

2026

わ ら ら じ

4 我等路

あさぎりニュース 第500号



長崎朝霧山の会
令和8年4月1日 事務局発行



2026. 3. 12 登山教室&啓翁桜観賞 (七面山の緋寒桜)

第一回長崎街道 ^{たらみち} 多良通 ^{たらかいどう} (多良海道)

4/19

(日)

- コース：江北駅→小田宿→六角宿→高宿→有明南小
- 出 発：平山発6時～中央橋～平和町～昭和町
- L : 益村 SL : 角
- 対 象：会員・一般
- 要申込：4/9〆切 ■バス使用

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



運営委員の皆様へお知らせ！

令和8年4月より（4/13(月)）運営委員会は14時から開催しますので、よろしくお願いします。

重要!

5月号は葉書による書面決議のため、郵送します！

4月下旬の我等路5月号発行時に、会則・規約変更のため臨時総会（書面決議）書面決議用ハガキと会則の変更内容の文書を同封し郵送しますので、賛否のハガキの返送をお願いします。

尚、ランタナのメールボックスに取りに行かれています方は、**郵送しますので我等路5月号は取りに行かないで下さい。**

基本を大切に、安全の原則を再確認しよう！

山では日常生活とは違う隠れた危険が常に潜んでいます。事故のリスクを避け安全第一を心がけましょう。

- * 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。
- * 危険な急斜面や岩稜帯を通過するとき、スリングやカラビナがあれば簡易ハーネスを作れ、安全を確保しながら通過できる場合があります。（登山教室で実施）
- * 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。
- * 体調不良が起きたら、遠慮しないで直ぐにリーダーに伝えて対策を。動けなくなってからは大変。
- * 道迷いは分岐まで戻れ。下まで降りない、沢には絶対入らない。
- * 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。
- * 自分の現在地を常に把握。
- * 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。
- * 山の事故は自己責任であることから、万一の時に備え労山基金などの山岳保険に加入。

長崎の四月の天気

九州の北西端に位置する長崎県は、対馬暖流の影響を受けて、全体的に温暖な気候です。平均気温は15.5℃前後で、日中は20℃を超える日もあり、過ごしやすい気候となります。しかし、朝晩は10℃前後まで下がることがあるので、寒暖の差に注意が必要です。桜の開花時期は3月下旬から4月上旬で、満開を迎えるのは4月上旬ごろ。

春の山には、生命の躍動感が満ちあふれ、春の花との出会いが楽しみです。高気圧と低気圧の交互の通過によって、天候の急変が多い季節です。気をつけて、山歩きを楽しみましょう。

～岩トレ～ 矢岳 NO CLIMB NO LIFE		N0206
4/1 (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	
	～岩トレは楽しいよ～一度経験してみんね	

～島巡りシリーズ～ 慈眼桜観賞&平戸巡り		No207
4/1 (水)	コース：平戸大橋～慈眼桜観賞～川内峠～平戸城～最教寺 ～幸橋～平戸ザビエル記念教会 集 合：6時平山発～15分中央橋～25分平和町～35分昭和町 L：松本千 SL：玉那覇 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 参加費：4,000円 バス使用 要申込：締切3月20日 3月29日以降のキャンセルは、全額キャンセル料が発生します	

～山菜の宝庫を訪ねて～山菜ハイク&市民登山教室		No208
4/4 (土)	コース：公園～中尾峠～番所橋 集 合：10時・本河内ダム公園 道光バス下車 L：田上清 SL：松本正 対 象：会員・一般 ランク：☆☆ 地形図：長崎東北部 お 題：「食べられる山菜を手にとって確認しよう」	

～岩トレ～ 豊前坊 NO CLIMB NO LIFE		N0209
4/5 (日)	集 合：10時 現地 L：坂上 SL:竹本美 対 象：会員・一般 要申込：Lに連絡	
	～岩トレは楽しいよ～一度経験してみんね	

～のんびり散歩～ 諫早の桜観賞		N0210
4/5 (日)	コース：諫早駅～本明川沿～桜堤～締切堤防～森山駅（島鉄） 集 合：JR 諫早駅 長崎駅（市布経由）8時33分→9時06分（諫早駅） 長崎駅（長与経由）8時18分→9時01分（諫早駅） L：田上清 SL 岡部 距離：17km 対 象：会員・一般 ◎ウォーキングシューズ適	
	気持ちいい汗をかこう	

～岩トレ～ 豊前坊 NO CLIMB NO LIFE		N0211
4/8 (水)	集 合：9時 現地 L : 野田 SL:大宅 対 象：会員・一般 要申込：Lに連絡	
	～岩トレは楽しいよ～一度経験してみんね	

～新コース～ 舞岳 (251m)		N0212
4/9 (木)	コース：バス停～式見ダム駐車場～新コース～舞岳 (251m) ～鞍部～上浦 集 合：10時13分・上浦バス停 L : 松本千 SL:橋口 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西北部	

帆場岳の山桜観賞		No213
4/11 (土)	コース：バス停～帆場岳 (506) ～山桜～東屋～不動原～三川 集 合：9時21分恵の丘 L : 田端隆 SL:西村 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎東北部	

～岩トレ～ 野岳 NO CLIMB NO LIFE		N0214
4/12 (日)	集 合：9時30分 現地 L : 高尾 SL:原田 対 象：会員・一般 要申込：Lに連絡	
	～岩トレは楽しいよ～一度経験してみんね	

～岩トレ～ 矢岳 (美容とダイエットに)		N0215
4/12 (日)	集 合：10時 現地 L : 岩崎 SL:中村好 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	

春の花（キスミレ・サクラソウ）観賞登山・倉木山（由布院） N0216	
4/12 (日)	<p>コース：登山口～倉木山(457m)～p1155～分岐～登山口 出 発：6時平山発～15分中央橋～25分平和町～35分昭和町 L：浜都 SL：峰 対 象：会員・一般 ランク：☆☆ 地形図：別府・小野屋 参加費：5,500円 ✕切日 4月2日 バス使用 4月9日以降のキャンセルは全額キャンセル料が発生します</p>

定番のモヒカン刈り戸町岳 N0217	
4/12 (日)	<p>コース：バス停～尾根コース～戸町岳(427m)～谷コース～戸町中裏バス停 集 合：9時48分戸町中裏バス停 L：江島 SL：参加者から 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西南部</p>

岩トレ=矢岳 NO CLIMB NO LIFE N0218	
4/15 (水)	<p>集 合：9時現地 L：大宅 SL：林 対 象：会員・一般 要申込：Lに連絡</p>

日見トンネルから四つ峠を歩こう N0219	
4/15 (水)	<p>コース：西トンネル口～日見峠～中尾峠～木場峠～現川峠～西山古道～西山台 集 合：10時：西トンネル口 L：木戸 SL：中村丹 対 象：会員・一般 ランク：☆☆ 地形図：長崎東北部</p>

市民登山教室&のんびり山行 N0220	
4/18 (土)	<p>コース：バス停～九州自然歩道～金比羅山(366m)～天狗山(335m)～天主公園 集 合：9時58分 高部水源地バス停 L：橋口 SL：玉那覇 対 象：会員・一般 ランク：☆☆ 地形図：長崎東北部 お 題：「春の天気について」</p>

マルチピッチ岩トレ=牛首岩（雲仙）		No221
4/19 (日)	集 合：10時現地 L：原田 SL：坂上 対 象：会員・一般 要申込：Lに連絡	

第一回長崎街道-多良通（多良海道）		No222
4/19 (日)	コース：江北駅～小田宿～六角宿～高宿～有明南小 11km 出 発：6時平山発～15分中央橋～25分平和町～35分昭和町 L：益村 SL：角 対 象：会員・一般 参加費：4,500円 要申込：4/9×切 バス使用 4/16(木)以降のキャンセルは全額キャンセル料が発生します	

城山リベンジ登山		No223
4/19 (日)	コース：バス停～愛宕神社跡～城山(350m)～善長谷教会～平山台 集 合：10時16分深堀中学校下 L：藤野 SL：古井 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西南部	

岩トレ=権現岩（支点の作り方・懸垂下降等）		No224
4/22 (水)	集 合：9時・清香園駐車場 L：林 SL：古井 対 象：会員・一般 要申込：Lに連絡 ◎要昼食	

春木町から異世界に入る		No225
4/23 (木)	コース：梁川公園～春木町～稲佐山(366)～皿焼霊園 集 合：10時梁川公園 L：松本正 SL：橋口 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西北部	

長崎半島の背骨を縦走		No226
4/25 (土)	<p>コース：バス停～兜岳（462）～八郎岳（590）～小八郎岳（562）～千々峠～平山</p> <p>集 合：9時40分・南柳田バス停</p> <p> L：酒井 SL：江島</p> <p>対 象：会員・一般</p> <p>ランク：☆☆☆</p> <p>地形図：長崎西南部</p>	

熊本県のマルチピッチ岩=カニのハサミ岩（八方ヶ岳）		No227
4/26 (日)	<p>集 合：5時多良見ナフコ</p> <p> L：小島 SL：竹内浩</p> <p>対 象：会員</p> <p>要申込：Lに連絡</p> <p>マイカー使用</p>	

岩トレ=豊前坊 ゲレンデは石切場跡		No228
4/26 (日)	<p>集 合：10時現地</p> <p> L：永田 SL：岩崎</p> <p>対 象：会員・一般</p> <p>要申込：Lに連絡</p>	

背振山系縦走No.4 ツクシシャクナゲに期待		No229
4/26 (日)	<p>コース：三瀬峠～城ノ山（846）～金山（967）～獵師岩山（893）～脊振山（1054）～駐車場</p> <p>出 発：6時平山発～15分中央橋～25分平和町～35分昭和町</p> <p> L：平野 SL：松本正</p> <p>対 象： 会員・一般</p> <p>ランク：☆☆☆☆</p> <p>地形図：脊振山</p> <p>参加費：4,500円</p> <p>要申込： 〆切4月16日</p> <p>4/23(木)以降のキャンセルは全額キャンセル料が発生します</p> <p>バス使用</p>	

西側トラバース道を歩く（岩屋山）		No230
4/26 (日)	<p>コース：バス停～自然歩道～上鉢巻道～岩屋山（475）～油木</p> <p>集 合：10時13分・上浦バス停</p> <p> L：松本千 SL：峰</p> <p>対 象：会員一般</p> <p>ランク：☆☆☆</p> <p>地形図：長崎西北部</p>	

岩トレ=矢岳 NO CLIMB NO LIFE		No231
4/29 (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	

年に一度の多良山系大縦走（交差縦走）		No232
4/29 (水)	コース：南登山口～郡岳（826）～遠目山（848）～春日越～岩屋越～釜伏山（800）～つげ尾～経ヶ岳（1075）～中山越～金泉寺～中岳（1000）～五家原岳（1057）～横峰越～二合半岳（799）～摩利支天（670）～シャクナゲ公園 集 合：3時15分産直かやせ駐車場・4時各登山口出発 ・南登山口発 L：平野 SL：松本名 林 ・シャクナゲ公園発 L：宮崎 SL：大宅 松本正 対 象：会員・要申込 ランク：☆☆☆☆☆ 地形図：多良岳	マイカー利用

市内最高峰に登る！		No233
5/2 (土)	コース：バス停～千々峠～小八郎（564）～八郎岳（590）～平山 集 合：9時55分・平山バス停 L：田端隆 SL：角 対 象：会員一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西南部	

ヤマシャクヤクの乱舞九州脊梁山地縦走（テント泊）		No234
5/2 (土) ～ 5/4 (月)	5/2：長崎4：00～矢筈岳登山口～切剥 <small>きりぼき</small> ～三方山～椎矢峠テント泊 5/3：峠6：00～高岳～国見岳（1739m）～五勇山～烏帽子岳～白鳥山テント泊 5/4：白鳥山6：00～七遍巡り～上福根山～白崩平～岩宇土山登山口～長崎 5/5：予備日 L：宮崎 SL：松本正 対 象：会員 要申込 〆切 4/18 ランク：☆☆☆☆ 地形図：国見岳・椎原 ◎自家用車2台以上、岩宇土山登山口にデポ後、矢筈岳登山口に1台デポ テント泊用具一式・詳細は後日報告 新緑の九州脊梁山地を堪能しよう	

岩トレ=豊前坊 NO CLIMB NO LIFE		No235
5/3 (日)	集 合：10時現地 L：永田 SL：岩崎 対 象：会員・一般 要申込：Lに連絡	

谷筋からゆっくり登る甑岩！

No236

5/3
(日)

コース：バス停～沢コース～甑岩～日吉自然の家～日見峠
集 合：9時00分・重籠バス停
L：松本千 SL：峰
対 象：会員・一般
ランク：☆☆☆
地形図：長崎東北部

岩トレ=矢岳 NO CLIMB NO LIFE

No237

5/6
(水)

集 合：9時現地
L：野田 SL：大宅
対 象：会員一般
要申込：Lに連絡

肥前古賀の境界尾根を歩く

No238

5/6
(水)

コース：バス停～前岳(366)～津屋岳(303)～古賀
集 合：9時21分・恵の丘バス停
L：酒井 SL：橋口
対象：会員・一般
ランク：☆☆☆
地形図：長崎東北部

市民登山教室 金比羅山

No239

5/9
(土)

コース：天主公園～沢コース～旗揚げ広場～金比羅山(366)～旗揚げ広場
～東高
集 合：10時・天主公園
L：田上 SL：小川 講師：松本正
対 象：会員・一般
ランク：☆☆☆
地形図：長崎東北部
教室のお題：

岩トレ=風頭 NO CLIMB NO LIFE

No240

5/10
(日)

集 合：10 現地
L：坂上 SL：中村好
対 象：会員・一般
要申込：Lに連絡

第二回長崎街道=^{たらみち}多良通 (^{たらかいどう}多良海道)

N0241

5/10
(日)

コース：高町宿～鹿島城下～浜宿～祐徳稲荷神社参拝
出 発：平山発 6 時～15 分中央橋～25 分平和町～35 分昭和町
L：田上清 SL：田端夕
対 象：会員・一般
ランク：☆☆☆
要申込み：4/30 〆切 バス代 4,500 円
5/7(木)以降のキャンセルは全額キャンセル料が掛ります。

狼煙蹟の烽火山

No242

5/10
(日)

コース：10 時 四丁目入口バス停～近隣公園～トラバース道～烽火山(426m)～
どんぐり公園
集 合：10 時四丁目入口
L：玉那覇 SL：西村
対 象：会員・一般
ランク：☆☆☆
地形図：長崎東北部

岩トレ=豊前坊 NO CLIMB NO LIFE

N0243

5/13
(水)

集 合：9 時現地
L：大宅 SL：林
対 象：会員・一般
要申込：Lに連絡

のんびり山行天門峰

N0244

5/14
(木)

コース：西泊～西泊中～天門峰(166m)～神埼神社～女神大橋
集 合：9 時 58 分西泊バス停
L：岡部 SL：坂下
対 象：会員・一般
ランク：☆☆
地形図：長崎西南部

天草灘一望 ^{きっしょう}橋 翔 展望台

No245

5/16
(土)

コース：茂木バス停～峠～橋翔展望台～烏帽子岩（一次解散）～小ヶ倉ダム・
唐八景又は太郎さん山
集 合：9 時 57 分茂木バス停
L：浜都 SL：江島
ランク：☆☆
対 象：会員・一般
地形図：長崎東北部

岩トレ=野岳(初心者大歓迎)		No246
5/17 (日)	集 合：8時市民会館 L：原田 SL：高尾 対 象：会員・一般 要申込：Lに連絡	

背振山系縦走 No5		N0247
5/17 (日)	コース：長野峠～雷山(955m)～井原山(982m)～三瀬峠 出 発：平山6時発～15分中央橋～25分平和町～35分昭和町 L：松本名 SL：平野 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 5時間 9.2km 参加費：4,500円 下山後温泉あり着替え用意 ✕切5/7 要予約 5/14(木)以降のキャンセルは全額キャンセル料が掛ります。	

ゆっくり登ろう矢岳		N0248
5/17 (日)	コース：バス停～谷コース～矢岳～カトリック墓地～六本松バス停 集 合：9時55分早坂バス停 L：松本千 SL：江島 対 象：会員・一般 ランク：☆☆ 地形図：長崎東北部	

岩トレ=豊前坊(美容とダイエットに)		No249
5/20 (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	

ヤマツツジ観賞登山		No250
5/20 (水)	集 合：9時55分平山バス停 コース：平山～千々峠～小八郎(564m)～八郎岳(590m)～平山 L：橋口 SL木戸 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西南部	

～市民登山教室～岩屋山		No251
5/23 (土)	コース：明星タクシー～ジグザグ道～岩屋山（475m）～油木 集 合：9時53分・小江原バス停 L：橋口 SL：相川 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西北部 お 題：「ストックの使い方」	

～八女市のマルチピッチ岩～ 日向神		N0252
5/24 (日)	集 合：6時 市民会館 L：小島 SL：林 対 象：会員・一般 要予約：Lに連絡 マイカー使用	
～マルチ岩は楽しいよ～高度感満点		

～岩トレ～ 矢岳 NO CLIMB NO LIFE		N0253
5/24 (日)	集 合：10時 現地 L：永田 SL：中村好 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		

雲仙ミヤマキリシマ観賞登山		No254
5/24 (日)	コース：宝原～高岩山（881m）～一切経の滝～小地獄 集 合：7時平山発～15分中央橋～25分平和町～35分昭和町 L：石原 SL：大宅 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：雲仙 バス使用 要予約 〆切 5/14 参加費 4,500円 入浴あり（着替え用意） 5/21(木)以降のキャンセルは全額キャンセル料が掛ります。	

～岩トレ～ 矢岳 NO CLIMB NO LIFE		N0255
5/27 (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		

戸町岳から大山林道へ		N0256
5/28 (木)	コース：バス停～谷コース～戸町岳（427m）～大山林道～大山入り口 集 合：9時57分・戸町中裏 L：木戸 SL：江嵩 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西南部	

～ちょいロング～ 鳴鼓三山～稲佐山～天門峰		No257
5/30 (土)	コース：車庫～鳴鼓三山～岩屋山（475m）～小江原～稲佐山（333m） ～天門峰（166m）～女神大橋 途中適宜解散 集 合：6時55分・光風台車庫バス停 L：平野 SL：西村 対 象：会員 ランク：☆☆☆☆☆ 地形図：長崎西北部・西南部	

熊本県のマルチピッチ岩=カニのハサミ岩（八方ヶ岳）		N0258
5/31 (日)	集 合：6時 市民会館 L：竹内ヒ 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	

～岩トレ～ 豊前坊 NO CLIMB NO LIFE		N0259
5/31 (日)	集 合：10時 現地 L：永田 SL：竹本美 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	

～ゆっくり登ろう～ 城山（350m）		N0260
5/31 (日)	コース：平山～城山（350）～善長谷教会～菩提寺 集 合：9時45分・平山バス停 L：辻 SL：藤野 対 象：会員・一般 ランク：☆☆ 地形図：長崎西南部 ～気持ちいい汗をかこう～	

我等路ギャラリー



3/12 登山教室&啓翁桜観賞 七面山



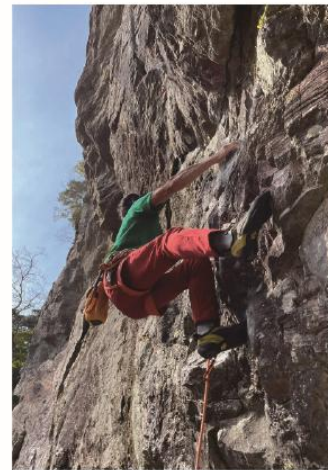
3/15 春一番マンサク咲く 多良山系



3/14 東部低山縦走 矢上普賢岳



3/8 長崎港西岸尾根 女神大橋



3/1 岩トレ 野岳



2/23 長崎西北部歩き 鳴鼓三山



2/21 雲仙花ぼうろ 霧氷観賞登山



2/26 ちょいロング 東長崎〜烽火山

「朝霧山の会」新拠点



<070-9105-4620>

長崎市市民活動センター
『ランタナ』

- 住所：長崎市馬町21-1
- TEL：095-807-6518
- 開館時間：平日8:45-22:00
土日祝日8:45-17:30
- 年中無休(12/29-1/3を除く)

◎メールボックス49番



《山行報告》

No.163 ◆2026年2月5日(木) 大草三山を縦走

L:峰	SL:橋口	天候: 晴						
会 員	峰	橋口	森(一)	津田	古川	若松	小濱	藤林
	野田	玉那覇	林	森(壽)	林田(紀)	中村(丹)	相川(喜)	松本(名)
	松本(千)	酒井	松尾	平野				
一 般	吉野	長与町吉無田						
会員:20名 一般:1名 計:21名								
大草駅(9:54)→水洗山(10:59)→多良見普賢岳(11:23)→鎌倉山(11:54)→下山した林道(12:10～昼食～12:40)→虚空蔵山(13:15)→正法寺(14:26)								
大草駅スタートから暖かく、ミカン畑が続く道を登る。多良見虚空蔵山の登山口周辺は広く、公園内には駐車場やトイレもある。そこからは長い樹林帯が続く。虚空蔵山々頂からは大村湾、多良見山系が一望でき暫し一息。Lの橋口さんから「この先、アドベンチャーコースですよ」と声がかかる。ヤブを抜け、慎重な足運びで下り全員ケガもなく無事下山。帰りのJR車内で山好きの女性から声がかかる、「朝霧の会」活動の様子がよく分かるHPを伝える、いつかご一緒出来たら嬉しいナ。								

No.164 ◆2026年2月7日(土) 登山教室 岩屋山(475m)

L:橋口	SL:相川(喜)	天候: 曇						
会 員	橋口	相川(喜)	峰	林田(紀)	中村丹	飯島		
会員:6名								
明星タクシー(10:05)→ジグザグ道で道を見失い直進して尾根を登り、堤よりの手前の急坂の登山道に合流し、東屋下のベンチに出る→岩屋山(12:00～昼食～12:30)→小江原(13:30)								
早朝まで雨が降っており、掲示板に山行中止が表示されましたが、表示されない方があるという事でSLが集合場所に行くのと4名(内2名は助人)居られ行程通り登りました。 ※今回、掲示板に表示されない場合があることを知り、あえて報告しました。他に2名表示されなかった方有です。山行に取り上げるかは運営委員会の方にお任せいたしますが、今後、迷われる天候の際はLかSL又は、連絡の取れるメンバーに確かめられることなどをお知らせくださればと思います。								

No.169 ◆2026年2月11日(水) 低山縦走 矢上普賢岳・行仙岳

L:松本(千)	SL:	天候: 雨						
雨天のため中止しました。								

「山行報告書」は

〒850-0022 長崎市馬町21-1


長崎市民活動センター「ランタナ」

朝霧山の会 メールボックス 49番

へ郵送か持参してください。 尚、道路への駐車は厳禁です！

No.170 ◆2026年2月14日(土) =氷壁登攀= スズゴヤの滝								
L:竹内(浩)			SL:小島			天候:曇		
会 員	竹内(浩)	小島	林	松本(正)	大塚	竹内(和)		
会員:6名								
■行動タイムスケジュール								
往路: 8時30分北壁登山口発、10時15分スズゴヤの滝到着								
登攀: 10時15分～14時15分迄アイスクライミング(スズゴヤの滝 左岸側)								
復路: 14時30分スズゴヤの滝発～15時45分北谷登山口着								
■登攀情報								
右岸側の氷壁は、木での残置支点から60mロープが必要。(今回は、50mを2本つないで対応) (残置支点から5mほど下がった木からのTRでは50mでギリギリ足りるはず。ただし、そこまで降りるのも確保が必須)(右岸側の滝も凍っていれば、50mで足りるとの常連者談)								
■その他								
氷瀑見学登山者が多数来られます。その場合は、登攀のお断りと、落氷を考慮して登攀を一時中断する。また見学者が写真撮影できるように場所を譲る等の配慮が必要です。見学者が落氷で怪我された場合には、批判しか残りません。								
■感想								
今期の湧水により計画の宇土内谷から、会で初めてエリアの祖母山のヤカタガウドの滝に転戦し、30m氷壁のアイスクライミングを楽しんできました。氷瀑ざりざり終わりのタイミングでしたが、スクリーも打てるほどの厚みで参加者皆さんご満足の様でした。								

No.171 ◆2026年2月14日(土) 小江原から稲佐山								
L:中村(丹)			SL:西村			天候:曇		
会 員	中村(丹)	西村	津田	田端(夕)	玉那覇	相川(ス)	古川	松本(千)
	林田(紀)	酒井	松本(名)	角	坂下	田端(美)	木戸	峰
	相川(喜)	平野	小川	浜都				
会員:20名								
小江原(10:10)→分岐(10:40)→鉄塔・入船ヶ丘の分岐(11:00)→稲佐山公園(12:00～昼食～12:30)→もみじ谷(13:00)								
バスの遅れがあって計画より少し遅れて出発。防火帯をアップダウンしながら登る。八巻山展望台経由で稲佐山公園へ、弁当・トイレタイム。下山はもみじ谷へ。今回は3回連続の中止のあと、という事で雨の心配もあったけど、思い切って決行しました。雨は下山するまで降らなくて滑る人、転ぶ人もなく無事解散することが出来ました。SLの西村さん、皆さんご協力ありがとうございました。 ※教訓:リーダーはスマホ対応できる状態で待機すべし!!								

<p>リーダーの方は、年間山行回数表彰</p> <p>に必要ですので忘れずに</p> <p>「山行報告書」の提出をお願いします!</p>	
--	---

No.173 ◆2026年2月15日(日) 西彼杵半島 大野岳

L:玉那覇		SL:橋口		天候: 晴				
会 員	玉那覇	橋口	益村	田端(夕)	若松	荒川	辻	中島
	相川(ス)	古川	小濱	田端(美)	松本(千)	中村(丹)	相川(喜)	峰
	松本(名)	角						
会員:18名								
神浦郵便局(10:05)→大野岳(12:00~昼食~12:30)→大野教会(13:30)→出津文化村(14:00)								
<p>長崎市に編入された旧外海町役場跡にある霧氷酒造から正式な登山道はなく、橋口さんルートの尾根筋を昔の大野集落の人々が大野岳に至る急斜面に古い石積を築いた耕作地(段々畑)をジグザグに登る。サツマイモ栽培を主体とする農業を営んでいたのだろう。大野岳山頂にある展望台から360度見渡せる眺望は壮観です。出水市で越冬していたナベヅルの北帰行の観察にもよさそうでした。今回、下りのコースの大平作業所見学を変更し途中、「名も無い展望所」で角力灘の絶景を楽しみ、ド・ロ神父が明治26年に大野集落の26戸の信者の為に現地の玄武岩を積み上げ漆喰モルタルで固めた「ド・ロ壁」工法作りの大野教会堂に立ち寄りました。</p>								

No.174 ◆2026年2月18日(水) =岩トレ= 矢岳

L:野田		SL: -		天候: 晴				
会 員	野田	古井	小島	中村(コ)	永田	松本(名)	岩崎	香田
	平野	竹本(美)						
会員:10名								
2月とは思えないポカポカ陽気で、指もバチ効きでした。10人もの参加でお喋りに花が咲いて春を感じる岩登りでした。								

No.175 ◆2026年2月18日(水) 西山神社名物 元日桜鑑賞

L:石原		SL:小川		天候: 晴				
会 員	石原	小川	田端(夕)	小濱	津田	若松	中嶋	恵本
	菅原	古川	相川(ス)	玉那覇	中島	岩下	木戸	松本(千)
	飯島	田端(美)	中村(丹)	坂下	角	林田(紀)	相川(喜)	峰
一 般	財	長崎市東町	吉野	長与町吉無田				
会員:24名 一般:2名 計:26名								
竹林(10:08)→天狗山と金比羅山の分岐(10:40)→天狗山(10:48)→金比羅山頂(11:07~11:25)→広場(11:40~昼食~12:10)→西山神社(12:49)								
<p>時間が早かったので天狗山に行くことに。西山神社の元日桜は咲いていました。SL小川さんには報告書の名簿、誰一人遅れることのないペースでの案内ありがとうございました。一般の方も何回か参加されているようで、お話できて良かったです。</p>								

※報告書提出は L です。(違う場合のみ、報告、感想:〇〇と記入)

No.176 ◆2026年2月21日(日) 雲仙花ぼうろ 霧氷観賞登山 Aコース								
L:玉那覇			SL:松本(名)			天候: 晴		
会 員	玉那覇	松本(名)	林	古川	濱崎	出原		
会員:6名								
仁田峠(8:30)→妙見岳(9:00)→国見別れ(9:30)→国見岳(10:00)→立岩の峰(11:30～昼食～12:00)→霧氷沢(12:30)→普賢岳(13:00)→紅葉茶屋(13:30)→仁田峠(14:20)								
<p>昨年(2025)の2月24日の雲仙は一面雪景色の中の登山でしたが、今回(2026)2月21日は全く雪無く、初春を感じる穏やかな日の登山となる。仁田峠駐車場から妙見神社でお参りし、国見別れ分岐でB班と分れ国見岳へ、SLの素晴らしいリードで急坂を下り、立岩の峰でB班と昼食後、霧氷沢をめぐって普賢岳へ、下りはアザミ谷と紅葉茶屋が崖崩れで通行止めの為、迂回ルートにて仁田峠駐車場に到着した。</p>								

No.176 ◆2026年2月21日(日) 雲仙花ぼうろ 霧氷観賞登山 Bコース								
L:橋口			SL:松本(正)			天候: 晴		
会 員	橋口	松本(正)	津田	辻	中島	野田	相川(喜)	峰
	中村(丹)							
会員:9名								
仁田峠(8:30)→妙見神社(9:15)→国見分岐(9:40)→紅葉茶屋(10:00)→風穴(10:20)→鳩穴分岐(10:40)→立岩の峰(11:00～昼食～11:30)→普賢岳(12:00)→紅葉茶屋(12:40)→国見分岐(13:15)→妙見神社(13:40)→仁田峠(14:20)								
<p>例年になく暖かく、霧氷登山がただの山登りになってしまった。国見分岐よりA班6名は国見岳、B班9名は紅葉茶屋方面に別れる。場所次第では日当たり良好、ポカポカの春の陽気だった。昼食はいつもの通り立岩の峰。食事を終えた頃、A班と合流。花ぼうろは見えなかったが、それはそれで、良い山登りだった。</p>								

No.177 ◆2026年2月22日(日) =岩トレ= 矢岳								
L:永田			SL:中村(コ)			天候: 晴・曇・小雨		
会 員	永田	中村(コ)	古井	林	竹本(勇)	小島	竹内	宮崎
	野田	竹本(美)	岩崎	香田	出原	松本(名)	平野	
会員:15名								
<p>今日の矢岳は6本のロープを下ろした岩場に、15名の参加者という、久々の大盛況♪ 加えて30代の若い女性の岩場初デビューに我らも思わずホンワカ気分。急な岩場で最初は対応に戸惑われていましたが、さすが若さ!! 2本目には彼女なりに上までゲットされました。さあ我らも! と思った途端、雨が無情にもパラパラ。午後の部はあきらめました。しかし、これから季節も良くなり「岩トレ」も楽しみになります。 がんばるゾォ〜</p>								

No.178 ◆2026年2月22日(日) 戸町岳(427m)から大山林道								
L:木戸			SL:江嵐			天候: 曇のち小雨		
会 員	木戸	江嵐	田端(夕)	相川(ス)	玉那覇	若松	恵本	津田
	松本(正)	田端(美)	西村	角	松本(千)	坂下	峰	品川
	浜都	酒井	濱崎	林田(紀)				
会員:20名								
戸町バス停(10:00)→戸町登山口(10:10)→戸町岳(11:45～昼食～12:15)→戸町登山口(13:15)								
<p>今日は午後から小雨の予報になっていましたが、沢山の参加者がいました。戸町岳での昼食後、ポツリポツリと雨が降り出し、昨今の予報的中率に驚きます。下山時リーダーとサブリーダー間でコースずれがあり、初めてコース確認等の必要性を感じました。 皆さんお疲れ様でした。</p>								

No.179 ◆2026年2月23日(月) 長崎西部の鳴鼓三山歩き

L:中村(コ)		SL:松本(名)		天候: 晴				
会 員	中村(コ)	松本(名)	小濱	津田	中島	玉那覇	松本(正)	古川
	藤林	中嶋	若松	小島	酒井	前田	濱崎	出原
	平野	松本(千)	相川(喜)	中村(丹)	角			
一 般	吉野 長与町吉無田郷							
会員:21名 一般:1名 計:22名								
光風台車庫(10:00)→グリーンセンター(10:40)→宇土山(11:45)→芝広場(12:00~昼食~12:30)→鳴鼓岳(12:40)→烏帽子岳(13:40)→白髪(14:45)								
穏やかな日差しがそそぐ冬の山行でした。宇土山までの今回のコースは、グリーンセンターからでした。ここは急登の連続でしたがゆっくりと登りました。始めに、今回登るコースをサブリーダーがきちんとお伝えし「解りやすく説明して下さったことが良かったと」の、お話がありました。山行を重ねると、見過ごしてしまいがちなことを、改めて認識出来ました。ありがとうございました。								

No.180 ◆2026年2月25日(水) =岩トレ= 豊前坊がアリーナへ変更

L:林		SL: -		天候: 晴				
会 員	林	野田	阿部	竹本(美)	松本(名)	香田		
会員:6名								
豊前坊コンディション不良のためアリーナに変更。最近女性の活躍が目立ちます。今日も皆さんリードクライミングで、頑張りました。								

No.181 ◆2026年2月26日(木) ちよいとロングな山歩き 東長崎から烽火山

L:玉那覇		SL:松本(千)		天候: 晴				
会 員	玉那覇	松本(千)	田端(夕)	津田	相川(ス)	松本(正)	中島	若松
	野田	香田	西村	飯島	小川	田端(美)	中村(丹)	相川(喜)
	坂下	酒井	平山	松本(名)	峰			
会員:21名								
総科大(9:10)→網場金比羅岳(10:24)→不動岩(11:00)→日吉自然の家(11:40)→甌岩(12:00→昼食~12:30)→重篋(12:55)→御手水(13:10)→西トンネル(13:15)→中尾峠(14:15)→ペット霊園(14:30)→烽火山(15:05)→近隣公園(15:50)								
網場道バス停下の日見公園でラジオ体操後、21名でスタートする。昨年は同じコースで不動山の登りの積雪を思い出す。2月だというのに今日の最高気温は20℃で4月並みの暖かさ。重篋で一時解散、御手水で二次解散する。ゴールの近隣公園着は(女性7名、男性2名)。ちなみに昨年は(女性8名、男性2名)。昨年ののSL西村さん、今回のSL千賀子さん両名の素晴らしいリードに、改めて女性パワーに脱帽します。								

No.183 ◆2026年3月1日(日) =岩トレ= 野岳

L:高尾		SL: -		天候: 晴				
会 員	高尾	林	坂上	野田	小島	竹内(浩)	中村(コ)	永田
	岩崎	竹内(和)	香田	入江				
会員:12名								
今年初の、野岳クライミングは12名の参加者で賑わった。正面壁はリポート工事で登れなかったが、サイド壁はメンバー貸し切り状態で、思い思いのルートにリード、トップロープを楽しみましたが、特に女性陣がアグレッシブに課題に挑む姿には感服いたしました！ また、来週もよろしくお祈りします。								

No.182 ◆2026年2月28日(土) 登山教室 矢筈岳 神楽島一望								
L:坂下			SL:松本(正)			天候: 晴		
会 員	坂下	松本(正)	津田	玉那覇	若松	辻	小濱	林
	峰	平野	相川(喜)	石原	松本(名)	松本(千)		
会員:14名								
多比良バス停(10:20)→矢筈岳(11:50)→あぐりの丘(12:35～昼食・登山教室～13:15)→山道(13:25)→木場の上(14:12)								
登山教室	①ドライレイヤーの紹介 ②上に重いもの、下に重いものの比較 ③どんな服装をすればよいか ④「パッキング」の方法							
2月最後の日、お天気は良く気持ちの良い山道を登りました。矢筈岳山頂でランチして、あぐりの丘まで下って松本さんの登山教室①～④を行いました。ありがとうございました。その後4名は岩屋山へ他は、予定通り木場の上まで、下山しました。木場の下までSLを津田先生がして下さいました、ありがとうございました。ランチの際には、神楽島の「ラブニャンコ」一望しました。								

No.184 ◆2026年3月1日(日) 月に一度は 岩屋山(475[㍎])								
L:田端(夕)			SL:小川			天候: 晴		
会 員	田端(夕)	小川	相川(ス)	若松	古井	中嶋	津田	角
	木戸	田端(夕)	松本(千)	峰	飯島	林田(紀)	濱崎	石原
会員:16名								
岩屋神社(10:05)→ベンチ(10:35)→芝生公園(11:10)→岩屋山(11:20～昼食～11:55)→ワラビ広場(12:10)→ベンチ(12:35～40)→小江原分岐(13:05)→油木(13:35)								
山頂からの眺めは春霞がかかっていたが、出水からの北帰行の鶴を期待しての昼食でしたが、残念ながら上空を飛んでくれませんでした。ワラビ広場経由で下山開始、ベンチで1名、小江原分岐で2名で下山し、後は全員無事油木にゴールしました。皆様お疲れ様でした。								

No.185 ◆2026年3月4日(水) =岩トレ= 矢岳								
L:古井			SL:			天候: 一		
前々日の雨の為、矢岳は湧水。豊前坊は全面苔で中止しました。								

No.187 ◆2026年3月7日(土) ゆっくり登ろう 稲佐山(333[㍎])								
L:橋口			SL:松本(千)			天候: 晴		
会 員	橋口	松本(千)	田端(夕)	野田	玉那覇	若松	菅原	古川
	辻	益村	相川(ス)	田端(美)	角	林田(紀)	浜都	石原
	坂下	峰	相川(喜)					
会員:19名								
淵神社(10:10)→宝珠山(10:30)→稲佐山公園(11:30～昼食～12:10)→皿焼霊園(12:30)								
朝からは肌寒い日だった。新コースは宝珠山から15分降りた所から右側のピンクのテープを目印にした所から入る。入り口は藪に隠されていて分かりにくい、10分足らずで、もみじ谷に続く道と合流。それから約50分で稲佐山公園着。登り時間、1時間20分の短い山行だった。								

No.188 ◆2026年3月8日(日) =岩トレ= 野岳

L:高尾	SL: —	天候: 晴						
会 員	高尾	野田	香田					
会員:3名								
先週に続き、2週連続の野岳クライミングでしたが、長崎市内組は近場の方に行かれて3人だけでしたので、課題を特化して集中トレーニングしました。Kさんはこの日もリードブレイク10dを見事にオンサイト！ 日進月歩の成長を見せつけてくれました…何事も常に目標をもって研鑽していく姿勢が大事ですね。								

No.189 ◆2026年3月8日(日) 長崎港西岸の尾根縦走 大久保山・女神大橋

L:西村	SL:江島	天候: 晴						
会 員	西村	江島	玉那覇	古川	中嶋	若松	恵本	小濱
	辻	相川(ス)	田端(夕)	角	松本(千)	中村(丹)	石原	酒井
	飯島	坂下	木戸	峰	浜都	田嶋	相川(喜)	田端(美)
会員:24名								
小ヶ倉バス停(9:00)→大久保山(10:20)→新戸町1丁目(11:15)→天門峰登山口(12:00～昼食～12:35)→天門峰(13:00)→帆掛山(14:00)→立神山(14:20)→入船が丘(15:00)→稲佐山(16:20)								
時間を考慮して、神社経由ではなく大久保山へ。立神山より先で「キクラゲがいっぱい」との声。数名で大急ぎ収穫。途中合流、途中解散あり、稲佐山へ7名。お疲れ様でした。入船から稲佐山へ登るルートは法面工事に伴い迂回ルートへ。入船のロードに出たら右折、100m下った先の民家から左に入り、階段を上がり30m左のイノシシ柵を開けて入り、黄色の誘導テープ方向へ進みました。								

No.190 ◆2026年3月11日(水) =岩トレ= 矢岳

L:野田	SL: —	天候: 晴						
会 員	野田	古井	香田					
会員:3名								
春の日差しが優しく注ぐ矢岳でしたが、わずか3人の参加で真冬の寂しさでした。								

No.191 ◆2026年3月12日(木) 登山教室&啓翁桜鑑賞

L:松本(正)	SL:松本(千)	天候: 晴						
会 員	松本(正)	松本(千)	津田	岡部	古井	相川(ス)	田端(夕)	中嶋
	中嶋	玉那覇	古川	野田	木戸	坂下	峰	田端(美)
	小川	竹本(美)						
会員:18名								
ダム公園集合(10:00)→ストレッチ後・妙相寺→秋葉大権現→烽火山までの急登をクリアし山頂着(11:20)長崎湾にはクルーズ船も停泊しており春本番のような陽気だ。七面山(12:15)啓翁桜は満開でゆっくり昼食。本日の登山教室は担当のM氏が資料を用意できずに延期になった、申し訳ありませんでした。次回2回分の内容で開催いたします。								

No.193 ◆2026年3月15日(日) =岩トレ= 豊前坊

L:中村(コ)	SL: —	天候: 晴						
会 員	中村(コ)	古井	坂上	野田	小島	竹本(勇)	竹本(美)	永田
	大塚							
会員:9名								
久しぶりの豊前坊でした。春まだ浅く風も岩も冷たさが残っていました。それぞれが自分のモチベーションを持ち、楽しんで登りました。								