

裾野麗峰山の会・山行報告書		文・井上	写真・後藤
山行 NO. 1864			
日 時 2020年05月02日(土) 晴れ・高温			
山 域 富士山・宝永山2352m峰			
コース 長泉7:00―駐車場(須山登山道東の沢の橋の東側) 発8:00―幕岩下沢(仮称)―幕岩―三辻―御殿庭上 10:43 荷物デポ―宝永2352m峰 11:26―デポ地点 11:50(昼休憩)～13:15 下山開始―三辻―幕岩―駐車場 15:00―長泉 16:00			
標高差 上り 幕岩下沢・周遊道橋約1345m～宝永山2352m峰＝約1007m。 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、井上、星＝4名			
ゼブラ模様の富士山にしびれる			

7:00 新潟運輸下バス停にて後藤さんが助手席に乗る星さん運転の車に乗る。加藤さんは現地集合とのこと。車に乗ると、後藤さんから「熱はないか？」の一応の確認。御殿場の米軍キャンプのあたりから見える富士山は上半分が雪に覆われ美しい。

事前のメールでは「土曜日、富士山で散歩する気持ちはありますか??」「散歩と言っても、要はニツ塚登山ですよ。(笑い)」「(装備は)ハイキング、弁当、飲み物、マスク」「雪支度なし」であった。ので、コロナ騒ぎの自粛ムードのご時世の中、登山も自粛のため、「登山ではなく散歩」「遭難リスクなし」「平地(?)の登山(私たちににとって)」という解釈のウォーキングだと思った。

参加者も聞いてないので、後藤さんと二人でニツ塚を散歩するものと思っていた。御殿場口洞門の駐車場をパスしたので、あれっ?と思っていたら、宝永2352m峰コースだった。つまり、標高差1000m分のお仕事をして体がなまらないようにしようということだろう。(注・1)



幕岩下沢(仮称)

駐車場に着くと間もなく加藤さんも到着。後藤さんから「熱はないか?」。他に車はない。通り過ぎた御殿場口洞門の駐車場では4台は停まっていたか。パスして正解。誰もいないのが安心。このコース





幕岩下沢（仮称）

は昨年、7月6日と10月5日に来ている。昨年は夏と秋の風景を楽しんだ。

8:00 スタート。加藤さんが数日前に見た数メートル（?!）の長さの大蛇の話を興奮気味に何度もする。あまりの長さによほどショックだったようだ。写真まで取ってあり見せてくれた。加藤さんにも弱点があった。（注・2）



種類はジムグリ（地潜・ジモグリ）？



水のない沢を歩き始める。富士山の雪が規則正しくまだらに解けてマーブルチョコのような模様。いつものコースで安心。そしていつもの滑めた大岩（滝）に来た。は、加藤さんが挑戦したが滑って下の水たまりにドボン。10月、加藤さんが私を登らせようとしたが、危ないので後藤さんが止めた。今回は岩が乾いていて大丈夫そうで、挑戦と言うほどでもないが登ることが出来た。

せいぜい2mというところか。それでも、ちょっとしたでっぱりを見つけて手をかけてぐいっと体を引き寄せる登りは快感。達成感が良い。やがて森の中に入る。ところどころに「富士山自然休養林歩道」の標識がある。昨年の記録を見ると、7月も10月もジゴボウ（注・3）を採っている。

とくに10月は、ベストタイミングであっちこっちにジゴボウが見つかるので、登山は一時中止しキノコ狩りに目的を変更したほど。何kgも袋に入れ、そこから再び登山に戻った時は、その重さがこたえた。

今回は、初春の富士山で、樹々の枝にはミサイルの弾頭のように芽が頭を出している。さあ、今からですよーっていつてみたい。人間はコロナで右往左往し、自宅待機のストレスに耐えてるっていうのに、山は変わらず、自然のサイクルを回している。

登るにつれて、残雪が現れる。登山道にも雪が出てきて、アイゼンのない靴でザックザックと登っていく。時折、ずぼっとはまる。9:20 三辻 1795m 通過。

いつもの昼休みを取る御殿庭を上から見る分岐に到着。ランナー一人とすれ違う。女性陣はもうここでいいという。通常の宝永 2352m 峰へのトラバース道には雪が見え、もし滑ったら大変なのでやめておくという理由。それ以前に、疲れてもういいやという雰囲気だけど。後藤さんと私はここで荷物をデポし空身で宝永を目指すことにした。



雪が豊富だった

選択肢は、右の赤岩まで登って第2火口と第3火口の境の稜線を歩く雪のないコースと、左の御殿庭に下りて向こう側に見える樹林帯の中を登るコース。後藤さんは赤岩までの登りのきつさと安全性から左の樹林帯を選択。私は登りはきつい雪のない短いコースを希望したが、後藤さん選択の樹林帯から行くことになった。

1時間で戻ってくる予定だ。樹々の間の雪はそのまま解けずに残っており、しょっちゅう足ずぼっ。靴の中にも雪が入り冷たい。木の枝が目前にあるので、歩けるところを探し右に左に迂回しながら歩くので、思ったように前進しない。デポ地にいる女性陣の声が離れてもよく聞こえる。何を言っているかは分からないが。



尾根に出ると水ヶ塚からの踏み跡があった。一安心。足跡をたどると歩きやすい。ここは須山口登山道のような。空身で来たので飲み水がないのを後悔した。今日は季節外れの夏日である。

地上でも 30 度以上の天気予報だった。日光が熱い。口が乾く。足元の雪をみて、食べたら乾きが癒されるだろうかと思う。空気も薄くなった。11:26 宝永 2352m 峰到着。もう少し上の第 1 火口の西に赤い服を着た人が見える。声を出していたのもう一人いるようだ。去年は 7 月の夏の火口の姿に感動し、10 月は金色のオンタデの紅葉に感動した。



宝永山・2352m 峰

そして今回は、残雪に感動。家から 1 時間でこれほど富士山を楽しめる場所に来られるって贅沢なことだ。ましてや県内の移動だ。県をまたぐことがご法度とされている現在、ありがたや。

あくまで、歩きなれたコースの散歩だ。ちょっと息が切れて心肺系を鍛えられ、脚のトレーニングができる軽い散歩だ（しつこい）。あっそう、「貯金」ならぬ「貯筋」（注・4）が大切だとのこと。なるほどである。

今、自粛やステイホームばかり叫ばれている中、貯筋は重要だ。家にずっといれば間違いなく体はなまる。世界中の人が運動不足になり不健康への道を突き進むことは簡単に想像できる。いや一山やってよかった。平地を歩いても歩数稼いで、一応運動している程度だ。ジムでの筋トレは厳禁。家のなかにずっといるのは精神衛生的によろしくない。加藤さんが、愛鷹の越前岳の十里木駐車場はいっぱいだったといていた。これではコロナ対策としては失格だ。





頑張るランナー

宝永から下ろうとすると、ランナー一人登ってきた。下から1.2時間とのこと。歩きの半分のスピードに驚く。雪をザックザックと下りる。そしてのぼりで来た地点より早めに左に折れる。

そこはどこをいっても樹々の間なので枝は多く、雪もたっぷりだった。それでも登りよりは早く下まで下りた。そこから見上げる御殿庭の壁の雪の模様がすごい。自然が作る造形に感嘆する。

樹林帯から抜け出し、冒険から帰還した雄姿を女性陣に見てもらおうと勇んで進んだ。が、いない。女性陣が、行きたくないと言っていた宝永へのトラバース上に見える。なんてこった。

荷物をデポした場所には、知らない男性が写真を撮ってうろうろしている。後で聞くと、荷物の所に人が見えたのであわてて戻ったそう。その男性は、山北から来たそう。その後、その人も2352m峰へ向かった。(注・5)

のども口も乾ききっている。こうなるとビールの一口目の期待は大いに高まる。ビールを入れた保冷バックを出すと、保冷剤が温かい。やばい。ビールがぬるい。ザックのフラップにいた「たけのこの里」をみると無残な状態でチョコが完全に溶けていた。



なにはさておき、ビールを雪に突っ込み、くるくると回し、はやく冷えろと願う。さっさと飲めばよいのに、ここはがまん。最高のビールの一口目のためにはどんな我慢もする(なんてね)。ビールが冷えるのを待つために、いつもと順番を変え、カップ麺を先に準備する。

そして待望のその時が来た。その黄金の液体の一口で、体中にしみわたり、生き返る。干からびたミ



イラに水を与えたようだ。いつものように持ち寄りのごちそうが回る。

タケノコ煮つけ、てんぷら（黒はんぺんのてんぷらは初めて食べた）、後藤さんの畑の初物グリーン



ゼブラ模様の宝永山第3火口・御殿庭



雪渓トマト



昼食

ピース、ソーセージ、漬物、フキ。2本目のビールもすぐになくなる。ミニトマトは温まっていたので、雪で冷やすと美味しかった。シートの上で横になる。しかし、日が熱い。空気は乾いており、風はない。ハワイの空気を思わせる。目をつむると海水浴場で日光浴しているような熱さ。

目を開けると雪の富士山が迫る。後藤さんもシートを広げお昼寝タイム。13:25 までゆっくりしてから下山開始。元来た道をたどり下る。バイケイソウが群生していた。(注・6)

まだ樹々に葉っぱが出ておらず秋のような茶色の風景の中にバイケイソウの緑の葉っぱがみずみずしく輝く。触ってみると柔らかくしなやかだ。15:00 駐車場着。16:00 長泉着。本日の基本のキ:「70 歳こえたら無理しない」(加藤さんより、注・7)

以上

#### 编者注

(注・1) カナダ方式で実施

(注・2) ジムグリ(地潜)=ナミヘビ科ナメラ属のヘビ。無毒。全長 70-100cm。体色は赤みがかった茶褐色。平地から低山地の森林、草原、水辺等に棲む。地中や石の下によく潜ることが和名の由来。食性は動物食で、主に小型哺乳類を食べる。特に地中のネズミの巣の中の赤子を好んで捕食すると言われる。(ネット)

(注・3) ジゴボウ=花猪口(はないぐち・落葉松林に生えるキノコ・信州、甲州はジゴボウと呼ぶ) 編者は最初、イノシシの鼻に似ているので、「鼻猪口」と思っていた。

(注・4) 「貯筋」は、諏訪中央病院の鎌田 實さんのお話の一部。鎌田さんは同時に、「1%のボランティア」「・・・にもかかわらず」の生き方の基本、三つを提唱している。鎌田さんは、1948 年生まれ。スキーが大好きという。同時に鎌田さんは、今回のコロナ問題をブログで・・・ぼく自身は、自粛生活のなかでできるだけ「自然免疫力」を高めるように心がけています。

- ・サーカディアンリズム(体内時計)を大切にする
- ・軽い運動する
- ・体を温める
- ・腸にいいものを食べる(発酵食品や食物繊維)

そして、イライラしたり、激しい批判や暴力などの行為はストレスホルモンのステロイドが分泌されます。ステロイドは免疫抑制に働くので、できるだけ心を穏やかにするようにしています・・・。

<http://www.kamataminoru.com/>・・・鎌田さんブログ

(注・5) ザックを置いて出かけるときは、貴重品を持っていくこと。考えたくないが、世の中、いい人ばかりではない。これは待機組が基本的でなかった。

(注・6) 山シャクヤクは、まだ蕾だった。

(注・7) 無理はしないが「無茶」してはダメだね。(´艸`)



バイケイソウ





宝永山第三火口・御殿庭



山シャクヤク



