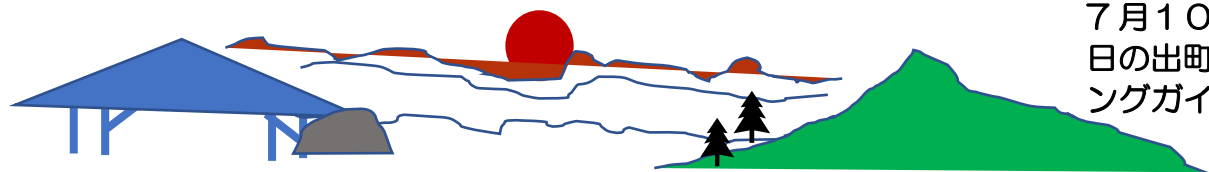


日のハイ通信

日の出山 第11号

令和7(2025)年
7月10日発行
日の出町ハイキ
ングガイドの会



さと山は光と風のハ～モニ～



夏に出会える生き物

2014.7.11 池の上に伸びたサンショウの枝上（御岳）

モリアオガエル おもに森林で生活するカエルで本州や佐渡島に生息します。雄の体長は40～70mm、雌は60～80mmで雌の方が大きいようです。繁殖期の4～7月に池や沼に集まり、水面にせりだした木や草の上に卵を産みます。孵化したオタマジャクシは下にある水面に落下して泳ぎ成長していきます。時に、水面から外れた樹上に産卵したため水面にうまく落下できない場合があります。ほとんどのカエルが水中で産卵するのに対してこの習性はめずらしく森林が減っていることからその数を減らしているといわれます。日の出町ではモリアオガエルを町の天然記念物に指定しています。

日本には、モリアオガエル同様に泡状の卵塊を生むシュレーゲルアオガエルがいますが、このカエルは地中に卵を生む習性がありモリアオガエルとは異なります。モリアオガエルは樹上で生活するため画像のように吸盤が発達しています。



2021・7・18

アブラゼミの羽化
歩道の石垣上（青梅街道）

御岳山 いきいき山行 5/22(木)

ガイド 吉澤 哲

ケーブルカー御岳山駅前の広場に立っている。今日は、友の会ツアーではなく、東京都共済会主催のいきいきツアーのガイドを担当することになった。

そろそろ出発というところで何やら騒がしい。聞けばお客様の一人の靴底が剥がれたとのこと。

こういう事もあるかと常備している強力ガムテープで、他のガイドとともに応急補修し、予定より少し遅れて出発した。

花盛りには観光客で大賑わいの、今はひっそりとしたレンゲショウマの群生地を通り抜ける。ビジターセンターを過ぎ、武蔵御嶽神社に向かう。

表参道ではなく、横の舗装路の急登を一気に本殿まで登り切る。御参りをし、脇の山道から大岳道に下る。長尾平には入らず、そのままロックガーデンへ。

ゴールデンウィークには順番待ちの行列ができたという、今日は静かな天狗岩を通り過ぎる。苔むした岩と沢の道は昨日の雨で滑ることを心配したのだが、無事休憩舎に到着し昼食をとる。

みなさんとてもお元気だったので予定より早く出発する。綾広の滝を通り過ぎ、滝行の話などをしているうちに大岳道に出る。

これからケーブルカー駅に戻ろうというときに再度トラブル発生。先程のお客様が今度は踵が剥がれたとのこと。残っていたテープをすべて使い再補修し、なんとか山行中はもってくれるように祈りつつ出発する。

帰り路の、なんとなく和やかでくつろいだ気分で行った表参道では、曇りがちの一日のフィナーレを飾るように下界が望めたのであった。

JR 御嶽駅で解散したのだが、靴の件のお客様からとてもいねいな御礼の言葉をいただき、なんとか終えた山行にホッとすることができた。

今回は幸運なことに、楽しみにしていた山行を途中で諦める事もなく、ケガもなく全員完歩することができた。しかし、いつも幸運がついてはこない。山行前の装備の点検は充分にしたいものである。

ハイキング・登山の事故を防ぐ

コロナ禍後、低山登山が人気となり山岳事故が増加。2023年には335人の死亡・行方不明の報告。事故の特徴としては60歳以上の方が多い。下は今年4月NHK(R1)「マイあさ」での大城和恵(国際山岳医・山岳医療救助機構代表)の話。

登山中の3大死亡原因

- ① 外傷 ② 低体温症 ③ 心臓突然死

遭難原因

- ① 道迷い ② 転倒 ③ 滑落

《脱水に注意》高山病より脱水症が多い

山行の日は、朝出かける前に500ccの水分を摂取し出発前に2回はトイレに行く(トイレに行かないと腎臓が目詰まりする)水分をとることとトイレはセットで行う。経口補水液が良い。スポーツドリンクは2倍に薄めて飲む。

《低体温症》体温が35℃以下になる
ふるえがきて問いかけにスムーズに答えられず、不整脈等の症状がでる。

4つのキーワード

- ① 食べる 炭水化物 おにぎり、パン等
② 隔離 雨や風に身を晒さない
③ 保温 濡れていない衣服に着替える
④ 加温 ペットボトルに熱湯を入れて胸部分を温める

《救助要請》山は医療より知識が身を守る
110番、119番へ

- ① 「山岳遭難です」と最初に伝える
② 場所の伝達をする 「〇〇山の△△尾根、・・・ルートの標高▲▲▲メートル付近です」とはっきり伝える。
GPSの緯度・経度を伝える。

●現場にいる本人から通報することが重要！ 携帯電話の位置情報からおおよその場所が分かる。

●本人が家族に連絡して家族から救助要請が届く場合、居場所が分からず捜索に時間を要する。

《応急処置》身体を横向けに(舌が下がらないように)熱中症：水分+塩分補給
出血：圧迫止血 体を横に寝かせる

雲取山テント泊登山

新設『五十人平野営場』でのソロキャンプ

富士 光男

本年 4 月 29 日(昭和の日)にオープンした新設『五十人平野営場』でのソロキャンプについて報告する。

○丹波山村村営小袖乗越駐車場



初日は鴨沢集落上の小袖乗越村営駐車場に車を止め、小袖乗越登山口から入山した。

6/6(金)は梅雨入り直前のウィークデーにも拘らず、好天のため早朝既に 80 台程の駐車スペースが全て満車。

仕方なく下山してくる登山者を待ち、彼の立ち退いた空スペースにやっとの思いで駐車。二日間の雲取山登山は始まる。以下途中気付いた事項等、写真とともに挙げる。会員諸氏の参考になれば幸いである。

○七ツ石小屋の近況



途中の水場や堂所を過ぎ七ツ石小屋で昼食休憩。

あとはブナ坂を経て快調にキャンプ場を目指す。

なお、七ツ石小屋では種々のグッズの販売がなされているが、此处でのアルコール飲料の販売が午後 2 時以降からとなっている。

このことは五十人平野営場オープンのため、環境整備の一環としての協力とも考えられる。

○五十人平野営場

五十人平へは午後 2 時前に到着するも、天場には 10 張り程の先着者が設営中であつた。

天場は予約制とは言え平坦地は少ない。先着順で管理棟にて自動チェックイン、早速ソロテントを設営。



左奥:管理棟 右:公衆 WC

5 分程下った水場にて今日・明日分として必要な水を確保シ夕食作りに専念。

夕方は近隣の天場仲間との情報交換会として、天場から少し離れた管理棟に近い広場に集まり、18 時頃迄夕食を取りながらの楽しいひと時を過ごした。

○整備されたテントサイトの様子

新設された五十人平野営場は旧奥多摩小屋のあった頃に比べると登山道脇の樹林帯部分に限られ、面積は約 1/2 程度と狭くなっている。

周囲はフェンスとロープで区切られ、害獣の侵入がない工夫もされた極めて快適な施設である。更に、自動販売機等の設置もなく環境にも優しい。



○黎明の富士山を望む

夜中の午前 2:30 頃、やや強い風が吹き目覚める。



旧暦 5 月 12 日で上弦の月が山の端にかかっているが野営場前の広場は明るい。

早々に起き出して小雲山への登りを急ぐ。ヘットランプを頼りに歩き始めたが、3:30 を過ぎるとすっかり明るくなった。頂上には避

黎明の富士山 6/7 4:12

難小屋での宿泊者など数名がご来光を待っていた。関東平野から後立山連峰、南アルプスなど 360 度の展望はあるものの、太陽は一向に顔を見せない。黎明の富士に見送られて山頂を後にする。

天場に戻って朝食を済ませ、ソロテントを撤収の後、途中新緑の見返り美人ことダンシングツリー(カラマツの自然木)に見送られ、七ツ石山経由で帰路につく。七ツ石山山頂では、今朝登った雲取山が名残惜しく見送ってくれた。

○再建された七ツ石神社

2018 11/7 にお犬さま像とともにお披露目された七ツ石神社「新社殿」には、立派な梵鐘も取り付けられており、地元の丹波山村をはじめ地域おこし協力隊の皆様や氏子の方々の熱い思いが伝わってくる。



○村営駐車場の混雑

お昼過ぎ、小袖乗越駐車場に戻って再度びっくり。雲取山は百名山、今日は土曜日とあって駐車場にあふれた自家用車が、鴨沢までの路肩になんと 68 台も数えさせられた。……

『友の会』 関連行事の紹介

ここでは、令和7年8月から11月にかけて『日の出町ハイキングガイドの会』が主催するハイキングと登山について紹介致します。

ハイキングは概ね半日程度の里山歩きを平日に、また、登山については標高差や距離がやや長めで休日(土曜日を含む)に設定してあります。(歩程時間:休憩を除くおおよその目安です。)どちらも『日の出友の会』会員の皆様から、先着順で受付け、定員に達し次第締切ります。早めにお申込みください。

申し込み締め切り後、催行予定の概ね一週間前迄には、参加の可否についてお知らせ致します。申し込み後、何らかの理由で止むを得ず参加出来なくなった場合には、その旨速やかに連絡願います。交通機関のダイヤ改正等により集合時刻の変更があれば、申込者に連絡します。

令和7年12月以降の計画については『日のハイ通信』12号(令和7年10月発行)に掲載予定です。

I. ハイキング(事前申し込み制)

◎ 8/14(木) レンゲショウマ観賞

JR 御嶽駅前 8:15 集合(歩程約4時間)

コース 御嶽駅=ケーブル下…滝本=御岳山…富士峰園地…御岳神社…日の出山…つるつる温泉=武蔵五日市駅

◎ 9/18(木) 巾着田の曼殊沙華と多峯主山

JR 東飯能駅前 8:10 集合(歩程約4時間)

コース 東飯能駅…高麗峠…巾着田…多峯主山…東飯能駅

◎ 10/23(木) 堂平山360度の大展望

JR 八高線(東武線)小川町駅前 8:10 集合

(歩程約4時間)

コース 小川町駅=皆谷…笠山…笠山峠…堂平山…白石車庫=小川町駅

◎ 11/20(木) 紅葉の奥多摩むかし道

JR 奥多摩駅前 8:00 集合(歩程約4時間)

コース 奥多摩駅=奥多摩湖…浅間神社…惣岳溪谷…白髭神社…奥多摩駅

II. 登山(事前申し込み制)

◎ 8/23(土) 大岳山麓滝巡り

JR 五日市駅前 8:10 集合(歩程約6時間)

コース 五日市駅=大岳鍾乳洞入口…大滝…つづら岩…天狗滝…千足=五日市駅

◎ 9/7(日) 白谷沢から登る棒の折山

西武線飯能駅前 7:50 集合(歩程約6時間)

コース 飯能駅=さわらびの湯…白谷橋…棒ノ折山…黒山…名坂峠…八桑=川井駅

◎ 10/5(日) 都民の森から砥石山を経て数馬へ

JR 五日市駅前 7:50 集合(歩程約6時間)

コース 五日市駅=都民の森…鞘口峠…砥石山…浅間尾根駐車場…数馬峠…数馬=五日市駅

◎ 11/9(日) ※ ヤビツ峠から大山

小田急秦野駅前 8:10 集合(歩程約5時間)

コース 秦野駅=ヤビツ峠…大山…見晴台…阿夫利神社…大山ケーブル下=伊勢原駅

III. 参加費の一部変更について

※ 印の企画については、遠隔地での催行につき¥2,000.-とさせて戴きます。

諸般の事情ご賢察の上ご了承賜り度、お願い申し上げます。

IV. 雲取山宿泊登山について(事前申し込み制)

友の会会員の皆様からご希望の多い雲取山登山について、今年も次の様に計画しました。

今年本会主催の登山に2回以上参加された会員対象で、先着15名です。

◎ 期日 10/9(木)~10(金) (1泊2日)

コース JR 奥多摩駅=鴨沢…

セツ石小屋…雲取山…

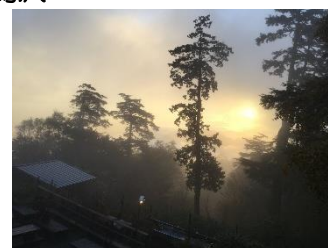
雲取山荘(泊)…雲取山

…セツ石山…セツ石小

屋…鴨沢=奥多摩駅

参加費 ¥20,000.-

(雲取山荘1泊2食付)



雲取山荘からの日の出

申込先(先着順)

希望者は下記石川会長宛メールにて8月15日迄に、お申し込み下さい。

申込者には詳細をご案内致します。

V. 『日のハイ通信』について

◎ バックナンバー

右の二次元コードからこの11号をはじめ、今まで発行済みの『日のハイ通信』をカラー版で閲覧可能です。



◎ 日のハイ通信に関するご意見等は下記へ

Email: mk.3193@outlook.jp

日の出町ハイキングガイドの会会長石川剛宛