

山行報告				報告者	ボッカ石H
●山 名	苗場山(2145m)			山 域	上信越
●山行目的	小赤沢からピストンで信越トレイルを少し味わう		●山行形態	一般登山道	
●山行期間	2025 年 08 月 16 日(土)			天 候	晴れ
●メンバー	CL	ボッカ石H	SL		
●コースタイム					
山行:8:45、休憩:1:15、合計:10:00、距離:17.1km、登り:1,397m、下り:1,398m 秋山郷総合センター とねんぼ6:14(30分)⇒6:44一合目6:45(67分)⇒7:52三合目登山口8:01(210分)⇒11:31苗場山頂ヒュッテ(4分)⇒11:35苗場山▲12:13(17分)⇒12:30苗場神社12:31(134分)⇒14:45三合目登山口(57分)⇒15:42一合目(30分)⇒16:12小赤沢入口バス停(2分)⇒16:14秋山郷総合センター とねんぼ					
●現地の状況及び感想その他					
・小赤沢ルートを調べていたら「信越トレイル」を見つけ小赤沢ルートを一合目から歩く事にした、予定では来月だったが時間ができたので遠征へ。でも、飯山IC～津南町～秋山郷へ長い～下道移動と人里離れた秋山郷の集落にビックリ！！ ・秋山郷総合センターから入手したGPSログを頼りにスタート、はじめは三合目登山口へ向かう車道歩き(後ろからドンドン車に追い抜かれる)、一合目に水量の多い「大瀬の滝」が有り癒される、二合目辺りで急な取りつきで登山道へあまり人が歩いてなさそうでまた途中細くなった道も有りなんとか三合目登山口へ(ここまでで500m程登った大休止と登山届を提出) ・これから元気にスタートする人を見送り汗だくで進むなだらかな登りで五合目へそれから急になり七合目過ぎで左の脰が攣りそれからダマシダマシ進む(足を気にして何度も木に頭をぶつける鎖場は大半は利用しなくても進めた)八合目手前の泥濘で右足も攣り更にスピードダウン、八合目を過ぎてやっと待望の木道歩きへでもガスって景色は今一つ救いは風が有り若干寒いぐらい九合目を過ぎでも単調な木道歩きが長く続きやっと小屋らしきものが見えて辿り着いたのが「苗場山頂ヒュッテ」だった。 ・ヒュッテから山頂へは直ぐで走り回っている子供たちを追いかけて到着、「祓川コース」からの登山者とすれ違いながら小赤沢方面のテラスで昼食をとる、湿地帯の高原はワスレグ等のお花も終盤で更にガスって展望も今一だった、やはり泊りできた方が展望を楽しめるのか・・・ ・帰りも長丁場なので、休憩もそこそこ下山へ九合目手前の「苗場神社」に寄り道し木道の段差に気をつけ進む、泥濘地帯や岩場も慎重に進み、七合目手前でボーイスカウトらしい団体の子供達を挨拶をしながら先に進み七合目・五合目・三合目で小休止、まだ500mも下りがと思ったがその後の三合目～二合目までの登山道が思ったよりも足に楽で最後に長い～アスファルト歩きで秋山郷総合センターに辿り着いた。					
●ヒヤリハット報告					
・行きの七合目で両足が攣りその後はダマシダマシで移動。 ・下山で1度だけスリップ転倒有り(足の疲れと泥濘のせい・・・) ・二合目～三合目人が歩いてなさそうで、行きは不安だったが下山時は足に優しいルートだった。					
●準備段階での問題点とその対策					
・距離が長いので早めのスタートを心がける、一合目からのルートはGPXダウンロードし参照					

