

インターハイ登山大会で入賞するには  
～誰も聞けなかった監督たちの声～

福井県立丹生高等学校

谷 口 康 治

## 1. はじめに

### (1) 登山競技とは

登山の「全国大会」とは、全国高校総体登山大会（毎年7～8月に実施されるインターハイ）をさし、団体男子・団体女子の2種目に参加する各都道府県各1チーム（開催県のみ各2チーム）によって競われる。チームとは「選手4名（うち1人はリーダー）と監督1名」であり、各県で行われる予選（6月に実施される県高校総体）等で選出されたチームが出場権を獲得している。

一方、国民体育大会のスポーツクライミング競技<sup>(1)</sup>（10月に実施される国体）や全国高校選抜クライミング大会（12月に埼玉県で実施）の種目は、人工ボードを舞台とする競技であって、競技内容・審査基準は全く異なる。

次に「登山競技」の内容について、同僚や知人から、「登山大会では何が競われるのですか、タイムレースをしているのですか」と質問される。

この質問に対し、私は以下の3つを説明している。



①「体力・歩行・テント設営・炊飯・天気図作成・読図など11項目を競う団体競技です。」

②「福井県の春季総体と新人大会（2泊3日）では、タイムレース（個人表彰含む）をしています。一方、全国大会（3泊4日）には体力審査はありますが、タイムレースはしていません。」

③「成績は、フィギュアスケート競技のような審査員が各種審査を行い、100点満点で順位を決定します。」

この審査の基準となるのが、全国高体連登山専門部が独自に作成した『審査基準と指導目標』<sup>(2)</sup>（事例を含めてA4版12枚の文書、必要に応じ改定）であり、インターハイでは、この基準にしたがって審査が行われる。そして、各県の予選や地区ブロック大会では、この基準に準じて審査が行われる。

### (2) 福井県の全国大会入賞状況

では、福井県から出場し、これまでにインターハイで入賞したチームは、どれくらいあるのか。

表1に入賞チームをまとめた<sup>(3)</sup>が、平成以降では4チームで、1～3位のチームは平成6年が最後である。全国で入賞するには大きな壁があり、指導者が個人的に積み上げたノウハウが、山岳部の廃部や人事異動などで継承されにくい。令和元年度の専門部加盟校は「藤島高校、武生高校、敦賀高校、武生工業高校」4校。

年度	順位	チーム名	学校や指導者の状況
昭和43年	優秀校	大野工業高校（男子）	現在は奥越明成高校。平成25年に山岳部が廃部。
昭和48年	優秀校	勝山高校（女子）	
昭和58年	優秀校	勝山高校（男子）	昭和50年代から60年代にかけて、インターハイの常連校として男女アベック出場を続けた。
昭和60年	優秀校	勝山高校（女子）	生徒数減の影響で、平成28年に山岳部が廃部。
平成元年	優秀校	勝山高校（女子）	
平成6年	第2位	武生工業高校（男子）	現在、廃部を検討中。当時の監督は発表者。
平成21年	第4位	科学技術高校（男子）	
平成23年	第6位	科学技術高校（男子）	令和元年に廃部。当時の監督は山岳部のない高校。
平成25年	第6位	武生高校（女子）	現在も活動中。当時の監督は教育委員会勤務。

表1 全国高校総体（登山）で入賞した福井県チーム（平成5年まで上位4校が優秀校。平成6年から1～6位表彰）

## 2. 研究の目的

こうした状況に、顧問はどうの向き合えばよいのか。他の府県にも同じく厳しい現実はあるはずだが、多くの生徒を集め優秀な成績を挙げているチームもある。そこで、この発表では以下の点を目的とした。

## ○ 顧問のキャリア形成に向けての支援

今年度、初挑戦ながら懸命に努力する顧問の姿があった。全国大会で活躍できる県内顧問を育成する。

## ○ 監督・選手にわかりやすい内容・方法の提示

生徒や監督は、具体的に何をすれば入賞につながるか、常に知りたがっている。これを単純な精神論や顧問1人のみの経験でなく、「こうすれば入賞につながる」という根拠のある内容と方法を提示する。

### 3. 研究の方法

この発表で提示するのは「全国入賞のための条件とは何か」である。それを求めるため、仮説を設定し、それを実際になしめた監督に直に確かめ、結論をまとめる流れとした。具体的には以下の通りである。

- (1) 発表者の経験等をふまえ入賞する仮説を設定
- (2) 今年度全国総体で入賞した監督へのアンケート作成・発送
- (3) アンケートの調査と考察
- (4) 入賞条件のまとめ



### 4. 仮説の設定

インターハイで入賞するには、体力歩行・生活技術・登山知識の審査11項目の減点を無くすことである。しかし、これは理想論であり、現実には、山岳部の一定の人員（選手と顧問）、限られた時間と練習場所、限りのある予算というハードルが存在する。顧問は、これらの問題に対応しながら、何を重視して（一方で何を軽視して）どのように指導すればよいのか、正しい方向性を見いだす必要がある。

ここでは、その体験をした発表者および、表1の福井県内指導者の全国総体報告書<sup>(4)</sup>から得られた内容、他県の監督からの情報を総合して、「全国入賞できる3つの仮説」を設定した。

仮説1 充分な体力のあるチーム（＝練習登山を多く計画し実行すること）

仮説2 大会ルールを熟知しているチーム（＝『審査基準と指導目標』を常に研究<sup>(5)</sup>していること）

仮説3 状況に応じた判断力のあるチーム（＝監督指示待ちでなく、生徒が主体的に行動できること）

### 5. 調査と考察

#### (1) 調査用アンケートの作成、発送

全国総体登山大会後（8月中旬）に、発表者が、アンケート用紙2枚、回答用紙1枚<sup>(6)</sup>を作成し、8月下旬に調査対象チームにファックスで発送した。

##### ① アンケートの内容

以下の4つの観点について、質問1～質問12を作成した。回答方法は、選択式と自由記述とした。

- ・各監督のデータ … 年齢層・教科・登山歴・顧問歴・大会出場回数（主に選択式）。
- ・チームへの指導 … 年間登山日数。大会前の下見調査日数。大会に向けて重視した項目（3つ選択）。
- ・仮説3つの賛否 … 仮説1～3に対する意見（自由記述）。
- ・入賞できる条件 … 監督自身が考える入賞条件（自由記述）。

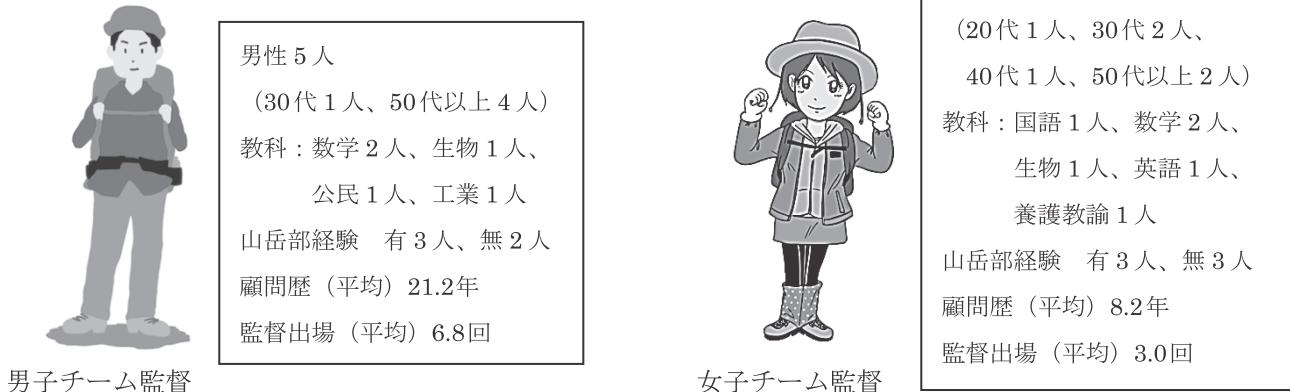
② アンケート対象チーム（平成 29 年度全国総体登山大会・審査委員長発表、上位入賞の計 12 チーム）

成績	得点	県名	男子隊チーム	成績	得点	県名	女子隊チーム
優勝	99.6	長崎県	県立長崎北陽台高校	優勝	99.7	岩手県	県立盛岡第一高校
2位	99.6	千葉県	県立千葉東高校	2位	99.3	長崎県	県立大村高校
3位	99.0	山形県	県立村山産業高校	3位	99.1	山形県	県立山形西高校
4位	98.9	広島県	修道高校（中高一貫校）	4位	97.8	群馬県	県立渋川女子高校
5位	98.8	兵庫県	県立神戸高校	5位	97.6	千葉県	県立千葉東高校
6位	98.6	静岡県	県立藤枝東高校	6位	97.1	岡山県	就実高校（中高一貫校）

（2）アンケートの集計と分析

8月下旬に実施した調査は、12 チーム中、11 チームの回答を得た（男女が入賞した千葉東高校は同一チームとして 1 人の監督が回答した）。以下、①～④の 4 つの観点についてまとめた。

① 入賞監督（11 人）データ … 年齢層・教科・顧問歴・大会出場歴



② チームへの指導 … 年間登山日数。大会前の下見日数。大会に向けて重視した項目（3 つ選択）。

年間登山日数および大会前下見日数を表 2 に、重視した項目を表 3 に、それぞれまとめた。

	年間登山日数（平均）	最小／最大の登山日数	下見日数（平均）	最小／最大の下見日数
男子 5 チーム	47.0 日	30 日／80 日	8.2 日	4 日／14 日
女子 6 チーム	40.8 日	25 日／58 日	12.8 日	6 日／20 日
計 11 チーム	43.5 日	25 日／80 日	10.7 日	4 日／20 日
県内指導者 3 名	35.0 日	34 日／36 日	6.3 日	5 日／8 日

表2 上位入賞チーム年間登山日数(平成 29 年度、移動日・予定を含む)および大会前の下見日数

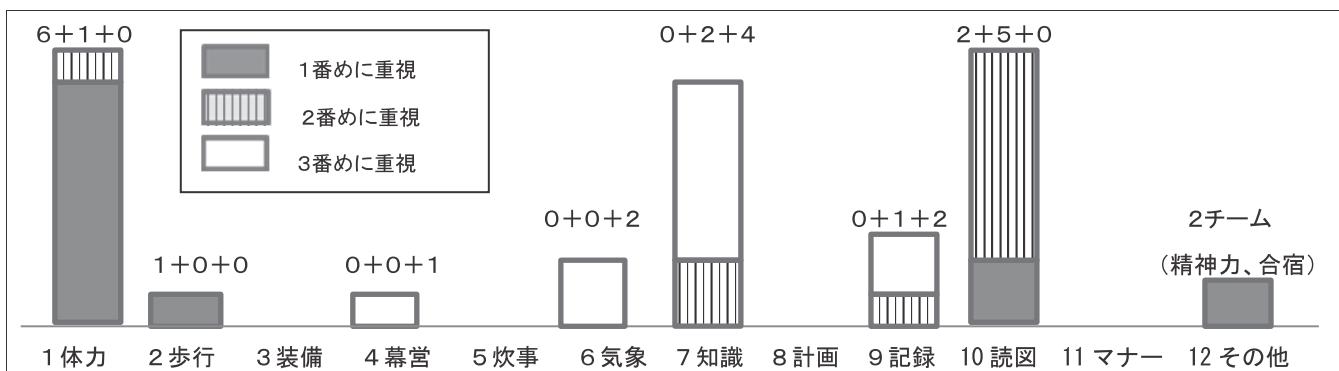


表3 上位入賞 11 チームが重視した指導項目のグラフ(うち男子 2 チームが⑫その他を選択)

観点「チームへの指導」の集計結果とその考察を以下にまとめます。

- 表2より、上位チームを平均すると、「年間登山日数は44日、下見日数は11日」である。

これは、福井県内の山岳部活動よりはるかに多い。宿泊を入れた練習登山を実施するのとしないのでは、体力増強・歩行技術はもちろん、幕営・炊飯・装備などの技術や天気図・読図などの知識の向上に大きな差が生まれる。冬季の活動が制限されるとはいっても、上位チームの登山日数の多さには圧倒された。

また、大会前の下見日数が多いことも驚異的であった。発表者の経験から言えば、福井県内の補習がある学校は多くて下見5日、補習がない学校でも8日までであった。開催地から遠方にある県の場合、下見にともなう滞在費用はかかるが、同時にそれを補える資金力があるともいえる。

ちなみに、表2の欄「県内指導者3名」の数値は、福井県内の入賞した監督3人のデータである。

- 表3より、上位チームが指導を重視したのは、「1番に体力、2番に読図、3番に知識」であった。

これこそが、上位チームの監督が重視しているポイントなのである。1番の体力の指導は、登山日数の多さに裏付けされている。体力の多いチームには精神的な余裕が生まれ、行動時に審査される歩行・読図・記録の精度も上がる。2番の読図は「登山時の現在地を地図に記す作業」であるが、常に地形を把握し続けるのには知識と技術と経験を要するため、その指導が重視されるのである。3番目の知識はずばりペーパーテストである。自然観察・救急・気象に関するテキストが事前に指示され、選手は開会式後の各試験を受け、それが得点化される。小さな項目の0.1点の差が、優勝と2位を分けるため、各監督が重視するのである。

### ③ 仮説3つの賛否

発表者の仮説「充分な体力、大会ルール熟知、状況対応・判断力」について、「忌憚のない賛否のご意見を」とお願いしたが、回答は全て「賛成・同感」であった。ただし、追加のコメントを紹介する。

仮説1 「充分な体力のあるチーム」について、山に遠い環境ゆえに校内トレーニングを重視します。

〃 「充分な体力…チーム」について、練習登山とともに、普段の校内トレーニングの充実も重要です。

仮説2 「大会ルールを熟知しているチーム」について、この数年の大きな変化を過去と比べ研究すべき。

〃 「大会ルール…チーム」について、データ蓄積以外に、何より生徒の自主的能動的行動が大事です。

〃 「大会ルール…チーム」について、どの競技においても、どこまでがセーフでどこからがアウトか熟知していると選手に余裕が生まれ良い成績につながります。にもかかわらず、登山大会ルールはなかなか知れ渡っていないため、ルールの研究が最も大切と考えます。

仮説3 「状況に応じた判断力のあるチーム」について、リーダーの統率力も重要と考えます。

〃 「状況に応じた…チーム」について、選手が臨機応変に対応できる指導の必要があります。

〃 「状況に応じた…チーム」について、選手と監督の良好な関係も大切な要素と思います。

〃 「状況に応じた…チーム」について、同一学年での構成だと、チーム全体の雰囲気が良いです。

〃 「状況に応じた…チーム」について、どうやって生徒に力をつけるか、私も悩んでいます。

仮説1～3について、同感。その結果として、大会開催地での山を楽しめる、これが大切です。

仮説1～3について、同感。ただし、本校は6年間の中高一貫校のためアプローチ方法が異なってきます。

入部したら「自然を楽しめ、友人・先輩・後輩とつながれ」を学んだ後、仮説1～3につながります。

観点「仮説3つの賛否」には「賛成・同感」を前提として、コメントから得られたことを整理する。

仮説1に対し、入賞監督は、練習登山を多くこなしながらも普段の校内トレーニングを充実させている。

仮説2に対し、入賞監督は、ルール改定を意識すると同時に、大会ルールへの生徒の意識を高めている。

仮説3に対し、入賞監督自身が、統率力、臨機応変、良好な関係など独自のつながりを模索している。

また、入賞の条件=仮説3つのみでなく、独自に「監督が選手とともに作り出したスタイル」が存在する。

#### ④ 入賞できる条件

それでは、入賞できる条件について、どのように結論づけられるのか。

また、仮説3つ以外に、前項でふれた「監督が選手とともに作り出したスタイル」とは何なのか。

入賞を果たした監督の生の声（自由記述）を、大会中・大会前・普段の姿勢の順に、紹介する。

##### (大会中の姿勢)

ア 大会中に山を楽しめる、ゆとりのあるチーム

イ 「OB、地域を含めた多くの支援の下に大会に出場できるのだ」と理解していること

##### (大会前の姿勢)

ウ 大会で勝ちたいと思う気持ち。

エ 生徒が勝ちたいと思う気持ちが、指導者の気持ちを越えること。

一方で、指導者はハードな練習だけでなく強弱をつけたり、環境を整えたりできること。

オ （性格面でのバランスを含めた）選手4人の役割分担。

カ 下見調査ができ、必要な装備を購入できる予算をもつ環境。

キ 連続出場を果たしながら、大会でのくやしさと楽しさを味わうこと。

ク 大会山域の事前調査をしっかりしておくこと。

ケ 各県の登山専門部のサポートと入賞するノウハウの共有。

##### (普段の姿勢)

コ 登山に行く前に準備をしっかりできるチーム。

サ 山が大好きな生徒を4人そろえること。

シ 指導者自らが山を楽しみつつ、山を楽しむ生徒を育てること。

ス 山を楽しむ気持ちがあり、心の余裕がある生徒を育てること。

セ 生徒主体に練習メニューを組ませ、決して「生徒に山を登らせる」意識を持たさない。

すなわち、生徒が自主的に山を登るのを楽しませること。

ソ 生徒の中からリーダーを育てること。責任は与えるが助言は必要な時のみとする。

タ 生徒が豊富な登山経験をしていること。それに裏打ちされた体力と技術をもっていること。

チ 仮説1～3（体力、ルール熟知、選球の状況判断力）も必要な条件です。

ツ 常に全国大会を意識させた練習の質を保つこと。

テ 自分以外に、生徒の要望に応えられる指導者の力量がある顧問（総監督）がいること。

ト 夏山合宿など普段の登山を安全に楽しく充実させる、これが生徒を成長させ大会の成績につながる。青臭いと言われるかもしれないが、私は生徒が大会に臨むお膳立てをしただけです。



### (3) 結果と考察

前項（2）アンケートの分析から、まず、表4に、監督の姿や指導について回答を総合的に整理した。

インターハイ登山大会（山形大会）で入賞した監督は、以下のような状況で活動をしている。

- ① 顧問の学生時代の山岳部経験、性別、年齢、教科は関係がない。
- ② 顧問の経験年数は14年で、出場回数は5回である（数値は四捨五入）。
- ③ 年間登山日数は44日、大会前下見を11日実施している（数値は四捨五入）。
- ④ インターハイで重視した指導は「1番に体力、2番に読図、3番に知識」であった。
- ⑤ 仮説「体力、ルール熟知、状況判断力」に賛成だが「監督が選手とともに作り出したスタイル」あり。
- ⑥ ⑤以外の入賞条件として、通常練習の質の重視、生徒主体の練習、リーダーの育成、山を好きにさせる指導、複数のベテラン顧問配置、下見調査や装備の予算サポートなどがある。

表4 入賞監督の姿や指導（監督の状況や活動データを平均し総合したもの）

次に、入賞条件についてまとめると、以下のように示される。

入賞条件=「入賞監督の姿（表4）」+「仮説3つに賛成」+「監督と選手が作り出したスタイル」

このうち、「監督と選手が作り出したスタイル」は、前ページの「監督の生の声（自由記述）」から伺える。これらを分類すると「普段の姿勢」が土台となり「大会前・大会中の姿勢」につながっている。さらにまとめるなら、指導者側の必要条件（内的条件）は、通常練習の質の重視、生徒主体の練習、山を好きにさせる指導<sup>(7)</sup>、リーダーの役割と責任を持たせる指導<sup>(8)</sup>などであった。また、指導者以外での必要条件（外的条件）は、複数のベテラン顧問配置、下見調査や装備に関する予算等のサポートであった。こうした監督の生の声には、そのままの言葉で若き年代の顧問に伝えたいものがあった。（発表者の場合、エ・ゾ・ツ）。

## 6. おわりに

登山であれ他競技であれ、若い顧問から「インターハイに出場したい、インターハイでメダルを取るには」と問われたら、説得力のある答えは何だろうか。この発表では、その答えを求めてきた。

インターハイ閉会式にて、発表者は入賞を果たした（大半の）チーム監督を訪れ、アンケート調査を依頼した。その結果、11校（1チームは男女入賞）の全てから回収できた。これまで、一部の監督を対象にしたレポートは拝見したが、入賞チーム全体を対象とした調査はなかったと思う。また、「チーム事情から学校を特定できるデータは出さないこと」という条件もいただいた。この発表の副題に「誰も聞けなかつた監督の声」としたのは、それゆえである。

今回、登山大会の入賞条件をまとめながら、他の競技種目にも共通するかという点も気になっていた。

2016中国総体の新体操男子優勝の岡山県立井原高校の長田京大監督は「鳥肌が立つ、感動して涙がでる演技、芸術作品の追求」<sup>(9)</sup>という言葉を残している。また、2016・17全国総体の2年連続ホッケー女子優勝の本校の吉田能克監督は「普段の練習の重視、心技体そろった選手の育成」を強調している（本人談話）。

他競技であるが2人のコメントは、登山のチームにもつながる。そして、これこそがこの研究で指摘した「監督が選手とともに作り上げたスタイル」ではなかろうか。監督と選手が共通の目的をもち、山に登る。この登山を続ければ強い信頼関係の下、リーダーとメンバーが的確な判断力を持つチームに成長していく。こうして自立した選手たちの姿は、心技体がそろった登山者（ある意味で芸術の域）になり得ると言えよう。

### 【註釈】

- (1) 国民体育大会での従来の「山岳競技」の表記は、令和元年度から「スポーツクライミング競技」に変更されている。（公）日本山岳協会『国民体育大会山岳競技規則集』2017年、日本山岳協会。
- (2) 表の出典先。福井県山岳連盟『山岳連盟創立60周年記念誌』2016年、ジャストコーポレーション。
- (3) 全国高体連登山専門部『登山部報No.60』2017年、株シーアンドシー。毎年発行、改正に対応できる。
- (4) 福井県高体連登山専門部『登山専門部50年史』2012年、自費出版。なお、全国総体出場チームは、大会出場の記録（準備・経過・反省）を毎年8月末に実施される顧問会議において報告している。
- (5) 大会ルールは（3）の文献。例えば「装備」項目「防寒具」は、以下の規定がある。「防水。サブザック行動時に携行。ウール素材かフリース（ポリエステル製纖維）素材、羽毛素材で、長袖のものとする。」過去に発表者は次の苦い体験をした。選手が（多額のカッパや登山靴に出費がかかり、防寒具として学校の体操服を防水して持参した。これが審査され、素材が異なる理由で、この項目は0点とされた。）
- (6) 実際のアンケート用紙、回答用紙は、資料として必要があれば提示する。
- (7) 山好きにさせるデータ参考文献、山元正嘉他2名『全国規模での高校生山岳部員の実態調査』2016年。
- (8) リーダーシップの引き出し方の参考文献。森田英一『一流になれるリーダー術』アスカ出版、2012年。
- (9) （公財）全国高体連『全国高体連ジャーナルVol.32』（株）マルチプレス、2016年。