

月報 2026 年 8 月 31 日 NO426

8 月号

四方通信



石城山岳会事務局編集

請島 ミヨチョン岳（大山）

8 月月例山行 高妻山（2,353m）

坊主沼避難小屋泊と三本槍岳

丸森尾根から頼母木山避難小屋泊と杣差岳

請島 ミヨチョン岳（大山）

日時 2026年7月1日

参加者 秋葉、吉田、小川

請島は東シナ海と太平洋の間に浮かぶ奄美大島南端に位置する商店やレンタカーがない小さな島です、その島にそびえるミヨチョン岳（大山）は島最高峰標高398メートルで、貴重な野生動植物（ウケユリ etc）が多くその保護の為入山の際には入山申請をし、地元ボランティアガイドと共に登山をしなければなりません。

*YAMAP にはミヨチョン岳（大山）の情報なし

<コースタイム> 距離 1.2km 山行 2時間18分（休憩含む）

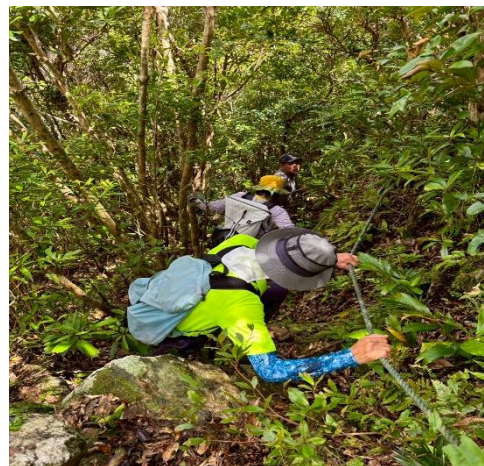
ガイドの方から諸注意を聞いた後一礼をしてから登山開始、時期がずれていたがウケユリ（県指定希少野生動植物）をガイドの方が事前に探していた自生地で一輪見る事が出来た、またウケジママルバネクワガタというクワガタが生息しているが見つけることはできませんでした。

その他登山道周辺には、トトロが傘替わりにした大きな里いもの葉のような植物やシダ類、ツタ類が群生し、またハブも生息しており普段人が入らない登山道は不明瞭であった。

頂上からは島々が一望でき、太古の昔は神事をしたであろう雰囲気がある場所でした。

7月2日は加計呂麻島で戦跡を巡り奄美群島の歴史にふれた貴重な時間となった。

（文責 小川）



8月月例山行 高妻山 (2,353m)

2026年8月2日(日)

参加者 安部、小谷野、山中、三角(孝)、(智)佐藤(春)

鈴木(彩)、鈴木(勤)、須藤、種市、比佐、松崎、二瓶、国井



高妻山

8月月例山行は、高妻山です。高妻山は、日本100名山の一つでコースタイムが長く、アップダウンもあり、山頂直下には急激な上りがある厳しいコースとのネット情報と8月の最も暑い時期での登山など不安材料が満載でドキドキしながらの月例山行でした。

前日に戸隠へ前泊。翌日の登山の安全祈願のため、戸隠神社奥社へお参りしてきました。約2キロの参道をみんなでゆっくりと歩いてきましたが、ちょっと歩いただけで暑い、また、ここで明日の登山の不安が出てしまいました。宿に戻り遭難対策班の種市さんからロープワークの講習を受け、その後、軽く一杯して早めの就寝。



いよいよ、登山当日。暑さ対策として午前3時45分に登山口出発。まだ、真っ暗で

ヘッテンをつけて歩き始めます。コースは、一不動経由の大洞沢コースを登ります。暗い中、渡渉箇所が何回もあり、慎重にわたります。途中、帯岩や滑滝といった鎖場を通り、高度を上げていきます。一不動避難小屋で一休み。ここから一不動、二釈迦、三文殊、四普賢、五地藏、六弥勒、七観音、八薬師、九勢至と続き、十阿弥陀を経て山頂に至ります。各石仏のあるところはピークでアップダウンで体力を削られます。特に九勢至から山頂は、急激な登りをロープや鎖で登りました。この日は、体調がすぐれ



帯岩

ず、六弥勒から下山も考えたが、何とか班の仲間に助けられ歌を歌ったりして気を紛らわして山頂を踏むことができました。また、この日は、曇りで風があったため、思った程、暑くならなかったから、山頂へ行けたのかな。一方で、曇りであったため、山頂はガスガスでまったく展望は望めなかった。

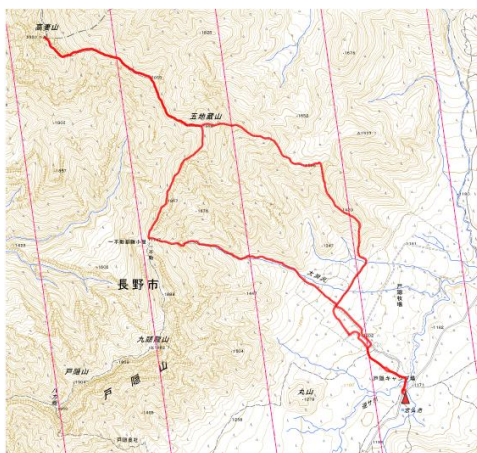
帰りは、登り返しを苦勞し、六弥勒から弥勒尾根の急激な下りを下りてきた。下りも一苦勞しました。一

緒にお付き合いくださった皆さんありがとうございました。

【コースタイム】

3:34 戸隠キャンプ場→5:50 一不動避難小屋→7:08 五地藏山
→9:23 高妻山→11:36 六弥勒→14:10 戸隠キャンプ場

(文責：国井)



坊主沼避難小屋泊と三本槍岳

期日：2026年8月10日（月）～11日（火）

参加者：秋葉、永井、三角智子、三角孝



今週は杵差岳を予定していましたが悪天予想となったため、近場で10日～11日に登れそうな三本槍岳を坊主沼避難小屋泊りで計画しました。のんびり歩く避難小屋泊は今回で8件目になりました。

登山口を15時頃出発し、避難小屋到着は日没時間にか間に合いました。途中甲子山頂からは明日登る予定だった旭岳の雄姿を見ることができました。

登山道はよく整備されていて、また避難小屋も大変綺麗で気持ちよく使わせていただきました。

翌朝、朝靄の中を出発。雨具のズボンは露でびしょり。展望も効きません。取り敢えず三本槍岳へ。同行の“曇ガール”のチカラで雨にならず三本槍岳には到着。だが次第に効力低下し、てんくらC予想通りの雨降りになり時折強い風も吹き始めました。眺望の効かない旭岳登頂は中止とし、台風に抗うことなく下山としました。

途中坊主沼に寄りました。沼近くにあった三角屋根の旧避難小屋では、幽霊が出たそうです。見るからに出そうな小屋、遭難者の霊らしい、との昔話を聞きながら身を引き締め無事下山しました。

距離:16.8km 1,540m↗ 1,543m↘

〈コースタイム〉1日目 15:05 甲子山登山口P→ 16:20 猿ヶ鼻→ 17:15 甲子山→ 18:35 坊主沼避難小屋

2日目 5:10 坊主沼避難小屋→ 6:00 須立山→ 7:10 三本槍岳→ 8:05 須立山→ 9:05 坊主沼（旧避難小屋跡）→ 10:10 甲子山→ 10:50 猿ヶ鼻→ 11:50 登山口P

（文責：三角孝）



甲子山



旭岳の雄姿



須立山



三本槍岳



坊主沼避難小屋で



大変綺麗な避難小屋



坊主沼



旧避難小屋跡

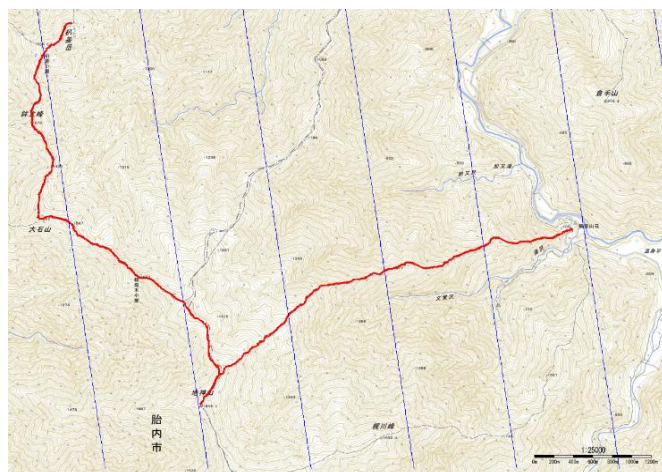
丸森尾根から頼母木山避難小屋泊と杵差岳

期日：2026年8月18日（火）～19日（水）

参加者：秋葉、永井、三角智子、三角孝

今夏の天候不順により、2回実施を見合わせてきた杵差岳ようやく行ってきました。今回も曇ガール純子さんの同行もあってか、時折り日中の日差しをガスが遮ってくれる登山日和となりました。気温の上がった午後の夏山で起こりがちな降雨も、2日目下山中の最後の最後にあった程度です。

丸森尾根の急登、岩稜を一心に登っている時、ここを下るのかと下山時のことが心配になったりしつつ、主稜に連なる地神北峰到着。そして空身で地神山ピストンの花散策。飯豊のオアシス頼母木山避難小屋に着くと早速ビールで乾杯。水場の心配もなく綺麗なトイレもあり、一晩お世話になりました。ただ、睡眠中の



顔にカマドウマが乗り上がり、さすがに『何！』とびっくりして度々目を覚まします。

翌朝は眺望抜群の杵差岳へ。山頂の祠を小さな鳥居側から拝むと、丁度真後ろに飯豊本山が見え、杵差岳に登って飯豊山参詣にもなりました。杵差岳に置かれた三角点の基準点名は“イブリ差”（明治期、地域による呼称からのよう）。山名は農耕用具の柄振り、杵（えぶり）を担いだ人の雪形が田植えの時期に現れるよし（秋葉さん調べ）。

頼母木小屋で買った“北飯豊”のTシャツを土産に下山となりました。やっと、来た！いいでえ！ 距離19.7km 2,501mノ (文責：三角孝)

〈コースタイム〉1日目 6:25 天狗平登山口→11:00 丸森峰→12:00 地神北峰→12:25 地神山→13:25 頼母木山→13:55 頼母木山避難小屋 2日目 4:20 避難小屋→4:50 大石山→5:30 鉾立峰→6:15 杵差岳避難小屋→6:20 杵差岳→6:35 長者平→6:50 杵差岳→7:25 鉾立峰→9:05 頼母木山避難小屋→9:35 頼母木山→10:20 地神北峰→11:05 丸森峰→14:20 天狗平登山口



飯豊のオアシスへ



杵差岳山頂



飯豊山参詣



夕暮れの鉾立山と杵差岳

