

山行報告書

日時	2015年 12月5日(土)~6日(日)	天候	6日(曇り一時雨)
山名	県連登山学校 中級コース 第八回講習 阿蘇高岳(クランポンボッカ)		
CL	木下講師	参加者	高田 (1)名
(コース)	<p>5日19:00講習(雪山山行における技術・テント設営方法・テント内での生活技術)於鍋ノ平キャンプ場(泊)</p> <p>6日5:00起床(各テント毎に食事準備・テント撤収)・・・7:30キャンプ場にてアイゼン、ワカン着脱・歩行練習・・・8:50キャンプ場・・・コンテ、懸垂下降練習・・・11:50日ノ尾峠(アイゼン歩行)・・・14:20高岳(東峰)・・・16:30日ノ尾峠・・・17:10キャンプ場・・・ミーティング、解散</p>		
(コメント)	<p>今回は冬山に向けての基礎講習でした。内容は以下のとおりです。</p> <p>①テント場到着後の作業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・テント場に到着する前にザックと体の間に隙間を作り、汗を乾かしておく。 ・テントの設営場所を決める(出来るだけ平らな場所) ・装備関係(ザック・ピッケル・ワカン・アイゼン等)は1か所に集め、風で飛ばされない工夫をする。 ・雪ブロックの準備(きれいな雪の場所を踏み固める。飲料用) ・テント設営場所の整地(スノーシューで平らに踏み固める、テントの大きさ+1m四方) <p>②テント設営および撤収時の注意事項</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ザックからテントを出した時に風で飛ばないようにカラビナで体に留めておく。 ・ポールを雪につけないこと(凍って抜けなくなる。) ・ピッケルで四隅を固定、竹ペグを利用する。 ・結びはすべて引き解け結びで。 ・テントをしまふ際はいちいち畳まずにザックに収納する。 ・テントに入るときは可能な限り雪を落とす。前に入る人の雪落としを手伝う。 <p>③ワカン(スノーシュー)・アイゼンの着脱</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワカン、アイゼンは手袋を着けて5分以内に着脱できるよう十分練習をしておく。 ・ワカンやアイゼンのヒモの先に接着剤をつけると結びやすい。 <p>④アイゼン、ワカンを装着しての歩行</p> <p>⑤コンテ(大阪方式、タイトロープ)</p> <p>⑥半マストによる懸垂下降</p>		
費用概算	<p>(交通費/人) 実費</p> <p>(その他/人) 食費・共同装備・宿泊費 2,000円</p>		

(2015.04.09改訂)