

1. どのような山をどのように歩いてきたのか

(1) 54 歳 山小舎をもつ

(2) 56 歳(平成 7 年) 気儘に八ヶ岳を歩き始める

(3) 58 歳(平成 9 年) 真似し、習い、山歩きが広がる

(4) 64 歳(平成 15 年) ヴァリエーション・ルートへ

(5) 66 歳(平成 17 年) 氷河の山へ

(6) 68 歳(平成 19 年) 日本の原風景の山へ

(7) 山歩きはどのように広がったか

追記 1 山小屋について(020811)

(1) 54 歳 山小舎をもつ

・ 山小舎”山花開”

27 年前、いろいろ検討した末に八ヶ岳西麓蓼科高原(長野県茅野市)の落葉松人工林に土地を借り、生涯最大の贅沢をして山小舎“山花開”をもった。

東京郊外のコンクリート集合住宅から 2 時間余の運転で着き、1 年の 1/4 を過ごし、その 2/3 には来客があり、望外の愉しさを得た。この愉しみのほとんどは非日常の世界に身を置き、自然の中で体を動かすことによってもたらされる。2 年後に始めた山歩きもその延長上にあったのではないか。



・山小舎の愉しみー山小舎をつくる

ログハウスは、フィンランド・パイン(松)をキットに加工して組み立て、これを解体して梱包し、遠路蓼科まで運び、昭和の初めに植栽されたカラマツ(これも松)を伐採した林地にあつという間に組み建てられた。口惜しいことに日本にはカラマツでログハウスをつくる技術は開発されていない。

山小舎の外構は好みに合わせ手づくりした。

まず伐採したカラマツを工務店に太鼓挽きしてもらい、大きなテーブルとデッキを、次いで焚火をし、その燠で BBQ する炉から物置を兼ねた車庫、陶芸窯、薪小屋、門柱、椅子、コガラの巣箱まで手づくりした。



手づくりしたデッキとテーブル

車庫：石を積んで敷地を拡げ、骨格材を友人と肩で担ぎ上げ、左右の樹にロープで確保して屋根を葺いた。



・ 山小舎の愉しみ—四季が鮮やかに移り、花が咲き、生きものが集まる



春



秋



夏



冬

戦前のカラマツ植林地が拓かれて植生が回復し、何十種の花が咲くようになった。増えた鹿がこれを1草も残さず食べ尽くした。



小鳥でもっとも多いのは、コガラ類である。巣箱を作ったことから毎年 2 番が営巣した。ヒトを恐れず、寄ってくる。



H さん撮影



下足棚の靴の中にヤマネが寝ているのにはびっくりした。また、ここの靴等の片方をキツネが隠すいたずらには参った。

鹿の食害はひどい。草花は全滅、樹はマユミ、イチイ、モミの順に枯らされている。カモシカも時々悠然と現れる。



靴棚の靴の中に寝ていたヤマネ



子供は互いに恐れない

・山小舎の愉しみ一朋有り遠方より来り、焚火し、山花開く

若いとき仕事で折衝して以来親しくしていた今は故きYさんが、遠路を新鮮な魚を携えてもって山小舎を訪ねてくれた。二人で火を囲み、酒を飲みながら山小舎に名をつけようということになり、その場の感じから"山花開"と即決した。

李白の詩

両人对酌して山花開く

一杯一杯復一杯

我酔うて眠らんと欲す卿しばらく去れ

明朝意有らば琴を抱いて来たれ

から借りたものである。

由来通り来客があり、焚火し、山花が開くことが多い。



・山小舎の愉しみ一創る

陶芸窯：凍結浮上を防ぐため基礎に 2 トンの砂利を敷き固め、1 トンのコンクリートを打設した。これらの道路からの小運搬はきつかった。



H さん撮影

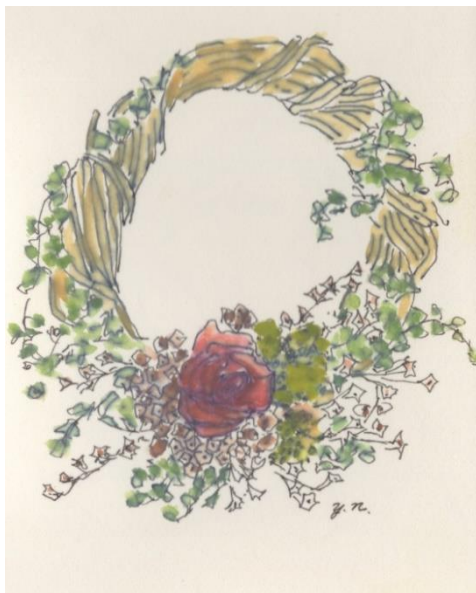
陶芸窯の薪づくりは相当の体力と時間を要する。

若い女性が薪割に熱心であるとは想像もしなかった。原田マハ『生きるぼくら』（徳間文庫）の中村つぼみも薪割しているではないか





創る材料は周りにいくらでもある。



・山小舎は山歩きのベース・キャンプ

気儘に山歩きを始めたのも、初めて雪山を歩いたのも、アイスクライミングやヴァリエーション登攀を習ったのも八ヶ岳である。また 25 年間の山歩き回数の 4 割強が八ヶ岳であり、私の山歩きの根っ子に八ヶ岳はある。

なかまもここに集まり、下山後はここで山の疲れを癒し、団欒し、次の計画を練る場となる。この雪撥ねは独りでは一日仕事であるが、なかまのおかげであつという間に終わった。



(2) 56 歳(平成 7 年) 気儘に八ヶ岳を歩き始める

・山を歩く条件が整った

54 歳で第一線を退いた機会に山を再び歩きたいと願っていたところ、56 歳になり次のように条件が整った。

難しい局面にあった新しい職場の用務も一段落した。

多摩の自宅から往復に時間がかかる千葉と茨城ではゴルフをしない、先約を変更しない等、付き合いのルールを変え、時間にゆとりが生まれた。

山小舎でゆっくり休み、朝の天気を観て山に行くことができる。

有難いことに退職記念にハイキング用品をいただいていた。

・山好きの旧友が山小舎を訪ねてくる

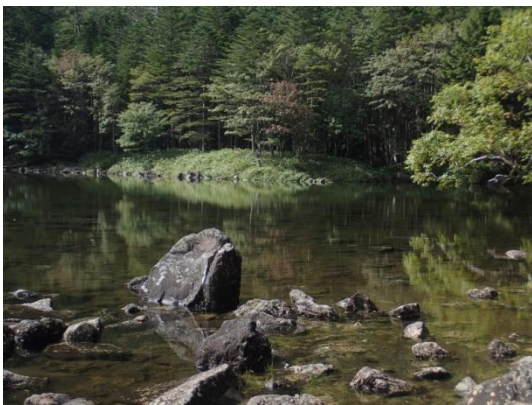
社会人になっても山歩きを続けていた旧友が山小舎を訪ねてきて同行できたおかげで 30 年余の空白を労せず認識できた。装備はザックが横型から縦型に変わっただけでなく、新素材が使用されて小型化、軽量化、機能化され、食事も醤油で煮込んだ鯨肉からワイン付きのステーキになる等様変わりしていた。

・気儘に

長年、新しい仕事に取り組むにはまず予習して備えてきた。これからは遊びである。遊びは予習無しで気儘に行くと不遜な考えをした。

・まず、北八ヶ岳へ

山小舎から北八ヶ岳はとくに近く、上述のように好天を確認してから出かけることができる。このような贅沢はない。北横岳、天狗岳、蓼科山と歩いた。単独のことが多い。緑が鮮やかで、秋には紅葉・黄葉に変わり、湖に映える。



亀甲池



双子池(雄池)

八ヶ岳の冬季は積雪が深くなく、好天に恵まれ、空気が澄み、美しい。



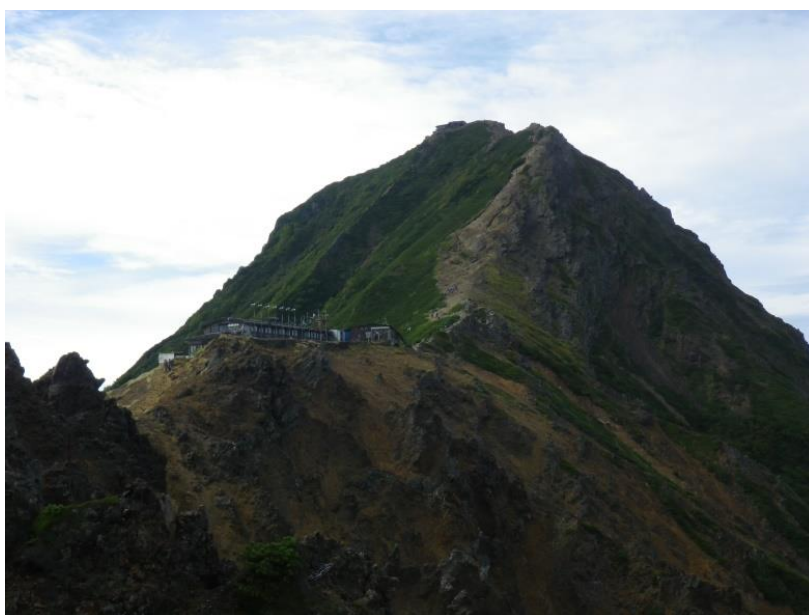
中山峠から天狗岳へ
向かう



氷結した七ツ池の
上を歩く

・南八ヶ岳へ

少し慣れたところで、南八ヶ岳へ。山容がまったく異なり、アルパイン的であり、眺望が良い。



地藏尾根から赤岳



赤岳から権現岳越しに南アルプス北岳・甲斐駒ヶ岳・仙丈ヶ岳

・八ヶ岳は楽な山ではない

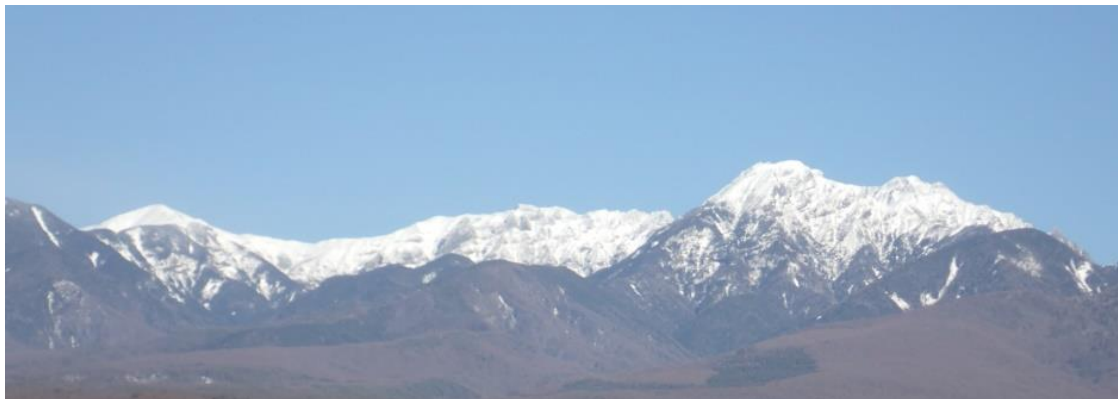
学生時代の残雪期に赤岳から麦草峠へ縦走したが、楽であるがあまり面白い山ではなかった。

ここ 25 年間歩いているが、この記憶とはまったく逆に、楽ではない。とくに登山路は石がゴロゴロしていて歩きにくい。楽でないのは 30 年余の不摂生のツケである。このツケを支払うのに、長い年月がかかり、しかも払いきることができないで今も苦しんでいる。

しかし冬になると雪で登山路が舗装され、前記のようにたいてい晴天で、気温は低いが空気が澄み、快適な山歩きが愉しめる。これまでの八ヶ岳山行の 7 割は冬期である。

・冬の南八ヶ岳は眺めるだけ

冬の南八ヶ岳は、さらに美しくなるが、残念ながら歩くのは技術的に無理で、ただただ眺めるだけであった。



ふるさと農道ズームイン八ヶ岳(原村)から冬の南八ヶ岳

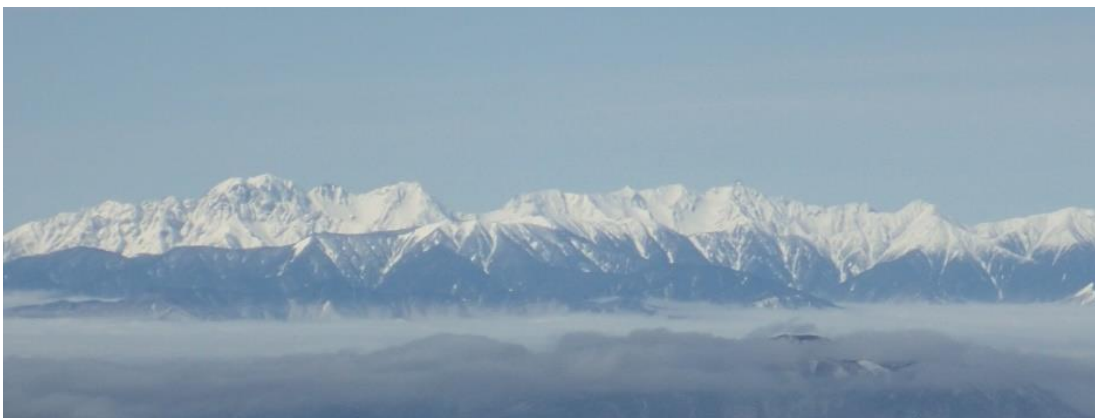
(3) 58 歳（平成 9 年） 真似し、習い、山歩きが広がる

・ヴェテランの S さんを真似る

雪の八ヶ岳や日本アルプスを見ると、誰でも登りたくなるのではないかな。



行者小屋からの赤岳



天狗岳からの穂高岳・槍ヶ岳の稜線

そのためには技術を身につけなければならない。幸いなことに地域の山岳会で鍛えたヴェテランの S さん(以下、S さん)と同行できることになり、山行中に技術を習うだけでなく、装備、体力、生活技術等を真似し、習うことができた。

・都岳連の講習を受ける

山行の範囲を広げ、かつ安全を確保するため、S さんの勧めにより岩沢と雪山登山の基礎的な訓練を受けることにした。60 歳の年齢制限ギリギリであったが、東京都山岳連盟の初級雪山、初級岩登り、中級雪山にそれぞれ半年通った。講師も立派で、シラバス(講習の内容)も良く準備されていて得るところが多かった。

加えて年齢の近い、酒好きのなかまができ、講習を修了しても山行や街中での飲み会が長年続いた。



東京都山岳連盟
初級岩沢教室

・堀田弘司ガイドに岩登りの愉しさを習う

生来の高所恐怖症に加え、運動神経が鈍く、覚えも悪いので、岩登りがきわめて不得意である。

都岳連講習なかまから紹介してもらった堀田弘司ガイドから三ツ峠や前穂高北尾根、北穂東陵、滝谷バットレスで実践技術を習った。おかげでロープがつながっていると、恐怖感が和らぐようになった。しかし、習ったことをすぐ忘れ、相変わらず下手である。また特に好きというわけではないが、ロープワークは重要なので、機会があれば参加した。



・山歩きの深みを教えられ、歩ける山域が広がった

Sさんと、その山岳会なかまのヴェテランのAさんと一緒させていただくようになり、山歩きの深みを教えられ、そして歩ける山域が広がった。11月に[岳沢から穂高岳を周回](#)する、厳冬期に[鹿島槍ヶ岳](#)に登る等は想像もできないことであった。

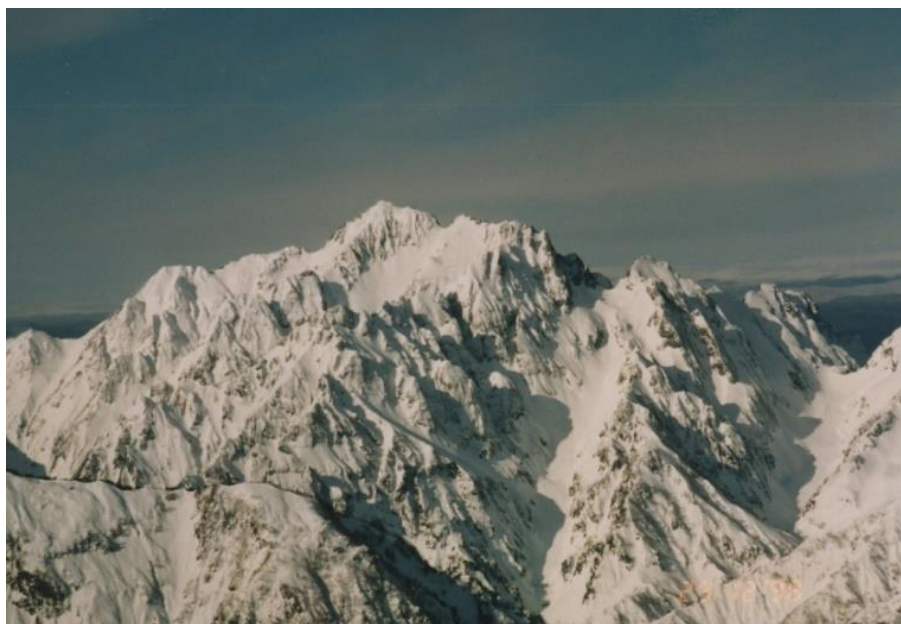


11 月に岳沢から前穂高岳、奥穂高岳、天狗のコルを周回する



年末に爺ヶ岳東尾根から鹿島槍ヶ岳を往復する

鹿島槍ヶ岳からの剣岳



・向上心が芽生えた ？

真似る、習う、慣れることにより、山歩きの深みを学び、山歩きの山域が広がった。そのモチベーションは何であろうか？ この齢で向上心が芽生えたのだろうか。山歩きの山域を広げるためには、メタボ体質の改善が必要であると観念し、遅ればせながら早朝 1 時間のウォーキングを始めたのもこの頃である。

・日本アルプス縦走路を歩き始める

真似し、習いながら、機会をつくり、日本アルプスの縦走路を歩くようになった。最初は営業山小屋を利用したが、混む、騒がしい等を嫌い、すぐに[露営\(テント泊\)する](#)ようになった。なかまと一緒のこともあるが、単独が多い。

条件が整っている場合は次のように意欲的に長時間歩いた。これは後日長時間行動を強いられた時に役に立った。

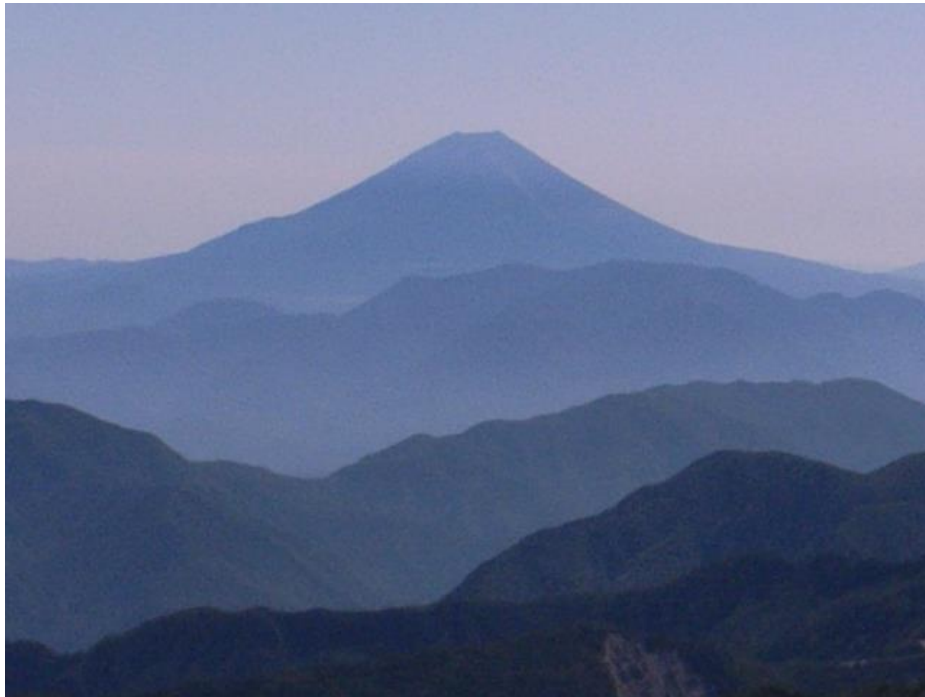
中央アルプス	檜尾岳～越百山～林道ゲート	14 時間
南アルプス	熊野平～蝙蝠岳～二軒小屋	13 時間
北アルプス	雪倉岳避難小屋～朝日岳～白鳥山	6 時間

58 歳から歩き始め、70 歳までにおおむね主要な縦走路は歩き、結果として北アルプスの三大急登、三大キレット

[劔岳早月尾根](#)、[・ 烏帽子岳ブナ立尾根](#)・[燕岳合戦尾根](#)

[大キレット](#)・[八峰キレット](#)・[不帰キレット](#)

も歩いているが、まだ北アルプスの水晶岳の奥や餓鬼岳の奥や中央アルプス越百山の南部や南アルプス光岳の南部などが残っている。



蝙蝠岳(南アルプス)からの富士山



(4) 64 歳(平成 15 年) ヴァリエーション・ルートへ

・中島佳範ガイドにアイスクライミングの手ほどきを受ける

SさんとAさんに阿弥陀岳南稜に誘われた。

行きたいが技術が無いので、急遽習うことにした。タイミング良く開かれた中島佳範ガイドの机上講習を受講し、続いてバイルを求めてアイスクライミングの手ほどきを受けた。

・八ヶ岳ヴァリエーション・ルートを登る

岩登りと同様アイスクライミングもうまくならないが、中島ガイドと次のような、当初想定しなかった八ヶ岳のルートを登ることができ、達成感も味わった。

[小同心クラック](#)

[石尊稜](#)

[中山尾根](#)

[赤岳主稜](#)



中山展望台からの横岳西壁



石尊稜 中島ガイド撮影



中山尾根 中島ガイド撮影

他に、山の会のなかまと阿弥陀岳南稜を 4 度、同北稜を 2 度、杉坂勉ガイドと[権現岳東稜](#)を、遠藤晴行ガイドと[天狗尾根](#)を登った。



南稜を右に伸ばしている阿弥陀岳

終了点から権現岳、遠くに北岳、
甲斐駒ヶ岳



・中島ガイドの厳冬期 3000m の山行に参加する

厳冬期の 3000m の稜線に立ちたいと願っていたところ、中島ガイドの企画に参加できた。

[北岳](#)

[穂高コブ尾根](#)

[西穂・奥穂縦走](#)

[白馬主稜](#)

[横尾尾根から槍ヶ岳](#)

[中崎尾根から槍ヶ岳](#)



穂高コブ尾根

屈強の若手メンバーについて行けるかどうか心配した。最後のこの登りには達成感を覚えた。(穂高コブ尾根)
2葉とも中島ガイド撮影



横尾尾根から槍ヶ岳へ

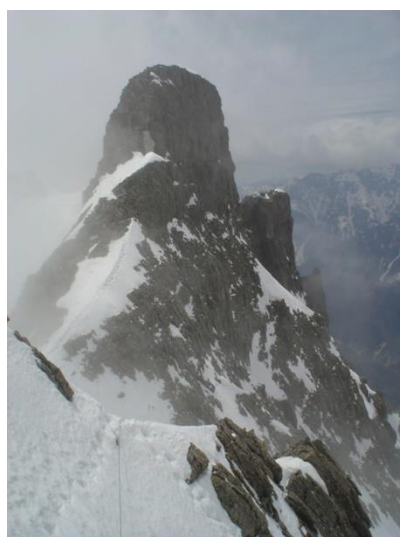
横尾尾根の難場を過ぎてから私が遅れ、稜線に露營し、また翌日は槍ヶ岳登頂を断念し、大喰岳西尾根を降りることになり、同行者に迷惑をかけた。



大喰岳からの槍ヶ岳



池山吊り尾根から北岳へ



西穂高岳から奥穂高
岳へ

ジャンダルムは今回
は懸垂で降りた。

(中島ガイド撮影)

白馬主稜を日帰りで

(中島ガイド撮影)



中崎尾根から槍ヶ岳往復。今度は登れた。



・Sさんと積雪期に歩く

積雪期の日本アルプスの稜線を次のようにSさんとも歩いた。

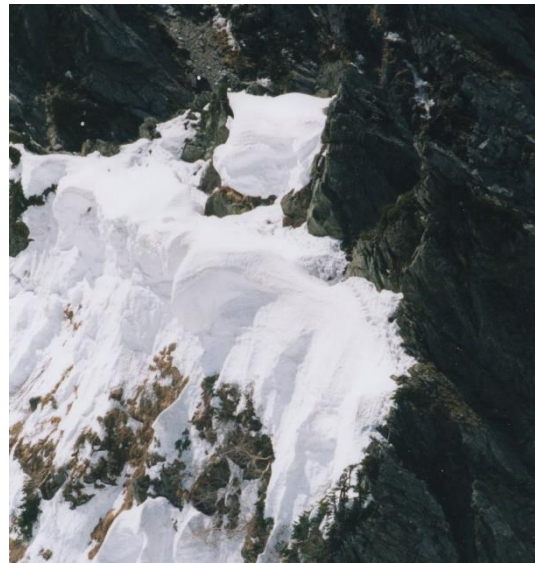
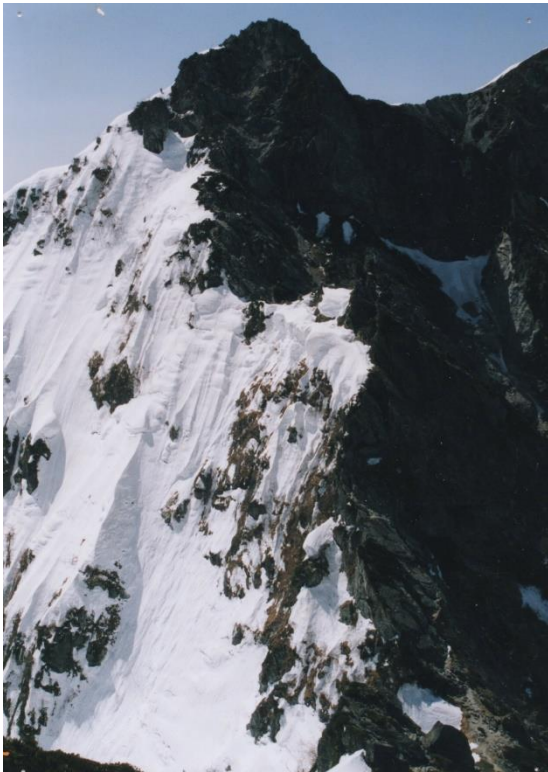
[塩見岳](#)

[不帰嶮](#)

[涸沢岳西尾根・奥穂岳](#)

[天狗のコル・西穂岳](#)

私はコンテができないので、必要なところではスノーバー、デッドマン等を利用してスタカット(隔時登攀、釣瓶)で確保し合った。しかしスタカットでは行動が遅れ、後二者は時間切れで敗退している。



不帰嶮の降りは苦勞した。登り返して振り返ると危ないところを歩いていた。
(いずれもSさん撮影)

・ヴァリエーション・ルート登攀は海外の氷河登行に活かされている

Sさんが山行から遠のいたこと、また中島ガイドの山行で私の歩きが遅れるようになり参加を控えたこと、一時遠出ができづらくなったから、残念ながら現在ヴァリエーション・ルートを登ってない。乏しい経験であるが、これは海外の氷河登行で活かされた。



(5) 66 歳(平成 17 年) 氷河の山へ

・62 歳 一度は海外の高峰へ

還暦を過ぎた頃 Sさんと、歩けるうちに海外の高峰に一度は登っておこうということになり、限られた紙情報をもとに検討し、氷河登山の経験がなくても登れる最も高い山 アコンカグア (6962m アルゼンチン)を目標に置いた。海外遠征の基本的な知見に欠ける 2 人が、計画をつくり、自から手配し、年末年始の休みを活用して実行したが、6400m で敗退した。原因はコンロ燃料を十分に携行しなかった失敗もあるが、2 人の知見の欠如が大きい。

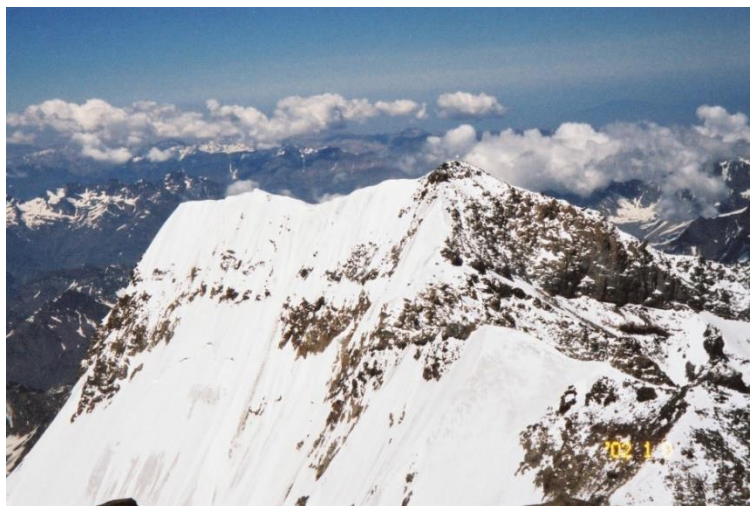
翌年単独で、同じく自己手配で実行した。登頂できたものの、BC に下山後右足の中指が壊死していることに気づいた。原因は装備の耐寒性が劣っていた等今度も知見の不足である。前年の失敗を活かすことができなかった。



登山口からアコンカグア南壁 一般登山ルートは西側から回り込む。

・63 歳 氷河の美しさに魅せられた一麻薬に手を出した

「最初で最後」のつもりで登った [アコンカグア](#) で氷河の美しさに魅せられた。麻薬に手を出したようなものである。



アコンカグア頂上(北峰)から南峰の南壁を観る。ここの冬季初登頂者は長谷川恒男である。

留学から帰途(30 歳)アメリカ合衆国コロラド州からポンコツ車でカナダを経由してアラスカ州まで独りで3週間旅行した。アコンカグアの氷河はこのとき見たカナディアンロッキーやアラスカで見た氷河とは異なる美しさであった。



コロンビア氷河(カナダ 1969 年)



アラスカ・ハイウエーから見た氷河(アメリカ合衆国 1969 年)

・65 歳 マウント・クックは幻の山となった

2 年後、同じく年末年始の休みを利用して標高は低い氷河の美しいマウント・クックのガイド登山を自己手配した。運悪く稀に見る悪天が続き、雪崩事故発生で入山も禁止され、ガイドから氷河登行の訓練を受けただけで山を観ることもなく帰国した。

この訓練は初めて経験する氷河登行であった。



このクレヴァスの傍で訓練を受けた

・66歳 [デナリ国内公募隊](#)に参加できた

年末年始の休みに限らず日程が自由に組めるように第2の職場も退き、デナリ(当時はマッキンリー、アメリカ合衆国)の国内公募に応じることにした。年齢制限60歳をすでに超えていることから、伝手を介して訪ねた隊には事前にいい感触を得ていたにもかかわらず、結果は体よく断られた。

もう一つ訪ねた隊では、私の体力・技術については中島ガイドから直接聴き判断していただきたいとお願いした。後日倉岡裕之ガイドから受け入れる旨の返事をいただいた。まことに有難いことであった。



ランディングポイントに向かう飛行機からデナリ

A リーダーと B サブリーダーが率いる隊はよく準備され、自己手配のアコンカグアと比べれば3食・寝・安全付きであり、隊員3人は体調を万全に維持するように努めればよかった。残念ながら天候に恵まれず、最終キャンプで食糧等の不足に耐えて1週間も粘ったが回復せず、下山予定日に間に合うように徹夜で下山するという得難い経験をした。



最終キャンプで天気に恵まれず、雪に埋もれ、1週間待つ。

・67 歳 [チョー・オユ国際公募隊](#)で倉岡裕之ガイドに指導を受ける

高所登山の基礎を習った。とくに準備段階で装備、また現地で高度順化についての指導はその後の財産となった。有難いことに倉岡ガイドにはこのときの縁のおかげで、その後も教えていただいている。



ABC からのチョー・オユ



チョー・オユからのエベレスト

（６）68 歳(平成 19 年) 日本の原風景の山へ

・67 歳 山の会に入る

山歩きを始めたときは山行のたびに保険に加入した。山の会に属さない者の加入は認められていなかったからである。その後東京都山岳連盟の個人会員の加入が認められる保険が用意されたので、東京都山岳連盟の個人会員となった。その会の山行には 1 度参加しただけであったが、その有志が立ち上げた「研修や山行を通して会員相互の繋がりを大切にし、規則で縛ることをせず個人の意思を尊重する」[山なかまシリウス yamanakama-sirius.org/](http://yamanakama-sirius.org/)、また、都岳連の講習で一緒にしたなかまが加入している「インターネットを使ってコミュニケーションし、メンバー一人一人が主役で自己責任と自己負担で活動する」[NET 山岳会 HALU](http://net-yamaguchi-halu3.web.fc2.com/)<http://net-yamaguchi-halu3.web.fc2.com/>に加入した。67 歳のときである。

人生の第 3 期においては組織活動には距離を置くこととしていたことから、いずれにも熱心な会員ではなかったが、経験豊富な、しかも会の運営に熱心な会員に魅かれ、次第に一緒にさせていただくようになった。このところ山行の 7 割前後はこれら山の会関係である。

・雁ヶ腹摺山(山梨県)

大月市は、市域の山頂から望む美しい富士山を市のシンボルとし、併せてふるさとの自然をそのまま後世に伝えようと意図して[秀麗富嶽十二景](http://www.city.otsuki.yamanashi.jp/kanko/shurefugaku.html)を選定している。

(<http://www.city.otsuki.yamanashi.jp/kanko/shurefugaku.html>)

雁ヶ腹摺山はその一つで、五百円紙幣の裏側に印刷されていた富士山の絵の原画となった写真はこの山頂から撮影されていると聞く。渡り鳥である雁がその腹を摺るようにしてここを越えていったことから、雁ヶ腹摺山と呼ばれたのではないだろうか。生きものに対する地域の人々の思いやりが感じられる。十二景には、この他に笹子雁ヶ腹摺山、牛奥ノ雁ヶ腹摺山が入っている。

これら 3 つの雁ヶ腹摺山等十二景の山に限らず、地域の人々の原風景を成した山が日本には無限にあり、それぞれ文化や歴史を有している。私もこれらを訪ねてみたいが、加齢との競争である。



笹子雁ヶ腹摺山からの富士山

・68歳 「[遠く](#)の山」を歩き始める

知見が乏しいうえに特段の努力もしない私は、次のような安直に対応している。

①旅行の機会に時間をつくり、その近くの山を歩く

例えば、同窓会で帰省した際に旧友と長崎市最高峰[八郎岳](#)（590m）や福江島（長崎県五島市）の[七ツ岳](#)（432m）へ。



八郎岳からの長崎市内



長崎県五島市玉之浦町玉之浦町からの七ツ岳



②山なかまの誘いに乗る

かつて勤務した秋田県庁のなかまから「今年の紅葉は 5 年ぶりに良い」、数ヶ月後には「今年はモンスターがよく発達している」と誘われて[森吉山](#)(秋田県)へ。いずれも見事なタイミングであった。



③花等に詳しいなかまが企画する山行に参加する



花の盛りの[金北山](#)(佐渡島)へ



コウシンソウを訪ねて[庚申山](#)(日光国立公園)へ

④とくに関心を持った山をなかまと計画する

海外遠征に準じるくらい時間と費用を要する[屋久島](#)(鹿児島県)の山行には山の会のなかまと知恵を出し合った。



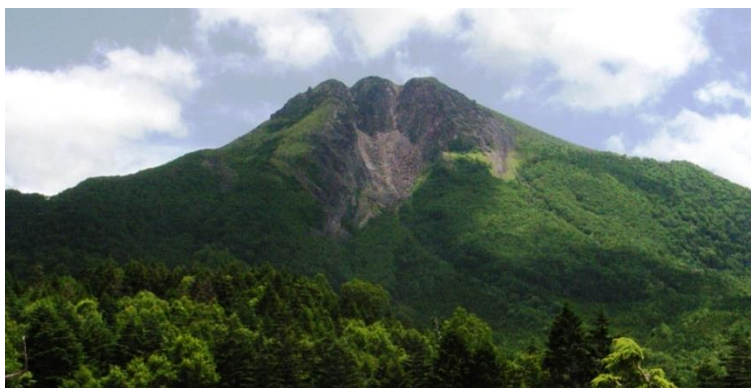
アニメの舞台になった千尋の滝



霧氷に遭う

・食わず嫌いせずに [100名山](#)へ

八ヶ岳周辺や日本アルプスの縦走路を、そして旅行の機会に「遠くの山」を歩いていると、自ずと 100 名山を歩いていることになる。数えてみると 55 座になった。残り 45 座には是非歩きたい山がたくさんあるが、なかには態々出かける気持ちにならない山もある。しかし多くの人が登っていることから、何か良いことがあるはずだと考え、食わず嫌いせずに機会をつくり歩いている。



[日光白根山](#)(栃木県・群馬県)



[越後駒ヶ岳](#)(新潟県)



[石鎚山](#)(愛媛県)



[朝日岳](#)(山形県)

・72歳 日帰りできる「[近くの山](#)」を歩き始める

意図してではないが、「遠くの山」が「近くの山」より先行した。結果として加齢から考えると良い選択であったと思う。

72歳のとき家事の都合から遠出ができなかったのも、公共交通で日帰りできる奥多摩(東京都)の山を独りで歩き始めた。



日出山から御岳山を観る

次の年には山の会のシリーズ山行「丹沢のヴァリエーション」(神奈川県)に参加できた。



檜洞丸のツツジ

この6年間は海外遠征の前に高度順化するため残雪期の富士山にも良く出かけている。残雪もあり、いい訓練になる。



水ヶ塚駐車場からの富士山



富士宮口頂上からの剣ヶ峰

在住する多摩ニュータウンは旧薪炭林を開発したようだ。周りには里山がまだ広く残っており、手軽に歩くことができる。



防人が歩いた[よこやまの道](#)



多摩丘陵の面影を残す[多摩丘陵長沼公園](#)

「近くの山」は、次のような恵まれた条件にある。

- ①たいていの山から富士山が見える。
- ②公共交通が整っている。
- ③登山路が比較的良好に維持されている。
- ④情報が多い。

これらに支えられてか、[総務省の社会活動基本調査](#)による登山・ハイキング行動者率は

東京都 1 位、神奈川県 3 位、埼玉県 4 位
と極めて高い。

推測に過ぎないが、100 名山へのアプローチを平均すると、東京はきわめて近い位置にあるのではないかな。

(7) 山歩きはどのように広がったか

・国内山行報告を長く記してこなかった

山行後報告を記し、写真もフィルムをきちんと保存している S さんを倣わず、国内山行については①国土地理院の地形図に通過時刻を記す、②撮った、またはいただいた写真を選び、アルバムに貼る程度であった。

70 歳を過ぎ、終活の一環として地図やアルバムや資料の廃棄を始めた際、記憶が残っているうちに思い出すことができる範囲の簡単な山行記録をスキャナーした写真と一緒に、すでに開設していた HP「今、山へ」に載せた。その後の山行については記憶が鮮明なうちにデジカメの写真と GPS の軌跡を一緒に載せている。

・56 歳から 80 歳までの約 25 年間の記録を集計する

山歩きの態様を

ハイキング・・・・・・・・日帰り、登頂が主

ハイキング(有雪期)・・同上の積雪期

トレッキング・・・・・・・・主として数日間露営した縦走

トレッキング(有雪期)・・同上の積雪・残雪期

ヴァリエーション・・・・有雪期の登攀・縦走

に分け、また

山域を

八ヶ岳・・・・・・・・山小舎山花開がある八ヶ岳とその周辺

アルプス・・・・・・・・日本アルプスとその周辺

近くの山・・・・・・・・自宅（多摩市）から日帰りできる

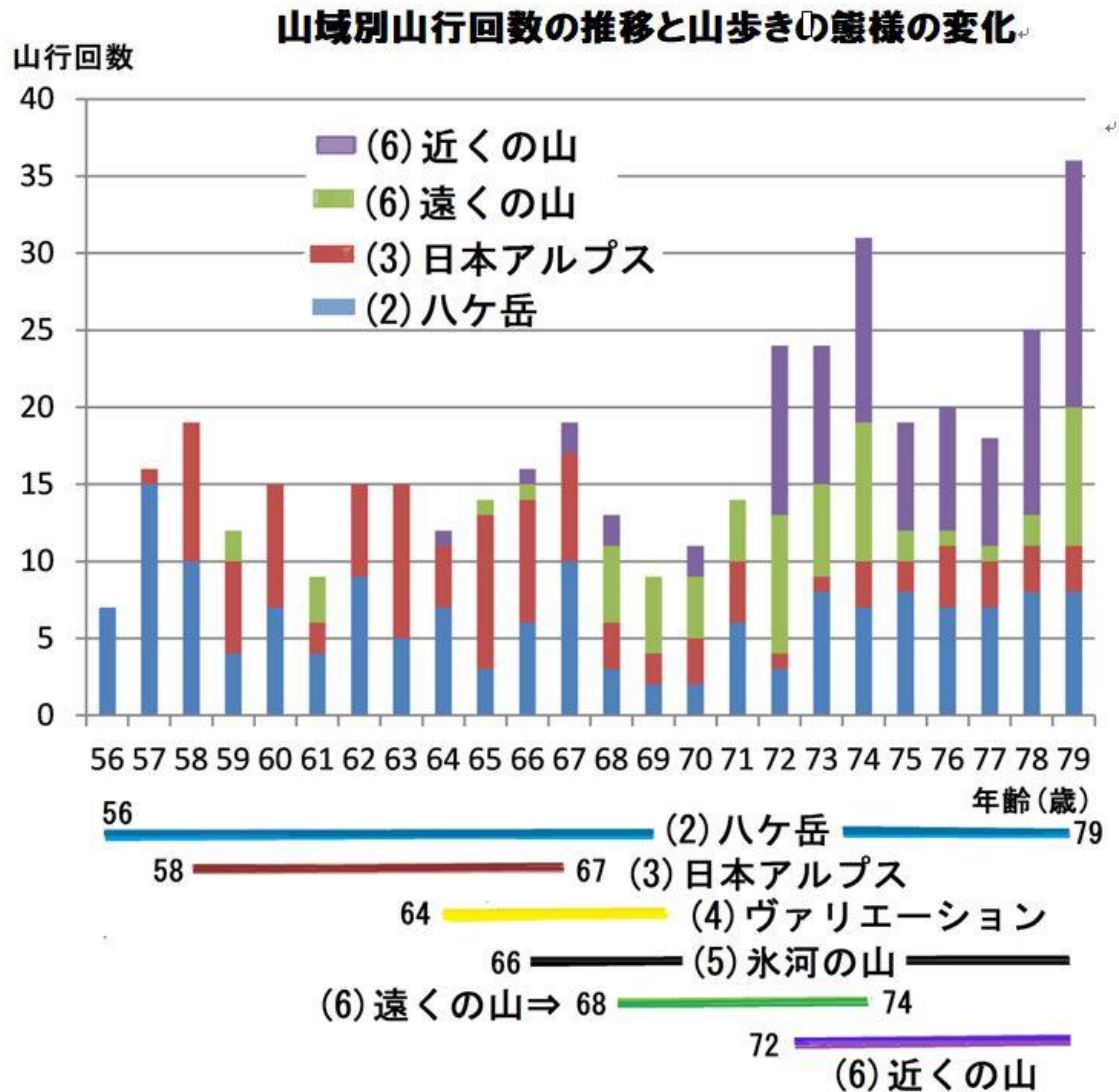
遠くの山・・・・・・・・上記以外。主として 100 名山

に分け、集計してみた。



・山歩きがどのように広がったか

年齢別に山歩きの態様と山域ごとの山行回数を整理してみると、いつどのような山をどのように歩いてきたのか(前項(1)～(6))が明らかになった。



本稿の目次どおり、

「(2) 56歳 気儘にハケ岳を歩き始め」、

「(3) 58歳 真似し、習い、日本アルプスに山歩きが広がり」、

「(4) 64歳 ヴァリエーション・ルートへ」、

「(5) 66歳 氷河の山へ」、

「(6) 68歳 日本の原風景の山へ」

と広がっている

なお、第2の職場が終わってから海外の氷河の山に魅せられていくつか歩いているが、これについては別項5に記す。

山行回数は加齢とともに増加しているが、山行日数の長い日本アルプスの一般縦走路をおおむね歩き終わり、山行日数の短い近くの山、遠くの山のハイキングが増加しているからである。ハケ岳はいくつになっても歩いている。

・それほど歩いていない

下表の数字をみると、思っていたほど歩いていない。

山歩きの態様		山域					割合 %
		ハケ岳	アルプス	近く	遠く	計	
ハイキング	無雪期	47	5	70	47	169	41
ハイキング	有雪期	103	17	12	13	145	36
トレッキング	無雪期	1	34		1	36	9
トレッキング	有雪期	10	9		5	24	6
ヴァリエーション	無雪期		7			7	8
ヴァリエーション	有雪期	11	14			25	
計		172	86	82	66	406	
割合 %		42	21	20	16		

年平均 17 回。最大は年 39 回(79 歳)、最少は 7 回(56 歳)。

別資料によると 61 歳から 80 歳までの山歩き日数は海外山行を除き年平均 37 日、最大の齢は 53 日(72 歳)、最少の齢は 19 日(71 歳)。いずれもたいしたことではない。(61 歳から 80 歳の間における 1 山行当たりの山歩き日数は 2.1 日)

驚異的な例であるが、尊敬する山の会の友人は 80 歳近くになっても毎年年齢の数だけ山頂を踏んでいる。

山歩きの態様は、大略でハイキングが 10 のうち 8、
山域では、同じくハケ岳が 4、日本アルプス、近くの山、遠くの山がそれぞれ 2、
である。

・山域ごとに山歩きの態様が異なる

ハケ岳

ほとんどハイキング(それも有雪期が多い)で、他にヴァリエーションがある。なお、ハケ岳の一般路も有雪期、無雪期ともにほとんど歩いている。ただし、佐久側、清里側はまったく歩いていない。

日本アルプス

ハイキングが 2.5、トレッキングが 5、ヴァリエーションが 2.5。有雪期が 5、無雪期が 5。

近くの山

全てがハイキングで、ほとんどが無雪期。

遠くの山

ほとんどがハイキングで、無雪期。



追記1 山小屋について(令和2年8月11日 記)

(1) 山小屋のありがたさ

山歩きのいろいろの場面で山小屋にお世話になる。思いつくままに挙げると

- ①事前に、また現地でいただく情報提供、
- ②登山路の開設・維持・補修、
- ③露営場の管理
- ④宿泊、購買
- ⑤救助
- ⑥山への思い、山歩きの深みに接すること、

等々。



どのくらい私は山小屋にお世話になっているのだろうか。すべての山小屋について確認することができないので、素晴らしエッセーが寄せられている「小屋番 365 日」(山と溪谷社、2008 年)にある 55 山小屋のうち、次にみるように 3/4 の山小屋にお世話になっている。

ガイド山行、山の会の山行で宿泊した山小屋 11 小屋

その他で宿泊した山小屋 4

テント場を利用した山小屋 13

経由した山小屋 22

(山小屋に通じる登山路の整備においてお世話になっている)

経営者と言葉を交わした山小屋 8

(訪ねていない山小屋 13)

山小屋の魅力は位置、建物、食事等にもよるが、その最大のものは経営者のお人柄であろう。「小屋番 365 日」にはいい話がたくさん載っている。その一つ、第 21 話「日本でいちばん小さな山小舎 手塚宗求(コロボックル・ヒュッテ)」に昭和 31 年に建てられて間もない[昭和 35 年 5 月 22 日](#)に素泊まりしている。若いカップルを見て、将来このようなものを持ちたいと考えたことをよく覚えている。これは幸運にも 35 年後に実現した。

（２）混む、騒がしい山小舎を嫌う

日本アルプスの縦走を始めた頃、[後立山](#)を歩いた。９月に入っていたが、混んだ。窮屈なうえに、泊り客が「暑いから窓を開けよ」、「寒いから窓を閉めよ」と煩く繰り返し、参った。次の山小屋で混雑度を聞くと１畳に４人と答えがあったので、急いで下山した。富士山の山小屋はもっと混むと聞く。

なぜ混むか。収容力に見合った入山制限をしないからである。ヨーロッパの山小屋は予約制であり、当然のことながらガイド山行が優先される仕組みになっている。アメリカ合衆国は山中に山小舎はないが、代替のキャンプ場は厳しい予約制で、自然保護のための入山制限となっている。今般のコロナ禍対応にみるように、規制、制限を避け、自粛で合意を得ようとする社会風潮が根底にある。

登山路保護、安全で快適な登山、山小舎の経営安定のために入山制限が実行されないのだろうか。

登山路の整備は山小屋の仕事であろうか。山小舎が負担し、これを当然ながら宿泊料に転嫁する、いわゆる受益者負担の原則である。農道・林道には受益する者が特定できることから受益者負担が課されているが、登山路の受益者は特定すべきものだろうか。今年入山規制された山はこの１年間誰が維持補修するのであろうか。



スイス・アルプスの [Gornergrat から Sunnegga](#) へ 逆さマッターホルンが映る池巡りで見た登山路の整備

（３）露営場を拡充する

上述した混雑以外に、無呼吸症候群のため異常体動がある、夜中トイレに行く、食事制限をしている、経済的である、露営の装備が機能化・軽量化された、日程の自由度が高い等で夏冬に拘わらず、露営を好む。最近、マイテントの愛好者が増えているが、今年はコロナ禍で露営者が増え、露営場が混雑しているのではないだろうか。

アメリカ合衆国の山を２度歩いたが、山中には山小屋はなく、すべて露営である。有名なロングトレイルでもそうと聞く。山は本来露営で歩くべきであるなど主張するわけではないが、山をより楽しむためにも、環境を保全するためにも露営場が拡充されるべ

きであろう。コロナ禍で雲取山荘の露営場が閉鎖された東京都内には露営で縦走できる山はない。

拡充・整備の方向は

①場所の確保

スペイン・ピレネーの第3の高峰 [Monte Perdido](#) の山小屋の傍に露営した際、「緊急用ヘリポート以外お花畑のどこでも張ってよい」と言われたときには驚いた。このような贅沢を望むわけではないが、地形が厳しい日本でも工夫すれば用意できるのではないか。

少なくとも露営しながら縦走できる程度には拡充してほしい。中央アルプスを露営で縦走することは行程上きつい。



②排泄物対応

近年バイオトイレの整備や持ち帰り運動も進んでいる。加速してほしい。

③焚火

アメリカ合衆国は山火事に苦しんでいる。原因のほとんどは落雷による。焚火に原因する山火事にも相当に注意しているものの、これを禁じているところはきわめて限定的である。

国土の 2/3 を占める森林の木質バイオマスが未利用で放置されている結果、薪の使用量が極端に少ない(本文4 (3))。山小屋周辺の木質バイオマスを石油に替わる熱源とし、また

露営者にも薪利用を勧めることがあってもいいのではないか。



アメリカ合衆国コロラド・ロッキー[Snowmass Mountain](#)の露営場(3326m)での焚火