

スポーツ in TOYAMA なかま

第413号
2023年10月1日
発行者 新日本スポーツ連盟
富山県連盟
発行責任者 荒井 英 治
〒930-0884
富山市五福末広町 834-12
山商ハイツ28 202号室

今月は三島野スポーツクラブの穂高連峰縦走の報告・感想を掲載しました。登山愛好者であれば一度は登ってみたい山ですが、体力と技術がある人でなければ難しいです。報告・感想を読んでいるとそのことが実感できます。

穂高連峰縦走 北穂高岳3106m、涸沢岳3103m、奥穂高岳3190m

期日:9/9(土)~9/11(月) メンバー:男性2名女性1名の3人のパーティで挑戦

報告・感想

- ★ アルプスを代表する登山者憧れの穂高岳へ登ることができ最高でした。1日目は上高地から涸沢小屋までの登り。途中雨に遭いましたが直ぐに止む。涸沢ヒュッテのテラスで展望を楽しんでから涸沢小屋到着。夕方にテラスで肌寒いなか生ビールを飲んでいたのできっかけのようで、寒気がして体調を崩し食欲も無くなる事態に、微熱があるようだ。
- 2日目は、まず北穂高岳に向かうが高度を上げるに従って、段々と心拍数が上がり息が切れて、徐々に二人に遅れるようになる。奥穂高岳との分岐に着く頃には青息吐息の状態。体力温存のため北穂高岳北峰には行かないことにする。(M.Kさんは登頂)北穂高岳南峰も展望が良いので休憩しながら写真を撮っていると、早くもM.Kさんが到着し合流する。その後緊張のアップダウンが続き、最後の涸沢岳への登りが今回一番ハードだった。山頂での展望は素晴らしい。下り初めて10分程で1時半頃に穂高岳山荘に到着。(コースタイムより1時間遅れるが、予定より1時間早く到着する。私が足を引っ張る。倒れるように布団に入り夕食まで眠るが、体調は回復せず)
- 3日目は、奥穂高岳への急登、見た目には垂直に見えるが50分程で登頂。今日も素晴らしく晴れて360度の大展望、ジャンダルムの険しい岩峰が目前に迫る。吊尾根を下り、紀美子平から前穂高岳に登る。山頂はやや広く眺望も申し分ない。その後、重太郎新道の急斜面を下り涸沢小屋で昼食を摂る。そこからは歩きやすい樹林帯を下り上高地に至る。(コースタイムより30分遅れるが、計画書通りの時刻に到着) 今回の穂高岳縦走は、私のこれまでの山行の中で体力的にも技術的にも最難関の山でした。しかし険しい岩稜と豪快な山並みに登山者が憧れる理由も分かりました。体調不良でチームには迷惑をかけたが、全員無事に下山できたことが何よりでした。(T.Y)



↑ 涸沢岳山頂で

- ★ 天候に恵まれて計画通りに何とか無事に山行出来てほっとしています。3日間ともヘリが飛んでいてうるさかったが3人とも景色に感動感動です。無事でよかった!! (M.K)
- ★ 1日目、予定通り、上高地、8時出発。今から登る穂高連峰を確認し歩き始める。横尾大橋で梓川分岐点を右に進むと、涸沢ヒュッテが見える。その向こうに、カラフルなテント場。そして、今日泊まる涸沢小屋が見えた。予定とピッタリ3時に到着。今日は、ダラダラ道を入れ、7時間歩いた。今日一日歩いた自分にご褒美。山で飲むビールの

味は格別。

2日目。 今日も青空が広がるいい天気。6時出発。小屋の右側に急斜面のガレ場の山道がずっと続いている。そこをゆっくりゆっくり登る。きつい登り坂ばかりで、バテバテ。なんとか奥穂高岳と北穂高岳の分岐点に着く。朝食があまり食べられなかったからか、身体は、へトへト。リーダーが、『ぼくは、北穂高岳はパスする。』と言う。私もそこに座り込



↑ ジャンダルムを背景に

少し平らところを見つけては、足をかける。頭上には、ずっとヘリコプターの音が。『気をつける』と、警告しているかのよう。いきなり、『そこに足をかけろ！』『違ごう！』『どこ見とる！』『右！』『それでいい！』と、鋭い声。北穂高岳山頂から戻ってきたMさんが、アドバイスをくれる。

いつの間にか、涸沢岳山頂。もう午後1時半。もちろんいい眺め。真ん前に奥穂高岳。真下に、穂高岳山荘が見える。予定通り午後2時半に小屋に到着。今日は、8時間半。もうクタクタ。『どうけ、今から奥穂登って来る』とヘロヘロの私達に、的場さんが冗談混じりに言うが、そんな元気は、残っていない。今日は、ご褒美もせず明日に備える。

3日目。 雲が真っ赤に染まる朝焼けの変化を楽しみながら、慌ただしく準備。朝食は、卵かけご飯。そして5時半出発。いきなり垂直に立つ3段梯子から奥穂高岳に向かう。いくつもの梯子に鎖場を登る。ひたすら白い○印を見つけながら登る。40分で山頂に着く。標高3190mの山頂には、新しく立派な穂高神社峰宮が祀られていた。ものすごい風。雲の流れが速く、剣岳やジャンダルムが見えたり消えたり。寒いので、すぐにそこから紀美子平に向かう。

両側が切れ落ちた狭い稜線、吊尾根、を歩く。紀美子平に荷物を置き、前穂高岳山頂を目指す。鎖も梯子もないが、ものすごく急な登りばかり。荷物がないと体が安定し、足が軽い。そこも、素晴らしい眺め。奥穂高岳から、吊尾根と、通ってきた山道が一目で見られ、(すごい所を歩いてきたんだ)と、自分に感動。重太郎新道は、長くゴツゴツした岩場ばかり。今日も、ヘリコプターの音を聞きながら、気を引き締めて歩く。岳沢ヒュッテに着いて、ゆっくり昼食。あとは林の中を、ひたすら上高地に向かって歩く。午後2時半上高地に着く。今日は、9時間歩いた。河童橋ちかくから、梓川越しに、穂高連峰を見る。登った日とは全く違った、親しみのある眺め。もちろん、あの日以上に輝いてみえる。あそこを歩いてきたんだと思うと、そんなことができた自分に、自信？感動？すごい長い長い、穂高連峰縦走でした。

1年分の山登りを3日間で登ったくらいの満足感。今日も筋肉痛が酷いです。楽しい楽しい3日間でした。計画してくださったリーダーさん、安全アドバイスを、たくさんしてくださった副リーダーさんのおかげで、こんな素晴らしい体験をすることができました。本当にありがとうございました。行くことはないだろうと思って穂高連峰縦走は、私の素晴らしい思い出になりました。行き帰りの安全運転も、ありがとうございました。(I.K)

んだ。Mさんだけ、すぐそこに見える北穂高岳山頂に向かう。重い荷物を、背負いながら、すごい速さで、岩の間をびよんびよん跳んでいるかのよう。後ろ姿は、若者の足取り！私達は、一休みして、涸沢岳に向かって登り始める。登ってすぐ、北穂高岳の南陵の山頂付近に着く。素晴らしい景色。雲一つない青空に、360度のパノラマ。槍も、憧れのジャンダルムも、大きく、くっきりすぐ目の前に見える。写真で見た穂高連峰の写真そのままの眺め。そこからものすごい岩場。岩につけられた白い○印を頼りに、涸沢岳に向かう。鎖があるとホッとする。鎖がないところは、一歩、一歩、一手、一手、『1.2.3.イチ、ニイ、サン』と、3点支持を、確認しながら垂直な岩場を、下りたり上ったり。真下を見る余裕もない。尖った岩を掴み、

天湖森でのバーベキュー交流会に参加を

スポーツ連盟では10月15日(日)に富山市の天湖森キャンプ場の付属バーベキュー広場で交流会を実施します。秋空の下、紅葉には未だ少し早いですが、山の空気をたっぷりと吸いながら、焼肉バーベキューで、各クラブ員の交流を深めましょう。バーベキューの時間割だけ決めてありますので、時間外で、丘陵散策、ジョギングなども自由楽しんでください。バーベキュー交流会の時間割等は下記のとおりです。



★午前11時45分に天湖森バーベキュー広場に集合。

★午後2時頃に解散予定。

★参加費：一人当たり2000円(食材、席料、調理器具一式)

★申し込みは各クラブの代表か荒井まで 荒井☎080-8695-6639

パークゴルフを始めてみませんか

パークゴルフ教室の扉はいつも開いています。お気軽に参加してください。年度途中からの参加でもまったくかまいません。

パークゴルフ教室(スポーツ連盟富山主催)実施要項

実施方法：呉東地区で1教室、呉西地区で1教室の2教室を並行して開催する。

呉東は黒部川河川敷パークゴルフ場を、呉西地区は射水市下村パークゴルフ場を会場とし、期間は4月から11月までとし毎月1回ペースで行う。開催日時は毎月『スポーツなかま』に掲載して案内する。参加者は自宅から距離的に近い教室に参加する。期間中2教室合同の交流大会も実施する。

日 時：呉東地区教室は毎回第3木曜日 午後1時～2時30分

(※10,11月は都合により休止)

呉西地区教室は毎回第4木曜日(10月は10月26日)

午後1時30分～3時

参加費：呉東教室と呉西教室では会場使用料の関係で若干違いますが大体一回あたり200円～300円です。

※パークゴルフ用具を持っていない方は相談に応じて対応します。

申込みは電話で：☎080-8695-6639 荒井英治まで。



スポーツ連盟とやま第43回定期総会

スポーツ連盟とやまの定期総会を下記の日程で行います。各クラブからの代議員の出席と理事候補者選任についてご協力願います。詳細は次号でお知らせします。

日時：12月3日(日)午後2時～3時30分

会場：富山県民会館 7階707号室

スポーツ連盟とやまの行事予定

10月15日(日)	スポーツ連盟加盟団体交流会
4月下旬～11月下旬	パークゴルフ教室を期間中、毎月1回開催する
12月3日(日)	第43回定期総会

各クラブの予定

富山ハイキングクラブ

10月1日(日)	雨飾山
10月8日(日)	戸倉山
10月14日(土)	糶糠山
10月15日(日)	大乘悟山(その後、スポーツ連盟の交流会へ)
10月22日(日)～23日(月)	下ノ廊下(自主企画)
10月22日(日)	高峰山
10月29日(日)	医王山
11月5日(日)	ハゲ山～城ヶ平山(西種新登山道経由)
11月12日(日)	大辻山(白岩ルート)
11月19日(日)	夫婦山

三島野スポーツクラブ

10月1日(日)	東一の越
10月22日(日)	海谷溪谷
11月3日(金・祝)	南保富士
11月25日(土)～26日(日)	富士を愛でる山旅

富山ウォーキングクラブ

10月21日(土)～22日(日)	交流ウォーク in 鎌倉に参加
10月29日(日)	常願寺川 (アキグミを食べる)
11月3日(金・祝)	糶糠山
11月19日(日)	砺波千光寺と天狗山