

# 岳つうしん

No. 7 ① (発行日 / 不定期)

発行責任者 ; 小倉 龍彦

〒487-0031 春日井市廻間町下巳新田65-1

TEL/FAX 0568-88-8710

E-Mail oguramegumi@mb.ccnw.ne.jp

http://www.mb.ccnw.ne.jp/~aa24291/

黄金色に実った稲穂もきれいに刈り取られ、少し寂しくなった「岳」の窓からの景色です。そんな寂しい田んぼのあぜに、珍しいお客さんがやって来ました。甲高い鳴き声に窓の外をのぞくと、やはり車道を挟んだ向こう側の田んぼにいた仲間を呼ぶ“キジ”の姿がありました。やがて彼(彼女?)は「岳」すぐ下の用水路沿いを移動し、車道を飛び越えて仲間のところへ去って行きました。



カラスではありません。



**投稿コーナー**(紙面の都合上、全文掲載は出来ませんので、ホームページをご覧ください。)  
 <牛山町> **chang ching** さん

## 塩見岳であったなんか変

予定通り春日井を5:00に出発し、鳥倉林道ゲートまで3時間強。身支度を整え8:40に登山開始。翌日の行程を考えると塩見小屋まで行きたいところだ。三伏峠に13:05に到着。途中、ビバークも止む無しと、ヨカラヌ事を考えていたら雨が降ってきた。今日は三伏峠にテントを張り、前夜祭を豪華にする事にした。今日のメインであるハンバークを着に小屋で調達したビールで乾杯し、山の話で盛り上がった。トイレの使用料が洋式水洗が200円、和式ポットンが100円。ちょっと変？隣に北海道大学のワングル部と富山大学のテントがあり北岳まで行くという。聞けば14泊の山旅だという。



(続きはホームページで)

<守山区> **峠のクマ**さん

## 南の女王との再会

久しぶりに南アルプスの山に遊ばれてきた。仙流荘でバス待ちしていると、絹層雲が流れ出した。『ヤバッ!!』8時に乗れば9時に広河原、10時には尾根に取り付けると気楽に考えていたが、ちょうど良いバスがなくて、北沢から2時間の歩行となってしまった。尾根に取り付く頃には灰色の空に変わり、雨を覚悟した。尾根道は以外にも登山道?と思うような“けもの道”がしっかり作られており、好きなように道を選ぶことができた。



仙丈岳への稜線

(続きはホームページで)

# 岳つうしん

No. 7 ② (発行日 / 不定期)  
 発行責任者 ; 小倉 龍彦  
 〒487-0031 春日井市廻間町下巳新田65-1  
 TEL/FAX 0568-88-8710  
 E-Mail oguramegumi@mb.ccnw.ne.jp  
 http://www.mb.ccnw.ne.jp/~aa24291/

**投稿写真コーナー** (H/Pでは他の写真も見ることが出来ます。)

<樺ヶ丘> **小林さん**

No.6で紹介しました小林さん夫妻は、「黒部五郎岳」登山の後、9月には念願の「剣岳」の登頂を果たしました。



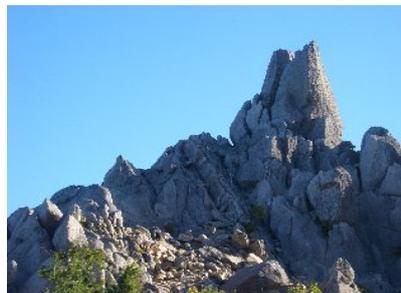
鎖場の通過



剣岳頂上

<木喰町> **木嶋さん**

No.5で紹介しました木嶋さんは、8月には表銀座を縦走し、9月には、南アルプスの鳳凰三山に行ってきました。



地藏岳(オベリスク)



富士山遠望

「岳」レシピの公開コーナー

Part. 2 おからサラダ

今回は、おとうふのヘルシーランチの定番になりつつある“おからサラダ”です。おとうふ工房ナップの森さんで教えていただきました。

材 料	ナップの森のおから	1袋(約100g)	玉ねぎ	1/2ヶ
	牛乳	適量	シーチキン	1/2缶(80g缶)
	顆粒コンソメスープの素	小さじ1	マヨネーズ・塩・こしょう	適量
	きゅうり	1/2本		

- ① ナップの森のおからをフライパンで空いりし、コンソメの素をふり入れる。牛乳をおからがしっとりするまで加え、よくなじませ冷ます。
  - ② きゅうり、玉ねぎはそれぞれ薄くスライスし、塩でもんでおく。
  - ③ ①が冷めたら、②のきゅうりをしぼり、玉ねぎは水にさらしてしぼり加える。
  - ④ シーチキンも加え、マヨネーズ、塩、こしょうであえる。
- 中に入れる具はお好みで、牛乳、マヨネーズの量もお好みで加減して下さい。  
 おいしいと、とても好評をいただいておりますが、ナップの森のおからがとてもおいしいのだと思います。