

山行記録カード      よーでる会										
山 名	朝熊ヶ岳					所在地	鳥羽			
実施日	2026 年 1 月 25 日 (日)					天 気	晴、時に雪			
参加人員    32 名 1 班 L 林真・SL 岡村      2 班 L 宇仁至・SL 田端      3 班 L 岡本・SL 山根 よーでる 11 名    こだま会 9 名    樺 5 名    山登くらぶ 5 名    会員外 2 名										
<u>コースタイム</u> 北谷登山口 P8:55— (北谷コース) —山上広苑—金剛證寺 (昼食) 11:45~12:15—経塚 —朝熊ヶ岳山頂— (二瀬橋コース) —北谷登山口 P14:35 (歩行時間 5 時間 00 分、距離 7.5km、上り 616m)										
自分の体力で	とてもキツイ	0	ややキツイ	2	普通	24	やや楽	3	楽々	1
<ul style="list-style-type: none"> <li>・みぞれまじりの寒い日でしたが、変化にとんだコースを楽しく歩くことができました。初めてのコースで朝熊山の新しい面を発見できました。</li> <li>・新しいルートの朝熊山に登れて感激した。</li> <li>・初めてのコースでわくわくしながら登りました。</li> <li>・変化にとんだ登りがいいのある山行でした。伊勢湾も見えてきれいでした。上り下りで滑りやすい所が多くあった。</li> <li>・山の上からの海の景色が素晴らしかった。登りのコースは変化があって楽しい道でした</li> <li>・寒中雪模様の景色が新鮮でした。</li> <li>・朝熊の森をゆっくり歩いて満足でした。雪が舞ってきたので凍えそうでした。3 班のため連絡に時間がかかった。1 班は何度も待ち時間があつた。</li> <li>・トランシーバーの調子が悪く、連絡が取りずらかった。各班の担当者は他の班にも気を配るべきだ。</li> <li>・行きはヒノキの森林浴楽しめて気持ちよく登れました。午後雪のため体が冷えて日頃から胃腸の調子が悪いので、それが悪化して下山途中下痢のため皆に待ってもらい大変迷惑をかけました。でも無事下山でき本当に感謝します。</li> <li>・30 人越え大人数で安全第一の山行。リーダーの方たちの心配りに感謝です。お試しを含めて今回で 4 回目の参加ですが、参加人数の多さにいつも驚きます。大人数の分、担当の人の負担も多くなるので、人数制限などは出来ないのですか。</li> <li>【ヒヤリハット】・14 時頃、下り、滑る、枯葉に隠れた小石を踏んだ。</li> <li>・14 時、下り、滑る、苔むした岩に無意識に乗って滑って尻もちをついた。</li> <li>・谷を渡るコース滑りやすい、一度滑った、</li> </ul>										
<u>(担当者の感想)</u> 冷たい風と雪の舞う中、無事、ケガ無く例会が終われて一安心しました。 (林真知子) 例会としては初めてのコースで楽しめたようでうれしく思います。時折雪が降る寒い日でしたが、全員事故もなく下山できて良かった。(岡本)										

