

山行報告書

神戸勤労者山岳会

1. 参加者

CL : 池田 L : 千賀、西、山蔦 スタッフ : 重富、後藤、中塚、山崎
受講生 : 桧垣、山部、一般 1 名

2. 山行スタイル

教室・実技

3. 目的

冬山教室 2022 実技④

4. 山域／ルート

三室山／三室高原駐車場～三室山登山口～三室山の往復

5. 交通手段

自家用車 (3 台)

6. 行動記録

<入山日 : 2023 年 1 月 15 日 (日) 日帰り>

三室高原駐車場 8:30→ 9:30 三室山登山口→ 10:00 1020m ベンチ→ 11:40 三室山頂 (昼食)
→ 12:15 三室山頂 発→ 13:30 1020m ベンチ→ 14:00 三室高原駐車場

7. 山行中の問題点・事故に繋がる要因

a) 予定のルート・日程で行動出来たか？

- ・ ルート、所要時間ともに予定通り。特にトラブル等はなし。

b) 事故に繋がりそうな要因 (ヒヤリハット) が発生したか？

- ・ 特になし

c) パーティーで、山行中の事故に繋がる要因につき、山行後検討したか？

- ・ 特になし

8. その他、ルートに関する情報・気がついた事など記す

- ・ 前日までの気温上昇と降雨で雪があるか心配された。ルート上の林内はところどころ土が見えるも、山頂付近はそこそこ雪が残っており、雪山登山ができた。
- ・ 事前に机上学習してきたルートを確認しながら、登るところを決めるようにし、ルートファインディング訓練を行った。

9. 感想

(一般-Mさん)

三室山実戦で得た課題を下記の通り報告します。

- ① 荷物の量が多かった事、想定外に気候が穏やかで終始汗だく、衣服調整考慮します。
- ② 読図講義の理解が悪すぎて、聞かれる質問もまるで回答できず、情けなさで涙にくれました。氷ノ山では本日のご指導を踏まえ、少しマシになつとるなと思っていただけるよう頑張ります。
- ③ 三室山は2年前1月に一度踏みいりましたが、記憶とぼしく道迷い、続く急登に辟易しました。次第に深くなる雪に足を取られ思ったように進めず、早くコツを覚えたいです。
- ④ 下りを先行していたのですが、後続のスタッフ様からその先急斜面なので引き返すよう声かけていただいた時点ですでに下ってしまっており、自分の技量から登りかえしや指示方向へのトラバースは厳しいと感じそのまま降ったため、グループと離れました。自分の後方を追ってくださったLDより、こういう場合相手にその意志を叫んで伝えなければならぬ事を指導いただき、以前アイゼントレの時も同様な事があり、次回泊山行時には改善します。

(山部さん)

ここ数日の温暖な天気で雪が無いのではと懸念していましたが、

800mを超えるあたりからしっかりとした積雪になり、ワカンも初めて使うことができました。

新雪の踏み跡が無いところを歩くのは非常に楽しい一方で、やはり踏み跡を頼りにしてしまうところもありました。

踏み抜きが怖かったですが、木の根の付近は気を付ける等、少し経験値も上げれたかな、と思います。

ルートファインディングについては、個人的には概ねできていたと思いますが、池田さんの「現在地を即答できない状態は既に遭難している状態」という言葉が印象的でした。

また、下りはアイゼンで下りましたが、登りはある程度力任せで登れますが、下りは足の置き方や体重の載せ方、アイゼンに付く雪の落とし方など、非常に難しく感じました。

課題として、

- ・ グローブをはめたままの作業を練習して行ったものの、結局時間が掛かり過ぎ、外して作業したこと。
- ・ 行動中の地図の保管方法
- ・ 下りの時の地形の見極め（登りは尾根が見分けやすいが、下りは私的に見分けにくい）
- ・ 寒さが心配でしたが、暑いぐらいで、衣類がずぶぬれでした。汗だくにならない程度のペース配分も少し考えたいところです。

あたりをもう少し次回に役立てたいと思います。

池田さん、西さんには丁寧にご指導いただきありがとうございました。

(桧垣さん)

・地図読み

- ① 出発地点をそもそも把握できていなかった。
- ② スタート後、登りはそう外さず進めていたがこれも後藤さんのアドバイスのおかげ。
- ③ 下りは登りと違って山部さんも記載の通り把握し難く、間違っって1つ東側の谷を降りかけ修正していただいた。

・アイゼン・スノーシューでの歩行

- ① 元々ほぼ素手での歩行だったのだが、それでも現場での装着が初めてで簡単ではなかった。厚いグローブ装着では今の技量なら100%無理だと思う。それがイライラや焦りにつながりマイナスの心理的影響が出そう。
- ① 千賀さんにアイゼンでの下り方を教えて頂き、最後の方はテンポよくなってきたと思う。

・体力

- ① 尋常ではない汗かきでとても体力を消耗するのが早く、また足がつって立ち止まる回数が増えていた事から他班からどんどん遅れた。但し汗は自分でもどうしようもなく、前回の万物相・荒地山でのトレーニング時も最後のテント設営時には汗で寒く気分が悪くなりそうだった。着替えの枚数を増やすしかないが、着替えるために立ち止まっていると、また全体から遅れるもとなり、どうしたものか考える。
- ② 汗と関連して、体からの蒸気でメガネが曇り、足元がよく見えず立ち止まる回数を増やす原因にもなった。これは曇り止めをぬっておく等で回避できるか。
- ② 荷重量は13~14KG程度であったと思うが、重さは気にならなかった。

千賀さん、後藤さんには我慢強く指導して頂いてとても感謝しています。

また遠く泉南の方からピックアップして頂いた重留さん、ありがとうございました。



地図とコンパスで、登りルートを確認



急登が続く尾根、心が折れるので上を見ないように・・・



ワカンをテスト装着。手袋操作はストレスフル



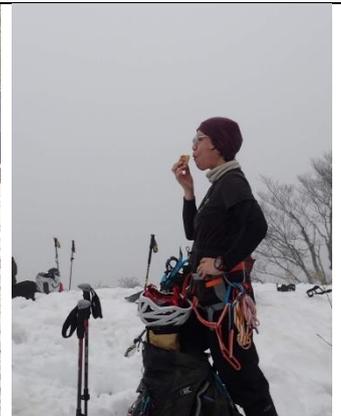
山頂に到着！イエーイ



ぶっ飛ばし山部チームが一番乗りで山頂に



食レポ



無事、全員登頂。いやー、雪残っててホントによかった。