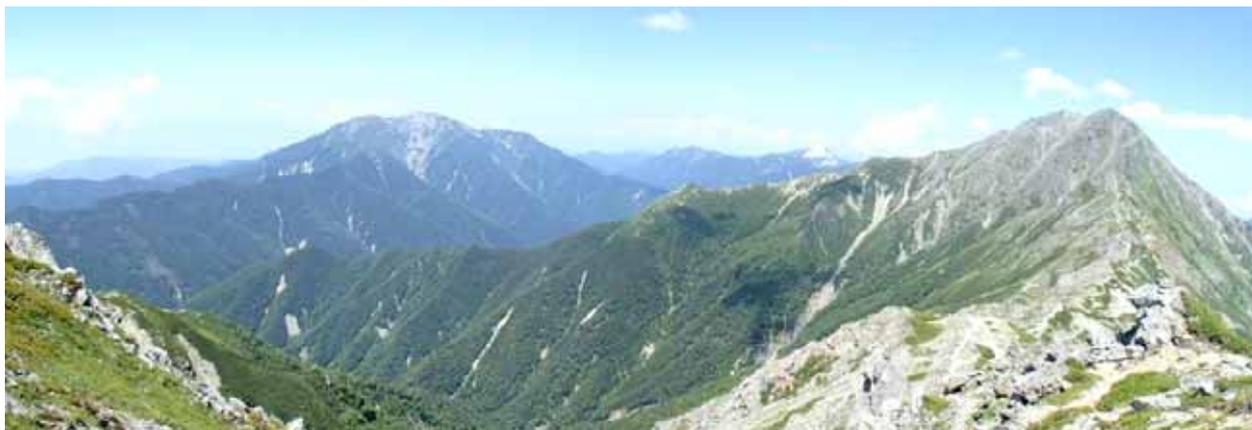


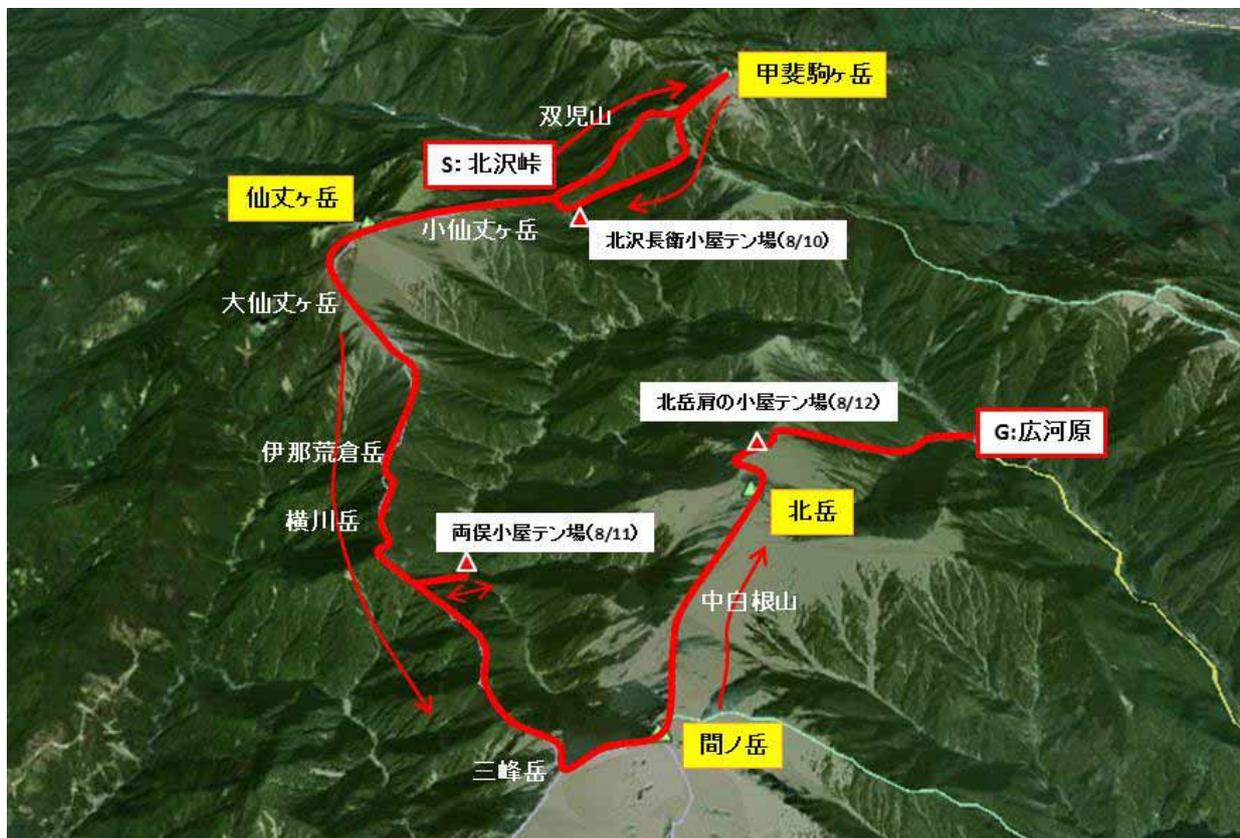
## デンソー山岳部 2013年夏合宿 報告書

- 山城 : 南アルプス (甲斐駒ヶ岳、仙丈ヶ岳～間ノ岳～北岳)
- 日程 : 2013年8月9日(金)夜 ~ 8月13日(火)
- メンバー : 森 朋哉 (CL、食糧)、松浦 英樹 (SL)、芦田 直之 (地形、気象)  
方田 智貴 (装備)、杉本 孝 (会計)、中尾 雄一 (記録)、天野 広 (SL)  
金本 武夫 (記録)、金子 清 (渉外)、亀山 誠 (監督)、竹内 幹雄 (OB)



(間ノ岳から望む甲斐駒ヶ岳、仙丈ヶ岳、北岳)

- 今回のルート



※天野、金本は甲斐駒ヶ岳(8/10)、仙丈ヶ岳(8/11)往復で下山

**第1日 : 8/10(土) 晴れ**

【行動記録】 歩行=9H35M

(※8/9前夜 19:00 本社S6駐車場発→23:00 戸台口P着→25:00 就寝

4:45 起床→6:30 北沢峠→7:15 北沢長衛小屋テマ場発→8:10 1本(2合目)

→9:20 双児山→10:25 駒津峰→11:45 1本(9合目)→12:25 甲斐駒ヶ岳

→14:15 駒津峰→15:05 1本→15:40 仙水峠→16:50 北沢長衛小屋テマ場着

業務最終日に駐車場集合し、亀山号、竹内号、金本号に分かれ出発。

予定よりも早くテマ場につき、前夜祭開始。金子さん提供のスパークリングワインで乾杯、買ってきたビールをぐっと飲むと仕事の疲れも吹っ飛び、明日からの合宿に向けての士気が高まった。高まりすぎて、結局AM1時まで宴は続き、就寝。

初日、夏休みということもあり、南アルプス市営バスが1時間早くから運行。計画より30分早くバスに乗れたが、一便では全員乗り切れず二便に分かれて乗車。前夜祭での寝不足感と、2日酔いだという松浦さんが心配の中、バスで北沢峠を目指す。バスは満席で、窓が曇るほどの熱気だったが、窓から見える南アルプスの山々に早くも心躍らせながら、北沢峠に到着。北沢長衛小屋テマ場では早くも沢山のテマが張られていたが、なんとかV8を張るスペースを確保。テマを張り終えたところで後発隊が到着し、準備を整え、甲斐駒ヶ岳山頂に向けて出発!



双児山から望む甲斐駒ヶ岳

今回の合宿で挑む仙丈ヶ岳や、鳳凰三山、鋸岳など、南アルプスの北側の山並みが見渡せるほどのまさに山行日和と言わんばかりの快晴の中、初めて山行を共にするメンバーとも和気あいあい話しながら、楽しく道中を進んだ。双児山以降は、前方に花崗岩で白く悠然と佇む甲斐駒ヶ岳の姿に「いいねー!」を連発しながら進む。駒津峰に到着することには、暑さと寝不足のためか少々疲れ気味であり、サブザック行動にも関わらずコースタイムから遅れ気味になった。甲斐駒ヶ岳にアタックする際、直登コースと巻道コースがあり、行きは直登、帰りは巻道で行こうという亀山監督の言葉にメンバー賛同。岩肌を三点支持でしっかり登っていくのは本当に楽しかった。ところどころ下から吹き上げてくる心地よい自然の冷風に癒されつつ、一步一步山頂を目指す。道中、足をつった松浦さんも何とか登頂し、全員でなんとか登り切った!といった様子。(後々話を聞くと、思ったより辛かったとの声が多かった。)山頂から見渡す南アルプスの景観にはやはり心奪われ、以降の山行への期待感がとまらない。



甲斐駒ヶ岳最後の急登

甲斐駒ヶ岳からの景色を堪能した後、下山。駒津峰から仙水峠まで樹林帯の急斜面を下る。このころは暑さにみんなやられ気味で水も不足気味となったが、途中の仙水小屋で水を補給することができ、なんとか北沢長衛小屋テマ場までたどり着くことができた。

テマ場では、町田さんから頂いた餞別で買ったキンキンに冷えたビールで乾杯! 疲れた体に染みわたった。山での夕食は最高に楽しかった。みんなで持ち上げたお酒を飲みながら、山のことや自身のことなど語らいながら、あったかいカレーを輪になって食べた。この時間が自分にとってはとても有意義な時間。いくら辛い山行でもこの時間があるから山はやめられない。その後、V8、エスペースに分かれて就寝。

サブザック行動であるにも関わらず、計画より2時間以上かかった一日であった。暑さで体力を奪われた分もあると思うが、暑さ対策や長時間歩くことを想定した体力、体調、装備を整えることは自身で考えて望むべきだと感じる一日であった。(中尾 記)

## 第2日 : 8/11(日) 晴れ

【行動記録】 歩行=11H10M

2:45 起床→4:20 北沢長衛小屋テン場発→4:35 登山口→5:35 1本(3合目)  
→6:50 1本(6合目)→7:40 小仙丈ヶ岳→8:55 仙丈ヶ岳→10:00 大仙丈ヶ岳  
→10:30 1本→11:45 1本→12:30 伊那荒川岳→12:50 1本→14:00 1本  
→14:20 横川岳→14:50 野呂川越→15:30 両俣小屋テン場着

森CLの「起きてください。」の声で2日目起床。やってしまった。。。昨日の計画2時間オーバーもあり、30分早めの起床の予定であったが、V8テント組は誰も目覚ましをかけておらず15分の寝坊。朝食の生きしめんは早く茹で上がるため通常より準備が早くでき、計画の4:30出発より前に出発できた。前日の疲労で金本さんは本パーティと別れ、先に下山することとなったため、北沢峠のバス停でお別れ。

2日目は、初SLとなる松浦SL先頭で山行スタート。いきなりの急登続きでなかなか大変な立ち上がりであったが、芦田さんから百舌鳥(モズ)はいろんな鳥の鳴き声をまねするから百の舌を持つ鳥だと教えてもらったり、ご来光や心地よい風、鳥のさえずりと自然を堪能しながら歩くことができた。また、小仙丈ヶ岳にアタックする際には、富士山や北アルプス、中央アルプスの展望があり、とても気持ち良かった。小仙丈ヶ岳の山頂から見えた小仙丈沢カールに絶叫!写真では見たことがあったが、本物を見るとやはり迫力が違う。仙丈ヶ岳の三方には小仙丈沢カール、藪沢カール、大仙丈沢カールと3つのカールがあり、「南アルプスの女王」と呼ばれるだけあって、空の青さと山の緑と石の灰色が織りなす景色には目を奪われてしまう。ずっと見ていられそうだ。下山の時に知ったのだが、カールとは山岳氷河の浸食作用によって形成された氷河地形の一種であり、氷河時代の研究には重要なものらしい。本日のメインである仙丈ヶ岳の展望の素晴らしさを各々楽しんだ様子で集合写真はみんないい笑顔!ここで、天野さんは本パーティと別れ、北沢峠まで下山。



小仙丈ヶ岳から望む仙丈ヶ岳(小仙丈沢カール)

本パーティは、長い仙塩尾根を明日のメインである北岳をめざし進む。2日目も天気がよく、1日目に登った甲斐駒ヶ岳や3日目に登る北岳など展望は最高であったが、炎天下の中、尾根線を進むパーティはどんどん体力を奪われていった。そんな中、発泡スチロール2箱を背負った人に出会う。変わった人だなと思って、声をかけてみると、山小屋の人で仙水小屋からゴミを拾いながら塩見岳を目指しているとのこと。何度か追い越し、追い抜かされを続けていたが、横川岳に着くころには、背負っている荷物は一杯になっており、こんなに山にはゴミが捨てられているのかと愕然とした。ゴミを拾って歩くことは自分には出来ないが、せめて山にゴミを落とさない、残さないことを絶対に守ると心に刻んだ。



仙丈ヶ岳山頂にて

野呂川越から両俣小屋までの急な斜面のルートは木々が倒れたり非常に歩きにくいルートであり、炎天下を歩き続けたメンバーにとってまさに最後の難関。自分もさすがにバテて非常に長い時間を下った気がした。両俣小屋に着いた時にはへろへろだった。そんな疲れを一気に吹き飛ばしてくれたのが、小屋の横を流れる沢だった。沢は雪解水でとても冷たく、足を浸けていようものなら5秒も我慢できない冷たさ。そこで、各々頭や足を浸けながら、沢で冷やしたビールで乾杯。これだけ冷たいと行動を共にした缶ビー

ルも10分ほどでキンキンに冷える。長く大変な尾根ルートであった分、メンバーのテンションは高く、ずっと笑っていられるような素晴らしい時間となった。

夕食は、森C L流ご飯の炊き方を伝授してもらい、おいしくご飯を炊くことができた。ご飯を炊いているときに蓋を開けるというタブーを見事に(もちろんいい意味で)裏切った結果だ。いい勉強となった。ありがとうございます。不破さんから頂いた牛しぐれも大変おいしく頂き、明日へのパワーとなりました。就寝前のテントの中では、連日の宴でとても有意義な意見交換ができ、山岳部に入ってよかったと満足気に就寝した。

やはりこの日も体力不足が顕著となり、11時間を超える山行であった。何とかテン場までたどり着けたが、メンバーの荷物を持ってあげられるよう体力の余裕度を持ちたいと感じた。また、森C Lより、一本取る時はみんな揃ってからザックを下すこと、行動中後ろを止まって待つようなペースを作らないことなど、教えていただき、楽しさの中にも守るべき厳しさも必要だと感じた一日でした。(中尾 記)



両俣小屋の沢にて

### 第3日 : 8/12(月) 晴れ

【行動記録】 歩行=11H00M

2:45 起床→4:20 両俣小屋テン場発→5:15 野呂川越→6:30 1本→7:55 1本  
→9:05 三峰岳→10:20 間ノ岳→11:50 中白根山→12:30 北岳小屋→13:40 1本  
→14:05 北岳→15:20 北岳肩の小屋テン場着

3日目。2日目の寝坊の反省を生かして、起床時間の15分前に目覚ましを鳴らした。V8で食事の準備をするために早めに起きて片付け、すぐに朝食の準備を開始した。朝食ができるころ、別テントで寝たメンバーを呼び、朝食をとった。日に日にパーティ力が上がっていることを感じたひとときであった。

3日目は、日本の標高で2番目の北岳、4番目の間ノ岳の登頂であり、非常にわくわくしていたコースである。しかし、前日下ってきた荒れ道を高度500m登るのかと考えると少し気が進まなかったが、意外とすんなり登り切り、なんだか得した気分だった。メンバーも同じことを考えており、いきなりいいスタートを切ることができた。緩やかな尾根線を進み、三峰岳の急登を登り切った時には縦走してきた山々の大展望。左から仙丈、甲斐駒、北岳と本合宿のメインどころ満載の展望にピークではないが、集合写真を撮ろう!ということになった。いい笑顔だ!!これが縦走の楽しみ。今まで歩いてきた道が見える。こんなに歩いてきたのかすごいな、感動だわと振り返られる素晴らしさがある。

三峰岳から間ノ岳への縦走ルートは、南アルプスの塩見岳や農鳥岳などがきれいに映え、以前訪れたメンバーからその山々の話を聞きながら、今度はあの山に登ろうと期待を高めながら歩くことができた。

間ノ岳に登頂した時にも最高の展望。富士山もきれいに見えるらしいが、今回は富士山側はガスで見えなかったのが残念。日本で4番目に高い間ノ岳への登頂で高揚感に浸った。また、山頂から見える非常にかっこいいシルエットの北岳に思いを馳せた。



三峰岳からの大展望

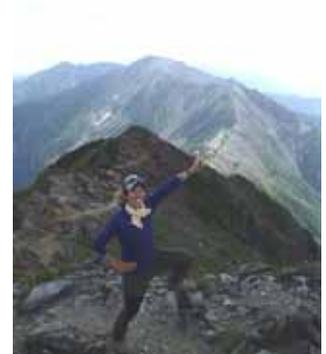


間ノ岳から見る北岳

北岳にどんどん近づくと、気持ちもどんどん高まった。北岳の登りはシルエット通り山頂に近づくと従って険しく、荒々しく、近くに見えるものの、さすが標高2番目の山にはなかなか近づけさせてくれない。メンバーの何人かは相当お疲れ気味であったが、あと何分ですよ！と鼓舞させるよう声をかけたりして何とか登頂！！（あと何分が実際と乖離があって逆に非難も受けました。。もっと精度を高めなければ。）間ノ岳に続き、北岳での高揚感はもっと感じるものがあった。やり切った感はメンバーそれぞれ感じていたと思う。疲れの中にも、笑顔が見られた。みんなで登れてよかった！！



北岳山頂で思い思い楽しんでいます！！



無事、北岳肩の小屋テン場に到着。

小屋では拡張工事を行っているらしく、約20分おきにヘリコプターが飛んでくる。テン場はいっぱいで場所がなく、ヘリコプターの着陸する近辺しか空いてなかった。山小屋のスタッフからは駄目だと言われたが、金子さんの交渉により許可されてホッとした。疲れからくるメンバーのイライラで雰囲気悪かったのでよかったです。夕ご飯前後は思い思いにテント泊最終日を楽しんだ。私は、初めて山小屋で生ビールを飲んだ。たまらなくおいしい！！ちょっと高いがぜひ味わっていただきたい。

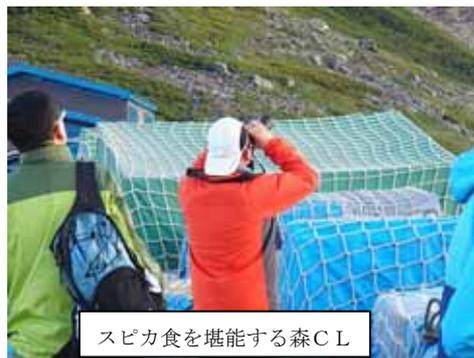
また、夕日もきれいに見えたり、ペルセウス座流星群も見えたり、森CLは双眼鏡を持ち出し、スピカ食を堪能していた。



北岳山頂にて



北岳肩の小屋からの夕日



スピカ食を堪能する森CL



生ビールを堪能する松浦SL

明日は下るだけとあり、テントでは最後の宴が開かれた。今回の山行に関して、森CLの思い、松浦SLの思いを熱く語っていただき、充実の時間でした。前日に登頂していた津田さんからのサプライズワインもおいしく頂きました。ありがとうございました。（中尾 記）

#### 第4日 : 8/13 (火) 晴れ

【行動記録】 歩行=3H40M

2:45 起床→4:10 北岳肩の小屋テン場→5:15 1本→6:20 1本→7:50 広河原

→9:20 広河原バス亭発→10:00 北沢峠バス発→10:50 戸台口P着 (刈谷 17:00 着)

起床から出発までの時間が日に日に早くなった。今回の朝食はフリーズドライの雑炊。1つ18g程度で軽量化したときはおすすめの一品である。（少しカロリーは低いので、行動食は余分に必要かもしれないが。）北岳の朝焼けを期待しながら下山開始したが、日の出とともにガスが上がってきて、期待したほどではなかったのが残念でならない。

それからは沢を下っていく。小さな滝があったり、橋があったりとバラエティーに富んだルートであった。下山途中に多くの登山者とすれ違い、登山ブームを感じた。

その後、バスを乗り継ぎ北沢峠～戸台口Pまで戻り、仙流荘でお風呂、昼ご飯を堪能し、帰路に着いた。

メンバーが無事計画ルートを踏破し、大きなけがや病気なく下山することができて、本当に良かった。

（中尾 記）



バス待ちのザックたち



北岳下山中のご来光



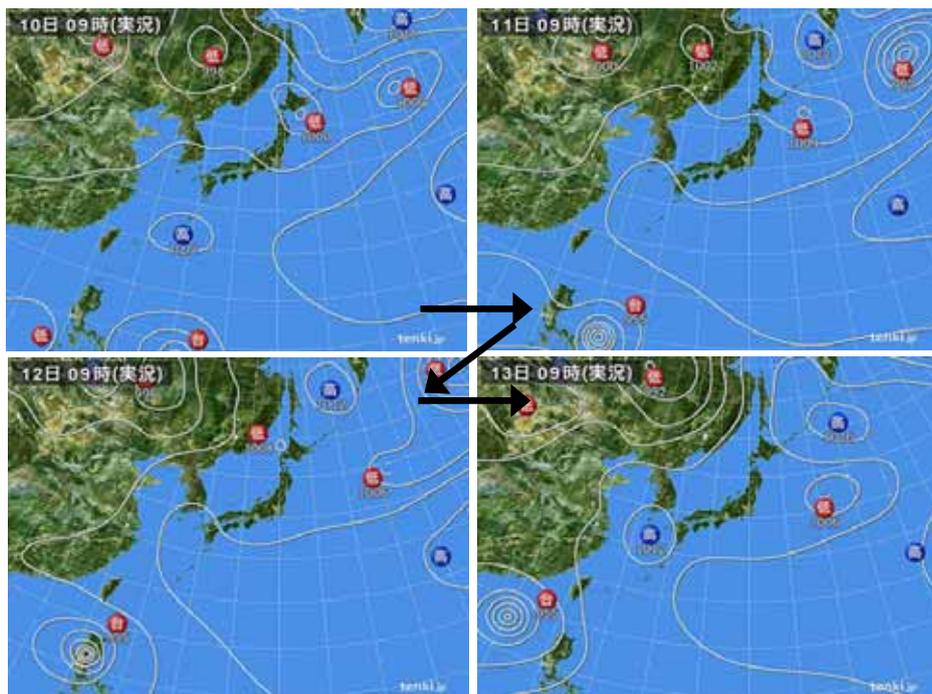
北岳の朝焼け

#### ◇気象状況：芦田

大矢さんからの予想通り、天気は安定し、終始晴天を満喫できた。

半面、11日、12日は特に熱中症の危険を感じたので、水気や塩気のある行動食を選び、水は多めに（3～4リットル）持ちたい。

11日夕と12日夜に雷鳴が聞こえたがその時点では行動はすでに終えており、落雷のリスクは回避できた。



#### ◇装備：方田

新品のガスカートリッジが無く、残り少ない容量のガスを5本（総容量はフル2本分、1000g相当）を持参した。新品を購入しなかったのは、山行人数が多く、分散できると判断した為である。山行終了時の残量は、300g程度（5缶中3缶を使い切り）であった。

ザックスペース効率の面からは、フルのガス+中古1本の組み合わせが良く、日々の山行から中古ガスが、無駄に増えないように使用することを心がけたい。また、各種料理のガス必要量を定量化し、必要量+αで山行に望めるようにしていきたい。

共同装備の個数確認を、下山後駐車場の日中に行った上で、部室に返却した。効率も良く今後もそうしていきたい。

## ◇食糧：森

- 第1日：夕 レトルトカレー、白米(0.6合/人) インスタントネギ塩スープ  
 第2日：朝 きしめん(常温保存可の生タイプ)9人前/11人=うどんよりも更に早茹で  
 夕 レトルト丼、白米(0.6合/人)、インスタント卵スープ  
 第3日：朝 雑炊(0.3合/人)=前日に炊いておいた白米に雑炊の素を加える。  
 夕 レトルト丼、白米(0.6合/人)、インスタントネギ塩スープ  
 第4日：朝 インスタント雑炊 =米入りフリーズドライ。お湯を加えるだけ。

- ・時間短縮および極力コッヘル&個人の食器を汚さないことを考慮した。  
 ⇒到着が遅い&出発が早い。夏なので傷みやすい(=食中毒予防)。稜線だと水が豊富に使えないかも。
- ・コメの分量は適当だった。ただ若手中心だともう少し多くてもよいとの意見あり。
- ・朝食はいずれも狙い通り手早かったが、低カロリーで腹持ちが悪いとの意見あり。考慮要かも。
- ・炊飯を方田さん・中尾さんに教えたが、上手に炊けていた。これからもがんばってください。

## ◇会計：杉本

収入	支出
会費	高速, ガソリン代 ¥45,800
¥10,700×7名 ¥74,900	食糧 ¥14,500
¥10,000×4名 ¥40,000	テン場代 ¥16,500
差し入れ 町田部長より ¥5,000	バス代 ¥36,850
不破さんより 牛しぐれ煮	ビール・ジュース代 ¥5,250
津田さんより ワイン1本	共同水 ¥1,000
計 ¥119,900	計 ¥119,900

※町田部長、不破さん、津田さん、差し入れありがとうございました。

## ◇メンバー所見、感想

## &lt;リーダー所見：森&gt;

今回は合計11名の賑やかな合宿となった。天候にも恵まれ、南アルプスらしい山の大きさと奥深さを味わい、稜線歩きはまさに夏山の醍醐味を大いに楽しめた。長いルートと暑さには参ったが新人・中堅・ベテラン各層のバランスが取れたパーティ編成で、互いに励ましあい充実した山行とすることが出来た。

合宿CLとして意識したのは『合宿らしいピリッとした集団行動』。行動時間が長く苦勞するであろうことは織り込み済みであり、そんな中でもパーティの一体感を失わないこと、また朝の起床～朝食～撤収～歩行開始をスムーズに行うことを目標とした。初日こそV8組の寝坊があったものの、その後は日に日に行動が素早くなって行き、最終日は起床から出発まで1h15m。素晴らしい。やればできるのです。

また今回松浦さんをSLに任命し先頭を預けたが、歩行時にも隊列が切れない上手いペースで歩く技術が身についたのは収穫だったのでは。今回もまた皆それぞれに成長したと思う。お疲れ様でした。

個人的にも、大人数で涼しい快晴の稜線を歩くのは大変気持ち良かった。また北岳肩からの天体観望(スピカ食・ペルセウス座流星群)も、これ以上ない好条件で大満足。皆さんまた行きましょう!

留守部員の皆様、差し入れいただいた皆様ありがとうございました。

## 【今回のCL反省点&amp;今後への申し送り事項】

- ・1日当たりの行動が長いルート設定をしてしまい暑さもあって皆少々苦しんだ。テン場の配置上仕方なかったとはいえコースタイム通り行動できないリスクを織り込む必要あり。もし悪天候だったら?
- ・基本的に「来る者拒まず」で門戸は広げておくが、メンバー全員の体力・体調の把握は徹底すること。またメンバーは参加にあたっての心構えをしっかりと。(体力をつける。体調を整える。)
- ・本隊と別れて下山する隊のうち、金本さんが疲労で2日目キャンセル、天野さんの仙丈ヶ岳からの下山は単独行動となった。経験豊富なため認めたが、万一に備え2名以上での行動を原則としたい。

### <松浦>

今回の合宿で2日目よりSLを任命され、初めて先頭を歩く事となった。皆のペースを合わせて歩くのが難しく、油断するとすぐにパーティがバラけてしまった。しかし、先頭でペースを作りながらルートを考えながら歩く楽しさもあり、時間が経つのが早く感じた。

連日、10時間を超える行動時間となり足に疲れが蓄積したが、両俣小屋の川原で足を冷やしながらのビールに夏合宿の醍醐味を感じつつ、疲れも幾分癒された。甲斐駒ヶ岳、仙丈ヶ岳、北岳それぞれに特徴があり、どれも素晴らしい山だった。連日晴天に恵まれ、夏山の絶景に包まれながら充実した合宿となり、自らの成長を感じる事が出来た。

### <芦田>

仙丈ヶ岳から両俣小屋までの静かな登山道では、お花畑はなく、山ガールもおらず、眺望もなく、熱中症になりそうな暑さの中、何度も心が折れそうになり、チームの足を引っ張ってしまった。それだけに、両俣小屋の河原で体を清めたり、ビールで乾杯したりしたときの喜びはひとしおだった。

### <方田>

今回の山行は、天気もよい反面、暑く、行動時間も長く、体力的に非常に厳しかった。が、その見返りは、十分に大きく、三峰岳～間の岳～北岳への3000mの縦走ルートは、景色、雰囲気ともに、言葉に言い表せないほど素晴らしく、また、北岳肩の小屋から見たペルセウス流星群は、平地では絶対に味わえないくらい、綺麗でした。（森さん、星座の説明などありがとうございました。）

天気に感謝、山々に感謝、苦勞と達成感を共有できたメンバーに感謝。

### <杉本>

初日の甲斐駒は、北沢峠から樹林帯を過ぎるとギラギラと太陽が照らし、尾根道からの、白く輝く雄大な甲斐駒が見えた。白色は花崗岩らしい。空身で登ったのだが、痩せた岩尾根と暑さに苦勞し結構時間が掛かった。帰りの仙水小屋の水は冷たくうまかった。二日目の千丈は、登頂までは良かったが、仙塩尾根が長かった。この日も太陽が容赦なく照らしつけ、両俣小屋までの足取りはきつかった。小屋に着くと脇に河原が流れており、水が冷たく、皆足を冷やしたり、ビールも即冷たくなり、これで一日のしんどさも吹き飛んでしまった。三日目の北岳山頂まで、富士山は雲に隠れ、一度も見えなかったのが残念であった。その代わり、満天の星を眺める事が出来た。この合宿中、雨も降らず天候には恵まれたが、とにかく暑かった。

### <中尾>

今回初めて合宿に参加して、非常に良い経験をする事ができた。すべてが新鮮で、すべてが楽しいよい思い出となった。連日の晴天続きで最高の展望をプレゼントしてくれた自然に感謝。山について、山岳部についてなどいろんな話をしてくれたメンバーに感謝。

今後の目指すところとして、いろんなメンバーと山に登り、みんなを楽しませる体力、技術を身に付けたい。縦走してこそ山の楽しさが分かる。これだから山はやめられない、山岳部に入ってよかった。

### <天野>

雪のない甲斐駒は、登るルートも違い3年前の春合宿とは違った表情を見せてくれた。一番面白かったのは岩場の直登だ。岩登りの訓練が生き、とても楽しかった。駒津峰からの下りは急で長く疲れ果てた。下山時刻が遅くなり、まったり感を味わえなかったのが残念。

仙丈岳は、3年前の春合宿では体力不足により登れなかった。今回は絶対に登ってやろうと思っていたので登頂でき嬉しかった。また天候に恵まれ、360度のパノラマが楽しめ感激した。

### <金本>

■個人総評：今回の山行は天候に恵まれた山行で今後の登山する上での良い経験が出来た。

駒津峰からはるか遠くに見える甲斐駒ヶ岳までが一望。岩場付近から雲が近づきつつも雨もなく初めての岩登り。(みなさんはスイスイと登ってましたが、金本は必死でした。)下りの駒津峰から仙水峠までの永遠と続く下り。完全に足ダウン。

■初めて判ったこと：特に以下4項について、ここに記録し、今後のスキルアップのテーマにする。

#### 1・行動食を選択する力

事前に昼食はどうするのか聞いて見たものの、行動食でまかなうと意味が判らない。

とりあえず思うところの おにぎり、カロリーメイト、羊羹、パンをいろいろ持っていった。

→カロリーメイトは喉が詰まり望ましくない。乾いた喉には、おにぎりや羊羹など濡れた物が望ましい。次からごちゃごちゃ持っていけない。

#### 2・必要な飲料水の量を見極める力

3リットルを準備、しかし下り膝が痛く・バテで天野さんにHELP。ザックを交代してもらい、また駒津峰で水をshare。この時点で2リットルあったということは、余分な物を背負っていた。

→水がなくなるのは困るが余分も困る。自分の飲む量が把握できていない。経験積んで要領を得る。

#### 3・山道を見切る力

① 登りの岩も、どう伝うのか先導の天野さんの後でなければさっぱり判らない状態。

② 仙水峠からの下りで岩場を歩くにも、リボンが無くなり道が見えない。

亀山さんから石が丸くなっているところと、尖っているところの見極めを教えてもらいつつもこれもまた天野さんの後をついて行くので精いっぱい。→今まで道が良く分からない山に行ったこともなく、これも経験しか方法がないように思えた。水の飲み方も欲に任せた飲み方はやめる。

#### 4・テント内での行動

テント内での動きに注意、初日(8/9:金)の仙流荘駐車場でテント 楽しくなるはずが、ビールを倒してしまい、いきなり不快な思いをさせていただきました。→前後左右に気を付けます。

最後に、初めての南アルプスに参加させていただき、みなさんに準備段階から、現地での食事・行動・山登りの最中、色々を教えてもらうことができました。ありがとうございます。

機会があれば参加させていただきたくよろしくお願いします。

#### <金子>

連日 好天に恵まれ、360度の展望を楽しみながら縦走ができた。ときどき振り返り、歩いてきた峰々を眺めると達成感、充実感を味わうことができた。今回 炎天下、毎日10時間を越える行動(下山日以外)となり、新人には大変厳しい合宿となったが貴重な経験ができたと思う。この経験を次の山行に活かし、更なるレベルアップを目指してほしい。また、森チーフリーダを中心に参加メンバーが各役割を果たし、厳しい中にも笑いの絶えない充実した合宿ができたと思う。皆様に感謝したい。ありがとうございました。

#### <亀山>

4日間の夏合宿、お疲れ様でした。

個人的には、参加者が多く、天候にも恵まれ、ラッキーでした。若手ともいっぱいコミュニケーションがとれ、楽しく充実した合宿となりました。ありがとうございました。

若手から熟練者、体力的アンバランスのチーム構成ではあったが、CLの的確な判断と指示、それに応えながら修正を加え、日々向上していくメンバーを感じ、とても頼もしく思えた良い合宿でした。が、課題が顕在化したところもあったかと思えます。今回の経験や気づきを今後の山活動に生かし、更にスキルアップされることを期待いたします。 山へ行きましょう♪

#### <竹内>

全日程快晴の中で、大いに景色を楽しみながら歩くことができ、充実した山行となりました。一日の行動時間が長くテント場に到着した時はホッとした気分になり、テント設営後に飲んだビールのおいしさは格別感じられました。仙丈ヶ岳から北岳までのコースは初めて歩いたコースですが両俣小屋テント場で川の水がとても冷たく疲れた体が癒されました。メンバーのみなさんには大変お世話になり、夏合宿の楽しい思い出となりました。

以上