

## 雪山講習報告書

講習報告提出者：鈴木

山域・山名：谷川岳山麓		(群馬県利根郡みなかみ町)
入山日：2023年1月29日(日) 日帰り		
プラン担当者 正：鈴木 副：		
参加者	L：鈴木 報： 記：鈴木 簗島、高山、東海林 小川、久保 男 3名、女 3名、計 6名	
天候：晴れ ほぼ無風		
1月29日(日)	6:00 JR大宮駅西口 パチンココトブキ大宮西口店付近 集合 6:10 出発 関越道水上IC下車、谷川岳ロープウェイ下駐車、1時間ほど歩行 9:30 講習開始、14:00 講習終了帰宅	
荒天候時のエスケープルート：		
装備と食糧	共同装備：スコップ、ゾンデ棒、スノーソー、ツェルト、ロープ、テント一式(以上鈴木) ビーコン、スコップ、ゾンデ棒、スノーソー、スノーバー(以下会装備を鈴木手配) 共同食：なし 車提供者：小川、鈴木	
講習内容・感想	個人装備：ヘッドランプ、防寒衣、コンパス、テルモス(水)、帽子(目出帽)、ゴーグル、ヘルメット、グローブ(含インナー)、冬スパッツ、ストック、昼食 ハーネス、環付カラビナ2、スリング2 ピッケル、10-12 アイゼン、ワカンまたはスノーシュー 1.雪上歩行(ツボ足、アイゼン、ワカン、ラッセル)、 2.ピッケル操作(登頂時、トラバース時、バランス保持、滑落停止)、 3.ビーコン使用(ゾンデ棒)、 4.凍傷防止策(目出帽、インナーグローブ、ゴーグル) 上記に加えテント設営、ロープワーク(コンテ、スタンドビレイ等)、雪洞作りの各々さわりを駆け足で行った。 少し歩くと汗ばむほどの好天の中、一通りの内容を簡略ながら行った。素晴らしい景観が望める冬山だが、一歩間違えば深刻な事態に陥る諸刃の剣が隠れていることを肝に銘じ、自己のレベルの範囲で絶景を楽しみたい。	