

8月山行報告

★小野アルプス山行(初めての山登り教室実技⑥)

行動記録 ユピカ駐車場 9:00～女池
9:30～紅山 10:10～小野富士 11:00～
アザメ峠 11:35～(12:00～12:30 日影で
昼食)～NTT無線中継所 12:55～
ユピカ駐車場 13:45 解散

日 時：8月6日(日) ユピカ駐車場 9:00 集合 L：砂川延也 参加者 計18名

【感想】 藤原(千)

小野アルプスという名は以前から聞いた事があって、一度行ってみたいと思っていた。山行が決まり、どんな山かと調べてみると、「場所是小野市と加古川市の市境で、一番高いのが惣山、その隣の山は紅山といっていずれも岩の山である。紅山の南陵岩尾根が、高御位山の百間岩のようで、勾配はそれ以上。下を見ると足下を高速道路の自動車が行き来し、都会のビルを昇っているような感じがしないでもない」とかいてある。わたしは

結構、高度恐怖症で、百間岩がまだいまだに、何とか上り下りが出来るような状態。だからそれを上まわるような岩場なんてとんでもない。無事に帰ってこれるか心配になってきた。

それとこの暑さの中で、何時間も歩き続けることができるか、熱中症になりはしないか、不安だらけで当日を迎えた。

よく晴れてきょうも暑そう。登山口から岩倉峠を越え、尾根に出た。左下に車が走っているのが見える。少し下るとすごい岩山が見えてきた。一寸オレンジかかっている。

これが紅山。異様な感じがする。エーッ、こんなとこ登るの?・・・帰りたい気分。

でも一寸だけ挑戦したいという気もないわけではない。私も前の人に続いて何とか足の運びを真似て登る。中間あたりで傾斜が急になり、前の人と間があいて、どうやって登ったのかわからなくなってしまった。どうしよう。暫く立ち止まっていた。後ろの佐藤さんが「大丈夫?」と声をかけてくれた。「うん。」と返事をしたものの、やっぱりどうしよう。でも登るしかない。両手を使って四つんばいで、三点確保。少しずつ慎重に足と手を運び、下は絶対に見ない。上ばかり見て登った。やっとのことで頂上に辿り着き思った。



ああ怖かった。もう二度とこの山には来ない!

休憩をとり、その後裏側に下って行き、上り下りを繰り返し、七つほど山を越えてユピカ温泉に着いた。

途中の休憩では氷やトマト、きゅうりなどをいただき、暑さで渴ききった口に入れると、なんとも言えない普段の味とはまた違うおいしさだった。ありがたかった。



また、道の脇にききょうの花が咲いていて、この花の色がなんと涼しげで、見つけるたびに少しばかり疲れを取ってくれるような感じがした。暑さも気になっていたけど、思った以上に木陰が多く、おかげで最後まで歩くことができた。

解散後、ユピカ温泉でかき氷を食べ、今度は寒～くなって帰路に着いた。無事帰れることが満足になる一日だった。

会長さんはじめ、皆様お世話になりました。

★ 夏山集中山行【三俣山荘に伊藤正一氏を訪ねて】まとめ

砂川(延)

期 間:8月17日(木)～8月22(火)

5泊6日(テント1泊、小屋3泊、温泉宿1泊)

(Aコース) L. 今山:上田、荘所、中村(アルプ)、原田、山内、吉井

折立～太郎平小屋(泊)～北俣岳～黒部五郎岳～三俣蓮華岳～三俣山荘～鷲羽岳～三俣山荘(泊)～三俣蓮華岳～双六岳～双六小屋～鏡平小屋～新穂高温泉(泊)

(Bコース) L. 砂川(延): 小谷、河合、西村、野々村、待場、渡邊

折立～太郎平小屋～薬師沢小屋(泊)～雲の平～祖母岳～雲の平小屋～高天原峠～高天原(泊)～岩苔乗越～(黒部源流)～三俣山荘(泊)～三俣蓮華岳～双六岳～双六小屋～鏡平小屋～新穂高温泉(泊)

■はじめに

兵庫労山40周年を記念して伊藤正一さんに会いに行こうということで計画はスタートした。伊藤正一さんに山行計画が持ち上がったときをお願いはしてあったのですが、本当に覚えていてくれるか少し不安があったが、小屋の受付で申し出るとまず奥様が出てこられた。確かにその様な話が話題になっていたと云って本人に連絡を取るから少し待つように云われた。小屋の奥から飄々とした感じで彼が現れた。今までに会ったことはなかったが一目でこの人が伊藤正一さんであることがわかった。思わず握手をしってしまった。

打合せの結果午後2時からレストランでということだったのですが、他の客もいるレストランの商売にも影響が出そうなので、急遽私たちの指定された部屋で座談会をすることになった。朴訥な話し方で山の話や自然保護の話など有意義なひと時を過ごすことが出来た。話の内容については感想文の中にも出てくると思うので省略したいと思う。

■パーティー編成について

A 班はいわゆる健脚組みの編成を意識した編成となった。入会まもない人については少し不安があったが、これまでの教室を通じてのトレーニング山行の結果で見る限り問題はないと考えた。しかし、パーティーの中で体力的に対応できなかったという感想も出されていた。この点はどういうことなのか考えないといけない内容である。

B班についても、パーティーとして脚はそろっていると思っていたが、入山後の睡眠不足と食欲不振から体調を崩し歩行困難者がが出たことは、日頃からのトレーニングの重要性を認識する結果となった。

日程上、コースタイム上に問題はなかったか

今回、予備日の設定をしなかったが、長い山行であり予備日の設定が必要ではないかと指摘があった。

当初入山日は前夜発もしくは早朝出発の予定であったが、1日日程を前倒しにして入山日の朝、登山口から出発できるよう折立登山口でキャンプを張り余裕を持たせた。

最終日、新穂高温泉への下山日は下山後に温泉宿での宿泊を設定していたため強行軍となった。

全体の山行日程としては、早立ちをして昼前後には宿泊小屋に到達できる行程としていた。

これは北アルプスでの夏山山行のセオリーを守り、縦走山行のパターン、あり方を実践してもらいたかったからである。

このように日程上は、かなりの余裕を持たせているわけだから縦走中の間、景色、花、動植物などの十分な観察や鑑賞を楽しみ、心身に余裕と充足感を満たせる時間が取れたはずである。

健脚を発揮するのは新穂高温泉に下る小池新道から左俣の林道に出てからでよかったのではないかな。

■この山行で良かったところ

入山日と下山日に雨に降られたが、特に下山日は雷をともない典型的なアルプスの雨となり、バケツをひっくり返したような強烈な降りとなった。今までに体感したことのない雷鳴に肝を冷やした。B班は幸いなことに鏡平小屋に避難ができ難を逃れることができたが、その分下山時間が遅れた。

それ以外は山行中の稜線歩きではお天気に恵まれ、素晴らしい景色を堪能することができ感嘆の連呼で本当に幸せな山行であった。少し問題は抱えながらもパーティー全員が全行程を歩き通し無事下山できたことも最大の収穫ではないか。

反省点としては

個人装備の面で、全体に荷物が多く重かったことである。その大きな原因は衣類とレーション類ではないか。衣類のセットのしかたや、レーションの中身を次回には、もう少し吟味して軽量化を図る必要がある。特に北アルプスでは小屋の数も多く、小屋を上手に使用することを考えればレーションをもう少し減らせることができる。検討してもらいたい。

今回の山域での通信手段として簡易無線機を借用して使ったが、使い慣れていないことや性能面で十分ではなかった。携帯電話も北アルプスの深いところでは圏外となり、新穂高温泉に接近しないと反応しなかった。北アルプスではまだアマチュア無線の世界が必要であると感じる。

その他の反省点としては

我々としては大きな山行なのに、入山前のミーティングやトレーニング山行が十分行えなかった。体力的な面、装備面などについて、パーティー間で十分な意思疎通をはかり、計画が十分に練れ納得された上での山行形態を作っておく必要を実感している

★ A班山行報告

【山行の感想文】

原田(勝)

今回の山行は5泊6日の長さで、私にとっては初めての経験で、何が起こるか不安であったが、とにかく高速を富山へと走り、立山インターで一般道路に入り、折立キャンプ場へ向かうが、雲行きがあやしくなり、やがてスコールである。テントでの夕食はあきらめ、途中の田舎食堂に入るが、14名であったので、店のおばちゃんは慌てふためいていたが、とにかく夕食らしきものを腹におさめ、食堂を出ると、空は茜色にそまっていたので、テント設営と明日は好天であろうと車を折立のテント場目指して行くが、途中で日没。しかも設営のときは、雨が降り、さんざんであったが、テントの中で明日の無事と好天を願って乾杯し、眠りに入る。深夜空を見上げると、かすかに星が見えていた。

次の日、5時に起床し、テントを撤収し、コンビニのおにぎりとおみそ汁で食事を済ませ、又来るであろうか、登山口で記念撮影をすませ、いよいよ第一歩を6時20分にします。A班、B班の2班に分かれて進む。リョウブとオオカメノキが遅い花をさかせていた。湿度がたかいダケカンパの林の中を高度をかせぐように進むが、昨夜の睡眠不足のせいか、思うように足が運ばない。それでも林のとざれ目から2090mの鍬崎山が左手に、1996mの寺地山が右手に見えると心が弾む。途中4回の休憩を入れ、太郎平小屋に到着したのは、10時55分であった。

すがすがしい気候で、北に薬師岳、正面に雲ノ平、後ろに赤牛・水晶・鷲羽・三俣蓮華、南に黒部五郎・北ノ俣岳、はるか奥にあこがれの槍・穂高が見えた。皆感動したにちがいない。

特に槍ヶ岳・穂高連峰は、もう少し訓練をしてから来い、と言っているようだ。昼食を摂っていると、40分ほど遅れてB班がやってきた。あと2時間の行程の無事を祈って見送る。

無事することが出来たことを感謝して乾杯し、少し横になったあと、質素な夕食を済ませたあと、夕日を見に太郎山へのぼる。登るといってもツツカケで10分たらずでのぼれる。平らでハイマツが生え、ケルンがあった。よく晴れた日は白山が見えるらしいが、今回はだめであった。部屋は相部屋でなかったのも、ゆっくりと眠れた。

山小屋一日目、本日は長丁場なので4時40分に出発、朝食はおにぎりをもって途中で食べることにした。



黒部太郎平からの眺望

日の出を見るため、北ノ股岳のふもとまでゆっくりと進む。咲き終えたチングルマの長い毛に朝露の水滴が印象的であった。水晶岳へ上がる太陽は山が高いせいか、あまりよくなかった。神岡新道の合流を過ぎ、北ノ俣岳で二人の若い娘さんに出会い、聞くとところによると、奈良からで、黒部五郎岳をピストンするとのことである。記念撮影をし、先をゆずる。赤木岳・中俣乗越を順調に通過し、黒部五郎岳へ通じる稜線では、少し盛りを過ぎたダイモンジソウが咲いていた。手前のカールで少し休憩をとり一気に急斜面を登ると2840mの頂上にたどり着いた。今まで見え隠れしていた槍ヶ岳・笠ヶ岳が目の前に覆いかぶさるように、その威容さがせまっていた。十分堪能したあとで眼下の目的地、黒部五郎小屋へと尾根づたいに岩の上を、着実に高度を下げる。途中あこがれのアサギマダラ蝶に出会った。優雅な飛翔で稜線を超えて消えていった。カールには残雪は見られず、緑草帯で小さな高山植物の花が咲いているだろう。ハイマツのトンネルを過ぎると赤い屋根のそれが確認された。ホソバトリカブト・ハクサンフウロ・クルマユリの花が歓迎してくれて、13時過ぎに小屋に着き乾杯である。5時の夕食までは各自自由に過ごす、笠ヶ岳が望めるテント場で関西からのクライマーと対話する。夕食は手のこんだ和風料理でうまかった。星空のもとで眠りにつく。

山小屋二日目、朝食は早く4時30分で5時30分に出発、黒部乗越で休憩をとり、再び急登の三俣蓮華岳へと足を運ぶ。眺望は良く、鷲羽・水晶、双六・槍・穂高、笠ヶ岳は少し離れてみえた。笠ヶ岳は日本のマッターホルンと言うそうだ。

山荘へは8時45分に到着、40分休憩のあと鷲羽に登ることにし、軽装で出発した。カールのお花畑を山荘主の伊藤新道が横切っていたが、クルマユリ・ハクサンフウロ・ハクサンイチゲの大群落であった。鷲羽岳への道は以外に歩きやすく、足に負担はかからなかった。半分ほど登ると



あのアサギマダラの大乱舞である。風にのり、優雅に羽をたなびかせていた。何千キロも旅をするチョウである。私も一緒に舞いたい気持ちであった。下山時、B班の接近が確認できたと思い絶えずルートに目をやる。山荘まで30分のところでそれが確認できた。急坂だが、あと50分だ、がんばれと心にいのった。山荘で待つこと30分その顔が見えたが、調子のわるい人がいるとのこと。早速向かえに行き、相当ダメージがあったみたいだが、とにかく全員会えて喜んだ。

念願であった山荘主の伊藤正一さんに出会い、労山創始のご苦労、自然、山小屋経営などをきかせていただいた。その中で、当時労働者は山を極めることはもってのほか、前科何十犯のドロボーとまちがえられた、窓ガラスはすべて盗難にあった。伊藤新道は一人で7年の歳月を費やし、山好きの方々にも協力してもらい10年かかったが、下流でダムが建設されたことにより、山の斜面が水の飽和状態となり、道が崩壊した。30年代から国が豊かになるにつれ、登山者もふえたが、隔離された世界にいと、世の中が良く見えてくる。登山を土台にして人間の生き方を考えなければいけない・・・など約2時間にわ

A班 行動記録

8月17日(木)		
8:30		山電高砂北口
10:30		西宮名塩SA 全員合流
17:00		立山インター
19:20		折立キャンプ場着
8月18日(金)		
6:20		折立登山口出発
8:00		三角点(1870, 6M)
9:30		五光岩ベンチ 薬師岳 太郎山景観良
10:50		太郎小屋着
8月19日(土)		
4:40		太郎小屋発
7:05		北の俣岳山頂 2661M
7:45		赤木岳 通過 2622M
10:55		黒部五郎岳山頂
13:05		黒部五郎小屋着
8月20日(日)		
5:35		黒部小屋発
6:30		展望所 石楠花群生
7:45		三俣蓮華岳山頂
8:20		三俣峠
8:45		三俣山荘着
9:25		鷲羽山へ向けて出発
10:35		鷲羽山山頂着 30分休憩
12:05		三俣山荘着
14:10		伊藤正一氏を囲んで話を聞く
8月21日(月)		
6:10		三俣山荘発
7:10		三俣蓮華山頂 通過
8:23		双六岳山頂
9:20		双六小屋着
10:50		双六小屋発
11:30		花見平
11:52		弓折分岐
12:25		鏡平 トイレ休憩15分
14:35		小池新道
15:05		わさび平小屋
16:20		新穂高着
17:00		佳萱山荘着
18:30		B班到着
19:30		夕食
21:00		就寝
8月22日(火)		
4:30		車を取りにタクシーで折立へ
		砂川 今山 原田 吉井 中村
10:00		チェックアウト 記念撮影
13:00		豆腐料理専門店 宮春
13:45		飛騨清見インター
19:00		明石SA 解散

たって、貴重な時間をさいて講和していただいた。夕食は魚のフライ系統で昨夜につづいて山食には贅沢なものであった。



三俣山荘前のベンチにて（背景は鷲羽岳）

山小屋三日目、朝食を済ませ、出発の準備をしている頃には霧雨が降り、あたりはガスっていた。三俣蓮華岳から双六岳の尾根のカーブ部分は残雪が多くまだ4～5mあるようだった。晴天なれば、槍ヶ岳が手に摂るように望めるのだが、次回の楽しみにと思い双六小屋へ足を運ぶ。小屋でB班とあまり離れてはいけないと思い、ゆっくり昼食を摂ることにきめた。1時間30分後の10時50分元気な顔を確認したので出発し、弓折岳・鏡平山荘・シンウドガ原へと高度をさげるが、曇天の雲行きがあやしく、カミナリの音も聞こえ出した。急な降雨で、しかもスコールのような降り方で、やむなくカッパをダケカンバのしたで身につけた。降り続くこと1時間あまり、靴に水

が入り、通行止めの橋の上で水を出した。わさび平小屋にたどり着いたところには雨も上がっていた。20分の休憩をとり、よく冷えて完熟のトマトをむさぼっていた者もいた。バス停で旅館の車の出迎えを受け、まずはゆっくりと風呂へ、かるく喉をうるおし、B班の到着をまつ。一緒になったところで、再び乾杯、秘湯の宿「ホテル佳留荘」の名物料理で会話ははずみ、4日間の歩行の疲れも消えた。

4時30分起床で折立まで、車をとるためにタクシーに乗るが、奥飛騨といえば、竜鉄也の奥飛騨慕情で、彼の苦労話と奥さんのガンバリで成功したことを運転手さんから教わった。

『ああ奥飛騨に感激の雨が降る』

完

B班 山行報告

★北アルプスの峰を目指す

心地よい風を求めて

河合(信)

数ヶ月前の例会で高御位山を登った後、北アルプス山行の申し込み受付がありましたが、私は「山登り教室」の終了山行・・・三の峰に参加を決めていたのと、その日の高御位山は蒸し暑く汗だくでへばっていたので、北アルプスなんてとんでもないと敬遠の姿勢をとっていました。

家内が「おとうさんは高い山といっても大峰山しか知らないし、アルプスは大峰山とは違って眺めもよく高山植物も楽しめるのに、それに行ける時に行かないと先ではチャンスが無いかも分からないから、行ったら・・・」と背中を押してくれました。でもその時は、まだ不参加の気持ちが強かったのですが、山の哲人（鉄人+怪人）に北アルプスの魅力を説かれたからたまりません---参加しますと即答する。

今までの山行の反省点と5泊6日の日程を考えて、かなり気合を入れて準備しました。少しでも自立出来る様に（アルプス登山ガイド）や（地形図）を基に私なりに初めて概念図を作成しました。

体力的には小野アルプスの紅山+小野富士をトレーニングコースとして度々歩きました。

個人装備についても色々揃えて準備完了、8月17日午前9時いざ出発！！

折立のキャンプ場でテントを設営する時に雨が降ってきて、さあ大変私は初めての作業なのでまごつきながら手伝った。テント泊、シュラフで寝るのも初めてと全く話にならないド





素人。でも皆に嫌われるいびきだけは後れを取らない自信があった。パーティーは一部コースの異なるA班7名（男性）とB班7名（男性4名・女性3名）の14名編成でした。

8月18日4時30分起床の声がかかる、ラッキー！雨は上がり絶好の登山日和になった。A班が宿泊する太郎平の山小屋までは、コースタイム通りの5時間で歩いた、A班はすでに到着しており薬師岳・水晶岳等の雄姿を楽しんでいた。私達B班は太郎平の山小屋を12時に出発して薬師沢の小屋まで約3時間かけてゆっくりと、リーダーの配慮で沢の水に足を浸けたりして楽しみながら歩いた。薬師沢の清流で体を拭き、緑深き空気を胸いっぱい溜め込んで心身共に爽快であった。

8月19日薬師沢の小屋から3時間でアラスカ庭園に着くと視界が急に開けて風景が一変する。高山植物のお花畑とアルプスの山々が私達を優しく包んでくれた。雲の平山荘に立ち寄って「コーヒータム」と洒落こんだ ケーキセットが800円、喫茶店の味を楽しませていただいた反面ここまでの都会化に少々複雑な思いがしました。高天原峠に至る道はかなりの難路で垂直の10数段の梯子を連続数回下ることになった、高天原山荘に到着したのが午後2時45分で今日の行程は約8時間30分でした。これからが私の最大の目的である高天原温泉に入浴することです。日本で一番奥地にある秘湯と言われているだけあって、丸2日歩き続けないと入浴出来ないのです。山荘から行きは20分帰りは30分と山道を汗する値打ちはありました。女性用は周りを囲んでいますが混浴の方は何もありません、溪流の中にも混浴がありましたが残念ながら女性は混浴に誰も入ってきませんでした。乳白色の温泉が湯船から溢れて川に流れていきます。高天原山荘はランプの宿です、ほのかな明かりも初めての体験でした。どうもこのあたりから下腹が張ってきて便秘に悩まされる。

8月20日高天原山荘を6時に出発する、昨日の道を振り返すコースを変更して水晶池を楽しんだ、渇水期のため涸れていたのが残念・・・水をたたえていれば水晶岳の雄姿が朝陽をバックに水面に映っていたことでしょう。岩苔乗越から黒部の源流に下りここで水を補給する、三俣山荘に12時30分到着して待ちうけてくれたA班と合流する。A班のメンバーは皆余裕を持っている。三俣山荘のオーナーであり「黒部の山賊」の著者である伊藤正一氏に高御位山遊会のメンバーはお話を聴かせて戴く機会を得ました、砂川会長が事前に伊藤正一氏に直接にお願いして実現したものです。伊藤正一氏は現在81歳で、日本勤労者山岳連盟の初代会長を務められ勤労者登山に道を開かれた方です。お話は昭和20年代敗戦後の日本の山岳界のこと・山の自然保護（ダム建設と自然破壊）（糞尿の問題）・登山者の意識（山の安全は自己責任である）・旅行社が企画するツアー登山について・山荘の宿泊費について・河童？岩魚・カワウソの話・山賊のこと、等の質問に答えていただく形で2時間余りお話を戴きましたが、百名山の登山の在り方については「自分が登りたいと思う山に楽しみながら行けばいいのではないですか、何日で百名

B班行動記録

場所	着	発
8/18（金）		
折立キャンプ場		6:20
五光岩ベンチ	10:20	10:30
太郎平小屋	11:25	12:00
薬師沢小屋	15:10	
8/19（土）		
薬師沢小屋		6:10
アラスカ庭園	9:10	9:20
奥日本庭園	10:00	10:10
祖母岳アルプス庭園	10:30	10:40
雲の平山荘	10:50	11:35
高天原峠	13:30	13:40
高天原山荘	14:45	15:20
高天原温泉	15:40	16:20
高天原山荘	16:50	
8/20（日）		
高天原山荘		6:00
水晶池	7:20	7:30
岩苔小谷	9:30	9:40
岩苔乗越	10:00	10:10
黒部川源流(下)	11:35	11:45
三俣山荘	12:30	14:00
伊藤正一氏を囲んで	14:10～	
8/21（月）		
三俣山荘		6:10
三俣蓮華岳	7:35	7:45
双六岳	9:30	9:45
双六小屋	10:45	11:00
弓折中段	13:00	13:10
鏡平小屋	13:30	14:00
小池新道入口	16:30	16:40
新穂高温泉バス停	18:20	18:25
佳萱山荘着	18:30	

※往路&復路はA班と同一行動のため省略

山を登ったと競い合う風潮がありますが・・・」と批判された、山登りは人生そのものと静かに姿勢を崩されずに話をされる巨人に接する機会を得ることが出来て幸せでした。

いよいよ腹が膨らんでキューと痛みがはしりだした。通じを促進する姿勢や腹のマッサージを指導してくれたり、皆さんが気を遣ってくれましたがうまくいきませんでした。



8月21日雨の中を合羽を着て6時10分に三俣山荘を出発する、今日が山歩きの最終日 気合を入れ直す。霧の中三俣蓮華岳2841.2mの山頂に立つ、次は2860mの双六岳を歩く。雨と霧で昨日までの晴天と違い目の前20～30mしか見えない、双六小屋ではA班が早く到着していて私達B班を迎えてくれた。弓折岳に至る尾根で雷鳥に出会う、リーダーが「この鳥はあまり人を警戒しません、静かに見守るように」とのことを言われた。たしかに雷鳥のほうから近づいてきて足元を歩く姿に親しみを覚える。弓折岳は山頂に登らず巻き道を歩く、鏡平山荘に着くや否や雨が激しくなり、雷鳴が轟き近くで大きく激しい落雷の音を聞く。30分程鏡平山荘の軒下で雨宿りをさせてもらう。少し雨脚が弱くなり雷鳴が遠のいたので出発する。この雨と雷に尾根で遭遇しておれば、と思うと背筋が寒くなる。

小池新道の岩の道は疲れた脚には辛かった、川原の中まで氷河のように残雪の厚い層が横たわっており、冬が厳しかった事を物語っている。わさび平小屋を通る頃は薄暗くなりかけていた。今夜、宿泊する水明館佳留萱山荘の出迎えを受けたのが午後6時20分であった。実に12時間10分を要した。宿の温泉で手足を伸ばして、よく歩けた、との感慨に浸った。お腹の調子も解決して夕食の美酒に酔うことが出来た。



三俣蓮華岳山頂にて

今回 ストックは出来るだけ使わずに歩くことを心掛けて、最後までストック無しで歩けた事は収穫であった。山の知識欠如（周りの山名と位置関係）、レーションの内容（山で初めて食べるのではなく自分に合うかどうかの事前にチェックすべきであった）、ザックの重量（持ち物の必要度のチェック）など私自身の課題を見つめる良い機会でした。

素人の私が、このような大きな山行に参加できたのも高御位山遊会の理念がしっかりしている事、メンバー相互の信頼が安心の礎になっているからです。爽やかな風を求め、雄大な山に触れることが出来た喜びに感謝しています。



水明館佳留萱山荘まえで