

## 山行報告書

神戸勤労者山岳会

1. 参加者： 別府・服部

2. 山行スタイル

バリエーション登山

3. 目的

北アルプス縦走を楽しむ

4. 山域／ルート

北アルプス（上高地→奥穂→ジャンダルム→西穂→上高地）

5. 交通手段

自家用車

6. 行動記録

<入山日 2023 年 7 月 16 日 下山日 2023 年 7 月 17 日>

1 日目

前夜 20 : 00 神戸出発→1 : 00 あかんだな駐車場（仮眠）→4 : 45 あかんだなバス停発→  
5 : 15 上高地バスターミナル着→5 : 30 登山開始→7 : 36 横尾→10 : 41 涸沢ヒュッテ→  
12 : 43 穂高岳山荘（テント・ツェルト泊）（行動時間 7 時間 13 分）

2 日目

4.04 穂高岳山荘出発→4 : 41 穂高岳（日の出 4 : 4 4）→6 : 06 ジャンダルム→8 : 49 間  
ノ岳  
→10 : 13 西穂高岳→12 : 07 西穂山荘（休憩 30 分）→14 : 05 西穂高岳登山口  
→上高地バスターミナル→あかんだな駐車場→帰神（行動時間 10 時間 01 分）

7. 山行中の問題点・事故に繋がる要因

a) 予定のルート・日程で行動出来たか？

ほぼ予定通り行動出来た

b) 事故に繋がりそうな要因（ヒヤリハット）が発生したか？

なし

c) パーティーで、山行中の事故に繋がる要因につき、山行後検討したか？

当初は山小屋泊を予定していたが、天候による日程変更に伴い利用する山小屋の日にち  
が変わり予約が取れず、テント or ツェルト泊となった。

テント（アライテント：エアライズ 2 1550 g）+ザック（グレゴリー：バルトロ 65 2380  
g）=3930 g

ツェルト（アライテント：ツェルト 1 240 g）+ザック（山と道：t h r e e 625 g）

=865 g

上記 2 点の装備で約 3 kgの重量差あり。やはり基礎体力があってもザックの重量が重いと体力が奪われ、膝に負担もかかり、バランスを崩しやすいため、次回のバリエーションルートの山行ではもっと軽量化に努めましょうと話合った。

## 8. その他、ルートに関する情報・気がついた事など記す

ルート上に先行者が手書きで矢印を地面に書いてある箇所があり、間違えそうになった。

ルート全体的にガレ場や浮石が多く、気が抜けなかった。

新穂高ロープウェイが今年の夏は休止だった為、上高地→西穂山荘のルートが大変整備されており

歩きやすかった。途中で水場もあり。

あかんだな駐車場⇄上高地バスターミナル間は、朝は始発 4:50 より少し早くにバス出発し、帰りは 30 毎の便だが臨時バスが出てスムーズに駐車場へ帰ることが出来た。(3 連休で利用者が多かった為)

高山病対策にダイアモックスを服用して山行したが、1 日目ザイテングラート手前で手のしびれが生じ、指の屈曲可動域が狭くなったように思った。岩場の連続の場所であったら感触が悪いと思ったかもしれない。

## 9. 感想

〈別府〉

憧れのジャンダルム。一人で行く勇気がない中、服部さんに後押しして貰い有難うございました。

さて、初日。朝から曇天ですが、翌日好転する事を見据えスケジュール変更を行っている為

曇天でも計算づくです。心のウキウキは不変のまま、上高地からザイテングラート経由で穂高岳山荘迄歩きました。

翌日のジャンに備える為、初日は体力温存作戦でしたが、思いのほかハイペースで到着。なかなか疲労度です。とりあえず早めの就寝で翌日に備えました。

2 日目は本番の 1 日。予定通り好天無風。途中、500mm のペットボトルが谷に落ち（自分の体でなくて良かった。。。）服部さんに分けて貰ったのは、まさしく命の水の味がしました。誠に有難うございました。ジャンから西穂迄はガレた山谷を行く道で神経を使いました。下りは韋駄天の服部さんに全然ついて行けずに待たせてしまう事になりましたが、2 人とも無事に上高地まで降りる事ができ、大変充実した二日間となりました。改善点としては軽量化の工夫、トータルで服部さんについていける体力向上を挙げたいと思います。次回の山行に活かしていきたいと思います！

〈服部〉

当初の山行予定は、二泊三日で、西穂→奥穂→北穂→槍ヶ岳の縦走を計画していたが、初日の天候不良により、計画を変更した。三連休直前の山小屋の宿泊予約が取れず、奥穂→西穂縦走テント or ツェルト泊となった。

1日目は、早朝のあかんだな駐車場でゴットンにバツタリ会って、元気もらった。そして上高地バスターミナルに到着した後は、穂高岳山荘のテント場は60張しかないの、まずは横尾までの道のりを急いだ。その後、徐々に標高を上げ、涸沢ヒュッテ手前では雪渓が現れた。チェンスパイクを装着している人もいたがステップがしっかりしていたのでそのまま進んだ。涸沢ヒュッテに到着し休憩をしていると、穂高山荘まであと少し♪という気持ちになった。が、一番しんどかったのはザイテングラートだった。それでも、目線を少し横にするとハクサンイチゲやミヤマキンポウゲなどがたくさん咲いていて癒された。結局、到着予定では15時頃に穂高岳山荘到着であったが、頑張ったお陰で13時前に到着し無事にテント場を確保出来た。この日は三連休の中日のため非常にテント泊者が多く、ヘリポートも解放されており、カラフルなテントで賑わった。

穂高岳山荘の前のテーブルで、ザイテングラートで一緒になった方と山の話しながら（農鳥小屋のおじさんの話など）、寒くない午後をのんびり楽しんだ。そうそう、ブロッケン現象を初めてみてテンションが上がった。夜は、3シーズン用シュラフとダウンを着て、ツェルトでよく寝れた。

2日目は、4:00に穂高岳山荘を出発し、奥穂山頂でご来光を拝んだ。晴天の中、太陽からピシッと届く光に今日も元気もらい、さあ、後ろで待っているジャンダルムへLet's go! ジャンの前に通過する馬の背の難しさは動画や友人のコメントで聞いてはいたが、スリリングで楽しかった。だんだん近づいてくる岩壁に期待が膨らみ、遂にジャンダルムを登頂。山頂は風もなく穏やかで360度の絶景!山の神様に本当に感謝!!

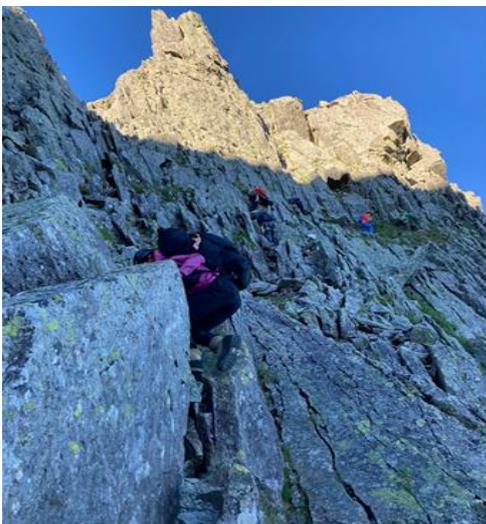
その後ジャンダルムを過ぎると後はアップダウンの繰り返しで、クライミング要素がちょくちょく出てくる飽きさせないルート。そして、ガレ場が多く、落石注意区間が結構あった。独標を過ぎると歩きやすくなり西穂山荘へサクッと下ることが出来、冷たい飲み物で喉を潤した。西穂山荘から上高地へのルートも大変整備されており心地よく下山出来た。行きたかったルートにご一緒して頂き、別府さんありがとうございました。



上部のヘリポートまでテントが張られた穂高岳山荘のテント場。



朝日に照らされた槍ヶ岳





無事にジャンダルム登頂。ありがとうございました。

報告者氏名 服部 めぐみ 2023年7月23日