

บันทึกการเดินทางขึ้นเขาร่วมกับผู้ฝึกปฏิบัติงาน

2026.04.06 เขียนโดยคุณมนต์ดิน แผนกปฏิบัติการ

สวัสดีครับทุกท่าน ผมมนต์ดิน จากฝ่ายปฏิบัติการครับ ปัจจุบันฝ่ายปฏิบัติการมีผู้ฝึกงานด้านทักษะรวมทั้งสิ้น 21 คน โดยในจำนวนนี้มี 13 คนที่ปฏิบัติงานร่วมกันกับผมในหน่วยงานเดียวกันโดยปกติผมมักจะออกไปเดินเขาคนเดียวเป็นครั้งคราว แต่เนื่องจากมีผู้ฝึกงานบางคนแสดงความสนใจอยากลองเดินเขา ผมจึงมีโอกาสดำเนินพาพวกเขาไปเดินเขาด้วยกันหลายครั้งในครั้งนี้นี้ ผมขอแนะนำประสบการณ์การเดินทางที่ได้ไปกับผู้ฝึกงานครับ

1. เส้นทางอันงดงามของ “ภูเขาสิริจ” ที่ทอดยาวเชื่อมต่อไปยังยอดเขาจิโรคิ

ชื่อภูเขา: ภูเขาสิริจ (หนึ่งในร้อยอันดับของญี่ปุ่น)

ที่ตั้ง: เมืองมิโยชิ จังหวัดโทคุชิมะ

ความสูง: 1,955 เมตร (อันดับ 2 ของภาคตะวันตก)

ภูเขานี้มีลิฟต์ให้บริการ ทำให้ผู้เริ่มต้นก็สามารถขึ้นได้ง่าย จึงเหมาะสำหรับเป็นภูเขาเริ่มต้นสำหรับผู้ฝึกเดินเขาครับ



เดินตามเส้นทางที่ทอดยาวจากภูเขาสิริจไปยังยอดเขาจิโรคิ



ชมทัศนียภาพของยอดเขาจิโรคิจากบริเวณใกล้ยอดภูเขาสิริจ

ความต่างระดับจากลานจอดรถไปยังยอดภูเขาสิริจประมาณ 535 เมตร หากใช้ลิฟต์ สามารถตัดระดับความสูงไปได้ประมาณ 330 เมตร คิดเป็นราว 6% ของความสูงทั้งหมดครับ

ขาขึ้น ผมยังเต็มไปด้วยพลัง จึงเดินขึ้นจากลานจอดรถไปยังยอดภูเขาสิริจโดยไม่ใช้ลิฟต์ จากนั้นก็เดินตามเส้นทางที่สวยงามต่อไปจนถึงยอดเขาจิโรคิอย่างเต็มที่ ชื่นชมวิวทิวทัศน์อย่างเต็มอิ่ม ก่อนจะเริ่มลงเขา

ขากลับ เพื่อความแน่ใจ ผมถามว่า “จะขึ้นลิฟต์ไหม?” ผู้ฝึกงานตอบทันทีว่า “ขึ้นค่ะ”

2. ยอดเขาฟูจิ ที่ทุกท่านรู้ว่าเป็นยอดเขาที่สูงที่สุดของญี่ปุ่น



บริเวณใกล้ยอดภูเขา

ชื่อภูเขา: ภูเขาฟูจิ (หนึ่งในร้อยอันดับของญี่ปุ่น)

ที่ตั้ง: จังหวัดชิซุโอกะ และจังหวัดยามานาชิ

ความสูง: 3,776 เมตร (สูงที่สุดของญี่ปุ่น)

แม้ต้องใช้กำลังและความอดทนพอสมควร แต่ก็สามารถพิชิตยอดเขาที่สูงที่สุดของญี่ปุ่นได้ แม้เป็นมือใหม่ หากเตรียมตัวอย่างรอบคอบครับ

ภูเขาฟูจิมีสันทางหลักทั้งหมด 4 สันทาง ครั้งนี้เราเลือกใช้ "เส้นทางฟูจิโนมียะ" ทางฝั่งจังหวัดชิซุโอกะ แม้จะเป็นสันทางหลักที่มีความต่างระดับต่ำที่สุด แต่ก็ยังสูงถึงประมาณ 1,300 เมตรครับ



ชมปากปล่องภูเขาไฟบริเวณยอดเขา



ลงเขาพร้อมชมทิวทัศน์ทะเลหมอก

แม้จะช้ากว่ากำหนดเล็กน้อย แต่เราก็สามารถขึ้นถึงยอดเขาได้อย่างปลอดภัยครับ การเดินรอบปากปล่องภูเขาไฟที่เรียกว่า "โอะฮาจิเมกุริ" มีระยะทางประมาณ 2.5 กิโลเมตร และใช้เวลาราว 1 ชั่วโมงครึ่ง ครั้งนี้จึงขอข้ามไปครับ เรายังรับประทานอาหารเช้าแล้วก็เริ่มลงเขากันต่อครับ

ช่วงท้าย ๆ เริ่มเห็นสีหน้าที่เหนื่อยเล็กน้อย แต่ทุกคนก็สามารถลงเขาได้อย่างปลอดภัยครับ ตัวผู้ฝึกงานเองก็มีทำที่พึงพอใจอย่างยิ่งกับประสบการณ์นี้ครับ

ในครั้งนี้น้มนำภูเขาไป 2 แห่ง แต่จริง ๆ แล้วยังมีภูเขาสวยงามอีกมากมาย การเดินเขาไม่เพียงช่วยคลายความเหนื่อยล้าจากการขาดการออกกำลังกายประจำวัน แต่ยังมีช่วยรีเฟรชร่างกายและจิตใจอีกด้วยครับ ทุกคนลองออกไปเดินเขาดูสักครั้งสิครับ รับรองว่าจะเป็นประสบการณ์ที่คุ้มค่าแน่นอนครับ