



松下暉佳



久湊行起



土肥真人



松永怜志



吉田祐記



上本雄平



楠本奈生



柴田大吾さん



しづこたんさん

2023/08/07~09

多摩川 138km 人力の旅の記録

(みたけレースラフティングクラブ)

沼倉さん
David さん
(トレックリング)

島田さん
(river commune)
市原さん

(二子玉カヌー部)

多くの人と会い、多摩川のすべてを見つめ、流域を考えるために

堀井さん 安立さん 戸高さん
五十嵐さん 升田さん 流田さん 吉無田さん
(かわさき水辺の楽校・多摩川エコミュージアム)

清野隆さん
(エコデモ財団理事)
清野朱里さん

上原さん
(きぬたま遊び村)
牛島さん 石橋さん 前田さん親子
(うのき水辺の楽校)

佐川さん 中澤さん
(だいし水辺の楽校)

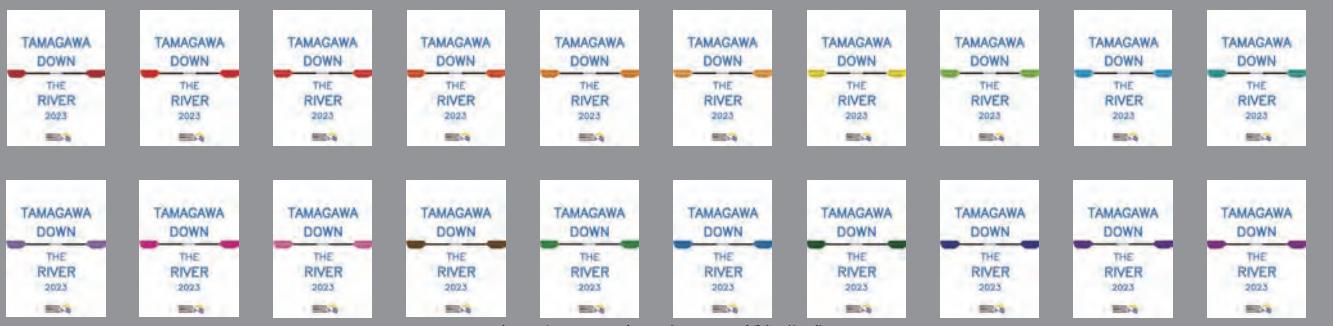
岡本さん
(多摩川とびはぜ俱楽部)



オリジナルTシャツ

3日間の多摩川下り専用のTシャツを色別で20着作成。

行く先々で個のTシャツを着て各地の多摩川に関わる方々と記念撮影をした。



裏はオールの色ごとに20種類作成

目次

2p. 全行程マップ

3p. DAY 1 の発見

天からの一滴、基本下り、人間の営み

4p.

- DAY 1 行程マップ

5p.

6p.

- DAY 2 行程マップ

7p.

8p. DAY 2 の発見

風景、地形、生態系、
太陽と私たちの位置関係

9p. DAY 3 の発見

歓迎と感謝の連続、
疲労困憊と体力の限界、
「心をひとつに」

10p.

- DAY 3 の行程マップ

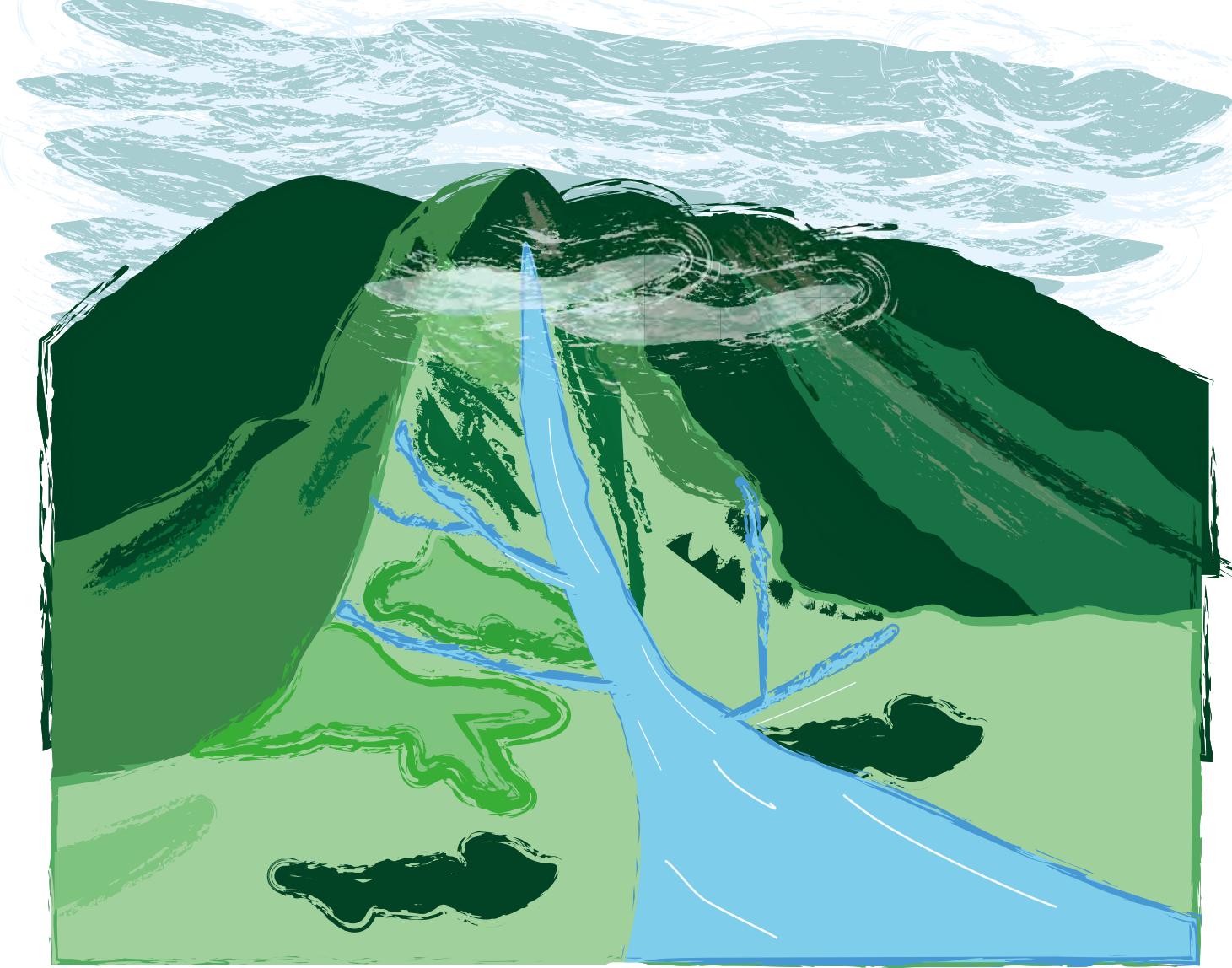
11p.

12p. おわりに

ことの発端

2023年6月、みたけレースラフティングクラブの柴田大吾さんが私たちの研究室に来てくださいました。そこで中学生たちが多摩川138kmを登山とサイクリングとカヌーイングで5日間かけて下っているという話を伺った。心底羨ましかった。「僕たちもやりたい」と何気なくいったことが、柴田さんの頭の中で一瞬にして「じゃあ3日間でやりましょう」という言葉になって返ってきた。それがことのはじまりである。想像のできない状況下で下りきれるかどうかという不安と、まだ見ぬ多摩川の水と自然が魅せる景色と体験への期待を織り交ぜながら、私たちは8月7日を迎えた。この旅はただ私たちが多摩川を楽しみ下るというレジャー、冒険ではなく、多摩川の自然の力と多摩川に関わる仲間たち全員のサポートを受けながら、流域を考えよう挑んだものである。本報告書を手に取っていただいた方には、多摩川流域が作り上げる生きものとコミュニティの豊かさを追体験してもらえばとても嬉しい。

DAY1 8/7 05:30~17:30 水干→御岳



基本下り



笠取山登山口から御岳までの自転車道は基本下りだった。急坂の地点では自転車を漕がなくても 40 キロほどのスピードが出来たことで、自分自身が持っていた位置エネルギーが運動エネルギーに変換されていくことを実感する。基本下りだと思っていたところにたまに上りがある。下りの中の上りのしんどさに、心が折れそうになる仲間もいた。位置エネルギー獲得の大変さを改めて感じた瞬間であった。

川の水も私たちと同じである。水干から垂直に落ちた水は大きな位置エネルギーを持ち、運動エネルギーに変換され、私たちが住む平地へと流れてくる。流れてきた水がその莫大なエネルギーを使い、地形を削ったり、土砂を運んだりすることで壮大な自然の風景が生まれると考える。

1日目は御岳から笠取山登山口まで車で上る。そこから水干まで山登りをした。その後、登山口まで戻ってきて、御岳まで自転車で下った。水干で垂直に垂れる水を見て、そこから位置エネルギーによって下っていく体験をした。

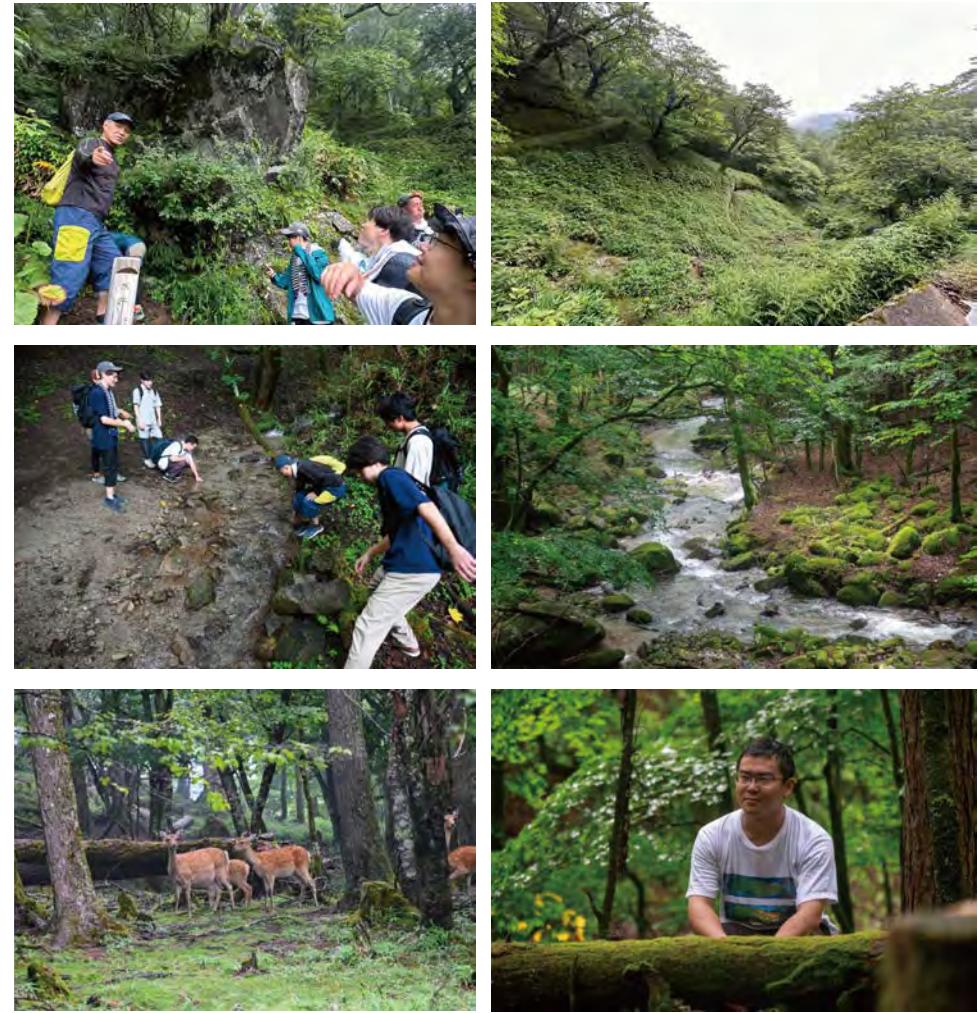
天からの一滴

多摩川の源流は垂直だった。雨が降り、水干から垂れる水は垂直で、その100m先では私たちが想像するなどらかな川だった。

水干から垂れた水は土に染み込み、湧水として再び地表に姿を表し、川となっていく。水はミネラルを含んだ硬水として湧き出でおり、仲間の中には普段私たちが飲んでる軟水の水との味の違いに気づくものもいた。

最初は細く、水量の少ない川がいくつもの支流と合流してだんだんと大きな川へとなっていく。そこではまだ、この川が莫大な水量となり海へ流れ、その水が蒸発して雲となり、雨が降ることで、また戻って来ることは想像出来なかった。

笠取山の中は、広葉樹・針葉樹が立ち並ぶ森林と岩に繁茂した苔、川が作り出す風景が広がっていた。時折、森林の中から鹿が姿を表し、私たちの方をじっと見て立っていた。あれは私たちのことを歓迎していたのか、それとも警戒していたのだろうか。そんな自然に囲まれ山を上って行くうちに、自分自身が植物や動物等の自然の住みかに入って行くような感覚になった。



人間の営み



鮎は秋遅くに河口近くの瀬で孵化し、海へ降りた後、成長するにつれ冷水を好むようになり、川を遡上し始める。鮎は調布取水堰から八つの堰を越え、白丸ダムの大規模な魚道を上り、小河内ダムまで遡り着く。この小河内ダムには魚道はないため、鮎の遡上はここで終わる。鮎にとっては小河内ダム下まで上れば十分なのか、それとももっと上流まで行きたいのだろうか。そんなことを思いながら奥多摩湖を下った。小河内ダムは人間の生活に必要な電力を発電し、大雨時には水量を調整することで、洪水から人の生活を守る。人間が生活するためには、自然の莫大なエネルギーを利用しなければならない。しかし、それがアユなどの生態系の分離や自然の破壊をもたらすことにもつながることを改めて感じた。

DAY1 8/7 05:00~17:30

Yuki YOSHIDA Masato DOHI Daigo SHIBATA SYOKOTAN Koki HISAMINATO Akiyoshi MATSUSHITA Reishi MATSUNAGA Yuhei UEMOTO

水干→御岳

09:00 08:00 07:00
10:00 11:00 12:00

14:00

凡例
※名称不明
：橋
：堰・ダム
：休憩ポイント



0m 500m 1km 2km



多摩川の最初の一滴。緩やかに流れる下流とは違い、水干では垂直に水が落ちる。ここから多摩川 138km の旅がスタートする。水干から少し下ったところには、一度地面に落ちた水が湧き水となり出てくる。飲んだ瞬間喉の渇きが潤され、普段飲んでいる水と源流の水との水質の違いを感じる。

水干



分水嶺

笠取山登山口から水干を目指して山登りスタート。少し眠さが残る中、入念に準備体操をして出発。登山口の入口あたりはまだ針葉樹が多かったがどんどん進むにつれて広葉樹が増え、樹種も多くなっていった。100 年前、人間の活動によって裸山となった場所とは思えないほど豊かな森であった。



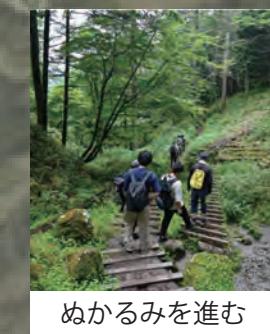
笠取山登山口



もののけ姫のこだまの真似



笠取山登山中



ぬかるみを進む

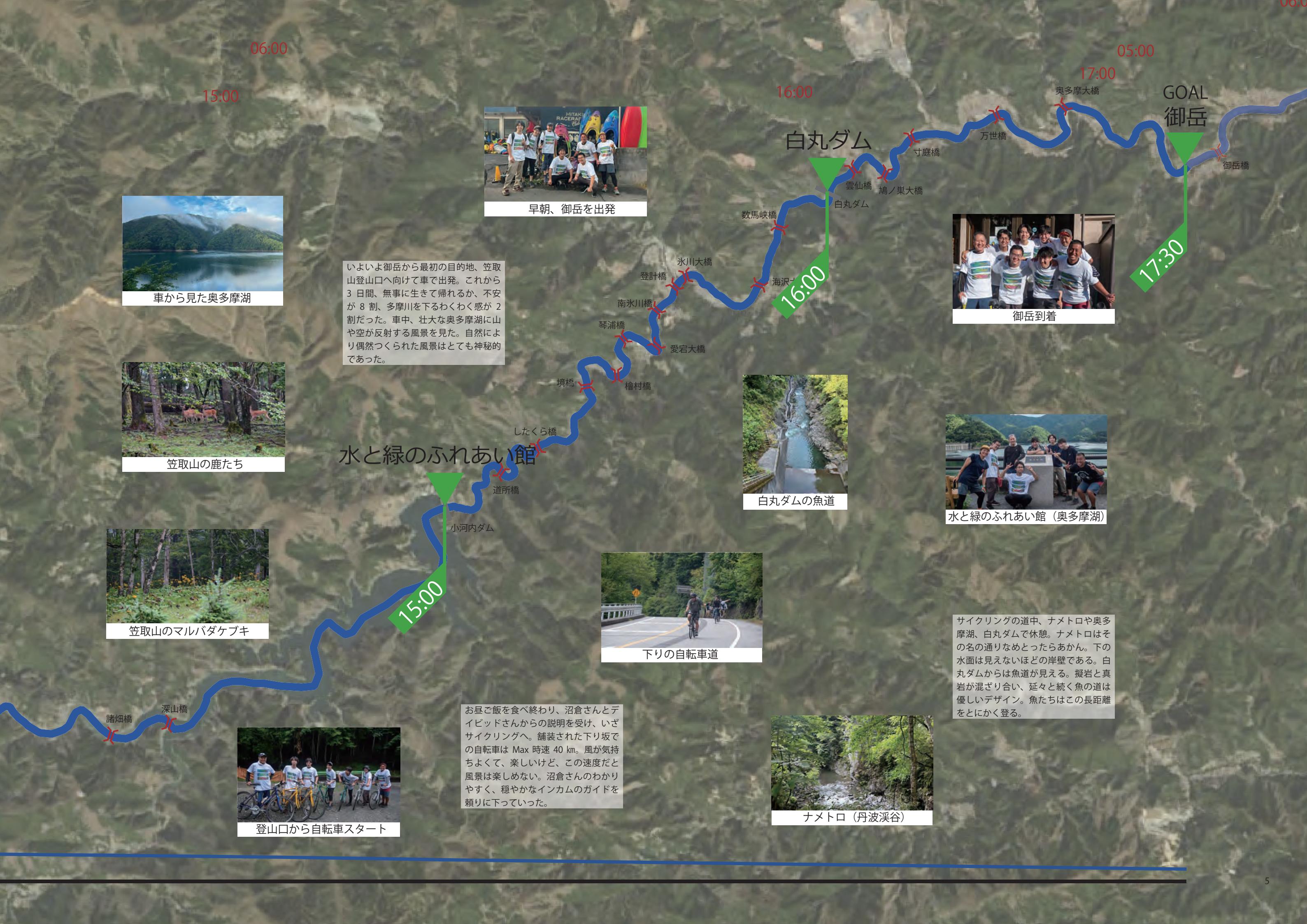
笠取山の中は植物や動物の住みかだった。霧に包まれた草原はマルバダケブキの黄色いお花畠となっていた。幻想的で美しい風景だ。森の中からは時折鹿が姿を現し、こっちを向いて立っている。山を歩いていると、そんな自然の中に自分自身が入り込んでいくような感覚になった。



笠取山登山中

ナメト口 (丹波渓谷)

13:30



DAY2 8/8 05:30~19:30

07:00

Yuki YOSHIDA, Masato DOHI, Daigo SHIBATA, SHOKOTAN, Koki ISAMINATO, Akiyoshi MATSUSITA, REISHI, Matsunaga YUHEI, Uemoto MARIA, Tsuda CHITOSE, Nakamura

御岳→南多摩

06:00

0m 500m 1km 2km

05:00

START
御岳



準備万端、御岳出発

05:30



御岳にて、朝日を受けて



水の流れを感じながら進む

ひんやりした朝の水、三つ岩に跳ね返るホワイトウォーター、暑さを忘れる。朝日が進行方向に時折まぶしく感じる。これから東に向かって下ることを実感する。ふと漕ぐ手を止めて流れに身を任せ、すずやかな風を感じる。ありのままの水の力と、その流れいくスピードを感じてまた漕ぎ出す。

08:00

釜の淵

08:30



釜の淵にて休憩、準備を整えて再出発



護岸ブロックでできた波を超える



青梅市民球技場近く

09:00

10:00

11:00



草の中をかき分けて進む※



前回は3時間ほどかけた釜の淵までの行程を1時間半ほどで下り、初めての休憩。これから行程の長さを感じる。だんだんと両岸が開けてきて建物などの人工物が見えるようになってくる。人影は少ないが、時たま釣りをしている人がいたり、キャンプ場にゴミが落ちていたりと人の活動の跡を目にする。

羽村の堰にて多摩川を流れる水のうち、実に6分の5が用水に引き込まれる。都市を潤すのに必要な水量の膨大さとそれを扱う都市の規模の大きさを感じる。これほどの水量を取り上げて下流の生態系などに影響はないのだろうか。羽村から秋川が合流するまでの間、水が少くなり、歩く回数が増える。



羽村取水口

River Level

Sea Level



DAY3 8/8 06:30~18:15

YUKI Yoshida MASATO Dohi DAIGO Shibata KOUKI Hisaminato AKIYOSHI Matsushita REISHI Matsunaga YUHEI Uemoto YUDAI Masumitsu TATSUYA Ogura RYUSEI Murata RYO Ito

南多摩→羽田

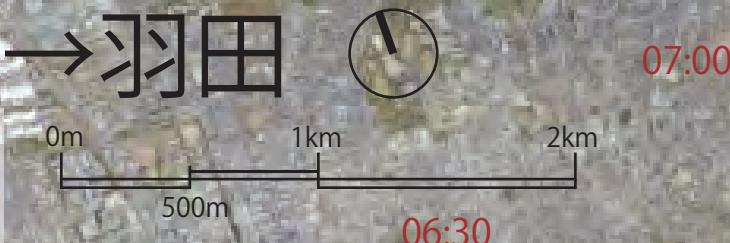
凡例

※名称不明

：橋

：堰・ダム

：休憩ポイント



START
南多摩

是政橋

府中四谷橋

京王線

関戸橋

南武線

大丸用水堰

06:30

07:00



二ヶ領せせらぎ館 2階



二ヶ領宿河原堰

3日目最初の休憩は外の猛暑と対照的な
クーラーの効いた部屋で体と心のエネルギーを補給。せせらぎ館の方々の笑顔が動
力に。再出発時はカヌーを持ち上げ陸を歩く。水上では感じない重さに悲鳴を上げる。
浮力に助けられている事に気づき再び水上へ。この区間は流れが少なく漕ぎ続けると進まない。体力を武器に次のポイントへ。



宿川原の堤防上※

二ヶ領せせらぎ館

稻城大橋

多摩川原橋

京王相模原線

二ヶ領上ヶ原堰

多摩水道橋

多摩川橋梁

宿川原堰

きぬたま遊び村付近の堤防の上で上原さんが手を振って待ってくれた。次の休憩場所の二子玉川までもうひと踏ん張りの元気をいただいた。雲行きがだんだんと怪しくなってきた。すぐに出発する。夏の入道雲か台風の雨雲か。空を覆う分厚い雲が日射を軽減してくれるがその反面、ゲリラ豪雨を恐ながらただただ晴れを祈る。

二子玉川

新二子橋

二子橋

11:30



南多摩是政橋下

ついに最終日が始まる。前日までの疲労で体が重たい。応援に行くよ!と知られて下さった方々に会えることを願い、カヌーを漕ぎ始める。全日参加メンバーはパドルの扱いに慣れてきた。3日目参加メンバーは初めての操作に苦戦し一部で不和が。堰で発生する流れに翻弄されてクルクルと回る艇も。



南多摩是政橋下

10:00



二ヶ領宿河原堰下流



二ヶ領宿河原堰下流



南多摩是政橋下流※



南多摩是政橋下流



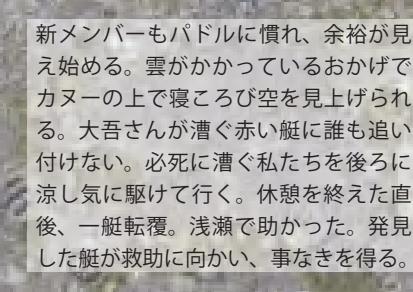
多摩川原橋下流※



宿川原堰下流

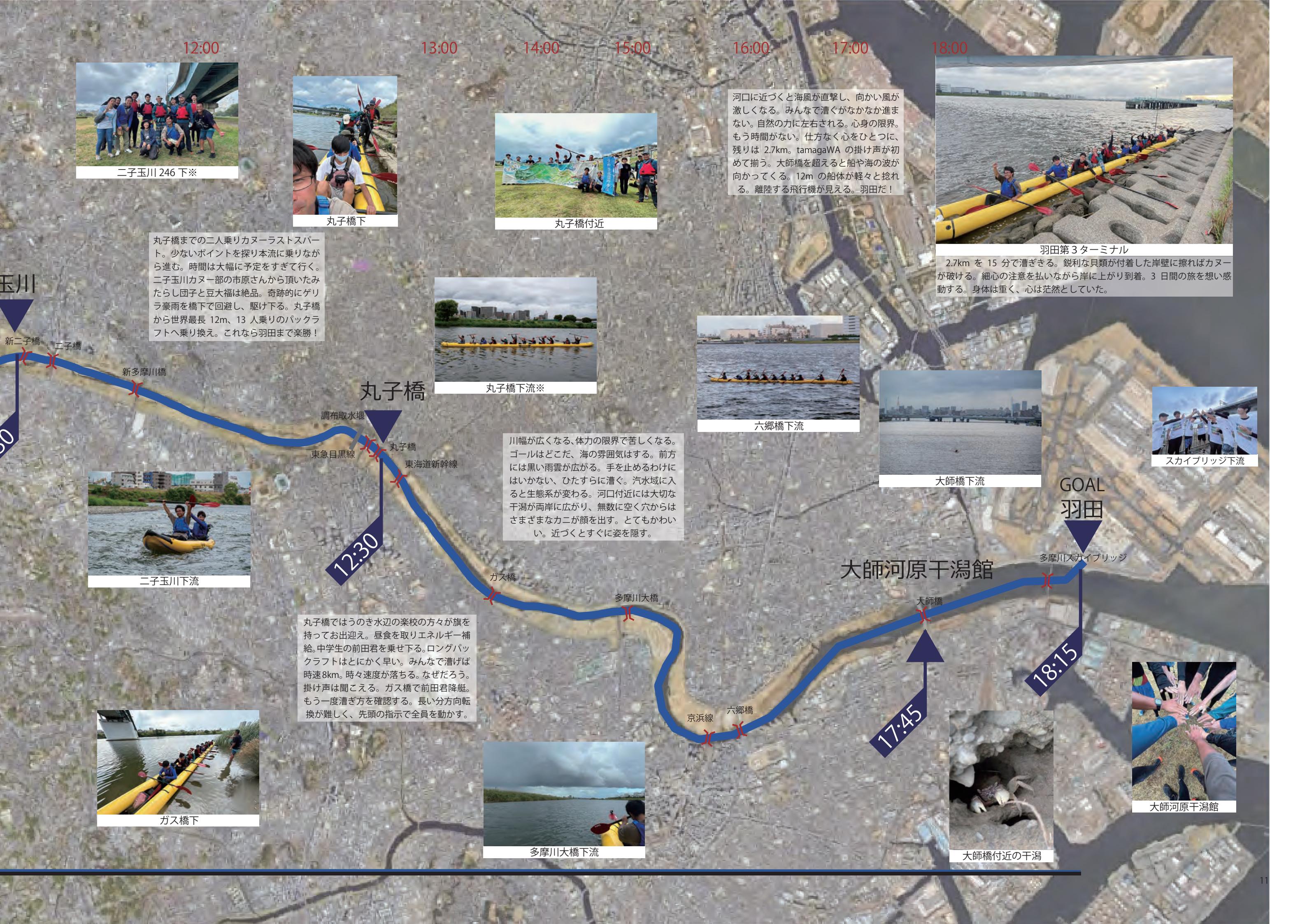


二ヶ領宿河原堰上流



新メンバーもパドルに慣れ、余裕が見え始める。雲がかかっているおかげでカヌーの上で寝ころび空を見上げられる。大吾さんが漕ぐ赤い艇に誰も追いかけてない。必死に漕ぐ私たちを後ろに涼しげに駆けて行く。休憩を終えた直後、一艇転覆。浅瀬で助かった。発見した艇が救助に向かい、事なきを得る。

River Level
Sea Level



DAY2 8/8 05:30~19:30 御岳→南多摩

2日目はいよいよ上流御岳からカヌーで多摩川を下り始める。午前はパックラフトで、昼過ぎからは女性2名を新たに加えて二人乗りダッキーで下っていった。丸1日下ってみて、多摩川が作り上げる風景、生態系、地形の変化を体験し、そして私たちが太陽とともにあることを再確認する。

風景



早朝に御岳を出発し、冷たい上流の水温を感じた。天候にも恵まれ朝日を目指すように上流から軽快に下って行った。中流付近になると、普段釣りをしている人であふれている土手は、台風の影響か全く人がいなかった。午後になり、上流から中流域にやってくると、徐々に水の流れが穏やかになり、水の量も少なくなる。水嵩が浅すぎることで舟艇を押して歩かなければならぬことが多い、気力と体力が削がれていった。また立つと足元にばかり気を取られ、周りの景色を楽しむことも少なくなっていた。次第に辺りも暗くなつていき、どの場所が水嵩が浅いかも判断しにくくなついていく。午前とは打って変わり、水の量に左右されることで、予想の到着時間よりも大幅に遅れてゴールのは政橋に到着したとき、疲弊した私たちを讃えるかのように後ろには美しい夕焼けが広がつていった。

牛群地形



1950年代に多摩川で砂礫の大量採集が行われ、牛群地形を構成する平山砂層が現れた。地層の歴史は約160万年前まで遡り、後の東京湾にあたる内湾の浅海性の地域で堆積したものと見られている。川に削られ残った細長い層の高まりが牛の群れに見えることから名づけられた。しかし近年の河川改修や気候変動による洪水の影響で、主要部分はほとんど消滅している。多摩川中流域に突如現れるこの幻想的で美しい地層の大群は、私たちを驚かせた。この地形がある空間だけ、他の河川領域と比べて時間の流れ方がゆっくりに思えた。

生態系



上流の水域は森や木々に囲まれ、朝の鳥の鳴き声が聞こえて心地よい。漕いでいる途中はトンボが遊びにやってくることもしばしばあった。水も澄んでいて、ホワイトウォーターでない限り水の中の状態がよく分かる。羽村までの間にはテトラポットが多数ある地帯がある。その下の部分では流れが激化し、もし足を滑らせてしまえば吸い込まれて抜けなくなってしまうほどである。川を下る我々にとって危険な場所であるが、同時に川に生息する生き物たちにも、この不自然な人工物は脅威的であるのは想像に難くない。堰を超えて中流域に入っていくと一転して、住宅街が見えるようになり、鳥たちの姿は見えなくなった。舟艇を押してみて初めて、中流域の水の底の岩々には藻が繁茂して滑りやすいくことに気づく。水が少ないと午後の照り付ける太陽の影響で水温も上流より高く、水辺の生き物も住みにくく感じた。

太陽と私たちの位置関係

私たちを乗せた多摩川を乗せて、地球が自転した



DAY3 8/9 06:30~18:15 南多摩→羽田

歓迎と感謝の連続



10:00 かわさき水辺の楽校 (右岸)
23.0km ポスト

二ヶ領せせらぎ館



二ヶ領せせらぎ館ではかわさき水辺の楽校・多摩川エコミュージアムの方々に迎えられ、おにぎりでエネルギー補給と水分を補給。狛江花火大会の有料会場として準備が整う中にも関わらず、ダッキー 4 艇の堰越えをあたたかく&楽しくサポートしていただいた。

羽村市郷土博物館 (右岸)

56.6km ポスト

羽村取水堰では、大吾さんを通じ river commune の島田さんに出迎えていただいた。この堰では、上流部からの水の殆どが生活水として取水されるため水量は激減。そのため羽村堰以降は浅瀬が続き、殆どカヌーには乗れず、持ち上げて歩き抜ける。ここから各地の予想到着時間を大きく越えて行くことに…

みたけレースラフティングクラブ



10:30 砧・多摩川あそび村 (左岸)
河口から 20.4km ポスト
きぬたま遊び村



雲行きが怪しい中、きぬたま遊び村の上原さんが水辺まで応援に！当日、きぬたまの活動は雨天中止であったにも関わらず、疲労でボロボロの私たちを炎天下の元笑顔で応援いただき、私たちが見えなくなるまで見送って下さった。

疲労困憊と体力の限界



全日参加のメンバーは朝から疲労していた。厳しい環境下では日焼け・血豆・筋肉痛とじわじわ参加メンバーが追い詰められ、直射日光による脚の火張れで歩くことすら厳しくなることも。しかし漕ぐことは止めなかった。



丸子橋からはさらにメンバーが加わり、13人乗りのカヌーに乗り換え再び下り始めた。2人乗りに比べ 13 人乗りのカヌーは速度が速く安心したのも束の間、体力の限界に漕ぐことを止めるメンバーが増え、時には 1/11 人しか漕いでいないこともしばしば…

また、多摩川はこれまでの中流部とは全く違う表情を見せ始める。午後の時間帯は潮汐力による逆流と強くなり、始めた海風は向かい風となり、私たちの体力を限界まで削る。川幅は広がり、大きなボラがそこらで跳ね上がり、パドルからは塩水が垂れ、私たちは水上で停滞した。私たちは雑巾のようにくたびれた。

3日目はついに“ホームリバー”である下流域に突入。近くで活動される方々に、私たちのチャレンジをお伝えしたところ、真夏の炎天下にも関わらず水辺まで応援に来ていただいた。体力の限界と過酷な真夏の環境を乗り越えられたのは、皆さまのエールによるもの！

11:30 二子玉川カヌー部 (左岸)
18.5km ポスト

二子玉川 246 高架下



二子玉川カヌー部の活動でおなじみの 246 高架下の着岸ポイントで、エコデモ財団理事の清野さん親子、二子玉川カヌー部の市原さんが応援に！ここで嵐のようなゲリラ豪雨を凌ぎつつ、差し入れのみたらし団子とおはぎで癒された。

12:30 うのき水辺の楽校 (左岸)
丸子橋
13.2km ポスト

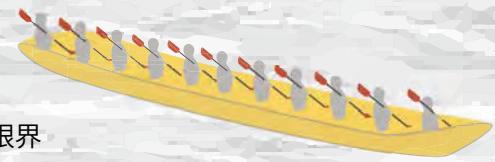


多摩川最後の堰である調布取水堰を超えて、ここから潮汐の影響を受ける汽水域に突入。大吾さんとておきの“超ロングカヌー (13 人乗り！)”への乗り換え準備を進める中、うのき水辺の楽校の牛島先生、石橋さん、前田さん親子が応援に駆けつけて下さった。周辺の川の地形や遊びに詳しい“子どもスタッフ”の前田さんと一緒に、嶺町小～ガス橋区間を下れ新鮮な力と気持ちをもらった。

「心をひとつに」



長い旅路を渡りついに到達した大師では、潮の満ち引き海風といった厳しい自然現象にぶつかり私たちはそれぞれが限界を感じていた。羽田までの残る 2.7km を完走するために自然と声を掛け合い同じカヌーに乗る 11 人が「心をひとつに」ラストスパート、厳しい上潮と海風に立ち向かう。



だいし水辺の楽校 (右岸)

大師河原干潟館

2.7km ポスト



漕げば漕ぐほど、海までの距離が広がっていくように感じてしまうほど、体力と精神の限界を迎える中、予定時間を過ぎながらも休憩のため訪れた干潟館では、だいし水辺の佐川さん、中澤さんにラストスパートの激励いただいた。羽田ゴール乾杯用のシャンパンまでいただき、干潟や葦原のカニたちにも見送られながら、ラストスパートへ。

18:15 多摩川とびはぜ俱楽部 (左岸)
0.00km ポスト

羽田空港



ゴール地点はスカイブリッジ左岸。ここでは多摩川とびはぜ俱楽部の片岡さん・岡本さん、土肥研究室メンバーが私たちの到着を今か今かと待ちわびて下さっていた。普段であればまとまらない私たちが「心をひとつに」してようやくたどり着いたゴール地点。応援に来て下さった皆さまの激励と差し入れのチーズやアイス・チョコ・小魚入りのナツツ菓子と枝豆の香りがする地ビールと手作りの紫蘇ジュース、そしてシャンパン。これまでの沢山の応援と達成感を噛み締めながら、集まった全員で笑顔の記念撮影。無事に下りきった喜びや経験は言葉にはならないけれど身体中をめぐり、皆さまのつながりや多摩川の自然への感謝の気持ちが沸きあがる。

多摩川 138km 完走 多摩川とある歓び



三日間の疲労困憊の中で得たもの

1. 澄んだ一滴が濁んだ大河となり、空と土を通って再び澄んだ一滴となる循環の不思議 2. 人力、ではあるが

それは自力ではなく、水の力と他の人々の力に支えられた旅 3. 多摩川と共に在る仲間と出会う喜び

この冒険はみたけレースラフティングクラブの柴田大吾さんとしょこたんをはじめ、多くの人の力と水の流れに支えられて完漕しました。私たちを応援してくださった皆様に厚く御礼申し上げます。

多摩川の冒険を通じて、水干から落ちた一滴が無数の支流と合流し、下流の広大な多摩川になっていく姿を実感し、その流れに伴い上流、中流で出た川ごみもまた下流に集まる 것을実際に見ました。多摩川が人の憩いの場となり、自然の棲みかとなるには流域に住む人全員が多摩川について考え、行動することが大切です。

多摩川が私たちをつなぎ、つながった私たちが共に多摩川を見守っていけることを心から祈っております。

多摩川 138km 人力の旅の記録

多くの人と会い、多摩川のすべてを見つめ、流域を考えるために

発行:一般財団法人エコロジカル・デモクラシー財団

Mail: ecodemo.found@gmail.com

・写真はみたけレースラフティングクラブ

・※印の写真はエコデモメンバー

