

健幸登山教室 8 赤坂山に参加して

友の会 梅影順子 2021年11月17日

11月14日(日)

「晴れて歩くと汗ばむくらいのなか、正会員5人に友の会会員5人のグループで出発する。指導者と会員のワンツーマンでラッキーである。大混雑しているテント村を左に見て登山口に向かう。

休憩を兼ねて冬山の気象の見方や読図等の説明を受け、難しいけどなるほどと思う事が多く、

同時に今まで山が好き、自然が好きだけの軽い気持ちで歩いていた自分の余りの未熟さに恥ずかしくなりました。

疲れないリュックの背負い方、ストックを使っての正しい歩き方等、基本中の基本から教えて下さり、

送電線や鉄塔は読図のポイントになる事、道迷いは登りより下りの時に起こりやすい事なども学びました。

この時期、歩いていると木々の美しさに心が落ち着きます。新緑の季節も心がすっとしますし、やっぱり山は素敵ですね。

もっと体力のある若い時から登っていたら良かったと思いましたが、「何事もやろうと思った時が始まりである」と何かの本で読みました。

この言葉を忘れずにこれからも山歩きを楽しんでいきたいと思います。但し、自分の体力を過信せず、自分のレベルにあった山へ

ベテランの方と一緒にいく事が安全登山に繋がるでしょう。これからも楽しい山歩きを続けていきたいです。

学んでも忘れる事が多くなってきた年齢ですが、一つでも覚えて身に着きたいですので、どうかよろしくご指導ください。

又参加できそうなプログラムがあった時にはお声をかけてください。

余談ですが黒文字の木がたくさん生えていましたが、高級料亭の楊枝に使用されていると聞きましたが、

チャンネルNo5の成分にも使われていると聞き驚きました。車に入れて香りが薄くなれば枝折して芳香剤にするのもいいと聞き、

留守番をしている夫のお土産にしました。歩くのが遅くお荷物になりましたが楽しかったです。

お世話になり有難うございました。」