

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到着した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