

2023

わ ら じ

2

我等路

あさぎりニュース 第462号



長崎朝霧山の会

令和5年2月1日 事務局発行



2022. 12. 25 一年の締めは八郎山系 八郎岳

<2月は雲仙霧氷登山で決める>

妙見岳 (1333 ㍎) **国見岳** (1347 ㍎) **普賢岳** (1359 ㍎)

2/23
(木)

- コース：池の原→仁田峠→妙見岳→国見岳（希望者のみ）
→風穴→霧氷沢→普賢岳→紅葉茶屋→アザミ谷→池の原
- L : 平野 SL : 林
- ランク：☆☆☆ ■地形図：雲仙
- 参加費：2,500円（前納）◎バス使用（要予約）◎アイゼン必携

長崎朝霧山の会ホームページ
<http://asagiriyamanokai.yu-yake.com/>



県外山行には必ずアイゼンやチェンスパイク持参！

今の時期、県外の山は未知数のものがあります。用心のためアイゼン、チェンスパイクは持参しましょう。

変更です！

2/19（日）熊本鞍岳の7時30分市民会館集合を6時平山発～15分中央橋～25分室町～35分昭和町に変更します。ツームシ山を追加したためです。

変更です！

九州オルレ3月の嬉野コース、4月の島原コース、5月の南島原コースまで、平山発6時を7時に変更します。バスの移動距離が短くなり時間に余裕にできたためです。またこの期間は参加費を3,000円にします。よろしくお願ひします。

お知らせ

3/18（土）～3/21（火）北八ヶ岳の準備会を3/6（月）13時30分より開きます

安全の原則を再確認しよう！

- *岩場では必ず三点確保の原則を守ること。特に急な岩場を下りる時は岩に背中を向けない、ザック等が当たって、滑落の原因になります。
- *人に道を譲る時は、必ず山側に寄る。
- *日帰りとも云えどもヘッドランプは必ず持参、電池の残量は常に確認。
- *急斜面の途中など危険な場所で、男性がサポートをする場合、サポートする人は、必ずセルフビレイをして、まずわが身の安全を確保してからサポートをする。
- *山道で転ぶことは即、事故につながります。絶対に転ばないと肝に銘じる。
- *転びそうになった時、身体のバランスをリカバリーできる筋力を鍛える。ストックでバランスを補助する。
- *滑りやすい山道ではできるだけ足をフラットにして地面にしっかり置く。
- *日頃から体調管理をして、元気な状態で山に入る。
- *集中力を最後まで保つ。
- *登山中に何度も転びかけたり足がもつれたら、転倒事故の前兆。休憩をとり栄養を補給する。エスケープルートがあれば、そちらを選択する。

～岩トレ～		矢岳 (美容と健康に)	N0170
2/1 (水)	集 合：9時現地 L：野田 SL：林 対 象：会員・一般 要予約：Lに連絡		
	～岩トレは楽しいよ～一度経験してみんね		

～ミニ縦走～		矢筈岳・アグリの丘・岩屋山	N0171
2/2 (木)	コース：畷刈～矢筈岳～アグリの丘（一次解散）☆☆～園田トンネル ～裏尾根～岩屋山～油木（☆☆☆）		
	集 合：10時 畷刈バス停 L：松本千 SL相川 対 象：会員・一般 地形図：長崎西北部 ～気持ちいい汗をかこう～		

～氷壁三段滝～		宇土内谷アイスクライミング	N0172
2/4 (土) ～ 2/5 (日)	コース：長崎～高速経由宇土内谷林道テント泊 テント場～宇土内谷大滝・三段滝～長崎		
	集 合：午後6時市民会館横 L：坂上 SL：林 対 象：会員 地形図：大音・祝子川 要予約：Lに連絡 ～大滝・三段の氷壁が待ってるよ～		

～登山教室～		烽火山 (426m)	N0173
2/4 (土)	コース：丸川公園～どんぐり公園～武功山～烽火山～秋葉山～ダム公園		
	集 合：10時 丸川公園 L：松本正 SL：小川 対 象：会員 一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎東北部 ～冬山講座：アイゼン持参～		

～岩トレ～		矢岳 (ダイエットに最適)	N0174
2/5 (日)	集 合：10時現地 L：岩崎 SL：永田 対 象：会員・一般 要予約：Lに連絡		
	～岩トレは楽しいよ～一度経験してみんね		

第8回九州オルレ：武雄コース		N0175
2/5 (日)	コース：武雄温泉駅～貴明寺～池の内湖～佐賀県立宇宙科学館 ～山岳遊歩道展望所～武雄の大橋～文化会館庭園～武雄温泉新館 出 発：平山発6時～15分中央橋～25分平和公園下～35分昭和町 L：佐々木 SL：香田 距 離：12.1km 所要時間4～4.5時間 難易度：中～上級 対 象：会員 参加費：4,000円 要予約：前納 バス2台使用 ランク：☆☆☆	
	～山岳の生命力に癒される～	

～岩トレ～		矢岳 NO CLIMB NO LIFE	N0176
2/8 (水)	集 合：9時現地 L：林 SL：古井 対 象：会員・一般 要予約：Lに連絡		
	～岩トレは楽しいよ～一度経験してみんね		

長崎市内最高峰		八郎岳 (590m)	No177
2/8 (水)	コース：土井首中前バス停～落谷ダム～八郎岳～正面道～平山 集 合：9時42分土井の首中学校前バス停 L：木戸 SL：江崎 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西南部		
	～気持ち良い汗をかこう～		

豪雪の伯耆大山 (1729m)・三瓶山 (1126m)		No178
2/10 (金) ～ 2/12 (日)	2/10 (金) 移動日 8時市民会館集合 泊:寿庵(大山町)	
	2/11 (土) 三瓶峰(1516m) ランク:☆☆☆☆☆ 弥山:☆☆☆☆ 泊:Hさひめ野(三瓶温泉)	
	2/12 (日) 三瓶山(1126m) ランク:☆☆☆☆	
	集 合:8時市民会館	
	L :大宅 SL:宮崎	
	対 象:会員 バス使用(要申込)	
	地形図:山瓶山西.東.伯耆大山	
	*説明会1月16日pm3時半	

岩トレ = 矢岳 (ダイエットに最適)		No179
2/12 (日)	集 合:10時現地	
	L :坂上 SL:永田	
	対 象:会員・一般	
	要申込: Lに連絡	
	ひざしぶりの風頭、楽しみだ	

いびのお やせ尾根歩きの井桶ノ尾岳 (407m)		No180
2/12 (日)	コース:喜々津駅~御籠立場~井桶ノ尾岳~上座	
	集 合:喜々津駅10時	
	L :江島 SL:若松	
	対 象:会員・一般	
	ランク:☆☆☆	
	地形図:長崎西北部	
	やせ尾根歩きも体験しよう	

岩トレ= 矢岳 NO CLIMB NO LIFE		No181
2/15 (水)	集 合:9時現地	
	L :古井 SL:野田	
	対 象:会員・一般	
	要申込:Lに連絡	
	~気持ちいい汗をかこう~	

26 聖人を偲んで浦上街道歩き

NO182

2/16

(木)

コース：西坂殉教地～生目神社～坂本国際墓地～山王神社～サンタクララ教会跡の碑～住吉・三菱兵器トンネル工場跡～六地藏～打坂峠～鯖くさらかし岩～時津

集 合：10時 NHK上26聖人広場

L：恵本 SL：若松

対 象：会員・一般

ランク：☆☆

往時を偲んで、西坂から時津まで

=登山教室= 英彦山

NO183

2/18

(土)

コース：丸川公園～防火帯～英彦山～変電所～茂木岳～西口

集 合：10時丸川公園

L：橋口 SL：津田

対 象：会員・一般

ランク：☆☆☆

地形図：長崎東南部

岩トレ=矢岳= NO CLIMB NO LIFE

No184

2/19

(日)

集 合：10時現地

L：小島 SL：竹本美

対 象：会員・一般

要申込：Lに連絡

～気持ちいい汗をかこう～

九州百名山 No38 熊本 ^{くらだけ} 鞍岳 48 峰

No185

2/19

(日)

コース：熊本 IC～伏石登山口 (10:00)～森林コース～鞍岳 (12時)～ツームシ山～バナラマコース～登山口 (14:30)～山鹿温泉さくら湯～長崎 (19時頃着予定)

出 発：平山発 6時～15分中央橋～25分平和公園下～35分昭和町

L：玉那覇 SL：藤野

対 象：会員

ランク：☆☆☆

参加費：4,000円バス使用

要予約：前納

のんびり山行：金比羅山 (366 ㍎)		N0186
2/19 (日)	コース：天主公園～谷コース～ハタ揚げ広場～金比羅山～東高 集 合：10 時天主公園 L：田上 SL：村田 対 象：会員一般 ランク：☆☆ 地形図：長崎東北部 ゆったり歩こう！	

岩トレ=矢岳 (ダイエットに最適)		N0187
2/22 (水)	集 合：10 時現地 L：野田 SL：林 対 象：会員一般 要申込：Lに連絡	
	日当たり良好、眺めよし！	

2 月は雲仙霧氷登山で決める		N0188
2/23 (木)	コース：池の原～仁田峠～妙見岳～国見岳 (希望者のみ)～風穴～霧氷沢～ 普賢岳～紅葉茶屋～アザミ谷～池の原 L：平野 SL：林 出 発：平山発 7 時～15 分中央橋～25 分平和公園下～35 分昭和町 ランク：☆☆☆ 地形図：雲仙 要予約：前納 参加費：2,500 円 アイゼン必携	
	バス使用 妙見岳 (1333 ㍎)～国見岳 (1347 ㍎)～普賢岳 (1359 ㍎)	

📍おにぎり山から 5 つのピークを登る		N0189
2/25 (土)	コース：光風台車庫～大岳 (おにぎり山) (286 ㍎)～宇土山 (386 ㍎)～ 鳴鼓岳 (413 ㍎)～烏帽子岳 (413 ㍎)～師匠手山～滑石トンネル～ 上床 集 合：9 時 52 分 光風台車庫 L：松本名 SL：稻城 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西北部	

岩トレ=竜頭泉 (色々ルートに挑戦)		N0190
2/26 (日)	集 合：8時市民会館 L：原田 SL：林 対 象：会員・一般 要申込：Lに連絡 美容と健康に	

県百名山N○38：舞岳 (251 ㍎)：72 峰		N0191
2/26 (日)	コース：上浦～鞍部～舞岳～向町 集 合：10時03分上浦バス停 L：辻 SL：橋口 対 象：会員・一般 ランク☆☆☆ 地形図：長崎西北部 急こう配が不落の城を思わせる	

第6回茂木四国八十八ヶ所巡り (最終結願)		N0192
2/27 (月)	コース：宮摺バス停～29番～77番～13番～48番～かまど神社～25番～39番 ～23番～18番～52番(潮見崎)～昼食(茂木水辺のきずな公園)～ 12番～86番～44番～2番～1番～3番～65番～15番～玉台寺 集 合：8時20分宮摺バス停 L：中本 SL：林 対 象：会員・一般 弘法大師とともに、宮摺町・茂木町コース19霊場を巡る	

岩トレ = 豊前坊 NO CLIMB NO LIFE		N0193
3/1 (水)	集 合：9時現地 L：林 SL：古井 対 象：会員・一般 要申込：Lに連絡	

たまには網場金比羅山 278m		No194
3/1 (水)	<p>コース：総科大～網場金比羅山(278m)～不動山(354m)～日吉自然の家～重籠(一次解散)☆☆～豊前坊～英彦山～白木☆☆☆</p> <p>集合：総科大前集合：9時47分(県営バス、春日車庫行)</p> <p>L：松本千 SL：小川</p> <p>対象：会員・一般</p> <p>ランク：☆☆☆</p> <p>地形図：長崎西南部</p>	

登山教室 城山 350m		N0195
3/4 (日)	<p>コース：平山～城山～善長谷教会～菩提寺</p> <p>集合：9時52分平山</p> <p>L：松本正 SL：田嶋</p> <p>対象：会員・一般</p> <p>ランク：☆☆</p> <p>地形図：長崎西南部</p>	
安全登山・地図の見方をしっかりマスターしよう		

岩トレ＝豊前坊 NO CLIMB NO LIFE		N0196
3/5 (日)	<p>集合：10時現地</p> <p>L：坂上 SL：岩崎</p> <p>対象：会員・一般</p> <p>要申込：Lに連絡</p>	
～気持ちいい汗をかこう～		

九州オルレ 嬉野コース		N0197
3/5 (日)	<p>コース：肥前吉田焼窯元会館～大定寺、吉浦神社～西吉田の茶園～坊主原パイロット茶園～22世紀アジアの森～上平の茶園～轟の滝公園～嬉野川遊歩道～シーボルトの足湯</p> <p>出発：平山発7時～15分中央橋～25分平和公園～35分昭和町</p> <p>L：若松 SL：村田</p> <p>対象：会員</p> <p>バス2台使用</p> <p>参加費：3,000円</p> <p>要予約：前納</p>	

月一岩屋山		N0198
3/5 (日)	コース：岩屋神社～六部堂～尾根～岩屋山～油木 集 合：9時43分虹ヶ丘中央バス停 L：石原 SL：松本正 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西北部	

岩トレ＝豊前坊 (いい季節にダイエット)		No199
3/8 (水)	集 合：9時現地 L：古井 SL：野田 対 象： 会員・一般 要申込： Lに連絡 ～気持ちいい汗をかこう～	

ロング大草駅からあまりのおぼね越えて本川内駅まで		No200
3/9 (木)	コース：大草駅～水洗山(290m)～多良見普賢岳(322m)～鎌倉山(358m)～ あまりのおぼね～大山(403m)～猪見岳(363m)～本川内駅 集 合：9時40分大草駅 L：酒井 SL：橋口 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆☆ 地形図：長崎東北部・大村 たまにはロングもいいもんだ	

九州百名山 No39 稲尾岳 (959 冠・鹿児島) 49 峰		N0201
3/11 (土) ～ 3/12 (日)	コース：3/11 長崎～九州道、東九州道、大隅縦貫道～笠之原 IC～花瀬バンガ ロー村(15:00頃) (一日目移動日&佐多岬見学) 3/12花瀬(6:00)～西口登山口～自然石展望台～枯木岳(8:30)～分岐 ～稲生神社～北口登山口～滝口～西口登山口(13:00頃)～長崎20時 出 発：6時平山発～15分中央橋～25分宝町～35分昭和町 L：辻 SL：平野 対 象：会員 ランク：☆☆☆ 地形図：稲尾岳 参加費：9,000円・ロッジ代別 前納・要予約 バス使用	

八郎岳 (590 ㍍) ~兜岳 (452 ㍍)		N0202
3/11 (土)	コース：平山~八郎岳~兜岳~南柳田 集 合：9時52分・平山 L：田端 SL：村田 対 象：会員一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西南部 長崎半島主稜を歩く	

岩トレ=矢岳 NO CLIMB NO LIFE		N0203
3/12 (日)	集 合：10時現地 L：岩崎 SL：中村好 対 象：会員一般 要申込：Lに連絡	

帆場岳 (506 ㍍) から長崎港を一望		N0204
3/12 (日)	コース：恵の丘~帆場岳~不動原公園~三川町 集 合 10時19分・恵の丘バス停 L：稲城 SL：田上 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎東北部	

岩トレ=豊前坊 (美容と健康に)		N0205
3/15 (水)	集 合：9時現地 L：野田 SL：林 対 象：会員・一般 要申込：Lに連絡	

七面山啓翁桜鑑賞登山		N0206
3/15 (水)	コース：西トンネル口~中尾峠~烽火山 (462) ~七面山 集 合：10時08分・西トンネル口 L：玉那覇 SL：相川 対 象：会員一般 ランク：☆☆ 地形図：長崎東南部	

北八ヶ岳 雪の天狗岳 (東天狗 2,640m・西天狗 2,649m) N0207

3/18

(土)

～

3/21

(火)

コース:

3/18 長崎(3:00)～高速経由諏訪IC～洪御殿湯(17:00)泊

3/19 洪御殿湯(6:00)～唐沢鉱泉～分岐～西尾根～西天狗岳(12:30頃)
～東天狗岳(13:30)～黒百合ヒュッテ(15:00頃)泊

3/20 ヒュッテ(8:00)～分岐～洪御殿湯(11:00)～大阪南港(19:50)～門司へ

3/21 新門司港(7:00)～長崎(10:00頃)

L: 宮崎 SL: 松本正

対象: 会員

ランク: ☆☆☆☆

地形図: 蓼科

参加費: 準備会にて

要予約

レンタカー又はマイカー使用

準備会: 3月6日13時30分

岳集落のマリア観音 稲佐山公園

N0208

3/18

(土)

コース: ゴルフ場～岳集落～縦走路～稲佐山公園～もみじ谷

集合: 10時28分・ゴルフ場前バス停

L: 津田 SL: 浜都

対象: 会員・一般

ランク: ☆☆☆

地形図: 長崎西北部

～岩トレ～

豊前坊 NO CLIMB NO LIFE

N0209

3/19

(日)

集合: 10時現地

L: 中村好 SL: 坂上

対象: 会員・一般

要予約: Lに連絡

～眼下の茂木漁港・眺めよし～ 橋翔展望台

N0210

3/19

(日)

コース: 茂木～峠～江島コース～橋翔展望台～尾根道～準提観音

集合: 9時51分・茂木バス停

L: 木戸 SL: 江島

対象: 会員・一般

ランク: ☆☆☆

地形図: 長崎東南部

~岩トレ~		矢岳 NO CLIMB NO LIFE	N0211
3/22 (水)	集 合：9時現地 L：林 SL:古井 対 象：会員・一般 要予約：Lに連絡		
	~岩トレは楽しいよ~一度経験してみんね		

~天草灘を一望~		戸町岳 (427m)	No212
3/23 (木)	コース：田上バス停~唐八景~烏帽子岩~戸町岳~尾根コース~新戸町 集 合：10時2分・田上バス停 L：大宅 SL 中村好 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎東南部・東北部		

~登山教室~		金比羅山 (366m)	N0213
3/25 (土)	コース：バス停~室生寺~金比羅山 (366) ~東高 集 合：9時52分 四丁目入口バス停 (県営バス・フランシスコ病院行き) L：橋口 SL:田端英 対 象：会員・一般 ランク：☆☆ 地形図：長崎東北部		
	地図読み・安全登山を習得しよう		

~岩トレ~		竜頭泉	N0214
3/26 (日)	集 合：10時現地 L：原田 SL:谷口 対 象：会員・一般 要予約：Lに連絡 マイカー使用		
	いろんなルートが楽しめる		

～県百名山～ 遠見山 (259m)・殿隠山 (263m) N0215	
3/26 (日)	コース：観音寺～遠見山 (73 峰)～殿隠山 (74 峰)～古里 集 合：10 時 07 分 観音寺前バス停 L : 近藤 SL: 橋口 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：肥前高島
	長崎半島南端主稜を踏破

～岩トレ～ 豊前坊 NO CLIMB NO LIFE N0216	
3/29 (水)	集 合：9 時現地 L : 古井 SL: 野田 対 象：会員・一般 要予約：L に連絡
	～岩トレは楽しいよ～一度経験してみんね

第 2 回島巡り (桜とチューリップ) N0217	
3/29 (水)	コース：深浦バス停～安保 (チューリップ祭り)～香焼総合運動公園 ～円福寺～岩立神社 (カゴノキ)～香焼教会 L : 恵本 SL: 若松 集 合：10 時 4 分 深浦バス停 (伊王島ターミナル行) 対 象：会員・一般 ランク：☆☆
	～色とりどりのチューリップに癒される～

山と岳の違い

山の名前には、富士山など山がつく場合と槍ヶ岳など岳がつく場合があります。独立峰では山とつくことが多く、標高が高くて峰々が連なる山脈の山頂には岳がつくことが多い。しかし独立峰であっても開開岳や独立峰でなくても、神奈川県の日沢山など一概には言えないようです。