山岳クラブ／グーテンターク（ドイツ語　こんにちは）

月報やまふみ

№220　2014 年(平成 26)年 3 月2日発行　　山踏み

会　　長　／MT
事務局長　　／TK
ホームページ／　http://guten-nagano.com/
編　　集　／ST TT UR
印　　刷　／中央プリント（株）

目次

山行報告……1～8
編集後記……8

１月３日（金）－５日(日)鳳凰三山（例会山行）

L TS YH TM IK

1 日目　夜叉神峠駐車場 8:50→夜叉神峠 10:00→杖立峠 12:00→ 苺平 13:00→ 南御室小屋 15:00

2 日目　南御室小屋 7:00 → 砂払 → 薬師岳 8:40→ 観音岳 9:35　→ 地蔵岳 11:30～12:50→南御室小屋 15:00

3日目　南御室小屋7:00 → 苺平8:15　→夜叉神峠10:15 → 夜叉神峠登山口駐車場 11:00

北岳をバックに

５年ぶりの冬山山行である。持っている装備はどれも 10 年以上経過してヨレヨレ。取り急ぎ、アンダーとミドルウェア、そしてプラブーツを買い替えた。10 年も経過すると素材の進歩に驚きです。また、冬靴を選ぶ際には、最近の主流の革製シングルタイプも試し履きしたが、汗かきの僕にはインナーが取れて、今まで使っていて信頼があるプラブーツを選んでしまった。

さて、復帰第一段は正月休みに計画があった白馬岳とした。復帰したばかりで白馬の稜線は体力的に

も無理(正月前後のこの時期の後立山は連日大雪が降り、晴れる事はまず無いので白馬大池までででも相当量の新雪で相当大変と思われるが･･･)と思い、白馬大池までとして白馬岳アタック時はテントで留守番すると言うことで参加のお願いをした。

ところが、サブ予定のＴさんが不参加となり、パーティ構成から南アルプスの鳳凰三山へと目的地が変更になった。だんだんと白馬山行が近づき、今の時期の後立山は一歩間違うと遭難だなとおののき出していた僕としては、やっぱり冬山復帰第一段は初心者コースでしょとひと安心したのが本音です。

さて、当日は相当に久しぶりの重量ザックに大丈夫かと持っていたところに、テント本体も持たされて、ゲェ～と思ってたら、他のメンバーはそれ以上の物を持っていたことが後で判明したのです。

初日、急登を汗をかきかき 6 時間かけて南御室小屋に到着。久しぶりなのによくくじけずにこの重荷で歩けたものだと自分に感心。

さて、後は食事だと、準備が始まったらビックリ！豚肉すき焼き風なべとの予告だったが、豚肉に鳥肉、生たまごに生野菜もたんまりあるわで、おまけにビールまで！みんな重装備の上に食べ物何キロ持ってきたの？？

僕がリーダーだったころの山行料理では考えられない程のおいしい料理をたらふく食べて、久しぶりの疲労と満腹で熟睡です。

2 日目、非常用装備と防寒着を持って、鳳凰三山へアタック。天気は快晴。稜線からは、南アルプスの主峰北岳を始め稜線全てが一望出来、歓声です。稜線は風が強いものの眺望がいいため、足取りも快調に観音岳まで来ましたが、地蔵岳まで片道 2 時間と聞くと、鳳凰 2 山でもいいかなと思ったけど、即座に却下。聞いたことはあるオベリスク目指して頑張りました。オベリスクとはよく着けた名前で感心です。カッコいい地蔵岳山頂へは体力があまっているＬが一人でアタックし、僕らはそのまま長い道のりをＵターン。

オベリスクを目指して

往復 8 時間かかりへろへろでテントに着きました。さあ、もう食べるだけだと、準備が始まれば残りの食材がまだあるわあるわ！赤い手が 6 本も出てきて魔法をかけるうちに、昨日にも増して美味しい料理が出来上がり！とても量が多く、最後は食べるノルマが課されてゲップもんでしたが、いい料理でした。

うどん担当だった僕は、みんながこんなにたくさんの食材にビールまで持ってきているとはつゆ知らず、軽さ第一で乾麺にしてごめんなさい。次回はビールも持っていくよ！

6 本の赤い魔術士の手が…

3 日目、今日は下山だけ。もっと食材を出そうとするＹさんを押しとどめ、テント回収して、4 時間かけて無事下山しました。

過去の僕が行った年末年始山行のほとんど山頂を踏めずに途中撤退だったことの指摘をＬに受け、本当だなと思い、快晴下での正月山行の成功に今回のＬの人徳がいいのかなと・・・。

Ｉ記

【冬靴プラブーツの考証】

山行で一緒だったＹさんに、汗かきだからプラブーツにしたと言った事に対し、なぜかと聞かれたのでその意見をお伝えします。以下は個人の感想ですが、装備選びの一考になれば幸いです。他の方の意見も聞いてみてください。

さて、プラブーツと革製のシングルブーツでは歩いている時の発汗量は一緒で、皮の表面から汗が放出されることは無く、靴の中の蒸れ具合は一緒で、テントに入って靴を脱いだ際には、靴下も靴の内側も、汗で湿気ってる状態は同じと思われます。

僕はテントに入ったら汗かき具合で直ぐに乾いた靴下に履き替えています。(像足を履いてればそのうち乾きますが･･･)そして靴のインナーは寝袋の中に入れて寝ています。これで翌日の山行時には靴の内部は乾いた状態で歩けます。

これに対し、革製のシングル靴の中を乾かすには、靴自体を寝袋の間に置いて乾かすと言いますが、ゴツイ冷えた靴を寝袋の脇に置かれたらそこから冷たさが伝わってきて、隣の人に迷惑だろうと思います。

実際、Ｙ さんはテント内が狭いこともあり、靴をそのまま外に置いていたため、湿気が凍り、翌日の靴の中は冷たいと言われていました。歩いているとその内に冷たさは無くなりますが、湿気は昨日の分と合わせてすごいことになっています。もしもこの状態でビバークすることになれば、足先は汗が冷えてとても冷たく、凍傷の危険性は増すことでしょう。

革製シングルブーツを履いている方の意見を聞いたことがない(昔はみんなプラブーツだった！)のでなんとも言えませんが、ご参考まで。　Ｉ 記

１月２１日(火)　葛尾山（個人山行）

Ｌ　UR TT

福井集落 8：06→一ツ石 8：58→商売池（小休止）9：41～9：46→五里ヶ峰頂上（軽食・休憩）10：50～11：07→葛尾城跡（小休止）11：50～11：55→坂城神社 12：51

行動時間 4：44　累積標高+980m、-936m、距離 8.19km

雪の予報が直前に「曇りから昼前後一時晴れ」に変更になっていた。南長野運動公園で 7：00 に待ち合わせ、少し早く 6：55 頃２台で出発したが　途中１８号線が結構込んでいて　坂城神社に一台デポの後、福井集落に着くのが予定より少し遅れた。

福井集落から五里ヶ峰への道は 1/25000 地形図には載っていない。それで獣道かと思ったが案外しっかりした道だ。「水入」という水場の標識があるところで迷ってしまった。水場を示す標識は明らかに右の沢筋を指していて、そのすぐ下にある「五里ヶ峰」の表示も同じ方を指しているように見えるのだが　実はそこから左の尾根の方へ進むのが正しい。実に紛らわしい標識で注意が必要だ。雪の上には様々な動物の足跡が見られる。蹄が二つに割れていてカモシカと思われるのがあったが「こんな低いところにまさかカモシカなんて」とそのときは間違いかと思った。しかし、帰宅後ヤマレコでこの地域の記録を見たら　カモシカくんの写真が載っている。確かにここにいるのだ。改めて調べてみると低山地から亜高山帯にかけてのブナ、ミズナラなどからなる落葉広葉樹林や混交林が生息域とのことで　イメージとしては高い山と思っていたがそうばかりでもないらしい。昔の交易の場

であったという「商売池」で一本とった後、お互いの孫の話をしながらゆっくりとしたペースで歩くこと１時間弱、やっと頂上に着いた。約２時間４０分かかったことになる。途中、トレースは時々出てくるが　山で仕事をする地元の方の足跡なのか、道からはみ出したり、また戻ったりと安定しない。脱色して白くなったテープがありがたい。

天気は急速に回復してきた。行動食をとっている間に　東側の戸倉・上山田温泉方面がよく見えてきた。U さんに言わせると私の普段からの行いがいいので晴れてきたのだとのこと。その通りですとお答えして記念写真を撮って出発する。

坂城神社方面への道はよく歩かれているらしく　トレースがしっかりしている。天気はますます良くなってきてルートの左側（東側）には上信越道もよく見える。五里ヶ峰の頂上付近を上信越道五里ヶ峰トンネルが貫いている。標高 800m くらいの平らなところに面白いものを見つける。なんと昔の公衆電話スタンドである。中に電話はないが　以前は緊急連絡用に使われていたのだろうか？

さらに進むと葛尾城（かつらおじょう）跡に到達する。ここは戦国時代北信で最大の勢力を誇った村上義清の居城であった由。ここで小休止の後、進み始めるとまた紛らわしい標識がある。「坂城神社」を示す小尾根の方向はトレースがなく、しっかりしたトレースの道がどう見ても坂城神社への道に思える。しばらくそちらの方向に進んで間違いないことを確認した。

ここからの帰途はマツタケ林のようでいたるところに「入山禁止」の立て札がある。坂城神社でデポ車に乗りこみ出発の福井集落に戻って解散した。思いがけなくいい天気にも恵まれ楽しい山行になりました。U さんありがとうございました。　　T　記

２月４日(火)　大林山（個人山行）

L　UR TT

自在神社 7：53→自在山 8：51→林道合流点 9：21→鉄塔 9：35→反射板 10：11→九竜山 11：10→途中昼食→大林山 11：58→自在神社 14：52

行動時間 6：58　累積標高+1352m、-1352m、距離 10.74km

自在神社ってすごい名前だよね、そんなことを思いながら U さんのジムニーで坂城町中之条の自在神社へ。どこへ入っていくのか、と思って見ていると、車幅いっぱいの細い道をジムニーは進み、神社の境内へ。申し上げておきますがこれは U さんの男らしい運転技術とジムニーの軽快さがあって初めてできることであり、他の方にはお勧めいたしません。

この自在神社は毎年４月第４日曜日に８つの舞からなる太々神楽が奉納されているというありがたいお社なのですね。機会があれば一回見てみたいものです。

さて登り口（標高 433m）にはマツタケ山を守るための鉄柵があり、U さんが二重の留め具を外して入

山します。登り始めるとまずは神社の奥宮まで 300ｍで約 80m登るしっかりした階段の急登、ところがここで道を間違える。道が左右に分かれていて右側の鳥居を目指して進むとその先、道が無くなっている。引き返せばいいのだが、え一い面倒！とばかり左手に見える奥宮目指して 30mばかりヤブこぎ、クライミングした。

ここからは左右に「入山禁止、罰金５０万円、山主」の掲示がうるさい（しかし見事に整備された）松林の中の道である。マツタケの季節には登山道を歩くこと自体やばそうです。

自在山（793m、岩井堂山とも）は見事に整ったオムスビ山で、山頂には戦国時代のものとされる烽火台跡が残っている。ここからはアップダウンはあるが約 120m くらい下って坂城町新山方面からの林道との合流点に出る。標識を「九竜山」の方へ進みやがて鉄塔、反射板を過ぎてすぐ標高 960m くらいのところで「左：九竜山、右：八頭山経由大林山」の標識がある分岐点がある。大林山には九竜山経由の方が近道なので注意したい。このあたり雪の上にカモシカの足跡があった。

分岐を過ぎるとすぐにかなり凍った急登の尾根道である。U さんは軽アイゼンを装着。本コースは全般的に急登が多いが中でもここはきつい。結局ワカンも着けずに済ませたがところどころ膝下までのラッセルだった。標高 1160ｍくらいで尾根を乗り換え西に進むようになるが、ここからは傾斜が緩くなる。

その尾根乗り換えの直後「九竜山山頂 標高 1168m」の標識があるのだが　地形図で見てもその付近に小ピークすらもなく、見た目にも全くピークには見えない。不思議な山名である。

風も強く、今年一番の冷え込みということでバラクラバを着けるほどではないが頬が冷たい。フリースを一枚とアウターを着込んだ。時計を見ると 11：29、山頂もどうせ展望はないし、風も強そうなので途中で食事休憩をとった。

大林山（氷澤山ひざわやまとも、標高 1333m）到着は 11：58、山頂は見晴らしがよく立派な山名方位板（右写真）も設置されているので、天気さえ良ければ北信五岳どころか、北ア、八ヶ岳まで見通せるらしい。雪も降ってきたし撤退開始する。

帰路は先ほどの尾根を乗り換えるところだけ注意が必要。自在神社に着くと例の鉄柵がある。今度は私が先頭だったので開けなければならない。ところがチンパンジー並みの知能を誇る私にはなかなか難しくガチャガチャやっているのを　後ろでじっとＵさんが見ているのであせる。ちょっとした知恵の輪みたいになっている留め具をやっとの思いでこじ開け、どっと疲れが出てしまった私だった。大林山さん、あなたは変化に富んだとてもいい山でした。ぜひ今度はまた天気のいい時に登らせて下さい。　　Ｔ　記

２月８日(土)-9 日（日）真名板山＆放山（例会山行）山スキー

メンバー：ＭＴＫ

真名板山　行程：8 日　9:20 大網塩の道広場駐車場発　→　13：00 山頂直下 1150m
地点　→　13：30 山頂直下発　→　14：45 駐車場広場着　→　道の駅能生

土曜日曜と低気圧の通過と寒気の流入で関東地方は大雪予報。自宅のある長野も早朝からのけっこうな積雪で自宅の除雪を終えてからの出発となった。松本方面はさらに大雪で T さん、K さんの到着も 8 時を大幅に回ってからとなった。天気の回復は望みようもないが、北方面はそれほど崩れないのではないかと僅かな希望をもって出発。

大網集落の除雪してある広場に車を止め、スキーを履いてから集落を抜けて出発。のんびりとした里山といった雰囲気で、近くの赤禿山に樹相などもよく似通っている。地形図ではそれほど難しいと思っていなかったが、見通しがきかないこともあって、また意外と急斜面のラッセルに手こずりながら進む。山頂直下の 1150m地点で私のシールが貼りつかなくなって（途中、テールの金具が引きちぎれてテープで留めていた）登りはここまでとする。雪は表層で若干流れ気味のため、急斜面を避けて尾根伝いにコースを取ろうとするが谷と尾根が複雑に入り組んでいてよくわからない。重雪でスキー操作もままならず、T さんは新調した板に八つ当たり。雪も小降りになってきて下の集落の杉林も見えているため、それほど心配はなくなったが、やがて登りトレースと合流して 14：45 駐車場にたどり着いた。

翌日もシャルマン火打からの放山を予定しているため、近くの姫川温泉で入浴してから糸魚川方面へと向かい、酒の肴を買い出ししてから夕食のアンコウ汁に舌鼓をうち、「道の駅能生」での宴会後、カニ屋横丁の軒先でテント泊となった。　　Ｍ記

放山　行程；9 日　9:30 シャルマン火打スキー場出発→11:45～12:00 放山（滑降）→12:20 折り返し→ゲレンデ下

昨日の真那板山から糸魚川の道の駅で泊まる。朝 6:30 に、道の駅の管理者に“ここにテントは張っちゃいけないよ”と注意されて起こされ、慌ててテント撤収する。外は雨が降っている。“雨では無理だ”ということで、のんびり朝ごはんを食べていたら、雨もあがり、少しだけ太陽の陽射しが見えてきた。“これは行くしかない”ということで、シャルマン火打に向かう。少しずつ高度をあげていくと、天気はやはり良くない。シャルマン火打スキー場に着いた時の天気は、パラパラの雪と全体にガスがかかり視界不良の状況であった。“それでも行ってみるもの”ということで、リフトに乗り、ゲレンデトップへ。そこから放山を目指す。放山までは、特に難しいところもなく、トレースの名残があり、それを利用して、予定通り 2 時間ちょっとで到着。視界は良くない。まず向かう尾根を確認したいが当然見えない。磁石で方角だけを確認し、滑りだす。けれども、ここも昨日の真那板山同様、雪が深く重い為、全然滑らない。50m 強高度を下がったところで、谷らしきものにでて、右手に尾根が見える。GPS 頼りに位置確認をし、やはり“あの尾根に上らないといけない”ということで、トラバースをするが、雪が重く、滑らない。漕いでのラッセルであり、尾根に登りかけたところで、時間を確認。50m の滑降に、すでに 20 分が経過している。昨年も、このルートを滑っているので、ここから先の道のりの長さと緩斜面で漕いだことを思い出す。今の時点でこれだけの時間がかかり、快適に滑降できず、視界不良で行くルートが見えないということは、このまま行ってしまうと、ヘッ電下山は間違いなしと考えられ、引き返すことを決断する。再びシールをつけ、放山に登り返す。20 分足らずで放山に到着し、スキー場へ

戻る。スキー場は非圧雪の為、既に凹凸であり、滑るのも大変であった。ゲレンデ到着時刻は既に 14:30 であった。北尾根に行っていたことを考えると、そら恐ろしい…

いつもの柵口温泉権現荘で疲れを癒し、糸魚川で夕食を済ませ、帰路に着く。自宅前は週末の大雪で、えらいことになっていた。（天気が悪く、写真はなし）　　T　記

２月１１日（火）　虫倉山（例会山行）

L　KT YH HK TN TM TT

不動滝登山口 8：38→尾根取り付き 9：29→奥の院 10：00→虫倉山山頂 13：20→東屋（昼食休憩）14：19～14：35→日本記への分岐 14：49→不動滝登山口 16：01

行動時間 7：23　累積標高+990m、-990m、距離 5.70km

7：00 平青学園集合、２台で現地に向かう。途中、道の駅中条でトイレを使い、登山口に。登山口までの林道は土曜日の積雪にもかかわらずきれいに除雪されていて感激した。

L K さんから出発前に「ハーネス装着してビレイループにロックカラビナを着けておくこと（チンビナと言うのだそうだがこの言葉はググっても出てこない)」「アイゼンは後でいいがピッケルは手に持つように」との指示があった。

尾根取り付きまでは 60mほどの高度差でほぼ平坦であるがところに依って膝までの新雪でラッセルを交代しながら進む。この行程のちょうど中間あたりでトラバースの鎖場があり注意が必要である。

尾根取り付きからはかなりの急傾斜となる。粉雪でつかみどころがなく、ところどころ本気でピッケルがないと登れない。特に奥の院直前の 3m の壁は登り応えがある。メンバーの中でただ一人 H さんだけはピッケルの代わりにストック一本で全行程を制覇したのだから　なかなかの実力者である。

奥の院から先の進路探しで 20 分ほどのロス。最初に見たときは雪で隠れて見えなかったが　よく見ると奥の院の左手奥の 5m 程の壁に鎖と太いロープがダブルで付いているのが分かった。

しかし、その壁の下は切り落ちており、落ちたら大変。リーダーが鎖にカラビナをかける最低限のビレイ（鎖の目が細かくカラビナを鎖の目にかけることができないので　カラビナを鎖に通すだけ）でまず登攀。お助けザイルを降ろしてもらい、私からセカンド登攀。念の為、カラビナ＋スリングを鎖に通し転落防止してから、チンビナにザイルのエイトノットの末端を掛けて登攀開始。雪で濡れた手袋で思いのほか鎖が滑る。足許も頼りなく必死の思いでなんとか登って、ザイルを踏まないように注意して、リーダーがセルフビレイを取っているスリングに自分もセルフビレイを取り、ホッとしてザイルを解除。

こう書くと初めから分かっていた手順のように聞こえるかもしれないが　ほとんどリーダーの指示

を受けながらやったことで　大変勉強になった。全員 が登り終えるまでに約 1 時間を要している。順番を待っている間に体が冷える経験も初めてで、こまめな衣類の調節も重要であることを知った。

　この後標高 1300m 付近でアイゼンを装着して、頂上直下の急傾斜に挑む。途中私の左アイゼンが外れる失態があって迷惑をかけてしまった。もう一回リーダーにロープで確保していただく壁があったがこちらは一回目の壁に比べるとたいしたことはなかった。

頂上（標高 1378m）到着は 13：20、夏の標準タイム（2 時間）に比べると倍以上の 4 時間 40 分余りを費やしたことになる。しかしながら殆ど無風で快晴の天候に恵まれ五竜・鹿島槍から槍の穂先まで見通せる眺望に恵まれ疲れが吹き飛んだ気がした。行動食はこの先の東屋で取るということで記念写真を撮って帰路につく。なお、頂上には山名盤と大きな双眼鏡（写真手前）が設置されている。この先、日本記（小川村）との分岐点までは尾根道であり、東屋はその直前にあった。ここでアイゼンを外し、遅い昼食をとって行動開始。分岐点からははっきりしないがほぼ沢筋の道となり、ところどころ雪崩れた跡が明確にわかる個所もある。危ないところは念のためひとりづつ間隔を空けるよう注意したい。今回は下山が遅くなったため温泉は入らなかった。最後に一言：まさか、これほどハードな冬山とは思いませんでした。でもお天気にもメンバーにも恵まれすばらしい充実感のある山行が楽しめました。皆様本当にありがとうございました。　　T　記

編 集 後 記

ここに編集後記を書くのもいよいよ最後になりました。そしてそんな後記をインフルエンザで出勤停止になり、暇を持て余す平日の昼間に書いております。インフルにかかるのって子供の時以来、10 年以上ぶりぐらいじゃないのかなー。こんなにしんどいものだったっけ？もう覚えてないです。そしてそんな時一人暮らしじゃなくてよかったと思う。一方で相手にうつしたらどうしよう、一人の方が良かったかもとも思う。でもやっぱり一人じゃない方が良いです。／カタカナ（編集退任）

年に３回は集まる同窓会で東京へ。新幹線もいいのだが、長野駅までのバスが不便。高速バスなら無料駐車場もあるし、安い。探してみると直前割なのか、なんと片道４００円で新宿までの便がある。復路と合計で３１００円ということで超お得な旅になった。／えりパパ（編集新任）

冬～春にかけて毎年スキーに通い続けている山の麓に住む方とお知り合いになり、最近は行く度、美味しいコーヒーをご馳走になっている。今シーズン初めて訪れた先日、この時期でもとれるキノコをたっぷりお土産に戴いた。「ムキタケ」。つるんとして肉厚で噛みごたえがありとても美味しい。晩秋は届かない高さに生えていても、積雪で冬は楽チンに届くという。さすが豪雪地。住むのは大変だなあ～と思うけど、ますます行く楽しみが増えました♪。／とっこ

昨年会報の編集を T さんより引き継いで 1 年経過した。引き受けたけれどいざ編集になると WORD を使ったことが無かったので困った。在職中は文章の作成は TEX という無料ソフトをもっぱら使う。そこで word の面倒な技法を使う部分はひたすら過去の会報の word の原稿をコピーして数字を少し修正した。今月号の「会費や保険」もコピーさせてもらい苦労なしで校了できた。／ゾラ