

3月20日

愛宕山ペース登山

佐々木康治

山名	愛宕山 (924m)		山行名	例会	
ルート	清滝～表参道～愛宕神社～水尾～JR 保津峡駅				
山行日	2022年3月20日(日)	天候	曇り～霰～晴れ 最高気温 10℃		
参加者	L:佐々木 Sub:木田・黒崎 土岐・木元・田中(正)・廣瀬・中田・山下・藤村・富田・森本・北條・玉置・玉井・牧之瀬・河野・永江・井上・林・田中(智)・平島・日野・幾田・竹村・和田・上杉・大西・秋山・藤本(男12 女18)				
ルート 概略図	愛宕神社		コースタイム		
	↓	↑	大鳥居 発	9:30	水尾 着
	水尾	清滝			14:00
	↓		愛宕神社 着	10:37	保津峡駅 着
保津峡		(lunch) 発	12:30	14:23	
<p>霰・小雪の舞う中、30名の参加者全員、愛宕神社まで到達</p> <p>昨年は雨で流れたペース登山、前日の天気予報では吉と出ていて気持ちが弾む。集合場所の清滝・大鳥居脇では梅が満開、京田辺の精鋭30名が藤本さん準備のNHKラジオ体操の歌を合唱、リズムカルに準備体操。脚力に自信のある面々は目標タイムを高くかかげ駆けるように上っていく。年を重ねるに連れ脚力は衰えているが、そこは日ごろ鍛錬を積み重ね気力いっぱい年長組も一步一步確かな足取りで急坂を上っていく。五合目からはホッとするような平坦な道もあり京都市街を遠望しながら暫しハッピーな気分。「水尾の別れ」からが正念場、気温が下がり霰、小雪も舞う中果てしなく続く階段を歯を食いしばって重くなった足を運んでいく。最後の長い「嘆き節」の石段はストックの助けを借り足の負担を少しは軽くして何とかクリアー、晴れてゴールインし至福の瞬間を体験。タイムよりやり遂げた嬉しさの方が大きく、これからも普段のトレーニングを怠らず来年のペース登山に向けて今年も頑張ろうと心に誓う。</p> <p>寒中の下山はアツという間、水尾では満開の梅が歓迎</p> <p>下りは当初予定の「つつじ尾根」は雨で滑りやすく危険だろうと回避。1班は清滝へ、2班3班は水尾へ、下りは楽、軽快に飛ぶように下っていく。山麓に着く頃には青空が微笑み出し、日ごろの行いがいいので、水尾ではバスが待ち構えていてすぐに発車、疲れた足にとって保津峡駅までのバス代(250円)はコスパ十二分。</p> <p>修行に近いペース登山に40代から80代に及ぶ年齢層の会員が多数参加、京田辺山友会のメンバーの高い意識に敬意を表す。サブの木田さん、黒崎さんの助力に感謝しながら火伏の神をまつる愛宕山を後にしました。</p>					
ヒヤリハット なし					

愛宕山ペース登山感想文

林 尚子

初めてのペース登山で不安でしたが、先輩方のお陰で何とか無事に終えることができました。悪天候の中での衣類の調節や適所での休憩の取り方なども、とても勉強になりました。恥ずかしながら辛さから奉納する予定のペットボトルの水を途中で処分することになり、自分の体力の無さを痛感しました。日頃から持久力作りに励み、来年度またチャレンジしたいと思います。

平島 真由美

今回初めてペース登山に参加させて頂きました。まずは嵯峨野小学校バス停まで時間通りたどりつけて一安心(*^*)同期のHさんと同行して下さった先輩方に感謝です

ラジオ体操の後スタート、登り初めてすぐに汗ばんできたので1枚脱ぎました。ひたすら登りが続き途中から氷たい雨が降ってきましたが、雨具を着る余裕もなくそのまま登りました。参道では木々に雪が積もって幻想的な美しい景色で思わず写真を撮ってしまいました！しんどかったけどご褒美、御利益頂けたように思いました。今回も皆様に大変お世話になりました。有り難うございました。

山下 隆

昨年の愛宕ペース登山は天候で延び延びとなり、欠席したために継続していたデータに穴を開けてしまった。成長盛りの新会員が多くなった中で、終活年齢に突入した小生にとってはこの愛宕ペース登山の記録は非常に大事で、大げさかも知れないが、今後の山行の運命を占う。2年ぶりの体力・脚力がもし2割も落ちていたら、今年の夏山は再考しないとないと思って臨んだが、+4分の低下ですんだ。どなたから「誤差範囲ですよ」と励ましの声がかかる。これだけで自信をもつての3~4日間の高所縦走の保障には不十分なので三浦雄一郎さんの如きとはいかないがトレーニングを更に積む必要を感じた。一方でいいこともあった。8合目付近からみぞれが降りだし、天候が心配されたが40番を過ぎた平らな神社内に入ると枯れ木に雪の花が咲き始める。しばしウツトリみとれていると、少し先を歩いていたIさんの足が急に早くなり、「ボートとしてるんじゃないよ」と我に返る。最後のキツイ階段では雪景色はだんだんと素晴らしくなり、自然からの嬉しいご褒美だった。チラリとしか観る余裕はなかったが。帰路の水尾の里では残り梅、松井が丘に帰ってきたら桜も一部開花していた。一日で春の花の移ろいを楽しめた。コロナも収束に向かいつつあることだし、新緑の春はもうすぐだ！



清滝に集合です



二の鳥居から出発



黒門を過ぎるとあと少し



京都市内が見えました



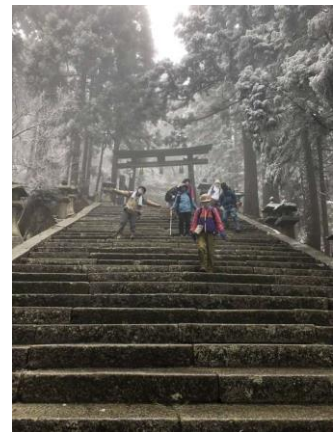
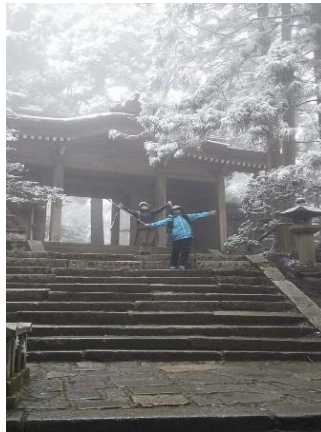
霰に曇 寒いです!!



がんばれー fight



長〜い階段を登れば・・・



余裕のゴールです



2班



3班