

涼を求めて御岳山ロックガーデンへ

開催日：2025年8月23（土） 晴れのち曇りのち小雨 健脚レベル1 14000歩 約7km

集合：JR青梅線御嶽駅9時30分

コース：御嶽駅→御嶽駅バス停（バス）→ケーブル下バス停→ケーブル滝本駅（ケーブル）→
ケーブル御岳山駅（標高831m）→御岳平→御嶽神社→御岳山（標高929m）→奥宮遥拝所→
長尾平→展望台（昼食）→七代の滝（標高710m）→天狗岩→ロックガーデン→綾広の滝→
天狗の腰掛杉→ケーブル御岳山駅→ケーブル滝本駅→ケーブル下バス停（バス）→御嶽駅

参加者：A班 熊坂SL 高橋友 沼津 尾形 白田 稲葉 前川 市村L

B班 高津佐SL 河野 松本 大城 亀田 工藤 唐 飯倉 佐藤し 山田SL 計18名

日本の夏が年々暑くなっています。7月30日、兵庫県丹波市で41.2℃を観測して国内観測史上最高記録を更新。翌週の8月5日、群馬県伊勢崎市で41.8℃を観測してさらに最高記録を更新しました。この日の御岳山の気象予報は「晴れのち曇り、下山の15時頃小雨、最高気温30℃」でした。スタート前の御嶽駅の気温は31℃、標高831mのケーブル御岳山駅は28℃、赤とんぼが飛びかっいて少し秋の気配。御岳山山頂は30℃、昼食場所の長尾平展望台は31℃。七代の滝から急峻な長い鉄階段を幾つも上り天狗岩へ。その先からロックガーデンハイキング、気温は30℃、子どもたちが溪流で水遊びをされていて、これはまさに「涼を求めてロックガーデン」でした。青梅市の最高気温が36℃でしたから6℃ほど低いロックガーデン、それでも30℃前後の気温でしたのでこまめに水分補給の休憩をとりました。歩くのが大好きな18名が参加した「ケーブルカー利用の健脚レベル1」ハイキングでした。



御岳山山頂

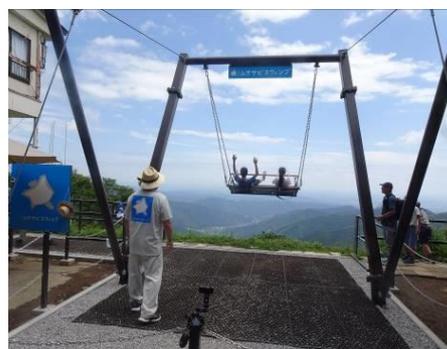
JR御嶽駅～ケーブル滝本駅～9時52分御岳山駅・御岳平（標高831m）

集合はJR青梅線御嶽駅（標高244m）、駅前の多摩川に架かる御岳橋は御嶽神社参道入り口。江戸時代中期以降に庶民の寺社参り御岳詣でが始まりました。江戸の人々は青梅街道を歩いて来て、この参道を通り御嶽神社をめざしたのでしょうか。バスは臨時便が増発され9時28分発に乗車、10分ほどでケーブル下バス停へ。アスファルト道を少し上りケーブル滝本駅（標高407m）へ、「レンゲショウマ見頃」の案内板が出ていました。ケーブルカーに乗って6分で御岳山駅へ、時刻は9時52分。駅前の御岳平の標高は831m、気温は御嶽駅より3℃ほど低い28℃、赤とんぼが飛びかっけていて少し秋の気配を感じさせます。



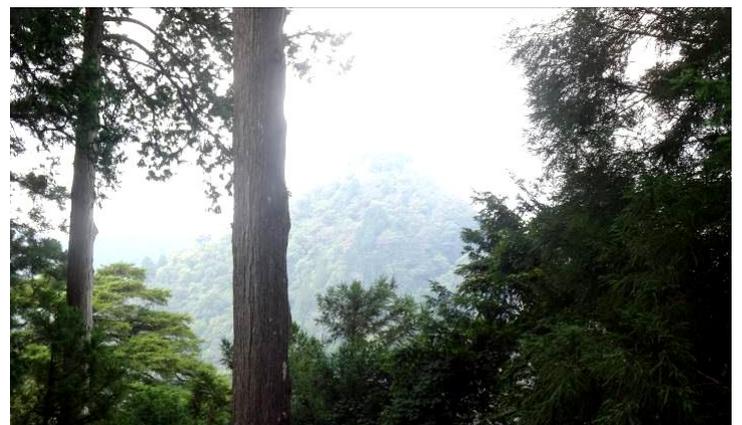
御岳平10時20分～富士峰園地・5万株のレンゲショウマ～展望台

御岳山駅敷地内に、女性として世界で初めて世界最高峰エベレストの登頂に成功した登山家田部井敦子さんの顕彰プレートがあります。田部井さんの笑顔と御岳山との縁を記した言葉が刻まれています。福島県出身の田部井さんが東京で最初に登った山が御岳山です。熊坂サブリーダーのリードでストレッチ、市村リーダーがコース説明をして10時20分にスタート。5万株のレンゲショウマが群生している富士峰園地へ上って行きます。白と紫のグラデーションが素敵なレンゲショウマは丁度見ごろ、みなさんスマホで写真を撮っています。さらに上って展望台へ、青空に飛びだすムササビスイングを楽しむ人が順番待ちでした。



宿坊～神代ケヤキ～隨身門～石段参道～武蔵御嶽神社～11時10分御岳山(標高929m)

展望台を出て山道を少し下り、参道に出て舗装道路を進み石段を上って行きます。趣のあるつくりの宿坊丸山荘の前へ、このあたりから宿坊が多くなり御師集落のようです。日の出山へ行く道との分岐、御嶽神社へ行く右の上り道へ進みます。途中に幹囲8.2m、樹高約30mの神代ケヤキの巨木が聳えていました。門前茶屋のお店が並ぶ中を進んで隨身門をくぐり石段参道へ、両脇に講碑が建立されています。少し息が切れるような石段を上り切ると朱塗りの武蔵御嶽神社社殿が出迎えてくれました。冷たいゼリーや甘いお菓子の差し入れがあり、ベンチで一休み。少し上って11時10分、標高929mの御岳山山頂へ到着、記念の集合写真を撮影。気温は30℃、山頂の奥に進むと奥宮遥拝(ようはい)所が設けられていて、美しい円錐形の奥の院(標高1077m)を拝むことができます。



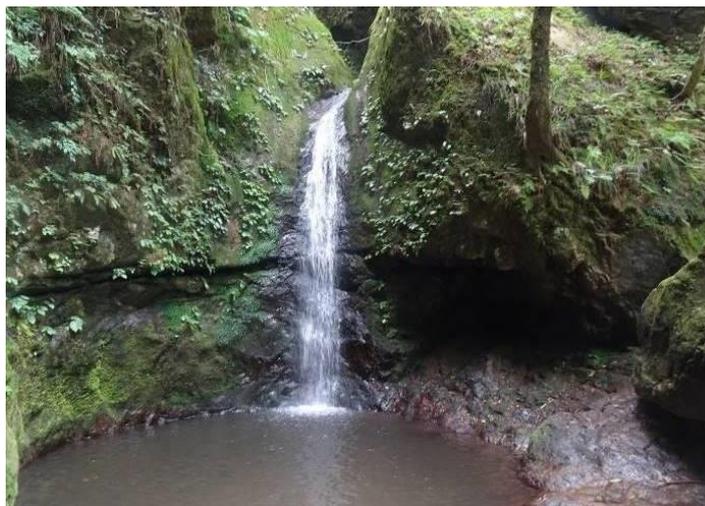
長尾平入り口 長谷川恒夫顕彰碑～11時30分展望台・昼食タイム

昼食場所の長尾平をめざして下山開始、上って来た参道を下ります。途中で長尾平への案内表示があり、土の道を下ります。茶店がある長尾平の入口へ、1991年にパキスタン・フンザのウルタルという当時未踏の7000m峰で雪崩に巻き込まれ死去したアルピニスト長谷川恒夫顕彰碑があります。長尾平へ入ります。進行方向右側に円錐形の奥の院、左側に昨年上った日の出山（標高902m）が望めました。11時30分、標高860mの東屋がある展望台に到着。東屋の下やベンチに分かれて昼食タイム、朝早く家を出たのでかなりの空腹、青空のもとでのおにぎりは美味しく話も弾みます。私は東屋のところで、下から吹き上げて来る風を受けながらの昼食、日の出山を望み「もう一度上りたい」の思いを強くしました。



長尾平展望台12時10分～木の根の這った急峻な下り道～12時48分七代の滝

ゆったり昼食を取り12時10分、午後のスタートです。七代の滝～天狗岩までは二組に分かれてのハイキング、先発A班の先頭は熊坂サブリーダー、後発B班の先頭は高津佐サブリーダー、最後尾は山田サブリーダーです。長尾平入り口まで戻り、七代の滝まで下りて行きます。道は木の根の這った急峻な下り道、足取りを慎重に下りて行きます。木橋を渡り平坦なところに出て水分補給の小休憩。一息入れて上って行くと人の声が聞こえてきて12時48分、ロックガーデンから流れ落ちて来る七代の滝へ到着。長尾平から150m下って標高は710m。しばし水の流れ落ちる音を聞きながらマイナスイオンを浴びて小休憩です。



七代の滝 | 2時55分～一番の登りどころ・急峻な鉄梯子の連続～天狗岩

12時55分、七代の滝を出て天狗岩をめざします。急峻な鉄梯子の連続、この日一番の登りどころです。先行はA班のみなさん、一步一步しっかりした足取りで上って行きます。後行B班のみなさんが、下に小さく見えます。最後は木の根の這った道を上り天狗岩に到着しました。岩が「天狗が上を向いて巨大な鼻を突きだしているように見えることから天狗岩」と名づけられたようですが、下からはよくわかりません。「天狗岩へ登る方は並んでください」と注意書きが下がっていました。



天狗岩～溪流沿いのロックガーデンハイキング～13時45分休憩所

ロックガーデンは七代の滝から綾広の滝まで約1.5kmの遊歩道です。七代の滝から天狗岩までは登山という感じ、ここからがロックガーデンハイキングと言えるのではないのでしょうか、班分けなしで一緒に歩きます。段差のある石段を慎重に下りて、緩やかな道を下って行き溪流地点へ。岩石ゴロゴロの溪流沿い、石段や飛び石の道になりアップダウンを繰り返しながら次第に高度を上げて行きます。湿度が高く汗びっしょり、水分補給の小休憩時に溪流に手拭い濡らして首周りへ、これが心地よい「涼」でした。13時45分に休憩場所に到着、ハイキングを楽しむ人で賑わっていて子どもたちが楽しそうに水遊びをしていました。アップダウンの繰り返しで疲れも出てきて、水分補給とお菓子の差し入れでエネルギーチャージタイムです。



笑顔の集合写真撮影～綾広の滝～大岳御岳縦走路～天狗の腰掛杉

休憩場所から少し上って、緑に囲まれて苔むした岩と石段のところで集合写真を撮影。達成感いっぱいのみなさんの笑顔が素敵です。綾広の滝を見てロックガーデンを出ます。少し上って大岳山などから登山家がゾロゾロ下山してくる「大岳～御岳縦走路」へ、緩やかな上り道を進み天狗の腰掛杉まで来ました。



長尾峠入り口～ケーブル御岳山駅～滝本駅～ケーブル下バス停～JR御嶽駅

天狗の腰掛杉から5分ほど進んで長尾峠入り口の茶屋前のベンチへ、水分補給をして小休憩。緩やかな山道を上り15時丁度、参道に合流したところで予報とおりに小雨が降ってきました。傘をさして石段を下り、門前茶屋の並ぶ参道を抜けてケーブル御岳山駅をめざします。熊坂さんが、駅手前の道端で見つけた白の花被片に紫の斑点がある綺麗な花をパチリ。熊坂さんによると、「この花は、ヤマホトトギスとばかり思っていました。実はヤマジノホトトギスという名前でした」。15時20分、小雨にけむる御岳山駅に到着。歩数は14000歩、駅舎の中へ入って15時38分のケーブルカー発車待ち。滝本駅に下りてケーブル下バス停へ歩き、15時55分発の満員バスに乗り、16時2分にJR御嶽駅へ着きました。年々暑くなる夏、来年は歩きやすい夏になってほしいものです。ほいたらね。



(市村記)