

奥穂高岳3190m・涸沢岳3110m (長野県)

山行報告 «大宮岳稜会» 報告者：眞鍋英樹

日時：令和7年（2025年）9月25日(木)～27日(土) 2泊3日

【個人】メンバー：眞鍋(男), 知人(女) 計2名

行程

9月24日：高速バス 竹橋22:30～～05:20上高地バスターミナル(BT)

9月25日：上高地BT(1508m) 06:00→横尾山荘(1623m)11:05→本谷橋
(1787m)→16:50涸沢ヒュッテ (2299m) (泊 相部屋¥14,000)

9月26日：涸沢ヒュッテ07:10→(サイディングラート取付)→13:05穂高岳
山荘(2982m)13:30→14:20奥穂高岳(3190m)14:50→15:25穂高岳山荘
15:30→15:50涸沢岳(3110m)16:15→16:30穂高岳山荘 (泊 相部屋¥14,500)

9月27日：穂高岳山荘06:15→(サイディングラート取付)→08:50涸沢小屋09:30→本谷橋→横尾山荘→
16:15上高地BT16:50～～21:50バスパ新宿

※YAMAPペース全体で70～90%(ややゆっくり) 林道は約110%, 山間部登りは50%程度、各所で適宜休憩

装備：ヘルメット、ツェルト、ヘッドランプ、防寒着、雨具、コンパス、地図、水筒、ガスセット、昼食・行動食、
スマホ+予備バッテリー

特記：2館ともスマホ充電用コンセント有り(¥100～200, オス必要)。数に限り有り。涸沢ヒュッテはFree Wi-Fiあり。

.....

報告書>感想：

私の体力不足で相方の足を引っ張ってしまった。増えた脂肪と落ちた筋肉...筋トレが不十分であることを痛感した。そして、相方がいたからこそ心が折れることなく頑張れた！帰宅後の歩けないほどの筋肉痛も久しぶりであり、少し自分を褒めてあげたい。

1ヶ月前、長年の付き合いである相方が「涸沢カールの紅葉を見に行きたいが、もう小屋の予約がいっぱい」と嘆いていた。確かにNETでは満室だったが、ダメもとで小屋に直接電話したところ、平日だが取れたので2人で行くことにした。

予報に反し着いた上高地BTは小雨。ここからの1日半は合羽の世話になった。面倒なほど脱ぎ着を繰り返したが、お陰で計4回も虹を見ることができた。涸沢カールの紅葉はピークには少し早く、モルゲンロートも雲の蓋に邪魔をされたが虹となって現れた。次第に天気は回復。サブザックでの山頂アタックは軽快で、着くと雲が切れて北穂高岳や槍ヶ岳が顔を覗かせた。その後の穂高岳山荘前からの夕日は綺麗で、その中に光り輝く火の鳥が現れた！久しぶりの3000m級の別世界...疲れ果てたが幸運な3日間であった。

尚、奥穂高岳が日本百名山50座目。



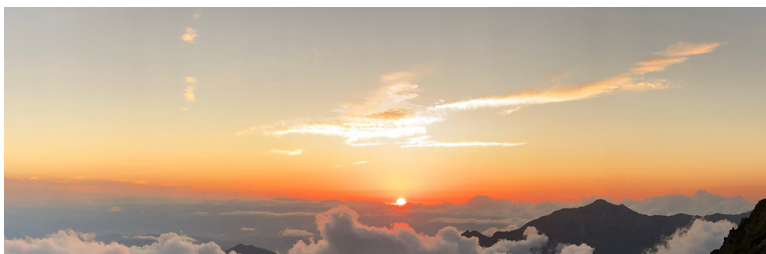
奥穂高岳と右にジャンダルム



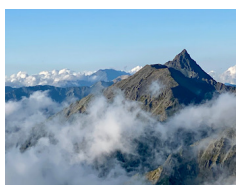
奥穂高岳山頂



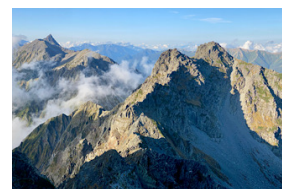
涸沢カール紅葉 (1)



火の鳥 現る!!



槍ヶ岳
と
北穂高岳



涸沢カール 虹出現！



涸沢カール紅葉 (2)