

# 2007年 第36回長野県登山大会講評

審査員長 筒井 清

審査員	大西英樹	福島伸一	酒井知之	横澤克彦
	塩川淳男	重田 肇	森下 暁	遠藤正孝
	西野祐司	福沢 桂	池迫一行	杉山昭久
	高橋 清	木内千明	村主恭則	島田嘉一

## 【はじめに】

今年は大町高校山岳部が登山道を開拓・整備（仏崎－鍬ノ峰間）した鍬ノ峰一帯で大会を行いました。我々の仲間が創ったルートで大会が開催できたことはうれしいことでもあります。当日は雨に降られることなく、無事に大会を終えることができ、本当に良かったと思っています。ただ、生徒諸君が山頂にたつ時間帯に雲がかかり頂上からの眺めがきかず、それが残念でした。機会があれば天候のよい日にもう一度登り、この山からの絶景を堪能して欲しいと思います。

今大会の男子正規参加は16チーム、女子正規参加は3チームで、合計76名の選手が正規に参加してくれました。さらにオブザーバー参加者も40名を超え、昨年以上に参加校・参加者が増えたことは嬉しいことでした。

今大会はここ数年設定していた特 구간を設定しませんでした。そのため、各項目の配点を例年と変えました。特 구간の点数 15 点を総合的体力に＋5 点・地形に＋3 点・装備に＋5 点・計画/記録に＋2 点配分しました。このような配点の中で各パーティーの差が大きくなったのが地形点でした。さらに登山道自体の斜度が比較的きついで、歩行においても山に慣れたパーティーとそうでないパーティーの違いがよく現れました。

山に慣れるには山行を重ねることが一番です。月一回は山行を試してみませんか。

## 1. 体力点（25点）

### （1）総合的体力（25点）

#### ①審査項目

規定時間 男子6時間 （12時30分以降2分遅れる毎に0.5点減点）

女子7時間 （13時30分以降2分遅れる毎に0.5点減点）

男子については指定装備のテント（4人以上が寝られるもの）、食料（当日の夕食・翌日の朝食）について所持をしていない場合、総合的体力点からそれぞれ4点（配点：本体1点＋フライ1点＋ポール1点＋ペグ1点）、4点（配点：2点＋2点）の減点を行いました。これは軽量化だけのために、指定装備を持たないことがあった場合のペナルティーとして設定したものです。

#### ②講評

- 規定時間内にほぼ全チームが到着できました。時間設定が多少甘かった面もありますが、良かったのではないかと思います。男子ではほとんどのパーティーが指定された装備を持っており、減点はありませんでした。山行は基本的には体力をつけておくことが必要です。周りの景色を楽しむためにも、また突発的な出来事に対応するためにも、体力に余裕を持てれば、山行全般に余裕が出てきます。楽しい山行を行うことができます。安全・確実・楽しい登山を心がけてください。

### （2）特 구간（設定なし）

今回は縦走形式を採用したことと、登山道に登り下りとも比較的急傾斜であったので、安全上の問題も考えて特 구간の設定を行いませんでした。

## 2. 歩行（15点＝5地点×3項目1点ずつ）

#### ①審査地点・審査項目

A地点（鐘突き堂から石の祠までのザレ場）・・・・・・・・・・歩行バランス、チームワーク、帽子

B地点（ザイル設置やせ尾根付近）・・・・・・・・・・歩行バランス、チームワーク、靴・靴ひも

C地点（渋沢突き上げから1526ピークまでの間）・・・・・・・・歩行バランス、チームワーク、タオル

D地点（鍬ノ峰南方からコブまでの急下り）・・・・・・・・・・歩行バランス、チームワーク、パッキング

E地点（尾根分岐から鉄塔までの間）・・・・・・・・・・歩行バランス、チームワーク、長袖シャツ

#### ②講評（より具体的なアドバイスのため、歩行審査員からの指摘を一通り簡単に記述します。）

- くるぶしまでの登山靴でないため、落下しかけたチームがありました。基本的に登山靴はくるぶしまで

保護する登山靴を履くようにしてください。（部報にも指定されています）

- 急斜面での歩行に慣れていないため、歩行のバランスがとれていません。決して急いで登る必要はないので、左右の重心移動をかかとからしながら、登る訓練をしてください。スタンス（歩幅）もやや狭くすると良いでしょう。
- 高校生の場合、杖などはいないで歩くようにするべきです。歩行技術の向上のため、バランスをとって歩くことを心がけてください。
- 草木を頼りに歩く癖のある人が目につきました。基本的にはバランスをとりながら歩くことを心がけてください。
- 汗を拭くためのタオルが、首から垂れ下がっているひと。ズボンやベルトから垂れ下がっているひとなどが目につきました。草や木に引っかかってバランスを崩したりすると滑落やスリップの危険もあります。身支度をしっかりして歩いてください。
- 靴下も今はやりの短いものを着用している人が見受けられましたが、足首の保護という観点からも足首以上の長さの靴下を着用すべきです。
- メインザックを買ったままの状態で使用している者がありました。自分の体に合わせて使用すべきです。ちょっとした調節で非常に楽に背負うことが可能になります。（特にショルダーストラップ）
- リーダーは常にメンバー全員の状態を把握しながら歩いてください。パーティーの隊列が乱れているチームがありました。先頭は常に後続に配慮をしてください。

## 3. 地形（18点＝12地点×1.5点）

#### ①審査項目

地形・その地点の特徴・構造物などから現在位置を正確に読みとることができるか。

#### ②講評

- 今回ポストを設置した地点は、上記の観点から見て、ピンポイントで地図上に落とせる地点を選びました。地形点の得点率が50%（9点）以下のチームは基本的に地形の判断力および読図の力が足りません。常日頃の山行で必ず地図（国土地理院の2万5千分の1の地形図）を用意し、現在地を地図上に落とすなど、読図の訓練をしてください。また、誰か一人が確認するのではなく、全員が地図を用意し地点確認を行うことをしてください。地図は見るものではなく、読むものです。地図が読めることは、登山を行うものにとって必修条件です。
- ポイントを示す線の引き方が指示通りでない（アルファベットの地点記号が記入されていない）チームがありました。リーダー監督会議資料をよく読んでください。

## 4. 装備（15点）

### （1）個人装備（7点＝7項目×1点）

#### ①審査項目

ア) コンパス イ) 地図（カラーコピー可。ただし2.5万図も共同装備として1組持っていること）

ウ) 細引き エ) 非常食 オ) 計画書 カ) 雨具 キ) ヘッドランプ

#### ②講評

- 地図については、カラーコピー地図の携行もOK（白黒コピーは、河川を示す水色の線が道や等高線と区別がつかなくなり、ダメです）としましたが、その際は最低限、必ず原本の2.5万図を1組、共同装備で持ってください。本来は全員が原本の2.5万図を持つべきです。
- 食料には、①通常の朝・夕の食料 ②行動食 ③非常食 ④予備食がありますが、これらの区分けがあまりできていないようです。特に行動食と非常食の区分け意識ができていません。この2つは個人装備です。また、非常食は非常時以外は手をつけてはいけません。
- 細引きについては、岩場等での安全通過のために使用するものと考えます。全国規約では直径4mm～6mm程度のを5mほど持つこととなっていますが、1.2mのループ状にしたものを2,3本でも良いと思います。その際、必ず末端処理（ほつれないように熱処理をする）を施してください。

### （2）共同装備（8点＝8項目×1点）

#### ①審査項目

ア) 医薬品（体温計を含む） イ) 炊事用具一式 ウ) コンロ（含燃料） エ) ツエルト オ) 温度計

カ) ラジオ キ) 予備食 ク) 裁縫用具

#### ②講評

- 医薬品の体温計について：水銀体温計で表示が42℃になっているものが数校ありました。おそらく車内に放置したままだったのでしょうが、車内放置はやめましょう。破裂する可能性も考えられますからデジタルタイプの体温計を用いるか、水銀タイプを使うなら振って温度表示を戻すように心がけてください。

- ・パッキングの順番について：重いものを上に、軽いものを下にという原則はありますが、使用頻度の高いものは上、または雨ぶたに入れた方がいいでしょう。具体的には地図や水、行動食などがザックの下に入っていた人が多く見受けられました。快適な山行ができるよう工夫してください。

## 5. 生活技術（10点）

### （1）テント設営（5点＝5項目×1点 評価は0.5刻み）

#### ①審査項目（テント設営は10分間）

- ア) 手際のよさ（チームワーク、手順）
- イ) ザック雨ぶたや袋の処理（強風雨想定）
- ウ) ペグ・張り綱の適切さ（ペグの角度、フライとの間隔、四隅、張り綱の張り）
- エ) 軍手の使用（ペグを持つ手）
- オ) テント内の整理（テントマット、ザックの処理）

#### ②講評

- ・審査項目は昨年と同一でした。テントの設営は、何度か繰り返し集中して行えば必ず上手になります。手早く正確に設営できるようにすることは、実際の山行時雨天だった場合など、できるだけ疲労を少なくかつ快適なテント生活をする上で役に立つものです。
- ・新しいテントを導入した際は、そのテントの特性を理解し、そのテントにあった設営方法を習熟しておいてください。
- ・フライは可能な限りピンと張り、テント本体とのスペースを確保してください。そうでないと雨でテント本体がぬれたり、テント本体から出た水蒸気がフライで結露し、テントがぬれてしまう場合があります。見た目もかっこいいですよ。
- ・ランナー（張り綱に取り付けて長さを調節するアルミあるいはプラスチック製の用具）の位置を検討されることを望みます。ランナーはテント・フライに近い方にセットした方が便利かと思います。
- ・ペグの打ち込み角度もしっかり検討をしてください。張り綱を引っ張って簡単に抜けるようでは意味がありません。

### （2）炊事（5点＝5項目×1点 評価は0.5刻み）

#### ①審査項目

- ア) 火器使用時の手袋使用
- イ) コンロ台、風防板の有無と扱い
- ウ) 食糧計画との一致、食料の区分け（3日目の朝食）
- エ) ゴミを出さない工夫
- オ) 調理シートの有無と扱い

#### ②講評

- ・この審査項目も昨年と同一です。昨年の反省をふまえ山行で改善をしていけば、満点を取れるはずです。各審査員からアドバイスがあった学校は、そのことを次回の山行に活かしてください。
- ・屋外では風防を使用しますが、天ぷらガードなどを置くだけでは少し風が吹いたときなど転倒し、意味をなしません。自立型になるよう工夫してみてください。その高さなども工夫が必要です。基本的に天ぷらガードは風防には向かないのではないかと思います。
- ・コンロ台の上に新聞紙を用意したチームもあったようですが、コンロ台が汚れないと言うことでは良いかもしれませんが、バーナーの熱によって危険なことになる場合もあります。「安全」と言うことを第1番に考えた方がよいでしょう。
- ・調理シートを用意し、使い方を把握してください。
- ・調理シートの上でコンロを使用することは、輻射熱や安定性の面から危険です。またシートに靴のまま乗ることは衛生上問題です。

## 6. 気象（7点）

### （1）天気図作成（5点）

#### ①審査項目

気象通報を聞き取り、放送を含め40分で天気図を正しく作成できるか。

#### ②講評

- ・例年のことではありますが、練習不足（書き慣れていない）のチームが多数ありました。まずは天気図記号を正確に覚え、各地の気象要素をきちんと記入することから始めてください。その際、風向や風力記号（羽の向き）等に注意してください。とにかく気象通報を聞いて何度でも書いてみることです。
- ・天気図用紙は広域なので方向には注意が必要です。地図の上が必ずしも北にはなりません。経線の方向が南北の方向です。

### （2）設問（2点）

#### ①審査項目

県内の山岳気象や基本的気象知識を有しているか。

#### ②講評

- ・気象に関する基礎知識の習得には、本格的な気象専門書を読む必要はないと思いますが、「天気図の書き方手引 改訂版—やさしい天気図教室」 大塚 龍蔵（著）、日本気象協会（編さん）¥791などは高校生向きに書かれており、参考になるとと思います。

## 7. 計画・記録（10点）

### （1）計画書（4点＝8項目×0.5点）

#### ①審査項目

- ア) 緊急連絡先（留守本部）
- イ) メンバーの生年月日・血液型
- ウ) 保護者名・連絡先
- エ) 共同装備の個人分担記載
- オ) 予備食の記載
- カ) 手書きの概念図（ルートの記載があること）
- キ) 断面図（スタート地点である大町運動公園、955標高点、1208三角点、1292標高点、1526標高点、 鍬ノ峰山頂、林道出合い登山口、ゴール地点であるモトクロス場・コングラントの記載があること）
- ク) 医薬品リスト（風薬とその使用法の表記）

#### ③講評

- ・全体を通して：大きさ、表紙の防水対策等、携行にまでよく配慮された計画書がある一方で、「メンバー表」「食糧計画」等基本的な事項が欠けているものもあり、全体として差が大きく出ました。全国高等学校登山大会審査基準や他校の計画書を参考に、よりよいものを目指してください。県大会では20部ほど多くつくり、他の出場校と交換してもらって、その学校の良いところを取り入れていけば、良い計画書ができあがるでしょう。
- ・留守本部について：夜間、休日の連絡先も必要です。学校の名称と電話番号だけでは不足です。
- ・メンバー表について：今回血液型に関してはA B O式が記入してあればよしとしましたが、R h式の血液型も記載するようにしてください。
- ・装備表について：ほぼ適切に記載されていましたが、「テント一式」や「炊事用具一式」等曖昧な記載の学校も数校見受けられました。
- ・食糧計画について：行動食、予備食、非常食については、それぞれの性格の違いをしっかりと認識してください。行動食にインスタントラーメンは不適切です。
- ・医薬品について：「風邪薬」や「胃腸薬」のみの記載だけの学校がありました。それぞれの薬品名と一回の分量、一日の服用回数について明確な記述をするようにしてください。
- ・概念図について：スタート地点からゴール地点までの全ルート、主要ピークや地図に記載されている標高点、尾根線の記載は必要です。スケールや方位についても記載するようにしてください。
- ・比高断面図（高低図）について：スタートからゴールまでの全ルート、主要ピーク、主要標高点および水平距離と標高のスケール記載は必要です。

### （2）規準記録用紙（6点＝6地点×2項目×0.5点）

#### ①審査項目

- 以下の6地点に置いて、到着時刻、出発時刻、天候、各人の体調、主な動植物、記事（地形、展望、出来事等）、自然観察などから各地点2項目についての記載がなされているか。
- ア) 大町市運動公園（スタート地点）
- イ) 寺務所（仏崎登山口）
- ウ) 1526ピーク
- エ) 鍬の峰山頂
- オ) 清水側登山口
- カ) モトクロス場（ゴール地点）

#### ②講評

- ・記録は、次回の山行の際の参考になるような記録の取り方でなければ意味がありません。
- ・毎回記述することですが、フラッグの位置（フラッグHの地点等の記述）を記録しても山行の参考にはなりません。明確にどこ場所かが分かる表記をする必要があります。従って標高のみの記述も参考にならないはずです。スタート地点、ゴール地点だけの表記ではなく客観的に分かる表記をしてください。（例：大町市運動公園（スタート地点））
- ・天候欄については「天気図記号で記入すること」と、用紙に書いてあります。指示通り行ってください。

**選手、オブザーバーのみなさん、監督・引率顧問の先生方、ご苦労様でした。講評については、次回の参考になるようできるだけ詳しく記述したつもりです。今年の実省をふまえ、是非来年は今年以上の成績を目指してください。来年蝶ヶ岳で再会できるのを楽しみにしています。**

（文責 筒井）