

10月練習会「城山・幕山・南郷山」鎌倉幕府開運街道」トレイル」(初級)報告

- ・開催日:2017年10月15日(日)
- ・天候:雨
- ・集合:東海道線 湯河原駅 改札出口
- ・コース:所要時間(6時間以内)、初級、18km、トレイル率 約65%
湯河原駅～成願寺～浅間神社～城山(563m)～樁台～しとどの窟～幕山公園～幕山(625m)～自鑑水～南郷山(611m)～五郎神社～湯河原駅
- ・参加者:東山さん、岩橋さん、堀口さん、小島さん、橋田さん、瀬山さん(サブリーダー)、田村(リーダー)



城山山頂にて

[今回の練習会所見]

今回のコースは、源頼朝が石橋山敗戦から真鶴出航までの道のりを軍記物語ゆかりの史跡をたどりながら、湯河原の主要な三山である城山・幕山・南郷山を踏破するコースでした。今回はハセツネの後や他の大会とのバッティング、3連休明けの1日休みなどが重なり参加者がやや少なかったのですが、前日から悪天候によって逆に一体感のある良い練習ができたと思います。リーダーの立場としては中止もよぎったのですが…、開催して良かったです！

[今回の練習会での収穫]

大会でも小雨決行は当たり前のトレランですが、終日雨が降り続くという状況は少ないと思います。という意味では今回の練習会から得た収穫は中級、上級にも通じるものがありました

ので最初に報告します。

今回の行程は、スタート時点から雨で約5時間強ほぼ終日雨が降り続いた状況での練習となりました。雨具は上着にゴアテックス等を着ていましたが、汗等で行動している間はずっと休憩中には急激に冷え込む感じでした。また、雨具としてのズボンはまだ10月であり、雨や寒さにも耐えられるレベルと判断して履かなかったのですが、結果的には失敗でした。ロードはもちろんですが林道や整備されたコースでは問題はないのですが、草木が道に覆いかぶさっているような荒れた道では、下半身も相当に濡れて乾かず冷えてしまいました。

簡単に3時間以上雨に打たれる状況での対処方法の一例を以下に記します。

・ウェア選択

上着はゴアテックス製が有効で下のズボンもできればゴアテックス製が望ましい。

スキんウェアはもちろん T シャツ等の内側に着るウェアは速乾性を重視した素材のものの着用在が重要。

・ザックカバー

ザックカバーでザック内の荷物が濡れるのを防止しているが、ザックカバーの撥水性が重要。私の場合はザックカバーを使用せず、雨具の上着をザックの上から着ています。この場合、対象の上着は自分のサイズより大きいものを選定する必要がありますが、ザックはもちろん濡れず雨が背中側に周ることもなく、また上着の脱ぎ着が非常に楽になります。

・寒さ対策(手袋等)

通常のトレラン用手袋では意図も簡単に濡れてしまうため、これを防ぐためにはこの手袋の下に100均等で売っている薄手のポリ手袋や密着性のゴム手袋等を着用。これにより手が濡れることなく寒さを防ぐことが可能。

・ザックの中身の雨対策

ザック自体の撥水性はあまり期待できないためそのままでは必然的にザック内の荷物は濡れるため、それを防止するためには防水袋に荷物を入れてザックに収納することが重要。

・靴の選択、ゴアテックス製は有効か？

今回は雨が確定だったので私はゴアテックスのノースフェイス DoubleTrack-GTX を履いていました。前半部分では靴内が濡れることなく快適なトレランでしたが、後半になって荒れた道でジワジワと靴の上側から垂れる雨で内部が濡れて結果的にはグショグショとなり、さらに内部の水が抜けないため悪循環となりました。ということからゴアテックス製の有効性は状況によりけりと思います。

[今回の全行程まとめ]

9時30分集合、9時40分スタート

湯河原駅に定刻通り全員集合。

駅前の湯河原の郷土武将である土肥実平公銅像の前で集合写真を撮りスタート。天候は予報通り雨模様で10月にしてはやや肌寒い感じでした。



駅前にある土肥実平公銅像からスタート

9 時 50 分

スタートしてまもなく成願寺に立ち寄り、ここで神奈川名木百選でもある樹齢 800 年のびやくしんや源頼朝七騎堂等を見聞、散策した後、勾配のきついロードで浅間神社に向かいます。



樹齢 800 年のびやくしんの前で

10 時 13 分

浅間神社に向かう急勾配の登りが終わり、この浅間神社から山道に入りますが、しばらく急勾配の石段を登り本殿へ、そしてそこから城堀林道に入り、再びロードに出ます。



兜を置いて休んだ石



運試しに投げた？石

しばらく、登りのロードで途中からトレイルの兜石方面に山道に入り兜石を見聞の後、立石へ…、立石は頼朝が運試しに投げたと言われる石で 80m ほど下ったところにありますが、とても投げたとは思えない巨大さでした。その立石を後にして再び城山を目指します。

途中の絶景ポイント地点ではガスって見えない景色を確認してスルーし、最初の山の城山に到着！、独占状態の山頂で記念撮影。(最初の写真)

11 時 00 分

そこでちょっと異変が…、これから下る椿台方面から熊と思われる呻き声や草木ががさつく音がして…、しばし様子見の後、声を出しながら椿台方面に向かい、事なきを得て椿台に到着。

11 時 35 分

椿台はロードバイクのライダーで賑わう中継地点ですが、今日はやはりバイクもなく誰も居らず…。

椿台から心霊スポットと言われるしどどの窟へ、晴れている日でもヒンヤリとした場所ですが、今日は一段と空気感に霊的なものが感じられます。

そして、しどどの窟を後にして幕山公園までの下りをへて予定時刻通りに幕山公園着。



心霊スポットのしどどの窟

12時05分

昼食と休憩の後、本日の練習会のメインとなる幕山山頂へのフリー走行がスタート。



幕山への登り



かろうじて見れた景観
景色優先で撮ったものの…?

12時25分

途中の絶景ポイントで辛うじて真鶴半島と街並みや初島がうっすら確認でき思わず皆を集まるのを待って記念写真。

そして無時に幕山の山頂に到着。ここの山頂はいつもであれば軽登山者やハイカーで埋まっていることが多いですが今日はやはり我らで独占。

記念写真の後、幕山山頂上から次は南郷山を目指します。



幕山山頂にて

13 時 20 分

若干の下りをへて、自鑑水へ、自鑑水は頼朝が自害をしようとして思い留まったところで今でも水が枯れることなく溜まっています。(今日は雨のため特に多かった)



水が豊富だった自鑑水

南郷山の行程は道が整備されていなく左右から木々が生い茂り降られる雨以上に濡れてしまいましたが、無事に南郷山山頂に到着。

13 時 35 分

試走の時と変わらず整備されていない山頂でしたが、皆で記念写真を撮って出発。



南郷山山頂にて

南郷山からは下る一方で、路面が荒れているためこけることもしばしばでしたが、全員無事に五郎神社に到着。

14 時 20 分

その後はロードでもう一山を越えて無事に全行程を走破しました。

14 時 50 分

湯河原からバスで公営のこごめの湯で汗を流し、湯河原駅前のさかな道場で懇親会となりました。

懇親会はさかなや道場湯河原店で 4 時 30 分からスタート

話題はやはり今日の雨の練習話。そしてトレランに関する話題に終始した感じでした。先週開催されたハセツネ等の話からストックの使い方、収納、夜間のライトの話など装備に関するものから、この夏に MTRC の有志らで登った常念岳など登山の話題など、話に夢中になって料理や皆の歓談中の写真を撮るのをすっかり忘れてしまいました(冷汗)。



-以上-
田村敦(文責)