

# 山岳部 活動報告

令和6年度

6月 県総体登山大会出場

11月 県秋期登山大会出場



## 県総体 登山大会 in 氷ノ山



コロナ明けから2年目で、やっと県総体登山大会が2泊3日に戻り、炊事審査などが復活しました。残念ながら、このフル形式での登山大会を経験した者は部員にはおらず、どこの高校も戸惑う生徒が多かったですが、日頃から地道に鍛錬を続けて何とか無事に大会を終えることができました。本校の部員は、体調不良者が2名も出て、縦走などの点数をもらうことができず、暫定順位となりましたが、規定以上の20キロの荷物を背負って完走しました。次に続くいい経験ができたと思います。

西宮甲山高校は、六甲山系の中にあり、山岳部は普段から、学校の周りの山を練習で歩くことができます。コロナ禍で、校外での練習が禁止されていたときも、敷地内の裏山に登っていました。学校の中に登山道があるなんて、阪神間でもなかなか珍しい。学校周辺には、登山口まで徒歩5分の社家郷山や観音山・甲山などがあり、登山には困ることがありません。土日には、少し遠くの山に出かけたり、お花見したり、滝に打たれたり、雪合戦したりと、四季を通じて思いっきり自然を満喫しながら日々楽しく活動しています。

## 県秋期登山大会 in 蘇武岳



11月初めて秋期登山大会が蘇武岳で開催されました。合同チームも参加OKで、学校の枠を超えてパーティーを組み、パーティーごとの勝敗を決める新しいルールです。部員同士の交流も盛んにおこなわれて、楽しい大会になりました。

## 日常のトレーニング



学校周辺には、社家郷山、甲山、観音山、東六甲縦走路などがあり、普段の練習でも敷地内の裏山を使って登山の練習をしています。また、自分たちの使う山が元気で歩きやすくなるように、日々、登山道の整備なども怠らずに続けています。また、体育館のトレーニング室にはボルダリング壁もあって、スポーツクライミングの練習もすることができるようになっています。一見、ボルダリングと登山はかけ離れているように見えますが、岩場の通過などで、バランスよく3点支持で歩くときには、クライミングの技術が役に立ちます。雨の日は、クライミング壁で練習したり、筋トレしたりします。暑い夏には、滝に打たれに行ったり、川遊びをしたりと、自然の中で楽しく活動しています。