



## 11月例会報告 「階上岳」 740m 青森県階上町 担当：及川 功

期日： 2024年11月10日（日）快晴

参加： 及川功 L、櫻田正行、福田英雄、会津エリ子、磯谷久美子、葛西直子、佐藤うめ子、嵯峨（及川知人）

朝5時合浦公園駐車場をレンタカーで出発。

外は暗く冷え込んでいた。

館鼻漁港へ着いたら、もう駐車場は車で満杯！

皆、とりあえず散策しながら見て回ったが、すごい人でごった返していた。

商品も豊富で、お気に入りが見つかりとテンションも上がった。1時間程でここを出発して登山口へ向かった。

トイレ休憩を済ませ、身支度をして、8時10分しるし平登山口を出発。

ずっと急登で少々きつい。時々休憩をとりながら、9時40分階上岳山頂到着。

天気も良く眺めは最高！八戸市街地や蕪島、種差海岸などが見えた。

皆で記念撮影して下山。10時50分しるし平登山口着。

予定より早く下山できたので、及川さんが紅葉が見頃だという不習岳（ならわずだけ）へ誘ってくれたので車で向かった。

30分程で目的の駐車場へ着いた。

林間遊歩道を通って、市民の森「不習岳」へ向かった。

ゆるやかな登りが続く。階上岳を下山したばかりなので、足が重く少々きつかった…。

11時55分、展望台がある山頂着。

ここで昼食。ヤマモミジやイロハモミジなど、赤や黄色に染まってとてもきれいな所。

山頂からは八戸市街地など見渡せ、もみじ園やキャンプ場など、いろいろな施設があって、広々として市民が楽しめる良い場所だと思った。

12時25分、駐車場目指して下山。東北温泉へ向かう。

黒くて肌がつるつるする温泉。施設の中で販売していた野菜を、安い！安い！と又仕入れてしまった。

3時25分、合浦公園着。

往復運転して下さった及川さん、お疲れさまでした。

有難うございました。

レポートby 佐藤うめ子



登山前に館鼻漁港の朝市散策



しるし平登山口の鳥居



ずっと急登で少々きつい



10月インドのガンジス川源流まで行ってきた櫻田会長は元気いっぱい！



天気も良く眺めは最高！八戸市街地や蕪島、種差海岸などが見える



市民の森 不習岳（ならわずだけ）へも行く



ここで昼食。ヤマモミジやイロハモミジなど、赤や黄色に染まってとてもきれい

## 12月例会案内 「高森山」 387m 青森市

担当：会津エリ子

1. 日時 : 12月8日（日）9：20～
2. 集合 : 高森山駐車場（水族館の近く）
3. 移動 : 自家用車乗り合わせ
4. 会費 : 200円
5. 締切 : 12月1日（日）17時
6. 申込 : 白戸三和子さん グループLINEor電話  
電話の場合17時までをお願いします
7. その他 : 帰り何か暖かいもの食べるかも？



青森県・浅虫温泉の東側に位置する山で、浅虫温泉森林公園周辺に広がる自然林と陸奥湾に浮かぶ湯ノ島の展望が魅力の山。山頂部分の境界線が平内町に食い込んでいて、強引に青森市に組み入れたことが分かる。