

丹沢 大滝沢マスキ嵐沢 沢登り実技講習会

4月20日（月）に会事務所で実施された沢登り机上講習会の実技編として西丹沢で沢登講習会が実施されました。今回の講習会は実に5名の沢のベテラン講師陣に2名の受講生が受けることとなり 当の沢は、本来なら2時間～3時間ほどですむ沢登りを9時20分から始めて終わったのが16時となり、本当に至りつくせりの内容の濃い実に充実した講習会になりました。（5時千葉発で帰りは20時前後で、この間も車の中で沢登りについてもろもろの質疑応答などもでき、現地での実技を入れて1日中、実に12時間にわたり沢登りについて学ぶことができました）

（講習会） 沢登り初級実技講習会

（講習場所） 西丹沢 大滝沢マスキ嵐沢

（日時） 4月25日（土） 9時～17時 晴れ、曇り時々小雨

（参加者） CL渡邊三稔、SL上茂、花島、柘植、石井、小原、山内（記録）

（コース） 西丹沢自然教室駐車場～大滝橋～マスキ嵐沢～遡行～権現山～西丹沢自然教室駐車場

千葉から約2時間で、小田急線新松田駅前のコンビニでそれぞれ市原と千葉から5時出発の2台の車が合流し各自朝食を取る。国道246号から丹沢湖を経由し、西丹沢自然教室わきの空き地に車を止めて、沢登りに必要なものをザックに詰めて準備完了。国道246号を歩いて40分ほどでバス停の大滝橋に着き、そこから林道を大滝沢沿いに20分ほど歩いて駐車スペースと標識のある登山道入口に到着する（この駐車場に来るには車の座高の高いものでないと下を擦ってしまう）。登山道を進み、左手の美しい滝を過ぎ、小沢を渡ると沢沿いに「マスキ嵐沢」の標識の立っている場所で、沢靴に着替え、その他沢登りに必要なものを身に付ける。いよいよここから入渓する。初級の沢と言えど次々と滝とナメが連続する大変変化にとんだ沢である。その滝が現れるごとにいろいろな場面で質疑応答も交えての講習がありました。



講習内容は以下のとおりです。

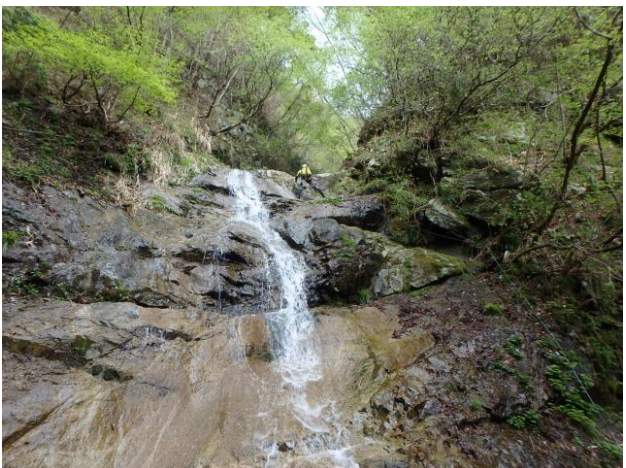
- （1）濡れた岩でのフリクションのかけ方、沢登りで使用する履物の種類によるスタンスの違い。沢登りは水のあるところを登るわけで常にすべりとの戦い。
- （2）沢の歩き方 岩の上、水の中、遡行図の見方。スリング、カラビナの携帯の仕方。
- （3）お助け紐が出て登りをサポートしてもらう。岩への足を置く位置によつての登り易さの違い、足場の見つけ方、足の上げ方。



- (4) ザックと防水パッキングについて、余計なストラップなどがごちゃごちゃ付いていないこと、あまり縦長でないこと、個々のものをビニール袋に入れ、登山店で売っている大型防水袋でなくても大型ビニールに入れるとよい。



- (5) 滝を登る、三点支持での登りの復習、壁に正対しての体の状態、はじめのうちは体を岩に付けてしまいうが、離すことにより足の置き場などが良く見えてくる。 ゴルジュの注意点、初心者は低い側壁からより高いほうへ登ろうとするが、それだけ谷底に向っての落下距離が大きくなるので、なるべくなら谷底に近い位置を歩くか、あるいは谷底の沢の流れの中を歩くかするとよいとの指導あり。
- (6) ロープによる登攀技術、リード&フォロー、確保技術、ATCの使い方、登高器（アッセンダー）の使い方、登高器の手から落下防止の方法（私も実技中にセットしようとして2回落とす）これに関してはほぼ滝が現れるたびに実技指導あり大変勉強になりました。



又狭い場所の足元にロープが横たわる場面がほとんどでしたがロープは踏んではいけないと注意あり。



(7) 懸垂下降 ア. 支点のバックアップの取りかた、 ロ. A T Cによる懸垂下降、 ハ. A T Cとスリングの組み合わせで、フリクションノットでバックアップとしてロープにまきつけることにより、従来の懸垂下降は下側の手は離せなかったが、下降中に両手を離しても止まるので、下降する人が途中で引っかかっているロープを直したりといろいろな使い方が広がる。



(ただし A T Cに対してフリクションノットが上に位置するほうが使い勝手が良いとのことですが、県連推奨は逆だそうで理由がいまいちわからないとのこと)

(8) なんでもありの登攀技術 沢登りの世界では何でもあり。 いろいろな場面に遭遇するのでなんでもありの技術を身に付ける。 確保技術、懸垂下降、落下防止、スリング、カラビラ、ロープの扱いと結び方、岩登り、木をつかむ、笹をつかむ、 時にはロープをつかむ。膝を使って登る、体全体でよじ登る。 (格闘技になんでもありの総合格闘技があるが、まさに今回の実技指導から沢登りは登山の総合登山道といえると思いました。)



以上含めまして、普通なら登山用品店が主催する2～3万円の沢講習会に匹敵する内容をベテラン講師陣5名による長時間にわたっての沢講習を有難うございました。