

個人山行

箱根：明神ヶ岳～金時山～丸岳

- ◆日程 2020年4月4日(土)
- ◆メンバー L: OT
- ◆天候 晴

左膝蓋骨骨折(ヒビ)から12週経過。リハビリ第3弾として、箱根を歩いてみた。理由は高度1000m以上を縦走可能で、途中にエスケープルートが豊富であること。コロナウィルス感染リスクも勘案すると近場であることも重要だ。

電車もバスもガラ空きだが、マスク着用。バス停に降り立ったのは私の他にはトレイルランナー1組のみ。登山道も空いている。膝の状態を確かめつつゆっくりと登ることができた。明神ヶ岳山頂(1169m)は晴れ渡り、見事な展望(写真)を独り占めだ。ここからは気持ちの良い稜線歩き。火打石岳から矢倉沢峠までは意外に長い。適度なアップダウンがあり、感触を確かめるにはちょうど良い。ここまで出会ったのはほんの4組ほど。だが、金時山への登りになった途端、人が増えた。いつもと比較にならないほど少ないが、やはり人気の山だけあり山頂は賑やかだ。山の会恒例の記念山行で献杯する広場で昼食。ここなら静かで風にも当たらない。

ここから乙女峠方面に向けて再び人がまばらになり、乙女峠から丸岳までは誰にも会わなかった。下りになると膝が痛み出す。アップダウンを繰り返すうち、疲労が蓄積し、関節に負担が掛かって来たようだ。ストックを使ってみたが



あまり効果を感じない。2本持ってくればよかったかも。

丸岳山頂(1156m)に着くとファミリーが1組のみ。ここには芦ノ湖と箱根山が望めるテーブル席があるのでゆっくりと腹ごしらえできた。帰途に就き、再び乙女峠。先程通りかかった時に見えた富士山はもう雲の向こうだ。ならば長居は無用と下山開始。急な下りは左膝に響くので注意しながら進む。それでも下山予定より1.5時間早いゴールとなった。

痛みが後を引かなかったので、次は長い上り坂で合宿に備えたい。・・・と思った矢先に4月7日の緊急事態宣言。とにかくコロナが収束してくれるのを祈るばかりだ。(記: OT)

CT: 宮城野営業所バス停 8:15 - 明神ヶ岳 9:55/10:10 - 火打石岳 10:45 - 金時山 12:25/12:45 - 長尾山 13:15 - 乙女峠 13:35 - 丸岳 14:15/14:40 - 乙女峠 15:05 - 乙女口 15:35 - 仙石バス停 16:05

