

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 <u>29名</u>									
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）櫟（4名）よーでる（1名）会員外（3名）									
<u>コースタイム</u>									
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～ 岳峠～鎌ヶ岳11:25～（昼食）～12:20～岳峠～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
<u>【今日の山行の感想】</u> 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、山々の風量もバッチリで良かったです。</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。</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>									
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。									
<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>									
<u>担当者の感想</u>									
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、以前までの暑さもなく、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、									
まだ、まだ10年以上、山登りを楽しめると感じました。									
帰り道では体調不良の方もでしたが、40分遅れで無事、下山が出来て、ホットしました。									
例会担当者									