

戸隠 & 高妻山 [編集する](#)

2011 年 09 月 16 日 01:05 [友人の友人まで公開](#)

4 view



《写真 1》 天然アスレチック!?



《写真 2》 十阿弥陀



《写真 3》 牧場

前夜、長野駅に到着後🚗、ネットカフェで仮眠💤 例によってちょっとだけ寝過ぎてしまったが...、3 時過ぎに、今回一緒に歩くきよぽんと無事合流🚗

某山小屋で出会ったきよぽんの正体は、毎週単独日帰り山行を、恐ろしいくらい快調なペースでこなす若者。しかも専門は園芸で、高山植物博士でもある。(→きよぽんの日記は花だらけ!!🌷)

これまで、連絡はとらせてもらっていたものの、なかなか都合が合わずじまいだったので、ようやく実現した今回の山行、気合を入れて同行させていただきます👉

戸隠牧場には 4 時過ぎに到着。辺りはさすがに真っ暗で、駐車場の入口がわかりにくかったが、見上げれば満点の星空。早起きは三文以上の得だね✨

4:15 戸隠牧場出発。

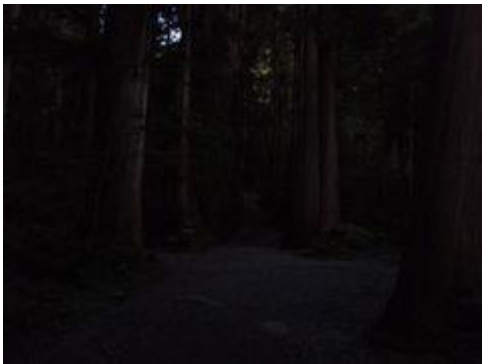
牧場から奥社まで、「ささやきの小径」と呼ばれる登山道(近道)があるのだが、登山道は真っ暗闇のため、一度車道に出てから奥社方面へと進む。急がば回れ、かな。



4:50 戸隠神社奥社入口

戸隠界限は、本来観光地であり、戸隠神社の奥社は昼間は相当の観光客で賑わうらしい。(→戸隠 4 回目のきよぼん談)。さすがに早朝なので、ほとんど人はいないが、どこまでもついてくる人懐っこいネコがいた。

参道は杉並木で、厳かな雰囲気漂う。



さらに鳥居をくぐり、奥社までの石段を登る頃には、ようやく明るくなってきた。



ここまでは一般の観光客も足を運ぶ所。ここで参拝し、腹ごしらえをしたところで、登山スタート🍙

ここから突然、かなり傾斜のある登山道が始まる。

今回はおれが先頭を歩かせてもらったが、きよぼんは余裕でついてくるくる。登山道は急すぎるので、標高100m分を5分で登りきってしまったが、このペースはさすがに速すぎると、ここからペースをやや落とす。
ああ、朝から心臓がきつかった😓

その後、30分ほど歩くと目の前が大きな岩が現れ、ここが五十間長屋。小休憩。



ダイモンジソウ(大文字草)

振り返れば視界は開け、東側には単独峰の飯縄山。北側には、



本日歩く予定の戸隠～九頭龍山の稜線。ゴツゴツしてるなあ。

さらに少々先を進むと、百間長屋(→お地藏様が目印)があり、さらに歩くと西窟と呼ばれる岩屋がある。その横の垂直の岩壁には、ダラーンと長い鎖が垂れ下がっている。



きよぼんはいつもは素通りしてしまうそうだが、せっかくだからと、この岩壁を登ってみる。(→登り始めは鎖だけが頼りだったが、あとは足を乗せる場所が所々にあった。)



登ってくるきよぼん。

登りきると、小さな石像が3体祀られ、振り返ると、



緑豊かな森を見下ろせる。ここ、穴場の見晴らし台、とてもいいのかな😊

ここから山頂までは、さらに数々の鎖場が続き...



その後お目見えしたのが、噂の、



蟻の戸渡り。(このネーミングもすごいと思うが...。)

ここは、稜線上を四つん這いになって歩くか、稜線を迂回する鎖場ルートがあるのだが、迂回ルートの方が

足の乗せ場を探すのが難しそうで、危険なニオイがした。なので、ここはやっぱり、稜線をレッツゴー。



風が吹けば危ないかもしれないが、この日は天気も良く、問題なく通過👍

その先が、八方睨。360度の展望アリ。ここから数分登ったところが戸隠山なのだが、八方睨の方が断然展望はよく、休憩向き。



八方睨より睨めた、本日狙う高妻山



西側には、西岳方面への凸凹した稜線が続いている。

戸隠山～九頭龍(くずりゅう)山は、小さなアップダウンの繰り返し。(「九頭龍」という名前からして9つのピークがあったのかは謎。) 笹が狩り払われているので、登山道が整備されていることはわかるが、その笹が登山道に落ちたままなので、非常に滑りやすかった。

そのまま樹林帯に入り、一気に下ると、一不動避難小屋。



ここからは牧場から高妻山を目指す人たちのメインルートでもあり、登山客が一気に増えていた。

この山も山岳信仰があるようで、一不動、二釈迦、三文殊、四普賢、五地藏、六弥勒、七薬師、八観音、九勢至、十阿弥陀、十一阿しゅく、十二大日、十三虚空蔵、という仏の言葉が、登山道に刻まれている。基本的にはよく踏み込まれた登山道で、多少のアップダウンはあるけれど、テンポよく歩ける。

と思ったら、



九勢至から見上げた高妻山。

今回いちばんの山場は、九勢至～十阿弥陀までの登りである。距離感からすれば、山頂はすぐそこに見える場所にあるのだが、とにかくにも急登なのである。ひたすら足を持ち上げる系の登り😓

しかもやっと 30 分弱かけて登りきった——、と思ったら、まだまだ先に緩やかな稜線が続くからビックリ... 🤖

最後は惰性でダラダラ動けたようなもので、ようやく



高妻山!! やったぜい!!

(でも残念、ガスった—👇)

山頂到着が 11:10。

予定では、さらにもう 1 時間歩いて、十三虚空蔵を目指すはずだったが...

おれの帰りのバスの予約が長野駅に 18:00 だったので、温泉の時間も含めて逆算すると、この先に進むのはギリギリすぎると判断。また、きよぼんは、翌日も 12 時間山行の予定が入っていたので、今日は控えめにした方がいいかもとも。

なので、ここで昼休憩にしよう、と決めたが最後。。。

例のごとくダラダラし、お茶を沸かし、ポーっとし、狭い山頂に1時間弱は滞在(→邪魔者!?)。でもまあいいか🤔

結局、十三虚空蔵(乙妻山)を残してしまったので、いつかまた高妻山には来ないとな、と思ったところで、下山。山頂からは元来た道を一不動まで引き返し、ラストは一不動から戸隠牧場を結ぶ登山道へ。しかし、



登山道は一部沢のように水が流れており(→雨の日は相当滑りやすい!?)、



ナメ滝の横を鎖場で下る場面もある。

最後の下りは、団体さんのペースにつかまってしまったが、彼らを抜かせてもらおうと、まだまだ余力があったので、ペースを上げる。もちろん、バスの時間を気にしているのもあったが、もうひとつ目指していたもの。

それは…。

【😋B 級グルメコーナー】

牧場と言えば、牛乳!!🐮

戸隠と言えば、そば!!🍜

高原と言えば、ソフトクリーム!!🍦

じゃーん。



牛乳 & そばソフトクリーム。

牛乳自体、久々に飲んだのだが、美味しくて一気に飲めそうな勢い。(→だけど、大事に少しずつ飲む。)

そばソフトは、食べるとバニラなのだが、あとからそばの風味が口の中に広がり、なかなか美味 🍡

ご満悦 🍡

そして無事、牧場駐車場に戻ってくることができ、出発前には暗くて全く見えていなかった風景がそこに。

下山、お疲れ様でした。

4:30 戸隠牧場

5:25-5:50 戸隠神社奥社

7:30 戸隠山

9:00 一不動避難小屋

11:10-12:05 高妻山

14:00 一不動避難小屋

15:30 戸隠牧場

【🔥温泉：戸隠神告げ温泉 ¥500】

露天はないが、広々としたガラス窓から、外の景色を眺められる。

※この温泉近くにある「うずら屋」は、行列のできる蕎麦屋さん。

おれらが通り過ぎた時は、すでに完売御礼となっていました。

ここにもいつかまた来てみたいね。

その後、きよぼんに長野まで送ってもらい、17:35 到着。バスにも間に合った。よかったー。

そして、実はここから、ぶらり旅が続きます～

