

山行報告

■美ヶ原

〈女性委員会〉

●日 程：7月19日(水)～21日(金)

●参加者：L木村 SL澤田(律) 泉 白井 岡田(淳) 小田 松岡 山本(清)

●行動記録

19日：姫路駅 8:11 発～西明石駅(8:20 着)8:24 発～名古屋駅(9:42 着)10:00 発～松本駅(12:04 着)昼食～バス松本駅前 13:45 発～思い出の丘(14:50 着)15:00 発～武石峰(15:20 着)～美ヶ原自然保護センター(16:33 着)16:40 発～王ヶ頭ホテル(17:08 着)

20日：王ヶ頭ホテル 9:07 発～百曲がり園地(10:10 着)～茶臼山(11:03 着)11:20 発～塩くれ場(12:15 着)12:25 発～美しの塔(12:36 着)昼食 13:10 発～牛伏山(13:44 着)13:50 発～山本小屋ふるさと館(15:03 着)タクシー15:05 発～八島山荘(15:45 着)

21日：八島山荘 7:00 発～奥霧小屋(7:32 着)7:40 発～物見岩(8:21 着)8:26 発～蝶々深山(9:00 着)9:10 発～車山山頂(10:10 着)10:25 発～車山肩(11:20 着)昼食 11:50 発～ゴマ石山(12:30 着)～霧ヶ峰自然保護センター(12:50 着)タクシー12:55 発～上諏訪駅(13:22 着)14:32 発～塩尻駅(14:51 着)15:03 発～名古屋駅(17:07 着)18:03 発～西明石駅(19:19 着)19:23 発～姫路駅(19:36 着)

◆美ヶ原の大草原を歩いて

澤田(律)

美ヶ原高原は、標高 2,000 メートルを超える爽やかで美しい高原で、東西 4 km、南北 8 km に及ぶ広大な火山大地の高原だ。多くのハイキングコースがある。今回は 2 コースを 2 日間に分けて歩いた。



第1日目 7月19日(水)

松本駅から美ヶ原の思い出の丘までバスで行き、思い出の丘から王ヶ頭ホテルまでの約 6 km のコースを歩いた。思い出の丘バス停に降りると強い風が吹き荒れており緊張しながらの歩きとなった。高原・山の天気「てんきとくらす」の予報では登山指数 (C) だった。

このコースは全体を通して遮る木が少なく、西に北アルプス、東に浅間山が見られる。途中、帽子を飛ばされるアクシデントもあったが、全員転倒することもなく歩きとおすことができた。

草原には多くの花が咲いていて、名前の分からない花を見つけると Google レンズで調べながら楽しく歩き予定通り 17 時過ぎに標高 2,034 m にある王ヶ頭ホテルに到着した。予定では夜のイベント「星空と夜景の集い」に参加する予定であったが悪天候のため中止となり残念だった。

夕食は 18 時 30 分から旬の信州地産食材をふんだんに使ったお料理を堪能した。また、ビールの小ジョッキを注文したのに中ジョッキがでてきた。ホテル側の間違いだったが飲める人は汗をかいた後でもあり美味しく頂けた。

第 2 日目 7 月 20 日 (木)

ホテルのイベントである「早朝の王ヶ鼻展望ツアー」に参加した。王ヶ鼻は王ヶ頭から西方アルプス側に張り出した尾根の突端にある。天気の良い日には八ヶ岳連峰や北アルプスの峰々が見えるそうだが、この日は雲が多く山の一部が見えた程度だったが、雲海や岩場に可憐に咲く花々を楽しむことができた。



朝食後 9 時に王ヶ頭からアルプス展望路経由で塩クレ場手前を通り茶臼岳に向かった。アルプス展望路の両サイドには、シモツケソウ、キンポウゲ、キバナノヤマオダマキ、ウツボクサ等々咲いており、疲れを癒してくれる。また、登山道沿いには広大な牧場があり、塩クレ場では多くの牛たちが塩をなめている姿が見られた。茶臼山山頂に到着した際は 360 度の展望が見られ松本市内や蓼科山など風景を楽しむことができた。

夢の遊歩道といわれる牧場そばの道をたどると美しの塔は近かった。やや遅めの昼食をとり、牛伏山に登り広大な展望を楽しみ、高原美術館の野外彫刻を見ながら美ヶ原道の駅へ行き休息する。その後ふるさと館山本小屋からタクシーに乗り本日の宿泊地、八島山荘に予定よりやや早めに到着できた。

◆霧ヶ峰！木道には気をつけて

白井

最終日、朝 5 時湿原に昇る朝日を見ようと自由散策。

カッコウの鳴き声を聞いたり花を見ながら、木道を下っていると滑って尻もち。登山靴履いていたのに、なんで？と思うけどケガして無くて良かった。最後まで無事下山する為に、気を引き締める。

肝心の日の出は雲が多く見られずじまいでしたが、今日も雨は大丈夫そう。

朝食をすませ、自分の持ってきた荷物を全て



背負い(前2日間は必要無い荷物は運んでくれていた)7時に八島山荘を出発。木道を慎重に歩きながら八島湿原を進んで行く。

沢山の花が咲いていて、写真を撮ったり花の名前を覚えたり、和やかな雰囲気。

湿原のはるか向こうの山の上に、球体の建物が見えた！アレが今日登る日本百名山の車山。遠いなあ。湿原を過ぎ、熊笹の道。所々ぬかるんでいたり、石があったりで、足元に気をつけながら登る。

物見岩までがキツかったが、その後の蝶々深山から車山乗越までは比較的歩き易かった。

車山山頂直前の急登は苦しかったけど、大きく息を吐きながら一步一步。

車山気象レーダー観測所の球体を間近に見て、8人全員で車山登頂！今まで歩いて来た道が見えた。田部井淳子さんの言葉にもあるように「一步一步進めば、必ず頂上に着く」

朝、遥か遠くに見えていた山に到着していた。

ガレた道を下山。ニッコウキスゲのオレンジ色と緑の山肌が元気をくれる。

コロボックルヒュッテでボルシチは食べられなかったけど、時間通りに下山し、帰路につく。

■高御位山から夜景を眺めよう

＜ゆっくりリズム山行＞

- 日 程：7月22日(土)
- 参加者：L藤原(千) SL小田 黒本 佐野 橋本(万) 平石 福原 吉村
- 行動記録：成井登山口 18:12 発～十丁(18:36 着) 18:45 発～山頂(19:02 着) 19:20 発～十五丁(19:23 着) 20:03 発～成井登山口(20:34 着)



◆高御位山夜景に参加して

福原

7月にもなると日中の気温を考えるととても登山をする気にはならないので、夜景に参加しました。成井登山口に18時集合なのでまだ暑いだろうなと思っていましたが、山陰となり風もあり気持ちが良かったです。階段を登って五丁まで上がってくるとムッとしていた空気が少し涼しくなり、おしゃべりしながら登っているといつの間にか頂上の近くまで来ていました。

頂上まで来ると西の空は夕日に染まり辺りは綺麗でしたが、肝心の太陽が木々の隙間からしか見えず、あと5分早く登っていれば夕陽の沈む様子が見られたのですが残念でした。

その後、高御位神社から少し下った開けた場所で夜景を楽しみました。眼下には高砂市街そし

て加古川市街の明りが綺麗でした。遠くには明石大橋のレインボーの電飾やその奥の町の花火も見る事が出来ました。空を見上げると三日月がことのほか綺麗でした。

皆さんと夕焼けの空から夜に移る様や夜景をゆったり眺めるのは至福の時間でした。1時間ぐらいじっと夜景を眺めていると、身体が汗で濡れていたのが少し肌寒かったのですが、下山するといつもの熱帯夜でした。

■妙見山 (692.6m)

●日 程：8月11日(金・祝)

●参加者：L春本 SL安田 臼井 北川 黒本 松本(聡) 三木(知) 山本(清)

●行動記録：那珂ふれあい館 9:40 発～東山登山口(9:53 着) 発～3合目(10:10 着)10:15 発～6合目(10:42 着)10:50 発～あまんじゃこの忘れ石(10:58 着)11:15 発～展望地(11:24 着)11:30 発～妙見山頂上(11:55 着)12:10 発～東山登山口(13:30 着)

◆妙見山はアブない山!?

北川

8月11日(祝)は山の日…なぜ山の日なのか?調べてみると、

・「山の日」制定協議会(日本山岳協会等)の提案により制定

・国民の祝日に関する法律第2条では「山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する」ことを趣旨としている

…なるほど。折角の山の日に関心を持って家に居てはいかんといい暑さの不安もあるがチャレンジ!

いろいろアブないポイントがあったのでまとめてみます。

○いきなりアブない

ゲートには「熊に注意」の最近作られたような看板が!少し歩くとまた登山口に同じ看板が!最近出たのか?注意といってもどう注意すれば?ニュースで良く聞く熊の事でもう頭の中がいっぱい。ビビりっぱなしで足元より右左をキョロキョロ👁️👁️。

○橋がアブない

一合目にさくらばしという橋があり、春本リーダーが「大丈夫やと思うけど、1人ずつ渡ってね」と。確かに橋を渡ると木がぐによっとなってドキドキ。

○暑さがアブない

暑い…暑すぎる。2ヶ月間全く山行できずにチャレンジしたけどさすがに暑さも足もきつかった。土曜トレや月に数回のトレーニングの大切さを実感し、反省。

山の日だから沢山の人とすれ違いうだろう…という想像に反し貸し切りでビックリ(*_*)

○蛇がアブない

登り後半は蛇と共に登った…というくらい、体の周りをずっとブンブン。ここは、蛇(アブ)ないではなく蛇(アブ)ありで、何とか刺されずに済み登頂できてホッ。

○下山がアブない

乾いた落ち葉が盛りだくさんの箇所や石がゴロゴロした箇所があつて、滑ったり滑りそうになつたりでスリル満点。

○ランチがアブない

下山後はゴールの古民家割烹「れもんの木」で豪華なランチを頂き、登山で消費した以上に吸収し、プラスマイナス→見事にプラス(^)v

真夏の登山と沢山のアブない経験は今後にしっかり活かしていきたいと思います。

展望所や山頂から見渡す田園風景・周辺の連なる山々の風景は素晴らしく、暑い中頑張っ
て良かったなと思います。また、初めてご一緒させて頂いた方から「北川さん、感想文書か
れてるの読んでますよ」と言われて、会う事がなくても会報を通じて会員同士つなが
ってるんだとうれしく思いました。今回の山行を企画して頂いた春本様と、毎月会報の
編集・発行に携わっておられる方々に心より感謝申し上げます。



会員投稿

富士山登山

7月15日(土)～18日(水)

参加者: L高島 SL尾内 島谷 須増 森本

16日水ヶ塚公園1合目～宝永山～6合目小屋雲海荘泊

17日～山頂お鉢巡り～9合目小屋万年雪山荘泊

18日～5合目バス停

報告者 島谷

昨年9月から「富士山、1合目から歩く」としてメンバーが集まり、話し合いとトレーニングを重ねてきました。各々に考えることも感じることもすべて一致するはずもない中、学びや同意を重ねての山行実施となりました。

16日6時前、バス待ちで混みあう人々の視線を背に感じながら、1合目(水ヶ塚公園登山口)を出発し、富士山樹海の中に進みます。小鳥が鳴いてはいるものの、他の山域よりもとても静かで神聖な雰囲気でした。「御殿庭」はもう雲の上、そして、宝永山火口が見えてきました。大きな綺麗な形のすり鉢が二つあり、その合わせ部分の急斜面にたくさんの人達が微妙に動いており、とても歩きにくそうです。既に登り5時間を経過しており、私は体力温存のために6合目小屋で待つこととし、4名は元気に宝永山を目指しました。ちょうどガスがでてきた時分で「来んでよかったで。景色は見えないし石粒が歩きにくかった」と慰めのようなお言葉ですが、とてもいいお顔で宝永山登頂をされています。私は、標高2500m晴天の山小屋前で景色を眺め、他の登山者と話しながら幸せな3時間を過ごしました。

17日3時出発で頂上を目指します。星はたくさん見えますが、月明かりがない中をライト頼りに歩を進めます。足元には噴火時の溶岩石が大小ゴロゴロとあり、しかも安定せず浮石状態。勢いよく歩く他の登山者が大きな石をけり落としてしまう場面もみました。神経を集中して、一步一步「亀の歩み」「蟻の歩み」のように進みました。高山病予防のための3原則「水分補給」「呼吸の仕方」「ゆっくり歩く」を守り5人共が体調良く、7時過ぎに標高3400mの宿泊小屋9合目「万年雪山荘」に着きました。まだ朝。前日の宿泊客で賑やかです。荷物を預けて小屋前から富士山頂を見上げると、そこに奥宮らしき地点が見える。でも「ここからがきついんや」の言葉に気持ちをひきしめ、さらに亀歩みで進みました。皆、息が上がることはなく、静かな呼吸ができていたと思います。青空に行く飛行機は、プラモデルのように真っ白でかわいく綺麗な形にみえました。きっと機内からもこちらを見てくれているのでしょうね。いよいよ山頂の浅間大社奥宮に到着。感無量です。私の今回の山行目標は3つ「頂上まで歩く」「お鉢巡り」そして「郵便局で局員さんへ葉書を手渡す」の実現の時です。若いイケメン局員さんへ「風景印をおしてください」「山頂局へ志願して、選ばれたんですね」と話し、彼はとてもさわやかに「そうです」と立ち上がって応えてくれました。他の参加者も皆葉書を手渡し、嬉しい共通の思い出ができました。奥宮では、数え歳70歳以上の方は申し出により「お神酒と扇子」が授与されます。そしてお神酒をいただいた後のお皿は、噴火口である「お鉢」にむかって「かわらけ投げ」ができるのです。お兄様お二人は並んで、お鉢に向かって神聖な「投げ」をされました。さて、妹たちは70歳越えて再度登頂し「かわらけ投げ」ができるのか?今は考えるのはよしましょう。荒々しい岩肌のお鉢を眺めながら、テレビでよく見る富士山測候所・3776m剣ヶ峰に登頂し「私達は頑張った」と記念撮影。吉田ルート山頂経由で、再び下山口の奥宮まで戻り「お鉢巡り完結」です。名残惜しいけれど、おしゃべりをやめて難関の下りの始まりです。ちょっと油断すると、石ころに足がとられます。9合目小屋万年雪山荘では夕食時間を16時に早めてもらい、翌日のご来光を拝むために早めに就寝しました。前夜と同じく、この夜も天の川が見え、お星がいっぱいでした。

18日真夜中1時頃、頂上を目指す宿泊客がとても賑やかです。私達は4時過ぎに、小屋スタッフと共に運搬車用の道を少し歩いて特別スポットに行き、ありがたい日の出を拝むことが出来ました。西を見ると、わずかなガスの中に「影富士」も。この影富士のどこかに私達が立っているのです。多くの幸運に感謝しつつ「安全に下山する。」と自分に言い聞かせました。6合目小屋雲海荘まで下り、預けていた荷物を受け取ると、もう5合目バス停までは15分程です。

運よく天候を味方にしこの山行が成功しました。これからの富士山行の参考になる部分も多くあったと思います。無事の山行終了の喜びの中「これからも会活動を元気に続けていきたい」の思いを強くしたのは私だけではないはずです。

★リーダーより:参加者限定という富士山プロジェクトにご理解を頂いた事に感謝申し上げます。

今後この経験を生かして参りたいと思います。皆様 よろしくお願ひ致します。