

# 矢板岳友会 総会 と 忘年会

日時 令和7年2025年11月15日(土)

於 「小滝鉦泉」

まずは例会

山行計画

- ・ 11/17 古賀志山 植木、新井
- ・ 11/29 講演会 雪崩に遭わないために 黒羽ピアートホール 増渕、植木
- ・ 11/30 雪崩講習会 秋の編 増渕、植木
- ・ 12/6～7、9～10 ASSH AvaSAR 代々木 増渕
- ・ 12/13 岳連 全体会 東、増渕、植木
- ・ 12/17～21 Avalanche 東北 研修会 植木
- ・ 12/20～21 Avalanche 東北 AvaSAR 鳥海・八幡 植木
- ・ 12/17～18 ASSH AvaSAR ネコマ 増渕
- ・ 12/20～21 ASSH AvaSAR 水上 増渕
- ・ 12/27～28 BlueMoris スノーハイク講習会 月山 植木
- ・ 1/8～9 SAJ 指導員研修会 エーデルワイス 植木
- ・ 1/14 WILD-1 雪崩講習会 宇都宮東店 植木
- ・ 1/23～25 JMCSA 積雪期レスキュー講習会 増渕
- ・ 2/7～8 岳連 指導員研修会 那須 増渕、植木
- ・ 2/8 雪山講習会 那須 増渕、植木
- ・ 2/11 WILD-1 雪崩講習会 Wild Field 植木
- ・ 2/28～3/1 ASSH AvaSAR 水上 増渕、植木
- ・ 3/14～15 ASSH AvaSAR ネコマ 増渕、植木

## 1. 総会 15:00～

(ア) 会長あいさつ

(イ) 今年度の行事

- ① 今年度の山行 伊藤さんが毎月まとめて下さいました。
- ② 釈迦ヶ岳山開き
- ③ 登山教室 ・ 雄国沼・霊山
- ④ 笹刈り ・ 笹枯れでやる必要なし 道迷い防止のなんかをしてくる。通行止(12/2 火)前に
- ⑤ 夏合宿 ・ 未実施
- ⑥ 秋合宿 ・ 未実施
- ⑦ その他 ・ 日光マウンテンランニング大会 完走者:西脇、須藤、矢板、遠藤

(ウ) 会計報告 (令和6年11月16日現在)

足利銀行 (普通)	309,889円	←	248,080円
遭難対策費 足利銀行 (普通)	363,263円	←	321,237円
足利銀行 (定期預金)	535,052円	←	535,028円

J A しおのやから2月28日に足利銀行に変更

10月31日に利子変更に伴い、積み替え

(エ) 山行記録 ホームページによる

(オ) 遭難対策  
 第1次メンバー 吉野・斎藤常・増渕・久保・植木  
 リーダー 吉野  
 広報担当 久保  
 第2次メンバー 東・倉俣・君島・佐藤

(カ) 担当

・会長	吉野	→		
・総務・会計	久保	→	・遭難対策	斎藤常 →
・CL	西脇	→	・山岳共済	佐藤 →
・SL	増渕	→	・装備	倉俣 →

(キ) 登山教室

R8（2026）登山教室 … 霊山で初参加が多かった。

初級者向けの山行がいいのではないかな。

先生の説明が後ろの人には聞こえないので、ハンドマイク

鎌沼あたりはどうか。ゆっくりお話を聞きながらと

道が狭いとまとまっちゃうのでうまくない。

大江湿原とか。御岩神社（日立）とか。

(ク) 2026度(R8) 高原山 山開き 5月24日（日）（5月第4日曜日）の予定

(ケ) 学習会 特になし

(コ) 山行計画（案）

月	山 と 担当	
1		
2		
3	大佐飛山(雪上テント泊)	
4		
5	鳥海山(山スキー・山菜)	
6		
7		
8	白根三山（南ア）	
9	飯豊山 縦走(要体力限定)	
10		
11		
12		

2. 忘年会 18:00～

皆さんの近況報告です。2025年11月15日

忙しい中、多くの皆さんが文章を寄せてくださいました。ありがとうございます！（到着順）

・伊藤さん

今年は思った以上に山スキーに行くことができて大満足、鳥海山は残念でしたが。6月、登山での御池～会津駒ヶ岳の雪上歩行は凄く気持ち良かった。7月恒例？倉俣さんとの山行、白馬大雪渓そして不帰嶮、暑さには参ったがビールは美味しかった。倉俣さん、来年もお願い致します。飯豊山に2回行けたが、縦走ができなかったので来年は必ず。山小屋でのジンギスカン山行、またやりたいですね。体の回復が遅くなってきているので、北海道の大雪山とトムラウシ山は行っておきたい。近年、7月中旬で既に真夏日なので沢へ行く回数を増やしてみようかなと思っています。

・鈴木さん

一年を振り返って

山スキーは南会津・桧枝岐を中心に登頂にこだわらず安全第一で楽しませていただきました。今までは、連れて行ってもらおうという場面が多かったのですが、今シーズンはパーティーメンバーと主体的にリスクを分析し慎重に判断できたと思っています。先輩方のご指導の賜物だと感じております、本当にありがとうございます。

良かった山行は、中門、数年ぶりの御神楽沢のボトムはしびれました。来年もコンディションを見ながら行ってみたいものです。夏山は、若いころは、早く遠くへという志向が強かったのですが、鍋をやったりジンギスカンをやったり、様々な趣向を凝らして楽しみました。ド快晴の剱沢で贅沢な2泊、静寂の北飯豊でのジンギスカンとなべ。飯豊全山縦走は中止にしましたが、ほぼやりつくしました。

来シーズンに向けて

体力の衰えをだましながら、やっていくのかなと考えています。厳冬期は、南会津・桧枝岐を中心に、八甲田も視野に入れつつコンディションのよいところへ。春は、鳥海山。願望は、飯豊(本社の沢、頼母木小屋前)。夏は、ジャンダルム(深澤さん、よろしく!)、幌尻あたり。秋は、飯豊全山あるいは柵海新道。行きたいところは、まだまだ沢山あります。事故がないよう安全第一で、気力と体力が続く限り楽しみます！

・深澤さん

1年間を振り返ってみると、今年が多雪の冬から始まり、スキーヤーの自分にはこの上ない日々でした。桧枝岐周辺をメインに伊藤さん・鈴木さん達との協働のもと、自分としては結構冒険をした気がします。なんととっても桧枝岐5サミット登頂を2番目に達成出来たのは最大の収穫かも（村内商品券1万円ゲット）。初夏から真夏にかけては異例の猛暑で、登山どころか源流釣りをする気力も失せてしまいました。そのなかでも初の剱岳・立山は天気にも恵まれ大満足でした。鈴木さんありがとうございます。ジャンダルムもよろしく。

最近は毎週キノコとりにいそしんでますが、2回クマを見ました。栃木県内では餌のドングリは豊富らしいですが、北東北は凶作のようで連日痛ましい事故が連発しております。どうぞ皆さんも十分に注意して下さい。ちなみにキノコはなんと大本命のホンシメジ以外は不作です。あとは残り少ない秋を可能な限り堪能しながらスキーシーズンを待ちます。そして来年も怪我・病気の無いよう過ごせてたまに山に行ければ幸福です。

・須藤さん

足利3年目の須藤です。学校祭と総会忘年会が重なってしまい不参加となり大変残念です。今年は梅雨時期に植木さんで行った駒止湿原、田代山のワタスゲが印象に残っています。綿がふわふわで風に揺れていてたくさんあって嬉しかったです。民宿松源でゆったり&ご馳走&燵の湯も最高でした。また、桧枝岐アラウンド5達成された先輩方、おめでとうございました！（インスタでチェックしました。）夏休みの始まり7月下旬から1日30分程度運動をしています。直近の目標として、11/9に日光トレランショートコース(15キロ)にエントリーしているので完走を目指して頑張ります！

・増淵さん

父親も年を取り、私が地域の行事に出たり、田んぼや実家周りの草刈りをするようになり夏場は遊んではいられません。空いた時間には孫を公園やキャンプに連れて行ったりしています。

JMSCAの遭難対策委員会WEB会議や講習会の段取りや講師を務め、全国委員長会議などに出席。栃木県山岳・SC連盟の遭難対策委員長としても年間8回ほどある各講習会に携わったり、日光や那須のクリーンキャンペーンに協力したり、月1の理事会にも出来る限り出席しています。登山での事故や県内の山の危険個所があれば踏査などを行い注意喚起しています。

南東北雪崩研究会の会員として、ASSH北海道雪崩事故防止研究会の栃木講演会の各種手続きや段取りも

植木さん共々活動しています。ASSHが谷川やネコママウンテンでAvaSAR講習会を開催するときは講師として招集されています。那須山岳救助隊として時折那須のパトロールをしたり、訓練をしたり、各関係機関と登山道整備、登山道踏査をしています。

近年は、仕事の重量物運搬作業も減り、那須のパトロール程度しか山歩きしないので、過去最高体重を記録しました。これではいけないと、9月から仕事終わりにスポーツジムに通い始めました。そうしたら、時折でていた坐骨神経痛もなくなり体調が良いです。

#### ・久保さん

先日の登山教室に参加していた皆さんありがとうございました。参加者から希望がありましたので、来年の登山教室は、7月に裏燧林道から三条の滝を計画したいと思います。よろしくお願ひします。

#### ・梅原さん

仕事の為、欠席します。この所、余り山は歩いていませんが、時々、休みの日に1～2時間程度のハイキングをしています。

#### ・中野さん

今年は良い雪の1月から始まりましたが、5月位までちょっと大変な仕事に囚われて山から遠ざかっていました。そうこうしているうちに肩に激痛、腰に魔女の一撃、夏くらいから良くなるはなりましたが、今度は膝、と故障に見舞われ続けています。それでも、夏には山初級の友人を奥穂に、釣り好きの友人を黒部源流に、一時は諦めた沢登りも前川大滝沢をはじめ6回ほど行けました。例年、秋は走る季節でしたが、今年は膝の痛みにより走れず、楽しみにしていた日光マウンテンランニングも泣く泣く諦めです。今は膝をちゃんと治して冬山に備えたい。そのような状況です。

11月24日立山雷鳥荘予約済み

12月31日、1月1日、かぐらスキー場和田小屋予約済み

実は来年60歳となり、職場での立場が若干変わります。現状の生活を続ける事を希望してはいますが、もしかすると茨城に異動とかいう可能性もゼロではないため、今のうちに食欲に栃木を満喫しておこうという計画の元、三斗小屋温泉に行ったり加仁湯温泉に行ったりもしています。身体の故障に加えて今年は車も壊れスマホも壊れました。仕事も大変な時がありましたが、どんな状況も楽しもうと思えば楽しめると思っています。

また、この山岳会もそうですが、自分の世界を広げるために知らない世界に飛び込み続け、様々な方々と交流し、経験を積み重ねていければと思います。人生は一度きり、やりたい事はやれる時に。よろしくお願ひします。

#### ・小川さん

今年は休会しておりますが、メーリングリストでの活況拝見させていただいております。ギャラリーもオープンしてこれで丸2年、自分の写真展示を立て続けに4回開催。今秋の5回目の展示より自分以外の人を呼んでの展示を行うようになりました。先日は近隣の若手芸術家と知り合い、来年以降ですが、ギャラリーで展示をしてもらえることになりました。まずは来春、知り合いの漆芸作家の個展をし、徐々にいろんな人の展示をするようになればと思います。

その一方…9月に筋トレのせいか、左ひざを痛めて正座も出来ず、という状態になりました。骨関節に異常もなく、なら鍼にと行きましたがハズレ・・・全然改善しない。自分でお灸をして、ようやく快方に向かいつつあります。正座やウォーキングはだいぶ出来るようになりましたが、まだ自転車に乗るのは負担が大きいようです。歩けないといろいろと不便が大きくて、困りますね…。来年も元気に活動できるよう、まずは膝が治るのを心待ちにする晩秋です。

#### ・平松さん

滑走シーズン終了後はオフトレ兼ねての夏山、日帰りがほとんどでしたが自分なりには良いペースで歩けたかなと、前から行きたかった越後の山々も歩けたしので、平標山の稜線良かったなあ秋も歩きたかったですが…。飯豊縦走は行けなかったのが心残りですが、最近では重荷が辛く感じるの、もう行けないかもですね。9月中旬からは粟島テン泊釣行、佐渡釣行を楽しんでいます。釣果は先月下旬から鰻登りでして今月までは楽しめるかなと。そろそろ冬滑走ですね、年齢もあるので、今までやったことが8割位できれば良いかなと。大戸沢は5回位は行きたいなと思ってます。

#### ・佐藤さん

坐骨神経痛とギックリ腰が出て以来、日帰り登山で様子見していました。今年は久しぶりに飯豊と考えましたが、泊まりとザックの重量に躊躇して行けずじまいでした。残雪と高山植物の飯豊に来年は行けるよう体力維持に努めたいと思います。



突破・制限時間内にゴールしました！キツかったー！

仕事の方は、お客様からの紹介が多く、暇な時というのではなく忙しい日々でした。5件仕事こなしたら8件に増えてるみたいな、嬉しい悲鳴です。こういう時こそお得意様を大切にしたいのですが、なかなか手が回らなくなってきており、どうにかせねばと考えております。あと、ここ4~5年ほど腰の具合がずーっと悪く、植木さんに倣って今のうちにメンテナンスせねばと思います。来年は残雪の大佐飛山と飯豊、槍ヶ岳、鳳凰三山、白峰三山あたり歩きたいです！あと、山岳指導員のお手伝いも。