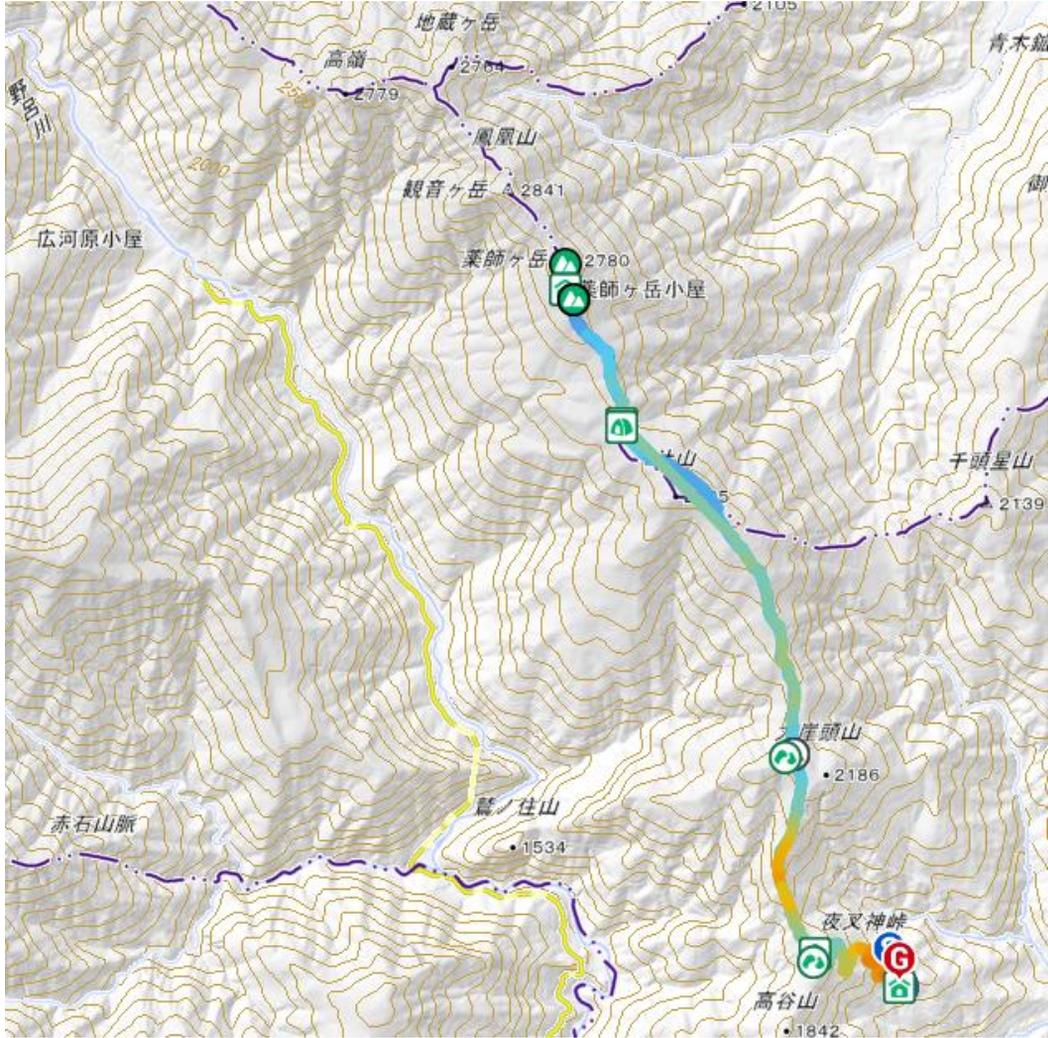


24年度 冬山合宿参考報告書		報告者	田中	参加メンバー	CL 館谷 鈴木美, 田中
		報告日	24/1/9		
山域	南アルプス	山行日	24/12/27(金)~ 24/12/28(土)		
山名	鳳凰三山				
山行目的	部員のレベルアップ、相互親睦				

配布先
集会:12
山行:1
リーダー
原紙:集会担当者

ルート図



〈山行報告〉

〈第1日〉 12/27(金) 曇時々雪【田中 記】

【行動記録】 行動時間: 6H00M

夜叉神峠登山口(09:30)→夜叉神峠(10:37)→杖立峠(12:33)→南御室小屋(15:25)

9:00過ぎに夜叉神ヒュッテに到着。登山口周辺は雪が無かった。久々の重装備はやはりキツイが、夕食を楽しみにして頑張って歩く。1時間ほど歩き夜叉神峠に到着。本当はここから白根三山が望めるはずだが、ガスに包まれ真っ白な世界であった。残念。一服して再び歩き出す。次第に雪が現れるが、まだまだ1cmにも満たない積雪量で雪山感はあまり無い。杖立峠を超えたあたりで風が強ク吹いてきたため、ウェアを調整した。ここからの積雪量は目測で1cm~3cm。歩くのが楽しくなってくる。

確認
(リーダー)

館谷
(25.01.07)

作成
(報告者)

田中
(25.01.06)

【山行報告(続き)】

莓平に着くと南御室小屋まで30分の標識が立っていた。あともう少しだと言い聞かせながらトラバース路を進むが、この道がめっちゃくちゃ長く感じる。30min以上かかっているだろうと心の中でぼやきながら歩いていたらようやく小屋が見えほっとする。(ログを見返すと莓平14:53~南御室15:25だったので、看板の表記時間は正しかった。)

テントを設営ししばらくまったりする。風が無いだけで外より断然暖かく感じる。夕食はしゃぶしゃぶ。やはり冬の鍋は最高に美味しい。お腹が満たされたあとは、美帆子さんが持ってきてくれたカードゲームで時間を潰した。これが中々盛り上がり楽しいひと時を過ごすことができた。翌日に向けてアタックザックへ必要なものを準備したのちに就寝。



登山口にて



疲れ切った人



どっ白けな夜叉神峠

<第2日> 12/28(土) 曇り【鈴木美 記】

【行動記録】行動時間: 9H30M

起床(4:00)ー南御室小屋テン場出発(5:22)ー砂払岳(7:00)ー薬師岳小屋(7:16)ー薬師岳(7:49)ー薬師岳小屋(8:09)ー砂払岳(8:18)ー南御室小屋テン場(9:08)ー杖立峠(12:50)ー夜叉神峠(14:13)ー夜叉神峠登山口(14:48)ー葎崎旭温泉(16:00)ー刈谷(21:00)

各自用意したカップ麺で朝食を済ませ不要な荷物をテントにデポし出発。前日と比較しザックの軽さに感動する。まだ日が出ていないのでヘッドライトで照らしながら歩く。雪は20センチくらい積もっていてとても寒くなかなか体が温まらなかった。だんだんあたりが明るくなってきて気が付くと日が昇っていた。鈴木が高山病のためか序盤からすぐ息切れしてしまいYAMAP標準の64%のスピードでしか歩いておらず薬師小屋(冬期避難小屋)で1人待つことを申し出たが、館谷CLに「小屋であろうと1人にするのは危険、薬師岳まで行って3人揃って撤退する」と判断していただいた。(申し訳ないです。.)先頭を田中くんに交代するとサクサクと登っていき膝まで積もった雪道のラッセルを楽しんでいた。すごい!途中の岩場は岩が凍っていて滑りやすく、大きな岩と岩の間が深い穴になっている箇所がいくつもあり慎重に歩く。薬師小屋に着き小屋の中で長めの休憩をとり、目的地の薬師岳を目指す。砂地をすぎると薬師岳に到着。ミノオベリスクのような岩が立派だった。曇っていて眺めも良くなかったため山頂写真を撮りすぐに引き返す。意外と風は強くなかった。



テン場出発



薬師岳山頂

【山行報告(続き)】

薬師岳小屋でチェーンスパイクやアイゼンを装着しサクサクと降りていく。登りでは景色を楽しむ余裕がなかったが、樹林帯が樹氷していたり、キラキラとしたダイヤモンドダストを見ることができたり雪山ならではの景色がとても綺麗だった。当初の計画ではもう一泊する予定だったが、薬師岳で引き返すことになったためその日中に下山することにした。

今晚の食べる予定だったすき焼きは南御室のテント場で食べることにした。テント場の温度計は -9°C を指していた。食材は全て凍っていて、生卵がかき混ぜるとすぐ凍ってカスタードクリームのようになったり、しらたきの食感が変わってまずくなっていたりなかなかできない体験ができて面白かった。腹ごしらえ後に出発し、鈴木の反省会をしながら、途中杖立峠、夜叉神峠で一本取り、一気に登山口駐車場へ着いた。葦崎旭温泉で冷えた体をあたため帰路についた。



ミノオベリスク



樹林帯



-9°C を指す温度計

【食料】鈴木(美)

■1日目

しゃぶしゃぶ

(豚肉、牛肉、白菜、ねぎ、春菊、しいたけ、顆粒昆布出汁、ポン酢、練りごま、 \times の雑炊(ご飯、卵))

■2日目

すき焼き

(牛肉、焼き豆腐、ねぎ、春菊、えのき、しいたけ、しらたき、生卵、すき焼きのたれ、 \times のうどん)

■所見

・年末ということでみんなに喜んでもらいたくて豪華にちょっとお高めのお肉でしゃぶしゃぶとすき焼きというメニューにした。

・冬期のため生の食材をたくさん使えた。

・食材が全て凍ってしまったのは想定外だった。今後の雪山では凍り付くことも想定してメニューを考えたい。

・好評ではあったが、体が冷えていたので温かいスープを楽しめる鍋のほうがよかったかなと思った。



1日目



2日目

【装備】館谷

■共同装備

エスパースx1, ストーブx2, ガス缶L x2, コツヘル1セット, 角板x2, プラティパスx2, ツェルトx1

■所見

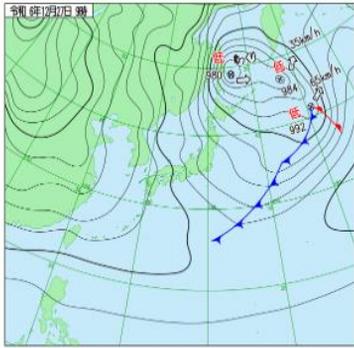
- ・積雪量が少ないテン場であったため、通常のペグと竹ペグの両方を持参した。結果的には主に現地の石を利用した。
- ・ストーブは2つ持参したが、水づくりがないため1つで十分であった
- ・冬季プラティパスは中身が凍りやすいため、運用は気を付ける必要あり。

【会計】

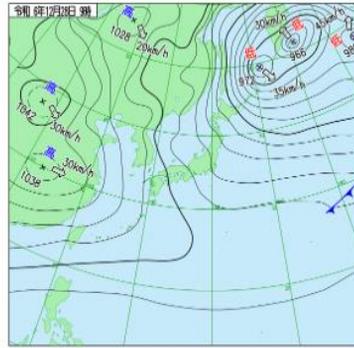
南御室小屋テント場	¥3000	(¥1000x3人)
食料	¥8130	
車両	¥17991	(燃料費¥5241、消耗費¥2590、高速代¥10160)

【気象】

12月27日



12月28日



【メンバ所見】

■CL 館谷

谷口CLの体調不良により、急遽代理リーダーを務めました。鳳凰山はこの時期の南アルプスの中ではアプローチが良く、年末年始は賑わうものかと思っていましたが、それほど登山者はおらず、静かな山歩きが楽しめました。今回体調不良者がいたため現地ではあれこれ言いませんでしたが、ログを見て振り返ってみると1回の休憩に15分~20分、2日目の朝の準備(テント撤収なし)に90分かかっていました。冬山は日が短くコンディションが厳しいため、他のシーズン以上に迅速な行動が求められます。休憩は10分以内、朝の準備は60分以内に済ませられるように準備や段取りを考えてみて欲しいです。同行メンバー、サポートいただいた方々、ありがとうございました。

■鈴木美

雪山に不慣れなのと高山病のせいか薬師岳までで撤退という結果となり他メンバーに迷惑をかけてしまいました。館谷CLに教えていただいた、前かがみにならず胸を張って歩くこと、滑りやすい箇所では雪に蹴り込んで歩くことは今後の雪山登山で意識していきたいです。館谷CL・田中くん、撤退を判断してくれたり、優しい言葉をかけてくれてありがとうございました。2人と行けてよかったです。

■田中

天気が良くなく眺望は少々いまいちでしたが、厳冬期のアルプスのピークを踏めて達成感がありました。また、途中先頭を歩かせてもらえました。雪は深くは無かったですがトレースを付ける楽しさが分かったような気がします。ただ気を付けていたつもりでしたが、重い荷物に足や肩がやられたり、朝の出発時の準備時間が遅い等、反省点もありました。今後改善していきたいと思います。地藏ヶ岳はまたチャレンジしましょう。メンバーに皆さんありがとうございました。