

九州大学山岳部 2016年春山合宿報告書

◆はじめに

2016年3月15日から3月18日にかけて、北アルプス五竜岳において行った春山合宿について報告する。

◆参加者

3年 村松 (CL)、松村
2年 山崎 (SL)、田中
1年 明坂、池田、土屋、早崎、藤山、山田

◆行動記録

3月15日(1日目) 天気：曇り時々晴れ

13:40 リフト地蔵の頭駅

13:45 出発

13:55 地蔵の頭

15:40 小遠見山

15:50 幕営地

神城駅で長かった鈍行列車の旅を終え、バスで五竜スキー場に移動。リフトとテレキャビンで地蔵の頭まで上がる。途中雪がちらつき始めたが、終点に着くころには晴れ間も覗くようになった。服装、装備を整え、遠見尾根への登りにかかる。小遠見山までは急登もあり、汗だくになりながら登る。幸いにもトレースがありラッセルはなし。出発から2時間ほどで幕営予定地に着き、整地してC1を建設した。天気も回復し、正面に広がる後立山の稜線が美しい。冬山初体験の1年生たちにテントの張り方や荷物の置き方などを教える。皆テントに入るころには日も暮れ、夜は予想以上に冷え込みが厳しかった。

3月16日(2日目) 天気：晴れ

4:00 起床

5:30 出発

6:00 中遠見山

8:40 西遠見山AC

10:20 偵察出発

11:45 白岳

12:45 AC

4:00 起床。手早くテントを撤収し、出発する。中遠見山で先行の単独の男性に会う（結局この方とは五竜アタックの時も一緒になった）。トレースがなくなったためワカンを装着、場所によっては膝くらいまで潜ったが、全体的に雪は浅く、ラッセルらしいラッセルはあまりなかった。恵まれた条件を利用して快調に飛ばし、3時間ほどで西遠見山のAC予定地に到着。時間をかけてしっかりと整地し、テントを張る。時間があつたので白岳までトレースをつけることにする。白岳への登りはかなり急な斜面で、部分的にクラストしていた。天気はいいがすさまじい暑さだ。汗だくになりながらようやく白岳に着く。稜線に出ると急に風が強くなり、汗が冷やされて寒い。少し休憩してすぐに下り始める。白岳の下りの急斜面では、1年生のために一応ザイルを出して下った。白岳の下りの様子を見る限りでは、やはり冬山初体験の者はアイゼン技術が稚拙なため、明日は冬山参加者の5人で五竜岳アタック、残り雪上訓練とした。

3月17日（3日目） 天気：快晴

五竜岳隊（村松、山崎、明坂、池田、藤山）

5:15 出発

6:15 白岳

6:30 五竜山荘

8:00 五竜岳山頂

8:15 下山開始

10:45 AC 帰着

真夜中は強風でテントがバタバタとはためき、うるさくてあまり眠れなかった。夜が明けるところになると次第に風は弱くなった。4:00に起床して朝食、アタックの準備を整え、5:00過ぎにACを出発する。天気は快晴、雪もほどよく締まり、まさに絶好のアタック日和だ。昨日つけたトレースを利用して、1時間ほどで白岳に到着。稜線に出ると急に風が強くなり、体が煽られそうになる。五竜山荘まで下り、風の当たらないところで目出し帽、ゴーグル、ヘルメットを装着し、主稜線の登りにかかる。ルートは最初夏道通りにG0の岩峰を巻いていく。ルートは分かりやすいが、すさまじい風と飛んでくる雪粒で一息つく暇もない。G0を巻き終え、G2の岩峰は稜線通しに登っていく。途中急な雪面のトラバースや岩が露出している箇所もあったが、ザイルを出すほどではないだろう。稜線を少し下ると広い鞍部に至り、ここからいよいよ山頂への最後の登りとなる。急な雪面を登っていくが、最後の30mほどは急な雪壁であった。ここを乗り越えると稜線上に飛び出した。目の前に鹿島槍の壮大な北壁がそびえている。目指す山頂は目と鼻の先だ。雪稜を雪庇に注意しながら進み、8:00、五竜岳の山頂に到着した。

何も遮るものがない大展望が広がっていた。正面を見ると、冬に登頂した剣岳がどっしりと構えている。

「やっぱり劔岳、岩でゴツゴツしてていかついよな」「鹿島槍もかっこいいぞ」
周りに広がる北アルプスの秀峰を眺めながらしばし休憩する。同時に登頂した単独の男性に写真を撮ってもらい、下降を始める。雪壁の下りからザイルを出す。稜線も念のためザイルを出しながら慎重に下り、G0のトラバースを終えたところでザイルをはずす。あとは特に危険な箇所はなく、素晴らしい天気の中元気に下った。白岳の下りで雪訓パーティーに合流し追い抜く。AC到着後、熱いカフェオレで乾杯し、登頂を祝った。

白岳隊（松村、田中、土屋、早崎、山田）

7時過ぎにテント場を出発、白岳中腹あたりで雪訓しようとしたが雪が深くいくらならしても滑らないので、少しもどり雪訓の場所を雪が積もっておらず雪が固まっている所に変更。雪訓が初めての者が一名いたのでハーネスにザイルをつけて30分ほど練習させた。他のメンバーはそのあいだ待っていたので寒かっただろう。その後登って、9時15分ごろに白岳山頂に到着。風が強かったので10分ほどで下山開始。合宿初参加者は3年とコンテを組んで下山した。前日と同じ箇所（急斜面で凍っている所）でザイルを張っておろしたので、下山途中で五竜組に追いつかれ抜かれた。やはり雪山初参加者は凍った急斜面を下るときは腰がひけていたため、ペースは遅めだった。

3月18日（4日目） 天気：晴れ

5:00 起床

6:50 出発

8:20 地藏の頭

下山の日も晴れ、今回の合宿は本当に天気に恵まれた。快適だったACを撤収し、周りの絶景に別れを告げる。下山はいつものようにすさまじいスピードで駆け下りる。2時間もかからずに地藏に頭に到着。スキー場のグレンデを下り、テレキャビンに乗って下まで降りる。登頂の充実感に包まれながら、山を後にした。

◆係の反省

食糧

（田中）朝食は、冬合宿の食料計画を参考にした。一日だけ新メニューであるそうめんを計画したが、お腹にたまらないようだ。夕食は今年の春合宿から変更してペミカンを全日使用した。新しく加えたミネストローネは香りが食欲をそそり、なかなか好評だった。ペミカン1セットの量を冬合宿の反省からジャガイモ+1個・ベーコン倍量と増やした。合宿中は各テント、ペミカン1食に2個使用していたので、量については再考の余地がありそうだ。嗜好品は、この合宿のために新たに購入することはせず、部室にあるものだけを持って行ったが、種類に偏りがあったので、そこは反省すべきところである。

(山田) 私は食料係の中でもエッセンの方を担当した。過去にとらわれないエッセン改革を行いたいと切に願いブラックサンダーや甘納豆などの定番を排斥し、新たにグミやあんパイ、ベビースターなどの刺客を送り込んだわけである。グミ、あんパイは好評であり大変嬉しかった。しかしながら、ベビースターは吐瀉物の味がすると某氏からお言葉は頂いたため、みなさんからの意見を収集し今後の採用、不採用を決定づける必要があると感じた。

(池田) 今回は食料係を担当した。食料係自体3人おり自分が担当する部分は少なかったが、エッセンを選定するときにこれまでなかったような前衛的な構成にできたと感じている。特にグミは新しい食品で、部員にも好評だった。またベビースターラーメンやいろいろななども今までにないもので多々意見もあったが、自分なりにはベビースターラーメンは味もありボリュームもあったため良かったと思った。ういろは一回に多くの量を食べなければならぬかなり重いということで不評であった。ただその代わりとして用いたようかん2つは食べやすかった。

装備

(松村) 装備係はほとんど仕事がなかった。

(土屋) 自分は装備係を担当したが、装備表の作成をすべて先輩に任せてしまっていたところがあったので、これは反省すべきことだと思う。しかし、先輩の働きぶりを見て、今後後輩を持つ身としてどのように仕事を全うしていけばいいのかがわかったので良かった。また、備品確認の段階で、前の合宿で使われたはずの道具が見つからないという事態が起こっていた。なので、これからは合宿の直前に備品を確認するだけでなく、合宿が終わった後にも確認するようにしたい。

医療

(藤山) 冬の時は「無念」の一言に尽きたが今回は医療係としての自覚を持ち少々医療についての知識を習得したうえで合宿に臨むことができた。一番恐れていたのは凍傷だったが正直天候に恵まれていて五竜アタックを決めたとき以外そんな危険はみじんもなかったのがよかった。係というのは必要な時に率先して動くものであるが、担当係のものだけをしておけばよいわけではない。医療に関して言えば装備に関する知識とも結びつきテント生活にも結び付く。縦に割るのではなく横につなげる努力が必要である、と痛感した。要するに各人が補完し合えるような意識が必要なのだ。

気象

(明坂) 今回は合宿前から連日天気図を書き、春の気圧配置・等圧線・悪天の原因などを確認した。しかし天気の詳細はなかなか当たらず、天気図を読む技術をもっと向上させる必要性を感じた。特に春は天気が変わりやすく、より正確な予想が求められる。今後は季

節ごとの天気の変化の特徴を抑えるべきだ。

◆個人の反省

村松弾

チーフリーダーとして臨む最後の合宿であったが、無事五竜岳の登頂で締めくくることができて良かった。雪のコンディションが良かったので、アタックの時はほぼノンストップで頂上までラッシュできた。後輩たちも良くついてきてくれたと思う。山ではスピードが安全につながることをこれからも意識して行ってほしい。

また、ザイルをフィックスしながら下るときもかなりスムーズに行うことができた。

今回の合宿のもう一つの目的である、下級生への雪上技術の継承もある程度達成されたと思う。後輩たちがこの合宿で身につけたことを生かし、今後も活躍してくれることを願っている。

最後に、この合宿は純粋に「楽しい」と感じる山行だった。抜けるような青空と純白に輝く北アルプスの峰々。いくら眺めても飽くことのない景色のなか、良く締まった雪面を、アイゼンを利かしながら駆け上る。そして部員たちとの談笑のひとつき・・・とても思い出に残る、すばらしい山行であった。

松村大輔

体力面がダメだったのでトレーニング不足だった。結局、今回もテントで十分な睡眠がとれず苦労した。

山崎史也

移動中の電車の段階で19日20日は低気圧の通過により天候が荒れることが予想されていたので五竜岳だけでも登頂したいと考えていた。長い移動も終わりようやく入山。最初ガスがひどくリフトの場所が分からないほどであった。

初日は小遠見の少し下ったところに幕営。トレースがあり、かつ歩荷量もたいしたことなかったので疲労はほとんどなかった。二日目は中遠見を過ぎたあたりからトレースがなくなり、雪も深くなりワカンをつけラッセルが始まった。ただ所々雪が固まっており少しラッセルが面倒であると感じた。また西遠見にかなり早くついてしまったので幕営をすませた後白岳までトレースを付けることにしたのだがこれが明日の五竜アタックで多いに役に立ち良い判断をした。また白岳の帰りを見る限り雪山経験のないものは五竜アタックに参加させないことにした。三日目朝から風が強く快晴。最高のアタック日和であった。五竜は登っても登っても近づかずまた雪壁が長くふくらはぎの筋肉を酷使した。ただやはり百名山、登頂したときの達成感は言いがたいものがあった。

今年は私がチームを引っ張って行く立場で新二年生には全員冬期の北アルプスの頂を踏んでほしいと思う。またそのための入念な準備をかかさないようにしたい。今の三年生との

最後の山行が成功の二文字で終われたことが本当に良かった。

田中早紀

昨年の春合宿以来、一年ぶりの雪山合宿だった。昨年体力がなく悔しい思いをしたことをもとに、合宿前はコンスタントにランニングに励めた。だが肝心の合宿本番で、体力が切れることを恐れるあまりに共同装備を避け、皆が重たいザックを背負う中一人だけザックが軽すぎたと反省する。今後は自身の体力トレーニングに続けて励み、歩荷に対して自信をつけ、3年生としての自覚と責任をもつ必要がある。

今合宿は本当に天候に恵まれ、気持ちの良い山行を送れた。刻一刻移ろう美しい自然の情景につつまれ、汗を流し雪に塗れ皆と語らう時間はとても楽しいものだった。山でしか味わえない空気に満たされ、また山を訪れたいと強く願った。この感情を今年山岳部に来る新入生にも共有してもらえよう、頑張りたい。

明坂将希

今合宿で挙げられる点は、合宿前のトレーニングについてである。冬合宿のときとは異なり今回は自主トレが不足していた。週3回以上のランニング・筋トレ・クライミングの自主トレなどの目標がありながら、いずれも達成できなかった。今合宿は結果として行程が短くなったためやり遂げることができたが、唐松岳まで行けるほどの体力・技量があったかと言われると怪しい。

反面、合宿中は特に気になる点はなく、行程をスムーズに進められたと思う。冬合宿の時よりもキックステップを効かせることができ、基本的な歩行技術の向上も実感できた。しかし脚の疲労はやはり感じられたため、筋トレの中で持久力を高める必要があると感じた。

池田光希

今回の春合宿は正直なことを言うと、冬合宿の早月尾根を乗り越えられたからそう簡単にばてることはないだろうという慢心がはじめから自分の中にあった。そのため合宿の1か月ほど前から旅行や帰省で部活を休むことが多く、その埋め合わせのトレーニングもほとんど怠っていた。今回は天候にも恵まれ、比較的ラッセルも少ない歩きやすい山であったためにそこまで激しく体力を消耗する行程もなく進めたが、もっと条件が悪かったらきっと他の部員の足を引っ張っていたのでないかと思う。これから季節は冬から夏へと向かい、また山の状態も変わってくるので決してあまく見ることなく挑みたいと思う。

土屋勝太

今回の合宿でもっとも反省すべきは、装備面に関してである。幸い今合宿では天候に恵まれたため比較的快適に過ごすことができたが、もし天気が悪化して気温が急激に下がるな

どのことがあればそうはいかなかったと思う。やはり自分の判断や山用品の店員さんのいうことを真に受けるのではなく、本当の経験者である先輩たちの意見を参考にするようにする。このことをしっかりと後輩に伝えたい。

もう一つの問題は自身の体力だ。合宿前は週に2回ほどのランニングを行っていたが、同期の話を知ると自分の走る距離が少なかったと感じた。最低5キロは走りたい。筋力も体幹トレーニングは続けていたが、太ももの筋力もアップさせる必要を感じた。これは深い雪をラッセルして進むときに効果があるだけでなく、日々の歩荷でも役に立つはずだ。

早崎學

今回、一ヶ月の間トレーニングを一緒にさせていただいた後に、春合宿について行かせていただいた。当然といえば、当然なのだが、トレーニング不足と経験不足を常に感じた。体力は部員の皆さんとは比べるのも申し訳ない程しかなく、行動では常に遅れてしまった。雪山での尾根歩きの際の高度感もなかなか克服できなかった。とはいえ、今回の合宿はとても楽しかった。白岳やアタックキャンプから見た景色にとっても感動した。今後は、トレーニングを続け、より余裕を持って山を楽しめるようになりたい。

藤山誠也

私はこの合宿で二回もアイゼンが外れてしまった。原因は一つ目はアイゼンが緩かったこと、二つ目はアイゼンのひもを適当に縛っていたことである。慢心、ダメ、絶対。これに尽きる。外れた場所はたいして危ない場所でもなかったし山靴だけでも歩けるくらいの雪だったので特に問題なかったが心配である。初めての春合宿、前回の冬合宿でシュラフを濡らして寝たら死ぬ思いをした上に足を攣った自分としては防水、テント生活・雪上技術の確認、身辺整理、体力向上は直前まで怠らなかった。ここは評価に値すると思う。天候に恵まれたのもあるが今回はたとえ冬合宿のような骨身に沁みるような寒さでも耐えられたら。冬の雪と違い表面が固く閉まり中が柔らかい状態であり、軽いラッセル（もどき）の時は少々苦勞した。なにせピッケルで雪をどかすのに難儀したからである。なんだろう今回の合宿は予想の斜め下に行く展開が多かった。（五竜の時を除く）。そのためか初日をはじめとして何日か落胆している日があった。同じテントのメンバーには心配をかけたかもしれない、申し訳ない気持ちである。この春では頂上アタックに参加させていただいたことに深く感謝している。自分は夏も冬も北アルプスの山の頂に足を踏み入れたことがなかったから今回のアタック成功は大変意義深いものとなった。本当はウイスキーを持ってこようとしていたのだが忘れてしまったのね・・・次回は豪華にジョニ黒でも持っていこうかしら

山田剛巳

まず、最大の反省は足の靴ずれが治らないまま合宿に突入してしまいベストパフォーマンス

スを行えなかったことだ。冬靴に初めて足を通した当日に7時間歩いたら靴ずれになるのは、まあ致し方ないだろうが、ヒーリングに全精力を注がず二日前の歩荷訓練にも参加し一向に治癒に向かわなかったことはダメです。合宿の直前は体の調子がベストで挑めるように調整していかなければならないと感じました。

また雪上歩行が不慣れで傾斜のキツイところではスピードが極端に落ちてしまった。経験値を積めば多少は改善されるだろうが歩行技術などを事前に文献などで調べておくと多少は良いパフォーマンスを行えたのではないかと思う。

テント内ではあまり寝ることができなかった。どうしたらいいのだろうか？誰か教えてくれたら嬉しいです。

日焼けにやられた。日焼け止めはぬらないとダメでした。悔やまれます。