

「基礎から学ぶ山登り」

2日間に渡る講座開催終了

「基礎から学ぶ山登り講座Ⅰ」から一週間後の3月9日（土）にも前回に引き続き講座Ⅱを実施しました。欠席もなく前回とほぼ同じメンバーが参加されたので、前回の内容を受けて発展した講座として開催することができました。この日も前日まではおだやかな天候であったのに当日のみ天候が雪マークで気温低下の予報と前回同様に、めまぐるしく変化する天気には翻弄されました。今年は心地よい気温のなかでは活動をするのができなかったのが残念でした。前回の講義の中で教えていただいた「無理をしないで自然や風景を楽しむこと」を念頭に置きながら講座が始まりました。滋賀県の登山にふさわしい山並みの紹介を皮切りに、注意すべき地形や危険を回避する方法や歩行方法、登山中に会える動物やその対応法を聞き、また樹木や風景などの美しい写真を眺めながら、わくわくした気持ちになってきました。多様な登山道がある中でやはり体力に合ったコース設定が肝要であるということでした。確かに直線で行ったら早いかもしれないけど、体力を消耗し下山の時に思わぬアクシデントにつながることを考えたら、急がば回れではないけれども、ゆったりしたコース設定も大切であることを知りました。引き続き、安全・安心な山行のために必要な登山道に応じた装備として、多様な登山靴やアイゼン、手袋や帽子、ヘルメットなどに始まってストックやロープなどの種々のアイテムの見本を見ながら確認しました。

また、困ったときの対応として靴底剥がれの応急処置やロープ等の使い方を実習しました。ロープワークでは、もやい結びやブルージックノットを取り上げて実習をしました。慣れれば何ともない結び方ですが、混乱するとなかなかうまくいかず、一苦勞でした。その後、非常食としてのビスケットやドライフルーツ、栄養補助食品などをはじめ応急用医薬品、携帯用の乾電池やバッテリー、ロープ、ガムテープをふくめた非常用品の数々が提示され、多くの持ち物に、1日目に学んだザックのパッキングの様子が思い出され納得する瞬間でもありました。

午前の講義の後半は、バーナー類の説明がありました。燃料には、固形燃料、アルコール、ガス、ホワイトガソリンなどがあるものの、最近では携帯に便利な調理器具もあるとのこと、カタログを探してみることも楽しみのひとつであると感じました。最後に気象についてのメカニズムの実験と講義を受けて午前の部は終

了となりました。

昼は、食堂で牛丼とミニうどんに舌鼓をうち、準備万端午後からははいよいよ荒神山に登ろうとしたところ、空からは小雨交じりのみぞれ状態となり、急遽小一時間ほど学習室で待機。その間に講師の先生へ質疑の時間とし「山びる」への対応方法、生息動物の状況や持ち物、具体的にリュックに詰める持ち物やあると便利なもの、救助の仕組みやアプリなどとさまざまな質問が飛び交いました。そうこうしているうちにみぞれから小雪状態となったため軽い準備体操をした後、当初予定していたコースを一部変更して出発しました。前回は、整備されたやや平坦なところから入り、その後やや急な登山道となっていました。今回はいきなり急斜面。鎖が打ち付けてあり補助的になっているものの、約60度の急斜面を登っていきます。いきなりの運動に心肺機能マックス。はあはあと息を切らしながら登り切りました。その後、前回踏破したコースを逆から再度登り、荒神山古墳横を抜け、山頂へと到達しました。予定では、ガスバーナーを使いお湯を沸かせ、コーヒータムを楽しんでいただく予定でしたが、天候のことを考慮し、すぐに下山することにしました。

ウォーラリーEコースで山麓まで下り、途中通称赤階段から丸太コースと登りに使った急斜面でロープワークを確認して降りるコースに分かれ自然の家を目指しました。急斜面では足場に留意しながら、安全に下りました。途中、午前の講義の中で出てきた安全確保の仕方として、もやい結びを使ってロープワークを実習しました。ロープに体を預けるまではいかないものの、ロープを補助に少し緊張しながらも、安全に下まで降りることができました。残念ながら新コースの踏破は次年度に繰り越しとなりました。

山歩きには、百名山の踏破を目指すのもあれば、四季折々の景色を楽しみながら歩いたり、麓の温泉を楽しんだり、名所・旧跡を訪ねて歩く山歩きもあります。どんな形であれ参加された方が、これを機に自分に合った山登りを見つけて、続けてもらえたら幸せです。

今回登った荒神山は、低山ですが、いろいろな楽しみ方ができる山です。これからも自然の家の自主事業の一つとして、山登り講座を定着させていきたいと考えています。

山歩きに興味をお持ちの方、これから始めようかなと思っておられる方、健康のために何かしようと考えている方々。体を動かすことの楽しさを味わうためにもぜひこの自主事業にご参加いただき、我々と一緒に荒神山を歩いてみませんか。



