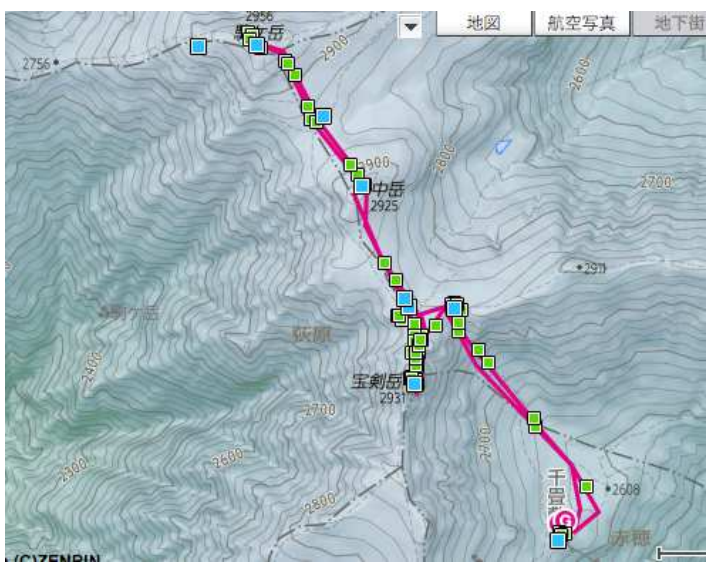


4 月度 例会 個人 山行報告書		報告者	吉田有	参加 メンバー	CL : 神戸・吉田明・ 後藤・舘谷・吉田有
		報告日	4/13		
山 域	中央アルプス	山行日	2016 年 4 月 2 日 (土) ~		
山 名	木曾駒ヶ岳		2016 年 4 月 3 日 (日)		
山行目的	雪上訓練		コースタイム (天候 : 天気図記号)		

配布先	ルート図 (地図を見て正確に)		4/2(土)	4/3(日)
集会:12			5:00 刈谷発	4:00 起床
山行: 1			7:30 菅の台バス駐車場	6:15 テント場発
リーダー			8:15 バス乗車	7:15 宝剣岳山頂
原紙: 集会担当者			9:15 千畳敷駅	8:00 テント場着
			9:40 滑落停止訓練	9:30 歩行訓練
			11:00 アイゼン歩行訓練	アンカーの取り方
			11:40 スタンディングアックスビレイ	10:30 千畳敷駅
			13:00 乗越浄土	12:00 菅の台バス駐車場
			13:30 テント設営	13:00 温泉
			14:30 テント場発	16:00 刈谷着
			15:00 木曾駒ヶ岳山頂	
			15:30 テント場着	
			17:00 夕食	
			20:00 就寝	

〈山行報告〉今年は雪が少なく、12月に引き続き暖かい雪上訓練となった。千畳敷から15分ほど進んだ斜面で、歩行訓練や滑落停止の訓練を行う。雪はそこそこあるが、気温が高く雪が湿っぽく体が沈んでしまうためピッケルで停止する前に体が止まってしまう。斜面に対して頭が下になった場合の停止の仕方を学ぶが自らその体勢になるのが怖く、思う様に出来ない有様である。ピッケルをアンカーにしての、スタンディングアックスビレイを学んだ。ロープの使い方や身の構え方など細かく教えて頂き、未経験者は交代で実際に停止させることを行った。木曾駒ヶ岳へはガスの中の登頂となり、景色は望めなかったが視界が悪い中でのルート取りなどの勉強にもなった。宝剣岳へのルートは凍っておらず、ベテランの方々にトップを行って頂き、ロープを張って安全に登頂することができた。山頂はあいにくのガスで、本当に山頂にいるのかわからないほどだった。下山時はスノーバーやスノーボード、土のう袋を使ったアンカーの取り方などを学んだ。歩行技術の基礎となるアイゼン歩行も細かく教えてもらうことができ、まずは転ばないことが大切だということを再認識した歩行であった。

今回は我が社で率先してロープワークを行う技術がなく、宝剣岳へは連れて行ってもらうような形になったが、今後はもっと技術を磨き自らでも行けるようにもっと学んで行きたいと感じた山行であった。

- フリースペース
山の紹介・スケッチ・エピソード・その他自由に
- <夕食メニュー>
- ・ポトフ
 - ・カルボナーラ
 - ・きのこパスタ
 - ・アボカドクリーム煮
 - ・じゃがりこコンビーフ焼き
- <朝食メニュー>
- ・豚汁
 - ・卵焼き
 - ・佃煮

確認 (リーダー)	
後藤	
'16/04/13	
藤	
作成 (報告者)	
吉田	
'16/04/13	
有希	

〈リーダー所見〉去年12月(西穂高)に引き続き、全豊田雪上訓練に参加させていただきました。基本的なアイゼン歩行からはじまりスタンディングアックスビレイやアンカーの作り方など多くのことを学ぶことが出来ました。天気には恵まれませんでしたが大変充実した雪上訓練になりました。