

○1日目：7月30日（土）晴れ

- 6：26 新幹線やまびこ201号に乗車。
指定席と自由席に分かれる。
大宮駅で矢萩家族3人が乗車。あとは、車で来る齋藤父子だけだ。
- 7：31 那須塩原駅到着
新幹線改札口で、全員合流。直ぐ、バスに向かう。
- 7：45 バス、発。
車内は混んでいて、座れない。古高だけが、老人席に座れた。
車内で2日間のフリーキップ2600円を販売していたので、それを購入。片道1430円なので、260円のお得だ。
- 8：55 那須ロープウェイ山麓駅に着く。
直ぐに、キップ1200円（大人）を購入し、ロープウェイに乗り込む。
- 9：30 山頂駅で、トイレを済ませ、靴ひも・荷物の点検をする。
集合写真を撮り、いざ出発！
気温21℃だが、直射日光が全身を照りつける。すぐに汗がでてきた。
首が暑い。ただちに休憩し、水を飲み、首に濡れたタオルを巻く。
大小の石ころだらけの道を、ゆっくりゆっくり歩く。
- 10：30 木の鳥居とその奥の祠が見えてきた。
1915メートルの頂上に到着！
360度の展望が広がっている。東に、朝日岳が赤茶けた岩肌を見せている。南は、那須塩原市。北には、今日の宿泊地である三斗小屋温泉が緑に被われている。
水を飲んだりお弁当を食べたりしていると、電話がなった。齋藤さんからだ。今、山頂駅に着いたと言う。
- 11：00 出発。
凹んだ噴火口を見ながら、峰ノ茶屋跡避難小屋行きの分岐に向かう。
この噴火口から、大小様々な溶岩が噴き上げられたのかと想像すると、その威力の凄さは計り知れない。
- 11：15 峰ノ茶屋跡避難小屋分岐。
ここから、下りが始まる。靴が岩に引っかかり、おー危ない！老人の身には、キツイ！右手に持った杖で、なんとか身を確認できた。
若者たちは、スイスイ！「もう少しだなー」と思っているとき、齋藤父子が追いついてきた。早い！頂上まで40分で登ったという。
- 12：00 峰ノ茶屋跡避難小屋着。
たくさんのお若男女が色とりどりの服装やザックで、山登りを楽しんでいる。朝日岳に向かう人が多い。
12名全員が集めた我がパーティーは、少しの休憩で三斗小屋温泉に向けて下山開始。眼下に見える那須岳避難小屋を目標に、赤茶けたガレ場をトラバースする。こんな危なっかしい場所にも、白や黄色い花

を咲かせ、クロマメノキが黒い実をつけている。

間もなく樹林帯に入る。日影ありがたい！

12:30 那須岳避難小屋着。

この付近は沢の最上流部のようなのだが、水は流れていない。

白樺（ダテカンバ）の多い道を下っていくと、「水の音だ！」と矢萩ママが叫ぶ。せせらぎの音が近づき橋が見えてきた。岩は赤茶けている。沢に手を浸し「冷たい！」と声が出る。汗をいっぱいかいた体には、この冷たさは一時の至福である。タオルを濡らし、首に巻く。

13:30 延命水着。

塩ビ管から勢いよく清水が出ている。冷たく、美味しい！生き返るようだ。だから、この名がついたのか。

13:40 沼原・姥ヶ平分岐着。

目的地は、近い！。

「硫黄の採掘」「木の根の曲がり」「三斗小屋温泉の歴史」などの表示が現れてくる。「硫黄の採掘」では、茶臼岳の近くで硫黄を採掘し、牛に運ばせて、この道を通ったという。

14:20 煙草屋旅館着。

お疲れ様！やっと着きました！キャンプサイトの一角で、まずは記念の集合写真、「はい、パチリ」です。そして、「ビール飲む人は？」を確認して宿屋へ。

約4時間30分の歩行だった。栗原さんが計画してくれた通りである。

3時までゆったり休み、それぞれが今日の山歩きをふり返った。

15:00 受付と部屋割り。

靴は靴棚へ、スリッパをはいて20/22/23/24の部屋へいく。部屋割りは、春日さんが担当してくれた。

私は、支払いを済ませ明日の弁当を注文する。と、「真っ直ぐ帰るんなら、弁当、必要ないよ」と、宿の主はいう。「どこで食べるかわからないので」とお願いし、用意してもらった。これは大正解であった。食堂などに入っていられる時間は無かったのだった。臨機応変に食べられる弁当は、時間と経費の節約になったのだ。

部屋は、引き戸にカギはなく、障子で仕切られ、畳に小さめのガラス窓、廊下の板敷きは少し傾いている。ホテルに比べると、すべてに開放感が漂っていた。

風呂は、もちろん温泉である。内湯と露天があり、湯船はとにかく深いのだ！足を下ろしても、なかなか底につかない。腰あたりまでの深さがあり、出るときも生まれたままの姿をさらけ出し、「ヨイショ！」と声をかけなければ体が持ち上がらない。温泉は、肌に優しい成分とぬるめだ。露天風呂は野趣満天！スリッパからサンダルに履き替え、石段を登っていく。登り詰めたところに、広い浴そうが二つに仕切られている。ぬるめと少し熱めだ。後ろは草木に被われ、前面に山々が

遠望できる。電源が切れる9時からの星の観察と朝風呂は、最高だという。

18:10 夕食。

コロナ対策で、のらえもんだけの席をつくってくれた。イワナの甘露煮に牛肉の鉄板焼きがつく豪華な夕食だ。元気潑刺な勇聖くんは、3杯もご飯をお代わりする食欲だ。ご飯は、木のおひつに入っている。蒸れなく保温効果があり、限られた電源を節約しているのだろう。昔、私の家でも使っていた。懐かしい！

のらえもんという大家族で、とりとめない話しをしながら食欲旺盛な光景をみるのは、明日につながるようだった。

尚、矢萩瑞基くんは体調が優れなく、しばらく横になっていた。が、遅れて夕食をとることができた。良かった！良かった！

体温は平熱であった。茶臼の登りの時、直射日光にやられたのかもしれない。熱中症には、十分気をつけたい。

宿の方に体調不良を伝えるといろいろ心配をしてくれ、ある女性は「消灯後（9時）でも、何かありましたら連絡してください」と言ってくれた。

21:00 星の観察。

電源は切れた。星明かりだけである。見上げると、北に北斗七星が明るく大きく輝いている。天の川も見える。なんと、たくさんの流れ星にも遭遇！明日も、いいことがありそうだ。

2日目：7月31日（日）

5:00 露天風呂に向かう。すでに先客あり。雲り空だが、首まで浸かり遠くの山々や緑の木々を見ると、気持ちが落ち着いてくる。回りと同化するようだった。

朝は、6時30分まで入浴可。

この露天風呂、鹿や猿も入浴に来るのではないか？という疑問に、宿の主は答えてくれた。一度それを許すと動物は味を占めるので、常に警戒し、動物を入れないようにしているという。

7:10 朝食。

ウインナーに温泉卵、オレンジもつく。食後の緑茶も美味しい。

山の中の宿なのに、ここでできる精一杯のおもてなし、そして従業員の温かな心配りに、都会から引き連れてきた固い殻が少しずつほぐされていくようだった。

8:30 煙草屋旅館前出発！気温24℃。

煙草屋の入り口で記念写真を撮り、いざ出発！

一度通った道は、楽だ。イメージが湧き、安心感があるからだろう。道の両側にも関心が向き、花や虫の名前が飛び交う。

9:00 沼原・姥ヶ平分岐着。

- 9 : 3 0 延命水着。
命の水を、いっぱいいただく。
- 9 : 5 0 沢にかかる橋に到着。
水は人を引きつける。やっぱり、沢にいき手を浸したくなる。
橋の上で休んでいると、一羽の大きくきれいなチョウチョがふんわり飛んできた。家の図鑑で調べると、アサギマダラだった。遠方まで移動することで有名で、このような山林にも現れるという。虫に興味を持っている矢萩祐志さんに伝えてもらうよう、お母さんにメールを送った。
- 1 0 : 4 0 那須避難小屋着。
ここまでは平坦で、いよいよ尾根まで急登になる。
朝日岳に登る齋藤・上田4人は、ここで分かれる。ゆっくり登っていると、「靴の底がはがれた！」という声。早速紐で応急措置をしたが、完璧にとれてしまった。このアクシデント、結構あるんだよね。靴底を接着剤で貼り合わせてあるため、経年劣化ではがれてくる。だから、予備の紐は、必ず持参するしかない。
赤茶けたガレ場を、花を見たり写真を撮ったりしながら、難なく登りきった。昨日は、私にとっては難儀したところだったが・・・。
- 1 1 : 0 0 峰ノ茶屋跡避難小屋着。
上田さんが一人、小屋の前にすわっている。「どうしたの?」「両手にしびれがきて・・・」首からぶら下げた重いカメラが、持病を刺激したようだ。そのカメラを雅人くんが持って、3人で向かったという。おやつを食べたりおにぎりを食べたりしながら、のんびりと待つ。人の動きを観察していると、多様さに気づく。赤ちゃんを背負った家族連れ・いたわりながら歩く老人夫婦・ワンちゃんをつれて2周目だという女性、それぞれ自由に山歩きを楽しんでいる。
- 1 2 : 1 0 朝日岳を目指していた3人が姿を見せた。
足を捻挫した人がおり、「ちょっと混んでいた」ようだ。
最後の記念写真を撮る。
- 1 2 : 3 0 バス停に向けて、下山開始。
緩い下りだが、浮き石が多く、老人には要注意だ。
途中で、齋藤父子は自分の車目指して下山。
- 1 3 : 2 0 県営駐車場。
がまんできなく、茶屋により「かき氷」を食べる人あり。
- 1 3 : 3 0 ロープウェイ山麓駅着。
春日さんはすぐにバス停にザックを置く。これが大正解。全員が座席に座れた。1時間45分、体を休めることができたのだ。
- 1 6 : 4 9 新幹線なすの臨時電車発。
予定では16 : 03発の始発であったが、バスの到着が遅れたためこの電車になった。始発・臨時であるため、3号車はのらえもんの貸

し切り状態だ。これも、遅れて大正解だった。

キップを買い、お土産や飲み物を買っていると、丁度良い時間になった。

久しぶりの山登りは天気にも恵まれ、素晴らしい展望とともに山の中の秘湯を味わうことができた。これらは全体の協力のおかげである。

とにもかくにも、全員無事に家路につけることを、乾杯！

今回の山登りで得た貴重な教訓を、以下にまとめてみた。

教訓その1

熱中症対策は、万全を期するべし。首に、濡れタオルを巻く。水に塩分をいれておく。塩分の含まれているおやつを食べる。水はどんどん補給する。もし症状が出たら、日影へ・水分の補給・冷やす・塩分を摂るなど。

教訓その2

靴底は、事前に点検すべし。靴底は接着剤で固定されている。が、経年劣化ではがれてくる。事前に靴底を点検し、不安なところには接着剤を注入し、紐でグルグル巻きにし、しっかり固定しておく。当日は、長めの紐を2本以上持参する。

教訓その3

宿泊した場合、お昼の弁当は作ってもらおうべし。いつでもどこでも食べられるおにぎりは、体力維持に効果大。ザックの中の弁当は、水筒の近くに置くべし。

教訓その4

夜は、星の観察をすべし。みんなで真っ暗な空を見上げれば、天の川・星座・流れ星を見つけられる。宇宙への夢が広がるよ！

教訓その5

道中は、みんなで声を出すべし。見つけた花や虫・水の音・標識など、みんなに聞こえるように声を出すといいね。みんなで学びながら歩く一体感。

教訓その6

電車・バスの時刻を調べるとき、臨時便に注目しておくべし。臨時便は、目的に特化している場合が多いので、早い・空いているなどの好条件がある。

教訓その7

老人は、去るべし。今回の山登りで、若かりし頃のイメージを捨てる決心がついた。体が動かない。若いみなさんの足を引っ張るだけだ。現役引退！

7, ふりかえりの感想

- 思ったより楽しかった。

靴が合わなかった。足、すごく痛かった。思ったより、体がもちました。

飯、うまかった。バスの時間、長い。

ひさしぶり ひさしぶりです ひさしぶり

高校2年

- 久しぶりののらえもん、久しぶりの登山でした。

雅人の誕生日（7月30日）だったので、がんばって参加しました。

体力的にきびしかったです、とっても気持ち良かったです。

ありがとうございました。

富士からの 茶臼で終わる 登山靴

（富士登山でおニューの靴を買い、茶臼で靴底がはがれました）

母

- 久しぶりの登山は苦しくもあり、自然の中に入ってパワーをもらい、元気にもなりました。

素晴らしい景色や心地よい風、かわいらしい野鳥の鳴き声に癒されました。

いつもありがとうございます。靴がこわれたりしてびっくりしましたが、大丈夫の言葉で安心しました。

一步あと一步 この一步が 頂上へ

こもればの中 さわやかな風と 鳥の声

空見上げ まばゆい星たち 流星群

山登り 自然の中から パワーもらう

中島根保育園

- 久しぶりの山行をふり返ると、みんなで登ることの楽しさと豊かさに気づく山登りだった。

楽しさの中には、一步一步踏みしめる山肌の感触・回りの風景・多様な植生とそれらの木々や草花が語りかけてくれる情景・時々見かける小さな虫たちに一時の休息をもらえるありがたさ・水場に近づいてきたときのあの水音・お互いにとりめも無く語り合いながら歩く一体感・宿泊し夕食や露天風呂を共にした共有感、などがある。

一方で困ったことが発生しその対応にみんなで知恵を出し合ったこと、例えば仲間の体調が悪く心配したこと・靴底がはがれ急いで紐で応急処置をしたこと・バスが渋滞で遅れ予定の電車に乗れなかったこと、などがあつた。

それらの良かったことや反省すべきことすべてを含めて、みんなで協力し活動が無事に終わったとき、「いい山登りだった」「楽しかった」「たくさん思い出ができた」、となるのだろう。

つまり、12人の総合力で生み出した「豊かな思い出」といえそうだ。

私だけをふり返れば、「満身創痍」の山登りだった。

右膝の調子が悪く、「登れるかな？」と不安だった。そのために日々トレーニングを重ね、「なんとか歩けるかな！」というところまで来た。が、下りでは右足のス

トッパーが効かない。何度も石につまずき、ころびそうになった。右手に持った杖が、なんとかカバーしてくれた。2日目の最後のバス停までの下りも、私にとってはきつかった。

「引退」の言葉がちらついてきた。

改めて、茶臼岳登山の思い出を、短文でまとめてみたい。

- ・ 那須駅に全員そろいバスに乗るすわれなくても心は弾む
- ・ ロープウェイ乗れば一気に展望台見上げる茶臼は青空の中
- ・ 溶岩を避けて踏んで登り行く牛の歩みがピークに導く
- ・ 標識に1915メートルの墨書あり茶臼のてっぺんに10名の顔
- ・ すりばちの火口を見ながら休憩だ口はモグモグ頭は空っぽ
- ・ 見下ろせば避難小屋の赤い屋根杖を頼りに一步一步
- ・ あと二時間温泉まではもうすぐだガレ場の下り声かけあって
- ・ ようやくに直射日光脱すれば会話がはずむ緑のトンネル
- ・ 白い花黄色い花も見つけたよザトウムシにアサギマダラも
- ・ 手を冷やしタオルを浸けて首に巻く川のせせらぎ心の安らぎ
- ・ 苔むした石清水を飲む口に一口飲めば延命すると
- ・ ポーズとりみんなで記念写真撮る煙草屋前の広場は極楽
- ・ 20/22/23/24の部屋割り体で伸ばしくつろぐひととき
- ・ サンドルを履いて登れば露天風呂ゆったり浸かる湯の心地よさ
- ・ 夕食は一人一人の御膳食牛の焼き肉にイワナもつく
- ・ 食べながら語り合える仲間たち料理の味をさらに加える
- ・ 見上げれば北斗七星輝いて流れ星のサービスもつく
- ・ 傾いた廊下に障子畳部屋引き戸で開け閉め煙草屋の宿
- ・ 途中から朝日を目指す三人はあっという間に消えては現れる
- ・ 12時20分最後の写真撮り終えてバス停目指し山にサヨナラ
- ・ 汗だくの苦しさ楽しさ山登り力を合わせた味が湧き出る

のらえもん 古高 利男