日本勤労者山岳連盟・静岡県勤労者山岳連盟

裾野麗峰山の会 (sine１９９４)

第２６期・２巻　　２０２０年　５月号　　ＮＯ．225

仲間と仲間を結ぶ機関誌

すーほう

Susono Reihou Alpine Club

雪山の記憶

山行ＮＯ．１８６０
２０２０．０４．０４
八ッ・蓼科山

新型コロナウイルスに思うこと･･･

あさぎり山の会　　村上恵理

新型コロナウイルスが大騒ぎになっています。先日お店に植木用の霧吹きを買いに行ったら、携帯のアルコール除菌に使うとかで売り切れていました。テレビの電源を入れると、さかんに手洗い、マスクの装着、アルコール消毒を奨めていますが、なりより重要なことは、それぞれが自分の″免疫力″を普段から高めておくことではないでしょうか？

あるサイトで、『首相官邸が発表している「新型コロナウイルスに備えて」の中で、一人ひとりができる新型コロナウイルス感染症対策として、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけて″免疫力″を高めることが重要である、と書かれていた』という文章を見つけました。

でも残念ながら、ニュースやマスコミの話題には、『免疫力』の部分はほとんどでてこないような気がします。この騒ぎが始まったまだ早い段階で、関東で漢方薬剤師として活躍している長谷川恵さんが、タイムラインでこんなことをいっていたので紹介します。

※※※※※※※※※※※新型コロナウイルスが大騒ぎになっていますが、不安に怯えるより、知識をもちましょう。免疫力は心が 30%、腸内環境が 70%。コロナウイルスもインフルエンザウイルスもウイルスは弱いものです。菌より格段に弱い。飛沫感染で伝わりますが、温度や湿気に弱いです。また、ウイルスのタンパク質はとても壊れやすいです。閉鎖された環境ではなく、風通しよく過ごしましょう。鼻や喉の粘膜を守り、身体の中は腸内細菌に守ってもらいます。アルコール消毒や界面活性剤の石鹸もコロナウイルスを壊しますが、植物が持っている栄養素のなかにも、ウイルスを包み、動きをとれなくしてくれるものがあります。抗酸化作用をもつ食物も強い味方になります。ウイルスを怖がるより、自分自身の免疫力を高めましょう。100%防御できると安易な事は決して申し上げませんが人間の元気な体作りは、3 大栄養素、ビタミンミネラルなどの必須微量栄養素の底上げ、ライフスタイルの改善が基本ベースです。環境が激変する中、日々私たちが日常でできることだと思います。予防や、大難が小難に転じることもできると思います。※※※※※※※※※※※

これだけ大騒ぎになっている以上、それこそ安易なことは私も言えませんが、でも、私たちの体はしばしば小宇宙にたとえられるほど、実に精巧な仕組みをもって作られているのです。その力を信じ、自然の摂理に乗っ取った生き方をしていれば、恐れることはない、そんな気がします。それができていたなら、もしかしたら、「いつもより風邪がはやっているね」、くらいのスタンスですんでいたかもしれませんね。

さて、皆さんは自分の免疫力をどうやって高めますか？　（注)タイムラインは一部抜粋、変更させていただきました）

２０２０年度　４月度例会資料　　２０２０、０４．０５　　コミセン3F・１６：００

１．　出来事・当面の予定

３月　第一　０７日（土）・・・・ハイキング＝茅ヶ岳　５名
　　１７日（火）・・・・個人＝毛無山　２名
　　１８日（水）・・・・個人＝越前岳・大沢
　第三　２１日（土）・・・・八ッ・硫黄岳　５名
　　２３日（月）・・・・東ブロック会議「ちょ蔵」１８：００
　　２５日（水）・・・・伊豆ウオーキング
　　３１日（火）・・・・まったりハイク＝万三郎岳＝４名

４月　第一　３１日（火）
～４日（土）・・・・小豆島おへんろ（後藤、加藤、鈴木夫妻、合谷、星）・・・コロナ＝秋延期
０４日（土）・・・・アルパイン＝硫黄岳　４名
０５日（日）・・・・４月例会（お花見）・・・・・生協・コミセン使用禁止で中止
　　０７日（土）・・・・まったりハイキング＝御坂・釈迦ヶ岳　４名
　　１０日（金）・・・・個人山行＝静岡・諸子沢＝黄色い茶園　４名
　第二　１１日（土）・・・・ハイキング　西丹沢＝椿丸　４名
　第三　１８日（土）・・・・アルパイン　西丹沢＝上権現山～畦ヶ丸～・１１１９ｍ峰・南東尾根
　第四　２５日（土）・・・・ハイキング

５月　　２６日（月）～
第一　　０２日（日）・・・・春山合宿＝東北の山（山岳スキーと登山）・・・今年は暦がうまくなく、日程は未定
　第二　０９日（土）・・・・
　第三　１６日（土）・・・・
　第四　２３日（土）・・・・
　第五　３０日（土）・・・・

２．その他
　・３月１０日、県連連盟費振り込み済（会計＝合谷）

３．寄贈会報とピックアップ
　「あしたか」　沼津勤労者山岳会　４月号　A４　P６　紙製本
　「くろゆり」　三島勤労者山岳会　４月号　NO.４８３　事務局ニュース　P８　電子版
　「のいちご」　伊豆ハイキングクラブ　NO.341　４月号　A４　P20　紙製本
　「こけもも」　山登歩勤労者山の会　NO.64　A4　P50　季刊報
　「あさぎり」　あさぎり山の会　NO.322　４月号　A4　P31　紙製本
　「ハイキングだより」　新潟・みちぐさ HC　NO.314　３月号　P12　電子版
　「山梨山の会会報」　山梨山の会　NO.265　４月号　P18　電子版

静岡県勤労者山岳連盟　東部ブロック会議

2020 年 3 月 23 日(月)18:00～19:30
「ちょ蔵」（沼津労山・植松さん宅）

出席者　×鍋島 要（伊豆ＨＣ）　〇森 勤（新任・三島労山）〇鈴木みどり（新任・沼津労山）〇後藤 隆徳（継続・裾野麗峰）〇加藤 秀子（継続・山楽歩）〇福原 勝保（継続・あさぎり）〇斉藤 富夫（継続・あさぎり）

議　題

１．役員選任（ブロック役割輪番制：三島→あさぎり→沼津→裾野麗峰→山楽歩→伊豆ＨＣ）
①ブロック長　福原 勝保　②ブロック会計　鈴木 みどり　③県連組織部担当　福原 勝保　④県連会計担当　鍋島 要

２．ブロック方針の確認と具体化（東部ブロック活動方針）
①ブロック交流会の開催・実施
１１月８日(日)　千葉山（島田市）４９６ｍ　参加費：3000 円
※計画書は、原案を福原が作成し検討する

②平和行進に積極的に取り組む⇒会員に呼びかけ参加を促す
（平和行進日程）
5/19(火)神奈川県から引継・熱海（伊豆ＨＣ・三島労山）
5/20(水)田方・三島　（伊豆ＨＣ・三島労山）
5/21(木)御殿場・裾野・沼津　（裾野麗峰・沼津労山）
5/22(金)富士宮・富士　（あさぎり・山楽歩）

③安全登山の体力作りに山筋ゴーゴー体操を取り込む
各会の取り組み方
・裾野麗峰：登山・ウオーキング・巡礼、前後に実施
・あさぎり：例会時及び安全登山学習会に実技指導を実施
※各会で取り組み内容を具体化し、次回実施状況を交流する

３．その他
（１）県連の運営体制について（理事が出せない会が増える中でこのままで良いのか？）
（意見）・今までのやり方では体制が組めないのではないか？
・教育遭対部と組織部は、なくせないのではないか？
・県連総会で出された意見からすれば、検討が必要ではないか？
（２）２０１９年度県連交流ハイク準備金の返金について⇒返金する
（３）次回ブロック会議⇒第３回理事会(7/5)以後に開催
（４）ブロック会議の会場費は、これまで３０００－（コーヒー代金込み）だったが、今後、コーヒーは提供されないので、会場費を再検討、軽減する。　以上

裾野麗峰山の会・山行報告書	文・ＩＫ　　写真・ＧＴ
山行ＮＯ．	１８５９
日　　時	２０２０/３/２１（土）晴・強風
山　　域	八ツ・硫黄岳（２７４２ｍ）
コース	赤岳山荘発 7:58－赤岳鉱泉 9:50－赤岩ノ頭 11:40－硫黄岳山頂 11:55－昼休憩 12:30～12:50－赤岳鉱泉 13:20－赤岳山荘駐車場 15:05－道の駅「延命の湯」－長泉 19:30
累計標高差	上り　赤岳山荘約１６９５ｍ～硫黄岳２７４１ｍ＝約１０４６ｍ 下り　同上
快適度	（５段階評価）５
参加者	後藤、加藤、勝又、合谷、井上＝５名

後藤さんと加藤さんは前日乗り込みで、スキー場に雪があればスキー訓練の予定だった。しかし今年の暖冬のせいか、近年の地球温暖化のせいか雪は少なかったという。
残る３人は当日入り。竹沢種苗店前で 5:05 に勝又さんの車に乗り、裾野で合谷さんをピックアップ。6:30 時ごろ、加藤さんから電話連絡が入り、美濃戸の先の道が凍結しているので美濃戸に駐車し歩いてくることとのこと。後藤さんの車が、凍結のため滑り後続車にぶつかる事故があったとのこと。

第 2 報では、チェーンがあれば上がれるとのことで、幸い勝又さんの車は、４ＷＤ＋スタッドレスタイヤ＋チェーンのフル装備で一安心。美濃戸からの余計な 1 時間歩きをしなくて済んだ。

赤岳山荘

駐車場

美濃戸に入ってチェーンをつける。下りてくる車が、凍結や事故の事を教えてくれた。道路は深い轍と大きな穴ぼこが多数で、車はテーマパークの乗り物のように激しくバウンドする。
車高の高めのホンダベゼルでも数回底を擦った。道の途中で左手に後藤さんの車が停めてあった。赤岳山荘に着いて駐車場 1000 円を払うと、山荘から後藤さんが現れた。駐車場には車が 8 割ほどあった。駐車場で支度をして出発(7:58　1695m)。
過去に上った赤岳は、ここから右に入る南沢方面だが今日は左の北沢方面に行く。道は氷で覆われ

赤岳鉱泉・通称「アイスキャンデー」

て滑るため、道の端の雪が残っているところを選んで歩く。沢に沿って行く。沢には氷と水が同居している。氷が解けない温度で水が流れている。道の傾斜はゆるいが息が切れる。
林道終点の橋の手前でアイゼンをつける。ここで事件。加藤さんがアイゼンを車に置いて来てしまった。合谷さんが持ってきていた 6 本歯の軽アイゼンを加藤さんがつけることになった。
後藤さんは 12 本歯のアイゼンを２つ持ってきていて、１つは合谷さんがつけた。私はあいかわらず重い革の冬靴に「一本締め」の重いアイゼン。これで片足に 1.9kg つけていることになる。
「はぁー」。足に重りをつけて歩いている感覚だ。アイゼンをつけるとアイゼンの歯が雪や氷に食い込み、滑りを心配しないで安心して歩ける。
時々渡る幅の狭い橋には 50cm くらいの雪が積もっている。9:50 赤岳鉱泉着。ここまで 2 時間で約 500m 登った。巨大アイスキャンデー登場。氷がしだれ桜のようだ。まだ誰も登っていない。テントが 20 張位見える。人が多い。山ではコロナウイルスは関係ないとみえる。

カッパの上着を着る。手袋は 3 層目のミトンをはめる。ここから山に入る感じ。徐々に傾斜がついてくる。加藤さんは軽アイゼンのため、いけるところまで行き、ダメと判断したら引き返すため最後を歩く。12 本アイゼンに慣れていない合谷さんが転ぶというより後ろに「ストン」と倒れた。すってんころりと見事に転ぶので感心すらする。柔軟に転ぶので怪我一つない。

赤岩ノ頭の厳しい上り

しかし、転ぶ場所によっては最悪の事もありうる。そのため、後藤さんから、行けないようだったら加藤さんと引き返すよう、後方を歩くよう指示がでた。
やがて傾斜が強くなるとジグザグのつづら折りの道になる。一定のペースで息を切らせ登り続ける。背後の樹々の間に赤岳と阿弥陀岳の姿が見える。大勢の若い人が下りてきて、シリセード（お尻で滑り下りる）を指導していた。

赤岩ノ頭（本沢温泉から来た若い単独男性に撮って貰った）

2550m くらいで森林限界を超える。そこから残りの 100m が直登で壁に見える。すれ違いで下りてくる人が、「ここが最後の難関です。がんばって」と声を掛けてくれた。深い雪にピッケルを「えいっ」と刺し、ぐいぐいと体を持ち上げる。息が切れず、ジャングルジムを登るようで楽しい。時々、背後の大パノラマをみては、「すごーい」を何度も言った。
11:40 急斜面を登り切り、赤岩ノ頭に出た。目の前に大雪原が広がった。加藤さんはこれ以上の岩場は軽アイゼンでは無理と判断し下ることにした。合谷さんは、今回が初めての本格雪山デビューだったので、頂上まで行きたかったが、強い風・アイスバーンで今回はあきらめて貰い、加藤さんと下山することになった。強風対策でバラクラバ（目出帽）をかぶり、サングラスをゴーグルに替えた。

後藤さんと勝又さんもストックをピッケルに変更。戦闘モードって感じでワクワクする。岩場に入る。ザックが強風にあおられ体を持っていかれそうになる。緊張感を維持する。岩の表面にアイゼンの歯が当たりガチャガチャと音を立てる。雪がないとアイゼンは登りにくい。
下山してくる中に子どもの姿が見えた。ザイルに繋がった若い女性もいた。頂上に近づくにつれ風が強くなってくる。何か小さな粒が顔にぶつかってくる。氷の粒か、砂か？
11:55 頂上にたどり着き、後藤さんと握手。風と格闘し、無事に登頂し達成感ひとしお。少し遅れて勝又さん登頂。3 人で握手。こういう厳しい環境での登頂は、冒険をした感じがして感激する。

硫黄岳頂上（モーレツな風が吹く）

Ｋさん

どんどん風が強くなってくるので早々に下山を開始。下りも緊張感をもって慎重に下りる。岩場を下り切ったところで単独の女性とすれ違う。ダブルストックの先にゴムキャップがついているので、後藤さんが注意をしたが、「何度も来ているので大丈夫です」の返事。
ゴムキャップでは硬い雪や氷に刺さらないし、ダブルストックでは両手がふさがり、いざという時

地獄から帰還

昼食

手が使えないので危ない。(基本的でない)
赤岩ノ頭から再び登ってきた急登を下る。斜度が 50 度くらいに見えるが、後藤さんはそんなにないという(翌日地形図で確認すると、この斜面は垂直高さ 100m で水平距離 90m なので約 29.7 度だった)

Ｇパパ

赤岳鉱泉

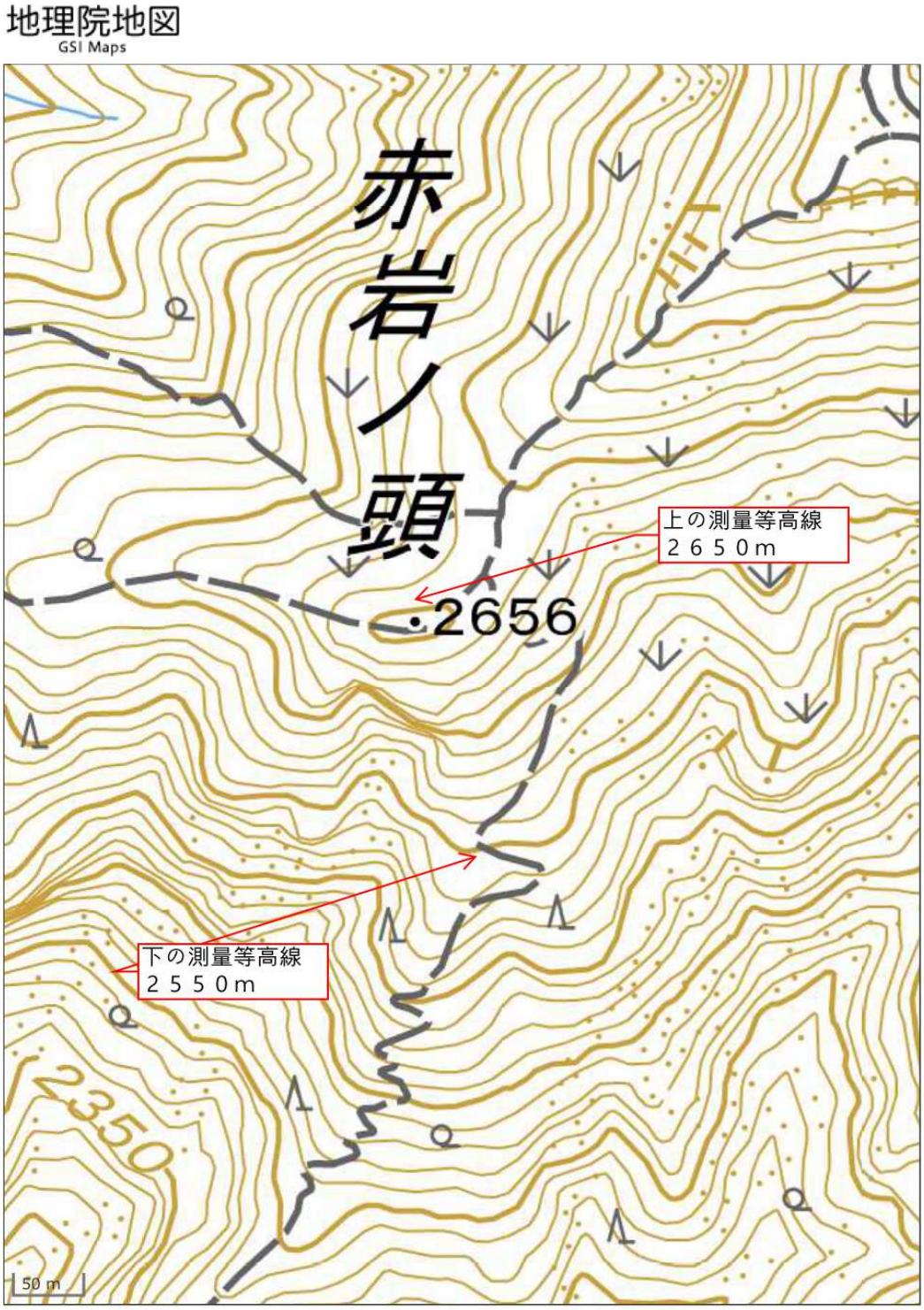
下りでは、登りで振り返って見た大パノラマを正面に見る。
風よけの樹林帯に入りすぐに昼休憩とした（12:30～12:50）。カップヌードルにお湯を入れ、下りの歩行を心配してビールを飲むか迷っていたら、勝又さんが「迷ったら飲む！（ブシュッ）うまい！」と先陣を切った。続いて遅れまいと後藤さんと私がプシュッ・プシュッ！「あーうまい」。疲れた体には、ビールとカップヌードルで十分満足した。20 分の休憩後、早々に下る。どんどん下る。シリセードが多数あり、道が分かりにくくなっている。
13:20 赤岳鉱泉到着。加藤さんと合谷さんが二人並んで巨大アイスキャンデーでアイスクライミングをする人たちを眺めていた。2 人はここで昼食をとったとのこと。ここで加藤さんが「甘酒とおしるこ」を作ってくれた。温かく甘いものが疲れた体にうれしい。いただいた「甘味がんも」がおいしかった。
アイスキャンデー前で写真を撮って貰い下山再開。雪が登山道を覆い、どこに足を置いてもよいので楽ちん。沢の岩の横腹に不思議な氷を見た。
氷の縦のひだ。縦 50 センチ、幅 20 センチの薄い板が 10 枚くらい狭い間隔で並んでいて、これを見た加藤さんが、「きのこの裏側みたい！取って食べたーい。」という。
そのほかに、直径 50 センチくらいの石の上に、雪がこんもり乗っていると、「和菓子の淡雪みたーい。

食べたいね」。見たものが全て食べ物に変換されていく。
登りでアイゼンをつけた場所でアイゼンを外す。大きなザックの若い男性がいたので重さを聞くと20kg ないという。20 kgあると歩けないので、荷物を今どきのウルトラライト化しているとのこと。私の持ち物で同じ大きさにしたら 23 kgにはなるのではないか。
軽量化はうらやましいが金もかかる。その人の靴は革靴だった。私以外の人でしかも若い人が革靴を履いているのは非常にめずらしい。日本製だがもう作っていないらしい。

そこからはゆる一い下り坂を延々と歩く。なかなか高度が下がらない。アイゼンを外したので、凍った道の端の雪が残った部分を選んで歩く。慎重に歩いたつもりが、油断して滑ってこけてしまった。いつまでも続くと思われる道もやっと終わる。15:05 ほうほうのていで駐車場着。
やっと終わった。靴を脱ぐと足が軽く開放に幸せを感じる。体はあちこち痛い。道の駅「延命の湯」830 円で体をほぐす。風呂上がりのビール、良く冷えていておいしかった。この後運転する勝又さん、ごめんなさい。
19:30 すぎ、長泉着。天候に恵まれ、すごい景色を堪能し、雪も風もよい山でした。

以上

硫黄岳・赤岩の頭付近地形図・・・・斜度は約２９．７度



番外報告　伊豆一周ウオーキング報告書

文・写真　後藤

と　き　　２０２０．０３．２５（水）晴れ・風なし

コース　　富士ＩＣ６：００ー伊豆多賀・長浜海洋公園７：３０ー網代８：３１ー干物屋さん８：４２ーバスー宇佐美８：５６ー伊東・マリンタウン９：４４ー汐吹崎１０：５３ー伊豆高原・さくらの里１１：３０～１３：１１ーバスー赤沢温泉郷ー三島

歩　数　　約１９０００

距　離　　約１２ｋｍ

参　加　　１９名

伊豆高原の桜は素晴らしかった

２月最終の多賀・長浜公園から出発。熱海のＡさんが初参加で合流。労山の「山筋ゴーゴー体操」をサポーターのＫが指導し心身をほぐした。

朝の気持ち良い冷気の中、海沿いをウオーキング。風がなく静かな海が広がる。砂浜がサクサクと足裏に優しい。犬を二匹連れた男性年配者がいた。犬はノー・ロープ。誰かが「あの犬は幸せだ」といった。

Ａさん

ワンちゃん

街道に「秋葉山・石灯籠(いしどうろう)」があった。網代に入った。
マリーナに桜が咲いていた。午後は、伊豆高原・さくらの里でお花見予定。咲いているかな？？
海岸の釣り船屋さんにババさまが座っていた。聞けば「船は今朝６時ころ出た」という。何が釣れるに「底もの」といった。網代駅前に来た。朝のウオーク予定はここまでだが、網代の干物屋をひやかしに行く。
網代のＲ１３５沿いの街道を歩く。干物屋は、宇佐美に向かい右に多い。以前来た時、美味しそうなイカがずらり干してあった。余りの見事さに「凄いですね」と聞けば、実は「プラスチック製」

貸船ババさま

真イカ「炙り焼きなんこつ」　　干物屋さん

だった。（そりゃ、イカん！！）その時、「イカくち」と飛ばれる、干物を買った。これは美味しかった。
http://susono-reihou.babyblue.jp/index9.html
ところが、今回なかった。店の主人に聞けば、「イカが獲れない」だった。温暖化で海水温が上がったためらしい。イワシもしかり。温暖化の影響は大きい。仕方がないので、「真イカ・炙り焼きなんこつ」を買った。６５０－とやや高かった。
網代～宇佐美間は、先月、東浦路を歩いているので省略。バスに乗る。海岸線は意外と長い。宇佐美で降りて再びウオーキング。宇佐美の海岸もキレイ。丁度、潮が引いてイイ感じ。途中、小川が流れる。何故かアルミ梯子があり、梯子を伝わり渡った。
伊東のマリン・タウンに寄る。案内係の男性がすっとんで来たがトイレだけで残念。コロナ減客で手持ちぶさたのようだ。伊東漁港前を通過する。

第一回・伊豆ウオーキングは、２０１８年４月２５日。出発地の汐吹崎が近くなった。第一回の当日午前は、物凄い暴風雨で皆さん、ズブ濡れになった。道路は氾濫し靴はグジャグジャだった。ただ、私は「長靴」履いてきたので濡れなかった。（ゴメンなさい）
Ｒ１３５を離れ旧道に入る。やっと静かになった。海がキレイ。手石島が見える。ここは潮が大きく引くと、小規模の「トンボロ」が出来る。将来は、大きくなるかも知れない。

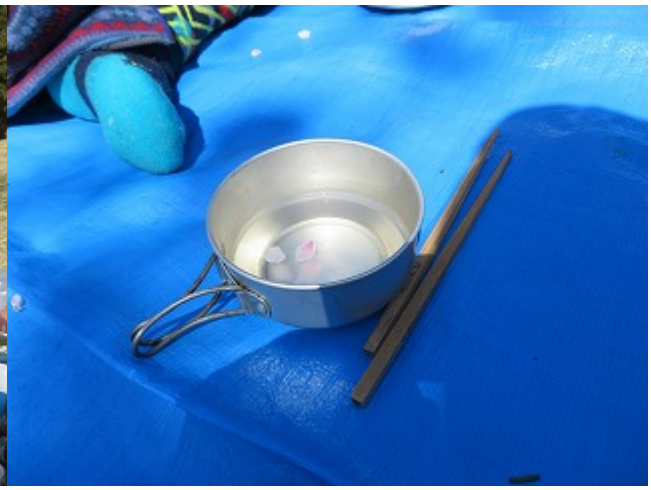
伊東漁港

汐吹崎手前

汐吹崎手前で天城の向こうに富士山頂が見えた。懐かしい汐吹崎着。「汐吹現象」が見えるらしいが、この日は波が静かすぎた。諦めバスで伊豆高原に向かう。桜並木の「ソメイヨシノ」は、殆ど咲いていなかった。めげずに「さくらの里」に上る。ところがどうだろう、さくらの里は、様々な桜が満開状態だった。良かった。天気は良く風はない。ここで「お花見」を敢行。

女子班が奮闘

美味しいとん汁


お酒にサクラがひらり

サイコーのお花見だった。コロナなど何処かに飛んでしまった。K が中心になり、女子が作ってくれた「とん汁」は、具沢山で美味しい美味しい。これだけでお腹が一杯になる。
「ゆっくり・のんびり・グビグビ・ゴロゴロ・マッタリマッタリ」して終了。バスで赤沢温泉郷に向かった。久しぶりに快哉を叫ぶ、完全燃焼のウオークでした。

さくらの里は春爛漫

裾野麗峰山の会・山行報告書	文・写真　ＧＴ
山行ＮＯ．　１８６０	
日　　時	２０２０/０４/０４（土）晴・上部強風
山　　域	八ツ・蓼科山（２５３０．７ｍ）
コース	長泉５：００ー諏訪 IC一ピラタス・スキー場（トイレ）ー竜源橋下駐車場一登山口発８：３７ー蓼科山・将軍平分岐１０：２１一蓼科山荘１１：５２ー蓼科山１２：４１ー昼食１３：１５～４４ースズラン峠１５：１５ー登山口１５：３０
累計標高差	上り　竜源橋登山口約１６５０ｍ～蓼科山２５３１ｍ＝約８８１ｍ 下り　同上
快適度	（５段階評価）４（将軍平下やや藪うるさい）
参加者	後藤、加藤、星、井上＝４名

延々とつづく氷道

久しぶりの蓼科詣で。長泉５：００発。富士 IC で K、H を拾う。今回は、H、I の上っていない蓼科山を選んだ。諏訪南 IC からアプローチ。途中にコンビニがなかったので、ピラタス・スキー場のトイレを借りた。綺麗なウオシュレットで有難かった。

竜源橋登山口

竜源橋下駐車場から出発。天気は良い。水源地脇から上ったが登山道でなかった。ビーナス・ラインを上り返し正規登山口から再出発。樹林帯で凍った道が続く。３０分上ったところで、堪らずアイゼン装着。大きさを調整していなかった H のアイゼンがすぐ外れた。
アイゼンは入山前に調整していなかった。これは基本的でない。いったん外して、ネジを緩め一目短くする。ところが、車に「ねじ回し」を置いてあったが、持参しなかった。
困ったと思ったら K が「このシャレルのアイゼンは、ねじ回しが付いている」という。アイゼンは、元々、御殿場の N から私が譲り受けたものを K に上げた。だけど、その「ねじ回し」は知らなかった。確かにバンドを締めるリングの形状が、「ねじ回し」になっていた。ひとつ勉強になった。一目詰めたら、ジャスト・フイット。良かった。ねじ回しは、なかなか「おシャレ（ル）」だね。

シャレル・アイゼン　　リングにねじ回し

前を三名歩いていた。年配者の感じだったが、全員、最近見られなくなった、「尻皮」を付けていた。カモシカの皮がサイコーらしいが、私は「年より臭くて」いやだ。
将軍平・蓼科山荘分岐の天祥寺平まで案外長い。天祥寺平から仰ぎ見る蓼科山は素晴らしい。ただ、蓼科山は樹林帯が八合辺りまで伸びているので、雪化粧が見られず残念。分岐で休憩。空腹を感じたの

天祥寺平

タイ焼き

天祥寺平から蓼科山

で腹を満たす。K 手製の「タイ焼き」をいただく。美味しかった。道標を左折して将軍平に向かう。上りのトレースはなく、下りのトレースだった。樹林帯を黙々上る。雪は深くなく締まっているので歩き易い。途中、大きなガレ場を通過する。上から若い男性が下りて来た。随分、早い。
上りがキツくなった。今回の山は、全体で標高差が１０００ｍない。天祥寺平から将軍平の標高差は４００ｍ。しかし、キツい。やっぱり、３時起床、５時発が原因だろう。上れど上れど蓼科山荘は遠かった。背の低いブッシュがうるさかった。

蓼科山荘・将軍平

ようやく蓼科山荘着。苦しい上りだった。休憩するが寒い。すぐ出発。山荘から踏み跡が多くなり、歩きやすくなった。上からド派手なファッション・モデルみたいな、ご婦人が下りてきた。スタイルは良い。聞けば、白樺高原スキー場七合目から来たという。こちらは、標高差が７００ｍと楽ちん。
「上は風が強い。上っ張りを着たほうが良い」といった。次第に展望が広がる。しかし、雲が多くスッキリしない。今年は、権現岳・三ッ頭、横岳・杣添、硫黄岳、蓼科山とよく上って来た。ただ、恒例の

上部の上り

赤岳を上れなかったのは心残り。恒例＝高齢か？？
上から数人下りて来た。中に「六本アイゼン」の輩がいた。カチカチの雪面で腰が引けている。危険極まりない。思わず「こんなアイゼンでは危険です」といってしまった。本人もそれを承知していた。困ったものだ。

蓼科山

タテシナ特製アイス

蓼科山頂ヒュッテ

頂上下でシュカブラの「タテシナ・アイス」を頬張った。なだらかになり、ゴロゴロ岩を越えて頂上着。

どこかのご婦人に集合写真を撮ってもらった。今回も１２時を回ってしまった。昼食を早く食べたいのですぐ下山。
頂上から西南に回り込むと、暴力的な風の洗礼。蓼科は強風で有名。ゴロゴロ岩をこなし樹林帯に逃げる。下山道は、ガジガジの氷道だった。今年の少雪を象徴していた。とにかく腹が減った。今回で３回連続「空腹行脚」だ。やっぱり日帰りは時間が厳しい。１３：１５、風を避け昼食。ビヤをやってホッと一息。私が持参した「初物ワラビ」を皆でガツガツ食べた。

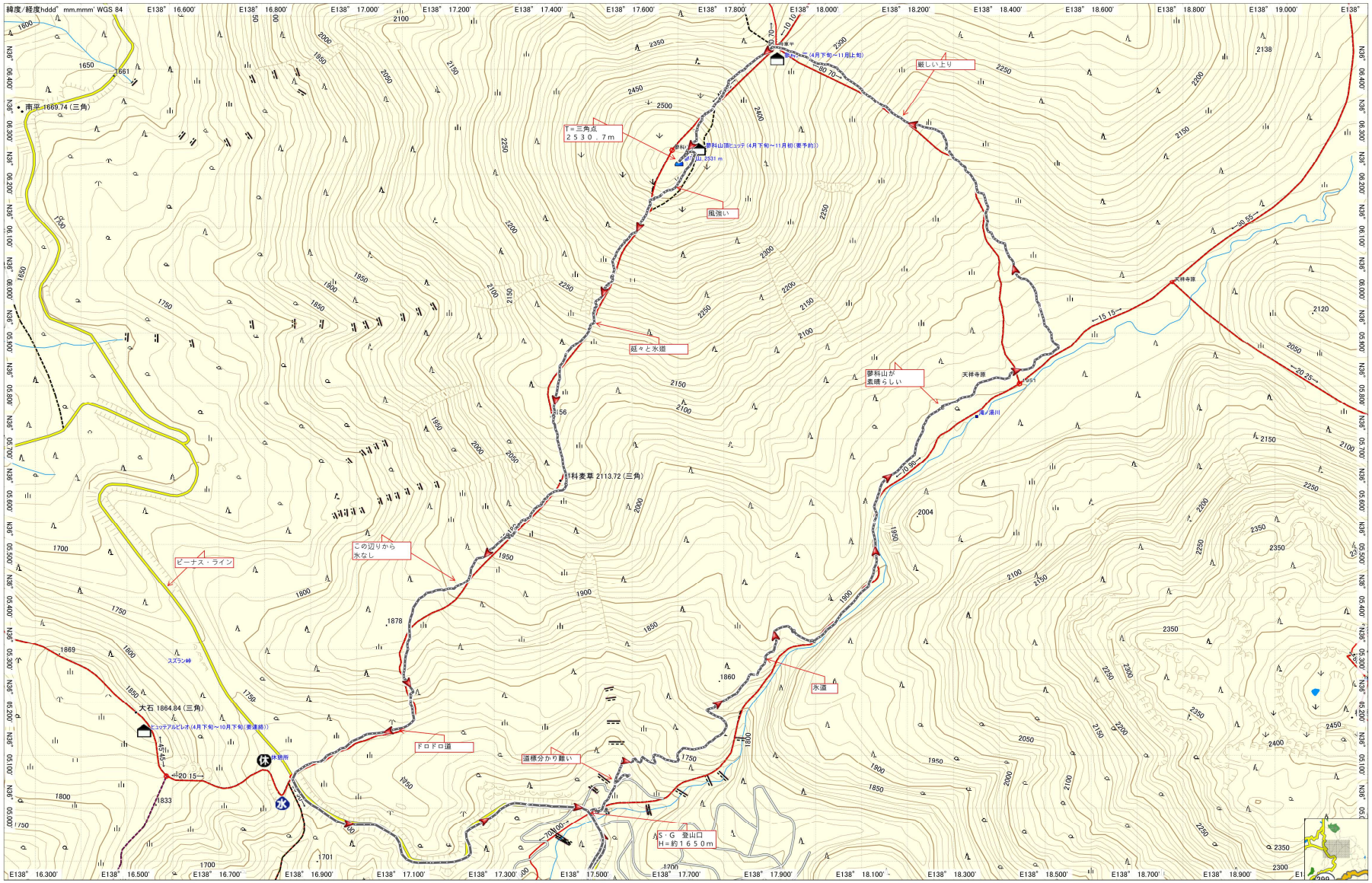
昼食

雪山でワラビを食う

ガジガジ下山道

スズラン峠

下山は、物凄い氷道だった。これが延々と続いた。三角点の２１１４ｍで一旦、アイゼンを脱いだが、その下で再び履いた。ただ、女性軍はノー・アイゼンでスイスイ。ま、荷物が重いと氷道は厳しい。
無事、ススラン峠着。標高差の割に厳しい山だった。
温泉に入ろうと、「滝の湯」に入館したが、１４００－＋消費税でやめた。すぐ下の、「小斉の湯」は、税込みで７００－。座敷の休憩所利用可。こちらに入った。少し塩分がある、サラサラの綺麗な温泉だった。
温泉後は、「長寿更科」で空腹を満たし、アルコールの消毒も。諏訪の酒「高天」は美味しかったが、何故かうすい気がした。疲れていると、案外、味覚が狂う。（コロナ？？）八ッの雪山は今回で賞味期限が切れたか。今回も完全燃焼。満足いく山でした。　（了）


緯度/経度hddd° mm.mmm' WGS 84
南平 1669.74 (三角)
T＝三角点
２５３０．７m
夢科山頂ヒュッテ（4月下旬～11月初（要予約））
夢科山 2531 m
風強い
厳しい上り
延々と氷道
夢科山が
素晴らしい
天祥寺原
この辺りから
氷なし
夢科麦草 2113.72 (三角)
ビーナス・ライン
大石 1864.84 (三角)
ヒュッテアルピレオ（4月下旬～10月下旬（要連絡））
休憩所
ドロドロ道
道標分かり難い
氷道
S・G 登山口
H＝約１６５０m
Japan Topo 10M Plus V3
DeLorme Maps Co., Ltd.2014
Garmin Corporation 1991-2014
2020/04/05 9:50:14
GARMIN

裾野麗峰山の会・山行報告書	文・井上　　写真・後藤
山行 NO.　１８６１－２	
日　時	２０２０年０４月１１日（土）晴れ（午後から曇り一時小雨）
山　域	西丹沢・椿丸（902m）
コース	長泉 6：30－旧浅瀬荘ゲート発 7：50－椿丸山頂（昼食）10：40～11：30－・８６２m峰－８５０m峰下降点－旧山神峠―吊り橋 14：20－大又沢 14：50－ゲート 15：00－丹沢湖畔東屋（すいとんで花見）－長泉 17：45（反省会なし）
標高差	上り　林道ゲート３５０m～椿丸９０２m＝約５５２m （予定内登り返し１６０m＋予定外１３０m＝累計標高差・上り計約８４２m 下り　同上
快適度	（５段階評価）５（ヤブはない）
参加者	後藤、加藤、星、井上＝４名

ロマンチックな山名に魅せられて

丹沢湖を西に曲がり、桜が見事な世附（よづく）川沿いに車を走らせ、世附林道終点に到着。釣り客の車が 10 台ほど停まっていた。7：50 スタート。しばらく行くと、薪を割っているオジサンがいた。ボランティアで釣り人の管理をしているそう。いろいろ教えてくれるが話が止まらないようなので、一緒に話を聞いていた単独の男性（注・１）に後を任せてこの場を脱出。

大又沢が世附川に合流する所に高さ 1.5mほどの石碑がある。（注・２）地図上で、登り口の目印になるので探していたが思ったより小さい。そこから登れそうな場所を探し登り始めた（標高約 380m）。急登で汗が出る。（注・３）

釣り人管理人

入渓者地図

・519 で一度緩やかになるが、またすぐ登り再開。まずは最初に判断が必要な場所の・780 を目指す。三椏（ミツマタ）は黄色い花が終わり、白い直径 3 センチほどの丸い球体を枝の先にいっぱいつけてあちこちに群生している。（注・４）

足元にはあちこちで双葉が出てきて、これから成長しますとその意思を表しているように力強い。山

桜が近くにも、遠くの山にも咲いていてきれい。いつも思うが、日本昔話の春の山の絵のよう。先週までの雪山シリーズとうって変わり、一気にのんびり春モード。鶯がじょうずになくので、加藤さんが大声でほめる。歩きながら、最近の COVID-19 について話し、政府自民党が行った４６６億円のあべのマスクについて批判し、政治談議にも花が咲いた。

椿丸のツバキ

・780 ピークで北東へ右折。ゆるやかにアップダウンを繰り返す。・795 手前で北北西へ左折。地図では等高線がそれほど密ではないので安心していると、実際に歩くと意外と角度があることが多い。地形図、コンパス、GPS を使い、小ピークで現在地を確認し、行く方向を決める。・838 の西で左折し・920 の椿丸頂上を目指す。（注・５）（注・６）

このあたりで、後藤さんと加藤さんの息の合ったかけあいが連発し、星さんと私は大爆笑。後藤さん「あ～腹減ったぁ！」、すかさず加藤さん「食べなぁ！」、すぐに後藤さん「やだよ！」。後藤さん「あ～ビール飲みたい！」、加藤さん「飲みなぁ！」、後藤さん「やだよ！」。加藤さん「私たち待ってるから二人であの山行きなぁ！」、後藤さん「やだよ！」。

この掛け合いは、お笑いの台本があるかのように繰り返され、実に息があっている。吉本新喜劇のお決まりのギャグを見ているようだった。最後尾の私が繰り返しまねするので、その前を行く星さんが大笑いし、力が入らなくなった。星さんがそのことを加藤さんに説明すると、今度は加藤さんまで大笑いしおなかを抱えた。二人は頂上まであとわずかの登りに脚に力が入らなくなったといい、立ち止まって

綺麗な尾根がつづく

しまった。こみあげる笑いを押さえてからようやく登り始めた。

10:40 笑顔のまま椿丸頂上(902m)到着。尾根の北東側の斜面の大きな樹木は切られて見晴らしがよくなっている。谷を挟んで反対側の山なみも、斜面の谷底まで息をのむ大パノラマが広がる。眼下には三椏の群生。正面は山桜。4 人はこのパノラマに向かって横に一列に並んで昼食を取った。（注・６）

いつものようにたくさんの料理がまわってくる。取り立ての玉ねぎにタケノコ。ウドに味噌をつけたこんにゃく。昨日、加藤さんと星さんは静岡の山奥のお茶農家を訪ね、珍しい黄金のお茶を手に入れていた。水筒のふたをコップにして、黄色の茶葉を入れお湯を注ぐ。数分待つと、ふたいっぱいまで茶葉

椿丸下

が広がった。何とも言えない渋みと甘みだった。茶葉は捨てるのはもったいないので全部食べた。

11:30 下山開始。細い尾根を緩やかに下る。ブナの木が枝を大きく広げる。ゆったりとした曲線が女性的で美しいと加藤さんが言った。反対に人工林の杉は男性的。早く高く太く成長することを求められ、軍隊のように等間隔に整列するその姿はまるで企業戦士。自然林の姿は余裕を感じる。根の形も千差万別。いろんな自然の造形を見せて楽しませてくれる。

下りも地形図、コンパス、GPS で現在位置を把握して、尾根を離れる下降点の 850mピークを見落とさないよう周囲の地形情報を議論しながら進む。無事、下降点を確定し左折し南下する。715m のコルが旧山神（さんじん）峠。（注・７）壊れた祠があり、よく見えないが何かが祀られていた。

ミツバツツジ

旧山神峠

旧三保山荘

事前にメールで送信されていた地図には、最終の下降ポイントは３つ想定されていた。一つ目は尾根から約 350m 下る。二つ目は約 230m 下る。三つ目は約 100m。初めの二つは、下りたところが道になっているが、最後の三つめは道に出る前に川がある。

後藤さんは一つ目より急な下りが短い二つ目が選んだ。H675m の小ピークから右折し南下する。200m ほど道なき急斜面を下るが、その先は更に急になり、おりられそうにない。登り返しを決断（この斜度は計算では 34.3 度だった。なかなかのものだ）。H675 m まで戻り主尾根を下る。H480m で右折南下。靴

古い吊り橋

を脱いで川を渡ることを覚悟した。やがて作業用と思われる道や階段が現れた。下まで降りると、壊れた家屋がある。旧三保山荘とのこと。（注・８） なんと世附川には吊り橋があった。しかし、中ほどは床板がなく、約２ｍの仮設工事用の金属の足場板一枚だけポンと置いてある。

残っている床板も抜けないか心配。一人ずつ慎重に渡った。足元に集中し、よそ見厳禁。渡ってみれば、向こう側の入り口はロープで塞がれ、見上げると使用禁止の看板表示。14:20　林道？作業用道路？ガードレールがまだつけられていない整備中の道を世附川沿いに歩く。途中 、大規模な土砂崩れで道が塞がっていた。14:50 登り口を通過。15:00 駐車場所に到着。ゴール。

丹沢湖沿いにソメイヨシノと枝垂桜がきれいな東屋があり、そこで加藤さんが自家製味噌のスイトンをごちそうしてくれた。そんなにおなかは減っていないと思ったがいくらでも食べられた。（注・９）

帰途、御殿場の富士霊園の桜がちょうどよい時期とのことで寄り道をすることになった。桜は見事に満開。御殿場在住の知り合いがレストランに務めているので会いに行ったが、レストランは 15:30 に終了していた。霊園が 17:00 に閉鎖されると聞き、16:45 にあわてて出た。霊園出口の一時停止を見落としそのまま道路にでてしまったら、右からホンダシビックが急停車した。そのあと、そのシビックは追いかけてきて文句を言っていたが、行ってしまった。

御殿場では雨が降っていたが、裾野に入って雨は止んだ。17:45 長泉着。歩き始めに単独の男性が一人いただけで山では誰にも会わなかった。山は春爛漫。鹿や猪の糞が多く、動物の生活圏にお邪魔している気分だった。世は、新型コロナウイルスのため家にいるように言われている。

山は、密集、密閉、密接がない。長時間、脚の筋肉を鍛え、息を切らせて肺と心臓を鍛え、早起きし早く寝る。（ついでに内側からアルコール消毒をしっかりする。）病気にかかりにくい体を作りたい。それにしても笑った。

以上

その他の記述（後藤）

注・１

ここで会った青年は、昔、水ノ木沢方面にあった森林軌道跡を見に来た。・・・昔この地にはトロッコの森林軌道が二路線（大又線、水ノ木線）通っていた。木材の搬出を担ったそれらの軌道は昭和 41 年（1966）に撤去されている。オジサンの話では、旧浅瀬荘付近（ゲート付近）に木材集積場所があったという。　　参考「丹沢今昔」奥野幸道著
http://machimori.main.jp/details9336.html

注・２

石碑は高さ２ｍほど。右に大正四年？？左に小山町は読めた。真ん中は、一番上は梵字が書いてあったが以下は不明。ネットでも分からなかった。いずれにしても、この道は、私が持っている、「丹沢の山と谷」山と渓谷社　昭和３４年４月発行（定価１５０円）でも明神峠から小山町に抜けている。

注・３　椿丸・南尾根取りつきは、カーブミラーのところ。しっかりしたふみ跡がある。

注・４　南尾根下部には、山名になっている「やぶ椿」がたくさん咲いていた。

注・５　標高点・８３８峰西から、防火帯のような幅広登山道。

注・６　西丹沢にこんな素敵なロマンチックな山名があったとは知らなかった。

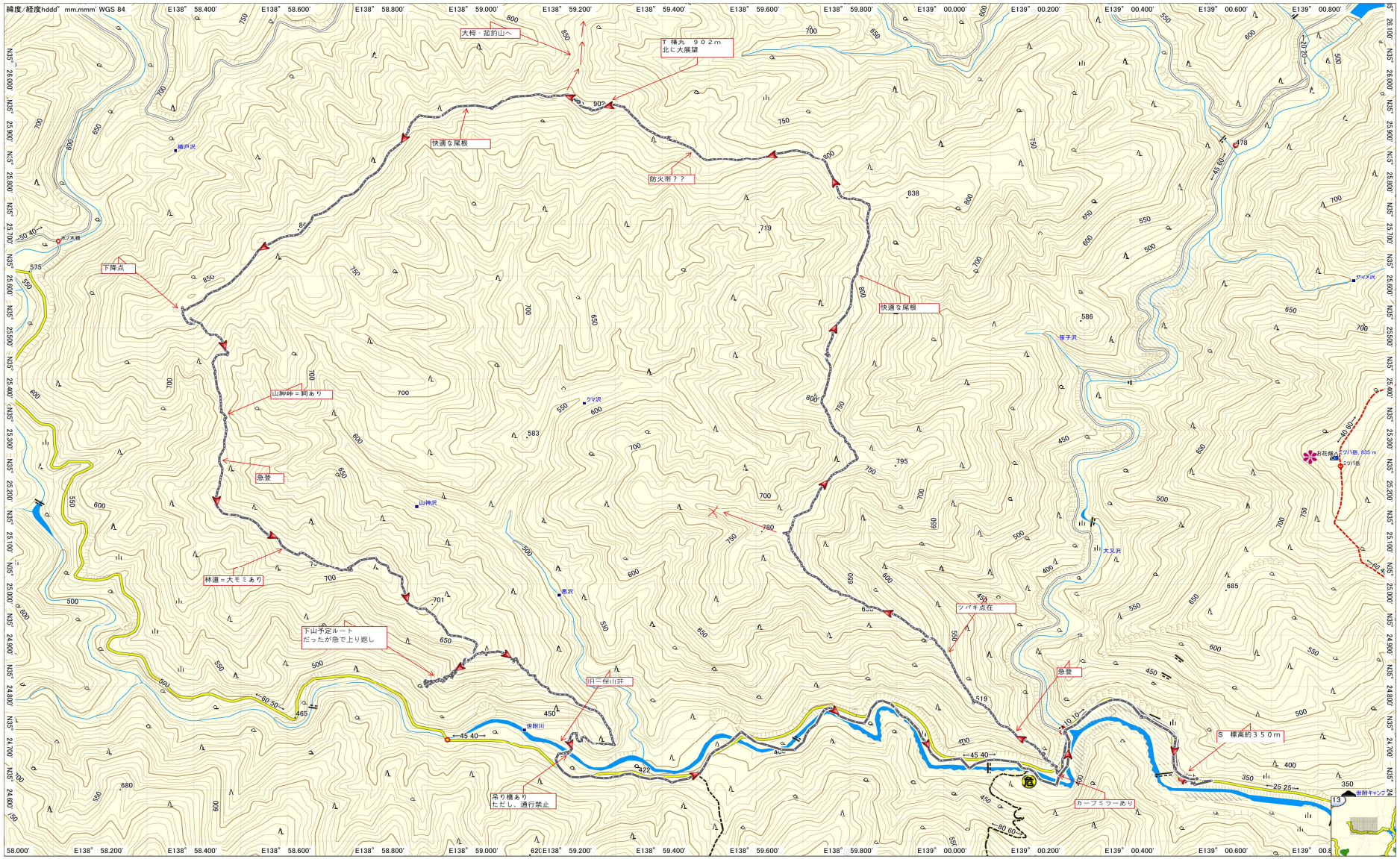
注・７　伐採地は人工林でなく自然林だった。展望が良いのは有り難いが、何故、自然林伐採か不明。展望は大栂・菰釣山・大室山・檜洞丸・丹沢山が見えた。大栂（・１２０４ｍ）行くか？もあったが、片道２時間は厳しい。

注・８　https://yamap.com/activities/1467798/article
https://open.mixi.jp/user/12844177/diary/1938701266　　祠は歴史的なもののようだ。

注・９　旧三保山荘は、本州製紙が使っていた。

注・10　湖畔にヤマハ・スクーターで来たアベックがいた。今時、二人スクーターで来るのは珍しい。コンロで湯を沸かし、温かいものを食べていた。微笑ましい光景でした。２０代後半の自身を思い出した。（バイクは寒くて大変です！！）

注・11.　　この日、下土狩の焼き鳥屋「三楽」は、閉店していた。☹


緯度/経度hddd° mm.mmm' WGS 84
大相・茄釣山へ
T 標高 ９０２ｍ
北に大展望
快適な尾根
防火帯？？
下降点
快適な尾根
山神峠＝祠あり
急登
林道＝大モミあり
下山予定ルート
だったが急で上り返し
旧＝保川沢
吊り橋あり
ただし、通行禁止
ツバキ点在
急登
カーブミラーあり
S 標高約３５０ｍ
世附キャンプ
お花畑
ミツバ岳
ミツバ岳 835 m
世附川
山神沢
クマ沢
恵沢
大叉沢
笹子沢
サメメ沢
ホク木橋
鳴戸沢
838
719
795
780
586
583
519
685
902
878
575
465
701
680
622
Japan Topo 10M Plus V3
GarminMapsin Co.,Ltd 2014
Garmin Corporation 1992-2014
2020/04/12 5:11:59
GARMIN.

番外　写真報告

４月１０日　「ぽつんと一軒家」　静岡市葵区諸子沢＝黄金色に輝く茶畑

黄金色になるのは５月

このお茶は、100ｇ＝5000ー（ホント！）

２時間ほど歩き上る

日本勤労者山岳連盟
静岡県勤労者山岳連盟・東部ブロック
裾野麗峰山の会（愛称・れいほう山の会）

会報「れいほう」
第２６期・２巻　　２０２０・５月号　　NO.２２５

連絡先　静岡県駿東郡長泉町下土狩１５４１－１２　徳山荘
０９０－８９５６～９９９０　　０５５－９８６～６０７５

HP　http://susono-reihou.babyblue.jp/

mail　takanori_reihou8888@yahoo.co.jp
takanori.reihou8888@gmail.com