山岳クラブ／グーテンタータク（ドイツ語　こんにちは）

月　報　やまふみ

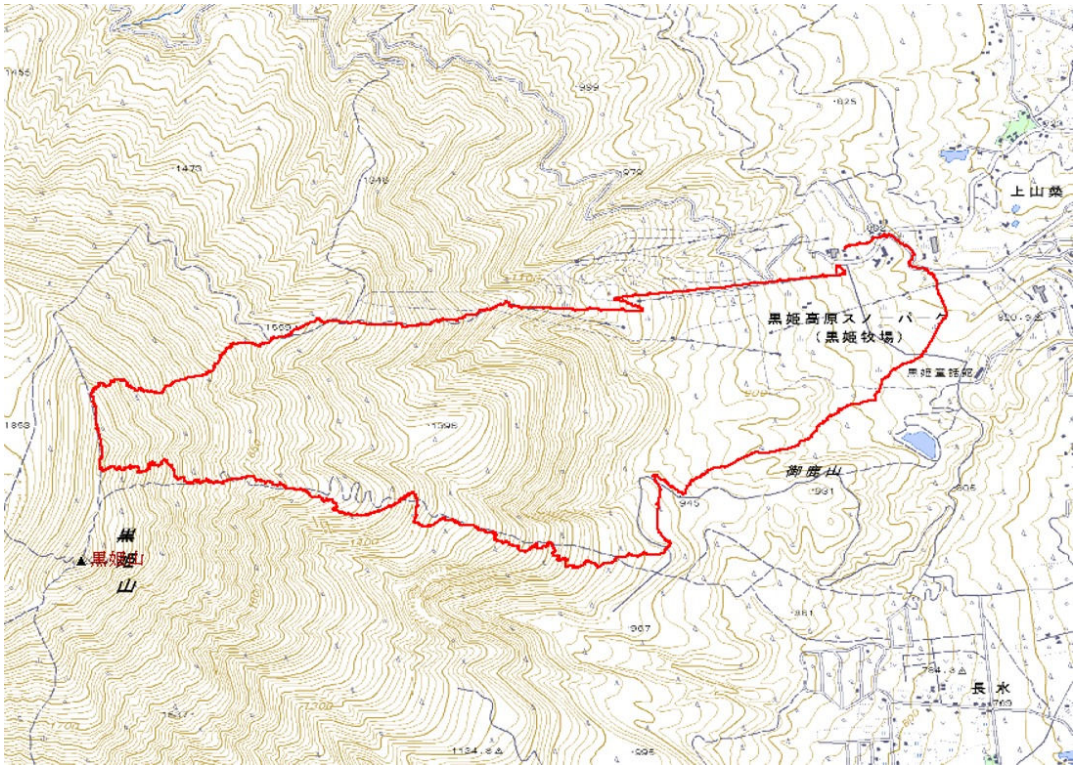
No.210　2013年　4月7日発行　山踏み

会　　長　　／T.M
事務局長　　／K.T
ホームページ／http://guten-nagano.com/
編　　集　　／T.S　S.T　K.K
印　　刷　　／中央プリント（株）

目　次

山行報告 ……1～13
山行計画 ……14
お知らせ＆来月担当者……15
編集後記……16

2013 年 2 月 3 日（日）黒姫山・東尾根BC（個人山行）



CL:M.K 他 会員外3名

昨日は下界は雨。山のコンディションは極めて微妙な状態ではあったが、昨年にボードでえらい目に遭った黒姫山東尾根へ、今回はテレマークスキーで挑む。

信濃町の「道の駅」で午前7時半に集合し、黒姫スノーリゾートへ。リフトチケットを2枚(350 円／枚)購入。ゲレンデトップへ向かう第2リフトは9時過ぎにならないとオープンしないと聞いたので、ゲレンデボトムで暖を取りながらのんびり時間調整。

08:50 に第1クワッドリフト乗車し、第2ペアリフト乗り場へ滑走。まだリフトは運転していなかったので、ここでシールを装着。ちょうどリフトがオープンし、一気にゲレンデトップ(標高 1,180m)へ。旧ゲレンデの登り口に登山届けを提出するボックスあり。これは万一の際にゲレンデで状況を把握するためのもので、警察へは別途提出が必要とある。

09:10 に、まずは旧ゲレンデの登高を開始。去年の鬼ラッセルは記憶に新しいが、今日は先日の雨のせいか硬板が深さ 10～15cm くらいのところに形成され、コレはコレで登りずらい。雪が深いときに荒らされた雪面がそのまま凍り付いたためか、傾斜が増したところの雪面は荒れたまま固まっており、登りづらい。旧ゲレンデトップ(標高 1,540m)に 10:15 着、小休止。

さぁ、いよいよだ。10:30 に再び登高開始。尾根を辿るが、傾斜が増すに連れて地形が複雑になるため、弱点を縫うように高度を上げていく。風が当たる場所は雪面がカリカリになっていて一苦労。ワタシは一部、板を担いでキックステップで登るが、やっぱり大変。 ペース良く高度を稼いで、北側の尾根を目指す。この頃から霧が晴れ始めて青空が見えてきた。

尾根伝いに登って稜線着は 12:10、ゲレンデトップから3時間。そこからドロップポイントまで縦走となるが、尾根の東側は起伏が激しいので、尾根の西側を伝う。妙高、火打の峰々が銀色に輝く。

稜線からはシュカブラがガシガシに凍り付いて歩きづらく、ワタシはまたも板を担いでキックステップで、快適。

地形図と GPS でドロップポイント(標高 2,010m、北緯 36° 49'03"、東経 138° 07'41")を確認し、シールを外してランチタイム！雲海の上に妙高や火打が顔を出し、最高に気持ち良い！

そして、12:40 に滑走開始。地形とGPSを頼りにトップを行かせて頂く。出だしは硬板の上に新雪が 20cm 程度乗った感じ。良くはないが、思ったほど悪くもない。斜度が強いところは慎重に下降。標高 1,700m付近からは傾斜が落ち、誰にも踏まれていない疎林が！ここでまさかの良質パウダーに、メンバーから歓声が上がる！気持ちの良い斜面を流していくと、標高 1,500m付近で再び傾斜が増す。左にトラバースして夏道へ。ブッシュが目立つようになり、板をひっかけないよう慎重に下ると、14:15 に林道に出た。標高差 1,020mを下り降りたため、シーズン2回目のヒザはもうばっきばき。ここまで来れば一安心なので、ゆっくり休憩。

14:35、再び滑走開始。林道沿いに進路を取る。ここで失敗！大きく右に曲がる場所で、つい「思い込み」で林道沿いに下る。が、すぐに方角がおかしいことに気付く。地図を確認すると、このままだと林道沿いに下ると違う方向に下ってしまうため、再び林に入る。小川に行き当たり、右岸をトレース沿いに下る。再び林道に行き当たり、橋を渡って黒姫高原スノーパークのゲレンデに帰着。

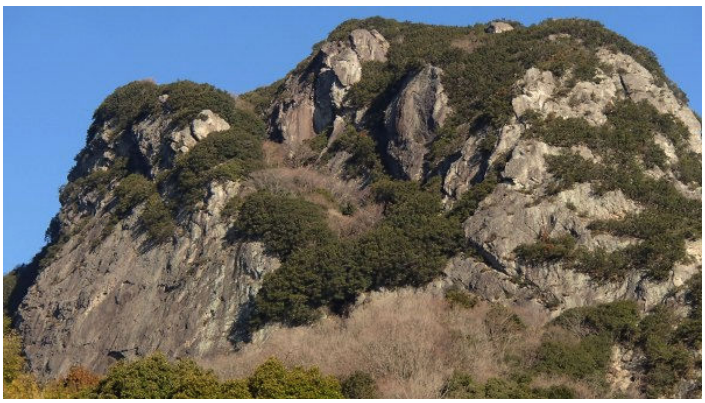
ちょっと下り過ぎてしまったみたいで、スノースマイルエリアへ降りてしまった。林道に出たら、大きなカーブのところからそのままゲレンデを目指せばラクチンだったな。14:55 にゲレンデ駐車場へ。道路へ降り、板を担いで車道を登り返す。黒姫東面はいくつかルート取りができるみたいだ。来シーズン、雪がどっさり降ったら、また行ってみたい。

(記:K)

2013 年2月 10 日（日）伊豆・城山「バトルランナー」（5.10b、４Ｐ－95m★★） 個人山行

CL:M.K 他 会員外3名
2013 年２月 10 日（日）

左側が城山南壁。往年の名ルート「バトルランナー」はほぼ壁の中央をダイレクトに登る。



１Ｐ目「とんとん拍子」（5.8）はＳ。スラブから小ハングを越える。花崗岩スラブに慣れている人なら、それほど難しくは感じないと思う。欠落していたハンガーを修復し、本来の１Ｐ目終了点へ。写真は、１Ｐ目をリードするM。

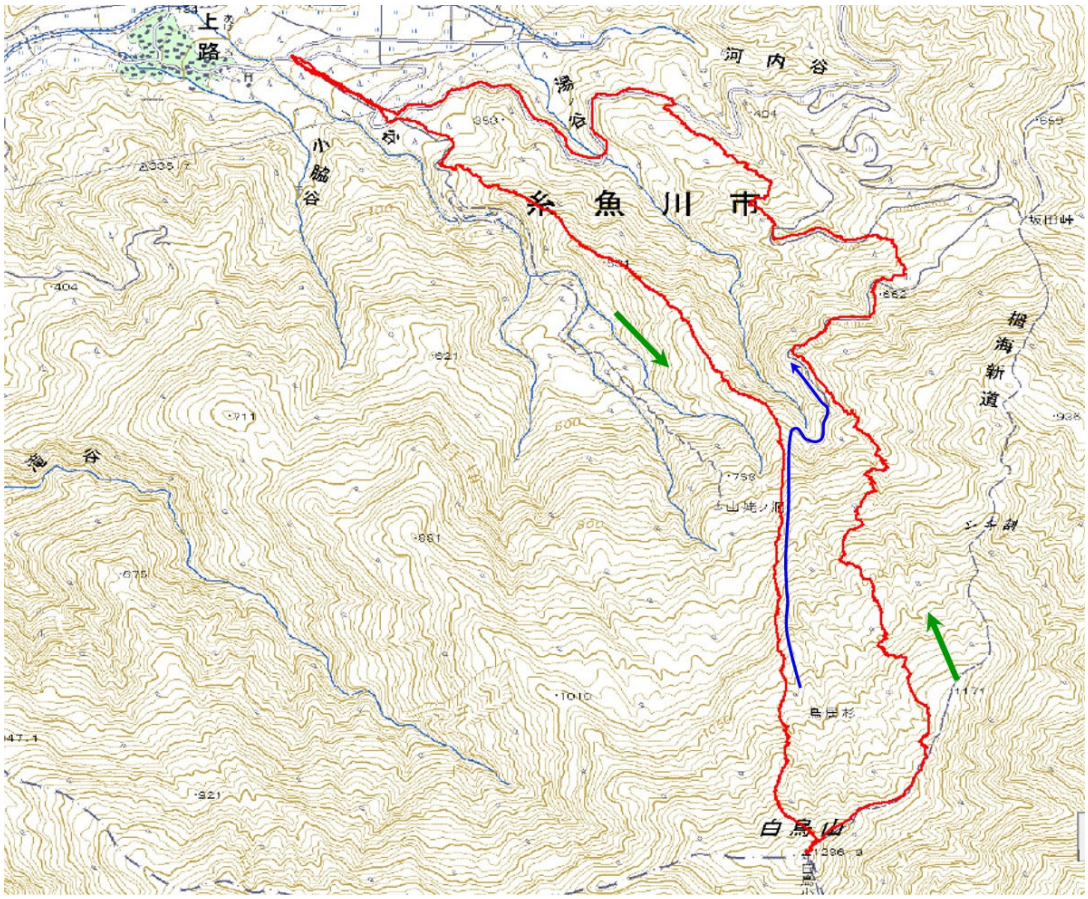
2P目（5.10b）は K。最初の小ハングから大ハング下の終了点までは快適なフェースであるが、意外に長くてヌンチャクを 10 本使う。スラビーなこともあってロープが異様に重い。ハング下でピッチを切りたくなったが、ハングを目の前にしたら越えたくなったので突入し、ハング上にある終了点でピッチを切る。核心は「ロープの重さ」。大ハング手前でピッチを切ったほうがラク。リップにボルトがあるので、思い切って突っ込んでいただきたい。
3P目（5.7）はS。スタンス、ホールドも豊富で、思ったよりも快適。ぱっと見で4P目終了点まで行けそうであったが、後続パーティーの練習ということでピッチを切る。が、結果的には4P目は見かけよりも長かったので、ここで切らないと大変なことに。
4P目（5.8）は K。3P目と比べるとボルトが遠く少し立ってはくるが、小川山の「ソラマメ」を登れるクライマーなら恐れることはないと思う。
下降は 50m ダブルで3回。写真は、下降1ピッチ目。

【ルート】古いルートだけど、ボルトにそれほど不安はない。各ピッチの終了点はラペルステーションが整備されていて安心。
【難易度】名前にびびっていたけれど、小川山の 5.10a スラブが登れれば快適。4ピッチ目は少しランナウト気味ではあるが、小川山に比べたら。。。
【ギア】2ピッチ目が長いので、正規のピッチで行けばヌンチャクは14、5本はあったほうが安心。懸垂下降するなら、ロープはダブルが必須。
【おすすめ度】個人的には、「なるほど、人気も頷ける」1本。ぜひ天気が良い、風がない日にトライいただきたい。 （記:K）

2013 年2月 17 日（日） 白鳥山BC（正面尾根） 個人山行

CL:M.K 他 会員外 1名

富山・新潟県境に位置する、その名も麗しい「白鳥山」へテレマークで。本記録は、一般的に「正面尾根」と呼ばれているルートとは少し異なる。地形図に記載されている林道が実際は延びていることを知らず、地形図から弱点を判断して滑走した独自ルートで、地形がかなり複雑でオススメではありません。往路を下り、山姥のほらから林道をたどるのが一般的だそう。



２年前にボードで入ったときは北西尾根から。今回は正面尾根を辿る。国道8号線を糸魚川方面から行くと、道の駅「越後市振の関」を過ぎ、富山・新潟県境の境川に架かる境橋を渡ってから左折。上路（あげろ）の集落を目指し進む。

少し出遅れて、午前8時過ぎに林道末端へ。既に車が数台停まっていた。準備を整え、スキーにシールを装着して 08:40 出発。標高 220m からのスタート。正面尾根を目指して進む。林道をショートカットする形で尾根に取り付く。傾斜が増す部分から尾根は細くなり、灌木も多くて難儀する。雪庇が左側（東側）に張り出している部分も多く、要注意。高度を稼ぐに従い、日本海が見えてきた。

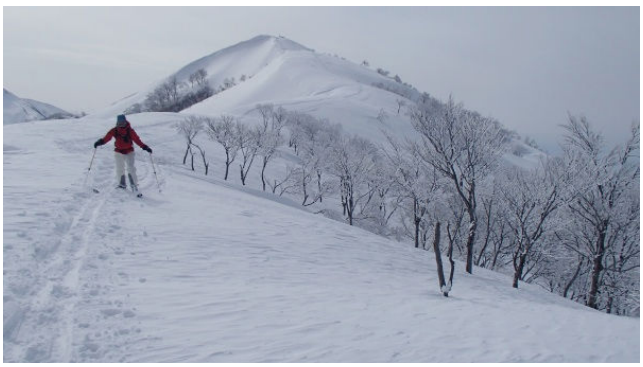
幾つかアップダウンを繰り返しながら、高度を稼ぐ。標高が上がるに連れ、灌木も少なくなってくる。標高 650m付近の平らな場所で、先行の２人パーティを途中で追い越す。林道が地形図よりも延びているということを知らず、後でここが地図に載っていない林道の末端ということを知る。そうと知っていれば、何も複雑な地形を縫って地図上の林道末端を目指す必要はなかったな。

ここから標高 1,000m付近までは傾斜がきつい。先行トレースに従い、尾根の右側（西側）をトラバース気味に巻きながら高度を稼ぐ。時折、ルンゼや風が当たる面はカッチカチに凍り、滑落が許されない場所も少なくなく、緊張が走る。スキーアイゼンは必須だな。

標高 1,000mまで上がると、急に目の前に楽園のような景色が広がる。まばらに生えた樹の間を縫うように登る。

稜線直下の雪面はさすがにクラストしていた。12:40、白鳥山頂（1,287m）。山頂は風が当たってクラストしているので、栂海新道側に少し降りたところでランチ。シールを外し、13:15 に滑走開始。右側の雪庇に気をつけながら、まず 1171 峰を目指す。

1171 峰は傾斜がなるくて板が進まないので、少し手前から北北西方面へトラバース気味に下っていく。ところどころあるオープンバーンは快適！快適な滑走が楽しめるのは、950m付近まで。



ない。上部からの雪崩に気をつけ、少し感覚を開けて下りラッセルしながら進む。途中で、林道を2ヶ所ほどショートカット。

そして、15:10 に車へ到着。標高差 1,100m、およそ登り4時間、下り2時間の行程であった。

帰りに、国道を少し富山側に戻った境集落にある、たら汁が美味しいと聞く「栄食堂」へ。1人前、たら汁＋ご飯（中）で 1,000 円也。うまうまで、黙々と食べてしまった。

帰ってからガイドブックやネットで調べたら、どうやら「正面尾根」は地図に載っていない林道末端を目指すのが一般的らしい。しかしながら、地形図だけを頼りに判断した場合、今回のルート取りは悪くはなかったと思う。が、あまりオススメしません。

ともあれ、実は結構やばかった。正面尾根は藪のひどいリッジで滑走困難だったので、帰るためには稜線近くまで上がる必要がある。出発時間が遅く、もう少し雪が多かったらビバークものだったと思う。特に下りは深い谷を幾つも渡り、雪崩リスクが大きい。ほんと、条件が良かったので助かった。

もしまた白鳥へ行くなら、北西尾根～北斜面か、北斜面～山姥の洞～林道がいいなー。標高 1,000m から上は、楽園のような景色が広がる白鳥山。また、何年か経ったら行ってみたい1本である。

（記：K）

2 月 17 日（日）　放山北尾根　山スキー

CL T.M　E.K　S.T

8:40 リフト乗車（シャルマン火打） 9:00 ゲレンデトップ 10:12 放山山頂（1189m）
10:50 クロ沢源頭滑降～11:00（1000m 地点休憩） 11:50 放山山頂 12:06 滑降開始 13:05 965m ピーク地点 13:00 615m 南又川横断
14:33 263m 南又川橋着～徒歩～15:32 シャルマンスキー場着

土日と連日でツアーに行く予定が…またしても、土曜日は暴風雪の予報で、1 日だけのツアーとなる。本当にお天気に見放されている。けれど、あまり良くない日曜日の天気予報は、予想に反して素晴らしいお天気になった。

シャルマン火打スキー場からリフトを 1 本乗り、ゲレンデトップへ。ここでスキーパトロールに呼び止められ、『山に行くなら計画書を提出して下さい』と言われる。会の計画書を提示するが、ここの書式の計画書に再度書くように言われ書くことに。ゲレンデトップから、1 時間ちょっとで放山に着いてしまった。時間はたっぷりあるし、左側に滑降に楽しそうな斜面が見に入る。当然滑ることに。滑る東斜面には大きな雪比が張り出しており、慎重に雪比のないところを滑り斜面へ降りる。崖が所々ないか確認しながら、さて滑降。素晴らしい。まだ時間も早いこともあり、雪質も軽くて良い。悔しいことに太ももの筋肉の耐久性がなく、3ターン位で止まらざるえない。それでも思い思いに滑り、登り返しも気にして 1000m付近で終了。ここは風もなく暖かい。ここでしばし休憩。そして、再び放山へ。さぁここからが今日のメインの北尾根。初めていくルートであり、ルート選択は慎重。965mピークに行くまでに、いかに高度を下げずに滑り込むことができるか…やはり思うようには行かなかった。再び登り 965mへ。965mからの滑降、いざ。ここも素晴らしい斜面であり、楽しさは一瞬で終わりですね。600m付近の谷に出合うところで左岸へトラバース。そこから凸凹の緩斜面を滑って南又橋にでる。雪がしまってくると快適に滑降できるのですが、まだ深雪であり、滑降の勢いがつけず漕ぐことが多い。

尾根を左側に回り混み、徐々に尾根が狭くなってくる所で橋が見え終了。橋の所にスキー板と靴を隠し、持参したアプローチ靴に履き替え、シャルマン火打スキー場まで 40 分歩く。帰りにデポした板と靴を回収し、本日のツアー終了。温泉は柵口温泉権現荘。今日のツアーのもう一つの目的は、上手い魚の幸を食べることで、夕食は新鮮な魚介類定食を食べる。

T 記

2 月 22 日（土）紙すき山牧場　山スキー（個人山行）

メンバー：M（L）、K、S
6：00 白馬駅　7:00～7:30 来馬温泉発　8:15 大平集落　8:40 牧場舎　10:00 牧場切り開き下
12:00 牧場上 1185m地点休憩　12:37 下山開始　13:00 登り返し　14:13 駐車場所着

当初予定はおなじみの横前倉山であった。このコースは気象条件やメンバーなど条件が揃わないと難しい。前日からの雪で長野市でも結構な積雪があり、「朝方まで降雪、午前中曇りで午後から再び崩れる」との天気予報で中止にした。（昨年も天気が悪くて中止だったな～。）代わりに考えていたコースから「紙すき山牧場から蒲原山」での決行となった。

紙すき山牧場は、栂池～天狗原～蒲原山～紙すき山牧場と下山に使うのが一般的であろうが、前述のように悪天ではやはり時間がかかるし、個人的にまだ行ったことがないコースであるため、一度下から詰めてみようと思った次第。

7時に来馬温泉から紙すき山牧場への林道に向かうがなんと除雪が行われていない。来馬温泉から沢入方面へは3～4台の除雪車が向かっていったが大平方面へは行っていない模様。地図では3軒ほど人家のマークがあるがどうやら廃村のようだ。仕方がないので風吹荘のまだ下の除雪スペースに駐車して、7：30分車道を歩きだす。8：15 大平集落に到着、やはり廃村で建物が残るのみ。雪は終日強弱を繰り返して降り続いたものの、ここで薄日が差して空も明るくなってきた。勾配のない林道に標高はなかなか上がらないが一同のんびりと進む。10時、牧場の切り開き下部に到着。たかが牧場と思っていたが地形が複雑でよくわからない。GPSと地図と見比べ、修正しながら歩を進める。

12時、降り続いていた雪がさらに激しくなり、視界が効かなくなってきた上部牧場の 1185m地点で行動停止。蒲原山へはまだ標高差で 500m近くもある。予報通り寒気も入り、かなり温度も下がってきたようだ。しばしの休憩ののち、滑降の準備をして下山を始める。案の定、積雪と緩斜面でスキーは走らない。雪は重パウ、表面ややクラスト、重雪といろいろ。標高が低いので基本的に雪は重い。途中、一部登り返したり、牧場オープンバーンで楽しんだりしながら滑降を続ける。林道は可能な限りショートカットして滑りを楽しむが、意外と穴ぼこが隠れていて、時にはまったりしながらも14時過ぎに駐車場にたどり着いた。後は、近くの熱めかけ流しの風吹荘で汗を流して帰路に就いた。

M 記

3月3日（日）　黒姫・御巣鷹山スキー（個人山行）

L T.M、SL S.T、T.S
7：19 大橋発－9：55 稜線着－11：00 黒姫山着－11：45 山頂シュート入口－11：50 七つ池－12：37 御巣鷹山着－13：13 山頂発－13：43 大ダルミ着－14：30 大橋着

2日に予定していた横前倉山（2/23の順延）が寒波によってまたも中止。代りに3日、例会に出られるよう近場で急きょ計画されました。

長野から飯綱高原にかけては小雪舞う天気だったが、戸隠に来ると青空が開け戸隠連山がど～んと見えて、やったー♪て気分。この時間大橋の駐車スペースはもう満杯です。さすがここの人気を物語るけど、林道から黒姫に取付いてみると案外、まだトレースは一人分か。それより、木金の暖かさでアイスバーンが出来ており、そこに昨夜の新雪が若干乗っている状態でシールが利きにくく、非常に登りにくい。こんな程度の斜面で苦心していては先の急斜面が恐ろしい。まあ上に行くほど新雪が増してきたのでアイスバーンでないのが助かったが、先行者はわりと直登しているので、後からトレースする程シールが滑るため余計な腕力を使い、体力を消耗…。ただでさえ、この二人についていくのは大変だっつうのに～。

休憩場所からの高妻

遅れて稜線に到着してみると、やはり二人の姿はない。仕方なく、ツガの林を縫いながらアップダウンを繰り返し稜線を辿る。振り返り見る高妻～乙妻が真っ白にそびえる姿に癒される。かなりヘトヘトの身としては山頂はまだ随分先に見える。途中二人が休んでいてほっ。でも、私には休憩時間短いデス。遅れてきたのだから仕方ないか。再びアップダウンを繰り返しながら稜線を山頂へ。黒姫へはスキーでも何度か来ているけど、山頂はスキーでは初めてなんだなあ。

さて、ここから七ツ池の火口原へはどこから下りるのか。うっそうとした樹林帯は手強そう。登っている時に唯一白く禿げた部分を見たけど、やはりそこを狙うよう。そこまでは木が密なので最初ツボ足で行こうとしたけど穴にハマって抜け出すのに苦労。結局スキーを履いた方が楽でした。やや左方向へ行くと、その禿げた斜面にでた。同幅で一直線に下に向かって落ちている。Mさんは簡単に滑降していったが、上は結構急でガリガリのため、私は横滑りである程度降りてから滑降開始。始めは下りるのが精いっぱいながら、下に行くほど新雪がフカフカになってきて、気持ち良かったです。

御巣鷹山

七ツ池は当然雪原で、そこを横断し、いざ、御巣鷹山（小黒姫）へ取付く。御巣鷹山は登山道がないので、初めて登るしワクワク。でも疲れた体にはその立派なお姿はちょっと恐ろしい…。案の定急な登りで、後から付いていくにはよく滑り、なかなか登るに苦労～。ふと見ると、すぐ横のバーンで3人ほどの方たちが華麗なテレで滑っていった。

ようやく着いた御巣鷹山山頂はあまり広くもなく、展望も樹林でそれほどでもない（というか、私はあまり周りを見渡す余裕がなかったのだが）。ここから北西斜面を林道まで滑ってから大ダルミまで登り返す予定だったが、そちらの方面の樹林の様子がわからないのでとりあえず西面の斜面へ降りてみる。樹林が濃い感じに見えたので、手前の沢斜面にドロップすることに。ここは新雪が手頃に深くて気持ち良い。でもすぐ少し重くなったけど。陽が当たってるから仕方ない。ふと見上げると、もう少し北側の斜面でも疎林で良い斜面なように見えた。外輪山との鞍部に下りてからはそのまま大ダルミへ下る。始めは傾斜があまりなくて滑りにくかったものの、段々傾斜がついてくると、北斜面ということもありなかなか気持ち良いパウダーで、唯一テレを楽しんだかな。でも東斜面に回り込むとまたアイスバーンが出現し、大ダルミからの下りも時折アイスバーンに気をつけつつ、という感じでした。

おそらく、私にはシーズン最後のパウダースキー。疲れて脚力がなくてまともに滑れなかったのが残念ではあったけど、初めてのコースで天気にも恵まれるというのはやっぱり嬉しいですね。お二人さん、ありがとうございました。　　S 記

3 月3日（土）妙高山滝沢尾根　山スキー（個人山行）

メンバー：CL J.K　SL K.K　N.T　T.K　K.K

9：10　赤倉観光スキー場ゲレンデトップ　10：50 前山　　12：10　ゲレンデ着　12：25駐車場着

赤倉観光スキー場のゲレンデトップから前山を目指して尾根を上がっていく、前日までの高温と当日の冷え込みにより、やはり足元にはアイスバーンも出来ている。途中169 0m過ぎの急斜面からはスキーアイゼンを使用、適当に斜度をとりながら順調に高度を上げていける。やはりアイスバーンがあるときはアイゼンの引っ掛かりがとてもありがたいです。1 時間半強ほどで前山のトップが見えてくる。トップからは妙高山の眺望が望めるはず…、でしたが本日は天候により眺望は今一つといったところでしょうか。休憩もそこそこに滑走の準備を始めます。下りは登ってきた尾根とは沢を挟んで 1 本南にある尾根を下るようです。今まで自分が参加してきた山を初心者～初級としたら、今回の下りは初級～中級という感じでしょうか。山頂付近の狭い尾根の滑走や、一か所あった急斜面に少々てこずりました。特に山頂付近は雪が飛ばされるのでしょうか薄い新雪の下にアイスバーンという雪にも苦戦しました。でもそこを過ぎて樹林帯に入ると雪質もアイスバーンではなくパウダーが残っていますし、広い尾根の適度な斜度の快適ツリーランを楽しめました。1000mあたりで沢にぶつかり、沢を超えるとすぐにスキー場に出ました。1 時間半程度の登りで 800m以上の滑走を楽しめる、やっぱりゲレンデリフト利用の山スキーはいいですね。

カタカナ記

3 月 9 日（土）横前倉山　山スキー（個人山行）

メンバー：M（L）、T

9：20 栂池ロープウェイ終点　10：13 天狗原祠　10：35 滑降開始　10：45 唐松沢休憩　11：05 滝壺地点 1750m　11：19 滝地点　11：24 唐松沢からの転換地点 1640m 付近　12：14 風吹大池　12：47 横前倉山　12：53 昼食　13：13 滑降開始　13：49 細尾根合流点 1250m　14：06 南俣沢橋上　14：30 林道滑り出し　15：20 デポ地点着 500m

当初予定は火打山・澄川の高谷池ヒュッテ泊り 1 泊 2 日の計画であった。とにかく今シーズンの土日は天気が崩れることが多く、これまでのほとんどの計画で変更を余儀なくされていたが、またしてもである。10 日の日曜日は前線通過で大荒れとの予報で、急遽晴天の見込める 9 日のみ今まで延び延びとなっていた日帰り横前倉山へ変更した。

晴天の栂池スキー場ゴンドラ乗り場から見える白馬乗鞍からは盛大に雪煙が舞い上がっており、ゴンドラは中間駅までとのアナウンスにがっくりしながらしばらくの待ち、やがて再開したゴンドラとロープウェイを乗り継いで 9：20 栂の森駅へ。ここから僅か1時間ほどのハイクアップで天狗原に到着。今日から営業開始のロープウェイの威力は大きい。

天狗原も暴風が吹き荒れていて長居は無用と、そそくさと唐松沢源頭へ滑り込む。先行者一人有。谷は風もなく快適で、滑り出してすぐに小休止とし、ようやく一息。ここから緩やかな谷筋を滑るが、昨日の雪が妙に引っかかってやや滑りづらい。やがて 1750mの滝つぼ手前に到着、ここは北原さんから手前から

左尾根へ行くとよいとのアドバイスを受けていたのだが、やや滑り過ぎて、すでに左の尾根はスキーでは登れない急斜面となってしまった。仕方なくスキー板を背負って、ツボ足で慎重に通過。その後にあるもう一か所の滝はスキー板のまま右から高巻いて通過する。

1640m付近から左の尾根方面へトラバースを開始し風吹大池を目指す。12:14 風吹大池に到着、シールのまま池に滑り込む。ここも強風のためそのまま池を横切って 12:47 横前倉山山頂着。少し下ったあたりで風を避けてようやく昼食とする。

13:13 滑降開始。山頂直下はかなり急斜面、左側斜面は荒れていて右側を選択するが、急斜面の雪割れ部分が上からは見えずに緊張する。少し高度を下げてからようやく快調に滑り出す。雪は重いが実に気持ちの良い斜面が続く。写真を取り合いながら滑降を続け、13:49 細尾根の合流部へ。左右に切れ落ちた馬の背状のコースはボーゲンを多用しながら慎重に下る。細尾根を抜けてようやくほっとしたものの重雪の滑降が続いて太腿が悲鳴を上げ始め、滑りは長続きしない。14:06 かなりショートカットして南俣橋に到着。再度林道をシールで登り返し 14:30 滑降再開。ここから先も長く、コース間違いで登り返したりしながらも 15:20 車デポ地点に到着。帰りは風吹荘で汗を流してから栂池スキー場で車を回収、帰途に就いた。

風吹大池にて

M 記

3月17日 （日）藤塚山（ 個人山行）

Y.U

登山口 12:00-山頂12:50-発13:00－登山口13:50

予定では雪の里山のはずが膝が心配でスノーシューは使わないことにした。藤塚山は地図に名前が載っていない隠れた里山です。天気が抜群　高速で豊科インターを目指す。松本に迫ると雪山がみえるが見ないようにして目をそらす。インタから 20 分くらいで取り付きの神社にくる。四賀化石館を過ぎて橋をわたると自動者がうようよいる。四賀の福寿草祭りの看板が目立つ。目指す神社の細い登りをいくとなんと獣除けの柵があり入念に鎖をまいてあり入れない。バックしていくとちょうどおじさんが出てきたので聞いたら鎖を外していいよと言われて戻る。この鎖かなり巻いてあり最初分からないがいじっているうちに大体理解できた。そこに別のおじさんが来て親しく話しかける。

こんな風に柵を作って問題ありなんだ。来る人が帰るだよ。今後また相談しないといけなね。小学校が合併されて4校が1校になったんだよ。

富士山に行ってきたよ。おもしろい話好きなひと。どこから来たね。長野市からきました。会話がなかなか終わらなかった。やっと会話が終わり登ることになった。

急な舗装されたみちを登ると立派な神社。かなり大きいトイレが 2 基ある。神社からカラマツの中のきれいな道を登る。カラマツなので秋には松茸なんでしょう。ここは茸山の張り紙が頂上近くまで続く。15 分くらいで石塔があるがここから道がなくなったがはりがみに沿って急な落ち葉をふみつけて登る。しばし藪山の雰囲気。10 分ほどでトラバースすると尾根に出る。ここからはすぐに頂上に到達。頂上は何もないと思ったら古い人工の建物がたくさんあり立派な車道の痕跡がある。しかし地図には載っていないのでどこから入るのは不明。やや興ざめにはなった。叔父さんが教えてくれたように展望は極めて悪し。
早々元の道を戻ることにした。頂上近くではピンクのテープをつけておいたので尾根の途中までくだりそこからは茸山の張り紙に沿って下るだけであった。登り 50 分くらい くだりも 50 分くらい。明日の朝が怖い。膝が痛くなければいいが。

3月15日（土） 平標山～西ゼン 山スキー

CL S.T T.M E.K
7:30 土樽（車デポ）→8:00 平標山登山口駐車場→8:30 登山口出発→11:30 平標山
12:00 平標山滑降開始～群大ヒュッテ～15:00 土樽 15:30 車回収

4:45 に小布施 SA で待ち合わせをする。そのまま飯山まで高速を使う。土樽まで 2 時間半と計算していたけれど、1 時間半で着いてしまった。（次回からもう少し遅く出発をしよう）土樽で K さんと待ち合わせ、車を1台デポし、もう 1 台で平標山登山口（約 30km）まで向かう。晴天に恵まれる。天気予報では 15 時過ぎから雨とのことであるが、現時点は考えられない青空である。平標登山口駐車場で身支度を整え、別荘地の最終地点まで歩く。そこで、スキー板をつけ、林道を歩く。さすがに人気スポットなのか、首都圏から近

いからなのか、長野ではお見かけしない程の山スキー愛好家が集まっている。
しばらく林道を歩き、途中からシッケイ沢に入る。しばらくシッケイ沢を歩くと、徐々に視界が広がり、眼前に平標山へと続く稜線が飛び込んでくる。素晴らしい景色だ。写真に収めたがきれいに撮れているか…所々にデブリの痕があるが。沢づたいから右側の尾根へと上がっていく。雪質はややアイスバーンであり、尾根は 1400m付近から徐々に勾配が急になり、シールが効かなくなり、幾度が滑る。これ以上のシール登行は無理となり、板を担ぎつぼ足になる。つま先だけ蹴りこみ上がっていくので、30～40 歩ほど登っていると、ふくらはぎが痙攣しそうだ。ちょっと行っては、足を休め、残りの標高 500mを歩く。稜線にでると傾斜もなだらかになり、再びシール登行となり、残すところわずかである。11:30 に頂上に到着。名前の通り頂上は平だ。頂上は風が強く、これから滑ろうとする西ゼンの雪も凍っている感じがする。少し頂上から下

がった所で、風をよけて昼食タイム。風も徐々に強くなり、休憩もそこそこにして滑降準備。

滑降開始。“ガリガリ”と雪質は見事なアイスバーン。私が、YouTube で見た西ゼンは、パウダーで、シュープールを描く画像であった。それをイメージしてきたら、“ガリガリ”でターンも怖い。時間的にもう少し後の方が、雪質も緩み快適なバーンになるのだが、待っているわけにも行かず滑る。途中雪がいい所があるが、基本的にはアイスバーンの上に 10cm ほどのパウダーが乗っている状態で、何とも滑りにくい。悲しいが自分の力量がわかる…しかし、雪質はともかくとして、バーンは素晴らしいところである。1500mあたりで“ノド”といわれる場所にきて、慎重に横滑りで降りる。(夏に沢登りにきた時の情景を思い出す。大スラブから最後小さな滝登りになる所だ。) その後も快適な斜面ではあるが、雪質は刻々と変わり、重かったり、パウダーだったり、凍ったりと…そして、デブリ。転びなから滑り、950m付近の渡渉ポイントを目指す。渡渉ポイントを無事越えてからは斜度も緩くなり、滑走と漕ぎが混ざって、群大ヒュッテに到着。問題の仙の倉谷と毛渡沢合流地点には噂通りに橋がかかっていた。これがあれば、毛渡沢からも水に濡れることなく滑降できることを確認する。そこからも斜度は緩く、漕いだり、滑ったりを繰り返す。数年前に毛渡沢を降りた時には林道の途中から除雪してあった為、土樽駅まで徒歩となり、かなりの時間を要したが、今日はデポ地点の車道まですんなり滑降でき 15 時に到着。もう 1 台の車を回収する為、平標山に戻り、その後はお約束の入浴で疲れを癒す。入浴後には、雨が降り出し、大雨となり、天気予報はあたっていた。
※天気も良く写真をたくさん撮った。素晴らしい滑降写真は HP を…　　T 記

3月17日(日) 平標山 登山

L K.T SL T.S K.Y K.K T.K N.T K.K T.H
駐車場7:45 登山口9:00 平標山山頂11:30 駐車場14:10

駐車場にはすでに車がずらっと並びほぼ満車。長野組とTさんが待っていた。
「ここにいるほとんどの人はスキーだね。」と言っている。「ふむふむ・・・ネットで見た通りだ。」
私にとって、今日は3カ月ぶりの山登りになる。スキーもいいが、歩きが楽しみ！
空は晴れわたり、無風状態、気温も高く温かい。上着は着る？薄着にしていくかと準備をして出発。しばらく車道を歩き林道に入る。小鳥の姿が見えるとさっそくKさんが名前を教えてくれた。小さな鳥で、姿もよく見えないのに、良く分かるものだと感心する。
ゆるやかな坂道を小一時間歩いてようやく登山口に到着。いよいよこれから山の登りに入る。雪はざくざくとささり気持ちよくステップを切って進んだ。途中急斜面になってきたので必要と思う人だけアイゼン装着。重くなった足ではあるが動かすことが心地よく感じる。ダケカンバの林ごしに雪の稜線と青空が広がっている。絶好の登山日和。
稜線に到着。仙ノ倉山から平標まで、なだらかな山稜が雪原となり、平標山頂からは真直ぐ大きな斜面が滑ってくれとばかりに広がっている。
振り向くと・・・山また山が続き、深い山並みが見渡せる。真白に雪を頂く白砂山、その右を辿ると平らな

稜線の苗場山、とんがっている神楽ヶ峰。神楽ヶ峰と苗場山の間のコルにはイラネアオイの群生が見事だとＴさん。この辺りの花めぐりもいいかな。そして、目を左に転ずると浅間山、蓼科八ヶ岳、秩父連山と続く。空気が澄んでいれば富士山も見えるところだが黄砂の影響があるのか霞んでいる。

眼下にスロープを描いているのは苗場スキー場。・・・因みに苗場スキー場は、苗場山麓に有るわけではない。あの山は笛山と言うのだそうだ。とすると本当は「笛山スキー場」のはずだが・・・何故か苗場スキー場なのだ。

平標山をバックに全員で記念写真。

山頂に着くと、何と凄い風が吹きまくっていた。氷の上を滑ったら下に落ちてしまいそうなほど。脱いでいた上着をはおり、そそくさと自分だけの記念写真を撮ってもらうと下ることに。越後三山や巻機山など眺めるのも忘れてひたすら風の無い場所まで下ってしまった。

山頂でゆっくり眺めて来たＳさん、Ｔさん、Ｙさんに後で叱られることに。Ｙ さんは山頂でエビの尻尾を撮ってきたという。

下りは右に折れて山スキールートを下る。私達より一足先に出たはずのスキー組が登って来るところだった。下って見ると結構な急登がだらだらと続き、苦しい登りを強いられそうだった。やはり、山スキーにしても登りは夏道を通るのが正解だろう。

春の陽ざしを受け真っ黒に日焼けしてしまった顔を、「宿場の湯」で洗い流し帰路についた。春の一日を存分に楽しんだ。

２年前の初雪山では大きな遅れを取った登りになって、迷惑をかけた。体力不足でもう登れないかと思っていたのだが、今回は快調だった。登りは勿論、半月板を痛めた膝に来る下りでも、アイゼンを真直ぐ下に向けてフラットで楽勝だった。山は3か月ぶりなのに！である。

これは、１月から始めたマラソンの効果である。３月初めのハーフに向けて真面目に取り組んだ。無理をせず、体と相談しながら、効果的な練習を積んできた成果が見事に結実。今後も体力を落とさないで山を楽しみたい。

Ｈ 記

編 集 後 記

数年前の今日は何をしていたのか、振り返ってみたいなと思い、5年日記を今年の元旦から書き始めた。夕食に何を食べたとのか、帰宅時間とかたわいないことを数行書く程度だが、今のところ続いている。来年の後記で、″昨年の今頃″なんてことを書くのもいいなと思っていましたが、今年度の3月号を持って″やまふみ″の編集担当を降りることになりました。私の代わりは人生の大先輩にお願いしています。どんな編集後記を書いて頂けるのか楽しみです(^^♪
で私は…HP 作成担当に専念します。毎月、HP で更新ブログを書いていますので、そちらも読んでくださいね。

／てらしま

オークションでポータブル MD プレーヤーを購入した。私は未だに MD を愛用しているが、壊れた代用の新品が買えず、中古を買うしかない。今度は3度目。最初に買った品は時々動かなくなるしろもので、半年で全く動かなくなった。2度目は音声の接触が悪く返品。中古品ってそんなもん？今回は今のところ良品。長く使えることを願う。愛着のあるものを長く使えないというのは不便と皆思わないのかなー。ちなみに、うちのダンナはベータのビデオを探してる。さすがにそれはキビシイっしょ。

／とっこ

どうもこの間から親不知の周りの歯茎が痛んで気になりだし、意を決して歯医者に行ってきた。歯医者では予想通り「抜歯しないとだめだね、」 ええそうですよね、親不知は抜きますよね。ただここからが予想外「きちんと生えてない（歯が横に埋まってる）から口腔外科紹介するね」そして、数週間後口腔外科にて抜歯、翌日から2～3日は腫れのピークで鏡見たら顎の形が変わってました。1週間ぐらいはまともに口が動かないのでおかゆなどペースト状の食事。そういえば、前に誰かから親不知を抜いたら 1～2kg 痩せたという話を聞いたけど、こういうことか…でも普通食食べれるようになったらもとに戻った…。

／カタカナ