

## 三頭山山行報告

【山行日】 2025年 5月 3(火) 晴れ

【集合】 岩舟支所 P AM 5:00

【費用】 マイカー1台 : 3,500円

【メンバー】 CL:鈴木ユ、SL:嶋田、

飯口、大塚、根本、渡邊カ

【コースタイム】 岩舟支所 P 5:00 = 都民の森 P

7:00/7:20～鞘口峠 7:35/7:45～見晴小屋 8:20/8:35～

東峰 8:55/9:05～三頭山 9:15/9:35～避難小屋

9:45/9:55～大滝分岐 10:10/10:15～1159m P 10:45

～槇寄山 11:00/11:40～数馬バス 12:35/12:45 = 仲の平バス停 12:50/13:00 = 岩舟支所 P 15:25

ゴールデンウィークは高速道路が渋滞するので、遠くの宿泊山行は避けて比較的近場の三頭山を計画した。富士山の眺望がすばらしい三頭山は、我輩が好きな山の一つである。ゴールデンウィークの都民の森駐車場は混雑するとの情報を得て、出発時間を1時間早くし岩舟支所を5:00に出発した。東北道から圏央道を八王子に向かって進み、日の出ICで出て県道185号線を西に向かう。武蔵五日市駅前を通って県道33号線を進み、檜原村の都民の森駐車場に車を止める。まだ時間が早いので車が数台しか止まっておらず、登山口への道路に近い場所に止めることができた。

出発の準備を整えてトイレを済ませ、ストレッチを行なったら出発する。広い舗装道路を緩やかに登り、沢沿いの登山道を行くと鞘口峠に着く。ゴールデンウィークの都民の森駐車場は混雑するとの情報を得て、出発時間を1時間早くし岩舟支所を5:00に出発した。東北道から圏央道を八王子に向かって進み、日の出ICで出て県道185号線を西に向かう。武蔵五日市駅前を通って県道33号線を進み、檜原村の都民の森駐車場に車を止める。まだ時間が早いので車が数台しか止まっておらず、登山口への道路に近い場所に止めることができた。出発の準備を整えてトイレを済ませ、ストレッチを行なったら出発する。広い舗装道路を緩やかに登り、沢沿いの登山道を行くと鞘口峠に着く。

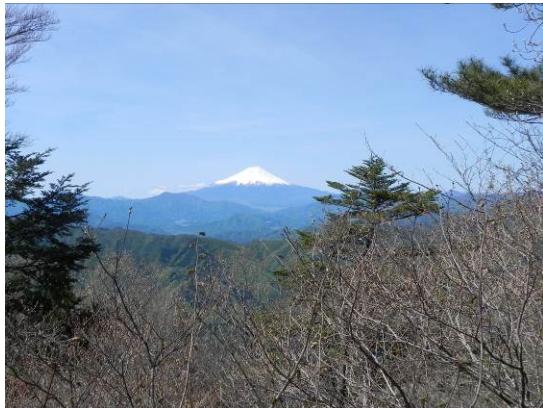
小休止して衣服調整し、水分を補給したら標識に従って左に尾根を登って行く。ブナの新緑に癒されながら急坂を登り、しばらくすると見晴小屋に着く。木製の立派な小屋だが老朽化が進み、階段や欄干が傾いている。中に入って休憩し、リンゴや菓子をいただきながら展望を楽しむ。ここからは一旦樹林帯の道を下り、登り返すと稜線歩きとなり樹間に富士山が現れる。皆さんから歓声が上がり、富士山に癒されながら登って行く。

緩やかなトラバース道を進むと東峰への分岐があり、右に登ると東峰に着く。木製の展望台があり、富士山は見えないが大岳山や御前山など奥多摩の山々が見渡せる。展望を楽しんだら中央峰を経由して西峰に向かう。西峰の山頂には東

京都の統一された御影石の山頂標識が立ち、展望が素晴らしく富士山や道志の山々が見渡せる。大休止してパイナップルや菓子をいただき、展望を楽しみながら富士山をスマホに収めていた。



富士山の眺望を楽しんだら南の稜線を下り、大沢山方面へ向かう。



急坂を下ると傾斜が緩くなり、登山道の両側にトウゴクミツバツツジが咲き彩りを添えてくれる。

富士山とミツバツツジのコラボは素晴らしい、皆さん「凄い！綺麗！」と歓声が上がる。「三頭山はこんなに素晴らしい山だったんですね」と嬉しそうに話していた。三頭大滝への道を左に分け、稜線を直進すると登山者の数が少くなり静かに歩ける。直ぐに避難小屋に着き、女性達はトイレを借りて済ませる。

避難小屋からも美しい富士山が見られ、皆さん満足

そうに眺めていた。この先大沢山への登りとなるが、富士山を見ながらの快適な稜線歩きが続く。大沢山から下ると三頭大滝への分岐があり、当初の計画はこの先の展望が良いベンチで昼食を食べ、この分岐から三頭大滙へ下る予定だった。

あまりに富士山の展望が良いので、檜寄山まで縦走することを提案すると「行きたい」との返事が返ってきた。それでは富士山を楽しみながら、新緑の稜線歩きを続けることにする。アップダウンを繰り返しながら爽快に歩き、檜寄山の山頂に着きランチタイムとする。日影で富士山の眺望が良いベンチを選んで腰掛け、カップ麺やお稲荷さんをいただいた。秀麗な富士山を見ながら食べるランチ



は格別に美味しく感じる。ランチが済んだら記念写真を撮り、下山開始して西原峠へ向かう。檜寄山からほんの少し下ると西原峠で、ここから左に下って数馬に向かう。昔の峠道はとても歩き易く、緑

のシャワーを浴びながら爽快に下って行く。

しばらく下ると分岐が有り、小さな標識に左は数馬バス停近道と書いてある。数馬からバスで車を回収に行かねばならず、迷わず左のバス停近道を下って行く。バスの時間は見てこなかったので分からないが、昔の時間は12:30だったような記憶があった。途中から皆さんと分かれて先行し、道路に12:20に出たがすぐ目の前をバスが通った。バス停まで行くと12:20発になっており、次のバスは1時間後になっている。皆さん



下山してきたので事情を話し、ヒッチハイクして都民の森まで行くことにした。手をあげるが中々車が止まってくれず、ようやく1台止まってくれ都民の森まで乗せてもらう。無事車を回収してバス停まで戻り、皆さんを乗せたら仲の平駐車場まで行き靴を履き替える。トイレを済ませたら車に乗り帰路につく。往路を戻り日の出ICから圏央道に入り、狭山PAに寄って買い物し予定より早く岩舟支所に帰着した。