

◀ 体 験 記 ▶

休日の過ごし方

太洋日本汽船株式会社 中 道 秀太朗

これを読んでいる皆様、初めまして。

この度体験記を書かせていただきます太洋日本汽船(株)の中道秀太朗と申します。

2009年に入社して早6年と半年、私も28歳になり陸上勤務の真只中であります。田舎出身の私にとって、神戸はコンクリートジャングルと呼ぶに相応しいくらい沢山のオフィスビルやマンション、車の交通や人通りも多く時折自然の空気が恋しくなります。

そんな中、休日にはもっぱら山登りやゴルフに勤しんでおり、今回は山登りについて少しお話ししようと思います。

会社が神戸にあるということもあり、登るのは当然六甲山であります。

しかし、山登りと言いましてもそんな本格的なものではなく、数時間で終わるまっハイキングのようなもので、目的地に着いたときはヘトヘトではありますが、とても清々しい気持ちでいっぱいになります。

登るルートとしましては、いつも阪急芦屋川駅から有馬温泉への約3～4時間のルートです。

先ず始めに立ちはだかるのは、山手の住宅街にある登山道入り口までのアスファルトの上り坂です。初めて六甲山に登ったのは5月まだ涼しい季節だというのにこの登山道入り口までの道のりで汗だくになってしまいました。登山道入り口にたどり着くと今までどうって変わって、草木が生い茂り自然の香りが広がってゆきます。まだコンクリート道ですが…。ここから登りもなだらかになり少し体力を回

復します。

暫くすると茶屋があり、ここが最後の水分などの補充スポット。これ以降はトイレもございません。しかし、ここでは休まず少し先まで足を伸ばします。茶屋

の裏手には小さな登山道入り口 写真右が著者滝、「高座の滝」があり、ここで自然の冷気を浴びながら休憩をとります。

滝の横を通り抜けると、1つ目の難関、岩の階段が続く「ロックガーデン」が待っています。ここは無酸素運動と有酸素運動の連続で、これでもかと言うくらい太ももとふくら

はぎを虐めてきます。道中なだらかになったりもしますが、岩場は手を使いながら登り、時には鎖を使い登って行きます。初めて登ったときは、マラソンを走った時のしんどさ、そんな感覚に見舞われましたが、今となっては難なく登ることができるようになりました。

さて、このロックガーデンを登り切ると目印の鉄塔が見えて来ます、ここが第2の休憩ポイントです。



高座の滝

鉄塔を過ぎるとなだらかな道が続き、一度開けた場所に出ます。

ここからの景色も目を見張るものがあります。

そこからずーっと登っていくと「風吹き岩」に到着です。

風吹き岩周辺には所々地面が掘り返されており、まれに「獣くさいなあ」と思えば猪に遭遇することもあります。最近登った時にも2匹の猪に出会うことができました。少し驚きましたが、人間慣れしているのか全く襲ってきません。恐らく登山されている方が餌をあげているのでしょう。可愛い気持ちは分かりますが、野生動物には餌を与えるのは辞めましょう。



風吹き岩



イノシシ

風吹き岩を過ぎると約1/4ほど登っているはずですが。

さあ、ここからはなだらかなアップダウンが続きます。

次の目的地は綺麗な小川のある「本庄橋跡」です。「六甲のおいしい水」とあるように透き通った綺麗な水が流れています。ここまでの道中アップダウンが続くせいか、到着するころには物凄く汗を掻いており、この小川で顔を洗うのはもう爽快です。皆さんにも一度は試していただきたいものです。

本庄橋跡を過ぎれば、次は最後の難関。死

の「七曲り」が待っております。

ここからはところどころゆるやかになってきますが、基本的には階段や岩を登り、そのうえ登り坂が延々と続きます。もうここまでで、登りの3/4は登ってきて



七曲り 3合目

おりますので足はもう乳酸漬け。「あと少し」「もう少し」と自分に言い聞かせながら、最後の力を振り絞り登って行きます。七曲り8合目という看板が見えて来たらもう山頂〔実際は山頂の少し下〕です。山頂が見えてくると不思議なもので、疲れを忘れ最後の20メートルはいつもダッシュで登ってしまいます。

やっと、山頂に到着です。

山頂には一軒茶屋があり、疲れた登山者を労ってくれます。

木が生い茂っており、登りきった所から神戸が一望…とはいきませんが、山頂からの眺めもそれはいいものです、ぜひ皆様一度お試しいただきたい。

山頂で少し休憩を取ったあとは、有馬までの下りが待っております。

下りは体力的には楽なのですが、ゴロゴロした石がたくさん転がっており足への負担がとても大きくなります。いつも古傷の膝が悲鳴を上げ、痛みと闘いながら下山します。

しかし、何と言ってもあとは下るだけ。痛みや疲れなんてなんのそので、はやる気持ちが足を前へとドンドンドンドン突き動かして行くものですから、気づけば麓の方へと着いてしまいます。つい最近では、普段通る道から分岐する“稲荷神社まで近道”という看板の示す道を通ってみたのですが、これが近道

なのか遠回りなのか判らない獣道を通ることとなり、同行した人が転ぶアクシデントなど散々な目にまいりました。

そして遂に、目的地「有馬」に到着です。



参道出口（稲荷神社）

有馬と言えばやっぱり温泉。汗を洗い流すためにもいつも温泉に浸かって帰るようにしています。今回は金の湯と言う温泉に入ってきました。赤茶色に濁ったお湯が、体の芯から疲れを取り去ってくれます。有馬は天然の炭酸水が出ているらしく、サイダーなるものが販売されております。お風呂上がりのビールも良いですが、たまにはサイダーで喉を潤すのも良いのではないのでしょうか。

まあ、私は牛乳派ですが…。



金の湯

温泉で疲れを取った後はバスで三宮への帰路につきます。疲れ果てているせいか、いつもバスの中では眠ってしまい気が付けば三宮に到着。あとは家路につくだけです。

以上私の休日の過ごし方の紹介でした。

この度は最後まで読んで頂きありがとうございます。

これから秋も近づきより一層登山向きの季節となりますが、これを読んで登ってみようと思った皆様、熱中症や脱水対策にはくれぐれもご注意願います。

では、どこかでお会いすることが御座いましたら、その時はどうぞ宜しくお願い致します。

