

山行記録カード・山登ぐらぶ					
山名	鈴の音アルプス	所在地	松阪		
実施日	2026年1月18日(日)	天気	晴れ		
<u>参加人員 32名</u>					
1班 L鈴木・SL浜 2班 L森田・SL河上(森) 3班 L 神波・SL辻岡					
4班 L百武・SL峯・山田					
いくわ(2) こだま(11) 櫻(5) 山登(10) よーでる(4)					
<u>コースタイム</u>					
淨眼寺前駐車場7:00出発7:15—白米城8:05—鉢ヶ峰9:45—観音岳11:20 昼食・出発12:00—堀坂峠12:40—堀坂山13:40—森林公園16:00着					
自分の体力で	とてもキツイ	3	ややキツイ	15	普通
5	やや楽		楽々		
<u>【今日の山行の感想】感じたこと、心に残ったこと、動植物など</u>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>天候に恵まれ、気持ちいい山行でした。</li> <li>健脚向けは大変だったけど、面白いです。自信にもつながりました。達成感あった。</li> <li>変化に富んですごく良かった。</li> <li>堀坂山からの下りが大変でしたが、長距離も会のみなさんと歩くことで楽しかったです</li> <li>下りが長くて、きつかった。</li> <li>若い人の参加が多くてよかったです。</li> <li>山行は厳しかったけど、ぜんざいで疲れが吹っ飛んだ。</li> <li>ぜんざい、漬物バイキング、最高でした。</li> <li>ぜんざい大変美味しいに、おもてなしにも感激しました。有難うございました。・</li> </ul>					
<p>★ヒヤリ・ハット</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>足がつった人3名。68番で対応。</li> <li>堀坂峠の待機車利用1名。(体調不良、無事帰宅)</li> <li>倒木の枝が靴紐にひつかかり、つまずいた。</li> <li>リーダーをしていたが、集中力不足で3度も転んだ。</li> </ul>					
<u>担当者の感想</u>					
<p>スタートから観音岳までは予定より早く順調でしたが、堀坂山からの下山、雲母古道のロープの所で時間がかかり4時到着となりました。今回、経験が浅い人がけっこういたにも関わらず、急な下りの歩き方・ロープの使い方等適切なアドバイスができなかつたこと反省しています。全員無事に下山できてホッとしています。</p> <p>縦走組(1~3班)と峠下山組(4班)をつくったことで、お互ひ無理をせず歩けのは良かったと思います。ぜんざいを提供できたのは山登のみなさんのおかげです。有難うございました。</p> <p>(記:鈴木安子)</p>					
(記:○○○○)					