

山は健康の源(17)

熊野古道・中辺路

古道、街道、ロングトレイルを辿ることがブームになりつつある。歩くということが、最高の健康法であると認知されたことの証左と言っていい。自宅周辺をぐるぐる回るウォーキングも悪くはないが、三日坊主で終わってしまいそうである。なにかを長続きさせるには目標があったほうがいい。ということで、今回は熊野古道歩きを紹介したい。

我が国最大の半島である紀伊半島の南端に位置するのが熊野だ。「くま」には「隅」とか、「端」という意味もある。だから南端、だから熊野、南端だから熊野は遠い。「くま」には神様という意味もあって、昔の人たちは熊野は「神様のこもるところ」と考えたようだ。いつの頃からか、本宮大社、速玉大社、那智大社と呼ばれる熊野三山が祀られるようになった。詣でるには遠くて、難行苦行を強いられた分、御利益が大きいと信じられたのではあるまいか。宇多上皇に始まる熊野御幸は「蟻の熊野詣で」と、はやされるほどのブームを呼ぶことになる。

京都から淀川を下り、窪津(現天満橋付近)で上陸、海沿いに歩く。紀伊田辺から山中に分け入っていくのが中辺路で、熊野古道の代表的なコースとなる。平安時代のお公家さんたちは、中辺路を辿って本宮大社に詣で、熊野川を船で下って速玉

岩崎 元郎



大社に詣で、新宮から那智へと海辺を辿ってから再び山中へと入って那智大社に詣で、大雲取り小雲取りを越えて本宮大社から往路を引き返すようにして、京都に戻った。熊野三山詣では往復約700km、踏破するのに、20日から25日間くらい要したらしい。現代の我々には時間がないから、中辺路のハイライト部分、滝尻王子から本宮大社までをご案内しよう。1日目は紀伊田辺に泊まり、2日目、駅前からのバスで滝尻まで行き、五体王子の一つ、滝尻王子に詣でてから歩き始める。

王子というのは、熊野の神様の子供の神様と考えるのが一般的だが、沖縄では海の神様をオウチと呼ぶので、そこから来たという説もある。熊野三山の出張所みたいに考えると、分かり易い。昔の熊野詣ででは、各王子で休憩したり泊まったりしていたという。淀川から上陸した窪津王子に始まって、たくさんあるから「九十九王子」という呼び方もある。

ほくは自分が主宰する無名山塾の中に、「遠足倶楽部」を併設した。無名山塾は岩登り・沢登り・雪山登山のための基本を学ぶ登山学校。遠足倶楽部は中高年を対象にした一般コースで、山を学ぶ登山教室である。熊野古道の名前だけは知っていたが、積極的な興味を抱いていなかった。いま週末ごとに歩いているという、奈良在住の山塾会員から熊野古道の魅力を聞かされて、遠足倶楽部の登山教室のコースに取り上げてみようかな、という想いが胸をよぎった。いきなり中辺路は自信がなかったので、まずは大日越えをマナ板の上に乗せてみた。小栗判官と照手姫の物語で知られる湯ノ峯温泉に泊まり、大日越えで大斎原に立ち、本宮大社に詣でるというプランである。実際歩い





てみて、熊野古道の魅力が分かったような気がした。気を感じるのである。大日越えに自信を持ち、中辺路のプランを作り上げた。

窪津から続く古道は、ほとんどアスファルト舗装された車道に作り替えられていて、滝尻までは車道歩きに終始する。さすがに窪津から歩いてみようという気にはなれなかったが、初めての中辺路だから南部から歩いてみようと思立った。田辺駅近くにビジネスホテルをキープし、二日間費やして南部から滝尻まで車道の脇を歩いてみた。南方熊楠の墓の寄り道など、甲斐がないではなかったが、車道歩きは山好きにはNGであることを確認できたのが、最大の収穫であった。車道をトレッキングシューズで歩いたので、足裏に大きなマメを作るというオマケまで貰ってしまった。

今日のスタートは滝尻、と思うとホッとした気分になる。歩き始めるとすぐ山道の登りだ。我が家に戻ったような、居心地の良さを感じる。歩幅を小さく一歩一歩、ゆっくり足を踏みしめて行く。すぐに胎内くぐりとその上に乳岩がある。登りきると高原の集落に入り、高原熊野神社に着く。旧旅籠が立ち並ぶ通りを抜けると、再び山道に入る。いくつかの王子跡を過ぎ、逢坂峠を下ると牛馬童子像バス停。売店もあり、トイレもあり、

絶好のエスケープルートになる。

登り返すと箸折峠で、牛馬童子像と役行者像が立っている。峠を越えると目の下に近露の里が広がる。爽やかな眺めだ。近露を抜け、野中まで歩いて宿を取る。翌日はひと歩きで小広峠、下って登ってを繰り返して、三越峠に立つ。下って赤木越えを右に分け、登り返せば発心門王子。ここまでは本宮からバスの便もあるし、タクシーも呼べる。水呑王子跡、伏拝王子跡を過ぎ、小辺路を分岐する三軒茶屋跡を通り過ぎれば祓戸王子跡、旅のほこりを払えば、熊野本宮大社は目の前だ。速やかに家路につけば、この日の内に東京に戻ることはできるが、熊野まで出かけてきたのだからもう一泊。翌日、熊野川を新宮に下り、速玉大社に詣でてからの帰京をお勧めする。

いわきもと お
岩崎元郎

1945年3月、東京大井町に生まれる。東京理科大学中退。63年から69年まで昭登山岳会に在籍、登山の基本を学ぶ。

無名山塾主宰、日本登山インストラクターズ協会理事長。

ホームページ www.iwasaki-motoo.com

問合せ先

撰事務所 〒170-0005 東京都豊島区南大塚1-53-8

TEL 03 (3942) 0087 FAX 03 (3942) 0392

※無名山塾及び遠足倶楽部 問合せ先

無名山塾 〒170-0005 東京都豊島区南大塚1-39-2 フラット三栄1F

TEL 03 (3941) 3481 FAX 03 (3941) 3482

可能性を創り続ける…

1919年京都で生まれたダイニックは、
創立以来90年をこえる歴史を誇ります。

主要製品

書籍装幀材／文具・パッケージ素材／カーペット・壁紙／
プリンターリボン／フィルムコーティング製品／各種印字・
印刷用素材／接着芯地／不織布／自動車内装材／
各種フィルター／ターボリン／名刺・ハガキプリント
システム／有機EL用水分除去シート／食品包材

滋賀工場／埼玉工場
ISO 9001・14001
認証取得
王子工場／真岡工場
ISO 9001
認証取得



東京本社
埼玉工場
FSC®/CoC
認証取得

ダイニック 株式会社
DYNIC 心と技術で未来をひらく

東京本社 〒105-0004 東京都港区新橋 6-17-19 新御成門ビル
Tel. 03-5402-1811

ダイニックホームページ … <http://www.dynic.co.jp>