

山行記録カード・クラブ名					
山名	鎌ヶ岳		所在地	水沢町・菰野町	
実施日	2025年9月27日 (土)		天気	晴れ	
参加人員	29名				
1班	L 永田	・ S L 田崎	2班	L 院南	・ S L 山田
いくわ名 (8名)	こだま名(8名)	山登名(5名)	櫻 (4名)	よーでる(1名)	会員外(3名)
コースタイム					
宮妻峡キャンプ場駐車場8:00集合。8:30出発～カズラ谷入口～カズラ谷分岐～ 岳峰～鎌ヶ岳11:25～(昼食)～12:20～岳峰～カズラ谷分岐～駐車場15:15 一部解散15:30 残り解散16:10					
自分の体力で	とてもキツイ	2	ややキツイ	7	普通
	16		やや楽	4	楽々
【今日の山行の感想】感じたこと、心に残ったこと、動植物など					
<ul style="list-style-type: none"> <li>今日は天気もよく、登山日和。まだ夏の天候だが、秋の空気も少々、山々の風量もバッタリで良かったです。</li> <li>きつい山でしたが、ゆっくり・のんびり歩いて頂いたので助かりました。</li> <li>一定の速度で歩いて頂いたので、歩き易かったです。</li> <li>班の人数が多かったけれど、1班と2班との間をあけて、とても歩き易かったです。</li> <li>ゆっくりペースで楽しかったが、もう少し休憩が欲しかった。</li> <li>久しぶりのカズラ谷コース鎌ヶ岳、ザレ道や足の置き場に迷う道等を楽しく歩けました。</li> </ul>					
<p>また、年齢と共にカズラ谷コースの帰り道が長く感じるようになりました。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>良いペースで歩いて頂き、全然、疲れなかったし、お天気も秋晴れで100点、満足。</li> <li>下山時、体調不良の方のお手伝いをし、私自身、初めての事でしたが、良い勉強になりました。</li> <li>こういう場に参加しようと思ったのは、より安心して登るためで、その意味では十分満足できました。</li> <li>回りを見て、もう少しゆっくり歩いてほしい。</li> <li>今回は例会案内に「ゆっくり歩き」と出していたので、足腰が弱くなってきた私にはぴったりで、鎌ヶ岳に登れ、元気が出ました。</li> </ul>					
担当者の感想					
<p>今回は昨年、雨で中止になったリベンジで、爽やかな秋晴れに恵まれ、今までの暑さもなく、最適の登山日和になりました。参加者29名の内、70歳以上の方が7割弱、少しきついカズラ谷コース鎌ヶ岳なので、心配していましたが、皆さん元気ハツラツで、</p> <p>まだ、まだ10年以上、山登りを楽しめると感じました。</p> <p>帰り道では体調不良の方もでましたが、40分遅れで無事、下山が出来て、ホットしました。</p> <p style="text-align: right;">例会担当者</p>					