丹沢　葛葉川本谷

期間：２００９年7月２５日
メンバー：野澤（記）

８月の盆休みに上ノ廊下を遡行することになった。5月の怪我以来沢へ行っていないので、沢に慣れることから始めようと、遡行しやすい葛葉川へ行くことにした。
リハビリ山行第一弾。

葛葉ノ泉横の駐車場で着替え遡行準備完了。
天気も悪くなるようで、駐車場に車が無い。
しかし、いつもならば子供たちが水遊びしているのに誰もいない。葛葉ノ泉に「ヒルがいました」の張り紙のせいか？
前日からの雨のせいか水が多いようだ。沢の中も木や枝が覆いかぶさっていて沢が暗い。
くもの巣も多く小枝で払いながら登る。
最近誰も来ていないのかな？
しかし、以前来たときよりも水は多くかなり面白くなりそうな予感がする。
傾斜の緩い小滝が多く、滝中央を積極的に登る。水しぶきが弾け、頭からびしょ濡れ。
夏はやっぱり沢が気持ち良い！

久しぶりなので、歩き方がぎこちない。これで滑って転んだら元の木阿弥だ。慎重に且つ楽しむ。
太平橋下を通るときには、勘が戻ってきたが、久しぶりの山のせいかあごがあがっている。
情けない。少し行動食を食べて気合いを入れ直す。５mトイ状滝を越えると湧き水がでていた。最近湧き水マニアになっていて必ず味見している。ここのお味は如何か？
草を通った水は苦味と雑味があるが、ここの水は岩清水から生まれたばかりの癖の無いあっさりした上質の水だ。
汲んで帰りたいが、既にバテ気味なので今日はやめることにして、ゴクゴク飲んで先へ行くことにした。

小滝をゆっくり登り沢靴のフィット感を感じる。滑らずうまく登れる。
確かな手応え？足応えにホッとする。
あっという間に二俣に着いてしまった。
久しぶりの沢に大満足だ。
また、雨が降ってきた。
三ノ塔尾根～三ノ塔～二ノ塔経由で葛葉ノ泉に下山する。

葛葉ノ泉で沢靴を洗っていたら、何と靴にヒルが！以前ほど驚かなくなったがやはり気持ちは良くない。他にいないか慎重に調べる。
最近丹沢の登山道を歩いた後でも油断がならない。

上りで大きく踏み込むときに力が十分入らない。下降時も段差が大きいところは、十分に膝が曲がらない。でも、痛くはない。
まだ、もう少しリハビリが必要のようだ。
慌てずにじっくり山を楽しみながら、山向けに治していく。