

## コース4 さかとやま 坂戸山

リーダー CL T.K.  
実施日 令和5年4月23日(日)  
天候 晴れ グレード B  
参加者 12名(男性 6 女性 6)  
コースポイント



ポイント	到着時間	出発時間	備考
JR六日町駅	9:32	9:50	行程の説明、準備体操
薬師尾根登山口	10:10	10:15	休憩
八合目手前ベンチ	11:00	11:10	休憩
山頂 634m	11:30	12:15	昼食
城坂コース下山	13:30	13:35	休憩
銭淵公園	13:45	13:55	休憩
JR六日町駅	14:15		14:38 発の電車にて帰路につく

### 山行等概要(幹事のコメント)

- ・ JR利用の山行であり、新津発7時26分。長岡からは水上行きとなり、六日町着9時32分。車窓からの景色も美しい。六日町駅は新しく、観光案内所も併設されている。「体操のおじさん」ことHさんによる準備体操の後、駅前アーケード街を歩いて登山口に向かう。途中魚野川にかかる橋を渡る。
- ・ 登山口にはそれほど広くない駐車場と整備されたトイレがある。県外ナンバーの車もあった。駐車場脇から薬師尾根コースが始まる。やさしいお顔をされた石仏が出迎えてくれる。桜の急坂。残念ながら今年の桜(ソメイヨシノか?)は終わっていたが、満開の時は別世界のように美しいだろうと思う。急坂を登ると平になっていて桜林とカタクリの世界・・・であったはずだが、これまたカタクリも終わっていた。去年は少し盛りは過ぎていたがここでカタクリの群生が見られたのだった。
- ・ さてここからが階段の連続。山の師匠Nさんから「階段の歩き方」を指導してもらおう。通りすがりの他登山者も「登山教室?」と思ったのか立ち止まって聞いていた。省エネの歩き方を身につけて、できるだけ体力・筋力の消耗を減らしたいものだ。
- ・ にもかかわらず、やはりこの坂戸山薬師尾根の階段は容赦なく延々と続く。小休憩をはさみながら登って行くしかない。「日陰がないのが苦



しい」との声も上がった。ただ振り返れば眼下に魚沼盆地が登って行くしかない。「日陰がないのが苦しい」との声も上がった。ただ振り返れば眼下に魚沼盆地が広がる。「あれは谷川？苗場方面？」と遠く白い山々が連なっており、美しい。最後の鉄製の階段を登り切って頂上に到着した。意外にもそれほど混んでいなかった。もっと団体が多いかと思っていたのだが、小グループの登山者が輪になってお弁当を広げていた。子ども連れもいる。頂上からは八海山がまじかに見える。風もなく、暖かい。当初の予報よりも気温が上がっていると感じた。

- 下山は城坂コースをとる。沢の右側のつづら折りを下っていくのだが、ここではカタクリが待っていてくれた。キクザキイチゲなど春の山野草もたくさん咲いていた。花をめでつつ片手にはコゴメを採ったビニール袋。ハイキングクラブ恒例の風景である。予定通りの時刻に下山し、すぐ近くの銭淵公園を經由して六日町駅に戻った。
- 坂戸山は山城である。大河ドラマ『天地人』の舞台の一つでもある。古刹雲洞庵なども訪ねつつ登るのもおすすめである。

## 坂戸山山行に参加して

1723 H.K.

坂戸山は、直江兼続ゆかりの地として、以前から行ってみたいと思っていた。

久し振りに電車の山行、いつもリュックがパンパンの私は持ち物を軽くすることや電車の切符を紛失しないようにと普段使わない気を使いすぎて、座席に座ったらぐったり。ハイキングクラブの皆さんとの久しぶりの再会で、気持ちを復活することが出来た。

六日町駅に到着すると正面に坂戸山がドンと有り、とても近くて驚いた。リーダーの挨拶と軽いストレッチを終え、「八海山」の看板を横目に商店街を通り抜け、ヒスイ色の魚野川を渡る。ツバメが飛び交う住宅街を抜けると薬師尾根登山口に到着。

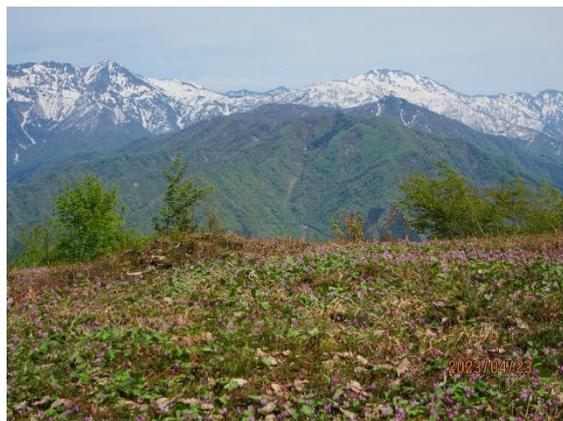
神社の脇から階段が始まり、花びらが少なくなった桜坂を登る。息を整える暇もなく、次の階段が見えた。本格的な階段登りに入る手前で中野さんから階段の講習を受け、しばらく意識して登ったが、そのうちに思考能力は無くなり、手足は制御不能。

私達の横をトレラン女子達がウサギのように階段を駆け上がっていく。5合目くらいになると会話も少なくなり、足元のイワカガミに励まされながら登った。8合目で給水。最期の急坂を上り、漸く頂上に到着。360度絶景を堪能。特に残雪を頂いた八海山は最高の眺めだ。

下山は、城坂コースから降りる。頂上直下に八海山を背景にしたカタクリの群生。撮影タイムとなる。また、反対を見下ろすとこれから降りる道が、



イワカガミ



カタクリの群生

つづら折りに続いているのが見える。まるで絵本のような。しかし、下山の苦手な私は、景色を楽しむゆとりがない。転がり落ちないように注意を払うことに専念。ところが、山菜のごみが目に入ったら、急に足が動くようになっていた。

下山後は、銭瀧公園に立ち寄り、枝垂れ桜を堪能する予定であったが、花は終わっていた。枝垂れ桜の鑑賞は残念だったが、1班のSさんの手作り米粉シフォンケーキを堪能することができた。私は、やはり花より団子。

坂戸山は、山や花を楽しむだけではなく、町も歩いて楽しい山行だと思った。

計画して頂いたリーダーさん、参加の皆さん、有難うございました。皆さんの励ましがなければ、あの坂は上れていたか？わからない。しかし、六日町のHPには、薬師尾根遊歩道～城坂遊歩道とあったのが気にかかる。あのコースは、遊歩道であるらしい。

今回は、鳥の出会いはなかったが、六日町駅構内の効果音(?)が、サンコウチョウと言う夏鳥の鳴き声であった。『月・日・星 ホイホイ』と鳴く、体が黒で尾が長く、目がコバルト色のすばしい鳥。大沢公園の林道や白玉の滝で出会うかもしれません。三光鳥なので、参考まで。



カタクリの群生



カタクリの群生

