





登山報告書

作成日 2025 年 7 月 16 日

山行目的	日帰り登山(山スクールトレッキング 1 補講) スタッフ 1 名 生徒 3 名(合計 4 名)
山域・山名	金剛山(細尾谷～)
月日、天候	2025 年 7 月 13 日(日) 出発前確認:晴天、山頂気温 18℃、2～3m/s(体感約 15℃)
行程	<p>9:10 南海バス金剛山ロープウェイ前(トイレ付近)集合 各役割、気象、体調確認、装備の確認、ストレッチ実施、生徒の写真撮影</p> <p>9:17 登山開始(百ヶ辻)・・・文殊尾根分岐(9:29)・・・水飲み場寺谷分岐(9:34)</p> <p>9:40 細尾谷(シルバーコース)・・・馬の背分岐(9:54)・・・金剛山遊歩道合流(11:08)</p> <p>11:45 ちはや園地到着、星と自然ミュージアム見学、昼食</p> <p>12:40 出発 ダイヤモンドトレール</p> <p>13:05 大阪府最高点(1053m)・・・水越峠分岐(13:22)</p> <p>13:42 山頂(1125m)休憩</p> <p>14:10 出発 金剛山遊歩道・・・岩屋文殊(14:20)</p> <p>14:25 馬の背・・・分岐(14:44)・・・細尾谷合流(15:02)・・・念仏坂合流(15:10)</p> <p>15:30 百ヶ辻～登山口バス停</p> <p>15:40 クールダウン リーダーから参加者の体調確認と講評 解散</p>
	<div>水汲み場のすぐ寺谷・文殊尾東尾根分岐</div> <div>細尾谷(シルバーコース)登り口</div> <div></div>

<p>学び</p>	<p><u>安全</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・夏季の山行は、距離は短め、涼しい所（沢や樹林帯）を選択（熱中症対策） ・息が上がらない速さで山行する（グループで一番遅い人は、先頭リーダーのすぐ後ろに歩いてもらう） ・参加者の写真をとる（はぐれ、遭難の際、写真で服装がわかると捜索しやすい 写真は山中でケガ等の救助要請の際も有効） ・道路を横断する時は、一列になり安全を確認し、一列で素早く渡る ・谷側の端が草木で覆われている際、端が不明瞭で転落の危険あり注意する ・ロープは、一人ずつ持つ（複数で持つと、振られて危険） ・岩を登る時は、滑る岩か靴底で確認し、滑らないと確認し登る ・岩を登る時は前方の人が滑り落ちてくる危険性があるので、間隔をあけ、前方の人のすぐ下にはいかない ・道を譲る時 安全が守れるところ（山側）に立ち、道を譲る 谷側に立たない ・追い越しは、安全な所で抜いてもらう （後方のリーダーは追い越しの人がいないか確認しておく） ・主要な分岐の所では、地図で現在地と進行先を確認する <p><u>マナー</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ベンチの上にはザックを置かない ・靴洗い 金剛山の土を他の野山に持っていかない <p><u>歩行</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・念仏坂のような舗装道を登る際、大股で歩くと滑りやすいので、小股で一歩一歩足裏全体に荷重をかけ歩く ・鉄板の上は滑りやすいので、小股で歩く ・階段の登り方、降り方（膝は伸ばした状態の方が楽）と 滑りやすい斜面の登り方、下り方（足の指で地面を掴むように）、の再確認 ・手拳大ぐらいの石が沢山あるところでは、一個の石を踏むより、2 個踏む方が安定する
-----------	---

感想	<p>暑い時季の山行で、前日から水分と塩分、食事、睡眠をしっかりと、熱中症にならないようにしてきたが、細尾谷(シルバーコース)は沢沿いであり、極々浅い川の中を歩くような感じであり、とても涼しく楽しく山行ができた。</p> <p>しかし細尾谷は、登り口には落石した岩が沢山あり、地盤のもろさがあった。沢沿いには倒木や地すべりしているところもあった。沢沿いのため雨の後は増水で歩けなくなる事は想像できても、地盤が緩みで落石などの危険があることまで想像ができなかった。知らなかったらそういったところに平気で留まっていたと思う。</p> <p>前回のグループで雷が聞えるような雨天で、途中引き帰されたと聞いたが、山の天候の変化の兆候や地盤などからくる危険性など、またそれにどう対応するか机上学習と実地学習から今後も知識を深め、山行で活かしていけるようにしていきたいと思う。</p> <p>今回の山行した日は、万博のブルーインパルスが飛行する日であったが見られず残念だった。しかし、ちはや園地ではパラグライダーが飛行されているのも見え、大峰山脈が綺麗に見えた。あの山も見に行きたいと金剛山を楽しんだ。時期的に金剛山でのお花などは少なめだったが、始めてと冬虫夏草を見て感動した。(念仏坂登りすぐ、少年がイワナを獲ったと見せてくれた)</p> <p style="text-align: center;">冬虫夏草</p> 
----	--