2026 年 10 月

No. 256

虹



燕岳～大天井の稜線を歩く

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６回　下山（完）

伊佐見　奈穂子　記



10/19　敗退、C４まで下降

何時だったか、朝日に照らされて目が覚める。6,230m に張ったテントから顔を出すと、絶景が広がっていた。よく考えたら 6,000mでご来光！なんて贅沢はそうそうないのだけど、単純に「キレイ」と一言で喜べない空気がどこかにあった。昨日の時点では「明日余力があったら南の朱山北峰を踏むのもありかもね」と話していたが、いつの間にか私たちは下りることを決めていた。みんな疲れていたし、昨晩からおはるの目に現れた障害、これ以上続けたら危ない気がした。Ｃ４までの下降は懸垂８回と歩きで概ねスムーズだったが、一度スノーボラードが破断しかけてヒヤッとした。それからアックスやロープを落とすなどメンバーのミスが連発。やはり疲れていたのだろう。ちょうど陽が山の陰になり始めた頃Ｃ４に下山。疲労と寒さの中、順番で水を作ってテントに入った。



10/20　C4からC2へ、困難の多かった下山

だだっ広いプラトーを、赤布を回収しながら降りていく。登ってきた時はあんなにハーハー息を切らせていたのに、下山は気が抜けるほどあっという間だ。出発から１時間後プラトー終点の懸垂ポイントに着いた時は、お昼前にはＣ３に着くだろうと考えていた。一息ついておはるが懸垂ライン確認のため氷河下を覗き込む…しばらく無言。「懸垂ラインがよくわからなくて…鈴さんも見に行ってくれない？」と戻ってきた。鈴さん、「登ってきた時と氷河が変わっていて、ここからは降りられないかも…！」どうやらセラックが崩壊して登った雪壁の弱点が無くなり、50mほどの切れ落ちた雪壁と雪壁の間に２～３ｍほどのギャップができていた。はっきり言って絶望的。一瞬ヘリを呼ぶならここしかないなぁ、なんて弱気な考えが頭をよぎる。４人で話し合い、２０ｍほど下りた足場から向こう側に渡ることができるか、やってみようということになった。スノーバーを３本縦埋めして強固なアンカーを作り５０ｍロープ１本をFIX。桑ちゃんが空荷で先行することになった。ここからは桑ちゃんスーパームーブ炸裂！右足キックで向かいの壁にアイゼンで蹴りこみ、何とかパツパツでスクリューを打ち込んだ。懸垂しながらでバランス悪かっただろうに、よくやってくれたものだ。この後も崩壊箇所は続き、アバラコフでの懸垂下降と登り返しを強いられた。氷河の谷底から上部を見上げると、不安定な巨大ツララが今にも落ちてきそうだった。

15 時 C3 に無事到着。緊張状態からやっと解放されて一息つく。このままここで休みたいと思ったが、明日の行程を考えると今日中にＣ２まで下りないといけない。C3 にデポした荷物を回収して再び下降を開始する。岩パートに入るためアイゼンを脱いで準備をしていた時、上から落石。「シュルシュルシュル、ヒュー――ン、ゴーン、ガシャーン！」数分おきに降ってくる岩が壁に当たって砕け散り、私たちのいるすぐ上をかすめていく。身を隠すように岩壁にぴったり張り付いて再び話し合う。果たしてこの状態で下降を続けてよいのか？難しい決断になった。それでも下りることを決めた私たちは、次の注意点を言い合わせた。①素早く降りること②常に１人は上部に注意を向けて落石が来たら叫ぶ！③アンカーは４人全員で確認し、１人目はバックアップを取ること。

幸い、頻発していた落石は陽が傾くに従って静まった。残り２ピッチ、登りに設置したフィックスロープまで下りてきたころヘッデン行動になった。でもあとは慎重にＣ２まで下るだけだ。最後の１ピッチ、クレバスが散在するデリケートな懸垂だが、「これでもう終わり」という逸る気持ちがあった。先行した桑ちゃんを追って、私が下り始めたその時、大きな浮石を踏んでしまい身体が傾いた、、と同時に上に乗っていた大岩が均衡を失って右足に積み重なるように落ちてきた。「やってしまった…」真っ暗だったためほかのメンバーからは何が起きたのかわからなかったのだろう。ただ落石が起きたという事実と、私の悲痛な呻き声にびっくりして、下にいた桑ちゃんが上がってきて、積み重なった岩をどけてくれた。やはり気が抜けた時にミスは起こる…悔しさでいっぱいだった。

10/21　ＢＣへ下山

翌朝目を覚ますとテントの外が一面白くなっていた。昨晩Ｃ２にたどり着いた時、ちょうど小雪が降ってきたのだ。考えてみると順応含め行動日に天候不順で行動を制限されたことは一度もなく、天気に恵まれていたんだなぁとしみじみ思う。Ｃ２を出るころ電波が入り BC にいるトゥルース（リエゾンオフィサー）と数日ぶりに交信。私たちの無事を知り安心したようだった。私は C2 から下山を開始したこと、下山には時間がかかるが今日中にＢＣに下りることを伝えた。私の足は痛み止めでなんとか歩くことができたが、３人に荷物を担がせることになってしまったのがとにかく不甲斐なかった…

懸念していた BC 直前の渡渉。午後になると氷河の融解で嵩が増すためこの荷物では一度ではとても渡りきれず、何往復かしてようやく BC に生還。トゥルースが私たちを迎えてくれた。美味しい夕飯とともに！

終わりに（上野はるか）

妹が中国の大学にいた縁で四川や雲南の山に訪れたことのある私が計画した遠征だったが、最初の１センチを私が動かした後は、ずっとみんなで車を走らせてきた。2025 年の年明け以降は月に１、２回ミーティングをして４人で準備を進めた。リーダー的に言わせてもらうと、本当にみんなよく働いてくれたと思う。私が子育て中でミーティングに遅れたり、途中で退出したりすることもあったが、３人で全部うまいこと進めてくれた。それぞれが私にない能力を持っていて、私は信頼して彼らの働きを見ていた。何か意見がぶつかることがあっても、基本的な信頼があるので、折り合いをつけて折衷案を創っていくことも難しくなかった。この１年、私と長いドライブを楽しんでくれてありがとう！目的に至れなくても、その道中もみんなのおかげで楽しいものになりました！

そして妹の萌、萌が私と同じ大学探検部に入って最初の年に行ったシルクロードの探検、それが波及して、ついにはこんな計画になってしまったよ。萌や萌の周りの中国人の仲間達のおかげで私はこんなにも中国の山を好きになったと思う。本当に謝謝～！

NEWS

★来月号の会報発送は１０月３０日（金）の１６：００～です。

★ワゴン車の山旅冊子の訂正があります。
①6ページ目　生瀬富士は１１月１０日（火）が正しいです。
②7ページ目　京都の旅の案内文が違うので、先月号の正しい文章を参照してください。

今後の EVENT

◇リーダー山行

山行報告

＊９．１２　　沢登り（東黒沢）
＊９．２２－２３　　岩登り（大同心南稜）
＊９．２５　　岩登りトレーニング（阿寺）

山行計画

＊１０．２－３　　岩登りトレーニング（小川山）
＊１０．１０－１２　　岩登りトレーニング（小川山）
＊１０．１７－１８　　沢登り（奥秩父・東沢）
＊１０．２４　　岩登りトレーニング（阿寺）
＊１０．２５　　岩登りトレーニング（兜岩）

◇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
１０月３日 １０月１０～１１日 １０月１６～１７日 １１月１～２日	

◇スポーツ教室

スポーツ吹矢	クライミング	健康ヨガ
１０月２日（金） １０月９日（金） １０月１６日（金） １０月２３日（金） １０月３０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。	１０月９日（金） １０月１６日（金） １０月２３日（金）

REPORT

8 月 25(火)～27 日(木) 燕岳・常念岳・蝶ヶ岳

★燕岳では、青空の下でイルカ　メガネ岩　コマクサに会うことができました。燕山荘から大天井岳までは、360度のパノラマ、槍ヶ岳　穂高岳　富士山に南アルプス　八ヶ岳がずっと眺められるなか稜線を歩けました。

常念小屋の夜、雨、風、雷、明日どうなるのか…。最終日　やはり雨です。蝶ヶ岳は中止することになり常念岳を目指します。小雨の中常念岳山頂で万歳することができました。

下山は、雨が打ち付け雷が鳴る中、岩場の急坂を靴の中までぐちゃぐちゃになりながらでした。が雷鳥が登山道をお尻を振りならか歩く姿を見ることができました。

参加者の皆さん、スタッフの皆さんのおかげで楽しい山旅でした。

下山後の温泉は冷えた身体に効きました。

★燕岳、大天井岳、常念岳の旅。一日目燕山荘まで気持ち良い風を浴びながら実に爽快。宿に着き荷物を置いて燕岳へ。イルカ岩、メガネ岩。奇岩がいっぱいでした。下山後宿の前で夕食前の一杯。カンパーイ。

二日目大天井岳を経て常念小屋へ。そこでも夕食前の一杯。カンパーイ!!ウマイ。　夕方から雲行きが怪しくなって、宿から見える常念もガスで見え、隠れしてる。夜中ももものすごい雨、風、雷。これで明日登れるのかな？と心配だった。　三日目の朝、小雨のなか常念を目指す。頂上は見えているのに中々着かない。分岐に荷物を置き頂上へ。恒例のばんざーいをしてデポ地点まで下山。ずっと雨が降っていて、樹林の中に入っても雨避けにならず、ずぶ濡れ。歩きに、歩いてやっと駐車場。お疲れ様でした。皆さん、上野さん、マリさん、はるかさん、ありがとうございました。

PS　今回の山で槍ケ岳がずっと雄姿を見せてくれました。三日目の下山の途中2～3回雷鳥が見られました。

8 月 29 日(土) 海沢探勝路から大岳山

富士山の麓に広がる青木ヶ原樹海の中に、こんもりと佇む大室山に登ってきました。富士山の側火山である大室山は、お椀を伏せたような愛らしい形をした、穏やかな雰囲気の山です。
山には見事なブナ林が広がっており、あいにくこの日は展望には恵まれませんでしたが、大きく立派なブナの木々を眺めながら、緩やかに続く山道をゆっくりと楽しむことができました。
静かな樹海の中で、木々に囲まれて歩く時間はとても心地よく、展望とはまた違った山の魅力を感じられる一日となりました。

上野はるか

9 月 1 日(火) 富士山麓・大室山

探検部時代に沢登りをした海沢探勝路を使い、大岳山を目指すバリエーションルートを企画しましたが、あいにくの雨。濡れて滑りやすくなった沢沿いの道を進むのは厳しいと判断し、今回は御岳山ロープウェイを利用して大岳山を目指しました。

ロープウェイを利用するとはいえ、大岳山までの往復は思った以上に歩きごたえがあり、参加者の皆さんも下山する頃には、なかなか登りごたえがあったという表情でした。次回はぜひ、暑い真

夏に海沢探勝路から大岳山を目指す、本来のバリエーションルートにも挑戦してみたいと思います。

上野はるか

9 月 5（土）～6 日（日）飯綱山と高妻山

★9/6 高妻山の予定が天候悪化の予報で 9/5 に高妻山に登った。往復 10 時間の長旅だった。次の日は皆疲れていたので、戸隠神社巡りをした。その後早々と温泉に入り名物の美味しいお蕎麦をランチに頂き、道の駅に寄り帰路に着いた。今回の夕飯は上野さんの手作りのキムチうどんと、具沢山のスープをおいしく頂きました。同行の皆さん楽しい山旅でした。上野さん、真さん、皆さん楽しい時間をありがとうございました。

★高妻山は想像していた以上に大変な山でした。信仰の山と呼ばれるように、登山道には一不動、五地蔵、八観音、阿弥陀如来と石仏を一つずつ目印に進みましたが、なかなか山頂に近づかず体力も気力も試されました。今回の登山で 1 番印象に残ったのは山頂についたときの達成感です。下山後はログハウスでゆっくり過ごし、翌日は戸隠神社を参拝しました。樹齢何百年もの杉並木を歩くと登山の疲れも癒されるようでした。高妻山は決して楽な山ではありませんでしたが、皆さんと支え合い、登りきることができました。本当にありがとうございました。

★たくさんのワクワクドキドキの二日間でした。行程変更の為、集合時間が３時!!おかげで高妻山登山口では久しぶりの青空の下出発。何度も沢を渡り(ベテラン組は飛び越える)りんどうの花に案内されながら急な上り下りもクサリ場もいろんなきのこを見つけながら山頂！！ヤッターバンザーイ！約 10 時間雨に降られず、頑張れたのは上野さん、真さん、ご一緒したメンバーの皆さんのおかげです。ありがとうございました。

楽しみにしていた山荘は木の香りがする本当に素敵な山荘でした。鶏鍋とキムチうどん鍋でビールで乾杯!ちょっぴり日本酒もいただて。。。二日目は戸隠神社、鏡池、温泉、戸隠蕎麦もいただきました。感謝。

★朝早くの集合は大変でしたが、初日に高妻山に登れて良かったです。
登山口から頂上まで 6 時間、なかなかの山⛰でした！戸隠牧場にやっとこさ降りられたときは、広がっていた草原と山並み、晴れた空が綺麗でホッとしました。

また都立大山荘も素敵で、美味しい上野さんの手料理をいただきながら、ほっこりした時間を過ごせました。

翌日の飯綱山の代わりの小雨の戸隠散策も、まったりとして素敵でした。お蕎麦屋さんの女将さんのお勧めナスのおやきを頬張りながら、しみじみと高妻山と戸隠の旅を思いだし、上野さんと真さんに感謝しています。お世話になりましたぁ😊

9 月 10 日(木) 磐梯山（ら）

朝からの雨模様でとても肌寒く、お天気の回復を折りながら鴻巣 5:15、会津磐梯に向けて出発です。４時間程で八方台登山口に到着。登り始めは、緩やかな、樹林帯の歩きやすい道が続きました。

途中にある硫黄の香りが漂う中ノ湯温泉跡地からは、火山の名残りを感じました。これからが本格的な登りになります。

階段状の道が増えて良く整備されていて危険な箇所は少なかったです。山頂手前には、弘法清水小屋があり、時折晴れ間がのぞき、冷たい湧水を飲むことができ、真赤な実を付けたナナカマドの木々が秋の訪れを少し感じました。裏磐梯エリア、桧原湖など見度す事が出来ホッと一息付きしました。レインウエアーを一度も着る事なく、山頂で昼食を頂ました。裏磐梯の荒々しい火山の痕跡を見渡す事が出来、苦労して登った甲斐がありました。参加出来て本当に良かったです。
上野さん、初めてのスタッフとして参加された市川さん長時間の運転お疲れ様でした。有難うございました。

M.S

9 月 13 日（日）市民ハイク　北八ヶ岳・縞枯山

★霧の中の山登りでしたが、いろいろな苔やキノコも見れてよかったです。お昼のクラムチャウダーもとても美味しかったです。ありがとうございました。

★森林の中で苔や沢を見られてリフレッシュできました。ありがとうございました。

★標高差と歩行時間で今回のハイキングに参加しました。ところが予想外の岩登りで体力の限界を感じました。日ごろ平均 7,000 歩、約 5 キロ以上で体力維持しています。今回、気候が良くなく展望台から見られなくて残念でした。昼のスープが美味しかったです。ありがとうございました。

★なんとか天気が持って、茶臼山と縞枯山に皆さんと一緒に登頂できてよかったです。スープとても美味しかったです。上野さん、はるかさん、大変お世話になりました。
★大汗をかきながらの急登、今回は疲れました。寝不足を反省しています。雨予報ばかりだったのに大雨にも遭わず歩けたことはラッキーでした。下山してまもなく車が到着。藤田さんナイス。お世話になりました。

★大変お世話になりました。何度か転んでしまいましたが怪我にはつながりませんでした。皆さんの足の運びが早くて、追いつこうと焦って転んだときもありました。こけました。樹林帯を下山したのは、今となってはいい思い出です。ありがとうございました。ヤッホーの湯、心地よかったです。

★朝から曇りで、途中青空も見えたりで想像以上に良かったです。足場が濡れていて滑りそうで、何人か転んでいたので気をつけて登りました。下山途中の鳥兜がきれいで感動しました。

★初めて参加させてもらいました。歩行時間、強度はちょうどよかったです。クラムチャウダー、とても美味しかったです。年齢からそろそろ運転が危なくなってきたので、バスで連れて行ってもらえるのはありがたいです。

★今日の山の前に会津万代山、荒平山、高妻山と登ってきたので、急登だったけど割と楽に登れました。スープは私にはちょっと苦手だったのですが、全部食べました。天気はイマイチでしたが、雨にも降られず下山できたのは嬉しいです。

9 月 24 日(木) 筑波山（ら）

このたび入会いたしました猪野修平（イノシュウヘイ）です。２４日筑波山は大変ありがとうございました。楽しく、かつ勉強になりました。これまで無雪期のハイキングを中心に山歩きを楽しんできましたが、76 歳になるのを機にさらに活動の幅を広げたいと考え、入会を希望いたしました。特に貴会の“山に親しむ”という広がりや“高齢者にも可能性を”という考えに惹かれています。貴会の皆様方から知識や経験を吸収していきたいと思っております。

まず安全な登山の基礎から身に着けることが目標です。実は、この歳になって初めて本格的？「転倒」を経験してしまいました。体力作りや山の歩き方から習得に励んでまいります。早く会に馴染みたいと思います。

何卒ご指導・ご鞭撻のほどよろしくお願い申しあげます。

猪野修平

山旅　TOPICS

１．日本一過酷なレース「トランスジャパンアルプスレース」が８月９日から１６日まで開催された。富山県魚津の日本海をスタートし、日本アルプスを縦断して、静岡県大浜海岸の太平洋に至る総距離約４１５㎞、累積標高差２７０００m の道のりを３０人の選手が駆け抜けた。制限時間８日以内に、大会史上最多となる２８人が大浜海岸にたどり着いた。初優勝を飾ったのは５日１２時間５９分でゴールした石尾和貴さん。

２．北アルプス・白馬岳から東方面に延びる谷・白馬沢雪渓が、国内で１０番目となる氷河であることが確認された。氷河とは「陸上で重力によって常に流動している多年性の氷雪の集合体」と定義されおり、夏も融けきらずに越年する「多年性雪渓」との違いは顕著な流動現象があること。

３．登山アプリで国内最大手のヤマップは、アプリ内でクマの目撃情報をリアルタイムに近い形で共有し、登山者に注意を促す新機能「クマ目撃アラート」をリリースした。

４．「ユーシンブルー」で知られる丹沢のユーシン渓谷に至る玄倉林道について、神奈川県は、落石や崩落が相次いでいるため歩行者を含め通行止めとした。また、林道の先にあり、現在休業している「ユーシンロッジ」を老朽化のため閉鎖し、解体撤去することを決めた。

５．長野県安曇野市は７月２１日から、北アルプスの燕岳、常念岳、蝶ケ岳方面の登山口である三股、一の沢、中房に、登山者向けの多言語音声ガイドを導入した。シーズンを問わず一年を通じて視聴できる。対応するのは日本語、英語、韓国語、中国語。

（『岳人』『山と渓谷』を参考にしています）

アイルランド留学日記

上野　万里

２０２６年５月３０日、初夏の日本を離れ、アイルランドへ一人旅立った。目的は５週間の語学留学。６５歳になったばかりの私にとって、ちょっとした冒険だった。

３年ほど前から、皇居東御苑や上野公園で外国人観光客を案内するボランティアガイドをしている。しかし、案内そのものは何とかできても、スモールトークが苦手。相手の英語が聞き取れず、言葉のキャッチボールがうまくできない。先輩ガイドたちが楽しそうに外国人と会話する姿を見て、私ももっと話せるようになりたいと思い、思い切って留学することにした。

なぜアイルランド？　イギリス以外のヨーロッパの英語圏で、自然が豊か、安全そう――そんな単純な理由だった。

ドーハ経由で丸一日かけてダブリンに到着。学生寮で出会ったのは、出発前のオンラインミーティングで顔を合わせていたスペイン人のマルガだった。

翌日からシニアクラスが始まった。２０人ほどの仲間は５０代、６０代が中心で、スペイン、フランス、イタリア、ドイツ、オランダ、ポーランド、チェコ、メキシコ、アルゼンチンなど、出身国は実にさまざま。日本人は私一人だった。

授業は１日３コマ。文法や発音の授業もあったが、「せっかくアイルランドまで来たのだから、もっと話す練習をしたい」と学校と交渉し、スピーキング＆リスニング中心に変更してもらった。

授業の合間には博物館や大聖堂などを巡り、週末には遠出もした。北アイルランドやモハーの断崖を訪ね、アイルランドの雄大な自然も楽しんだ。



なかでも忘れられないのが、グレンダーロッホ国立公園での山歩きだ。４時間ほど、若者たちに混じって歩いた。湖と山々が織りなす景色は素晴らしく、チェコ人のペトラと話をしながら歩いた。

ペトラは５０代で、金融関係の仕事をしている。仕事で英語が必要なので休暇を取って留学していた。ボーイフレンドが山好きで、彼女も時々山へ行くという。私たち家族が 10 年前にチェコ旅行をした際、夫とはるか、萌と、はるかの友人のチェコ人（ＮＰＯ熊野古道ツアーにも来たことがあるマルティン）が以前登ったポーランド最高峰 Mt. Rysy の写真を見せると話が弾んだ。

帰国後、ペトラからオーストリアアルプスの写真が送られてきた。私も８月に登った五竜岳・鹿島槍ヶ岳の写真を送り返した。ヨーロッパアルプスと日本のアルプスが、驚くほどよく似ていることに

気づいた。国は違っても、山を好きになる気持ちは同じなのかもしれない。
　そして、最も親しくなったのがマルガだ。
　彼女はスペインで長年医師として働き、キューバ、メキシコ、中国などにも滞在した経験を持つ。世界中を旅してきた６９歳だが、現在もアフリカからの難民を救済する医療ボランティアとして活動している。１９歳のときにはフランコ独裁政権に反対して捕まったこともあるという。
　そんな彼女でも英語には苦労している。「英語力不足でボランティア活動に応募して落ちたこともある」と聞き、私は少し安心した。世界中を飛び回ってきた彼女でも勉強するのだから、私が苦労するのも当然だ。
　シニアクラスの仲間たちは２週間、３週間と、それぞれの予定を終えて帰国していった。最後には私と、１６週間滞在するマルガの二人だけになった。
　帰国２日前、感謝の気持ちを込めて、寮のキッチンでマルガを夕食に招いた。和風キノコスパゲティとポテトサラダという簡単な料理だ。授業で出会った若い日本人の美沙とその友人も加わり、楽しい夕食になるはずだった。
　ところが、ここで私の大失敗。その日の午後、スマホの通信容量を使い切ってしまい、二人からの連絡が届かなくなった。二人はロビーで１時間以上も待つことになってしまったのだ。
　原因が分からず困っていると、若い美沙が「ギガが切れているのでは？」と即座に見抜いた。テザリングでつないでもらい、その場でギガを購入して解決。若者のこうしたトラブルへの対応力は本当にすばらしい。すっかり感心してしまった。
　そして５週間が過ぎ、帰国の日を迎えた。
　英語のスキルがどれほど伸びたかというと、正直かなり怪しい。それでも、さまざまな国の同年代の人々と出会い、交流できたことは本当に貴重な経験だった。みんな英語に苦労している。母語は違っても、「英語ができないから勉強に来ている」という点では同じだった。
　学校というシステムには限界もある。でも、学校という「枠」があったからこそ、世界各地から来た人たちと出会い、友達になることができた。それは大きな収穫だった。
　アイルランドの街の人々も、とてもフレンドリーで親切だった。道を教えてくれる人、通学途中にいつも挨拶を交わすおじいさん。そんな何気ない人との触れ合いも心に残っている。
　６５歳での５週間の一人語学留学。行く前は少し勇気が必要だったが、行ってみれば、たくさんの人との出会いが待っていた。
　今回アイルランドに行けて、本当によかった。
　そして英語のスキルアップには、やはり今続けているボランティアガイドが一番の実践の場だと思う。これからも外国人観光客との「言葉のキャッチボール」を楽しみながら、続けていきたい。

11月の市民ハイキング

３６０度大パノラマの
秀麗富嶽十二景 高川山(976m)

高川山は大月市と都留市との境に位置し、独立峰に近い山容を見せてそびえています。標高１０００mにも満たない低山ながら山頂からの大パノラマが有名で、御坂、道志、奥秩父、南アルプスの展望が素晴らしく、富士山の絶好の展望台として「秀麗富嶽十二景」の一座にもなっています。今回は中央線の初狩駅側から登り、富士急行線の田之倉駅方面へ下る高川山横断コースを歩きましょう。下山の途中に立ち寄る尾県郷土資料館は、洋風建築の旧尾県学校を見学できる興味深いスポットです。紅葉真っ盛りの展望ハイキング、ぜひご参加ください。

■日　時　**2026年11月23日（月）**

■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　１００００円
(保険料・入浴代を含む)
■歩行時間　４時間
■標高差　５００m
■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
鴻巣－北本－桶川北本ＩＣ－圏央道・中央道－高川山登山口－男坂・女坂分岐－高川山－むすび山分岐－田之倉側登山口－尾県郷土資料館－温泉入浴－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





8 月 25～27 日　燕岳・常念岳・蝶ヶ岳



8 月 29 日　海沢探勝路から大岳山



9 月 1 日　富士山麓・大室山（ら）



9 月 5～6 日　高妻山



9 月 10 日(木) 磐梯山（ら）



9 月 13 日(日) 市民ハイク　北八ヶ岳・縞枯山



9 月 24 日(木) 筑波山（ら）