

山 - 食 - 美

通信

Vol.1

2018年10月14日～15日 奈良県の大和葛城山の山行に参加してきました。
初めてのテント泊。重いザックを持って山頂まで行けるか？ご飯はちゃんと作れるか？
何か足りないものがあるんじゃないか？心配だらけでしたが、結果は、
なんと楽しかったこと！この楽しさをみなさんにも伝えたい～！

☆10時スタートです！



頭が見えないでは
ありませんか！

出発地点
ロープウェイに
乗りたい！



☆約3時間、ゴール！10kg～15kgの荷物を持ってがんばりました！



ススキが銀色に輝
いてとっても綺
麗！そしてなんと
いっても！！絶景
にはビール
プファ～！！



☆ほろ酔い気分！でも今からテントを張ります
飲む前に張っておけばよかった(´▽`)



テントの張り方にはコツがあり、
ペグの打つ場所や打ち方を教えて
いただきました。酔いがまわりな
がらもなんとか完成！

☆テントが張り終わったらやっぱり乾杯！

おでんにワインで乾杯！
重いのに、ワインフルボトルとおでん
4人分を持ってきてくださった、Iさ
さん、感謝感激です。おでんは温かくて
味が染みている本当においしかったで
す。おでんとワイン最高！山ご飯、あ
まり写真がなくて残念。低糖食のHさ
さんは高野豆腐のカレーかけのはずがな
ぜか、ルーが牛丼だった？！
私は、パックご飯で洋風リゾットに。

アルファー米と
カレーは王道！
おいしそう！



☆夜には奈良と大阪の
360度パノラマ素晴らしい
夜景が見られました。山頂
ロッジのお風呂も気持ちよ
かったです

☆2日目の朝はのんびり、パンを温めて食べたり、おいしいドリップコーヒーを
いただいたりして元気いっぱい。くじらの滝コースを通り2時間ほどで下山。
滑りやすいところも多かったのですが、無事降りてくることができました。
テント泊は荷物も重く体力的にもきつかったですが、山で時間にしばられることなく、
のんびりできた体験は最高でした。来年の夏には日本アルプスでテント泊デビューを
目指してがんばります！



下山後はやっぱり
これ♡きっと太っ
て帰ってきた
(笑)

Emi.