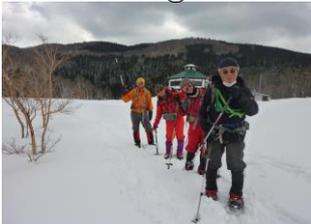


山行報告書

(2014.03.26改訂)

日時	2015年1月24日(土)・25日(日)		
山名	深入山とスキー(広島県)【雪山講習とスキー】		
CL	吉永	参加者	伊賀、大須賀、坂本、田山、吉永 (5)名
(コース)	<p>24日(土): 深入山(1,153m) 南登山口近くの駐車場 12:56 → 南登山口 13:00 → 草尾根(グリーンシャワー)コース → 尾根上東登山口からの登山道との合流点14:15 ▶▶▶ 下記のメニュー③④について講習を受けながら頂上へ ▶▶▶ 頂上 15:10/15:20 → 林間コース → 西尾根休憩小屋 16:24 → 西登山口・南登山口・頂上方面分岐点 16:45 → 南登山口 17:02 ▶▶▶ 滑落停止訓練▶▶▶ 南登山口近くの駐車場 17:15</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; margin: 10px auto; width: 80%;"> <p>【講習メニュー】</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ワカン装着歩行とラッセル ②アイゼン装着歩行 ③コンテ歩行 ④スタックカートとスタンディングアックスビレイ ⑤雪質判断と滑落停止 <p>※①②は随時、③④は尾根から頂上にかけて⑤は下後に講習・訓練</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;"> <p>①</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>③④</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>③④</p>  </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;"> <p>④</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>③</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>頂上にて</p>  </div> </div>		
(コメント)	<p>25日(日): 芸北国際スキー場 9:00~11:15 グループで滑走練習 → 11:15~12:00 昼食 → 12:00~14:00 個人練習</p> <p>2日間ともお天気に恵まれ、そして雪の量も十分というコンディションの中での雪山講習とスキーとなりました。1日目の深入山での雪山講習については、秋に行われた深入山の下見山行にも参加していましたが、冬の深入山は全く別の山。雪深く、場所によってはワカンを装着していても太ももまで踏み抜くほどの積雪でした。私にとって初めてのロープワーク、コンテ歩行、滑落停止訓練など盛りだくさんの内容で、貴重な雪山講習の機会となりました。雪山講習の内容は、年に数度体験できるかどうかの内容だけに、実際の雪山山行の場面で実践できるかどうか不安が残りますが、こうした訓練を繰り返し(頭だけではなく)体に覚え込ませることが大切だと感じました。</p> <p>2日目のスキーも雪がほどよく締まり、リフトの混雑も少なく、各自のレベルにあわせた滑走練習ができました。流すように滑るのも楽しいのですが、自分なりに課題を意識して滑ることもまた面白く感じました。(大須賀 記)</p>		
費用概算	宿泊料+芸北国際スキー場1日券¥10,000 + レンタカー代¥7,000 + その他雑費¥3,000 = 約 ¥20,000 / 1人		
(その他)	いこいの村ひろしま 日帰り入浴 ¥500/1人		