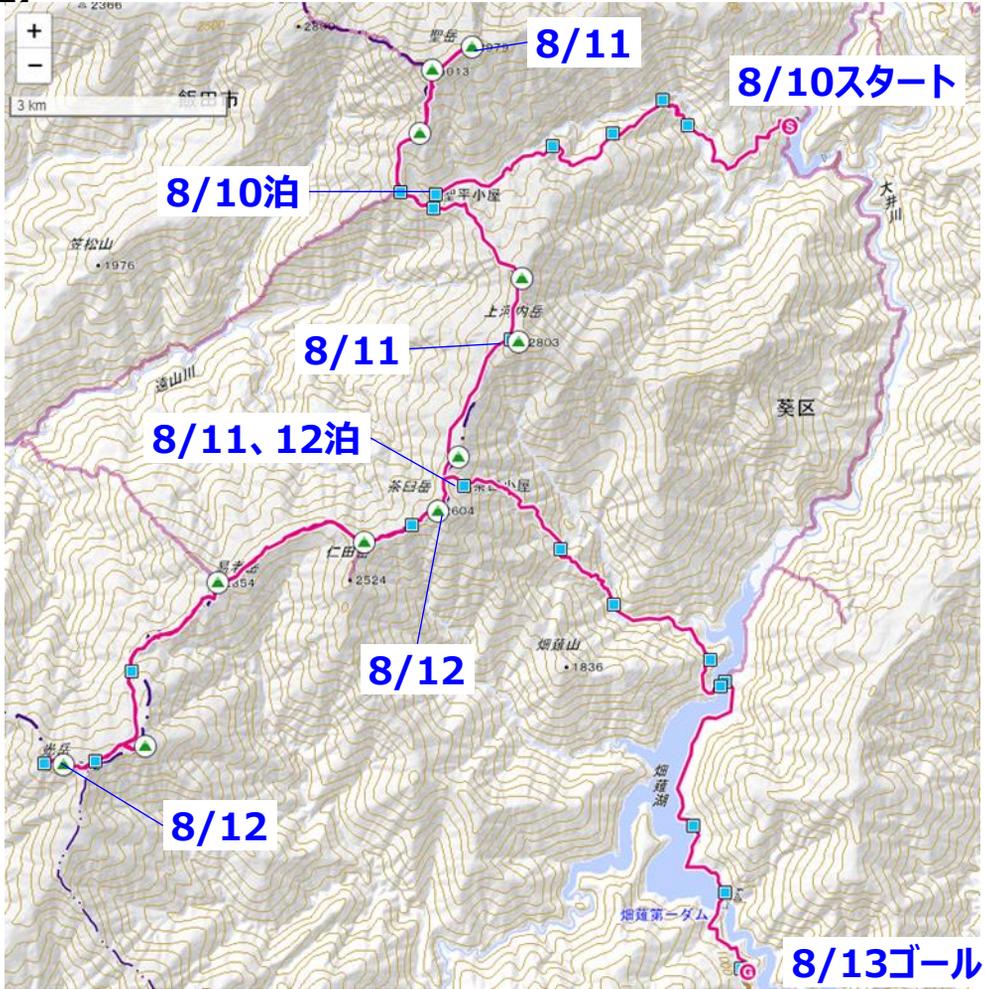


8月度 <b>例会</b> 個人山行報告書		報告者	福岡	参加メンバー	CL 福岡 SL 鈴木(美) 田中、松浦、谷口
		報告日	/		
山域	南アルプス	山行日	2024/8/10(土)~13(火)		
山名	聖岳、光岳				
山行目的	部員のレベルアップ、相互親睦				

配布先  
集会: 12  
山行: 1  
リーダー  
原紙: 集会担当者

### 【ルート図】



### 【山行報告】

<第1日> 8/10(土) 晴れ~曇り【田中 記】

8:30 聖沢登山口 → 10:08 聖沢吊橋 → 11:22 造林小屋跡 → 12:28 乗越 → 13:59 滝見台 → 15:25 聖平小屋 (テント泊、行動時間 6H55M)

7:15、畑蘆臨時駐車場に到着し準備を整える。初日は谷口さん以外の4人で行動する。畑蘆から登山口までは今年開設された予約制タクシーで向かう。この山域のアクセスは非常に悪いためとてもありがたい。登山口に到着し、そこから既に見えているそこそこの登り坂にため息が出そうになりつつ出発。聖平小屋までの道は崩落していたり、道が細く、切り立っているトラバース路があったりと気の抜けない箇所が度々あった。あとボロい吊り橋も多いのも印象的。とあるメンバーは怖がって渡っていたり、橋を揺らして面白がる人もいたりで楽しかった。

確認  
(リーダー)  
8/21  
福岡

作成  
(報告者)  
8/21  
福岡

## 【山行報告(続き)】

1日目は樹林帯を黙々と登るため、中々テンションが上がらず修行のようだったが、休憩をしていたところに何やらぴよぴよこ動いているものが、、最初はリスかなと思っていたが、じっと見てみるとなんとオコジョだった！生で見ると想像よりもずっと小さく、すばしっこく動く姿がとてかわい。皆カメラを向けて何とかその姿をレンズに収めようと必死になる。思わぬサプライズで元気が出たところで、再び宿泊地に向けて歩きだす。

ようやく聖平に到着し、テントを張る。ビールでも買いに行こうかなと小屋に向かったとき、松浦さんが4人分のビールを持ってきていた。松浦さんと聖平の小屋番さんが知り合いらしく、なんとタダでビール×4を頂いてしまった！めちゃくちゃありがたい。小屋番さんと松浦さんの縁に感謝。

この日の夕食はガバオライス。そのままでも十二分においしいのだが、バジル&温玉をトッピングで用意してくれており、さらにおいしかった。お酒とごはんを堪能したのち、19:00頃就寝。



壊れかけの橋を渡る



オコジョ

<第2日> 8/11(日) 曇り~晴、時々雨【松浦 記】

3:30 起床 → 4:50 聖平小屋 → 5:26 薊畑分岐 → 7:18 聖岳 → 7:56 奥聖岳 →  
9:47 聖平小屋 (テント撤収、昼食) 10:40 → (11:25 谷口合流) → 12:38 南岳 →  
13:38 上河内岳 → 15:14 茶臼小屋 (テント泊、行動時間10H24M)

3時半に起床しテントの外を覗くとガスに包まれていた。テント内で各々食事を済まし薄暗い中ヘッドランプをつけて出発。少し歩いたとこで森林限界を超えて視界が広がり薊畑に到着。明日向かう光岳方面の大展望だった。息を整えすぐに出発し小聖岳まで登ったところで休憩。聖岳が行く先にドーンと見える。

ここから長いつづらおりの上りを経てようやく聖岳に登頂。全員手ぬぐいを持って写真撮影した。快晴のため大展望である。展望を楽しんだあと、奥聖岳まで行き聖平小屋まで戻った。手際よくテントを撤収しパッキングを終えた。皆腹ペコだったようで出発前に小屋で優雅にランチ！を食した。(中華丼2名親子丼2名)ここから南岳までは上りが続き樹林の中のため蒸し暑い。

森林限界を超えるあたりで谷口氏が合流。この日畑薙を5時に出発し追い付いて来た。こいつは化け物だ！と皆で談笑しやと全員で行動開始。森林限界を超えてからは会話も弾み、足取りも軽くなった。

上河内の肩に到着しザックをデポして上河内岳に登頂！手ぬぐいを持って全員で写真撮影。肩まで下りて茶臼小屋を目指した。茶臼小屋に到着しテントを設営後、ようやく長い行動を終えてそれぞれまったりとした時間を楽しんだ。



聖岳山頂



谷口のサイレント合流



上高地岳山頂

## 【山行報告(続き)】

<第3日> 8/12(月) 曇り→晴れ→雨 【谷口 記】

3:30 起床 → 4:10 茶臼小屋 → 4:40 茶臼岳 → 6:30 易老岳 → 8:30 光岳、光石 →  
9:50 イザルガ岳 → 11:17 易老岳 →  
谷口 12:00 仁田岳 →  
その他メンバ 12:36 希望峰 → (13:10 合流)  
13:24 茶臼岳 → 13:46 茶臼小屋 (テント泊、行動時間9H39M)

3時起床、すこし寒い。各テントでお湯を沸かし朝ごはんを食べる。テントをそのままにしてアタックザックだけを持ち、ヘッドランプで出発する。松浦さんのヘッドランプが非常に明るくて心強い。茶臼小屋から稜線に出るとガスの中で風も吹いており自分はカッパを着る。少し登るとすぐに茶臼岳山頂。帰り道にまた撮れるチャンスはあるものの、暗い中一旦山頂写真を撮っておく。日の出頃になるとガスも晴れ、聖岳方面や富士山が綺麗に見えるようになる。一方光岳は稜線が重なってまだ見えない。結構アップダウンのありそうな尾根道だが、まだ焦ることなく進む。

あまり変わらない景色の登山道を行き、静高平を超えると光小屋が見えて木道が出てくる。苔がモコモコとしている綺麗な平原を歩く。すぐに光小屋到着、光岳山頂へはそこから20分ほど歩く。日本アルプス28座の百名山完登となる松浦さんと谷口は自然とペースが上がり先に進む。いくつかの二セピークを超えた後、木が生い茂る中に山頂標識を見つけ無事光岳登頂。光小屋付近は雰囲気良かったが、山頂はあまりパツとしない場所である。記念撮影後、光石まで全員で行った。光岩に登ると池口岳側の眺めがあった。

光小屋まで戻り長い休憩を取ったのち、茶臼小屋に向け来た道に戻る。最初にイザルガ岳へ寄り道する。イザルガ岳は360度の眺めがあり山頂で写真撮影タイム。その後谷口だけ仁田岳へ寄り道することにし、易老岳山頂で別れて先に進む。仁田岳へは問題なく登頂。こちらの山頂も眺めは良かったものの、正午をすぎ雲が出始めていた。縦走登山道へ戻り、茶臼岳直前で全員合流。茶臼岳で再度記念撮影し、13:40茶臼小屋に帰着。

小屋に着くなりビールで乾杯する。このビールが全身にしみわたる。松浦さんが放心状態で黙々とビールを飲んでいましたが、しばらくすると回復しつつもの元気な姿に戻った。テント外でワイワイおつまみ食べていると雨が降り始め、テントに避難する。テントで夕飯の支度を始めたところ雨足が弱まり、ご飯が完成する頃には外でご飯が食べられるくらいに。3日目のご飯はちらし寿司と御味噌汁。アルファ米を酢飯にするのは初めてだったが、とてもおいしくいただいた。おなかいっぱいになり、お酒もほどよく飲め、満足して就寝。



光小屋手前の木道ゾーン みんな元気



光岳山頂

<第4日> 8/13(火) 晴れ 【福岡 記】

3:30 起床、撤収 → 4:36 茶臼小屋 → 6:00 横窪沢小屋 → 8:51 畑薙大吊橋 →  
10:07 畑薙駐車場 (行動時間5H31M)

3:30起床。昨日の夕立でテントの床面が浸みるトラブルがあったが、その後は雨も降らなかったようだ。しかしながら、浸水時に濡れたシュラフと化繊ダウンの影響か、最終日の夜は寒く感じた。荷物を片づけつつ朝食を済ませる。日帰り装備で行動した昨日とは異なり、下山日の今日はすべての荷物をしまふ。朝食後、星空がブルーモーメントに変わる様子を見ながら、各自の準備が整うのを待つ。

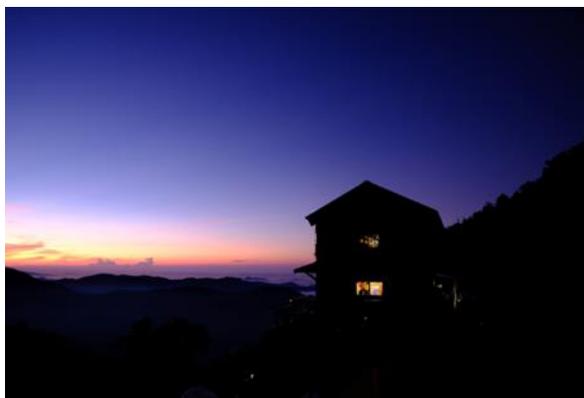
雲がほとんどなく、さらに空は昨日の雨で澄み渡っており、つい下山準備の手が止まってしまふ。各自の準備が終わり、テントを撤収し、パッキングを済ませるころには、空はマジックアワーが始まっており、正面に美しいグラデーションの背景で富士山が浮かび上がってくる。素晴らしい景色の中に後ろ髪をひかれつつも、下界の生活にも恋しさを感じ始めていることに気が付く。

## 【山行報告(続き)】

4:36下山開始。歩き始めて早々に樹林帯に入り、富士山を含めた眺望はなくなった。3日間を経て縦走装備はいささか軽くなっているはずだが、昨日の日帰り装備に慣れたためか、いつも以上に荷物の重さを感じた。横窪沢小屋、ウソッコ沢小屋と、軽快に高度を下げていくにつれて暑さを感じ、さらに蝉の声が聞こえ始めることによって下界の生活を思い出していく。横窪沢小屋では水が豊富であり、多くのメンバが頭から水をかぶって涼を取った。

ウソッコ沢小屋以降はいくつかの登り返しをこなし、いくつかの崩落地を経て畑薙大吊橋に至る。吊り橋は180mとかなり長い。金属製の足場で思っていたより高度感がなく、揺れも少なかった。林道に入ると、長かった合宿もほぼ終わりとのことで、メンバの足取りも軽く、振り返りなどの会話も弾んでいる。

沼平ゲート駐車場に駐車した谷口の車を使用して、各メンバは荷物を運んでもらう。荷物が軽くなり羽が生えたように感じたためか、4日間を通じて最も暑い中を、鈴木み、田中が畑薙駐車場までの最後の2.6kmを走り出す。松浦、福岡は景色を楽しみつつゆっくり進み、10:07下山完了。



マジックアワーに浮かぶ茶臼小屋



畑薙大吊橋にて



走り出す2人

## 【食料】 担当 ; 鈴木(美)

### ■ 1日目夕(4人分)

ガパオライス (無印のレトルトガパオ4、尾西のアルファ米4、温泉玉子4、バジル)  
スープ (フリーズドライ4)

### ■ 2日目夕(5人分)

和風パスタ (ママーの早ゆで3分スパゲッティ500g、ドライトマト、パウチのシーチキン5、塩こんぶ、ゴマ、ドライ大葉、めんつゆ、顆粒だし、ごま油)

ポテトサラダ (カルビーのお湯だけでマッシュポテト120g、味付けうずらの卵、黒胡椒サラミ、ドライオニオン、マヨネーズ(100均のミニサイズ2本)、お湯はパスタの茹で汁活用)

スープ (フリーズドライ5)

### ■ 3日目夕(5人分)

ちらし寿司 (ミツカンの五目ちらし、尾西のアルファ米5、錦糸卵、桜でんぶ、刻み海苔)  
味噌汁 (フリーズドライ5)

### ■ 所見

- ・軽い、日持ちする、調理工程や調理器具が少ない、かつ美味しくてみんなに喜んでもらえるようなメニューにした。
- ・今回の山は水が豊富にあり無料でいくらでも汲めるので水の心配がなくありがたかった。
- ・初日の温泉玉子は保冷バックに凍らせたペットボトルと共に入れて運んだ。
- ・2日目のポテトサラダは常温保存可のおつまみを混ぜるだけで簡単に作ることができた。



1日目



2日目



3日目

## 【装備】 担当 ; 田中

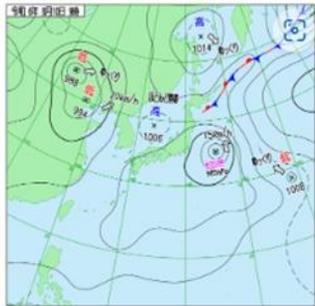
- 共同装備 ; エスパースx1, ダンロップx1 ガス缶小x2、コッヘル1セット、角板x2、プラティパスx2
- 所見 ; 装備は過不足なかったと思うが、雨が降った際にエスパースが浸水したため、要対策。(エスパースE)

## 【会計】

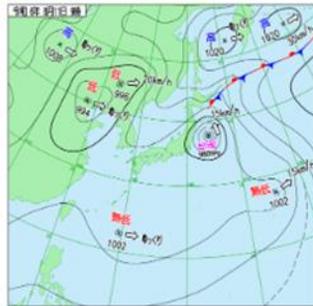
タクシー	27200円 (6800円×4人、畑薙駐車場→聖沢登山口、 <a href="#">千代田タクシー株式会社</a> )
聖平小屋テント場	8000円 (2000円×4人)
茶臼小屋テント場	20000円 (2000円×5人×2泊、要予約)
食糧	10147円 (1日目3335円、2日目4018円、3日目2794円)
車両	14000円 (燃料費6600円、消耗費2100円、高速代5300円)

## 【気象】

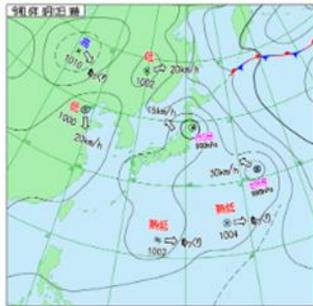
8月10日



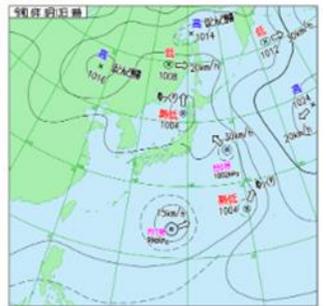
8月11日



8月12日



8月13日



<https://www.data.jma.go.jp/fcd/yoho/wxchart/quickmonthly.html?show=202408>

## 【メンバ所見】

### ■ CL 福岡

聖岳と光岳を同じ山行で行きたいと計画したが、光岳への縦走路は途中の木道の景色の良さや、聖岳を含む南アルプスの眺望の良さから、地図で見る以上に近く感じた。合宿に初めて/久しぶりのメンバなど経験や年齢が幅広いメンバであったが、メンバで経験や楽しみ方を共有しつつ、安全に歩ききることができ、大変充実した山行と感じた。ご一緒したメンバやサポート頂いた方々、ありがとうございました。

### ■ SL 鈴木(美)

SLとして先頭を歩いたが橋が崩落していたり緊張する場面がたくさんありその度に他メンバー達がゆっくりでいいよ声を掛けてくれたので焦らず集中して歩くことができた(橋を揺らす人もいたけど)。4日間とも特にバテることなく歩けたので自分の成長を感じることができた。食担は事前にいろいろ試して当日うまくできるかドキドキしたがみんなが美味しく食べてくれたので嬉しかった。天候にも恵まれ、頼りになる仲間たちのおかげで辛い時でもずっと楽しく幸せな4日間だった。全員に感謝です。ありがとうございました。あと、オコジョかわいい。

### ■ 松浦

デンソーを退職し、テント泊での縦走登山は数年ぶりとなるため自分では大チャレンジであったが、仲間にも助けられて歩き切ることができて本当に非常に有意義な合宿となった。また、光岳はどうしても行きたい山であったが個人ではなかなか行く気力がなかったので良い機会をいただき感謝しています。自分が新人担当だった時に新人で入部した仲間が大きく成長した姿を見ることができてとても嬉しかったです。

### ■ 田中

初めての夏合宿。3泊4日の山行は初めてでしたが、継続的なトレーニングと行動食を工夫したおかげか、体力的にも余裕持って終えることができました。南アルプスの南の方は中々行く機会が無いので、夏合宿で行けてよかったと思います。多分もう来ることは無いだろうな。。。特に光岳。このメンバーで登れてとても嬉しかったです。ありがとうございました。

### ■ 谷口

諸事情で二日目から合宿参加させてもらい、調整などでお手数おかけしました。残りがちな百名山で、行くきっかけがなかった光岳にみんなと行けたことはとても良い思い出になりました。楽しい合宿でした。皆様ありがとうございました。