東黒沢ハナゲの滝（沢登り）　2023年9月13日　快晴　大前、佐藤、諏訪、島田、（ブナの会横田川氏）

白毛門登山口駐車場で沢靴に履き替え花崗岩スラブ沢の河原歩き、ハナゲの滝の上部に到着。ここでビレイをしてもらい滝クライミングの練習で技術を学んだ。その後さらに遡行し“懸垂下降の滝”（自分命名）を登り懸垂下降で降りた。ここで折り返し、往路では、ふちで泳いだりと楽しみながら下山した。

学んだこと：出発時、河原歩きで遭難する例があると聞き、油断は禁物！

ハナゲの滝上部で、ハーケンの打ち方、正しいセルフビレイの取り方等教わった。（①ハーケンは２本以上打つのが基本で、スリングにカラビナをかける時一本のハーケンが外れてももう一本で支えるようにするのが基本）（②ハーケンはクロモリを使うのが基本で、どうしても岩がもろく、クロモリでは効かないときは軟鉄ハーケンを使う。クロモリは曲がらず再利用可能、軟鉄はグニャと曲がり再使用不可能。（③ハーケンを外すときは横をたたいて外す。）

クライミングの練習では、フェルト靴が滑らないため小さい段差の立ちこみや滑ったスラブへのスメアリングが非常にうまくできた。スメアリング技術は去年のガマスラブで学び、すごくパワーアップしていた。ヌルヌルの岩でも滑らないフェルト靴は魔法の靴であることが分かった。

へつり歩きの基本として、なるべく上部を歩かないようにするのがコツだそうだ。（万一落ちたとき高度差があると危険なため）。よく見かける斜めったいやらしい岩場には逆層スラブと呼ぶ名前がついていることも教えていただいた。“懸垂下降の滝”では、細かい段差が多かったため、エッジングを多用して登った、地下足袋等よりも底が固い沢靴のほうが、有利であることが分かった。

懸垂下降では、バックアップの方法を学んだ。万一落石とかで、気を失っても地面に落っこちないようにプルージック結びを使って、自動ブレーキを作る技術だ。懸垂下降は、あまり上手くロープに体重をかけられず不安定だった。練習する必要を感じた。

往路中ふちで泳ぎ、ザックを背負った状態でのラッコ泳ぎとビート板泳ぎをやった。ビート板泳ぎのほうが前を見ることができ泳ぎやすかった。

色々教えて頂きありがとうございました。お世話になりました。

記録：島田（沢登り初デビュー）