

# 第十七期登山学校

## 第五回講座

### 『岩登り入門』講座

第十七期受講生 山本裕子

### 机上講習

机上講習前、私は足元が不安定な高い場所が苦手なため実技講習を欠席しようと思っていました。

軽部先生から岩登りに使用する用具や岩場での歩き方登り方などの説明がありました。そして、死亡事故の話も聞き、岩登り岩場での危険性を知り、怖くなりました。しかし、それよりも軽部先生の岩登りができるよ

うになると登れる山の幅が広がることや、危険予測ができるように技術を回避できるよつになることを聞き、岩登りをやってみよう』という気持ちになりました。

午後からはロープワークです。第三回『山での救急法』講座でロープの結び方をやったのですが記憶力の低下なのか思い出せず、もう一度覚え直します。簡易ハネスの作り方、シートバント、エイトノットなど様々な結び方を習い、明日の実技講習に備えます。

### 【実技講習】

集合場所は西武池袋線高麗駅。私は岩登りに一人で

向かうのは心細く、同期生の方と現地まで一緒にさせてもらいました。

現地に到着。全員で、駅前広場でストレッチをして出発です。

駅から三十分かけて日和田山クライミンググレンデを目指しました。

民家の脇に入り、樹林帯を二十分程登ると目の前は高さ二十mの男岩と高さ十mの女岩が見えてきました。

岩の高さと迫力に圧倒され、弱気になる私。同じ班の方に『大丈夫、大丈夫。』と励まされながら準備開始です。

ヘルメットをかぶり、スリングで前日に習った簡易ハネスを作ろうとしたのですが、緊張で思い出せず。

みんなで教えあいながらなんとか準備完了。

簡易ハネスを締めた瞬間、『もうここまで来たらやるしかない』と気持ちまで引き締まりました。まず、初めに女岩から。先生方が岩の下部・中間支点・上部にいてくださり、安全を確保。班ごとに一人ずつ岩にセットされたフィックスロープにロープスリングを結びます。

登りは伊藤先生にクレムヘイストノットの結び方を確認してもらい、岩登り開始。先生から『三点支持。岩に張りつかないよつ』と指導を受

けながら、上を目指しました。

下りは徳重先生にムンターヒッチの結び方を確認してもらい、懸垂下降を行います。

ロープの結び方と右手でロープをさばきながら下ることに自信が持てない人は、仮のロープで何回か練習をしてから懸垂下降を行いました。

ロープの結び方と右手でロープをさばきながら下ることに自信が持てない人は、仮のロープで何回か練習をしてから懸垂下降を行いました。中間支点にいた水谷先生に『足開いて、膝伸ばすと安定するから。大丈夫、大丈夫。』と声をかけてもらい、落ち着いて下ることができました。

次に男岩と女岩の手前にある小さな岩に移動。軽部先生から岩の登り方を教わり、班ごとにハネスを着けて開始です。小松先生 坂元先生にエイト結びを教えてもらい、一人ずつ登ります。

途中、足場が見えない所があり先生方・同期生の方々に足を置く位置などを教えてもらいながら登りました。

懸垂下降も女岩で教えてもらったことを意識しながら下ることができ、岩登りに少し自信が持て、楽しさがでてきました。先生方がしっかりとロープを引っ張って支えて

くれるため、安心して午前中の岩登りができました。午後からは日和田山の中では一番高い男岩に挑戦です。

足のサイズより小さいクライミングシューズを履くと力が入るということを先生から教わり、普段より小さめのシューズを履きます。

ハネスを着け、準備ができた人から開始です。午後は午前と違い高い岩になります。緊張感がありました。

みなさん、午前中に習ったことを思い出しながら登ります。先生方も下から登り方・足を置く位置を指導してくれるため心強かったです。

私もみなさんみたいに登れたらと思い、自信はなかったですが挑戦することにしました。登る途中で手と足が疲労しましたが、同期生の方々の『ガンバ、ガンバ。』という励ましの声でなんとか上まで登ることができました。

下りは下を見てしまい、怖くなつて懸垂下降ができませんでした。見かねた小松先生が登ってきてくれ、なんとか岩を下ることができました。自分が習ったことができない悔しさに涙が出ました。

そして、小松先生が王子様のように見えた瞬間でした。

私は怖くてもう岩登りはやりたくない』と思っていたのですが、先生方の『もう一度

挑戦してみよう』という言葉に背中を押され、再度挑戦することにしました。先生方・同期生の方々に見守られ、励まされながら上まではたどり着くことができました。

しかし、問題は下りです。一回目のことがあり、なかなか懸垂下降の姿勢がとれませんでした。

またダメか…下りられないかも…と弱気になっていたところ、坂元先生が登ってきたくれ懸垂下降の姿勢を教わり、無事に下ることができました。坂元先生のたくましさに惚れました。

私は再度挑戦しなかったらもう一度と岩登りはやらない』と思いましたが、再度挑戦することで岩登りの楽しさと、岩がある山でも挑戦しようと思えました。

今回、岩登り講座を無事に終えることができたのも先生方・同期生のみなさまのおかげです。

本当にありがとうございました。次回の講座も楽しみにしています。