

月報 2026 年 6 月 30 日 NO424

6 月号



石城山岳会事務局編集

亘理地罌山地北部(深山 260.0m～七峰山 123.9m)

亘理地罌山地(深山 260.0m～鹿狼山 429.5m)

皇海山 (2, 144m)

焼石岳(1,547m)

花いっぱい吾妻縦走

2026年 登山教室 安達太良山登山

のんびり歩く栗駒山笹森コース

亘理地壘山地北部(深山 260.0m～七峰山 123.9m)

2026 年 5 月 23 日（土） 渡辺（敏）



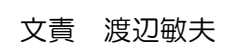
山と溪谷の2月号に深山、四方山の紹介記事を見て登ってみたいと思っていたところ、秋葉さんたちが1月から2月にかけて、亘理地壘山地の山行報告を出していたのを見て、ぜひ登ってみようと思った。地図を見るとこの山脈と平行に常磐線が通っているので、下山に鉄道を利用すると一人でも行けると思い、計画を立てた。北は七峰山（ななうねやま）南は鹿狼山で中央は深山。深山のふもとには駐車場もトイレもあるので、ここを起点にして、北部と南部を分けて縦走できそうだ。5月22日は雨模様だが、23日は曇りがちだが晴れそうなので、22日の午後、家を出て深山山麓少年の森の駐車場で前泊し、23日の早朝、出発した。晴れると思っていたが、曇りがちの天気だ。寒気が流れ込んできて昨夜は寒く、途中で防寒着を着込んだほどだ。したがって、歩いていてもそれほど汗がでず、歩くには快適な気温だ、見晴らしがきくところで曇っていて、遠くまでは見通せない。途中の鴻巣峠まではみちのく潮風トレイルに選定されているため、登山道がよく整備されているので歩きやす

い。四方山（しほうざん）では展望台がありそこからは太平洋側も、角田市側も見渡せるはずだが、遠くの山は見えない。一等三角点のある黒森山からは展望がよいはず。鴻巣峠からは割山峠、箕輪峠と続くが、三門山までは標識もなく踏み跡も不鮮明なところがあり、GPSとピンクテープを確認しながら進む。三門山から七峰山までは登山道ははっきりして、一部舗装道路を進むところもあり、高度を下げながら比較的平坦な稜線歩きが続く。七峰山の登山口は鹿島緒名太（かしまおなた）神社の入り口。ここから逢隈駅までは3.3km45分。電車で山下駅に行き駐車場まで戻った。予定では、明日、亘理地壘山地の南部を歩く予定だったが、さすがに疲れたのでキャンセル。

《コースタイム》

深山山麓少年の森登山口 5:34→深山山頂 6:32→鳥越峠 6:51→明通峠 7:43→四方山 8:31→黒森山 9:21→夜討坂 9:47→閑居山 10:07→鴻巣峠 10:24→四方山方面入り口 10:57→箕輪峠 12:33→三門山 14:05→七峰山 15:12→常磐線逢隈駅 16:24

山行 10:10 休憩 0:40 合計 12:55 距離 25.6km 登り 1180m 下り 1204m



亘理地畠山地(深山 260.0m～鹿狼山 429.5m)

2026 年 5 月 30 日（土） 渡辺（敏）

前日家を出て、深山の登山口の深山山麓少年の森の駐車場で車中泊して、早朝、最初の深山に向けて出発した。1 週間前、深山から北の七峰山まで縦走した時より、時間がかかると予想して、できるだけ早く出発することにした。1 週間前は天気は曇りがちでありあまり良くなかったが、今回、天気はよい。4 時ころは日が昇り始める少し前で、林の中ではまだヘッドランプが必要だ。



1 時間ほどで深山山頂に到着した。このルートは標高は 200 m 前後の小高いピークが連なりその間に角田市や丸森町と太平洋側を結びいくつかの峠道が通っている。そのピークや峠を越えながら進む変化のあるコースだ。場所によってはよく歩かれているところもあるが、踏み跡が薄いところもあるので、藪がうるさいところがある。ピンクテープを見失うと踏み跡がいろいろあり、間違った方向に進むので、その時はピンクテープを見たところまで戻って、ルートを確認しながら進んだ。鈴宇峠から鹿狼山の最後ののぼりが始まり、1 時間ちょっとで山頂に到着した。山頂からは太平洋側と丸森町や角田市側の両方の見晴らしが気持ち良い。遠くは蔵王の山脈までも見渡すことができた。帰りは鹿狼山登山口から新地駅まで、6.5km の道路歩き。最後はさすがに疲れが膝に来た。今回も電車で山下駅まで行き、深山の駐車場に戻った。

《コースタイム》

深山山麓少年の森登山口 3:56→深山山頂 4:55→馬船峠 5:36→大沢山 6:13→高瀬峠 7:04→小斎峠 9:02→花嫁峠 9:56→福田峠 12:06→五社壇 12:47→鈴宇峠 13:38→鹿狼山 14:45→鹿狼山駐車場 15:26→常磐線新地駅 16:45

山行 11:46 休憩 1:09 合計 12:55 距離 25.6km 登り 1540m 下り 1566m



皇海山 (2, 144m)

期日：2026年5月30日(土)～31日(日)

参加者：秋葉、安部、那須原、西、比佐、太、松崎、
松本、三角夫妻 計10名 (敬称略)



初日の核心は、庚申山荘の寝床取りと言っても過言ではないが、のっけから私は遅刻... 何とか銀山平Pに滑り込んでいただき、ほぼ予定通りとなる。

フタリシズカ、アオバト、コウシンコザクラ等、自然を勉強しながら登れ、結構楽しませていただいた。寝床は確保できたが、庚申山荘はほぼ満杯。終始、人っ気の多い山行となる。



二日目、深夜からの庚申山の登り。ヘッドランを頼りに急峻な修験道を進み、心静かな登山を楽しむ。庚申山を過ぎる頃には、爽やかな朝焼けを拝めた。周りにはシロヤシオ、シャクナゲが咲き、華やかな登山道となる。鋸山の鎖場渋滞は40分、帰路は渋滞を避け六林班峠となった。8:30 全員登頂。展望がなくとも全員でここまで来れたことにひと安心。さて、長いなが～い下りが始まるが、仲間とおしゃべりしながら下山。それもこの山の魅力だ。

〈コースタイム〉

5/30 9:50 銀山平P→ 13:00 更新山荘C1

5/31 2:30 C1 発 → 3:30 更新山 → 6:30 鋸山 → 8:30 皇海山 → 11:30 六林班峠 → 16:00 銀山平P

累計距離：26.0km 獲得標高 2240m コース定数:56 (文責:那須原)

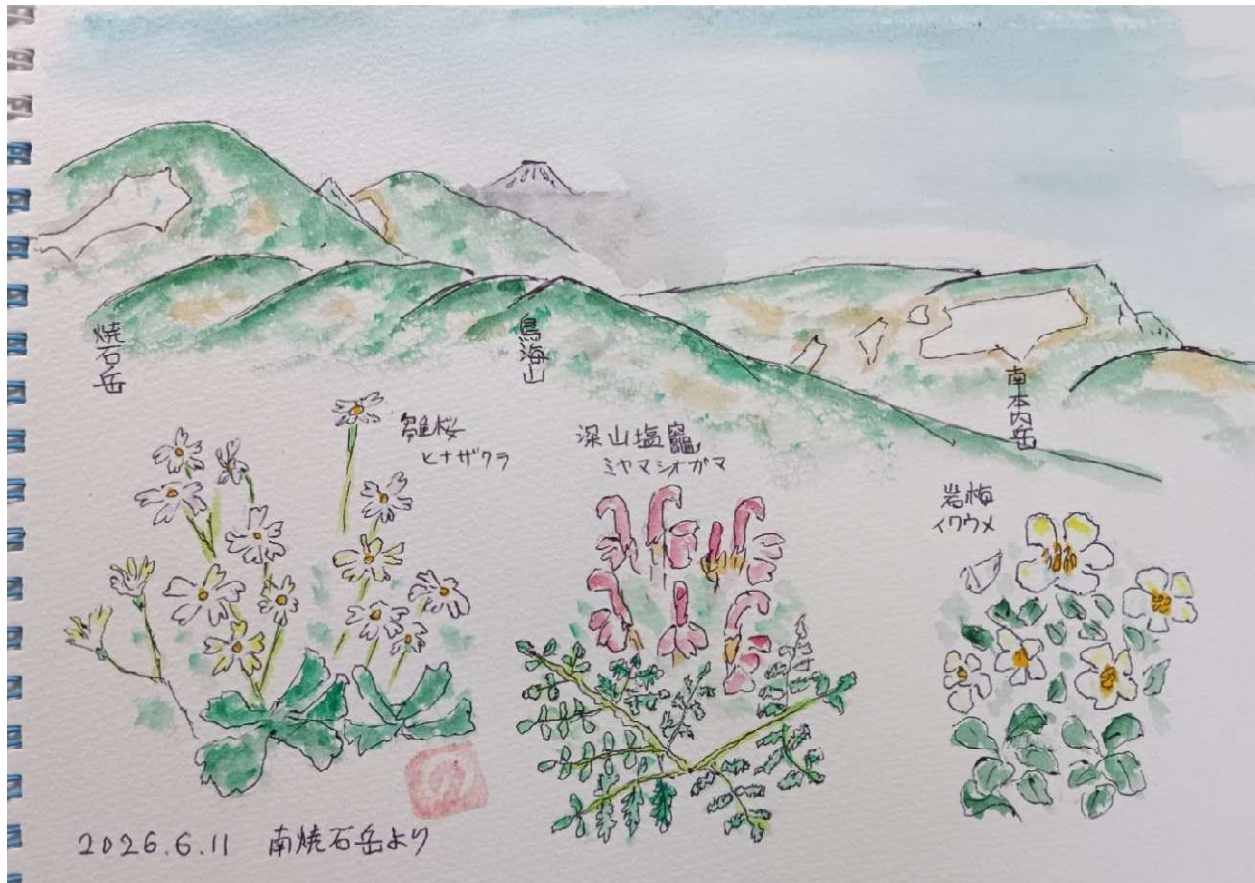


焼石岳(1,547m)

2026年6月10～11日

秋葉信夫、三角孝・智子

焼石岳は「花の百名山」にも選ばれており人気の山です。5年くらい前にこのコースに来ましたが、私は靴底が剥がれて相棒だけ登り、その間銀名水小屋で停滞し下山という悔しい思いがありました。今回はそのリベンジです



6月10日 登山口駐車場はほぼ満車。出発するとすぐに花、花が迎えてくれる。水が流れており、沢状のところもあり歩きづらい。

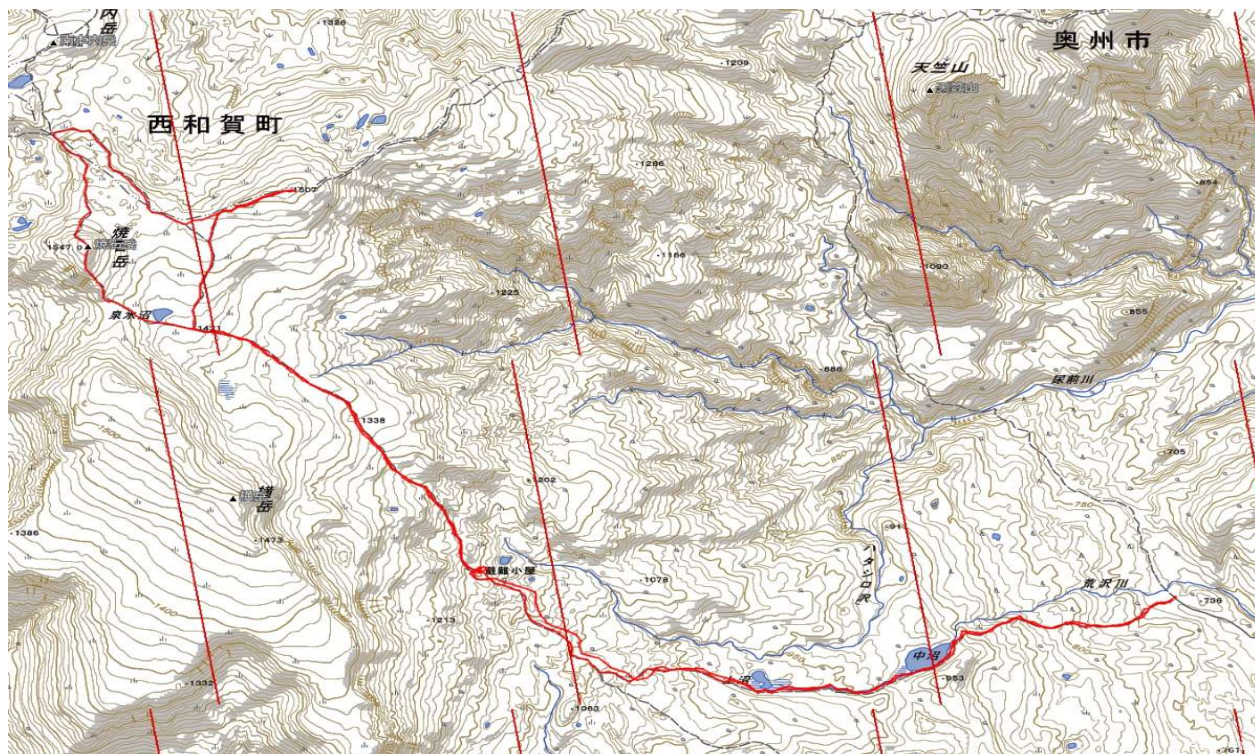
急ぐ必要はないので、花を観察したり、写真を撮ったりゆっくり登る。登山者も多いが皆なカッパを着ている。上は風が強いそう。銀名水小屋はあくまで避難小屋であらかじめ宿泊を予定しての登山は禁止。きれいなトイレが小屋内にある。そんな訳で宿泊者は私たち3人と栃木の方1人の4名のみ。

コースタイム：中沼登山口 9：50→中沼 10：30→上沼 11：10→銀名水小屋 12：20



6月11日 快晴！小屋の裏から雪渓が出て来る。チェーンスパイクを付けるほどではないが、朝まだ早いので、雪が固く滑りそうだ。雪渓は6箇所ありキックステップで慎重に登る。

昨日も花が凄いと思ったが、それに劣らず咲き誇っている。鳥海山が望めたのは嬉しかった。満足の2日間でした。



コースタイム：銀名水小屋 4：50→姥石平分岐 6：00→頂上 6：30→南本内分岐 7：10→南焼石岳
8：00→姥石平分岐 8：25→銀名水小屋 9：30～45→上沼 10：30→中沼 10：55
→登山口 11：35
(文責：秋葉)

花いっぱい吾妻縦走

期 日：2026年6月13日(土)～14日(日)

参加者：秋葉 安部 三角(智)

【1日目】浄土平から姥ヶ原を過ぎて、沢を渡渉すると谷地平湿原に、周囲を中吾妻山・昭元山・烏帽子山に囲まれ、ハクサンチドリ、ツマトリソウ、チングルマ等が咲く静かな湿原です。東大巔に向かう大倉新道は、倒木あり、沢渡渉あり、熊の落とし物ありの道でしたが、山頂近く突然チングルマが群生するお花畑が出現、息をのむという言葉がぴったりな景色が広がりました。明月荘に到着、金明水で水を汲み弥兵衛平湿原を散策しました。明月荘でまず乾杯、先輩がタカノツメ・ユキザサ・ネマガリダケを茹でる・炒める・ご飯に混ぜるなど山の恵みを手際よく調理、ごちそうさまでした。

【2日目】4時30分出発、東大巔が朝日に照らされ今日も好天ですが、昨夜霜が降りたのか木道がツルツルで歩くのが怖かったです。昭元山・烏帽子山・ニセ烏帽子山を過ぎて兵子に、大岩に登ると、西吾妻から東吾妻山まで見渡すことが出来ました。昭元山からの道は、倒木と藪と泥濘が続くという記録を見て覚悟して臨みましたが、藪は刈払いされており、天気が続いていたせいか泥濘も気にならない道になっていました。最後は、多くのハイカーでにぎわう一切経山を経て浄土平に降り、ビジターセンターを見学して駐車場に戻りました。

記憶の中では家形山から続く西の稜線は針葉樹林が続く荒れた道、昨今の熊事情もあり、近くて遠い山になっていました。今回、沢山の高山植物や池塘の点在する湿原と緑豊かな森、火山による荒涼とした景色など、吾妻の山の魅力を再認識することができ、大満足の二日間でした。

〈コースタイム〉

6/13(土) 8:00 兎平駐車場→11:00 谷地平湿原→13:50 東大巔→14:20 明月荘 🌟

6/14(日) 4:30 明月荘→5:10 東大巔→6:15 昭元山→7:00 烏帽子山→8:00 ニセ烏帽子山→8:20 兵子→9:30 家形山→10:30 一切経山→11:50 浄土平

(文責:三角(智))



2026年 登山教室 安達太良山登山

日時 2026年6月14日(日)

参加者：A班 根本(香)、先崎、谷口、国井、矢内、根本(一)、赤塚

B班 大和田、高木、久保田、安達、大方、佐藤(敦)

C班 佐藤(恵)、山田、星、鈴木、青天目、西、二瓶

D班 関根、菅野、三角、吉田、渡邊、佐藤(幸)、斎藤

＜コースタイム＞

距離 12.8km 山行 6時間(休憩含む)

8:00 あだたら高原スキー場P 登山口→9:35 くろがね小屋→10:50 矢筈森往復→

11:20 安達太良山→13:05 薬師岳展望台→14:00 あだたら高原スキー場P 登山口

今回の山行は日本百名山福島県7座のうちの1座 安達太良山。

6:00 に水石トンネル駐車場を出発。あだたら高原スキー場駐車場の開放を待ち、各自登山の準備。8:00 より登山開始。

林道を抜け登山道を進んでいくと立入禁止区域があり、硫黄の匂いが漂い活火山であることを再認識した。

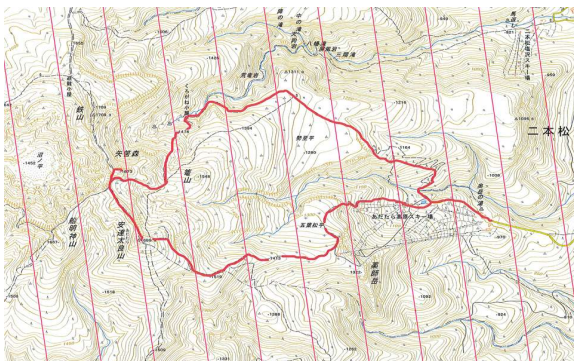
頂上に近づくにつれ山の景色は変わっていく。標高による植生の変化、赤土の山肌、荒々しい火山口。全てが初めての光景を目の当たりにしながら頂上を目指した。

道中踵が痛んだ。足がつりそうになり薬を頂いて飲んだ。こんなに苦しいのになぜ私は登山をしているのかと自問自答しながら前に進んだ。

が、全てが帳消しになる程山頂からの眺望は最高だった。天候に恵まれガスもなく一面を見渡すことができた。

この感動と達成感のため皆つらくても山に登るのだと、下山後の温泉で汗を流しながらしみじみ思った。

＜文責:山田＞



のんびり歩く栗駒山笹森コース

期日：2026 年 6 月 24 日(水)～25 日(木)

参加者：秋葉、三角智子、三角孝

栗駒山笹森コースは 2008 年の岩手宮城内陸地震による登山道の崩落で通行できなくなっていました。関係者の復旧作業の御尽力により今年再開への情報を得て、笹森コース登山口に入りました。この日草刈機のエンジン音が山中に響き渡り、作業している方々に挨拶をしながら歩を進めました。

樹齢 200 年を超えるようなブナの原生林や笹森周辺のお花畑、熊石(見る方角で納得)、すり鉢石(採掘した金の製錬に使われたとか)そして湿原でのお花探しなどを楽しむことができました。

山行に避難小屋を利用させていただくことで、余裕のあるペースで山域観察しながら歩けること、天気が良ければ朝夕の景色も楽しめるメリット等があります。しかし、事前に小屋の情報を入手する、装備が増える、天候の読みも重要となりますが、お任せツアーにならないよう心掛けています。ちなみに、今年5月からの避難小屋利用の山行は今回で 5 回目。今後も予定が組まれると思いますので、のんびり歩きにも興味のある方如何でしょう。

〈コースタイム〉(2日目予定の栗駒山登頂は天候悪化予想のため中止)

1 日目 10:10 登山口 → 11:00 熊石 → 12:00 すり鉢石 → 14:15 笹森避難小屋

2 日目 5:25 笹森避難小屋 → 7:10 湿原 → 7:30 すり鉢石 → 8:20 熊石 → 9:10 登山口

(文責:三角孝)



笹森コース登山口



素敵な笹森山荘



倒木処理も

のんびり歩く避難小屋泊り

2026 年	山域	距離	避難小屋名	会員	所在地	時期
No.1	氷上山	4.7km	登奈孝志荘	3 名	岩手	5/16～17
No.2	二王子岳	11.2km	二王子岳	4 名	新潟	6/6～7
No.3	焼石岳	14.5km	銀明水小屋	3 名	岩手	6/10～11
No.4	吾妻山域	26.6km	明月荘	3 名	山形	6/13～14
No.5	栗駒山	12.6km	笹森山荘	3 名	岩手	6/24～25



すり鉢石



熊石