沢登りのリスク回避

佐　藤　裕　介（石川労山めっこ山岳会）

沢を登り詰めて山頂に立つという沢登りは、日本が生んだ登山スタイルであり海外ではほとんど実践されていない。元々、山道が整備されていない中で山中を歩くには日本の場合、沢筋を辿るのがもっとも容易で、山頂を目指す最初のルートは沢沿いであることも多い。急峻な山岳地帯が国土のほとんどを占め氷河がほとんど無い日本は沢登り向きであり多くの地域で沢登りを楽しむ事ができる。今回は、そんな沢登り山行でのリスクとその回避方法について考察してみたい。

私は現在、山岳ガイドを仕事としている。自分にとって沢登りは原点とも言える登山体系で、登山を本格的に始めてから４年間は無雪期毎週のように沢に向かったし、その後志向がクライミングよりになっても海外の沢を始め様々なスタイルの沢登りを実践してきた。しかしクライアントを安全に案内することが第一目的であるガイディングの場では、沢登りをほとんど行っておらず私の場合、ガイド山行に占める沢登りの割合は５％に満たない。理由は簡単だ。リスクが高いからだ。沢登りでは、クライアントの安全を確実に確保するのが難しい。後述するが、トラバース系の動きの中に不確定で難しい部分が多くなりがちで確保をしにくいジャンルでもある。山行メンバー全ての力量が問われる場面が多いのが沢登りである。以下、沢登りにおけるリスク要因を挙げながら、各リスクにおける対策について考えたい。

沢登りのリスク

・濡れによるリスク（低体温症）

沢登りでは衣服が濡れるという、特徴がある。特に泳ぎや深い水量での渡渉があれば良い雨具を使用していてもアンダーウエアを含めた全身がびしょ濡れになる。これは通常の登山では考えられないことだ。特に、ゴルジュやしぶきを浴び続ける長い大滝登攀では登山ジャンルの中で最も低体温になりやすい。冬山登山中でも乾いたウエアと防寒対策をしっかりしていれば登山の行動中にガタガタ震えたりすることは稀であるが、ゴルジュや濡れ続けるような大滝での登攀では、ビレーヤーは口を紫色にし震えながらリーダーを待っているという場面が往々にして見られる。濡れによる低体温は思った以上に深刻で、特に気をつけるべきリスクである。冬季登攀同様、リード役よりも長時間止まっていることが多いビレイヤーの方が低体温になりやすい。そういう場面では、経験の無い者は、「雨具等のウエアを着る」「行動食を補給する」「暖かい物を飲む」といった当たり前のことができなくなってしまう。力量に差がある場合、リーダーはそのケアを怠らないことが重要だ。

ほぼ、濡れずに済んでしまう沢登りもあれば、ゴルジュで泳ぎばかりの沢登りもあるのでその沢にあわせて適切なウエアは変化するが、沢登りでは通常の登山よりも速乾性のウェアを中心にした方が良い。濡れても暖かいと言われるウール系の素材は、通常の登山で想定される湿り程度では良い傾向があるが沢登リのように完全に水に浸かるような場合、いつ

までも水が切れず不快かつ寒い。メッシュ状のアンダーウェアが登場してからはアンダーウェアは上下ともそれにしている。泳ぎが連続したりゴルジュでの登攀がメインでない大半の沢登りでは、メッシュ状のアンダーウェアに速乾性の高い中間着と雨具をメインのウエアとし防寒着として化繊のジャケットを持参する事が多い。季節に応じて調節するのは通常の登山同様である。積極的に濡れるような泳ぎが連続したりゴルジュでの登攀がメインとなる沢登りの場合、上記メインウエアェ加えてネオプレーン製のウエットスーツを持参すると良い。コアの部分だけを覆う半袖タイプが、泳いだり歩いたりで体温調節が必要な多くの場面で扱いやすい。泳ぎ中心の沢ではウォータースポーツ用のライフジャケットを使用することもあるが保温の面でも有効で体温調節もしやすく便利である。

極端に低温に曝される晩秋の称名川ゴルジュの試登時は全身ドライウエアでトライした事もあったが、動きやすさや体温調節のしにくさ、首や手首の圧迫などを考えると沢登り向きではない。

幕営地についても、ウエアは濡れたままと言うことも多く、そんな時は焚き火で全て乾かしてから就寝という流れを作れない遡行者は、相当辛い夜を過ごすことになる。焚き火技術も沢登りでは重要な技術である。

・増水によるリスク

当たり前の話になるが沢登りは、水流と共に山行が進む。水量の増減によって沢の難易度が大きく変化するのが沢登りの特徴のひとつである。山行中の降水ばかりではなく入山前１週間ほどの降水量は水量に大きく影響するし、そのシーズンの中期的な降水量や、雪解け水の量に関わる冬の積雪量なども視野に入れて山行計画を練る必要がある。

入山前に増水が見込まれる場合、計画した山行を中止したり当初の計画より増水の影響を受けにくい沢に変更することがリスク軽減に繋がる。増水が分かっているのに自分にとって厳しい沢に入渓するということが無いように、沢登りでは増水による変化が非常に大きいと認識して計画時から常に代替プランを２～３個ほど用意し柔軟に対応できるようにしたい。

以下、入山してからの増水について考える。

リスク軽減の為には増水していること、増水が間近に迫っていることを早く認識することが重要である。自分がいる場所での降水は、当然認識できるはずだが、沢の増水は上流側での降水にも気をつける必要がある。現在地ではそれほどの降水でないあるいは全く降水無い場合でも、上流では局所的な豪雨になっているかもしれない。気象変化が激しい山岳地域では珍しいことではないので、上流の雨雲の様子には気を使う必要がある。増水時および増水直前には沢の水の濁りが重要な増水のシグナルとなる場合が多い。濁りが出たら増水が始まると思ってすぐに対処する。集水面積が広い谷は、予想以上に増水量があり上部がスラブ状の沢ではそれが顕著である。またゴルジュ状の沢では、水位が一気に上がりやすいし、逃げ場が少くなりがちだ。いつでも逃げられる退路を確保しておき、出水が早い沢では早めに高台にあがり様子をみた方が良いだろう。局所的な夕立などによる増水は出水が早い沢ほど増水しやすい半面、減水も早いので落ち着いて待ったほうが良いことが多い。

夜の降水が考えられる場合は、ビバーク地の選定も重要だ。増水に備え常に退路を持つことが重要で、当然ながらどんな場合でも中州など退路が無い場所で夜を過ごすことはあってはならない。暗闇の中（しかも雨天時）の行動は思っている以上に大変だ。増水した沢から逃げる為に渡渉することは非常に危険

である。ゴルジュ等で、退避しにくいビバーク地で夜を過ごさなければならない時は、高台への退路にフィックスを張っておき、いつでも逃げられるようにしておく用意が必要だ。

・渡渉や泳ぎによるリスク

渡渉や泳ぎによって水流を突破することが沢登りではある。水流を渡っていく渡渉時は、ビレイによる安全確保がしにくい場合が多い。なるべく上流からビレイし失敗したら岸側に寄せられるようにしたいが、沢の形状的に良いポイントでビレイできないことも多く、失敗が許されない状況になりがちだ。両岸から支点をとりフィックスを張ってそれを手がかりに渡渉すのはバランスが取りやすく有効ではあるが、水流に対し直角に張ると失敗時はそのフィックスにセルフを取っていてもＶ字状にロープがたわみ抜け出せなくなってしまう。形状的にビレイもフィックスも難しい場合は２人や３人でスクラムを組んで渡る方法も悪くない。身長の低く渡渉が弱いを下流側にしたり、３人組みなら真ん中に配置して行くと良いだろう。下流に滝などがある場合、当然失敗は許されない。渡渉の難しさは、水量、流速に加え、沢の濁りや川床の滑りやすさなどに影響されるので、しっかりと見極めて渡渉に移りたい。判断は、最も弱いメンバーがそれをこなせるかどうかである。

水量が多い場合は、泳いで水流を突破する場面もでてくる。滝への取り付きで泳ぐようなときは特に、水の流れに気をつけたい。滝の落水ポイントには底に沈み込む水の流れがあって不用意に近づくとそれに引き釣り込まれる。滝や急な流れで白濁した部分では浮力は一気に落ち、重い登攀具などを身に着けていると特に沈みやすい。中でしっかりと防水されたザックは浮力となるが、ゴルジュや泳ぎが続くような沢では、ライフジャケットがあると便利な場合が多い。クライミングロープはほとんどの場合で沈んでしまうので、渡渉や泳ぎの補助としてはフローティングロープを使用した方が安全な場合が多い。

・滝の登攀時におけるリスク

滝の登攀や沢側壁の登攀は、通常のクライミングとは違い濡れている場合が多いことだ。加えて脆く浮石も当然のように待ち構えているし、プロテクション取りづらいことも多いので慎重な登攀が必要だ。日本でのクライミングで最もピトンを打つ頻度が多いのは沢の登攀だと私は思う。一部のメジャーな沢登りルート以外の登攀的な沢では、常にピトンを打つつもりで用意すること。プロテクションが取れる場所が限られ登攀ラインから外れることも多く、ロープは屈曲しがちだ。屈曲した重いロープを引きづりながらだとコケや濡れで滑りやすい滝登りでは危険に陥りやすいのでランナーを長めしたりハーフロープの使用でロープドラックを防ぐ方策をとる。

滝つぼを巻くようにしてトラバースしたり、高巻きでの登攀でトラバースが入ってくることが多いのも沢登りの特徴で、ロープで確保されているフォローでも落ちると怪我に繋がるような場面も多い。ここでも最も弱いメンバーが安全に通過できることを考える必要があるし、厳しい沢は力量の揃ったメンバーで望むことが重要だ。

・草付きでのリスク

沢を高巻く場合や、最後の詰めの部分で、遡行者を悩ませるのが草つきの処理である。傾斜がある草つきでは、プロテクションも取れないしトラバースすることも多くロープをだしても安全に通過できないことが多い。装備的にはアイスバイルなどを持参すると草つきや泥壁に打ち込んで手がかりの補助とすることができて少しリスク軽減に役立つ。

・落石によるリスク

急峻な谷に分け入ることが多い沢登りでは他のジャンルの登山よりも、落石が多い。入渓時は当然、ヘルメットを着用すること。基本であるが休憩ポイントやビバーク地の選定はまず落石がないことが最優先である。滝の登攀や、高巻き時は人為的な落石が起こるものとしてビレイの位置や、通過時間隔、ルート取りを考えて行動すること。

・スノーブリッジ、雪渓によるリスク

豪雪地帯および高所では秋でも雪渓が残り、沢に危険なスノーブリッジがかかっていることがある。スノーブリッジの通過は潜るか、スノーブリッジ上を行くか、高巻きするかの選択となる。だいたいスノーブリッジがかかるようなところは、両岸が急峻な草つきであるここも多く、危険なスノーブリッジに怯えながら通過せざる得ないことが多い。雪庇と同様、数値化しきれない危険でなるべく安全側で行動するしかないのだが、スノーブリッジのない時期や年（雪が少なく雪解けが早い）を選んで計画することが第一である。

以上のように沢登りに現れる主だったリスクにを挙げたが沢登りの場合、事故時、緊急時にエスケープすることが難しいことが多く、救助を得ることもできない場合が多いことも大きなリスクと言える。沢筋では携帯電話や無線による通信もできないことが多し、通信ができたとしても尾根ルートと異なり、ヘリでの救助もしにくいので、ちょっとした事故でも重大な結果に繋がりやすい。前記したようなリスクをなるべく軽減するには、全てのメンバーがその沢を遡行するに足る一定以上の力量を持つことが重要である。