奥多摩鋸尾根トレーニング山行報告

【山行日】2015・4月30日　　【天候】快晴

【参加者】CL 辻本　　清野

【コース】奥多摩駅～鋸山～大岳山～鍋割山～大楢峠～鳩ノ巣駅

千葉早朝立ちで、鳩ノ巣駅に駐車する。山支度をして電車に乗り、奥多摩駅に向かう。
清野さんは癌手術から、復帰して初山行となる。ここまでの車内で、清野さんの癌手術話を聞いた。リンパに転移していた癌細胞が取れず、一時は死を覚悟したとのこと。幸い抗癌剤が効き退院が叶い、毎日2時間半ほどの歩行トレーニングをしておられるそうだ。ちば山への無事、復帰をお互いに喜んだ。しかし、まだまだ抗癌剤による治療が続くので、ハードな山行は控へ「4646 倶楽部」の山行主旨がピッタリとのこと。こんな背景がありながら今回の奥多摩鋸尾根は、8時間のハード山行となった。

鳩ノ巣駅には8時過ぎにつき、山支度をして奥多摩行の電車に乗る。奥多摩駅から多摩川に架かる昭和橋を渡ると、登山口となる。8時42分、登山開始。愛宕神社まで187段の急な石段を休みなく上がれれば、体調はまぁまぁというところか。昨夜の酒と寝不足が祟って、1歩また1歩とゆっくりと石段を上がる。「それにしても昨日の千葉の酒〈不動〉は旨かった」とぶつくさ独語。
愛宕神社を過ぎ、ロボット雨量計で仕事の電話が鳴り、これ幸いと小休止。
いつも通り1時間ほどで、天狗の石碑に着き、ザックを下す。北には遠く長沢背稜、西には石尾根が翠巒となり眺望を楽しませてくれる。吹きあがる谷風も心地よく、新緑が目にまぶしい。盛りを過ぎたミツバツツジや山ツツジも、彩り豊かに歓迎してくれているようだ。

187段の急な石段

天狗の石碑で

天狗の石碑を過ぎ、数度のピークや岩場をハァ、ハァ、よろよろ、へろへろしながらどうやらコースタイムの11時に鋸山の山頂に着いた。

岩場は難なく通過

寂しき鋸山の山頂

タップリ汗をかいたが、地味な山頂のお陰で汗が早く引き、ここで水分補給と軽い行動食を摂る。休息後、清野さんにシルバコンパスの使い方を実地講習。机上では判らなかったらしいが、実地でコンパスが指し示す方向に感慨も一入。その指し示す方向に歩を進める。縦走路との合流点までは７０mほどの急な下り。合流点で再度のコンパス講習。段々と理解していただいた。それにしても術後というのに、よく頑張る。私の方が骨折以来の、本格トレーニングで顎を出し始めている。大岳山への縦走路は快適で、時々吹く風が、ほほに優しい。

12 時に稜線上で昼食を摂る。腹が膨れ、見上げれば山若葉がそよ風に揺れている。このまま眠ってしまいたい良い気持ち。少し俳句でも～♪♪♬

「山若葉　老いの歩みや　よろよろと」

「杉木立　流れる汗に　優しくて」

「新緑や　揺蕩として　静かなり」

昼食休憩 20 分で、新緑の縦走路を一路、大岳山へ。山頂にはよろよろとコースタイムで 1 時前に着く。平日とはいえ、流石に大岳山。登山者が多い。小学生の一行もワイワイと山頂で囀っていた。

大岳山山頂にて

薫風と
　あまたの翠巒（すいらん）
　　容れて撮る

山頂で暫しの憩いの後、ワイノコ、ワイノコ囀る小学生の一団と、行動を共にする。
鍋割山分岐でさえずり集団から解放され、14 時に鍋割山に到着。ここから念のためにコンパスを合せ、大楢峠まで下る。しかし道はしっかりと付いていた。大楢峠手前で道を無くすが、コンパスは的確に導いてくれる。コースタイム 1 時間半のところを、50 分で到着。大楢峠でザイル講習をする。簡易ハーネスを付け、ザイル一本の懸垂をやってもらう。慣れが必要だが、今回は２回で良しとした。
大楢峠からは１時間ほどでピッタリ鳩ノ巣駅に下山。時刻は４時半を少し回っていた。
休息を多く取ったとは言え、手術後の８時間山行をできたことは立派の一言に尽きる。４６４６倶楽部でバッチリ鍛えていただきたい。

鍋割山で、「さぁ、読図で遊ぼう！」

大楢峠で休む

※平日で空いていたが、もえぎの湯はやはり高い。￥７８０！！