

京都労山

2026年4月号

No. 394

発行日

2026年3月16日

発行所: 京都府勤労者山岳連盟 発行者: 中村好夫 編集製作: 機関誌委員会 発行: 毎月第3月曜日

所在地: ☎.616-8042 京都市右京区花園伊町4 ☎.075-275-0453 FAX.075-468-1793

【ホームページアドレス】 <http://www.dab.hi-ho.ne.jp/kyoto-rozan>



京都府勤労者山岳連盟

京都労山『六つの合い言葉』

- (一) 私達は、山を勤労者の身近なものにする為に力を合わせよう。
- (二) 私達は、登山によって健康な身体と豊かな心を育てよう。
- (三) 私達は、登山によって助け合う心と友情を深めよう。
- (四) 私達は、多くの人達と交流し山を愛する仲間を増やそう。
- (五) 私達は、力を合わせ正しい山のモラルと高い技術を生み出そう。
- (六) 私達は、安全で確実な登山思想を身につけよう。

4月号目次

* 六つの合い言葉・目次	
* ステップアップ 救助隊	01
* 事務局長会議 報告	02
* 京都労山61期総会 報告	03
* 友ヶ島ゴミ調査と観光案内	07
* 春山連絡会の案内	08
* 近畿ブロック搬出技術講習会の案内	09
* 女性委員会大文字山雪見山行報告	11
* クライミング委員会山行報告	13
* 60周年記念春の交流ハイク案内(4/18) ペース登山の実施	15
* 60周年記念行事の案内	17
* 60周年実行委員会記録第15回	18
* 大文字山登山道整備の案内	20
* 大文字山登山道整備の報告	21
* 能登半島地震被災者支援活動報告	22
* 連載企画・二百名山登頂シリーズ第62回「金剛山」	24
* 4号の案内	25
* 連盟月間予定表「カレンダー」	裏表紙

救助隊員登録？ 私には無理無理！？ 救助隊

救助隊では、隊員の登録を呼びかけています。「救助隊員？」「私には無理」という方がほとんどではないかと思います。救助隊員というと、「いざ遭難」そのときに、大雨や大雪をものともせず、岩場や氷壁を乗り越えて助けに来てくれる頼もしい猛者を想像されてるのではないのでしょうか。確かに、そんな救助隊員が大勢居れば安心なのかもしれません。しかし、世代交代がうまく進まず、一度解散して再結成した京都労山救助隊には望むべくものではありません。当然、救助の最前線で活動できる隊員の育成は進めていますが、一朝一夕に成し遂げられるものではありません。引き続き隊員の登録と合わせて一歩ずつ、充実させていきます。

隊員の役割は、捜索と救助活動が主なものですが、それ以外の後方支援も大事な役割です。

遭難対策本部や現地本部での庶務的なお仕事や、救助隊員を現地まで送り届ける車の運転手など、人手はいくらおられても困ることはありません。後方部隊の充実が、前線での活動に余裕を生み出し、仲間の早期救出に貢献します。逆に、人手不足が発生すると最前線の活動の足を引っ張り、助け出すことが遠のくことにつながりかねません。山で困っている人を助けるために力を発揮したい。仲間を守りたい。そんな気持ちがあれば救助隊員の資格があります。ぜひ登録をお願いします。

京都連盟の救助隊員の登録は、現在**30**名です。当面の目標として、会員の**一割**の登録を目指したいと考えています。当然、登録してもらっただけではもったいない。応急手当や、搬出法などの講習会や勉強会にお誘いします。できる範囲で参加していただき、身につけられたスキルを、いざというときには発揮してください。（そんな場面はない方が良いでしょう。）

一割の方が隊員として登録して役割を発揮されると、どうなるのでしょうか。日頃の山行時に救助隊員が同行する機会が増えます。事故発生時の対応が早くなります。公的な救助の手が届くまでには時間がかかります。その間、応急処置ができるかどうか、命にかかわることもあり得ます。また、他パーティでの事故発生時での対応機会もあるでしょう。私たち労山の仲間の安全につながるだけでなく、登山界全体の安全に役立つことにつながる事となると思います。ぜひ登録ください。

登録は、左の二次元コードから登録できます。

うまくいかない場合は zrxshock@yahoo.co.jp まで連絡ください。
なお、既登録の方も活動範囲登録の変動があると思いますので、3月1日を起点に更新登録をお願いします。

京都労山救助隊 坪山 芳樹

6月25日（日）には、無雪期搬出技術講習会を実施します。今回は田辺山友会の皆さんが、応急処置の講習を担当いただきます。ふるってご参加ください。



事務局長会議報告 (各会と連盟の活動報告・意見交換・情報交換を目的に開催)

3月3日：やましな,乙訓,右京,西山,伏見,洛中,明峯,左京, 8 労山報告

各会の活動状況 (前月の例会や集いの実施状況・予定等)[各会・クラブ機関誌参照]

- ・[右京]<例会>2/8 三峰山 3 人、15 大文字山一般 2 名含む 11 人<予定>3/8 梅見山行・神戸市(雄岡山～),15 残雪の北山杖敷岳<その他>3/22 第 61 期定期総会
- ・[やましな]<例会>2/1～4 野沢温泉スキー10 人,11 グランドゴルフ 12 人<予定>3/7 摩耶山,26 ハイイクで俳句<その他>2/15 第 42 回定期総会出席 32 人委任状 35
- ・[西山]<例会>2/12～13 開田高原スノーシュー10 人,21 森山岳 9 人<予定>3/11 六甲(住吉道から石切道),13～14 宮島弥山<その他>2/8 第 1 回山行計画④周年の記念山行計画、会員数 3 月 1 日付変化なし男 46 人,女 100 人合計 146 人
- ・[乙訓]<例会>2/14 有馬富士 3 人,15 小塩山 4 人,22 ポンポン山(まんさくと福寿草) 8 人,24 十二坊 7 人<予定>3/7 蒲生野トレイル,8 金華山ぎふ梅祭,28～29 八ヶ岳赤岳,29 牛松山と七谷川桜並木<その他>5/23～24 春合宿那岐山
- ・[洛中]<例会>2/7 六甲縦走① 4 人,2/7～8 南八ヶ岳(赤岳,横岳,硫黄) 3 人<予定>3/7 福寿草のポンポン山,14 六甲縦走②,3/29 総会(京都アスニー)
- ・[伏見]<例会>2/14～16 車山と八島ヶ原湿原 9 人,22 比良・堂満岳 13 人<予定>3/9 鈴鹿・入道ヶ岳,23 鈴鹿・霊仙岳<その他>4/26 から 4 回 金毘羅岩稜トレ
- ・[明峯]<例会>2/14 東近江トレイル叢作山 7 人,28 大原十山天ヶ岳 3 人<予定>3/15 大和三山(畝傍山,天香久山,耳成山)28 加西アルプス,つどい「春～夏の山行」
- ・[左京]<例会>2/14 雲取山 3 人<予定>3/8 大文字山(東日本大震災追悼登山)3/25 「テーピング、左京総会について他」

連盟の取り組み、活動報告 (連盟の取り組みや活動状況を連盟事務局から報告)

- ① 全国の第 37 回総会、2 月 14,15 日東京市ヶ谷で開催。(会場)ビジョンセンター市ヶ谷。京都からは、坪山、大江、西村が代議員として、全国理事として平尾さんが参加。地方連盟から全国への会費値下げの 3 号議案が上程される、賛成多数で可決。
- ② 京都労山第 61 回総会 3 月 1 日(日)。場所一京都教育文化センター pm 1 時開場、1 時半開始。代議員数、リモート参加を含め総会は成立した。
 - 1 号議案、第 60 期活動報告と第 61 期活動方針
 - 2 号議案 第 60 期会計報告と第 61 期予算 1 号、2 号とも賛成多数で可決された。役員、会長、副会長も選出され、第 61 期が始まる。

4 月事務局長会議は、4 月 7 日(火)pm 7 時半 WEB 専用会議とします。

2026年3月1日、京都府勤労者山岳連盟第61期定期総会がリモート併用で、京都教育文化センターにおいて開催されました。

創立60周年を迎える京都労山では、記念行事を軸に各会の活動交流を進める中で連盟への結束力の強化をめざしています。各世代間での技術・経験の継承と、組織の人材育成は喫緊の課題です。

開会にあたってのあいさつ

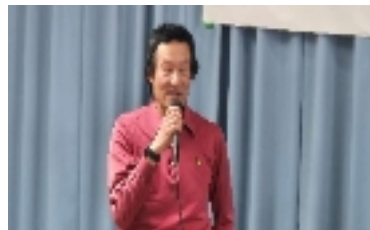
○京都府勤労者山岳連盟・中村会長

京都労山も60周年の節目を迎える。皆さん山での事故を避けて楽しい山歩きを続けていってほしい。ロシアによるウクライナ侵攻が4年目を迎え、さらにアメリカがイランに武力攻撃を行なっている。いま世界中で戦争が広がっている。第二次大戦では多くの山仲間が戦争で亡くなっている。平和であってこそその登山、今総会が登山文化を発展させるための議論の場となるよう期待している。



○全国連盟・川嶋理事長

全国連盟に報告された事故一報は昨年、400名を超える状況となった。どうすれば事故が減るのか内容の分析が必要。兵庫・大阪などで実施している筋トレの活動経験なども研究し、100歳の記念登山をあちこちで行いたい。昨日アメリカによるイランへの攻撃が起こった。無力感を感じる。今、平和が脅かされている。未組織の人たちも加わりながら、山登りを通じて平和な世の中を広げていきたい。



資格審査委員会報告

代議員定数69名で、開会時63名の出席（会場：58名、リモート：5名）の過半数により本総会の成立を報告。

選挙管理委員会報告

理事・会計監査の推薦、立候補届けの告知。

議案の提案（坪山理事長）

- ・60周年を迎え、新たな出発点となる総会。今後の10年を見通した議論が求められる。
- ・総選挙後、日本の空気がガラッと変わり政治情勢が難しくなっている。軍事費が増大し、武器輸出を増やす動きも出てきた。アメリカ・イスラエルが行ったイランへの武力攻撃には日本政府としてきちんと批判をしてほしい。
- ・労山では高齢化が進み、後継者不足で組織が保てない。50年の歴史があった舞鶴労山が解散した。



・60周年を迎える京都労山、「交流と継承」が今後の運動のテーマ。
議案書の内容に沿って1～7の項目で活動の報告、および61期方針の提案がされた。

会計報告

○会計報告についても、会計担当に代わり、理事長より60期決算の報告および61期予算案の提案。

会計監査報告

○担当者より問題なく正しく会計処理されている旨報告。

◇質疑・討論～代議員の発言から◇

青山理事（やましな）

会計報告書について、記載内容の修正および追記箇所の意見。

仲西理事（舞鶴山遊会）

ネパールの写真集を発行した。60周年での海外山行が入っていないのは残念。小さな会では連盟の海外登山は貴重な機会、ぜひ考えてほしい。舞鶴の五郎ヶ岳から舞鶴湾の自衛隊基地、弾薬庫が望まれる。トマホークの積み込みの光景も見え、写真も撮れる。戦前は五郎ヶ岳や青葉山は禁止されていて登れなかった。また登れなくなる時代が来るのでは？と心配している。自衛隊の予算が舞鶴市の予算を上回っている。精華町や福知山などいま京都が大変な状況、もっと関心を持ってほしい。



松本代議員（舞鶴山遊会）

山遊会では2名の退会があったが、新規に6名が入会した。ホームページから、および会員のロコミによる入会。名刺判のおさそいカードを渡して広げている。会では登山寿命を延ばす取組みとして“ゆったり山行”を実施。その中で70代後半の人が2名入会。着実に会員数が増え35名となっている。



青山理事（やましな）

能登半島地震への救援ボランティアは13名が参加し58回、108.5日に渡って行った。労山では8労山、11名の会員が参加。活動は3月末でいったん終了。

田原代議員（伏見）

伏見山の会では大文字山でのトレーニング山行を毎週平日に実施。当初は参加が3～5人程度だったが、今は7～10名の参加がある。60歳前後の人が中心で続けているが70代の人も参加。ルールとして登山口と下山口をいくつか決め、また途中の通過点を指定している。これを続ける中で体力もつけてきている。体力だけでな



く、その中で読図、ロープワーク、テーピングなどの学習も取り入れている。ホームページでも紹介、お試して参加する人も増えてきている。続ける中でトレ山行のリーダーをやってくれる人も増え、他の山行のリーダー養成の場となっている。続ける中で4~7名の方が入会し、現在47名のとなり退会による減少を食い止めている。運営委員会も現在20名で構成し、会の貴重な財産となっている。

会員の能力を生かした活動で会はもっと活発になる。連盟に危機感を感じる。連盟に関わる人が少ない。各会が連盟を支える意識を高める必要がある。

平和の問題と併せて、「自由な時間の確保」という課題での運動を進めることも大切。女性と青年の活動の前進につながる重要な問題、ぜひ検討してほしい。

射場代議員（やましな）

自然保護委員会の活動に携わっている。自然保護委員会として北陸新幹線延伸問題の署名行動を始めて6年になる。昨年の自然保護セミナーや、巨椋池干拓地での野鳥の生態などの自然観察会を実施し北陸新幹線が京都まで延伸された場合の自然環境の影響などを学んだ。北陸新幹線延伸問題については引き続き運動を進めていく。知事選挙では北陸新幹線京都延伸をストップさせる首長を選びたい。



花折代議員（明峯）

会員が高齢化し、行ける山が減ってきた。いま会では史跡ハイクを行なっているが高齢の会員の参加希望が増えてきている。50周年を迎え、尾瀬での記念山行を実施した。記念品もオリジナルのシャツ、さらに選択で救急セット収納にも使えるバッグあるいはキーホルダーを作成した。

山行管理では泊りの山行の場合、計画書を運営委員会に提出しそこで検討する。アドバイスを受け、認められたものを承認山行としている。参加者の状況等も考え、山域を変更するようアドバイスを行なったこともある。



原田代議員（洛中）

洛中もここ数年、会員数が減ってきている。昨年春に読図教室を実施したが、入会は1名のみにとどまった。会では60周年を迎え、記念の海外山行を実施した。ネパール・エベレスト街道トレッキングには9名、キリマンジャロ登頂には4名が参加し、全員登頂を果たした。そのほか記念企画として連盟・中村会長を講師に迎え「歴史探求シリーズ」として5回のハイクを行った。

洛中もここ数年、会員数が減ってきている。昨年春に読図教室を実施したが、入会は1名のみにとどまった。会では60周年を迎え、記念の海外山行を実施した。ネパール・エベレスト街道トレッキングには9名、キリマンジャロ登頂には4名が参加し、全員登頂を果たした。そのほか記念企画として連盟・中村会長を講師に迎え「歴史探求シリーズ」として5回のハイクを行った。レクチャーも好評で今後も続けたい。日常の山行例会では山行企画部主



体の例会も企画し、新しいリーダーの人に要請して実施している。春のセミナー、夏には尾瀬の山行、9月にはレセプションも予定されており、一連の取組みの中で会員増も進めていきたい。

討論のまとめ（坪山理事長）

今回も出席者から積極的な発言及び質問が寄せられました。

- 小さな会では難しい海外登山を、連盟レベルで取り組んでほしいとの要望、これこそ連帯感のある労山の強み、今後検討していきたい。
- 京都でも戦争の危険が迫っている。平和を守る取り組みには連盟として今後も続けて行きたい。
- 会では様々な工夫を凝らし労山を知らせる活動がされているが、労山では門戸を広げる活動を日常的に続けていくことが大切。連盟も会の経験を他の会へ知らせていく。
- 持続的に体力トレーニング山行を続ける中で、参加会員を広げ会員拡大にもつながっている。会運営も活発化し運営委員会の増強にも結び付いている。
- ペース登山の実施は、登山寿命を延ばす取組みの一つとして参加した人たちが会の中に広げてほしい。
- 北陸新幹線延伸問題は、4月に行われる知事選挙の中で、各候補がどういう立場かよく見極めてほしい。自然を守る、府民の暮らしを守る立場を明確に示すかどうかが問われる。
- 会で取り組む読図教室など学びの取組みは、単なる会員拡大の場だけでなく、教えることで会員の成長につながる。歴史探求ハイクも新しい活動方向の実践、運動の継承につながる。

資格審査委員会から

14時現在の出席代議員数は会場59名、リモート7名で総会は成立。

議案の採決

- ・60期活動報告・61期活動方針・60期決算報告・61期予算案
いずれも賛成多数で採択

役員選挙

立候補の届けは無く、連盟推薦（理事40名、会計監査2名）の信任投票
投票結果：圧倒的多数で全員が信任

会長、副会長の選出

会長、副会長については中村会長、横井副会長の再任を拍手で承認

第1回連盟理事会の報告

理事会役員の報告

坪山理事長、大江副理事長、平尾副理事長の再任
常任理事の選任

総会閉会



友ヶ島 ごみ調査と観光

京都府勤労者山岳連盟 自然保護委員会

近畿ブロック自然保護委員会主催による友ヶ島（和歌山市加太）での『ゴミ調査と観光』が来月に計画されています。昨年は天候が悪く、船が運行できずに中止となりました。今年こそ良い天候の下で実施されることを願っています。多数の方の参加をお待ちしています。

1. 実施要領

- ・友ヶ島はゴミの島、ペットボトル、発砲スチロールの宝庫です。
- ・近年マイクロプラスチックが激増、それを食べた魚を人間が食するため体内に取り込まれることが問題視されています。
- ・回収したゴミを種類別に重量測定し、改めてゴミ問題を考えたいと思います。
下記のとおり、日程は2通りとし、当日欠航時は実施を1週間スライドします。

主 催：近畿ブロック自然保護委員会

と き：4月17日（金） 注：17日フェリー欠航の場合は24日にスライド
4月19日（日） 注：19日フェリー欠航の場合は26日にスライド

集 合：南海電鉄・加太駅前 午前10時

乗船 友ヶ島汽船 フェリー…行き 加太港 11時00分
帰り 友ヶ島 16時30分

※ フェリーの出航は早朝6時に決まりますので、各自で『友ヶ島汽船のホームページ』を確認してから自宅を出発してください。

参加費：フェリー運賃（往復で2500円）人数により団体割引および障害者割引もあります。

コース： ゴミ調査班 野奈浦棧橋⇒南垂水海岸
観光+ゴミ調査班 棧橋⇒子午線広場⇒タカノス山展望台⇒第3砲台跡⇒
南垂水海岸 歩行時間：3時間

※ 切：3月29日（日）および定員（近畿ブロック全体で約60人）に達し次第

持ち物：お弁当、水筒、雨具、ヘッドランプ、地図、軍手、ゴミ袋45Lを2枚、（金バサミ）

2. 申込方法 申込書に必要事項を記入して下記のアドレスまたはFAXにご連絡ください。

申込先：中塚光史 メール：n-recog61kyopsy888@kcn.jp

Fax/Tel：0774-21-4121

◎ 申込書（必要事項を記入されましたら、申込みはこの案内文書そのまま送付ください。）

申込者氏名		所属山岳会	
参加希望日	何れかを○で囲んでください 1. 4月17日（金） 2. 4月19日（日）		
参加コース	何れかを○で囲んでください 1. ゴミ調査班 2. 観光+ゴミ調査班		
住所			
メール		携帯	

2026春山連絡会のご案内

山行中の危険要因を共有し、安全な登山を行うために、遭難対策部恒例の「春山連絡会」を開催いたします。

春山山行について意見を交わしたり、山行時の写真を見ながら情報共有するなど交流も深めます。

春山・残雪期の山行を企画されている方や、計画しようと思っておられる方、春山山行に興味がある方など、リモートも併用して開催いたしますので、この機会にぜひご参加ください。

つきましては、山行の企画がある方は山行計画書(詳細が決まっていない場合は、簡単な企画書でも可能です)や、山行写真をお持ちの方は写真の提供をお願いいたします。

—記—

担 当：京都労山 遭難対策部

日 時：2026年4月3日(金) 19:30~21:00

場 所：連盟事務所(京都市右京区花園伊町4)

※リモート会議併用

申込先：メール zrxshock@yahoo.co.jp (明峯労山 坪山芳樹)

締 切：・参加申込 3月31日(火)

・山行計画・写真等 3月30日(月)

その他：・参加申込のメール件名は、必ず「春山連絡会」としてください。

・参加者には事前に山行計画書等をメールで配信します。

・リモート参加者には、別途メールにて参加用 URL をお送りします。

以上



第45回 近畿ブロック搬出技術講習会のご案内

ハイキングレスキューコース【事前申し込み制】

- 日時 2026年4月4日(土) 9:00 受付開始 9:30 ~ 15:00 予定
- 会場 京都教育文化会館302号室(京都市左京区聖護院川原町4-13)
京阪電車「神宮丸太町駅」下車5番出口より東へ徒歩5分
- 内容 ハイキング中の怪我への応急処置や対応など。
三角巾の使い方 止血法など
- 定員 36名 各府県連6名まで **事前受付となります。**
- 装備 三角巾・非常セット(ピンチバック)・昼食
- 対象者 ハイキングリーダー、サブリーダーもしくはそれに準じる方。
- 前回のテキストをお持ちの方は持参してください。当日、必要な方は配布します。
- 駐車場の用意はありません。公共交通機関をご利用下さい。
- 申込先メールアドレス zrxshock@yahoo.co.jp

初級コンパニオンレスキュー班【事前申し込み制】

- 日時 2026年4月5日(日) **:**受付開始 **:**~**:** (雨天決行?)
- 受付実施場所 皇子が丘公園
皇子が丘公園(JR大津京駅から徒歩**分)
- 持ち物 山行時の装備一式、及び、ヘルメット、緊急時に備えて常々携行しているスリング、カラビナ、細引き
- 内容 細引きの結び方、簡易ハーネスの作り方、カラビナスルー、事故者の所まで行くために細引きで丸結びを使った斜面の降り方登り方の技術習得
- 対象者 ハイキングの山行リーダー等の方で学んだレスキュー技術を会の中で伝達する意欲のある方。
受講者最大15名程度とします。
- 今回使用する講習会テキストは現地でお渡しします。
- 申込先メールアドレス c.old.92.kawa@gmail.com

・尾根搬出コース【事前申し込み制】

- 日時 2026年4月5日(日) 9:00 やまびこ茶屋前集合 ~ 15:00 終了予定
- 場所 百丈岩やぐらおよび百丈岩周辺(JR道場駅より徒歩約30分)
- 内容 登山道での背負い搬送。
- 募集定員 募集人員 10名
- 装備 ・ヘルメット*、ハーネス*、*手袋*

*は必須装備です 上記の他、各コースとも一般装備（行動食、水筒、雨具等）必要。

●対象者

山行リーダー等の方で学んだレスキュー技術を会の中で伝達する意欲のある方。

●前回のテキストをお持ちの方は持参してください。当日、必要な方は配布します。

●申込先メールアドレス kohei1965@gmail.com

・クライミングセルフレスキュー技術交流会【事前申し込み制】

●日時 2026年5月24日（日）8：50集合 ～ 16：30ごろ終了予定

●場所 神戸登山研修所

●内容 クライミングにおけるレスキュー技術の実技講習。各技術に関する意見交換
各府県労山救助隊の現状共有、抱えている課題と今後に関する意見交換

●募集定員 募集人員 15名程度

●装備 ・ヘルメット他登攀用具

●対象者 近畿ブロックの各府県労山救助隊（それに準じる組織）に所属するもの。

●前回のテキストをお持ちの方は持参してください。当日、必要な方は配布します。

●申込先メールアドレス black_bear@bcc.bai.ne.jp

・各コース共通事項

●参加費 無料

●参加条件：労山基金、又は、それに準じる山岳保険加入者

●雨天決行です。前日の夜の21時時点で警報発令時は中止します。

●講習中の事故等に対しては自己責任でお願いいたします。

●会則に則り山行届けをお済ませください。

・申し込み方法

申し込み締切日：3月15日（日曜日）先着順で募集人数に達した場合は締め切りさせていただきます。

参加ご希望の方は各コース申込先メールアドレスに必要な事項を連絡をお願いします。

●必要事項：氏名/年令/性別/所属連盟/所属会/連絡先電話番号/緊急時連絡先電話番号

京都労山女性委員会 雪見山行報告

大文字山（465.2m）

山行日時：2026年2月15日（日）晴

参加者：乙訓山の会4名、右京労山2名、西山HC1名、木の根2名

左京労山1名、洛中労山6名 16名（順不同）

コースタイム：JR山科駅発8：30発～柳山9：28～蔭山9：43～毘沙門山10：

21～雨社10：54～大文字山11：50～大日山12：35～七福思案処

13：00～日向神社13：30着

（歩行時間約5時間 歩行距離約8km）

一週間前は、最強の寒波で日本列島が震えましたが、小春日和でポカポカ陽気で「雪見山行」になりませんでした。A班、B班に分け、登りはA班三橋さんを先頭に最初の急登も統制の取れた素晴らしい歩きでした。雨社舎で昼休憩し大文字山に到着。今日は京都マラソンのせいか静かな山頂で全員の記念撮影や会のメンバー毎の写真取り楽しみました。下山はB班小室さんを先頭に快調に下り日向神社で解散しました。

女性委員会は委員の高齢化などの諸事情で今期を持って「休会」することになりました。「女性のための登山教室」や「交流山行」を取り組んで来ましたが、今回の大文字山が山行が最後になりました。たくさんの方に参加して頂き感謝いたします。

この山行は小室（乙訓）、小西（西山）、三橋（右京）、進藤の女性委員が担当しました。

報告 CL 洛中労山 進藤寿美子

＜参加者の感想＞

木の根 高田さん

大文字山のロングコース、女性委員会の休会で最後の山行、16名で急な登りも楽しく登りました。

洛中労山 多田さん

山科からの大文字に初めて登りました。皆さんとのペースがとても自分に合っていて楽しく歩けました。女性委員会の例会が今回で一応終了と言うことで。参加できて良かったです。役員の方々お疲れ様でした。

洛中労山 辻さん

他会の方と交流する事が無いので、女性委員会の山行で他会の方と一緒に歩ける事が楽しかったです。休会は本当に残念ですが、各々の会の活動で補える事なのかなと思います。最後の女性委員会の山行最高！

右京労山 三橋さん

今回の前半は16名の先頭を歩きました。責任重大で緊張しましたが、おしゃべりできる余裕を持って無理せず登ることができました。他の会の方との交流は楽しい思い出となりました。



クライミング委員会山行 報告

クライミング 《山神社の岩場》

日:12月20日(土) 晴れ

メンバー:青山、河合(やましな)、内野(洛中)

山科駅に集合し、車で一路、姫路の山神社の岩場へ。

駐車場から山神社まで徒歩10~15分程ですが、結構遠く感じました。神社横の登山口から山神社ピークへ向かい、途中でトラバース道をたどると下部スラブ。通り越して少し登ると左岩南面に着きます。

それぞれお好みのルートをリード。本日は、私たち3人のみでした。

上部壁や左岩西面に偵察にいくも、だいぶん苔むして登るテンションにはならず。せっかくなのでゴリラ岩も見に行きました。



クライミング 《新岩(下)》

日:2月14日(土) 晴れ

メンバー:小泉(田辺)、河合、青山(やましな)

1月下旬と2月上旬に企画した山行はメンバー都合が合わなかったり寒さに負けたりと中止、今年初岩が今日となった。

高島、河内長野、道場、姫路と毎回違う岩場に行き、良くも悪くも落ち着きのない委員会山行。目標のルートを落とすために数シーズン同じ岩場に通い続けるのもアリだけど、行ったことのないところへ行って色々登るのも楽しい。

と言うことで、最近公開された新岩下エリアへ。

京都から近い岩場だけど駐車スペースが限られているので早めに集合し出発、案の定この時間で車はそこそこいっぱいだった。でも、車が止められる数に比べココを起点とするエリアの数、ルートが多いので、街から近く人気エリアにも関わらず一つの岩がめっちゃ混み合うことはなくそれなりに自分のペースで登れ快適。

本題のクライミングはと言うと、天気予報を信じきれず朝一の冷え込み対策で上下厚手のインナーをチョイスしたのは失敗、岩に陽が当たり始めた昼前からはポカポカ陽気で暑いくらいだった。まあ寒すぎて岩が冷たく手が悴むほうが辛いから、それなりの服装を選んでいたら快適なクライミング日和。

屏風岩でのクライミングを一日楽しみました。



.....

【クライミング委員募集のお知らせ】

※クライミング委員会では、委員志望者を随時受け付けています。

希望される方は、各山岳会を通じてクライミング委員会までご連絡ください。

連絡先：kr_climb@yahoo.co.jp

※委員について

- ・登攀要素を含む山行(クライミング・沢登り・雪山など)を目指している方
- ・労山基金5口以上、またはそれらに準ずる山岳保険に加入している方

京都労山 60 周年記念春の交流ハイク

愛宕山（924m）ペース登山

主催 京都労山ハイキング委員会

京都労山 60 周年。繋ごう経験、広げよう仲間の輪。愛宕山・交流ハイク！急がず、休まず、心地よく。ツツジ彩る愛宕山で『一生モノの歩き方』をマスターしませんか？

多くの山岳会で高齢化が進む中、いつまでも安全に山を楽しむためには「上手に歩くこと」が欠かせません。今回は、高齢者でも疲労せずに歩ける「安心な登高ペース（1 時間で標高差 300m～350m）」を体験する実習を行います。また、今年度は京都労山 60 周年の節目として「交流一世代間での経験と技術の継承」をテーマに掲げています。山頂では昼食を囲んでシェア会も行います。春のツツジを楽しみながら、共に学び、語り合しましょう。

山行日 2026 年 4 月 18 日（土）※雨天中止

集合場所・時間 JR 保津峡駅改札外 8 時（JR 京都駅 7：34→JR 保津峡駅 7：56 JR 園部 駅 7：27→JR 保津峡駅 7：50）

コース 保津峡駅～つつじ尾根登山口～水尾の分かれ～愛宕山（昼食・シェア会）～水尾の分かれ～水尾～保津峡駅 ※歩行約 5 時間

実施内容 次紙参照 愛宕山「ペース登山」実施の手引き

持ち物 日帰り一般山行装備 筆記用具 昼食 飲み物

締め切り 4 月 8 日（水）

申し込み方法 申し込みの際に、①所属会名、②氏名、③年齢、④電話番号、⑤緊急連絡先を必ず知らせて下さい。

申し込み先 京都田辺山友会 中村康信 メール：daiya1353@gmail.com 実施



愛宕山「ペース登山」実施の手引き

～一生モノの歩き方をマスターしよう～

【はじめに】多くの山岳会で高齢化が進む中、いつまでも安全に山を楽しむためには「上手に歩くこと」が欠かせません。今回は、安藤真由子先生（日本勤労者山岳連盟 講師）の理論に基づき、疲労を最小限に抑える歩行ペースを体験します。

1. 今回の目標：安心な登高ペースの体感

- 目標ペース：1時間で標高差300m～350m。
- これは、高齢者でも疲労せずに歩き続けられる「安心な登高ペース」の目安です。
- 「急がず、休まず、心地よく」歩く感覚を身につけます。

2. 実施内容：主観的運動強度（RPE）の記録

実施体制 CL 京都田辺山友会 中村康信 実行責任者

SL らくなん山の会 高岸美由紀 副実行責任者

10名程度の班編成で班ごとに行動し、班長はハイキング委員が担当します。

登山中、自分の体感（きつき）を数値化して記録します。

- 標高100mごとに目標ペース速度を変えて歩きます。チェックポイントで立ち止まり、その瞬間の「脈拍」と「主観的なきつき」を記録用紙に記入します。
- 自分にとって「どのくらいの速度」が「どのくらいきついのか」を知ることが、山行寿命を延ばす第一歩です。

3. 山行寿命を延ばす「三つの柱」

実施に際しては、以下の三要素を意識して歩きます。

1. 歩行技術：足の動き、上半身の脱力、ストックの適切な使用。
2. ペース管理：自分に合った「疲れない速度」の把握。
3. セルフケア：日頃のストレッチや筋トレによる身体のメンテナンス。

4. 当日のスケジュール・コース

- 日時：2026年4月18日（土） 集合 8:00（JR保津峡駅改札外）
- コース：つつじ尾根を登り、標高差ごとにペースを確認しながら山頂を目指します。
- 山頂にて：昼食を囲んで、各自の気づきを共有する「シェア会」を行います。

5. 持ち物・その他

- 持ち物：日帰り山行装備、筆記用具（記録用）、昼食、飲み物。
 - 雨天中止：中止の場合は事前に連絡いたします。
-

（参考）実施内容の背景 この取り組みは、2025年に中村と高岸が参加した「全国ハイキングリーダー学校」での安藤真由子先生の講習をもとに作成しています。

京都労山 60 周年記念行事

《記念講演会 & 交流分科会(仮称)》

～お知らせ 第 1 号～

60 周年記念行事のメインテーマは、

「“京都 18 労山の交流”と“世代間での経験・登山技術の継承”」
です。

メインの取り組み(交流企画)として、“記念講演会 & 交流分科会”を実施します。

分科会は 150 人、講演会は 350 人規模の会場を準備していますので、多くの参加をお待ちしています。

開催日：11 月 14 日(土)

場所：京都教育文化センター

内容：午前／交流分科会(複数の魅力ある分科会を企画予定)

午後／記念講演会 講師：安藤真由子さん

講師プロフィール：鹿屋体育大学卒。山本正嘉教授のもと登山の運動生理学を学び、2005 年同大学院修士課程修了。健康運動指導士、登山ガイド。

参加費：無料

決まった事から随時、機関誌などでお知らせしていきます。

問い合わせなどは、各会の 60 周年実行委員までお願いします。

担当：60 周年実行委員会(田辺／山城／らくなん)

第15回実行委員会(京都労山60周年記念事業) 記録 平尾

2026年2月18日(水) pm7時30分～8時30分(リモート専用)

参加者:宮内・安倉(田辺)、沖(山城)、岩根(左京)、高木(右京)、野原(WAO)、金山(福知山)、青山(やましな)、安田(らくなん)、花折(明峯)

近藤(乙訓)、高野、西村、坪山、平尾(連盟)/15人(敬称略)

<報告>

1 60周年記念事業の今年度予算

40万円とする。(3月1日総会に連盟予算案として提出)

記念講演会と春秋の交流山行の費用。記念誌は来年度予算とする

2 ライン会議(2月10日)

3 労山4名、青山実行委員長、金山副実行委員長、西村の7名で行い、以下を決めた。

(1) 11月14日(土) 記念講演会のメイン講師を決定した。

講師 安藤真由子さん。(鹿屋体育大卒、体育学博士、健康運動指導士登山ガイド、元自動車ロードレース日本代表)山本正嘉先生の弟子。

全国連盟の紹介で、こちらの希望に添ったベストの講師となった。講演料も安価。

講演料25千円、東京→京都新幹線往復、前泊、雑費いれても合計7万円まで。

(2) 11月14日の会場

① 京都教育文化センターホールを押さえた。360名収容のシアター形式、舞台も広いが、客席に傾斜があるのが欠点。

会場費用、午前午後で67,320円。他に会場サポート費用(照明等)必要。

会場に駐車場はないが、周辺に駐車場あり

② 京都アスニーホールも候補。予約が6ヶ月前の4月25日から可能で、競合すれば抽選になる(確定できない)。400名収容、午前午後で

54,680円。客席の傾斜は緩い。

(3) 秋の交流山行

日程を2週間前の10月31日(土)に決定した。行き先、方法は今後検討する。

・春の交流山行は、4月18日(土)ハイキング委員会主催春の交流ハイクで、愛宕山つつじ尾根でペース登山に決定。詳細は京都労山3月号に案内。4月4日下見実施。

<検討課題>

- (2) の会場について、両会場ともホールでの飲食ができない。(教文センターはロビーは可能だが狭い、アスニーはロビーも禁止)
- 午前自前の研修で交流を深め、午後記念講演を考えているが、昼食場所の問題がある
 - る。午後だけとすることも含め検討を要する。
- 出席者からの意見
 - ・ 午前・午後の場合、昼食場所として別の部屋を借りる(教文センターの場合 302 号、等)、又は周辺の店や鴨川の河原(雨天時はだめ)で食事をとってもらう
 - ・ 午前中を近くの山での山行にし、昼食をとってから午後会場へ(大文字山、双ヶ岡?)
 - ・ 午前中にする内容を先につめる必要がある
 - ・ 日赤から講師を呼びファストエイドの講習会をしてはどうか、その場合、教文ホールは不可なので別室を借りる(302 号室等、食事可能)
 - ・ 午後の講演が登山寿命を延ばす内容でベテラン向きなので、午前は若手向きに登山文化の継承の観点からバリエーションの活動もいいのではないか
 労山の先輩でロープの講習を頼める人がいる
 - ・ 幾つかの部屋に分かれ、ファストエイド、クライミング、雪山など数テーマを設定し興味のある分野を選択してもらうのはどうか
 - ・ 初級登山学校の内容紹介 前回より詳細に雪山、岩等の取組みを紹介
 - ・ 午前中の山行は、移動の時間、準備で難しいのではないか、ファストエイドは無雪期搬出訓練でもやっている
- 各出席者からの意見・提案をうけ、次回 3 労山オンライン会議で検討を深める。

<その他>

- ・ 春の交流山行に実行委員会としてすることは何かありますか?
 取材が中心、参加者が多数になった場合は手伝う必要もでてくる。
- ・ 教文センターを安価に教員枠で借りられるか調べる。

次回 第 16 回実行委員会 3 月 18 日(水) 19 時 30 分～ WEB
3 労山ライン会議 3 月 10 日(火)

京都府連盟登山道倒木整備 一大文字山を整備しよう

これまで登山道を使った感謝の念と恩返し、多くの登山者の安全のために

安祥寺上寺跡右俣下流部の整備は3月に完了しました。4月からは新島裏のお墓の南の方を整備します。ここが終わったら安祥寺上寺跡右俣上流部を行います。

これまでと同様に参加者の力量に応じて、力のある人はノコギリで倒木伐採、大木運搬、力のない人は小枝切り、小枝整理、声援と分担して行いますので誰でも参加できますのでご安心下さい。ケガをした場合は労山基金も対象になります。

登山道整備は京都大阪森林管理事務所の承認を得て実施しています。伐採する倒木には1本1本管理事務所の伐採許可番号札が貼り付けられています。

みんなで頑張って楽しく安全第一で整備しましょう。参加をお待ちしています。

★実施日：4月11日 5月16日（いずれも土曜日）

本降りは中止。小降りは状況によって実施。天候が怪しい時は前日か当日の朝早く判断して中止メールを送ります。

★申し込み締め切り：実施週の月曜日

★集合場所：地下鉄蹴上駅南禅寺側の地上の出口。8時30分には出発します。

★参加申込先：連盟登山道整備担当 やましな山の会 青山郁夫

080-3797-4392 携帯メール 2382m.iku01025@ezweb.ne.jp

留守宅（緊急連絡先）も教えて下さい。

★参加条件：労山基金を含め山岳保険加入者

★持ち物：カップ、ヘッドランプ、レスキューシート、タオル、安いゴム手袋（なければ軍手）お弁当、救急薬品 ヘルメット（必携）、ノコギリ（なければお貸しします）、長靴（任意）、スパッツ（任意）、笑顔（必携）
必要に応じて簡易ハーネス、カラビナスルー装備、自己確保装備

★共同装備：9mm. 8mm ロープ、ビニール紐、カラビナ、ダック、サムスプリント

★その他

- ・作業の前には危険予知を相互に行い安全作業に努める。
- ・木が1/3切れたら声を掛けること。1/3でも突然、木が切れ落ちることがあるので注意！
- ・木を切る前には切れた木がどちらに落ちるか、跳ねるか常に予想して退避方法を考えておくこと。
- ・切った木を運ぶ時も木がどう動くか予測しておく。
- ・コロナはまだ続いています。インフルエンザも心配です。

本人や同居家族で微熱や、咳、喉の痛み等がある場合は参加を取りやめて直ぐに発熱外来に行ってください。



京都府連盟 ～大文字山登山道倒木整備報告～

連盟登山道整備担当：青山郁夫

2026年2月21日（晴れ）

やましな：青山郁夫・久子、右京：西村・村上・荒木・市岡、田辺：宮内

山科駅 8:25—8:59 林道入り口 9:04—9:32D 尾根整備 10:20—10:40 安祥寺上寺跡右俣
整備 15:40—16:33 山科駅

今回はまずは前日に個人山行で整備したD尾根の木の先端部を滑車を使って引き上げてから搬出訓練で練習した細引き丸結びを使って急斜面に降りて枝を除去した。

次に安祥寺上寺跡右俣に移動して谷の中の朽木除去と斜面の倒木を整備した。谷から山道に倒木を引き上げるのに滑車を使ったが思いのほか、有効的に引き上げられた。

滑車を使うと引き上げるロープの向きとロープを引く向きが自在に変えられて作業がとても楽であった。

今回は作業前にみんなで1/3システムや1/5システムの勉強会をして、これらのシステムで倒木を引っ張ったり、倒木を谷から引き上げたい。1/5システムは遭難者の引き上げでも使える。今後は楽しみです。

荒木さん

倒木整備に画期的な道具が加わりいつもより仕事が捗りました。

なんていい道具なのでしょう！

村上さん

快晴快適な丸太切、10mmロープと滑車で谷底からの引き上げも快適。

作業もはかどり楽しかった！

宮内さん

今日は新兵器の滑車を使って谷底から倒木を引き上げる作業。

谷に響き渡る「セーノー！」の掛け声とともに、みんなでロープを引く。

作業も捗り気持ちの良い一日でした。

来月もまた、あの谷に仲間達と一緒に一緒に行こうと思います。



D尾根の作業
細引き丸結びで降りる



谷から朽木を引き上げる



谷の中の倒木を伐採する



滑車を使って切った木を
谷から引き上げる

第 57, 58 回 能登半島地震復興支援ボランティア報告

連盟ボランティア担当 青山郁夫

第 57 回 活動日：2026 年 2 月 13 日, 14 日 七尾市 748km 走行

参加者 やましな：青山郁夫 久子

2/12 晴 京都 9:16—のと里山里海ミュージアム見学—太左エ門で海鮮丼—19:00 農遊庵泊

2/13 晴 農遊庵—7:43 石崎保育園—東湊町の仮設住宅—旭町倉庫—ななかクリーンセンター、七尾市中央埋め立て場—石崎保育園 16:36—農遊庵—弁天湯—農遊庵泊

★参加者：全体で 16 人 班員 4 人

★活動内容：仮設住宅引っ越しお手伝い搬送 旭町倉庫片付け、ななか埋立場物品搬送

2/14 曇 農遊庵—7:28 保育園—石崎町のおうち（待ち時間で南京結び勉強会をした）—旭町倉庫—保育園—他班応援—保育園 16:45—22:02 京都

★参加者：全体で 81 人 班員 8 人

★活動内容：震災ではないおうちの不用品搬出搬送。他班の公費解体の物品分別搬出搬送応援

青山郁夫

一昨年 2 月 14 日に初めての能登復興支援ボランティアに参加して 3 年目を迎えた。支援内容も随分変わって来た。今回 1 日目は仮設住宅に入ったが事情があつて特養施設に移られた方の引っ越しのお手伝い。2 日目は震災の物理的な被害ではないが地震で受けた心情から新たな気持ちになって生活を立て直そうという方のお手伝いだった。

まだまだ支援の手を待ち望んでおられる方が多くおられる。ボランティアの一般募集が終わるまで能登に向かい志を同じくする仲間と一緒に活動を続けたいと思う。

青山久子

すっかり更地が多くなった七尾市石崎町で 2 日間活動した。今回初めて仮設住宅の中に入って引っ越しの家財の搬出をしたが、一人住まいのお宅とは言え、1K の住まいでは置けるものが限られてしまうのは何とも潤いがなく、気持ちが籠ってしまう。また 2 日目のお宅は直接的な被災は少ないが、心に受けた傷は癒えるのに時間が必要で、3 年目でようやく家財を処分することで前を向き始めたと言っておられたのが印象に残った。それぞれの新しい一歩を心から応援したい。



2/13 仮設住宅から家財の運び出し



本日は 16 名の参加者
少なかった。



2/14 家具のガラスを取り外して運ぶ



本日は 81 名の参加者
団体さんが多かった

第58回 活動日：2026年2月27日,28日(28日は昼まで) 七尾市 731km 走行

参加者 やましな：青山郁夫(一人)

2/26 曇 京都 11:07—途中3回休憩—16:44 農遊庵泊 357km

2/27 曇 農遊庵—保育園 9:51—七尾市石崎町で活動—保育園で昼食—七尾市石崎町で活動—保育園 16:27—農遊庵—弁天湯—農遊庵泊

★参加者：全体で16人 班員8人 2人一組で活動(私の相棒は八王子市の方)

★活動内容：2/28と3/6のイベントのチラシをピンポンして訪問配布 325軒配布

2/28 曇 農遊庵—保育園 9:58—七尾市御祓(みそぎ町)で活動—保育園 12:34—農遊庵 13:40—途中2回休憩—18:11 京都 731km

★参加者：全体で56人 班員10人(内6人が名古屋の大学生)

★活動内容：半壊して修理して住めるようにする家の不用品物品分別搬出搬送

今回は久子さんが頸椎ヘルニアで左の肩から指先まで痛くてしびれて不参加。初めて一人運転で行く。一人でも出来るんだと自信がついた。でも、やっぱり二人の方がずっといい。久子さんのこれからは心配。早く良くなってまた一緒に能登に行こう。

2/27、今回は初めてチラシ配布。ポスティングではなく1軒1軒ピンポンしてチラシの説明をして参加を呼びかける活動をした。公費解体をして更地の中に時折、新築中の家がある。5軒に1軒ほど対面できた。「おでん大会をするの。お鍋、持ってこ」「ありがとう、行くわ」などの声も聞いた。おらっちゃ七尾の活動が地域に溶け込み始めている。

2/28、とても古い家だった。半壊で家が傾いていたが大工さんに直してもらったとのこと。家を修理してこれからも住めるように不要な家財を搬出して欲しいとの依頼だった。家にはおじいさんとおばあさんが住んで見えた。トイレと台所と一室だけが綺麗で、他は家の中じゅう、ひっくり返っていた。ここに地震からずっと住んでいたとは。心が傷んだ。

おやっちゃ七尾のスタッフを始め多くの顔なじみの参加者から「あれ、奥さんは？」と声をかけてくれた。都度、事情を話すとみんな「お大事にね」と云ってくれた。2/28の私たちの班は大学生の6人を除く3人が久子さんのことを知って見えた。久子さんは人気者。



公費解体して更地が多い。石崎町のみなさんにイベントのチラシをピンポン訪問配布した



半壊して傾いた家を直してリフォームして住む家の不用品の搬出。大学生、とても頑張っていた。



<コースタイム> 上り 1h42(2h30)/下り 2h(1h55)/計 3h42(4h25)

<まとめ・報告>

4(土) 水越峠P(車中泊)

18:50 水越峠P着。以前互助組合の葛城山山行の時には一杯だったが、流石にこの時間には車は少なく1台だけ止まっていた。その車もこの暗い中を下山して来たのか10時頃出て行った。夕食後は俱留尊山・住塚山山行の疲れで早々と寝るが夜中に峠を走り抜ける何台もの暴走族の車とバイクの轟音で何度も目が覚める。

5(日) 水越峠P~ダイヤモンドトレイル~湧出岳~葛木岳~大日岳~六道ノ辻~水越峠P

05:10 外がすっかり明るくなって来たので起きる。4時頃から轟音で目が覚めてはいたのだが寒いのでシュラフにもぐって待っていた。朝食を摂り峠の路肩にあるPスペースへ移動。先着車が1台ありその後ろに並べて止めていると次々に車がやって来て止まる。

05:58 ゲートの脇を抜けダイヤモンドトレイルを行く。暫くはゴンドコバ林道と兼ねている2m幅のなだらかな道。冷気で指が痛い。

06:22 金剛の水。豊富な水が湧出。ベンチやコップも置かれ休憩適地。花崗岩を通った水はうまい。

06:27 カャンボ分岐。直進は林道が六道の辻~山頂へ続く。左へ橋を渡りダイヤモンドトレイルを行く。丸太階段の急登が続く。

06:40 旧パノラマ台。ベンチがあり大阪湾方面が広く見渡せ東側の眺望良好。ここからは少しならかな杉と桧林の中の道。

07:04 分岐。赤いテープを巻いた標があるが行先は書いてない。

07:18 分岐。ここには高天と行先が明記されていて高天へと下る人がいた。郵便道と言うらしい。

07:22 一の鳥居分岐。右へは葛木岳。左へ湧出岳山頂を目指す。

07:28 湧出岳 1112m 山頂。一等三角点があり、脇には鉄塔があり展望台とあるが立入禁止になっていた。すぐ下に経塚があった。

07:40 葛木神社。裏山の葛木岳は神域のため立入禁止なのでここが最高点になる。

07:54 国見城跡山頂広場。ここにも金剛山山頂の標があり居合わせた人に写真を撮って貰う。ここからも東側の大阪湾の眺めが良い。手前に転法輪寺や売店があり、1000回登山達成者の名札が多数掲示されていた。

08:03 売店の人に道を聞き大日岳に向かうが道が細かく分かれていて不明。一の鳥居まで戻ってしまいやり直す。

08:20 迷い乍らも大日岳 1094m 山頂着。大きな広場になっていて次々と登って来る人達とすれ違う。

08:29 六道の辻~太尾塞跡へと桧林の中を下り、更に少し下るとゴンドコバ林道へ出た。

09:06 モミジ谷分岐。手前で遅いフキノトウを3株見つけた。すぐにカャンボ分岐に出る。

09:10 金剛の水。コップに2杯美味しい水を飲み休憩。ペットボトルにも入れて帰る。

09:40 水越峠着。路肩には登山者の車が連なっている。R170~R171を通り12:00 帰宅。交通量は多いが日中なのでまだスムーズに走れた。

金剛山へはこの後2016年2月3日(金)~14日(日)には妻と2人で霧氷を見に行き、ロープウェイ利用で美しい霧氷を堪能した。

2016年3月12日(土)には会の山行で西村さんをCLに笠置さん・夏原さんと4人で、当麻駅~二上山~葛城山~金剛山~天見駅までダイヤモンドトレイルを縦走した時に登った。葛城山からの厳しい下りで夏原さんが膝を痛め、何とか山尾峠まで来たがその先の紀美峠まで行く事を諦め、途中で天見駅へ下った。天見駅に着く頃にはすっかり暗くなりヘッドランプを点けての下山だった。その後会に何度か山行提案したが果たせずにいる。



4月号案内

表紙の絵

屋根谷 克己 さん (らくなん山の会)

アズマイチゲ

*かなり前です。

綾部の弥仙山に登った時。

登山道で見つけました。



*米国のトランプ大統領とイスラエルのネタニヤフ首相が安保理の手続きや国際法を無視して突然イランに空爆を始めて2週間になります。

小学生や教員など170人以上が死亡したと報じられています。

イランも反撃に出て、石油などを積んだタンカーはペルシャ湾から移動出来ず、その影響からガソリン価格が急上昇しています。

精華町の弾薬庫が昨年からの拡張工事に入っているとわれ、そこで保管された弾薬をミサイルに搭載して舞鶴港から出港するという、まさに戦争が身近になっていると感じます。

総会でも五老ヶ岳や青葉山への登山が制限される時が来るかもしれないと警鐘が鳴らされていました。

『平和でこそ登山が出来る』と労山のスローガンを思い起こす時です。

<お知らせ>

表紙のイラストや写真を提供ください

労山会員の方やお知り合いで連載を引き受けてくださる方をご紹介ください。例えば「野鳥に詳しい方」「高山植物、野草に詳しい方」「コケやきのこに詳しい方」など会員みなさんに知識を広めてくださる方を募っています。

【投稿先】 京都府勤労者山岳連盟 機関誌委員会 高野 寛

メールアドレス hirossan-1954@nifty.com

*原稿サイズ B5版 1行約36字 1頁約36行

*字体 MS明朝体 11P 余白上、左、右各20mm 下23mm

2026年 京都府連盟 月間予定表

4月 (卯月 APR)		
1	水	
2	木	
3	金	
4	土	近プロ搬出技術講習会 (ハイキング)
5	日	近プロ搬出技術講習会 (コンパニオンスキュー) (尾根搬出)
6	月	自然保護委員会
7	火	事務局長会議
8	水	
9	木	
10	金	
11	土	大文字山登山道整備
12	日	
13	月	常任理事会
14	火	
15	水	60周年実行委員会
16	木	冬山勉強会机上・次年度の計画
17	金	やまびこ利用日 近プロ 友ヶ島 ゴミ調査と観光
18	土	60周年記念春の交流ハイク 「愛宕山・ペース登山」
19	日	冬山勉強会アイゼントレ・金毘羅 近プロ 友ヶ島 ゴミ調査と観光
20	月	京都労山印刷 ハイキング委員会 遭難対策部
21	火	教育委員会
22	水	
23	木	
24	金	
25	土	
26	日	
27	月	常任理事会
28	火	
29	水	昭和の日
30	木	

5月 (皐月・ MAY)		
1	金	
2	土	
3	日	憲法記念日 春山登山「槍ヶ岳」
4	月	みどりの日 春山登山「槍ヶ岳」
5	火	こどもの日 春山登山「槍ヶ岳」
6	水	振替休日 春山登山「槍ヶ岳」
7	木	
8	金	
9	土	
10	日	
11	月	常任理事会
12	火	
13	水	
14	木	
15	金	やまびこ利用日
16	土	大文字山登山道整備
17	日	
18	月	京都労山印刷 ハイキング委員会 遭難対策部
19	火	教育委員会
20	水	60周年実行委員会
21	木	
22	金	
23	土	
24	日	近プロクライミングセルフスキュー技術講習会
25	月	常任理事会
26	火	
27	水	
28	木	
29	金	
30	土	
31	日	