

MRC ニュース (2022-2) 169 号

春よこい早くこいと、待ちに待った春到来とはいえ、風に冷たさを感じる早春の折、会員の皆様にはお元気でお過ごしのことと推察いたします。

気象庁による今年1月～2月の気温は昨年より4℃～5℃低く各地で豪雪による被害が多発しています。雪山の鳥取大山では、登山者が天候の急変による悪天候で死者の出る遭難事故が発生しています。冬山では特に天候が大切で、テレビやインターネットの情報で、天候の変化を見極める。寒冷前線が通過するときは劇的に天候が悪化、厳しい吹雪により視界が奪われ遭難事故につながります。冬山は想定外の事が起こるという前提で装備や天気情報、通信機器を携え、事前に引き返すタイミングを決めておくことが大切です。

コロナ禍も3年目、新型コロナウイルス「オミクロン株」が国内でも急拡大で大きな脅威となっています。感染状況が収束していない状況下では、感染防止策を万全にするとともに、重症化リスクの高い私達高齢者の3回目ワクチン接種が早まる事と治療薬が行きわたることで「コロナと共存」するための体制づくりを構築し行動することが大切なことだと思います。

3月は花見月と呼ばれる程、桜、桃、等の花の開花と樹木の若葉、が私達の目を楽しませてくれる季節です。パナソニック山岳会では3月以降の例会計画、もり沢山計画しています。体幹を整え、感染防止には細心の心掛けをして、山歩きしませんか。多くの方の例会参加をお待ちしています。

令和4年 3月 10日

パナソニック山岳会会長 板東 勝

[事務局からのお願い]

1. 例会申し込み締め切り後の「参加・キャンセル」については、オンライン申し込みだけでなく、「例会担当者」にも連絡をお願いします。 **特に連絡なしでの欠席は無き様にお願い致します。**
2. 例会に参加される場合は、保険の関係がありますので、事前申込みをお願いします。
特に、ご友人やご家族が参加される場合は、「氏名・生年月日・住所・連絡先」の届出をお願いします。
3. メールアドレスを変更される方は、件名にお名前だけを入れた空メールで結構ですので、事務局のアドレスまでお知らせ下さい。
4. 例会の実施／中止につきましては、原則として例会担当からの**連絡が無い場合は実施します。**
5. **山岳保険加入のお願い**
アルプス例会と百名山例会及び北海道例会の参加は**山岳保険加入を必須条件**とさせて頂いています。検索費用のみ保障される低価格の保険もありますので、ご自分で加入をお願いします
不明な方は、福井さん (hukui.shinya@ruby.plala.or.jp) に問い合わせして下さい。
6. **新型コロナに付きまして、保険をご確認下さい**
MRCで加入している日帰り保険<レクリエーション保険>はケガによる死亡・後遺障害・入院・通院が補償対象です。**新型コロナ=指定感染症：治療にかかる費用は公費負担**につきましては補償対象になっておりません。**山行による新型コロナウイルス感染は保証されません**ので、皆様が個人契約されている保険を今一度ご確認頂き 万一に備えて頂きますようお願いいたします。

7. 2022年年会費納入のお願い

今年は例会開催を毎月行う予定ですので、昨年、半額に減額していた年会費も以前の@3000円(郵送会員の方は5000円)に戻します。

3月末までに下記郵貯口座に振り込みをお願いします。3月例会に参加の方はその際に会計・石川さんまでお渡し頂いても結構ですが、例会が中止の場合は振り込みをお願い致します。

ゆうちょ銀行 普通預金口座 店番 四四八、記号 14460、番号 50810691
名前 石川 保 (イシカワ タモツ)

8. 2021年度総会について

昨年と同じ様に配信での討議をお願いしましたが、皆様からのご意見が有りませんでしたので、予算・例会計画・役員改選などに付きまして、原案通り承認して頂いたと判断させていただきます。ありがとうございました。

(1) 例会案内【年間計画からの変更も有り得ますので、必ずこの案内を確認して下さい】

参加される場合は新型コロナウイルス感染予防のため下記予防策の徹底をお願い致します。

- ① マスク/消毒液やジェルは個人で携帯してください。
- ② 体温は集合時にチェックさせていただきます。
- ③ 集合時/山行時にソーシャルディスタンスを保って行動してください。

大阪府に蔓延防止等重点措置及び非常事態宣言が発出された場合は例会を中止します。
3月6日終了予定の蔓延防止等重点措置が3月21日まで延期されましたので、その間の例会は中止させていただきます。

3月例会 縦走例会 生駒山系(高安山~私市駅) 担当: 櫻井 洋一

今年も恒例となりました早春の生駒山系の縦走例会を行います。
自分の脚力を確認してこれからの例会参加の参考にして下さい。
特にアルプス例会に参加希望の方は本例会に参加されることをお願いします。

**蔓延防止等重点措置が3月21日まで延長されましたので、
生駒縦走例会は中止させていただきます。**

集合 信貴山口駅 9:20

コース 高安山 ⇒ 十三峠 ⇒ 鐘の鳴る丘展望台 ⇒ 鳴川峠 ⇒ 僕らの広場 ⇒ 暗峠
⇒ 生駒山頂 ⇒ 灯籠ゲート前広場 ⇒ 竜王神 ⇒ むろいけ堰堤 ⇒ 飯盛霊園
⇒ やまびこ広場 ⇒ ピトンの小屋 ⇒ 京阪私市駅
距離: 約28km・歩行時間: 約9時間

**3月26日実施予定の花見例会は3月19日時点の蔓延防止等重点措置
の状況を見て、実施の可否を判断させていただきます。**

・3月 花見例会 王仁公園~山田池公園 担当: 福井 喬也

歴史的に深い繋がりのある枚方市の花は「桜」です。数ある名所の中から今回は街中ウォーキングとして手頃な3か所を選んでみました。日頃はなかなか訪れる事のない(枚方カントリー・クラブ)場所も組み入れ【観桜】大いに楽しんで下さい。

ウォーキング終了後は 公園内にて BBQ パーティー (@3000・手ぶら) も企画しています。

実施日 2022年3月26日(土曜日)

集合 東西線(学研都市線) JR・藤阪駅 改札付近 9:00分
歩行距離 10 km 歩行時間(約 3.5 時間)



コース 藤阪駅→旧田中家鋳物民族資料館→王仁公園→伝王仁墓→枚方カントリー→正俊寺/菅原神社
藤阪東中央公園→藤阪ハイツ→山田池公園(昼食&BBQ) 12:50 予定
帰路①徒歩にて 10 分 JR 藤阪駅②バスにて 15 分京阪・枚方市駅

費用 例会費 500 円

携行品 日帰りハイキング程度

問合せ 福井喬也 TEL&FAX 072-856-3448 携帯 090-7881-4771

申込先 3月19日(土)までにオンラインで申込み、もしくは例会窓口 久保田さんまで

4月例会 **新緑例会 「くろんど池～天王～三山木」** 担当：川村 益男

大阪府交野市出発、奈良県生駒市経由、京都府京田辺市までの3都物語ルートです。
約15kmと少し長い距離ですが平坦なのんびりハイキングコースです。
新緑と薫風を全身で感じながらゆっくりのんびり歩きましょう。
園地内の八ッ橋に寄って水芭蕉を見たいと思います。

実施日 2022年4月2日(土曜日) 小雨決行

集合 京阪私市駅 改札付近 9:00

コース 京阪私市駅(9:10)～休憩所～八ッ橋(水芭蕉)～くろんど池(11:30)～
高山城跡(昼食)～天王【高船】～舞子の茶～JR、近鉄三山木駅(16:00)
*歩行距離：約15km *歩行時間：約5時間 *高低差：約150m



費用 例会費 500 円

携行品 日帰りハイキング程度

問合せ 川村益男 TEL&FAX 0774-65-0164 携帯080-3032-5395

申込先 3月26日(土)までにオンラインで申込み、もしくは例会窓口 久保田さんまで

4月 **ダイトレチャレンジ支援** 担当：森家 制

今年は「ダイヤモンドトレイル縦走」コースを使ったチャレンジ登山は4月10日に実施
予定です。皆様奮ってご参加下さい。今回は4月に戻し、ウォークも事前予約のみです。

詳細は大阪府山岳連盟のホームページに記載されています。

パナソニック山岳会は、今年も奈良県葛城市ゆうあいステーションふれあい広場付近でスタートの
支援行います。ただし、事前予約のみですので、金銭取り扱いはありません。

集合は、ゆうあいステーションに4/9 昼頃になります。詳細は 別途参加者には連絡します。

宿泊は、当麻地区公民館(当麻寺境内)の予定です。

実施日 2022年4月9日(土曜日) ～10日(日曜日)

携行品 洗面具、着替え、寝袋、マットなど

問合せ 森家 制 E-Mail: omoriya@kcn.jp 携帯080-5709-3536
事前募集で、一定人数の応募がない場合やコロナ感染状況で中止になる場合があります。
その場合は、別途連絡いたします。

4月例会 つつじ例会 生駒山系（なるかわ園地） 担当：櫻井 洋一

近場でつつじを楽しむ例会を実施します。
つつじと言えば葛城山が有名でロープウェイが有るので、観光客が大挙して押し寄せます。
こちらは瓢箪山駅から徒歩で1時間半ほどかかりますので、葛城山に比べて人出が少なくゆっくりと色とりどりのつつじの群落を見ることが出来ます。
皆さんの参加をお待ちしています。



実施日 2022年4月23日（土曜日） 小雨決行
集合 近鉄奈良線 瓢箪山駅 9：30
コース 瓢箪山駅 ⇒ 水車小屋跡 ⇒ ツツジ園 ⇒ 僕らの広場 ⇒ 暗峠 ⇒ （生駒山頂）
⇒ 防災無線塔 ⇒ 神津嶽休憩所 ⇒ 枚岡駅 解散
歩行距離約10km・歩行時間：約4時間

費用 例会費 500円
携行品 日帰りハイキングの持ち物
問合せ 櫻井洋一 TEL&FAX 072-851-5379 携帯 090-5043-0686
申込先 4月16日（土）までにオンラインで申込み、もしくは例会窓口 久保田さんまで

5月 日帰り例会 シャクナゲ登山例会 比良山系堂満岳（1057m） 担当：森家 制

比良山系で5月上旬はシャクナゲが有名な堂満岳、北比良への登山。
コースは、イン谷口から堂満岳東陵道を直登し、金糞峠、シャクナゲ尾根を經由し北比良からイン谷口に戻るルートです。



実施日 2022年5月7日（土）
集合 JR湖西線 比良駅改札 AM9：00
京都発 近江舞子行 各駅乗車
コース 9：10 比良駅 ⇒ バス 9：22 イン谷口
9：30 登山口… 堂満岳（昼食）… しゃくなげ尾根… 北比良
正面谷 … イン谷口 16：00 バス ⇒ 比良駅 16：30 解散
*最終バス 16：40 遅れた場合は、比良駅まで歩き（約1時間）
標高差・歩行距離 約8.5km（標高差 約900m） 歩行時間 約6時間

費用 例会費 500円
携行品 日帰り登山一式（昼食）、ストック等
問合せ 森家（E-mail: omoriya@ken.jp、携帯：080-5709-3536）まで
申込先 5月1日 までにオンライン申し込み、もしくは例会窓口久保田さんまで TEL 0269-34-2534

5月 青葉例会： 壺阪寺～高取山（584m） 担当：大友典子・溝口威津子

壺阪寺は西国三十三ヶ所第六番札所で長谷寺とともに古くから観音霊場として栄えた名刹です。
眼病封じの寺としても知られ、ご本尊の十一面千手観音菩薩は眼の病にご利益があると古くから信仰されています。
高取城は標高584mある高取山の頂に築かれ、城内周囲約3km 郭内周囲約30kmにも及び、現在は緑に覆われ石垣を留める姿ではあるが2006年に日本100名城に認定されました。歴史を感じながら新緑の中を歩きましょう



実施日 2022年 5月21日（土）
集合 近鉄壺阪山駅 9時10分 改札口前
参考：大阪阿部野橋駅8：20 南大阪線急行 ④ ～壺阪山駅9：04 720円

コース 壺阪山駅 9:20～船戸橋～壺阪寺参拝～五百羅漢～壺阪口門跡～高取城本丸跡～
上子島～壺阪山駅 15:30
距離 約11km 標高差 446m

費用 例会費 500円 (壺阪寺 拝観料 600円)

携行品 日帰りハイキング程度

問合せ 大友 典子 携帯 090-4560-9324 メール: skyline00@ares.eonet.ne.jp

松田 美代 携帯 090-4494-2788

溝口 威津子 携帯 090-2709-9348

申込先 5月14日(土)までにオンラインで申込み もしくは例会窓口 久保田さんまで

6月例会 坂本～大比叡～北白川 (後半; 京都1周トレイル) 担当: 石川 保

琵琶湖側から比叡山に本坂から登り、大比叡山頂で昼食後に、京都1周トレイルを北白川まで下ります。
前半2.5Hの登り～後半2Hの下りです。延暦寺までの登りはしんどい方は坂本ケーブルを使って頂いてもOKですし、下りも叡山ケーブルで降りて頂いても結構です。

実施日 2022年6月4日(土曜日) **小雨決行します。**



集合 京阪石山坂本線 坂本駅改札付近 9:30

(JR湖西線を利用される方は、JR比叡山坂本駅から歩いて10～15分です)

<歩行5.5時間、上り下り共にケーブルを使う方は1.5時間>

<標高差; 前半上り800m(大比叡頂上まで)、後半下り760m(北白川まで)>

<歩行距離8km弱>

コース 坂本駅 9:40～日吉神社 9:50～延暦寺 11:30～大比叡(頂上) 12:10

(日吉神社からは坂本ケーブル利用も可; その場合は京阪坂本駅 10:40発で

11:00のケーブルに乗り、延暦寺境内で11:30に待ち合わせ)

昼食後 12:30スタート～叡山ケーブル上 12:50 (ここから叡山ケーブルで下山可能)

～雲母坂分岐 13:30～瓜生山 14:40～北白川 15:10

<京都市バスで出町柳/三条/四条河原町方面や京都駅に行けます>

費用 例会費 500円

携行品 日帰りハイキング(昼食・飲料を持参ください)

問合せ 石川 保 TEL&FAX 072-836-0801 携帯 090-5094-5064

申込先 5月28日(金)までにオンラインで申込み、もしくは例会窓口 久保田さんまで

6月 あじさい例会: 須磨アルプス (須磨浦公園～月見山駅) 担当: 中尾 敏郎

六甲山を主峰とした東西に走る六甲連山の中でも、最も西に位置するこのコースは、須磨浦公園から鉢伏山、旗振山、鉄拐山、梶尾山、横尾山が連なり、途中に須磨アルプスと呼ばれている岩場などがある。

今回は須磨浦公園からロープウェイで鉢伏山に行き、この鉢伏山のあじさいを鑑賞したいと思います。

・今回は高齢化もあり、登りは須磨浦公園からロープウェイを利用しますので多数の参加をお待ちします。

実施日 2022年6月18日(土) **雨天中止**



集合 山陽電鉄 須磨浦公園駅 改札付近 9:40 (10時発のロープウェイに乗ります)

(参考 梅田阪神電車 8:40(特急姫路行き)～山陽須磨乗換え～須磨浦公園着 9:33)

コース 須磨浦公園ロープウェイ発 10:00～山頂公園～鉢伏山(246m) あじさい鑑賞

～旗振山～鉄拐山(234m)～おらが茶屋 11:30(昼食) 12:00～高倉台団地～

梶尾山(274m)～横尾山(312m)～須磨アルプス(馬の背)～東山～高尾山の尾根道を

下り～高尾台住宅～山陽電鉄・月見山駅着 14:30頃予定

月見山駅で解散（歩行約6.5km）
参考：交通費阪神梅田～須磨浦公園¥710、ロープウェイ¥500、月見山駅～梅田¥660

費用 例会費 500円
携行品 日帰りハイキング程度
問合せ 中尾敏郎 ☎090-5640-0946
Email:terry-nakao@ares.eonet.ne.jp

申込先 6月11日（土）までにオンラインで申込み もしくは例会窓口 久保田さんまで

(2) 例会実施報告

例会写真は末尾の「例会写真集」を御覧ください。

★2021年度総会報告

2022年1月

担当：実行委員会

【書面審議】

新型コロナの影響で、昨年に引き続き書類配布による審議・承認としました。

☆書面審議事項

- (1) 2021年度 経過報告
- (2) 2021年度 会計報告
- (3) 2021年度 会計監査報告
- (4) 2022年度 予算計画
- (5) 2022年度 活動計画
- (6) 2022年度 役員体制
- (7) 年会費の支払いについて

※ 2022年度MRC75周年行事について

皆で記念登山したい山や、総会を行う場所など、会員皆様の御意見をお寄せ下さい。

会員の皆様からの意見を総合して、上記の審議事項は承認されたものと見なします。

☆2022年度（令和4年度）役員

- 【会長】 板東 勝（救護品担当）
【実行委員長】 溝口 正彦（会員名簿、その他担当）
【副実行委員長】 久保田 良治（HP、例会計画担当）、中尾 敏郎（備品担当）、
櫻井 洋一（事務局）
【実行委員】 石川 保（会計担当）、森家 制（岳連理事）、福井 喬也（保険担当）
大友 典子、川村 益男、松田 美代
【会計監査】 川端 治夫
【顧問】 小出 富夫、片井 巖、加茂 隆弘、東脇 靖城、澤田 眞次

上記の審議事項は承認されたものと見なします。

年始からのコロナ患者の急拡大に伴い、大阪府も政府にまん延防止重点措置の適応を申請し1/27から2/20までの適応が決定しました。また1/24には新型コロナウイルスの感染状況を示す大阪府の独自基準「大阪モデル」も非常事態を示す『赤信号』になりました。さてどうしたものかと心中穏やかではありませんでしたが天気が私たちに味方して背中を押してくれ、実施を決めました。皆様も心配されている事と思い前日18:00に「実施します」メールを発信しました。

当日は天気も良く15名全員が8:45ごろには恩智駅に集合、早めの出発としました。体操場所の祇園社天王の森に移動し改めて簡単なコース説明と体操を実施。恩智神社では集合写真を撮り八尾の街を眺めいよいよ山道の登り。今日は女性4名・11名は男性です。足取り軽く順調に見晴らし台にも全員が立ち寄りました。大阪市内の景色をゆっくり楽しみ元の道を恩智峠まで登ります。途中大阪市内を一望できる景色の良いところで立休憩。

皆様のピッチが落ちることなく峠に着いた頃には予定よりかなり早い到着です。昼食場所ののどか村には11時前の到着。早めのお昼です。ここはゆっくりとした場所があり、トイレ・売店・レストランとお昼にはとてもいい場所でした。

温まっていた体が冷えてきたので信貴山の説明をして出発。しばらく車道の下りです。いつの間にか先頭にいるサブリーダーが後ろの集団に・・・分かれ道からはまたサブリーダーが先頭です。赤い開運橋を渡り観光センターで集合時間をお伝えし、張り子の虎の前で集合写真の後自由行動としましたが、ほとんど皆さん一緒に左回りで観光しながら信貴山にも登り、頂上では金剛山や葛城山を眺めました。本堂ではお参りした後戒壇巡りにも全員がチャレンジ。真っ暗な中で千支の御本尊をお参りし、ご本尊の下あたりの如意宝珠錠を鳴らしました。虎の胎内をくぐり観光センターに戻ります。前の店の虎まんじゅうや焼きもちで小腹を満たし、全員が早めに集合して下りだったので下山です。道はわかりやすくほぼ1本道。また入り混じっての下山です。皆様のお陰で予定より1時間も早く信貴山下駅に無事に着きここで解散としました。ご参加いただいた皆様ありがとうございました。図らずも虎年虎の日の山行でした。

コース概要： 恩智駅～恩智神社～恩智越え～のどか村～信貴山朝護孫子寺～信貴山下駅

8:47	恩智駅	出発	8:45には全員集合。早めの出発。WC。
8:53	祇園社天王の森	着	本日の説明および体操。
9:00	祇園社天王の森	発	細い車道、神社参道の登り。
9:15	恩智神社	着	創建1500年の神社、兔と龍が神使とされている。八尾市街の眺め良。WC。
9:25	恩智神社	発	ここからが山道の登り。
9:36	展望台	着	一気に展望台まで登り大阪市南部の景色を望む。
9:55	展望台入り口	発	展望台で10分の休憩の後元の道まで下る。山道の登り。
10:23	立休憩	(5分)	峠は景色が見れない為大阪平野が良く見えるところで5分立休憩。
10:33	恩智峠	着	峠の看板を楽しみすぐに出発。
10:55	のどか村	着	早めの昼食。WC。レストラン・売店有。休むと冷える為信貴山内の説明の後出発。
11:30	のどか村	発	車道の下りと少しの山道。
12:00	信貴山 開運橋	着	バンジージャンプはしていませんでした。
12:05	信貴山観光センター	発	信貴山内は張り子の虎との集合写真の後13:50集合として自由行動可。WC。
12:23	信貴山登り口	着	全員が信貴山頂上まで登りました。南峰にも寄りました。
12:54	信貴山北峰	着	山頂の空鉢護法堂をお参り。葛城山・金剛山が見えています。
13:11	信貴山登り口	着	本堂をお参り、のち皆で戒壇巡り。また虎の胎内くぐりもしました。
13:50	信貴山観光センター	発	早めに集合して下り、前の店の虎饅頭と焼きもちで小腹を満たし、出発。

14:00 ケーブル跡ハイキング道入り口通過 ここからずーと同じ勾配の下り。
14:32 近鉄生駒線信貴山下駅 着 皆さん無事下山、ここで解散。

参加者 : L:大友°、SL:松田°、SL:溝口°、足立、石川、大木、古賀、中尾、板東、
廣瀬、松田、溝口、村田、山野、梁° (°:女性) 計 15名

(3) 会員動静 会員数は、1月10現在 79名 (内準会員 11名、特別会員 10名)

- ★新入会員： なし
- ★退会会員： 谷口 俊司さん・中川 康一郎さん
- ★会員情報変更： なし

(4) 大阪府岳連便り 3月～5月 詳細は岳連ホームページ又は 事務局まで

- 遭難対策委員会： 山岳共済加入をお勧めしています。
- ハイキング： 4/9 (土) 丹波・分水嶺と名花「向山」予定
5/7-8 (日) 小豆島、洞雲山・碁石山
- ダイトレチャレンジ登山 4/10 (日) 岳連ホームページ掲載済
スタッフは例年通り 4/9-10 募集します

*コロナ緊急事態宣言期間の行事は、すべて中止またはオンライン講習会になります。

(5) 個人山行 個人山行をする方は、計画書を事務局へ提出してください。

個人山行は有りませんでした。

(6) ホームページ担当からのお知らせ

1. MRC ホームページに MRC ニュースのバックナンバー項目を追加しました
(TOP ページの道標のところ) ので過去の MRC ニュースをご覧になりたい方はご利用ください
2. TOP ページ下欄に例会写真のスライドショーを追加していますのでご覧ください。

例会申込み窓口

久保田 良治

Eメール : r_kubota@leto.eonet.ne.jp

電話/FAX : 072-852-5138

事務局

櫻井 洋一

電話/FAX : 072-851-5379

携帯電話 : 090-5043-0686

Eメール : pin3440769@maia.eonet.ne.jp

★2月 雪なし例会 信貴山

