Mountain club
川口市登山同好会

9月号
〔第 309 号〕
2022 年 9 月 28 日
運営委員会発行

同好会ニュースを郵送でお受け取りの皆様へ

パソコン、スマホをお使いの方、是非ともメール配信への移行を宜しくお願いいたします。

問い合わせ先：ニュース配信担当　浅野　登　　メールアドレス ktdnews.asn@gmail.com

◆甲斐駒ヶ岳 2,967m 仙丈ヶ岳 3,033m 報告◆

記　石井　文明

実施日：2022 年 8 月 19 日(金)早朝発～20 日(土)

参加者：合計 8 名(男性 3 名、女性 5 名)

石井文明(L)、福田モトヨ、藤田弘子、鈴木小波、倉持武(SL)、藤巻榮一、松下礼子、田中陽子

自家用車で夜中に出発し、仙流荘前の駐車場に止めて、6 時のバスで北沢峠へ移動。初日は南アルプスの女王、仙丈ヶ岳、2 日目は、花崗岩むき出しの荒々しい甲斐駒ヶ岳。天気予報では初日は快晴。2 日目は少し怪しい。なんとかもってもらいたい。

当初は、沢沿いを登り尾根沿いを下りとするつもりだった(ガイドブックはこれを勧めていた)が、尾根沿いの道のほうが **甲斐駒ヶ岳、小仙丈ヶ岳の景色が見えてくるので** 士気も上がるとのことでコースを変更した。

北沢峠を 6:50 に出発し、小仙丈ヶ岳に 9:30 に到着。ここまでの景観は確かに素晴らしい。

ここで S さんが 膝を岩にぶつけて痛みを感じるとのことで、この後の対応について検討。ここから頂上に行かずに巻き道をという案もあった。勿論、無理する必要はないが、仙丈ケ岳はすぐそこであり、自分のペースで頂上までの道を勧めた(膝用のサポーター装着)。なんとか頑張っていただいて、ついに 11:25 に仙丈ヶ岳へ全員到着。この山からは、遠くに富士山、槍ヶ岳、八ヶ岳、薬師岳。近くの甲斐駒ヶ岳は当然だが、北岳、間ノ岳、鳳凰三山のオベリスク。360 度の景観を楽しめる山はあるが、ここはその 360 度が素晴らしい。十分満喫した後で、仙丈小屋に降りて昼食。満足感で満たされて、下山には沢沿いの道での周回を選んだ。ところが思った以上にザレていたことと、最後の太平山荘から北沢峠までが登りになることに気づかず、宿泊の長衛小屋への道がかなり遠くなってしまった。S さんの足や膝に更に負担をかけてしまった。悪化していなければいいのだが。調査不足で誠に面目ない。

なんとか、長衛小屋の夕食には間に合った。小屋は改装したあとで非常に綺麗で、寝るスペースも 2 人分。2 段でも天井が低くないので非常に快適だった。翌日のコースについて検討。膝の痛みや、庇ったためのふくらはぎや太ももも不安。行けるところまで行けば良いと思った(肌かぶれの恐れはあるが歩行に安心感が得られるテーピングを勧めた)。

4 時起床。5 時長衛小屋出発。緩やかな道を登る。S さんの膝は大丈夫か。溶岩の上を跳ねて仙水峠。ここからは急登が続き、漸く駒津峰到着。下界に向かう虹を見た。これは吉兆？単なる雨の前触れ？不要な荷物をデポして頂上へ向かう。なんとか雨は待って欲しい。全員願う。岩登りで六方石。今回、頂上までの直登(岩登り)はやめて、巻き道。ザレた登りも疲れる。 9:30 に頂上に到着した。着けばすべての疲れが吹き飛ぶ程の感動。頂上で十分に時間をとって名残惜しいが 14 時のバスを目指して下山。途中から少し雨があたることがあったが、酷くはならない。13:45 北沢峠に到着。14 時のバスに乗れて仙流荘前着。松下さんより入浴券を頂き、仙流荘で入浴できて帰路へ。

学んだことは、南アルプスは、本当にお得なので是非行った方が良い。いや、行かなくてはならない。八ヶ岳、鳳凰三山、甲斐駒ヶ岳、仙丈ヶ岳、北岳、木曽駒ヶ岳、空木岳。どこかに登る度に、以前登った感動が蘇ってくるので、過去の想いと合わせて楽しむことができるから。

◇ 甲斐駒・仙丈ケ岳 感想 ◇

記　鈴木　小波

毎日暑い日が続き、運動不足、久しぶりの☆☆☆の登山。

前夜発（当日）出発しそのまま登山、前日に少しでも睡眠と思ってはいたが…睡眠不足と久しぶりの登山、万全でないなか仙丈ケ岳へ出発。案の定、息は上がり、足も重たい。1歩を積み重ね小仙丈ケ岳に到着。雲一つない青い空、目の前の雄大な山々に感動！

多めの休憩を取りいざ出発、その時です。立ち上がり歩こうとしたところで、浮石に足を乗せバランスを崩し、転ばないように我慢をしたが、その瞬間左足を攣り転んでしまった。右膝を強打。左足の攣りと右膝の打撲の痛みで立ち上がれません。近くにいた登山者が冷却スプレーを！別の登山者が膝サポーターを使ってと差し出し、見ず知らずの登山者なのに…本当に親切でやさしかった。

ペースが遅いながらも仙丈ケ岳の頂上にたどり着きました。今年度一番の素晴らしい絶景に感動し、怪我のことなどちょっと忘れて360度山々を楽しみました。

下山、転ばないように最大の注意を図り歩きました。遅れる私を所々で待ってくれるメンバー、Kさんは目の届くところで、振り返り私を確認、無事下山することができました。

「明日が心配だぁ～」夕食後、とても登山をする状態ではありませんでした。コースを含め、リーダーのアドバイス。湿布、テーピングをして明日に備え19時就寝。

4時起床、寝不足は解消したものの、階段の昇降で膝が痛い。鎮痛剤 68（芍薬甘草湯）を服用、行けるところまでと甲斐駒ヶ岳へ出発。登りたいと思う強い気持ちと、薬が効いたのか、普通に歩ける。本当に良かった。駒津峰でご褒美！昨日苦労して登った仙丈ケ岳の右に、虹を見ることができました。

ここで登頂に必要でないものをデポジット。少しですが身軽になりました。頂上までは岩場・鎖場・ザレ場、変化に富んでいて、苦しいながらも楽しんで甲斐駒ヶ岳に登頂‼雲が多いながらも最高の景色が待っていました。「ありがとう‼」感謝です。

怪我は、ほんの少しの油断で起こります。分かっているが…。メンバーにご心配、ご迷惑を掛けました。歩行予定時間はオーバー。その日は宿泊だったので何とかなりましたが…

特に夜行で出発する登山は ☆☆☆ 3つが多いです。山行前は体調を整え、万全の状態で参加しなければいけない。色々と学んだ山行でした。自宅に戻り、救急用品や常備薬などの見直しもしました。今回の経験をこれからの登山に活かしたい。

明るく、楽しく、ご一緒していただいた皆さん、本当にありがとうございました。山は感動を共有できる仲間がいるから楽しい。見知らぬ登山者にも助けられました。どこかで誰かに恩返しが出来たら…。

◆ 後立山連峰縦走 報告 ◆
（朝日岳、雪倉岳、小蓮華山、乗鞍岳）

記　榎本　初江

実施日　2022 年 8 月 20 日（土）～23 日（火）

参加者　榎本初江（L）、船津典子、森山つや子、倉持緑、田口保子、赤羽理江子、尾市佐保子、山本寿子　　計 8 名

8/20　立川発 8:24 あずさ 5 号に 6 名乗車。2 名が電車を乗り間違え間に合わず後から追いかけます。と、LINE に入る。南小谷駅で乗り換え平岩駅で下車。バスに乗り 14:04 蓮華温泉バス停に到着。豪雨の中カッパを着て蓮華温泉ロッジに向う。チェックインを済ませ、先ずは温泉で体を温める。夕食までは談話コーナーで小宴。6 時には全員が揃い夕食をとる。止まない雨に明日の天気が気になる。

8/21　朝 4:00 に宿を出発。キャンプ場のところで間違わないようにとアドバイスをもらう。なのに間違えウロウロ、キャンプ場入口まで戻り正規の登山道へ。雨は上がっていたが登山道が水没しているとの情報が気になる。苔の木道を滑らないように注意して下る。5:26 兵馬の平の木道は水没していなかったため通過できたことにホッと安心をする。 6:18 最初の鉄橋を渡る。昨日の雨のせいか渡渉の水量が半端ない。7:40～55 白高地沢鉄橋の広場で休憩をとる。これより本格的な登りカモシカ坂となる。休憩を取りながら、長い登りが続く。TBS テレビのプレバトの俳句の話題が出て、ここで一句『牛歩にて朝日岳めざし汗ポタリ』苦しい登りが続きます。などと言ってる場合じゃない時間が刻々と過ぎていく。花園三角点を 9:48 通過。五輪の森を過ぎ、水場で冷たい水に気を引き締めて 12:57 吹上のコル、これより 1 時間の最後の登りがあり、朝日岳頂上に 13:57 到着。集合写真を撮り朝日小屋に向う。急な下りを慎重に下り 14:55 に小屋着。名物女将さんと山岳警備隊に「時間かかりすぎ」と言われてしまう。夕食は地のもののホタルイカの沖漬け、カジキの昆布締め、おでんが！おでんの中にだし巻き卵が入っている。鉄板焼きとそうめんもあり美味しく頂きました。夕食を済ませて外に出ると、朝日岳、雪倉岳、白馬岳や旭岳を見ることが出来た。部屋は 3 階で貸切、この日はキャンセルがあり 15 人程の宿泊客。富山湾に沈む夕日を見ていつの間にか就寝。

8/22　4:00 に朝日小屋を出ると満天の星。星座を教えてもらうも 3 歩あるいたら忘れてしまう有様。水平道に入るが程なく道が分からなくなり、崖崩れや渡渉があるため、安全を期し、明るくなるのを待つ。水平道から昨日登った朝日岳を振り返り、これから行く雪倉岳、白馬岳、遠く剱岳も見える。燕岩に 7:12 着。休憩をとり、先頭を 1 時間交代で歩いてもらう。9:55 に雪倉岳到着。頂上には誰もいない、これでは集合写真に全員が入らない。このコースは登山者が少ない。 雪倉岳に向かう時も 3 人しか会わなかった。10:15 雪倉岳を出、避難小屋まで一気に下る。この辺りで一人の異変に気づく。体調不良の訴えあり。細かな休憩を取りながら三国境（富山、新潟、長野）に 13:15 着。ここで 2 班に分かれ先発組には白馬大池山荘の受付と、遅くなる旨を言付ける。途中、ライチョウに会い、お尻を細かくフリフリ歩くのが可愛い！！ 小蓮華山 14:42～15:00 まで休み、暗くならないうちにと思い、急いだが無理は禁物とゆっくりペースに戻す。白馬大池山荘に 17:00 着。13 時間かかってしまった。

8/23　午後から天気が崩れるというので 6:40 大池を出発する。乗鞍岳の大きなケルンに 7:37。雪渓を渡るも残雪がしまっていて滑りそう。30m位は有りそうな感じ！？ストックのキャップを外し雪面に刺しながら歩く。その後の山岩の下山道は歩きにくく慎重になる。 9:55 天狗原の木道で立ち休憩。全体に遅くなっているのでロープウェイとゴンドラのキップの購入を先発組 3 人にお願いし、12:20 ロープウェイ乗り場に着きました。トイレを済ませ 12:40 のロープウェイに乗ることができ、遅くはなったものの怪我なく山行を終了でき皆様に感謝です。

　花ですが、初めて見たオニシオガマ、赤いネギ坊主のシロウマアサツキ、沢山のカライトソウ、斜面いっぱいのキンコウカ、鈴なりのハクサンシャジン、クルマユリの群生などが印象に残りました。

白馬駅近くの「みみずくの湯」に入り、徒歩で白馬駅に向かい、あずさ 46 号 15: 16 発に乗ることが出来ました。お疲れ様でした。

〔反省〕蓮華温泉出発時にインソールを忘れたことに気づき 3 日間インソール無し。この日のために誂えたインソールなのに。然も足が疲れないという売りです。足裏が痛い、長時間歩行のため**ジンジン**することに、トホホなカミングアウトです。

◇朝日岳、雪倉岳、北アルプス縦走して◇

記　船津　典子

「始末書」やらかしてしまった...
楽しみにしていた北アルプス。東川口駅で先輩 1 人と待ち合わせ。
久しぶりに会ってホームで待っている時から話が弾む。そこへ電車が入ってくる。乗る予定の電車より一本早かったが「乗って行っちゃいますか？」この何気ない一言が人生を狂わす事になるとは...
2 人で席に座り話もはずみ武蔵浦和駅を過ぎた時、車内アナウンス「次は大宮、大宮にとまります」一瞬、耳を疑う？！私達は西国分寺に向かってるのよー？！そんなアホなー？？？
その瞬間、血の気がひく。「下総号」に乗ってしまったんだ！やらかした！！そうわかった途端、ヤバい！やばい！大宮から立川にもどらなくてはーと、スマホ片手に調べまくるが、8 時 24 分発あずさ 5 号にはどうしても間に合わない。すぐにリーダーにその旨を伝える。
慌てふためいて、でも今日は移動日なので何とかしてロッジに着けばなんとかなる。
道連れにしてしまった先輩と 2 人で、スマホで電車、タクシーの手配を必死で調べて何とか最終駅平岩駅に着く。運悪く雨も次第に激しくなってきて、タクシーのドライバーさん、リアルスプラッシュマウンテンの如く、山道を水たまりも跳ね除け猛スピードでロッジ玄関、横付けしてくれる。
3 時間遅れでやっと着いた私達を誰も責める事なく、むしろ、よく来た！よく来た！！と、暖かく玄関まで迎えに来てくれる先輩方。道連れにした先輩も私に一言も文句を言わず、ご心配大迷惑をかけたリーダーも「とにかく、温泉に入って一休みしなさい」の暖かいお言葉。皆様の優しさに感謝。本当に申し訳ございませんでした。以後、電車に乗る時は、お喋りに気を取られず、確認してから乗るように気をつけます。どっぷり凹んだ気持ちからの北アルプス山行が始まる。

1 日目　暗いうちから、目指すは朝日岳。木道あり湿原あり雪渓ありザレ場あり岩場鎖あり梯子ありぬかるみ道ありで靴はドロドロ。歩いても歩いてもつかないー。色とりどりのお花畑に癒されはしたものの、途中急登では女 8 人、みんなで「ガンバ！」「ファイト！」「もう少し！」と、声を掛け合い励まし合い、朝日岳に着く。残念ながら 360°の大パノラマはみれなかったが、涙うるうるもの。長い長い 1 日目 11 時間歩いた。

2 日目　またも、暗いうちからの出発。目指すは雪倉岳。今日も緊張感満載の歩き。思い起こせば去年の夏、腰椎滑り症の手術でずーっと病室で人の登山の YouTube を見て、いいなーいいなー私だって来年の夏こそは！と、悔しい思いをしていたのを歩きながら思い出す。歩ける喜び！食べれる喜び！と、色んな事を考えながら歩く、歩く、歩く～が、山荘がいつになったら見えるのやら一気が遠くなる。そんな時、ハイマツの間から雷鳥発見！お尻ぷりぷりチョコチョコ歩く姿に心癒される。さあ、もう少しー2 日目なんと、13 時間歩きました。

3 日目　今日はしっかり山荘で朝食を取ってからの出発。しょっぱなから大きな岩がゴロゴロを登り乗鞍岳に着く。そして雪渓を渡り、大きな岩の下り下り下り～。心の中でヒェ～と、叫びながら「最終日は下りの 3 時間だから大した事ない」って先輩言ってたよなー嘘つき～と、心の声。オマケに山荘出た時から虫が目の前をブンブン飛んでいたので虫除けスプレーはしたものの、嫌な予感。案の定、またもや飯豊山の二の舞で瞼の上刺され小岩さん顔に。流石にあの大岩の下りにネットは被れない「顔より命！！」と、言うオチがついた 3 日間でした。

今回の北アルプスはバラエティにとんだコースでほとんど人に会わない静かでお花が豊富でどこをみてもお花畑で振り返れば壮大な景色で感動！そして何よりも毎回の夕食の美味しかったこと。山小屋であれだけの料理が食べれることにまたまた感動！勿論、全て完食！色んな経験をさせて頂いて、一生忘れる事のできない山行となりました。

リーダーを始め、先輩方、心優しいメンバーに恵まれ無事に山行を終えられた事に感謝いたします。ありがとうございました。

◇北アルプス 朝日岳～雪倉岳～白馬大池縦走◇

記　山本　寿子

２日目雪倉岳を目指し朝日小屋を４時に出発、夜明け前の空はカシオペア座、北斗七星など星座を探すだけで時間が過ぎてしまいそうです。暗闇の中、木道を 20 分歩くと沢の水量が多いのか凄い音が聞こえてきました。足元が見えない中、向こう岸に渡るのは危険という判断で沢の手前で 20 分程待ちました。

徐々に明るくなり天気も良いので遠くにアルプスの山々（位置的には北アルプスの端だそうです）が見えてきました。

2,000m を超えて標高が高くなりシモツケソウ、エーデルワイス（日本ではエーデルワイスの仲間のようです）、トリカブトなど可愛い花が咲き乱れ、皆さん写真撮影を楽しみながらの行道です。

雪倉岳に着いたのは出発から６時間経ち、山小屋到着が遅れそうなので分岐の三国境で２班に分かれました。私は後方グループの先頭でペース配分を気にしながら歩き始めました。途中、雷鳥やホシガラスを見る事が出来て少し疲れも癒されました。みんなで励まし合いながら３時間歩き、先発グループが迎えてくれた白馬大池山荘に到着しました。

◇蓮華温泉～朝日岳～雪倉岳～小蓮華山～白馬大池◇

記　森山　つや子

長い長い山旅でしたが、今日は、いよいよ最終日、白馬大池～栂池に下山です。6：40 小雨の中スタート、岩を登り１時間程で尾根に、小休止、降ったり、止んだり周りは真っ白何も見えません。岩だらけの道、花もなく、時折白山フウロや花が終わったチングルマなどが疲れた身体を癒して、雪渓を下りまた岩、こんなに岩だらけだったかなぁ。セミナーに入る前、この登山道を登り白馬岳に行ったことを思い出す。やっと遥か彼方眼下に栂池ロープウェー駅の屋根が見えて、あともう少し。

お天気に恵まれ、早朝、朝日小屋を出る時、天空は満天の星、天の川、眼下はキラキラ光り輝いている富山の街明かり、朝日岳～雪倉岳に行く途中からも富山湾と富山の街。１日の歩行時間も 10 時間を超える、3 泊 4 日の長い行程でしたが、雄大なアルプスを感じ、やっぱり、アルプスはいいなぁー。下山後、温泉に立ち寄り、白馬駅までの道、秋桜、空も風も秋の訪れを感じました。

☆ 山行についてのお知らせ ☆

〇10 月 3 日～4 日の蓼科山、蝶々深山山行については、都合により中止となりました。

〇同好会祭のコース追加：１日目、(1A)高峯山(1.5H☆) (1B)浅間黒斑山(4 時間☆☆)ですが、(1C)水ノ塔山(4 時間☆☆)を追加します。コース変更は、9 月末迄に石井へＥメールでお願いいたします。

水ノ塔山 9:30 車坂峠(1,970m)…(90)水ノ塔山…(90)高峯山(2,106m)…高峰神社…(45)車坂峠
※ただし遅れた場合は、高峯山は省略して戻る。

〇12 月 3 日の本仁田山、コブタカ山山行募集記事は 10 月 26 日発行のニュースに掲載します。

★ 編集委員からのお知らせ ★

原稿受付窓口の再アナウンスと、原稿作成についてのお願い。

受付期間　発行月の前月 20 日～当月 5 日まで
担 当 者　金子晴美
アドレス　自宅 PC：nrn04747@nifty.com
　　　　　携帯：haruneko35@gmail.com
　　　　　　　　h.neko@docomo.ne.jp

Word で作成し、自宅 PC アドレスへメール添付して頂けると助かります。Word 作成ができない場合は、メール文章での作成で構いません。受け取った旨の返信をお送りしますが、PC メールからの受信拒否選択をしている方は、携帯アドレスへお送りください。（手書き文については、会員名簿記載の住所へ郵送お願いします）

受付後、順次編集作業に入ります。追加や変更がある場合は、速やかにお知らせ頂きますようよろしくお願いいたします。

★ SMSCA からのお知らせ ★

埼玉県山岳・スポーツクライミング協会から会員証の「会員番号」の記入について連絡がありました。

会員証裏面に会員番号「6 桁の数字」を記入してください。

①頭 1 桁は加盟会員であるため⇒「1」

②中 2 桁は川口市登山同好会の№.⇒「14」

③下 3 桁は 2022 年 4 月 13 日付の同好会会員名簿の番号

例）榎本初江の場合は ①1 ②14 ③021⇒114021
　川口市登山同好会会員は頭 3 桁が「114」となります。

（名簿と会員証は 4 月末に全会員に郵送済みです。）

※ワンドライブにフォルダ名「SMSCA お知らせ定例会で展開」としてアップしています。
　不明な点は、運営委員長　榎本までお問い合わせください。

★ 10 月定例会のお知らせ ★

開催日時　10 月 5 日（水）　19 時～
場　　所　幸栄公民館
進　　行　増子祐紀恵

★ 10 月合同委員会のお知らせ ★

開催日時　10 月 26 日（水）　19 時～
場　　所　幸栄公民館
議 事 録　加藤節子
※ 欠席される方は榎本初江（080-1071-4638）まで連絡ください。

（8 月の合同委員会は中止となりましたので、今号に議事録の掲載はありません）

よも山ばなし

雷鳥への花束作りを体験！ 今夏、海の日の連休に木曽駒頂上山荘お泊まりで遭遇。

クロウスゴの枝を 4～5 本位をお菓子など結わえるもので束ねる。すかすかでも、ぎっしりでも駄目。結わえた先を束ねた枝の中にちゃんと入れておく。雛の口を傷つけない様にだと言う事でした。

後日、8/1 に NHK プレミアムで雷鳥の放送がされてると同期の仲間から LINE があったけど…見られず残念無念。

「あの時貴重な場面に出くわしていたのですね」

「中村教授が博士ちゃんの事も話してたね～！」

「〇〇さんに見せたかった～！」　Y.K