

風神山から高鈴山（623.6m）往復

2021年1月1日（金）
のんびり2名 やまや1名

風神山駐車場集合 6:45 初日の出を見る。
40人ぐらいの人が初日の出を拝みに来ていました。寒かったです。



私たち3人は風神山駐車場出発 7:00

ほんの数人は、真弓神社方面に歩き出していました。

真弓神社参拝 神主さん二人で初詣で客のお札の対応をしていました。

この先を歩き人は殆んどなく、我ら3人かなと思われました。

速度の遅いSが先頭を歩かせてもらい、私のペース歩いたのですが、それでも見栄があり、少々頑張って歩きました。今年の山行のバロメーターになるだろうと張り切りました。

途中、鉄塔のある左の方の展望所に立ち寄り、ゴルフ場で休憩。高鈴山着 11:25
まあまあペースでした。

全体的に平らで、2ヶ所だけ急登があるだけの歩きやすいコースです。

山頂には3家族がにぎやかにお昼を広げていました。

山頂から、Oさんはお年玉を孫たちに届けるので向陽台方面に下山。

復路は2人だけになりました。

歌を唄ったりしながら、疲れてきたので、ほとんどは黙々とただ歩くだけでした。

風神駐車場着 15:15 51,000歩

まよい乍らも、履きなれたスニーカーがいいだろうとの自分の判断が間違いでした。あと1時間と云うあたりから、つま先が痛くなり、親指の爪が色が変わってきました。次の日は水が出ました。肉と爪が剥がれたのでしよう。



足の爪を痛めないために

- ① 爪を切る。
- ② 靴はピッタリより0.5cmぐらい大きいものがいい。
- ③ 下り坂では足首のひもをきつく締め、足先に余裕を持たせる。
- ④ 当たりそうな指に、あらかじめ絆創膏を張る。

反省でした。 ts 記