残雪の戸隠連峰を楽しむ

高妻山(2353m)、飯縄山(1917m)

2025.5.2～5.5

＜参加メンバー＞ 5 人(女性 2 人、男性 3 人)　　＜天　候＞ 3 日間とも快晴

＜ コ ー ス タ イ ム ＞

5 月 3 日（土）
04:45　戸隠キャンプ場(1190m)
05:10　弥勒尾根登山口(1236m)
08:50　六弥勒(1983m)
09:50　九勢至(2042m)
11:20　高妻山(2353m)
12:55　九勢至(2042m)
14:05　六弥勒(1983m)
16:40　弥勒尾根登山口(1236m)
17:05　戸隠キャンプ場(1190m)

5 月 4 日（日）
終日観光（戸隠神社、善光寺）

5 月 5 日（月）
05:40　一ノ鳥居駐車場(1129m)
06:00　一ノ鳥居登山口(1182m)
07:00　駒つなぎ場(1535m)
08:15　飯縄山南峰(1909m)
08:30　飯縄山(1917m)
09:15　飯縄山南峰(1909m)
10:10　駒つなぎ場(1535m)
11:10　一ノ鳥居登山口(1182m)
11:25　一ノ鳥居駐車場(1129m)
長野･中央･名神経由 21 時 川西池田で解散

＜ 山 行 の 概 要 ＞

戸隠キャンプ場で前泊し高妻山、飯綱山での春山山行を楽しんだ

5 月 2 日（金）　曇りのち雨
戸隠キャンプ場に 15 時頃到着、予約していたログキャビンで明日からの山行準備。夕食は寄せ鍋
5 月 3 日（土）　曇りのち晴れ
4 時 45 分出発、戸隠牧場から弥勒新道に入りブナ林を進む。1 時間ほどで積雪地帯に入りアイゼン装着。暫くすると青空が見え振り返ると雲海。遠くに高妻山山頂も見えた。アップダウンを繰り返し最後は雪の急斜面を登り切り高妻山山頂で 360 度の眺望を楽しむ。帰りはシャーベット状の雪に苦戦しながら無事 17 時 5 分帰着。
距離：12km 登り/下り：1420m 合計時間：12 時間 20 分
5 月 4 日（日）　晴れ
昨日の 12 時間を超える山行で疲労が大きいと判断し予定を変更して休養日とした。戸隠神社（中社、宝光社、火之御子社）を散策後善光寺に向かい昼食。戸隠に戻り温泉入浴。夕食は焼肉と豚鍋。
5 月 5 日（月）　晴れ
5 時 40 分一ノ鳥居駐車場を出発、一ノ鳥居登山口から登山開始。雪は無く整備された道が続く。高妻山では会う人も少なかったが飯縄山は人気の山なのか大勢の人が登っている。頂上付近は雪が残っていたので念の為チェーンスパイクをつけ。8 時 30 分飯縄山山頂に到着。この山も 360 度の眺望を楽しむ事が出来た。帰りも慎重に下山し 11 時 25 分一ノ鳥居駐車場に到着。
距離：8km 登り/下り：830m 合計時間：5 時間 45 分

戸隠キャンプ場ログキャビン

今夜は鍋

5 月 3 日 4 時 45 分出発

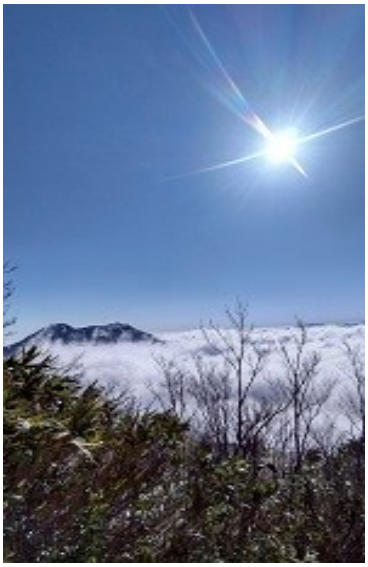
弥勒新道登山口

ブナ林の中を進む

ブナの古木

急登を進む

アイゼンをつけて更に進む



雲海に浮かぶ黒姫山

高妻山全景

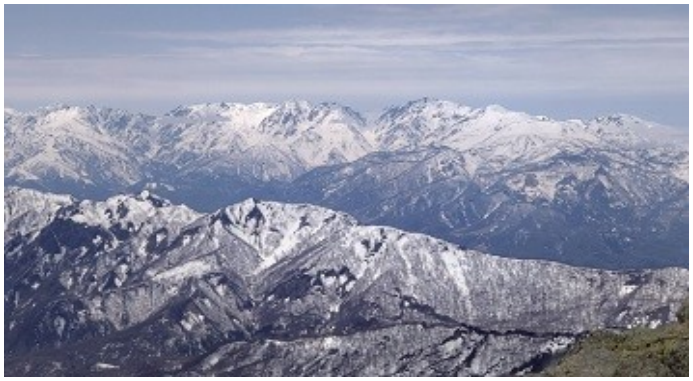
高妻山に向かって進む

最後の登りは更に急斜面

頂上直下 雪庇に気をつけて

高妻山（2353m）登頂

頂上から見る妙高・火打・焼山



頂上から見る白馬三山と唐松岳

慎重に下山

【5 月 4 日（日）終日観光】

カタクリ

シラネアオイ

ミズバショウ

戸隠神社（宝光社）

善光寺

善光寺門前藤木庵ごくらく蕎麦

【5 月 5 日（月）飯縄山登山】

一ノ鳥居登山口

雪は無い　整備された道を行く

天狗の硯岩で休憩

徐々に雪道に

あの向こうが頂上

飯縄山南峰付近

飯縄神社　奥社

飯縄山山頂

北アルプスをバックに記念撮影