

## 2019年度 ハイキング部活動記録

コース名 (レベル) : 夏山 白山 (Aコース)						
実施日 : 2019年7月31日(水)～8月2日(金)					報告 : 梅谷	
集合 : 南千里 7/31 7時40分			解散 : 南千里 8/2 20時55分			
参加者数 : 33名		チーフリーダー : 智原、ペースメーカー : 阿部、会計 : 藤井、 写真 : 岡村、記録 : 梅谷 班長 : 5名 副班長 : 10名				
月日	天候	気温	歩行距離	行動時間	累積登り	累積下り
7月31日	晴	21～33℃	—	—	—	—
8月1日	晴	16～27℃	6 km	8 : 00	1220m	30m
8月2日	晴	11～31℃	8.2km	8 : 30	252m	1450m
行程 <1日目:7月31日> 南千里(集合、トイレ) = 吹田IC = 湖東三山PA = 南条SA = 福井IC = (時間) 8:52 10:30～10:45 11:30～11:50 12:05						
谷口屋本店レストラン(昼食) = 白山温泉 永井旅館(宿泊)(標高820m) 12:30～13:20 14:50						
<2日目:8月1日> 永井旅館 = 別当出合駐車場(1260m) ～ 別当出会登山センター ～ 別当坂分岐 ～ 6:20 6:42～7:00 7:05～7:12 9:12						
[観光新道] ～ 殿ヶ池避難小屋(昼食)(2020m)～ 蛇塚 ～ 黒ボコ岩(2320m) ～ 11:42～12:25 13:45 14:02～25						
弥陀ヶ原 ～ 室堂センター(2450m) ～ 御前荘 ～(自然観察)～ 夕食・就寝 15:00 15:30 (16:00～16:50)						
<3日目:8月2日> 御前荘 ～ 白山奥宮(ご来光)・御前峰(ごぜんがみね)(2702m)～ 室堂～ 御前荘(朝食)～ 4:00 4:47～5:35 6:10						
室堂センター ～ 弥陀ヶ原 ～ 黒ボコ岩 ～ [砂防新道] ～ 南竜道分岐(2100m)～ 8:05 8:35～8:45 9:35						
甚之助避難小屋(1965m) ～ 中飯場(昼食)(1500m) ～ 別当出会吊り橋 ～ 10:00～10:30 12:35～13:15						
別当出会登山センター ～ 別当出合駐車場 ～ 永井旅館(入浴・休息) = 北鯖江PA = 14:00～14:15 14:25～14:30 14:50～16:05 17:30～17:50						
多賀SA = 吹田IC = 南千里 20:55						

総括：

< 1日目：7月31日 >

1. 時間通りに阪急南千里クリスタルホテル裏に全員集合。天候は晴れ、幸先よく出発。今年は両備バス。湖東三山PAで熱中症予防のリストバンドを配給。
2. バスは順調に運行し、予定通り坂井市竹田の「谷口屋本店レストラン」にて名物の巨大あげ焼きステーキの昼食。揚げたてのあげ焼きが順次に来るのに気づかず、先にご飯のお代わりをした人たちは後から出てきた巨大揚げ焼きに四苦八苦。貴重な経験でした。
3. 3時前に白山温泉永井旅館に到着。ゆっくりと温泉を楽しみ、夕食後、早めに就寝。

< 2日目：8月1日 >

1. 天候は晴れ、気温は19℃。5時半に朝食を食べた後、6時20分に出発。別当出會までの次第に細くなる道を両備バスで進む。
2. 別当出會の駐車場に到着後、ストレッチを行った後、5班編成で出発。
3. 5分程歩いた後、別当出會登山センターでトイレを済ませ、再び班編成をし、観光新道へのルートで本格的に登山開始。予定より30分早く出発。
4. 別当坂分岐までの急登をゆっくり登る。途中、お腹の調子が悪くなった方がいたため、遅れる班があったが、足は大丈夫で、無事に別当坂分岐を超え、中間地点（3km地点）で全員集結、しばし休憩。
5. ガスが発生して見晴らしは良くないが、高山植物が咲き乱れており、観賞しながら歩く。
6. 殿ヶ池避難小屋に到着し、昼食とする。トイレ、給水施設が完備。疲れのためか、弁当のおにぎり2個を完食した人は半数程度。おにぎり1個の人、持参の非常食で済ませた人などがいた。エネルギー補給のため「何でもいから食べることを勧める。ここからは、5班、4班、1、2、3班の順に出発。
7. その後、真砂坂を下ったり、登ったりして蛇塚へ。小休止の後、少し歩いて黒ボコ岩に到着。ここまで来れば一安心とゆっくり休憩。
8. 弥陀ヶ原の木道をのんびり歩いた後、最後の150mの登りを歩いて室堂センターへ。この頃、ガスも晴れて御前峰が姿を現した。
9. 室堂センター100m手前で昼食を十分食べなかった一人がエネルギー不足でダウン。しばらく休憩し、携帯食を食べて、10分遅れで無事に到着。
10. アクシデントがあったが、予定より30分早く出発したこと、ゆったりとした予定を組んでいた為、15時10分到着予定よりも少し早い15時に全員到着。
11. 阿部部長がビジターセンターの事務所に到着の報告、宿泊場所の確認、部屋割り、夕食の食券の手配など大忙しであった。
12. 他の者はホッとして、のんびりとビジターセンターの入口（裏口）で班ごとに写真、その後、正面に回り、御前峰を背景に全員写真を撮った。
13. 宿泊施設の「御前荘」で荷物をほどき、一息入れる。
14. 16時よりボランティアによる室堂周辺の自然観察会があるとの放送で、希望者が参加した。今年のお花畑の花は例年よりも少ないが、コバイケイソウだけは例年になく群生しているとのこと。黒ユリの群生も見ることができた。
15. 夕食後、早めに就寝。夜半の星空が美しかった。

<3日目：8月2日>

1. ご来光を拝むため31名が集合し、御前峰をめざし、4時に出発して4時47分に到着。(2名は体力温存のため室堂で待機)
2. 神主さんが白山の由緒や周囲の景色を解説するのを聞きながらご来光を待つ。通常、ご来光とともに万歳三唱するのが習わしになっているとのこと。日の出は4時59分であるが、雲が濃いため、雲上に朝日が出るのは少し遅れる予想。しばらく待って、待ちきれず万歳三唱を始めたその瞬間、濃い雲の上に太陽が頭を出す。神秘的な一瞬であった。
3. その後、各自、御前峰の石碑の前で記念写真を撮り、奥宮を参拝した後、少し降りた所で全員の記念写真を撮り、室堂に引き返し、室堂周辺のお花畑を楽しんだ。
4. 朝食後、全員集合し、出発前の班ごとの写真を撮った後、ストレッチをした後、5、4、3、2、1班の順に出発。
5. 黒ゴコ岩で小休止の後、砂防新道を通って下る。
6. 甚之助避難小屋でトイレ休憩、水分補給。ここで、「吹高連ハイキング部」の旗を見て、声を掛けてくださった方が、吹田市高齢福祉室生きがいGの職員で阿部さんに熱中症予防リストバンドの紹介、説明をした方であった。奇遇である。
7. その後、少し下った所で、吹田労山のパーティと出会う。1回目の夏山に参加した方々であった。これも奇遇。
8. 中飯場に向かう途中で、ベテランの男性の足が攣って小休止。全体より少し遅れたが、処置により回復し、その後、全体と合流して中飯場に到着。
9. 中飯場で昼食を食べた後、予定より30分遅れで出発。別当出会の吊り橋の手前でひとりの女性の足が重くなり、全体と離れて小休止。10分程遅れて別当出会登山センターに到着し、全員集結。
10. その後、永井旅館に戻り、温泉につかり、休息をした後、16時過ぎにバスに乗って吹田を目指した。
11. 北鯖江PAで夕食の弁当を受け取り、車中で弁当を食べた後、各自が今回の山行の感想を述べあった。
12. 交通渋滞もなく、21時前に南千里に無事に到着した。

<全体を通じて>

1. 下見を実施し、当初予定のコースを変更して実施したのが正解だった。また、天候に恵まれたためラッキーだった。
2. 5班体制で、班長、副班長を配置し、ペースメーカーの阿部部長以外の智原チーフリーダー、藤井、岡村、梅谷の4名がフリーで対応できる体制にした。
3. 全体的にゆっくりペースで進んだ。それでも体調不良や、足が攣ったりするアクシデントがあったが、通常の見込み範囲内の症状で、班長やフリーのリーダーによる適切な処置により、歩き続けることができた。3回のトレーニング山行の成果でもあった。
4. 「吹高連ハイキング部」、「Suita」「吹田」と書いた旗を掲げた33名のパーティを見て、他のパーティから「わー、すごい」「吹田からですか」「すごく大人数ですね」「吹田のパワーに圧倒されます」などの声が聞かれた。「健都吹田」をアピールすることができた。