

最近登山を始めた年上の友人Aさんに「一緒に登りにいかない？」とお誘いいただく。Aさんは、最初高尾山から始め、下りはロープウェイなどを使用していたが、経験を重ね今では陣馬山から高尾山までの縦走もできるようになったとのこと。しかしすぐに息が切れて苦しくなるので、速くは歩けないからということなので、のんびり登れる山を探す。11月に降った雪の心配もあり、奥秩父や山梨の山も検討したが今回は奥多摩の「日の出山」を選択。

登山前日、Aさんに大まかに山行計画を伝えると「車を出せるので車で行こう！友人Bさんも誘ったから、松田さんを駅まで迎えに行ったら、Bさんの自宅まで迎えに行ってお出発しましょう。」久々の女子会登山に、楽しみがふくらむ。

12月5日(月) 7時22分 武蔵小金井駅発

朝から快晴！Aさんに迎えに来ていただく日野駅で下車。待ち合わせ場所には、既にAさんの車が……

「おはよう！！最高の天気だね！今日はよろしくね。」と、爽やかな笑顔と挨拶で迎えてくれる。

その後、Bさんと合流(自宅がわからず、自宅前を通過してしまうハプニングもあったが)し、日の出山の登山口に向け出発。

日の出山に向かうコースはいくつかあるが、今回は車ということで駐車場があるコースを選択する。つるつる温泉という施設の近くに無料駐車場(つるつる温泉の第二駐車場)があったので、この駐車場にお世話になることに決定！もちろん、登山後は日帰り温泉も楽しむ計画。

<ポイント1>

車利用にて日の出山を目指す方は、つるつる温泉(温泉施設を利用される方)、御岳山口(ケーブル駐車場)、吉野梅郷付近を利用すると便利。場所によっては無料駐車場あり。土日はどこも混雑が予想されるため早めの行動が必須。

途中、武蔵五日市駅前のコンビニに立ち寄り、荷物の最終チェック。足りない物(主に食料だが)はここで購入することをおすすめ。駅に隣接した公衆トイレもあり便利である。

9時10分 つるつる温泉 第二駐車場に着

平日ということもあり、駐車している車なし。車から降りると、澄んだ自然の空気に清々しい気持ちになる。温泉道具を車内に残し、出発準備。

9時25分 駐車場出発

今回は、滝本というポイントを通過して山頂を目指し、帰りは梅野木峠を通過して下山する周遊コースの予定だったが、私のミスで曲がる道を見過ごしてしまう。その結果、予定コースの逆ルート(梅野木峠から山頂、滝本、駐車場)を歩くことになる。つるつる温泉を左手に見ながら、歩けど歩けどアスファルトの登り道となる。う～む……これは曲がらねばならない道を見逃したな……と思い二人に伝える。山頂に着くなら大丈夫と笑顔の二人。「松田さんについていくから～。」と、こんな最初から間違えている私を信用していただいて申し訳ない。地図をしっかりと確認なさいね、と自分に言い聞かす。

梅野木峠まで樹林帯のアスファルトのコースをひたすら登る。紅葉したもみじ(もう終わりかけであるが)の美しさを楽しみ、木々の合間から時々見える遠くの山々の景色を眺め、話しながら3人でゆっくり登る。写真好きのBさんは普段山登りをしないため、今回はなるべく荷物を軽くするために、一眼レフのカメラの持参を断念したことをしきりに残念がる。しかしスマホでパシャパシャ撮影している。スマホでもかなりいい感じに撮れていた様子。…スマホのカメラ機能、侮れない。(私はガラケーだけ。)



(太陽の光で黄金色に染まるもみじ)



(梅野木峠)

10時25分 梅野木峠着

水分補給。一息ついて出発。梅野木峠は三室山方面(二俣尾駅と日向和田駅)から日の出山山頂を目指すコースとの合流地点となる。さて今度は地図で確認。そしてここでもまた私がやらかしてしまふ。地図は見たのに間違えて三室山方面に向かってしまった。そして、面白いことに20分ぐらい歩いて元の梅野木峠に戻ってくるというハプニング。「松田さん、出発した梅野木峠に戻ってきたよ。」と言いながら大爆笑のAさんの言葉に「え??うっそ!!」狐にばかされるというのはこういうことか!?!?とってしまった。(単に自分が間違えただけなのだが…)

余計に歩かせて二人の体力をうばってしまい本当に申し訳ない。近くの丸太に腰を掛け、お菓子で小休憩。気を取り直し、再び出発。ここから山頂までは地図上で約80分。ゆるやかな登りのコース。

Aさんは「私遅いから先行ってね、おいていってね。」というが、遅くなくいいペースで歩いている。Bさんも山歩きなど普段しないのだが、心地よいペースで歩いている様子。時々吹く風が気持ち良い。

11時15分 標高755m高峰山頂通過

私の持っていた地図上には表記されていない山頂である。景色も見えず。

その後も樹林帯の中を軽快に歩く。



(高峰山頂)

日の出山山頂の手前、山城のような石組みが現れる。昔お城でもあったのであろうか? 石畳の階段があり、これを登りれば山頂である。

12時00分 標高902m日の出山山頂着  
登ってきたコースでは一人しか登山者に出会わなかったが、山頂には10人ぐらいの方が景色を堪能している。



(山頂に向けて最後の登り)

我々もしばし景色を堪能。Bさんは又もスマホで連写。いろいろなアングルで撮影していた。いい写真撮れたかな??霞かかっているスカイツリーは見る事が出来なかったが、日差しが暖かくAさんは大喜びである。(Aさん、前回大菩薩に登った際かなりの極寒を経験。一緒に登った友人とバーナーでお昼を楽しんでいる場合ではなかったとのこと)。今回は、たっぷり日差しを浴びながらのランチとなる。お湯を沸かし、それぞれ用意したスープやラーメンでお腹を満たす。その後は、コーヒーと甘いものでしばらく女子トーク(この年で女子という言葉を使用するのはおこがましいか?)。しばらくすると、小型犬を連れた男性が近くのベンチに腰掛け、お昼休憩。犬の可愛さに3人で犬を構い始める。とっても賢く、まったく吠えずに私たちのちょっかいにも応えてくれる。かわいいなあ、犬にも癒され大満足で山頂を後にする。気づけば2時間程山頂に滞在した。



(日の出山山頂)

13時55分 山頂を出発

登りに使うはずだった御岳方面で下山するコースを使い下山する予定が、うかつにも登ってきた道から山頂を降りてしまったため、その後山頂迂回するコースを歩くという、また無駄に二人を歩かせることになってしまう。

下山のコースは景色が開けていて途中に見晴し台も設置されている。何度も来たコースだが、あまり覚えていない。



(造られた木道の階段が続く)



(↑顎掛岩:日本武尊が蝦夷征伐の帰りにこの岩へ顎をかけて、関東平野を見わたしたと伝えられている)

明るい林道、アップダウンは少なく、ひたすら下りの道。



15時30分 無事に駐車場に到着

朝出発するとき、どこで曲がる道を見逃したのかと確認する。車を駐車して10メートルぐらい歩いたらすぐ出てくる道を左に曲がらなければいけなかったらしい。何度も登ったことある山だし、大丈夫だろうと思ってしまった自分の甘さを反省。コンパスと地図でこまめな確認はルーティンワークだと痛感する。

その後、車でつるつる温泉隣接の駐車場に移動。名前の通り、肌がつるつるになる温泉、潤ってきましょう～。

<ポイント2>

「生涯青春の湯 つるつる温泉」

営業時間:10:00～20:00(最終受付 19:00)

定休日:毎月第三火曜日(火曜日が祝日の場合翌水曜日が休館、除外日あり)

6月12月は設備点検休館あり(事前に確認を)

入館料:大人 820円 子供 410円 未就学児無料(3時間制)3時間を過ぎますと超過料金が発生  
食堂、売店あり。

温泉の効能等

泉質:アルカリ性単純温泉(アルカリPH9.9)

浴用の禁忌症:(一般禁忌症)

病気の活動期(特に熱のあるとき)、活動性の結核、進行した悪性腫瘍又は貧血など身体衰弱の著しい場合、少し動くと息苦しくなるような重い心臓又は肺の病気、むくみのあるような重い腎臓の病気、消化管出血、目に見える出血があるとき、慢性の病気の急性増悪期

浴用の適応症:(一般適応症)

筋肉若しくは関節の慢性的な痛み又はこわばり(関節リウマチ、変形性関節症、腰痛症、神経痛、五十肩、打撲、捻挫などの慢性期)、運動麻痺における筋肉のこわばり、冷え性、末梢循環障害、胃腸機能の低下(胃がもたれる、腸にガスがたまるなど)、痔疾、病後回復期、疲労回復、健康増進(※平成26年9月17日法改正により書換)

下記、つるつる温泉ホームページ参照

<http://www.gws.ne.jp/home/onsen/index.html>

平日の早めの時間ということもあり、空いている施設を満喫してのんびり入浴タイム。本当にお肌がつるつるになるので感激。その後三人で瓶の牛乳を楽しみ、休憩室でまったりトーク。19時近く自宅に向けて出発。

何度か登った日の出山であるが、友人二人のおかげでまた違う思い出が一つ増えた。そして今回は教訓にもなった。何度登った山でも「たぶんこっち」ではなく、コンパスと地図でしっかり確認を！

2017年もいろんな山に足を運ばせていただきます。

どうぞ宜しくお願いいたします。

9時25分 駐車場出発  
10時25分 梅野木峠着  
11時15分 高峰山山頂通過  
12時00分 日の出山山頂着  
13時55分 日の出山山頂発  
15時30分 駐車場着



(日の出山山頂より)

文責:松田留美