

報告書

2023 年 2 月 8 日

所属	山スクール トレッキング 2	氏名	YN
----	----------------	----	----

(1) 概要

日時	2023年2月5日(日)	場所	道満岳東陵
テーマ	座学実技①		
講師	氷見美子 古谷赴夫 星島正子		
目的	読図/ラッセル		

(2) 報告事項

講習内容&所感	
<p>JR湖西線比良駅に9:00に集合。多くの登山客で駅は大変な混雑で集合場所が解らず慌てて到着しました。</p> <p>比良駅から出発し、桜のコバでヘルメット、ハーネス、ピッケルのショルダーループ、アイゼンを装着。星島さんが皆さんの装備の状態を良くチェックして頂き、私のアイゼンの踵部分がコバに着けられていないとすぐ指摘を頂きました。冬装備は装着するものがたくさんあるので時間がかかってしまいます。そこから進みノタノホリの池のそばで一回目の休憩でここでしっかり食べてくださいと氷見先生からの指示がありました。この日の行動予定は道満岳から金糞峠へ進み青ガレからイン谷口へ下山での周回コースですが、13:00までに堂満岳に到達できなければピストンで来た道に戻る予定で行きます。</p> <p>ノタノホリからは尾根の巻き道を進み、前回氷見先生がお題に出された、谷が自分達の歩いている登山道とぶつかるような地形が出てきました。前回の復習のような特徴ある地形で再確認できました。谷地形から道満岳に繋がる稜線に上がるまでの急登を行い、東陵道の肩まで上がると道満岳の姿が見えてきました。この時点で12:20頃で道満岳にたどり着けるかはギリギリのようでした。尾根に上がってからは雪の積雪量が増えてトレースが着いていない場所での歩き方の練習となりました。星島さんから基本のフラットフットができていないと教えて頂きました。私の歩き方は上から踏みつけて歩くように見えるということでした。自然に前に足を置いて進むように教えて頂きましたが、なかなかうまく歩けず苦戦しました。傾斜がある場所でも前回教えて頂いた、前爪で斜面を蹴り込んで登る方法や、蹴り込んで滑るようなら、足の置き場を作るためのステップを作るために何度か蹴り込んで足場を作るように古谷さんから見本を見せて頂きました。</p> <p>斜面を登るにつれ、日差しが強くなりました。決められた時間内に登らなければならないので自分なりに急いでいますが、ペースを上げると気温も上がってきたこともあり、汗をかかないように登ることが本当に難しい状態でした。</p> <p>堂満岳で15分ほど休憩し、下りを降りて行きますが、傾斜がキツイので腰が引けてしまいました。身体を真っ直ぐ立てて踵から足をおろすように注意を受けました。トレースが着いた後を歩くよりは、踏み跡のない新雪を下る方が楽であることも教わりました。</p> <p>ピッケルの持ち方も、登りはピック側を前に下りは逆にブレード側を前にして持つこと。持ち方は、ヘッドとシャフトが交差する中心を上から掴むように持つこと。行動しているうちにブレード側を掴んでいることも多くありました。</p>	
全体を振り返って	
<p>雪山での歩き方の基本ができてないことを自覚できた講習でした。次の雪山での講習で少しでも歩けるように頑張りたいです。講師の皆様も遅い時間までありがとうございました。</p>	