

計画から下山まで（実技）

2班 記録担当 大内田

1 概要

月 日 : 令和3年6月13日（日）

場 所 : 栃木県 大平山（妙義山）313.8m

編 成 : 【班担当運営委員】小松委員、小林委員

【受講生】鶴岡〔班長〕、古越〔副班長〕、森上、高木、大内田

行動記録:

- ・富田駅 09:27発（集合確認）
- ・三柱神社 10:13発（実技内容説明、ストレッチ、自己紹介）
- ・阿夫利神社 10:34着~10:42発
（服装の調整を含み小休止、コンパスによる方位評定）
- ・分岐 11:37発
（分岐にて小休止、コンパスによる方位評定）
- ・妙義山 12:09通過
（頂上が混んでいたため下山途中にて昼食、ロープ体験）
- ・阿夫利神社 14:10着（ストレッチ、講評、〔班毎〕所感、全員集合写真）

2 所感

(1) 初回実技ということで、歩き方、グループとしての行動、コンパス並びにロープの使用法、ストレッチを体験させて頂き、次回以降の受講意識が向上しました。

疲労を防ぎ転倒を防止する歩くペース・歩幅・着地要領、他登山者への配慮（小石等の落下防止）は、せっかちな性格もあり特に意識して注意していきたいと思います。

また、2年前に購入したコンパスも初めて使用しましたが、初めて評定した方位に「正解です」と教官から告げられたのは素直にうれしかったです。

コンパスを“振る”、“落（らく）！”という表現も新鮮でした。

一方でコンパス、ロープともに、2月の受講終了時には、一々考えずに体が覚えている状態になることが目標だと考えるとかなり高く遠くに感じましたが、登山同様、計画的に修得していきたいと思います。

(2) 少人数単位のグループ編成のため教育内容が理解しやすく、短時間内にもかかわらず、教官と受講生、受講生相互の距離感が縮まったと感じました。

相互に自己紹介が出来たこと、各運営委員の方々が、オープンに接して頂いたこと等も作用したのだと思います。ありがとうございました。

第25期登山学校 第1回「計画から下山まで」 実践講座報告

作成者 25期1班 鍋倉

- ・日時：2021年6月13日(日)
- ・場所：栃木県 大小山 ・天候：曇り時々晴れ
- ・同行者：(班長) 松浦 智子 / (副班長) 小林恵 / (記録) 鍋倉美香 / 茂田宏和 / 駒澤昭典 (担当運営委員) 山口弘安 / 駒崎弘安 / 高橋五男

【コースタイム】 時刻 行動：各自の自宅発 → 9:23 両毛線 富田駅着 -9:30 富田駅出発(各自移動) -9:55 三柱神社着 / (全体で) 挨拶、諸注意、ストレッチ(班ごと) 点呼、-10:14 三柱神社出発 -10:46 阿天利神社発 -11:10 B地点発 出発 -11:46 P6 地点発 -12:04 大小山山頂着(282m) / 昼食 13:00 大小山山頂出発 -14:00 阿天利神社着 / トイレ、集合写真、総評、ストレッチ、班ミーティング、下山報告 14:35 解散

【感想】 登山学校は予備日はなく雨天決行だとあらかじめアナウンスがあったので天気が心配でしたが、第一回目はまずまずの天気でのスタートを切る事が出来ました。前の週、夜の机上講習を受け翌週に実施は内容を忘れてしまうかと思いましたが、初回ですし聞いたことを踏まえて準備するのに十分な時間が与えられて、余裕を持って準備ができて良かったです。今回私は初めて参加する登山学校で、これまでの開催はどんな雰囲気なのかは、過去の活動報告を読む事でしか知り得ませんが、例年との大きな違いはコロナの感染対策として人数削減、人数が多い方が楽しいのだろうと思います。昨年からは楽しみに待っていた方もいたとの事で、運営の方たちは開催までいつも以上に準備が大変だったのだろうと思いますが、少人数でコンパクトにまとめられた現在の緊急事態に対応できた登山学校を開催していただけて本当にありがたいなと思います。さて、話は山行に戻り集合場所の富田駅から三柱神社まで車道を歩き神社の広場で簡単な自己紹介と当日の連絡事項、登山の為にストレッチをしました。ストレッチはラジオ体操のようなものを想像していましたが、登山に必要な内容が盛り込まれた運動でした。ストレッチ後、各班ごとに登山口にあたる阿夫利神社まで移動しますが、登山口手前で駒澤さんが足の痛みを訴え、聞けば昨日足を痛めたとのことで、私はどうしようと思いましたが、素早く松浦さんが班員に周知してくださったことにより、niceな連携で運営の伊藤さんがテーピングをして、「とりあえずこれで歩いてください。」との事で登山をスタートし歩き出すと、痛みは和らいだというのでテーピングの素晴らしさを実感しました。もちろん巻き方があると思うので後々の講習でテーピングもご指導いただけるのかと思うと内心わくわくしていると、運営の山口さんが歩き方の説明を始められ、登り始めはゆっくり慣らす登り方で、フラットフィッティングを使った歩き方など、登り方のアドバイスをしてくれましたので楽に登る事が出来たと思います。途中の休憩ごとに地図を広げてコンパスの振り方では、方位の合わせ方がよくわからず

まごまごしましたが、サッと教えてくださるので簡単ではありませんが何度か繰り返しやるうちに山頂へ着く頃には理解できました。また、昼食後に運営の高橋さん社長？の足がつってしまい、ご自身のお持ちだった漢方薬を服用され、休みながらも自力で下山された事は良かったと思います。こういった場面での対応も含めいろいろと学ぶ事が多く、今後も楽しみです。下山後のミーティングで、集合写真を撮り阿夫利神社で解散しましたが、今回携わってくださった運営委員の皆様、1 班の皆様ありがとうございました。班はランダムに構成されると聞きましたので、25期の方々今後ともよろしくお願 いします