

北アルプス南北縦走（後編&総括）

期間：平成 29 年 10 月 7 日（土）～ 10 月 10 日（火）

種別：個人 参加者：富岡 山域：北アルプス 北部

コースタイム：

10/7 上野駅(6:22)⇒長野駅(7:38)⇒梅池高原(9:55)⇒梅池自然園(10:35)
⇒天狗原(11:30)⇒乗鞍岳(12:40)⇒白馬大池(13:20)⇒小蓮華山(15:35)
⇒白馬岳(17:20)⇒白馬山荘(17:30)

10/8 白馬山荘(5:20)⇒白馬岳(5:35)⇒雪倉岳(8:10)⇒水平道(10:35)
⇒朝日小屋(12:35)

10/9 朝日小屋(4:40)⇒朝日岳(5:15)⇒吹上のコル(5:45)⇒黒岩山(9:10)
⇒サワガニ山(10:25)⇒犬ヶ岳(12:20)⇒梅海山荘(12:30)⇒菊石山(14:45)
⇒下駒山(15:40)⇒白鳥小屋(17:20)

10/10 白鳥小屋(5:30)⇒坂田峠(7:10)⇒尾高山(8:25)⇒梅海新道登山口
(10:35)

上高地から日本海まで約 105 キロを歩く北アルプス南北縦走は、ついに完結。
今回は白馬岳から日本海まで約 3,000 メートルを下るために、27 キロある梅
海新道を含む 35 キロを歩くプランである。

10/7 天気：曇りのち雨

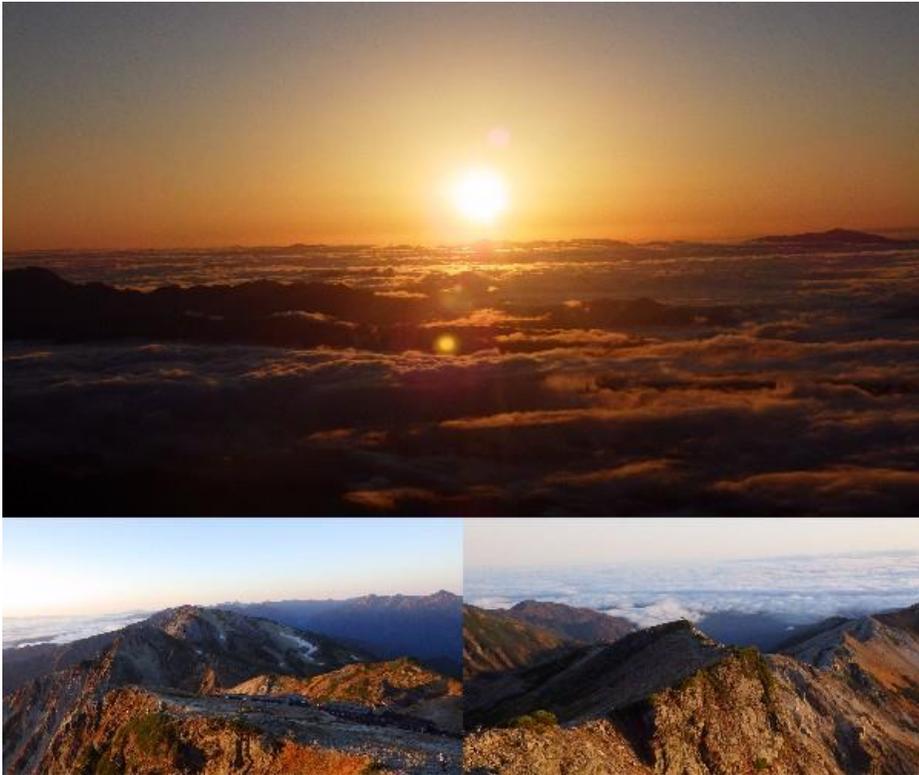
上野駅から新幹線に乗り、1 時間ほどで長野駅に到着する。長野駅から梅池ま
でバスで移動すると、自宅から梅池自然園まで 5 時間の移動であった。

梅池自然園の登山口から 2 時間で乗鞍岳まで登ると、晩秋の冷たい雨が降り出
した。白馬大池にテントを張る選択肢を捨て、予定通り白馬岳山頂を目指した。
標高を上げるにしたがい、風雨がきつくなる。レインジャケットのフードで視
界が狭くなり、雨で視界も悪くなる。出会う人もなく、孤独な登山が続く。「悪
い状況の時こそ、慎重な足運び・冷静なルート確認が大切になる」と肝に銘じ

ながら、一歩一歩前に進むと白馬岳山頂にコースタイムで到着できた。
風雨に5時間以上さらされ、髪も服も濡れ、体も冷えていた。明日以降の準備を整えるために、ホテルのように大きい白馬山荘に素泊まりした。山荘で衣類を含む装備を乾燥させ、冷えた体を温かい室内に置き、風邪薬を飲んで、翌日からの長い稜線歩きに備えた。

10/8 天気：晴れ

翌日の朝は、太陽と雲海、そして赤みをおびた山々が広がっていた。この景色をみると、心があらわれる。標高 約 3,000 メートルの白馬岳山頂に立つと同時に、親不知の海拔 0 メートルをめざす縦走がスタートする。



【白馬岳の清々しい朝】

雪倉岳まで道は心地よい稜線歩き、雪倉岳から先は湿原と木道と紅葉が広がる。上を見ても、下を見ても、前を見ても、後を見ても、緑・赤・黄・茶と草木は

色鮮やかである。時間に余裕もあり、度々足を止める。

朝日岳山頂は翌日登るため、朝日小屋にむかう水平道を進む。これまで登り降りが多いといわれた水平道は改修され、より水平に近づいた。ハイキング気分で、赤い三角屋根の朝日小屋に到着した。

朝日小屋は2017年の最終営業日で、小屋泊の方のみ夕食時はビールなど飲み放題プランだった。初めてみる山小屋の飲み放題プランに強い魅力を感じながらも、テント泊を選ぶことにした。朝日小屋のテント場は水場・小屋・トイレも近く、白馬岳をはじめとする山々・湿原・街・海の景色が楽しめる。ここは、北アルプスでも満足度の高いテント場だろう。

小屋締めを手伝う方々が集まりはじめ、賑わう昼下がり。風もなく、暖かい日差しがふりそそぎ、白馬岳・雪倉岳・朝日岳を眺めながら、心地よい時間が流れる。



【上段：夕暮れ時の白馬岳 下段：草木の紅葉】

10/9 天気：晴れ

朝日岳山頂でご来光を見るために、暗いうちに朝日小屋をでた。朝日岳山頂から綺麗な朝日みながら、いよいよ始まる梅海新道に胸が高まる。

吹上のコルで、鉄板に穴をあけた案内板を目にした。そこには「梅海新道をへて親不知・日本海へ」というメッセージがある。いよいよ 27 キロのロングトレイルがスタートする。



【上段：朝日岳からの朝日 下段左：吹上のコル 下段右：照葉の池】

梅海新道はアヤマ平や黒岩平などの湿原エリアとブナをはじめとする樹林帯エリアがある。特に、湿原エリアの紅葉が見事で、幸せを実感できる。山登りは苦しい時も多くあるけれど、時々想像を超える幸せを実感できる。

宿泊予定の梅海山荘に昼過ぎに到着できた。が、翌日の雨予報が不安で、体力的に余裕があったので、さらに白鳥小屋まで歩くことにした。梅海山荘から白鳥小屋までは、樹林帯の中をアップダウンする登山道が続く。朝日小屋から 10

時間以上歩き、疲労がたまり、ペースがダウンしながらも、白鳥小屋に到着できた。

小屋に到着すると、雨が降り出し、強い風が吹く。小屋にはソロ縦走中の3名の男性しかおらず、スペースに余裕もあったので、テントを張ることなく、小屋で寝る。



【拇海新道の紅葉】

10/10 天気：晴れ

夜明け前、朝日岳方面は赤く色づき、海側には漁火がみえる。雨予報の最終日は、運よく晴れた朝を迎えることができた。お世話になった白鳥小屋の掃除を済ませ、日の出とともに白鳥小屋を出発した。

風の通らない、蒸し暑い森は、滑りやすいポイントが散在している。だからこそ、「あと数時間で親不知到着という浮かれた気持ちはケガのもと」と自分に

言い聞かせ、下山を続ける。坂田峠や尾高山をこえ、海が近く、大きくなる。アスファルトの道路を3回横切ると、近づくゴールを感じる。ながい梅海新道登山口にでた時は、「やっと到着できた」という想いで感無量。目の前の国道8号を渡れば、親不知に到着だ。親不知の海岸に到着し、今回の縦走が無事に完了した。同時に、上高地から親不知を目指した3回の縦走も完結した。



【上段左：梅海新道の登山口 上段右：黄昏のウェストン】

【下段左：黄昏の親不知海岸 下段右：豪華な夕御飯】

下山後のお風呂や宿泊は、親不知観光ホテルにお世話になる。梅海新道の目の前にあるホテルで、海拔0メートルの親不知海岸も親不知を日本アルプスの起点といったウェストンさんの像も近くにある。そして、美味しく、ボリューム満点の夕御飯も用意いただいた。数年後に再び梅海新道を歩く際は、下山後にご褒美として再び利用したい。

北アルプス南北縦走（総括）

全長 約 105 キロの北アルプス南北縦走は、足のケガや台風襲来で 2 度の下山をへて、全 3 回で無事に完結できた。総稼働時間は約 130 時間となり、忘れがたい縦走になった。

No	挑戦回数	日数	出発地点	到着地点	稼働時間
1	前編	1	上高地	槍ヶ岳山荘	11:00
2		2	槍ヶ岳山荘	三俣山荘	7:30
3		3	三俣山荘	烏帽子小屋	11:00
4		4	烏帽子小屋	針ノ木小屋	14:45
5		5	針ノ木小屋	冷池小屋	11:30
6		6	冷池小屋	五竜岳山荘	12:00
7		7	五竜岳山荘	エスカル	6:00
8	中編	1	エスカル	唐松頂上山荘	7:45
9		2	唐松頂上山荘	白馬岳頂上宿舎	8:30
10		3	白馬岳頂上宿舎	猿倉	5:00
11	後編	1	樽池 自然園	白馬山荘	7:00
12		2	白馬山荘	朝日小屋	7:00
13		3	朝日小屋	白鳥小屋	13:00
14		4	白鳥小屋	親不知	5:00

また、食糧計画や行動計画や体調管理など成長できた部分も多い。たとえば、行動食は栄養面や保存面など意識し、実体験の中で試行錯誤し、より良いモノをセレクトできた。

今後も継続的に食糧計画や行動計画や体調管理の研究や工夫を会メンバーと共にできればと思う。