

沢登りの魅力



徳島県西部総合県民局

早田 健治

Soda Kenji

(森林部門・林業)

はじめに

登山と一口に言っても実はさまざまなジャンルがあります。一般的な「ハイキング」から、いくつかの山を連ねて歩く「縦走」、ロープで確保しながら岩壁を登る「ロッククライミング」、氷の壁を登る「アイスクライミング」、積雪期の「冬山登山」、スキーで山を駆ける「山スキー」、そして「沢登り」などです。

先日、ある研修会でアニマシオンというスペイン語の話の話を聞きました。スペインでは、人を「わくわく」「ドキドキ」させるような話ができる人が大変尊敬されるようです。人の心に夢や希望を与え、大きな想像力をかきたてる何か楽しいこと。特に、成長期の子供にとっては、このような体験が大きな力になるようです。

子供のとき遊んだ探検ごっこの延長にあるようなほかでは味わえない高揚感。実は、「沢登り」こそ、この「わくわく」「ドキドキ」の宝庫ではないか？

私はひそかに思っています。

登山の楽しみ

私は、登山には3つの楽しみがあると思っています。その第1は、何といたっても頭を使う「判断する」楽しみです。山は、一步間違うと生命の危険を伴う趣味です。なんでもないハイキングでも、登山口を一步スタートするとさまざまな判断が必要になります。まず、正しいルートを見つけるための読図（地図を読むこと。登山では常に自分の現在位置を確認しておく必要がある。）。登山道がはっきりしない山では、常に地図を読み判断しないと、道迷いの危険があります。また、天候の判断をする観天望気の技術。手軽なハイキングでも、天候が急変すれば、いろいろなアクシデントが発生します。また、万が一メンバーの一人がけがをしたら.... 応急措置、救命救急法、救助を求める警察消防への連絡、残ったメンバーへの対応 etc.etc. いろいろな、遭難対応の技術知識が必要になります。

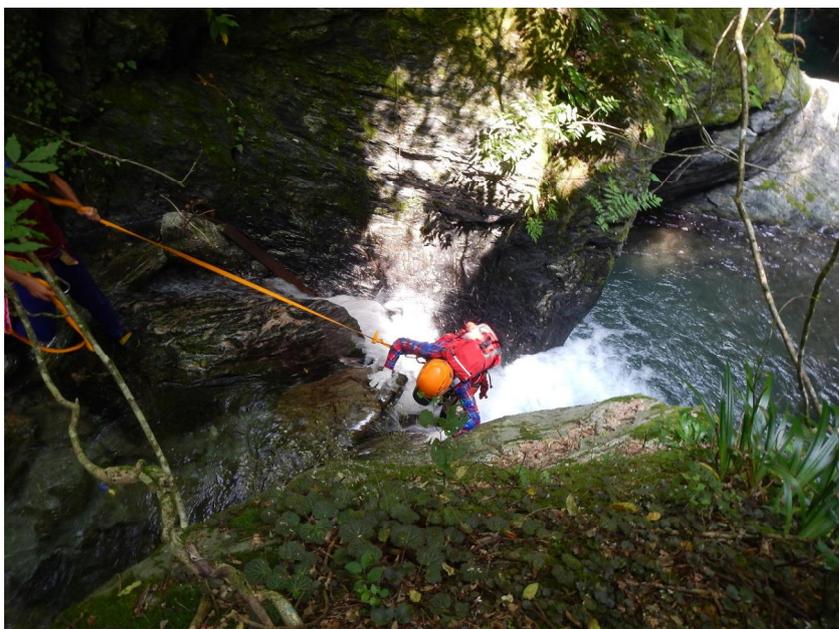
さらに、「沢登り」では、これに、ルート自体が登れるのか、転落や落石の危険をどう防ぐのか？様々な判断が加わってきます。

もちろん、いつもこういうことばかり考えて歩いているわけではありません。ただ、このようなアクシデントを未然に防ごうとするためには、先読みして、いろいろな判断を

行っていく必要があります。こうやって、メンバーと一緒に、ひとつの登山を終えたときの充実感は、また格別なものです。登山は、山に登ること以上に、安全に山行を終えることが喜びを与えてくれるものだと思います。

第2の楽しみは、やはり筋肉と神経を使う「体で感じる」楽しみでしょうか？

皆さん方も、気分が落ち込んだとき、汗を流すことによって今まで悩んでいたことが一



気になくなった経験をお持ちでないでしょうか？運動は、心を空っぽにし、リフレッシュさせてくれます。登山における汗もまたしかりです。特に運動時間が長い登山は、とりわけこの効果が高いように思います。私は、マラソンの経験はありませんが、多分、登

山以上に心が空っぽになるのではないかと思います。

そして、登山での「体で感じる」楽しみは、このような汗や疲労によるものだけではありません。もうひとつがバランスです。岩登りはもちろんですが、登山では、いろいろな



場面でバランスを試されます。まず、歩くこと自体が、片足に体重を乗せ、バランスをとりながら次の一歩をどのような踏み出すかを一歩一歩試す行為の繰り返しです。不安定な斜面では、次の一歩を置く場所、体重移動の方法を間違えるとすぐに転倒してしま

うことになります。実は、この足の置き方と体重移動で、登山の疲労も大きく変わってきます。岩登りや沢での滝登りなどでは、これに傾斜が加わり、足だけでなく、手や体全体

のバランスが要求されます。でも、「たかがバランスされどバランス」これがうまくいくと実に楽しいのです。そして、そのバランスを楽しみながら、ひとつの滝や壁を登り切ったとき今度は、この上もない達成感が襲ってきます。せっかくの一步一步を楽しみ尽くす。これが登山の体の醍醐味です。

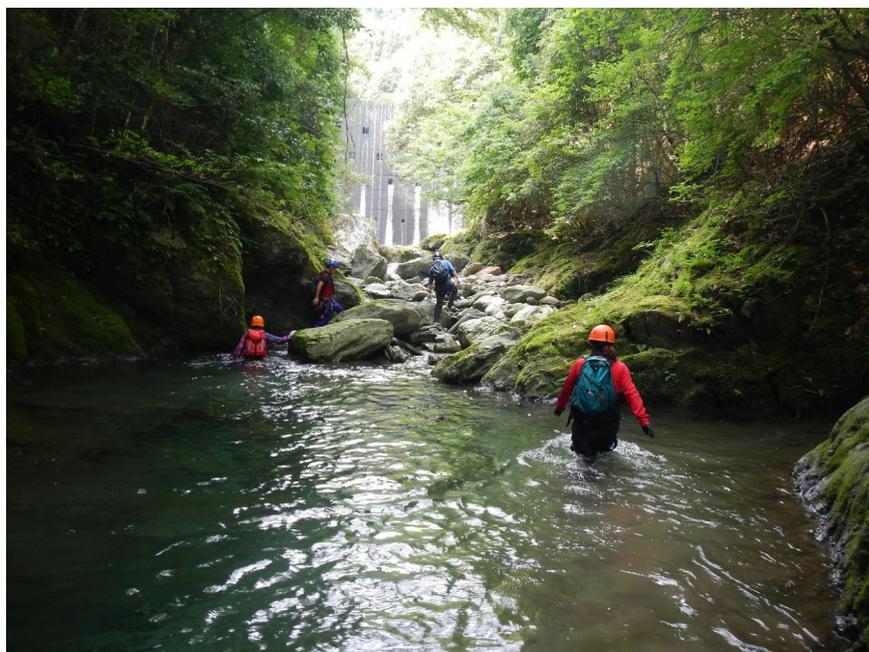
そして、第3の楽しみは、「心で感じる」楽しみです。これには、山頂から望む美しい風景や豪快なスケールの大きな景観、また、道ばたの可憐な草花や珍しい鳥、動物、昆虫など、山で巡り会う感動、感激です。特にこれらの感動は、仲間と分かち合うとき、さらにその喜びが大きくなります。もう一つの「心で感じる」楽しみは、山仲間との心の交流です。登山では、一度入山してしまうと、下山するまで仲間と離れることはできません。どんなに気の合わない相手でも、お互いを尊重し、協力して、登山の成功に努力するしかありません。また、登山中は、一歩間違うと、転落や遭難等生命の危険にさらされます。それをより安全にするために、お互いザイルで確保し合うこともしばしばです。こうした信頼関係が深まるにつれて、山仲間の関係はますます濃いものになっていきます。普通の平地の人間関係では起こりえない深いつながり。これもまた登山の醍醐味です。

沢登りの魅力

では、「沢登り」とは、どんな登山なのでしょう？

一般の登山やハイキングは、決まった登山道を登って山頂を目指すのがほとんどです。ところが、「沢登り」では、水の流れている川・谷・沢自体が登山ルートになります。

そうはいつでも、川の中がどこでも歩けるわけではありません。普通の河原ならば、問題なく歩けますが、滝、廊下（両側が切り立った岩壁になっていて、その間を水が流れている地形）、ゴーロ



（大きな岩がごろごろ積み重なっている溪相）、ナメ（河床全体が岩盤になり、その上を水が流れる溪相）など、登るにつれて様々に変化するルートの中で、安全・確実で、なおかつ面白いルートを見つける「判断する」楽しみは、正

に「沢登り」の醍醐味といえます。

加えて、「沢登り」には、特にバランスを中心とした「体で感じる」楽しみのお宝庫です。

沢登りでは、整備された道を歩くことはほとんどなく、すべて自然の石、岩、土、草の上を歩きます。しかもそれらはほとんど傾いています。一步一步がすべてバランスの世界。



石から石、岩から岩へ飛び移り、岩質や土質によるすべりやすさにも注意します。また、ある程度傾斜が強まると、岩登りの要素も高まり、両手両足を駆使した、バランスクライミングの世界となります。しかもほとんどの場合、仮に失敗して落ちて

そこは水の中。けがをすることもなく、笑い話で再チャレンジとなります。

さらに「心で感じる」楽しみとしては、次々に現れる美しい滝やゴルジュ、緑の水を湛えた淵、他の登山方法では見ることのできない魅力的な光景が次々に広がります。また、危険な滝を登るとき自分の安全を確保してくれるパートナーとの信頼関係は、沢の楽しさを一段と深めてくれます。

沢登りに出発

それでは、初心者向きの沢として知られているつるぎ町一宇の穴吹川支流剪宇(きりう)



谷にご案内しましょう！

まずは、穴吹川左岸を走る国道438号線から階段を下り、穴吹川に降り立ちます。しかし、目指す剪宇谷は、川の対岸にあります。最初の課題は、穴吹川本流の横断。このように、川を歩いて横断することを登山では、徒

渉といいます。ただし、本流の水量は多く、もし転倒すると、あっさり、流されてしまいます。このため、先頭のベテランが、まずザイルをつけて渡り、両岸にザイルを張り渡し、後続は、カラビナで、ザイルと体を結びつけて、万一転倒しても流されないようにします。

全員の徒渉が終わり、対岸に集結したら、いよいよ剪宇谷に入渓します。階段状の滝を登ると谷が右に曲がり、最初のゴルジュが現れます。両岸は、切り立った岩に囲まれており、間の谷は、淵になっています。ここは、泳いで突破します。トップが、ザックを下ろ

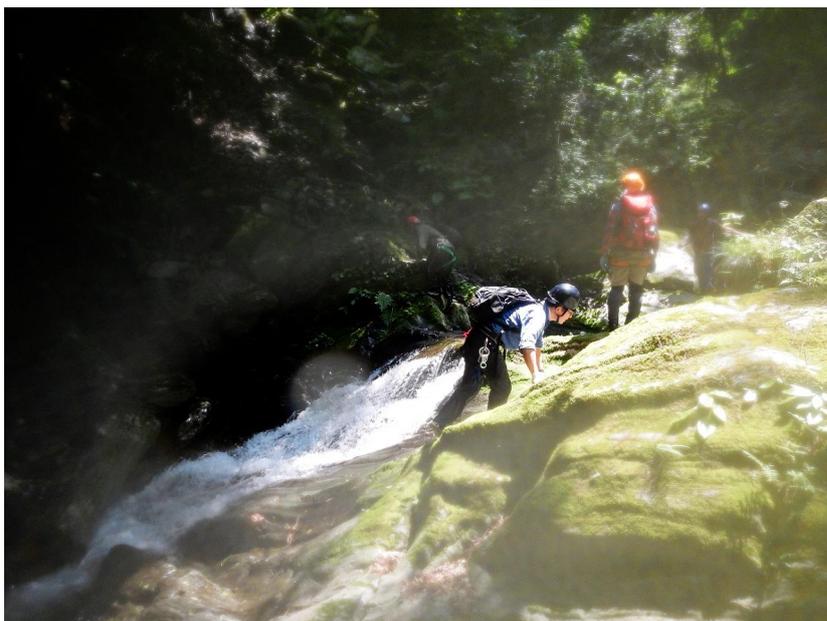


し、ザイルをつけて泳ぎ渡り、後続は、このザイルに引っ張られて淵を楽に泳ぎ切ります。

さらに行くと、砂防堰堤が現れ、これは、左岸から高巻き（滝や堰堤、ゴルジュなどで、どうしても沢に沿って登れない場合に、斜面を登って滝等の上側に迂

回すること。）ます。ただし、急な道のない斜面を登るのも結構大変で、転落の危険もあるため、慎重を要します。

高巻いて、堰堤の上に出ると、裾に高さ3 mの護岸があり、そのままでは、降りられないので、ここは、懸垂下降（ザイルに体重をかけて、摩擦で、スピードを制御しながら、



垂直斜面を下る方法。消防隊員がやっているのと同じ。）で河原に降り立ちます。初心者は、別に確保用ザイルをつけて、安全には万全を期しました。

この堰堤から上流は、沢は自然の姿を取り戻し、小規模ながら、淵と滝が組み合わさった風景が次々に現れます。こういった場合、淵を

右から巻いて滝に取り付くか、左から巻いて取り付くか、自分の実力に合わせて、最も面白い（難しい）ルートをチョイスします。

沢登りの良さは、それぞれが、自分の実力にあった判断と行動をできることです。チャ



レンジを重ねていくうちに、技術は知らないうちに上達していきます。

沢の最後は、周囲が開けた明るい淵とゴルジュです。ここまで登り詰めてきた歴戦の勇士はみな躊躇なく水に飛び込み、上流へ向かって泳ぎます。そして、最後はゴルジュは狭まり、V字型の岩盤を流れる

ようになります。ここは、両手両足を岩につっぱてフリクション(摩擦)とオポジション(反動・突っ張り)で越えていくのが常道です。

沢の最後は、周囲が開けた明るい淵とゴルジュです。ここまで登り詰めてきた歴戦の勇士はみな躊躇なく水に飛び込み、上流へ向かって泳ぎます。そして、最後はゴルジュは狭まり、V字型の岩盤を流れるようになります。ここは、両手両足を岩につっぱてフリクション(摩擦)とオポジション(反動・突っ張り)で越えていくのが常道です。

ゴルジュを抜けるとそこが終了点。林道に上がり、あとはのんびりと車を置いた地点まで下ります。

おわりに

今日も楽しい沢登りができました。ほどよい疲労感が体を包みます。一緒に登った仲間とのきずなもいっそう深まったように思います。

今度は、どの沢で「わくわく」「どきどき」を体験しましょうか？