

山仲間の皆さん、こんにちは。只今丁度、数年に一度の寒波到来ということで、寒さに身を縮めながらも、今シーズンの雪山への期待に心を躍らせているところです。今年出来た事出来なかった事、断捨離もしながら、来年の目標を立て、新年を迎えたいと思います。

さて本号では、2つの山行を、頑張って量増して特大号でのご紹介となります。

【活動記録】ダイヤモンドトレイル（金剛山～紀見峠）

健脚11名で出発。寒波到来の前日でしたが、ずいぶんと風が強く、普通の手袋では寒さが手に凍みて痛かったです。登り初めはガスって視界不良でしたが、金剛山の重厚な趣と合わさって、とても神秘的な雰囲気でしたよ。楽しみ方は色々です。



時折落ちてくる、枝からの雪は
痛く冷たかった。

家族の健康祈願と一緒に、きっと
山仲間の安全祈願をしてくれてい
るのだと思います。



え？知らなかったの！と言われました。「ダイヤモンドトレイル」の謂れについて。

ご存じの方が多くはと思いますが、ダイヤモンドの漢字表記は、「金剛石」。金剛山地をメインとした縦走路だからですね。なかなか博識なネーミングです。

加えて、道中に立っている石柱には、遊び心を感じますね。上から見ると、ダイヤモンドの形をしてるんです。（左写真・右上）

お昼すぎからは、ガスが晴れて空も見えてきました。

このルートで好きな風景が、杉林から差し込む木漏れ日と、薄暗い杉林から抜けたときの爽快な青空なのですが、その風景を堪能出来たことに幸運を感じながら歩きました。



うす暗い杉林。初夏はひんやりと涼めるのですが、この時期はさらに寒々しさを感じさせますね。



このポイントからの青空は、お勧めですよ。暗から明への切り替わりが爽快です。



前半の神秘的な風景、後半の明暗切り替わる風景、なかなかお得な山行でした。

進行速度も軽快で、しっかり休憩をとりながらも、予定より1時間早く、ヘッドライトが不要な時間に無事下山できました。リーダーと、お二人の安全祈願のお陰だと思います。

来春の六甲全山縦走大会～兵庫労山主催～は中止ですが、当会では、東西半縦走（2/12・2/27）と全山縦走（3/13）を実施します。例年は、会外の方を受け入れてトレーニングを実施しているのですが、諸般を鑑みて会員限定としております。まずは、体験ハイキングや公開ハイキングで足慣らしをして頂いて、ご入会の機会として頂けると幸甚です。

【活動記録】雪山セミナー実技 歩荷トレーニング（阪急岡本～有馬口）

歩荷（ぼっか）とは、重い荷物を担ぐことです。テント泊の雪山装備は、18～20 kg超となります。それを担いで、雪山を安全に進むためのトレーニングを行います。



受講生4人。女性18kg、男性22kg。
事前に自主練をしてきたそうです。



コンパス講習

これらを担いで、雪山でラッセルをしながら歩くには、日頃からのトレーニングが必要です。猛者は汗をかかずに歩くそうですが、そこに到達するには、並大抵の努力では難しそうです（苦笑）。



今年は、4人の受講生を迎えて、セミナーを開始しました。第1回目の実技は、数年に一度の寒波が到来していましたが、無事終了できました。

これから修了山行の荒島岳を目標に、芦屋川地獄谷、伊吹山、比良、氷ノ山でトレーニングを行っていきます。また、ご報告していきます。

【活動計画】

日時	企画	内容・山城	おすすめポイント・備考
1/8	例会	初詣ハイク	檀原神社～藤原京跡
1/9	体験ハイキング	アイゼントレーニング	六甲山・芦屋川地獄谷
1/10	例会	読図ハイク	コンパスで現在地を知る
1/12	例会	初湯ハイク	六甲山・有馬温泉
1/16	公開ハイキング	千支山詣で	信貴山朝護孫小寺参り
1/23	例会	中山寺	ゆっくり歩きます
1/26	例会	金剛山	氷瀑に期待して
1/30	例会	チャレンジ山行	大月地獄谷遊行
2/5	体験ハイキング	安全な下り方	六甲山・ロックガーデン
2/6	クリーンハイキング	六甲山の清掃	北山貯水池～水車谷
2/9	例会	六甲山縦断	有馬～七曲滝～滝の茶屋
2/11	例会	寒梅ハイキング	造幣局～大阪城梅林
2/12	トレーニング	六甲山・西半縦走	須磨浦公園～新神戸駅
2/13	公開ハイキング	三峰山	霧氷ハイキング
2/19	例会	妙見山縦走	能勢妙見口駅～吉川峠
2/23	例会	六甲氷瀑巡り	紅葉谷ルート
2/27	トレーニング	六甲山・東半縦走	新神戸駅～宝塚駅
3/13	トレーニング	六甲山・全山縦走	須磨浦公園～宝塚駅

【新規入会、絶賛募集中!!】

個人山行やガイドツアーでは体験できない山行に行きませんか？セミナーや例会で、更に色々な体験が出来ます。また、多くの仲間に出会うことで、日常生活では体験できない感動を味わえます。当会では、山仲間を絶賛募集中です!!体験ハイキングで会の雰囲気をご覧いただけます。その他の例会・企画にも参加可能ですので、お気軽にお問い合わせください。



【Web】 <https://nishinomiya-sangakukai.com>

【住所】 〒662-0971 兵庫県西宮市和上町1-12

【TEL/FAX】 0798-36-4040

(第1月・水、第2水・木、第3水曜日の19～21時は在室)

【問合せ先】 泉 竹明 080-2589-2670

E-Mail: bamboo_izumi@yahoo.co.jp