

「初心者向・山スキー体験山行」報告

「山スキーに興味があって、道具は買ったものの、どこから始めていいのかわからない」という人を対象とした会山行「初心者向・山スキー体験山行」を試行的に実施しました。その内容や状況を写真中心で報告します。また同行会員は、シーズン始めのウォーミングアップを兼ねて参加しました。

当初、雪不足で実施できるかどうか心配な状態でしたが、行ってみれば、山頂までのゴンドラやリフトも運転しており、コースも全面オープンではない状態でしたが、山頂から麓まで滑降できました。

また、最終日は、山頂部に新たな降雪が30cm程度あり、新雪滑降も味わうことができました。

(参加者) 神戸山スキークラブ会員 3名 (Sさん、NRさん、NK (文責))

ゲスト 2名 (女性Aさん、男性Bさん) 計5名

(日程) 2018.12/22-23-24の3日間 (NKのマイカー使用)

関西出発は12/21(金)の夜

最終日は15時頃に終了し、関西に深夜帰着

(場所) 1日目 志賀高原スキー場(焼額山と奥志賀高原)

2日目 梅池スキー場(最上部の樺の森ゲレンデ周辺)

3日目 五竜遠見。47スキー場(最上部の地蔵の頭周辺)

(宿泊) 白馬八方の民宿(六拾刈)

1日目 志賀高原スキー場(焼額山と奥志賀高原)

●焼額山第1ゴンドラ前に駐車(6時着、7時より行動開始)

●シールの装着



●平地でのシール歩行



●シールを装着した登り(新雪深雪や圧雪されたトレース)



- シールの剥脱（再度、装着できる状態に収納する）



- ザックなしでゲレンデ滑降（次に、第1ゴンドラ（8時営業運転開始）に乗り、焼額山山頂でザックをデポし、空身でゴドラ3本分を滑降し、山スキーの板に慣れる。）



- 山頂部から奥志賀高原にスケーティングで移動
- ザックを背負っての山スキーセットでのゲレンデ滑降（整地斜面から不整地斜面に）・・・写真無
- 途中の急斜面で、横滑りの練習（目標として左右3mの幅で下降する）・・・写真無
- シールを装着した登り（林間の新雪）



●キックターンを使ったジグザク登り



●斜面地でのシール登りからスキーブーツ（装備のある人はアイゼン着用）によるツボ足登り（スキー板をザックにつけて担ぐ）



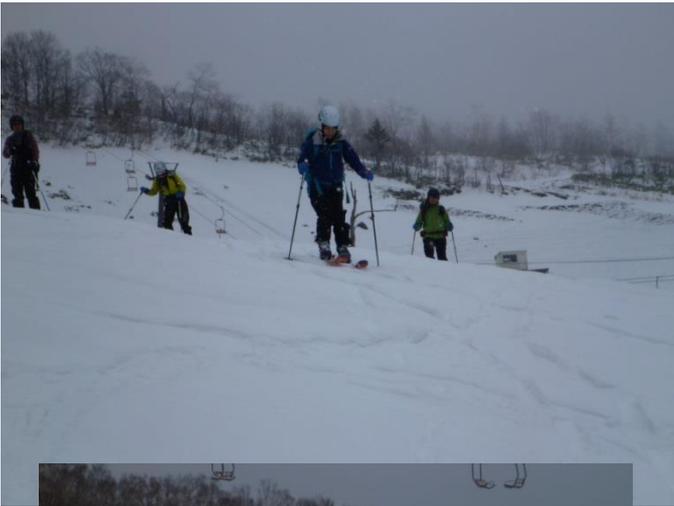
2日目 柵池スキー場（最上部の柵の森ゲレンデ周辺）

- ザックを背負ってのリフト乗車・・・写真無
- バックカントリーエリアへの入山前のビーコンチェック・・・写真無
- シールを装着した登り（林間斜面や急斜面）





●シールを装着したままの緩斜面の滑降（転倒者続出）



- デモ（見るだけ）⇒スコップ等でピットを掘り、雪面観察と雪崩の可能性を探るコンプレッションテスト

・・・積雪量が少なく、イメージだけのデモとなった。



3日目 五竜遠見スキー場（最上部の地蔵の頭周辺）

- 47スキー場ゲレンデでのザックを背負っての滑降

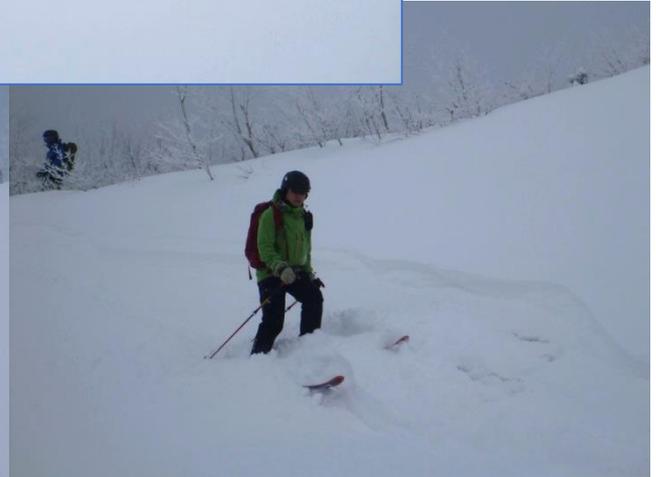
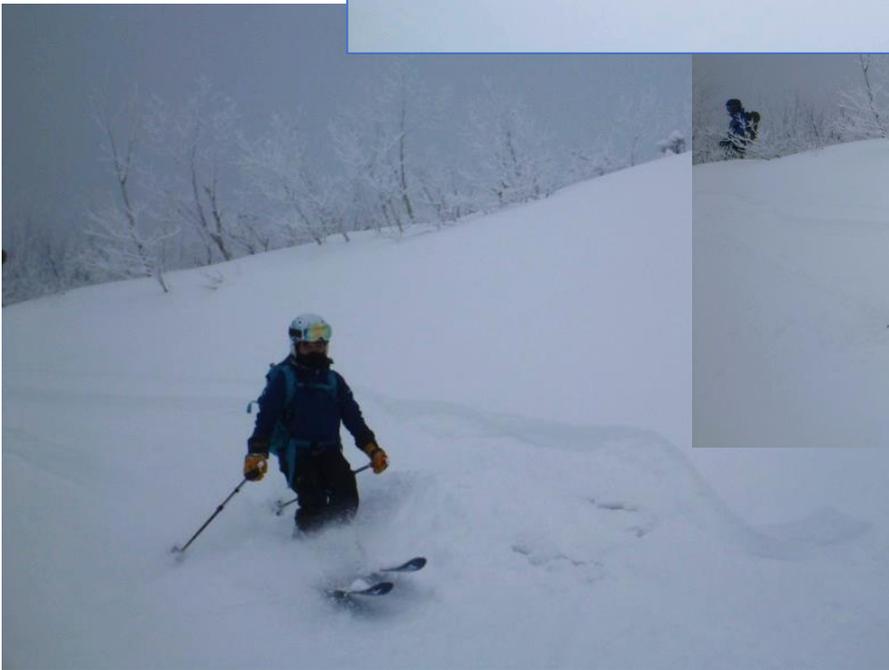
- 深雪でのシール登り





●雪崩のリスクが低い場所でのゲレンデ外の滑走





以下は、予定していたが時間の都合で、今回は実施できなかった体験メニュー

- デモ（見るだけ）⇒林道の崖から滑り落ちた人の救出を想定した細引きロープによるロープワーク
- デモ（見るだけ）⇒休憩時に、ツェルトの使用とガスバーナーで雪からお湯沸し
- 平地でのビーコン操作確認（捜索手順）

(ゲストAさんの感想)

今回、神戸山スキー入門体験会に参加させて頂き、本当に有り難うございました。

全くの初めてでしたので、自分なりにネット等で調べシールの張り方や、TLT ビンディングに靴をはめてみたり、家で練習しましたが中々上手くいかず不安な気持ちで当日を迎えました。

奥志賀高原、柵池、47 と色々なゲレンデでの滑走も楽しみでした。センター幅 102 の板に慣れるのに時間がかかり滑走にもてこずりました。皆さんのスピードについて行けず3日間共にへろへろです。

山スキーセットでのザックを背負ってのリフト乗車、ゲレンデ滑走、シールの着脱やシール歩行、キックターン等次々と課題が出てきます。板をザックに着けてのアイゼン歩行。シールを着けたままでの斜面滑降では転倒。TLT ビンディングに上手く靴が入らず悪戦苦闘。などなど色々大変でしたがリーダーの「練習あるのみ」の言葉に励まされ頑張れました。

最終日の 47 では前夜降ってくれた雪のおかげでパウダーも味わえ、地蔵の頭までも行けてゲレンデ外の滑降も体験出来嬉しかったです。

とても疲れましたが、リーダー初め神戸山スキーメンバーの方々のあたたかいご指導の元、楽しく山スキーをすることが出来ました。有り難うございました。

今後の課題、素早い準備は勿論ですが、ターンからの横滑りを練習して安全な山スキーを楽しめるよう頑張りたいです。

ps.二日目、ストックのリングを片方無くしてしまい、リーダーが持っていらしたテープで取り敢えず使えるように補修して下さったのには アップレです!! さすがでした。

(ゲストBさんの感想)

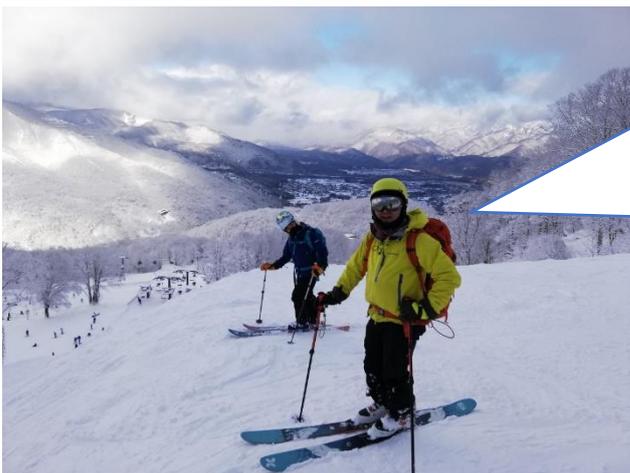
この度は、初心者向け体験企画に参加させて頂きありがとうございます。

冬山経験が無く、オフピステの経験は、30年以上前に立山を滑って以来で、参加させて頂くまでは不安でいっぱいでした。

今回参加させて頂き感じた事。

- ①山スキーノウハウの詰まったカリキュラム組んで丁寧に教えて頂き、自信が付いた。
- ②メンバー、個人の安全第一の考えの上に山スキーの楽しさがある事が分かった。
- ③夕食後の軽い飲み会で、山スキーについての話をしながら親睦を深めあい有意義な時間を過ごせた。

まだ、山スキーの道具を揃えておりませんが、来シーズンまでには揃え、皆様の仲間入りをさせて頂きたいと思っております。



ゲストの皆さん、ご同行の会員の皆さん、お疲れさまでした。

今回は、試行的な企画でしたが、雪不足が心配されたなか、それなりの積雪とリフト稼働そしてまああの天候で実施できてよかったです。