

「高畑山」山行報告

平成25年9月24日

目的の山域・山名	高畑山 (982.1m) / 秋山山系 中央線沿線		
行動期間	9月21日 (土) 日帰り	登山形態	ピストン

【参加者氏名 7名】L:加田、伊藤、青柳、荻山、須永、中野、後藤。

【行動報告】

日程 (曜)	行動報告
9/21 (土)	<p>集合時間&場所: JR 鳥沢駅改札出口 9時集合 (高畑山コース) 予定正味歩行時間: 4時間40分 → (実働時間: 7時間27分)</p> <p>鳥沢駅 9:30 ⇒ (0:35) ⇒ 10:15 車道終点 10:22 ⇒ (0:30) ⇒ 10:54 石仏 (高畑山分岐)</p> <p>11:00 ⇒ (1:20) ⇒ 12:32 高畑山 981.9m (昼食休憩) 13:10 ⇒ 13:50 (天神山頂)</p> <p>14:05 ⇒ (0:30) 14:10 穴路峠 14:40 ⇒ (0:45) ⇒ 15:42 石仏 (高畑山分岐)</p> <p>15:50 ⇒ (0:25) ⇒ 車道終点 16:14 ⇒ (0:35) ⇒ JR 鳥沢駅 16:57 着</p> <p>山頂展望=富士山 (高畑山は「山梨百名山」にして、「秀麗富嶽十二景」)。</p>

(山行感想記)「残暑厳しくて、アクシデントもあって・・・。」

9月21日は台風一過の爽やかな快晴&最低湿度30~40%の快適な日々が終わった後の、暑い週末でした。

鳥沢駅を降り立つと都心よりは若干涼しく感じました。

有志参加の皆様とお話して今回は「高畑山~倉岳山」の双頭山を登って、梁川駅に下りるコースに決めました。

日射しはかなり強く無風。歩き始めて登山道入口(車道終点)に着く頃には既にかかなり汗ばんでいました。多分体感温度は28~9度くらいだったと思います。

登山道を歩くと先日の台風の影響でかなりの倒木も目立ちました。沢沿いを歩き、数回徒渉をしました。

沢沿いは冷気があって多少気持ちがいいのですが、樹林帯は無風で蒸し暑かったです。

今回の山行で思いのほか辛かったのはこの暑さでした。暑さが疲労を倍増したと思います。

穴路峠(高畑山)分岐の「石仏」で、右へ「高畑山」を目指しました。ここからは傾斜もだんだんきつくなってゆきます。九十九折りを暫く登ると、尾根道に出ました。尾根からは更に傾斜がきつくなりましたが、山頂に近い予感。頂上からの展望が楽しみでしたが、周囲の山並みが見始めると沸き立つ薄い雲が気になりました。

12時32分、高畑山登頂。秀麗富嶽十二景の山頂から富士のお山は? 残念ながらその裾野が半分見えるだけ。全く見えないのではないから、良しとしましょう。

昼食後山頂を13時10分に出立。と、ここまではほぼ順調でした。

ところが下山し始めて直ぐにリーダーの私の左脚に異変が。ふくらはぎがこむら返りになってしまいました。

常時持参の鎮痛消炎スプレーを噴霧、軟膏も塗って、暫し様子見。攣った箇所を押すとまだ痛みは残ってました。

でも歩けるので、そのまま慎重に下山してくると今度は同行の荻山さんがこむら返り。しかも両脚の太腿内側全体が。このアクシデントで正味歩程30分でたどり着く穴路峠に全員が到着したのは、山頂出立から1時間後の14時10分でした。穴路峠で参加者の皆さんとお話をして、「倉岳山」を諦め、鳥沢駅に下山することにしました。

こむら返りは再発の可能性もあり、上り下りをする倉岳山へは無理と判断しました。峠で30分休憩。

穴路峠14時40分出立、からの下りは樹林帯と沢筋で、徒渉を数回繰り返して、今朝通過した分岐点の「石仏」

までとても遠く感じました。「石仏」15時43着。鳥沢駅には16時57分着。日が落ちて西の山が紅く染まり始めていました。倉岳山~立野峠~梁川駅、と歩いてたらきっと下山の樹林帯は暗くなっていただろう、と思いました。

有志山行なら尚更無理は禁物、と思いました。

「こむら返り」は高畑山直下の登りで筋肉疲労のせいかな? それとも普段の運動不足のせいかな? 多分その両方かも。暑くてたくさん汗をかき、こむら返りで高畑山だけの登山となりましたが、全員無事下山できて良かったです。JR高尾駅北口の居酒屋で食事会(5人参加)をして帰途に就きました。(9月24日:加田報告)