



第57回定期総会

2023年4月18日（火）に大町労働会館で実施されました。

総会の詳細は議案書を参照ください。

（報告：会長 谷口伸二）

4月18日、大町勤労者山の会 第57回定期総会は会員14名の参加で行われました。

総会では、年々高齢化が進んでいること、例会参加人数が平均6名と少なく、参加者も固定されていることなどにより、会としての活動が停滞していることについて討議しました。

山行関係では、計画の出るのが遅く、個人山行が多くなっているため、会山行も増やすため、①事前に例会で行きたい山の検討を行い、②会山行の山域・山名、リーダーを決める。③会山行の交通費には1万円を上限として補助を行う等の改善を行い例会や山行に多くの会員が集うようにする。大町単独の山行の他に県連の行事への参加や他の山岳会との交流山行も追求する。

機関紙・ホームページについては、停滞した1年となりましたが、大町労山の活動を広く知らせ新しい会員を増やすにも有効な手段なので改善する。などが決められました。

これまで懸案となっていた会独自に積み立ててあった遭対基金については、積み立てた期間の会員に分配し返還する方向で決定しました。

2023年度の体制は、副会長に尾形さん、機関紙部長に五十畑さん、遭対部長に鈴木さん、会計監査に鶴川さんが新たに務めることとなりました。

引き続き全員参加で「安く・楽しく・安全な登山」を続けましょう。

2023年度役員専門部体制

会長	谷口伸二	山行管理部兼遭対留守本部	鈴木均
副会長	尾形昌昭		尾形昌昭
機関紙部	五十畑茂		谷口伸二
HP担当	鈴木均	労山基金	谷口伸二
財政部	古畑文子	会計監査	鶴川栄
教育部	五十畑茂		北澤康子
	勝野秀次郎	県連副会長	谷口伸二
	鈴木均	県連理事	鈴木均

大町山の会 予 定 表

5月	14 (日)	鍬ヶ峰	募集中
	16 (火)	定例会(19:00～)	大町労働会館
	27 (土)	救急法講習会 (県連盟)	佐久創造館
	20 (土)～21 (日)	高瀬川上流湯俣 (県連自然保護)	募集中
	30 (火)	定例会(19:00～)	大町労働会館
6月		クリーンハイク (北信長野周辺)	
		コンパニオンレスキュー	
7月	9日 (日)	三役担当会議	
		沢登り講習会	
8月			

山行報告

西丹沢山域（大室山、畔ヶ丸山）

2023. 5. 2-5. 4

EIEI

コースタイム

5/2 松川自宅 18:05 → 登山口 P21:05 → 5/3 登山口 P 発 5:36 → 加入道山避難小屋（荷物デポ） 8:12 → 発 8:20 → 大室山 9:38 → 発 9:45 → 加入道山避難小屋 11:05 → 発 11:20 → 畦ヶ丸避難小屋 14:55（泊）

5/4 避難小屋発 5:00 → モノクボ沢の頭 5:24（朝食） 発 6:10 → 分岐 8:12 → 発 8:35 → 登山口 10:22

私たち夫婦にとって丹沢は若い頃に登った心の山という思いが強い。数年前から丹沢を歩くようになって今回は檜洞丸を目指したが連休で混むと予想して断念し、比較的空いている西丹沢山域に変更する。

山梨県道志村の登山口駐車場はガラガラであった。登山道は整備されているが、崩壊して滑ったら終わりという箇所もあったが稜線まで短時間で登れる。

加入道避難小屋に荷物をデポし、計画を変更して大室山へ先に登る。富士山が見えて圧巻の展望コースであったが階段地獄を味わう。大室山山頂は展望なし。少し下った所にベンチがあり眺望を楽しむことができる。まだ、ミネサクラが咲いていた。

加入道避難小屋に11時過ぎに着いたが、時間も早いので畦ヶ丸避難小屋を目指す。YouTubeではラクチンコースに移っていたがアップダウンが多かった。背中の荷物が重く感じる。ビールを沢山と水のせいか？丹沢は水がありません自力で持参です>>が所々にシロヤシオやミツバツツジが咲いていてきれい！！癒される。避難小屋は12名程の人数だった。トイレもあり快適？（夜遅くまでしゃべっているグループがいた）早朝に出発し途中で朝食を食べる。分岐から畦ヶ丸間は長い尾根歩きとなるが道標がしっかりしていて後何キロと励みになる。2日間好天に恵まれてアルプスとは違った趣の山を味わえた。

ヒヤリハット 2箇所ほど崩壊した場所があったが注意して歩いた。





立山周辺春の山スキー

2023. 4. 22~4. 23

横田

(4/22) 晴 5:30 出発→6:30 扇沢 7:30 発→9:00 着室堂→10:10 雷鳥荘 10:30 発→12:15 剣御前小屋
→13:00 剣御前山滑走→14:00 剣御前小屋滑走→15:30 雷鳥荘

(4/23) 晴 8:00 発→10:00 一の越滑走→登り返し→11:00 一の越 11:45 発→12:30 東一ノ越→
13:00 タンボ平→14:30 扇沢

毎年恒例の立山に行ってきた。1週間前より天気予報を気にしてアルペンルート開通直後を避けて去年と同じ時期だが、今年は晴れを狙ってタンボ平(黒部平)まで滑ることができた。

4/22(初日)、休日だからか扇沢は混雑しており、駐車場も混んでおり、柏原新道の爺ヶ岳の方の駐車場しか空いてなかった。そこも満杯で空いてる所に止めることができた。コロナが下火になっているので、2019年の外国人観光客も朝早くから来ており、ごった返していた。今年はみくりが池温泉の予約が取れなかったなので、雷鳥荘にした。室堂山荘もいっばいで無理だった。

雷鳥沢をメインに 22日は滑走予定なので、室堂には戻らないので先に雪の大谷を見ておいた。今年の最高は17mで去年は19mと、雪が少ないというのは全国的である。

今年は物価高ほぼすべて適用されて、交通費、宿泊費が高くなっている。交通費は9800円が12300円と2500円も高くなっており、びっくりした。

2010年に立山の雷鳥沢キャンプ場にテントを構え、5日位スキーのキャンプをした時は、雷鳥沢とキャンプ場にTバーリフトがあり、天気の悪い日は雷鳥荘でのんびり過ごした記憶がある。今は利用客が少ないのか、Tバーはないが、雷鳥沢を滑って宿に戻る時、30分の登りが地味にしんどい。雷鳥沢の登りは調子のいい時は1時間程度で剣御前小屋に行くのだが、今回は1:45もかかった。剣御前山から刃沢へ滑走して登り返すともう14時だったので、別山沢を滑りたかったが止めておく。22日は快晴でとても天気がよく、どこでも眺望ができて良かった。

4/23 今日でも天気が良いが、気温が低く標高2500mの朝は-6℃であり、雪はカチンコチンです。天気予報どおりで23日からは気温が低くなるということは前からわかっていたが、昨日とのギャップ

が激しく、一の越まで来ると風も強くて滑る斜面はガリガリ。浄土山途中から滑るもまだ固く楽しくない。一ノ越に登り返し、弁当を食べて雪が緩むのを待つ事 45 分。今年も龍王岳からの滑走はできなかった。昨日も社務所裏からの滑走はなかったので、ドキドキするような斜面を滑る機会には会わなかった。東一ノ越からロープウェイ下は雪も緩んでおり楽しく滑走できた。

・ヒヤリハット : 今年、アルミのアイゼンを購入した。しかしスキー靴との相性が悪く、すぐ外れる



剣岳と後ろ立山



夕陽 大日岳方面(雷鳥荘から)



立山 山崎カール



滑りたかった龍王岳（右）

ネパール・ムスタン王国、ローマンタン

2023年3月10日～3月22日

EIEI

成田空港→カトマンズ→ポカラ→ジョムソン→ローマンタン（トレッキング）→帰路車→カトマンズ。

山行報告（感想など）

コロナ禍で3年待ってのトレッキングだった。ローマンタンはかつてはムスタン王国の首都で標高3760mの城郭都市です。交易の道も今はジープが通る道へと変化しており、トレッキングも車道を歩くことになる。

3月という時期もあり緑のない荒涼とした風景の中を歩く。途中の村の宿に泊まりローマンタンまで5日間かけて歩いた。ローマンタンは城郭都市で周囲は赤い城壁で囲まれており、入るには王門をくぐる。城壁の中は迷路のように入り組んでいる。私は3月17日が誕生日で、トレッキング会社の計らいで大きなパイケーキで誕生日のお祝いをしてもらった。チベット系の民族が暮らしており、散歩をしながらそんなのどかな暮らしを見てきた。観光としてゴンパ（仏教寺院）や洞窟の中で暮らした跡などを見た。

あちらこちらにマニ車があり、皆で回したことが懐かしい。帰りは苦勞して歩いてきた車道をジープで8時間掛けてジョムソンまで帰る。空港から見たニルギリ（7061m）の雄姿が忘れられない。

ポカラまで空路で帰る。ダウラギリ（8167m）、アンナプルナ（8091m）の山々を眺めることができた。ポカラからカトマンズまではタウンエースで帰るが、道路状況が悪く市内の渋滞に巻き込まれて200kmの距離を10時間も掛かってしまった。道路改良中で砂埃が半端なく舞っており、そんな中で人々は暮らしている。日本では考えられないことだ。カトマンズでどうしてもラリーグラスの花が見たいと要望して、国内唯一の植物園に行った。咲いているのが見られて感動！！日本の植物園を想像してはいけません。ちなみに動物園も1か所だけだそうです。今回は観光もショッピングの時間も殆どなかったし、ローマンタンという余りトレッカーや観光で訪れる人が少ない地域を訪れたが、景色や風景がどうかという点では心残りがある。もっと違う地域がよかったかなと。時期も3月では色が無い！！5月くらいだと写真では華やかな景色がある。メンバーの都合もありこの

時期になってしまったのは仕方ない。日本を飛び出して別の世界を見てきたことに意義があると思う。またどこかへ・・・



ネパール・トレッキング（マチャプチャレ・マルディ・ヒマール）

2023年4月12日～4月28日 （五十畑 茂）

参加者：（町田グラウス）五十畑 茂、堤 洋子、角田 房子、（大町山の会）尾形 昌昭

2018年にグレートヒマラヤントレイルの一部のアンブラッチャ峠(5,800m)まで登り、体調不良で下山しましたが、その後現地のシェルパと情報交換しながら次の計画を話していたらコロナの影響でほとんど渡航が難しくなって毎年延期になり、今年5年ぶりにネパールに行くことができるようになりました。ネパールへの直行便がネパール航空によって週2便飛行することになったのもいい機会になりました。

【4月12日】 前日に長野から成田のホテルに泊まって10:30に成田空港を出発、中国大陸をほぼまっすぐにヒマラヤ山脈を越えて首都カトマンズのトリブバン国際空港にやや遅れて到着。昔と比べるとずいぶんきれいになったなあという印象。迎いのラクパと久しぶりに会って懐かしかった。

【4月14日】 8:30からポカラへ行く飛行機に乗るため空港に行って待機するも現地の視界不良でなかなか出発しない。結局飛行がキャンセルになり、急遽車の手配をすることに。これからが大変、オフロード車をなんとか確保して後席に4人を詰め込んでやっと出発したが、途中の道は工事中の中断状態で未舗装の凸凹道でひどい埃で窓も開けられない、延々6時間ほどかかって夜8時ころにポカラ市についたが角田さんはひどい車酔いでグロッキー。

【4月16日～4月19日】

ポカラ…オーストリアン・キャンプ(2,060m)…フォレスト・キャンプ(2,600m)…バーダル・ダンダ(3,289m)…ハイ・キャンプ(3,600m)

ポカラから1.5時間ほど車で行きよいよトレッキングの始まり、まだ標高が低いのですこし暑いがホコリがないだけ気持ちいい道をゆっくり周辺の村の風景を眺めながら歩く。この辺にイチジクの木があって木に直接イチジクの実がなっていて珍しい。1日目は軽い登りでオーストリアン・キャンプのロッジに泊まる。

今の時期は朝は良い天候だが昼過ぎになると春霞のように曇ってきて山を見ることができなくなる。途中山道では小さな桜草や苺の花が咲いているがシャクナゲの花は散り始めている。それでも標高が高くなると3,200mあたりからシャクナゲの花が満開で日本とは違う大木で真紅からピンクと多くの種類がある。



ビューポイントでアンナプルナ・サウス



堤さんも翌日アタック



バーバルダンダのシャクナゲ



マチャブチャレの夜明け



マチャブチャレ(6,997m)



アンナプルナ・サウス(7,219m)



ビュー・ポイント(4,450m)



ハイ・キャンプ(3,600m)

【4月20日～4月21日】ハイ・キャンプ(3,600m)…ビューポイント(4,450m)

さすがに標高が高くなると気温が下がってロッジでも寝袋に布団をかぶって寝る。ここまで登るとアンナプルナ・サウス(7,219m)が目の前にドーンと壁のようにそびえていて大迫力！！

今年は数日前に積雪がありトレッカーは展望台(4,450m)までのルートが整備されていてその先マルディ・ヒマールは一般者には閉鎖されている。今日は堤さんが風邪で体調不良のため休養で3人で登る。3時半に起きて4時に出発。道は所々雪があるが石段と手摺があって歩きやすいが高度の影響で呼吸が苦しい。丹沢の大倉尾根の何倍もの階段を約2.5時間かけてやっとビューポイントに到着、朝日が登り暖かくなってきた。テントの中で暖かいマサラティーが美味しく落ち着く。

マチャプチャレ(6,997m)が正面にそびえてなんとも神々しい。聖なる山のため頂上の登頂は禁止されている。

翌日21日には朝から雪模様だったが、堤さんも回復して尾形さんとビューポイントまで登る。尾形さんは昨日、今日と2回登って絶好調だったのに下山で風邪を引いて体調不良になってしまう。

【4月22日～4月24日】ハイ・キャンプ…レスト・キャンプ…ドッド・カルカ…ポカラ

21日は朝から雷と雪で下山は吹雪になったので急いで下山する。それでも標高が下がってくれば気温も上がり空気も暖かくなって、日程も余裕あるのでゆっくり下る。やがて車の通る街道まで来ると車でポカラのホテルに到着して今回のトレッキングは終了となる。4人とも途中1回体調不良になったが雪のビューポイント(4,450m)まで登ることができ、また満開のシャクナゲの花も堪能できました。

【4月25日～4月28日】ポカラからカトマンズに戻り、3日間は世界遺産のラタンやダルバート広場など見学し、タメルの市街を散策、山用具、紅茶、コーヒーカレンダーなど購入。まあ女性の値引き交渉には現地もだじたじに。

28日22:30の出国時にちょっとトラブルが発生。ネパール観光VISAを15日間で申請していたのが出国時に2Dayオーバーステイを指摘されてペナルティーとして\$50とられてしまいました。ガイドは1日3ドル払えば問題ないと言っていたのですが、そうは甘くなかった。



小日向山

2023.5.2（火）しんじ

（参加者）伸二、秀さん、白馬の山人、文ちゃん、いくばば、渡、訓子、貢博、尾形

コースタイム

猿倉駐車場 7:30→8:40 猿倉台地 8:40→10:45 小日向山頂 11:00→11:40 猿倉台地(昼食) 12:20→13:30 猿倉駐車場

山行報告（感想など）

「すずむし荘駐車場」を6:00に出発。心配した雨は降らなかったが風は冷たい。白馬方面に向かうと山に雲がかかり冷え込んでいる様子。猿倉駐車場に7:10着、大型連休を取る人で混雑しているかと心配したが駐車場にはまだかなりの余裕があった。準備をして出発。例年より雪が少なく、鍾温泉への道標箇所にも雪は無い。台地までの登りも雪が少なく倒れている枝を避けながら夏道と残雪部分の歩行となる。ようやく台地の緩斜面になると積雪はあるが雪崩によるデブリと倒れた灌木でやや歩きにくい。山にかかっていた雲はいつの間にか無くなり青空に白馬と杓子、小蓮華が綺麗に見える。小日向の科尔への登り～山頂への登りは例年と変わらない状況。アイゼンを付けてゆっくり登り予定よりやや早く着く。

少し休んで記念写真を撮り下山する。楽しみは途中でデポしてきたジンギスカンの焼肉昼食です。尾形さんはスキーで下山なので「早く行って焼いてね」と見送り急いでデポ個所に行くと尾形さんは何の準備もしていない。足元には破れた袋と野菜が散らかっている。ヤラレタ！鳥か獣か何者かに「むさしやのジンギス4袋を食べられ、準備した野菜も食い散らかされて 焼肉材料2,700円の損害 他に鈴木さんもノンアルコールビール1缶+つまみも被害にあった。今山行の一番の楽しみが一瞬で終わりました。

帰りの温泉は大町の「上原の湯」が休みだったので大町ダム下の「こまどめの湯」に入りました。500円で葛温泉からのかけ流しの温泉。良い感じのお風呂でした。上原の湯の倍値だがここも良いかも。

ヒヤリハットや危険箇所

特になし。食材のデポには要注意。



八ヶ岳・天狗岳

2023. 4. 5 いくばば

(参加者) いくばば、秀さん、宮原、白馬の山人、根橋、菅沢

宮原宅(5:30) ~ (6:00)田淵行男記念館 ~ (7:25)唐沢鉱泉 ~ 9:30着 9:45発 9:50
(9:30)黒百合ヒュッテ ~ (9:50)中山峠 ~ (10:50)東天狗岳(11:50)
東天狗岳 ~ (12:15)天狗の奥庭 ~ (12:25)黒百合ヒュッテ(13:00)
~ (14:25)唐沢鉱泉 ~ 尖石温泉・(縄文の湯)(600円) ~ 帰路

(感想) 天気に恵まれ気持ちの良い山行でした。黒百合ヒュッテにて東天狗岳へ向かうグループとビーフシチューを楽しむグループに分かれました。Sさんは単独で来られましたが、黒百合にて合流し一緒に下山しました。

東天狗頂上は我々のみ。風も穏やかでゆっくり昼食が取れました。下山路は天狗の奥庭を通りましたが、岩場に雪は無く、軽アイゼンの歩行に苦慮しました。

ビーフシチューは美味しかったそうです。食べられなかった私は次回に楽しみを回します。登りは登山道の凍結で注意が必要でしたが、下山時は溶けてきていて歩行が楽でした。(いくばば)

ヒヤリはっと

この時期は所により道全体が固く凍っているので軽アイゼン等の携帯、注意が必要です。

岩稜帯は雪が無くアイゼン歩行に気を使いました。

屋間山山スキー

2023.4.9

横田

5:20 焼山温泉着→5:40 出発→7:30 アケビ平→9:10 屋間谷右岸 1600m 台地、風がきつく稜線は中止→
9:30 滑走→10:30 駐車場

4月8日が雨雪だったので、9日に山行を変更した。温泉からは雪だったみたいでうっすら積雪がある

20年前は焼山温泉スキー場となっていてリフトの支柱が残っている。ほ場整備された田んぼの道を歩くと林道の入口(砂防工事用道路)があり、そこから積雪がある。シーンを張り、砂防道路を歩くこと1時間、ここから焼山川から屋間谷に変わる。この左岸側に取りくのだが、トレースもなく急斜面で昨日の積雪もあり、雪崩れると逃げれないので、今回はトレースの跡をそのままなぞった。標高1200m位から風が強くなり、天気はいいのだが、北斜面で影が多く寒い。

下着のフードと中間着のフードを頭に被ったくらいがちょうど防寒対策としてよかった。1600m台地に着くと4人PTが稜線に向かって取り掛かっていた。風が強く、また北斜面でカチカチなので稜線まで行くこともなく、適当な所から滑走した。頂上直下からの滑走も針ノ木と似ていてほんの100m程度で終了で、斜度

も 55 度程度ありなかなか手強そうだと感じた。昨日の土曜日は雨のため、寝て過ごした。今日は車のオイル交換と冬服(ゴア)の洗濯等昨日しておけば済むことをしようと思い、早く帰ろうと帰路につく。



治山谷止工



工専用仮橋とまだ新しい布団かご



1600m の台地から昼闇山



田んぼから昼闇山

・ヒヤリハット :特になし、焼山地帯の頸城山系は標高の低いところから攻めるべきだと思った。昼闇山→高松山→焼山と、下部は雪がなく歩きになるため。