

# 2016年(平成28年) 北海道山紀行 コースタイム

## 1 積丹岳(1255.2m)

	7月30日(土)
コース	積丹町登山口～積丹岳(往復)
天候	曇・霧
歩行	6時間20分 22300歩

		標高
7:40	登山口発	440
7:50	三合目	460
9:30～9:35	七合目休憩	920
10:05	八合目	1010
10:35	九合目	1125
11:00～11:35	積丹岳山頂(10合目)	1255
11:53	九合目	1125
12:13	八合目	1015
12:40	七合目	915
13:15	五合目	615
14:00	登山口着	435
<b>所要時間</b>	6時間20分 22300歩	標高差:820m

- \* 登り始めは曇りで視界はあったが、7合目あたりから霧の中へ入り山頂では視界無し。メチャメチャ蒸し暑い日で、全身汗まみれになった。
- ・七合目付近にラン(キソチドリ?)が数株咲いていた。
- ・五合目付近にイチヤクソウ(コバノイチヤクソウ)が群生して咲いていた。

## 2 札幌岳(1293.8m)

	8月1日(月)
コース	豊平峡登山口～札幌岳(往復)
天候	晴/曇
歩行	7時間20分 21300歩

		標高
6:40	登山口発	470
8:00	林道横断	680
8:50～9:05	冷水小屋	865
10:05～10:15	休憩	1120
11:00～11:30	札幌岳山頂	1294
12:35～12:50	冷水小屋	870
13:21	林道横断	690
14:00	登山口着	470
<b>所要時間</b>	7時間20分 21300歩	標高差:830m

- \* 曇り気味でメチャメチャ蒸し暑い一日だった。雲があり遠望は無かったが雲が高かったので足元の札幌市街方面は良く見えた。
- ・結構花が多くて時間を食った。冷水小屋の上でアリドオシランの群生を見て興奮した。ナデシコ咲きのエゾアジサイが数株自生していて驚いた。

### 3 旭岳(2290m)・間宮岳(2185m)

	8月3日(水)
コース	姿見～旭岳～間宮岳(往復)
天候	快晴
歩行	7時間00分 24300歩

		標高
6:40	姿見駅発	1620
7:00	姿見池	1690
7:30	6合目	1820
7:30～7:45	休憩	1870
7:55	7合目	1940
8:50～9:10	旭岳山頂	2290
9:30	裏旭キャンプ場	2080
10:10～10:30	間宮岳山頂	2175
11:00	裏旭キャンプ場	2080
11:45～12:00	旭岳山頂	2290
12:30	7合目	1945
12:55～13:10	姿見池	1690
13:45	周遊して姿見駅着	1625
<b>所要時間</b>	7時間00分 24300歩	標高差:700m

- \* 私の大雪山はいつも快晴だ。真夏の太陽ですっかり日焼けした。  
 間宮岳まで行くと御鉢平とそれを囲む外輪山の北鎮岳、北海岳と黒岳や  
 白雲岳まで大パノラマが目の前に開けて見える。  
 ・さすが大雪山系の山、花の季節が終わりに近い今でも、お馴染みの  
 高山植物の花々が咲き乱れている。嬉しい山です。

### 4 ニセイカウシュッペ山(1879m)

	8月4日(木)
コース	古川林道登山口～ニセイカウシュッペ山(往復)
天候	曇・霧・晴
歩行	(登山口から) 5時間40分 20000歩

		標高
7:30	登山口まで2.4km地点を出発	940
8:05	登山口発	1160
9:20～9:25	休憩	1550
9:50～10:00	展望台	1575
10:40	(山頂まで)あと1km	1780
11:15～11:30	ニセイカウシュッペ山山頂	1880
12:26	展望台	1580
13:33	(山頂まで)あと5km	1210
13:40	登山口着	1165
14:10	駐車地点着(2.4km下)	945
<b>所要時間</b>	6時間50分 28000歩	標高差:940m

- \* 林道の砂利道急坂が登れず、登山口手前2.4km地点に車を置き  
 登山口まで林道を歩いた。四駆車は登山口まで登れていた。  
 往復で約5km余計に歩いたことになった。  
 展望台あたりから上は雲の中に入り展望がきかなかった。時折霧が晴れて  
 山容が見えたがすぐに雲が湧き隠れた。前回よりコンディションが悪い。  
 ・この山はなんでこんなに花が豊富なのか！ 前回も感動したが、今回も  
 花の種類が変わっているが美しいお花畑に癒された。

## 5 斜里岳(1544.8m)

	8月6日(土)	
コース	清岳荘～二股(旧道)～山頂～(新道)～清岳荘	
天候	快晴	
歩行	7時間30分	22000歩

		標高
6:50	清岳荘発	700
7:08	登山口	680
758～8:03	下二股	810
9:45～9:57	上二股	1225
10:30	馬の背	1435
10:55～11:30	斜里岳山頂	1545
11:43	馬の背	1440
12:10	上二股	1230
12:50	熊見峠	1235
13:33～13:40	下二股	820
14:07	登山口	690
14:25	清岳荘着	700
<b>所要時間</b>	7時間30分	22000歩 標高差:845m

\* 無風快晴のすばらしい天気にも恵まれた。

- 目の前に羅臼岳遠くに国後島の羅臼岳も見えた。西には雄・雌阿寒岳  
 摩周湖、屈斜路湖がはっきり見えた。山頂で30分以上も景色を楽しんだ。  
 ・上二股までは渡渉の繰り返しで、上りは旨く石の上を飛んで渡ったが  
 下りでは疲れてしまい、何回も石を踏み外し水の中に足を突っ込んだ。  
 ・山頂近くではフタマタタンポポの花塊を見つけ、初めて見た花に感激した。

## 6 摩周岳(857m)

	8月7日(日)	
コース	摩周湖第一展望台～摩周岳(往復)	
天候	快晴	
歩行	6時間00分	26000歩

		標高
6:50	摩周湖第一駐車場発	565
8:33～8:40	摩周湖展望ベンチ	645
9:05～9:15	西別岳分岐	665
10:00～10:30	摩周岳山頂	860
11:19	西別岳分岐	670
11:45～11:50	摩周湖展望ベンチ	655
13:05	摩周湖第一駐車場着	570
<b>所要時間</b>	6時間15分	26000歩 標高差:300m

\* 快晴の摩周湖畔を7kmくらい歩いて摩周岳に辿り着いた。

- 暑いけど時々真っ青な摩周湖を左手に見て気持ちの良い草原です。  
 西別岳分岐あたりではコイチヨウランという超レアなランに巡り合った。  
 山頂から覗きこんで見る摩周湖の澄んだ青い色は格別に美しい。

## 7 雄阿寒岳(1370.5m)

	8月12日(金)
コース	滝口登山口～雄阿寒岳(往復)
天候	快晴
歩行	7時間30分 24700歩

		標高
5:50	登山口駐車場発	450
6:15	登山道入り口	460
6:33	一合目	520
7:05	二合目	675
7:45	三合目	790
8:11	四合目	955
8:50～8:57	五合目・休憩	1200
9:15	六合目	1235
9:22	七合目	1310
9:33	八合目	1355
9:42	九合目	1330
9:45～10:00	雄阿寒岳山頂	1375
11:00	五合目・休憩	1205
11:25～11:30	四合目・休憩	960
13:20	登山口駐車場着	460
<b>所要時間</b>	7時間30分 24700歩	標高差:930m

- \* 快晴の雄阿寒岳を楽しんだが、10時過ぎる頃から雲が湧いてきた。  
 ・足元に幻の湖・ペンケトー、パンケトーをはっきり見ることが出来た。  
 ・アルドオシランやコイチヨウラン、ミヤマウズラなどランが多くて楽しかった。  
 ・四合目から五合目の標高差350m弱の急坂は、上りはもちろん下りでもかなりきつかった。

## 8 アポイ岳(810.6m)

	8月13日(土)
コース	冬島登山口～アポイ岳(往復)
天候	晴
歩行	5時間30分 18700歩

		標高
7:40	登山口駐車場発	90
7:55	一合目	125
8:20	二合目	190
8:40	三合目	250
8:53	四合目	320
9:04～9:15	五合目休憩小屋	385
9:33	六合目	495
10:04	馬の背	615
10:18	お花畑分岐	635
10:45～11:10	アポイ岳山頂	810
11:43	お花畑分岐	640
11:54	馬の背	620
12:23～12:30	五合目休憩小屋	390
13:20	一合目	120
13:30	登山口駐車場着	90
<b>所要時間</b>	5時間50分 18700歩	標高差:720m

- \* 快晴のアポイ岳・美しく光る様似の海岸線を眼下に眺めながら楽しい登り。
- ・花の季節は終りに近いのに、この山にはアポイマンテマ、アポイハハコ、アポイカラマツ等この山固有の花がいっぱい。キンロバイが一面に咲きイブキジャコウソウ、チシマセンブリが登山道脇にずっと咲いていた。
- ・11時過ぎには雲が出て来て視界が悪くなった時もあったが、午後にはまたすっかり晴れわたった。

### 9 室蘭岳(911m)

	8月15日(月)	
コース	登山口～(西尾根)室蘭岳～(南尾根)登山口	
天候	快晴	
歩行	4時間30分	13300歩

		標高
6:30	だんバラ駐車場・登山口発	430
6:45～6:50	白鳥ヒュッテ	475
8:40	825ピーク	830
9:30～10:00	室蘭岳山頂	910
10:50	白鳥ヒュッテ	480
11:05	だんバラ駐車場・登山口着	430
<b>所要時間</b>	4時間30分	13300歩
		480m

- \* 去年は霧の中で何も見えなかったが、今年は良く晴れて、北の方には足元に室蘭の街が一望でき、噴火湾の向こうに駒ヶ岳が、北を見ると有珠山とその奥に羊蹄山が頭を出していた。
- ・去年はランの多さに驚いたが、今年は時期が遅いせいかオオヤマサギソウだけが咲いていた。

### 10 黒松内岳(739.8m)

	8月16日(火)	
コース	登山口～黒松内岳(往復)	
天候	曇・霧	
歩行	2時間40分	9600歩

		標高
7:45	登山口発	225
7:49	一合目(迂回路分岐)	255
8:05	迂回路上分岐	350
8:22	急坂終わる	470
9:10	九合目	690
9:18～9:30	黒松内岳山頂	740
10:12	迂回路上分岐	350
10:20	一合目(迂回路分岐)	255
10:25	登山口着	220
<b>所要時間</b>	2時間40分	9600歩
		520

- \* 今年も霧の中の黒松内岳となった。ブナの北限と云われ鬱蒼とした美しいブナ林に包まれているが、やはり湿気が必要で霧や雨が多いのだろう。
- ・山頂最後の登りは、脆い岩場の急斜面で、ロープに命を預けて登る。低山ではあるが色々と変化があり面白い山だ。
- ・花にはこれと云って面白いものは無く、エゾリトラノオが唯一良い花だ。

## 11 駒ヶ岳・馬の背まで(900m)

	8月18日(木)
コース	赤井川登山口～馬の背(往復)
天候	快晴
歩行	2時間00分 8800歩

		標高
8:35	六合目駐車場発	495
9:40	八合目	670
9:20.～9:30	九合目	765
9:45～10:30	馬の背(これ以上入山禁止)	900
10:55	銚子口分岐	655
11:10	六合目駐車場着	495
所要時間	2時間30分 8800歩	400

- \* 火山活動による入山規制で標高900mの馬の背までしか登れないが馬の背から見る駒ヶ岳岩壁の眺めは飽きることなくすばらしい。まるでイタリアかスイスにいるような感覚になる。
- ・登山道の両脇にはシラタマノキがずっと白い花を咲かせて歓迎してくれた。

## 12 恵山(618m)

	8月19日(金)
コース	登山口～恵山(往復)
天候	晴・霧
歩行	3時間00分 10500歩

		標高
8:15	駐車場発	330
9:20	登山道入り口	355
8:30	権現堂登山コース登り口	375
9:40～10:20	恵山山頂	615
11:02	権現堂登山コース登り口	370
11:11	登山道入り口	360
11:15	駐車場着	330
所要時間	3時間 10500歩	290

- \* 途中で雲が出て霧に包まれ視界が無かったが、山頂の「恵山大権現」にお賽銭をあげて拝んだご利益があったのか、山頂では雲が切れ、恵山の街並や溶岩の山・恵山の山肌とその下に広がる日本海がよく見わたせた。
- ・前来た時はおばちゃんグループがいて賑やかだったが、今回会ったのは単独行の数人だけだった。
- ・山頂には実をつけたコメバツガザクラが群生し、ノギランが沢山生えていた。

