

東京トレッキングクラブ

T. T. C. **会 報** 2015年 **12**月号

会長：阪本弘二

<http://www.tokyo-trekking-club.jp/>

《 12 月の山行計画 》

No. 3, 206 道志～大室山 < B > L 山田広子

上部にブナの美林があります。冬もしっかり歩きましょう。

12月5日(土) 7:26 高尾発小淵沢行=7:51 藤野=タクシー約40分久保バス停 8:40 歩き出し-1時間10分久保分岐-2時間大室山-1時間犬越路-1時間20分用木沢出合-30分西丹沢自然教室

歩程：6時間+50分……6時間50分 15:30 西丹沢自然教室に着く。

地図：昭文社“丹沢”

費用：約4,000円

申し込み：12月3日(木)までに電話、FAXでリーダーへ。

備考：日没が早いのでヘッドライト必携。

No. 3. 207 狭山丘陵の谷戸と湿地からミカン園へ L 中神琳枝

狭山丘陵の谷戸からミカン園へ。紅葉とミカン狩りを楽しむ。

12月6日(日) 9:17 西武拝島線東大和駅発バス青梅車庫行=9:35 長円寺 9:40 歩き出し-40分六地藏-15分赤坂谷戸-15分三本入谷戸-20分日野出谷戸-15分後ヶ谷戸-5分下田ミカン園-20分三ツ木

歩程：2時間10分+2時間20分……4時間30分 14:10 三ツ木バス停に着く。

地図：2.5万図“所沢”

費用：約1,100円

申し込み：12月4日(金)までに電話又は葉書でリーダーへ。

No. 3, 208 本仁田山平石尾根から花折戸尾根 < B > L 飯田隆一

12月12日(土) 6:46 新宿発ホリデー快速奥多摩行=7:15 立川=8:21 奥多摩駅 8:35 発東日原行バス=8:45 大沢 8:50 歩き出し-40分 12号鉄塔-50分 平石山(1,075m)-55分 本仁田山-30分 チクマ山(1,040m)-40分 669m点-35分 鳩ノ巣駅

歩程: 4時間10分+1時間30分……5時間40分 14:30 鳩ノ巣駅に着く。

地図: 2.5万円 “奥多摩湖” 昭文社 “奥多摩”

費用: 約3,000円

申し込み: 12月10日(木)までに電話、FAX、SMSでリーダーへ。

No. 3, 209 松陰神社から豪徳寺のウォーキング L 飯田隆一

大河ドラマ「花燃ゆ」でゆかりの松陰神社(吉田松陰)と豪徳寺(井伊直弼)を歩きます。

12月16日(水) 10:00 田園都市線三軒茶屋駅改札口集合 10:10 歩き出し-目青不動尊-キャロットタワー-松陰神社-世田谷城址公園 -代官屋敷-世田谷八幡宮-豪徳寺-小田急線豪徳寺駅

歩程: 2時間30分+1時間30分……4時間

地図: 当日参加者にお渡しします。

費用: 約1,000円

申し込み: 前日までに電話、FAX、携帯SMSでリーダーへ。

備考:

No. 3.210 熊の山・陰陽山 <C> L 阪本弘二

日没の早いこの時期にゆっくりと日向ぼっこはいかがですか。

12月17日(木) 7:03 上野発勝田行=9:02 水戸 9:22 水戸発郡山行=10:17 下小川 歩き出し 10:30-平山橋-1時間 50分 熊の山-1時間 20分 下小川 15:56 下小川=16:03 山方宿 宿の送迎車 湯の沢鉱泉泊 茨城県常陸大宮市山方4849 TEL 0295-57-3794 一泊二食¥9,500

歩程: 3時間10分+1時間……4時間10分 14:40 下小川に着く。下小川に早くおりられれば14:11 下小川=14:19 山方宿の電車があります。

12月18日(金) 湯の沢鉱泉 9:30 歩き出し-40分 陰陽山-1時間 20分 山方宿

歩程: 2時間+1時間……3時間 12:30 山方宿に着く。13:01 山方宿=13:48 水戸 14:01=14:44 土浦 14:46=16:03 上野

地図: 2.5万円 “山方、大中宿、上子瀬”

費用: 約16,000円

申し込み：12月5日（土）までにハガキ・TEL・FAXでリーダーへ。

備考：秘湯を守る会スタンプ帳をお持ちの方は忘れずに。Lは柏から乗車します。

No. 3, 211 ^{りゅうがいさん} 龍崖山 <C> L 高橋輝男

12月20日（日）西武池袋線飯能駅北口9:00 集合

9:10 歩き出しー30分もみじ橋ー25分ゆうひ山公園ー20分あさひ山展望台ー20分龍崖山公園ー40分龍崖山ー25分金蔵寺ー20分割岩橋ー15分飯能駅

歩程：3時間15分＋1時間30分……4時間45分 13:55 飯能駅に着く。

地図：2.5万図“飯能”

交通費：約1,000円

申し込み：12月18日（金）までに電話（19:00～21:00）でリーダーへ。

備考：「西武池袋8:05 快速急行長瀬行＝8:50 飯能」、又は「西武池袋 7:50 発快速飯能行＝8:47 飯能」が便利です。

No. 3, 212 見通尾根～三ノ木戸山～十二天尾根 L 五十嵐知也

12月23日（水・祝）6:46 新宿発ホリデー快速奥多摩行＝8:21 奥多摩8:35 発東日原行きバス＝寺地 8:45 歩き出しー将門神社跡ートバノ十二天ー三ノ木戸山ーオキノ十二天ー大沢バス停＝奥多摩駅

歩程：約5時間＋1時間……約6時間 14:45 大沢バス停に着く。

地図：2.5万図“奥多摩湖”

費用：約2,000円

申し込み：前日までに電話又はCメールでリーダーへ。

《 9月の山行報告 》

No. 3, 181 白谷沢（沢歩き）から棒の折山 <C>

天候不良の為中止しました。

No. 3, 182 鳥海山

参加者なし為中止しました。

No. 3, 183 光岳・池口岳 <A>

リーダーの都合で中止しました。

No. 3, 184 二居峠～貝掛温泉 飯士山 <C>

パーティ：女性 11 名／男性 3 名 計 14 名

9月11日(金)曇。湯沢で予定より1本早いバスに乗れ、1時間早く二居田代スキー場に着く。宿場を見物しながらゆっくりと旧三国街道にはいる。樹林の歩きやすい道を二居峠に着き大休止。今日は時間がタプリーある。峠では今登ってきた二居の宿場が眼下に広がっていた。二居峠からは登りはわずかで広い道をくだりわずかな登りで中ノ峠に着いた。ここの峠はブナの木が多かった。またまた大休止。中ノ峠からは下り道で、ノンビリと歩き国道17号を見て橋を渡り国道17号の下をくぐりバス停の近くの広場でタプリー昼食タイムをとり貝掛温泉に向かった。

二居田代スキー場歩き出し9:00-9:45 二居峠 10:15-10:50 中ノ峠 11:20-12:00 貝掛坂(昼食タイム12:00~13:00) 13:00-13:15 貝掛温泉

9月12日(土)晴。宿からバスとタクシーを乗り継いで岩原スキー場へ。第二リフトに沿ってゲレンデを登り左側のリフトの終点に着くとやっと登山口に来た。標高700mの標識があった。ここからはかなりの急登が続き鋸尾根からの道に合流すると間近に頂上が見えた。頂上で360°の展望を楽しみながら昼食にした。帰りの道は登ってきた道に戻る事にして急な道を慎重に下りリフト終点の登山口に到着して休憩する。ここからゲレンデをくだりタクシーで湯沢駅へ。解散

岩原スキー場歩き出し10:30-リフト終点登山口 11:30-飯士山 12:30(昼食タイム12:30~13:00)-13:40 リフト終点登山口-14:50 岩原スキー場 (阪本 記)

**No. 3, 185 筑波山 **

北関東の水害の影響で中止しました。

**No. 3, 186 大蔵里山～三国山 **

パーティ：女性 6 名／男性 2 名 計 8 名

9月27日(日)曇。天気の関係で一日ずらして行いました。然し今日の天気も芳しくなく時折霧雨らしきものが降ってきました。悪いなら悪い、良いなら良いと天気の神様に言いたいような天気でした。バスの終点和田で降りて大蔵里山に向かって歩き出したのは我々8名だけであった。和田集落から山道になりしばら

くは柏木沢の左岸を登るが 580m付近で右に曲がり木段が続いた。この辺りから 2.5 万円の破線とはコースが違いもっと西側を登っていたようだ。笹尾根に着くと「山の神」と書いてある所に着いた。右の方に行き大蔵里山に着いた。トレイルランの人が沢山駆けている。尾根筋なので登山者等が多い。連行山を通過して茅丸で昼食。生藤山を通過して三国山で下山コースに入った。分岐の道が多いが道標がしっかりしているので心配ない。佐野川峠から登里集落到下り鎌沢入口バス停に着いて丁度来たバスで藤野駅に向かった。昭文社の時間設定が甘いのか、みんなの足が速いのか早く下山してしまった。

和田歩き出し 8 : 20 - 大蔵里山 9 : 55 - 連行山 10 : 45 - 茅丸 11 : 10 ~ 35 - 生藤山 11 : 50 - 三国山 12 : 05 - 佐野川峠 12 : 35 - 鎌沢入口バス停 13 : 40 (飯田 記)

No. 3, 187 拝島源水遊歩道から多摩川

パーティ : 女性 4 名 / 男性 1 名 計 5 名

9月27日(日)曇。駅からダルマ市で有名な拝島大師を目指す。商店街を通り新奥多摩街道に出ます。途中で少々まごつきながら日吉神社の鳥居の前に出ました。石段を上り本殿へ。隣り合わせに大日堂・拝島大師がある。正月はダルマの市が立ち、初詣の人で賑わう大師様も今日は静か。大日堂の石段下に湧水池があり鯉が泳いでいる。雰囲気良く、ベンチもあり昼食。大師前の信号を渡って拝島源水遊歩道に入る。多摩川から受水し玉川上水へ送るために、造られた用水路がせせらぎとなっている遊歩道です。拝島段丘の下から出る湧水もあり清冽な流れで透きとおっており鯉が多く目を楽しませてくれる。やがて遊歩道から多摩川の土手を目指す。土手には自転車道と遊歩道があり、対岸に滝山丘陵を見ながら歩きます。時折日差しもあり、さわやかな風に初秋を感じて歩きます。河川敷には公園・運動場などがあり、途中で小休止しながら歩き陸橋通りへ出て、又土手上に戻り先に進む。目前にJR五日市線の鉄橋が見えてくる。手前で土手を降り熊川通りに出て駅に向かう。

拝島駅歩き出し 10 : 05 - 日吉神社 11 : 00 - 大日堂・拝島大師・拝島公園 11 : 30 ~ 12 : 20 - 拝島源水遊歩道入口 12 : 35 - 玉川遊歩道 12 : 45 - 福生南公園 13 : 55 - 熊川駅 15 : 00 (中神 記)

No. 3, 180 瑞牆山と金峰山 (幕営) < B >

天候不良の為中止しました。

No. 3, 188 新宿御苑から明治神宮 (ウォーキング)

パーティ：女性5名／男性2名 計7名

9月5日（土）曇。日曜日は天気が悪そうなので一日繰り上げて行いました。四谷消防署前から歩き出し、四谷怪談のお岩さんを祭ってある御堂の前を通り大木戸門から新宿御苑に入った。大温室に入ると珍しい熱帯の植物が数々あり目をみはる。ここを出て芝生で休憩した。苑内はとても広いが花は少なかった。千駄ヶ谷門から出て明治神宮に向かう。北参道入り口から入り、真っ直ぐ歩き明治神宮御社殿に寄った。結婚式があったようで新郎新婦を観光客の外人さんが写真に収めていた。途中の休憩所で昼食をとり原宿駅で解散。3人帰り残りの4人で都立代々木公園に行き一回りしてお開きとした。（飯田 記）

《 お 知 ら せ 》

☆ 1月の山行予告

1月17日（日） 丹沢 ^{とびお} 鳶尾山から ^{はすげ} 八菅山 <C> L高橋輝男

1月19日（火）～20日（水） ゲレンデスキー孀恋又は軽井沢 L飯田隆一

☆ 次の方が再入会しました。

☆ 会報10月号の「お知らせ」で緊急連絡先の調査をお願いしましたが、まだ提出されていない方がおられます。会長宛に葉書の郵送をお願いします。

☆ 「No. 3, 205 深高山～石尊山」は東武伊勢崎線を利用する事も出来ますが「休日おでかけパス」を利用する事も出来ます。申し込み時にリーダーまで連絡を下さい。

☆ 12月の役員会は12月2日（水）練馬区役所19階1907室18:00～20:00です。

☆ 12月の山行計画及び10月の山行報告を10月31日（金）までに飯田まで提出して下さい。

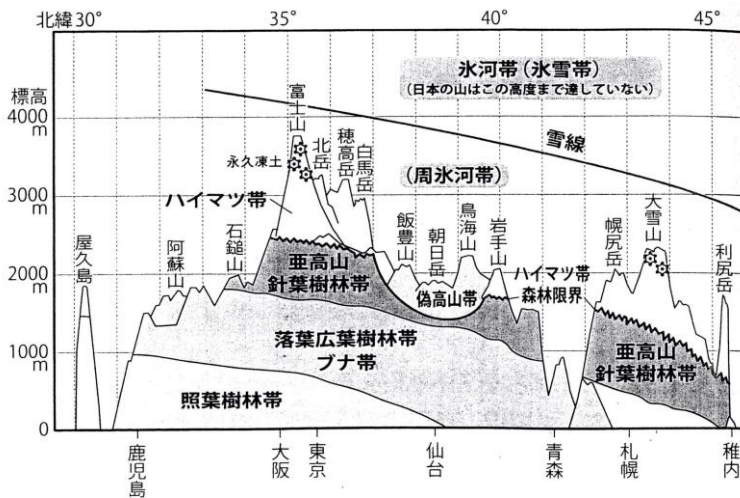
《 豆 知 識 》

植物の垂直分布帯

山に登ると気温が下がる。100mごとに約0.6℃低下するので、3000mでは18℃も下がることになる。このため、夏は涼しいが、寒い冬場は、マイナス10℃、20℃になり、これに強風が加わるから、雪と氷の厳しい世界となる。

ところで植物はそれぞれ生育するのに適した温度をもっている。熱帯のように暑いところを好む植物もあれば、極地のツンドラのように寒冷なところを好む植物もある。山は上に行くほど気温が下がるから、植物もこれに応じて配列し、下に示したような分布を示すようになる。これを植物の垂直分布帯という。

低い方から見ていくと、まずシイ類やカシ類、タブノキ、ヤブツバキなどからなる常緑広葉樹の林がある。この林は照葉樹林ともいい、水平分布の暖温帯林に相当する。中部地方では（以下、同様）標高600mくらいまでを占めるため丘陵帯と呼ぶ。日本列島では関東地方以南の低地に分布する。ただ照葉樹林は伐採が進み、九州の綾地方



や半島の先端部、社寺の周りなどわずかしこ残っていない。

次はブナやミズナラを代表とする落葉広葉樹の林で、標高800～1600mの高さに現れる。この高度帯を山地帯というが、代表的な植物の名を取ってブナ帯とよぶこともある。水平

分布では冷温帯林に当たり、中部地方から東北地方に分布する。ただし戦後、森林の伐採が進み、本来の林が残っているところはわずかになった。

この上が亜高山帯で、森林は主にシラビソ、オオシラビソ、コメツガ、トウヒなどの針葉樹とダケカンバからなる。水平分布の亜寒帯林に当たる。亜高山針葉樹林で高い木からなる森林は終わるので、その上限を森林限界と呼ぶ。森林限界はおおよそ2500mの高さにある。

森林限界より上が高山帯である。そこにはハイマツとさまざまな高山植物が生育しており、ホシガラスのような鳥類や高山蝶も棲んでいる。高山帯ができるためには、山が森林限界を越える高さをもっていることが必要で、そのため高山帯のあるのは高い山に限られる。

ただ日本列島は世界一風の強い場所に当たるため、稜線沿いでは雪の吹き払いと吹き溜まりが生じ、そこではハイマツが生育できない。このため、土地が空いてそこに高山植物が生育することが可能になっている。その結果、東北や北海道の山では、高山植物は本来の高度より、はるか下まで分布している。

飯豊山や鳥海山、越後三山、谷川岳など、出羽山地や越後山脈の雪の多い山では、亜高山針葉樹林が欠けて、代わりに草原やお花畑、ササ原が広がり、高山帯によく似た植生景観を示すことが多い。これを偽高山帯と呼んでいる。

■ 偽高山帯のある山の分布と針葉樹林の発達程度

