

楽しい登山・ハイキングのなかま

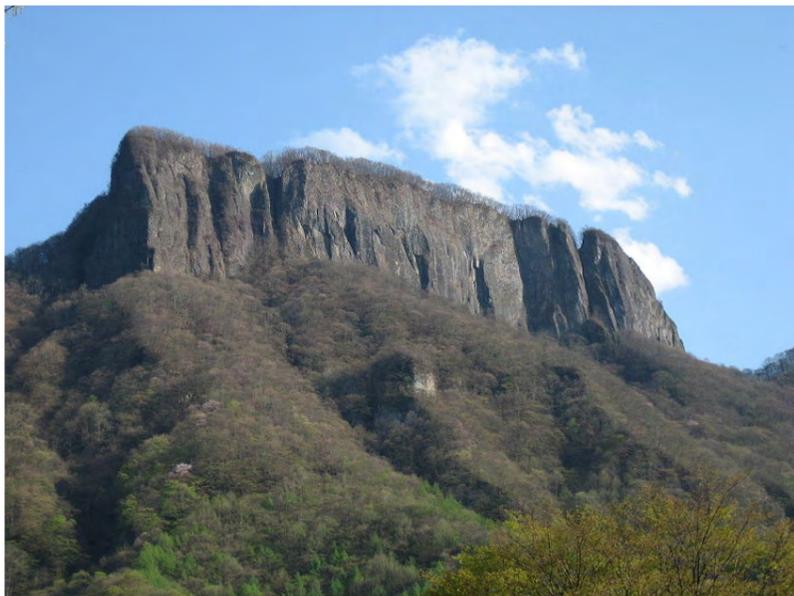


遊歩会だより

第 5 号

日本二百名山へ登ってみませんか

“ 荒船山 (1.423m) ”



荒船山概要

荒船山は、佐久市の東端、長野・群馬県境に位置する標高 1,422m の山で、特異な山容から大変人気の高い山。その威容は、周辺の峰々を大海原に見立てると、波頭をかき分け進む巨大船の姿に見える。また、大きな口を開け、獲物を一気に呑み込まんとしている鯨を彷彿させる。

船の船尾に例えられる高さ 200m の大岩壁「鱸岩」から舳先にあたる最高地点経塚山 (1,423m) まで約 1.5km に渡る大山塊を称し、内山峠から鱸岩までの間の急峻な稜線を歩くスリル感、山頂部の静寂な雑木林をゆっくり歩くハイキング気分、また、古くからの山岳信仰にまつわる荒船不動尊をはじめとする数々の史跡巡りなど、色々な楽しみ方ができる山だ。

鱸岩からは、浅間山、黒斑山方向のすばらしい景色が**見える**。

バス予定時間及び参考コースタイム

* 山行日時

・10月2日(日)

* 参加費

・8,500円

* 申込み(振込み)期限

・(振込先 須藤秀子 振込番号 00520-7-56354)

・9月22日(木)

(バス乗車地を**必ず**記入して下さい)

・前納金 4,000円《返金期限/9月28日(水) PM 8:00》

・募集人数 **無制限**

* その他

・難易度(初級)

・携行品 昼食、嗜好品、雨具、入浴道具その他

10月2日(日)

頸城自動車バスセンター (5:45)

高田 IC 駐車場 (6:00)

道の駅あらい/新井 IC (6:15)

↓ 上信越道/中部横断道

佐久南 IC

↓

内山大橋 (8:30~8:50)

↓ 徒歩 (1時間 10分)

荒船不動尊

↓ 徒歩 (50分)

星尾峠

↓ 徒歩 (25分)

経塚山 (1.423m)

↓ 徒歩 (40分)

鱸(トモ)岩展望台 (昼食)

(11:40~12:25)

鱸(トモ)岩展望台

↓ 徒歩 (10分)

一杯清水

↓ 徒歩 (1時間)

内山峠駐車場 (14:00~14:20)

↓

荒船の湯(入浴) (14:40~15:30)

↓

下仁田 IC

↓ 上信越道

道の駅あらい/新井 IC (18:20)

高田 IC 駐車場 (18:35)

頸城自動車バスセンター (18:50)

お知らせ

1. 遊歩会だより第 6 号 (忘年会の案内) の発送当番は、第 5 班です

日時 11月9日(水) 午後7時から

場所 石橋 市民いこいの家

5班の方には、**忘年会の宴会幹事**も合わせてお願い致します。準備、進行について打合せをさせていただきますので宜しくお願い致します。

2. キャンセルした場合の返金方法について

今までは、住所の近い方が参加していれば、その方にお願いして手渡しをするか、会計幹事が届けるかして返金しておりましたが、最近手渡しできない状況が多く、役員会で検討した結果、今後はキャンセルされた方から直接取りに来ていただくこととしました。

※今回の荒船山の参加申込をキャンセルした方は、11月9日/午後7時~9時の間に“市民いこいの家”まで取りに来ていただくようお願い致します。

山登りの装備について

日帰りか小屋泊りかで多少の違いはありますが、どんな山登りでも装備に大きな違いはありません。山登りの三種の神器といわれる、ザック、靴、雨具、は言うまでもないが、何よりも欠かせないのは食料、水、地図とコンパス、防寒用のアウターウェア類、着替えのアンダーウェア類です。

山で最も気をつけたいのはいざという時の備えです。天候の急変、思わぬ怪我や体調不良、さらには道に迷って明るいうちに下山できなくなるなど、いざという時に身の危険から守ってくれる、防寒具、ヘッドランプ(懐中電灯)、救急用品、非常食は山登りの必須アイテムです。

といっても、あれもこれもとザックに詰め込むと重くなり、安全登山の妨げになりますので、装備は軽量、コンパクトが基本です。目的の山に合わせて、**必要最小限**にしてかつ**万全の装備**を心がけましょう。

天狗岳登山に参加されたみなさん、お疲れ様でした。



登山の後に

ザックのメンテナンス

山から帰ってきたとき、ザックの片付はめんどうなもので、また「すぐに使うから」と装備を入れたまま保管していませんか？ 背中は汗が染みているし、土の上に置いたり、木の間にくぐったりして意外にほこりや汚れがついているものです。長持ちさせるためにも、なるべく早く中の荷物を全部出して手入れを行いましょう。

まず、柔らかいブラシなどで全体のほこりを払い、濡れ雑巾で汚れをふき取ります。次に底に付いた土などひどい汚れは、中性洗剤を溶かしたぬるま湯を用いて、布切れやブラシで落とすとよいでしょう。背面やショルダーベルトの汚れが気になるようなら、水かぬるま湯と中性洗剤で軽く部分洗いをします。

最後はよく陰干しをして、防水スプレーをかけ、大きな紙袋やビニール袋に入れ、冷暗所に保管しましょう。

雨具のメンテナンス

防水性に優れる雨具ですが、濡れたままにしておいたり、汚れを放置したりすると防水性も低下します。長持ちさせ、次の山行に備えるためにも、下山後はなるべく早く手入れをしておきましょう。

濡れた雨具は押すようにして水分を出したら、十分に陰干ししましょう。気になる汚れは濡れ雑巾などで拭き取っておきます。汚れがひどいからといって洗濯機に放り込まないように、せっかくの防水機能が台無しになってしまいます。汚れが取れないようなら、薄めの中性洗剤で手洗いするしかありませんが、最後の手段にしておきましょう。

縫い目の部分は雨が染み込みやすいので、よく乾いてから防水スプレーをかけておきます。さらに低温のアイロンをかけておくと、防水成分が生地に定着するそうです。