

もみじ

— 広島県山岳連盟会報 —



一般社団法人 広島県山岳連盟

〒733-0011 広島市西区横川町 2 丁目 4-17

電話・FAX (082) 296-5597

E-Mail: hgakuren@lime.ocn.ne.jp

URL: <http://hiroshima-gakuren.or.jp>

郵便振替口座 01380-6-37958

第 56 回全日本登山大会開催

平成 29 (2017) 7・6 (木) ~ 8 (土)

北海道山岳連盟主管

目的:

全国の岳人が新緑の大地北海道の自然にふれあい、登山技術の向上と親睦をはかる。また、ヤマに親しむ機会を得て山の恩恵に感謝する「山の日」を継続的に発展させ自然を守り安全登山の啓発を続ける大会にします。

日時: 平成 29 年・7.6(木)~7.8 (土)

主催: 日本山岳協会

主管: 北海道山岳連盟

開催地域:

北海道・倶知安町・ニセコ町・京極町・真狩村・喜茂別町・留寿都村・蘭越町・共和町

受付・開会式・閉会式 (交流会)・宿泊

定山溪ビューホテル 札幌市南区定山溪温泉東

TEL 011-598-3223

募集人員: 270 名

詳細は、山田理事長まで



八海山 写真 牧野正昭 (ひこばえ)

第 10 回 登山教室 を 終 えて

日 時: 第 10 回 2 年生 1/21(土)~22(日)

目 的: ビバーク訓練

山 域: 大山 (大休峠) 人数: 9 名 (スタッフ含)

2016 年度 2 年生の第 10 回目はビバーク訓練山行として大山 (大休峠) に行ってきました。1 日目は風もなく安定した天候でしたが 2 日目は少し荒れ模様の山行になりました。午後に向け天候悪化の予報の為、早めに下山しました。(指導部 森本 覚)

余裕を持った計画が必要

2 年生 山奥 隆史

2 年生 1 月山行はビバーク体験を目的に大山大休峠へのテント泊山行でした。

当日は寒波の予報で大雪を心配していましたが、日本海側には雪はなく、出発地点の香取付近でようやく雪が積もっている状態でした。それでも道路の除雪は想定より1キロほど手前までしか行われておらず、やむなくそこからのスタートとなりました。

スタート直後は林道のため道がはっきりとしていてラッセルに集中して歩くことができましたが、途中からルート(テープ)を確認しながら歩くことになるとそれに気を取られて余計に疲れてしまいました。

香取分かれから避難小屋までは、いくつかの沢をトラバースするために少しずつルートからずれ始め、1番大きな沢の手前ではトラバースするのが難しくなるほど上流側を登っていたため、GPSで確認し引き返しながらルートを修正しました。また小屋付近の積雪も少なく行動時間も遅れていたため、目的のビバーク体験を変更し、2日目に雪洞作りとアイゼン、ピッケルの講習に切り替えることになりました。

2日目は午後から天候が崩れる予報になっていたため、時間を気にしつつ二班に分かれて講習を行いました。私は今シーズン初めてアイゼン・ピッケルを購入しましたが先月の雪のない三瓶山での講習に引き続いてでした。早く本番で使用してみたいです。

今回山行は特に初日に行動予定が遅れてしまいました。ルートファインディングの難しさ、特に日没後は周りの状況が分からずとても不安でした。当日の降雪・除雪状況によっても行動時間に影響が出ることから余裕を持った計画が必要と実感しました。



写真提供 久保田征治

第10回登山教室を終えて

日時:1・29(日)

目的;日帰り山行

山域:深入山

人数:12名(スタッフ含む)

2016年度1年生の第10回目は雪山山行として深入山に行ってきました。

山頂付近から雨の山行となりましたが、雪山の初級技術をしっかりと練習できました。(指導部 森本覚)

雪山を歩く

登山教室1年生 平川厚子

今日の雪山は雨予報です。幸い朝のうちは青空も見えて深入山の登りはつらいけど気持ちが良い。展望が開け恐羅漢山や周りの山々が見えてくると冷たい風を感じる。深入山頂上に着くと360度見渡せる。でも今にも雨が降りそうな天気になった。

頂上下の谷あいでは救援者を梱包して搬送する訓練。シートベント、クローブヒッチどこかで聞いたような、だけど思い出せない。初歩の初歩なのに目線や目的が変わると焦れば焦るほど思い出せない。上級生に尋ねながらの作業になった。スリングを肩掛けにして皆で担いでみる。足場の悪い雪の上では救援者の腰あたりを担ぐ。6人で担いだが意外と重い。後で指導員からクローブヒッチの締め方を詳しく教えて頂いた。みんなで大きな木の根の所を掘り、ツェルトとストックを使って1人用のシェルターを造る。入った瞬間は暖かく感じたが小雨の降ったり止んだりの雪山は寒い。夜は怖いももっと冷えると思う。

山を下る。急な斜面をワカンをつけて各自、思い思いに下る。夏道に出会う。道なりに歩いて東屋に着く。今度はワカンを外してツボ足で急な斜面を下る。雪の感触を感じる。時々、足が深みにはまる。私自身は上手く出来なかったけど、小さな急斜面で速く下ったり

登ったり、お尻から滑り落ちてひっくり返って肘や足を使っただけの止まり方等、様々なことを習った。

麓近くに下りて穴を掘り上級生が訓練で雪の中に埋められた。グローブで雪の中の人の感触を確かめ声掛けをしてみた。上級生が掘り出され私の番になった。まさか本当に埋められるとは、、、。前任者を見ていたので少し安心して埋められた。雪の上の人の声は聞こえるのに厚さ30cm位の雪でも呼吸をすると背中や腰に重く感じた。グローブでつつかれる。雪崩に合うと真っ暗な中、方向も分からず恐怖で錯乱するのか、意識があるのかないのか考えてしまいます。2度と埋まりたくないと思う。横に出入り口のある2~3人用のシェルターを作ってくれた。中を覗いてみると意外に広く感じて絵図で見るとより快適に思えた。

前回の机上学習で習った事を体験させて頂きました。学習会だけでなく体験してみるとより深く理解できました。私自身は歩行や動作が鈍くいつも皆さんに迷惑をかけています。もう少し速く機敏な行動ができるよう習ったことがいかされるよう努めたいです。

指導員、先輩の皆さんいつも見守っていただきありがとうございます。



写真提供 久保田征治

2017年 大山冬山技術研修会 感想文

過酷なラッセル訓練の後、埋没訓練

登山教室1年 内山 由貴

2月11日~12日に行われた大山冬山研修会の初級

クラスに参加してきました。大雪警報が出ている寒波の中、どんな講習になるのかとドキドキしていました。無事に現地までたどり着けるのかと心配でしたが、何とか無事に到着。

1日目。3メートルはあるんじゃないかという積雪量の中、まずはつぼ足でのラッセル開始。もう、この時点でくじけそうでした。一步踏み出すたびにズボンとハマってしまい、なかなか足が抜けません。体重の分散、という言葉は何度も聞きましたが、うまく感覚がつかめませんでした。どこまでも沈んでいってしまい、そんな恐怖心にも負けていたと思います。

急斜面でのつぼ足ラッセルも経験しました。短くしたストックを横に持ち、目の前の雪を崩して膝で圧接したところをキックステップで登っていく。これも、頭では理解できるのですがなかなか身体がついていきません。キックステップで踵が下がっていると言われました。斜面の上にたどり着いたら、滑り下りて滑落停止の訓練。ピッケルなどなくとも、身体をひねりうつ伏せになることで停止できることを学びました。

その後は、ザック・イグラーを作りました。みんなのザックを立てておき、その上をシートで覆って周りに雪をかぶせていく。十分な厚さになったら、入り口を作って掘っていき中のザックとシートを取り出します。そうすればザックで空洞ができている！なるほど！と、知恵にうなりました。しかし、ショベルを使った作業は重労働ですね。普段、こんなことしないのであつという間に腕や腰が痛くなりました。

2日目。最初は前日と同じくつぼ足でラッセルをし、途中からワカンを着用しました。えっ、ここ登るの？というような、冗談のような急斜面を見て、気が遠くなりました。それぞれ、自分のルートで登ってみなさいとのこと。昨日教わったようにやってみますが、なかなか思うようにいきません。それでも何とか少しずつは進んでいたのですが、氷が出てきたところで一気に滑落…積み重ねがゼロに。完全に気力が萎えるとはこういうことか、と実感することができました。生死の分かれ目が、諦めるか諦めないかの精神力にかかってくることもある、というお話にも納得です。

過酷なラッセルのあとは、埋没訓練。一度は経験し

ておきたいと思っていたのですが、閉所が苦手なので不安もありました。頭まで完全に埋まった瞬間、パニックになりかけ「やっぱりやめる！」と立とうとしたのですが、身体がまったく動かない。心底恐怖を感じました。息は苦しいし、心拍数がどんどん上がってくる…もしかしたらこのまま死んでしまうんじゃないかとまで思ったところで、掘り出してもらえて助かりました。あの状態で15分も生き延びられると聞いてびっくりです。

その後は、横穴式の雪洞を作りました。雪がさらさらだったので、まずは斜面の雪をよく踏み固めてから、入り口を作り掘り始めました。これもまた力の要る作業で、なんだか全然役に立っていなかったように思います。5人ほど入る雪洞となると作るのにかなり時間もかかるので、ビバークするとしたら早めの判断が必要なのだということがよくわかりました。でも、あそこでロウソクを立てて過ごすのは楽しそうだなと思います。

私は雪山自体がまだ2回目で、こんな大雪はもちろん初めてだったので、何もかもが初めての経験ばかりでとても貴重な時間を過ごすことができました。ラッセルは下手で役に立たないし力もないしで、雪山には向いてないんじゃないかとも思ったりしましたが、まだ完全に諦めるには早い気がするのもうすこし頑張りたいです。2日間にわたる熱心なご指導、ありがとうございました。



平成28年度冬山技術研修会報告

主催：広島県山岳連盟

期日：平成29年2月11日(土)～12日(日)

場所：国立公園 大山

参加クラス：初級

講師：森本様、大塚様

基礎的な技術の指導

報告者：坂井浩二(福山山岳会)

初級クラスは3名と少なく、その上、講師の方が2名ということで、ほぼマンツーマンとなり、贅沢な講習会でした。

また、私としては雪山は数回、それも天気の良い時しか登ったことがなく、今回のような悪天候での雪山は初めてで、あまり知識・技術もなく、今回、基礎的な技術の一端を実際にご指導いただき、色々な体験をすることができ、非常に有意義で中身の濃いものでした。

その他、装備品のことで気が付いたことを少しお話しさせていただければと思います。

研修会要項の持参備品の一覧で、「ショベル」が◎でなく、○だったので、「無ければ持って行かなくて良い」と判断しました。

しかし、実際にはショベルが無ければ訓練ができなかったので、はっきりと「◎」で指示された方が良かったと思います。

また、スノーシューよりもワカンの方が良かったので、特に初心者で初めての参加だと、中々判断が付かないので、いるものといらないものをはっきり指示された方が良かったかなと思います。(「○」でなく、「◎」か「無し」での指示)

以上、初心者として感じたことです。しかし全体的には、先にも申しましたが、私としては非常に良かった研修会と思っており、できれば、また参加させていただきたいと思います。ありがとうございました。

フォト俳句

戸を叩く 風はもしやと 雪女

俳句・写真 江種幸男(福山山岳会)



- 1、期日：2017年(平成29)5月21日(日)
- 2、場所：中央中国山地 比婆山連峰
広島県庄原市西城町ひろしま県民の森
- 3、種目：Aコース 18,5km 男子15歳～79歳
女子15歳～79歳 制限時間 約10,0km、11,6km 2地点(2時間30分)
Bコース 9,0km 男子12歳～79歳・女子12歳～79歳
- 4、時間制限：Aコースに限り時間制限を設ける。
計測は2地点(おっぱら越 約10,0km 立烏帽子駐車場 約11,6km地点)を2時間30分を超える者はその地点で失格とする。
- 5、計測方法：手動計測方式(大会専用デジタルウォッチによる手動計測)ゴール後、記録証を交付します。

- 6、募集人員：A・Bコース併せて1,000名
- 7、大会日程：5月21日(日)
受付(県民の森 多目的ホール内) 8:00～9:00
開会式・準備体操 9:30～9:45
Aコーススタート 10:00
Bコーススタート 10:30
閉会式 14:00頃

申込期間
2017(平成29)年1月6日～4月15日(月)
(消印有効)

4、登山中の危険 注意しよう
雪崩と崩落
ガレ場の崩落や土砂崩れはいかにもという場所なので一応外見上注意しやすいですが、積雪期の雪崩の予知はより難しいものです。雪崩は標高が高い積雪地帯の傾斜の強い山で発生するとは限りません。標高が低く積雪が適当にあり、傾斜が緩くても、木が生えていても条件さえそろえば発生します。
雪崩回避のチェック
①弱層テストでチェック
②大雪になったら行動しない。

岳連短信

1、寄贈御礼

- ①ひこばえ88 2017・2・15発行
ひこばえ 事務局佐伯区藤の木3丁目
13-32 信末豊 11頁

- ②筆影444 2017・3発行
三原山の会(会長積山鈴子)さぎしまアルペンルート整備ほか 6頁

- ③会報(福山山岳会・会長江種幸男)
平成29年3月号 山行計画・レンタカー利用についてほか 6頁

2、渡邊勝俊さんと末本伊武樹さんを忍ぶ会

日時：平成29・3・4(土)14:00～16:00
場所：ホテルJALシテイ広島
会費：2,000円
事務局：公益社団法人日本山岳会広島支部

3、比婆山国際スカイラン 25回記念大会

- ③極端な気温変化に注意。
- ④かたまって行動しない。
- ⑤雪崩地形は避けて通過する。

雪崩事故は、初心者より経験を積んだ登山者に多いといわれています。過信は厳に慎みましょう。

低体温症と凍傷

凍傷とは低温状態で風に吹かれて体表温度が低くなり、汗や濡れによる気化熱等で、末端の手足・耳・頬など毛細血管が収縮し、血液の循環が悪化して、皮膚や皮下組織が凍結することをいいます。身体全体の機能を失う低体温度とは異なり、寒さに鈍感で手袋もせず平気で行動したり、濡れた靴下を取り換えなかったり、手を抜くとなりやすい。軽度の場合は、まずジンジンと痛み、感覚が亡くなる。血液循環を促進する運動を行うと血行が戻ってきます。

危険な野生生物

スズメバチ

毎年数十人の死亡者があります。日本では最も危険な生物の一つです。刺されたら水で患部を洗い冷やし、抗ヒスタミン剤含有ステロイド軟膏を塗ります。アナフェラキシーショック症状が起きたら死に至ることもあるのですぐ病院へ搬送します。営巣期の9～10月が攻撃的で危険です。

事業計画 2017・4

- 4・5(水) スカイラン実行委
- 4・12(水) 運営会議
- 4・15(土)～16(日) スカイラン看板掛け
- 4・19(水) スカイラン実行委

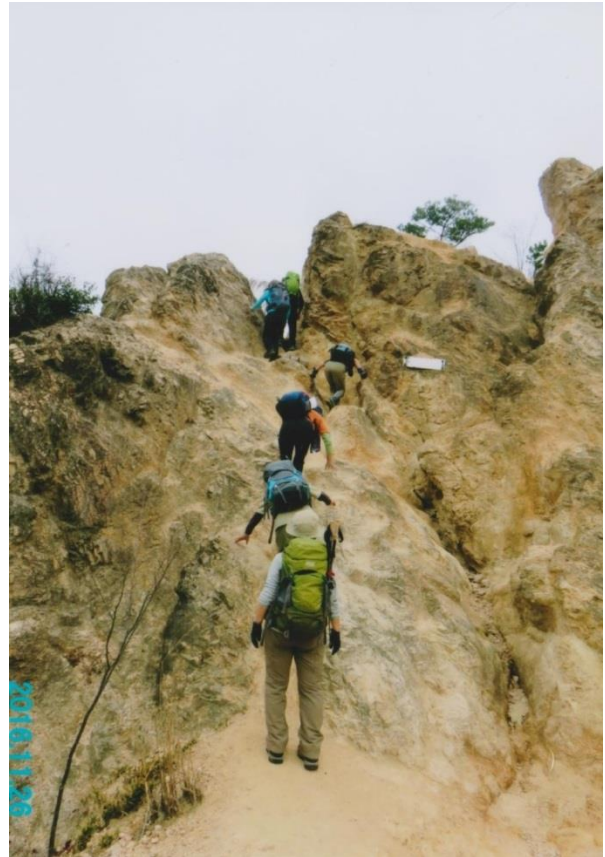
みんなで山を考えよう

8月11日 祝日「山の日」

山の風景 72

須磨アルプス 馬の背

2016・11・26 写真 森 智 昭 (ひこばえ)



編集部より

○この会報は、皆さんの提出原稿を編集して発行しています。岳連行事・山の情報・行事参加の感想など気軽にお寄せください。寄稿の場合は所属、役職を記入下さい。編集の都合で一部手直しすることがあります。ご了承ください。

○会員団体会報発行されたら岳連事務局まで恵送下さい。随時紹介します。

○この会報はメール配信しています。配信ご希望の方は岳連事務局までメールアドレスをお知らせください。

題字デザイン 今村みずほ 編集 仲井正美

