

第1回【計画から下山まで】実技講習報告

5班 福田陽子

日時	2016年6月12日(日)		晴れ	日帰り	場所	大小山 (足利市)	
メンバー	(班長)	M村 Y太	H本 S子	担当委員	K松先生	歩行距離	約 6.1km
	(副班長)	M田 A	F倉 H明		U村先生	高低差	約 346m
	(記録)	福田陽子	Y M美		K藤さん	累積標高	上り 約 582m
			Y下 H美				下り 約 502m
					所要時間	約 5時間10分	

(所要時間13分) ↓	富田駅	[10:03着	10:10出発]	(7分)	トイレタイム、点呼
(所要時間28分) ↓	三柱神社	[10:23着	10:43出発]	(20分)	全体:諸注意、体操、班:諸注意、顔合せ、コンパス振り
(所要時間49分) ↓	阿夫利神社	[11:11着	11:20出発]	(9分)	小休止、トイレタイム、点呼
(所要時間26分) ↓	南尾根ピーク		12:09通過		
(所要時間12分) ↓	大小山～妙義山		12:35通過		
(所要時間32分) ↓	※中休止	[12:47着	13:10出発]	(23分)	ランチタイム
(所要時間約33分) ↓	※立ち休み	[13:42～			前を行く班の方の靴修理タイムを利用
(所要時間25分) ↓	西馬富士	[14:15着	14:25出発]	(10分)	小休止
	稲荷神社	[14:50着	15:12解散]	(22分)	全体:本日の総評、体操、班:メンバー各人からのコメント、担当委員からの総評等

前日の机上講座で、【山登りをする為の準備、計画の立て方、山の選定、山行中のパーティの役割】を学び、本日は実地講習。テーマは【歩行技術など基本的な技術及び注意事項】です。

朝、大宮駅での待ち合わせがぐだぐだになってしまい、5班だいじょうぶかっ!?と若干の不安を感じながら列車を乗り継ぎ富田駅へ。H本さんは1時間前に来ていたそうです！そんなこんなで富田駅で全員集合！さっそくスタート地点の『三柱神社』へ向かって出発です。左手のお山に銀色に輝く「大」「小」の文字を発見！テンションがあがります。

『三柱神社』でK崎先生を中心に労山オリジナル?体操で体をほぐします。一人ずつ時計回りで掛け声をかけます。本日の全体指揮を執られるI藤先生より【登り方・下り方】について諸注意等説明をいただいたあと、班ごとに、前日の机上講座で学んだ【コンパス振り】の実践です。学んだばかりですからね、5班全員バッチリです。次の分岐(進むべき)方向を確認したので、歩きだします。(※福田は、コンパスが使えるようになったのが嬉しく、少々浮かれ気分で「ながら歩き」をしてしまいK松先生より注意を受けました。気をつけないといけませんね。)

『阿夫利神社』までは舗装道路です。神社からいよいよ登山道となり、ちょっぴり緊張してきます。【最初の30分はゆっくりペースで1日のペース作り】昨日の講習を思い出しながら歩きます。ほどなくして傾斜がきつくなり、さっそくK松先生から【登りの歩き方】について講習です。ひとりひとりの歩き方を確認してアドバイス。さらにU村先生から体重移動のコツを教えてくださいます。ソールの感触、バランスを確かめながら一步一步慎重に足を置きます。『南尾根ピーク』手前から岩場になってきました。【後ろ(下)になる足が伸び切らないように】大股で足を出さないよう足場を探しながらさらに慎重に登ります。『大小山』を通過し、『妙義山』へ。各ピーク展望が広がっていますが、『妙義山』山頂は特にすばらしい展望ポイントです。空気の澄んだ季節でしたら見事な眺望でしょう。『妙義山』からはなかなか手強い急坂です。ロープも出現し、ドキドキしながら下ります。最初の難所?を下ったところが少し平坦な場所となり、ここでランチタイム♪緊張感から解放されます。エネルギーを補給し、少しリラックスできました。さあ、後半戦！油断せず、気を引き締めて【休憩後の歩き始めは慎重にスタート】します。そして【ケガや事故の多い魔の時間帯・・・午後2時】をむかえます。なかなか手強い下りが続き少々不安になる福田。しかしながら、足元の状況ごと随時K松先生から【歩幅、足の出し方のコツ等】ひとりひとりに合った解りやすいアドバイスをしてくれます。常に問題意識を意識を持ちながら歩く。本当に良い練習ができます。少し登りかえし『西場富士』へ到着し、小休止。小さいながらも以外と傾斜のあるアップダウンがあって決して楽ではなかったと思う福田でしたが、皆さん元気です。もうひと頑張り最終ポイントの『稲荷神社』です。『西場富士』からは25分程で到着～。5班全員無事完歩！お疲れ様でした！皆さん「疲れた～」「休みたい～」等甘えたことをおっしゃらず頑張っているの(みんな余裕だったのかな?)福田もがんばれました。ありがとうございました。

最後になりましたが、K松先生は、前日長時間の講義をされ、その翌日の山行。とても大変だったと思います。それなのに、ザックを2個担いで軽やかに岩場を登ってしまうし、細かいところまで目が行き届いてるしビックリです。U村さんの穏やかさに癒され、明るいK藤さんが同行してくださったので安心して歩くことができました。ひょっこ隊員としては、同性の方がいてくれると、とても心強いです。この登山学校の講座は、机上で学んだことをすぐにお山で実践できるのが大変いいですね。同期の皆様、運営委員の皆様、ありがとうございました。これからもよろしく願いいたします。お天気の神様、お山の神様、班の皆様、運営委員の皆様へ深く感謝した第1回目でした。