

もみじ

—広島山岳・スポーツクライミング連盟会報—



一般社団法人 広島山岳・スポーツクライミング連盟

〒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

題字デザイン 今村みずほ

編集 西部伸也

本号内容

1. 登山教室 (11/19~20 琴引山・大万木山) 報告
2. クライミングスクール (11/6 天応 銀座尾根 なめら岩、11/27 三倉岳 B コース 7~8 合目) 報告
3. ありんこチーム活動 (11/5~6 蒜山) 報告
4. 岳連短信 (寄贈御礼、12~1 月の行事予定)

1. 登山教室報告

(指導部長 森本 覚)

第 8 回 11/19(土)~20(日)

登山形態: テント泊縦走

山城: 琴引山・大万木山

人数: 9 名 (スタッフ含)

琴引山~草ノ城山~大万木山~指谷山~琴引山を周回しました。(指導部 久保田 征治)

【感想文】

(登山教室 2 年 島本 章生)

今回の山行は、登山教室における無雪期最後の歩荷縦走と聞いていました。やはり晴天に恵まれ、秋の深まりも相まって、葉が落ちたブナの木々の背景には絵に描いたような景色が広がり、登山道には、落ち葉が降り積もり、まるで厚いレッドカーペットが敷かれているようで、我々の足を柔らかく受け止めてくれました。足を運ぶごとに落ち葉を掃く「ザッザッ」と聞こえる音は、話し声も消すほどであり、大き目の音量の BGM のようでした。また、最初から最後まで、これでもかとアップダウンの繰り返す 30 キロは、憎らしいほど登山教室にふさわしく、期待通り私たちの心身を鍛えてくれました。

1 日目は、琴引スキー場駐車場を朝 7 時に出発し、

草ノ城山、草峠を經由し、計画より早い午後 3 時に大万木山山頂に到着しました。大万木山山頂の小屋では、メンバーの作る食事と天然なめ子汁に舌鼓を打ち、楽しい会話、そして美しい星空の下で就寝する贅沢を満喫しました。2 日目は、3 時起床、5 時出発、草峠、指谷山を經由し、いよいよ疲れた身体で迎える終盤の琴引山山頂に向けた標高 450m の登りは、ハードでした。とはいえ、ほぼ計画通りの 3 時半に琴引スキー場に到着しました。怪我もトラブルもなく、登山教室の皆が強くなったと感じました。

坂道を歩きながら、登山は、まるで人生の縮図のようだと思いました。目標に向かい山あり谷ありの登山道を歩荷の抵抗を受けながら、ただただ歩き、時には困難に遭遇するも、紙一枚の積み重ねがやがて天井に届くように、歩き続けなければいずればゴールすると信じて足を前に出します。辛い急登では、今見える足下だけを視界に入れ、深い呼吸に合わせ、牛歩のごとく一歩一歩を踏み締めます。もしや二宮金尊徳も歩き続けた経験から「積小為大」を説いたのかもしれないとも考えました。そう考えると、頻繁に現れる急登坂を目の前にしても、辛い感覚はありませんでした。「縦走の魅力はなに？」と、これまで自問自答してきました。一つの答え、それは、自分を見つめ直す座禅のようなものでした。

最後に、改めて当連盟の登山教室は日本一だと思っています。リーダー、スタッフ、参加者の皆様に感謝するばかりです。この度も熱心な指導また同行をしてくださりありがとうございました。

(写真提供 久保田)



銀座尾根をマルチピッチで登り、ごっばち終了点からラッセルしました。なめら岩では第1ポピュラー 凹角 歯が痛いをトップロープで登りました。

(指導部 塩田 徹)

【感想文】

(受講生 蔭田 由美子)

6月の第3回目から都合により欠席していたため、久しぶりの参加でした。今回は烏帽子岩山での実施で、登山では何度も行っていますが、クライミングでは初めてのエリアでした。2班に分かれて、なめら岩でのクライミングと銀座尾根でのマルチピッチの練習を午前、午後で入れ替えとのことで、私は午前がクライミング、午後銀座尾根でのマルチピッチでした。なめら岩では、設定されたトップロープ3本の課題を「第一ポピュラー」の1ピッチ目、「歯が痛い」、「凹角」の順に登りました。1本目の第一ポピュラーはこれまでより長く感じ、さらに海が近く、より高度を感じましたが、何とか上まで登りきることができました。しかし、2本目と3本目は核心部を越えられず敗退となりました。午後からは、銀座尾根のマルチピッチの練習は、途中までは登山教室でも登ったところでしたが、最初のところは高度感があり、足を踏み出すのに躊躇しました。一步踏み出したら手も足もしっかりあり無事登ることができました。最後の登りのラストはどうにも登ることができず、上から引っ張っていただくことになりました。途中の箇所では、マルチピッチを想定して、まずはセルフビレイをとり、次の方を確保するための支点を作り、準備して安全確保して登っていただくのを実践しましたが、もっとスムーズにできるようになりたいと思います。また、行動していく中でのロープの重さも実感しました。もっとうまくロープをさばけるように練習していきたいです。スタッフの皆様、受講生の皆様、今回もありがとうございました。

(受講生 KM)

今年度のクライミングスクールは、新型コロナウイルス感染症の影響を受けることもなく、また、天気にも恵まれ、昨年度に増して多くのことを学ばせていただいています。

2. クライミングスクール報告

(指導部長 森本 覚)

第7回 11/6(日)

山城：天応 銀座尾根 なめら岩

人数：20名 (スタッフ含)

今回の天応烏帽子岩は、これまで何度か訪れた山ですが、岩場でクライミングをされている方を見掛けた時、「あんな所を登っている人がいる。凄いなあ。」と自分とはかけ離れた世界だと感じていました。そんな場所であったため、私に登れるのだろうかと内心ドキドキしていました。

受講生は2班に分かれ、私の所属する1班は銀座尾根、別のもう1班はなめら岩で練習することになり、不慣れな手つきでロープを束ね、斜め掛けにして銀座尾根に向かいました。トップロープで確保して貰い、リードビレイと1P目はムンターヒッチで、2P目はATCガイドを使ったセカンドビレイの練習を行いました。

自分が登ったらメインロープでセルフを取り、ビレイ解除のコールを掛ける。その後、支点を構築し、弛んだロープを引き上げ、ムンターヒッチの準備をし、クライマーに登るよう促す。細かい動作を頭では理解しているつもりでも、いざ自分の番が来ると度々手が停まってしまいます。特に、ATCガイドを使ったセカンドビレイは、練習をしていたにも関わらず、頭が真っ白になり、もたもたしました。次に何をすべきか考え、確実に、そして、出来るだけ早く、行動に移らなければいけないと反省です。

ATCガイドでのセカンドビレイの後は、腰がらみの練習をしました。岩に腰を掛けるのではなく、窪みにしっかり身体を沈め、足が踏ん張れる体勢を作り、ロープを腰に巻き付けてカラビナを掛け、クライマーを支えました。相手が落ちると分かっているにも衝撃があり、体重差があれば一緒に落ちるだろうと思いました。

その後、懸垂下降で登山道に戻り、前半の銀座尾根が終わりました。

簡単に休憩を取り、後半は2班と入れ替わってなめら岩に移動し、第一ポピュラーからスタートしました。三倉岳に比べると足が滑りにくく、トップロープで登らせて貰っている安心感もあり、登り易く感じました。

2本目は凹角、3本目は歯が痛い、4本目は広島パイオニアクラブのIさんが作られたという名もなきルートにチャレンジしました。名もなきルートはまっす

ぐ登れると聞きましたが、無理せず左側からチャレンジ、下から「もう少し左」「そこに足を」など声を掛けて貰って何とか終了点に辿り着きました。いつもは自分がどんなふうに登っているのか分からないのですが、今回は登っている姿の写真を撮って貰い、バランスの悪さや無理してホールドに手を伸ばす姿を確認し、スルスルっとトカゲのように登れるようになりたいと思いました。

今回もあっという間に時間が経ち、日が落ち始めてからの下山になりました。

今年度も残すところあと1回となりましたが、これまでスクール当日が絶好の天気であったにもかかわらず、ご自身の山行やクライミングを差し置いて、スクールのため事前に準備していただいたり、スクール後も集まってあれこれ協議されている指導員の皆様方、支えてくださるスタッフの方々、また、指導員の人数が足りない時に助けてくださるレジェンドに感謝しています。ありがとうございます。

(写真提供 森本)





第 8 回 11/27(日)

山城：三倉岳 B コース 7～8 合目

人数：20 名 (スタッフ含)

ひとけたエリア 5.8、5.6、ムニクロ、ひなまつり、朴の花をリードクライミングの危険性、リードビレイのポジション、ロープ繰り出しを注意しながらトップロープで確保の状態プロテクションをセットしながら擬似リードのクライミングを行いました。

(指導部 塩田 徹)

【感想文】

『第 8 回 (最終回) クライミングスクール』

(受講生 佐々木 修)

4 月からはじまったクライミングスクールもついに最終回を迎えました。

クライミングは以前にトップロープクライミングを少し経験したことがあるだけで、右も左もわからない状態での講習参加でした。

前半ごろの講習では緊張しつつも、トップロープで安心して登れるので、登れた時の嬉しさと登れなかった時の悔しさがおり交ざって、ただただ登りたい一心で楽しさが先行していました。

もちろんただ楽しいだけではなく、覚えることはたくさんありました。

ぼーっとせずに、先の行程を見据えて今できることがないかを考えて行動することで、時間の無駄をなくし安全にも繋がることを教えていただきました。

ロープワーク、ビレイ器やカラビナなどいろいろなギアの扱い方。クライマーとビレイヤーでお互いに指差し確認や声をかけあう安全確認。クライマーはビレイヤーまかせにせずロープが張れていなかったら「張ってください」と声をかけること。「自分の命は自分で守る！」という講師の方の言葉が印象に残っています。またビレイヤーはクライマーの動きを見ながら、どう動きたいのかをくみとってロープを調節する。クライマーは登ることに必死になっているので、クライマーとビレイヤーとの息の合わせ具合や声のかけ合いはとても大切だと感じました。

ラッペルの練習も登山の講習ではやったことがあったものの、クライミングロープの太い径と重さに苦

労しながらビレイ器にセットするのもごちなかつたです。足場の悪い場所だったら、もっと苦勞するだろうと感じました。講師の方に1つ1つ丁寧に指導をしていただきながら、やっとできたという感じでした。

自分のメモを見返してみると、立ち木にスリングで支点をとる→まずとにかくセルフビレイをとる→環付カラビナ(2枚を互い違いに)を支点(スリング)にかける→ロープをたぐって中間をみつけ2枚の環付カラビナにかけロックする→セルフビレイコードにロープをきれいに振り分ける→すっぽ抜け防止のため必ず末端を片方ずつ結ぶ!→「ロープダウン!」の声をかけてからロープを下ろす→ロープを正しくビレイ器にセットする(バックアップが加わるとさらに複雑に)→テンションをかけ右手で制動確認→ロープをたぐり体を支点によせる→左手(制動側ではないほうの手)でセルフビレイを解除→ラッペル開始→支点到負担をかけないように歩くように下りる→下りたら次の人のために数mロープを出し「降りましたー!」の声かけ→ビレイ器からロープを外し次の人が下りるためのサポート→全員が下りたらすばやくロープ回収。

文字に起こしてみても改めて思いますが、無事に下りるために何行程あるのか?講習中は講師の方が見てくれるので、手順を飛ばしたり間違えてもサポートしていただけましたが、自分だけで行うとなると致命的なミスをするかもしれません。懸垂下降の事故は多いと聞きますので、「自分の命は自分で守る!」の気持ちで何回でも繰り返し復習しておきたいと思いました。

支点・終了点の構築の講習では、“荷重分散”(角度は60度以内に)“流動分散”や“固定分散”などの言葉が出てきてまさに物理の世界でした。道具1つ1つの役割や特徴、正しい使い方の説明と誤った使い方の例。状況に応じた構築の方法(スラブでロープが擦れて重い場合はヌンチャクに環付きカラビナ2枚をつけてロープの動きをよくする)など、一生懸命お話を聞いて写真を撮りメモはするものの、なかなか頭に入ってきてませんでした。実際に現場で何回も繰り返しやらないと身につかないと思いました。支点は壊れる前

提であり、残置ロープやリングボルトを信用してはいけないこと。より安全性を高めるために、複数の支点を使いリスク分散をするとともに、流動分散や固定分散など状況に応じたやり方が求められること。クライマーは登攀能力だけでなく、どのような状況でも臨機応変に工夫して安全対策ができるようにシステムやロープワークが身につけていなければいけないということ学びました。

講習が進み、トップロープで確保してもらいながらの疑似リードクライミングおよびリードビレイを経験させてもらいました。それまではリードで登ることが何となくしかイメージできていなかったのですが、格段に緊張感が上がりました。

トップロープと違い、リードクライミングはフリーフォールの危険があるため、特に登りはじめは注意が必要なこと。中間支点到クリップをしても登った距離の2倍落ちることになるので、墜落距離が大きくなり、下部で落ちるとグラウンドフォールの危険があること。衝撃荷重も大きくなり、緩斜面では体を岩にぶついたり岩棚に落ちるとねんざや骨折したりする危険があること。(このあたりは後日プライベートの練習会で経験者の方にリードを少しだけ体験させていただき怖さが身に染みました。)

もし支点的のヌンチャクやプロテクション(カム)が抜けてしまったら、さらに墜落距離が大きくなり、大怪我や死につながる。だからこそ、ヌンチャクやカムなどの使い方を正しく行わないと命に関わること。

リードビレイヤーはクライマーが登りはじめる時から頭から落ちないようにスポットの体勢をとり、クライマーがロープをクリップしてからもフォールラインに立たないように気をつけること。足場の悪い場所ではセルフビレイをとり、クライマーが落ちた際に巻き込まれて二次被害にならないようにすること。ロープを張るだけでなく送り出す動きもあるので、常にクライマーの動きに注意を払わないといけないこと。落ちそうな時にはしっかり止める体勢に入ること。お互いが見えて声の届く範囲なら意思疎通しやすいが、マルチピッチクライミングではクライマーが見えな

くなり声も聞こえづらくなるので、ロープの動きでクライマーの様子を感じとる必要があること。だからこそ、お互いの息が合うように練習が大切なこと。

講習のはじめから何回も指導いただいた、クライマーとビレイヤーの相互の安全確認や声のかけ合いの大切さをより一層感じました。

10月の講習は残念ながら欠席だったのですが、ガイドモードでのセカンドビレイとムンターヒッチでのセカンドビレイとのことでした。11月(7回目)の銀座尾根での実践編では、支点構築が正しくできなかったり、上からビレイする時のビレイ器のセットの仕方やロープの扱い方も頭がこんがらがってしまって全然できなかつたりしました。講師の方やしっかり練習されている生徒さんのサポートがなかったら、何にもできずにおろおろするばかりだったと思います。やはり日頃からの復習・練習が大切だと反省しました。

そして迎えたスクール最終日。

8合目付近で疑似リードクライミングおよびリードビレイの練習。エリア全体が1桁エリア(左端.8、真ん中.6)、登山道左のクラック(ムニクロ.9)、登山道右の(ひなまつり.8)、その奥(朴の花.9)。

トップロープがあるという安心感はあるものの、それがない前提でヌンチャクやプロテクション(カム)を使って緊張感をもって疑似リードクライミングとリードビレイを練習させていただきました。

まずはルート全体を見て、どこでどの道具が必要かを確認。ヌンチャクなどは使うであろう数+必ず予備を持つこと。使いやすように左右のギアラックに振り分けておくこと。など、安全確認を含めて登る前の準備がとても重要なことを教えていただきました。

いざ登り始めますが、トップロープだと思い切りよく登っていた場所もそうはいきません。特に登りはじめは慎重に足の置き場や手がしっかり持てる場所を確認しながら登りました。

常に“いま落ちたらどうなるか?”ということクライマーもビレイヤーも意識する重要さを指導していただきました。

ヌンチャクをかける向きは合っているか?逆クリップやZクリップをしていないか?支点をとるハン

ガーを飛ばしていないか?不安定な場所や体勢でロープをクリップしようとしていないか?

プロテクション(カム)を使って登る場合には、1ピン目をどこでとるのか?位置が高すぎないか?差し込んだカムがしっかり効いているか?ロープが足に巻いていないか?ルートを外れてランナウトしていないか?

登る前のクライマーとビレイヤーの打ち合わせや、ビレイヤーがクライマーの動きをよく見て冷静に注意喚起をしてサポートすることなど、やはり講習のはじめから繰り返し言われてきたクライマーとビレイヤー相互の安全確認や声のかけ合いはとても大切なことだと感じました。

プロテクション(カム)を使って登る練習では、扱いにも慣れていないので、クラックにしっかり効く番手がなかなか決まらず、どんどん消耗していきました。やっとのことで上部まで上がったときには使えるようなカムが残っておらず、本当によく考えて登らないと進退窮まり困ることになる=危険性が高まるということを学びました。疑似とはいえリードクライミングは心身ともに消耗が半端ないと実感しました。

他にも、ロープクリップする際にロープをくわえていて、そのままフォールすると人間はとっさにギュッと噛むので歯が飛ぶというお話や、下部のカムがしっかり効いていないと上で抜けた時には衝撃荷重が大きいので連続して抜ける恐れがあるというお話を聞いて、想像するだけでぞっとしました。

自分の1つ1つの動作にどんな危険があるのか?という想像や予測がまだまだできていないと思いました。

講習のはじめごろにトップロープでがむしゃらに登っていた時とはずいぶん感覚が変わりました。講習中いかに安全に配慮された環境で練習をさせてもらっていたか、やっと思感できてきたように思います。まだまだ練習も技量も知識も経験も足りませんが、クライミングスクールに参加して自分のなかでの安全に対する意識は確実に高まったと思います。

一緒にペアを組ませていただいた方々もそうでない方々も、皆さんのそれぞれの頑張りや自主練に励ま

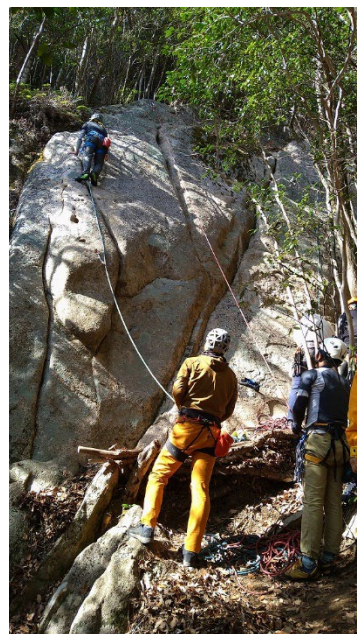
れ真摯にクライミングに向き合っておられる姿に刺激をいただきました。今まで担当された方の感想文もすべて読ませていただきました。皆さんそれぞれの視点や思いなどが勉強になり励みにもなりました。

自分は怖がりなので、クライミングという世界にどこまで関わるか正直まだわかりません。ですがクライミングスクールに参加して平素からの安全意識が高まったことは、自分の中でいちばん良かったことだと思っています。習ったことを活かして少しずつでも進歩していけるようにこれからもがんばりたいと思います。

息も絶え絶えになりながら心が折れそうになっても、アドバイスをいただいて「がんば！」と応援してもらって粘りに粘って登れた時の喜びや、ペアの方と一緒に頑張ったスクール生の皆さんと1日の講習を終えて下山した時の清々しい疲労感や連帯感は、自分にとって忘れられない貴重な経験となりました。

安全に配慮していただき丁寧なご指導とサポートでクライミングの楽しさを教えていただいた講師の皆さんや諸先輩方、一緒に頑張ったスクール生の皆さん、本当にありがとうございました。

(写真提供 塩田)



3. ありんこチーム活動報告

(顧問・個人会員 岡谷 良信)

参加者の感想文ならびに写真です。

『ありんこチーム 11 月の山行』

(個人会員 松井 良子)

11 月は参加者 10 名で蒜山三座を、下蒜山から中蒜山を経て上蒜山までの縦走です。

5 日 (土曜日) に広島を出発し、蒜山高原キャンプ場へ到着。小雨の中のテント設営、初めての 6 人用テント、ロープの結び方やペグの打ち方を教えていただき、完成したテントが大きかったので驚きです。ただ、6 人どうやって入るのか悩むのは後の話です。

小雨が降っていることもあり、焚火で暖を取りながらコーヒータイトからの早めの夕食へ。各々での準備となりましたが皆さん和気あいの宴となりました。

20 時頃には、どうやって 6 人入って寝るのか? 実際は 5 人ですが、向きとか荷物が気になりましたが、謎も解けて、寝袋で就寝。1 度真夜中に起きましたが、さほど寒くなく、雨が上がった夜空には雲の間から星がきれいに輝いていました。

翌日の 6 日 (日曜日)、4 時起床、テントでの朝食を取りながらテントの構造や注意点を教えていただきキャンプ場を出発、車で県境の下蒜山登山口 (犬挟峠) へ向かいます。

先日の雨で滑りやすい道、階段、鎖やロープのある急登は大変でしたが、背後の綺麗な雲海や山々の紅葉が励みとなり下蒜山山頂へ到着。頂上の眺望は蒜山三座屈指とのこと、しかし、大山や烏ヶ山は雲の中。

気を取り直して中蒜山へ向かいます。急登で一度滑り、膝が泥んこになりながら山頂到着。昼食をとったら次は上蒜山を目指します。ここでも一度鞍部まで下り、急登を登り返し山頂へ。さらに、200m 先にある二等三角点を目指して女子 3 人、笹をかき分けて向かいました。登山開始から 6 時間が経ち、山頂から下山開始。右手に大山、その先に隠岐諸島を眺めながら槍ヶ峰を通過して、上蒜山登山口へ到着しました。

初めての蒜山、テント泊、日本海を眺めつつ、紅葉の稜線 10 km 縦走と、楽しい時間を過ごすことができ

ました。参加者の皆様ありがとうございました。

行程・コースタイム

11 月 5 日 (土曜日) 広島～庄原～蒜山キャンプ場

11 月 6 日 (日曜日) 下蒜山登山口 6:30 雲居平 7:32

下蒜山山頂 8:20 フングリ峠 9:33 中蒜山山頂 10:33

上蒜山山頂 12:05 槍ヶ峰 12:49 上蒜山登山口 14:07

ひるぜん高原センタージョイフルパーク～庄原～
広島





4. 岳連短信

1. 寄贈御礼

広島山稜会『峠通信』第 761 号 (11 月)

11/22 三原山の会『筆影』No. 513 (12 月号)

11/22 福山山岳会『会報』12 月号

広島山岳会『山嶺』第 888 号 (11 月)

12/4・8『中信高校山岳部かわらばん』714・715

2. 12～1 月の行事予定

12/24～25 全国高校選抜 S C 選手権 (埼玉県加須市)

1/8 新年互礼登山 (宮島)

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。

○会員団体で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下さい。