

2018年4月21～22日 雪上訓練 北アルプス 乗鞍岳

参加メンバー：谷内・倉澤・若奈・原・高橋

天気：晴れ

天気予報は、2日とも晴天。絶好の雪上訓練日和の中、5名で行って来ました。

快晴の中歩きはじめ、夏仕様の恰好となり暑い、暑い。途中、調子上がらないメンバーの様子を見ながら、テンド場を探しました。ソンド棒によると、テンド場で2m60～80cm程度の積雪のコースから少し外れた樹林の中に快適な居住スペースを確保できました。

雪上訓練開始。

① 雪上での確保

腰がらみ（セカンド確保）：腰を落とすバケツと足を踏ん張る為のバケツをしっかり作ることが大事でした。

スタンディング・アックス・ビレイ（トップの確保・フォールラインの想定）：シュリングを踏みつけた方の膝はしっかり伸ばして踏ん張ること、滑落した場合には、ロープを少し長し、背中との摩擦を利用して制動をかけていくことがポイントでした。またクライマーと繋がっている方を脇にすることを覚えておくとうわりやすい！

② スノーフターの作り方

立ち木：捻じれるような剪断力を作らないようにシュリングの向きを注意。根本で作る！

スノーフター：雪面に打ち込んだ際に完全に打ち込めない場合は、なるべく雪面に近い位置からシュリングをつける。

砂のう袋：ある程度時間をおいてから使用した方が、圧雪した雪が硬くなり強度が増す。

スノーフロード：直径は1m程度、深さ30cm程度の大きさにしないと、強度低下。頭に竹ペグなどで補強するとさらに良さそう。

③ 滑落停止

滑落しない歩き方をする！万が一した際には、意地でも止める！！

盛りだくさんな訓練内容の1日目終了。腹ペコになり美味しいお酒に芋煮、締めにはカレーうどん。エネルギー満タンになりました。快適な居住空間で、気温もあまり下がらず快眠できました。

2日目は、乗鞍岳初めての2名のために、頂上まで行ってもらえました。快晴の中、穂高連峰をはじめ、御嶽・南ア、八ヶ岳絶景の一言。直登ルートよりは右手を巻くように・肩の小屋より左側をトラバース気味に登って行きました。帰りは、雪の状態も少し解け始めカチカチ氷でない為、直登ルートを降りました。すると、カエルのような鳴き声が聞こえ雷鳥発見！白い羽からすこし黒っぽくなっている2羽を発見。そこからは、すいすい降りて、温泉に食事を楽しみ帰路につきました。

【コースタイム】

<1日目> 5:00 茅野発～7:00 三本滝駐車場 発～9:45 2200m辺り 位ヶ原下辺りをテンド場とし設営
10:30 雪訓開始～15:45 テンド場着～19:00 就寝

<2日目> 3:30 起床～5:00 テンド場発～位ヶ原 7:50 剣ヶ峰～9:25 テンド場着 テント撤収～10:25 駐車場着







