

平成27年度 大学体育指導者全国研修会

講演Ⅰ バックカントリーの魅力と リスクマネジメント

講師：佐々木大輔(日本山岳ガイド協会)

講演Ⅱ 八甲田の自然とバックカントリー用具の 最新事情

講師：浜部信彦(酸ヶ湯ガイド主任)

1日目 3/2	2日目 3/3	3日目 3/4	4日目 3/5
12:00 受付	8:30~12:30 実技研修Ⅱ	8:20~12:30 実技研修Ⅳ	8:20~11:30 実技研修Ⅵ
13:00 開講式	14:00~16:30 実技研修Ⅲ	14:00~16:30 実技研修Ⅴ	12:00 閉講式
13:15~13:45 講義(前半)	19:00~20:15 講演Ⅱ	19:00~20:00 グループディ スカッション	
13:45~16:30 実技研修Ⅰ		20:00~22:00 情報交換会	
19:00~20:15 講義(後半)・講演Ⅰ			

講義 積雪の状態から判断する冬山のリスクマネジメント

講師：佐々木大輔(日本山岳ガイド協会)

実技研修に出る前に、バックカントリーに入る際に必要な装備の一つであるビーコンについて、黒板を使って説明があった。発信モードと受信モードがあること、発する磁力線の本数により精度の違いがあること、基本的な使い方、等について学習した。

また、実技研修Ⅰを終え、夕食後の講義では、パワーポイントを使って発生の仕組みやリスクマネジメントの説明があった。雪崩の種類や特徴、月別発生件数、雪崩被害を避ける滑走方法等について学習した。受講者からは多くの質問がでて、関心の高さが窺えた。(文：小川宏)



講義の様子

実技研修Ⅰ バックカントリー装備品の使い方、 雪崩搜索演習、積雪状態観察法

講師：佐々木大輔、

山内武巳(石巻専修大学)

酸ヶ湯温泉旅館を出てすぐの斜面を使い、シールやアタッチメント、スノーシューを実際に装着して登行する練習が行われた。その後2班に分かれ、弱層テストと雪崩埋没者搜索演習が行われた。弱層テストはス



山内講師



実技研修Ⅰ-1

ノーソー(のこぎり)で雪柱を切り出し、雪の硬さや雪崩の起こりやすさを判定する方法について実演しながら説明があった。搜索演習ではビーコンをザックに入れて雪の中に埋め、その場所をビーコンとゾンデを使って探し出す練習を行い、その後、雪穴を掘ってその中に埋まる埋没体験を行った。(文：小川宏)



実技研修Ⅰ-2

報告者：杉山卓也
(上智大学)

スキーは滑り止めのシール、スノーボードはスノーシューを装着し、実技研修を行った。雪崩搜索演習では、三種の神器と呼ばれる



実技研修Ⅰ-3

ビーコン、ゾンデ、スコップを用い、ザックの中に入れたビーコンを捜索する活動を行った。また、雪の状態を確認するため1.5mほどの高さの雪面を露にし、様々な雪層が重なっていることを確認し、実際にどの箇所が滑りやすいかスコップを叩くコンプレッションテストを全員が体験した。実際に授業で学生をバックカントリーに連れていくことは難しいと考えられるため、今回の研修内容が一番学生に伝えられる有用な内容かもしれないと感じた。

実技研修Ⅱ バックカントリーの基礎技術(班別ツアー)



実技研修Ⅱ-1

浜部氏をリーダーとする酸ヶ湯温泉ツアーガイドの引率によるバックカントリーツアーに参加した。ロープウェイで八甲田スキー場の上まで行き、そこから



実技研修Ⅱ-2

さらに山を登ってスキー、スノーボードを装着した。初めに浜部氏から八甲田の山々について、またガイドツアーの方法と注意について説明があり、その後全体を上級班とのんびり班の2班に分け、それぞれの班に2、3名のガイドがついた。それぞれのレベルに応じた斜面を目指して登行し、途中でシールを付けたり、スノーシューに履き替えたりしながら、パウダースノーの斜面や林間のコースを滑走した。

(文：小川宏)

報告者：福士徳文(慶應義塾大学体育研究所)

研修会で初回のツアーとなる今回は、ロープウェイで山頂に上がった後、班を二つに分けて実習がスタートした。バックカントリーツアー初体験の私は、オフピステを滑るだけで精一杯であり、シールやアルパイントレッカーを取り付けることや、ヒールフリーの状態で歩行することはなおさら困難であった。しかし、ガイドの方から滑り方や歩き方のコツを要所要所でアドバイスしていただき、少しずつオフピステの滑り方を身につけ、楽しさを実感できるよ

うになってきた。さらにこの日は素晴らしい晴天に恵まれていたこともあり、自然の山々の景色を堪能することができた。これは、一般のスキー場では体験できないものであり、ありのままの自然を一望できることもバックカントリーの醍醐味の一つであると実感した。同時に、この実習が成り立っているのは、この山を知り尽くしたガイドの方に支えられていることや、前日の講習で学んだビーコンの使い方、雪崩のメカニズム等、安全に対する知識を身につけ、準備が整っていることが条件であると感じた。

実技研修Ⅲ～Ⅵ バックカントリーの応用技術(班別ツアー)

実技研修Ⅱで分けた班のメンバーを若干入れ替えながら、毎回違う斜面に登行して滑走した。2日目は快晴、3日目と4日目は霧の中で、ガイドの指示に従い、途中スキーはシールを貼り、スノーボードはスノーシューを履いて登行し、時々休憩を入れながら未圧雪の斜面を滑っていった。最初は恐る恐る滑っていた人も、3日目、4日目には慣れ、思い切ったターンが沢山見られた。上級班の最後尾でサポートした佐々木大輔氏が時々華麗な滑りを披露すると、参加者から歓声があがっていた。(文：小川宏)

報告者1：永田直也(慶應義塾大学体育研究所)

実習Ⅲ以降では、これまでに学んだバックカントリーの基礎を踏まえて実習コースの変更を行い、多様な自然環境におけるツアーを実施した。実習Ⅳ以降では、「ガス」が出る天候となり前に進む同行者との距離を詰めなければならず、スタート・ストップに時間のかかるスノーボードにとっては非常に気を使うツアーとなった。しかし、突然現れる広大な滑走スペースや林間が、バックカントリーで滑る楽しさを高めてくれた。技術面においても、スノーボードで新雪をうまく滑走するためのポイントの指導があり、滑走技術の引出しを増やすことが出来た。バックカントリーというこれまで経験したことのない条件での滑走は、スノースポーツの楽しさを新たにし、参加者の「幅」を広げてくれる機会となった。

報告者2：松本裕史(武庫川女子大学)

前日までの悪天候は何処へやら、バックカントリーツアーの初日は、最高の天気にも恵まれました。八甲田が初めての私にとって、最初の驚きはロープウェイで山頂まで行けば、意外と簡単にバックカントリーの世界に飛び込めるといったことでした。とはいえ、冬山滑走を



実技研修Ⅲ～Ⅳ-1



実技研修Ⅲ～Ⅳ-2

舐めてはいけないことは初日の講習で学習済みです。はやる気持ちを抑えながら、慎重に行動していました。その抑えが利かなくなったのは、前嶽の東斜面に到着し、ガイドの浜部さんから「今からここを滑ります」と言われたときでした。そこには斜度30度ほどの手つかずの広大な一枚バーンが広がっていました。「いただきます！」と興奮状態で斜面に飛び出し、知らない間に滑りながら「うお～、気持ちいい～」と叫んでいる自分がいました。振り返ると他の参加者の皆さんも叫び声をあげているのではないですか。その後も万事その調子で最高の仲間と最高のバックカントリー経験をすることができました。

グループディスカッション

司会：小川宏(福島大学)

参加者30名を6班に分け、各大学におけるスノースポーツ授業の現状と課題についての情報交換を行った。具体的には以下の3つのテーマについて意見を出し合い、最後に班で出た意見を発表した。

- 1) 現在行っているスノースポーツ授業の実施状況について
 - ・多くの大学で2泊3日から4泊5日のスノースポーツ授業が行われていた。講義等が含まれているものも多く見受けられる。
 - ・スキーとスノーボードの両方行っている大学の方と、アルペンスキーのみ行う大学がほぼ同数であった。
- 2) 現在行っているスノースポーツ授業の課題、悩みについて
 - ・多くの大学の悩みは実習参加者の確保と実習費用についてであった。
 - ・指導者においても、予算の問題等で不足傾向にあり、負担が増えている。



グループディスカッション

3) 今回の研修会の内容を今後の授業にどのように活かせるのか？

- ・初日の講演のような安全に対する講習を取り入れる
- ・実技研修Ⅰを参考に演習のような形での授業が行えるのではないか。

最初に設定した時間を過ぎても各班の話し合いは全く終わらず、かなり活発な情報交換、意見交換が行われていた。各班の話し合い内容紹介でも、3つの話し合い課題のうち1)だけで時間を消化してしまった、という班もあり、沢山の情報が紹介されたようだった。紹介された各大学のスノースポーツ授業の形態は様々であり、自分の大学の授業について再考するきっかけとなった。また、各大学が抱えている課題については、スノーボード導入の是非や受講者の減少など、共通するところが多かった。今回のバックカントリー研修を授業にどう活かすかについては、直接バックカントリーツアーを導入することは難しいが、学生に話して伝えることや、スノーシューを履かせてオフピステを散策させるだけでもバックカントリー体験になるのではないか、等の意見が紹介された。

その後の情報交換会では会場のあちこちでさらに熱心な意見交換が行われていた。(文：小川宏・杉山卓也)



集合写真