

## 冬合宿 八ヶ岳：阿弥陀岳 赤岳

- ◆日程 2023年12月29日(木)～31日(土)  
 ◆メンバー L：ST、SD、OY、OT、GT

## ■厳冬の八ヶ岳で2022年の総括山行

昨年と比べてコロナ影響が下火になり、共同テント&共同食での雪山山行が再開した。厳冬の青い空の八ヶ岳赤岳と阿弥陀岳そして阿弥陀北稜の雪岩登攀は、2022年を締め括るすばらしい経験となった。

## 12月29日(木) 天候：晴れ時々曇り

あずさ1号で出発し茅野駅に降り立つ、雪山装備の大きなザックが美濃戸口行のバス停に並んでおり冬山シーズンの再開だと実感した。バス降車時に県警に登山届を手渡してチェックしてもらい指導を貰った。バス停から歩き出しは厚着だったが、すぐに脱ぎだしピッチも上がっていた、天気が良いので多少重くなったザックでも大丈夫な気がしてきた、帰りにアイスクライミングをする計画なのでピッケルに代えてダブルアックスの装備だ。行者小屋に到着するとテント設営開始、7人エスペースを手慣れた調子で立て夕食の準備をした。水場が使えて雪を溶かすエネルギーを使わずに済んだが、山小屋が営業してなくビールはお預け、手持ちのウイスキーで温まり夕食を囲んだ。(記：ST)

CT：美濃戸口バス停 10:30 - 南沢小滝 12:00 - 行者小屋 15:20

## 12月30日(金) 天候：晴れ

## 【阿弥陀岳一般ルート】

朝5:00起床、共同テントのおかげか、気温が低い八ヶ岳でもテント内は暖かく睡眠は十分である。朝食を摂り、準備を整える。出発前の7:00頃にテントから出ると、青空の下、硫黄岳、横岳、赤岳、そして本日の目標である阿弥陀岳山頂を臨むことができた。それらの山頂からは時折雪煙が見えるものの、それほど風が強い様子はない。絶好の雪山日和である。

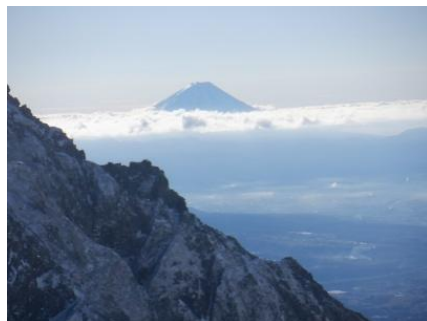
行者小屋を出発し、ほどなく阿弥陀岳分岐に到着する。ここで、阿弥陀岳北稜を目指す隊、SDさん、OTさん、GTさんと別れ、STさんと二人、文三郎尾根分岐を目指す。積雪は例年より多いようで、草や岩などの地面露出はなく、雪も締まっているためアイゼンの効きは非常に良い。文三郎尾根は比較的急なルートではあるが、金属製の階段もほぼ雪に覆われており、急なことを除けば歩きやすいルートであった。

途中、文三郎尾根分岐までの中間付近から赤岳主稜取り付きへのルート、赤岳主稜には数パーティーが登攀していた。そして、そこから阿弥陀岳を見れば、北稜を見ることができ、取り付き下方にSD隊3名らしき姿が見えた。阿弥陀岳頂上までの距離を考えると、我々の方が不利と思えるところまで登っている。先を急ぐことにするが、最近の登山不足のせいか、思うようにペースが上がらない。苦戦しながらも文三郎尾根分岐に到着した。

分岐からは一度下り中岳山頂まで登る。稜線上の積雪は少なく、ところどころ石が露出している。ただ、斜度もそれほど急ではないので、歩きやすいルートである。中岳山頂付近は再び積雪が増えるが、天気も良く快適に中岳山頂へ到着する。中岳山頂となると阿弥陀岳北稜が間近に見える。SD隊の姿も確認でき、第1峰へのアタック中と見えた。すると、「登っていいよー」のコールが聞こえた。ますます遅れをとっているようで、我々も先を急ぐことにした。

山頂から中岳コルへ下り、いよいよ阿弥陀岳の急登を目の前にする。コルからの立ち上がりも急ではあるが、やはり最終の1/3がかなりの急登である。その急登にさしかかったときに、SD

隊の声が聞こえてきた。ここで、SD 隊と合流することとなり、5人で頂上を踏むことができた。頂上からの眺望は最高で、赤岳、横岳、硫黄岳をはじめ、権現岳方面、富士山、南アルプスの山々まで臨むことができた。予報されていた風もそれほど強くなく、下山まで天候もよく、良い山行であった。  
(記：0Y)



CT：行者小屋 7:14 - 阿弥陀岳分岐 7:25 - 文三郎尾根分岐 8:49 - 中岳 9:26  
- 阿弥陀岳 10:26/11:06 - 中岳 11:46 - 文三郎尾根分岐 12:16  
- 阿弥陀岳分岐 12:59 - 行者小屋 13:06



### 【阿弥陀北稜隊】

天気は良いが早朝は昨日からの強風が少し残る予報だ。急いでも風で苦しむことになるので出発を遅めに設定した。反面、先行パーティーが多いと寒い中待たされる恐れはある。阿弥陀岳への分岐でSD 隊長とGT さん、OT の3名で阿弥陀北稜に向かう。中岳沢沿いに少し進んでから尾根に取付く。第一岩稜直前から急斜面となる。雪稜に乗っても風はない。第二岩稜の取り付きでは3パーティーほどが順番待ちをしている。登攀装備を準備して待つ。気温は低い日

向で無風のため思いのほか暖かい。SDさんがリードで登り、OTがビレイする。2m程上で第一支点を取るが、その先はあまり支点が無い様で、あっという間に1ピッチ目が終了。SDさんの声でGTさんがセカンドで登り、続いてOT。取付きの岩場を越えるとあとは雪の中。ピッケルを使うと良さそうな場所だがザックに格納してしまったのでまばらな岩をつかみながら這い上がる。2ピッチ目開始点は少し上。同じ手順で登る。取付きの岩を上ると雪の痩せ尾根。早く抜けようとして危うく中間支点を外し忘れそうになる。強風があれば危険な場所だが、無風に恵まれあっさり終了。詰め上がりの途中で一般道から登ってきた本隊のST隊長が声を掛けてきた。丁度一般道の合流点で本隊と合流という奇跡的タイミングだ。一般道の方が中岳を越える分、時間もエネルギーも多く消費したようだ。皆で絶景を堪能し、中岳に向けて下山。かなりの急下降で、気は抜けない。文三郎尾根分岐で赤岳登頂の希望者を募る。SD隊長とOTで山頂を目指す。順調に進んで着いた山頂は少しガスが掛かるが無風で快適。有名なYouTuberが記念撮影していた様子。そそくさと下山開始。目標よりも1時間早く行者小屋着。予定通りの行程を無事終えることができた。皆で乾杯し、SDさんお手製のもつ鍋で大満足。一年の締めくくりに対応しい充実の山行だ。合宿メンバー全員に感謝したい。(記:OT)



CT: 行者小屋 7:15 - 阿弥陀岳分岐 7:25 - 第二岩稜取付き 8:30 - 2ピッチ目終点  
10:25 - 阿弥陀岳 10:35/11:05 - 文三郎尾根分岐 12:30 - 赤岳 13:00 - 文三郎  
尾根分岐 13:25 - 行者小屋 14:15

## 12月31日(土) 天候: 晴れ

4時半起床。卵雑炊を食べてテント撤収して下山開始。今日も天気は良さそうだ。途中南沢小滝に寄りアイスクライミングの練習をする。早朝なので流石に小滝は貸し切りだ。例年2月くらいにならないと氷が発達しないが今年は雪も多くアイスクライミングの練習が出来るほど小滝も凍っている。トップロープを掛けにSTさんと左から滝の上部に上がって行く。残置支点を使ってロープを2本掛け、STさんにビレイしてもらって滝のすぐ上にアイスクリュウを中間支点としてセットする。ルートを2本作ってダブルアックスで登攀開始。オールラウンドタイプのアックスは軽いがピックが氷に良く刺さったが腕力を使い過ぎてすぐに腕がパンパンになった。5m程上がったところでギブアップ。腕が回復してから違うルートに登るが、少しコツが分かったのかリズミカルに登れた。各自2本登ったらお腹いっぱいになり終了。ちょうど他のパーティーが来たので撤収、下山した。

美濃戸口のJ&Nで風呂に入り食事をした。皆で乾杯して冬合宿の成功をお祝いした。天候に恵まれ、共同テント・共同食で楽しい合宿だった。(記:SD)

CT:行者小屋 6:40 - 小滝 7:25/10:15 - 美濃戸山荘 11:15/11:30 - 美濃戸口 12:20

【食事考察】

日付	朝	担当	夜	担当
12月29日			Menu: 胡麻味噌担々鍋 豚肩ロース 400g チンゲン菜、もやし、人参、しめじ 適量 胡麻味噌担々鍋の素 4人分 すりごま 適量 鍋用ラ王 太ちぢれ麺 2玉	GT
12月30日	Menu: 中華風雑炊 アルファ米 4袋 鶏がらスープ顆粒 適量 かにかまぼこ 1本 クコの実、松の実 適量	GT	Menu: もつ鍋 牛もつ500g、キャベツ、ニラ、もつ鍋用スープ、ニンニクスライス、唐辛子、つけ麺用太麺 4玉	SD
12月31日	Menu: 卵雑炊 アルファ米 3袋 卵スープ 5袋 きざみネギ 適量	SD		



八ヶ岳の冬は寒さが厳しいため、体を温めることを目的としたメニューを考えた。テント場が定着で登山口から3時間程度で到着できる行者小屋であったため、重さをそこまで気にすることなくメニューを考えることができた。冬は生ものも気にせず持ち込めるのはありがたい。

結果1日目、2日目ともに夜は鍋、朝は雑炊となった。1日目に使用した鍋スープは無印良品のもの。1人前ずつ小分けになっているのが使いやすい。2日目のもつ鍋は鍋用もつと専用スープをSDさんが南部市場からわざわざ仕入れてくださった代物。生野菜や肉からメの麺まで山の中とは思えない夕食に、寒さで凍えた体を温めることができた。朝食の雑炊に使用したアルファ米は1日目が4袋、2日目が3袋だったが5人パーティーには3袋が適量であった。やはり1人当たりアルファ米0.7袋程度が丁度よいと思われるので今後の目安としたい。

美味しい食事に会話も弾み、極寒のテント泊も楽しい時間となった。 (記: GT)