

徳本峠・上高地ウェストン祭山行報告

1 日目

【山域】 徳本峠・上高地 【日程と天気】 2017/6/3:晴れ 6/4 晴れ

【メンバー】 菊池典雄(CL)・大木裕美子(SL)・飯田靖男・井上里美・井上志津子
小澤明日香・加藤洋子・吉瀬英子・田上桃子・寺崎眞理・八角洋
山内英晴・安岡敏子・磯部菊子(報告)

【行程】 6/2(金) 21:00 千葉駅出発

6/3(土) 1:00 風穴の里 仮眠

6:55 島々・安曇支所(725m) 発⇒8:37 二俣⇒11:30 岩魚留小屋⇒力水⇒15:30
徳本峠(2140m)



【内容】 6/3(土)

風穴の里での仮眠から目覚め 6:30 出発、支所に駐車(無料)、6:55 いよいよクラシックルートを辿っての、徳本峠越えの始まりです。

天気は快晴、瑞々しい若葉の木漏れ日が差し込む平坦な林道は1時間半のほぼ平坦な道です。その後は徐々に登山道らしくなって来て、道沿いには白い二輪草が見られるようになりました。何度か吊り橋や急な流れが丸見えの怖い小さい橋を渡り返して、岩魚留小屋に着きました。

ここからは、かなり傾斜がきつくなってきて、また怖い橋を何回か渡り、力水でまろやかな水を頂き、最後の急登に挑みます。アイゼンを着けるまでもない残雪をトラバースして空が近く見えてきましたが、長丁場での疲労もありなかなか峠に着かない、限界！

と叫びたくなった時、ついに徳本峠を踏みしめることができました。

沢筋に残雪を付けた前穂、明神、奥穂、ジャンダルム、あのウェストンが息を飲んだ光景を目の前にして、さわやかな風を受けて、今までの苦しさを忘れる瞬間でした。



『番外編：脱水症状と疲労困憊の報告』

コースの報告では伝えることのできない私の当日の症状についても、きっと会員の参考になるから報告するよにとの、リーダーの指示を受けてお恥ずかしながら、番外編として報告させていただきます。

スタートして間もなくから激しい眠気に襲われましたが、苦しいということはなく何とか二股までは歩きました。岩魚留小屋近くになると眠気は極限に達し、足がもつれるような感じがしてきて、小休止の時リーダーに申告すると水分摂取がこれまでの 500cc

では不足しているとの指摘を受け、ウインダーイン2パックとアミノバイタルを頂き飲み干しました。

その後は少し元気が出て、眠気は治まってきましたが、峠を目前にしての急登では、心肺の苦しさは感じないものの、木がクマに見えたり、峠にアーチが立っていたり、ひょっとして幻覚を見ているのかと心配になるほどでした。

原因は何かと、アドバイスを頂いたことと合わせて振り返ってみますと、まず第一に酔い止め薬を前夜に飲んだこと、大人は2錠の指示通りですが、軽めの私は1錠が適当だったかもしれません。次に、カロリー摂取が少なかったこと、出発前の朝食、昼食などなかなか皆さんのスピードについて行けず、不足してしまったようです。行動中はナッツとドライフルーツを食べてはいたのですが、十分ではなかったということです。

水分も、必要量の半分ぐらいしか摂っていなかったようで、トイレを心配せずもっと積極的にとるべきでした。

徳本峠は長年憧れていたところで、登山回数の少ない私は、自宅での筋トレや通勤時を利用しての速歩などトレーニングをしていたつもりでしたが、山行に勝るトレーニングは無いということを実感しました。

水分摂取の方法と量、摂取しやすく即エネルギーになるカロリー源そしてトレーニング、反省を次回に繋げなければいけません。

リーダーはじめ、鈍行の私に付き合い、励ましの声を掛けてくれ、歩き方の指導をしてくださった皆様へ感謝します、改めてありがとうございました。

(磯部 記)

2日目

【日時】6月4日(日)

【天候】AM5時現在 晴れ 風弱くもの凄く寒い

【山行タイム】徳本峠小屋 6:30→8:00 明神登山口→10:00 ウェストン祭

見学 11:00→バスターミナル 12:00→竜島温泉(せせらぎの湯)→帰葉

【内容】往昔を訪ね、ウェストンと嘉門次の足跡を偲ぶ山旅も二日目。

朝5時過ぎ峠に立ち、雲一つない穂高の大パノラマをしばらく眺めていました。

ウェストンは峠に立ちその美しさに感激したそうですが、こちらは寒さで涙が出そう。



ふかふかの布団と美味しい食事を提供してくださった小屋に別れを告げ下山開始。明神
登山口まで約1時間半で、ほぼ下降のみ。



東京近郊の植林に覆われた山と違い原生林の山は美しく、足元には小さく可憐な花々、耳には心を癒す沢の音とホトトギスにオオルリ、キビタキでしょうか、美しい鳥のさえずりが聞こえます。目を上に向ければ穂高の大パノラマとこれ以上は望めないほど。下山中は山の撮影会、花の講習会さながらでした。ついでにちば山女子隊のさえずりもにぎやかでした。



シロバナエンレイソウ



ツバメオモト

昨日と違いあつという間に明神登山口に到着し明神池を目指します。調べてみますと明神池は浦島太郎伝説のモデルになった海積宮の「海神」ワタツミ大神の子「穂高見命」祭っているそうです。上高地の語源は「神垣地」、「神降地」ともいわれ、上高地一帯がパワースポットなのかもしれません。明神池の入り口に嘉門次のレリーフがあるのですが、目を向ける人も少なくちょっと寂しそうです。今日は準主役なんです。



明神池を後にし、河童橋へ向かいます。少しずつ観光客も増え始め、橋に到着する頃にはいつもの賑わい。それでも夏のシーズンに比べればまだ少なめです。河童橋で記念撮影の後はウェストンレリーフまで写真撮ったりおしゃべりしたり楽しみながら向かいます。ここで気になることが一つ。途中猿の一群に遭遇しましたが、歩道に寝そべり毛づくろいする様は可愛らしいのですが、人を恐れる気配など微塵もなく、まるで歩道の主のよう。日光のようにならなければいいのですが。



二日目のメインであるウェストン祭（71回）は関係者の挨拶、講演、地元の子供たちの合唱などのプログラムが用意されていました。中でも「古道を守る会」の苦労話にはそこにただ歩くだけの自分がいて何とも申し訳なく感謝した次第です。



1時間ほど見学した後は梓川沿いを散策しながらバスターミナルへ。12時のバスに乗り、途中で滝島の湯に立ち寄り帰葉しました。



美味しい小屋の朝食

ちょっと寂しそうな嘉門次のレリーフ

(飯田 記)

