

8月 夏山リーダー講習会@西丹沢(権現山・屏風岩山方面)

テーマ：①読図の演習 ②コンパスでの整地の習得 ③登山道がない道でのルートファインディング
④幕営訓練

今回は高体連主催の実技講習に参加しました。今年は1年生全員参加です。

～Day1 権現山～



朝 7:30 新松田駅集合

今回の講習会は藤沢翔陵高校・麻布大学附属高校・相洋高校・百合丘高校・平塚工科高校・相模原弥栄高校が参加していました。



今回の幕営地は西丹沢にある「大滝キャンプ場」でした。幕営地についてすぐさま登山準備をし、10:30 に開会式が行われました。



他校との合同班が編成され、外部インストラクターの方から説明を受けています。



11:00 権現山をめざして出発



権現山の山頂へのルートは地図に書かれていません。地図と周囲の風景を照らし合わせ、コンパスで方角を確認しながら現在地の特定をする練習を繰り返します。



このような斜面が2時間程度続きます。おそらく斜度は40～45度くらいかと思います。



登ってきたルートを見下ろすとこのような感じです。



とにかく長い…



途中に生えていたキノコ



13:00 ごろ権現山山頂に到着。奥には丹沢湖が見えます。



昼食後、地図とコンパスを使ってルートを確認しています。



そして降下開始（下りは安全確保とルートの確認を最優先したため画像を撮ることができませんでした）。

今回の講習会は引率の先生方やインストラクターの方々を含めておよそ50～60名程度が入山しました。登山の事故は下りで起こることが多いのですが、本校生徒が足の踏み場を間違えてあわや滑落しそうになりました。幸い木に体がひっかかったため事なきを得ました。また、別の班にいた本校生徒が落石にぶつかって負傷することも下山後に報告を受けました。1年生は夏合宿から難しいルートを歩き始めましたが、この経験を今後の安全登山につなげてほしいものです。



17:30 すぎ無事下山 これがかの有名な箒杉



18:00 すぎの帰着後、簡単なフィードバックを受けています。



そして息つく暇なく幕営開始。



19時にはあたりは真っ暗になりました。そのような状況のなかでテント設営と調理を同時進行させています。



今回の山メシ カレーライス

「キャンプではカレーでしょ www」ということで決定。今回はただのカレーではなく、山中で水を極力使わないカレーを考案しました。水場がない山中を想定してのメニューです。

【レシピ】

- ・カレールウ ・コンビーフ ・トマトの角切り&トマトソース（トマトパック） ・にんじん
- ・じゃがいも ・玉ねぎ ・マッシュルーム

【作り方】

1. にんじんとじゃがいもを 2cm ほどのブロックに切り、鍋に入れる。
2. 1で切った野菜がちょうど浸かるくらいの水を入れて茹でる（20分目安）。この時に玉ねぎとマッシュルームを切っておく。
3. 鍋にトマトパック、玉ねぎ、マッシュルーム、コンビーフを入れ、少しだけ火にかける（弱火）。
4. カレールウを入れて煮込む（焦げ臭い匂いや明らかに水分が足りないと感じた時は水を少しずつ足す）。
5. お好みで福神漬をかけて完成（△鍋に付いたカレーは各自パンを持参し拭き取って食べる△）。



映えていますね www

当初の予定では 19:30 就寝でしたが、帰着時間が大幅に遅れたため 21:30 に就寝。翌日の 4:00 起床にそなえました。

～Day2 大滝峠→屏風岩山～



朝 4:00 起床。テント撤収、炊事およびメインザック（幕営に必要な装備を入れる大容量のザック）のパッキングをして実技演習の準備をしました。そして 5:30 に開始。



2日目のコースは地形の変化に富んでいて、読図の練習にうってつけてした。



他校の生徒と一緒に地点の確認をしています。



橋は崩落する可能性があるため、1人ずつ渡るのが鉄則です。



通過地点の一軒避難小屋に到着



2日連続の登山なので、疲労の色が隠せません。



屏風岩山をめざして進みます。ここから先が地図読みとコンパスを使った方角の特定をする練習のクライマックスを迎えます。



読図のようす。インストラクターから「はい、個々の地点を特定してください。ここの地点を特定した理由は？」「次の進路の方角は？」と説明を求められました。



11:30 すぎ屏風岩山山頂。ここで昼食をとりました。



下山ルート of 針葉樹林。もちろんこの地点も地図に書かれていません。
その後傾斜が40～45度くらいの硬い土で登山靴のグリップがききづらい斜面を降り、やぶ漕ぎ（背の高い植物を両手で掻き分けること）をしなければならない箇所が出てきたため、画像撮影を断念。



14:30 全員無事帰着。15:00 の閉会式のあと帰路につきました。



【参加者の声：顧問より①今回の講習でできるようになったことは？②今回気づいた自分の課題は？と質問してみました。】

① 今回の講習でできるようになったこと

- ・ 周りの地形と地図を見比べて現在地を見つけることができるようになった。
- ・ 尾根や谷の大きさや等高線から斜度など読み取る視点などを学ぶことができました。また、今までより周りの景色に注目しながら現在地の把握ができるようになりました。
- ・ 地図読みを今までは進行方向の確認と現在地の特定の2つを中心にやるようにしていたけど、今回の夏山リーダーで先読みの技術を学んで、重要性にも気づいた。
- ・ この講習を受ける前は現在地の特定で地形と地図を見てコンパスを使わずに考えていましたが、今回の講習でコンパスで進行方向を確認してその方向と地図との方角を吟味することで、現在地を特定することができるかと改めて知ることができた。
- ・ 以前より根拠を持って進行方向や現在地を特定できるようになった。具体的に言うと、手がかりとなる地形を探す時、周りの地形も見て探せるようになった
- ・ 歩行中に得られる様々な判断材料（地図からわかる等高線の間隔、尾根や谷の方角、地形と実際にそれらを目で見ることやコンパスを使って得ることができる情報）を新たに自分のものにして、自分の考えをより多角的な視点で強固なものにするための方法を知ることができた。今後は自信を持ってサブリーダーをやってみようと思う。
- ・ 今回の講習で読図をメインに教わり、以前までなんとなくで位置を確認していたのに対し、講習後ではコンパスの使い方をいつもよりも練習し、周囲の植生や地形、方角などを判断材料に、より精度の高い読図ができるようになった。

② 今回気づいた自分の課題

- ・下の石を見つける事が出来なくて滑落しそうになったので、次回からは足元にもっと注意をしたい。
- ・山を歩く際に地図で現在地がどこかを歩きながら探していた時に足元にあまり注意できずつまずいてしまうことがあったので、今後はまず安全第一でやっていけるようにしていきたい。
- ・2日目の下りの際に自分とペアと人が先頭になった時にピンクのテープがあるのにも関わらず周り地形だけで判断しようとして少々手こずってしまったので色々な情報を地形以外での観点でもわかるようにしたい。
- ・上りや下りの時に、今回のような急斜面や道が狭い所だと、怖くて周りを見ながら進むのがあまりできなかった。そのため多少現在地の特定に支障がでているように感じたので、もう少し怖くても進んだ道がどんな風になっているか確認しながら登れたらよかったと思う。
- ・山で鉄の階段見て安心して下ると滑って尻もちついてしまったので、もう少し足元見ながら歩けると良いなと思った。また、他校の人が後ろにいて緊張し、「足元注意」、「頭上注意」などの声かけが若干少なめになった気がするので、早く仲良くして喋りやすい関係になるために、笑顔を見せることが大切だと思った。
- ・他の学校の人に注意する勇気がなかったこと。自分とペアを組んでいた人が危ない行動を多々していたが、「他校だから」という気持ちで注意できなかった。結果、うちの学校の部員の怪我（落石）につながったので、次回他校とペアを組んで登山する時は他校だろうと危ない行動には注意したい。
- ・安全の留意など自分自身のことに囚われすぎていて、周囲の状態をあまり確認できなかった。具体的には、自分がサブリーダーじゃない時の現在位置の把握や、見渡すと発見できる渡りやすいルート等。終盤には余裕が出てきて改善の兆候が見られたため、日頃の山行でも油断せず、余裕を持った山行ができるようになることが課題。
- ・自分がテント泊にあまり慣れておらず、寝不足のまま山をのぼり、体調不良で途中下山することになってしまった。次回からは、少しでも多く寝れるようにするために、快適に寝れるような工夫(暑さ対策やまぐらの工夫など)を行っていこうと思った。



8月某日のバーベキュー大会

次回予告

文化祭直後に陣馬山方面にて読図山行を行います。夏山リーダー講習会で学んだことの復習をしつつ、稜線歩きを楽しむ予定です。