



柵池雪洞訓練 山行報告書

【山城】北アルプス北部

【ルート】柵池周辺

【日程と天気】

3月8日(金)晴

3月9日(土)晴

3月10日(日)晴のち曇り

【メンバー】CL 狩野、SL 西岡、SL 土屋、広木(愛)、時田、江橋、金、古関、記録小川

【行程】

3月8日 22:00 千葉駅～中央道～長野道安曇野 IC～仮眠場所

3月9日 仮眠場所～柵池高原スキー場～ Gondola 柵の森～柵池ロープウェイ～雪洞場所

3月10日 雪洞場所～柵池ロープウェイ～ Gondola 柵の森～柵池高原スキー場～各自帰路

【内容】一日目 雪洞訓練 二日目 雪上訓練及びロープワーク講習

一日目は柵池高原スキー場から Gondola (乗車時間約 20 分) と柵池ロープウェイ (乗車時間約 5 分) を乗り継ぎ終着駅周辺の斜面にて雪洞訓練。

今年は例年よりも積雪量が少ない様で、3 か所から雪洞を掘り始めたうちの 2 か所から木の枝が出てきて掘り進めるのに難渋した。予定を変更してさらに 4 か所目から掘り進め何とかメンバー9名の寝床を用意。水の確保にも苦労しました、地上から水面まで3メートル近くの落差があり足場を作りながらようやく2日分の水を確保。

二日目は雪洞を崩し撤収準備を終えてから雪上訓練及びロープワーク・ザイルワークの講習。西岡さん土屋さんのお二人が講師を担当していただくことに。雪上訓練では滑落停止、ロープ(ザイル)ではエイトノット・インクノット・ブルージック・スタカット・コンティニュアス等、“どのように結ぶか”“そして“どの場面で使用するか”を教わりました。二日続けて最高の天気にも恵まれ、下山後の男性メンバーは顔の日焼けが目立つ程の強い日差し

でした。

【一日目雪洞訓練】



雪洞訓練開始！以前この場所で雪洞を掘った経験のある土屋さん西岡さんに雪洞の斜面と水場を先導していただく。



3か所から雪洞を掘り進めるも木の枝に行く手を阻まれる。



完成した雪洞内の様子



9名がゆったり座れるほどの広さ



肉体労働の後は宴会。



この日の夕食の献立は

お鍋となんと雪山でステーキ!!

【二日目】雪上訓練及びロープワーク・ザイルワーク



二日目も快晴。



滑落停止訓練の様子。

斜面を前転及び後転してから停止。



ロープワークでは最低限必要なエイトノット・インクノット・プルージックを練習。



雪洞を崩して撤収しました。崩して分かったのはかなり大きな雪洞であったこと。

冬山での必要な技術を習得する雪洞・雪上訓練。

今回初めて参加させていただきましたが、滑落停止は講師方のデモを見ているのと実際自分でやってみるとでは大きく違うことがわかりました。正しい動作と実際の動作が近づくよう訓練が必要であると感じました。

体を張った土屋さん滑落停止のデモンストレーション、西岡さんのロープワーク講習。初心者の私にも理解できるよう丁寧に指導して頂きました。

参加者の皆さん、雪洞掘りの肉体労働お疲れさまでした。ステーキおいしかった!!