

国内最高の聖地巡礼記

～初登頂の記録～

11J 小岩井

はじめに

私と富士山の関係は 2002 年から始まる。当時私は（確か）小学 3 年生であり、はしゃいで親族と一緒に吉田ルートを登り始めたことを覚えている。しかし、八合目に到達した時点で体力尽き、最終的には疲れたと泣きながら登山道を下ることとなった。

更に去年、大学 3 年生となった私は、幼少期の積年の思いを晴らすために友人と共に再び富士山に向かった。この時も吉田ルートであったが、山小屋を予約し道具を揃えた上での登山であった。だが、本八合目の山小屋に到着した時点で疲労困憊になり、2 日目には大雨に見舞われたためそのまま下山することになってしまった。

そして今年、私は友人達と共に富士山吉田ルートに帰って来た。去年の経験を基に荷物を軽量化し、落ち着いたペースを維持して登り続けた。その結果、3 度目の登山にして漸く登頂を達成できたのである。

本記事は、私の富士登山の経験を主観を交えて記したものである。最初に私が携帯した道具についての所感を述べ、その後に登山記録を書いている。本記事が、多少なりともこれから富士山に挑戦する人の参考になれば幸いである。

1 環境・状況

日程 2014/9/12（金）～9/13（土）

ルート 吉田ルート（五合目出発）

天候 晴時々曇（2 日間）

パーティ 友人 3 人

形式 登山ツアー（フリープラン）

費用 表 1 参照

表 1 今年の登山に掛かった費用の内訳

項目	金額（円）
ツアー代	10,800
保険（任意）	1,000
レンタル（レインウェア・ザック）	5,500
ザック・携帯酸素	13,392
携帯食・飲料	1,338
現地食事代	1,680
その他（保金金・トイレ・焼印）	2,300

表 2 持込んだ装備の数量と実感重要度の一覧

装備名	数量	重要
ザック（リュック）（35L）	1 個	○
ザックカバー（ザック付属）	1 個	○
登山靴	1 足	○
レインウェア（雨具）	1 対	○
スパッツ（レインスパッツ）	1 対	△
防寒着（フリース・ダウン）	1 着	△
長袖 T シャツ	2 着	○
ズボン	2 着	○
帽子（ハット）	1 個	△
軍手	2 着	○
靴下（くるぶしソックス）	4 着	○
ヘッドランプ	1 個	○
カメラ（デジタル）	1 個	△
携帯電話（ガラケー）	1 個	△
腕時計	1 個	○
タオル	2 枚	△
金剛杖	1 本	△
登山ルート地図	1 枚	○
水（ミネラルウォーター）	1350ml	△
スポーツドリンク	500ml	×
チョコ	1 箱	△
ソフトキャンディ	1 袋	○
スナックバー	6 本	○
クッキー	1 箱	×
携帯酸素（ベレット状）	約 40g	△
携帯酸素（缶）	1 本	×
絆創膏	1 袋	△
ビニール袋	約 4 袋	△
100 円玉	20 枚	○
ポケットティッシュ	約 3 袋	△

2 持込品及びその所感

2.1 一覧

表 2 参照。体感重要度は以下を意味する。

○：必要、△：代替品があれば不要、×：不要。

2.2 装備・服装

2.2.1 三種の神器

登山靴、ザック（リュック）、レインウェアの 3 つは、合わせて三種の神器と言われることもある程登山において重要な装備であるらしい。登山靴とザックの品質はほぼ全ての行程における快適性や疲労度に直結するため、多少値が張っても良い物を用意したい。

残りのレインウェアは三種の神器の中でも特に重要である。「山の天気は変わりやすい」と言う言葉通り、どんなに快晴でも天気予報が晴れでも、山の上では急に大雨になったりする。レインウェアの重要性の説明は割愛するが、防水・防寒の役割を果たすレインウェアは専用の物を用意すべきである。

2.2.2 服装

レインウェア以外の服装は多過ぎても重くなるだけなので、以下の 3 点を満たす範囲で最小限に抑えれば良いと思われる。

1. 動き易さ
2. 豪雨に遭っても十分な着替え
3. 夜明け前の山頂における適切な防寒

上記とは別に下山後の着替えが確保されていると登山全体の満足度が大きく上昇するが、上記の 2,3 点目を満たした装備ならば着替えへの転用も容易であると考えられる。

詳しい服装の適不適の説明は専門サイト等に譲ることとして、ここでは私が実際にしていた服装を紹介しようと思う。

1 日目の 5 合目から 7 合目付近までは長袖シャツ 1 枚にビニール質のズボンのみであったが、7 合目の途中から更にレインウェアの上着と軍手を着用した。2 日目の下山までは、長袖シャツ 1 枚にフリースと裏起毛のズボンを着用し、その上からレインウェアの上下と軍手を着込んだ。軍手は手の保護に役立つ上に防寒の役割も果たす。

上記の服装で登山中に寒さを感じることは無かったが、休憩などで止まっている間に寒い思いをしたことが何度かあった。深夜の 8 合目の段階で体感気温は真冬程度であり、特に山頂は風が強く非常に



図 1 焼印を集めた金剛杖。



図 2 12 年に渡る焼印が同席している。

寒かった。御来光を待っている間は震えが止まらなかったのも、防寒具の他に風を防ぐ防寒器具があると良いかも知れない。一方、下山を始めてからは長袖シャツ 1 枚で腕捲りをするほど暑く感じた。山の中では日光の有無で体感気温が大きく変わるので、細かく調整できるようにしておくのが最良であろう。なお、登山中は常に靴下を 2 枚重ねて着用していた。私は基本的に帽子を装着していたが、日焼け止めを塗っていたり肌が強い自信があるならば不要であろう。

また、去年の登山において大雨の中で行動した際には、レインウェアを着込んでいたために濡れたのは手足のみであった。雨対策としては手袋と靴下の準備だけで良いと思われる。

2.3 小物・消耗品

2.3.1 金剛杖の功罪

金剛杖を携帯して私が感じたことは以下の通りである。

- 金剛杖の長所
 - － 比較的平坦な道や特に下山道における歩行の補助（ストックと同様）
 - － 岩場における体の支持（ストックと同様）
 - － 焼印（図 1, 2）の受領（有料）
- 金剛杖の短所
 - － 行き帰りの交通機関で邪魔
 - － 重さや太さから来る手の疲労
 - － 岩場における片手の不自由

金剛杖を所持するメリットも確かにあるがその殆どはストックで代用可能であり、一方で金剛杖の携帯には多くの短所が存在する。結局のところ、携帯

するか否かの判断は本人が焼印にどれほどの魅力を感じるかによると思われる。

焼印は山小屋毎に独自のものが存在し、コンプリートを目指すことも気に入った印のみを受領することもできる。但し、焼印は有料であり、1回200円か300円必要であることを覚えておくように。

2.3.2 小物

御来光を目指すにあたってヘッドライトが必要であることは言うまでもないが、私はここで予備電池の必要性を強調したい。今回の登山の3人パーティの内、1人は電池を忘れ、私のライトは事前の動作確認に反して点灯しなかった。結局、もう1人がライトと予備電池を持ってきたため、それを用いた2つの明かりの下で登山を継続することとなった。電池忘れや動作不良のような非常事態も考えられるので、仲間のことも考えて予備電池を用意することは重要である。

カメラ、携帯電話、腕時計の電子機器の中に必須な物はない。しかし、貴重な体験の記念や、仲間とはぐれたり山小屋への到着が遅れる際の連絡や、休憩時間の管理など、邪魔にならないのであれば持って行った方が良いと思われる。

今回の登山でタオルの出番はなかったが、雨に遭遇した場合はあった方が快適に過ごせる。これもスペースに余裕があれば準備した方が良いでしょう。

登山ルートの地図を準備しておくことにより、休憩の計画を立てたり次の山小屋への距離を知り、歩くモチベーションを上げることができる。かさばるものでもないので、印刷したものを携帯しておくとう登山が楽になる。

皆様が関心ある消耗品であろう携帯酸素だが、私は基本的に不必要であると思っている。今回使用したベレット状の携帯酸素に「気休め」以上の意味はなく、出番のなかった缶の携帯酸素は「お守り」に過ぎなかった。特に酸素缶はどの山小屋でも売られているため、本当に必要になった際には割高だが現地で購入すれば良い。缶はザックのスペースを圧迫するし、未使用で持ち帰っても邪魔になるだけである。

2.3.3 携帯食

登山は想像以上に体力を消費し、エネルギーを必要とする。また、5合目以上の食事は当然割高である。そこで重要になるのが十分な量の携帯食である。

携帯食には、チョコなどの簡単に口に含める物



図3 五合目の景色。写真外左に多くの売店、食事処や休憩所などの施設がある。ここから既にゴミ箱はなくトイレは有料。

と、スナックバーなどのしっかり補給できる物を用意すると便利である。前者は小休止の、後者は大休止や山小屋での食事に有効である。簡単に補給できる物で、特に勧めたいのがソフトキャンディである。チョコよりも長く残り、かつ飴よりも早く溶け甘いため、歩き始める際にこれを口に含むと自然と足が軽くなる。気がする。

2.3.4 飲料

歩いている最中はあまり気にならないが、思いの外よく喉が乾く。富士山では水は何よりも貴重品であり、現地調達には結構な費用がかかる。それを気にして脱水になっては元も子もないので、水分は十分に準備しておくこと。私の場合、家を出発してから帰宅するまでに使用した携帯飲料は計2350mlであったが、これではやや少ない印象を受けた。

しかし、水は何よりも重くかさばる荷物である。資金に余裕があるならば、現地調達に頼むというのも選択肢の1つなのだろう。

3 登山記録

3.1 1日目：五合目

初日(9/12)の8時にバスで新宿駅を出発し、5合目には11時頃に到着。体を慣らす為に40分程度の休憩を取る。その間に小御嶽(こみたけ)神社を参拝し、昼食を取り、富士山環境保全の募金を行った後に出発。この時の天候は雲の多い晴れであった。

五合目に施設は多い(3)がゴミ箱はなく、ここ以上のゴミは全て持ち帰り。往路でゴミが出る場合はパーキングエリアで捨てた方が良いでしょう。食事



図4 六合目以降の砂利道。ジグザグな道がしばらく続く。

処や休憩所などは充実しているので、時間を潰すことに問題はない。余談であるが、私が初日の昼食に食べた山菜うどんは700円であり、帰りに食べた豚丼は980円であった。

トイレ代：100円

3.2 1日目：五合目～七合目

五合目から六合目までは比較的平坦な道や石畳の道が続き、水平方向に移動する。途中までは木々の間を歩くのだが、六合目以降の植物は背の低い草のみである。六合目には安全指導センターや休業している山小屋があり、開けている場所があるため休憩に適している。晴れていたら展望が良かっただろうが、登り始めてからの天候は曇。疲れを感じる前の休息が重要、ここで小休止（ベレット酸素&糖分補給）。

ここから七合目まではジグザグの砂利道が延々と続く（図4）。登るのに苦労はあまりないが、小休止を取りながら無理のないように次の山小屋を目指す。登山道ではパーティで広がり過ぎないように歩き、他のパーティに追いつかれたら道を譲るようにする。抜かす・抜かされる際に一言声を掛けると非常に気持ちが良い。

時折の晴れ間に心を弾ませながら順調に登り続ける。五合目以降で営業中の最初の山小屋（「花小屋」）に到着したらそこが七合目である。ベンチに腰を落着けて、大休止（スナックバーを食べる等）を取る。



図5 急に始まる岩場。場所によってはこうように進むため軍手等の着用が必要。

これ以降のトイレ代：200円

3.3 1日目：七合目～八合目

七合目手前から急斜面の岩場が始まる（図5）。岩場では落ちて足が掛けられる場所を探り、着実に進む。また、岩場の道幅は特に狭いため、譲り合い重点。登る方法には杖で体を支える方法と両手によじ登る方法があるだろうが、その両方において怪我防止のために軍手等の着用は重要である。

七合目以降多くの山小屋があるため、地図を参考に休憩の予定を立てつつ、適度に休みながら進む。場合によっては岩場の途中でも小休止を取ることができる。余談だが、七合目付近の山小屋ではチョコが300円で販売されていた記憶がある。気温が下がってきたため、ここでレインウェアを上着として着用する。数度の大休止を取りながら八合目到着。その前後で岩場終了。

岩場を越えると、再度砂利道に突入する。これ以降の砂利道は六合目のものより砂利が大きくなっており、拳大より大きな石も多数転がっている。石に足を取られないよう慎重に歩を進める。そうしている内に宿泊予定の山小屋（「白雲荘」）に到着。時刻は約15:30とまだ早い、1日目の登山はこれにて終了。

余談ながら、去年の登山では八合目到着した頃には日没しており、1日目からヘッドランプを使用した。疲労も今年のものより遥かに大きかった。前半にペースを上げすぎたことが原因かと思われる。

3.4 1日目：山小屋

山小屋では主に食事と仮眠を行う。到着が早かったので直ぐの夕食とはならず、荷物の整理、焼印（300円）の受領や翌日の予定の確認を行い食事の



図6 山小屋の寝床（1人／寝袋）。荷物は上から吊るす。



図7 吉田口山頂直前にある鳥居。この上に久須志神社や山小屋がある。

準備を待つ。今晚の食事はハンバーグカレー。決して豪勢なものではないが、温かい食事がこれ以上なく美味しい。しかし、量は普通の1食よりも少ないので、携帯食も食べて腹を満たす。最後に弁当とお茶を受取り寝床へ移動。

本日の寝床は屋根裏の寝袋（図6）。1人のスペースは、荷物を含めて寝袋1つ分のみ。ここでの睡眠は、以下の理由による過酷なものである。

1. 身を預けるのは所詮寝袋
 - 寝返りできないほど狭いスペース
 - 床が固く感じられる床
2. 容赦無い常夜灯
 - 場所によっては顔に当たるライトの光
3. 時間を問わない人の出入り
 - 聞こえてくる話し声や物音
4. 四方からのいびき攻撃
 - 学生のそれとは桁違いおじさま方のいびき

2日目の未明（2時過ぎ？）に起床、弁当と携帯食で朝食を済ませ、山小屋を出立。

トイレ代：200円（初回のみ）

3.5 2日目：八合目～山頂

闇夜の中、山頂に向けて登る。ここでヘッドランプの出番となる訳だが、準備不足により3人パーティで2つのヘッドランプの明かりを共有することに。ランプがあっても道は暗いため足元の石が確認し辛く、体に疲労も溜まっているため前日以上に注意して歩く。

しばらく登ると本八合目を通過するが、ここより上は全て浅間大社奥宮の境内らしい。その後の八合五勾にある山小屋（「御来光館」）は山頂までの最後

の山小屋なので、焼印受領後、休息を取ってから出発する。ここを越えた辺りから、有名な御来光目当ての行列が始まる。

行列に入ると当然ながらペースが非常に遅くなる。ゆっくり歩くほうが疲れるが、こればかりは仕方ない。噂に聞く、登山者の光の行列を写真に取ろうとしたが綺麗に写らなかった。途中にある鳥居が九合目の目印である。

九合目を過ぎてしばらくした頃（4:30前）になると、はっきり空が明るみ始める。なおも行列は続き、山頂での御来光を諦めてきた頃、行列の崩壊が始まる。夜明けに焦ったのか列を無視して進む人が増え始めたことにより行列は消滅し、最終的には結構な速さで全体が移動していた（皆、その気になれば速く動けるんじゃないか……）。最後は再び岩場になるが、鳥居（図7）が見えたら終着点は間近である。

3.6 2日目：吉田口山頂・御来光

鳥居の奥の階段を登ったところが吉田口の山頂であり、久須志神社（浅間大社奥宮の末社）が鎮座している。なお、そこには「富士山山頂浅間大社奥宮」と書かれた石碑があるが、その社は浅間大社奥宮ではない。時期が遅かったため山頂にある全ての神社及び殆どの山小屋は既にしまっており、私は焼印を受領することができなかった。

私達が山頂に到着したのは4:40頃であった。御来光まで周辺の写真を取るなどして時間を潰していたが、この間、身に堪えたのが寒さであった。この寒さを含めて、心の底から御来光の瞬間を待つ。

結局、御来光が始まったのは4:55頃からであった。当日は雲が出ていたためにその瞬間は確認でき



図8 富士山最高峰である剣ヶ峰。建物（旧富士山測候所）が見えるのが剣ヶ峰であり、左手の斜面が「馬の背」である。

なかったが、それでも非常に美しい朝日を拝むことができた。ここは感動を語る場ではないので詳細は控える（写真の掲載も控える）が、偶然にも飯能市ゆかりの某登山漫画のTシャツを着たパーティと歓談できたことを紹介しておこう。御来光の写真撮影が終わり次第、お鉢巡り（火口一周）へと出発する。

3.7 2日目：御鉢巡り・剣ヶ峰

お鉢巡りの道は傾斜が比較的緩く、日も出たため非常に快適な道中となった。大半の雲は眼下にあり、抜けるような青空がとても気持ち良かった。まだ9月半ばだというのに火口には少量の雪が積もっており、氷柱なども確認できた。帰りのバスの時間も迫っているので、急ぎ足で巡る。

吉田口山頂より時計回りに巡り浅間大社奥宮を過ぎた後に見えるのが、富士山最高峰、すなわち国内最高地点である剣ヶ峰（図9）である。剣ヶ峰は「馬の背」と呼ばれる傾斜の大きい道（図9左）の先にある。この馬の背は非常に傾斜が大きい（体感では40度程度）砂道で、登る際には本当に滑り落ちるかと思われた。剣ヶ峰には富士山特別地域気象観測所（旧富士山測候所）と「日本最高峰富士山剣ヶ峰」と書かれた石碑があり、そこで小休止。剣ヶ峰の後にはもう半周程度歩き吉田口山頂に戻り、そこで久し振りの大休止、そして下山へ。

トイレ代（富士宮口山頂）：300円

3.8 2日目：下山（山頂～五合目）

吉田口は登山道とは別に下山道があるため、そちらを通して下山する。この道はブルドーザーが通る道でもあり、延々とジグザグの砂利道が続く。この

道も八合目以降の登山道のような大きな石が紛れた砂利道であり、比較的傾斜もあるため足を取られて転びそうになる。

下山の段になると体に疲労が溜まっており、特に膝が言うことを聞かなくなってくる。このような下り坂では金剛杖が大活躍するのだが、杖をずっと持っていた右手が疲労により痛くなっており、杖を使うのに苦労した。ここではゆっくり降りている人が多かったが、私達は非常にサクサクと（ザクザクと）下りてしまった。無理がない範囲のペースを維持することは勿論だが、可能であれば速いペースで下りた方が重力に逆らわずに済むので結果として楽だったのである。軽快なペースで下り続け、登山道の六合目と合流。その後は、これから登る登山者とすれ違いながら登山道と同じ道を引き返すことになる。

こうして五合目到着までに要した時間は2時間程度であった（目安は4時間程度）。昼食を取るなどしながら帰りのバスを待ち、11:30にバスが出発。

3.9 2日目：下山後

下山後の温泉までがツアー内容。2時間で汚れを落とし、疲れを癒やして休憩室で横になる。酒が飲めるのであればビールなどを飲んでも良いだろう。その後、バスで寝ている間に新宿駅到着で人生3度目の富士登山終了。

むすびに

以上が、私の富士山初登頂の記録である。今年は登山は天候に恵まれ、パーティ全員の体調も良く、御来光を山頂で拝むこともできた素晴らしいものであった。これから登る人にもこのような幸運があることを願う。



図9 富士山最高峰、剣ヶ峰にて。太陽万歳！