



～「ガイドの会」発足から20年を経て～



2018.10.15 六ツ石山山頂にて

### (その1) 発足から今日まで

「名人・達人観光ガイドの会」は、今から20年前(1999)、「達人が奥多摩を観光ガイドする」をキャッチフレーズに、新聞でガイドを募集し、発足しました。

これは奥多摩観光協会が、年々低下する観光事業の活性化を計るため、当時の古屋泰司会長(故人)の発案によるものでした。

ガイドの資格は、山登りが好きとか、畑仕事が得意とか、昔話に通じているとか、花が好きとか、歴史に詳しいとか、何か「一芸の持ち主」で、行楽客の案内に役立つような特技を持っている人を大歓迎と謳ってありまし

た。ですから、名人達人というのは「山登り名人達人」ではなく「一芸の持ち主」という意味なのです。発案者は、「一芸の持ち主」であるなら自分の知識や経験を活かした心の触れ合いを通じ、奥多摩の案内をしてもらえると考えたのでしょう。ですから、イベント範囲も広く、山里歩きからハイキング、登山まで多岐に亘り奥多摩の案内役として活動し、現在に至っているのです。

この時のガイド募集人数は20名でしたが、応募者は何と90名を超えてしまいました。研修は実習と講義各5日、全日程に参加できた人の中から、ガイドを選任すること。大変なことになりました。結局は全員採用となりましたがガイドの人数が多すぎて、イベント担当がなかなか廻ってこない等、予期しないことが発生し大騒ぎになりました。

こうした経過を辿り、早20年が過ぎ、その間にガイドの会も様変わりしました。当初は、一般の登山者をイベント毎に東京都の広報を使って公募し、抽選で決定、ハガキで通知していました。お客様も様々で、登山なのに運動靴、ビニール合羽、タウン用リュック等で参加し、私達ガイドを悩ませました。また、遅刻者も多く途中まで観光協会の車で送ることもありました。中にはハイキングと登山と間違えて応募し、途中で体力不足でリタイアする方もありました。若いときはアルプスに登ったとか、山岳部で慣らしたとか、自信满满のお客さんが参加したものの、脚が攀って途中リタイアするなど、実に様々なことがありました。

そのようなアクシデントが多発する中、平成25年「奥多摩友の会」を発足させ、お客様の会員制化、事務の合理化、必須装備の徹底、お客様の体力に合わせたイベントへの参加種別の明瞭化等の改善を進めました。また、会員や一般のお客様に奥多摩を広く知っていただくために機関紙「来させえ奥多摩」の発行(年4回)を開始し、今回で55号を数えています。

現在ガイド数は45名(1期生14名、2期生3名、4期生9名、5期生19名)で、「友の会」会員数も230名を超え、年間34のイベントを運営しております。(次号56号「その2」へ続く)

(田中 信義)

# 奥多摩山歩きワンポイントアドバイス ～令和の秋に見直す山登りの基本～

秋は空気が澄み山登りに最適な季節です。自身の山歩きについて更なるレベルアップと自立のために登山の基礎・基本を今一度振り返ってみましょう。

## I. 坂道で差が出る安定歩行

荷物を持たない平地のウォーキングではあまり気にしないが、重い荷物を背負っての山歩き（特に急な坂道での登り降り）ともなれば、自身の足運びにも今一度留意してみたいものです。

次の写真で自分はどちらにあてはまるでしょうか。



内股歩き…※1



外股歩き…※2

※1：内側のくるぶしよりもつま先が内側…不安定

※2：内側のくるぶしよりもつま先が外側…安定

一般的に山では内股よりも外股歩きの方が安定で二本のレールの上を、フラットフィティングを心がけながら歩くとバランスがとれ、疲労の蓄積が少なくて済みます。また、障害物や段差のある場所では、さらに一歩歩数を増やして小刻みな歩行を心掛けたいものです。



可能な限り地面に対して垂直に足を置き、引きずらないよう抜き足で歩く

雪道やアイゼンを装着した場合、特に抜き足差し足歩行を励行する

## II. ストックの種類

ストックと一口に言ってもその種類は千差万別です。大別してスキーストック型・T字型・ソンデ棒形式の折り畳み型、そして2～4段に伸縮できる登山者用のトレッキングポールなど極めて種類が多い。また、その素材面から見てもジュラルミンやアルミ合金・カーボン製など実に多様です。

そこで一般的な三段伸縮型のトレッキングポール

について取り挙げてみましょう。



左：伸縮がねじ込み式で、バスケットとラバーキャップ付

右：伸縮がワンタッチ式でラバーキャップ付。丸いのはスノーバスケット

両者ともに内蔵スプリングシステムを採用したアンチショック機能付きのため、トレッキングポールを地面に突いた時のショックを有効的に減少するよう工夫されています。

## III. トレッキングポールの利用

次に、トレッキングポールの利活用について具体的に見ていきましょう。



左：ラバーキャップ装着 右：無装着

まず先端のラバーキャップ装着の是非ですが、コンクリートやアスファルトの道路を歩いている際やポールを使わない時は先端保護の観点からキャップの装着を励行してください。木道や草原・登山道周辺に高山植物などがある所では自然保護の観点からキャップ装着を勧めています。

一方、普通の登山や雪渓歩きではタングステン鋼合金製などの石突き部分を地面に垂直に接触させ、接触面の摩擦を最大限にしてスリップしないように歩きます。

ただ、ストックの使用には慣れが大切です。緩やかな登りでのダブルストックは推進力として威力を発揮しますが、三点支持を要する急斜面などでは無用の長物となるでしょう。

公共交通機関利用時は、バックパックやストックは他の乗客にとって極めて迷惑な存在、昇降時は手に持つなどの工夫で他者への配慮を忘れないことも自立した登山者の基本的なマナーです。

(富士 光男)

## ～行って来たあよ～

### 高水山、岩茸石山に参加して

9月4日 曇り。この日は、前日までの夏の陽気から一転、登山にはちょうど良い涼しい朝でした。予報では雨が降るとの事で、帰りまで持ってくれます様にと願いながら準備体操を始めました。通常よりも少し多い参加者36名。軍畑駅前には人でいっぱいでしたが、なんとかぶつからない様にストレッチをし、いざ出発。登山口まではアスファルトの道をしばらく歩きます。40分程かかると聞きましたが、横には小川が流れていて、水音を聞きながら癒され、大きな実を付けた栗の木や、少し早い彼岸花など秋を感じさせてくれます。と、思えばまだまだ元気なセミの鳴き声を聞きながら、あっという間に登山口まで辿り着きました。登山口に入るとすぐに古い小さなお寺と奥には神社もあり、そこを過ぎるといよいよ本格的な登りが始まります。道沿いにはヤマジノホトトギスなど可愛い花がいくつか咲いています。同じ班の方々はとても詳しく、色々教えていただき大変勉強になりました。この辺りから天候悪く、霧が立ち込めてきましたが、霧の中に綺麗に並んだ杉や檜はとても幻想的で、雨に濡れた無数の蜘蛛の巣がクリスマス風のデコレーションの様で、こんな天気も悪くないなと感じました。そんな景色を眺めながら常福院に到着。昼食休憩です。美味しい漬物や果物のおすそわけをいただき充電完了。とうとう降ってきてしまった雨。レインウェアを着用して後半戦です。しかし雨もすぐに止み、時折吹いてくる涼しい風が気持ち良く、あっという間に馬仏山入り口。個人で来ていたら入り口も解らない所で、イベントならではと思いました。下りは少し急で天候不良の為ぬかるんだ道に悪戦苦闘しながら、川井駅の真裏に下山。心配していた雨もいつかで済み、頂上からの景色は何も見えませんでした。逆に霧の風景も良いものでした。個人だと分からない事だらけなので、奥多摩友の会のイベントに参加させていただくと、花や木、キノコや野生動物などのお話や登山に関する事、色々勉強になります。次回も楽しみです。

(会員 町田 裕子)

### 海沢ふれあい農園

彼岸も過ぎ、そよ風にも秋の気配を感じられる9月27日(金)、フットパス「海沢ふれあい農園」を案内しました。空は秋色絶好のハイキング日和。総員18名、秋の花を求めて「氷川～海沢ハイキングコース」へ向かう。奥多摩中学校から長畑集落へ。早速、シュウカイドウがお出迎え、愛宕トンネルの真上あたりではキバナアキギリ、シラヤマギク、オトコエシ等、「花は春だけではないよ」と言いたげに咲き誇っている。庚申塔、大加沢橋を過ぎると「海沢調整池」だ。池からしばらく下る。やがて、キウイがたわわに実るお宅を右に見て、変則十字路を直進すると、北側に海沢の地名由来でもある、大蛇伝説ゆかりの大きな窪地に出会う。南側にも広大な空地があった。この空地は養蚕試験場跡(戦前～昭和30年頃まで)で、当時は2階建ての建物が2棟と寄宿舍、プールなども設置されていたとか。また、海沢だけで材木屋が2軒あり、当時の氷川がいかにか「蚕と木材」で栄華を誇っていたか垣間見ることができた。

昼食は「ふれあい農園」特製のワサビ丼。具沢山の味噌汁、治助芋、キャベツの千切りに豚肉の添え物付きで大好評だった。また、参加者たちは、ワサビに砂糖を混ぜると辛みが増すことを知って驚きの声を上げていた。食後、お隣のレストラン「SAKA」では多摩学園の園生たちが生産したシイタケを20袋ほど用意していただいたが、ほぼ完売だった。復路の海沢林道では、左岸の岩肌に役目を終えたイワギボウシ、またミツバベンケイソウが可憐な花を咲かせている。数馬西トンネル付近ではイワタバコの花の残滓が夏の名残を感じさせていた。秋の花を求めた今回のフットパスは、ツリフネソウ、イヌショウマ、ミゾソバ、ツルニンジン、ワレモコウ、オトコエシ等の花々が目を楽しませてくれたが、ふと、こんな句を思い出した。

七草に入らぬ哀れ男<sup>おとこえし</sup>郎花 子規

(平塚 翼次)

## 奥多摩樹木雑考

～ 夏の森で秋をさぐる ～

8月上旬、山のふるさと村の森の近くで車を降りました。すぐ目についたのは一本のフサザクラ。葉柄のつけねのふくらみをこじ開けると、中から2ミリほどのつややかな紫色の粒が私を見つけていました。その美しさに心はずませて森に入ると、したたる緑をとおして射し込む光に、淡い緑色の霧がたちこめていました。かたはしから木々の葉腋をのぞきこんでみます。すでに2～5ミリほどの冬芽ができています。まだ淡緑色の初々しい形をしているアカシデ、ネジキ、ミツバツツジ、カツラなど。小粒ながら、生長した時と同じ灰褐色の毛でおおわれているムラサキシキブ、エゴノキ。小柄ながら褐色のするどい形を突き出しているイヌブナ。花が終わって、おどろおどろしい果穂（図参照）をつけているクズ。その果穂をかためる小さな袋をこじ開けると、1ミリにも満たない緑色の粒（種子のもと）がこぼれ出てきました。その美しい色にクズが秘めた命を感じました。

樹木の実といえば、アブラチャンの淡緑色の球。小さな扇状のからだで風を待つイタヤカエデ。褐色の球をたわわにぶら下げたトチノキ。一部褐色に変色した短冊状の果穂を垂らしたサワグルミ。たくさんの果鱗をまとった太っちょの果穂をぶら下げたサワシバ。その果鱗をめくると、すでに中の実は落ちてからでした。冬芽をつくる、実をつくる、種子を散らすなど来る秋から冬へかけての準備は、樹木が時のうつりを知っている証拠を示しています。「人間は時間を感じとるために、心というものがある」といったのは作家ミヒヤエル・エンデですが、樹木は時間を「葉」で感じているのだそうです。夏至を過ぎて夜は少しずつ長くなり、その夜の長さを測っているのは「葉」なのです。葉がとらえた夜の長さの変化を、樹木全体に伝えるサインはどのようになされているのかはわかっていません。でも、わからないことがあるということにロマンを感じますね。

（橋上 一彦）

## 奥多摩の野鳥

～ 川からはなれない鳥・カワガラス ～

スズメ目 カワガラス科、カワガラス、留鳥、全身黒褐色のずんぐり体形 全長21cm  
ムクドリより小さく、スズメより大きい。

大澤 新次 絵

流れの速い河川に棲み川にいる鳥という意味で、カワガラスと名付けられました。カラスの名はついていますがカラスの仲間ではありません。生息地は川の上流部から中流部までの比較的流れの速いところ、特に石、岩があるような場所を好みます。川が凍っても川から離れないのはまさに清流の申し子と言われるゆえんです。川での生活に特化した特異な生態をもち、抜群の身体能力を備えています。私たちなど立ってはいられない程の川の流れの速いところや、石、岩など表面はぬめりのある水垢がついていたり苔が生えていたりするような場所を平気で歩きながら水生昆虫、小魚などを捕食します。素潜り名人で水中でもよく見えているようです。これは瞬膜というまぶたの内側にある結膜のひだ（半透明の膜）で鳥類、爬虫類によく発達しており眼球をおおい保護しているためです。また、子育ても川で行い、滝の裏側の岩のすきまなどに営巣します。留鳥のため1年を通じてみられるので多摩川の上流部である奥多摩では日原川も含め岩場などを探して下さい。必ず見つかりますよ！ところで、カワガラスはどのような鳴き声なのでしょう？地鳴きはピッ、ジェと濁ったように聞こえる声ですが、縄張りの主張などの時はピピピ、チュシュ、チージョイジョイなど複雑にさえずります。最後にひとつ、川から離れない良く似た鳥にミソサザイがいますが、ひとまわり小さく水に入ることはありません。

（畑 幸夫）



# とっておきの山歩きガイド

## 一山里歩きの楽しみ一

常磐、小留浦、槐木などの地名を聞いてもその場所を特定できる人は意外と少ない。そこで、今回は、古くからの集落「小留浦」をご案内します。

奥多摩町編纂のヒット作『奥多摩山里歩き絵図21』の13番目、「常磐」。あまり馴染みのない地名で、いつ、だれが命名したのかも不明とか。

奥多摩むかし道や森林セラピー「香りの道・登計トレイル」は、奥多摩観光のメインストリートですが、同じ地域にありながらいわゆるB面的存在なのが、小留浦集落です。



実際にこの集落を歩いてみると、奥多摩で最も古いとされる獅子舞や、草木を食べる修行僧「木食上人」の存在や、大正時代

山祇神社から見た小留浦集落に造られた水力発電所の跡があり、更に山の神を祀った神社や集落の菩提寺・慈眼寺などがあります。

### 大正時代に水力発電所が造られた

明治39年、多摩川の水利資源に注目した水力発電所計画が持ち上がりましたが、木材流しや漁業問題に直面し、とん挫した経緯があり、次に目を付けたのが、その支流・小留浦の大沢入りでした。国道から鋸山林道に入り、現在、東京都森林組合事務所がある先に建設されました。小留浦周



東電の水利使用標識看板

古老の話では、子供のころ、発電所跡で泳いだり、魚とりをして遊んだそうです。

辺の大氷川、長畑、登計地区に電気が供給されたということです。跡地は、草木に覆われ見ることはできません。

**山祇神社** 平成時代、老朽化した神社再建の話が持ち上がり、高齢化や多様な住民意識の狭間で葛藤の末、平成22年3月に新しい社殿が出来上がり遷宮式を迎えました。

旧社殿の解体から石積みや車道建設に至るまで氏子の奉仕活動に役員たちは、改めて小留浦集落に脈々と受け継がれてきた村落共同体としての良き伝統や絆を感じたとのことです。

**獅子舞** 東京都の文化財指定は、意外と遅く、



平成21年で忘れられていた存在でした。古いだけでなく各地への伝播は、小河内をはじめ、埼玉県から神奈川県にまで及

びます。氏子50軒程の小留浦集落に室町時代からの伝統芸能が息づいています。

**慈眼寺** 「じげんじ」と読みます。辞書に慈眼とは、慈悲の心で見る仏様の眼とあります。

寺の創建は、『奥多摩山里歩き絵図』に天文5年（1536）とありますが、同絵図の同じページに山祇神社の創建は、慈眼寺住職が勧請し、天文元年、慈眼寺と共に創建されたとあり、つじつまが合いません。どちらを信じたらよいのでしょうか。

### 小留浦の丘・花の山

東京都水道局の多摩川水源森林隊と民間企業やボラティアの協力で九竜山の一角、慈眼寺と山祇神社の裏山が花の山に生まれ変わりました。NTTドコモの協力もあり、さらに地元住民も加わりうっそうと茂った人工林を伐採してヤマザクラ、ミツバツツジ、ヤマモミジなどの落葉広葉樹が植えられ、山全体が明るくなり春が楽しみです。

**参考資料**：『奥多摩町小留浦集落 一獅子舞とともに一』（中原照雄著 2019年4月発行）

青梅市在住で小留浦ゆかりの著者による力作で貴重な郷土資料です。奥多摩町ほか、近隣市町の図書館に所蔵されています。（岡崎 学）



今回よりガイド紹介を行います。案内するガイドと、より親しく交流していただけたらと思います。

- ① 氏名 ②現役時代の仕事または今現在の仕事
- ③出身地 ④現住所 ⑤趣味、特技 ⑥ガイドになったきっかけは？ ⑦今までガイドをして嬉しかったこと、良かったと思ったこと ⑧ガイドをするときいつも心がけていること

① <sup>はしがみ かずひこ</sup>橋上 一彦 ② 公立中学校教員（理科）③ 茨城県 ④ 青梅市 ⑤ 美術館、博物館めぐり。⑥ 奥多摩の自然を少しでも深く知りたかったし、同時に様々な人との交流を求めている。⑦ 自然に対する知識、物の見方を学ぶことができた。⑧ガイドと道案内とは違う。

① <sup>なかむら ともえ</sup>中里 與志江 ③ 東京都 ④ 青梅市 ⑤ 太極拳も 20 年を迎え、まだまだですが「継続は力なり」で長く続けたいと思っています。

⑥ 子供が成長して時間ができ、何をしようかと考えていた時、「新聞広告」の記事を見たのがきっかけです。⑦ 平成 12 年から「名人達人観光ガイド」をさせて頂き、来年で 20 年になります。良い仲間にも恵まれ、今まで健康に過ごせたことです。⑧ 会員の皆様が、「参加してよかった。また来てみたい」と思っていただけのような心がけています。

① <sup>すぎうら しのぶ</sup>杉浦 重明 ② 会社員 ③ 東京都 ④ 昭島市 ⑤ 将棋及び指導員 ⑥ 以前駅前にあった食堂「寿々毘家」のご主人が高校の同級生で、新聞広告でガイドを募集しているという話になり、「応募したい」と話したら「お前は真面目だから俺も応援するよ」と言ってくれました。5 回の登山、5 回の講義ではあったが毎回参加しました。応募者は 90 名を上回った。⑧ 安心安全

訂正とお詫び「来させえ」54号

① 表紙の写真に誤りがありました。キバナノヤマオダマキは右の写真が正しいものです。



② 6 ページ「豆知識」8 行目 2 文字脱字していました。太字下線部追加です。

大館勇吉の著書引用部「奥多摩の国立公園は全域が、これ山紫水明一親愛できる山と川、懐を開いて愛児を待つ母にも似た感情を抱かせつつ遊子を受け入れる国立公園といえましょう」

- No.24 10月 23日 (水) 山里歩き「峰集落」
- No.25 10月 29日 (火) 大岳山 (愛宕山・鋸山)
- No.26 11月 13日 (水) 倉戸山 (紅葉を楽しむ)
- No.27 11月 15日 (金) 紅葉の奥多摩むかし道
- No.28 11月 26日 (火) 多摩川右岸を歩く
- No.29 12月 4日 (水) 初冬の六ツ石山
- No.30 12月 10日 (火) 山ふるでそば打ちと植物観察
- No.31 1月 18日 (土) 日の出山から大塚山

奥多摩ふれあいまつり

日時 11月2日(土)、3日(日) 10時～16時  
場所 奥多摩総合グラウンド (登計)  
奥多摩町住民と触れ合えるいいチャンスです。ぜひお越し下さい。

どんぐり

どんぐりとは「団栗」と当て字で書きます。団は丸いという意味で丸くて栗のような物という事でしょう。山道を歩いていると、どんぐりがついた枝がよく落ちていきます。これはハイイロチョッキリという虫が、どんぐりの中に卵を生んで切り落とすのです。

どんぐりについているお椀のような、どんぐりの帽子のように見えるもの、それは、木の実を守っている殻斗(かくと)と言うものです。



どんぐりについているお椀のような、どんぐりの帽子のように見えるもの、それは、木の実を守っている殻斗(かくと)と言うものです。殻とは、表面を覆っている硬い殻のこと。斗とは、ひしゃくのような器のことです。

奥多摩の山に多いコナラ、ミズナラ、シラカシ、アラカシなどは、春に花が咲き秋に実をつけます。しかし、奥多摩ではあまり見かけないウラジロガシ、アカガシ、マテバシイ、クヌギなどは実るまでに 2 年かかります。

参考資料 どんぐりノート 文化出版局

次号発行予定：令和 2 年 1 月 15 日

発行 一般社団法人 奥多摩観光協会  
住所 〒198-0212 奥多摩町氷川 210  
電話 0428-83-2152 FAX 0428-83-2789  
編集 名人・達人観光ガイドの会