

忘年登山

水沢(夏油)駒ヶ岳(いわて)

昨年雪の多さに登ることが出来なかった登山コースをリベンジ。秋ど真ん中。

新に整備された登山道を訪ねて見ることにしました。

地図の記載が全てではなくちょっと複雑な地形に目を凝らして整備されて新道を登ってみましょう。

そして翌年花の季節に自信を持って登れるように。

日 時 2012年 10月 28日(日)

山 名 みずさわこまがだけ

山 域 岩手県北上市胆沢郡金ヶ崎町

標 高 1130m

標 高 差 520m

集合場所 ゆうゆう館 5:30集合 5:40出発  
泉中央(セルバ東側) 6:00集合 6:10出発

行 程

仙 台 === 水沢 IC === 夏油大橋 === 奥宮登山口 --- C834 --- C900  
6:10発 9:00着 0:30 0:30

--- 夏油道合流 --- 夏油駒ヶ岳山頂 --- C996 --- C742 --- 金ヶ崎登山口  
0:40 0:50 0:30 0:40 0:40

=== 前沢IC === 仙 台  
19:00着

悪天行動

強風、有視界行動が取れない場合、安全な気象条件が確保出来ない場合は行動を見合わせるか、即刻行動を中止し引き返すものとする。山頂泊で悪天の場合は登りのコースを引き返すものとする。

個人装備

【身に付ける物】

ウインドブレーカー(ヤッケ):チョット肌寒い時に、レインウェア(ゴアが望ましい):ガスや風雨の時に、

靴下:クッション性と吸汗で快適に、ズボン(ストレッチ系):活動的な動きを妨げない、

速乾シャツ:汗を処理してボディーコントロール、ベスト:袖がなく脇が空いているのでかなり快適、

手袋:インナーグローブやウール、フリースグローブ、帽子:紫外線や熱中症予防に、スパッツ:足元裁きや汚れ防止に。

中間着:フリースやダウンセーター、

【携行する物】

お水:十分な水分補給の為に、魔法瓶:冷えた体に熱分補給(ほっと一杯)、昼食:山の楽しみお弁当、

行動食:いつでもどこでもエネルギー補給(大好きな食べやすいもの)、ホイッスル:いつ何時の合図に、

ヘッドランプ:万が一の時のお守りとして、ストック:歩行の補助に、地図(2万5千)現在地確認、

腕時計:行動時間の把握に、タオル:一汗をぬぐい、カメラ:思い出の1枚を、医薬品:切り傷擦り傷虫刺され足つり薬も、

非常セット:レスキューシートや携帯コンロ、ツェルトなど、お風呂セット:下山後に、保健証(写し)、他。

お申込・お問合せは 022-252-9750

メールでのお申込は info@youyoukan.jpまで

仙台市宮城野区燕沢東2-9-51

株式会社 ゆうゆう館