穂高山行報告書

山域　北ｱﾙﾌﾟｽ南部
登山方法　テント泊縦走
参加者　CL 内堀、SL 井本、安岡、時田、小宮山(記録)
期間　8 月　7 日(金)夜出発、8 月 8 日(土)～8 月 10 日(月)行動
山行タイム

8 月 7 日	21：30 千葉駅北口集合
8 月 8 日	2：00 道の駅到着・仮眠
	4：00 起床 5：30 出発～6：00 沢渡駐車場～6：30 タクシー利用
	7：00 上高地到着
	7：30 上高地出発～8：30 明神～9：40 徳沢～10：45 横尾～
	12：20 本谷橋～14：20 涸沢～17：00 夕食～20：30 就寝
8 月 9 日	4：00 起床～5：00 涸沢～8：25 北穂高岳～11：30 涸沢岳～
	12：00 穂高岳山荘～14：30 涸沢～夕食 16:00～21：00 就寝
8 月 10 日	5：00 起床～6：20 涸沢～7：50 本谷橋～8：50 横尾～
	9：50 徳澤～11：30 河童橋～12：00 上高地～12：30 沢渡
	13：00 温泉～14：00 帰葉～20：00 千葉駅北口

天気　3 日間快晴

山行報告

今回、上記 5 名で穂高に行ってきた為、小宮山がご報告します。

8 月 7 日(金)21:30 千葉駅北口に集合し出発。今回ちば山で 8 回目の山行となりましたが、初遅刻(10 分)をしてしまいました、すみません。山ではルーズな時間感覚は命取り、反省その一。揃ったところで道の駅風穴の里へ出発、渋滞はなく、2：00 頃到着し幕営・仮眠しました。4:00 起床、支度を済ませる。と、ここでも問題が。ザックが小さく(40～50L)パッキングも下手なため担当荷物が全部入らない…。ザックは大き目と指示があったのに…すみません、反省その二。結局 I さんにきゅうりをお預けしました、ありがとうございます。支度をしながら食事を済ませ、5:30 沢渡駐車場へ出発、6：30 沢渡駐車場でタクシーに乗り換え上高地バスターミナルへ。タクシーのおじさんが慣れた手つきで荷物を積み込みすぐ出発、ラクちんです。途中で観光アナウンスもしてくれマルチな才能を披露してくれました。7：00 上高地バスターミナルに到着し 7:30 歩行開始。

横尾までは緩やかな林道歩きです。が、T さ

んの荷物が重く足取りも重い…徳澤でコッヘルセットがＩさんに託されました。Ｉさんありがとう。10：45 横尾大橋を過ぎると山道らしくなってきます。沢沿いの道を進むため、いつも涼しげな水の音がして気持ちがいいですね。誰かも言っていましたがなぜ「涸沢」なのでしょう。

12：20 本谷橋に到着し河原で長めの休憩、お湯を沸かしてお茶を入れたりカップめんをすすったり。沢の水が冷たくて気持ちいいです。

元気をチャージして 13：10 出発、ここから涸沢まではしっかりした登り続きです。もう少しで涸沢と言う所で徐々に Ｉ さんの足取りが重くなり度々止まるように…。荷物たくさん預けてしまいましたものねえ、すみません。小休憩を取りながら 14：20 涸沢へ到着。沢山テントの花が咲いています。涸沢での小屋泊は何度か経験したのですが、テントは初めてです。少しわくわくしながら幕営のお手伝いを開始しますが厳しい現実をすぐ知る事に…。場所とりって大変なんですね、平らで広い場所がすでにナイ。何件か空き物件を散策して良さそうな所を確保するも、設置エリア外との事で小屋のお兄さんに撤退の指示を受けお引越し。新居は少し(大分?)傾斜のついた土地で、後の就寝時には難儀する事になります。

17:00 気を取り直して夕食の準備。CL の指示に従い(と言うか指示を待たずとも)T さんがテキパキと動きます。T さんは今年入った方なのに動き方がベテランです。スゴイです。チームで動くという気持ちがあふれています。私もそれに倣い、家で練習した「飯炊き」に挑戦。2 日間とも飯炊きババアと呼ばれながら(ババアと呼ばれた方がおいしく炊けるような気がして今回は甘んじてババアと呼ばれていました)、ひたすら約 30 分コッヘルを見つめていました。その甲斐あって少しおこげのついたつやつやゴハンが完成！感無量です。T さんのスープ、CL のお野菜料理等ごちそうが並びお腹いっぱい。穂高が赤く染まるのを見ながら食べる食事は最高においしかったです。　Ｉさんは登りの最後が大分疲れた様で、Y さ

ん(健脚・荷物フル充填)の「今日は～の所(登り)がちょっと辛かったけど(あとは大丈夫)」の発言に「俺はずっとつらかったョ(涙)！」と何度もつぶやいていました、すみませんＩさん、明日は身軽ですネ！明日の山行にも胸が膨らみます。夜空を見ると満天の星で、月並みながら「星ってこんなにあるんだ～。」と感動してテントへ。

20:30 就寝、傾斜が強くマットが滑る…。Ｉさんのマットはあまり滑らずよく寝られたようです。他のメンバーは滑り降りながら端っこに固まってしまいました。一番下の T さんお疲れ様でした。

8 月 9 日 4:00 起床、Ｉさん早起きでもう火がついていました。昨日のご飯にスープを入れて雑炊にして、別鍋でおもち入りうどんを調理。今日は登るのでしっかり食べるぞ。穂高のてっぺんがうす赤くなるのを眺めつつモグモグ。T さんが有り合わせの材料でサンドイッチを作ってくれ、おいしく頂戴しました。この手際の良さ、見習い中です。

5 : 00 出発、今日もとびきりいいお天気です。北穂の頂上までは急登が続きちょっと大変ですが、涼しいうちに頑張りましょう。どんどん涸沢のテントが小さくなるのを振り返りながら進み、8 : 25 北穂高岳山頂に到着、記念撮影。快晴で 360℃やまヤマ山です。遠くに、ん～なんでしょうね、あの山は。槍ヶ岳は認識できました。CL があれは〇山、あれは…と教えてくれましたが今思い出せません。笠が岳？

山頂直下の北穂山荘で休憩、皆でお茶タイムです。槍ヶ岳を望むナイスビューのテラスにて紅茶とお菓子で優雅な気分。T さんは「北ホ」T シャツを購入。おしゃれなイラスト・ロゴです。

9：15 次のピーク、涸沢岳に向けて出発。ここからはアルパイン要素のある岩場を抜けます。慎重に、確実に、3 点支持で、重心を安定させて、と進みつつ、見渡せば絶景で風も涼しく「気持ちいい～」と思わず連発してしまいます。ここを通過するのは 2 回目なのですが、前回とは全然違い体が軽い！周りが見える！これも、ちば山に入って(少し)鍛えられたのと、木曜クライミングなどの練習で体の使い方が今までと違っているのだと実感しました。でも油断することなく慎重に。

連続した岩場は初めてという T さん、「怖い」と言いつつも根性と精神力で体は動きますね、すごいです。でも黙々と登る I さんや私(先頭 2 人)と違い、お話ししながら登る後ろ 3 人をみて「後ろの 3 人、結構余裕あるんだよね…。(I さん、私)」。CL はシンガリで時にアドバイスをし、みんなの様子を見てくれています。

切り立った高度感のある個所や、鎖場を抜け 11：30 涸沢岳頂上に到着して記念撮影。足並みもそろっていて、みんないい顔です。富士山も発見。がれ場を一気に下って 12：00 穂高岳山荘へ。ここで奥穂に登るかを検討。斜めすぎるテントの場所を移動する事を考慮し早めの帰還として、今回は奥穂のピークは見送る事となりました。奥穂は来年のお楽しみです。少し長めの休憩を取りお茶タイム。CL や I さんが担ぎ上げてくれた水やガスでお湯を沸かしてくつろぎます、ありがとうございます。

穂高岳山荘テラスの石垣に座っていると、涸沢から雪渓を渡って吹き上げる風が抜け気持ちいいです。ず～～っと快晴。遠くの山もよく見えます。涸沢テント場もすぐそこに。

ずっといたいけど、きりがないので 13：10 涸沢へ出発。ゴジラの背のようなギザギザを抜け、涸沢小屋へと向かいます。少しでも道をそれると簡単に落石発生、雪渓下のトラバースに集中して落ちていくようで、足の運びに要注意だと思いました。すぐそこに見えていた涸沢も、実際歩くとなかなか着かない、すぐそこに見えているのに…。例のトラバースを素早く慎重に抜けるとようやく涸沢です。

それなりに歩いて 14：30 涸沢に到着、お引越しに良い物件を探します。沢山あったテントも少し撤収されていて、近くに広くて平らな所を get、テントを持ち上げお引越しです。16：00 食事の準備に取り掛かります。まだサンサンと日が降り注ぐ中、すでに宴会モード。ビールがすすみます、おいしい。今日のスープは味噌汁です。ご飯、キュウリのあえ物、ピーマンとソーセージの炒め物、ハムステーキと豪勢です。T さんがまたまたすばやく明日のサンドイッチを作成。持ち寄った食材も次々にアドリブで調理されていきます。山はみんなの力で 1+1 が 3 にも 4 にもなるんですね。ごちそう様でした。テントに場を移し飲みを継続、9：00 ごろ？(酔って忘れました)就寝。今日も星がきれいでした。

5：00 起床。今日は下るだけです。でも、おもち入りうどんとおじやで力はちゃんとチャージ。朝からおいしく食べられるのは山ならではですね、平地ではこんなに食べません。湿ったテントを畳み（CL、I さん重いのをありがとうございます)、各自荷物をパッキング。ゴミはぜひ私に持たせてください、ハイ。CL のザックは重いんですよね、共同装備等をありがとうございます。

6：20 出発、振り返ると穂高がまだ見えます。今日も快晴。雄々しい穂高を振り返り振り返りしている I さん。いいですよねえ～、また来ましょう。7：50 本

谷橋で長めの休憩。隣に座ったご夫婦（推定年齢 50 歳）が「山は登らないけど憧れの涸沢まで行こうと思って。」と話されていました。素敵なご夫婦です。また、ごついカメラを持ってあがるオジサマ多数。涸沢まで行く方や、写真を撮りに行く方も多いんですね。CL も写真を撮りに来たい～と連呼していました。わかります。

その CL、横尾で小休止した後急にピッチが上がり、頑張ってついて行く。すごく早い！！途中小走りに駆け抜け標準コースタイムー〇分(正確には忘れましたが 10～15 分)で 9：50 徳澤園へ到着。やっとの思いでくっついて行き結構ヘロヘロになりました。

行きの道中から、どこかでソフトクリームを食べようと相談していた Y さんと T さん、寒かったり等々でいまだ実行できていませんでしたが、徳澤で念願のソフトクリームタイムです。私もご相伴、ヘロヘロ状態だったので超美味です。

徳澤園を出発、CL やっぱりビュンビュン飛ばし、あらゆる人を抜いて行く。ヘルメットをザックに就けサクサク歩くクライマーを、ビュンと抜き去る CL に遅れないようについて行くのに必死です。明神は休まずに通過、「早っ、もしかしてココが今回の山行の核心部？？」「なんだか低血糖になってきた、ココでまさかのシャリバテ？？」と心配しながら、11：30 ようやく河童橋へ到着。最後の 2 本で、とっても登った感がありました（下りでしたが）汗汗。「ん～(これで)ちょっと汗かいたかな。昨日汗かかなかったから。(CL)」との事でした。さすがです。

12：30 上高地バスターミナルよりタクシーで駐車場まで移動。タクシー受付所が設置されておりすぐに乗車できます。駐車場に到着、荷物を整理して出発し駐車場すぐ近く、タクシーのおじさんお勧めの食堂兼お風呂で入浴です。知り合いの所なのでしょうか。アットホームで空いていてゆっくりできました。

食事は松本 IC までの道中のラーメン屋さんへ。おいしかったです。食事後、運転手となり高速へ。運転手役も少し慣れてきましたが、人を乗せていると緊張します。いつもは渋滞の所を中心に運転させてもらっていますが、今日は渋滞の箇所を I さんが担当。お疲れ様です。平日夜の為か首都高はやや混雑していました。

20：00 千葉駅北口に到着。I さん、T さん、私はここで下車し、Y さん、CL は更に佐倉方面へと解散しました。

3 日間とも快晴に恵まれ、気持ちの良い山行でした。また、皆様の足並みもそろい、なんといってもチームワークが良く、役割を見つけながら遂行する姿が勉強になりました。私はまだまだお世話になっている身ですが、反省点も抑えつつ、少しでも役に立てるように頑張りたいと思いました。CL の配慮や支援のお蔭です、ありがとうございました。また、ご一緒した皆様、ありがとうございました。

小宮山