

花と新緑の高尾山

34歩く会も27回を迎えました。これまでは主として東大和市の周辺を歩いてきましたが、今回は、我々が大和小学校3年生の時に登った高尾山を歩きました。高尾山は、ミシュランで三つ星観光地に選ばれ、最近大人気のハイキングコースです。山路は新緑で、桜やツツジなどの花が咲いておりますので、花見をしながらのハイキングです。

京王線の高尾山口駅から清滝駅にゆき、ケーブルカーに乗って、15分ほどで高尾山駅です。

山上駅から高尾山の山頂までは、タコ杉やカラス天狗の像などがある薬王院を経由して行きます。

高尾山頂からは、天気良ければ真っ白な富士山が見えるのですが・・・

山頂にはビジターセンターがありますので、ゆっくり見学し、休憩を致しました。昼食は、山頂で、新緑に囲まれてゆっくり談笑しながらいただきました。

山頂からは、「もみじ平」まで足を伸ばして、景色を堪能し、4号路を下りました。4号路は、途中に吊り橋などがある静かな山道で、眼下には中央道や圏央道などが見えました。

今回は天候にも恵まれ、暖かい陽気で新緑の中をマイペースで山歩きをすることが出来ました。

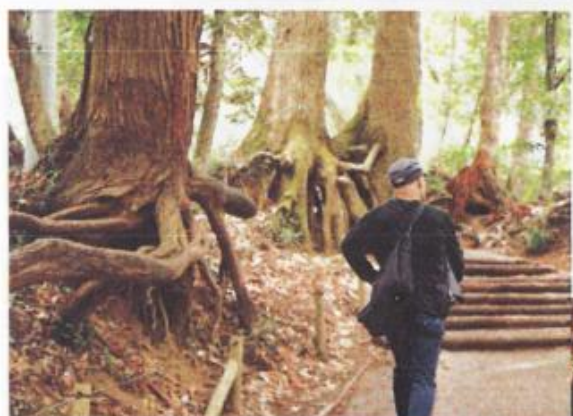
1. 開催日； 令和7(2025)年4月11日(水) 10時集合
2. 集合場所； 京王線の高尾山口駅前
3. 歩行コース； (ト)はトイレ

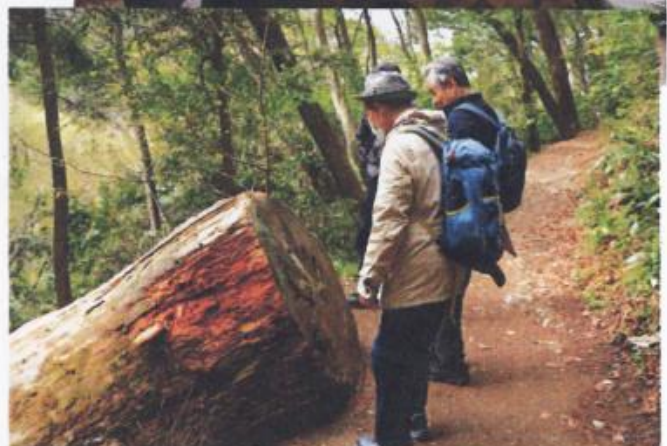
高尾山口駅(ト)→清滝駅(ト)→ケーブル→高尾山上駅(ト)→薬王院(ト)→高尾山頂(ト)→
10:15 10:25 10:35 11:30 12:05 12:15

→もみじ平→(4号路)→高尾山駅(ト)→ケーブル→清滝駅(ト)→高尾山口駅(ト)
13:40 15:20 15:40 15:50









花と新緑の高尾山

実施日：2025年（令和7年）4月11日（金）

参加者：伊澤、若林、石原、三澤、矢沢、井藤、川鍋（7名）

今回の「34歩く会」は、高尾山だ。以前2020年4月に予定していたが、コロナ禍のために中止となってしまったイベントのリベンジだ。天気予報では、今日は曇天で午後3時頃からは雨が降るとのこと、早めの下山が必要かもしれない。昨日は、テルテル坊主を作って、家の窓辺に吊しておいた。

集合は京王線の「高尾山口駅」で10時だが、9時過ぎに到着してしまった。今日は天気があまり良くないので、登山者は極めて少なく、駅前は閑散としている。9時40分を過ぎても我々の仲間は誰も着ない。最悪、一人でも登山しようかなと思っていたら、石原さんが見え、その後、次々に我々のメンバーが集まってきた。でも、あれあれ、男性ばかりで、女性が一人もいないので、ちょっと寂しい。病み上がりの伊澤さんも、杖を突いて参加して下さった。途中歩けるところまで一緒に歩いてみるという。

駅前で、今日のコースの説明をして、集合写真を撮って、いざ出発！10:15

駅から登山口までの沿道には、色々な店が並んでおり、若者や外国人などを意識した店も出来ていた。

登山口の清滝駅前で記念写真を撮る。清滝駅からは、ケーブルカーとリフトのいずれでも登山できるが、全員一緒ということでケーブルカーに乗る。ケーブルカーの窓からは、満開の桜や、紅葉の若葉や、ムラサキツツジなどが目を楽しませてくれた。今日は午後雨の天気予報だったためか、高尾山の登山者は極めて少なく、ケーブルカーもがら空きの状態であった。そして、31度の日本最高の傾斜を乗り越えて山上駅へ。10:35

ケーブルカーの山上駅の近くの展望台からは、八王子市内や、遠く横花方面も見渡せるが、今日は遠方は霞んでいる。それでも天井に登った気分になって、心が広々してくる。

ケーブルカーの山上駅から少し行ったところで、老夫婦とご一緒になり、談笑しながら歩いた。当初、立川の昭和記念公園に行く予定だったが、高尾行きの電車に乗ったため高尾山に来てしまったと言う。もう90歳と言うが、お元気で背筋もすっきり伸びており、ご夫婦で登山できるとはうらやましい限りだ。

サル園の先の「タコ杉」は、450年の過ぎの大木で、高尾山で飯盛杉に次ぐ2番目の老木だ。大きな根を沿道まで曲がりくねらせており、すごい迫力だ。パワーポイントであり、この杉に触れると御利益があるという。Mさんとさんが、帽子を脱いで、「俺の頭もタコ杉だ！」10:50

ずらりと並んだ灯籠の間を歩き、男坂・女坂の手前で一休み。この先は坂道なので、伊澤さんはここで我々と別れて戻ることにした。11:00

森林浴をしながら女坂を登り切ると、道の右側には杉苗を寄贈した人達の名前が書かれた杉板が延々と並び立てられている。水苗を千本以上から、一万本、10万本寄贈などと書かれている。最後の方には八王子に在住で観光大使にもなっている「北島三郎」のものがあり、杉苗10万本奉納と書かれている。何百万本、何千万本もの杉苗は、どこに植えているのかしら、不思議でならない。11:15

薬王院の山門{}を潜ると、高尾山の守り神でもあるカラス天狗の銅像があるので、ここで記念撮影。その銅像の近くの展望台には、八王子の有名人でもある作詞家の「井田誠一」の記念碑がある。記念碑には、氏の略歴が刻まれており、台の上には氏の代表作である「若いお巡りさん」の歌詞が刻まれている。記念碑の脇のボタンを押すと、曽根史郎の「若いお巡りさん」の歌声が流れてくる。我々も良く知っている歌なので、懐かしくて、若い頃に戻って一緒に口ずさむ。

そこから急な長い階段をヒューヒュー言いながら登り、仁王門を潜ると、薬王院の大本堂に出る。ここで登山の安全と、健康を祈念する。本堂の建物の周辺は絢爛豪華な彫刻がほどかされており、日光の

東照宮のようだ。11:30

更に、本堂の脇の長い長い急な階段を登ると、本社「飯縄音源堂」に出る。ここは我々が小学校の3年生の時に遠足できて、記念写真を撮った処だ。我々も改めて70年後の姿の記念写真を撮ることにした。この本社も日光の東照宮のような絢爛豪華な装飾と彫刻が施されている。

本堂をぐるりと回って、また裏手の長い階段を登ると、奥社が有る。その境内にあるサクラの大木は、標高が550Mほどなのに、もう花が散り始めており、花吹雪になっていた。11:50

奥社からは歩きやすい山路が続いており、あちこちからウグイスの澄んだ鳴き声が聞こえてくる。

道端には色々な種類のスミレ草が咲いている。登山道の途中には、小型のタコ杉のような杉の木が何本もあり、登山道に太い根をくねらせている。

今日は登山道を歩く人も少なく、静かな静かな山歩きが出来た。

頂上直下には2階建ての大きな立派な建物がある。トイレだ。国内はもちろん外国人の観光客や登山客が多いので、温水が出るウォシュレットのトイレだ。

標高599mの高尾山頂上に行くと、先ほどの老夫婦が既に登山していて、我々に手を振っている。90歳なのに我々よりもずっと早く登山していたので、びっくり仰天！ ご夫婦に頂上で集合写真を撮っていただき、ご夫婦とも一緒に記念写真も撮った。後日その写真をご夫婦にお送りするよう約束して、アドレスなどを教えていただいた。12:10~15

山頂の「ビジターセンター」に立ち寄り、高尾山の自然などを学んだ。また学芸員には旅する蝶「アサギマダラ」について説明してもらった。遠く、沖縄など1500kmも、渡り鳥のように旅をして、この高尾山に来て産卵し、幼虫になり、蝶になって、また南方に旅をするという。

高尾山山頂

今日は曇天なので、頂上からの眺めは、遠くの山々が薄く霞み、富士山もあまりよく見えなかったが、視界が開けて素晴らしい眺めであった。山頂にも桜の大木があり、満開であった。12:30

山頂のベンチで待ちに待ったお弁当を広げてかぶりつく。食事中、それぞれの近況やら同級生の事などを談笑して、話が尽きない。空を見上げると薄日が差しており、風も無く暖かく、新緑に囲まれて素晴らしい。山頂付近や新緑の登山道のあちこちには満開の桜が見られる。

話は尽きないが、体力を一新したところで、先の「もみじ平」まで行くことにした。13:30

山頂からは急な長い石段を下り、更に少し登って「もみじ平」に出る。この先は小仏峠に続いているが、今回はここから引き返すことにした。13:40

「もみじ平」からは5号路の山路に入り、杉の大木に囲まれた林の中を歩く。路端にはシャガが群生しており、ギン欄の芽も沢山出ている。

5号路からは再び1号路に出て少し下り、「いろはの森コース」に入る。14:05 このコースは木製の下り階段の連続であり、足下が不安定なので慎重に下る。しばらく下った後、4号路の山道に入る。4号路もしばらくは急な下り坂で、木製の階段が次々に現れる。今日は女性の参加者がいないためか、Yさんは元気が無く少しバテ気味だ。4号路の吊り橋を渡ると、比較的平坦な山路になり、再び1号路に合流して毛ケーブルカーの山上駅に着く。15:15

下りのケーブルカーも空いており、清滝駅に到着後、13:40 部全員無事に高尾山山頂駅に到着。15:50

本日の「34 あるく会」は、天候にも恵まれ、芽吹き始めた新緑の中を、素晴らしいウォーキングが出来ました。当初の天気予報では午後雨でしたが、登山中は薄日が差す暖かい陽気で、絶好の山登りができました。

また次回も、健康のため、そして親睦のために、元気にウォーキングを致しましょう！



花と新緑の高尾山

花と新緑の高尾山を巡る



34歩く会も27回を迎えました。これまでは主として東大和市の周辺を歩いてきましたが、今回は、我々が大和小学校3年生の時に登った高尾山を歩きましょう。高尾山は、ミシュランで三つ星観光地に選ばれ、最近大人気のハイキングコースです。春は高尾山の山頂から小仏峠に至る尾根道は、桜やツツジなどの花が咲いておりますので、花見をしながら尾根歩きを致しましょう。34歩く会は、これまで土曜日に実施しておりましたが、高尾山は4月の土曜日は観光客が極めて多く、大混雑しますので、4月11日の金曜日の実施と致しました。

今回の集合場所は、京王線の高尾山口駅です。東大和からですと、立川から中央線で高尾駅にいき、高尾駅で跨線橋を渡り、京王線に乗り換えると、次が終点の高尾山口駅です。

駅からは、売店などが並ぶ道を進み登山口の清滝駅に出ます。ここからケーブルもしくはリフトに乗って、15分ほどで高尾山駅ですが、もしもケーブルなどが大混雑で乗るのに時間がかかるようなら、1号路をゆっくり歩いて登りましょうか。高尾山駅まで約1時間です。

高尾山駅から高尾山の山頂までは、カラス天狗の像などがある薬王院を経由して行きましょう。

高尾山頂からは、天気良ければ真っ白な富士山が見え、桜の花も咲いていることでしょう。

山頂にはビジターセンターがありますので、ゆっくり休憩を致しましょう。昼食は、山頂でも良いのですが、登山客で大混雑していると思われるので、少し先の尾根道の「もみじ台」あたりまで行きましょう。ここには桜が沢山あり、ゆっくり昼食ができると思います。

ここからは、またケーブルの駅まで下山します。同じルートを戻っても良いのですが、高尾山には色々な登山道がありますので、出来れば4号路を歩きましょう。4号路は、途中に吊り橋などがある静かな山道で、眼下には中央道や圏央道などが見えます。参加者の希望で、他のルートでもOKです。また、参加者の体調やご希望があれば、尾根路を歩いて小仏峠まで行き、北高尾に下っても良いし、途中の小仏城山から当会自然歩道を相模湖に下っても良いと思います。

我々はもう若くはないので、ゆっくりとマイペースで散策を楽しみましょう！

今回は山道を歩きますので、ハイキングシューズなどしっかりした履き物が良いでしょう。

1. 開催日； 令和7(2025)年4月11日(水) 10時集合

2. 集合場所； 京王線の高尾山口駅前

3. 歩行コース； (ト)はトイレ

高尾山口駅(ト)→清滝駅(ト)→ケーブル→高尾山駅(ト)→薬王院(ト)→高尾山頂(ト)→もみじ平

10:00 10:10 10:45 11:15 11:45 12:15 12:45

→高尾山頂(ト)→(4号路)→高尾山駅(ト)→ケーブル→清滝駅(ト)→高尾山口駅(ト)→(クラス会)

13:15 13:30 14:15 14:40 15:00

歩行；約5km

4. 注意事項；



① 小雨決行です。

② 昼食は、高尾山口の売店などで購入が可能です。登山客が多いので前もってご用意しましょう。