

## 2020 夏山 「燕岳 (2704m)」 山行メモ

2020.9.22 三浦

9/20 小岩岳旅館で仮眠 \* 5 : 45 = 5 : 55 有明神社駐車場 = (タクシー) = 6 : 43 中房温泉登山口  
6 : 51 中房温泉登山口 (1462m) 7 : 14 ⇒ (0 : 54) ⇒ 8:08 第1ベンチ ⇒ (0 : 52) ⇒ 9 : 00 第2ベンチ ⇒  
(0 : 58) ⇒ 9 : 58 第3ベンチ ⇒ (1 : 11) ⇒ 11 : 09 富士見ベンチ ⇒ (1 : 03) ⇒ 12 : 12 合戦小屋 - 小休止 -  
⇒ (2 : 45) ⇒ 14 : 57 燕山荘 (2704m) (泊) 標高差 : 1242m 上記 ( ) 内休憩を含む実働時間  
MAP 登山口から合戦小屋 3 : 00 (休憩含まず) ⇒ 4 : 58 1時間 58分遅れ  
MAP 合戦小屋から燕山荘 1 : 10 (休憩含まず) ⇒ 2 : 45 1時間 35分遅れ  
(MAP の休憩なしコースタイム 4時間 10分)

合計 : 実働時間 7時間 43分 3時間 33分オーバー (休憩含む)

\* 前泊予約していた宿に 12 ごろに到着したが、宿のミスで部屋に泊まれずロビーのソファで仮眠  
特記 : 私がリーダーで歩行ペースは休まずに歩ける程度で汗もあまりかかず、心拍数もとくに上がらず  
歩けたが、燕山荘直下 (目前) で足が攣りだした。普段は上りではほとんどストックは使わないが、今回は  
ザック重量はほぼ 12Kg なので、後半膝、腰への負担を考慮して第2ベンチから使用し正解だった。

写真 : [https://youtu.be/K\\_6GAbSz-To](https://youtu.be/K_6GAbSz-To)

9/21 ご来光を観に燕岳山頂に行くも雲厚く全く見られず。  
燕山荘 ⇒ 5 : 46 燕岳 (2763m) ⇒ (往復) ⇒ 燕山荘 6 : 40 朝食  
朝食後、登りと同じコースを下山 (標高差 1246m) (注) 三浦の歩行ペースの時間  
燕山荘 7 : 41 ⇒ (1 : 33) ⇒ 9 : 14 合戦小屋 ⇒ (0 : 48) ⇒ 10 : 02 富士見ベンチ ⇒ (0 : 35) ⇒ 10 : 47 第3  
ベンチ ⇒ (0 : 44) ⇒ 11 : 31 第2ベンチ ⇒ (0 : 30) ⇒ 12 : 11 第1ベンチ ⇒ (1 : 16) ⇒ 13 : 27 登山口  
上記 \* ( ) 内休憩を含む実働時間  
MAP 燕山荘から合戦小屋 0 : 50 (休憩含まず) ⇒ 1 : 33 43分遅れ  
MAP 合戦小屋から登山口 2 : 00 (休憩含まず) ⇒ 4 : 13 2時間 13分遅れ  
(MAP の休憩なしコースタイム 2時間 50分)

合計 : 実働時間 5時間 46分 2時間 56分オーバー (休憩含む)

特記 : 「膝が笑う」とはよく聞いているが体験したのは初めて、多分こんな症状を言うのだろう。  
第1ベンチ過ぎてから膝ががくがく、上体を支えるのがかなり辛くなる。とくに段差を降りるときは全重量が  
一気にかかるので、ストックでも支えきれない。何かに掴まっていないと立ってられないほどだ  
った。ゴールの中房登山口を目にしたからの標高 100m 地点からの長いこと長いこと、こんなくだりの経  
験は初めてでした。さすが北アルプス三大急登今回は認めざるを得ない。降りながらよくこんなところ  
を登ったなと思いつつ降りてきた。登るか下るかのどちらかだけならまあ大丈夫でしょう。それを今  
回は登って、翌日燕岳往復してからの下りだった。燕山荘には今回で5回目ですが、この急登を登って  
降りたのは今回で2回目。ただ、ここの急登は直登箇所がほとんどなく、小刻みで距離の短い坂がジグ  
ザグして平らな部分も多く、階段も短く必ず踊り場があるのでいままでは他に比べて比較的楽な上り  
に感じる急登でしたが、今回は3大急登の認識を新たにしました。

上りで追い越されたパーティ、人数数知れず、追い越したのは下山者のみ。

若いカップル、山ガール、若い夫婦の子供連れが多い、それもテント利用?。高令登山者はほとんどみ  
ない。

写真 : <https://youtu.be/F4-BX5Bmv8E>