

歩くスピード

岩崎流ゆっくり歩きは、ご年配の方や脚力に自信のない方には評判がいい。

歩幅を小さくゆっくり歩けば、登りでハーハーゼーゼーしないし、下りでは滑って転ぶことが少ない。安心安全な足の運び方ではあるのだが、問題は二つある。

一つは時間がかかる、もう一つは痩せない。時間が許す限り、ゆっくり歩きを心掛けているのだが、切羽詰ると否応なくスピードを上げざるを得ない。最近の山で2回、そんな状況に追い込まれた。10月10日の下北半島、恐山・大尽山と12日の日光白根山とである。

大尽山では帰りの時間が決まっていた。八戸発16時06分の新幹線、日光白根山では最終のゴンドラが16時半なのだ。どちらも標準のコースタイムが約5時間、20パーセント増し位のゆっくり歩きに、50分歩いて10分休むことを加味すると、行動時間はおよそ7時間、これではタイムオーバーだ。標準タイムのスピードで歩かないと、乗り遅れることになる。

その旨説明して、さあ出発だ。脚力の弱い人はぼくの後ろについて貰う。登山の常識であるが、リーダーの後ろについて二番目に歩くのが一番楽なのだ。

スムーズについてきているな、と安心してリードしていた。数分して後ろを振り返ると、二番目と三番目の間が開いている。30分歩いて一本立て、三番目の方に前に出してもらって、ぼくの後ろについて貰う。スピードを落としたわけではないのに、ピッタリついてくる。しかし、今度は二番目の人が、ちょっと遅れる。と、まあそんな具合にリーダーの後ろは歩き易いのだ。

一般論で話を進めようと思ったが、こんがらがりそうなので、大尽山に場面を移す。宇曾利山湖畔の遊歩道入り口から林道合流まで30分、登山道入り口まで20分、とほぼ標準タイム通り歩ける。遊歩道入り口を6時40分にスタート、山頂に9時05分に到着。20分休憩の後下山して、12時10分入り口に下山。かくて八戸発の新幹線には余裕をもって間に合った。皆さんの足が揃っていたからで、一人でも足がつったりとか、トラブッたら、こうはいかなかったと思う。

日光白根山はゴンドラを降りて、準備体操を済ませ、出発したのが12時08分。ガイドマップの標準タイムでは所要時間4時間40分、最終のゴンドラが16時30分発なので、気持ちはちょっとあせる。

いつものゆっくり歩きではなく、並みの歩きにしたら、二人ほど足のもつれた人が出たが、2時間ちょっとで、山頂手前の台帳まで登った。これで最終に間に合う目鼻がついた。下りは岩崎流でゆっくり足を運んでいけた。時間が押している場合は登り、コースの前半で頑張るべきだ。下りやコースの後半で急ぐと、気が急いているので危ない。

どんなスピードでパーティーをリードするかは、本当に難しい問題なのだ。