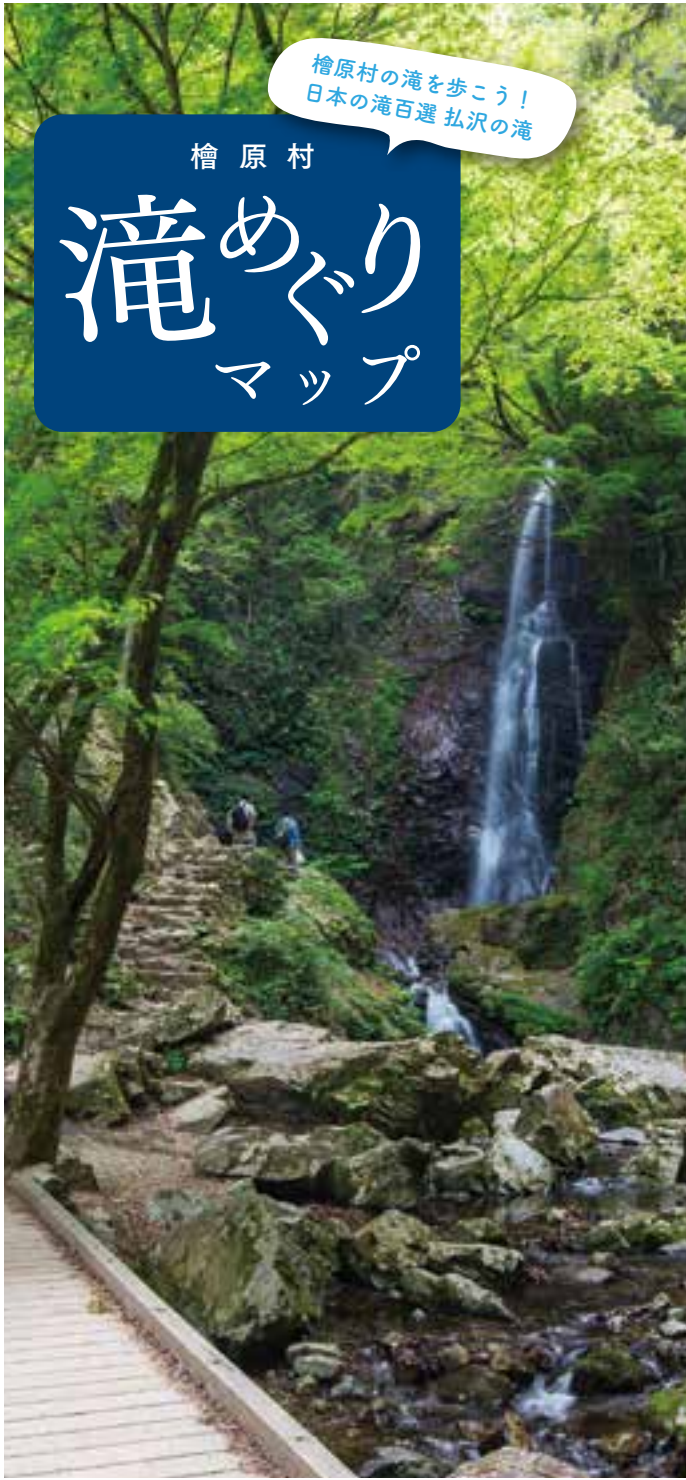


檜原村の滝を歩こう！
日本の滝百選 弘沢の滝

檜原村

滝めぐり マップ



東京都檜原村

ひのはら滝めぐり

檜原村は面積の93%を森林が占めます。その森林からはフィトンチッドが大量に放出されています。そして、当村には50を超える滝があり、滝の周囲の空気はマイナス・イオンが満ちています。マイナス・イオンは、血圧・血糖値などを下げたり、興奮を抑制する力があるといわれています。また、巨樹の根本に祠があるように、滝もまた自然崇拝の対象として村民の心と深く関わってきました。つまり、森林に分け入り、滝の前で心を鎮めるという行為は心身の健康にとても役立つことなのです。貴方も滝と向かい合い、静かな時を過ごす「滝めぐり」をしてみませんか。パンフレットの外面は滝の説明、内面は滝までのアクセスです。

観光についてのお問合せ

●檜原村観光協会

〒190-0212
東京都西多摩郡檜原村403檜原村地域交流センター内
TEL. 042-598-0069
<http://hinohara-kankou.jp>

●檜原村産業環境課産業観光係

TEL. 042-598-1011
<http://www.vill.hinohara.tokyo.jp>

アクセスマップ



3. 天狗滝

天狗滝は南向きの陽光が降り注ぐ明るい滝で、快晴の時には20m余の岩盤を滑り落ちる滝の下部に虹が見られることがある。この滝の下には7～8mの直下型滝が2つある。直下の滝1つはハイキングコースから確認できるので足を止めてみよう。天狗滝の上流にある綾滝は高さ17m～18mで、天狗滝に比べれば水量は少ない。落下する水が泡のように見えることから泡滝とも呼ばれたらしいが、いずれにせよ岩盤を滑り落ちる水の流れが綾の織物を広げたようにデリケートであることがこの滝の魅力であろう。檜原城主の平山氏重が、千足で自刃したのちに、氏重の奥方がこの綾滝に庵を建て、聖観音の像を安置して拝みながら余生を送ったと伝えられている。現在は、滝の脇に御嶽神社の行者が建立した三郷不動明王の石碑がある。

4. 綾 滝

5. 華水の滝

この滝の近くに鉱泉が湧き、その硫黄分が、滝の岩盤を流れ落ちながら表面に“花”の紋様を描いたことから華水（はなみず）の滝と呼ばれるようになった。ここから及んだ鉱泉を風呂に使うなど、地域で利用されていたが、関東大震災（大正12年）の地殻変動で鉱泉の湧出は止まってしまった。今では、“花”の紋様を見ることはできないが、名称は当時の名残である。高さは3段で36mあるが、観賞できるのは最下段の25mだけ。冬季の落葉時には対岸の林内から滝の上段を見ることができるが道はない。

6. 夫婦の滝

湯久保沢の奥にある夫婦（めおと）の滝は、どちらも高さは10m前後。山奥なので辿り着くのに多少苦労する。しかし、森閑とした山中で、淵に落ちる2本の白い流れを目にすれば感動しかも、この滝は異なる2つの沢の流れが滝の上で偶然出合っている。とても珍しい出会いの滝だ。

7. 雨乞の滝

雨乞（あまごい）の滝という名称は多く、この惣角沢の滝の他にも、南北秋川の支流に幾つか確認できる。これは、日照りが長く続くと神仏に降雨を祈願する行事が当村にあったことに由来する。惣角沢の雨乞の滝は、村道から滝までの遊歩道と、滝の上の小滝群が展望できるように道がよく整備されている。高さは10m前後。

8. 吉祥寺滝

橋樑の北にある北秋川の合流点からこの吉祥寺滝までは橋峡という峡谷。河床の浸食によってできた滝は奥行き3段約20m、落差は4m近くある。いわゆる直下形ともナメ滝とも異なる流れが面白い。一般には吉祥滝と呼ばれている。秋川上流のすべての水が集まるので増水の時、峡谷の水位は急上昇する危険があるので要注意。

9. 龍神の滝

現在は滝の上流部が杉檜の植林になったので水量が減ってしまったが、昔は水量が多くて深い滝壺があったそうだ。滝口付近には多くのムジナが現れて愛嬌を振りまき、村人からは“ムジナの滝”と呼ばれて親しまれていた。その滝壺に、三頭山から下ってきた大蛇が潜み、滝口に現れたムジナを見つけては一気に滝壺から立ち登り、口にくわえて滝壺に引き込んだ。その大蛇の姿がまるで“龍”のようだったことから龍神の滝と呼ばれるようになり、現在に名称が継がれている。高さ18m。

1.弘沢の滝

弘沢（ほっさわ）の滝は都内で唯一「日本の滝百選」に選ばれており、高さは約60m。しかし、滝壺の手前から見える部分は4段の滝の最下段である26.4m。古くは雨乞い滝と呼ばれたり、滝壺には大蛇が棲むと信じられていたように魅力的な神秘性のある滝である。

弘沢の滝の名称は、滝の水が流れ落ちる様子が、僧侶の使う弘子（ほっす）が垂れたように見えたことに由来するという。毎年、最高結氷率の月日を当てる氷瀑クイズが行われているように、滝が凍ることも弘沢の滝の特徴。滝までは木材チップを敷いた遊歩道を快適に歩くことができる。



2.中山の滝

北秋川が秋川に合流した後、最初に位置する滝がこの中山の滝。高さは1m半くらいと低いが、豊富な水量が作った淵は大きくて深く、巨石に囲まれて豪快だ。昔は鮎跳滝といわれ、この滝を跳ねるアユやヤマメを上で捕ったと伝えられている。また、木材を村の奥から川に流して搬出していた頃は、この峡谷が最大の難所であつたらしい。この大きな淵は、夏になると若者たちの遊び場として賑わう。かつては横田基地の兵士がよく訪れたのでアメリカ淵という別称がある。



10. 九頭龍の滝

この滝の横を生活道や他国とを結ぶ主要道が通っていたために横道の滝と言われていた。1545年に数馬組の中村伊賀守信吉が、長野県戸隠村から九頭龍神社を分社建立。その参拝者がこの滝にうたれて身を清めるようになった頃から、九頭龍の滝と呼ばれるようになったという。落差は約10m。

11. 夢の滝

三頭沢の開口部にある約19mにおよぶ美しいナメ滝。もともと、木々に囲まれた大ナメ滝であったが周遊道路の建設によって滝の下流部は埋まってしまった。滝が小さくなってしまったことは残念だが、この工事によって誰にでも道路から滝を眺められるようになった。夢の滝という名も、この周遊道路開通を機につけられた。降り口には当時建てられた“夢の滝”の石碑がある。

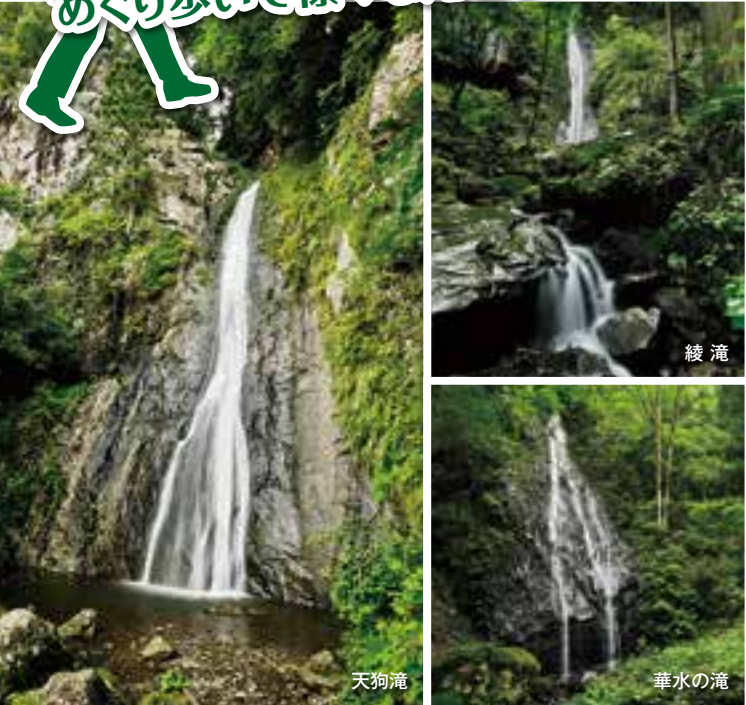
12. 菅平の滝

深い淵を持つ2段の大ナメ滝。この上にも3段ほどの小滝群がある。三頭大滝と夢の滝の間には、まだ名前のない魅力的な滝が幾つもある事が確認されているが、道が無く容易に行くことができない。

13. 三頭大滝

秋川水系では一番上流にかかり、かつ高さも35mと最大の滝である。この一帯は秘境に近い環境だったが周遊道路と都民の森の完成によって、弘沢の滝同様に誰でも気軽に行ける滝となった。都の自然公園内なので、駐車場、トイレ、レストランが整備されており、滝が展望できる吊り橋まで木材チップを敷いた「大滝の路」は、森林セラピーロードとして快適に歩くことができる。また滝上にある溪流沿いの道も自然が満喫でき、オススメである。

檜原には滝の名所が13ヶ所。
めぐり歩いて様々な滝を堪能しよう！



ひのはら 滝めぐりマップ

- 到達難度
- ★★★★ 道路沿いや整備された遊歩道で距離は短い(徒歩20分以内)
 - ★★★ 多少距離はあるが整備されている(徒歩1時間)
 - ★★ 整備が行き渡っておらず途中危険を伴う所

滝めぐりのご注意

弘沢の滝や三頭大滝のように遊歩道が整備されている滝は一般の観光客でも安全に滝まで歩くことができます。しかし、綾滝、華水の滝、夫婦の滝のように山歩きの実験やハイキングシューズなどの靴が望ましい場所もあります。また、比較的簡単に行ける滝でも、積雪期、豪雨の後などは、滝に近づくこと自体が危険な場合があります。安全に見える滝でも、滑って滝壺に落ちたり、カメラで撮影中に転落したという事例がありますので、滝周りで行動には十分ご注意ください。到達難度を示してありますので、滝めぐりをする際の参考にしてください。



5. 華水の滝

到達難度 ★★

小岩バス停から徒歩約25分
駐車場: なし

小岩のバス停から都道を西に30mほど進むと、人家の手前に左に入る小道があり、その際に滝の道標があります。ここが入り口です。小さな橋を渡り別荘の裏側の道を進みます。小さな沢を越えるのに木橋、木道を通るで足下には多少注意が必要です。北秋川に沿っていった道はやがて支流の沢に入り、標高も高く奥山の雰囲気になります。都道から徒歩25分ほどで華水の滝に着きますが、ハイキング程度の足回りは必要です。

6. 夫婦の滝

到達難度 ★★★

湯久保の滝道標から約20分／尾根通の滝道標から約10分
駐車場: なし

北秋川の支流湯久保沢の奥に位置する夫婦の滝は、湯久保と尾根通を結ぶ山道を利用してアプローチします。小沢から湯久保までは、自治会館前の夏地橋を渡り、舗装道路を2.5km直進すると行き止まり。ここに道標があり、山腹を縫うように山道を進みます。夫婦の滝に落下する2本の沢を越え、少し登れば滝の降り口です。尾根通からは、小岩の羽根檜橋の西詰めを右折して2kmほど進むと虎屋の前に道標があります。ただし、尾根通の入り口は復員が狭く、かなりの急坂の道が続くので一般の車での進入はお勧めできません。ハイキング向きの滝です。

10. 九頭龍の滝

到達難度 ★★

数馬バス停から徒歩約10分
駐車場: 九頭龍滝有料駐車場から徒歩1分

数馬バス停から都民の森方向に歩くと10分足らずで九頭龍神社に着きます。この神社の先で道路が二股に分かれます。右手は旧道です。左手の九頭龍橋を渡ると谷側に九頭龍の滝という表示があります。この降り口を下れば、ハチザス沢から流下する九頭龍の滝です。木橋を渡ると、滝の二段目まで登ることが出来ましたが、現在は崩落のため対岸の木道は通行禁止となっています。

7. 雨乞の滝

到達難度 ★★★

藤倉バス停から徒歩約45分
駐車場: 小林家住宅駐車場から徒歩5分

北秋川の都道は、藤倉バス停手前の除毛橋を渡るとT字路になります。そのT字路を右折し、バスの回転場所をやり過ぎて惣角沢沿いの舗装道路を避けます。1時間足らずで小林家住宅の駐車場に着きます。雨乞の滝の看板の横から沢に降り、小さな橋を渡って渓流沿いに奥に入ります。5分ほどで雨乞の滝の淵に辿り着きます。また、滝の左側に作られた階段を登ると、奥にある小滝と淵が続く渓流を觀賞することができますので、これも見どころです。

11. 夢の滝

到達難度 ★★

数馬バス停から徒歩約30分
駐車場: なし

数馬のバス停から上流へ歩き、九頭龍神社の先を右側の旧道に入ります。兜造りのある旅館の前を通り、再び都道にぶつかります。そこを右に30mほど歩いて、都道の左側にあるナメ滝です。この滝は都道から眺めることができる数少ない滝の一つで、位置は三頭沢の開口部に当たります。次の菅平の滝、三頭大滝は、同じ三頭沢の上流に位置し、他にも大小多数の滝がこの奥には点在しています。

8. 吉祥寺滝

到達難度 ★★

吉祥滝バス停から徒歩約2分
駐車場: 檜原村役場駐車場から徒歩5分

檜原村役場の先に橋樑の信号があります。ちなみにこの橋の北側で北秋川が秋川に合流しています。ここで都道を数馬方面に左折すると、程なく吉祥滝のバス停があります。バス停からさらに2分ほど都道を歩くと、吉祥滝の表示がある階段がありますので、この階段を下れば吉祥滝を眺め下ろす河畔に立つことができます。この一帯は橋渓谷と呼ばれ、橋樑から吉祥滝まで渓谷美が続きます。この間は遊歩道が整備されているので、吉祥滝だけでなく遊歩道を歩いてみましょう。

12. 菅平の滝

到達難度 ★★

夢の滝から10分
駐車場: なし

夢の滝から100m程都道を戻り、右手山側から夢の滝を見下ろしながら三頭沢沿いに都民の森方面に上る旧道があります。この道を15分ほど歩いた谷側に道標があり、その裏側辺りに深い淵を持つ二段の大ナメ滝があります。まだ未整備の部分があり、一般の観光客は滝まで降りることができません。この滝の上流にも滝が続きますが、斜面の石がかなり不安定で危険。水辺に近寄らず、登山道から見下ろすだけにしてください。

2. 中山の滝

到達難度 ★★

和田向バス停から徒歩約5分
駐車場: 下元郷駐車場から徒歩約5分

JR武蔵五日市駅前から檜原街道を西に向かい、十里木の信号を左に、そして荷田子の信号を過ぎると人家はめっきり少なくなり、約5kmで檜原村に入ります。その境界から300mほど先に最初の急カーブがあり、そのカーブを曲がり切った川側に忠魂碑があり、公衆トイレの脇から川に降りることができます。落差の小さい滝よりも深い淵が目立ちます。バス利用の方は約250m先の和田向バス停で下車し、都道に戻ってください。

4. 綾滝

到達難度 ★★

天狗滝から徒歩約25分
駐車場: なし

天狗滝の滝下の砂利河原を対岸に渡ると、急な階段があります。足下に気をつけながら上り始めると、登山道に入って最初に分かれた綾滝に向かう分岐からの山道に出会います。道標にしたがって、左(馬頭刈尾根)方向へ進みます。天狗滝上流の小川を越え、鬱蒼とした植林帯の谷に沿って登ると、天狗滝から25分ほどで左手に綾滝の大きな岩盤が現れます。馬頭刈尾根へのコースを少し外れ、滝の下まで進むことができます。ちなみに大岳沢の大滝から馬頭刈尾根、天狗滝、綾滝、千足、弘沢の滝入口を結ぶコースは「関東ふれあいの道」に指定されています。

弘沢の滝ライトアップ

