

千葉県連 2021 第 3 回オンライン講演会受講感想など

(2021/11/25/Thu. 19:00~20:30)

講演会終了後、参加者から声(感想、提案など)が届いています。

(1)#15

昨日はありがとうございました。

ZOOM で主催者側が参加者のマイクを強制的にミュートする方法です。

<https://tipstour.net/zoom-host-mute>

(2)#8

オンライン講習のお手配、大変ご苦勞様でございます。ありがとうございます。

大変親しみやすく、分かりやすい講義でとても良かったです。

先生ご自身の経験談は実際の話としてとても参考になります。

ありがとうございました。

(3)#7

昨晩は有益な会議をありがとうございました。簡単ですが、感想をお知らせします。

<所感>

5,000m 超の大姑娘山等に向け、やはり高所順応が必要だと再認識しましたが、昨晩の先生のお話を伺い、数日だけでは高所順応にならないことを再認識しました。

また、高所呼吸は、自身登山で苦しいときに似たような呼吸法を試したりしていましたが、SpO2 がかなり違ってくることは驚きでした。

高所順応 1 週間～は現役世代には厳しいので、土日を連続で活用する、高所呼吸を継続する、等で臨みたいと思います。

先生のお話は経験に裏打ちされているので、非常に参考になります。

県連でのオンラインセミナーは、コロナ禍で会の活動が制限される中、横のつながりも感じられ、とても有意義に感じました。

次回、高高所登山の部も楽しみにしています。

(4)#27

思い出しました。

私が冬富士に行っている事を知る元同僚が、「一度富士山に登りたいから連れて行って」と。「夏は混むから、雷が落ち付いた 9 月にして」と。

山小屋が閉まり、トイレのゲートが開いた時に寝袋を持って行きました

大観望の女性トイレ入り口で寝ました。おだやかな晴天で影富士が確か名古屋まで…。

彼が転勤してから気が付いた。「居酒屋で一杯おごってもらうに値する」と。「おごってもらっていない事」を思い出しました(高山病対策も完ぺきでした)。

11 月始め、先輩に連れられ 計 2 回寝ました。「あ～、一杯！」

(5)#30

オンライン講習会に参加でき、ありがとうございました。

Y先生の講義の特徴は、常に要点を分かり易く簡単明瞭にお話されること、そして常にデータベースである事。

受講者にとっては、非常に理解し易い有難い話の進め方です。

自らがデータを取りに山に出かけられるのも、事実を出来るだけ客観的な視点から伝えたいという強い思いの証だと思っています。

p.5の「普通呼吸と高所呼吸の比較」の表の数値は、新たな発見でした。

先生の講義は勿論の事、この様な機会を作って頂いている関係者に感謝しています。

(6)#10

国内の高所トレッキングの要点を理解することができました。

「自転車操業」や「年寄り半日仕事」などの言葉を噛み締めながら高所トレッキングに臨みたいと思います。

質問に対する親切丁寧なご回答にも感謝しています。

(早速アンクルウエイトを試みています。)

次回も楽しみにしています。Y講師に宜しくお伝え下さい。

(7)#18

昨日のオンライン講演会大変興味深く聞かせてもらいありがとうございました。

私もこの2年間北アルプスなどの高所登山はできていません。

茨城、栃木、中央線沿いの低山は何とか続けていますが…。

講演中の高所登山に必要な体力(7メッツ相当)を付けていく必要性、また高所での呼吸法の話は具体的でぜひ山行時実践してみたいと思います。

来夏には北アルプスに登れることを目指して。

次回講演会も楽しみにしています。

(8)#25

こんばんは。 昨晩は講演会お疲れさまでした。感想を…とのことでしたので、一点。

実は当方1月に胆のう摘出し、術後退院までの1週間、毎日2回 SpO2 を計ってました。

その際、看護婦さんから「96%を切ると危険だから…」と言われてましたが、なんと高所では、81~82%まで落ちていたとは驚きました。

(私は呼吸が苦しくなったり、体調不良になったこともありませんでしたが、単に自覚症状が無かっただけなのですね)

改めて、人間の順応能力に驚愕し、登山は激しいスポーツであることを認識しました。

(9)#4

高所呼吸法大変参考になりました。

(10)#17

色々のご苦労様です。有難うございます。

私など年齢的に高嶺は無理になりましたが、先生の分かりやすい講義を聞き、一層努力して身に合った山行をしたいと思っています。

尚、オンライン及び先生の講義代、A様のZOOM代など負担が大変と思います。お知らせください。

(注)

第3回オンライン講演会に参加いただきました皆さんよりメールにて届きました質問・意見・提案などをメール本文からコピー&ペーストしています。

参加者の皆さん、そして、講師の先生には感謝が絶えません。ありがとうございました。

第4回目(12月23日)もご協力を宜しくお願いします。

仮に、メールを送ったのに掲載されていない場合は、私がメールを見過ごした可能性があります。その際には、是非、ご指摘をし、改めて感想などをお寄せいただければ助かります。基本的には、メールを見て直ぐ、メール本文をコピー&ペーストの処理をするようにしているのですが、うっかりしてメールのみを確認してそのままにしていることもあり得ますので…。

※固有名詞部分は、アルファベットに書き換えています。

※句読点や『』などを付け加えたり、誤字脱字などの修正や改行をしています。

(abiko 編集:2021/12/2/Thu.)