＜島根県高校総体特集＞

いよいよ島根県高校総体が5月27日(金)より開催されます。
インターハイの出場権をかけて29種目が県内で熱い戦いを繰り広げます。

第1弾
登山競技！

その中で今回は登山競技について注目してみたいと思います。
登山競技って？と思われる方が多いと思いますので どんなことをしているのか
素人目線でお伝えしたいと思います！

↓　今年度は大自然豊かな三瓶山で開催されました。

参加校は松江北高校、松江工業高校、出雲高校　サポートに益田高校のみなさんです。

団体は４人で１チーム。得点計算のポイントは
行動・生活技術・知識・態度　の審査で１００点になります。（減点方式）
競技時間は開会式直後から閉会式直前まで（総体では48時間）です。

選手のみなさんは大きいリュックを背負っていますが、このリュックの
中身は　共同装備、個人装備、私物（なぜか女子より男子が多いらしい）で
重さは10㎏～17㎏だそうです。できるだけ軽くするのがポイントですが、
装備検査があり、必ず持っていないといけないものがあります。

必ず持って行かないといけない装備品は4人で分担しています。↑（見るからに重そう・・・。）
幕営に関わるもの → テント・フライシート・ポール・テントマットなど
炊事に関わるもの → ガスコンロ・EPIガス（大）・コンロ台・まな板・包丁など
食材 → 3日分の食材＋予備食
その他 → ラジオ・修理道具・医療箱など

個人装備品は　メインザック、雨具（カッパ・スパッツ・ザックカバー）、もちろん地図・コンパス・水筒・ヘッドランプ・ナイフ・行動食も持ってます。（だいたい8kgぐらい）
4人の内訳は1人は共同装備7kg＋個人装備8kg、1人は共同装備4kg＋個人装備8kgと分担されています。体力のある選手が重いものを担当しているようです。

さていよいよ出発となりますが、この赤シャツ↓の人たちが審査される方々です。
開会式終了後から姿を消しました。（山の中へ消えていかれました。）

赤シャツの人が準備が整うまでは各チームで打合せです。

赤シャツの人の準備ができたのでしょうか？いよいよ出発です！

ここでは体力、歩行技術が審査されます。行動離脱（自力歩行不可、支援をうける）は減点。
隊離脱（隊から離れてコース隊長の後ろを自力で歩く。制限時間を越えた場合）は減点。

登山道は木の根が張り、
非常に歩きにくいです。

登山行動中は先頭　副隊長・選手・隊長・支援の教員・生徒サポートの順で歩きます。

山の中で体調不良、怪我等で隊と一緒に歩くのが困難になった場合は、生徒サポートが荷物を持って支援の教員とエスケープルートで下山します。

↓途中の休憩ポイントです。
ここではチームで打合せをしたり、補助食を口にして体力回復につとめていました。

↓幕営地のようすです。＊Ｈ２６年度の大会時です。
さっそくテント張りの作業です。

↓食事作りのようすです。

食事は毎回計画書を作り、食事のカロリー計算などもします。（食事の味は審査しません。）

ある日の食料計画

朝	昼	夜
ﾒﾆｭｰ	ﾒﾆｭｰ	ﾒﾆｭｰ
チョコチップパン コーンスープ	α化米（ピラフ） フルーツミックス	ラーメン
ﾁｮｺﾁｯﾌﾟﾊﾟﾝ 640kcal ｺｰﾝｽｰﾌﾟ 76kcal	α化米 400kcal ﾌﾙｰﾂﾐｯｸｽ 112kcal ﾂﾅ缶 120kcal	ﾗｰﾒﾝ 400kcal （醤油） 真空野菜 200kcal ﾒﾝﾏ 5kcal

↓ペーパーテスト中です。

テストではラジオによる気象通報を聞き、天気図の作成し天気予報ができること。
大会山域おける自然・社会的環境及び登山に必要な知識、救急処置の知識等が出題されます。

もちろん審査員は赤シャツの人

赤シャツの人（審査員）はペーパーテスト、
設営・炊事を見ること、先回りをして
歩行を見たり、ポイントを表示したり
されているようです。

途中に赤シャツの人
いましたかね…？

大会2日目の夜には参加校で交流会がおこなわれました。

審査もおわり、雨もふらず無事に大会を終了することができました。
マイナスイオンを感じながら会場を後にしました。

夏は山をのぼり、秋はクライミング競技と登山部では活動しています。
興味がある方はぜひ登山部へお問い合わせください。