

2026 年 8 月

No. 254

虹



劔岳・北方稜線 チンネ取り付けから見た三ノ窓

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/>

中国の未踏峰・ロンシャン遠征の記録

第4回 本アタック（前半）

上野 はるか記

10/13 軽快な足取りでC2へ（B C→C2）

8泊9日の食糧と追加のギア類を持ってC2へ上がった。私と桑原はB C用のシュラフやダウン上などを用意していたのでそれらをC2にデポしていたが、伊佐見、鈴木は1つだったのでそれらも荷物に入っている。自分の荷物は軽く感じた。

10/14 計画通りC3設置（C2→C3）

下部岩壁上部をトラバースし下見をして岩のルーフの下が整地できそうなこと、その辺りから氷河が繋がっている可能性があることを私が提案していたので、本当に整地が可能か、落石の危険はないか、氷河に降り立てるか、若干心配に思いながらスタート。

暗闇の中、下部岩壁に設置したフィックス3本を使って登っていく。2本目のフィックスは落石で破断しかけていたし、3本目のフィックスの振れ止め中間支点的の60センチスリングも切れており、改めてこのラインの落石がやばいことを感じた。

下見時と同じ人がリードの方がスムーズだろうということでまた桑原全リード。リード用のアプローチシューズも桑原のみ持って行った。フォローは前回と違って食糧、燃料、水の装備、赤布などの邪魔モノも多いので毎度息絶え絶えユマール。それでも下見の経路通り、C3設置予定地に14:30頃到着。ここで最後尾だった桑原が手の甲に落石を受ける。とりあえず荷物を置いて最終ピッチの雪上トラバースを空身で来てもらい、C3で様子を見た。手の甲は出血しているだけでなく腫れているように見え、骨折した可能性があると思った。C3の整地は残りの3人で行い、1時間ほど整地してなんとか2張のテントを貼れる縦長スペースを確保した。



なんとか切り出したキャンプ3

10/15 勝負の1日（C3→氷河雪原上→C3）

進退を決める1日だ。桑原の手の状態もだが、ここで氷河ルートが取れなければこの先に進むのはかなり難しいと思った。この日はまず上野と鈴村の2人で氷河ルートの偵察をして、繋がっていなかったら戻って伊佐見と上野で上部岩壁ルートを偵察に行く計画だったが、上部岩壁は下部より傾斜があり時間がかかりそうなこと、引き続き落石リスクがあること、上部岩壁から氷河へ移れるか不明なこと、などの不安要素が多いと感じていた。そういうことから、できれば氷河ルートから5800mの科尔を目指したかった。C3からすぐ横のセラック群の上では氷河が綺麗に繋がっていて、その上に乗ってしまえばスムーズにコンテで歩けると予想してスタート。

1ピッチ目はすぐ横の氷河は下見時に通れそうだったが、よく見ると下が空洞のように思えたので、一度降りて迂回し、登り返して空洞（？）氷河の先まで。ここでC3と同じくらいの標高である。



氷河迷路の出口

そこからは少し安定した氷河を歩き、底のあるクレバス（氷の狭い回廊）をトラバースし、また歩き。3ピッチ目は幅1mほどのブリッジ（でも下はちゃんと底についている）を渡り、スクリュューが良くきく豆腐のような四角い氷河でピッチを切る。4ピッチ目はルート取りに迷い、一度下って戻ったりした。豆腐氷河からすぐ横に鋭いリッジが続いていて、3mくらい登ってリッジの向こう側を見ると、雪原の末端と思われる地形になっていた。リッジから下は10mくらい切れ落ちているが、底は広くなっていてその谷地形を辿って上がっていくと垂直20mの氷雪壁を登れば空に届くようだった。鈴村にも見てもらい、このリッジをトラバースして懸垂すればあの氷河末端（？）までは至れるだろうと合意。4ピッチ目はリッジのトラバース。そこから懸垂して、20m垂壁の取り付けまで。5ピッチ目はもうこの上が雪原上だろうと望みをかけて、空身で登った。その上に想像した景色が広がるのか、苦難のセラック帯がまた続くのか、先が見えない不安と興奮を感じて登った。身体は想像よりも軽く、標高5500mでアイスクライミングしているとは思えなかった。氷壁と空の境界へアックスを伸ばし、体を上げると、平らで広大な雪原が広がっていた。雄叫びをあげた。そこからはなだらかなスロープがおそらく5800mの科尔まで続いていた。

2人で雪原に上がり、スノーバーでフィックスロープを設置。その後もアバラコフを作ったりフィックス張ったり、明日の登攀と数日後の下降に備えて下山した。下山後、桑原はアックスを握ったりはできるのでアタックを続行しようということになった。氷河ルートが拓けたことで、岩ギアを大幅に厳選してトライカム4個、ピトン3個に縛ることができた。

10/16 何度も想像した5820m科尔へ晴れ（C3→雪原上→C4）

上野と鈴村で30分ほど先行して、ロープを固定しながら進む。ほぼ昨日のルートと同じだが、豆腐岩からはリッジをトラバースするのではなく、リッジを乗越して懸垂、氷河の谷に降りて歩いた方が楽だろうという鈴村の提案でそのようにルートを取る。順調にロープを設置、アバラコフや捨て縄の設置をして先頭の私は9:30には雪原上に到着。後発2人は赤布を差しながらユマールで進んだ。これまで完全なお荷物&外付けなのでかなり邪魔だった赤布を使えるのが嬉しい。11時には全員雪原に上がり、その後は2人1組でコンテで進んだ。1人1本のスノーバー、2本のスクリュューを携行した。伊佐見・桑原ペアが先行し、クレバスが見えたところ、急なところなど、所々スタカットに切り替えたが、概ね歩きで科尔まで行けた。

目の前に巨大な三角形のミニヤコンカ、右手にロンシャンがどんどん近づいてきた。私が最初にこの山の計画を作った時に、この5800mの科尔まで4人元気に至ることは簡単ではないだろう、逆にここまで来れたなら、山頂にも手が届くかもしれないと思っていた。日本で何度もこの場所へのルート取り、ここから見える景色、ここから山頂への登路を想像してきた。その想像上の場所に今4人で元気に存在することが少し不思議で、嬉しかった。

NEWS

★来月号の会報発送は8月28日（金）の16:00～です。

今後の EVENT

◇リーダー山行

山行報告

- *6. 28 沢登り（沢のセルフレスキュー）
- *7. 4 富士山・御殿場口から

山行計画

- *8. 1 沢登り（水根沢）
- *8. 13-14 沢登り（二口山塊・大行沢）
- *8. 22-23 岩登り（前穂高北尾根）
- *9. 3 岩登り（二子山中央稜）
- *9. 5-6 岩登り（北岳バットレス）

* 7. 1 1 沢登り（丹沢・葛葉川本谷）

* 7. 1 8 - 2 1 岩登り（剣岳東面）

◇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
8月1日、3～4日、6～15日 8月20日、22～30日 9月1～9日、9月18、19日 9月21日、26～27日	

◇スポーツ教室

スポーツ吹矢	クライミング	健康ヨガ
8月7日（金） 8月14日（金） 8月21日（金） 8月28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。	8月のヨガはお休みで す。次回は、 9月4、11、18日

REPORT

6月24日 ウォーターウォーキング 葛葉川

★熊野古道に続き葛葉川本谷遡行も遠く南の台風の発生により雨予報が無くなって、久しぶり(12年ぶり)の沢登りを楽しめました。また、3人の参加で開催され、ありがとうございます。私事で会入会時は、日高のほとんどは、沢登りと藪漕ぎ無しで稜線に出れないので46年前から始めていたが、転居して沢装備を納戸の奥にしまい込んで、なんとか見つけ参加出来ました。来年の山旅ウォーターウォーキングは、サポート体制がしっかりしているので、皆さん参加して下さい。🙏

R.O

★二度目のウォーターウォーキング。歩き出しから、石をつかみ損ねて水中へダイブ!! 天気も今いちだったのが次第に寒くなりガタガタ震えた。リーダーが「ここはどう攻める?」と聞かれたので、私も意見を出してみた。7~8mの滝が2~3箇所あり「ここは私がロープで確保するからそこで待ってて」と言われたので、後ろ姿を見送ったが、手や腕、足の力で登って行く。その後ろ姿の何とカッコ良かったこと。「惚れてまうやろ~」って感じてました。今回はリーダー他3名だったのであっと言う間に道路に出た。道路を下り山に入り下山。駐車場まで来たらヒルが吸い付いていた。塩を持っている人がいたので、それで撃退した。その後リーダーがそうめんを湯がいてくれたので、4人で頂く。自然の中で食べるそうめんの、何と美味しいこと。満腹になり、温泉に入って帰路につきました。皆さんウォーターウォーキング、楽しいですよ。来年は是非参加してみてください。今日は楽しかったです。ありがとうございました。

K.A

6月28日 ハヶ岳 高見石

ダブル台風の影響で、歩行時間が5.5時間の日帰りプランに変更になった山旅に参加した。

白駒池入口の駐車場を出発し登山道に入ると、緑色の苔が地面や木の根元に群生し、「つかの間の木漏れ日」がさす中で神秘的な世界を漂わせていた。緑色の苔の中に、時々白いモフモフの苔が姿を現していた。また、シャクナゲの白い花、マツ科シラビソのピンク色の花などが開花し、楽しませてくれた。樹木や土から発散する春の匂いがまだ残っていることもあり、爽やかな気分での「山旅のはじまり」だった。昼食は中山の直下にある展望台でとったが、曇天の中、スタッフの皆さん（上野（司）さん、増山さん）が用意した温かいスープは、大変美味しかった。

高見石小屋の側にある高見石展望台には、下山の途中に立ち寄った。小屋と展望台の間には、背の高さを超える大きな石が沢山積み重なっている。小屋から展望台に向かってよじ登る際、適切なルートを探すのに戸惑うこともあったが、先に登っていた上野さんのルートアドバイスもあって、無事、展望台にたどり着き、雲の合間に白駒池を眺めることができた。展望台から高見石小屋へよじ下りる途中は、下へ進むルートが良く見えるため、下りるルートを探すのが容易であり、すばやく高見石小屋まで下りることができた。

高見石小屋は、名物として、2個1組の揚げパン（きなこ、ケチャップ、抹茶、チーズ、黒ゴマの5種類）が売られている。上野さんが、先回りをして、人数分の揚げパンを先にまとめて注文入手していた。このため、小屋に到着後、直ぐに温かい揚げパンを味わいながら休憩することができた。

7月4日 市民ハイキング霧ヶ峰

車山肩駐車場ではるかさんと合流して、いよいよ車山目指して歩き出しました。見た目は登り易そうな広めの登山道なのですが、これがなかなか歩きにくい、いつもよりちょっと早めで、ちょっと心配になりながら付いて行きます。梅雨明けきらないこの時期いつの間にか降ったり強くなったり、止んだり…日光キスゲ期待してたのですが、食害の為に咲いていず、頂上近くの方が観光の為にいろいろ整備されていたようです。広々としていて涼しく、イブキジャコウソウがもう少しで咲きそうで、高原気分を味わえました。でもその後の八島湿原が最高に素晴らしかったです。広々とした湿原の木道を歩き、ミネウスユキソウ、コバイケイソウ、ハクサンフウロ、日光キスゲ、レンゲツツジ、ハクサンボウフウ、イブキトラノオ、ヤマオダマキ、ウツボグサ、グンナイフウロ、アヤメ、ノハナショウブと出会えました！お昼の野菜たっぷり水餃子スープももちろん美味しかったです。ありがとうございました。

7月5日 障がい児交流ハイキング

★今回の交流ハイキングもとても楽しかったです。息子も私も楽しみにしていました。家族のように安心感に包まれて過ごせました。新しくボランティアとして参加して下さった方にも荷物を持ちましようとお声がけ頂いて助かりました。スタッフの皆様に感謝でいっぱいです！息子もまた行きたいと今から楽しみにしています。

★この団体はどんな団体何ですか？と温泉で聞かれたそうです。よちよち歩きの女子から高齢者山好きの人たちに混ざった障害者…はて？内から見ればどこかでつながっている優しい人たち、楽しく過ごさせてもらい有難うございました。娘は次の日発語が多く、にこにこ過ごしたそうです。いつも貴重な体験をさせてもらい有難うございました。

★小雨の中、皆さんと楽しく歩き、高齢の父もおかげさまで完歩することができました。皆さんの温かい声かけ嬉しかったです。近場も少し遠出もこのメンバーで行くと楽しいです。息子たちも顔を見れば楽しんでいるのが分かります。また次回が楽しみです。お世話になりました。

7月7日 男体山

我が家から見える男体山、数年前にハイキングを初めてからずっと行きたかった山旅でした。キツイ登山と聞いていたので不安でしたが申込ました。曇り空の中8時に登山スタート。登拝受付で金1000円を支払い御守を頂戴し、登拝口の鳥居をくぐり、階段を登りきったら一合目の石碑。顔合せ時に貰ったA4用紙の登山地図8つ折りに収まる短く真っ直ぐな登山道は細かにジグザグしながら山頂を目指します。ほとんどが一本調子の上り坂でした。八合目辺りから上空は晴れ渡り気分も爽快。山頂では残念ながら眺望は拝めませんでしたが、ゆっくりと昼食を取りゆっくりと下山しました。途中すれ違った2往復目の若者や、ビニール傘しか持たない手ぶらの外人さんには驚かされました。

不安の中の出発でしたが、スタッフや皆さんのおかげで無事に登頂できて良かったです。翌朝NHKBS女峰山の番組で、晴れ渡った日光三山を観たので今回の山旅は完結しました。よかった、よかった。自宅から望む男体山もこれからはチョット違って見えるかも知れませんね。

Y.N

先日は七夕祭りの最中で、日光男体山登山に参加された皆様に対し、私の体力不足で頂上到着に後れ要しました。深くお詫びいたします。

今回の登山状況を顧みますと、曇り空の中を暑く無く・寒く無く、こち良い風が吹ける中を頂上を目指し、登山開始しました。

一合目から六合目までは順調に進み、七合目からは、1年振りの登山で、心配していた体力不足の不安が現れ。足が吊り心配していた事が的中しました。この位置で登頂断念を考えましたが、休憩時クスリ服用とスタッフの励ましで、どうにか山頂へは遅れながらも果たすことが出来ました。(感謝・感謝……)

登頂後は、最初に奥宮に家内安全と無事到着のご挨拶と、スタッフや参加者の声援に感謝捧げ祈願しました。その後鐘楼の鐘を叩き、皆が待つ劔の頂きに合流する事が出来ました。

また合流後は、恒例の集合写真と、会の百名山登頂万歳三唱を讃えました。

頂上からの展望は、霞雲が掛かるも隙間から遠方の山並みを展望することが出来ました。

頂上の劔(赤城山と男体山との高さの闘いで男体山勝利の劔)は以前登頂した劔と相違を感じましたが、これは疲れと思われます。山頂には、他に鐘楼・二荒山神社奥宮・銅像が鎮座し、登頂した登山者が憩い、記念写真を収めていました。また以前登頂した時は、二荒山神社の登頂参拝料は500円が今は1000円になり、時代の経過を痛感しました。今回新たな奥社の太郎神社の建立を確認できました。

山頂を満喫した後は、下りに差し掛かるが、足取りは、登りと違いやや楽です。真田様からクスリを頂き、帰路を慎重に進めます。同行したスタッフ様・参加者様、無事に帰路を迎えることが出来ました。有り難うございました。

(反省) 若くは無い

S.F

7月12～13日 早池峰山

★今回の山旅の一番の楽しみは早池峰山固有種のハヤチネウスユキソウを見る事でした。

初日大雨警報が出る中、花巻市早池峰ホールで見たユネスコ無形文化遺産の早池峰神楽は想像以上の大迫力で感動！500年以上の伝統文化を満喫しました。

翌日の早池峰山は天気予報が大ハズレして一日雨で蛇紋岩の滑る岩に苦戦しながら登りましたが、美しいハヤチネウスユキソウや山頂付近のコバイケイソウの群生、様々な種類のお花たちが本当に素敵でした。

全員で山頂まで辿り着き前日道の駅はやちねで購入した早池峰山のTシャツを着て記念写真が撮れたのがめちゃくちゃ嬉しかったです。

今回は6人の少人数での山旅でしたが皆で2日間お喋りしながら和気あいあい過ごせて本当に楽しかったです。

お宿大和坊さんの山菜料理は絶品でした。宮入さんお世話になりました！一緒に頂いた皆さん楽しい山旅をありがとうございました。

★幼い頃から見ていた早池峰山。岩登りもハードでしたがたくさんの花々に会えて疲れが吹き飛びました。皆さんと一緒に本当に良かった!!!神社参拝も出来て、地酒も美味しかったです。お世話になりました。またお会い出来るのを楽しみにしています😊

★早池峰神楽は歌舞伎を超えるほどのあっぱれ！早池峰山は雨で滑りそうでたいへんだったけどお花が可愛くて良かった。その中でもコバイケイソウの白い群生は圧巻でしたね。お宿の山菜料理も含め岩手が好きになりました。宮入さん、はるかさん、お仲間の皆さん。良い旅をありがとうございました。

7月15日 白砂山

「野反湖北方の200名山 白砂山を登って」

梅雨がまだ開けない中、幸運にも好天の山行となった。野反湖に近づくと、「黄色いノゾリキスゲの群生」の出迎えを受け幸先のいいスタートとなった。

自分としては、今回の山行は、パンフレットには歩行時間6時間とあったが、ヤママップなどで確認すると、コースタイム7時間30分となっていたので、これからのアルプスへの訓練登山として参加した。標高1500m地点からのスタートで、最初は涼しく感じたが、進むにつれ夏の太陽の日差しが背中に容赦なくささり、水分を取る量が思っていたより多くなりました。

パンフレットには標高差600mとあったが、結果は登り1146m、下り1145mで行動時間9時間46分・実質登山時間8時間の結構きつい山行となった。よって、いい訓練登山になったと感じています。

頂上近くで、ノゾリキスゲや他の植物が多数迎えてくれ、疲れが癒されました。また帰りに立ち寄った、「沢渡温泉共同浴場」のお湯は疲れた体に沁みました。お世話いただいた、上野さん、ブッチャーさん、宮入さん（冷たい沢水いただき）ありがとうございました。

N・Y

7月22日 小櫓山

甲府も熊谷も、最高気温40度予想の日に甲府盆地の景色を楽しみながら、小櫓山へ行ってきました。木々の間が、良い間隔に空いている樹林帯は、涼しく快適なハイキングが楽しめました。こ

れだけで行って良かったと思いました。頂上で見た富士山は、てっぺんの極一部しか見えませんが、ソレと解りました。歩き易い山でした。

下山後の桃園で食べた立派な桃の味は格別でした。高級なデザートを頂いてしまいました。暑いけど頑張ろうと思いました。はるかさん、まりさん、皆様、お世話になりました。

山旅 TOPICS

1. 警察庁は令和7年度の山岳遭難について発表した。発生件数は3125件、遭難者は3623人、統計を取り始めた1961年以降では最多で、うち死者・行方不明者は332人と前年から増加した。年代別では、70代の遭難が最多で約20%、次いで60代、50代と中高年層の遭難が目立った。原因では道迷いが全体の約31%を占め、訪日外国人の遭難件数も増え、発生件数は174件と過去最多であった。
2. 長野県は今夏、北アルプスの主要な登山口2カ所に安全登山に必要な装備や準備の確認を目的として、啓発ゲートを設置すると発表した。ゲートは7/18から8/11に槍ヶ岳や涸沢方面に通じる横尾登山口と白馬乗鞍岳山麓の柵池自然園登山口に設置される。ゲートでは、それぞれの登山口に対応した「登山準備・ルール確認票」で、確認を行い、不備があったり、入山時間が遅い場合は入山の自粛を求めることがある。
3. 富山県警と民間ヘリ検索サービス「ココヘリ」は、山岳遭難時の捜索活動に関する協定を締結した。あわせて、富山県警山岳警備隊は立山の室堂派出所で、県警が所有するココヘリ発信機の無料貸出を開始した。今後、剣沢と馬場島の派出所でも無料貸出を予定している。
4. 長野県では6月1日に宿泊税が導入された。対象は1泊6000円(素泊まり・税抜き)以上の宿泊施設で、日本アルプスの山小屋も含まれる。税額は1人1泊200円(4年目以降は300円)。徴収方法は山小屋によって異なり、宿泊料金に含まれる場合と現地で別途支払う場合がある。
5. 2024年10月から、噴火警戒レベル引き上げのため入山を規制してきた岩手山について、岩手山火山防災協議会は7月1日より、東側4カ所の登山口(馬返し、焼走り、上坊、御神坂)から山頂への登山道の開放を決めた。規制解除は2年ぶり。
6. 今年で10回目となる「山の日」記念全国大会は、岐阜県高山市で開催される。山の日の8月11日に、「山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する」という祝日の趣旨を広めようと、これまで毎年全国各地で開かれてきた。
7. 両神山周辺でツキノワグマの目撃情報が寄せられたことを受け、埼玉県では6月4日から当面の間、クマによる事故防止のため、両神山北側の登山道を閉鎖することを決めた。規制中の登山道には、上落合橋登山口から八丁尾根経由で山頂に達するルートも含まれている。日向大谷口からの表参道は通行可能だが、クマ対策が不可欠だ。

(『岳人』『山と溪谷』を参考にしています)

9月の市民ハイキング

北八ヶ岳 茶臼山と縞枯山

長野県と山梨県にまたがり南北25キロに広がる八ヶ岳連峰は、夏沢峠を境に北八ヶ岳と南八ヶ岳に大別されます。砂礫と岩稜の南八ヶ岳とは対照的に、北八ヶ岳はシラビソの原生林や苔むす倒木帯、湖沼が点在し、北欧を思わせる山容です。今回のコースもシラビソの森からはじまり、登り切った山頂からは遠く北アルプスや南アルプスの峰々、眼下には針葉樹の木々や湖が見渡せます。日本のごく一部の山でしか見られない縞枯現象（針葉樹林の木の一部が枯れて白化し、その樹林を遠くから見ると縞模様のように見える）も茶臼山展望台からはよく観察することが出来ます。晴れれば北八ヶ岳の魅力の全てを味わえる最高のコースです！

■日 時 **2026年9月13日（日）**

■集 合 6:00 北本市役所（文化センター側道路）

6:15 鴻巣市役所

■解 散 19:00頃

■参加費 10,000円(保険料・入浴代を含む)

■歩行時間 4時間

■標高差 450m

■持ち物

歩きやすい服・靴、
弁当、水筒、おやつ、
雨具、防寒具、手袋、帽子、
昼食のスープ用のおわん、おはし、
入浴後の着替え

■コース

北本ー鴻巣ー関越道・東松山ICー上信越道・佐久南ICー麦草峠（2120m）ー大石峠ー茶臼山（2384m）ー縞枯山（2403m）ー五辻ー麦草峠ー温泉入浴ー往路を戻る



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-mail info@saitama-mt.jp



HP <https://saitama-mt.jp>



6月24日 ウォーターウォーキング 葛葉川



6月28日 ハケ岳 高見石



7月4日 市民ハイキング霧ヶ峰



7月5日 障がい児交流ハイキング



7月7日 男体山



7月12~13日 早池峰山



7月15日 白砂山



7月22日 小樽山