

単独行には山の魅力が全部あります。

PEAKS

Mountain Trip Magazine

[ピークス]

Jun.2011 No.19

6

特別付録

めざせ、日本一登頂!
富士山
ハンドブック
2011

山の花
エンジョイ!

第2特集
季節の草花をめぐる、山の歩き方

世界が変わる!!
ひとりで歩けば、

特集
ソロトレッカー養成講座、
開講します!!

マウンテンキア研究所

トレッキングパンツ

野外道具探訪記

ザ・ノース・フェイス(後編)

定価 880yen

ひとり山へ行く理由。仲間と都合が合わない。ひとりのほうが気楽で好き。人それぞれあると思うが、私の場合は自分に試練を課して成長するという目的がある。不健康な生活だった毎日が転職をきっかけに激変、この春で山に登り始めてちょうど2年がたつ。そろそろ自分の脚力と判断力に自信を持ちたかった。ルートは自分で決めるし、ベ

ース配分も、泊まる場所も食べる物も出発時間もすべて自分次第。初となる今回のソロ泊山行を振り返ってみると、それは自由と不安がつねに背中合わせだったように思う。

今回の舞台は、神奈川県面積約6分の1を占める丹沢山地に決めた。まだまだ寒さの残る朝5時、節電モードで薄暗い車内に飛び乗った。今回のルートは、丹沢を南から北に貫く歩き心えのあるロングコースで、自分を試すには充分。スタート地点は大倉登山口で、まずは通称バカ尾根と呼ばれる標高差1,200mのバカ尾根に登りが続く大倉尾根を登ることから始まる。このバカ尾根は以前下りたことはあった。そのときはこんなルート絶対に登りたくないと考えたのだが、まあいい、これも試練なのだ。

しかし天気予報とは裏腹に、頭上は雨くさんやまますツキりおしなは。山頂の展望はどうですか?と私と同じくおひとりさままで歩いていた女性に聞くと、心の腫では見えていながら心

3時限目  **丹沢実地研修**

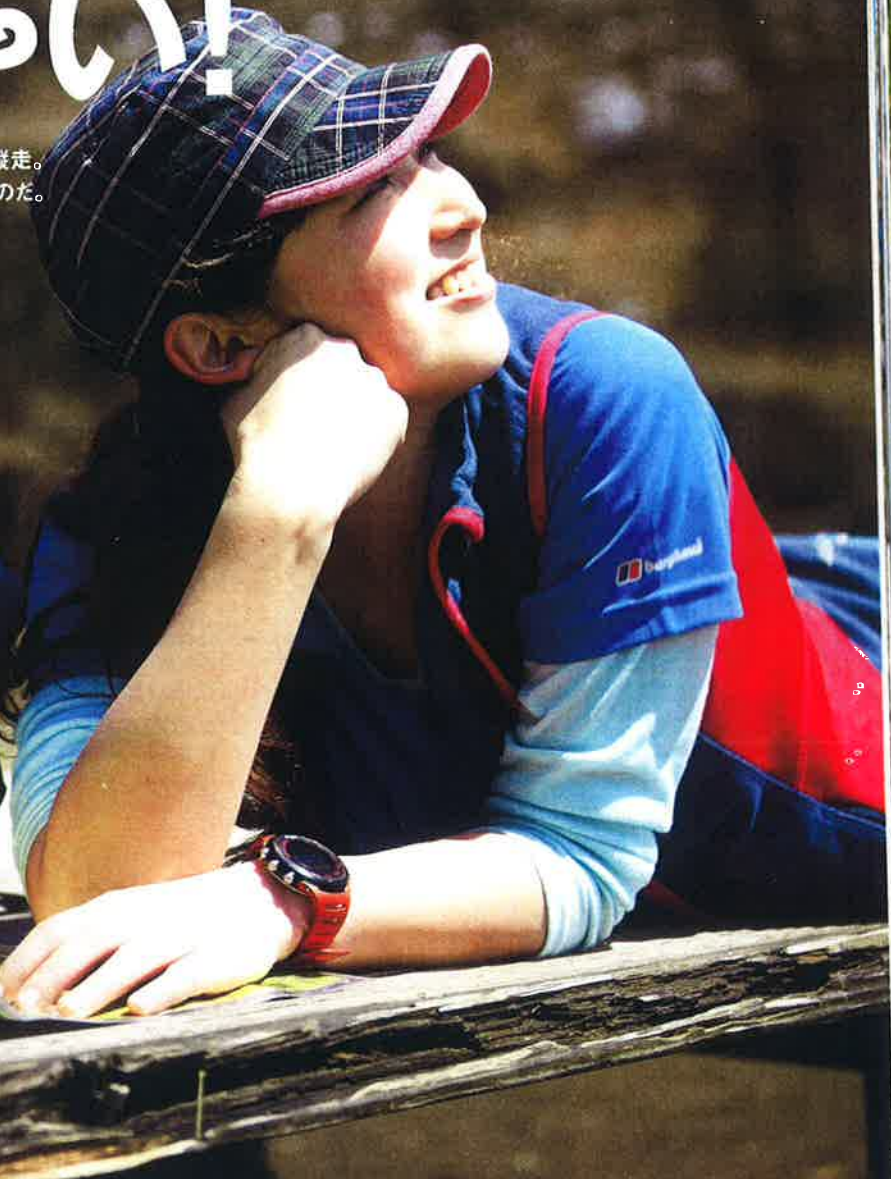
初ソロ泊は小屋泊まりで自分ゴハン

春の丹沢 おひとりさま いらっしやい!

神奈川県最高峰を含む丹沢山地を南から北へ、女ひとりプチ縦走。ひとりりで歩くことにより、いつもとは違う刺激を受けることができるのだ。身も心も胃袋も満たされパワーアップした、24歳成長のしるし。

文◎山畑理絵 Text by Rie Yamahata
写真◎亀田正人 Photo by Masato Kameda

山畑 理絵さん
WILD-1 入間店スタッフ。音楽業界から転職し人生が変わったひとり。お客さんと山話を共有するのが好き。お店で会ったら気軽に声を掛けて下さい!





3

1) まずは塔ノ岳を目指しひたすら登りが続く。地図を見ては溜息が。2) 「さては仲間と仲良くテント泊だな〜」とوراやましくなる。3) 自分のこれまでとこれからを考えながら歩いた。それも意外と楽しい。4) フルーツグラノーラ、クランキーチョコ、ドライマンゴー、サワーズグミがMY定番行動食。5) 蛭ヶ岳の北側は足場の悪い下りが続く。6、7) 「堀山の家」では、なんと缶ジュースとお菓子が100円で売られている。前回飲んで元気になった炭酸水「ミラクルボディ」は売り切りで、すべてゴミ箱の中に……。ここを通ったらぜひ飲んでみて〜!

こそ、より快感を湧き澄ませよう。えつちらおつちらバカ尾根とひとり格闘していると、前から同い年くらいの5人組が下りてきた。みんな達成感に満ちた顔で「こんちちは〜」とあいさつしていく。なによ、随分と楽しそうじゃんか。いつもなら私にも愉快な山仲間がいる。ときに揉めたりして険悪なムードになることもあるけれど、いつもそんな仲間達に励まされて歩いてきた。でも今日はいい。いかに、いかに、おセンチになっている場合じゃないぞ、自分。ひとりでもがんばってこるって決めてたんだから。そんなことをし

2



原さんが元気な声で迎え入れてくれた。この小屋は通年営業で繁忙期を除いては60代の男性ふたりが1週間ごとに交代でまわしているそうだ。梶原さん（以下おじちゃん）は現在68歳、55歳のときに下界での仕事をリタイアし、この小屋へやっつて来たらしい。驚くことに、それまでは山に登ったことはなかったそうだ。こ

間斗てひとつめのピーク塔ノ岳へ。本来ならドーンと富士山が鎮座しているはずなのだが、そこは真っ白な霧の中だった。まるで自分の気持ちも露わにしているかのようだ。またしても若い男女のグループがキャツキャとはしゃいでいるのを横目に、次なるピーク丹沢山へひとり向かう。ここから先は、心細いほど人に出会わないのなんのつて。晴天ならば展望のよい稜線も、この日ばかりは霧が視界をオブラートに包み込み、幻想的な景色に変貌をとげていた。丹沢山を越え、ようやく宿泊地となる蛭ヶ岳山荘へ到着したのは午後4時をまわったころだった。小屋は蛭ヶ岳山頂のすぐ脇に構えている。歩き始めて7時間、今日は終始霧の中。ひとりのさみしさはあつたけど、不思議と残念な気持ちはなかった。小屋のドアを開けると管理人の梶

3
ソロトレッキング塾
SOLO TREKKING SCHOOL

「試練を課して、そろそろ自分に自信を持ちたい」



8) 神奈川県最高峰、踏破！ 9) 新緑の季節にもなるこの木道は緑でいっぱいになるそう。蛭ヶ岳山荘に写真が飾ってある。10) 今唯一のクサリ場は鬼ヶ岩の先。雨天時は慎重に。11) 丹沢には4,000頭あまりの鹿が生息しており、食害問題が深刻化している



ごちんの通り、終始
トークは大白熱。ま
た会いたくなる、そ
んなおじちゃんが蛭
ヶ岳山荘にいます



「ひとり旅で学ぶことは、ひとりだからこそその出会いがあるということ」

く親身でアットホーム。おじちゃん
のこれまでの人生活から、ここへや
つて来たさまざまな登山客の感動秘
話（なかには小屋荒らしの泥棒も
！）、山ならではの怖い話、果て
は宇宙のことまで話はヒートアップ。
初めは山小屋にひとりとは少々さみ
しいと思っただけで、そんなこと
はこれっぽっちもなく、静かな屋内
に私たちの大笑い声が続く時間まで
響き渡った。ここまで歩いてきて本
当に良かった。蛭ヶ岳山荘、大正解
◎。布団に入るといつの間にか深い
眠りについていた。それもそのはず、
笑い疲れたのもあるけれど、ひとり



こ蛭ヶ岳は丹沢山地のなかでも奥深
い位置にあり、最短ルートでも片道
5時間かかるから「ここにはとくに
元気な人しかこないんだよ。だから
私も健康なんだね」と声高々に笑っ
て言った。とにかく元気で陽気なお
じちゃんなのだ。
どうやら今夜のゲストは私ひとり
のよう。今回は小屋泊で荷物が軽
なつたぶん、調理道具を背負い自分
ゴハンを作ることに決めていた。食
事の準備をしていると談笑タイムの
始まり、始まり。おじちゃんは小屋
に来た登山客を別荘に遊びに来た友
人と思っ接しているようで、とにか



6



1) 温泉情報ゲット〜♪2) 調理の時間も至福
のひとつ。3) 牛肉と野菜はごろっとサイズ
に。ゴマ油が食欲そそののよ。4) 山頂で飲み
ごろになるよう仕込んできたお手製サングリア。
赤ワインに好きなフルーツと砂糖、シナモン
スティックを入れて。5) ジャガリこマッシュポ
テを生春巻きの皮に塗って焼けばお酒の肴に。
6) 今夜のメニューは新鮮野菜とフリースド
ライのグリーンカレー。山で手軽に本格エスニ
ック。米麺でつけ麺風にいただきます！

小鳥のさえずる声が
響きわたる樹林帯で
は、思わずスキップ
をしたくなるのだ



ソロトレッキング塾

SOLO TREKKING SCHOOL

もんだな。

翌朝目が覚めて窓に目をやると、外は昨日よりも白い。あきらめてみると、おじちゃんがデジカメで春夏秋冬の山頂のすばらしい景色を見せてくれた。ますます降りたくなくなつた。明日の仕事は理由をつけて休んでしまおうか。下山時間には余裕があつたので、せめて青空だけでも見たいと思い、ギリギリまで粘ることにした。その間、下山ルートである焼山登山口までの道のりを確認している。「東野のバス停に降りれば温泉に入つて帰れるよ」と私の地図を覗き込み、ニヤツとした顔でおじちゃんがつぶやいた。おつ、これは良いことを聞いたな。地元の情報、地元の人に聞くのがいちばんいい。急遽ルートを変更、帰りは温泉に決定！

7) 木の幹にくっつき愛のマーク。屋久島のウィルソン
株に続く新たなパワース
ポイント? 地蔵平付近にて。
8) ずっと合いたかった青
の世界へいざ! 9) 鼻唄
は「耳をすませば」のアカ
ントリーロード。随分奥深
いところまで来たなあ

午前11時。天気は一向に回復しない。むしろ悪化しているように思える。ひとりだときこういうときに判断が鈍る。悩んだ末、必ずまた再訪することを約束して渋々小屋をあとにした。しかし、下山を始めて1時間がたつたころにまさかの展開。見上げた空はブルーだ。まあまた来ればいい。おじちゃんにも会いたいしな。今回は、なんだかんだひとりでも歩けることが証明できた。たまにはこの達成感を味わうのもいいかも。ソロ泊山行、心身&胃袋ともに大満足! 今度はソロテント泊に挑戦しようかな。なんて、ね。

9



8