

月報 白樺

ALPINE CLUB / WHITEBIRCH NAGANO

7月の活動予定

7月2日(火) 第一例会
7月16日(火) 第二例会

7月6or7日(土 or 日) 蝶が岳・常念岳
CL…

7月19・20日(金・土) 中ノ岳
小屋泊り
CL…

7月26～28日(金～日) 裏剣
CL…

8月の活動予定

8月6日(火) 第一例会
8月20日(火) 第二例会

8月9～12日(金～月) 劔岳 八つ峰
CL…

8月17～20日(土～火) 読売新道
CL…

8月31日～9月2日(土～月) 前穂・奥穂パノラマ新道
CL…

5・6月の活動報告

6月9日(日) 中西山・奥東山
参加者:

梅雨の晴れ間に今年も中西山へ行ってきました。ブナの大樹と若葉のみどり、新鮮な空気をすって、山笑う。この時期の山野すばらしさを満喫した一日でした。帰りにタケノコを採ろうと言っていたのですが、見つけると、ついつい採りたくなくてザックが重くなってたいへんでした。



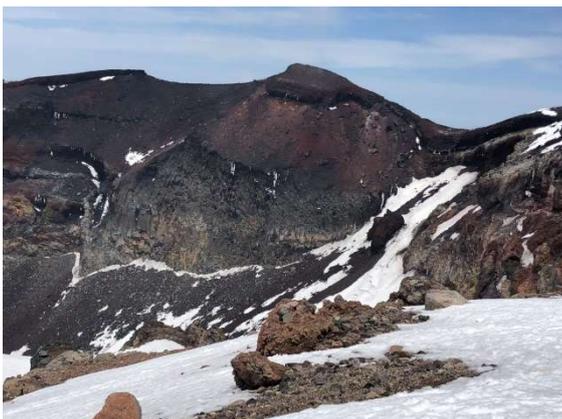
中西山から先、天気も悪くなってきたので、どうしようか迷いましたが、計画通り奥東山まで足をのばしました。奥東山の手前は東側にくずれた場所があり、ロープが張られていました。また山頂への登りも足場が悪く、ロープや木の根をたよりに登りました。



長野 6:00—鬼無里観光センターP7:00—登山口 7:50
—分岐 8:50—中西山 10:10—奥東山 11:20—中西山
12:10—分岐発 13:00—登山口 13:40—観光センターP
14:10 —長野 16:00

5月26日(土) 富士山

早朝の集合で順調に富士宮口コース駐車場着。登山口に近い所は満車で、一周して一段下の駐車場に停める。車の多さに驚きました。山側にはしっかりとバリケードのフェンスが張られていて、どこからも入れないようになっています。フェンスをよじ登って入山。雪は無く、すぐに6合目。宝永山に向かう人もいます。ここから少し雪が出てきますが、まだまだ夏道。途中で雪渓に入りました。登りやすいです。ほぼ直登で次の雪渓へと繋ぎ 3250m 池田館前でアイゼン装着。スキーやボーダーの人が多いです。若者多数。小屋が雪に埋もれているので、少し出ている屋根の上に腰掛けて休憩。夏山登山では考えられない不思議な感じでした。オキシメーターで各々計測してみました。血中酸素 90 は切っています。富士山はやはり手強い。一生懸命に登っている横を、下る方はケツゾリで滑って行きます。羨まし〜。トラバース気味の所は緊張しました。ここで滑ったらストックでどうやって止めようかと、ずっと考えてました。奥宮直下は雪がなくてアイゼンで歩きづらかったです。剣が峰の頂きから釜底に滑る人には驚きです。繰り返しているようでした。残雪残る眺めも最高で、高所順応と雪上歩きが出来てよかったです。



3:15 長野 4:58 甲府南 6:34 駐車場 7:10 登山口
9:57 8合目 12:40 奥宮 13:18/13:40 剣が峰 16:28
登山口

長野県山岳協会 第22回雪上技術交流会 in 針ノ木 報告

- 1 日時 2019年5月10日(土)～11日(日)
- 2 参加者 38名(長野県山岳協会員24名、信州大学医学部山岳会14名)
- 3 概要 長野県山岳協会指導員会主催の雪上技術交流会で、1日目は、大沢小屋付近で土のう袋を使った懸垂下降支点の作成と、SAB(スタンディングアックスビレイ)での制動確保、及びSABからの自己脱出を行った。夜は天場に設けた雪のテーブルで懇親会。2日目は針ノ木峠まで往復し、雪上歩行を中心に指導を行った。

4 研修内容

【1日目】(指導：)

1 土のう袋を使った懸垂下降支点の作成。

子供の頭ぐらいの雪を土のう袋に入れ、雪を二つに割って、振り分け、その間をまとめ、テープを巻き、雪中に埋め支点とするもの。静荷重300kgまで耐えられるとのこと。雪が降ったらやってみましょう。



2 SABからの自己脱出

(1) 強固なプラトー作成(広さ60×80センチ程度)

作成後、さらに斜面上の雪を落とし、支点を支持させるための厚みのある強固な地盤を作る。(これが最も重要)

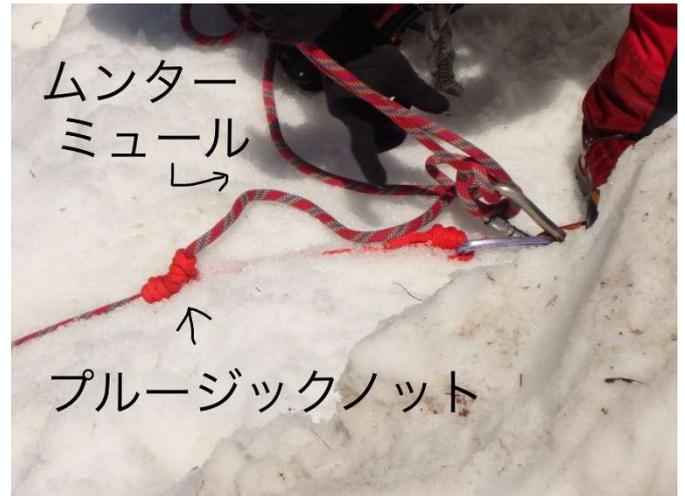
(2) 自己脱出の流れ

制動確保 → ビレイループに制動手側のロープを仮固定 → ロープを固定するためしゃがんで、片方のかかどに尻を置く。体制を崩すと次の作業がまったくできなくなるため、体幹をぶらさずに垂直に体を降ろす → 既にかかっている環付カラビナと同じ場所へ環付きカラビナを1枚追加 → 下に引かれるロープにプルージック等を巻き付け(プルージックノット)追加した環付きカラビナにか

ける → ビレイループの仮固定を解除 → プルージックにテンションを移す
→ 環付きカラビナにムンターミュールとオーバーハンドノットでロープを固定
→ プルージックを撤去して直接ロープにテンションがかかるようにする

ー以上ー

雪が積もったらやってみましょう。



【2日目】

信州大学医学部山岳会 14 名を 2 グループに分け、上級生がリーダーとなり、ルート、歩行ペース、休憩、チームへの指示を行った。協会員は、他の部員の横につき、歩行だけでなく、周囲の状況観察など細かなアドバイスをを行った。針ノ木峠からの下山は初心者女子 3 名の手がかり用にフィックスロープ 1 本を上級生がセットし、雪山に慣れていない女性部員 3 名に指導員がそれぞれ 1 名つき、マンツーマンで補助及び歩行指導。



5 感想

1日目は信大4年生と組んで指導。2日目は雪山初めてという女子大生のサポートで下山指導を行い、2日間を通して技術の再確認ができ、勉強になりました。

会ごとでの参加となっており、WBNは私一人の参加でしたので、ロープを含む登攀用具とテント泊一式の荷上げはきつかったです。長野県山岳協会会員であれば誰でも参加できますので、来年は大勢で参加しましょう。