

雌阿寒岳&斜里岳&羅臼岳山行報告

【山行日】2024年 7月 20(土)~23(火)

【集 合】岩舟支所P AM 5:00

【費 用】飛行機&レンタカー 96,360円

【メンバー】CL:鈴木ユ、SL:石澤

小林、福島

7月20日(土) 羽田空港から釧路空港に飛び、レンタカーで登山口まで移動し雌阿寒岳に登る。

岩舟支所 5:00=ホワイトP6:10/6:20=

羽田空港 6:40/8:15→釧路空港 9:45/10:05=

ニッポンレンタカー10:10/10:30=雌阿寒岳登山口P11:30/11:50~雌阿寒岳 14:25/14:50~

雌阿寒岳登山口 16:30/16:45=緑清荘 18:20

岩舟支所を早めに出発し、昨年から利用のホワイトパーキングに 6:00 着。羽田空港にも予定より



早く 6:40 に到着し、ゆっくり過ごすことができた。ターミナルの拡張工事中で、日航機へはバス移動とのこと。バスの手配が遅れ、やっと乗れたバスにも 10 分位乗り、滑走を始めた時は 20 分遅れの 8:05 になっていた。釧路空港には 15 分遅れの 9:45 着。その後は順調で、登山口には予定より早い 11:30 に着いた。

レンタカー店では涼しいと感じたが、雌阿寒温泉登山口では陽差しがあって暑い。トイレ・準備・ストレッチを済ませ 11:50 出発。車道を少し歩く。

脇の川には温泉が流れているようだった。右へ曲がって登山口に入ると、登山届を出す屋根付き

の木箱があった。スーと伸びたアカエゾマツの間を進む。木の根っこがすごい。と思うと、段差があったり岩の上を進んだり変化に富んでいる。山頂までの距離を示す標識が1合目ごとにある。樹林帯を過ぎ、なだらかな道を進むとハイマツ帯に入った。トンネルの中は風がなく暑い。早く抜きたいと思うが長い。それでも一步一步登ると少しずつ高度が上がってくるのが分かる。左手の景色も見えるようになった。雲が湧いてきている。沢を横切る下りがあった。少し下ってまた登り返す。また一步一步登って行く。4合目で休憩。山頂方面が見えてきた。後ろを振り返るとはっきりと湖が見えている。



後でオンネトーと知った。左手前方にも、遠くに阿寒湖とその向こうに雲に隠れた山体が見える。

雄阿寒岳だ。ハイマツ帯はまだ続き、大きな岩も出てきた。ハイマツの高さが低くなってきて風が通るようになった。少しほっとする。5合目・6合目とハイマツの間の岩の上を登っていく。また高度が



上がっていく。やっとハイマツ帯を抜けた。砂礫地のような所を登っていくと花が見られるようになった。黄色いメアカンキンバイ、白い小さなメアカンフスマ、ホタルブクロに似たイワブクロ、シモツケかと思ったのはイワベンケイと教わった。雲がかなり上がってきていた。

7合目からは山頂の景色に間に合うように、K澤さんとK林さんに先行して貰う。左股関節の痛みが出て思うようにスピードが出ないが、一步一步確実に進んだ。8合目辺りからは植物・花が少

なくなった。ザレ場も出てくる。9合目からは噴火口の縁をゆるやかに登る。張られたロープに沿って歩く。足場がザレているのでけっこう疲れる。風も強くなった。

雌阿寒岳の山頂に着いたのは 14:25 だった。ここで2人と合流する。山頂の景色は素晴らしかった。阿寒湖の先に雄阿寒岳の山頂が見えていた。かなり遠い。関東の感覚だと雄岳と雌岳は数mまたは数十mの距離だが、雌阿寒岳と雄阿寒岳は10km以上離れている。はるか遠くに見えるはずだ。休憩の後、Sリーダーに言われて先へ進むと青沼が見えた。綺麗な青色をしている。その先には雲に隠れた阿寒富士があるらしい。戻って火口方面を見る。ガスに覆われているが、



時折サーとガスが晴れ火口の景色が見られた。赤茶けた活火山の山肌。深く落ちている火口。噴煙と音が凄まじい。活火山をこんな間近で見られることはあまりない。登って来た者だけが見られる



絶景だと思った。下山を開始すると左手に赤沼が見えた。茶色に近いと思ったが、赤っぽくも見える。下山も活火山の絶景を楽しめた。ロープに沿って左側をチラチラ見ながら進んだ。9合目を過ぎてお花も出てきた。名前を復唱しながら進む。前にはオンネトーが見えるはずだがガスに隠れている。7合目までは順調に下れた。少し左股関節の痛みが出てきたのでペースを下げた。花と岩とハイマツを楽しみながら下り、5合目で休憩。ハイマツのトンネル

を抜け、沢を渡り、またハイマツのトンネルへ。ガスは取れていくが、だんだん暑くなってきた。

樹林帯に入り少し涼しくなったが、下山のスピードは戻らない。16:20 に登山口に着いた。そこには立派なエゾシカがいた。静かに草を食んでいる。



シカの食事を邪魔しないように静かに歩き、駐車場に着いた。ここから車で2時間近く走り、本日の宿、清里町の「緑清荘」に着いたのは 18:30 だった。お風呂は温泉で体の疲れが取れた。登頂を祝って生ビールで乾杯した。夕食も豪華で美味しかった。女性3人は広い和洋室だった。畳の部屋の方で寝かせて貰ったのでストレッチがよくできた。雌阿寒岳は美しい。生きている火山の鼓動を感じることができた。火口壁外輪山は迫力満点だった。

花は少ないが綺麗だった。また行きたいと思う山だった。

(福島 記)

7月21日(日) 清岳荘登山口から旧道コースの沢を通過して斜里岳に登り、下りは新道コースを通過して清岳荘登山口に下山後、羅臼岳登山口にある木下小屋に宿泊する。

緑清荘 5:00=清岳荘 P5:30/5:50~下二股 6:50/7:00~上二股 8:30/8:40~馬の背 9:10/9:30~

斜里岳 9:55/10:10~馬の背 10:30~上二股 10:30/10:40~1250mP11:20/11:50~熊見峠 12:00~

下二股 13:00/13:10~清岳荘 13:50/14:10=木下小屋 15:40

4:00起床、宿のおにぎり弁当を軽く食べて、身支度を整える。

5:00緑清荘発、車で清岳荘の駐車場に向かう。天気は晴れ。



5:50靴を履き替え、清岳荘のわきにある斜里岳登山口を出発。山道を一の沢沿いに進んでいく。飛び石で滑らないように気を付けながら、何度も沢を渡る。靴を濡らすこともなかったし、沢のおかげでそれほど暑さは感じない。

6:50新道と旧道が分岐する下二股着。「ここからが本格的な沢登りだ。」とのリーダーの言葉に「まだウォーミングアップだったんだ…」と気づく。沢沿いの旧道を、滝を見ながら進む。「沢沿いの道は下山に使わないように」との注意書きのとおり、急斜面で滑りやすいので、慎

重に登る。途中、ストックを沢に落とす人がいたが、連携してサッと拾い上げる。

8:30上二股着。携帯トイレブースもあり、多くの登山者が休憩していた。私たちも甘いおやつをいただき、英気を養う。歩き出すと道脇に花が見られるようになってきた。シナノキンバイによく似たキンバイソウは花が大きかった。バイケイソウの緑色の花は、見ごろを迎えていたようだ。

チシマフウロやクルマユリなどの他に、天然のワサビも見られた。展望のあるところでは、下界の畑が色とりどりでパッチワークのように見える。オホーツク海も美しく見えていた。



9:10馬の背で一休みする。「ヒグマを引き寄せないために、ザックをデポしないように」との注意書きがある。頂上まではあと少し。



9:30 1547mの斜里岳頂上着。多少ガスがかかっていたが、青空が見えた時を逃さず写真撮影。虫が多く、服や帽子に無数に張り付く。それでも頂上に登り立った達成感や爽快感は素晴らしい。下りは往路を戻り上二股から新道コースに入る。新道コースは展望がよく、登頂してきた斜里岳が美しく見えると同時に、沢沿いの道とは違い、照り付ける日差しがとても暑く、そして長い。

熊見峠の手前の展望が良い場所で簡単に昼食を

取る。熊見峠からの下りが急坂で、下二股までがとても長かった。下二股からは往路と同じ沢沿いの道を下り、清岳荘を目指す。

13:50清岳荘着。自動販売機で冷たい飲み物を買う。500ミリリットルを2本、一気に飲み干した人もいた。暑さが落ち着いたら車に乗り、今日の宿泊地である木下小屋に向かう。素泊まりの小屋なので、途中でAコープとセイコーマートに立ち寄り、夕食と翌日の朝食・昼食を仕入れる。2リットルの水やスポーツドリンクを買う人もいた。木下小屋では、一部屋を使わせてもらい、荷物もゆったりと置くことができた。源泉かけ流しの露天風呂でサッと汗を流し、外のベンチで夕飯をいただいた。20:00前には床に就いたが、暑くてなかなか眠れない人もいたようだ。



7月22日(月) 木下小屋から羅臼岳にピストンで登り、下山後知床五湖を観光して知床第一ホテルに宿泊する。

木下小屋 5:00～弥三吉水 6:50/7:00～銀冷水 7:50/8:00～羅臼平 9:40/11:00～羅臼岳 10:00/10:10
～羅臼平 10:40/11:00～銀冷水 11:40/11:50～弥三吉水 12:30/12:40～木下小屋 13:40/14:00＝
知床五湖 14:15/15:10＝知床第一ホテル 15:30



木下小屋に泊まり岩尾別温泉登山口より登る。

小屋には源泉かけ流しの風呂があり、斜里岳登山でかいた汗を流すことができ有難い。ただし、超高温である(笑)。暑さを心配していたが、明け方は冷え込みシュラフを広げた。

3:30 起床。身支度を整え外のテーブルで朝食。

今日のロング山行に備えしっかり食べる。

5:00 小屋泊の人は少なかったが、あちこちから人が集まってきた。リーダーを待つ間オーナーと記念撮影。

「三日目で大変だと思うけど頑張っって！」と激励され、いざ出発。

5:50 しばらく樹林帯を進むとオホーツク展望にでた。天気が良く気持ちは昂る



7:00 弥三吉水場で休憩。さほど喉は乾いてはいなかったが、冷たい清水、美味しかった。この辺りからダケカンバが這うように生えているので、頭上に注意しながら歩く。

北海道、特に知床羅臼は熊の出没が頻繁にあるとのことで、熊鈴を鳴らし注意しながら進む。

8:00 割と緩い楽な登りだが、Fさんが不調で歩みがゆっくりなので、銀冷水の手前からダブ

ルKは先行して山頂をピストンし、羅臼平で合流することになった。

前を行く登山者を数名追い越し軽快なスピードで登る。先頭になってしまったので、二人熊鈴をジャンジャン鳴らしながら登る(笑) 8:20 しばらく進むと視界が開け溪谷の急な斜面になる。

リーダーに雪渓があるといわれていたが??暖冬少雪猛暑で溶けてしまったか?大沢雪渓は谷間のほんの一部だけ残っていた。雪解け後の斜面は一面濃いピンク色のエゾツツジやエゾツガザクラのお花畑、振り返ればオホーツク海や宇登呂の街が見え、ガレ場の急登も気持ちよく登れた。

休まずに登り、羅臼平を目指す。8:45 斜面を登り切り少



し行くと

羅臼平に着いた。少し雲が湧いてきたが流れは速く頭上は青空。ここで休憩をとる。羅臼平の左右に山があり、左手に人影が見えたので山と青空を背景に写真を撮る。ところが、右手の山頂部の溶岩ドームが盛り上がりっている山が羅臼岳ではないか!もう一度今度は羅臼岳をバックに写真を撮る(笑)

9:00 さあ、ここから 1H 山頂までの急登だ!ハイマツの中を進んでいくと視界が開け、目の

前に奇石・巨岩が積み重なった迫力の羅臼岳が迫る。

9:30 丁度中間点くらいだろうか、一面お花畑が広がる。標高が高いからかチングルマが花盛り。花々をバックに写真を撮っていると、その場にいた男性が二人一緒の写真を撮ってくれた。日本海側は少し霞んでいて、遠く彼方の雲の上に山のような陰影が見える。なんだろうなと思っていたら、男性が国後島だと教えてくれた。天気が良いと、もっと鮮明に見えるらしい。



9:50 ストックをしまい、岩につけられたマークや矢印をたどり登ること 20 分、山頂に着いた。山頂



は日本海側からの強風が吹き付け、雲が次々に湧いてきて寒い。なるほどテンクラCがうなずける。雲の切れ間に山頂標識で写真を撮る。

5分位山頂を満喫したら下山開始。慎重に注意しながら下る。時折視界が開け、三峰、サルシイ岳から硫黄山へと続く知床山脈や、日本海には霞んでいた国後島が水平線の先にくっきりと見えた。素晴らしい景色を堪能しながら、お花畑、ハイマツ帯を抜け羅臼平に着いた。10:40 合流し昼食をとる。リーダーとFさんは50分くらい休

んでいたらしい。ダブルKも頑張ったけど、さすがに先行開始が遅すぎですよリーダー！(笑)

11:00 さあ、下り2.5H頑張るぞ～！十分に休息をとったFさんは快調なペースでどんどん下る。ヒエー私たち2H多く歩いているだけー(笑)

リーダーにお花の名前を教えてもらったり、写真を撮ったり、二か所の水場で水を飲んだりしながら下る。樹林帯あたりからは暑さが半端ない。強い日差しに汗が噴き出る。13:40 それでも予定よりも早く下山。オーナーに挨拶して車に戻る。

早く下山できたので、知床五湖に行こうと言ってくれた。ヤッタ～～！



早く下山できたので、知床五湖に行こうと言ってくれた。ヤッタ～～！



14:00 車を走らせること10分で到着。世界自然遺産だけあり、観光バスや家族連れなど観光客が大勢いる。高床式木道を終点の知床五湖の一湖まで歩く。途中の展望台からは、今日登った羅臼岳から硫黄山、知床岳まで知床連山が一望でき、自然の醍醐味が味わえ、この上なく満たされた気持ちだ。登山をしていなかったら、知床を訪れる機会はなかっただろうと思った。

湖に映る逆さ羅臼岳もとても綺麗だった。

15:30 本日の宿、知床第一ホテルの到着。

風呂も食事也大満足のお宿だったが、詳細は割愛する(笑)

以上、天気が心配だった北海道山行も3座全て登ることが出来、とても嬉しい。

リーダーには大変お世話になり、ありがとうございました。

S・K 記

7月23日(火) 知床第一ホテルから摩周湖第一展望台と釧路湿原細岡展望所を観光し、釧路空港から羽田空港に向かい岩舟支所に帰着する。

知床第一ホテル 8:10＝摩周湖第一展望台 9:40/10:30＝釧路湿原細岡展望所 10:40/11:20＝ニッポンレンタカー12:10/12:20＝釧路空港 12:30/15:20→羽田空港 17:00/18:00＝ホワイト PK20:40＝岩舟支所 20:35

朝5時に起きて温泉に向かう。知床第一ホテルの温泉は広くて素晴らしい。オホーツク海を見ながらのんびり温泉に浸かり、北海道の山3座を登った疲れをいやす。6時45分から朝食になり、2階の朝食会場へ移動する。バイキングのお盆を持ったら戦闘開始、頭の中で軍艦マーチが鳴り響く。食べるものと要らないものを瞬時に判断し、食べたいものを次々とお皿に取り分ける。完璧に取ったつもりでも、席に着いて他の人の物を見ると「エ～そんな物もあったの？」とまた取りに行く。夕食バイキングも充実していたが、朝食も料理の数や質が高く満足できた。朝食が済んだらフロントに行き会計を済ませ、荷物を纏めてトイレを済ませたら車に乗り出発する。今日は観光しながら釧路空港に戻り、山には登らないので気持ちが楽である。来た道に戻り1日目に泊った清里町を通り、国道391号線を南下して摩周湖に向かう。



川湯温泉から左に山道を進み、摩周湖の縁を通って摩周湖第一展望台に着く。ここは展望テラスやレストハウスなどがリニューアルされ、観光客に人気のスポットである。展望テラスからの摩周湖もとても美しく、多くの外国人観光客が訪れる。皆さん摩周湖は初めてで「エ～摩周湖って山の上にあったんだ～？平地にある湖かと思った」と感動していた。景色を楽しんだらレストハウスに行き、地元のお土産が沢山並んでいる。K澤さんがメロンのお土産を見つけ、我々も特大メロン3個をゲットし宅配便で家にする。売店にカットメロンが売っていて、全員で買って味見する。とても甘くて美味しく、皆さん満足そう。ここから釧路湿原に向かうが、日本一広い釧路湿原は何処に行けば良いのか分からない。そこで釧路市観光協会にTELして、何処に行けば良いか問い合わせた。係の方から細岡展望台に行くと良いと教えられ、マップコードを教えてもらう。ナビの案内で細岡展望台の駐車場に着き、ここから15分程歩いて展望台に着く。大勢の観光客が訪れており、日本一広大な面積の釧路湿原を展望できた。こんな機会が無ければ訪れることが無い湿原を観光でき、また一つ思い出に残る風景が増えた。昼食は釧路市の和商市場を予定していたが、皆さんが空港のレストランで良いと言うので空港に向かう。

今日は観光しながら釧路空港に戻り、山には登らないので気持ちが楽である。来た道に戻り1日目に泊った清里町を通り、国道391号線を南下して摩周湖に向かう。

川湯温泉から左に山道を進み、摩周湖の縁を通って摩周湖第一展望台に着く。ここは展望テラスやレストハウスなどがリニューアルされ、観光客に人気のスポットである。展望テラスからの摩周湖もとても美しく、多くの外国人観光客が訪れる。皆さん摩周湖は初めてで「エ～摩周湖って山の上にあったんだ～？平地にある湖かと思った」と感動していた。景色を楽しんだらレストハウスに行き、地元のお土産が沢山並んでいる。K澤さんがメロンのお土産を見つけ、我々も特大メロン3個をゲットし宅配便で家にする。売店にカットメロンが売っていて、



全員で買って味見する。とても甘くて美味しく、皆さん満足そう。ここから釧路湿原に向かうが、日本一広い釧路湿原は何処に行けば良いのか分からない。そこで釧路市観光協会にTELして、何処に行けば良いか問い合わせた。係の方から細岡展望台に行くと良いと教えられ、マップコードを教えてもらう。ナビの案内で細岡展望台の駐車場に着き、ここから15分程歩いて展望台に着く。大勢の観光客が訪れており、日本一広大な面積の釧路湿原を展望できた。こんな機会が無ければ訪れることが無い湿原を観光でき、また一つ思い出に残る風景が増えた。昼食は釧路市の和商市場を予定していたが、皆さんが空港のレストランで良いと言うので空港に向かう。

今日は観光しながら釧路空港に戻り、山には登らないので気持ちが楽である。来た道に戻り1日目に泊った清里町を通り、国道391号線を南下して摩周湖に向かう。

ナビにニッポンレンタカーを入力し、レンタカーを返却して空港へ送ってもらう。空港に着くと搭乗機が30分遅れると表示されていた。



搭乗手続きを済ませたらお土産を購入し、レストランで昼食をいただく。飛行機は45分遅れで出発し、40分遅れて羽田空港に到着した。送迎バスでパーキングに向かい、愛車に乗り換えて岩舟支所に向かう。首都高で渋滞があったが、予定より35分遅れて岩舟支所に帰着出来た。出発前の天気予報では雨マークもあったが、いざ登ってみると3座とも晴天に恵まれ、とても充実した北海道百名山山行となった。

