

# 常念岳山行報告



山 域：北アルプス南部

コース：11月2日一ノ沢登山口～大滝ベンチ～常念小屋テン場（幕営）

11月3日常念小屋～常念岳～常念小屋～大滝ベンチ～一ノ沢登山口

日 時：11月2日（金）～3日（土）（11月1日前夜泊）

天 候：11月2日晴れ／3日晴れ

山行タイム：11月2日 一ノ沢登山口 8:10～大滝ベンチ 9:45～常念小屋 14:00（幕営）

11月3日 常念小屋 6:30～常念岳 8:00～常念小屋 11:00～大滝 13:00～一ノ沢 14:30

メンバー：CL 狩野、時田

## 【山行報告】

「今月も休日出勤が多い！休暇取って山行きたいな～」どうも最近ぼやいてしまう。

若い時は仕事が楽しかったのに今はどーも面白くない・・・。

なんとか休暇をねじ込んで金土の連休が取れた、急な誘いだったがTさんも同行してくれることとなり、前回の蝶ヶ岳に続き隣の常念岳へ行くことにした。今月の3連休に甲斐駒の黒戸尾根に行く予定なのでその練習！とか思い最初は三股から登ろうかな？とか思ったが...、やっぱり一ノ沢からにしよ、またまた軟弱登山隊2名は楽な道を選んでしまった。（こんなんでも黒戸尾根行けるかな？）

最近購入したメスティン、これがすごく便利で、固形燃料を1個使い切ると飯が炊けている。という優れもの。家で何回かいろいろな具材を入れて試してみたがどれも美味い！今回はサバの梅煮込みとキノコの炊き込みごはんにすることにした。



trangia(トランギア) メスティン TR-210

トランギア(trangia)

★★★★☆ 765件のカスタマーレビュー | 7人が質問に回答しました

価格: ¥ 1,728 対象商品¥ 2,000以上の注文で送料無料 詳細

製品の仕様: 5 ¥ 1,728より

種類: a. 単品

• 重量: 150g / サイズ: 17×9.5×6.2cm

• 炊はんの容量: 約1.8合まで

• 容量: 750ml

• アルミ製

• 取っ手は、個別包装時には、メスティン本体の中に収納されており

▶ もっと見る

11月1日 19:30 予定より早めに仕事が終わってちょっとだけ早めの出発となった。

木曜日の夜なので首都高速は車が多い。C2は開通当初はガラガラだったが最近では東名の分岐あたりが凄く混んでいる。京葉道路からの方は距離が短いけど渋滞とクネクネ道であまり通りたいくない道だ。夜は夜景の綺麗なレインボーブリッジ経由の方が良かったかな？とか思いつつなんとか首都高を抜けて中央道へ入った。

ユーミンの中央フリーウェイが頭の中に流れてくる(59歳)・・・。11月の中央高速は空いてる！走行距離28万キロを超えているレジアスエースのエンジンは今日も絶好調。

24時前に安曇野ICを通過してしまった。割引前の時間帯だが早く駐車場に着いて飲みたい気持ちが先になり早めに到着してしまった。

一ノ沢は無料駐車場が何か所かあるが一番登山口に近い場所は3～4台しか停められない。路駐も多いが路駐はダメでしょ！とりあえず登山口まで行って見たが関係者駐車場に数台車が有るだけで他は全く車が無い？ん？もしかして通行止め？ちょっと不安になったが何処にも看板もないし、ま、朝になればわかるか？とか考えて早々に寝酒タイム。

前回蝶ヶ岳で飲み過ぎて失敗しているので今回は9%酎ハイ一杯のみにした。が、またまたTさんがワインを持ってきた。まーワインなら大丈夫か？結局全部飲んでしまい就寝・・・5時起床！と思ったが6時をかなり過ぎてしまった！

いつの間にか隣に車、そのまた隣にも車が、しかも隣はもう出発しているようだ。その隣も仕度が終わって先に出発してしまった。軟弱Pは今日ものんびり行こ～ってことで、ゆっくり朝食をすませ8時に出発した。

一ノ沢からの登山道は大滝くらいまでは川を左右に渡りながら徐々に高度を上げていく。

今年は台風が多かったせいか途中大木が道を塞いでいた。大木をトラバースするためちょっとだけ藪コキを強いられる。



大滝から先は徐々に雪が見えてきた。

川沿いの為ゴロゴロした石が多く所々凍っている石もある。ストックを「転ばぬ先の杖」にして慎重に進む。お守りでチェーンアイゼンを持ってきたがアイゼンを着けるほど雪も無く、この時期の登山道は非常に歩きにくい。

ゆっくりペースで1時間30分で大滝に到着した。

ここからは少し登りが急になってくる。軟弱Pは息が上がり気味になり、毎回1時間弱で休憩をとり、なんとか最後の難関、「胸突き八丁」に到着。このあともっと急登になってくると思うと「今日はここまでにしようか？」なんて、軟弱CLは軟弱な考えをしてしまう。

でも、こんな沢沿いでテントを張ってゆっくりできれば楽しそうだな～とか妄想が膨らむ。



ここからは雪の着いた階段が多くなりさらに慎重に進む。



さらに今回最大の難関！（大分大袈裟だが？）最後の水場で一人2リッターづつ水を持つこととなる。一ノ沢は飲み水が豊富で登山口では飲み水を500ccのみボトルに入れて、後は無くなった途上の湧き水をボトルに入れて飲めば良い。だからテン場での水も最後の水場で汲んで残り1Kmをガンバれば良いのだが、これが軟弱登山隊にはキツイ！200m毎にベンチがあるがこれがすごく遠く感じてしま

特に最初の第1ベンチがなかなか現れてくれない、登っても登ってもベンチが見えない。

「ケチらないで小屋で買えば良かったかな？」「違う！今回は訓練でここに来たのだ！そんな軟弱な考えは捨てなくてはダメだ。」  
心の中で葛藤しながらなんとか第1ベンチにたどり着いた。  
「こんなに登ったのにまだ200mしか来ていないのか！」  
第1ベンチの看板を見た瞬間さらに脱力感が襲ってきた。こんなことでは甲斐駒黒戸尾根は制覇できない！なんてレベルが低いんだ、夏場の不摂生がボディブローのように徐々に体力を奪っていく、来週から絶対に週2回以上はジムに行こうと誓うのだ！なんて・・・最後の力を振り絞ってやっと常念小屋に到着。



時間は14時を回ってしまった。計画より1時間遅い、今日は山頂は諦めるしかないか、と思いつつ常念小屋へテン場の受付にいくと、小屋の中は小屋終いの仕度で慌しい。先に受付をしていた女性も小屋の人に「これから常念山頂に行こうと思います。」と言ったら「食事に間に合わなくなるからダメです。」って言われてた。



ここのテン場は水はけが悪くて何処もぬかるんでいる。仕方なく石がゴロゴロしているところにテントを張ることにした。

今日は他のテントも一張りだけ、閑散としているなかTさんの声が出びこのように響き渡る。もう一組のテントも諦めて雪の上にテントを張っていた、意外と快適そうだ。

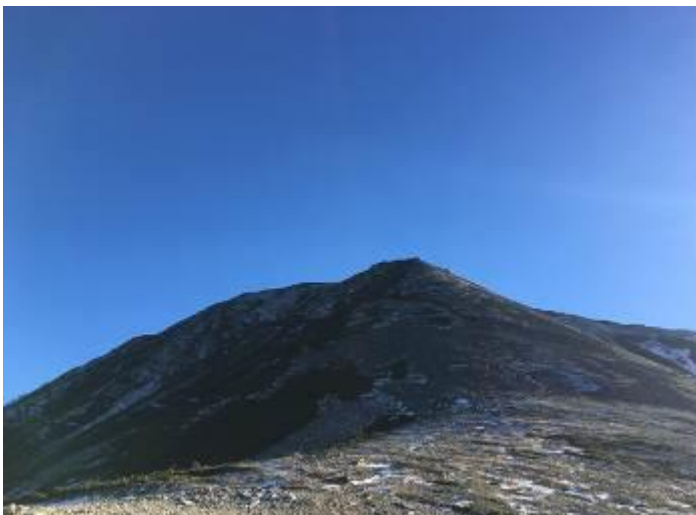


穂高の大キレットに沈む夕日も綺麗に見えます、明日も天気良さそう。夜の星も楽しみだな一とか思いつつかなり早めの晚餐開始！今日のメニューは・温野菜・鳥胸肉のネギ醤油和え・海藻サラダ・柿あとは乾物と酒！小屋でビールと日本酒を買い足して乾杯！

Tさんは疲れているのか夕日と共に撃沈、17時前に眠りについてしまった。

外に出て一人、夕空から夜空にかわるプラネタリウムのような空を眺めて酒を飲んだ・・・最高！しかし自分も18時には眠気が襲ってきて就寝。っと思ったら20時に目が覚めてしまい飲み直し。Tさんも目が覚めてトイレ、外へ出たら満天の星！池田さんに教えてもらったアプリ Star Walkで星の名前を見たら「これがおうし座か、あっちが牡羊座？」聞いたことあるけど、どれがなんだかさっぱり分からなかった星座が正確に出てくる優れものだった。

2時間程2次会をして今度は本当の就寝。Tさん寝付きが早い、3分もしないうちに寝息が聞こえてきた。私は逆流性食道炎みたいで？飲んですぐ寝ると胸焼けがしてしまうので30分は横になれない、もったいないから顔だけ外に出して星を眺めていたが、さすがに寒い、多分マイナス3℃以下。早々に寝袋に潜り込んで寝てしまった。



目が覚めると6時過ぎ、また寝坊してしまった。

昨日受付で明日朝7時からテン場の横にヘリコプターが降りるから7時までには撤収して下さい。って言われてたので朝食もとらずにテントを隣のテン場に撤収。とりあえず常念岳山頂を目指すことにした。山頂までは往復2時間半くらいなので下りてから朝食にすることにして登頂開始。風が強い、この山域はいつも風が強いので防寒装備を整えたつもりだったが、バラクラバはさすがにいらぬか？と思っていたので持ってこなかったら、ほっぺが痛い、この時期は装備が難しい。



だが、なぜか三股口分岐から先は風が弱くなっていた？高度が上がると風が止む？同じ稜線で山影にもなっていないのに？とりあえず山頂で記念撮影して早々に下山。



穂高は山頂付近が全体的に雲の中、槍も見えない

(大メスティンの蓋を下に引いて煮こぼれを受ける)



山頂アタックの後、常念小屋横に移したテントで朝食作りを開始。メスティンで炊くご飯は自宅で何度も試していたので簡単に美味しく炊けるはず、って思ったら、メスティンの弱点熱伝導が良いため気温が低いと熱が奪われてしまい炊き上がらない！固形燃料が終わって蓋を開けたらまだ水浸し！全然炊けてなかった。

気を取り直してテントの中でもう一度炊き直し。今度は芯も無く美味しく炊けている。メスティン炊飯は固形燃料1個でちょうどいい具合にご飯が炊けるはずなのに……

「寒い時はテントの中で炊きましょう。」  
ん〜いい教訓になった。

朝食に大分手間取ってしまい出発時間が大幅に遅れてしまった。

焦ってもしょうがないか、下山は荷物も軽くなったし水もいらぬのでのんびり楽しみながら11時に下り開始。登りで気が遠くなってしまった第1ベンチを「あっ」と言う間に通過して胸突き八丁の看板も見落としたりしく、いつの間にか一ノ沢本流に出ていた。

ここからは雪も少ないがゴロゴロ石で歩きづらい、しかも所々凍っている。ストック2本を駆使して慎重に下山する。ほぼコースタイムの3時間半で登山口に到着。

今回は出だしから寝坊してしまい最後まで時間が押してしまった。これを教訓にもっと時間に余裕のある計画を立てるか？... でもこれより楽にすると登山じゃなくなるかな？

翌日の朝は筋肉痛が待っていた。北アルプス入門登山でこんなアリサマでは・明日から？トレーニングをするぞ！と意志を固くした山行であった。

以上