なんと私も気がつく来年八十歳になる。もう立派なジジイである。これまでさんざん我が儘に過ごしてきた。過去を振り返り幾度も反省はするが、改めることは極めて少ない。あと数年は山の靈気におののきな

ら、シンプルなテント生活を楽しみたい。そしてしっかりした登山靴を履いて、息子や孫たちの邪魔にならないように歩きたい。」

3. 山城跡が残り地元の名山として愛されている山梨県大月市・岩殿山の強瀬ルートが、2025年12月25日再開通した。途中にある鏡岩の落石の影響で2019年から通行禁止となっており、6年ぶりの開通となった。新しいルートは落石箇所を西側に迂回し、途中で浅利ルートと合流して岩殿山へ至る形で整備された。
4. グリーンランド・シオラパーク。北極点まで1300キロ——世界最北の村に単独で入り、エスキモーとなった伝説の日本人、大島育雄。彼は今も同地で猟をして暮らしている。植村直己との交流、キビヤの洗礼、犬橇の習得、結婚、借金生活、北極点到達、ナロオホイヤの思想——。エスキモーたちのたくましさで圧倒されながらも、酷寒の地で生きるための知恵と工夫、生きざまに魅了されたという著者。極北で「猟という、人類にもっとも古い職業の一つにたずさわる」ことを決めた男の物語。解説は、極地旅行家であり作家の角幡唯介氏。1989年発刊の名著『エスキモーになった日本人』（文藝春秋）に解説と新たな写真を追加をして、『ヤマケイ文庫』から待望の復刊・文庫化だ。

（『岳人』『山と溪谷』を参考にしています）





1月27日 助川山と那珂湊



2月28日 雪の菅平から根子岳



2月3~4日 新倉山と西湖樹氷祭り



3月4日 沼津アルプス



2月10日 湘南アルプス



3月7~8日 手白澤温泉スノーハイク