

(一社)静岡県山岳・スポーツライミング連盟

〒422-8076
静岡市駿河区八幡3-1-17
TEL(FAX)054-288-7512
編集発行/総務委員会
令和5年3月13日発行
第42号

岳連
ニュース

宝 永

URL: <http://www.shizuokam.com>

冬富士の雄大さに感激 3年振りの冬山講習会開催

3年ぶりの開催となった恒例の岳連主催「冬山登山講習会」と「冬山指導者講習会」であるが、例年富士山御殿場登山口太郎坊付近にて幕営を含む1泊2日としていたが、コロナ禍での開催を踏まえ、今回は「日帰りにて実施」に変更された。

講習会開催の1週間前、静岡駅前前の労政会館に講師全員が一堂に集し、それぞれの担当分けとカテゴリーごとの講習内容の確認を行った。2日間で行っていた内容を1日で行うため、「省けるもの」と「必ず伝えるべきもの」が精査された。今回は「スマホによる位置情報アプリの活用」とそれに伴う「予備バッテリー&接続コードの携行」の重要性が確認され、チェインスパイク等の簡易型アイゼンの有効性も伝えるべき等の意見が出され、講師全員が再認識する機会となった。



月5日、日曜日、好天ながらいつもより積雪が圧倒的に少ない太郎坊に本部役員8名、講師12名、受講者では初級Bに10名、高校生が4校44名、顧問9名の合計83名が参集した。県教育委員会からは健康体育課榎本主幹にお越しいただき、9時30分から始まった「開会式」では岳連代表者挨拶や講師紹介の後、前回好評だった元気象庁予報官の西島昇講師による「本日の気象予測」と「実機を用い

たピーコン取り扱い説明会」が行われた。その後は各カテゴリーに分かれ、15時まで熱心な指導が開始された。

私の担当する高体連生徒達はテント設置の後、早速、双子山を目指して一列で歩き出す。「冬山では汗をかいてはダメ!もつと、ペースを落とす」と先頭に声をかけるが、若さ溢れる彼等の歩みはすぐに元のペースの戻り、ついていくだけで一苦労。いやはや先が思いやられる。

サンングラス、ゴーグルの必要性やピッケル各部の名称と用途説明、アイゼンなし歩行でのトラバースと登下降等、いい練習バーンを探しつつ相方の田中講師と協力して講習を進めていくが、雪不足のためかこれがなかなか大変。その後「双子の森」を抜けた日当たりのいい疎林の中で昼食とした。

風もほとんどなく、日向だとボカボカして昼寝をしたくなる陽気であるが、この講習会の時だけはもつと厳しい条件のほうが良い。耐風姿勢の訓練時、どうしても真剣味



に欠けてしまうのだ。今日は全員の笑顔溢れる講習となった。

午後からはアイゼン装着での登下降とトラバースを行い、双子山中腹から一斉スタートで全員で山頂を目指す。ハアハア、とてもついていけない。ここはどうやら2年生が先輩の意地を見せられたようだ。

双子山からの下山はアイゼンを外しての下降とし、途中で「ピッケルなしの滑落停止」や「頭が下になった状態での制動」等を行い、「ワカンの説明」以外は殆どの指導項目を伝えることができた。せわしない1日ではあったが、全員ケガなく閉会式前に下りきることができホッとした次第である。

こうして3年ぶりの冬山登山講習会を終えることが出来た。今回学んだ雪山での基礎知識、技術を生かし、むやみに怖がることなく安全第一で積雪期の登山を満喫してもらえればうれしく思う。

(加藤敏美)

全国理事長会議

2月12日全国理事長会議が東京で対面とリモートのハイブリットで開催された。

今回は議題に各岳連からの報告があり、連盟の抱える課題、問題点などが発表された。

加盟団体振興PTによるアンケート結果、分析の説明があり、加盟団体数の減少、役員の高齢化、SC部門と登山部門の人的、予算的なアンバランスなどの問題があり、会費収入での組織運営は不可能で、事業収益などの自主財源の確保などの必要があると説明があった。

分析の結果を踏まえ令和5年度より各岳連に国体予選費用として10万円の支給が席上発表された。

(木ノ内高嘉)

遭難防止とセルフレスキュー 山岳レスキュー講習会(初級)

令和4年度山岳レスキュー講習会(初級)が、1月14日静岡市「あざれあ」で開催された。

午前は静岡市消防局山岳救助隊望月隊長から遭難防止とセルフレスキューについて講義を受けた。短いロープを使いエイトノットやダイレクシヨナルなど数種類の結び方を教わり、参加者は熱心にトライしていた。中には難しい結び方もあって、何回も聞き直していたが、隊長は分かるまで繰り返して対応されていた。また、負傷者の搬送では、長いスリングとセパレート雨具を利用する2種類の背



負い方を紹介された。実際に背負ってみるとセパレート雨具を繋いだ背負い方が使い勝手が良さそうなのがわかる。

なお、救助要請するときには、スマホのGPSをオンにしてあれば、ほとんど誤差なしで位置が分かるそうなので、ぜひオンにしておきたい。ヘリコプターからは青色の物が視認しやすいとのこと。

最後にテーブルと椅子を片付けて、事故発生から救出までのシミュレーションを行った。ザイルを垂らして事故者への下降、安全な場所までフィックスロープを張ってのトラバースを実習した。

午後は小林玲子指導員から「登山のリスクとその対応」の講義。「数字で見る山岳遭難」では一番多いのが「道迷い」であり、遭難の4割を占める。遭難者の5割が60歳以上であり、加齢による体力の減退を自覚するようにとのこと。遭難はなぜ起こるのか。

主な要因は登山者の無理な山行計画である。また、コロナまん延による小屋の休業や閉鎖があり、利用する場合にも行動制限がある。「登山計画書って本当に必要なの?」と語りかけた。結論は必要である。自分の体力・登山の消費カロリーを知るための計算方法や登山中のアシデントに対応するフローチार्ट及びセルフレスキューとは何かについて説明された。

続いて、大石操指導員から「ファーストエイド」の講義があり、「登山中の傷病者の手当てができれば、日頃から知識や技術を学んでおくことが大切」と話された。ファーストエイドの目的は、生命の危険度を見極め、症状を悪化させずに医療に繋げること。軽微な傷病なら手当てをして登山を継続すればよい。ファーストエイドの大原則は、命に関わることを優先し、状態を評価することで診断する必要はない。過大評価と最大手当てを行う。傷病者に対する声かけが大変に重要であること。また、3S A B C D Eについて説明された。ファーストエイドは、各自が知識や手当てを身につけておくことで速やかな対応が可能になると教えられた。



男子堀岡 女子永嶋優勝 第23回高校クライミング競技大会

第23回静岡県高等学校クライミング競技大会が、第13回全国高等学校選抜クライミング選手権

の傷病者の手当てができれば、日頃から知識や技術を学んでおくことが大切」と話された。ファーストエイドの目的は、生命の危険度を見極め、症状を悪化させずに医療に繋げること。軽微な傷病なら手当てをして登山を継続すればよい。ファーストエイドの大原則は、命に関わることを優先し、状態を評価することで診断する必要はない。過大評価と最大手当てを行う。傷病者に対する声かけが大変に重要であること。また、3S A B C D Eについて説明された。ファーストエイドは、各自が知識や手当てを身につけておくことで速やかな対応が可能になると教えられた。

(男子12、女子5)の生徒の参加があり、昨年同様人数的には少ない参加数でしたが、ルートの完登と代表枠を目指して熱戦が繰り広げられました。女子予選は6壁からメイン壁へ至るルート(12b)で3名が完登。男子予選は5番壁を登る短いルート(12ab)で5名が完登しそのまま決勝に進んだ。



終了点に迫る登りで男女を通じて最高到達点をマークし優勝。男子は、ルーフを超えた鈴木大翔くんの到達点を1手超えた堀岡くんが優勝した。12月24日25日に埼玉県加須市で行われる全国大会では、昨年に続く好成绩と選手の健闘を期待したいと思います。会場を提供をしていただきスクエアさん、セットを担当していただいた瀧浪さん、および運営に協力してくださった多くの方々に感謝申し上げます。全国大会出場者は以下の通り。

- 男子1位 堀岡隼人(静岡東)
- 2位 鈴木大翔(藤枝西、シード)
- 3位 唐澤 良(浜松日体)
- 4位 増井遙矢(浜松日体、学校団体枠)
- 鈴木音生(静岡翔洋、シード)
- 女子1位 永嶋美智華(静岡西、シード)
- 2位 中里溪夏(三島北)
- 3位 鈴木結菜(静岡農業、シード)
- 4位 加藤千楠(島田樟誠)

(諸戸明)

登山のプランニング、遭難対策を学ぶ 指導者研修会(コーチ資格更新研修会)

令和4年度の指導者研修会(兼スポーツ指導者資格更新研修会)が1月29日、静岡市の静岡労働会館で開催された。

参加者は公認指導員19名、一般2名の計21名。

研修内容は3部構成で実施され、第一部「公認スポーツ指導者の関係規程・規則集の解説」は、指導遭対委員会の内海指導員より指導員の定義、本質、任務から始まり、指導員の名称変更等、制度の改定、また時代背景による認定内容と受験資格の見直しが行われた等、規程・規則の改定された項目とその内容の解説が行われた。



第二部は静岡ワンダールフォーゲル会、大石幸男氏による

昨年10月茨城県で開催された令和4年度安全登山指導者研修会への参加報告が行われた。

内容は名古屋工業大学教授、北村憲彦氏による「登山のプランニング」

「PBCAを活用した安全登山の指導」と、豊川山岳会、河合芳尚氏による「ルートプランニングの指導」。

先ず「登山のプランニング」では山岳遭難の現状は年間約3千人の遭難者の50%を60歳以上が占め、そして道迷いが41%、命が危険な転倒・滑落・転落で約35%を占める。

リスク要因を理解して、そのリスクに対応する準備を行うことの重要性が指摘された。「PBCA」を活用した安全登山の指導」では登山という特別な環境下(Plan(計画)→Do(実行)→Check(評価)→Act(修正))は、山行計画・準備→先読み(リスクマネジメント)→ルート維持→現在

地の把握→プラン再設定と成る。引き返す勇氣ではなく、引き返す計画(プランB)を常に用意しておく、とのことであった。

第三部は「静岡県の山岳遭難・事故報告、現状と原因、対策について」静岡県警山岳遭難救助隊・坂上雅信隊長より講義を受ける。先ず「山頂と命の2択なら命を選択してください」と、多くの救助経験から出た言葉を聞く。次に県下の山岳遭難状況はコロナ禍による登山者の減少で山岳遭難の件数は減少していたが、令和4年は登山者の数も増加し、合わせて遭難事故も増加した。特に低山での遭難が増加した。静岡県での遭難の特徴は、場所が富士山が圧倒的に多く、また遭難の原因が疲労による行動不能によるものが多いとのことであった。

更に遭難事例より経験に基づいた多くのアドバイスを頂く。やはり登山届の提出が救助を早める助けになる道であること。持ち物にスマホ+予備電源(バッテリー)を加えること。ベテラン意

識を捨てること。この3点の指摘を受けると、多くの事例から具体的な指摘を受ける。スマホの電池温存(家族・友人への連絡で電池を消耗しない)電波の繋がる場所から移動しない、通報した場所から動かない、GPS機能をオンで通報する等、スマホ利用方法についてのアドバイス(指摘)がなされた。またヘリコプターに見送られる方法、地上捜索隊にアピールす

未来に残そう美しい山河 南アルプスは静岡の宝 南アルプス写真展

第5回南アルプス写真展が県内山岳4団体(静岡市岳連、JAC静岡支部、静岡労山、静岡県山岳SC連盟)主催で、11月1日(火)〜6日(日)まで静岡市民ギャラリーで開催され、期間中の来場者は863名であった。

全体では約40人が撮影した144点の作品が並び、県岳連は7名から14点の作品が出品された。四季の山々、高山植物、ライチョウなど南アルプスの豊かな自然が紹介された。

今回は初めての試みとして、登山用具の展示を行った。ピッケルやコンロなど貴重なものが多く

展示された。また、静岡県自然保護課の山崎氏より撮影した動画を期間中繰り返し放映した。入場者は通常は見られない上空からのクリアな映像に見入っていた。

(木ノ内高嘉)



る方法等、捜索者側からの経験に基づく多くのアドバイスは我々登山者、また指導者として大いに参考に成り、今後の指導活動に生かして行きたい。最後に工藤指導員より昨年末、国立登山研修所主催の令和4年安全登山サテライトセミナー(東京)が非常に有益なセミナーだったため参考に、その講義内容の資料が配布された。

(内海廣治)

氏名	タイトル	撮影場所	所属
内海 廣治	深南：鶏冠山 笹ノ平からの東望	鶏冠山	中遠登山クラブ
清水 敏弘	兩上がり赤石を後に	赤石岳	中遠登山クラブ
川合 孝昌	朝焼け、聖岳へ向かう	聖岳	島田しらびそ山の会
川合 孝昌	聖岳尾根	聖岳	島田しらびそ山の会
川合 孝昌	上河内岳の親子	上河内岳	島田しらびそ山の会
川合 孝昌	森の囀人【イチイの木】	青蘆山 池の平	島田しらびそ山の会
高橋幹雄	聖岳・赤石岳・悪沢岳	上河内岳	相良ハイキングクラブ
高橋幹雄	正月合宿 赤石岳	東尾根 富士見平	相良ハイキングクラブ
高橋 弘	北岳パットレス	池山吊尾根	
高橋 弘	冬山新人研修	池山吊尾根	
佐藤 幸男	北岳(3193m) パットレス	鳳凰三山の雲峠岳	御殿場山岳会
木ノ内雅人	北岳・北岳山荘	北岳山頂下	
木ノ内雅人	北岳肩の小屋・甲斐駒ヶ岳	北岳山頂下	
木ノ内雅人	千丈岳・鏡岳	北岳山頂下	

第3回理事会

日時 令和4年11月14日
(月) 18時30分～19時40分

会場 県男女共同参画センター「あざれあ」5階
出席者 理事16名 監事1名

理事 木ノ内高嘉、鈴木重幸、前川朝夫、滝田博之、堀内修、小林久二彦、望月喜久治、増田浩二、出利葉義次、大石幸男、鈴木雅春、中川清、内海廣治、加藤敏美、岩田幸裕、諸戸明
監事 塩澤寿雄

木ノ内高嘉会長挨拶
コロナ感染がまた拡大し始めた。事業実施時は十分な対策をして下さい。
①指導・遭難対策委員会
・秋山登山教室を白馬岳で行った。自炊実習は見送り山小屋での食事になった。

・山岳レスキュー講習会
(初級)を令和5年1月14日9時～16時「あざれあ」で開催予定。午前は事故発生時の要請・救出・搬送方法、午後は登山のリスク、ファストエイドなどを学習予定。

・指導者研修会を令和5年1月29日13時～17時静岡労働政会館で開催予定。
▽公認スポーツ指導者の関係規程・規約集の解説
▽安全登山指導者研修会参加報告▽県警山岳遭難救助隊長の講義の予定。
・冬山講習会・登山指導者講習会を令和5年2月4日～5日富士山(御殿場口双子山付近)で実施。
・雪山教室を座学2月16日、実技2月26日の日程で行う。実技は長野県の富士見台でスノーハイクの楽しみ方と安全技術を学ぶ

②競技委員会
・とちぎ国体が10月1日～4日開催され、少男リード8位、少女リード3位、ボルダリング2位と活躍し、競技得点42を獲得し天皇杯・皇后杯に貢献した。
・ユースボルダリング競技大会を令和5年1月9日にプラネットクライミングジム静岡店で行う。
・JMSCAスポーツクライミング東海ブロック研修会を令和5年1月7日と8日に三重県鈴鹿高等学校で行う。
・第23回竜爪山岳競技会

を12月11日に予定していたが、9月の台風15号の影響で林道通行止めとなり実施を中止したい。理事会で中止決定が承認された。
③その他
・第16回スポーツフェスティバル登山大会を10月8、9日に三國山・金時山で行った。天候が危ぶまれたがAコース8名Bコース19名の参加があった。
・第5回南アルプス写真展が11月1日～6日静岡市民ギャラリー展示室で開催された。14点出展で県岳連からは14点。863名の入場者があった。新たな試みとして登山用具も展示し、ドローンによる動画も放映した。次回は静岡市岳連と県岳連が運営担当になる。県岳連からの出展が少ないので写真撮影を目的に南アルプスに入るくらいの意気込みでお願いしたい。
・県岳連個人会員に新たに3名の希望があり、理事会で承認された。
・県岳連カレンダー220部のうち205部を販売済み。
・JMSCA自然保護委

第4回理事会

日時 令和5年1月16日
(月) 18時30分～19時50分

会場 静岡県男女共同参画センター あざれあ
出席者 理事 18名 中11名 監事 2名 中1名

理事 木ノ内高嘉、鈴木重幸、滝田博之、堀内修、小林久二彦、出利葉義次、大石幸男、鈴木雅春、内海廣治、岩田幸裕、諸戸明
監事 塩澤寿雄
挨拶 木ノ内会長 新型コロナウイルスの流行は継続し、死者数が増加傾向。連盟事業も安全対策をとりつつ、今後の事業の確実な実施をお願いしたい。
1. 報告・協議事項
(1)各委員会の報告
○指導・遭難対策委員会
・1月14日(日)に初級レスキュー講習会を参加者28名、講師3名により開催した。午前中は静岡市消防局の望月一樹(隊長)から救助要請や搬送

員会から越前岳の情報提供の依頼があった。
(中川清)

についての講演、午後から県連盟の講師による講義、デイスカッションを実施した。
○競技委員会
・1/8に東海ブロック研修会が三重県で実施され、審判講習等へ本県6名受講。
・1/9県ボルダリング競技会が開催され、男子15名女子12名で競技が行われた。
○会長
・1/7に三重県で東海ブロック正副会長会議が開催された。SCのブロック代表を岐阜県以外から選出することや静岡県が担当の登山部普及代表を次に岐阜県とすること等が確認された。
(2)各委員会の事業計画
○指導・遭難対策委員会
・1月29日指導者研修会は、20名の参加予定。
・2/4、2/5冬山講習会について、県教委が高校生の1泊の活動自粛を発売したため、日帰りに計画を変更する。
・2月の雪山登山教室は、13名の申込がある。
【令和5年度JMSCA事業 登攀技術講習会】

11月の土日に静岡県でJMSCA事業の登攀技術講習会の開催の打診があった。異議なく理事会は承認。
○競技委員会
・クライミングコンテスト第3回は11、第4回は、3月4週を予定している。
・国体の県予選会を4月29日に開催予定。競技会場の変更を検討中。競技にマッチしている施設が富士市にできたこともあり、今後は会場選定も検討していく。
(3)5年県岳連カレンダー220部を販売し、6部講習会の講師に手渡した以外は全て販売できた。
(4)次期役員(理事)
・今年度末で理事の任期が終了する、各団体でメンバーが変更するようならば、事務局へ連絡してほしい。
(5)その他
・理事会を3月13日、4月17日、5月13日に総会
・JMSCAスポーツクライミングの全国高校選抜選手権で、女子リードで永嶋美智華選手(静岡西)が優勝した。
(鈴木雅春)