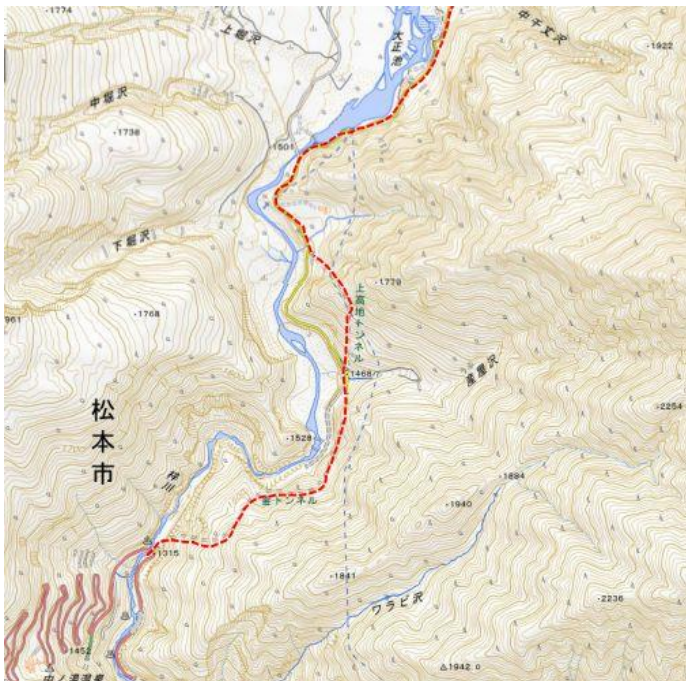


冬合宿 北アルプス：蝶ヶ岳

- ◆日程 2021年12月29日(水)～31日(金)
- ◆メンバー L：ST、KS、SM、TY、OY、SD、OT

釜トンネルを抜けて上高地・蝶ヶ岳へ

昨年はコロナ影響により冬合宿が開催出来なかった。昨年に計画していた北アルプス蝶ヶ岳への山行をふたたび策定した、雪の釜トンネルを歩いて抜け、大正池を超えて上高地に入ることに魅力を感じていたのだ、静かな雪中行動をイメージしていた。折しも2021年の年末は大寒波が到来して積雪量は多くなり、平地の移動だけでも大変だ、徳沢の先の核心である長壁山を超えることが出来なかったが新雪に膝上までつかる山行など滅多に体験できるものでもなく、皆で順番にラッセルで進む経験はとても貴重であった。(記：ST)



釜トンネル、上高地トンネルルートの様子



12月29日(水) 1日目 天候：小雪

出発～釜トンネル

松本駅側のバスターミナルに7時半集合しバスで中ノ湯に向かう。中ノ湯でバスを降り釜トンネルへ向かうと長野県警が入口で登山者チェックをしていた。計画書を提出して身支度を整えてから歩き始める。釜トンネルの中はかなり暗いのでヘッドランプを点けて進む。普段バスでしか通らないが歩くとかなりの上り坂だ。

釜トンネルを過ぎて上高地トンネルに入る前に着替え、靴などをトンネル脇にデポする。1キロ程軽くなって気持ちも少し軽くなった。大正池、帝国ホテルの前を通り上高地に到着。写真を撮りに来ているのか10名ほどのハイカーがいた。(記：SD)



上高地～徳澤園

夏の賑やかな上高地と打って変わって誰もいない静かな上高地バスターミナルはこの奥に広がる厳しい冬山を予感させました。青空の松本から徐々に小雪が舞う空模様が変わり気温も下がって来ました。重いザックを背負って黙々と林道を進み時折見える梓川が雪に覆われて綺麗でした。明神で一息入れて徳沢に着くと冬季用トイレの近くで各自テントを設営しました。日が落ちると急速に寒くなり各々マイテントで夕食をとり長い夜を過ごしました。夜間は風の音がゴーゴーと不気味でしたがさほど寒く無く快適に眠れました。(記：TY)

CT:釜トンネル 9:30 - 大正池 10:30 - 上高地 11:30 - 河童橋 12:10 - 明神 13:10 - 徳澤 14:30



12月30日(木) 2日目 天候：雪

蝶ヶ岳アタック

朝4時起床、テント内マイナス2度、思ったほどは寒くない。外に出るとテントは夜の降雪で1/4が埋まっているのでとりあえず雪かき。寝袋に入ったまま、テント内で1人朝食を作り、暖かいものを食べると体もあたたまり、気合と共に準備をして外に出た。

雪が降り上空は風が強いが、行けるところまで、せめて長壁山途中まで、を目標とし徳沢をスタート。同じく徳沢に宿泊していた明治大学山岳部が前日に登頂を果たしたらしいが、トレースは雪で埋まっており、ラッセルを交代しながら登っていく。長壁山は序盤から急登が続く。踏み跡の上は雪は積もっていても沈み込みは少ないが、トレースを見失ったり、所々吹き溜まりになっているヵ所では足の付け根ほどまで雪に埋まり、なかなか進まない。11:40頃、蝶ヶ岳までの中間地点の看板を発見。徳沢から3キロ、6時間かかって半分！。

キリも良いのでここで下山することに。帰りはトレースが残っているかと思いきや、1/3程度すすむと既に雪でトレースは不明瞭に。先頭を交代しながら再びラッセルしながらの下山となった。徳沢に戻ると他に人影はなく、我々のテントのみがたっていた。(記：KS)

CT：徳沢 6:30 - 蝶ヶ岳までの中間地点 11:40 - 徳沢 14:30



12月31日(金) 3日目 天候：雪

徳沢園～松本

午前7時出発のため午前6時より撤収準備でテント周りの除雪開始、意外と寒さは感じない。テントを設営しているのは当会だけであった。徳沢周辺の積雪は50cm位かテント撤収後ワカンをつけて上高地に向かって出発した。降雪の中、黙々と歩く途中単独者2組とすれ違う以外登山者と会わず。明神館前で小休後、上高地に近づくると登山者もちらほらと見えるようになる。小梨平キャンプ場には、数張のテントや家族ずれのキャンパーも見える。上高地へ入山する登山者も多くはないと思うが、登山、スノーシューで散策する人等、思い思いに楽しんでいるのが判る。

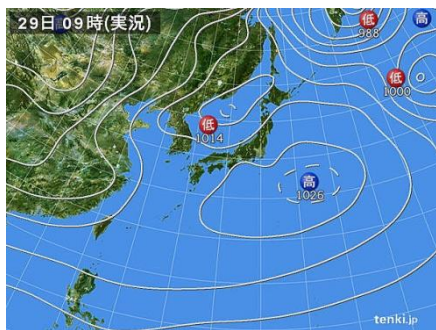
上高地周辺の積雪も入山した2日前よりもはるかに多い。穂高の景色は残念ながら望めないが、上高地バスターミナルで休止後、バス道に付けられたトレースをたどり上高地トンネル、釜トンネルと通過し中の湯に到着する。バス時刻の関係で坂巻温泉まで車道を歩き、坂巻温泉にて入浴した。松本駅行きのバスは降雪の影響で遅延したため、入浴後の温まった体はすっかり冷え切ってしまったが、避難した坂巻トンネルに助けられ無事に松本駅行バスに乗りして2泊3日の合宿を終了した。(記：SM)

CT：徳沢 7:30 - 明神 09:30 - 上高地 11:00 - 中の湯 14:00 - 坂巻温泉 15:00 - 松本駅 17:00



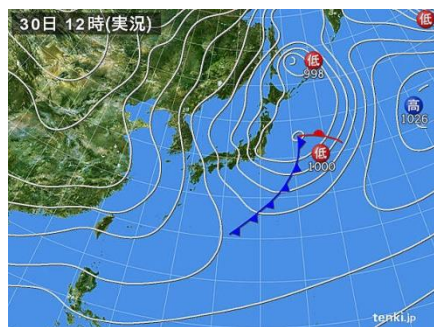
【天候と雪の状態】

現地の天候、積雪状態について



12/29(水)長野県松本の天候は晴れ、翌30日にかけて北西の低気圧が発達し降雪の予報

この日、釜トンネルを抜けて上高地経由で徳澤まで移動した、天気は良く積雪も20cm程度で歩きやすい。



12/30(木)長野県松本の天候は曇り、北西から寒波到来、徳澤では昨日夜から降雪、朝の時点で積雪80cm多いところで1m超え、気温-8℃だが体感-10℃くらい、翌日まで降雪、31日は天候曇り

(記：OY)

【食事】

COVID-19 蔓延以来、合宿でのソロテント泊&個別食が続いている。

共同食で食事当番に当たるとメニューや分量を考え、担当同士で重複しないように調整したものだが、一人ならそんなことお構いなさだ。個人的には軽さと簡便さを優先しマンネリ化してきた。他の人はどんな工夫をしているのか気になるところだ。今回はメンバーにメニューを大公開して貰った。軽量化を追求した人、徳沢園までならとしっかり食材を持って行った人など、考え方は様々なようだ。これを参考に、今後様々なアイデアが生まれることを願う。

(記：OT)

メンバーの食事一覧表

	12月29日	12月30日		12月31日	コメント
	夜	朝	夜	朝	
佐藤俊	フリーズドライ赤飯、ごま塩スティック、いわし蒲焼缶、あさげ粉末タイプ、ジムビーム1/2、さけるチーズ、ナッツ	雑炊（アマノフーズ、炙りたらこ）×2、QBBベビークーズ	棒ラーメン（マルタイ）、ラーメンの具多め、ドライソーセージスライス、ジムビーム1/2、さきイカ、ベビークールパス	マジックパスタ（サタケ、カルボナーラ）、QBBベビークーズ、昨晚のさきイカ、ベビークールパス	
木下	鍋、締めラーメン（マルちゃん製麺、カット野菜（半分）、舞茸（半株）、サラダチキン）	雑炊（アルファ米（尾西、白米）、粉末味噌汁2食分、生卵）	鍋、締めラーメン（辛ラーメン、カット野菜（半分）、舞茸（半株）、ベーコン）	アルファ米（尾西、白米）、粉末味噌汁2食分、生卵	
志村	アルファ米（尾西、五目飯）、フリーズドライ味噌汁（永谷園）	フリーズドライエビピラフ（サタケ）、フリーズドライ味噌汁（永谷園）	アルファ米（尾西、五目飯）、フリーズドライ味噌汁（永谷園）	カップ天ぷらそば（セブン）、パン（セブン）	
遠山	海鮮チゲ雑炊	塩ラーメン、締めのおにぎり雑炊	海鮮チゲ雑炊	味噌ラーメン、締めのおにぎり雑炊	
大山	アルファ米（白米）、フリーズドライ（ビーフシチュー、親子丼、味噌汁）、日本酒2合、ビーフジャーキー、チーズたら	ランチパック（照り焼きチキン）	アルファ米、レトルトカレー、日本酒1合、ビーフジャーキー、ミックスナッツ	ランチパック（ハムたまご）	朝はパン派です。
須田	フリーズドライ米（カレー飯）、ミニラーメン	カップラーメン	フリーズドライ米（カレー飯）、ミニラーメン	カップラーメン	ソロテントになってからメニューはこればかりです。 一人で食べる食事は侘しいですねー☺ ただ飲み物のレパートリーだけは多く持って行って、ミルクティー、ココア、コーヒー、コーンスープ、お汁粉など豊富に取り揃えています。 行動食は冬は基本的にパンですが、干し柿、羊羹、チョコレート、チーカマ、ビーフジャーキーなども持って行きます。 どうしても軽量化を図ると炭水化物ばかりになるので、チーカマやビーフジャーキーでたんぱく質を取るように工夫しています。
大塚	フリーズドライ米（ハートマトクリーム リゾッタ）+粉スープ（コーンポタージュ）+鯖ソーセージ+プロテインバー+粉末青汁（抹茶・乳酸菌入）	フリーズドライ米（テミクラス リゾッタ）	フリーズドライ米（ヒビンバ リゾッタ）+粉スープ（野菜ちゃんぽん）+鯖ソーセージ+プロテインバー+粉末青汁（抹茶・乳酸菌入）	フリーズドライ米（サーモンチーズ リゾッタ）	今回は軽量化度を高め、寒い中すぐに食べられるようにと、アルファ米より時短できるフリーズドライ米、野菜ジュースの代わりに粉末青汁にするなど乾燥品を多用した。ソーセージを大豆ミートなど乾燥蛋白質に替えれば更に軽量化できるかもだが味気なくなる一方だ。