

今年の春からハイキングハイキング 3 度程しましたが、本格的な登山は初めてでした。続々と出発する 40 人前後の団体を見ながら、今日は何人で登るんだろうと思って集合場所へと向かいました。

一名での参加でしたが、ニコニコと愛想の良い小島さんに迎えていただき、不安が薄らいで行きました。参加者 4 名の少人数で和気藹々の初日、1 時間ほどの足慣らしでした。ここでも基本的な歩き方や富士山の自然、地形などについて教えていただきました。

6 合目の山小屋で過ごし、翌朝は、ご来光を頂上でみる混雑を避けて出発でした。少人数のため、みんなが早めの行動で、すべてスケジュール通りでした。ゆっくりで小さな歩幅で歩く小島さんについて登りました。休憩しながら高山病を避ける呼吸の仕方、水分の取り方、富士山の高山植物、山小屋のいわれなど、様々な情報をいただきました。誰が苦しそうなのか、それぞれの様子も見ていただけたのは、少人数ならではのことと思いました。頂上付近で出てくる頭痛についても解説してもらい、不安を拭い去っていただきました。

お昼には泊まった山小屋に時間通りに戻って来られ、最後のミーティングと昼食をとり、バスの時間通りに下山できました。

途中辛い部分はありましたが、参加者全員が高山病にもならず、翌日出勤できるくらいの体力を残してもらえました。また登りたいなあと思えたのは、本当に小島さんおかげとツアーでの参加のメリットだと思いました。

50 代女性