

桜満開の4月例会は27名が出席、 例会学習は「雪山訓練机上講習」、 翌日にマチガ沢で実地訓練を行いました

例会の学習は、「雪山訓練机上講習」（講師；浅見さん）

『雪山訓練の事前学習を兼ね、浅見さんを講師に「雪山机上学習」を実施した。はじめに、雪山の魅力と雪山の危険、春山の危険について話された。続いて「雪山の装備」と「用具の使い方」について進んだ。雪山の装備は浅見さん自らの物を用意していただき、実物を見せながらウェア・アイゼン・ピッケルの使用について体験を交え説明されたので、わかり易く聞くことができた。

「用具の使い方」はロープとツェルトについて説明され、ロープの結び方はムンターヒッチとグローブヒッチを教えていただき、各自実施した。又、滑落を想定し、救助について菅谷さんがロープワークを実演した。ツェルトの組み立てを、木村さんがトレッキングポール2本とロープ使用して実演した。事故にあった時は平常心でいられないので今回の講習で学んだ事を継続し、体で覚えるまでに習得することが必要かと感じた。』（感想；相澤）

雪山実地訓練感想：菅谷

- ① 滑落停止……転ばないことが、何よりいちばん大事。もしも転倒したら、スピードがつく前にピッケルや身体を使って滑落を防ぎ、とにかく加速しない事。もちろんピッケルの持ち方、使い方の訓練は必然です。
- ② アイゼン歩行……実際にアイゼン歩行をする前に、自宅で登山靴とアイゼンの相性を確認し、装着する練習をしておく必要があります。山でアイゼンを使用する状況は、自宅よりもはるかに厳しい環境だからです。登山靴との間に緩みや隙間があるものには、自分で工夫して事前に加工をすることも大切です。長時間の山行等で疲れてくると、うっかりアイゼンの歯をパンツの裾に引っかけて転倒事故になることがあります。このような事故を少しでも防ぐために、アイゼンに左右で色違いのゴムテープ等を利用し、登山靴との隙間や遊びがなくなるようにストッパーの外側を加工して歯の角度を調節したりします。現場で命を預ける大切な道具の細かいところにまで気を配り、そして実践で練習を繰り返すことが重要です。
- ③ ロープワーク……8の字結びや、通し8の字結びは基本中の基本。必ず覚える必要があります。そしてムンターヒッチとクローブヒッチ。片手でもできるようにしておくべきです。ボウラインノットはハーネスや簡易ハーネスがない緊急時の代替えにもなるので、目隠しでもできるようにしておくのが大切です。これらの結び方を活用して、懸垂下降やスタンディングアックスビレイやコンティニューアスの練習をしました。ロープワークのポイントは、何回も繰り返し練習するとその時は覚えますが、普段の生活でほとんど使わないので、しばらく練習しないとやり方を忘れてしまう事です。そうならないために、練習用の短い紐などを用意しておき、忘れる前に定期的に練習することです。
- ④ ツェルトビバーク……ツェルトを活用すると、悪天候から身を守ることが出来ます。細引きやロープ、ストックやピッケル、立ち木などを利用して、いかにツェルト内部の居住空間を作るかがポイントです。もちろん頭から被るだけでも良いですが、テントのようにしっ

かり形を整え設営してガスコンロ等で暖をとると、とても快適な空間になります。非常時に持っているのといないのでは雲泥の差があります。そして厳しい条件下でも、きちんと設営できる技術を身につけることが必要条件です。

今回、講師でリーダーの浅見さんは、雪山登山の経験が全くなかった自分を、何とか3000m級の雪山にも挑戦できるまでに指導して頂いた先輩の一人です。親切で丁寧なアドバイスには、経験から生まれた実践的な工夫が感じられます。いつも貴重な知識と知恵を伝えて頂き感謝です。指導のもと、初めて雪と氷で覆われた真砂岳の頂上に立てた時の感動は今でも忘れません。

同人第16回写真展好評のうち閉幕！

「オープンギャラリー熊谷（八木橋デパート 8階）にて4月9日(木)～14日(火)まで6日間開催されました。国内山行を主体に、海外トレッキング（アラスカ）など、出品者26名・作品37点（国内24点・海外13点）を展示し、友人・知人・常連の方が510名（前回490名）観覧いただきました。大変好評の内に幕を閉じました。

搬入搬出、会場展示、当番等…長時間お手伝いありがと御座いました。」（白根記）

—ご来場下さった方々の感想を拾ってみました—

- ・この頃の写真展はスナップが多い傾向ですが、やはり大自然の風景写真に心打たれますね。
- ・普通の人には行けないところに行って撮って来る。大変な体力と精神力が必要だと思うのですが、トレーニングは？
- ・斜光の雪渓の写真、陰影のとらえ方がすばらしい。
- ・マッキンリーとタイガの森が湖に映っている作品、妖精が出てきそうで夢を見ているようです。
- ・ブロッケン2作品、わずかなシャッターチャンスに撮った、見事です。
- ・花、逆光の中で、柔らかな色彩が美しい。
- ・市の美術展に今度は出品して欲しい。市民の人達が喜ぶでしょう。

新入会者向けの案内パンフレットが完成しました

昨年度から菅谷さんを中心に新入会員担当で検討していた入会希望者向けに配布する案内パンフレットが完成しました。

①当会のしくみ、②組織概要、③同人の活動、④例会と山行、⑤入会の前に、⑥入会について、⑦入会の手続き、⑧バリエーション志向の方、⑨入会後は、の順に詳しく整理され、新しく会員になった方だけでなく、既存の会員にも是非、みてもらいたい内容となっています。

近日中に熊トレホームページにもリンクを張ります。

当面の会山行計画

1 足尾植樹祭&備前楯山 [計画者:木村]

日 程：4/26(日) AM…植樹祭参加、PM…吾妻山ハイキング(コースタイム1h40)

参加者：L木村 堀、白根、栗原幸、逸見、高橋武、相澤、杉山

2 GW山スキー・秋田駒ヶ岳&乳頭山<初中級> [計画者:木村]

日 程：5/2(土)～5/5(火) 黒湯湯治棟泊

<乳頭山>黒湯～乳頭山～笹森山～往路を戻る

<秋田駒>アルパこまくさ～八合目～男女岳～往路を戻る

参加者：L木村、大嶋、高橋仁、豊島、平岡、新井浩、駒崎、<山麓ハイク>八木、栗原幸

3 GW山スキー・常念岳&大天井岳<上級> [計画者:宮田]

日 程：5/2(土)前夜発～5/5(火) 一ノ沢～常念小屋ベース、常念岳&大天井岳滑降

参加者：L宮田、新井久、福田、橋本健、木下、菅谷、栗原昌、栗原聡、金子

- 4 日光・杜山、黒檜岳** [計画者:木村]
日 程：5/17(日) 吉木観音P～阿世瀉峠～社山～黒檜岳～千手ヶ原～竜頭の滝P
参加者：L木村 相澤、新井浩、駒崎 <社山往復>高橋武、逸見
- 5 山スキー・飯豊本山ワンデイ<上級S>** [計画者:宮田]
日 程：5/17(日)前夜発 大日杉～地藏岳～本社ノ沢～飯豊本山～往路戻る
- 6 愛鷹連峰縦走** [計画者:駒崎]
日 程：5/23(土)or24(日)天気次第 山神社→富士見峠→越前岳→鋸岳→位牌岳→山神社
参加者：駒崎、新井浩、木村
- 7 丹沢主稜縦走** [計画者:駒崎]
日 程：5/30(土)～5/31(日) 神ノ川ヒュッテ→大室山→檜道洞丸→蛭ヶ岳→神ノ川(青ヶ岳山荘泊)
参加者：駒崎、新井浩、木村
- 8 山スキー・北ア白馬岳<上級>** [計画者:宮田]
日 程：5/30(土)～5/31(日) 大雪溪～白馬山荘(泊)白馬岳周辺滑降～2号雪溪or白馬沢
- 9 御座山** [計画者:並木]
日 程：5/31(日) 白岩登山口～見晴台～御座山往復<5h>
- 10 赤城・鈴ヶ岳** [計画者:軽石]
日 程：5/24(日) 登山口～鋤柄山～大夕オ～鈴ヶ岳往復<3h10>
参加者：L軽石 堀、新井勇、大嶋、滝澤、相澤、逸見、杉山
- 11 北東北ゆるり山旅・白神岳、森吉山** [計画者:大嶋]
日 程：6/26(金)～28(日) 電車利用、詳細は例会でお知らせします
参加者：L大嶋 八木、堀、白根、栗原幸、軽石、新井勇、橋本義 逸見、高橋武、高橋仁、豊島
- 12 2015クリーンハイク・長瀬金ヶ嶽** [計画者:環境考委員会・高橋武]
日 程：6/7(日) 集合場所…長瀬町役場、集合時間9:30
参加者：CL高橋武 並木、堀、白根、大嶋、栗原幸、滝澤、相澤、山口、高橋仁、石川、豊島、杉山、木村
- 13 山菜山行・越後八海山山麓(予定)** [計画者:橋本義]
日 程：6/10(水) 詳細は例会でお知らせします
参加者：L橋本義 八木、並木、栗原幸、逸見、高橋武、石川、豊島
- 14 四阿山と野地平湿原** [計画者:軽石]
日 程：7/19(日) ゴンドラパルキャビン利用 <4h30> ゴンドラ運行7/18～のため変更

次回例会のお知らせ

5月9日(土) 午後3時30分～ 市民ホール

学習：「ミツバチ」 <講師:菅谷>

今後の日程

- ・ 6月例会 6/13(土) 15:30～ 羽生川辺邸 学習「山菜」(講師:橋本義)
- ・ 7月例会 7/11(土) 15:30～ 市民ホール 学習「沢登り机上講習」(講師:木下)