

98

PRIMULA CUNEIFORIA BULLETIN



Primula

プリムラ山の会

Primula 98

contents

クーロワール	02
In a Shot	岡孝雄 03
98号のお題：山の食わず嫌い。	04
積雪期のマイナールートも楽しいワンU^I^U その19 ～八ヶ岳・中岳クーロワールの巻～	初鹿裕康 06
タカマタギの雪洞	たいらまり 07
八ヶ岳の壁	たいらまり 09
黒姫山歩き	たいらまり 11
積雪期のマイナールートも楽しいワンU^I^U その20 ～八海山・池ノ峰北東尾根の巻～	初鹿裕康 15
八海山・池ノ峰北東尾根	たいらまり 15
子連れハイク No.26	市瀬江利子 17
北ア・白馬岳周辺 猿倉台地 B.C	初鹿裕康 18
二子山中央稜	桜井弘 20
今シーズンの山スキー 2015	北原浩平 21
2015 シーズン山スキー	初鹿裕康 23
景色を見ながら！	初鹿裕康 24
なほみさんのいつまでやってんだクライミング日記。	水野奈保美 25
山行一覧 (1) 2015年2月21日～4月1日	30
山行一覧 (2) 2015年4月1日～5月10日	31
編後記ですよ	32

Primula

98

月と星と大雪溪

Couloir

シェラフの中で時計を見たら、午前2時50分。慌てて飲み物、医薬品、ヤッケ、パンを詰め込んで、外に出ると、双子尾根の上のほうに、満月が出ている。

一昨日の夜、月明かりに照らされた幻想的な雪面と流れる雲、煌めく星を見ていたら、こんな時に歩いたら、どんなに気持ちいいかと思った。それで、昨日の大宴会で、12時に起きて、大雪溪から頂上に行ってくるとは言ったのだが…。

3時10分出発、上のテント2張りは、最終日なのに、もう起きています。

大雪溪に入ると、月は杓子尾根に隠れてしまいライトをつける。一人だと下ばかり見て、黙々と歩いてしまうが思い直し、星空や主稜を見ながら、ゆっくり登る。1時間位して振り返ると、主稜に取り付いているパーティがいる。すごい、下山日に登って帰るんだ。

戸隠の上のほうが赤くなってくるころ、上からの風が強くなってくる。左足が軽い靴ずれみたいなので、3日前に、シリセードして落ちてしまったクレバスに入り、手当と、食事を済ませる。

小雪溪に入ってからが、近いようで遠く、時間がかかってしまう、白馬山荘下の稜線着5時50分。昨日までは見えなかった富士山、槍ヶ岳、劔岳と大絶景を満喫する。

6時下山。クラストしているから、1時間もあれば、テントに着くだろう。

下山日の早朝、ちょっと得したような時間で、あった。

駐車場で「朝飯の前にあんなことして、なんともないの」と聞かれたので「朝飯前」と、答えた。

[青山路]



春待つ雪稜達

今から6～7年前、信州から飛騨地方に抜ける安房トンネルが無料だった頃、錫杖岳の撮影に四季を通じて通った。その中で西穂高・独標での撮影を企画した時のことである。天候の読みも上手くいき絶好のチャンス。ところが小屋に着き明朝の偵察に出かけようとしたところ、何とアイゼンがない!! 雪は腐り気味なので何とかなるだろう? てな具合で登り始めるが、上部に行くに従い固くなってくる。明日のためステップを大きく刻む。下降になると、果たして明朝は大丈夫かしら? かなり慎重にならざるを得なかった。小屋で「今ステップを切ってきたが、心配なのでアイゼンを貸してくれないか?」と頼むものの「なんだこいつは? 貸すことはできない! スリップしたら止まらないよ!」とアイゼンを忘れるなんてとんでもない奴がいるものだ! と思えるような顔をされた。当たり前なことだ。大失敗!! 翌朝、付近で撮影を済ませ、早々に下山した。

今度はアイゼンが頭にこびりつき、決して忘れなかった。暗いうちに小屋を出るが3月にもなると日の出の時

岡孝雄

間は早い。赤い雪稜が撮影できると思っていた。が、独標着寸前に霞沢岳の空が少し染まるが、光は霞沢岳に遮られ届かない。朝一の低い光は上高地の谷から差し込む1月の頃が良いようだ。西穂から奥穂への稜線から派生する雪稜達は微妙な陰影を創り出し、春の光に浮かび上がる。絵に描いたような光景。よく写真的には面白味に欠ける!と言われるが、「俺はこれが好きなのだ!」夢中で何カットもシャッターを切る。デジタルになって考えないで撮影しているのかもしれない。

まだ在職の時、OSUの先輩が「岡君、北アルプスを縦走してきたよ!」と話しかけてきた。「凄いですね。大したものですね、良かったですよ! さぞかし重かったですよ!」 「大したことはないよ! 今は万札を背負って行く時代だよ!」とのこと。このようなことを思い出す年齢になってしまった。それにしても趣味は、お金と時間がかかるものだ。

vol.98のお題 山の食わず嫌い。

人が多い所は基本的に嫌い。山に行ってまで人の多い所に行きたくない。だから、日本アルプスも山を始めてから10年も行かなかった。人が張っているテントのそばに、わざわざテントを張る奴らの気持ちがわからん。よってマイナールートが良いなあ。でも、マイナールートで人に会うとむかつく。(H.H.)

数年前から、クライミングというものを、きちんとやってもいいのかと思っていた。志向としては山岳スキーと沢登りが好みなのだが、「もっとアルパインに」と考えているうちに、右膝を痛めてスタンスに立ち込めなくなったり、今年は左ふくらはぎ肉離れで二ヵ月間、棒に振ったりして、一から出直しの気分。(K.K.)

沢。両足首の靭帯が緩いので、濡れた岩場を歩くのが恐ろしい。(R.O.)

食わず嫌いって、嫌いだと思っていたものが食べてみたら美味しかったみたいなのでしょ？
とりあえず登山全般食べてみた上で、嫌なものはやっぱり嫌なのでやらないw。なので基本なしです。あれ？違うの逆なの？(N.M)

山スキー。登るのは得意、下るのは板を履かなくても不得手。怖い思いをするのがわかっているのでやりません。傍らをスキーヤーが、あっという間に滑っていくのは、癪にさわるところ。(M.T.)

難しいお題でした。山では嫌いでも出されたものは一通り食べなくてはいけないので、基本的に食わず嫌いはいりえないけど、どんなに食べても好きになれないものはアルファ米ですかね。
山自体の食わず嫌いも、あまりないような…。基本的には自分の技量よりもはるかに上でなければ、どこでも登ってみたいかも。(E.I.)

プリムラに入り夏冬バリエーションの他縁遠かった山スキー、沢登り、アイスクライミング、スラブ、クラックも少しかじり、山の食わず嫌いは減ったかも。でもやっぱり岩が好きかな。(M.S.)

Primula 98

積雪期のマイナールートも楽しいワンU^I^U その19～八ヶ岳・中岳クーロワールの巻・・・初鹿 裕康

日にち：2015年2月21日

メンバー：小堀、初鹿

【コースタイム】

2/21 晴：美濃戸口(7:49)－美濃戸(8:45)(8:53)－赤岳
鉱泉(11:25)(11:42)－行者小屋(12:12)(12:34)－取付
(12:34)－終了(14:40)－中岳登山道(15:14)－行者小屋
(15:35)－赤岳鉱泉(15:15)－美濃戸(16:50)－美濃戸口
(17:35)

冬の八ヶ岳に長い間通っていると、技術の向上も
いまさらないので、段々登れるバリエーションがなく
なってきた。今回はネットで見つけた中岳クー
ロワール。いったい場所はどこだ？

朝一で東京を出発して美濃戸口に着いたのは7時
過ぎだったが駐車場はほぼ満杯。何とか駐車場の
真ん中に止めて歩き出す。行者小屋の方が近いけど
赤岳鉱泉の方が歩きやすいから、赤岳鉱泉経由で
行くことにする。荷物も日帰り分だし結構いいペース
で赤岳鉱泉着。トイレに行って戻ってきたら、小堀
さんがすでに登攀用具の準備中。「やること早いなあ
」と言うと、「北稜行く時も、いつもここから準備して
いくんだよ」と言う。オーバーヤッケまで来てやる気
満々なんだけど、ここから中山乗越までの登り暑く
ないのかなあ。



最初の急登



狭いルンゼ



上部のリッジ

行者小屋に向けて歩き出すと小堀さんが後から、「あっ、今行者小屋かと思っていた」とボケをかます。

オーバーヤッケは脱いで中山乗越へ。あつという間に着いてしまった。行者小屋から文三郎を登り、赤岳に向かって急な登りになるところから、右の沢に入る。しばらくトレースがついているが、どうやら先で雪訓をやっているご様子。わかんを履いてトレースを追っていくと、案の定「こっちは道じゃないですよ」との声、なんと答えていいか分からず「知ってます」と感じ悪く答えてしまった(まあ、いつものことさ)。

雪訓やっている先の、沢が大きく右に曲がるところの手前が中岳クーロワール。急な雪壁をダブルアックスで登っていくと段々と両脇が狭まってくる。この付近はどっかで見た景色。そーいえば、昔このクーロワールの左の尾根を登ったっけ(仮称中岳北稜とか言っ)。そろそろ、ロープを出そうと言うことで、ビレイ点を探す。左上の木にシュリングが巻きつけてあるが、とても手が届く高さではない。クーロワールの先をじっと目を凝らすとちょっと先の右壁にペツルが見えたので、ここからボディビレイで小堀さんが先行することにする。3ヶ所位ペツルがあつて、ザックが引っかかりそうな所を何とか挟まりながら登って

いくと、チョックストーンにかけてあるシュリングの所に着く。ここから先が今回の難所で、アックスが刺さるところが1箇所しかなくそれにぶら下がるような形で、足を踏ん張って次のアックスを石に引っ掛けて登ると言うような芸当を使って登る。岩もぼろぼろで雪もほとんど着いておらず大変だった。

登り詰めると雪のない岩場にロープを巻きつけて小堀さんがいる確保点に着く。ハーケン1本。ここから左右切れ落ちた岩場。でかい岩も浮いているし、ちょっと怖かったけどその先は雪。初鹿リードするが5m先の立ち木でビレイ。中岳まで行くつもりだったけど、ここから先のラッセルはしんどいなあ。と言うことで右にトラバースして中岳登山道へエスケープ。後は行者、赤岳鉱泉経由で美濃戸にはぎりぎり明るいうちに着いたのでした。

たぶんもう少し雪が詰まった時がベストシーズンなのかな。すべての支点が手がぎりぎり届く位だったから、積雪が多いときに登った痕跡なのだろう。

日帰りのちょいバリエーションにはお薦めです。中岳まで上がればさらに充実(*^_^*)。

Primula 98

タカマタギの雪洞

・・・たいらまり

日程：2015年3月7日～8日

山域：上越・タカマタギ

メンバー：平、他3

コースタイム：

3月7日：08:30入山口～11:30棒立山～13:00雪洞場所

3月8日：08:50雪洞～09:10タカマタギ09:30～09:40雪洞10:10～下山

前夜に運転手の自宅に集合、軽く前夜祭をして起床したら5時になっていた。あわてて出発。

現地付近に着いたが、入山口を求めて車で رفتり来たり。土樽駅近くのガード下に車が停められそうな場所とトレースを見つけて8時くらいに出発。

トレースに従って、ガード下をくぐり緩やかな樹林帯を歩くが、いつまでたっても登れない。先行者はスキーヤーらしいので、途中で引き返し、仕切り直し。GPSで確認してから、雪に埋まった沢を横切り、

目印の鉄塔めざして急坂を登る。登り切ったところで、赤布を発見。もっと手前で尾根に取りつのが正規ルートなのだろう。

ちょっと迷ったが、ここからは、忠実に尾根上を辿る。天気は予報に反して快晴。緩急を繰り返しながら登る。地形図をみながら、ピークごとに場所の予想をしていくが、感覚より1つ先に進んでいたようだ。方向が大きく変わるところで気が付いた。

お昼過ぎに棒立山に到着。出発が遅いと気にしていたリーダーも安心したに違いない。下りながら、雪洞適地を探す。ゾンデを出して、深さ3m以上の指示のもと、出入りにも支障がなさそうな場所を決めた。

ここから雪洞堀り開始。2人ずつに分かれ、双方から掘り進む。スノーソーで切り、スコップでブロックを取り出し、ブルーシートで外に放り出す。リーダーの、高さ深さの綿密な指示のもと、設計図に沿っ



上越の霧囲気



雪洞堀り開始

て作業が進む。私の役目は、スノーソーで切られた雪のブロックを、スコップで崩して取り出すこと。天井を高くしたおかげで、立ってスコップをけり込むことができた。しかし腰が痛い。

休憩を入れて作業を進めるが、疲れてきてスピードが落ちる。こちら側は非力な女2人でなかなか進まず、ほとんど横に方向転換しないうちに、隣の男組とぶつかった。内壁を整えて、作業が終わったのは18時前になろうとしていた。ほぼ5時間強を要したことになる。

棚をつくってろうそくを灯せば、暖かい気持ちになる。今晚はすき焼き。食当は私だったが、メニューが予め指定されていたので、買い出しだけ。切ってきた野菜とお肉を何回戦かにわけて鍋に投入し、生卵で食べる。簡単なわりに豪勢な感じ。お酒も豊富、雪洞のメイン行事はやはり宴会と再確認。天井を丸く削る時間はなかったが、水滴に悩まされることもなく快適に過ごせた。

酒宴がおわり、4人には広い雪洞で就寝。まったく寒さが感じられず、朝まで熟睡した。眼が覚めれば7時。通常の出勤時よりも遅いくらいだ。外に出ると、昨日とは打って変わって雪だった。こんなはずでは・・・。しばらくすると、10人以上はいるかと思われる団体さんが山頂めざして通り過ぎていった。あまりゆっくりしていても仕方ないので、すき焼きの残り汁にうどんを入れて朝ごはん。荷物はデポ

して雪のなか空身でタカマタギを目指す。30分も経たないうちにピークについた。

ここが山頂？棒切れがぼつんと立っただけ。あたりは真っ白。やむなくここで記念写真を撮り、雪もやまないので、足早に下山にかかる。30分もかからない登りを下るだけなので、すぐに雪洞に着いた。お湯を沸かしてお茶を飲み一休み。

あとはざっと下山。トレースは団体さんのおかげでしっかりついている。途中で“やまねくらぶ”の10人近い屈強な若人たちにも会って、2つの雪洞を拝見。中にしつらえられたテーブルには、宴会後の魚の切れ端などが残っていた。この天気なので山頂は諦め、雪訓に徹するようだ。

雪洞に気をとられ、ちょっと方向を間違えたが、ほどなく軌道修正して、来たときの尾根の降り口に到着。先まで進んでから降りるのにも、トレースがないので、やっぱり来た道に戻ることにする。登るときに間違えかけた場所も、GPSで答え合わせをしながら、迷わず入山口にたどり着く。

車に戻って、もう雪も止んだ帰路。岩の湯に寄って汗を流して帰京した。温泉も良かったな。



入口は立派



ここが山頂だって

Primula 98

八ヶ岳の壁

・・・たいらまり

日程：2015年3月15日/21日

山域：南八ヶ岳

メンバー：平、他1

3月15日 阿弥陀岳北陵

コースタイム：

08:00美濃戸～9:30行者小屋～12:30阿弥陀岳山頂～

13:00中岳のコル～13:30行者小屋～14:40美濃戸

天気予報は好転し、今季初めての八ヶ岳へ出かけた。早朝、埼玉を出発して、美濃戸口の上の駐車場を出たのは8時くらい。南沢を行者小屋まで歩く。アイゼンでは重たいので、スパイクのようなものを借りて靴に着けた。気温が高く、汗をかきながら行者小屋へ。ここで大休止をして、装備を身に着ける。

文三郎尾根を少しゆき、トレースも明らかな右のルートに入る。どこまで行って尾根上にあがるか少し迷うが、ルンゼをあまりあがらないうちに、急な樹林を抜け尾根にあがる。後ろに普通の登山者が登っ

てきている。

尾根にあがれば、北稜のラインがよく見える。樹林をゆき、少し岩めいたところで緊張しながら、手がかりの枝を探しながら登りきると、見覚えのある岩場についた。赤いシュリングが目立つ。

ビレイの準備をして、トップに登るのを待つ。クラックに沿って少しあがり、右に回り込んでそのまま上へ。クラックでは、足が抜けそうになり、右に回り込むところでは膝を使ったりして登る。もう久しく登っていないので感覚をすっかり忘れてしまった。

その先は、何の変哲もなく、まっすぐに登るのみ。ほどなくビレイ点に着いた。次のピッチもあるにはあるが、ちょっと急な登り、くらいだったようで、あまり覚えていない。取りつきに着いたのが遅すぎて、まったく渋滞もなく、快晴のなかのんびり登った。岩場を巻くルンゼには、先ほどの後続の登山者が登っているのがよく見える。



まだ岩場にたどり着いていないけど



山頂万歳

ザイルを解いて畳むと細い尾根歩き。振り返れば、たいしたところを登ってきたように見えて満足に浸る。脇のルンゼの方に寄り気味にばっちり付いたトレースをあがれば、あっけなく山頂に着いた。

山頂ではお決まりの

記念撮影をして、下りにかかる。この下りが苦手で、初めて北稜にきたときにロープを出してもらったのを思い出した。そして、やっぱり途中から後ろ向きになって中岳沢のコルまで。時間もお昼を過ぎていたので、赤岳に回るのは即やめにして、中岳沢を一気に下りる。30分程度で行者小屋まで。

装備を解きがてら大休止をして、美濃戸口へ。靴には小さな爪をつけて、快適に降りた。ひさしぶりの晴天の雪山、日帰りにはちょうどよく、楽しめた。私はこの程度で充分。

3月21日 横岳西壁石尊稜

コースタイム：

8:10 美濃戸～09:50赤岳鉱泉～11:00石尊稜取付～14:00 終了点～15:10行者小屋～16:40 美濃戸

当初、訓練も兼ねて、あえて1泊の計画を立てたのだが、同行者の不調により日帰りに変更。先週と同様、早朝に埼玉を出発して、上の駐車場に着いたのは7時半くらい。久しぶりの北沢を歩く。南沢と違って、道幅は広く舗装されている。轍で逆に滑りそうな道を、買ったてのスパイクをつけて歩く。

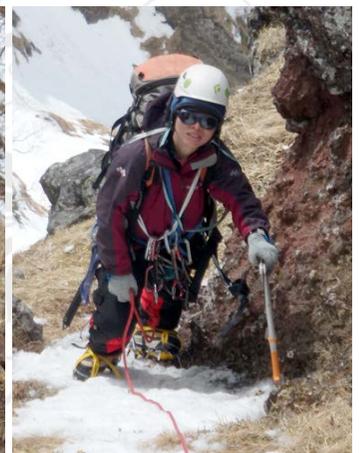
道は緩やかに登っているのみ。沢を渡って道標があるところで、ひと休み。道は若干狭くなった。1時間強で赤岳鉱泉に到着。

テントは数貼り。すでに時間が遅いので人は出払っていて、ほとんど居ない。トイレ休憩をして、中山に向かって進む。

写真で何度か見た赤い橋は埋もれかけていた。そこから左に入るが、トレースはしっかりある。三叉峰ルンゼのトレースを見送って、日ノ岳ルンゼへ。尾根がみえると手前で右からあがって少し左へトラバースして取りつ



雪がない！



どこまで登っても

き。身支度を整えた。

先行パーティが3人で登っている。ピンはいくつかある。右側を登って、木でビレイ。雪はわずかに乗っている程度で、ほとんど岩稜登り。ビレイ点には先行パーティがいた。

2ピッチ目も、雪が少なく勝手が違う感じ。アックスを草つきにがつつ刺して登る。あんまりよろしくない。その代り、少し岩っぽいところは、手袋もせずがっちり岩をつかんで登れる。かなり慣れてきた感じ。

同様に、数ピッチ登って、いよいよハイライトの雪稜、は申し訳程度に雪がのっついてわずかな名残があるのみ。ロープを解いて、コンテで進む。後続パーティもいないので、ゆっくり行きたいところを、思い切りロープを引っ張られて、ぐったり。

最後の岩場の前で少し休み、ビレイの準備にかかる。出だしに比べれば、何ということもなく終わった。修了点でロープを解き、装備をしまつて休憩、14時。一般登山道と合流し、地藏尾根を下る。地藏尾根に辿りつくまでがかなり長く感じられた。

今度は、行者小屋から南沢を降りる。16時前には、行者小屋を出て、17時前に美濃戸口へ着いた。昔、赤岳主稜に行ったときに比べれば、早いものだ。それにしても、1週間で大分雪が減ってしまった。もう少し、雪があるときに来てみたい。

Primula 98

黒姫山歩き

・・・たいらまり

日にち：2015年3月28日～29日

山域：信越・黒姫山

メンバー：平、他3

コースタイム：

3月28日：大橋11:00～13:10新道分岐～14:40黒姫山山頂～15:10幕場

3月29日：07:50幕場～黒姫乗越～11:40黒姫高原スキー場

電車で行くなら遠いところ（かつ行きたいところ）へ、というわけで黒姫山へ出かけた。スキーではない。

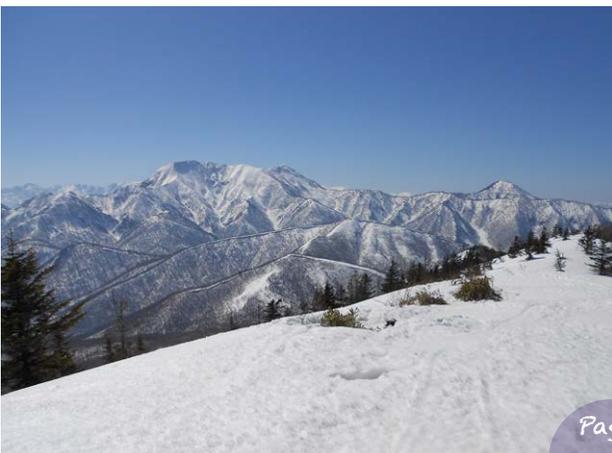
長野まで新幹線。北陸までのびた新幹線の車両は新しく、座席もゆったりしている。心配していたが座ってゆかれた。当初、バスで長野駅から戸隠神社の中社まで行く予定だったが、翌日の天気あまり良くなさそうなので、初日にできるだけ距離をかせごと、タクシーで戸隠牧場の先、大橋まで入る。この長い舗装路を冬の靴で歩くのはさぞつらいと思われた。

歩き始めは、ほとんど平坦な雪道。トレースもついていて沈む心配はない。途中、何人かのスキーヤーに出くわした。身軽な彼らは、追い抜かしたと思ったら、また下山してくる。スキーのトレースは縦横無尽なので辿らず、赤テープを追いかけながら登る。尾根が丸くても、ほぼ次の目印は見えるので、迷うことは少ない。穏やかに高度を上げながら、稜線に乗り上げた。樹相が変わる。

方向も大きく変わって、御巢鷹山を回りこむようについた稜線を歩く。ちょっと雪稜気分が味わえるところで、先頭を交代しながら登った。おいしいところは分け合わなくては。

湾曲した稜線をたどると、山頂らしきところ。が、山頂はまったく何の目印もないところで、地形図がなければわからなかったろう。

山頂を越えても、スキーヤーのトレースがあるが、結構雪庇の端を通っている。アップダウンを繰り返



平坦な道をずっと



稜線歩き



夕陽のお宿

しながら、手ごろなテント場を探す。そしてスキーヤーのトレースが分岐になっている鞍部を幕場とすることにした。

樹林に囲まれてはいるものの、火山中央の頂がよく見える。ここを下ってあの山頂へ行くのはかなりタイヘンだろう。時間は15時過ぎ。風もなく暖か。テントを張っても中に入る気にならず、あちこち景色を見てまわった。明日天気が悪くなれば、見えないかもしれないのだ。

頃合いを見て、夕飯と宴会。S村さん担当で、茹でウィンナーとキャベツに始まり、トマトスープスパゲティ。ほか、K&Iさんからは、果物、おつまみと豊富に供され、お酒を分けあいながら宴会。満腹になって就寝。

翌朝、昨日のような快晴とはいかないが、薄日が差すくらいの天気で悪くはない。朝食は、私のラーメン。もう慌てることもないと、ゆっくり済まして、テント撤収。アイゼンを履いて出発。

右に雪庇、左に樹林、の稜線をしばらく進み、黒姫乗越付近でどこから降りようか迷う。稜線を外れて大きく方向転換する箇所である。降りやすいところを選んで、大きくトラバース気味に夏道を探る。

雪は緩み、足元が固まらないので気持ちが悪い。

ここからの夏道は非常にわかりづらく、むろんスキーヤーは下っていない。尾根とルンゼをいくつも横切りながら、ずうっと迂回してスキー場を目指す。ちょっとGPSでカンニングも。

いまは使われていない古いスキー場にたどり着くと、ゲレンデの端をざくざく降りる。スキーヤーのお2人は、スキーならすぐだというのが、そうでない2人は、この急な下りが、足で降りられて良かったと思うのだった。

ようやく営業中のスキー場にたどり着いた。ここはそれほど急ではない。遠慮しながら、端から端へ下る。監視員には、スキー場に傷をつけたかわりに、下でビールを飲んでいくように、と言われ、当然、われわれは喜んで忠告に従った。

スキー場で、装備を解いて大休止。歩いて行けるお風呂を探し、道を訊きながら探すがない。タクシーを呼んで、妙高高原に近いお風呂に遠征。入浴を済ますと、再びタクシーで今度は黒姫駅に近いお蕎麦屋さんに連れていってもらい、日本酒を飲みながら反省会。食券制の食堂のようなその蕎麦は、非常においしかった。この間、小林一茶の墓をどうしても見たいと抜け出したIさん。墓は閉鎖されているか何かで詣でることはできなかったようだ。

小海線で長野へ出たが、新幹線は激しく混んでいて、座れず。それでも大宮まで1時間程度。デッキにザックを置いて座り、帰路についた。

Primula 98

積雪期のマイナールートも楽しいワンU^ェ^U その20 ~八海山・池ノ峰北東尾根の巻~ . . . 初鹿 裕康

日にち：2015年4月11日～12日

メンバー：初鹿、平

【コースタイム】

4/11 曇/雨：荒山除雪終了点(9:28)－322m橋(10:51)
(11:14)－718mP(14:20)－コル(14:30)

4/12 晴：(7:27)－池ノ峰(11:22)(11:46)－ロープウェー
駅(12:26)(12:35)－ロープウェー下(13:31)

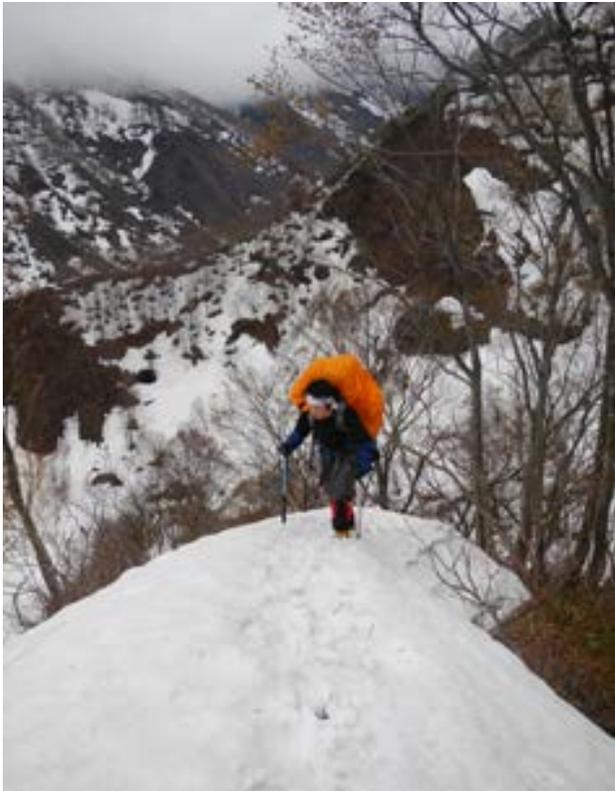
昨年もやっぱ今頃にクロガネの頭東尾根に行き、雪が少なく、えらい藪こぎになってしまったので、今年は雪の多い藤原方面か越後あたりで検討。足を考えて八海山の池ノ峰北東稜と言うマイナールートにする。傾斜がそんなに厳しくないの雪は残っているかな??

雨の東京を出て新幹線で浦佐。大宮から1時間もかからず着いてしまって寝不足?こちらはとりあえず雨は止んでいる様だ。駅前には幸先良く雪が残っている。タクシーで荒山集落の除雪地点まで。つぼ足で行けそうなので、そのまま林道を歩いていく。322m 地点で橋を渡った向かい側が北東尾根。どこから取り付こうか考えて目視。左のスカイラインの尾根が登りやすそう。林道がその先左側に伸びていたの、さらに登って行き立派な東屋があるところから取り付くことにする。アイゼンを装着し、雪は若干付いているものの藪漕ぎと言うより木漕ぎと言う感じで登っていく。時折雪面を登れる場所もあるが。途中から雨が降り始めてくるが、雨具を着てもどうせ

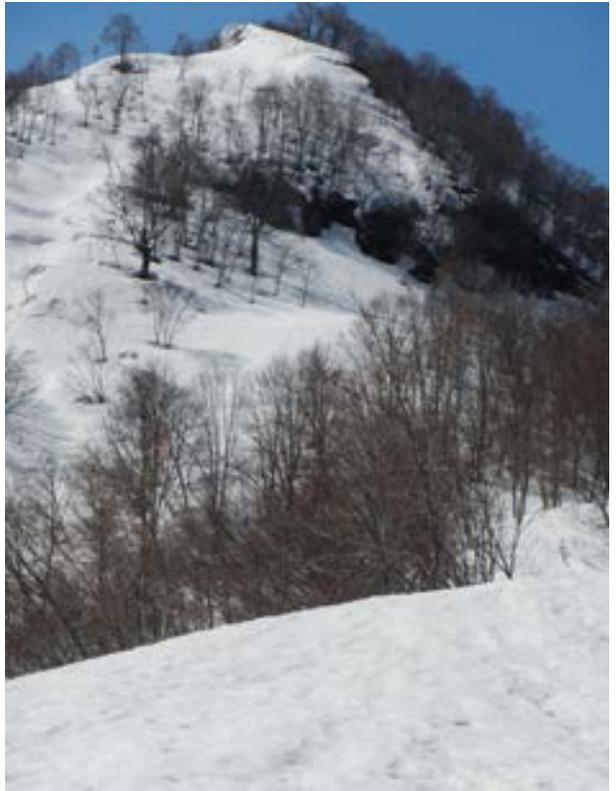
汗で濡れてしまうので同じか。718mP 手前から藪を避けつつ雪面を登っていく感じになる。718m を越えた直下のコルで泊ることにする。

テントを張る前に整地しながらアイゼンを外していると平ちゃんのアイゼンが片方ない、らしい。ちょっと探しに行くがすぐに戻ってきて「見当たらない」とのこと。「明日はどうする??」と聞くが「もう戻りたくない」とのこと。まあ、上に行った方が近いかな。テントを張って宴会に突入。しかし、雨で外側から濡れてしまうとコンロを焚いてもヒートテックは乾きにくい。やっぱり999円だけのことはある。ダクロンQCに着替える。天気が悪そうなら、やっぱりクロロファイバーに勝るものはないね。

翌日は予定通り快晴。朝からキツツキやら鳥やらが元気だ。とりあえず片足アイゼンの人がいるので、いやでも先頭は私。稜線から半分崩れ落ちた雪面と藪を交互に登りながら池ノ峰の頂上直下どこを登ろうかと観察。下から見る限り頂上直下の岩壁を避けて右に登るか左に行くか。さらに登って岩壁近くからみると思ったより左の稜線が近い感じなので、左斜め上に登っていく。天気は快晴で気持ちがいいのだが、昨日の雨で重くなった雪面がいつまで斜面にへばりついていてくれるのか心配になる。結構急な斜面を20歩ずつ数えながら頑張って登っていくと、池ノ峰直下。最後の雪面を行くと池ノ峰の山頂の一角に出た。そこから先は雪面だらけである。良かった。



上部リッジ



全容

八海山方面は急な斜面なので若干雪が落ちているようだ。ちょっと休んでスキー場方面に下ることにする。途中雪原の向こうで狐?とカラスが戯れていた。他に誰もいない幸せをかみしめながら歩いて行くと、山スキーヤーが3人ほど休憩していた。平ちゃんがどこを滑るのか」と聞くと「スキー場を登って来てスキー場を下る」とのこと。まあ、ロープウェイも動いていないので貸し切りだけどねえ。その先すぐにスキー場到着。スキー場からは急な斜面を下ろうかと思っていたけど、平ちゃんが嫌そうなので、初心者ルートを歩いて下りる。でも、急な斜面を滑落停止しながら下っていくのもありだったかなあ。袋も用意して、ふきのとうを採りながら下る予定だったが全くなく残念。ロープウェイの下駅でタクシーを呼ぶ。しばらく待っているとタクシーから電話が来て、ロープウェイの駅まで上がれないということなので、ちょっ

と下のスキーセンター?まで3分ほど下る。途中でふきのとう発見。確かに下にはゲートがあった。まあ、道路が来れば車が来られると思っちゃうよね。

この時期はやっぱりもっと傾斜の緩いルートでないかと厳しいなあ、でも稜線がはっきりしていないところが多い尾根なので、ルートの読みに結構頭を使って頑張って登れたので楽しかった。これぞ、アルパインって感じでした。天気も良く景色も抜群。六日町から越後湯沢に出て入浴。お弁当代わりの握りをつまみに新幹線で乾杯。

家に帰って、ふきのとう味噌をつまみに二次会(*^_^*)。

Primula 98

八海山・池ノ峰北東尾根

・・・たいらまり



池ノ峰が見える

日程：2015年4月11日～12日

山域：上越・八海山

メンバー：初鹿、平

コースタイム：

4月11日：09:30荒山集落～11:00金山橋～718mピーク～14:30幕場

4月12日：06:30幕場～11:20池ノ峰山頂～12:20八海山ロープウェイ駅～13:30八海山スキー場下

上越の雪稜の今季最後の機会をめざして、八海山に出かける。新幹線で浦佐に着くと、街中にもどっきり雪。これは期待ができそうだ。(昨年、同時期のクロガネノ頭でかなり藪に苦しめられた。)

タクシーで水無川沿いの入山口へ。集落のお堂の前で除雪が終わっていて、車を下される。わかんを付けようか迷うが、少し進んだだけでガードレール沿いに舗装された路面が現れる。しばらく歩くと舗装路は切れ、いよいよ雪面になるが、雪は締まっていてわ

かんは必要ない。

対岸はサイクリングロードらしく、立派な道が見える。対岸に渡る金山橋のところで、尾根の取りつきを探す。近くにくらでもあるふきのとうを晩のおかず用に採取して出発。

目の前の尾根に取りつこうにも、登りづらそうなので、支流のマス沢沿いにまわって東に延びる顕著な尾根から登ることにする。まわりこむ最初こそわかりにくかったものの、少しゆけばしっかりした道があり、道幅も広い。東屋まであったところをみると、地図より道が伸びたのだろうか。

アイゼンを履いて、アックスを両手に急傾斜を登る。雪は緩んでおり、いっしょに落ちそうな感じがある。晴れていなかったのは逆に良かったのかもしれない。傾斜を登りきると細く顕著な尾根、と思いきや、藪時々雪くらいになる。アイゼンの爪も使って、藪を突破しては、一時雪に乗り、また藪に突入し…の繰り返し。

718mピークに辿りついて大休止。天気は予報通り良くない。そろそろテント場所を求めて、緩い樹林帯の下りにかかる。もう藪の心配はない。鞍部に落ち着き、テント設営にかかるべくザックに座りこむと、アイゼンが片方なかった。

どこで落としたのかまったくわからず、とりあえず引き返してみることにする。初鹿さんがテントを設営している間、大急ぎで来た跡をたどるが、足跡の片



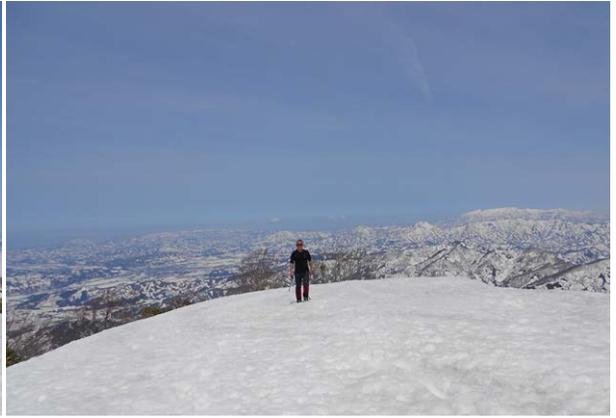
のびのびと休憩

方はアイゼンではなく、靴底のものだ。休憩したピークにたどりつき、さらに下って藪の手前まできたとき、ようやく諦めた。雪の降りが激しくなってきたところ、大急ぎで引き返す。

アイゼンはまだ使って3年くらい。ちょっと気持ちが沈む。引き返すことはもはやできない。テントに入り、気持ちを晴らすべくお酒を飲む。早くも初鹿さんのビールは外で冷やしてあるもよう。ふきのとうは茹でて、偶然持参していた味噌であえてつまみにした。日本酒が非常においしく感じられる。今晚は鍋料理。酒宴のうちに夜は更けて就寝。

4時起床、の予定が気づいたら5時だった。朝は初鹿さんの餅入りラーメン。そこそこ早く準備は整って、1時間半で出発。

きょうは快晴。ちょうどよく緩んだ雪を、片方のアイゼンで登る。ステップをしっかりと切ってもらうが、やはりトラバースは怖い。アックスはダブルにした。めざす稜線は登っている間、ずっとよく見えているがなかなか近づいてこない。女人堂が、ずいぶん遠くに見える。昨日とは違って藪を漕ぐところはめっきり少なくなったが、アイゼンが外れていないか頻繁に確認しながら登る。ようやく山頂が間近に迫っ



丸い山頂

たところで、岩場のようなところがみえた。

右に逃げるか、左に逃げるか、登りやすさを考えながら近づいてゆく。ルートは自然と左側にとる。さらにルンゼをトラバースして緩やかな西側の尾根にのるか、急なところを直登するか。地形図と見比べながらまた悩む。とりあえず、緩やかなところを選びトラバースしながら左側の尾根にのることにした。目標となる木を決めて斜めに上がっていく。

ほぼ山頂と同じ高度になると雪が崩れていた。つながっているところを選んで、無事山頂へ。日当たりがよく暑い、周りの景色は一望できる。長い時間休憩して、広い尾根をスキー場目指して下る。もうアイゼンは要らない。途中でスキーヤーのトレースに出あった。ここの稜線上から、北の集落に降りる夏道もあるはずで、分岐がないか探してみるがわからなかった。

ほどなくスキー場の上に。スキーヤーが休憩していた。営業は終わっているので、歩いて下る。ゲレンデは傾斜がきつくて怖いので、林間コースの下山路にしてもらった。花粉のたくさんついていそうな樹林をジグザグに下って、スキー場の下へ。タクシーを呼び、六日町の駅に出て越後湯沢。駅中の温泉に入って、帰路についた。

子連れハイク No.26 Primula

— 2015年4月19日乙女峠(1105m) — 98

市瀬 江利子

鯉のぼりに見送られて

こんな感じの登山道です

後半は結構急です



2015年4月19日

乙女峠(1105m)

子連れハイク No.26

メンバー：市瀬、初鹿、他3

コースタイム：乙女峠ふじみ茶屋(11:00) --- 乙女峠(12:00-13:00) --- 乙女峠ふじみ茶屋(13:30)

金時山まで行く予定が雨の為、乙女峠までに変更です。ふじみ茶屋の駐車場に車を止め、鯉のぼりに見送られていざ出発します。駐車場代1000円はふじみ茶屋のお店に支払います。駐車場は4時半に閉まるのでしたので、金時山まで子連れで行くには、もう少し早めに出たほうが良さそうです。

登山道は、後半が少し急ですが、特に危ない箇所はありません。

ベンチとテーブルのある展望台からの景色は良く、今、話題の大涌谷が見えます。この頃は、まだそれほど煙も多くなく、あれは大涌谷かな?などと言いながら眺めていました。

ちょうど、峠に着いた頃、雨が降ってきた為、傘を差しながら、ベンチに座りお弁当を食べ、ゆっくり下山しました。



乙女峠到着

Primula 98

北ア・白馬岳周辺 猿倉台地 B.C

・・・初鹿 裕康

日にち：2015年5月2日～6日
メンバー：小堀、初鹿、栗原（杉並山の会）、
山里（3日～5日）、平+1（別パーティ、
3日～6日）

【コースタイム】

5/2 晴：猿倉(9:21)－猿倉台地(11:52)
5/3 晴：(6:02)－JP(11:04)(11:18)－杓子岳(12:10)
(12:24)－コル(12:45)(12:57)－B.C(13:40)
5/4 曇/雨：(9:06)－長走沢上部(11:17)－林道(11:44)－
B.C(12:29)
5/5 晴：(5:39)－稜線(11:18)(11:39)－小蓮華山(12:05)
(12:18)－三国境(12:57)(13:08)－白馬岳(13:52)(14:16)
－B.C(15:55)
5/6 晴：(8:24)－猿倉(8:55)

5/1：関越自動車道経由で猿倉入り。

駐車場は程よく混んでいた。明日は猿倉台地まで
なので、ゆっくり酒飲んで就寝。

5/2 晴：良い天気。

のんびりとベースキャンプまで。私は山ちゃんのため
にスキーも持っているので、スキーを履いて冬靴はザック
の中、さらに酒を500ml×15本=7.5kg。さすがに30kgは
超えていそうである。何度も休憩をとりながら大雪溪
近くへ。ここから左の台地が猿倉台地。下の方のところ
は既に取られていたので、ちょっと上がったところを
B.Cにする。8人テンは大きいだけあって、幸せである。
テーブルと椅子、トイレ

も作ったところで宴会開始。途中取ってきた、ふきの
とうをふき味噌にして春を味わう。

5/3：双子尾根に行く予定で出発。

昔双子尾根はスキーを担いで登ったことがあるので、
初鹿のみスキーを履いて上がる。樺平に杓子尾根から
トラバースする予定でいたが、結構遠そうなので、
そのまま杓子尾根に登ることにする。

当然スキーは途中から担ぐ。時折雪がなかったり
するけど、ひどい藪漕ぎにはなることはなかった。
最後の雪壁は学生がFIXを張って登っていたので、
右側の稜線上のぼろぼろの岩場を登って終了。

杓子岳からの下りは、白馬の小屋まで周るとかなり
の遠回りになってしまうので、上から見たらトレース
があった最低鞍部に出たところから、右に大雪溪
に向かって降りていくことにする。最初がちょっと急
だが、一箇所雪のない所を通れば大雪溪にたどり着く。
雪質は若干固くなっていて滑りにくかったが、下部
に行けば行くほど快適になる。

小堀さんは尻セードであつという間に点のようにな
ってしまった。山スキーヤーとしては悔しいので、何
とか最後に追いついて大雪溪から右にトラバースす
るとB.Cに平ちゃんたちが到着していた。平ちゃん
たちの差し入れのビールで、山ちゃんがまだ来てな
いがとりあえず乾杯。



途中の登りと飛行機雲

山ちゃんにはメールで杓子尾根の末端、大雪溪の左脇だと教えておいたのだが、返信が平ちゃんにしか来てなかったの、返事が出来なかったから小日向のコルの方に向かった模様。山中なのに電話して捕まえる。登攀具も何も持っていないのにビール 500ml×3 本しか持って来ないのは、やっぱり山ちゃんだな。しかも、猿倉荘ですでに飲んできたご様子。明日は雨かな。

5/4：やっぱり

天気は荒れ模様。今にも降ってきそうだが、鍾温泉まで行って風呂でも入ってくる？なんて言ってはみたものの、結局、長走沢の上の方まで登って行って滑降して終了。午後から雨が強くなってくる。小堀、栗原で買い出しに出かけたようだが、どこまで出か

けたことやら、なかなか戻ってこない。結局、コンビニまで買い出しに出かけてきたらしい。8人テントの中で今日も宴会。

5/5：夜中かなりの強風。

すっかり雲を蹴散らしてくれるまではいかなかったが、まあ朝は晴れである。小蓮華尾根に平ちゃんパーティと一緒に向かう。今日はスキーを置いていく。すでに先行パーティが登っている。雪は大分少ないが稜線に出るまでは何とか藪漕ぎもなく登る。途中1か所藪漕いで、最後の稜線に上がる直前で100m位の藪漕ぎ。右の雪面にしようかと一瞬考えたが、傾斜が強そうなのであきらめて藪に突入。再び雪面に出たら、あとは急な雪面をひたすら登っていくと稜線に出た。予定では同下降だったのだが、藪を下るのも何なので、白馬岳経由で下降する。小蓮華岳までそのまま登って山頂でアイゼンを外す。白馬の山頂小屋でビールを5本買って荷下げ。再びアイゼンを履く。今日の大雪溪は程よく雪が解けていて下りやすい。スキーがあつたら良かったのに。でも、思ったよりも早い時間で下れたので満足。山ちゃんは下山していった模様。

5/6：朝起きたら

小堀さんがいない。どっかでかけたらしい。朝飯を勝手に作って食べ終わった所へ小堀さんご帰還。白馬の小屋まで行ってきたらしい。何のために・・・?? (@_@;)

後は下るだけだが、スキーを履いての重荷は結構辛かった。新しくできたらしい八方の湯に入って牛乳飲んで渋滞もなく岐路についた。

久しぶりに長い間の登山で楽しかった。天気も良かったし。季節を感じながらの登山はやっぱ楽しい。



Primula
98

二子山中央稜

・・・桜井 弘

日にち：2015年5月10日(日)

山域：西上州・二子山

メンバー：桜井

5月10日(日) 仕事ばかりのゴールデンウイークも終え、やっと休日。朝5時に阿佐ヶ谷の自宅を出発し、下道を通って8時半頃二子山の北登山口に着く。すでに駐車場は車で一杯である。

股峠を越え9時頃中央稜の基部に着くが、2パーティーが登ろうとしていて、上部からもコールが聞こえる。やはり遅すぎたのであろうか。1ピッチは溝状を15メートル程登り右へトラバースし大きなテラスへ。ホールド、スタンスとも大きく、ボルトの間隔も近く、ウォーミングアップには助かる。このテラスでは、核心の3ピッチ目を登るのに苦労して進まないのと、後続パーティーを気にして登るのがいやで先を譲ったりしたので、2時間程日向ぼっこ。

すべてのパーティーが行ってから2ピッチ目。ボルトの打ってある左側のカンテを登る。さて核心の3ピッチ目であるが核心部までの20メートルもカムを持参しているのだから、もっと落ち着いて登れば良かったのに、多少ランナウト。核心部の2本のボルトにクリップし、ムーヴを探る。レイバックで行くのは分かるのだが、思い切っていけず、思わずA0になってしまい自分でイヤになってしまう。3ピッチ目の終了点に着くとホッしたのが正直なところである。

4ピッチ目からは展望も開け、ところどころ傾斜のあるところはあるが、登っていて楽しい。6ピッチ目を登り終え、西岳1峰に着いたのが2時頃。先行してもらった3人パーティーに「お疲れ様」と声を掛けられ、少し話す。プリムラに入会する直前に登った両神山も良く見え、あれから3年以上もたったんだと思う。

帰りも国道299号線。ノンアルコールビールを飲みながら、今日の登りでは本当にドロミテ登れるのかと不安になりながら自宅に戻る。

Primula 98

今シーズンの山スキー 2015

・・・北原 浩平



新雪のトレース



木立ちの斜面を滑る



下山したら晴れた

[その1] 上越：東谷山

日程：2015年2月15日(日)

貝掛温泉入口～東谷山1200m～貝掛温泉入口

メンバー：北原、他4名(RSSA)

ほんとうは八海山の奥にある阿寺山へ行く予定だったのだが、前日から降り続く大雪で、雪崩リスクが高いと判断し、東谷山へ転身することとした。いつもなら田代スキー場の駐車場に車をとめるのだが、朝になっても止まない雪でスキー場は閉鎖となり、係員がスキー場駐車場の除雪作業に追われてい

る。しょうがないので、通常は下山地点となる貝掛温泉入口の国道脇に車をとめ、ピストンで東谷山を目指す。

先行する2パーティのトレースを使わせていただき、新雪の中をシールで登る。最後はトップとなり積雪30cmほどのラッセルで登るが、木立ちの少ない斜面をラッセル中、尾根筋の凸面で「バッキ」という断絶音。一瞬で樹木の下にはクラックが入った。標高1200m、無理をすることもないので、この辺りから滑ることとする。重めのパウダーを慎重に滑る。下りはあつと言うまで、出発点に戻ったら、晴れてきた。

[その2] 上越：巻機山米子沢

日程：2015年3月21日(土)

清水～井戸壁上～にせ巻機山～米子沢～清水

メンバー：北原、他2名(RSSA)

2回目の巻機山は沢登りでも有名な米子沢を滑る。好天の中、ゆったりとした斜面をシールで登る。もうほとんどピクニック気分。でも井戸壁では先行パーティの女性が滑落し、途中でスキーが外れ滑り落ちてくる。幸い途中で停止し、怪我もないようだ。日陰



上越の山々

で斜面が固いので、板を担ぎアイゼンで先行する。

井戸壁を登りきると、米子沢が良く見える。二か所ほどデブリがあるがルートは大丈夫そう。ここから先は大きな尾根をのんびり登れるし、視界が開けていく。気持ちのいい春の一日。お昼過ぎににせ巻機山へ到着。山頂はまだ先だが、大休止しここから滑ることとする。



セルフショット



米子沢

関越が渋滞し時間もかかってしまった。

[その3] 左足ふくらはぎ肉離れのその後

2パーティに分かれ3名で米子沢の源頭部へ滑り降り、沢沿いに滑っていく。雪は柔らかいがやや重め、ブッシュに右足が引っ掛かり、体が反転したとたん、左足からバッキバッキという断絶音と激痛が走る。やっちまったと思ったけど後のまつり。ルートの中間地点あたりであり、デブリゾーンもまだ先である。

先にいる二人が心配そうに見ている。左ターンはいけるが、右ターンはかなりしんどい。ダメシダメシ滑り、二人に怪我を伝える。なんとか滑っていくが、痛みがひどくなるので、右ターンは右足の外側ターンぎみに時間をかけて滑り、清水にたどり着いた。

右足は無事だったので車を東京まで運転するが、

翌日の日曜日は、車で送ってもらい仕事に。なんとか日曜日にやっている整形外科医に行き、ロキソニンを処方させる。全治4週間とのことだが、仕事が忙しく、初期段階でかなり無理をしてしまった。通勤も難儀で自家用車通勤でなんとかしのぐ。

その後、毎週通院するが、なかなか回復しない。予定の一月が過ぎても駄目で、5月1日にやっと、リハビリ開始がOKに。11日から自転車に乗れるようになる。16日から街なかのウォーキングを開始。22日、整形外科医から「もう来なくてよい」と言われ、23日、リハビリハイクに和田峠から陣馬山へ。なんと、まるまる二か月かかりました。なぜ、肉離れになったのかも検証しないといけなと思う。

2015 シーズン山スキー

・・・初鹿 裕康

1/5 南ア前衛・入笠山山スキー (単独)

毎年恒例の入笠山だが、今年は林道を経由して、裏登山道から登ってみた、八ヶ岳のビューポイントまではトレースあり。スノーシューか何かのツアーの跡があったので、トレースはばっちりだった。

途中から右に上がっていくトレースがあったが、雪訓の跡かなと思つてさらに首切清水の登山口に進んで行き、そこから山に入る。トレースは山頂に向かっておらず、側面をトラバースして行ってしまったので、自分でラッセル。結構膝までいってしまう感じの積雪を苦労して50歩程登ると別のトレースに当たった。さっきあったトレースらしい。

ここから山頂までは意外と近く、表から登るよりはスキーを履いたまま快適に登れた。山頂でテントを張って酔っ払っている?人を尻目に、トレースがあったところに戻って、いつもの様にスキー場へと滑りこんだのでした。

2/7 中ア・富士見台高原山スキー (大坪、初鹿)

たまには変った所に行こうと思ひ、恵那山の方まで足を延ばす。富士見台高原というスノーシューツアーが盛んなところがあったので、スキー場からリフトを乗り継いで行く。ほとんど夏の林道歩きなのだが、山スキーとわかんで行く。周りを歩いている人たちはほぼ全員スノーシュー。スキー場でレンタルもしているのでかなりの人数が登っていた。

山頂の近くには避難小屋があり、ちょっとした雪山ごっこには天気が悪化しなければいい所だと思う。登山口まで遠いのが難だが。翌日は天気が悪化しそうなので恵那山には全く手つかずで帰京しました。

3/27-29 東北・面白山高原、蔵王 (初鹿、楠井〈ゲスト〉)

新幹線ビジネスホテルセットの格安ツアー。格安とは言え、今回は山形駅前の高層ホテルで景色もバッチリのいいホテルだった。初日は山形新幹線で山

形まで行って、そこから仙山線に乗り換えて面白山高原。スキー場は閉鎖中なので誰もいないスキー場を登る。南面白山まで行く計画だが、南面白山まで登っても素敵な斜面があるわけではないので、スキー場トップの横の908pまで行ってお茶を濁す。誰もいないスキー場は快適でシュプールを残して、面白山高原駅に滑り込む。

翌日はかみのやま温泉駅まで各駅停車で行って、ここから無料送迎バスでザイラススキー場へ。リフトを2本登ってゲレンデトップ。ここからお釜を目指し稜線へ。蔵王らしく天気はいいのだが風が強く、半袖だとさすがにきついのでオーバーヤッケを羽織る。刈田岳はとりあえず無視し、蔵王の最高峰である熊野岳を目指す。強風の中、避難小屋をショートカットして山頂。帰りは下に滑って行くにつれ風も止んでいい感じでゲレンデへと滑りこんだ。

最終日はシャングルジャングルというスキー場から白鬚山に行く予定で、さくらんぼ東根駅まで行ったが送迎バスがすでに終了していた。ちゃんと調べていったつもりだったのに。急遽山形駅まで戻って蔵王温泉行きのバスに乗って蔵王へ。ゴンドラに2つ乗って山頂。すぐその地藏岳まで登って、昨日登った熊野岳を目指す。下りになる手前で天気の悪化を口実にゲレンデへと引き返したのでした。

5/3-4 杓子尾根から白馬大雪渓、長走沢

別掲

1月の終わりにレンタルスキーでゲレンデを滑ったときは、なんてスキーがうまいのだろうと自画自賛していて、ガンガン滑っていたのだが、やっぱ山スキーだとエッジが利かずゲレンデ滑るのは怖いねえ。

今度はゲレンデ用の靴を買おうかな…。ちなみに、ゲレンデスキーの後は1週間ほど腹筋の筋肉痛が取れなかった(@_@;)



3年ぶりのフルマラソン。そろそろフルに出ないとランナーとして終わってしまいそうなので(?)、ついうっかり申し込んでしまった。江東シーサイドでの、最悪の体重と最悪の結果があるので、かなりプレッシャーを感じながらの参加となる。体重は何とか73kgあたりまで戻ってきた。10時スタートなので朝一の電車で行けば余裕を持って準備できる。時間設定はいい感じ。でも、赤羽駅から乗った電車は下りなのに、すでにそれらしき格好の人で満員。グリーン車も一杯だった。古河駅からはかなりの数の送迎バスで会場へと移動する。まあ、なんとなく千葉ちゃん一人で盛り上がっている会場に到着。

スタート最初の5kmは順調。ハーフは江東シーサイドよりも速い1時間40分を切って通過する。しかしやはりここからが勝負。だんだんと走るスピードが落ちてくるのがわかる。が、何とか踏ん張って…。ふくらはぎが攣り始めた。太腿なら攣ってもそのまま我慢して走っていれば何とか回復するが、ふくらはぎが攣ったのは初めて。頑張ってるのは見るが、ビッコ(ピーか?)みたいになってしまう。それに加えてお腹がすいてきた。ブドウ糖を持ってくるのを忘れた。シャリバテか(ハンガーノックと言う)。おなかが鳴る。残り3kmの所に食べ物があるエイドがあったので、ここでレーズンチョコをほおぼるが、時すでに遅し。今回は攣った場所がふくらはぎなので、なかなか回復せず最後までだめだった。40kmの看板からが、ことのほか長く辛い2.195kmになってしまった。今度また頑張るって参加しなくては。また3年後かなあ。

3/15 古河はなももマラソン (42.195km)

一般男子 2768/6763
年代別 50～54歳 373/903

結果↓

5Km	23'01	23'01
10Km	45'58	22'57
15Km	1° 09'28	23'30
20Km	1° 33'42	24'14
中間	1° 39'17	
25Km	1° 59'38	25'56
30Km	2° 27'25	27'47
35Km	2° 57'38	30'13
40Km	3° 33'23	35'45
ゴール	3° 52'12	18'49
	ネット	3° 51'40

特に30kmからの落ち方がひどい。ほとんど歩いている??最後は1km9分という体たらく。3年後と言わず来年出ないとかなあ…。

なほみさんのいつまでやってんだクライミング日記。

— 2月後半～5月前半 まとめ インドア付き —

水野 奈保美

唐沢大滝の上から

ホタテクラック

激コミ@あかねの浜



2月

2/18 水 パン2@ 若旦那

一部リニューアルしてた。11月末から来てなかったのね

・5.9 10a 10a 10b 10b 10c 10c 10c

2/21 土城ヶ崎 @O 山

あかね行ってみたもの人多杉

- ・なんとかライト フォロー
- ・つわぶき リード× とよりはtr ○
- ・ホタテクラック10b tr×

金・日・月 調子わるしズル休

2/25 水 パン2@ 若旦那

・10c 10a 10a 10d× 10a 10a 10b 5.9

気持ち悪いと言いながら8本。なーんか気持ち悪いの続く。

2/28 土 廻り目平唐沢大滝 @o 侯・マスター、まなタン・モビ、ぼき、のりタン

あわよくば2pマルチ?わくわく。など思ったが中段で支点をとってトップロープ。中段から上はマスターがリードして張ってくれた。ざんねんながらリードの練習はまたもやできませんでした(いくじなし) 気温が低いせいなのか氷が透き通っていて水中花(古)みたいでキレイだった～!

3月

3/8 日 大岩日吉 @O 山

・10a 5.9 10c× 10a 10c/d×××× 10c× 10c ルーフ

クラック× 10a 10c 10c× 10b× 10a× 10a 5.9 5.8
20本w (でもゼンゼン登れてない)

3/11 水 パン2@ 若旦那

・10a 10c 10a 10b 11a× 10c× 10a 5.9 10a 5.9 5.8 11a惨敗。カチ物だったんで後は何登ってもボロボロまあいつもだがwなのでたくさん登った。来週は10cをRPすること、11aをダメでももっと触ること。あー書いててマジ嫌になるわ!シヨボすぎ。

3/14 土 城ヶ崎 @O 山

小雨 あかねの浜

・5.8、ホタテ×

3/15 日 VAC@お師匠

・新しい壁4級まで

3/21 土 城ヶ崎 @O 山

あかねの浜

・5.9、10a、キャンドル、ホタテ

3/22 湯河原 @A 山、I 川

正面壁

・5.8+ 5.9 10b 10d 10b

3/24 火 江戸 @ 佐藤

・ちょっとボル 5.9 10c 10c 10d 10d× 10c×

3/25 水 パン2@ 若旦那

・5.9 10a 10d 10b 10d× 10a 10c

ちょっと調子いい。ダメかな、というところで多少粘れるようになった。

スラックで遊んだり



くもいと落ちる寸前



兄岩@渡渉失敗



3/28 土 障子岩 @お師匠

- ・襖の下張10b ××○
- ・サイクリスト10d ×

陽の当たるエリアは西本ら7人に占領。杉労チームは被った11a (たっちゃんやお師匠が一撃してたやつ) 辺りに陣取っていたので、奥の上エリアへ。みなさんが11台をトライしているらしき中、侮れないよーテン台。今日はテンbをきっちり登ってきました。隣のテンドの方が登りやすかったつー。

4月

4/7 火 江戸 @ 佐藤

- ・10c 10a 10c 10d 10c 10c 10c 10c 8本 10cにやられた

4/8 水 パン 2@ 若旦那

- ・10a 10a 10a 10b 10d 10b 10b 10a 8本 10bにやられた

4/11 土 雨→曇 散髪→ジャムセッション

クラック課題がぜんぜん登れないということ? (怒w) これは良いジムと思われれます。朝から天気悪かったからすっげー混んでましたよ。また行こうつと。

4/12 日 晴 小川山 @ コーちゃん

念願のマミちゃん、初トライ。兄岩のテラスから見るマミちゃんとってもかっよく、常々憧れていたのだが、11後半なグレードなので遠慮していたんだけど、思い切って今シーズンの無理難題課題のひとつにしてみましたよ。身の程知らずも何回で登れるかな。

今日は3回。

- ・アルパイン少女マミ11d×3

(1) どこまでいけるかなヌンがけトライ。トラバースする台に乗るところで×。ここからトラバースが終わって敗退ビナまですっげーきよわいので敗退ビナまでスティッククリップすることにしましたよ。

(2) 人も居ないのでロープかけっぱで。形がわかってしまったらトラバースはそう難しくないんだが、そこからちょい段差 (ハング) を越えるのがいきなりパワー全開で苦手なんでござる。敗退ビナから伸ばせず敗。

(3) 他の人が登って「回収しますー?」「じゃあお願いしま・・・あやっばいいです登りまーす」^^敗退ビナまでは行けた。問題はそこからだ。。。(続く) で今日は終了。解決出来るかなー。

4/14 火 お江戸 @ 佐藤

- ・10c 10c× 10c× 10c 10c 今まで飛ばしてたやつを丁寧に登るキャンペーン。

4/15 水 パン 2@ 若旦那

- ・5.7 10a 10a 10c× 5.8 10c×

4/18 土 晴れ風強し 小川山 : 兄岩 @ コーちゃん、午後からかぶちゃん

コーちゃん号で小川入、大山号で出よてい。

- ・もみじ
- ・ウォーリーを探せ
- ・マミ×2

アルパイン少女マミ



とりつき@くもいと



愛情スラブ



全てトップロープ。マミちゃんも上から懸垂してtrセットができる事がわかった。有ゴボウで最後まで触る。敗退ビナクリップ後、えいっと一手やるやつが出来た!…だけw。2回めは身体が冷えていて敗退ビナ前でびよーんとなる。すっげえ風でしたよ。コーちゃんも最後便を出して、6時頃(日が長っ!)下りる。木道付近にテント張。木道をテーブルにしてカブちゃんと一杯。秋とちがってそんなに寒くないねえ、と最初は言っていたのだが、しばらく飲んでたら突然すっげえ寒くなって慌てて寝る。

4/19日曇り→雨2峰@O山、かぶちゃん

・蜘蛛の糸 雨で登れず

8:30ごろO山さん到着。午前中勝負!ってことで今でしょ@くもいとへ。いつものいや～なスプーンスラブ登って3人取付きに立ち「ココってビレイステーション的なボルト欲しくね?誰か打たないのかな」「そう思った人が打てば」「えっ、私w?打ってもいい?」「ここは目立つからなあ誰か○○○さんとか○○○さんとかの承認をとらないとあとが面倒だろうね。。Oちゃん「まずは枯れ木から行きます」レイバック返しが終わったあたりで、雨が降ってきたので、敗なら

今だ。つつーことで、本日はこれで終了になります。11:00。

4/21火お江戸@佐藤

・10c 10c 11a× 10d 11c× 11c× 土日の(つかマミちゃんの)疲れがイマイチ残ってて一日中眠いのだが、登ってみると案外体に余裕がある感じ。とはいえ11aのルーフ乗っ越しはやっぱり出来ないし、ホールドがちよつとでもちっちゃくなるとテキメンに指が開いて腰がひけてしまい次のホールドが取れないのは、お約束「うわー、ちっちゃいちっちゃい!」おっとそういうえばK林君に遭遇。昔のナカーマウチの顔見るとなんだかほっとするねー(棒)。

5月

恒例にゃんこと行く廻り目平だよ～ いやー天気良かったわ。だがお師匠の歯痛でまさかの中退。

4/30木晴移動

5/1金晴@兄

こーちゃんとA山さんが来ているので、冷やかしがてら、いきなりお師匠にマミちゃんを登らす。

・マミちゃんtr×1

大日キャンプ場@廻り目平

テ場でゴロゴロしてこんな色に

こーちゃん@めおとカンテ



・マガジン〇

・ダンス・ダンス・ダンス10c tr

なんとこーちゃんサマータイム13b/c まさかのRP! 祝祝ラッキービレーヤーはA山さん!

5/2 土 晴 @ 妹

今回のメインな課題、愛情スラブへ。これまたいきなりお師匠に登らす。

・愛情スラブ12a tr ×2

上部をはじめて触る。ゲキ悪でわろた。ほんとに12a? (byお師匠) この日はヤマちゃん(プリムラの山ちゃんじゃないよ)も来ていて、ヤマちゃんも見た目にだまされて手を付け、一撃を逃したそうだ。これ悪いよ! で盛り上がる。しかし、連休に入ったというのに、妹岩ガラス器、じゃなくてから空きだった驚。

5/3 日 朝方雨 → 晴 @ フェニックス

フェニックスの先までお散歩ランチ

さすがに、2日連続いきなり登らせてしまったせいでお師匠お疲れ。天気は絶好。林道の崩壊地の大石はボルダーエリアになっていて、あらあら、と思ったり、がマスラなんかを見に行ったりしながら、のんびりフェニックスの先の河原までピクニック。烏帽子左稜線には沢山人がいた。そうか、お客さんはこっちに行ったのか。そのうちみんな登りに行くのいいかもね。と双眼鏡で観察しながら思った。後で聞いたらこの日はセレクションも激混みだったらしい。

5/4 月 朝方雨 → 晴 @ 妹 スラブ続き

お師匠がカシオペア軌道verを登って、終了点からトラバースして愛情スラブ終了点へ。私はフォローで回収しながら素敵なおトラバースを堪能しましたよ。

・愛情スラブ tr×2

核心は2箇所と思われ(1)股関節系〇と(2)パワーカチ系×(お師匠は逆)。もう1、2日練ってリード体制に入りたいところ。この日は、パワカチ部分にちょっといいポケホールドを発見したので、乞うご期待状態。2本しか登ってないのに素晴らしい疲労感なり。早々に戻って明るいうちから一杯。腹ごなしの散歩をしていると、廻り目イン@スギ様のメッセージが。テ場に帰ると、わざわざ特製★タコスを出前してくれた! 激うまいでしたよ。スギ様、スラブ一緒にトライしましょうね。

5/5 火 晴 師匠 @ 歯痛 → ガマスラ

朝、かぶちゃんがふらりとやってきた。お師匠は歯が痛いと言う。しかも私も最近アスピリン系持ち歩いてなかったもんで、歯医者もしくは薬局情報を求めてお師匠は山荘へ。夕べのお礼がてらスギ様テンへ行き、スギ様パーティーW辺様と、かぶちゃんにロキソニンを分けてもらう。お師匠も山荘で痛み止めを分けてもらっていた。しばらく様子を見た後、のんびりとやさしいスラブでも登りに行くことにする。

・ガマスラ癒しのスラブ&フェース3本10a~b

ガマスラ周辺のルートはお初だったけど案外いいスラブ&フェースだったよ。「ほっとするわー。アップ

末端壁の片隅に咲く絶滅危惧種



たっちゃんトワイライト奮闘中



だからあれほど・・・w



にはこういうのがいい (今更w) 愛情スラブは明日行こう。」

5/6 帰路

「だめだ (歯が痛い) 帰ろう～」お師匠に4時過ぎに起こされる。昨日の夜の時点で、痛みが治まらない場合は、早めに帰って歯医者へ行こう。ってことを話してたんで心構えはしていたけどね。6時半にキャンプ場を出る。2人で6泊。8時半には自宅着。休日診療を調べて、10時ごろに歯医者へ行くことができ、しかも早く帰ってきたぶん、おうちのいろ～んな片付けができましたよ。あとから聞くとこのあと数日、歯が痛くてなにもする気がしなかったと言っていました。気遣いできなくてごめんなさい。愛のスラブはたぶん夏休みまでお預けね。

5/9 土 末端壁 @ たっちゃん、すずめちゃん

お不動でよろめき→雨なので末端→雨あがる→たっちゃんトワイライト奮闘→春うららにもロープをかけてもらう→いきなり春では・・・と思い調和→いつものワイドムーブで膝入れ、ほっと一息、さて、身体を上げ・・・つと膝が抜けぬ。え?え?なんで?ものすっげースタックっぷり→小雨パラバラ→このままどうなる@自分度MAX (泣) →たっちゃん、私を助けに来ようと一旦ロープをFIXし、春うららのロープを抜き、隣のルートに登る用意をしていてくれる間に、ちよつと違った動きを試みたら「すかつ」と抜ける→「やった～取れた～～～!!」計小一時間。と、非常に人騒

がせをしたあと、何事もなかったように、すずめちゃんも調和を登り、トワイライトtrトライに参加して、もちろん多テンで初トップアウト。いやあ、ビックリしたわー。だからジーパンでクラックはやめれとあれほど・・・ (byお師匠)

- ・調和の幻想
- ・トワイライト5.11c tr

5/10 小川山 @ こーちゃん、S介様

- ・もみじ
- ・ウォーリーを探せtr
- ・マミ×3

こーちゃんのご提案「ナツコの終了点からいけるんじゃない?」おお、これは正解。これでtr張りが楽になりましたが、ナツコさんの終了点までは慎重に行きましようね。今日は、S介様が当初起こした強引に抜けようムーブを参考にしたら、何とかなるかも感が生まれました。ただし、アンダーピンチとタテカチで体がひきあげられれば、の話。S介様は4便目にリード便を出し (!) もうすこしでお持ち帰りになるところでした。次回I撃でRPしちやいそうな勢い。いいなあ!こーちゃんは、新たに夫婦カンテにお手を付けられ、だいぶお疲れのご様子。マミは×9となりました。

山行一覽(1) 2015年2月21日～4月1日

No.	山行日	山域	ルート	参加者	区分
3791	2月21日	八ヶ岳	中岳クーロワール	小堀・初鹿	バリ
3792	2月21日	伊豆	城ヶ崎	水野・他	フリー
3793	2/21～22	八ヶ岳	硫黄岳～根石岳	岡	写真撮影
3794	2月28日	湯河原	幕岩	平・小田・佐藤	フリー
3795	2月28日	甲信	廻り目平・唐沢の滝	水野・他1	アイス
3796	3/7～8	上越	タカマタギ	平・他3	雪洞
3797	3月8日	秩父	琴平丘陵	初鹿・他1	ハイク
3798	3月8日	伊豆	城ヶ崎	水野・他	フリー
3799	3月14日	伊豆	城ヶ崎	水野・他	フリー
3800	3月15日	上越	谷川・一ノ倉沢左方ルンゼ	小堀・佐藤・他	アイス
3801	3月15日	八ヶ岳	阿弥陀岳北稜	平・他1	バリ
3802	3月15日	丹沢	広沢寺	桜井	岩トレ
3803	3月16日	東北	那須朝日岳	岡	写真撮影
3804	3/19～22	北ア	西穂高岳	岡	写真撮影
3805	3月21日	伊豆	城ヶ崎	水野・他	フリー
3806	3月21日	上越	巻機山米子沢	北原	山スキー
3807	3月21日	八ヶ岳	横岳西壁石尊稜	平・他1	バリ
3808	3/21～22	南ア前衛	離山	小堀・初鹿・他1	バリ
3809	3月28日	奥多摩	障子岩	水野・他1	
3810	3月28日	南ア	甲斐駒黒戸尾根	小堀	雪山
3811	3月28日	上越	谷川岳一ノ倉沢出合い	岡	写真撮影
3812	3/28～29	信越	黒姫山	平・他3	雪山
3813	3月28日	奥多摩	つづら岩	桜井	岩トレ
3814	3月27日	東北	面白山高原 908P	初鹿・他1	山スキー
3815	3月28日	東北	蔵王・ザイラ～熊野岳	初鹿・他1	山スキー
3816	3月29日	東北	蔵王・地藏岳	初鹿・他1	山スキー
3817	3/30～4/1	八ヶ岳	北横岳～茶白山/蓼科山/車山乗越 ～蝶々深山	大坪	雪山
3818	4月4日	三浦半島	鷹取山	佐藤・他	フリー

山行一覧(2) 2015年4月1日～5月10日

No.	山行日	山域	ルート	参加者	区分
3819	4月4日	奥多摩	青梅丘陵	初鹿	トレラン
3820	4月9日	頸城	放山	岡	写真撮影
3821	4/11～12	上越	八海山池ノ峰北東尾根	初鹿・平	バリ
3822	4月12日	奥多摩	越沢バットレス	桜井	岩トレ
3823	4月12日	湯河原	幕岩	西本・佐藤	フリー
3824	4月12日	甲信	小川山	水野・他1	フリー
3825	4/17～18	頸城	放山	岡	写真撮影
3826	4月18日	奥武蔵	蕨山	平	ハイク
3827	4/18～19	甲信	小川山廻り目平	水野・他1	フリー
3828	4/18～19	西上州	神流の岩場	佐藤・他	岩トレ
3829	4月19日	奥多摩	越沢バットレス	桜井	岩トレ
3830	4月19日	箱根	乙女峠	初鹿・市瀬・他3	ハイク
3831	4/23～24	北ア	五竜遠見尾根	岡	写真撮影
3832	4月26日	南ア	甲斐駒黒戸尾根	小堀・他1	雪山
3833	4月26日	南ア前衛	中山	初鹿	ハイク
3834	4/25～26	信越	鳥甲山	平・他1	雪山
3835	4月26日	奥多摩	つづら岩	桜井	岩トレ
3836	4月29日	信越	佐久の岩場	佐藤・他	フリー
3837	4月29日	道志	高尾山	初鹿	ハイク
3838	4/30～5/6	甲信	小川山	水野・他1	フリー
3839	5/2～6	北ア	白馬岳・猿倉台地 BC (杓子尾根・小蓮華尾根・小向山・長走沢山スキー)	小堀・初鹿・山里(3-5) 平(3-6) 他2	バリ+山スキー
3840	5月3日	奥多摩	つづら岩	桜井	岩トレ
3841	5月4日	奥武蔵	河又	小田・佐藤	フリー
3842	5月9日	奥秩父	瑞牆十一面末端壁	水野・他2	フリー
3843	5月10日	奥多摩	蕎麦粒山	平	ハイク
3844	5月10日	上州	二子山中央稜	桜井	岩トレ
3845	5月10日	奥多摩	赤ボッコ	初鹿	トレラン
3846	5月10日	上越	上州武尊山ノ倉沢出合	岡	写真撮影
3847	5月10日	甲信	小川山	水野・他2	フリー

人間誰も、自慢したい願望と言うのが、ちょっとはある。スポーツが出来れば、例えばフリークライミングならグレードがなんチャラと、自慢もできるのだが、残念ながら山登りとなるとあまりにもマイナーすぎて、冬の剣に登ったくらいでは見向きもされない。で、単独だあなんだと、だんだん自分を追い込んでいく羽目になる。それがすでに、自分のための山登りではなく他人の眼のための山登りになってしまっている。危険だよね。(H)

いつものように、原稿を書き始めてみれば山行記録が大量に。3月は毎週雪山に行ってたのか(家のこと放り出して)。今回の原稿は諦めて4つで打ち止め、連休の記録まで届かなかった。原稿に書きたい山行がたくさんあるのが幸せ。(T)

ハラは割れないし二の腕もぷるぷるのままだが、ようやくクライマー的な身体ができてきたような気がするんだけどどうよ。気のせいでないと良いのだが。できそうもない課題にあーだこーだ言ってる時がいちばん楽しい。(その先はお仕事のな:M野)