


月報 2026 年 1 月 31 日 NO419

1 月号

四方通信

The logo for 'Shihara Sanbukai' (石城山岳会) is positioned between the characters '方' and '通' of the title. It depicts a green mountain with a hiker on top, flanked by two white clouds. A small banner above the mountain reads '石城山岳会'.

石城山岳会事務局編集

宮城県丸森町の「鎌倉山」(340m)

2026 年 登山教室 日立アルプス

亘理地罫山地縦走「七峰山～明通峠」

月例山行 長者ヶ岳・毛無山・十二ヶ岳

宮城県丸森町の「鎌倉山」(340m)

2026年1月4日

秋葉信夫



丸森町は私の故郷、伊達市梁川町の隣の町です。親戚もいることから、子供のころからよく丸森の話を聞かされていました。山と渓谷の1月号に紹介されていて、私にとっては見逃すことのできない山で、2026年の初登りに選びました。地元では「お羽山さん」呼ばれている信仰の山。名前の通り花崗岩の岩山です。南平、佐野、黒佐野の3つの登山口がありますが、4南平からのおピストンとしました。

丸森町大内字南平の羽山神社の鳥居のところに駐車場があり、鳥居脇の舗装された林道を進むと登山口になる。登山道はハッキリしていて迷うようなところはない、登って行くとロープの張ってある大岩を越す。

頂上近くには社殿があり、農業・作物の神が祭られている。頂上は展望がないが、社殿からは見通しが良く、鹿狼山から北へ阿武隈山地の最北端へ繋がる山山が見事だ。20の山と12の峠があるらしい。この稜線を歩いてみたいと思う。社殿から約50m西に下ると天狗相撲取りの岩場があり、蔵王や次郎太郎山などの景観が素晴らしい。



距離：3.0 km 時間：120分

累積標高差：350m

(文責：秋葉)

2026 年 登山教室 日立アルプス

期日:2026年1月18日(日)

参加者: 1班 山中、秋葉、佐藤(春)、志賀、比佐、久保田、長谷川、西(由)

2班 山縣、種市、岩崎、安部、佐藤(敦)、吉田、国井

3班 西(重)、根本、小谷野、松崎、鈴木、大方、佐藤(幸)

車アシスト 蛭田

今回の山行は、私たち教室生にとって“電車で移動して登山に向かう”という初めての試みだった。いわき駅 5:37 発の電車に、メンバーそれぞれが最寄り駅から乗り込み、6:29 小木津駅に到着し、まだ夜の名残が残る薄暗さの中、小木津駅を出発した。

小木津山自然公園へ向かう道すがら、水平線から太陽がゆっくりと顔を出し、背中に柔らかな光が差し込む。静かな朝の空気と、身体を包む陽光が心地よく、これから始まる長い縦走への期待が自然と高まっていった。

7:20 小木津山に到着。眩しいほどの朝日が山頂を照らし、今日一日が最高の天候に恵まれそうだと確信する。そこから羽黒山、神峰山、御岩山へと順調に歩を進め、11 時半には高鈴山に到着。ここで昼食をとり、ひと息つく。

午後は助川山を経て日立駅へ向かう長い下り。足の筋肉は次第に悲鳴を上げ、腰にも痛みが出てきたが、黙々と一歩一歩前へ。15:35、ついに日立駅へ到着。達成感と安堵が全身を満たした。

電車での移動から始まった今回の山行は、新鮮さと挑戦に満ちた一日となった。身体は疲れ切ったが、心は満たされ、また一つ忘れられない山の思い出が増えた。

〈コースタイム〉 6:40 小木津駅 → 7:20 小木津山 → 8:45 羽黒山 → 9:45 神峰山 → 10:50 御岩山 → 11:30 高鈴山(昼食) → 13:40 助川山 → 15:35 日立駅

(文責:大方)



亘理地壘山地縦走「七峰山～明通峠」

2026年1月22日

秋葉信夫、国井明夫、吉田睦、三角孝・智子

新地町の鹿狼山は元日に山開きをすること等で有名だが、鹿狼山から北の阿武隈川に至る山並みを亘理地壘山地という。亘理地壘山地は全長約 30 km、峠が 11（箕輪峠・割山峠・鴻巣峠・夜討坂・明通峠・馬船峠・高瀬峠・小斎峠・福田峠・鈴宇峠・大沢峠）、20 山があるという。



槻木大橋のたもとの空地に車を止めて、鹿島緒名太神社の鳥居をくぐり、刈払いもされ歩きやすい路で七峰山へ。

三門山の三角点は無線アンテナの裏の藪の中にありました。三門山から車道を少し戻り路に入るが、ここが分かりにくい。三門山と箕輪峠は近いのだが採石場を大きく迂回しなくてはならない。分かりにくいので迷いに注意。

箕輪峠には山神三社と馬頭観音の碑が祀ってある。割引峠には行かず車道を下り、採石場跡を入ると四方山登山口の看板がある。ここからは登山道も

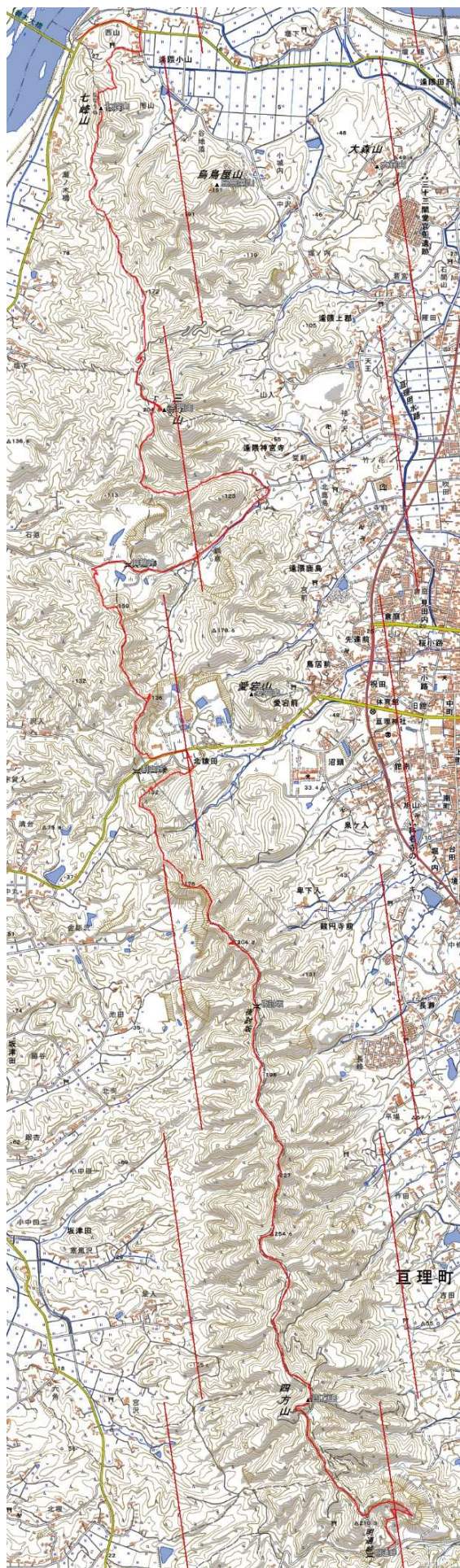
案内板も整備されていて歩きやすい。159m でお昼にする。

黒森山は別名八方山ともいわれ、蔵王の展望台だが天気が悪く、青麻山までしか見えなかった。夜討坂は伊達氏の軍が相馬藩に夜襲を掛けたことからつけられた峠の地名。



四方山から蔵王方面は見えなかったが、太平洋と牡鹿半島、亘理地壘の鹿狼山方面の展望が素晴らしかった。

寒波襲来で心配しましたが、時々雪が吹っかける程度で風もさほど感じられず、アップダウンが少なく歩きやすい路でした。次回の鹿狼山・大沢峠の縦走が楽しみです。



コースタイム

七峰山登山口駐車	8 : 50
七峰山 (123.9m)	9 : 15
鳩原峰山	9 : 50
三門山 (204.5m)	10 : 10
箕輪峠	11 : 12
割山峠道路	12 : 44
鴻巣峠	13 : 30
閑居山 (204.2m)	13 : 40
夜討峠	13 : 55
黒森山 (254.6m)	14 : 22
四方山 (272m)	15 : 10
明通峠	15 : 45

6 時間 50 分 16.8km

登り 965m 下り 965m

(文責 秋葉)

月例山行 長者ヶ岳・毛無山・十二ヶ岳

期 日 2026年1月24日(土)・25日(日)

参加者: 渡邊、安部、赤塚(園)、鈴木、種市

1 日目 長者ヶ岳(1336m)

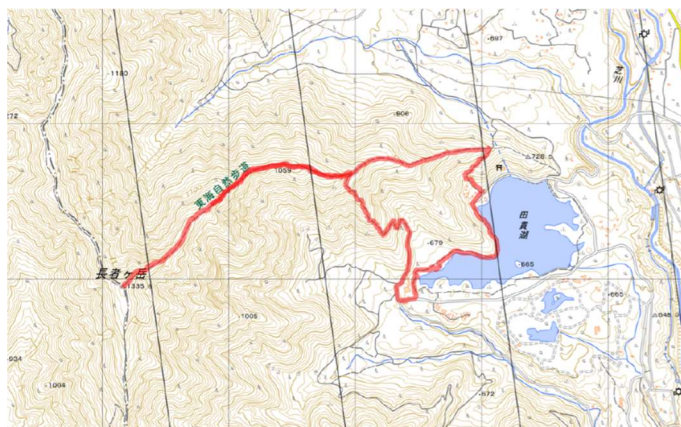
5:00 いわきを出発、0930 頃登山口の田貫湖北サイト広駐車場(トイレあり)到着。そこから登り初めは少しトラバースし直登になります。雪が2日前に降って、登山道は凍っており、山頂付近は滑ります。途中軽アイゼンをつけるハイカーさんもありました。山頂は眺望も良い。途中から田貫湖休暇村過ぎて、田貫湖富岳テラスという、ビューポイントがあります。そこは、富士山が田貫湖に映る逆さ富士が見えるポイントで、今回は風で湖面が揺らぎ残念ながら見えませんでした。

その日は、白糸の滝を見学しコテージで渡邊さんが準備してくれた寄せ鍋と焼肉を頬張り、知らないうちに眠りにはいりました。



【コースタイム】

9:35 長者ヶ岳登山口→11:45(12:00)長者ヶ岳山頂→13:37~13:50 田貫湖富岳テラス→14:05 長者ヶ岳登山口



2 日目 毛無山(1500m)、十二ヶ岳(1683m)

登山口からひたすら直登して、毛無山から十二ヶ岳までは10箇所の峰があり、それぞれ毛無山は一ヶ岳となり、表示がわかりやすい。二岳以降は、クリアするたびに確認できアスレチック的に楽しめるが、細尾根、鎖場の連続思った以上に疲労する。外気温低めマイナス8度、風が強くなると指の感覚がなくなる。

途中、皆さん楽しみながら景色を見る余裕があったが、十一ヶ岳まで、そこから見る十二ヶ岳は、立ち上がる壁。渡邊さんは「大したことないというが・・・」キレットがあり、約10m 水平梯子の真下は

怖くて見れない。吊り橋恐怖と戦い皆さんクリアした。そこから約 130m 標高差、傾斜も平均 70° のそびえ立つピーク。途中安全なところで足休めしながら、足場の手がかりを見つけて登った。

十二ヶ岳に辿りついたときは安堵と素晴らしい景色、富士山と裾野の樹海、河口湖、田貫湖、西湖を見る事ができた。天候で二点三点したが、楽しい仲間と談話できる機会もあって楽しい山登りが出来た。



【コースタイム】

7:52 登山口(十二ヶ岳文化洞トンネル駐車場)→8:43 ミネ山→9:43 毛無山→11:37~12:5 十二ヶ岳山頂→14:15 登山

距離 7.3 キロ 標高差 915m タイム 6 時間 22 分 トイレは登山口にはない。キャンプ場かも？

(文責 種市)

