

## 第4回山のリスク

### 机上講座

今日は、貴重なお話を聞かせていただき、どうもありがとうございます。

山にはリスクがつきものでどうしようもないこともたくさんありますが、自分の知識や経験で低くできるものもあることがよくわかりました。

とくに、事前の準備と天気が大事なこともよくわかり、これからは、もっと事前準備に時間をかけなければいけないと感じました。天気については、すぐは難しいとは思いましたが、少しずつ勉強していこうと思います。明日もどうぞよろしくお祈りします。

こんばんは。今日は、お疲れ様でした。天気凶、勉強になりました。

ありがとうございました。明日も、宜しくお祈り致します

今日は山のリスクというところで、道迷いや低体温症などの対策、テーピング、天気のことなどについて教えていただきました。低体温症などは山の難易度に関わらず天候などによっては死に繋がるというお話は印象深く残りました。風が強いときは登山を止めることもしっかりと考えるようにしたいと思いました。テーピングについては、捻挫などのリスクは常にあることだと思いますので、しっかりと頭の中に入れておいて、万が一のことに備えられるよう、ザックにテープを携行するようにしようと思います。天気については学生だった頃のことを思いだし、改めて学ぶととても興味深いものだなと感じました。山での天候というのは命取りになるものだと思いますので、理屈を知っておくことはとても大事だなと感じました。

本日も大変貴重な学びとなりました。明日も価値ある登山体験となるようしっかり準備してやっています。よろしくお祈りいたします。

今日の講義「天気図の見方」はとても興味深く、話に引き込まれ、あっという間に時間が経っていました。低体温症であっという間に亡くなる話は、知識がないととても恐ろしく身近なことだったんですね。大事なお話、ありがとうございました。

前線の意味や天気図からグレード2の山行死亡事故まで、山の情報を登山に活用する見方を学びました。天気から山行中止や戻る判断など、無理のない山行をしたいと思います。視覚的なレジュメ説明やニュース活用が大変分かりやすかったです。

安全に登山を楽しむために先の天気を知る事は凄く重要だと痛感しました。

テーピングの講習も為になり登山前に試したいと思います。

明日の実技も宜しくお祈りします。

本日の講座「山のリスク、リスクを知って対策を考える」今までは山のリスクを深く考えたことがありませんでした。けれど今回の講座で山に潜むリスクが多岐に渡ることを知りました。遭難1位の道迷いは今後の山行でも起こり得る事象なので何に気をつければリスクを軽減できるのか再確認できたので実践に役立てたいと思います。

また、地図やコンパスを十分に活かせるよう学びを深めていきます。

私は長時間歩行で膝痛が生じるので膝痛を起こさない為にも筋肉貯金に励みたいと思います。命に直結する気象天気のリスクは怖いと思うと同時に事前の情報収集で未然に防ぐことができるので今後は意識して天気図を確認したり、雲も注目できるように今回の学びを振り返り知識を定着させたいです。今回もたくさん教わり学びがいのある講義で頭がいっぱいです。本日はありがとうございました。明日も宜しく願い致します。

お疲れ様です。

今回山のリスクの講義を聞いて、自分に不足している箇所を見直す事ができました。

防寒着の用途をグブらせて用意したり、道迷いの時にすぐ元の場所に戻らず、あと5分歩いたら戻ろうとか。体力を消耗しないために、再考したいと思います。

普段使っているキネシオテープも久しぶりにこの貼り方でいいのか調べて直して、昨日は新しい貼り方にトライしました。

今回はリスクについて改めて考えるいい機会をいただきありがとうございました。

次回もよろしくお願いします。

## 実技講座 金時山

今回は、登山口までのチケットを自分で手配するということで、ギリギリの時間帯で、降車するバス停を間違えて予約してしまい、予約の変更をしたので、今後はもう少し慎重に行いたいと思いました。

山行では、今回調理する道具をかしていただ、サッポロ一番を作り、コーヒーを飲みました。ラーメンの方は、家からゆで卵、ウィンナー、乾燥わかめ、ネギを持ってきて、かなりおいしく作る事ができました。コーヒーも山で入れるといつもより美味しいと思いました。

今回は道具を貸していただき、どうもありがとうございました。

次回は自分で購入して作ってみたいと思います。どうぞよろしくお願いします。

こんばんは。今日も、お疲れ様でした。私だけ違うルート選んでしまい最後の反省会、ご迷惑おかけしました来月も宜しく願い致します。

本日は金時山登山でした。昨日のリスクの講義において教えていただいた雲の種類などについて実地で教えていただきました。山の天気を知ることは重要ですが、まだ、雲・前線の動きなどについて、全て把握しきれいていないので、復習して覚えられるようにしていきたいと思っております。また山飯のチャレンジということで、自分は豚汁うどんを作りました。出来合いのパックとみそ汁と自分で切って持っていった具材と豚肉で作りましたが、出来合いのパックが2~3人前でとてもポリューミーになってしまいました。出来合いのものを使う場合も分量を気にせねばならないなど学びました。本日も大変貴重な体験となりました。来月は本格的な山食にチャレンジするとのことですので、いろんな案を考えていきたいと思っております。ありがとうございました。

今日の山行に当たり、バスタ窓口でチケット購入する際に紅葉、三連休、東名高速集中工事から1~2時間は遅れることはご承知おきくださいと念を押されていたので、予定時間につけた事にホッとしています。また、登山計画書を初めて届け出たのも貴重な体験でした。今回の経験を踏まえ、これからはもっとすんなりできるようにしていきたいです。金時山一日楽しかったです。ありがとうございました。

朝のうちは色々な雲が見られて講義の復習になり、紅葉を見ながら秋らしい山行となりました。新松田駅 バス待ちの多くは→ 関本(大雄山駅) → 地藏→金時山コースと分かり、自分で行き方検索のお陰で、他のコースにも興味を持つ事ができました。

山のリスクは多岐に渡るので今回は道迷いにポイントをおいてみようと考えました。予め地図に注意すべき点を記入しコースタイムも裏面に記載しておきました。乙女峠から長尾山まで20分要し地図上で山頂まで残り2/3と把握。結果金時山に50分で到着しました。事前に情報収集を行ったことで山頂までの間地形図と現在地を確認しつつ歩みを進めることが出来ました。進む方角を確認できていなかったことや東西南北の把握を怠っていたことは課題として残りました。

登山前にコンパスを振った時、自分が進む登山口とは違う方角を指し示し疑問に思いましたが若林さんからアドバイスを頂きました。漫然と地図を見てはいけないと改めて気付かされました。5日は朝からスッキリした空模様ではありませんでした。

一朝一夕には雲を見極めるのは困難だと思うので天候が崩れる兆候や晴天になるポイントを押さえて山行に活かせるよう継続して学びを深めたいです。

今回、班内でのリーダー決めで立候補したもののコンパスによる登山届が出来ず運営委員の若林さんや茂田さんにご負担をお掛けしてしまい申し訳なかったと反省しています。

自分自身が不得意とするアプリの活用が今後の課題として浮き彫りになりましたが今回初めてヤママップを使うことをチャレンジしました。

今後は、コンパスによる山行届が実施できるように前進していきたいです。できなかったことは出来るように努力し、出来ることはより理解を深めていきたいです。  
今回も運営委員の皆様のおかげで実技講座を終えることができました残り少ない講座もたくさん吸収できるよう自分自身を整えて参ります。ありがとうございました。

今日の実技を通して天候を予測する事は難しく、まだまだ経験が必要だと思いました。  
山行に行く時は空と天気図を読めるように見る癖をつけたいと思います。  
有り難うございました。

レポート 11月5日日曜日 金時山

雲もかなり出ていましたが、時おり晴れ間もみせる中での山行でした。

今回は登山口に集合という初めてのケースでしたが、全員時間より前に集合できたため、予定より早く出発できました。

山行は、適宜休憩をとりながらおおむね時間通りにすすむことができました。  
各地の通過時間は以下の通りです。

9時57分乙女峠バス停  
10時2分登山口  
10時47分乙女峠  
11時18分長尾山  
12時8分金時山到着  
1時12分金時山出発  
1時31分分岐  
14時9分金太郎宿り石  
14時30分公時神社

第2班は雰囲気もよく、みんな無理をすることもなく、とても楽しくできたと思いますが、金時山山頂では雲が多かったため、今度は快晴のときに訪れたいと思いました。  
どうぞよろしくお願ひします。