

第17章 山小屋以外の宿泊法

東京周辺で登山を始める人は最初に高尾山・丹沢表尾根・奥多摩御岳山のような人気の低山へ行く。こういう所は登山道がしっかり整備されていて歩き易い。そのうち上達して自信がつくと余裕をもって周りを見渡し、登山にはいろんな楽しみ方があることに気付く。その中の一つが縦走登山だ。

縦走登山で山に入る場合、日本アルプスの人気部分を除くと山小屋が都合よく並んでいることは稀だから、無人小屋かテントが宿泊の手段になる。

1、無人小屋とテント泊

(1) 無人小屋

無人小屋と言っているのはほとんどが避難小屋だ。地図には無人小屋と書いてなくて避難小屋と書いてある。人気ルートの登山道には山小屋があるけれど、滅多に人が来ない辺鄙な登山道では経営できないから山小屋を作る人はいない。しかし、そういう所でトラブルがあったら困るから自治体で作った救助用の小屋が避難小屋で、管理人の駐在はない。避難小屋は緊急避難用の公共の小屋であって、登山者が山小屋代わりに使うのは本来の使い方ではない。従って、使わせて頂くという謙虚な気持ちでマナーを守って泊まらなければならない。

(2) テント

緊急の場合を除いて、テントはどこに張っても良いのではない。キャンプ指定地があって、日本の場合、基本的に国立公園内は指定地外の幕営は禁止だ。指定地は大小さまざまで、100張り以上の所もあれば10張り前後の所もある。繁忙期にはすぐ埋まってしまうから遅く到着すると条件の悪い所しか残っていない。

大規模キャンプ指定地のベスト12は次の通りで、いずれも水場やトイレ等の設備が整っている上に、山小屋が近くにあるから安心だ。自分のテントが分からなくなってしまう心配はあるが、地の利が良く、重い荷物を背負って長時間歩く必要がないから初心者には有難い。先ず、こういう定着型のキャンプでテント生活を体験し、そのあとで縦走登山に挑戦しよう。

- ・北アルプス涸沢（500張）
- ・北アルプス上高地（400張）
- ・八ヶ岳赤岳鉱泉（300張）
- ・北アルプス雷鳥沢（300張）
- ・中央アルプス敬神ノ滝（300張）
- ・北アルプス剣沢（300張）
- ・奥秩父廻目平（200張）
- ・北アルプス雲ノ平（200張）
- ・北アルプス徳沢（200張）
- ・八ヶ岳行者小屋（200張）
- ・北アルプス三俣蓮華岳（200張）
- ・九重坊ガツル（200張）

(3) 無人小屋泊とテント泊の比較（一方の短所は他方の長所）

□無人小屋泊の欠点

- ① 丁度良い場所がない；一泊だけなら小屋に合わせて計画すれば良いが、何泊かの縦走を無人小屋だけで計画するのは無理。
- ② 混雑すると入れない心配がある；5人～20人が入れる規模なので、何パーティーか先客がいると一杯になってしまう。
- ③ 気兼ねする；テントのように自分達だけの世界にならない。
- ④ 眠れないかも知れない；遅く入って来る人や早く出る人、等さまざまで、中には騒ぐグループがいるかも知れない。

□テント泊の欠点

- ① 高価；数万円するので何回か使わなければ元がとれない。
- ② メンテナンスが必要；汚れを取り、塩分を洗い、乾燥させてから保管する。
- ③ 重い；昔より軽くなったが、本体・フライ・ポールを合わせるとかなり重い。
- ④ 面倒；設営と撤収が面倒で、風雨が強い時や寒い時は悲惨な思いをする。
- ⑤ 狭い；天井が低くスペースも狭いので窮屈な思いをする。
- ⑥ 設営地を誤ると危険；増水・落石・雪崩に遭遇する危険がある。
- ⑦ 使い方を誤ると危険；テントの布地に通気性はあるが、結露すると駄目だから換気口を開けておく。これを怠ってガスを燃やすと二酸化炭素中毒の恐れがある。また、ガスボンベを倒すと火事になる。

2、役割分担

事前準備・運搬・現地の作業の全体に渡って役割分担すると良い。全員に参加している意識が芽生えて責任感が出てくる。

(1) 事前準備

気象・テント場・コース等の情報収集係，装備・燃料を手配してチェックする係，食事メニューを考えて食材の買出しをする係，交通アクセスを調査して乗車券購入やタクシー予約をする係、等に分担する。

(2) 運搬

体力を考慮して過大な負担にならないようにする。食料のように、日毎に減っていく物があるからバランスを考えよう。

(3) 現地の作業

テント設営・撤収・整地・無人小屋の掃除・水汲み・炊事、等を分担する。

3、装備

一般登山用品以外で必要な物を挙げる。

(1) 個人装備

- ① シュラフ；シュラフには春から秋にかけてのスリーシーズン用・冬期用・夏期用がある。高山は寒いから夏でもスリーシーズン用が良い。ファスナーが付いていて前が開く物でないと不便だ。
- ② シュラフカバー；透湿防水になっていてシュラフを保護する。たいていのシュラフは防水になっていなくて、テント内は結露で濡れるから必携だ。暑い時はシュラフカバーだけでも良い。これもファスナー付きを用意しよう。
- ③ サーマレストマット；昔のエアーマットは中で空気の対流が生じて寒かったが、今のサーマレストマットは改良されていて快適だ。全身用と半身用があり、特殊な事情でない限り半身用で充分だから軽量化を計ること。
- ④ ナイフ；万一、テント内で火事が起こると驚くほど火の回りが速い。あわてて開けると出口のファスナーが布を噛んで開かなくなる。その時は止むを得ないからナイフでテントを切り裂いて逃げる。テント内では常にナイフを携行し、出し易いポケット等に入れておく。
- ⑤ トイレットペーパー；山では水が貴重なので食器や鍋を洗う代わりにトイレットペーパーで拭く。中芯を抜いておいて中央から引き抜いて使うと便利だ。水滴がたれると中までグシャグシャになるのでビニール袋に入れて保管しよう。
- ⑥ その他；食器・箸・ゴミ入れ袋

(2) 共同装備

- ① テント；遠征隊や合宿で使うベースキャンプ用や強風に耐える高強度のものがあり、熱帯地方用のオールメッシュもあるが、そういう特殊なものでなく一般登山用のコンパクトなものを購入しよう。重要な事は軽量化と扱い易さだ。従来のテントは本体・フライ・ポールと分かれていたが、本体をゴアテックスにしてフライ無しのもので出ている。トータルでは軽いのだが、大勢で分割して運ぼうとするとパーツでは重い。大きさの表示は3人～4人用となっていて分かり難いが、3人なら荷物を中に入れ、4人だったら荷物はテントとフライの隙間に置く、というように理解したら良い。
- ② テントマット；地中からの防湿と保温の役目をする。
- ③ その他；ガスボンベ・バーナ・コップフェル・おたま・水・食材・ライター・調味料や油（小分けして、中身が分かるようにして持って行く）・板（ボンベ固定用）

4、食事

登山の食事に求められる要素は軽い・早い・簡単・栄養・味，だが縦走は何日も背負って歩くので食材の軽量化が重要ポイントだ。レトルト系食品よりフリーズドライ系食品の方が軽い。水場があれば調理用の水は不要で、雪山では雪を溶かして水を作る。水の量とガスの量はしっかり計算して過不足なく持って行く。食材は包装を取り外し、インスタント食品等は山小屋の売店で調達しよう。ただし、売っていない山小屋もあるから事前に調べておかなければならない。調理手順や所要時間は家で研究してから出発すること。出来れば家で試してみるのが良い。

5、テントの設営場所

- (1) 水捌けの良い所；。窪地は雨が降れば流れ込んでくるから駄目。湿地や水が流れた形跡のある所を避ける
- (2) 平らな所；整地しても傾斜が直らないなら、高い方を頭にして寝るしかないが、夜中に少しずつ体がずり下がってきて、何回か体勢を戻さなければならない。
- (3) 安全な所；落石や土砂崩れの心配があるから崖下にはテントを張らない。沢筋の時は出来るだけ高台を選ぶ。水が濁り出したらあっという間にザーッときて、1mや2mはすぐ水位が上がる。草地まで上がっておけば安心だ。
- (4) 風当たりの弱い所；鞍部は風の通り道になっていて突風が吹く。沢も風の通り道になっている。稜線上は常に強風に曝されるので尾根を少し下った所が良い。
- (5) 水場・トイレ・登山道、からは遠からず近からず；遠いと不便だが、あまり近過ぎると人の往来が激しくてうるさい。
- (6) 団体や大人数のテントの近くは避ける；宴会が始まったらうるさい。

6、テントの設営と撤収

テントの組立て方は購入時に店で教わるとして、ここでは設営時の注意事項を書く。

- (1) テント設営の前に整地を行う。傾斜地はなるべく平らに均らし、石を拾う。
マットを敷いても突起するような石があると熟睡できない。
- (2) テントの出入り口は風が吹く方向に向けない。設営時に風が無くても沢や稜線を読んで、風向きと直角方向に出入り口が来るようにする。沢では上流側から風が吹くことが多い。
- (3) テントを袋にしまう時は空気の逃げ道を考慮しながら押し込むだけで良い。きれいに畳むのは時間が掛かるし、2人がかりでやらなければならない。それに、いつも同じ所に折り目が付くので痛み易い。
- (4) テントを張る際は山小屋等の管理所で受付を済ませて使用料を支払う。その後、受付済を証明する札を貰ってテントの外側に下げる。

7、テント内の生活

(1) 前の晩

- ① 設営したら 1 人だけ入ってテントマットを敷く。その後メンバー全員のザックを手渡しで入れ、とりあえず四隅に置く。それから全員が入って荷物を整理する。
- ② 火の付いたガスコンロを倒したら大変だから特に注意する。そのため、テント内で立ち上がる時は隣りの人の肩を借りてふら付かないようにする。
- ③ 互い違いにするか頭を並べるか相談して寝る場所を決める。外側寄りには寒いし結露でテントが濡れて条件が悪いので、体力が弱い人を内側へ入れる。
- ④ 狭いので寝る準備は一人ずつやる。その間、他の人は外でトイレに行ったりして時間を潰す。
- ⑤ シュラフの袋に予備の衣料等をつめ込むと枕が出来る。エアーマットの袋等、袋類は全てここだと決めておけば、翌朝あちこち探さなくて済む。
- ⑥ シュラフの中にスッポリ身体を入れてから、シュラフカバーをズルズル引き上げていく方法が良い。
- ⑦ ザックは足の下に敷く。足を少し持ち上げて寝ると疲れがとれるし、夜間に冷えてきたらシュラフごと足を入れると暖かい。
- ⑧ ヘッドランプと水筒を枕元に置く。

(2) 朝

- ① 起きたらまず、全員が歩調を合わせて火を焚く場所を作る。テント内を暖めると同時に湯を沸かす為で、お湯さえ作っておけば何にでも使える。
- ② シュラフやシュラフカバーを袋に入れる作業は狭いから座ったままスピーディーにやる。この場合もたたむと言う発想は捨てて、空気の逃げ道を考えながら押し込む。
- ③ サーマレストマットから半分空気を抜いて折りたたむと座布団になる。
- ④ 以上の事を全員がやれば真ん中にスペースが空くので、そこに向き合って火を焚き、お湯が沸くまでの間に座ったまま荷物を整理する。
- ⑤ 座ったまま作業する為には、手の届く所に必要な物を整理整頓して置かなければならない。