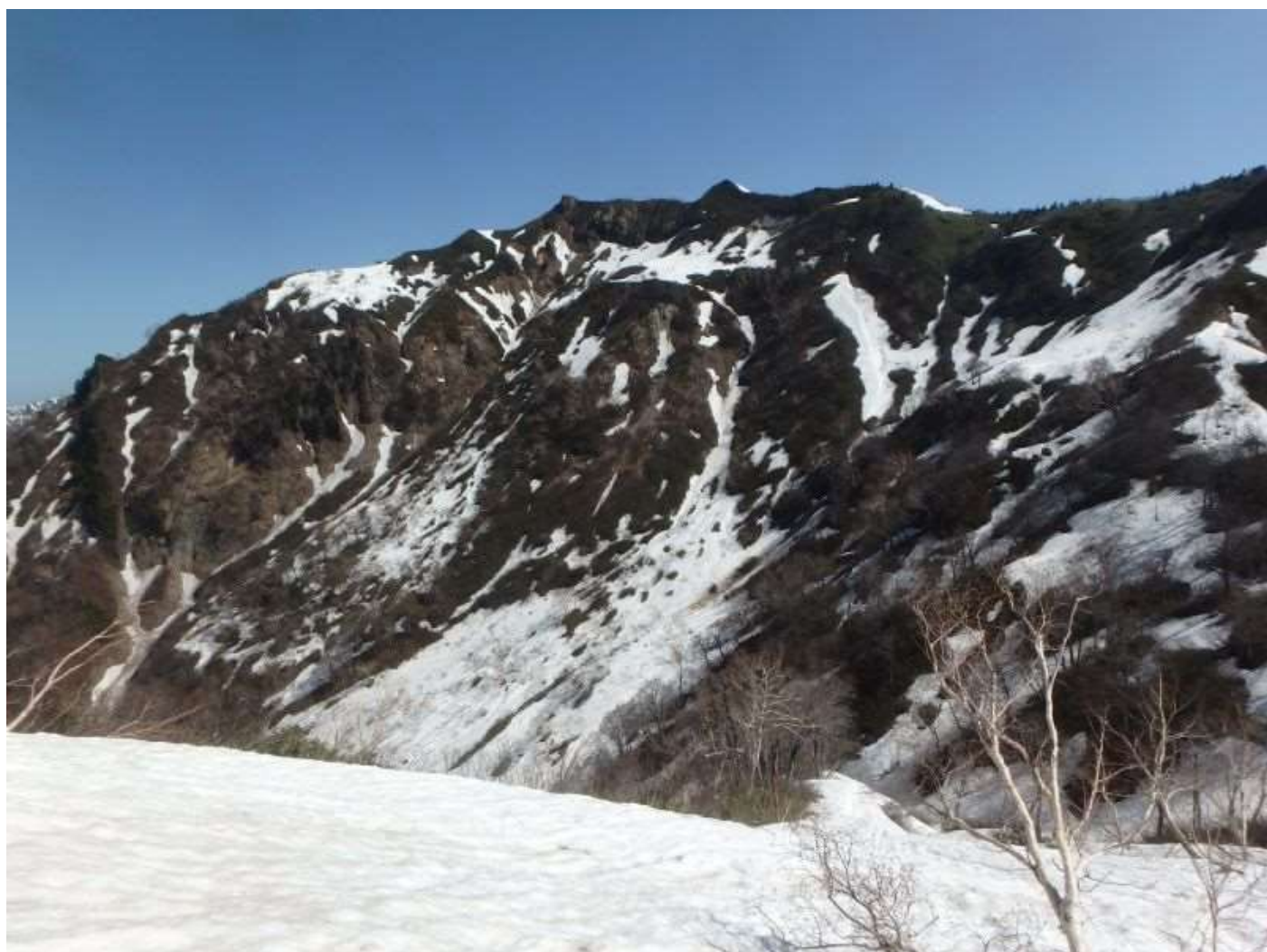


## 連盟ニュース 神奈川

9月

No.512



「残雪期の笈ヶ岳」 (小田原ナーゲル山の会)

石川、岐阜、富山3県の県境にある**笈ヶ岳** (おいずるがたけ) は、深田久弥が名著「日本100名山」のあとがきで「遺憾にも割愛した」と記した藪山である。藪の激しさから無雪期の登山は極めて困難になるため、年間を通して入山者がピークとなるのは、残雪期の4月～5月となる。(小田原ナーゲル山の会 Y A)

「事故一報」の送付先をお知らせします。

\* 「事故一報」の全国・県連へ迅速な連絡\*

全国窓口：[労山基金制度運営委員会メール kikin@jwaf.jp](mailto:kikin@jwaf.jp)/FAX03-3235-4324

県連窓口：遭難対策部メール及び基金申請書は、[ホームページの連盟員のページ](#)から

神奈川県勤労者山岳連盟

〒221-0045 横浜市神奈川区神奈川2-14-6 トーリックビル3階

<http://www.k-rouzan.net/>

発行責任者 早川尚武

発行年月日 2023年9月15日



## 9月号（No. 512）目次

神奈川県勤労者山岳連盟教育部主交流集会のご案内	2
2023年度丹沢秋の植樹祭参加募集のご案内	3
神奈川県連救助隊山行（7月15日～17日）	3
常任理事会議事録	5
各会の活動報告	6
県連のスケジュール	10

## 神奈川県勤労者山岳連盟教育部主催 交流集会のご案内

令和5年8月20日

教育部部長代行 早川 尚武（県連理事長・救助隊隊長）

連盟員各位

ハイキング系、クライミング系それぞれの志向の方々が交流する機会がなかなかありませんでした。そこで、会を越え、登山の志向を越えて広く交流する場を設けたいとの思いで、この行事を計画しました。是非皆様のご参加を願うものであります。

日程 9月23日（土）・24日（日）

場所 小川山廻り目平キャンプ場

救助隊の行事用テントにて、交流会・懇親会実施

活動内容（予定） ハイキング系 23日 カモシカ遊歩道・パノラマコース

24日 小川山登山

クライミング系 適宜グループに分かれてクライミング

23日（土）夕方以降、行事用テントに集合して、交流会・懇親会開催。

参加者のこれまでの活動や、今後の活動の展望の発表。

所属会の紹介。

その他自由討論。研究発表も可。

宿泊 キャンプ場にてテント泊。テントは各自持参。

金峰山荘等の宿泊施設利用は各自の判断にお任せします。

参加申込先 [bosyuu002@k-rouzan.net](mailto:bosyuu002@k-rouzan.net) 別紙参加申込書に必要事項を記載の上、こちらに送信して下さい。

## 2023年度 丹沢 秋の植樹参加者募集のご案内

丹沢の「多様な生命を育む森林づくり」をテーマにした植樹への参加者を募集します。NPO法人 丹沢自然保護協会が春、秋に行っているものです。植樹や丹沢の状況に興味のある方にお勧めです。

1 日時 2023年10月28日(土) 11:00~14:00<雨天の場合29日(日)に順延>

2 集合・解散

①バス利用：ヤビツ峠9:30集合

ヤビツ峠～岳の台～菩提峠で移動。解散後、菩提峠から14:30発の貸し切りバス有り(500円要予約)

②車利用：菩提峠駐車場10:30

3活動場所と内容 菩提峠・ブナ、ミズナラ、ヤシャブシ他の植栽植樹 約1時間30分

4 行程 開会式11:30そして作業スタート

昼食 13:00頃

解散予定 14:00

※参加費1,000円は神奈川労山が負担します。

※活動に必要な資材は主催者が用意。

※弁当、水、雨具などの登山用品類は各自が持参してください。軍手、移植ゴテがあると便利です。

5 申込・〆切など

各会でまとめて。[bosyuu\\_sizen@k-rouzan.net](mailto:bosyuu_sizen@k-rouzan.net) 伊藤まで

29日(日)の参加の有無、帰りのバスの利用の有無をお知らせください。

9月25日(月)までにお申し込みください。

## 神奈川県連 救助隊山行(7月15日~17日)

(講習内容確認鬼石沢 訓練ザンザ洞本谷)

参加者 早川 久保 森 神谷 小野 谷山 荒井

1日目(7/15) 鬼石沢

連休初日、06:00 箒杉駐車場に集合し鬼石沢に向かうが、気温があがり、アプローチの登山道で汗だくになって歩いた。

入渓地点の避難小屋で準備をしていると、1匹のヒル発見! もうこの沢に来る事が無くなってしまいかも? この辺りは安心していただけに残念。

準備を終え堰堤を越えつつ、しばらく進んだF2にて後日開催予定、沢講習会の事前確認を始めた。左岸、落口にある2~3本の木を支点に、チロリアンブリッジ用、介助懸垂用にロープをセットした。まずは介助懸垂をやってみる事に。セットの確認、練習をすると、やはり講習では体格など考慮しなくてはならない部分もあるのではと考えるし、懸垂下降が出来るのか?と意見もでた。

チロリアンブリッジ、中間まで降ろした時、下方から引かないと止まってしまう。ロープが人間の重さで、たるむからと確認できた。トラブルが起きた時に、チロリアンブリッジを応用するなど、なにか発想力みたいなものに変換されるのなら講習内容に入れるべきなのか?おそらく講習に参加する方々にはこのシステムは難しいかもしれないが、体験するだけでも価値はあるのかもしれない。

必要装備(PAS ATC プーリー フリクション用ステ繩 アルヌン チェストハーネス用スリングなど)



2日目 (7/16 17) ザンザ洞本谷

09:20 ユーシンロッジ

12:00 ザンザ洞出合

18:40 Co1491ピーク

20:20 ユーシンロッジ

ザンザ洞出合までのアプローチは、ガイド本など記録を頼りに行動できれば、難し箇所は無く綺麗な檜洞沢の遡行が楽しめる。早めに入渓してみるとユーシン沢二俣手前の滝は、やはり登れず右岸にある矢印に向かって巻いた。水のキレイな檜洞沢の遡行を堪能しつつテーブル岩で休憩をとる。気分のいい沢でよかった。しばらく進むと暗い黒い苔の小滝が現れる。ザンザ洞出合到着。倒木などもあり、景観も変わり気持ちも切り替わる。

すぐにF1に到着。他の記録にある通り二の沢F1を登るが苔が多く気をつかう。(たわし ハーケン 残置ハーケン使用) 本谷に戻る巻道は悪い、(一度取り付き、やめた段階で別ルートを考えるべきだったか?)

象の鼻滝は、時間をかけたくなかったので、左岸を簡単に巻いた。最後20m大滝の巻も涸れた沢を15m登った辺りから小尾根に取り付きたかったが悪かった。全員登るには、どうかなと悩んだ。その後別ルートに行くが時間がかかってしまい暗くなってしまったが無事に下山。ガイド本通りの沢だと感じる沢でした。



## 常任理事会議事録（Zoom）

日 時：9月3日（日）20：00～21：00

出席者：早川・渡辺・関根・岩田・鍋野・縄 入木田（事務局）

38期下期（前半期）定期理事会議案書（案）の記載内容読み合わせと当日の役割分担、段取りの確認をした。

- 常任理事は9時事務所集合
- 受付－関根さち子
- 会計－関根さち子（会計丸山の代理。交通費は立替える）
- 司会－岩田新一
- 議長候補－関根さち子
- 書記－萩原さんに依頼予定
- 会計報告は15時以降、丸山の仕事が終わり次第Zoomにて行う。

早川理事長より

議案書配信が予定より大幅に遅れている。自然保護員会議案書の内容に不足。今後の活動について、目的を明記し、一般会員に募集をするなら、その点を明確にして欲しい。

また、委員会構成員の高齢化も問題になっている筈。課題事項をしっかりと記載して欲しい。

教育部より

○なし

救助隊より

○活動報告 8/27 沢レスキュー講習会実施。参加者7名。隊員8名。介助懸垂と斜張りを行った。

自然保護部より

○クリーンハイクの報告書ほぼできた。

事務局より

○9/2 関東ブロック役員交流会報告（岩田）

1都6県（山梨不参加）の役員22名参加。活発な活動報告と交流。

- 高齢化と会員数減少が共通の課題
- 埼玉から海外登山の報告
- いずれの都県もHPを作っている
- 埼玉で名刺を作った報告
- 栃木は県内の山のグレーディングをした話と日光の念仏小屋・五色沼避難小屋の管理の話
- クリーンハイクはいずれの都県も実施
- 群馬から 会員が県連に所属する利点を理解してないことと県連への無関心の指摘。救助技量向上訓練・安全対策活動・講習会が人気のない講習となっている。会クラブ・退会者に対して可能な限り対応すべきだが退会理由分析が不足、分析できる情報がない。スノーシューを県連として保管、無料で貸し出している

新スポ連より

○なし

その他

○なし

質疑応答

○なし

## 神奈川県勤労者山岳連盟各会の活動報告 2023年 8月

活動報告送り先: ホームページの連盟員のページから

沢: 沢、講習会: 講	人数	形態	H: ハイキング、A: 一般登山、S: 雪山	人数	形態	SKI山スキー、R: 岩、氷 アイスクライミング	人数	形態
川崎ハイキングクラブ 機関紙「りんどう」			<a href="http://kawasaki-hc.life.coocan.jp/">http://kawasaki-hc.life.coocan.jp/</a>					
報告: 守口尚美 計90名(男43 女47) 平均年齢68.歳								
7/16-18 霧ヶ峰／長野県	8	A	7/26 室内例会	26		8/3-7 聖岳・赤石岳／南ア	2	A
7/16-18 唐松岳・五竜岳／北ア	3	A	7/26 西沢溪谷／奥秩父	2	H	8/6 鹿俣山／群馬県	5	A
7/16-18 月山・蔵王山／山形県	7	A	7/23-28 燕岳・大天井岳、常念岳／北ア	5	A	8/8 御岳ロックガーデン／奥多摩	4	H
7/16-19 鹿島槍ヶ岳／北ア	3	A	7/27-29 甲斐駒ヶ岳・仙丈ヶ岳／南ア	3	A	8/8-9 木曾駒ヶ岳／中央ア	4	A
7/21-23 巻機山／新潟・群馬県境	4	A	7/29 烏海山・月山／山形県	12	A	8/10-12 硫黄岳・天狗岳／八ヶ岳	6	A
7/22 白砂山／上信越	4	A	7/31-8/1 木曾駒ヶ岳／中央ア	1	A	8/12 大平山／栃木県	5	H
7/22 大菩薩嶺／山梨県	13	A	8/3雲ノ平・鷲羽岳・黒部五郎岳／北ア	4	A			
川崎勤労者山岳会 機関誌:「あざみ」			<a href="http://sangakukai.wix.com/kawasakirouzan">http://sangakukai.wix.com/kawasakirouzan</a>					
報告: 田中良子 計17名(男11女6) 平均年齢54.0歳								
7/28-7/29空木岳 縦走	2	A	8/5-8/6甲斐駒ヶ岳～鋸岳	2	A	8/24-8/26白馬三山	1	A
7/30裾花川本谷	6	沢	8/6御嶽山	2	A	8/26尾之内沢中流	3	R
7/30湘南鷹取	1	R	8/10-8/11北穂高岳東稜	2	R	8/26-8/28奥穂高岳	4	A
8/1-8/4北アルプス 黒部五郎岳	2	A	8/17赤久奈山～川苔山	1	H	8/27県連 沢セルフスキー- 鬼石沢	3	沢
8/3-8/5鷲羽岳	3	A	8/18-8/20大台ヶ原	6	A	8/27雲取山	1	H
8/3西南カンテ	1	R	8/19平ツ沢(ズミ沢)	3	沢			
8/5富士山 須走口ピストン	1	A	8/20-8/25北穂東稜、前穂北尾根、ジャンダルム	2	R			
銀嶺会( <a href="https://ginreikai101.wixsite.com/ginrei">https://ginreikai101.wixsite.com/ginrei</a> )								
報告: 計5名(男0 女5) 平均年齢								
7/29-30 瑞牆	1+1	R	8/3-6 南ア 悪沢岳～赤石岳	1+1	A	8/12-14 鷲羽岳～水晶岳	1+1	A
7/29 雲取山	1	A	7/5 後羊蹄山	1+1	A	8/19 甲府幕岩	1+3	R
7/29 小川山	1+3	R	8/6 鷹ノ巣山～六つ石山	2	A	8/19 瑞牆	1+1	R
7/30 瑞牆	1+3	R	8/10-14 源次郎尾根成城大+剣岳本峰南壁	1+2	R	8/22 六甲山 堡壘岩	1+1	R
7/30 御在所 前尾根	1+1	R	8/11-12 奥大日岳～大日岳	1	A			
小田原ナーゲル山の会 機関誌: ホームページ <a href="https://www.nagel.jp">https://www.nagel.jp</a>								
報告者: 西村 悟志 計19名(男12 女7) 平均年齢 60歳 (2023/5月現在)								
8/2 富士 双子山	1	A	8/17 北海道 樽前山	1+1	A	8/24 北ア 五色ヶ原	1	A
8/5 北ア 唐松岳	5	A	8/18 北海道 狩場岳	1+1	A	8/26 丹沢 塔ノ岳	1+1	A
8/6 富士 山麓	1	A	8/18 北海道 駒ヶ岳	1+1	A	8/27 丹沢 鬼石沢	1	A
8/12 奥秩父 雲取山	1+1	R	8/19 富士山	1	A	8/29 丹沢 塔ノ岳	1	A
8/13 北海道 芦別岳	1+1	A	8/20 箱根 金時山	3	A	8/30 奥秩父 乾徳山	1	A
8/14 北海道 天塩岳	1+1	A	8/21 北ア 赤牛岳	1+1	A			
8/16 北海道 ニセコアンヌプリ	1+1	A	8/24 富士山	1+2	A			
山岳会 カモの会 <a href="http://www.kamonokai.com/hp/index.html">http://www.kamonokai.com/hp/index.html</a>								
報告:カモの会事務局 計57名 (男34 女23) 平均年齢42.6歳								
08/04 羊蹄山、幌尻岳、十勝岳、旭岳、トムラウシ山	1	A	08/06 丹波川	2	沢	08/11 針ノ木サーキット	1	A
08/04 羅臼岳・斜里岳・阿寒岳	1	A	08/08 錫杖岳 烏帽子岩前衛壁	3	R	08/12 小同心クラック	2	R
08/05 空木岳一宝剣岳	2	A	08/10 水晶岳鷲羽岳	1	A	08/12 赤坂谷-ツメカリ谷	2	沢

08/05 白馬岳 唐松岳	1+5	A	08/10 爺ヶ岳-白馬岳	1	A	08/12 鷲羽岳・水晶岳	1+1	A
08/05 ハヶ岳	1	A	08/10 劔岳 北方稜線	2	A	08/12 小川山	1	R
08/05 立山周遊	1+1	A	08/10 瑞牆	1+1	R	08/14 大雪山(旭岳-トムラウシ)	1+1	A
08/05 巳ノ戸谷	1+1	沢	08/11 北鎌尾根	1+1	A	08/19 清津川サゴイ沢	3+1	沢
08/05 天狗山ダイレクト	2	R	08/11 東伊豆アドベンチャーラリー	2+1	A	08/19 中御所谷西横川	4	沢
08/05 柿其川本流	2+2	沢	08/11 北アルプス 読売新道	2	A	08/19 大源田川 北沢本谷	1+1	沢
08/05 後方羊蹄山	1+1	A	08/11 那須 井戸沢	1+1	沢	08/19 二子山 代替	4	H
08/05 岩倉川樽ヶ沢	2+2	沢	08/11 釜川右俣 千倉沢横沢	1+1	沢	08/20 尾白川鞍掛沢乗越沢	1+2	沢
やま++ <a href="http://yamaplpla.sakura.ne.jp">http://yamaplpla.sakura.ne.jp</a>								
報告: 計18名(男10女8) 平均年齢60.6歳(23/8/31現在)								
8/7 北関東 至仏山	1	H	8/11-13北ア ジャンダルム	3	H	8/13 滋賀 賤ヶ岳	1	H
8/26-27 北関東 至仏山	3	H	8/27 大菩薩嶺	1	H			
M&C(マウンテニアリングアンドクライミング) <a href="http://mandc.moo.jp/">http://mandc.moo.jp/</a>								
報告: 計25名(男18 女7) 平均年齢51.2歳								
8/1 小川山(兄岩)	1+1	R	8/10 瑞牆山(地獄エリア他)	1+1	R	8/19 日の出山	1	T
8/3~8/9 北アルプス(折立~槍~奥穂~焼岳~上高地)	1	A	8/11~8/13 北アルプス(五郎沢)	1+3	沢	8/19~8/20 小川山	2	R
8/5~8/7 瑞牆山(アトムエリア南面他)	2	R	8/11 樽ヶ沢	1+3	沢	8/19 瑞牆山(リアス式エリア他)	1+1	R
8/5~8/6 柿其溪谷(本流、樽ヶ沢、岩倉川)	1+3	沢	8/11~8/15 小川山(仏岩他)、瑞牆	2	R	8/25 丹沢(神之川 伊勢沢)	1	沢
8/5 中央アルプス(中御所谷・西横川)	1	沢	8/11~8/12 小川山・瑞牆	2+2	R	8/25~8/26 小川山	1+1	R
8/5~8/6 涸沢新峰群トラバースルート他	2+3	R	8/12 鞍掛沢・乗越沢	1	沢	8/26~8/27 瑞牆山(七面沢上部他)	1+1	R
8/6~8/7 前穂高岳(重太郎新道)	1	A	8/13 北アルプス(七倉沢)	1+1	沢	8/26 高尾山	1	T
8/6 真名井沢	1	沢	8/14 白山(大白水谷~大倉山)	1+1	沢	8/26~8/27 西丹沢(鬼石沢)	1+6	講
8/6 小川山(妹岩)	2	R	8/17~8/22 南アルプス(鳳凰三山~千丈岳~白根三山)	1	A	8/26 佐久志賀の岩場	2	R
8/7 瑞牆山	2	R	8/16~8/19 小川山、瑞牆	1+4	R	8/27 川乗谷本谷	1+2	沢
8/8 瑞牆山(悪魔の塔)	2	R	8/17 白山釈迦岳(丸岡谷)	1+1	沢	8/27 万太郎谷(井戸小屋沢右俣)	1+1	沢
8/11~8/13 ジャンダルム飛驒尾根	1	R	8/19 巻機山(米子沢)	1+1	沢	8/27 瑞牆カサメ沢	2	R
会名 みずなら山の会 ホームページ <a href="http://www.mizunarayama.com/">http://www.mizunarayama.com/</a>								
報告者 木津博子 人数 31名(男17名・女14名) 平均年齢 66歳								
8/5白毛門沢	1+1	沢登	8/13~17阿寒岳	1+1	A	8/26大菩薩峠	2	H
8/5~7針ノ木岳	1	A	8/18富士山6合目	1	H	8/27ハヶ岳ニュー	2	H
8/5富士山2合目周遊	9	H	8/19水根沢	3	沢登	8/28西穂高岳	1	A
8/5~8穂高連峰	1	A	8/22 大菩薩	4	A	8/29金峰山国師が岳	3	H
8/6~7平標山	2	A	8/26 奥多摩	3	H			
相模アルパインクラブ <a href="https://sagami-ac.sakura.ne.jp/">https://sagami-ac.sakura.ne.jp/</a>								
報告: 山行管理部 計44名(男28名 女16名) 平均年齢 54歳								
8/2 入笠山	1	A	8/11~13 北岳バットレス四尾根	1+1	岩	8/19 奥多摩二軒小屋尾根	1	A
8/5 大山南稜	1	A	8/14 飯豊連峰ダイグラ尾根~梶川尾根	1	A	8/21~22 小川山	2+1	岩
8/5 富士山 須走ルート	1	A	8/9~13小川山	14+1	岩	8/21~23小川山、瑞牆山	2	岩
8/4~5 中央アルプス樽ヶ沢	1+3	沢	8/8~16小川山、瑞牆山	2	岩	8/25~27槍ヶ岳 北鎌尾根	3	岩

8/5 大山南稜	1	A	8/14~18 奥羽山脈柳沢コース(岩手山)	1+1	A	8/26 箱根外輪山	1	A
8/4~5 湯檜曾川 袈裟丸沢	6	沢	8/14~16 大雪山クワウンナイ川	1+1	沢	8/26 瑞牆山	3	岩
8/5~6小川山	2+3	岩	8/16~17朝日連峰大朝日岳 日暮沢小屋から周回	1	A	8/26~27 瑞牆山	8	岩
8/4~6 小川山、瑞牆山	2	岩	8/16 丹沢表尾根	1+1	A	8/26~27 宝剣岳中央稜	2	岩
8/4~6 前穂4峰正面壁 北条新村	1+2	岩	8/19南アルプス神宮川林道終点~笹の沢~アレ沢~水晶薙~石尊神社登山	1+3	沢	8/26~27 丹沢中川川 鬼石沢	2+6	沢
8/4~6 谷川連峰魚野川 大源太川 北沢本谷	6	沢	8/19十二ヶ岳の岩場(鷲巢岩)	3	A	8/28~29 富士山(富士宮ルート)	1	A
8/4~7 劔岳 チンネ左稜線	2	岩	8/19~20 小川山	1+10	岩	8/29 瑞牆山	3+1	岩
8/10~11北穂高岳 東稜	1	A	8/20 竜喰谷	5	沢	8/29~30 佐久の岩場	2+2	岩
8/11~14 北アルプス北又谷	3	沢	8/19 奥多摩水川屏風岩	3	岩			

川崎柴笛クラブ 機関誌:「柴笛レポート」 <http://shibabueclub.blogspot.com/>

報告 永宮 祐子 計15名(男7 女8)平均年齢54歳

8/4霞沢岳	1	H	8/11水松山・天祖山	1	A	8/19神宮川 笹ノ沢	1	沢
8/5ヌク沢左俣右沢	1	沢	8/11燧ヶ岳	1	A	8/25御岳山	1	H
8/5土沢一ノ沢~三ノ沢	4	R	8/11蓼科山	1	H	8/26大菩薩嶺	1	H
8/5樽ヶ沢	1	沢	8/18金峰山・甲武信岳	1	A	8/27鬼怒川水系男鹿川・小塩沢	1	沢
8/5瑞牆山	1	R	8/18阿弥陀岳・赤岳	2	A	8/27瑞牆山・錦秋カノトコルルート	1	R
8/10五色が原・薬師岳	1	A	8/19矢沢軍刀沢	1	沢			

Grazie <http://ocha-time.xsrv.jp/>

報告:相川 時子 計15名(男10 女5) 平均年齢44歳

8/5 塔ノ岳(ヒル駆除)	3	A	8/5-8/6 前穂・奥穂岳	1	A	8/5-8/6 宝剣中央稜	1+2	R
8/5-8/6 木の又小屋(塔ノ岳政次郎尾根)	2	A	8/10-8/11 小川山	2+4	A	8/12-8/13 白馬槍ヶ岳・五竜岳	1	A
8/12-8/14 針ノ木岳	2	A	8/19-8/20 木の又小屋(塔ノ岳政次郎尾根)	3	A	8/19-8/20 小川山	1+3	R
8/20 真名井沢	1+1	R	8/26-8/27 木の又小屋(塔ノ岳政次郎尾根)	3	A	8/26-/27瑞牆山	1+2	R

SAWA MAFIA

報告:宮崎玲充 計10名(男9 女1)

2023/8/2-2023-8/2 甲府幕岩	1+1	R	2023/8/13-2023-8/13 八方池山 荘から八方池	1	A	2023/8/20-2023-8/20 小川山兄 岩	1	R
2023/8/4-2023-8/6 金木戸川小 倉谷	1+2	沢	2023/8/13-2023-8/15 小倉谷~ 笠新道	1+2	沢	2023/8/21-2023-8/21 小川山マラ 岩周辺	1+3	R
2023/8/5-2023-8/5 黒沢山からヨ モギ沢下降、捜索後ピストン下山	1	沢	2023/8/14-2023-8/14 森吉山 こ めつがコース	1+1	A	2023/8/21-2023-8/21 蓮川宮の 谷犬飛峡	1	沢
2023/8/6-2023-8/6 万太郎谷井 戸小屋沢右俣	1+2	沢	2023/8/15-2023-8/15 青森 岩木 山	1+1	A	2023/8/22-2023-8/23 小川山ボ ルダー	1+2	R
2023/8/11-2023-8/10 越後三山	1	A	2023/8/16-2023-8/16 尾白川 竹 宇駒ガ岳神社~神蛇滝展望所往復	1	A	2023/8/26-2023-8/26 ドリユーの 滝	1+2	R
2023/8/11-2023-8/10 北アルプ ス・上の廊下	1	沢	2023/8/17-2023-8/19 北アルプス (薬師小屋周辺、赤木沢)	1+3	A	2023/8/27-2023-8/27 甲府幕岩	1+2	R
2023/8/11-2023-8/11 川浦谷川 本流 板取キャンプ場→西ヶ洞谷出 合付近	1	沢	2023/8/18-2023-8/19 黄蓮谷右 俣	1+1	沢	2023/8/29-2023-8/29 瑞牆シンナ シ沢	1+3	R



2023/8/12-2023-8/12 岩手山 馬返しから往復	1+1	A	2023/8/18-2023-8/19 高瀬川 五 郎沢遊行→裏銀座or竹村新道下山	1	沢			
2023/8/13-2023-8/13 白神山地 白神岳 登山口から往復	1+1	A	2023/8/19-2023-8/19 ドリュウの 滝	1+3	R			
藤沢山の会 機関誌:「稜線」 <a href="http://fujisawa-yamanokai.com">http://fujisawa-yamanokai.com</a>								
報告:大野淳子 計92名(男:38、女:54) 平均年齢64歳								
8/5花立・大倉尾根	3	A	8/21乾徳山 旗立岩・中央稜+頂上 側稜	2	R	8/11~13剣岳/源次郎尾根・立山三 山縦走~龍王岳東尾根	3	R
8/5富士山麓	4	H	826三浦半島歩見探訪8	2	H	8/13~14白馬岳	2	A
8/5奥秩父・水根沢	3	R	8/26大蔵高丸~ハマイバ丸	4	H	8/13~14鯖大師	1	H
8/6六甲山	1	H	8/27大山	4	H	8/18~19南八ヶ岳(観音平~キレッ ト~赤岳)	1	A
8/6葛葉川本谷沢登り	3	R	8/28富士山	3	H	8/18~20立山三山縦走&奥大日 岳	5	A
8/6小草平の沢	2	R	8/28赤城山	4	A	8/18~20大日岳、奥大日岳、立山	4	A
8/11会津駒ヶ岳	2	H	8/29広沢寺弁天岩	6	R	8/18~20白馬三山	4	A
8/11乾徳山	9	A	8/31木曾駒ヶ岳	2	H	8/19~21剣岳早月尾根	6	A
8/12大倉尾根	3	A	8/2~4常念岳~蝶ヶ岳	4	A	8/20~22大日三山	7	A
8/12三浦半島歩見探訪7	3	H	8/2~6ジャンダルム・大キレット	3	A	8/21~23立山	2	A
8/16横尾山	3	H	8/2~6羅臼岳・斜里岳	4	A	8/25~27白峰三山縦走	4	A
8/19大岳山	3	H	8/5~6乗鞍岳、焼岳	5	H	8/25~27塩見岳	1	A
8/19小太郎山	1	A	8/5~8白馬岳、杓子岳、白馬鑓ヶ岳	3	A	8/30~31鳳凰三山と高嶺	3	A
アルパインクラブ横浜 <a href="http://acy.jp.org/">http://acy.jp.org/</a>								
報告:神谷 敬 計34名(女13名,男21名) 平均年齢:45歳								
8/3 奥武蔵 平戸の岩場	3	R	8/11-12 白山	1	A	8/20 瑞牆山 山河微笑ルート	3	R
8/4 高尾~陣馬山	2	A	8/11-12 甲斐駒ヶ岳~鋸岳	3	A	8/21 瑞牆山フリー・マルチ	2	R
8/5 西丹沢世附川系山伏沢	7	沢	8/11-13北穂滝谷前穂北尾根	6	R	8/25 富士山	2	A
8/5-6 八ヶ岳 赤岳	7	A	8/11-14北穂滝谷	6	R	8/25 丹沢山	2	A
8/5-6 焼岳、西穂高岳	3	A	8/12 瑞牆山	5	A	8/26-27 西丹沢鬼石沢訓練	17	沢
8/5-7 赤牛岳	2	A	8/12 塔ノ岳	1	A	8/26-27 五竜岳	2	A
8/6 草津白根 大沢川 毒水沢	3	沢	8/13 瑞牆山フリー	2	R	8/27 西丹沢 大滝沢	2	A
8/6 瑞牆山フリー・マルチ	2	R	8/17-18 北穂高岳 東稜	2	R	8/27 奥多摩 白谷沢	2	沢
8/7 富士山	2	沢	8/18-19 森吉山 桃洞沢	2	沢	8/27 瑞牆山フリー	2	R
8/9-13 黒部川 上廊下	5	沢	8/19 富士山	1	A	8/27-28 足尾 浮川三俣沢	2	沢
8/10-13 剣岳	1	R	8/19-20 明神岳主稜	2	R	8/31-9/1 北岳パットレス	2	R

\*\*\*計画の前に、山のグレーディングチェック!!\*\*\*

↓ 信州山のグレーディング

[信州 山のグレーディング/長野県 \(nagano.lg.jp\)](http://nagano.lg.jp)

ルート定数を勘案して 必要なエネルギーを 算出してみてください。

＝ルート定数 \* (体重+荷物 Kg) Kcal

(簡易計算では、 4 \* 歩行時間 \* (体重+荷物 Kg)

おにぎり 2個のカロリーは、400Kcal くらい



## 全国・県連スケジュール

日	曜	9月	日	曜	10月	日	曜	11月
1	金		1	日	常任理事会	1	水	
2	土	関東ブロック交流会	2	月		2	木	
3	日	関東ブロック交流会/常任理事会	3	火		3	金	
4	月		4	水		4	土	
5	火		5	木		5	日	常任理事会
6	水		6	金		6	月	
7	木		7	土		7	火	事務局長会議・事務局部会
8	金		8	日		8	水	
9	土		9	月		9	木	救助隊運営会
10	日	定期理事会	10	火		10	金	
11	月		11	水		11	土	東北震災ボランティア
12	火	事務局長会議・事務局部会	12	木	救助隊運営会	12	日	東北震災ボランティア
13	水		13	金		13	月	東北震災ボランティア
14	木	救助隊運営会	14	土		14	火	
15	金		15	日		15	水	
16	土		16	月		16	木	教育部会
17	日		17	火		17	金	
18	月		18	水		18	土	自然保護集会 瀬上森
19	火		19	木	教育部会	19	日	
20	水		20	金		20	月	
21	木	教育部会	21	土		21	火	
22	金		22	日		22	水	
23	土	廻り目平 交流集会	23	月		23	木	
24	日	廻り目平 交流集会	24	火		24	金	
25	月	自然保護委員会	25	水		25	土	
26	火		26	木		26	日	岩場セルフスキュー講習会鷹取山
27	水		27	金		27	月	自然保護委員会
28	木		28	土	丹沢植樹会菩提峠	28	火	
29	金		29	日		29	水	
30	土		30	月	自然保護委員会	30	木	
			31	火				

9/30-10/1 全国ハイキング 交流集会

9/30-10/1 若手クライミング講習会

11/18 関東ブロック自然保護集会瀬上

