|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| [登り] | | |
|  | 女坂と言っても「坂」はほとんど無い。  作業所の階段の約1.5～2段分の石を延々と登る。今どの地点という指標が無いのは苦しい。女坂の七不思議もそういう意図で建てられていなかった。中間の大山寺を超えたあたりから急になる。  もうそろそろボクの生涯の運動量を超えたと考えてしまった時に、ちょうど上から来た人からのアドバイスで楽になる。最後の舗装された階段を見てほっとする。 | |
| [下り] | | |
|  | 登りの数十倍、気が楽になる。ゆっくり、マイナスイオンをまんべんなく浴びつつ下山。 | |
| [感想] | | |
| 山登り対策 | | エネルギー切れを起こさない対策が必要かと思う。  水だけで何とかなるだろうと思ったが、最後の方はエネルギー切れを感じた。スポーツドリンクやチョコレート系は持っておこう。 |
| 男坂・女坂 | | 両方の違いをネットで調べた。  公式情報には無いため両方登った人の感想をまとめてみると、男坂は阿夫利神社までほぼ短距離で進む分 急、そして、女坂は途中寺(大山寺)を巡る分遠回りになるが**男坂に比べ**緩やか。それだけの様だ。 |
| 「坂」の謎 | | 男坂・女坂、どう見ても登山道なのに「坂」と名付けられた理由も調べてみたが見つからなかった。そちらの方が不思議である。 |
| 今後 | | 阿夫利神社は江戸時代から信仰されてきた神社。  お百度参りをしてみたいが、伊勢原駅からのバスの時間が惜しまれる。そこまでは行かなくてももう2,3度登ってみたい。達成したときの充実感は最高です。 |