

会員と千葉県連盟をつなぐ

# ちばニュース

2025年 12月号

## 《特集》 韓国:紅葉ハイキング



千葉県勤労者山岳連盟

Chiba Workers Alpine Federation

2025年 12月 1日発行 通巻391号

冬山シーズン到来！

でも、『クマ出没』に注意…

熊さん、早く冬眠してね！

## 12月号 目次



ページ

- 02…目次・投稿原稿書式案内・表紙写真説明
- 03…11月理事会報告
- 08…**行事報告 1**：ウィークデーハイク（ハイキング委員会）
- 09…**行事報告 2**：2025 事故防止・経験交流集会（教育遭難対策委員会）
- 11…**行事案内 1**：一生、筋トレ！ 栄養学と筋トレを学ぼう！（女性委員会）
- 12…**行事案内 2**：2026 新春房総ハイキング（ハイキング委員会）
- 13…**<特集>** 韓国：紅葉ハイキング（13名：あいうえお順）（海外委員会）
- 44…予定表（12月・1月）

<ミニかわら版> p.7: 2025 オンライン講習会 4回開催される

個人情報があるので取り扱いには注意して下さい。

『**山行報告**』や『**行事報告**』などの投稿をお待ちしています！

その際の『書式』は、可能な限り次の通りでお願いします。

**ワード、A4 縦、横書き、MS 明朝、12 ポイント、余白：上下左右各 25mm**  
写真などを挿入しても、別にお送りいただいても結構です。

『**表紙用写真**』も募集しています！（写真説明を添えてください）

毎月 **20 日頃**を目処にメールでお送り願います。

**<送付先> 機関誌委員会：安彦秀夫 mt25hm4abichan49@gmail.com**

### <表紙写真説明>

10月17日(金)～21日(火)<4泊5日>に、『韓国：紅葉ハイキング』として、県連の仲間13名が『ソウル5大名山』の3座を楽しんできました。

3座目の『仏岩山』山頂で360度の大展望を満喫した笑顔です。

昨年2024年に歩いた『北漢山(左後方)』をしっかりと眺めることができました。

昨年に続き参加した8名は、『**ソウル5大名山全山踏破達成**』したことになります。

おめでとうございます！

参加者全員から感想が寄せられましたので、今月号で『特集』を組みました。

是非、韓国の山に思いを馳せながら読んでいただきたい…と思います。(編集子)

## 2025年11月20日（木）千葉県連理事会議事録

2025年11月26日 まつど遠足クラブ 大久保

日 時 2025年11月20日（木）19:00～21:10 オンライン  
参加者 県連加盟各会理事10、役員7、全国連理事2 合計19名（内1名重複）  
司会：佐藤理事（茂原道標山の会）、書記：大久保理事（まつど遠足）

### 打合せ議題

#### 1. 理事長挨拶（野田）

今年は、この時期全国各地で熊が出没しており、人的被害も多く発生しています。山行時には十分注意してください。皆さん、紅葉の秋山を楽しみましょう。来年3月総会の準備を始めています。協力をお願いします。

#### 2. 役員会報告（野田） 11/13（木）19:00～21:15 オンライン 7人

- 1) 来年3月の総会準備について
- 2) 県連創立60周年記念事業について
- 3) 役員会の運営について
- 4) その他

#### 3. 全国連理事からの連絡・情報提供等

##### 1) 石川 昌 副理事長

- ・全国事故情報 10月8件目死亡事故発生 劔岳  
10月末時点：事故件数 343件、死亡者 8人
- ・10/18 登山講習 奥多摩 筋力測定実施

##### 2) 山本尚徳 理事

来年2026年11月14日（土）-15日（日）に『自然保護集会』を計画中

#### 4. 各委員会報告

##### 1) 教育遭難対策委員会（伊東）

###### ① 事故報告

団体名：東葛山の会 日 時：10月18日 場 所：印西クラック  
山行形態：人口壁 事故者：68歳 女性 傷病名：打撲

\*教遭委員会で再発防止を検討

- ・クリップの訓練を増やす。
- ・トップロープで完全に登れるようになったルートでリードの訓練を行う。

###### ② 5月～10月クライミング講習（入門編）

第6回目（最終）10/18に実施 実施報告をちばニュース11月号に掲載済み。  
受講者：8名（年齢制限なし、最高齢77歳）良かった

### ③ 2025 事故防止・経験交流集会

日程：11月15日（土）実施 参加：15名（7会）

実施報告をちばニュース12月号に掲載予定。

参加者を増やすように考えてほしい。有意義な交流集会でした。（野田）

## 2) 自然保護委員会（菅井）

①各会クリーンハイク実績報告 11/末までに菅井まで連絡してください。

②2026年1月17日（土）関東ブロック自然保護交流集会（栃木県古賀志山）

→参加者は菅井まで連絡してください。

## 3) ハイキング委員会（田中）

①11月10日（月）県連ウイークデーハイク洞庭湖実施 27人参加

天候に恵まれ良いハイキングとなりました。

②2026年新春ハイク 1月31日（土）『船塚山（久留里線沿線）』予定

## 4) 組織委員会（野田）

・2年毎の「各会状況調査票」をお送りしました。2年前とほぼ同様です。

12月末までに戸石委員、野田まで提出をお願いします。

・調査期間が2024年1月1日～2025年12月31日までの2年間となっております。これはより正確な情報収集のため今回から2年間としております。

ご協力をお願いします。

◆ 締切 各会の作業状況により 来年1月15日（木）に変更する。

\*意見：目的と結果の利用方法等をもっと明確にする必要があるのでは…？

⇒ 了解。全国連からも、来年度加盟会の動向調査依頼予定があります。

## 5) 女性委員会（広木）

講習会案内 12月5日（金）13:00～17:00 船橋市西部公民館第3集会室

「栄養学」「トレーニング」を楽しく学ぶ。講師：石田良恵氏

12月の平日で予定もあると思いますが参加をお願いします。

申込状況、現在少ない。当日参加、会員以外でもOK

## 6) 海外委員会（安彦）

① 海外登山：韓国/ソウル5大名山（道峰山、水落山、<sup>とぼんさん</sup> 仏岩山、<sup>すらくさん</sup> 水落山、<sup>ぶらむさん</sup> 仏岩山）10/17-21 実施

\*参加者：13名（男性2名、女性11名）（4会）<申込者15名→2名キャンセル>

\*思い出交換会（Zoom）：12月15日（月）開催予定（現地ガイドも参加予定）

② 全国海外委員会『2025海外山行オンライン交流集会：10月29日（水）』開催

\*参加者：21名：一般15名（千葉県連3名）、海外委員5名、事務局1名

③『海外山行計画書』を必ず全国連盟海外委員会に提出してください。

併せて、CCで千葉県連海外委員会に提出して下さい。（メールでお願いします）

\*計画書の書式は、特に定めていませんので、各会の書式でお願いします。

\*提出者は、山行参加者、会代表者、山行管理者など何方でも構いません。

## 7) 機関紙委員会 (安彦)

①『ちばニュース』11月号を10月31日(金)に配信しました。

②『ちばニュース』12月号で、『韓国：紅葉ハイキング』を特集予定です。

③『ちばニュース』への投稿依頼

\*表紙用写真、山行報告、行事報告、気に入った山道具・山小屋などの投稿を引き続き継続募集中。毎月20日を目処に投稿をお願いします。

## 5. 役員会より (野田)

### 1) 来年度の役員決め提案

①「理事の中から役員を決める」こととしたい。9～10月理事会で提案済み。

リスク管理上、役員は必要なのでぜひ選出をお願いします。(特に太字)

選出役員：会長、副会長、**理事長**、**副理事長**、**事務局長**、**会計**

どなたか立候補ありませんか。

②来年度新規役員の成り手がなければ、現状の理事長補佐数人の体制を継続

永尾理事(ちば山)、高橋理事(岳人あびこ)+東葛山の会に依頼した。

⇒ 内容が不明など、意見があったができる範囲で協力願いたい。

会計補佐(来年細村さん引継ぎのため)選任する。

③役員会では役員の負担軽減のため、今後会議の方法、時間短縮など業務改善に取り組みます。ご協力をお願いします。

### 2) 県連創立60周年(2027年)記念事業について

実施の可否、規模・内容など提案・ご意見をお願いします。実施の場合には、2026年度から準備が必要となります。

世代交代の時期でもあり、是非、新しい理事・会員にお願いしたい。

この時期、各会の創立記念行事が予定されています。重複する場合は注意が必要です。各会の創立周年時期を教えてください。後日依頼します(野田)

50周年時の内容を調べておきます。(記念集会、講演会、記念山行、他)

### 3) 県連用クラウドサーバ導入について(伊東委員長)

県連活動の利便性向上、情報の有効活用、データの保管等を目的に計画。

来年度導入を目指して計画を進めます。現状は個人のパソコンにデータ保管されていますので、リスク管理にも役立ちます。グーグルドライブ利用

### 4) 10月理事会で提案のあった参加申込書「定型フォーム」提案(永尾理事)

・現状活用されているものはそのまま利用して、ないものについて利用する。

・使い勝手など、提案を参加者をお願いした。

### 5) 全国連10月理事会で、千葉県連申請「安全対策基金」が承認されました。

15万円入金されています。

## 6) 労山脱会

①まつど山翠会 「本年12月末で労山脱会します。」との連絡あり、手続き中。  
長年にわたり県連活動に協力頂きましたが、事情により脱会されます。

12月理事会で脱会の挨拶を依頼しています。小林会長病気入院中

②民医連山を歩こう会 「本年12月末で労山脱会」の連絡あり。

会長、理事の家庭の事情によるため。

## 7) 2026年3月1日(日)県連総会の準備を始めています。

・2026年度の県連活動方針、要望等ありましたら提案お願いします。

予算措置の必要なものがあれば併せて提案お願いします。

・来年度の県連活動方針(案)提案

①スピード(スマート)感を持って、働いている会員が参加し易い活動

⇒「役員会を理事会と同一日にして参加しやすくしては…」という提案あり。

②社会貢献活動推進(市民活動、ボランティア活動、SDGs・・・)

600人を超える団体として社会に認められる活動を・・・

③その他 提案があれば、理事会時に説明をお願いします。

## 6. 全国連からの情報展開(野田)

### 1) 登山の筋力 測定と講習の案内

参加者の報告をお願いします。→ かがりび山の会1人、ちば山の会1人

### 2) 2026 労山カレンダーの注文

全国連に注文と同時に、高橋理事に注文部数を連絡してください。

12月理事会時に料金を会計まで納入。(追加情報:ちば山3、茂原0、岳樺0)

### 3) 来年度全国連役員推薦

現在:石川副理事長(船山)、山本理事(かがりび) 2人

来年度も引き続き担当して頂けることで本日了解を得ました。

全国連理事として他に立候補や推薦はありませんか?

⇒人数に制限なし。全国労山基金運営委員も同様に推薦をお願いします。

### 4) 栄誉功労章の贈与申請 12月31日(水)まで

①栄誉功労章 労山活動の前進に功績のあった会員 ⇒ 推薦ありませんか

②永年会員章 20年以上在籍で現在会員であること。各会より直接全国連に申請

①、② どちらか一つです。既に一つ受領している場合は申請できません。

### 5) 11月末会員数の報告 12月5日(金)までに野田理事長まで連絡する(男女別)。

12月理事会で確認後、全国連に提出します。全国連締切12月25日

**提出後変更はできません。**

⇒ 連絡作業について不明点があれば、各会で、前任の理事に確認してください。

### 6) 2026年2月14-15日 全国連総会開催

県連から代議員3人が参加できます。参加希望の方はいませんか?

有意義な情報が得られます。

## 7. オンライン講習会（伊東）

4回 11/27（木）クライミングの安全対策

講師：石川昌さん（全国連副理事長・遭難対策部長）

現状の申込状況： 7人 多くの参加をお願いします。

## 8. 各会理事からの活動状況報告

現状報告、県連活動に展開できそうな事項、困っていることなど、自由に発表  
をお願いします。12月担当、市川山の会（依頼済）

### ① 山の会「岳樺クラブ」 荒井理事報告

会員数:9人 荒井会長 最高齢 労山加盟継続・会の存続が危ぶまれている。  
70代以上の高齢者はクライミングに転向しては？（下山時の事故が無くなる）  
若手会員はクライミングを楽しみたい。（しかし、連盟の仕事には興味が無い）

## 9. その他（野田）

### 1) 12月理事会 18日（木）19:00～20:45 船橋市西部公民館

・本年度最後の理事会です。ぜひ参加をお願いします。

「まつど山翠会」と『民医連山を歩こう会』に脱会の挨拶を依頼済みです。

・労山カレンダー料金 当日会計へ納入をお願いします。

### 2) 山の会らんたん：鈴木理事病気で入院していたとのこと。そのため最近欠席。

来週、らんたんの例会時に行って話を聞いてきます。（野田）

### 3) 連盟費（全国連盟、千葉県連盟）市川山の会未納 → 早めに対応お願いします。

### 4) 会計への経費請求は、早目をお願いします。

## 2025 オンライン講習会 4回開催される

今年も、多くの皆さんの参加により4回のオンライン講習会を開催することができました。また、講師の方々には、お忙しい中、資料の準備そしてパソコン操作をしながらの説明・報告をいただきましてありがとうございました。講演後の『質疑応答』では、参加者から多くの質問をいただき、講師の方から詳細な回答をいただきました。今後の山行に、今回の講演の内容を活かして楽しい山歩きを実践していただきたいと思います。

### <1> ネパール：アマダブラム 6,856m遠征報告

4月24日（木）午後7時～8時45分 24名（講師含む）

講師：平野直子氏（ちば山の会）

### <2> ヘリ救助要請する場合の注意点

6月26日（木）午後7時～8時35分 26名（講師含む）

講師：横山一隆氏（ちば山の会）（事前に撮影したビデオの画面共有）

### <3> 登山計画届システム「コンパス」の紹介

9月25日（木）午後7時～8時50分 26名（講師含む）

講師：インフカム株式会社 代表取締役 今吏靖氏

### <4> クライミングの安全対策

11月27日（木）午後7時～8時25分 20名（講師含む）

講師：石川昌氏（全国連遭難対策部長、船橋勤労者山の会）

**ご希望のテーマをお寄せいただきたいと思います。（オンライン講習会実行委員会）**

# 2025年11月10日(月) 第24回 県連ウイークディハイク 軍荼利(ぐんだり)山～洞庭湖をめぐる

田中康男、野田久生

5月19日に予定していたが天候不良のためこの時期となった。前日は雨、天候が気になったが当日は暖かな好天に恵まれ、終始和やかな雰囲気の中でハイクを楽しんだ。

千葉発 7:10⇒東浪見(トラミ)着 8:15-8:40 発⇒軍荼利山 9:00(東浪見寺)→  
いこいの森 10:30-11:30(昼食)→洞庭湖→望洋公園→上総一宮駅 13:10(解散)

→玉前神社参拝(希望者)→上総一宮駅 13:50(解散) 14:17 発⇒千葉 15:24 着<

【参加者】岳人あびこ7人、ちば山の会3人、東葛山の会2人、茂原道標山の会2人

ふわくHC5人、かがりび山の会6人、こまくさHC2人 計27人

【計画・実施】ハイキング委員会(田中委員長)

東浪見駅 8:30 集合、田中委員長の挨拶の後、軍荼利山東浪見寺に向けて出発。歴史あるお寺である。参拝後すぐ隣の軍荼利山に登る。晴れてきて暖かい。林の中の道路を洞庭湖、憩いの森へ歩く。途中植物に詳しい小野さん(岳人あびこ)に道端の木々や花の解説を聞きながら歩く。聞いてもなかなか覚えられない。いこいの森で昼食。この後望洋公園で一宮の市街、太平洋を観る。いい景色である。一宮駅で解散、希望者で近くの玉前神社に行く。歴史の有る神社で門前の角八本店で有名な「みかん大福」を買う。帰ってから食したが美味であった。所要時間5時間10分の和やかなハイクで参加者一同満足できました。



軍荼利山入口にて



晴天の望洋公園

# 『2025 事故防止・経験交流集会』実施報告

教育遭難対策委員長 伊東春正（かがりび山の会）

教育遭難対策委員会主催で実施した事故防止・経験交流集会を報告します。

(1) 日程：2025年11月15日（土） 13時～17時30分

(2) 場所：船橋市西部公民館

(3) 参加者：15名（7会）

ふわくハイキングサークル、ちば山の会、かがりび山の会、岳人あびこ、  
船橋勤労者山の会、茂原道標山の会、市川山の会

(4) 実施内容

## ① 事故報告

\*今年度の事故は「16件」で、その内「転倒事故」が「8件」と多い。

（男性2件、女性8件）

\*高齢者が登山で転倒するメカニズムの解説。

(1) 認知・注意力の低下により転倒場面が増える。

(2) 中枢処理系（脳・神経）の衰えにより転倒の検知が遅れる。

(3) 筋力不足により体勢の立て直しができない。

(4) 反射的な手つき動作も遅れて岩や木に衝突する。

対策としてバランス訓練、下肢筋トレ、トレッキングポール使用が有効である。

## ② 事故事例報告

今年7月の全国救助技術交流集会で報告のあった、「広戸仙登山（岡山県津山市）の滑落事故」を取り上げた。

登山地図（市HP）で通行不可となっているコースで、20人のパーティで山行して、斜度45度のトラバース道（鎖設置）で滑落して死亡している。

山行では、ヘルメットやロープ、スリングなどのビレイ装備は装備されておらず、会ではロープは持たない指導をしており、あまりにも安全性を軽視している。

## ③ 登山計画届システム「コンパス」の紹介と評価

「公益社団法人日本山岳ガイド協会」と「インフカム株式会社」が企画・開発したコンパスを、山の会での山行管理としてどこまで使用できるか…を評価した。簡単な操作で山行計画を作成し提出すると、全国の警察とデータ共有されるが、以下の点が問題である。

- ・提出前に山行管理者に事前チェックしてもらうためには、メールでURLを通知する必要があり、煩わしい。
- ・提出済みの山行計画の変更ができない。
- ・同行者の緊急連絡先は、山行リーダーから参照できない。
- ・月間の登山件数や登山者数などを把握する統計情報は取得できない。

このため、現行のコンパスを利用するとしたら、会の山行計画書と山行管理の仕組みは必要であり、最低限を入力したコンパス計画書に会の計画書を添付して提出し、計画書を警察と共有する目的だけとなる。

#### ④ フリー・ディスカッション

3つのグループに分かれてディスカッションを行った。

##### ◆ 初級登山者教育の取り組み

- ・岩・沢・雪のジャンル別にリーダーを置いて教育している。
- ・山行では一人ひとりに何らかの役割を持たせている。
- ・仕事を持っている人への講習は、Web活用や土日に行う等の配慮が必要となる。

##### ◆ 事故再発防止

- ・「ヒヤリハット」はどの会も収集しており、年に1回「ヒヤリハット講習」を実施している会がある。
- ・計画書にコースタイムと所要時間（歩行時間+休憩時間）を設け、どのくらいの余裕度を見ているかを確認している会もある。
- ・事故分析手法として「なぜなぜ分析」を紹介。  
なぜなぜを繰り返し、直接原因から背景要因まで掘り下げる。

##### ◆ クマ、蜂、マダニ、毒蛇などの対策

- ・熊スプレーは高価であるため、会装備として購入し、個人に貸し出す会もある。
- ・爆竹は熊には効果がある、蚊取り線香の匂いも熊は嫌う。
- ・マダニリムーバーが販売されている。 など。

#### ⑤ 希望者による懇親会

#### (5) 参加者の感想

- ・山は計画と準備を徹底することの大切さ、状況判断の熟練度が大切なことを学びました。
- ・現状のコンパスは、会に所属しない、単独行の登山者向けか。
- ・ダニ、ヒル対策は必要。専門家を招いて講習会を行っては。
- ・参加者が少なく残念だった。もっと多くの他会の方の参考になる話を聞きたかった。
- ・とても有意義な時間でした。私にとって考える所が満載な機会となりました。  
などの意見が寄せられた。 以上



フリー・ディスカッション



懇親会

・**楽しく、**  
**自立した生活を送る**

・**いつまでも、**  
**仲間と山を楽しむ**

**そのための講習会です。**

**正しい栄養学とトレーニングを**

**楽しく・学ぼう！**

- ・ 実施日：2025年**12月5日（金）** 13時30分～
- ・ 場 所：船橋市西部公民館 第4集会室（2階）
- ・ 講 師：石田 良恵 先生（栄養学と筋トレの専門）

## 当日の参加大歓迎！

- ・ 労山会員だけでなく、お友達やご近所で「栄養や筋トレ」に興味のある方に声を掛けて下さい。
- ・ 参加費はありません。

**今すぐ申し込みを…！**

- ・ 参加申込みは、各会の県連理事に連絡して下さい。
- ・ 問合せ・連絡先： 広木 国昭（千葉県連盟女性委員会）  
Eメール：[danphiro@jcom.zaq.ne.jp](mailto:danphiro@jcom.zaq.ne.jp)

2026年 新春房総ハイキング 『ちば眺望 100景』  
ふなつかやま

現地集合・現地解散

# 船塚山 152m と 船塚神社

2026年 1月 31日 (土) 日帰り

まくた

集合：JR 久留里線『馬来田駅』改札口前 午前9時

参加者 各会で行動 (住宅地も歩きます! 迷わないように!)

移動 電車 ※ 自家用車：駅から約200m先の「富来田公民館」の駐車場利用

JR 馬来田駅に集合してください

解散場所：下郡駅 or 富来田公民館

## <お薦め電車時刻表>

(往) JR 千葉駅 4 番線 千葉駅 7:27 発  
(内房線 君津行き)

→木更津 8:08 乗換 8:20 (久留里行き)

→馬来田駅 8:49 着

## <コース>

馬来田駅 9:00 出発…9:10 富来田公民館 9:20…9:40

泉福山 善雄寺⇒ 10:00 羽尾神社

…10:35 高速道路を潜る…10:50 橋を渡る (七曲川)

…12:00 船塚山頂上(昼食)12:30

…来た道を引き返し約20分2番目の別れ道を  
「下郡駅」に向かう

…13:20 「殿の下井戸」…久留里街道に出る

(帰宅時間がひっ迫している時は、  
すぐ近くの下郡駅で乗車ください)

…13:30 「下郡駅」を左に見て直進

…高速道路 (圏央道) を潜った最初の T 字路を右に

…最初の交差点を左かつ直進

(この交差点から来た道になります)

…次の交差点も左

…羽尾神社・善雄寺に寄らないで

富来田公民館・馬来田駅をめざします

…14:30 富来田公民館 解散



(復)馬来田駅発電車時刻表(木更津行き) 14:08 15:10 16:03 (下郡駅 時刻は3分前)

問い合わせ・申し込み先：田中康男 (ハイキング委員長)

TEL:090-8331-6858 E-メール：dzb05434@nifty.com

申込締め切り：1月17日(土)

気象などによる中止の場合、2日前の1月29日(木)19:00頃にメールでお知らせします。

『韓国：紅葉ハイキング』実施報告

# 『ソウル5大名山』全山踏破達成

岩と大展望の『道峰山』『水落山』『仏岩山』を歩いて

海外委員会委員長 安彦秀夫（東葛山の会）

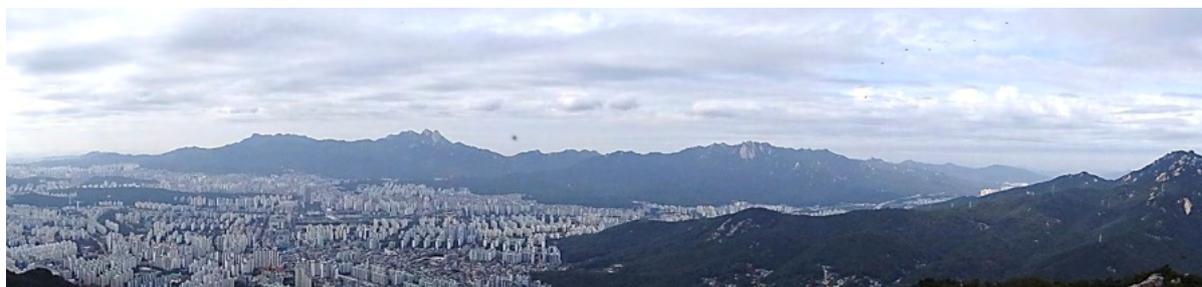
10月17日（金）～21日（火）の4泊5日で、昨年につき、韓国の首都：ソウル周辺にある『道峰山（どぼんさん）739m』、『水落山（すらくさん）638m』、そして『仏岩山（ぶらむさん）508m』を、県連の仲間13名で楽しみました。

筑波山と同じくらいの低山にも関わらず、花崗岩で形成された変化に富んだコースでスリルを味わいながら楽しく歩き、周囲の大展望も思う存分に堪能しました。

参加者の皆さんから『山歩き』、『観光』、『韓国料理』、『ビール』、『ガイド』など多岐にわたる心に残った『思い出』や『写真』を投稿していただきました。多くの皆さんに韓国のハイキングの楽しみの一端を感じていただければ幸い…と考え、『特集』を組みました。

是非、報告文を読みながら、そして写真を見ながら、韓国の低山・料理などをイメージして、参加者とともに韓国を味わっていただきたい…と思います。

私からは、企画から本番までの経緯・裏話などを紹介したいと思います。そして、読者の皆さんが、これから海外トレッキングを企画・実施する際の一助にいただければ幸いです。



## <1> 目的地選定

昨年2024年に『2座（北漢山、冠岳山）』を歩いた際に『ソウル5大名山』を意識しました。それで、参加者に「来年は残り3座を歩いてみたいね…」と話したところ、同じ思いであった人が多く、すんなりと決めることができました。

県連海外委員会で『韓国：紅葉ハイキング』を提案し了承を得た後、昨年と同じ旅行会社『ワイルド・ナビゲーション』に相談し、『日程』、『山3座』と『募集人数』などの希望を話し、旅行代金と具体的な日程案などを提案していただきました。

## <2> 参加者募集

『2025 ちばニュース 5月号』に『参加者募集案内』を掲載しました。

問い合わせが幾つかあった後、じわじわと参加申込みがあり、旅行会社とも相談しながら『6月号』、『7月号』そして『8月号』にも案内を掲載し、『15名』から参加申込みがありました。その後、体調不良などで『2名』のキャンセルがあり、最終的に『13名』となりました。

ところが、出発前夜、「体調が思わしくないので参加するかどうかを悩んでいる…」という電話が飛び込んできました。いろいろと状況を聞くと、医者からは「飛行機に乗っても構わない。激しい運動をしなければ構わない。参加したいので一晩様子を見て判断したい…」ということで、明朝に電話をもらうこととしました。

当日朝、私が成田空港近くの民間駐車場の送迎バスに乗車中に「成田空港に着きました！」という電話が飛び込んできました。

これで『13名』全員が揃うことになり、ホッとしました。

### <3> 旅行手配正式依頼

参加希望者から届いた『申込書』、『パスポート・コピー』を旅行会社にメール送付し、航空券とホテルなどの正式手配をお願いするとともに、改めて旅行代金の見積もりをしていただきました。

併せて、『ホテル』や『ハイキングコース』の URL を送っていただき、参加者に配信しました。

### <4> 説明会開催

9月19日（金）に、鎌ヶ谷市中央公民館（東葛山の会で例会会場などとして利用）で、旅行会社担当者（社長）に来ていただき、参加者の顔合わせを兼ねて説明会を開催しました。

参加申込者13名全員が集まり、社長からの説明を一通り聞いた後、質疑応答に移りました。次から次と質問が出てきて、一つ一つ丁寧に説明をしていただき、参加者全員が「韓国ハイキングに行くんだ…」というムードが盛り上がった印象を持ちました。

更に、出発の準備をしていると、新たな疑問・不安などが出てくるので、出発直前の10月11日（土）に、「不安解消・軽減(?)」のために、Zoomで『Q&A説明会』を開催し、次の事項などを説明・再確認しました。

- ① 持ち物（手荷物か機内預けか）
- ② 両替（参加者全員に一人当たり「4,000円分相当」を現地で準備してもらう）
- ③ T-money カード（地下鉄の利用やコンビニなどでの買い物に使用）
- ④ 成田空港集合時間1時間前倒し（当初12:00 → 11:00）予期できぬことに備え…
- ⑤ ホテル部屋割り（ツイン5室、トリプル1室）
- ⑥ 韓国には、チップ制は無いが、『チャーターバス運転手（往路・復路別々）』、『登山ガイド2名』、『日本語スルーガイド1名』にチップを渡すために、成田空港集合時に各自から「1万円（上記②③含む）」の集金
- ⑦ 「パスポートを忘れずに持参してください…」と再三繰り返し説明

## <5> 1座目の『道峰山』下りでのパーティばらばら事件

下山途中のお寺で『お茶』をふるまわれました。

出発前に「トイレ」の場所を尋ねたら、「20分ほど下った所にある…」旨を聞き、登山ガイドの権さんを先頭に足早に数人が下っていきました。



韓国登山学校への分岐の問題の標識(看板)  
後続は、韓国語が分からないので、左の緑に進んだ！  
先行グループも『緑ルート』を進んだ！

私が、李さん(最後尾ガイド)の電話をお借りし、権さん(先頭ガイド)と話しましたが、不安解消にはならず、むしろ不安が増大することになりました。暫くしたら、下にいるはずの権さんが上から降りてきました。「えっ！どうしたの…？」ですよ…。

権さんから、行方不明4名の一人に電話をかけてもらいました。なかなか繋がらず「ダメか…」と諦めかけた時に運よく通じ、4名の居場所を確認できホッとしました。

4名に聞いたところ、『韓国登山学校』に寄りトイレを借りたかったが、言葉が通じないと思い、登山口近くのトイレに急いだそうです。

2座目と3座目の山では、「トイレの場所などを常に考えて歩いてもらいたい…」旨を、登山ガイド2名に強くお願いしました。同時に、参加者には、早めのトイレ要請をお願いしました。その結果、特に大きな問題もなく歩くことができました。

その結果、パーティ15名(登山ガイド2名と私たち13名)は、大きく『3グループ』に分断してしまいました。途中にある『韓国登山学校』で、先行の3名と最後続の6名(+李さん)は合流することができトイレも無事済ませることができました。

しかし、先に着いたと思われる登山ガイドの権さんは、一緒に着いた『3名』を残し、後続を案内するために戻ってほしい…ということではいませんでした。

もう一人の登山ガイドの李さんが「権さんは既に降りて行ったので、私たちも降りよう…」と、「Go! Go!」と下の登山道を指さして急かすので、従いました。李さんは、日本語も英語も話さないのに、正確な内容を把握できないまま30分ほど下りましたが、先行者に追いつくことはできませんでした。

休憩を兼ねて立ち止まり、現状把握に努めました。

## <6> 食事

①**夕食4回と昼食1回(帰国日)**をガイドの黄さんの紹介・案内で、毎回異なる韓国料理を地元のビール『CASS』を飲みながら堪能しました。全ての料理に全参加者が「旨い!」、「美味しい!」と声を上げていました。私も大満足の食事でした。

②**3度の登山の際の昼食用**に、昨年につき『キンパ(海苔巻き)』を登山口の駅周辺で購入しました。ハイキングの際の食料としては絶品ですね。日本でも登山口の最寄り駅周辺に類似のものがあると便利だな…と思いました。昨年初めて購入した時は、「昼食用として、これ1本で十分かな…?」と思ったのですが、いざ食べてみると満足のいく十分な量でした。今回も満足のいく昼食を楽しめました。

参加者の中には、帰国後に『キンパロス』に落ちるほどキンパがおいしく感じた人がいたようです。一方、飽きて他のものを昼食用に購入した人もいたようです。

③**ホテルの朝食**は、昨年とは打って変わって、参加者全員が満足するビュッフェで、4回も楽しむことができました。

朝食、昼食そして夕食は、どれも美味しく、胃袋大満足のソウル5日間の滞在でした。

## <7> ホテル

### ① 部屋

『ツイン』は、『シングルベッド』1台と『ダブルベッド』1台の『3人用』でした。朝食券には『3P』と記載されており、『3人が朝食を食べられる』ということでした。

『トリプル』は、『シングルベッド』2台と『ダブルベッド』1台の『4人用』で、朝食券には『4P』と書かれていました。

登山ガイドの権さんに「朝食を一緒に食べられるよ!」と話したところ、3座目の山の日と帰国日に一緒に食べることができました。

権さんから「私も旅行をしているような感じですね!」と喜ばれました。

### ② トイレ

私が利用した部屋は、『ウォシュレット』ではありませんでした。1階のロビーのトイレも同じでしたので、全ての部屋が同じだと思っていたところ、女性陣から「ウォシュレットだよ!」ということのを偶然耳にし、他にも聞いたところ、私の『ツイン』と『トリプル』以外は、全て『ウォシュレット』だったようです。なんで部屋によって違うの…?

### ③ バスタブ

トリプルに『バスタブ』がなかったようです。部屋の移動をホテルと交渉しようとしたのですが、「移動が面倒なので…」ということで、そのまま継続して利用してもらいました。なんで部屋によって違うの…?



#### ④ テレビ

残念ながら『BS NHK』はありませんでした。仕方なく、『CNN』を見ていました。部屋によっては、テレビを正常に見れないということで、フロントに言い調整してもらったようです。

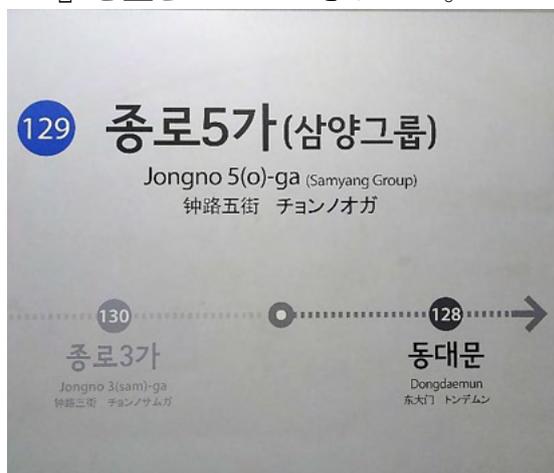
#### ⑤ 朝食（ビュッフェ）

朝食券（4日間共通）を入口で係の人に見せレストランに入りました。品数が多く、更に美味しいので、ついつい食べ過ぎてしまいました。

他の参加者も同じだったようです。

#### ⑥ 立地

地下鉄の駅や市場に近く、私の利用した部屋からは、朝日を浴びた『南山ソウルタワー』を望むことができました。



ホテルの最寄地下鉄駅『鐘路五街』



南山ソウルタワー

### <8> ガイド

昨年と同じ3名のガイドさんにお世話になりました。

#### ① スルーガイドの「黄さん」（日本語 OK）

仁川空港で再開し、直ぐに『綺麗なファンさん』と話しかけました。

それ以降、いつも「綺麗なファンさん！」と先ずは切り出して、色々なことを相談そしてお願いをしました。その都度、懇切丁寧に対応していただきました。不慣れた土地で心強いガイドさんでした。安心して、「任せ、頼り…の5日間」でした。

綺麗な黄さん、ありがとうございました。

日本に通訳として来ることも多いようです。

#### ② 登山ガイドの「權さん（日本語 OK）」と「李さん」

今回も3座を案内してもらいました。

李さんによる登山前の準備体操は極めてユニークで、自然に笑みがこぼれ、気持ちよく歩きだすことができました。昨年よりも進化していたような気がしました。

登山道の至る所に標識はあるのですが、『ハンゲル語』なのでチンプンカンプン…。所々に、英語、中国語、そして日本語（カタカナ）が併記してあり何となく分かるの

ですが、2人がいなければ歩くことができなかったと思います。お二人の案内で楽しく歩くことができました。心強いガイドさんでした。

また、茹でた『山栗』や手製の『チジミ』もごちそうになり、旨かったです。

権さん、李さん、ありがとうございました。

### <9> 降りた駅から歩き出せる…うらやましい！

35～50分ほどの乗車で『地下鉄』の駅を降りたら、直ぐ登山ができる…というのは、山歩きを趣味とする私達にとっては嬉しいことです。今回の3座も、昨年同様の便利さでした。

ソウル周辺には、手ごろなハイキングコースが沢山あり、昨年の『2座』に続き、今回は『3座』を歩き、『ソウル5大名山全山踏破』を達成することができました。

### <10> おわりに…

1座目（道峰山）で「あわや道迷いい遭難か…？」という思いが頭をよぎる事態がありましたが、「登山口に戻る…」というガイドの言葉を信じ、日ごろの山歩きの経験を活かして行動したことにより大事に至ることがなく胸をなでおろしました。

今回山々を歩いていて「このようなマイナーな山に日本からわざわざ来られて歩いています、どうしてですか？」と地元の人々から日本語で話しかけられたことが何度かありました。「昨年、北漢山と冠岳山に登り、『ソウル5大名山全山踏破達成』の横断幕を掲げて記念写真を撮っている人を見ました。それなら私たちも全山を歩いてみよう…と思いました」と返事をしたら、納得していましたね。

日本では、『日本百名山全山踏破達成』を目指している人は多いですね。数は違いますが、韓国でも同じような山好きな人が多いのでしょうか？！

参加者13名全員がハイキングを楽しみ、韓国料理と地元のビールを堪能し、思い思いのお土産をゲットし、無事帰国できたことは、企画した者として嬉しい限りです。

参加者からの「楽しかった…！」の言葉を耳にすることは、企画者冥利に浸る瞬間でもあります。今後の企画の励みになります。

参加者の皆様のご協力で、今回の海外ハイキングを無事終了できたことを感謝します。また、旅行の手配をしていただきました

旅行会社『ワイルド・ナビゲーション』の『宮田社長』、現地でお世話になりました『黄さん』、『権さん』、『李さん』に感謝申し上げます。ありがとうございました。



水落山をバックに

# 韓国の山を歩いて

2025年10月17日～21日

東葛山の会 五十嵐朝子

コロナ感染症、流行前の2019年にオーストラリアや中国の山歩きに参加して以来の海外ツアーとなり、期待と不安で迎えた4泊5日の旅。

## 10/17 (金)

この日は移動のみ。成田～仁川空港～ソウル市内のホテルへ。  
空港に着いたらガイドの黄（ファン）さんが、出迎えてくれ、バスでホテルへ。

## 10/18 (土)

昨日から降っていた雨も上がり、登山は決行。登山ガイドの「権」さん、「李」さん、も揃い、8時にホテル出発。地下鉄で移動する。

登山口までアウトドア用品の店が軒を連ねていた。そこを通り「道峰山光輪寺」で登山の無事をお願いして、登山開始。

登るにつれ山らしくなり、岩山が見えてくると、カメラやスマホの手が忙しい。猫が沢山いて、野良猫らしく、観光客がやる食べ物がお目当てらしく、手を差し出すと近寄ってくる。

一枚岩のような滑りやすい岩には手すりが付いていて、これを頼りに登って行く。頂上近くでは一列に並んで登って行く。頂上はさほど広くなく、沢山のハイカーがどんどん上がってくる。記念写真を撮り、早々に下る。少し下った所で、ランチのキンパを頬張る。匂いをかいで猫が近寄ってきたがあげない！

下山は途中トイレ組が先を急いだ。私もその一人。権さんが早いので必死で後を追う。トイレを済ませ、後の人達を待つがこれが、皆とバラバラになった原因となった。最終的に全員が揃ったのは登山口でした。これで一安心です。

私はこの行動で足を痛め、翌日の山は不参加にしました。

## 10/19 (日)

皆さんを送り、一人で、ホテルで過ごすつもりでいたが、同行の方にソウルの本を貸してもらった。「ホテルに居るなんてもったいない。私なら散歩に行くわよ・・・」



広蔵市場

この言葉に力をもらい、市場の中を歩きまわった。日曜日とあって大勢の観光客や地元の人達で賑わっていた。

市場の中には沢山、食べ物屋が出店していたが、食べる勇気は無かったのでコンビニでサンドウィッチと飲み物を買って、公園のベンチで食べた。

ホテルに帰り、バスタブに湯をたっぷり張って、痛めた患部のマッサージをしながら、のんびり一人の時間を過ごした。家でも昼間からこんなことしたことないです。



夕方、ファンさんと待ち合わせ、食事会場まで時間があり、通り道の市場で揚げたてのドーナツ屋さん前で「並んでも大したことないから買って食べよう！」と黄さん。

ここのドーナツは人気がありファンさんも食べた事なかったので感激していました。皆さんも次回、来ることがありましたら是非食べてみて下さい。

夜、食事会場で皆さんと合流し、和気あいあいと韓国料理をいただきました。

足の痛みは無いので「最後の山は参加する…」と伝える。

## 10/20（月）

登山口の傍でトイレタイム。併設の広場には誰でも利用出来る運動器具が備え付けであり、散歩がてら足腰などを鍛えられて羨ましく思った。

しばらく登って、水分休憩の時、李さんが皆に「キムチとニラのチジミ」を振る舞ってくれた。奥さんが出かける前に作ってくれたのか、まだ余熱があり、美味しくいただきました。

岩山の頂上は展望も良く、太いロープを使って降りる所があり面白かった。時間もたっぷり取ってもらって、最後の山は楽しく歩く事が出来ました。

5日間の日程もあつと言う間に過ぎてしまいましたが、安彦さん、御同行してくださった皆様、大変お世話になり楽しい山旅になりました。

有難うございました。

10月19日（日）、街中を散策したり、ホテルでのんびりしたりで、ハイキングとは別の貴重な体験をしたようですね。当初の予定では、2日間で3座を歩き、1日は予備日にして、「ソウル市内の名所旧跡巡り」を考えていました。しかし、その後、旅行会社などと相談を進める中で、「1日に2座」は厳しいだろう…ということになり、最終的には、今回の日程にしました。実際に歩いてみて、「1日2座」はきつかったと思います。

そのような中で、他の参加者とは異なった体験をして良かったですね。（編集子）

# 韓国：紅葉ハイキング

東葛山の会 石塚洋子

ソウル5大名山を2年かけ登れた事は、とても嬉しいことでした。皆さんで登り、夜はビールと共にレストランでの食事、毎日贅沢登山でした。電車での移動も楽々で、ソウルの登山は中高年でも疲れません。他の山の会の方々とも沢山お話ができて、楽しかったです。

韓国についた日の夜は雨でしたが、翌朝には止んでいました。

初日登山の10月**18日は道峰山739m**です。登山口でキンパ（海苔巻き）を買い登山開始です。

山は岩山で階段も多く、頂上近くは手すりの急坂で足場があまり切られていません。特に下りは腕の力も必要でした。

曇り空で展望を楽しむことはできなかったが、翌日からは快晴になり、見晴らしも良く、奇岩もあり、風景を楽しむことができました。

## 19日 水落山 638m 晴れ



水落山からの下山途中の沢沿いの階段を下る

## 20日 仏岩山 508m 晴れ

この山の頂上近くは段差のある岩を登りますが、足がかりがなく、ガイドさんに手を引っ張ってもらいました。太いロープも短いですがあります。

下りは登りと違うロープを使って下ります。



道峰山への登り



仏岩山山頂からロープで下る

前の人の下り方を見て私も続いて下りようとしたら、韓国のおじ様が私の前に入り込んで、日本語で「私の下りるところをよく見て下りるように…」と言われ、次に下りる気持ちが満々でした。待ちの時間があり、ますますドキドキしてしまいました。

無事に下りると、待っている人たちから沢山の拍手をされて、嬉しいやら恥ずかしいやらでした。

韓国の人たちは日本語を話したいらしく、とてもフレンドリーになってくれます。

電車の中では、「寄付を下さい〜」の方や、「爪切り」などの小物販売をする人もいて、日本とは違うのでびっくりしました。

ホテルは4泊とも同じで、朝食のバイキングの種類が多く、お腹いっぱい食べられました。

昨年より立地場所も良く、グレードアップし快適に過ごせました。



海外の山を企画してくださった我が会の安彦会長、大変お世話になりました。ありがとうございました。

### <食事あれこれ>

昨年 2024 年に宿泊したホテル（3泊4日）の朝食は、ビュッフェとは言えないようなお粗末なものでした。

『食パン』はパサパサ…。

『副菜』も2〜3点しかなく、選択の余地は全くなし。

『飲み物は『コーヒー』、『紅茶（ティーバッグ）』そして『ウォーター』かな…。

パンを朝食として殆ど食べない私は、このビュッフェ(?)を見た時に、食欲は全く湧きませんでした。でも、「何かを口に入れないと…」と思い、トースターで焼いたパンにバターを塗って、紅茶を飲みながら、必死に食べました(3度の朝食)。

このことを旅行会社に説明し、今回のハイキングでは考慮してもらいました。宿泊するホテルの URL を旅行会社から入手し、アクセスをして、まずは『食事』をチェックしました。アップされている写真などを見る限りでは、「申し分のないビュッフェ…」という印象を持ちました。そして、実際は、それ以上の内容で嬉しかったです。

やはり、ハイキングに向かう朝食は、食欲を満たしてくれる料理でないとだめですね。

『夕食4回』と『昼食1回』は、ガイドの黄(ファン)さんが手配したレストランで摂りましたが、全て参加者が満足する料理でした。ただ一つだけ不満と言えば、昨年の北漢山下山後に食べた料理に勝るものがなかったかな…と、一人落ち込んでいます。(編集子)

# 韓国ソウル五名山を歩いて

ちば山の会 加藤洋子

## 10/17 ソウル到着、

雨の中、日本語ガイドの黄さんの案内でラッコクセというエビ、イカ等の海鮮が入った鍋と「CASS」という銘柄のビールを賞味する。

## 10/18 道峰山トボンサン 739m 曇り

登山ガイドの2名（権さんと李さん）と顔合わせた後、地下鉄で移動する。

下車後、駅から登山口まで道の両側には、キンパ店、登山道具店が並んでいる。登山口には登山サポートセンターがありイラストの地図を貰う。

滝のそばで小休止。やがてお経の聞こえ、多くのネコがいる広場で大休止。

花崗岩の岩峰は霧で霞んでいた。手すりがある木製の階段を伝い狭い山頂へ。柵があるがガスで展望なし。

下りは花崗岩の濡れたツルツルの岩場なので滑らないように足元を確認しながら下る。スラブの斜面に水が流れている。提灯が並ぶ下山道の途中にせり出した岩盤があり、その下にお寺があった。極彩色のお寺には仏像が安置され、住職さんからお茶を振舞っていただいた。

夕食はチジミ、どんぐりコンニャク、ラーメンの入ったチゲ鍋（プデチゲ）を頂く。



## 10/19 水落山スラクサン 638m 快晴



登山口の広場で準備体操。登山道は所々ムシロが敷いてある。美しい松林の中を行く。

丸いピークが見渡せる大きな岩の上で昼食をとり、韓国国旗をはためく山頂へ。写真撮影の順番でごった返していた。なぜか山頂直下にアイス販売している人がいた。素晴らしい展望で白いマンション群、周囲の山々がよく見えた。

下山道はナメ滝の横で手すり、岩に足場があり休憩場所もある。下山口はカラフルなお寺「石林寺」であった。

夕食はタッカンマリで鶏肉丸々1匹を目の前でブツ切りにして鍋に入れてくれた、今回のツアーで一番美味しい夕食であった。

## 10/20 仏岩山プラムサン 508m 快晴

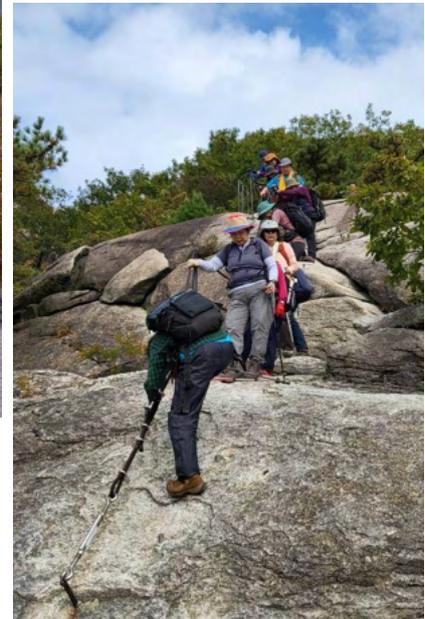
歩き始めると幼稚園の子供達とすれ違い「アニョハセオ」と声を揃えて挨拶してきた。中腹のスラブの斜面は手すりがあり歩き易かった。

国旗が翻る山頂には太いロープが2本(上り専用と下り専用)あり、掴んでよじ登る。



山頂は狭いので直ぐ降りたが、ちょうど山頂直下の肩のところに昼食に適した広いテラスがあった。

登山ガイドの李さんの奥様の手作りチジミを頂いた。



最後の夕食はソウル風すき焼きとエゴマ、サンチュの葉で包んだ肉料理を頂いた。

## 10/21 午前中は市場の観光 晴れ

ホテルの南側の市場を散策する。狭い通路をバイクが走るの要注意。昼食は中国料理店でジャージャー麺と揚げ餃子を賞味。

バスの車窓からソウルを流れる巨大な川、漢江(ハンガン)を渡り仁川空港へ。

### <感想>

- ◆ 日本語ガイド黄さんのお陰で、食事場所は大通りから離れた路地にある美味しい店に行くことができた。
- ◆ ソウルの中心部の町並みは東京と変わらない。建物の表記は漢字でなくハングルのみ。朝の出勤時の服装も日本とだいたい同じ。
- ◆ 地下鉄の車内の椅子はクッションがなく硬い。妊婦さん専用席がある。殆どの駅名は漢字でなくハングル。
- ◆ 韓国の低山は花崗岩でできているので眺望が良い。上半分はスラブ状岸壁だが木製の階段、手すり完備されている。登山口に立派な門構えのお寺がある。女性の単独ハイカーも結構いる。  
また午後4時頃に登ってくる人もかなりいるので驚いた。
- ◆ キムチは日本のキムチと異なり辛すぎ、タバスコを掛けたみたい。
- ◆ 4泊5日は丁度良い長さで、山あり観光ありで充実した5日間だった。  
楽しい山旅を計画してくださった安彦さん、日本語ガイド黄さん、登山ガイド李さん、権さんには感謝申し上げます。

## 二度目の韓国ハイキング

東葛山の会 桐生千恵子

去年、韓国紅葉ハイキングに参加して、『ソウル5大名山』を知り、今年は5大名山の残り3山を登る計画募集に迷わず参加を決めました。お天気にも恵まれ3山を登り、ソウルの街を歩いての夕食など胸いっぱい・お腹いっぱい全身で楽しむことができました。

### 10/18（土）道峰山/トボンサン 739m

昨日の雨も止み、ホテルのロビーに7時集合。昨年もお世話になった山のガイドさん2名と再会。地下鉄に乗って登山口へ。降りた駅から登山口まで商店街が続いている。食堂も多いが目を引くのはお馴染みのブランド山用品の店。ちらちら見ながら山道に入っていく。しっかり整備されている山道で、山頂近くなり岩場になると、がっちりした手すりが付けられている。しがみついて山頂に立ったが残念！！ガスで真っ白な世界だった。



登山口で作りたてのキンパを買う



大家族のネコちゃん

トボンサンは猫の山だった。山のあちこちから猫が現れる。いったい山全体で何匹住んでいるのやら……。

下山途中にお寺があり、お茶をご馳走になったころ、『トイレに行きたい』人が数名いて、ガイドさんが先頭で、すごい速足で歩きだした。私は速足に追い付かずあらかじめマイペースで下山していた。「心細いなあ〜」と思い振り返ったら、東葛の石ちゃんが歩いてきた。その後から茂原のMさんも歩いて来るのが見えたので、待っていて3人でグループになった。ちば山のKさんも追い付いて4人でグループになった。やっとトイレに付いてホッとした。

しかし、ずいぶん待っても皆さんが下山して来ない。私達が合流しないので探しているとは思わなかった。途中の分岐から違う道を選べばトイレもあったし、皆さんとも合流できたのに……。ちば山のKさんがスマホでガイドさん二人と連絡がとれた。皆さんにご心配をかけていたのですね。のんきな私は、そんな事とは思わなかったことを反省しています。

## 10月19日（土）水落山／スラクサン 638m

快晴そして寒い朝。9時にホテル出発。

昨日の駅から乗り換えて一つ目の駅から歩く。広場でガイドのリーさんの指導で準備体操をする。言葉は通じないが去年から一緒に歩いているので、なんとなく言いたいことが判る。リーさんの体操は去年よりも進化して掛け声も大きく、動きもカッコ良くなったみたい…。

登山道には天然素材でできたゴザが敷いてあり足に優しい。新しいゴザの下に朽ちたゴザが見える。朽ちても天然素材だから土に戻るのですね。そして栗が大量に落ちている。日本の山栗よりは大きいみたい。休憩の時にガイドのゴンさんが栗を茹でてきてご馳走になった。

快晴のルンルン歩きで山頂に着いた。昨日登った山、去年登った山、そしてソウルの街が眼下に広がって見飽きない景色に恵まれた。

下山も溪谷沿いの道で飽きることなく歩けた。ダイナミックな滝などもあって638mの山とは思えない。

## 10月20日（日）仏岩山／プラムサン 508m

お天気良し、ブルブル寒い朝。9時にホテル出発。

今日は地下鉄の経路が違うようだ。どの山も地下鉄駅から歩けるなんて、羨ましいですね。山に入ってちょっと広場のような所は、子供用の遊具ではなく、大人がトレーニングできる器具が設置してある。これも羨ましい。

休憩時に、ガイドのリーさんが、手作りのチジミをご馳走してくれた。

夕食でのチジミが今一つだったので、リーさんのおかげで本場のチジミを味わうことができた。

「今日の山は少し楽ですよ」とガイドのゴンさん。

しかし、山頂直下の岩は足が届かなく、下りでは一本のロープにへっぴり腰でやっと下りた。



岩場が得意なIさんです



東葛メンバー

山頂からの展望は素晴らしい。ソウルの街を囲んだ山々を眺めて達成感一杯です。

『ソウル5大名山全踏破』も達成した。『バンザイ!!』

安彦リーダー、同行の皆様ありがとうございました。

# ソウル5岳完登

(山行日) 令和7年10月17日(金)~21日(火)

ちば山の会 小泉 香織

## 10月17日(金) 成田：小雨 ソウル：雨(移動日)

11:00 成田空港・第1ターミナル北ウィング集合

大韓航空704便 14:00→16:30 仁川空港着→入国審査に長蛇の列。1時間かかる。

大型バスで宿泊先の『ホテル・アトリウム』へ。

ホテル近くに夜ご飯食べに行く。ガイドの黄さんおススメ「ラッコクセ」。

タコ・エビ・ホルモンが入っているピリ辛のお鍋。釜山料理らしい) …ホテル戻り

## 10月18日(土) ソウル：くもり(道峰山(トボン山) P724m 地点：周回コース)

距離 7.7km ↗742m ↘728m

ホテル 8:00→コンビニで買い物&T-money カードにチャージ→地下鉄で移動→道峰山駅…行動食用のキンパ買う…登山口…道峰山…寺…道峰山駅→ソウルの繁華街をウロウロしながら夜ご飯のお店着(日本でいう、天ぷら?・ピリ辛ラーメン・ドンダリ粉の「いろいろ」みたいな豆腐?がお気に入りでした) …歩いてホテルへ

韓国ソウルのお山、去年の「北漢山」・「冠岳山」に続き、今年は残り3座「道峰山」・「水落山」・「仏岩山」に登って「ソウル5岳」を完登します。

まずは「道峰山」です。

昨年登ったソウル市内で最も標高がある「北漢山」のお隣にあります。縦走すると34km位になります。テント装備なのでしょうか?大きなザックを背負った方々も見かけました。「道峰山」単独でしたら気軽に楽しめます。

登山口の下にある登山用品店の充実振りや飲食店の多さから、とても人気のあるお山です。

ソウル市内のお山達は基本、「花崗岩」のお山です。なので、岩稜を外れることは出来ません。ですが、安全装備の「手すり」や「木の階段」がとても丈夫で手入れも行き届いています。

道峰山の山姿は大変個性的で、丸みを帯びた岩はとっても不思議で、山座同定の目標にもなります。

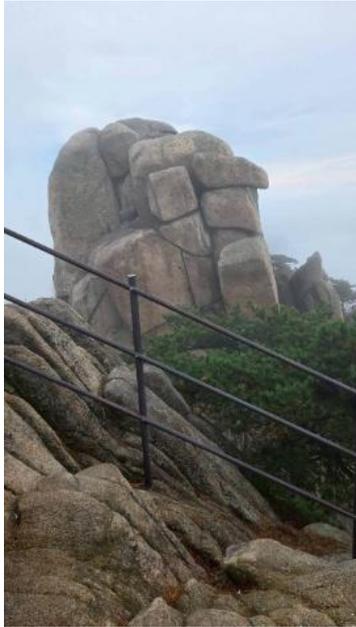
紅葉シーズンにはまだ早かったですが、白い花崗岩に赤く燃ゆるモミジのコントラストが非常に美しい場所もありました。

ガス・ガスでしたが、時折ガスが切れた時もあったので、「まあ良し!」とします。

道峰山(トボン山)の最高峰(紫云峰・紫雲峰)(739m)の丸っとした岩には登れません。P724m付近が山頂となります。

道峰山は「仙人峰」(708m)・「万丈峰」(718m)・「紫云峰・紫雲峰」(740m)を合わせて「道峰山(トボン山)」です。

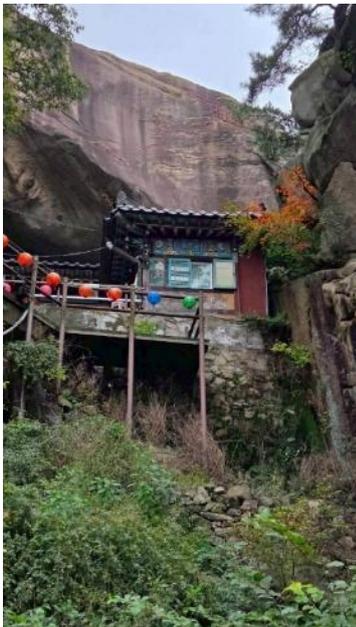
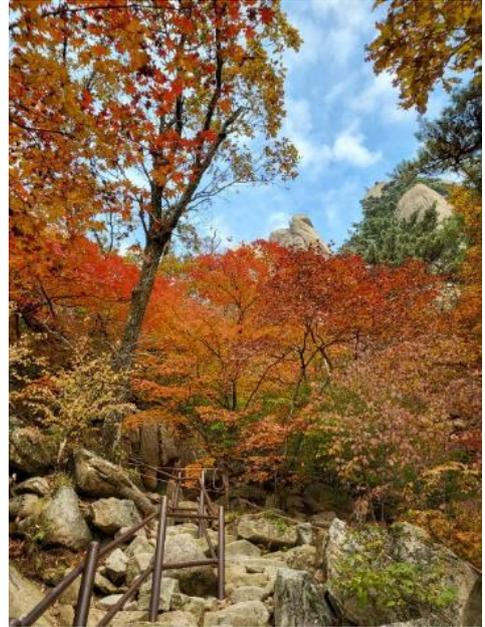
奇岩がとっても美しい、ダイナミックさを見上げるのも良し! 個性的な連なりを遠くからも楽しめます。



トボン山の本当の山頂



紅葉はこれからだった。2週間後、ゴンさんから写真が届いた



夕食。ズッキーニの天ぷらも美味しかった！

←崖っぶちの寺

**10月19日（日）ソウル：晴れ（水落山（スラク山）638m：周回コース）**

距離 7.8km ↗632m ↘647m

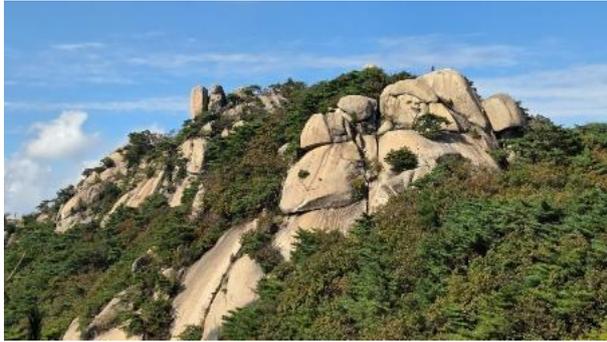
ホテル 9:00→地下鉄で移動→道峰山駅から乗り換え 1 駅で水落山駅…キンパ買う…登山口…水落山…寺…長岩駅→地下鉄で移動→夜ご飯のお店着（昨年、超美味しかった「ダッハンマリ」鶏鍋&これに韓国のビール「CASS」最高です）…歩いてホテルへ

ソウルのお山2座目「水落山」です。

お天気に恵まれました！

「スラクブルー」に花崗岩の白さが際立ち、とても個性的、かつ、それ以上の美しさがありました。道も変化に富んでおり、「次はどんな？」と楽しみが尽きません。

眺望も良きポイントが多く、低山とは思えない岩場のスリリングや登り甲斐、下り甲斐がありました。



この奇岩っぷりがたまらなくいい！



予約必須。ダッハンマリは鶏 1 羽の意味



山頂の売店 タイ焼きアイス大人気



下山も気が抜けません!!

10月20日(月)ソウル：晴れ(寒気団が近づいてきた朝夜は5℃)

(仏岩山(プラム山)508m：周回コース)

距離 5.4km ↗481m ↘476m

ホテル9:00…地下鉄で移動→上溪駅…(キンパ飽きた!) お店のパンを食べてみたい  
…登山口…仏岩山…仏岩山駅→地下鉄で移動→時間に余裕が出来たので「OLIVE YOUNG」  
…行って物欲のままにお買い物  
…手芸品の市場を見ながら夜ご飯のお店着(去年も食べた、甘めのプルコギと辛めの炒め物。葉物にくるんで食べる)  
…「7-11」へ。珍しいお菓子を求めて物欲のままにお買い物…歩いてホテルへ

3日目「仏岩山」です。

小さい山ですが、花崗岩の巨岩の魅力が堪能出来ます。中々登り応えのあるお山です。月曜日でもハイカーさんは結構います。

帰りの電車の中で、とても流暢な日本語を話す男性に「なぜ、マイナーな仏岩山に登りに来たのか?」と質問されましたが、「ソウル5岳」について話すと納得されたようでした。



この先は結構「舐めんなよ低山」だった 国旗の直下まで登りました 1年振りの再会♡ゴンさん

「北漢山」・「冠岳山」・「道峰山」・「水落山」・「仏岩山」のソウル5岳を完登することが出来ました。しかし！まだまだソウルには名峰が沢山あります！  
因みに水落山から仏岩山まで縦走すると（尾根続きじゃないから、一旦、下まで下る）18km だそうです。日帰りで2座可能です。



エゴマの葉っぱがお気に入りです!!



日本人仕様の甘めのプルコギ

### 10月21日（火）ソウル：晴れ（寒気団が近づいてきた朝夜は5℃）

（観光）

ホテル 9:00…歩いて手芸品の市場へ（色々な物が欲しくなる）  
…ホテル近くのお店でお昼ご飯（揚げ餃子&ジャージャー麺）  
→大型バスで空港へ→13:30 仁川空港  
…預けたスーツケースに問題があるらしく、「別室に行け！」となる  
…大韓航空 713 便 17:05→19:35 成田空港着…通関後、解散！

最終日、仁川空港で「預けたスーツケースに問題あり！」になってしまい、別室に行くことになりました。

相手はハングル語で、しかも書いてくれたメモもイマイチよく分からん…！  
で、結局、問題は「ヘッドライト」で、「リチウム電池仕様ではない…」と分かった、  
即OKになりました！ 安彦さん、ありがとうございました。



仁川空港にて（目的の山3座を登り終えて笑顔・エガオ・えがお・・・）

<参考> 小泉の9・10月山行記録

9月

6日（土）	埼玉県小川町の低山12座（新人歓迎会）	11km	↑782m	↓770m
7日（日）	埼玉県寄居町の低山7座（新人歓迎会）	7.6km	↑586m	↓534m
22日（月）	足尾山塊 中倉山～沢入山	13.4km	↑1127m	↓1127m
23日（火）	群馬県上野村 御巢鷹の尾根～大蛇倉山～高天原山 日航123便の墜落「昇魂之碑」の後ろに登山口。慰霊登山道となっていた。	6.8km	↑875m	↓876m
26～27日（金土）	鹿島槍ヶ岳～爺が岳	23km	↑2597m	↓2597m

10月

5日（日）	日光 太郎山	7.3km	↑1045m	↓1044m
	足尾山塊 横根山（雨）	1.4km	↑77m	↓78m
7日（火）	奥武蔵 日和田山～巾着田の曼殊沙華	6.0km	↑262m	↓262m
12日（日）	奥武蔵 飯能百名山など13座	19km	↑1394m	↓1318m
18日（土）	ソウル 道峰山（トボン山）	7.7km	↑742m	↓728m
19日（日）	ソウル 水落山（スラク山）	7.8km	↑632m	↓647m
20日（月）	ソウル 仏岩山（プラム山）	5.4km	↑481m	↓476m
27日（月）	奥武蔵 飯能駅⇒吾野駅16座	24.1km	↑1417m	↓1341m
28日（火）	奥武蔵 吾野駅⇒西吾野駅7座	17km	↑1288m	↓1225m
29日（水）	奥武蔵 西吾野⇒正丸駅16座	18.1km	↑1494m	↓1442m

以上

# 仏岩山に登頂して『ソウル5大名山全山踏破』達成

岳人あびこ 小島洋子

韓国の山1日目、道峰山（トボンサン）、2日目、水落山（スラクテン）、そして最後の山、仏岩山（プラムサン）に登ってきました。

1日目の山、2日目の山は、最初から岩山でありました。3日目の山は標高も508mと低いので、「穏やかな山」かと、「筑波山程度の山」を想像しておりました。

しかし、前の二山と変わらず岩山で、二山よりも緊張を強いられる山でした。

10月20日（月）、ホテルを9時に出発。登山ガイド2名の案内で地下鉄に乗り登山口へ。

10時頃到着。駅から道峰山や水落山が眺めることが出来ました。あんな陰しい山を登つたのだ…と、景色の美しさと完歩できたことにうれしく思いました。

さて、まずは「キンパ」を昼食に購入。この駅ではキンパの他に、パン屋、餅などがに並んでおりました。比較的安価で韓国の食品の安さに感動しました。

登山ガイドのリーさんの指導で、韓国式の準備体操をしてから歩き始めました。

最初は普通の登山道で和やかに、権さんを先頭に13名が歩き始めました。休憩時間にリーさんがチジミを持ってきてくださり、皆で食しました。とてもおいしかったです。

幼稚園から入り穏やかな登山道です。安心して歩いておりました。しかし、頂上までの30分はやはり岩でした。頂上に到着するのにロープで上がるしかありません。上がるのに緊張はしませんでした。下るときはロープをしっかりつかまり降りました。緊張の極みです。

お天気に恵まれて、ソウルの山に登られて感激です。

安彦さんはじめ、参加の皆さんありがとうございました。

全員無事に登れたことに感謝。



仏岩山山頂からの遠望



仏岩山山頂にて（ソウル5大名山全山踏破達成者）

# 韓国紅葉ハイキング

東葛山の会 嶋本 道子

昨年の韓国ハイキングに参加して、ソウル五岳のうちの二山、北漢山と冠岳山を歩き面白かったので、残りの三山、道峰山、水落山、仏岩山を歩き五岳達成をしたい…と思い参加させて頂きました。

空港からホテルまでのバスの中で、ガイドさんから「韓国も10日間も雨の日が続いていたが、明日からは天気になりそう…」との話で期待しました。

## 10/18 道峰山 (739m) 曇り

道峰山駅から登山口まで町中を通り昼食用にキンパ(4000W)を購入し、両サイドには出店がたくさん並び手袋などが3000W~8000Wで売っていました。

ノースフェイスやモンベルなどの山用品のお店がズラリと並び、横眼に見ながら登山口まで行きました。



道峰山山頂手前の広場で休憩（時々ガスが切れ、岩峰が見え隠れしていました）

歩き始めは日本の山と変わらないが、頂上近くになると高度感があり花崗岩の一枚岩の急な上りになり、しっかりついていた手摺りと梯子に頼り怖さを感じず上ることが出来ました。

いざ下りになると所々に、滑り止めの鉄の杭が打ってあったが浅かったので踏み外すと一気に滑り落ちそうで慎重におりました。

休憩していると猫がどこからともなく出てきて、ハイカーからおやつを貰っていました。

### 10/19 水落山 (638m) 晴れ

奇岩が沢山ある岩山で、水のきれいな溪谷沿いに一枚岩の下りはずうっと続き、手摺りはあるものの水がチョロチョロ流れ滑りそうで、安全第一でゆっくりあるきました。

汽車岩が有名らしいが登山禁止だったのででしょうか、私達は行かれませんでした。

### 10/20 仏岩山 (508m) 晴れ

一番簡単な山だと思っていたが、頂上手前の長〜い階段、大きな岩には太いロープの所があり上手く登らないと振られ下りは慎重におりました。

#### <振り返って>

◆ どの山も高度感とスリルがあり、頂上からはソウルの街を囲むように昨年登った北漢山などの山々を見ることができました。

◆ 登山は韓国の国民的スポーツ

らしく、登山口のトイレの近くには小さな公園があり遊具ではなく簡単なトレーニングができる運動具が設置されていました。そんな場所を何箇所か目にしました。

◆ 3日間の交通費は、泊まったホテルが中心街だったこともあり、全部で11,000W(約¥1,100)で、最も近い地下鉄の駅から40〜50分で登山口近くの駅まで行くことができます。移動時間もかからず、費用も安く簡単に岩山訓練が出来、羨ましいかぎりです。

◆ お昼を食べている時に現地の若者に声をかけられて、「今年の夏に日本のアルプスに行ってきた…」と言われましたが、特別な訓練をしなくても身近にこんな山があれば直ぐに登れると思いました。

◆ 昨年に続き、今年も韓国ハイキングを企画して下さった安彦リーダー、同行の皆様、大変お世話になりました。ありがとうございました。



仏岩山山頂にて

# ソウル5山ハイキングを終えて

ちば山の会 杉山喜代枝

昨年登った北漢山、冠岳山に続き、今回は道峰山、水落山、仏岩山に登ってきた。印象に残ったのは、昨年登った『北漢山の白雲台からのソウル市内の景色』と今回



北漢山を望む（仏岩山より）

の『水落山の脇を流れる沢の美しさ』だった。

水落山は、最初は歩きやすいハイキングコースだったが、山頂は花崗岩の巨岩の一枚岩で、急登階段、ロープありでロッククライミングゲレンデなみの処だった。

日本アルプスで韓国の人達がすいすい登れる訳が解った。

下山は一駅先の駅に向かって降りた。日本にあれば人気の沢となると思うほど白い花崗岩の美しいナメ床が続き、沢靴でトライしたい気持ちになる。

下山後のミョンドンダックで食べた鳥鍋はニラのたれで美味しく、締めのお蕎麦もお代わりした。ハイキングと美味しい食事を堪能しました。



水落山山頂にて（登山ガイド2名も一緒に）

# ソウル5岳を歩いて感じたこと

岳人あびこ 高橋芳恵

昨年に続き千葉県連海外登山「紅葉の韓国ソウルの山」に出かける機会を得ました。

昨年の北漢山、冠岳山に続く、より小さな山かと思いきや負けず劣らずの岩山で、「道峰山」などはより厳しい岩山でした。3座目の「仏岩山」は散歩程度の低山と伺っていたのですが、山頂までの大きな岩にロープが設置してあるだけのなかなかの山でした。どの山にも麓にはお寺があり、山中で読経が響き渡っているのも風雅なものです。「水落山」の麓には世界の山道具メーカーが軒を連ねており見て歩きました。ソウルの人たちは日頃から地下鉄に乗ってあちこちの岩山に親しみ、山好きの方が多いうなずけました。



道峰山山頂にて



水落山山頂にて

また危機管理体制、感染対策の在り方にも気が付いたことがあります。

地下鉄の中での一コマですが、若い男性の体調が悪くなり、ドア付近で嘔吐される出来事がありました。近くの人の中には席を立てて他の車両に行く人もありましたが、大勢の若者はビニールやティッシュ等渡し、手伝っていました。次の駅からは清掃係の担当者が乗り込んで清掃、消毒を手早く行い、下車していきました。電車内のカメラで異常を察知して担当者が対応した…とのこと。車両内のモニターは常に異常事態に備えてコックをひねってドアの開け方を表示していました。ソウルは川を挟んで北朝鮮、湾を挟んで北京が位置しているための緊急時の備えが日常的に行われている

のです。まさに大陸と島国との違いでは…と思われました。

山の中はどの山も標識が整備され、案内も明示されていますが、ローマ字表示が少なく、ハングルのため外国人には少し分かりにくい点もあります。トイレはどこも清潔で中にはエアータオルに紫外線がついて消毒できるものもあり、下山時の「エアシャワー」もほこりや種子類を払うためにも、良い工夫だと思いました。

今回、県連の13名の仲間と旅し交流させていただきましたが、「キルギスに行ってきたのよ」、「月末からはネパールへ」と同年代の皆さんが意欲的に海外を旅されている話を伺い、コロナ後、「ソウル5岳」に旅したことで、「また海外に出かけたい…」という大きな力を与えてもらった…」と感謝しています。

# 韓国ハイキング（2025. 10. 17-21）に参加して

東葛山の会 中野 健一

今回初めて、国外の山行に参加しました。私はこのところ普段の山行にも参加出来て無かったこともあり、リーダーの安彦さんの他は皆女性陣で緊張？しましたが、空港での出発時から皆に温かく迎え入れて頂き安心してました。

韓国での1つめの山「道峰山/トボンサン」へ続く林道では、歩き始めて程なく頭上から「ガサッ」という音がして首をすくめたら、次の瞬間には「ドサッ」という音です。驚いて後ろを振り返ってみると、足元近くに直径10cm程度で結構な長さの枯れ枝が落ちてきたようです。いきなり「韓国の山の神様の洗礼か…」と焦りましたが、直撃されなくて助かりました。

ホテルに戻ってから、後ろを歩いていた安彦さんから「落ちた枝を片付けた際にずっしりと重かった…」とお聞きしました。「当たっていたらダダではすまなかった…」と思うとゾッとしました。

頂上付近は、話に聞いていたとおりの急な岩山でしたが、階段と手すりが整備されていて「安心して登れる山」という印象です。紅葉はこれからだったこととガスがかかっていて眺望は残念でしたが、途中「ネコ」がいたり「奇岩」や「お寺」等もあって楽しく歩けました。

ソウルは雨が続けていたようですが、翌日・翌々日の「水落山」/スラクサン」と「仏岩山/プラムサン」は天候にも恵まれてラッキーだったかも知れません。ソウルの高層マンション群と「北漢山/プッカサン」等が間近に見えてこれまでにない構図に感動です。



山では、「先週日本の立山や大日岳に行ってきた…」という韓国の若者や、「かつて日本に居た…」という年配の韓国の方から日本語で話を聞くことも出来て韓国を身近に感じられたことも収穫でした。

山行中、他の山の会の皆さんともお話し出来たし、案内して頂いた路地裏の料理店での夕食等も思い出に残りました。



また、最終日には家族から依頼のあった「買物ミッション」も達成できて満足です。

山行企画の安彦さん、ご参加の皆さま、通訳ガイドのファンさん、登山ガイドのゴンさん・リーさんにもお世話になりました。深く感謝いたします。



# 韓国：紅葉ハイキング感想

茂原道標山の会 西濱千恵美

この度、初めて海外の登山に参加させて頂き、安彦さんはじめ参加された皆様には本当にお世話になりました。感謝しかありません

いろいろナリスクを乗り越えて…と言ったら大袈裟ですが、本当に行けたことにうれしく思っています。

日本でヤママップを入れていきログを取りましたので、正確ではないかもしれませんが、書き加えておきます。

## <1日目> 道峰山:

**6.2km 登り794m 下り811m**

残念ながら曇り空で少々景色が見えない…とあったことがありましたが、時々雲が切れて山が見えた時はとても大きな岩というか日本とはちょっと違った雰囲気の良い岩が見事でした。

お寺が途中にあり、お経が聞こえてきました。

そして、頂上が近くなるにつれ岩登りが急になりました。

お昼のキンパが美味しかったです。日本で売られているものよりご飯が少なく具沢山でした。



## <2日目> 水落山

**7.5km 登り691m 下り711m**

この日はとても良い天気で、準備体操をしてから登山を始めました。

ガイドの方が途中で栗をたくさんゆでてきてくれてみんなで食べました。

この山も岩が大きくて頂上には韓国の旗が立っていて不思議な感覚でした。

晴れていたなので、眺望もよく韓国の町の様子がよく見えました。

白いマンションが昔の日本の団地のよう(数はとても多かった)でした。

### <3日目> 仏岩山

4.8km 登り581m 下り595m

この山は上でゆっくりできました。頂上の岩が割と平らなところが多かったです。最後の頂上へはロープワークで一人ずつ登り、降りるときは、ほぼ懸垂下降でした。とても楽しかったです。

この日はガイドさんの奥様が作ってくださった「キムチチヂミ」と「にらチヂミ」をいただきました。家庭料理を感じてとても美味しかったです。

この山も昨日と同様360度の眺望が良かったです。



仏岩山からの眺望（北漢山とビル群）



仏岩山山頂

### <全体を振り返って>

- \* 3日間とも夕食はガイドさんの案内でお店に行き韓国料理を堪能しました。
- \* 地下鉄に乗って行ったのも良かったです。より韓国を感じることができました。
- \* ホテルの朝のバイキングもとてもおいしくて、きちんと食事をし、毎日元気に登山ができました。
- \* 他の会の方とも交流ができたのも大きな体験でした。

「次も可能なら参加できるといいな…」と思いました。

# 韓国ハイキングツアーに参加して

茂原道標山の会 密本 美恵子

10月17日～21日、4泊5日で初めての県連海外ツアーに参加させて頂きました。パスポートの期限はとっくに切れ新たにパスポート申請。久しぶりの海外、初めての海外登山に申込みはしたものの不安でしたが、事前に安彦さんよりメール説明、鎌ヶ谷市中央公民館での事前説明会、また1週間前にはオンライン説明会を開催頂き、本当に親切丁寧な説明を受け安心して参加する事ができました。

事前に両替、T-moneyカード（日本でいうスイカ）の購入チャージ等、至れり尽くせりの細かい準備をして頂き、現地でも更に安心しました。

## <10/17（金）>

成田空港北ウイング4F出発ロビーに11:00集合。旅慣れた気さくな皆様とお会いし更に安心。

ちょっと出発が遅れ、大韓空港14:30仁川行きに搭乗。仁川空港には予定どおり16:30過ぎに到着。長い列で手続にかなり時間を要した。

入国審査も終わり17:30頃無事に現地通訳のファンさんと合流！！とっても優しく可愛くユーモアたっぷりのファンさん、これから5日間よろしくお願ひします。

ファンさんお勧めの路地裏の美味しいお店で夕食を済ませ、とても綺麗な「ホテルアトリウム」でこれから4連泊。ひとつ難点は、水洗トイレだが紙が流せないこと、それ以外は清潔でとても居心地の良いホテルでした。

## <10/18（土）> 曇り 道峰山（ドボンサン 739m）

6:00起床。7:00ホテルで朝食。現地ガイドのゴンさん（日本語OK）とリーさんと合流して8:00出発。地下鉄に乗り道峰山に向かう。両脇に並ぶお店を見ながらお目当ての昼食用にみんなでキンパを購入。



道峰山は、標高は低いが山頂直下はつるつるの岩場もありなかなか手強かった。山頂からの展望はなく肌寒い。早々に下山して途中で昼食のキンパを食べた。美味しかった！でもこれが2日、3日と続くと飽きないかなあ…と思った。

道峰山では登山道に沢山のまるまる太った猫に出会えた。猫好き人間にとったらたまらない。昼食中、猫にキンパをあげたら嬉しそうにくわえて行った。

## <10/19（日）> 晴れ 水落山（スラクサン 638m）

6:00起床。7:00ホテルで朝食。9:00出発。昨日同様、地下鉄で水落山登山口

のある駅に向かう。

登山口の近くには健康維持の為の器具が設置されていて各々楽しんだ。

リーさんの号令で何とも愉快的な準備運動をする。普段している準備運動と違いハード。リーさんの額に登山前から汗。聞くところによると、リーさん、とうに還暦過ぎているらしい。たまにリーさん息切れ。リーさん無理しないで…。

準備運動を済ませ途中でキンパを買い水落山に向かう。

昨日の道峰山と同様山頂直下は勾配のある岩場、山頂には韓国の国旗、眼下にはソウルの街並みが綺麗に見えた。

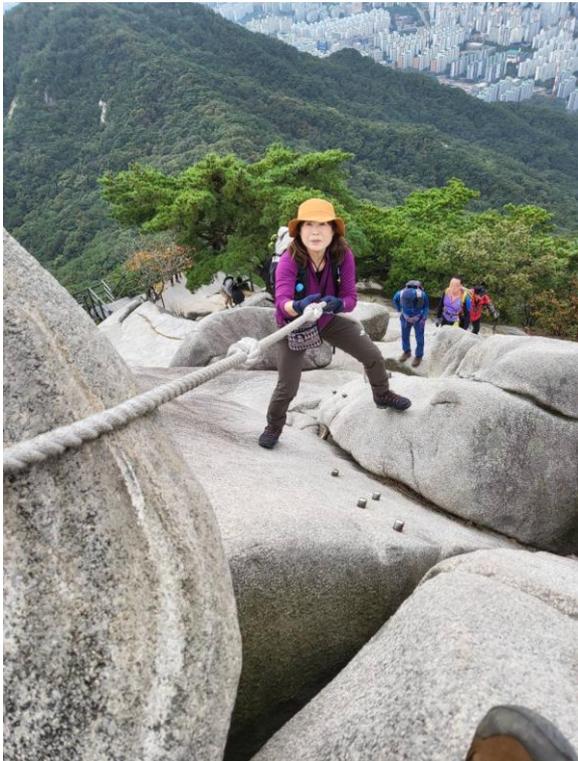
今日のお昼もキンパ。昨日のキンパとは味が違いこれもまた美味しい！ 翌日もキンパを食べる事になるわけだが、帰国してからも1週間ほどキンパが恋しく無性に食べたくて仕方なかった。

### <10/20(月)> 晴れ 仏岩山(プラムサン 508m)

6:00 起床。7:00 ホテルで朝食。9:00 出発。

今日は3座目。最後のハイキング。この頃になると皆さんとの別れが名残惜しくなる。

ゴンさん、リーさん、ファンさん、皆さんと最後のハイキングを楽しもう！



仏岩山山頂(権さん、李さんと一緒に)

← 仏岩山山頂への最後の難所を登る

仏岩山も508mの低山とはいえ、山頂直下は岩場で、ロープで登り下りした。

ゴンさん、リーさんに安全確保して頂き全員無事に登頂。

3座とも変化に富んだとても楽しい山だった。

山頂近くで今日もキンパの昼食。3日続けてのキンパだが美味しい！ 完食。

リーさんの奥さんが早起きして作ったという「ニラとキムチのチジミ」を沢山ご馳走になった。こちらも愛情たっぷりのチジミ美味しく頂きました。

皆さんの人柄に触れ、ゴンさん、リーさんとは今日でお別れ、更に名残惜しく感じる。

### <10/21 (火)> 晴れ 帰国

6:00 起床。7:00 朝食。9:30 市場へお買い物。徒歩で出発。

本日はファンさんの案内で市場へみんなでお買い物。家族からのお土産の注文があり無事にゲットできた（お箸とスプーン）。使用感好評だった。

一步入った路地裏の間屋街。狭い通路の中央には屋台があり食事をしていた。日本では考えられないが、「韓国の文化なのだ…」と感じる。

昼食で、ファンさんお勧めの日本とは違った味の「じゃじゃ麺」を食べ、ホテルに戻り荷物を引き取り、来た時と同様の大型バスで仁川空港に向かう。空港でファンさんにお見送り頂き、大韓空港 17:05 発で成田へ帰国の途につく。



ホテルロビーにて（黄さんと一緒に）

5日間通してご一緒頂きました安彦さん始め、東葛山の会（6名）、ちば山の会（3名）、岳人あびこ（2名）、誘ってもらった西濱さん、皆様本当にお世話になりありがとうございました。皆様のお人柄に触れ沢山学び、たくさんお話しをさせて頂き、たくさんの気づきもありました。

19日、水落山で足が交錯、転倒してしまい、左すねのやや深めの擦り傷と打撲をしてしまいました。血が止まり大した事はないと思っていました。帰り際の車内であびこの高橋さんに傷の軟膏、ちば山の杉山さんに傷パットをわけて頂きました。ホテルで傷口をみたら思いの外深く、まだ少し血が止まっていなくズボンに血だらけ。軟膏と傷パットを頂いたおかげで傷口の治療ができ翌日には出血も止まり支障なく登山を続ける事ができました。帰国後の傷も早く治す事ができました。本当にありがとうございました。

また、楽しかった韓国ハイキングツアーを企画頂きました安彦さん、ご一緒頂きました皆様ありがとうございました。またひとつ楽しい思い出ができました。

# 2024 & 2025 韓国：紅葉ハイキングを振り返って

2024年10月18日(金)～21日(月)、2025年10月17日(金)～21日(火)



北漢山を松林の間から望む 2024



北漢山を背に 2024



冠岳山山頂 2024

ビール『Cass(カス)』が旨い!



仏岩山山頂にて



水落山を背に大きな岩の上で



불암산 Buramsan 佛岩山 プラムサン

地下鉄『仏岩山駅』



国鳥『カササギ』

OLIVE YOUNG

乾杯!



霧の道峰山山頂にて



家族・友人等からのミッション達成に…  
そして自分にも…

## 県連活動予定表

12月		
1月		
日付	曜日	県連活動予定
1	月	
2	火	
3	水	
4	木	
5	金	講習会「高齢者の栄養とトレーニング」
6	土	
7	日	大雪
8	月	
9	火	全国海外委員会(ZOOM) 19:30
10	水	
11	木	役員会 (ZOOM) 19:00-21:00
12	金	
13	土	
14	日	
15	月	韓国ハイキング思い出交換会Zoom19:30
16	火	
17	水	
18	木	理事会 (船橋) 19:00-20:45
19	金	
20	土	
21	日	
22	月	教育遭難対策委員会(ZOOM) 冬至
23	火	
24	水	
25	木	海外委員会 (ZOOM) 19:30
26	金	
27	土	
28	日	
29	月	
30	火	
31	水	

日付	曜日	県連活動予定
1	木	元日
2	金	
3	土	
4	日	
5	月	小寒
6	火	
7	水	
8	木	役員会 (ZOOM) 19:00-21:00
9	金	
10	土	
11	日	
12	月	成人の日
13	火	全国海外委員会(ZOOM) 19:30
14	水	
15	木	理事会 (ZOOM) 19:00-21:00
16	金	
17	土	関ブロ：古賀志山登山道整備見学会
18	日	
19	月	
20	火	大寒
21	水	
22	木	機関紙委員会 (ZOOM) 19:30
23	金	
24	土	
25	日	
26	月	教育遭難対策委員会(ZOOM)
27	火	
28	水	
29	木	
30	金	
31	土	

### 事故発生時の連絡先

各委員会は、25日までに予定を連絡ください。

●事故一報は事故発生後1ヶ月以内に！

●全国連盟と県連教育遭難対策委員会の両方にメールまたはファクスで！

全国連盟事務局

メール： jwaf@jwaf.jp

ファクス： 03-3235-4324

県連教育遭難対策委員会

メール： itou2385@yahoo.co.jp (伊東)

メールのみとします

### 連盟費の振込先はこちら！

郵便振替口座 00160-3-481509

(ゆうちょ銀行 〇一九店 口座番号0481509)

千葉県勤労者山岳連盟

発行者： 千葉県勤労者山岳連盟

発行責任者： 安彦秀夫

住所： 〒261-0013 千葉市花見川区幕張本郷 1-29-18 レジデンス幕張台 101号室

電話： 043-306-1190

E-mail： rousanchiba@grape.plala.or.jp

HP： <https://www.cwaf.jp>

**事務所に常駐者はいません**