

# 雪洞

糸魚川勤労者山岳会

会長 青木 満 磨

TEL 025-552-9901



(2071)No.21 発行 2019年5月31日



## 山行記

★山域・山名＝浦本・高ノ峰 577m

★山行日＝2019年5月19日（日）

★天候＝晴れ

★山行者＝松尾、池亀（報告）、他

▼糸魚川市広報の“お知らせ版”で見～～つけ！！里山好きな私はすぐに参加と決める。なんとって参加費 200 円でトン汁付だよ！！また、会以外の交流も楽しみの一つ。参加者 31 名。もちろん晴天☀️。浦本のぼろう会様、はじめまして！！

▼去年は高ノ峰を“里山だ”となめとって大変だった。いくら里山トレッキングと言ってもやっぱり“山”、覚悟して……。糸魚川全体が見える第一展望台。穏やかな海、眺めがよくていつまでもそこに居たい。そこで 2-3 人の知り合いも参加しているのに気が付き、すかさず山の話で楽しくなる。途中で「あれが米山だヨ」と教えてもらおう。うっすらと見えた。浦本から見えるなんて…♥️

▼8 時 30 分スタートし、10 時 30 分には山頂に着きました。ワラビがたくさんだからてんでんに収穫。「少しのびとってもポキッって折れるところからでも食べれるんだよ」と教えてもらい、目残しを少しと収穫したものをもらったりと、結構たくさんになった。M さんも大よろこびの様子。

▼コシアブラはもう終わったみたいだったけど、のぼろう会の人

わざわざ柔らかい葉を採ってきてくれて、調理方法（油みそ）を教えてくださいました。なんとって人のやさしさがうれしくなりますねえ～。

▼10 分程、神主さんのご祈祷、安全祈願のあと、お楽しみランチタイム。お清めの酒が甘くて美味しい♪。おつまみに具だくさんのとん汁に、本当に「ありがとー」「いただきまーす」。30 人分の水や食材、大変重かったと思います。しかも、簡易トイレ（2 ケ所）、この日のために設置。いたれりつくせりの山開きに感謝いたします！！

▼この山頂から早川の不動山を見下ろせます。のぼろう会での近々の山行パンフレットをもらって、「ぜひ参加をお待ちしています」って！！



高ノ峰山開き参加者の皆さん

2019

▼Mさんと「本当にやさしい人たちだったねえ～」。人に、山にいやされ、充実した一日でした。午後2時に帰宅しました。

▼PS=この日、キヌガサソウとウルシの木を覚

えました。下山報告するのを忘れていて反省です。秋には「山仕舞い」があるそうです。

《報告 by 池亀》

【5月25-26日（土日）=6名参加】

## 新潟県連 “安全登山教室” に参加して！

▼新潟市あかたにの家に着いたところは体育館でロープ登攀競技も終わりのころでした。なんと会員80名程の参加だそうです。

### ▼25日 15時20分 医療研修

＊応急手当法いくつか、三角巾、包帯の使い方を“実践”。山への持ち物として、三角巾、厚手の包帯、スーパーシャカシャカ袋、ペットボトルのキャップ(穴をあけて)。最低でもこの4点はザックに入れよう。

### ▼25日 17時30分 遭難体験

＊今年3月23-24日、ニュースでも放送された鹿島槍ヶ岳での事故。まだ発見されていない人のパートナーの人が、つらい心情の中、一部始終を語ってくださいました。もう一人、北海道の男性は2度の滑落の様子と、写真で詳細に説明されました。

### ▼25日夕 交流会

＊夕食の交流会ではたくさんの料理と地酒が

用意され、「わあ～、すご～い、うれし～」と本当の自分に戻る。中でも白沢さんが事前に収穫した山菜で、フキの煮物、ウドのゴマ和え、ゼンマイ、ワラビ。内山さんのはるさめサラダ、数々の手料理。どれもぜ～んぶ美味しかったです。大量の料理を本当にお疲れ様でした。ごちそうさまです。

＊そこで、糸魚川に縁のある羽鳥さんが場！！ 昨年の駒ヶ岳登山道整備にも十日町から来て下さり、協力して下さいましたね。鈴木さんとは深～い関係だそう。

### ▼26日 山筋ゴーゴー体操

＊筋トレが生活の中においてもいかに大事かと…。老後、寝たきりにならないためにも。まだまだ山登りしたいので、転倒はしない。足筋、体力維持のために毎日続けます。

＊石田良恵先生の講習会はとてもわかりやすく、参加してよかったです。生活習

慣の見直しです。今回、この大きな行事に参加できたこと、大変に感謝します。ありがとうございました。

《報告・写真 by 池亀》



県連/安全登山教室の当会参加者+1名