

山仲間の皆さん、こんにちは。

今回は、体験ハイキングでのアイゼントレーニングの風景をご紹介します。この季節の体験ハイキングは、参加申し込みが少なくして少人数を想定していたのですが、開催日が近づくにつれて申し込みは増えて、スタッフ含めて36人となりました。従来は、地獄谷ルートを上るのですが、アイゼン初心者の方も多く、急遽、地獄谷入口の砂場に変更して行いました。

【活動記録】《六甲山・芦屋地獄谷入口》

まずは、アイゼン装着練習する際には、手袋をつけます。理由は、極寒時は冷え切ったアイゼンに、手が貼り付くからです。

今回は、購入したばかりの方も多く、調整が十分でない方も。右の状態では、前部のバンドが長いかな～。歩いて不具合があればあとで直してもらうことに。(説明書に従って下さいね。)



あと、注意点。装着する時は、地面の傾斜を意識して、山側に頭を向けます。気をつけないと、頭からゴロンと谷に、、、なんてことも。

装着後は、砂場を歩いてアイゼン歩行に慣れます。膝を引き上げて歩くことを心掛けます。アイゼンの爪で、地面に引っ掛かり転んでしまいますからね。そして、足を地面にフラットに下して、ガニ股で、歩幅を小さく、両足幅を適度に開けて、、、

色々と注意することが多くで大変!!でしたが、アイゼン装着の足運びに慣れてきたら、前日に急造したという岩場を、岩稜帯に見立てて歩行(上写真)。爪のかかり具合を、一步一步確認しながら慎重に歩きます。

そのあとは、落ち葉でフカフカの緩斜面を雪面にみたくて、直登下降します。注意するのは、怖がって腰を引かず、歩幅を小さくして、山と谷の方向を意識して足を置きます。

黄色の軍曹の熱血指導を受けます(右写真)。





仕上げは、ロックガーデン側の登下降路を、バリエーションルートに見立てて、岩や木の根に注意して歩きます。アイゼンの爪に注意した足運びが必要です。

あと、急斜面の下りは、お腹を山側に向けて、3点支持が出来る態勢を心掛けるんです。山側に背を向けて下りると、3点支持が難しくなるからなんです。

少し時間があまったので、地獄谷ルートの入り口付近を歩いてみました。岩場を、アイゼンの爪でガリガリと音を立てながら進みました（右写真）。

このルートは、風吹岩まで1時間程度らしいのですが、今回は歩けなくて残念（涙）。ここを歩く計画を、リーダーさんにはお願いしておきました。



今回のアイゼントレーニングは、短時間でしたが、いろいろな歩き方を体験することが出来て良かったと思います。今年は、雪も多そうで、実践の場面もあると思うので楽しみです。

午後からはロックガーデンを登り、風吹岩から保久良神社へ向かいました。近くの梅林公園では、西宮山岳会の大女将と大旦那の陣頭指揮のもと、会員スタッフの皆さんが、ハイクオリティなお雑煮を用意してお出迎えしてくれました。とても美味しかったです。（記：米井）



【活動計画】

日時	企画	山域・ルート	内容・おすすめポイント
2/5	体験ハイキング	六甲山・ロックガーデン	安全な下り方
2/6	クリーンハイキング	北山貯水池～水車谷	六甲山の清掃
2/9	例会	有馬～七曲滝～滝の茶屋	六甲山縦断
2/11	例会	造幣局～大阪城梅林	寒梅ハイキング
2/12	トレーニング	須磨浦公園～新神戸駅	六甲山・西半縦走
2/13	公開ハイキング	三峰山	霧氷ハイキング
2/19	例会	能勢妙見口駅～吉川峠	妙見山縦走
2/23	例会	六甲山・紅葉谷ルート	六甲氷瀑巡り
2/27	トレーニング	新神戸駅～宝塚駅	六甲山・東半縦走
3/5	体験ハイキング	岡本～風吹岩～梅林	梅見ハイキング
3/12	トレーニング	ハイキングレスキュー	ロープ・スリングを使って
3/13	トレーニング	六甲山・全山縦走	須磨浦公園～宝塚駅
3/19	シリーズ企画	学能堂山・三峰山北尾根	関西百名山
3/20	公開ハイキング	生駒山	枚岡梅林をめぐる
3/23	シリーズ企画	大江山	関西百名山
4/2～3	例会	熊野古道 中辺路	滝尻皇子～熊野本宮
5/3～5	春山登山	石鎚山・剣山	定員 20 名・申込期限 2/28
5/26～30	春山登山	由布岳～九重連山	定員 15 名・申込期限 3/31

夏山登山セミナー計画中、次月発表予定！

【新規入会、絶賛募集中!!】

個人山行やガイドツアーでは体験できない山行に行きませんか？セミナーや例会で、更に色々な体験が出来ます。また、多くの仲間に出会うことで、日常生活では体験できない感動を味わえます。当会では、山仲間を絶賛募集中です!!体験ハイキングで会の雰囲気をご覧いただけます。その他の例会・企画にも参加可能ですので、お気軽にお問い合わせください。



LINE@
はじめました!

LINE で山行計画
を配信中!!

[Web] <https://nishinomiya-sangakukai.com>

[住所] 〒662-0971 兵庫県西宮市和上町1-12

[TEL/FAX] 0798-36-4040

(第1月・水、第2月・木、第3月水曜日の19～21時は在室)

[問合せ先] 泉 竹明 080-2589-2670

E-Mail: bamboo_izumi@yahoo.co.jp