

第64回北海道高等学校登山選手権大会講評

2025 6.27

体力

男子 神居尻山(隊行動・全装)：体力の無い学校はチーム内での間隔が開いたり、チーム間の距離が維持できないなどチームによって差が大きかった。また、全装に慣れていない学校が見られた。暑寒別岳(チーム行動→隊行動・サブ)：急登は、多くのチームがきちんと登り切れていたが、チーム内での間隔が開いてしまうチームがあった。また、常時手をついて四つん這いに近い体勢で登ったり、ロープを両手で綱引きのように引っ張りながら足下を確認せずに登っている選手もいた。

女子 神居尻山(隊行動・全装*サブの高校あり)：BCコース分岐前の階段～急登ではチーム間の距離が維持できないチームが見られた。頂上下の急登では更にチーム内での間隔を維持できないチームがあった。暑寒別岳(チーム行動→隊行動・サブ)：規定時間に間に合わなかったチームがあった。9合目の急登は、半数のチームがきちんと登れていたが、チーム内での間隔が開いていたり、ペースがバラバラになった。チームがあった。また、審査員の前で立ち止まってペースを整える学校もあり体力差が開いた結果となった。

男女共通 (暑寒別下り)

9合目では体力が無くなり、ペースが落ちてしまいチーム内での間隔が開いてしまう学校が見られた。雪渓では雪面をしっかりと踏み込むことができず、ペースが維持できなくなる学校があった。

急登でもチーム内が一定のペースで登れるように普段の練習から頑張ってください。例えば普段の山行から全装行動で登ったり、荷物を重くして登るなどの練習をしてみてください。歩荷練習なども取り入れてみてもいいかもしれません。

暑寒別のように距離が長い山行では、ペースを考えて歩かないと後半で脚がなくなってしまい歩けなくなるので、長い距離を歩く練習も定期的に取り入れてみましょう。

初日の全装行動は暑さもあってバテ気味のパーティーが多かった。装備の軽量化にどのように取り組んでいたかが気になりました。

2日目のチーム行動は前日の疲れか、チーム内で3m以上開くパーティーが多く目につきました。審査員の姿を発見すると咄嗟に先頭の選手が立ち止まりチーム内の距離を詰めて息を整える姿が散見されました。以上のケースでは減点しています。常に遅い選手に合わせて歩行するよう心がけ

ると良いと思います。

急登に張られた補助ロープに完全に体重を預けて登っている生徒もいたので減点しています。補助ロープはあくまでバランスをとる程度の目的で利用して欲しいと思います。

もうちょっと！がんばれ！と励まし合うチームもあって登山競技の素晴らしさを再認識しました。

歩行技術

(男女共通)

足場の悪い斜面での登りではチーム間での技術の差が大きく出た。崩れやすい路面を後ろに蹴って登ることで足場が崩れてスリップしたり、落石を引き起こしてしまう選手が一定数いた。

下り斜面について

- ・ザレの斜面なのに大きな歩幅で下るためスリップや尻餅をする選手がいた。
- ・急な下りの場合では、大きな段差を下るのに手間がかかってしまう。また、バランスを崩して手を付く選手がいた。
- ・雪溪のトラバースはチーム毎の力の差が大きかった。ステップがきちんと踏めるチームは全く問題なかったが、雪上歩行になれていないチームはスリップや転倒など減点されたチームが多かった。様々な路面に対応した歩行ができるように一つ一つの山行を大切にしてトレーニングしてください。

雪溪の下りは、斜面のトラバースという環境だったので重心のとり方にもコツが必要でした。慣れているチームはキックステップと山側体重でスムーズに歩行していましたが、慣れていないチームはキックステップが使えず、重心も悪くスリップや転倒が多発していました。また、歩行にもたついてしまうためチーム間が開き、複数項目で減点されるチームもありました。

定点装備

以下の12項目を審査しました。

1. 雨具上下と防寒着
2. 地形図(コピーでなく本物4枚)
3. 体温計
4. 包帯
5. 呼笛
6. 予備食
7. 消毒液
8. 虫刺され薬
9. ヘッドランプ
10. 携帯トイレ
11. ツェルト
12. ペンチ

1. 雨具上下と防寒着は、天候の急変に対応するための大切な装備です。登山部報にあるように、「防寒着はウール素材か羽毛素材、フリース素材等厚みのある保温性の高いもので、長袖のもの」を用意してください。
6. 予備食であることを明記していないチームがありました。一人あたり300kcal以上をパーティとして持参して下さい。

9. ヘッドランプには絶縁をしてください。スイッチのホールド機能も可です。

チェック項目はすべて『採点基準』の備考欄から出されています。今一度確認しておいてください。

行動中装備

校名や帽子ゼッケンの装着が正しくない学校があった。

パッキングが悪く校名が見えない。装備を手を持って行動する。

帽子をかぶらず歩行しているチームがありました。どこにあるのかと見たら手に持っていました。

帽子をかぶってはいるものの、ゼッケンが正面にきておらず減点したチームもありました。

首からタオルがぶら下がっているチームもありました。

首からペンがぶら下がっている珍しいケースもありました。状況によっては危険だと思います。

装備に関連することで1日目・2日目に顧問の車に装備を取りに、または積み込みに来た学校があった。

また、大会期間中はできる限り生徒との接触を避けるのが基本だと思うが、頻繁にコンタクトをとっている顧問がいたことは残念であった（できる限り声かけはしました）

設営

男子

テントに記名の無いチームがあった。

テントポールの補修具、予備の張り綱、予備のペグ（2本）がないチームが多かった。

出発後のテント内の整理ができていないチームが多かった。特に、テント本体とフライが接合するような置き方をしたり、シュラフをそのまま放置するような状況は雨が降った場合、大変危険なので気を付けて欲しい。

出発後の張り綱の緩みを放置したままの出発しているチームが殆どであった。これも強風の場合、テントが破損する危険を伴うので気を付けて欲しい。

女子

テントの設営手順や張り方に関してはよく練習されている学校が多かった。張り綱強度の過不足、テント内ザックの壁付の学校が一部あった。

設営中の雨蓋の開けっぱなし、ポールばらまきが例年よりも多く見られた。注意してほしい。

予備ペグ、予備張り綱、ポール補修具のよう意が不十分の学校が多かった。使い方も含めて確認してほしい。

炊事

概ねよくできていたように思われるが、火気使用時に手袋を使用していない、コンロ台を適切に使用していないチームが見られた。炊事を安全に行うために注意を払ってほしい。

気象

各地の天気、高・低気圧、前線、放送等圧線とラジオの情報を書き取るだけで3.0点とれます。

ここまでは各チーム練習をして大会の望むことを期待しています。

等圧線が無記入のチームもありました。今回は等圧線が書きやすい日を選びました。苦手なチームも諦めずに是非とトライしてみましよう。

温暖前線から停滞前線に変わる場合、変わり目がわかりやすいように記号を記入しましょう。

天気を予測できる技術は、山行の安全性に大きく関わります。是非身につけたい技術です。

計画・記録

計画書は、去年の講評でもありましたが、共同装備は誰が持つかまで記載すること、非常食・予備食についてカロリーまで記載するようにしてください。また概念図では、方位と縮尺、断面図ではそれに加えて植生や地点名が必要です。最後になりますが、内服薬については、個人で服用する薬が異なることから記録書には載せないことになりましたので、注意してください。

記録書については、必ず書かなければいけない主要地点を書けていないパーティが見受けられました。全道登山専門部のHPで公開されている情報を事前に確認しておくようにしましょう。今回の記録書のコース概況・自然観察・展望は、普通に登っていたら気がつくであろう内容の記載を確認しました。採点の細かなところは各校に返却した封筒の中に入っているので、今後の活動の参考にしてほしいと思います。

地点確認

地点確認は10地点で、分岐や顕著なコルやピーク、地形図で読める地点を出題しましたが、あまりできていませんでした。2万5000分の1の地図だと等高線は10m間隔です。10mの差は1階と3階の高さの差に相当します。つまり、少しのアップダウンだと等高線に表れません。普段から地形図を読み、山行を重ね経験を積まないとできるようにはなりません、頑張ってください。

とにかく普段の山行から事前に地形図でコースを確認することが重要です。山行中も常に地図を出して、今どんどこを登ってきたのか、これからどんなルートになっているのか確認してください。そうすれば「先生あとどれぐらいでつきますか」という悲しい質問もしなくてよくなると思います。

マナー

バス乗車時遅刻するチームが多数いた。答案返却時に集合しないチームがあった

休憩時にザックを山側に置いていない、通路に置きっぱなし、ザックの雨蓋をあけたまま放置している（多くの学校）

最終日の夜、就寝時間を過ぎてもテント内で、話をしているチームがあった。深夜に注意されたところもある。就寝時間後に他者の休息を妨げる行為は許されるものではない。登山は無事に家に帰り着いて終了である。審査員がいなくても他者に配慮した行動をできることが求められる。

閉会式の実施前に既にスマートフォンを使用しているチームがあった。

チーム行動の際、体力消耗した生徒の荷物を分担して持ち、声かけを積極的に行うなど、リーダーシップが発揮されているチームがあった。

（文責・審査委員長 木村宣幸）