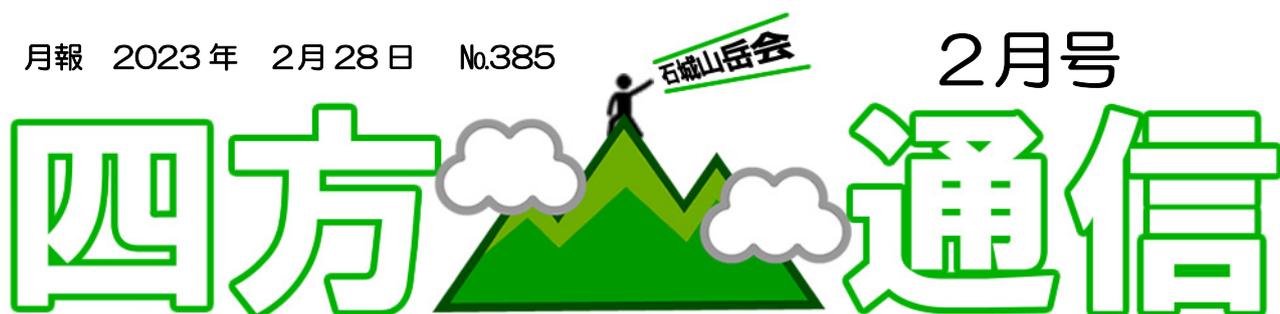


月報 2023年 2月28日 No.385

2月号



四方通信

石城山岳会事務局編集

裏磐梯スノーシュートレッキング

福島県山岳連盟・指導委員会 積雪期技術研修会

石城山岳会 「西大巔」山行報告書

2月登山教室西大巔スノーハイク

裏磐梯 築部山スノーシューハイキング

低山でワンデリング

裏磐梯スノーシュートレッキング

2022年12月28日(水)

参加者：秋葉、小谷野、菊地、佐藤（幸）、山中

天気は晴れ！絶好のスノーシュー日和！今シーズン初めてのスノーシュートレッキングを裏磐梯でおこないました。

裏磐梯スキー場でリフトを2基乗り継ぎ、今日のルートを図で確認してから歩き始めました。

まずは銅沼に向かいます。冬以外の景色は何度か見ているのですが雪景色の銅沼を見るのは初めてです。格別でした！さらにこの時期にしかできない凍結している沼を横断しました。先客が付けたトレースがあるので歩きやすいです。沼を渡りしばらくすると西大巔・西吾妻山も望め、さらに進むとイエローホールに到着です。イエローホールは初めてでしたが、こんなものなのかという感じでした。そこから少し歩いて櫛ヶ峰に向かう稜線を登りましたが、先客のトレースも途中から無くなり、また時間的にも厳しいので途中で引き返しました。開けて日当たりが良い所でみんなで昼食を取りました。その後途中の傾斜地でピッケルでの落下停止やアイゼン歩行の訓練をしてから裏磐梯スキー場に戻りました。

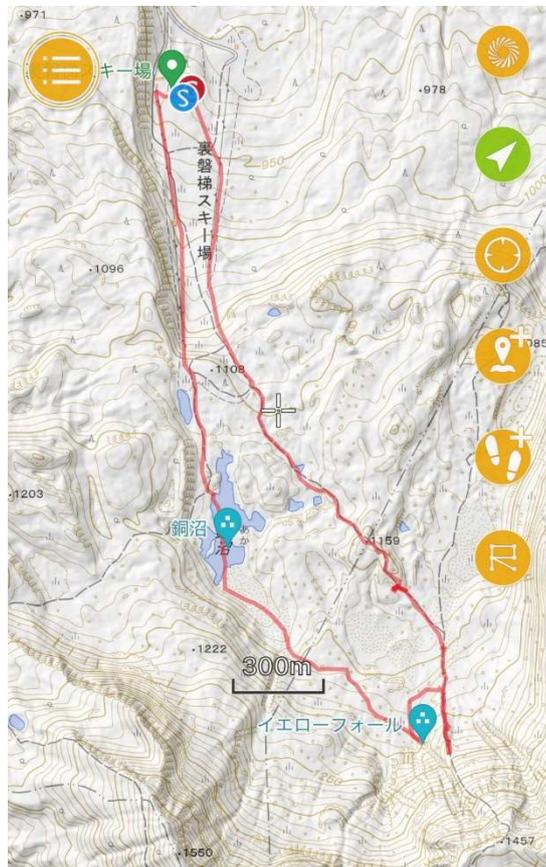
今回は新しいスノーシューを履いて歩きましたが装着が楽で履き心地もよく、また天候にも恵まれて、楽しい有意義なトレッキングになりました。

[タイム]

9：10裏磐梯スキー場→9：50 銅沼→10：35 イエローホール→11：30櫛ヶ峰 下→12：00 昼食 12：20→12：30 ピッケル・アイゼン練習 13：45→14：55 裏磐梯スキー場

(文責：山中)





福島県山岳連盟・指導委員会 積雪期技術研修会

日時：2023年1月14(土)9:00~15(日)12:00

場所：あだたら高原スキー場

参加者：菊地、佐藤（幸）（他1名） / 指導員資格受講生

秋葉、下山田、長谷川、安部、松本、山中、柏村、甲高、西（由）他12名

1日目天気は雨。10時頃回復するのを待ち、指導員資格受講生と初心者、中級者~2班の計3班に分かれ学習スタート。2班（秋葉リーダー）はまずはピッケルの持ち方（ピックの向き等）を確認しながらの歩行からスタート。

傾斜まで進み滑落停止の訓練。雪が重く、滑らない傾斜で止まらない想像をしながらピックの刺し方を学ぶ。いざ滑落した時は慌ててピックをなかなか刺せない・高級な服ほど滑りにくい等教科書に載っていない生の話を聞けるのが面白い。その後1:1の引き上げを行い午前中は終了。



午後からは雪上支点の作り方を学ぶ。アンカーは道具がなければ枝や笹を束ねるのも有効だが、今回は土嚢袋を使った方法で行う。雪に埋めて踏み固めれば大人1人の負荷がかかっても十分耐えられる。他に丸く踏み固めた土手を作り、土手部分に（昼食に使用した）割りばしを刺す方法（スノーボード）も試した。次はスタンディング・アックス・ビレイ。



ピッケルにスリングとカラビナをセットし、足の置き方・向きを確認。ロープを肩に回して滑落者を確保するが、肩にロープが食い込みしゃがんだ時に正しい姿勢が取れない。何とか固定してがんじがらめのロープから解放された。まだまだロープワークが必要なものと実践が足りないことを痛感した。



2日目は雪上でのツェルト張り。張り方も皆それぞれでカラビナ・ロープ等の道具を駆使する班員もいれば、秋葉リーダーはシンプルに細引きとストックを使い、ペグの代わりに割りばしを使

い張る。

私はというといつもザックに入れて持ち歩いてはいるが、実際自分で張ったことがない。細引きはつけているので型を気にしなければ張ることはできるが、とてもお見せできるものではない。基本が全く叩き込まれていない。ここでも反省・・・。

その後余った時間で2:1, 3:1の横からの引き上げを確認し、最後にロープを肩から太ももに絡ませたロープのみの懸垂下降(名前不明)で終了した。(ロープがお尻に食い込み辛かった)



講習会には今まで何度も参加していたが、今年を受講生が夕食後の飲みの席でもロープワークをする姿を見て、2人に指導する会員の姿を見て、自分もまだまだ頑張らなくてはならないと深く反省した講習会でした。来年度参加するときは今よりもっと成長して、今更ですが、目をつぶってもやい結びが出来るようになっていきたいです。

（文責：西（由））

石城山岳会 「西大巔」山行報告書

2023年2月12日(日)

参加者：教室生 9名

会員 20名 + 会長夫妻 特別参加

- 5:50 水石トンネル駐車場集合
 - 6:06 出発 → 五百川サービスエリア
 - 9:10 ロープウェイ終点
 - 9:50 グレンデトップ
 - 11:45 西大巔 山頂
 - 12:45 昼食 ツェルト練習
 - 13:10 下山開始
 - 14:00 グレンデトップ
 - 14:25 ロープウェイ終点
 - 15:20 猪苗代道の駅(解散)
 - 17:40 水石トンネル
- 参照
2班行程



担当 安部氏の采配のもと、一班6名(4班のみ5名)体制にて、班別行動となった雪山登山。ゴンドラも6人乗りだし合理的。さすがです。

1年振りのスノーシュー。最初のグレンデからなかなかの勾配だが、元気は充分。青空の下、口も軽くなる。

一時間を過ぎると雲行きが怪しくなる。雪も深くなって息が上がる。

思い出した、雪山はけっこうの体力が必要なことを。ほどほどの疲労を味わい頂上に到着。

風が強くて視界も悪い。ご飯を食べるところではない。下山途中でお昼タイム。

急勾配の下りもきつい。極厚のくつ下をはいたが指先に圧力がかかり爪が痛い。これで3枚目の爪がダメになる。キレイに戻るには2年はかかりそう。トホホ。

ストックやスノーシューが壊れ借物で助けられた人(私です)もいれば、途中で足をつった人、自分で自分のスノーシューを踏みつけ顔面から派手に転ぶ人もおり、小さなハプニングはまあいろいろ。が、総じて楽しかった。

二月の凜とした空気を吸い込み、標高で違って来る雪質を感じ、仲間たちとワイワイ騒ぎ、しばし下界のあれこれを忘れる。

この山行に尽力して下さった全ての皆様に感謝し、また明日からがんばろう。

(文責：佐藤(春))



2月登山教室西大巔スノーハイク

2023年2月12日(日)

参加者 30人(内教室生9人)

今回の教室は、参加者30名(内 教室生9名)で6人ずつ5班の行動です。8時半頃にグランデコのゴンドラで一気に1390mまで登りました。

ここからは、スノーシューを履いて班ごとに歩行開始です。山岳会のリーダー・サブリーダーの指導の元に、スノーシューの歩き方を教えて頂きました。ゲレンデを登山口まで、ひたすら歩きました。風もなく天気も良いので30分後位に振り返ると、雪の被った山並みが連なり見え、きれいで笑顔になれました。

50分程で登山口到着、「ここからが本番だ」と聞いて「えっ」と声が出てしまいました。

リーダーの元、踏み跡をつけて歩き樹林帯を進みます。途中から色々な形の樹氷モンスター達が迎え始めます。進むにつれて頂上に向けての傾斜のきつい所があり、徐々に天候が荒れてきました。前が見えにくく、ホワイトアウトぎみとなり、後どの位とっていると、ひらけた所となり「頂上についた」との事、11時40分でした。三角点に触れてすぐに下山となりました。殆ど周囲が解らず、団体できているから登れたとの事です。

頂上より風のない場所まで下り昼食をとり、13時頃より下山しましたが、上りより下りは、スノーシューは歩きづらく転んだり、転んでも痛みがないもきつかったです。

登山口に出たらまた、向こうに連なった山並みが見え「ホッ」としました。ゲレンデを下りながら、スキー場の所は、圧雪されているから歩き易いと思いました。14時頃着。

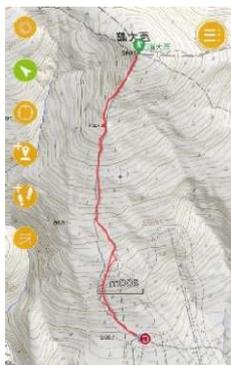
今回初めての雪山での歩行の難しさ、雪山ならではの自然の中を歩く楽しさ、今しか見られない世界(樹氷の絶景)、素晴らしい思い出深い体験を出来た山行でした。

山岳会の方が雪崩に備えて、ビーコン、スコップ等を装備されている事が驚きました。ツェルト(簡易テント)の説明・張り方も教えて頂きました。

企画して頂いた方々、お世話になりありがとうございました。

【コースタイム】 グランデコススキー場 8:00→ゴンドラリフト頂上駅 9:00→登山口 9:50
→山頂 11:40→グランデコススキー場 14:00

(文責:岩崎)



裏磐梯 築部山スノーシューハイキング

日時 2023年2月23日

参加者 秋葉 下山田 栗崎(透) 渡辺(敏) 蛭田(み)
尾形(成) 尾形(長) 佐藤(春) 須藤 猪狩 柏村
佐藤(幸) 佐藤(秀) 山縣 山中 西(由) 安部 小谷野

水石駐車場を6:30発、3台の車に分乗り目的地へ移動。

小野川湖近くの別荘地の空きスペースに車を止め、8:45 登山開始

前日に降ったと思われる、雪に覆われた湿地帯を秋葉顧問の誘導で進み途中遭難しやすいポイント、地図の見方等指導を受け先頭交代。

ふかふかした雪に足をとられながら楽に登れるルートを探す、南側は深雪・セツピが張り出し危険。北側は雑木が有り歩きづらい、よく見るとイノシシと思われる足跡が山頂目指して付いている、この足跡の上を歩いてみるとこれが意外と歩きやすい「野生の動物は生まれながらの知恵があるようだ」。

足跡が無くなり深雪、急登をラッセルしながら登る。(きつかった)

先頭交代しながら山頂到着。12:20

昼食のための雪のテーブル作成「馴れないスコップワーク」

準備できた所で女性陣からの差し入れ「大変美味しくいただきました」「秋葉さんホットワイン」ごちそうさまでした。

穏やかな天気恵まれ眼下に小野川湖、遠くの山々を眺めながら楽しい昼食を過ごすことが出来ました。下山は登りのルートが無視して真っ直ぐに進み、スキーチームと合流、雪洞訓練を行いました。

テントがある場合と無い場合の雪洞の作り方をノコギリ・スコップを使用してそれぞれが体験しました「あと少しで完成だった・・・残念、時間切れ」遭難時の冷静な判断が命を守ることの重要性を学びました。

※ スキーチーム 6名

※ スノーチーム 12名



【コースタイム】

登山口 8:45 → 山頂 12:20~13:10 → 登山口 15:40
(文責:小谷野)

低山でワンデリング

2023年2月24日（金）

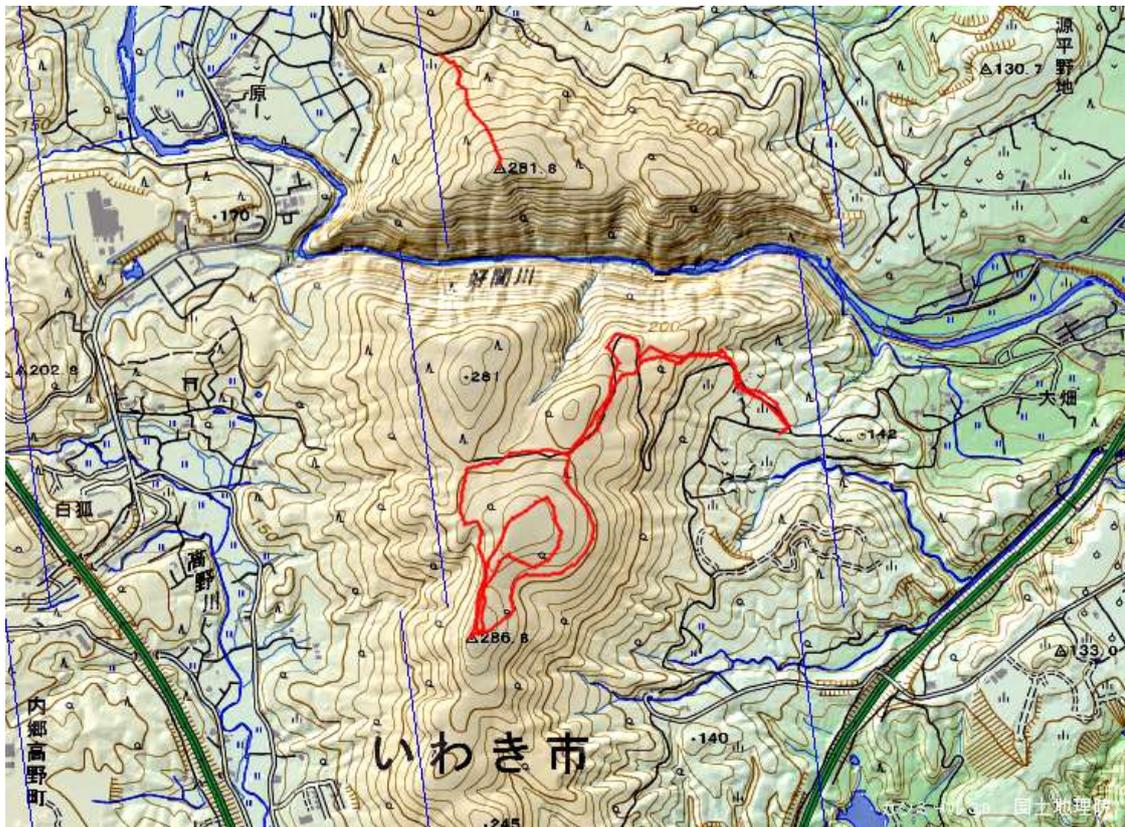
参加者 秋葉信夫

太さんからラインで送られてきた好間川のV字谷の報告を見て、以前から気になっていた山なので翌日に行ってみました。

大滝山には藪を漕いで簡単に登れましたが、唐松山の登山口に行くのに苦労しました。やっと登山口に到着し、スマホのジオグラフィカの軌跡のスイッチを入れ出発。

スマホの地図を頼りに歩き四等三角点 286.8m（点名：古湯）に到着。作業道終点のコルに向かって歩き始めたが、電池の残量が少なく、画面が真っ暗になってしまった。地形は頭に入っているので、コルから唐松山頂上（281m）に着く、三角点がある…？

時間がかかったが無事車に戻った。なぜか納得いかないで車の電源で軌跡を見てみると、唐松山には登っておらず、唐松山と思ったのは見事にワンデリングして先ほどの同じ三角点でした。



低山が人気で、低山での遭難が増えています。幸いに無事に戻ることができたが、用心・用心！！

（文責：秋葉）