

山ことば あれこれ



西山ハイキングクラブ・教育部／馬場重明

キレット、ガレ場、トラバース、お花摘み・雉撃ちなどなど……、山の用語には、隠語も含めて独特なものが多く、とくにこれから山登りをはじめようという人にはわかりにくいものがたくさんあります。そこで、わかりやすい解説を試みました。よろしくおつきあいください。

目次

あ	2	は	21
い	3	ひ	22
う	3	ふ	23
え	4	へ	24
お	4	ほ	24
か	5	ま	25
き	6	み	26
く	7	む	26
け	8	め	27
こ	9	も	28
さ	10	や	28
し	11	ゆ	30
す	12	よ	31
せ	14	ら	31
そ	14	り	32
た	15	る	33
ち	16	れ	33
つ	16	ろ	34
て	16	わ	35
と	17	あとがき	37
な	18			
に	19			
ぬ	20			
ね	20			
の	20			

あ

アイゼン……登山靴の底に装着し、滑り止めとして使用するもの。金属製の爪（スパイク）の数や形態で、用途別に様々な種類がある。積雪期はもちろん、夏山でも雪渓の通過などに用いる。爪の数が4～6本程度のもは軽アイゼン（ライトクランポン）とも呼ばれる。アイゼンの語源はドイツ語（シュタイクアイゼン）。英語・フランス語圏ではクランポンと呼ぶ。



赤布（あかぬの）……見通しの悪い樹林帯などで、登山路のルートを示すために樹の枝などにつけられた目印。赤や黄色など目立つ色の布きれやビニールテープが使われる。赤（黄）テープとも呼ばれる。雪原では竹ざおの先につけてルート上に差し込まれている。なお、山仕事の目印で幹にテープ等が巻きつけられている場合があり、間違えないよう気を付ける。「あかふ」とも言う。

アタックザック……みなさんが一般に使っている、サイドポケットがない縦長のザックのこと。横長のキスリング型ザックに比べ、岩などにぶつからず行動しやすいため、今日主流のザックになった。もともとはベースキャンプから頂上へ登攀・アタックするザックのことだった。そのためサブザックと混同している人もいる。



頭（あたま）……谷をさかのぼった沢の源流の峰や尾根上に突き出た小ピークのこと。山頂ではない。地名につけられて呼ばれる場合は、「かしら」とも言われる。〇〇沢の頭、〇〇谷の頭などの地名が各地に見られる。

アプローチ……正確には、交通機関の最終地点から、登山口までの林道・小道などの道のりのこと。そこまでの交通手段は、アクセスと呼ぶが、アクセスとアプローチをまとめてアプローチという人もいる。（私だけか？）

アルバイト……ドイツ語の「アルバイト（仕事）」から転用した山用語。「山小屋まであと2時間のアルバイト」「きつい急登のアルバイト」などの使い方をする。稼ぐのはお金ではなく、距離や高度。

アンザイレン……二人以上がお互いの安全確保のために、ロープを結びあって行動すること。危険地帯の通過などの際に行う。ドイツ語（anseilen）。

い

石車に乗る (いしぐるまにのる) ……小石を踏み、足をとられて転倒したときなどに「石車に乗った」という。「石車に乗っても口車に乗るな」ということわざもある。石の多いところなどで「石車に乗らないよう注意して!!」などと声をかけられたら、足元に注意して歩こう。

一本立てる (いっぽんたてる) ……山の隠語で、登山の途中に休むこと。昔、歩荷 (ぼっか) の人が休む時に、背負子 (しょいこ) の下に杖を差し入れて、立ったまま休んだことが由来になっているとも、タバコを1本吸うことからとも言われている。「そろそろ1本立てようか」などと使う。若い学生のパーティが、「先輩、1本立てませんか」と声をかけているのを聞いて、「かっこつけてるなあ」と苦笑したことがある。



イブルキノコバ ……比良・武奈ヶ岳東麓、広谷近くの地名。コバは「小場」「木場」で、山を越えてきた人が休憩したところ、あるいはキコリが伐り出した木材を集めたところという意味があるようだ。また「イブルキ」はタバコをくゆらせるという意味があるらしい。したがって「タバコをくゆらせ休憩した、木材の集積場だったのでは？」という説もある。

う

右岸・左岸 (うがん・さがん) ……谷を川の流れの方向、上流から下流に向かって見て、右側を右岸、左側を左岸と呼ぶ。外国でも同じ考え方で呼び、地名にもなっている。有名なのはパリ左岸地区 (セーヌ川左岸)。

浮石 (うきいし) ……山の用語では、崩れやすく不安定な状態に積み重なっている石や岩のこと。気が付かずに足を乗せると滑落したり、落石をおこしたりするので、岩場などを歩くときは注意する。

馬の背 (うまのせ) ……馬の背中のように左右両側が切れ落ちた、山の尾根伝いの道・稜線のこと。

雲海 (うんかい) ……山上など高い位置から見下ろした時に、一面に広がる雲の海に山々が島のように浮かんでいるように見えることから、こう呼ぶ。夏山の早朝・夕方によく見られる。

え



ATC（えーていーしー）……ビレイ（確保）や下降に使う金属製の器具。小型の筒状のもので二つの楕円の穴があり、細い金属製の輪がついている。正式名はATCガイド（air traffic controller guide）。機能はエイト環とほぼ同じだがより簡便で安全性が高い。

エイト環（えいとかん）……懸垂下降時等に用いる8の字形の金属製の器具。大小の環（穴）が二つあり、ロープを通して摩擦を生じさせて速度を調節する。一定の技術が必要で、安全性から最近はあまり使われなくなっているとのこと。



エスケープルート……悪天候時や病気・ケガなど、もしもの時に難路を回避したり、安全な場所へ下山する場合に利用できるルート。

エビのしっぽ……霧粒が木の枝や岩、人工物などに風で吹きつけられて凍りつき、風上側に伸びて、まるでエビのしっぽのような形に発達したもの。霧氷の一種。樹木にできる霧氷は樹氷と呼ぶ。風あたりの強い稜線などでよく見られる。

お

尾根（おね）……山頂と山頂の間に連なる高い部分。また、谷と谷にはさまれた山地の一番高い部分の連なりのこと。山頂と山頂を結ぶ尾根を主尾根、山頂から谷へ向かう尾根を枝尾根あるいは支尾根と呼ぶ。

お花摘み・雉撃ち（おはなつみ・きじうち）……山の隠語。もともとは、男性が山中でトイレに行くことを「キジ撃ち」と言っていた。猟師がヤブに潜んで雉（きじ）を撃つ姿に似ていたからと言われ、大を「大キジ」、小は「小キジ」という（蛇足だが、おならはカラキジ）。ここから女性のトイレを女性にふさわしく「お花摘み」と言うようになったらしい。「女性は（鉄砲で）雉を撃たないしなあ」と聞かされたことがある。「お花摘みに行きます」と言われたら、男性は、ついて行ってはダメです。しばらく反対側の景色を眺めてみましょう。

お花畑（おはなばたけ）……様々な高山植物が群生しているところ。短い夏の一時期に、多種多様な花々がいっせいに咲き乱れることからこう呼ばれる。採取はもちろん、写真のために登山路を外れて侵入することは厳禁。

表銀座・裏銀座（おもてぎんざ・うらぎんざ）……北アルプスの人気ルートの縦走路で、人がたくさん歩いていることから、東京・銀座に例えてこう呼ぶ。表銀座は、中房温泉～合戦尾根～燕岳～大天井岳～西岳～東鎌尾根～槍ヶ岳。裏銀座はブナ立尾根～烏帽子岳～三ツ岳～野口五郎岳～鷲羽岳～三俣蓮華岳～双六岳～樺沢岳～西鎌尾根～槍ヶ岳。

オリエンテーリング……山野、時には市街地で、地図と磁石を使って、指示された地点をめぐる競技。多くの場合、その時間（タイム）を競う。

か

カール……氷河の浸食により稜線直下の山腹がお椀状にえぐられている谷。ドイツ語。日本語では圈谷（けんこく）という。有名なものは、北アルプス・奥穂高岳・前穂高岳の「涸沢カール」、黒部五郎岳の「五郎のカール」、中央アルプス・木曾駒ヶ岳の「千畳敷カール」、南アルプス・仙丈岳の「大仙丈沢カール」「小仙丈沢カール」などがある。

笠雲（かさぐも）……山の頂上付近に笠あるいは帽子のようにかかっている雲。これがあらわれると天気は下り坂になる。次の「観天望気」参照

ガス……霧のこと。「ガスが濃い」などと使う。標高の高いところでは雲に包まれた場合なども「ガスに巻かれた」という。危険な火山の亜硫酸ガスも「ガス」だが、一般的に山で「ガス」といえばこのこと。

ガストーブ……冬に部屋を暖める「ストーブ」ではない。ブタンガスなどを詰めたカートリッジにバーナーをセットして湯などを沸かす山用調理器具。ガスコンロともいう。燃烧するとカートリッジが冷え、ガスが気化しにくくなり火力が落ちる。冬など寒い時はブースターや手のひらでカートリッジを温める必要がある。最近では小型軽量かつ火力の強い製品もある。※P13「ストーブ」で補足。



肩（かた）……山頂直下にある尾根上の平らなところ。槍ヶ岳の肩、谷川岳の肩などが有名。槍岳山荘は「槍の肩の小屋」が通称になっている。

鎌尾根（かまおね）……鎌の刃を思わせるような、両側が切れ落ちたヤセ尾根。その代表といわれる槍ヶ岳北鎌尾根は、単独行の加藤文太郎が遭難し、新田次郎が「孤高の人」で描いたことで知られている。剣の刃渡り、ナイフェッジ、馬の背なども同じ意味だが、規模が小さいもの。

ガレ場（がれば）……大小の石が散乱し埋め尽くされた崩壊した斜面。浮石や落石に注意しながら通過する。

観天望気（かんてんぼうき）……雲の様子や風の向きなど自然現象から天気を予測すること。昔から「ことわざ」のように伝承され、生物の行動の様子で予想するものもある。信用性の高いのは雲を使った予測。



◇「山が笠（雲）をかぶると雨・風」：上空に湿度の高い空気があり、山にあたって水蒸気が凝縮するから。

◇「ひつじ雲は雨を呼ぶ」：ひつじ雲とは中層（2,000～6,000m）に発生する高積雲。ここに水蒸気が集まっていることを示す。



◇「飛行機雲が広がると悪天の前兆」：上空の湿度が高くと消えずに残る。

◇「ネコが顔を洗うと雨」：高湿度の時、髭などについた水滴を拭うため。

き

キスリング……日本での第一次登山ブーム時（1950年代後半～）の登山用ザックの代名詞。丈夫な布地を袋状にして背負い紐をつけたザック。現在のザックはタテ長のものが主流だが、横に張り出し、雨蓋（雨フタ）がっていないのが特徴。スイス・グリーンデルワルドの馬具職人、ヨハネス・ヒューク・キスリングが考案したものとのこと。愛好者も多く、現在もつくられているが、びっくりするほど高い（普通のザックの倍！！）。



キックステップ……雪の斜面等で、つま先やかかとを雪に蹴りこんで足場

をつくりながら登降すること。また雪面に足底をフラットに、しっかり踏み込んで登降すること。急斜面では靴が水平に置けるように蹴りこみ、足を乗せるときは体重を垂直方向にかける。斜めになるとスリップしやすい。

着干し（きぼし）……汗や雨で濡れた衣類（とくにTシャツや下着類）を、着たまま、体温や日光で乾かすこと。荷物の減量のため着替えなどが限られてくるのでそうするのだが、状況を見て自分で判断することが重要。悪天候が続く場合は、乾いたものに着替えないと、低体温症の危険が生ずる。

急登（きゅうと）……勾配の急な登山路。標高差があり地図上でも等高線が詰まっている。日本三大急登は、谷川岳の西黒尾根、北アルプス・烏帽子岳のブナ立尾根、南アルプス・甲斐駒ヶ岳の黒戸尾根の三つ。黒戸尾根は、随筆家・登山家の深田久弥さんが「日本アルプスで一番つらい登り」（著書「日本百名山」）と呼んだ。北アルプス三大急登は、ブナ立尾根に加え、燕岳の合戦尾根と劔岳の早月尾根の三つだそうだ。諸説あり、この他、中央アルプス・空木岳の池山尾根、北アルプス・鹿島槍ヶ岳の赤岩尾根なども「三大」候補？らしい。



キレット……山の稜線が深く切れ落ちている場所。「切戸」「切処」と書き、日本語。信州（長野）での呼び名と言われている。同じ地形を越中（富山）では「窓」と呼ぶ。北アルプス、槍ヶ岳～穂高岳間の大キレット、五竜岳～鹿島槍ヶ岳間の八峰キレット、唐松岳北側の不帰キレット（不帰ノ嶮）が知られている。「窓」では、劔岳北側の大窓、小窓、三ノ窓が有名。



草付き（くさつき）……草の生えた広い急斜面。登山路となっているところは、滑りやすいので、雨天や露のついている時は注意する。

鎖場（くさりば）……急な岩場などの危険か所に安全確保のためクサリが固定されている場所。鎖に頼りすぎるとかえって危ないこともあるので、あくまで三点支持を基本に、バランスをとる補助として利用する。

倉（くら）……屏風のようにそびえたつ岸壁、あるいは山稜や山腹に露出した岩場。山や沢に、クラ（倉、崑、蔵、鞍）がついていればたいがい岩

場。谷川岳・一ノ倉、大台ヶ原・大蛇ヶ原などが知られている。

け

けもの道（けものみち）……野性の動物とくに鹿など大型の哺乳類が通ることによって踏みならされてできた山中の道。登山路と間違えないように注意。とくに「カモシカ道」は急峻な崖に出ることがあり、迷い込むと危険。

ケルン……道しるべなどのために石をピラミッド状に積んだもの。もとはアイルランド語で、石でつくった塚（cairn）のこと。頂上や分岐点、渡渉点などの目印のほか、遭難者を弔う墓標や記念のために積まれたものもあるので、道標とまちがえないこと。落石しやすい所に積んだらダメです。



pixta.jp - 24532431

ゲレンデ……一般的にはスキー場のことだが、山ことばでは練習場所のこと。特に金毘羅山Y懸尾根等、ロッククライミングの練習場所をこう呼ぶ。

剣ヶ峰（けんがみね）……もともとは火山の噴火口周縁、とくに富士山の頂上のこと、他はあとから名付けられたとのこと。御嶽山の剣ヶ峰、乗鞍岳の剣ヶ峰、大山の剣ヶ峰などが知られている。相撲の土俵の俵のてっぺんも剣ヶ峰というらしい。追い込まれた時に「剣ヶ峰に立つ」とも言う。



懸垂下降（けんすいかこう）……ロープ（ザイル）を使って、急な斜面や岩壁、氷壁を降りること。ロープを立木や岩、ハーケンなどの人工の支点にかけて下に垂らし、エイト環・ATCなどの下降器、ハーネスを用いて降りる。器具を用いず、「肩がらみ」などロープワークで降りる方法もあるが、リスクが大きいため、これは緊急手段。

源頭（げんとう）……谷の最上流で尾根に到達する場所をいう。岩がゴロゴロしているガレ場になっていることが多い。落石やスリップに注意。

厳冬期（げんとうき）……積雪、降雪があり気象条件の厳しい期間。およそ12月下旬から2月中旬頃まで。

ゴアテックス……雨などの水滴は通さないが汗などの蒸気は逃がすことができる透湿防水性の衣料素材。商品名。アメリカの化学者・ゴア（W. L. Gore）が発明・開発した。

高山病（こうざんびょう）……頭痛やめまい、吐き気などの症状があらわれる高度障害。低酸素、低気圧など高所環境に適応できないため生じ、およそ2,500m以上で発症するとされているが2,000m前後での発症も報告されている。予防は、ゆっくり行動すること、水分を十分に摂りまた放出することと言われている。高度を下げれば劇的に改善するが、重症の場合は、高地脳症、高地肺水腫などで死に至ることもあるので早い判断が大事。

行動食（こうどうしょく）……行動中や小休止の時に、調理なしで、場合によっては立ったままでも食べられる食糧（おにぎりやアンパン、飴、チョコレートなど）。昔は「山中での行動時間の短縮」「長い休憩は体が冷える」「こまめなカロリー補給」などのためにまとまった昼食時間をとらず、小休止のたびに行動食をとった。京都労山初級登山学校はこの方法だった。



コースタイム……登山コースの歩行にかかる標準的な時間。ガイドブックやエアリアマップでは、「標準的な体力・技量の人が、必要な装備を持って、休憩・食事を含めず普通に歩いた所要時間」とのこと。中高年を考慮したものもあるが、筆者の主観や古い情報もあるので、あくまで目安と見る。

ゴーロ……大小の石や岩がたくさんころがっているところ。

御来光（ごらいこう）……日の出。地平線や水平線、雲海や山かげから太陽が昇ること。ありがたがるのは日本独特の文化とのこと。

御来迎（ごらいごう）……高い尾根などで背後に太陽がある時に、前方の雲やガスに丸い光の輪（虹）ができ、その中に自分の影が映る現象。魔女が集まると言われたドイツのブロッケン山で観測され広まったため、「ブロッケン(の妖怪)」とも呼ばれる。西山HCの例会でも遭遇したことがある。

コル……鞍部。峰を結ぶ尾根の低くなっているところ。そのようなところで、尾根を越えて行く道があるものを峠、道がないものをコルと呼ぶ。

最高峰 (さいこうほう) ……大陸、島、国、地方などで最も標高が高い山。



世界の最高峰はチョモランマ(8,848m)、日本は富士山・剣ヶ峰(3,776m)。近畿地方は奈良・八経ヶ岳(1,915m)、京都府は皆子山(972m)。

【おまけ】 7大陸最高峰はチョモランマ(アジア)をトップに、アコンカグア(南米 6,959m)、マッキンリー(北米 6,194m)、キリマンジャロ(アフリカ 5895m)、ビンソンマシフ(南極 4,892m)、ジャヤ(オセアニア 4,884m)、モンブラン(ヨーロッパ 4,807m)。と思っていたが、異論もある。ヨーロッパはロシアのエルブルス(5,642m)、オセアニアはオーストラリア大陸ということになるとコジオスコ(2,228m)だという。ちなみに、世界で初めて女性で7大陸最高峰登頂を果たした田部井淳子さんは、この異論のあるところも含めすべて登ったとのこと。なお、冒険家の植村直己さんが遭難した北米最高峰のマッキンリー(米アラスカ州)は大統領の名前からつけられた名だが、地元民の長年の運動の末、今年、先住民の呼んでいたデナリ(偉大なもの)に変更された。

ザイテングラート ……ドイツ語(Seitengrat)。側稜、岸壁の支尾根、側岩稜。ザイテンは「側の」、グラートは「山の背」「痩せ尾根」等の意味。奥穂～涸沢間のそれは固有名詞になっている。

サブザック ……山小屋や分岐点に荷物を置いてピストンで頂上をめざす時などのために携帯する軽量・コンパクトな小型のザック。20～30Lのことが多い。私も専用のを登山用品店で買ったが、たたんでも結構かさばるので、最近は子どもの遠足の「ナップザック」をメインザックに忍ばせている。※普段使っているのはアタックザック(P1参照)。

ザレ場 ……ガレ場より小さい石や砂礫で埋まった場所。山腹のがけ崩れ場所。「ザラ」「薙(なぎ)」「抜戸(ぬけど)」などともいうらしい。

三角点 (さんかくてん) ……地図をつくるための測量の基準となる地点およびそこに設置した標識。山の頂上にあることが多いが、違う場所の場合もある。頂面に+印のついた角柱(柱石)が埋め込まれている。国土地理院によると、一等から四等三角点まであり、全国に109,000



点（一等約 1,000、二等約 5,000、三等約 32,000、四等約 70,000）設置しているとのこと。

山座同定（さんざどうてい）……山頂など展望の良い場所から見える周辺の山々を、地図とコンパスでどの山か特定していくこと。1/25,000 図だけでなく 1/50,000 図など広域地図を持っていくと山がもっと楽しめる。また、この技術を身につければ、迷った時等に自らの位置確認にも役立つ。

三点支持（さんてんしじ）……三点確保ともいう。岩場を登降する際の基本技術。両手両足を四点とし、動かすときは常にそのうちの一点だけとして、残りの手足（三点）を岩などにしっかりと確保しながら移動する。

し

縦走（じゅうそう）……いくつもの山頂を稜線伝いに歩く登山形態。ルートによっては必ずしも山頂を踏まずに行く場合もある。

シャリバテ……糖質エネルギーの不足が原因で全身の運動パフォーマンス



スが著しく低下した状態（バテ）のこと。低血糖で脳にブドウ糖が送られなくなると、脳の働きも悪くなり、判断力の低下、道迷い、転倒・滑落等を引き起こす。突然、体が動かなくなることもある。「ハンガーノック」ともいう。日本では「ひだる神に憑りつかれた」と呼ばれた時もある。ムリのないペース配分、意識的でこまめな糖質（アメなど）の摂取で予防する。

ジャンダルム……フランス語で衛兵（護衛兵）のこと。主峰の前にまるで衛兵のようにそびえている岩峰。奥穂高岳のそれは固有名詞になっている。

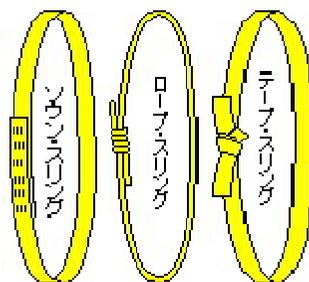
シュラフ……主に野外で使用される袋型の寝具。寝袋。ドイツ語のシュラフザック（Schlafsack）が語源。封筒型、マミー型などがある。



シュラフカバー……シュラフを包むカバー。水に弱いシュラフが結露などで濡れるのを防いだり、雪山などでシュラフの保温力を高めるために使う。

シュラフマット……シュラフの下に敷いて、地面のでこぼこ・固さを吸収したり断熱するもの。マットなしではシュラフの保温力は発揮されない。大別すると発泡マット(いわゆる銀マット)とエア注入式の2種類がある。

シュリング……ドイツ語 (Schlinge)。英語ではスリング。岩登り等で立ち木など支柱になるものに巻きつける輪状にしたロープ。ロープを短く切って結んだロープスリングと平たいテープ状のテープスリング、これを縫い合わせたソウスリングがある。



背負子 (しょいこ) ……荷物をくくりつけ背負って運搬するための道具。昔は木でできていたが、最近はアルミなどのものもある。ハシゴ状になっていることから「背負い梯子」とも呼ばれる。

シリセード……雪の斜面をピッケルなどを使い、かかとでスピードを抑えながら滑り降りるテクニックをグリセードという。ここから、雪にお尻をつけたままピッケルなどで制動をかけて滑り降りることをこう呼ぶようになった。日本の造語で、外国人には通じない。

シルバコンパス……スウェーデンのシルバ (SILVA) 社が製造・販売している方位磁石。シルバーではない。プラスチック製の透明な板に方位磁石と、進行方向を示す矢印、距離をはかる目盛、拡大鏡などがついている。



森林限界 (しんりんげんかい) ……高木が生育できなくなる高度のことで、亜高山帯から高山帯に変る地点。日本アルプスでおよそ2,500m、東北地方では約1,600m、北海道では1,000~1,500m とのこと。これより上ではハイマツなどの小低木が多くなる。

す

スキットル……主にウイスキーなどアルコール度数の高い酒を入れる携帯用の水筒。プラスチックボトルともいう。ズボンの尻ポケットに入るよう湾曲しつくりは堅牢で重たい。内容量はオンス (OZ) で表記されている (4~7OZ=約120~210CC のものが多い)。昔はカッコつけて山



に持って行ったが、重たいので近頃は小さいペットボトルに入れるようになりましたなあ。



ストーブ……登山用語では携帯用のコンロのこと。燃料は、ガス、ガソリン、アルコールなどがあるが、最近ではガスストーブが主流。※「ガスストーブ」(P5)参照。

ストック・ステッキ……山行中、足腰への負担を軽減したり、バランスをとるために使用する登山用の杖のこと。ドイツ語で **Stock**、英語で **Stick**。グリップ（持つところ。I型とT型がある。落下防止のために手首に通すベルト＝リストテープがついている）、シャフト（本体）、石突き（地面を突き刺す先端）の3つのパーツから成る。先端が地面や雪に埋まらないよう交換可能な「リング」を付ける場合もある。石突きは尖っているので、持ち歩くときは必ずプロテクター（ゴム製のキャップ）をつける。



【参考】◇ストックの使用については、「足腰の負担の軽減になるので積極的に使用すべき」という意見と、「バランス感覚が鈍くなるし登山道周辺の植生など自然環境に負担になるのでできるだけ控えるべき」という意見がある。※雪山以外の場合
◇石突きのプロテクターについても、「自然環境に配慮してつけて歩くべき」という意見と、「ゴム製のプロテクターが登山道に落とされており（年間数万個という話もある）、逆に自然への負荷になるのではず

すべき」という意見がある。京都労山は前者の意見をとっている。

◇使用や歩行中のプロテクターはケースバイケース。それぞれの判断で。

スノーシュー……雪面を歩くときに登山靴につける歩行具。アメリカで開発された西洋式「かんじき」。日本のワカンに比べて、沈み込みは少なく歩きやすいが、高価なの



と重たいのが難点。また、広い雪原のようなところは歩きやすいが、狭い場所で急登降をくりかえすところやブッシュ・灌木の多い所ではワカンの方が扱いやすい。扱い慣れることが大事。

スパッツ……登山靴に水や雪、砂が入らないように足首を覆うカバー。足首だけを覆うものをショートスパッツ。膝下までのものはロングスパッツ。

せ

積雪期（せきせつき）……山に雪が積もっている期間。雪の状態、新雪期（新雪が降り、また積もる期間）、降雪期（通常の冬の間で、雪が降る期間）、残雪期（降雪はなくなったが雪が地面に残っている期間）などと呼ぶ。

雪煙（せつえん）……風で雪が吹き飛ばされ煙のように見えること。稜線や頂上付近など風の強い場所で見られる。雪煙が見えたら強風に注意。

雪盲（せつもう）……雪目（ゆきめ）とも言う。雪面の反射光、とくに紫外線によって、眼の角膜や網膜が炎症をおこし目が見えなくなる。激



しい痛みを伴って涙や目やにが出る。6～8時間の潜伏期間ののちに発症すると言われていたが、もっと早く出る場合もある。目を休めていけば自然に治るが、回復に1日～数日かかる場合もあり、宿泊山行などは行動が継続できなくなることがあるので重大。積雪期より残雪期の方がなりやすいという。いずれにせよ雪山山行にサングラス・ゴーグルは必携。

雪渓（せっけい）……夏になっても雪や氷が融けずに残っている谷のこと。平坦な場所は、雪田、雪原と言う。

雪庇（せつぴ）……強風などで稜線に張り出したひさし状の雪のかたまり。雪崩の元になる。知らずにこの上を歩けば、踏み抜いて滑落し危険。

セルフビレイ……岩場などで、自分のハーネス（安全ベルト）を確保点につなぐなどして、自らの転落を防止する措置をとること。自己ビレイ。

そ

双耳峰（そうじほう）……二つの顕著なピークをもつ山。谷川岳や鹿島槍ヶ岳が有名だが、近くでは湖東の三上山、舞鶴の青葉山もそうですね。



ゾンデ（棒）……雪崩などで雪に埋まった人を捜索するための細い棒（直径 10mm・長さ 3mほど）。埋没場所と推定した周辺で、雪面を突き刺しながら探す。**Sonde**（ドイツ語）。最近では英語のプローブ（probe）の方が一般的。ビーコン、ゾンデ、スコップは雪山の三種の神器（必携品）と呼ばれる。

た

体感温度（たいかんおんど）……身体に感じる温度。同じ気温でも風や雨（汗）、太陽熱などで身体に感じる温度は違う。風があると、風速 1 m（毎秒）につき体感温度は 1 度 C 下がると言われている。

ダイニーマスリング……軽量、超高強度、高弾性の超高分子ポリエチレンを原料にした繊維・ダイニーマで製造したスリング。ナイロンスリングに比べて、同じ重さならば約 5 倍の強度をもつので軽量化できる、吸水しないので吸水による強度低下がない、などの長所があるが、融解温度が 140 度とナイロン（220 度）より低いので摩擦熱に弱い。したがってプルージックやクレイムハリストなどのフリクションヒッチには使わない方がよい。

耐風姿勢（たいふうしせい）……雪山の尾根などで突風や強風に見舞われた時に身を守るためにとる姿勢。一例は、風上（風の吹いてくる方向）に体を向け、両足を開いてこの 2 点を底辺とする二等辺三角形の頂点の位置にピッケルを深く突き刺し、両手で握って頭を低くして足を踏ん張る。

台湾坊主（たいわんぼうず）……冬から春にかけて太平洋側に大量の降雪をもたらす台湾低気圧のこと。「いたずら小僧」という意味を含めてこう呼ばれてきた。移動速度が速く、発生から 1～2 日で中部山岳地帯に達するため、山岳遭難事故を引き起こすことも少なくない。かつては気象学の教科書にもこの名で書かれていたが、台湾のイメージを害するなど、最近では使われず、東シナ海低気圧もしくは南岸低気圧と呼ばれる。

高巻き（たかまき）……滝やガレ場等の難路・悪路を迂回して越えること。

滝雲（たきぐも）……尾根や鞍部（※）を越えて雲が滝のように落ちていく現象。この現象がおこると悪天候になることが多い。※鞍部（あんぶ）：P20の「乗越」で解説。

ち

沈殿（ちんでん）……悪天候やパーティのコンディションなどで、行動を中止して山小屋やキャンプ地などに長く滞在すること。「停滞」も同意語。

沈没（ちんぼつ）……飲み屋などに長い時間滞在すること。また、酒に酔い潰れること。ヤマ屋だけでなく一般にも使われる隠語のようです。

つ

ツェルト……非常用テント。袋状になった簡易テントで、ポールはなく、立ち木を利用して張ったり、ストックを使って立てる。もともとのドイツ語ではツェルトザック＝Zelt（テント）Sack（袋）と言うようだ。

九十九折（つづらおり）……Z字様にくねくねと折れ曲がって続く坂道。葛（つづら＝フジなどツル性植物）の蔓（つる）が折れ曲がっていることから葛折りとも書く。ちなみに同意語のジグザグはドイツ語（Zickzack）で鋸（のこぎり）の歯のことだそうだ。



壺足（つぼあし）……雪道をワカンやスノーシューを使わずに歩くこと。足が雪に埋まりながら歩くので、足跡がつぼ状になるためらしい。

吊尾根（つりおね）……二つのピークを結ぶアーチ状の尾根。吊橋のような美しい弧を描く稜線で、鹿島槍の南峰～北峰間や前穂～奥穂間は有名。

て

出合（であい）……登山道が沢に出合う地点。あるいは二つの沢が合流する地点。「○○の出合」など地名になっている時は、支流の名がつくという。例えば、本流のAと支流のBが合流する所は「Bの出合」と呼ぶそうだ。

偵察（ていさつ）……本来は冬山の山行のために秋にルートを確認したり、ルート上に目印をつけるために行う山行（偵察山行）のこと。しかし、山行中のルート確認の行動や、事前の下見山行もこう呼ぶことがある。

低体温症（ていたいおんしょう）……雪や風雨にさらされるなど身体が極度に冷やされることで中心体温が下がり、筋肉や脳に異常が起こる症状。35℃以下になると悪寒、震えがおこりはじめ、30℃以下で錯乱・幻覚などの症状があらわれる。さらに体温が低下すると死に至るといふ。

撤収（てっしゅう）……テント場など宿泊地から、テントをたたみ、荷物をまとめて、引き上げること。

デポ……「偵察」の際に食料や装備などを運び上げて保管しておくこと。転じて、山頂往復などの際に、荷物を分岐点などに短時間、置いておくこと。この間にもものを盗む悪いヤカラもいるので、貴重品などは残さない、まとめてしばっておくなどの対策が必要。デポジット（英語）の略。

テルモス……保温性機能のある水筒。いわゆる魔法瓶。ドイツ語（Thermos）。英語読みではサーモス。また、テルモスはドイツのメーカーの名称。



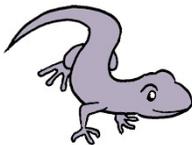
天水（てんすい）……雨水のこと。山小屋では雨水を集めて飲料水などに使っていることが多い。「天の恵み」の「いのちの水」ということか。

テン場（てんば）……テント場の略。テントが張れるような、一定の広さがあり平らな場所。キャンプ場。テント設営指定地。

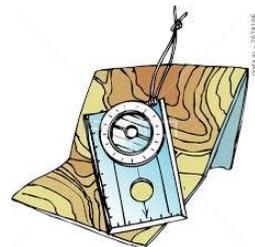


と

等高線（とうこうせん）……地図上で標高を表した線。主曲線と計曲線があり、25,000分の1の地形図では、主曲線は10m間隔で引いた細い線。計曲線は50m間隔で引いた太い線のこと。



とかげ……晴れた日に岩の上で横になって休んでいると「とかげしている」「とかげになっている」と言われる。似ているからか？ 転じてテントの外で食事することもこう言うそうだ。



読図（どくず）……尾根や谷、送電線や目標物など地図に表されている様々な情報を解読し、実際の山

行に役立てること。地図を見るではなく「読む」。

渡渉（としょう）……川や沢を横切り、渡ること。

独標（どっぴょう）……独立標高点の略。地図作成にあたっての測量の際に、位置、標高などを測定して標石を設置した場所。西穂高岳や槍ヶ岳北鎌尾根のそれは固有名詞となっている。

トラバース……山の斜面を登らず、水平方向に移動すること。また、縦走路にあるピークを越えず、山腹を横切ること。このルートは巻道という。

な

ナイフエッジ……ナイフの刃のように鋭くとがって両側が切れ落ちた稜線のこと。英語（Knife edge）。ナイフリッジ（Knife ridge）も同じ意味だがこれは和製外語だそう。edge=刃、端、へり、ridge=山の背、尾根

薙ぎ（なぎ）……山の一部が崩れて、岩や石がごろごろし、切り払ったようになっていところ。傾斜の急な崩壊地。岩や土の色で、黒薙、白薙などと呼ばれるところもある。ガレ場と同じ意味。

凧（なぎ）……風が止んでいる状態のこと。朝夕に多い（朝凧、夕凧）。

ナス環（なすかん）……ナスの形に似たカラビナのようなもの。強度が弱いので、登攀には使用せず荷重がかからないものに使う。小さいものはキーホルダーやアクセサリなどに使われている。

鉦目（なため）……道に迷わないよう、木の幹や枝に、ナタ等の刃物で切り目を入れて印とし、道標の代わりにしたもの。乱用は自然破壊になる。

雪崩（なだれ）……斜面に積もった雪や氷の一部または全部が、一時に大量に崩れ落ちる現象。最大で時速 200 kmにも達するという。積雪が崩れ動き始める「発生区」、雪崩の通り道である「走路」、崩れ落ちた氷雪が積み重なる「堆積区」の3つの部分からなる。堆積した雪をデブリと呼ぶ。すべり面の違いから、大きく分けて「表層雪崩」と「全層雪崩」の2つのタイプがある。他に、雪渓や雪庇などで雪塊が崩落する「ブロック雪崩」などもある。雪崩による死傷者の9割が「表層雪崩」によるものとのこと。

雪崩紐（なだれひも）……10～20mの軽くて丈夫な目立つ色をした紐。雪崩が発生しそうなところを通過するときに、紐の一端を身体に結び、他端

はボールにつけるか丸めておく。雪崩に巻き込まれた時にそのボールあるいは丸めた紐を空中に放り投げる。体が埋まっても紐が雪上に出ていれば捜索者に救助してもらえるという。ビーコンが普及するまで冬山登山の必携品だったらしい。実に原始的なものだが、ビーコンが高価なため今でも持っていく人がいるという。ビックリポン！！ なお、雪崩紐を機械的にし、スプリングで紐の先についたボールを上空に打ち出すアバランチボール（日本語では「雪崩埋没者探索気球」というものもあるそうだ。

に

ニードル……針のように尖った岩峰のこと。ニードルとは英語で針のこと（needle）。フランス語ではエギーユ（aiguille）という。モンブラン山系のエギーユ・デュ・ミディ（3,777m）は「正午の時計の針」の山という意味だそうだ。ここは山頂までロープウェイを使い20分で登れるので有名。

二重山稜（にじゅうさんりょう）……二つの稜線が並行して並んでいる地形。三つ以上は多重山稜と呼ぶ。この稜線に挟まれ窪んでいるところを舟窪という。北アルプス・蝶ヶ岳頂上の南側にある二重山稜が知られている。妖精の池、蝶ヶ池など舟窪地形も多く見られる。雪倉岳にもあるそうだ。

偽ピーク（にせぴーく）……本当の頂上の手前であって頂上と間違いやすいピーク。頂上だと思って力を振り絞ったのに偽ピークだとドッと疲れる。

ニッカボッカ……膝の下で裾がしぼってあるゆったりした幅のズボン。このズボン専用のハイソックスをニッカホースという。昔の登山スタイルはこれでした。激しい動きがしやすいので、登山だけでなく乗馬やゴルフなどでも愛用された。少し形が違っているが、大工さんなどの作業用ズボンもこれ。ニッカーボッカーズ（ニューヨークに住むオランダ移民の子孫）の略。16～17世紀頃、彼らがこのズボンを履いていたからとも言われる。

日本アルプス（にほんあるぷす）……中部山岳地帯にある三つの山脈の総称。1881年、イギリス人鉱山技師のウィリアム・ガウランドが木曾山脈にこの名をつけた。のちにイギリス人宣教師のウォルター・ウェストンが、飛騨山脈、赤石山脈を含めてこう呼び、著書で世界に広めた。さらに登山家・随筆家で日本山岳会初代会長の小島烏水が、飛騨山脈を北アルプス、木曾山脈を中央アルプス、赤石山脈を南アルプスと名づけた。

日本百名山（にほんひゃくめいざん）……随筆家・登山家の深田久弥が1964年に著し、新潮社から出版した紀行文。日本の多くの山々に登った彼が、その中から「品格、歴史、個性を兼ね備え、原則として標高1,500m以上の山」という基準で選定した百名山を、各2000字程度でまとめたもの。またこの本で紹介された山々のこと。1980年代後半からこれを踏破する百名山ブームがおり、これを契機に中高年登山ブームがおこったと言われている。



pixta.jp - 2017715

ぬ

ヌタ場（ぬたば）……イノシシなどが体についた寄生虫を取ったり、汚れを落とす！？ために泥を浴びる水はけの悪いところ。沼田場と書くらしい。

ヌンチャク（ぬんちやく）……二つのカラビナを短いテープスリングでつないだもの。カンフー（沖縄・中国拳法）で使う武器に似ているのでこう呼ぶが、これは通称。正式にはクイックドロウ（quickdraw）。クライマーが岩や壁を登るときに使い、岩や壁に埋め込まれているボルト等に片方のカラビナをかけ、もう片方にはロープを通して安全を確保する。

ね

熱中症（ねっちゅうしょう）……日射病や熱射病等の総称。直射日光や高気温あるいは高湿度で、体内の水分や塩分などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、だるさの症状。ひどい時はけいれん、意識混濁などから死にいたることもある。

根雪（ねゆき）……冬のはじめに降って春まで融けずに残っている雪。

の

ノーマルルート……一般道、一般的な登山ルート。バリエーションルート
の対義語で、和製英語だそう。バリエーションルートは、登山道のない
ルートあるいは、技術的な困難度の高いルートのこと。

乗越（のっこし）……峰と峰の間の低くなったところ。尾根を乗り越える
ところ。いわゆる峠のことだが、微妙に違う。峠は、山を通る道で最も高
いところのことだが、乗越は、道はないが行けば越せないこともないこ

ろ。鞍部も同じようなところだが、単に山の尾根のくぼんでいるところ。形が馬に乗せる鞍（くら）に似ているのでこう呼ぶ。P9「コル」を参照。

登り優先（のぼりゆうせん）……勾配のある狭い登山路で対向者とすれ違う時に、下りの者が登りの者に進路を譲る山の習慣。登りはしんどく、ペースが崩れるとつらいから譲ってあげると言われている。これも理由の一つだが、登りの者は坂道の上にいる下りの者に気がつきにくい、下りの者は視界が広いので登ってくる人を見つけやすく、退避判断がしやすい。しかし登りの者に優先権があるわけではない。下りの者が大パーティで退避場所も少ない場合、断って先に下ることもある。いずれの場合も「ありがとう」の声かけが大事ですね。坂道での自動車も登り優先だそうです。



は

ハーケン……鉤状になった金属の器具で、岩の割れ目等に打ち込んで確保などの支点として使う。すでに打ち込んである古いものは、カラビナなどをかける前に、抜けないかなどよく確認することが大事。

パーティ……宴会ではありません。山では、一緒に山行しているグループ、登山隊のこと。英語の「party」には、「会、集まり、宴会」の他に「党派、政党」、「組、一行」などの意味がある。山を歩いているご一行様ですね。

ハーネス……クライミングなどの安全確保のために、ロープを身体に結びつけられるように着ける安全ベルト。一般山行には必要ないが、崩壊した登山路など、突然現れた難路を安全に通過するために、スリングを使った簡易チェストハーネスのつくり方、装着方法ぐらいはマスターしましょう。



バカ尾根（ばかおね）……変化がなくただただ長い単調な登り（下り）が続く尾根。この不名誉な呼称の代表？は丹沢の大倉尾根と言われている。

バットレス……山頂や稜線にむかって、それを支えるようにせりあがっている垂直に近い岩壁のこと。バットレスは建築用語で「控壁」「胸壁」の意味だそう。北岳バットレスが有名だが、この名付け親は日本山岳会初代会長・小島烏水とのこと。

ひ

ピーカン……雲一つない快晴のこと。映画の業界人用語で、①快晴の空の色がショートピースの缶の色に似ていた、②快晴の日はレンズのピント合わせがやりやすく「ピント完全」と言ったから、③「太陽の光がピーンと届いてカンカン照り」を略した、という説。④ダイビング用語で、パーフェクトコンディション (perfect condition) が語源という説、⑤オペラ「ある晴れた日に」のピンカートンからきているという説など諸説ある。



ビーコン……雪崩に巻き込まれた場合に、発見する（される）ための携帯型電波送受信機のこと。アナログとデジタルがあり、内臓アンテナ数も違う。アナログは1本、デジタルは2～3本。アンテナ数が多いほど感度が良く早く発見できるが、高価になる。最近、アンテナ数の多い高価なものと、少ない安価なものを所持した二人が同行して雪崩に遭遇すると、高価なものを持った人が発見されにくく（相手の感度が低い）、安価なものを持った人が発見されやすい（相手の感度が高い）という矛盾が問題になっているという。いずれにせよ、使用方法を習熟しておかないと役に立たない。

非常食（ひじょうしょく）……遭難など山行中の非常事態に備えるための食料。「ピンチ食」とも言う。火や水で調理せずに食べられ、胃に負担をかけずに素早くエネルギーに転化できるもの、賞味期限が長く、軽量で高カロリーな食品がよい。私はいつも、カロリーメイトやコンデンスミルク、ハチミツ、アメ等をザックに入れていきます。



ビスターリ……ネパール語で「ゆっくり」という意味。西山HCでは、健脚や一般のジャンルをゆっくり歩くというジャンル名でも使っている。

ピストン……登山口や分岐点等から山頂まで、同じコースで往復すること。山行全体の場合、同じ道に戻るのでは道迷いなどのリスクは少なくなるが、面白味に欠ける。自動車エンジンなどの部品から転用した山ことば。なお、山頂往復等の場合、分岐点等に荷物を置いていくことがあるが、これを「空身（からみ）で行く」と言う。※P17「デポ」も関連

左俣・右俣 (ひだりまた・みぎまた) ……沢登り等で、上流に向かって左(右)から合流してくる沢のこと。P2で紹介した右岸・左岸とは逆。

ピッチ ……①山行での休憩と休憩の間の一区間のこと。30分で5分の休憩をとる西山HCなどでは、「あと1ピッチ」は30分後のこと。②歩く速度のこと。「ピッチをあげよう (=急ごう)」「ピッチを落とそう (=ゆっくり行こう)」などと使う。一步一步を1ピッチとみなすことからこう言う。

ビバーク ……山行中等に露営・野宿すること。天候の急変やケガなど予期せぬ事態に遭遇して下山できなくなり、露営せざるをえなくなったものは、フォースト・ビバーク (不時露営) と言う。

ヒマラヤ・ジャイアント ……ヒマラヤに集中している 8,000m 峰 14 座のこと。標高順に、エベレスト(8,848)、K2(8,611)、カンチェンジュンガ(8,586)、ローツェ(8,516)、マカルー(8,485)、チョ・オユー(8,188)、ダウラギリ(8,167)、マナスル(8,163)、ナンガ・パルバット(8,126)、アンナプルナ(8,091)、ガッシャーブルム I 峰(8,080)、ブロードピーク(8,051)、ガッシャーブルム II 峰(8,034)、シシャパンマ(8,027)。マカルーまでは「ビッグ 5」と呼ぶ。

ふ

ファーストエイド ……救急・応急手当のこと。ファーストエイドキットは救急箱など救急・応急用品。サバイバルシートなど含める場合もある。

フィックスロープ ……固定したロープのこと。岩場や崩壊地のトラバースなど危険か所に張り、安全確保や登攀の補助に使う。英語 (fixed rope)

武器 (ぶき) ……山の隠語で、もともとはフォーク、ナイフ、スプーンなど食卓用刃物を指したが、お箸やカップ、皿など食器全般を言うようにな



ったらしい。「大学山岳部のすさまじい食事争奪風景から」「登山時の食事は闘いでありその武器だから」「ロシア語のビューキ (フォーク) が語源」など諸説がある。「ブキ」とカタカナで書くのが正しい? 使い方とのこと。

伏流水 (ふくりゅうすい) ……河川の底は土砂なので、水は川底の上を流れているだけでなく下にも流れている。上を流れているのを表流水、下を流れているのを伏流水という。一般に、地下に潜って見えなくなった川や沢の水のこと。ごく浅い地下水。

踏み跡（ふみあと）……人間や動物が繰り返し通って踏み固められ、道のようになっているところ。

冬道（ふゆみち）……冬季用の登山道のこと。ヤブ等で夏は通りにくいが積雪で通りやすくなったところや、雪崩の危険を避けるための山道。

フラットフットイング……登山の基本的な歩行技術。靴底全体で地面にしっかりと着地して体を支える歩き方。とりわけ雪山でアイゼンを履いた時にはこの歩き方がもっとも安定し安全。習熟する必要がある。

ブロッケン……高山で太陽を背にした時、反対側（正面）に雲やガスがあれば、丸い虹の中に自分自身の影が映る現象。＝御来迎（P 9で紹介済）。

分水嶺（ぶんすいれい）……雨水を異なった水系に分ける尾根。



ペース……歩く速度、スピード。ピッチとほぼ同じ意味。

ペグ……テントを張り綱で固定する杭（くい）。金属製やプラスチック製などがある。雪山では凍って取れなくなるので、竹片や木片のものを使い、張り綱も麻ひもなどにして、回収できなくとも自然に還る素材にする。

ヘッドラン……ヘッドランプのこと。頭にベルト等で取り付けられるようにしたランプ・懐中電灯。両手を使え安全だが、習熟しないと足元をうまく照らせないし、夏などは虫が目に飛びこんでくるので注意。



へつる……沢登りで深い淵などに遭遇した場合、水際の岩壁にへばりついて進むこと。谷や山の急斜面を横にトラバースする場合にも使う。

ペンキ印（ぺんきじるし）……岩場での標識の一種。岩などにペンキで書かれた○や→の印。×印は進入禁止のところ。見逃さないようにする。



ポイズンリムーバー……毒を持った虫や蛇に咬まれた際に、毒を吸い出すための注射器様の応急処置の器具。1つあると安心。薬局等で約1,000円。



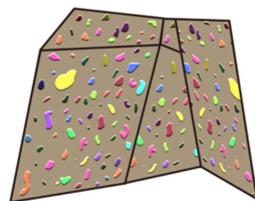
ホールド……岩場で、手でつかんで身体を確保できる岩のデコボコ、手がかりのこと。足がかりは、スタンスまたはフットホールドと呼ぶ。

歩荷（ぼっか）……荷物を背負って山を越えること。山小屋などに荷上げをすること。また、それを職業にする人。歩荷（＝かち）を音読したもののとの説が有力。

ポリタン……ポリエチレン製の容器のこと。灯油を入れるポリ缶ではなく、山では2～3ℓの水用タンク。かさ張るので最近はプラティパスですね。

※プラティパスは商品名。ラミネート製で「折りたためる」水筒。

ボルダリング……ロープや確保用具を使わずに大きな岩やあまり高くない岩壁、人工壁を登るスポーツ。フリークライミングの一種。



ホワイトアウト……吹雪でまわりが真っ白になり、まったく視界がきかなくなった状態。動き回ると道に迷ったり崖から落ちたり雪庇を踏み抜くなどの危険がある。濃霧でもおこることがある。

ま

巻き道（まきみち）……通行困難な滝や岩場などの難所を迂回する道。通行時間を短縮するためにつけられた道もあるが、わかりにくいので注意。

マット……テント泊などで寝るときに使う敷物。シュラフマットのこと。ウレタンを使った**ウレタンマット**（通称・銀マット）は、かさばるが安価で耐久性に優れている。空気を入れて使う**エアーマット**は、軽量で寝心地は良いが穴が開いたら使い物にならなくなる。この2種類の良いとこどりをしたという**インフレーターマット**は、中にスポンジが入っておりバルブを開けると空気を吸って自動的に膨らむ。しかし高価。なお、テントの床全体に敷く**テントマット**もあるが、最近はあまり使われなくなった。

マップメジャー……先端に歯車様の円盤がついており、地図上の道などをなぞって計測し、距離を測定する道具。「0cm」だけ表示するのは地図の縮尺をかけて算出する。地図の縮尺ごとにすぐに距離がわかるものもある。キルビメーター、マップメーターともいう。1,500円程なので便利。



摩利支天（まりしてん）……実体のない陽炎（かげろう）を神格化した女神。語源はサンスクリット語の **Marici**。この神を信ずればすべての災厄を免れるということから、日本では武士の守護神として信仰されたという。山岳信仰と結びついて山名にもなった。木曾御嶽山北側の摩利支天山、乗鞍岳剣ヶ峰の北にある摩利支天岳、甲斐駒ヶ岳の南にある摩利支天が有名。

み

水場（みずば）……水が湧き出ているり流れており、自然の中で飲み水を補給できる場所。ただし生水は安全性が確認できない限り飲まないこと。

道標（みちしるべ・どうひょう）……登山路の分岐点などに立てられた標識。方向や距離、所要時間などが記されている。石積（ケルン）、樹木・枝などに巻きつけた布、テープや、ペンキでつけた単なる印もこう呼ぶ。

峰走り（みねばしり）……春に、新緑が麓（ふもと）から峰（山頂）にむかって登ってゆき、秋に、山頂・稜線からはじまった紅葉が麓に降りてゆく様子を表わしたものの。白神山地の峰走りが有名とのこと。

む

無人小屋（むじんごや）……文字どおり人（管理人）の常駐していない避難小屋。寝具はないかあっても汚れているものが多いのでシュラフ等を持参する。食事は自炊。水場が近くにない場合があるので水も用意する。トイレもあるところとないところがある。無人小屋利用のマナー低下が問題になっている。①寝場所は先着順が基本だが大スペースを占領せず、後から来た人に快く譲る。②営業山小屋と同じ、極力、おしゃべり、ガサゴソは避ける。③「利用してもらおう」等屁理屈でガスや雑巾を残す人がいるらしい。ゴミはもちろん持ってきたものはすべて持ち帰る。④利用したら掃除しきれいにしておく。⑤しっかりと戸締りをして退出するなどが大事。

胸突き八丁（むなつきはっちょう）……山ことばでは、頂上など目的地直前の、胸を突かれて息ができなくなるように登りがきつく苦しいところ。転じて、何かを成す時に、完成直前の苦しい状態を示す言葉にもなった。もともとは富士山頂上直下の **900m** ほど（八丁）の険しい急坂を指した。
※蛇足……1 丁（町）は昔の距離の単位で約 **109m** とのこと。8 丁（町）は約 **872m** になる。なお、1 里は 36 丁（町）で約 **3,927m**。

霧氷（むひょう）……空気中の水分や水蒸気（霧）が氷点下に冷却され、樹枝などに張りついた現象。樹木が、まるで雪がついているように白く輝く。樹氷はこの一種で、風により樹枝に氷が層状に張りついたもの。（P 3 「エビのしっぽ」参照）

め

名山（めいざん）……形が美しい、歴史があるなどで名高い山。有名なのは深田久弥さんが選定した日本100名山（1964年）。続いて日本山岳会が深田100名山に200山を加えて日本300名山として発表した（1978年）。さらに、深田久弥さんを愛する「深田クラブ」が創立10周年を記念して、深田100名山に100山を加え日本200名山として発表した（1984年）。



photo.jp - 28723570

今や、関西100名山、近畿100名山など、名山だらけ。日本の山はどこにもすばらしい山があるということでしょうね。なお、日本4名山は、富士山、立山、御嶽山、大山とされているが、論拠が乏しいとも言われている。

盟主（めいしゅ）……ある山域、山群、山塊で中心の山。主峰。東山三十六峰の盟主は大文字山だそう。西山はポンポン山かな???

メタ……昔懐かしいアルコール系の固形燃料のこと。スイスメタ、エスピット等の商品がある。角砂糖のような形状が多い。燃えカスに発がん性があるといわれ、ガスの普及とともに、山ではほとんど見なくなった。

メタルマッチ……金属のマグネシウムは粉末にすると燃える。この性質を利用して点火剤として使うもの。マグネシウム棒とブレード（ナイフ）がセットになっている。棒をブレードで削り、紙の上に粉末を落とし、棒をブレードでこすって火花を飛ばし発火させる。雨に濡れても大丈夫なので、一つあるといざというときに役立つ。1セット数百円からある。

目出し帽（めだしぼう）……目出帽（めでぼう）、バラクラバ、フェイスマスクなどとも呼ぶ。頭や顔、首の防寒、保温のため、目の部分だけ開いた、頭からかぶるウールやフリースの帽子（口の部分が開いたものもある）。

※蛇足……バラクラバはウクライナの地名。クリミア戦争（1853年～）で、この地でイギリスとロシアが戦った時、イギリス兵の妻たちが、寒い所で戦う夫のためにこのような帽子を毛糸で編んで持たせたという。

そこでこの帽子をバラクラバと呼ぶようになった。

も

木道（もくどう）……湿地帯や湿原で高山植物などの植生保護のために設けられた木の歩道。板を渡してつくった道。ぬかるみの登山路に架けられたものもある。雨などで濡れるとすべりやすいので気をつけて歩く。

森（もり）……〇〇森と記して山を表わす。盛りが転じたもの。東北や四国に多いという。京都にも天ヶ森（ナツチョ）や藤ヶ森（箕ノ裏ヶ岳）等がありますね。形の良い山につけられることが多いらしい。

モルゲンロート……ドイツ語（Morgenrot）。朝日の昇る直前に山が黄金色やオレンジ色に染まり輝く現象。夕日が沈む直前の同現象はアーベントロート（Abendrot）。—と思っていたが、これらは正確にはアルペングリュエーエン（Alpengluehen 英語ではアルペングロー）というらしい。本来は、前者は朝焼け、後者は夕焼けの意味とのこと。いずれにせよ、これらは山がもっとも美しく見えるとき。一度見たら忘れられませんね。

や

ヤセ尾根（やせおね）……両側が鋭く切れ落ちている幅の狭い尾根。

ヤッホー……山や谷で、やまびこ・木霊（こだま）を呼ぶときにかけるかけ声。あるいは、人を呼んだり合図をする時に発する言葉。①ヨーデルの「ヨホホホ～」が語源、②木こり・猟師などが山で遠くにいる人を呼ぶかけ声「ほ～い、ほ～い」からきたなど、諸説あり。



藪こぎ・ヤブ漕ぎ（やぶこぎ）……灌木（かんぼく）や笹、雑草をかきわけて歩くこと。パーティでは、者間距離を空けないと前の人が払った枝などが跳ねる。しかし、あまり空けすぎると見失うときもあるので注意。

山足・谷足（やまあし・たにあし）……斜面をトラバースして歩くときに、山（斜面）側にある足を山足、谷側にある足を谷足という。山足はまっすぐかやや山に向け、谷足は谷側に向けると安定し安全に通過できる。

山男・山女（やまおとこ・やまおんな）……もともとは山奥に棲む妖怪のこと。1960年前後の登山ブームの中で「娘さんよく聞けよ～」の「山男の歌」が流行り、一般にも山好きの男性や女性を指す言葉として広がった。いまは「山ガール」「山ボーイ」ですね。

山親父（やまおやじ）……クマ（熊）のこと。北海道ではヒグマをこう呼び、これが広がったようだ。北海道土産のお菓子「千秋庵の山親父」のCMソング「……笹の葉かついでシャケしょって、スキーに乗った山親父……」は、北海道の人なら誰でも歌える？ほど有名なんだって。ホント???



山風・谷風（やまかぜ・たにかぜ）……山頂から山麓に吹きおろす風を山風、山麓から山頂に吹きあがる風を谷風と呼ぶ。一般に、太陽が出ている時は、山腹や山麓が温められ上昇気流となって谷風が吹き、日が没すると、山腹の冷却により空気が冷え重くなって山を下るので山風が吹くらしい。

山シャツ（やましゃつ）……登山用のシャツのこと。ウールで襟付き、チェック柄が定番だが、最近の「山ガール」「山ボーイ」には、「ダサい」と不人気だそうだ。しかし、ウールは消臭効果、襟は首の保温、チェック柄は、森の中でも目立って猟師の誤射を防ぐなど、優れたものなんだがなあ。

山背（やませ）……山を越えて吹きおろしてくる風。また、夏に北日本の太平洋側に吹く冷たく湿った北東風や東風（こち）。オホーツク海高気圧がもたらし、長く続くと冷害の原因になる。

山開き（やまびらき）……その年に初めて入山・登山を許すこと、またその日。登山が宗教的行事であった時代、山は神の住む神聖なところであり、気楽に登るものではなかった。夏の一時期だけ解禁し、その最初の日に山の神を祭り、登山の安全を祈ったのが山開き＝開山祭。山によって違う。ちなみに富士山は、山梨県側7月1日、静岡県側7月10日とのこと。

山の神（やまのかみ）……山を守り支配する神で、女神と言われている。山神様として信仰されたが、恐ろしいものの代表的存在でもあった。そのため、転じて口やかましい妻も「山の神」と呼ぶようになったらしい。なお女性の入山を禁止した「女人禁制」の理由に「山の神は女神で女性を嫉妬するから」というのがあるが、これはこじつけでしょうね。

山の季語……登山界や俳句界には次のとおり共通する季語がある。

春＝山笑う（やまわらう）……新しい芽が吹き、花がいつせいに咲き誇る春の山はまるで山が笑っているように明るいから。

夏＝山滴る（やましたたる）……夏の山は、水が滴っているように瑞々しく、緑が美しいから。

秋＝山装う（やまよそおう）……秋の山は、紅葉の錦をまとい、美しく彩られており、着飾っているように見えるから。

冬＝山眠る（やまねむる）……木々は葉を落とし、深い雪に閉ざされている冬の山は、静かに眠っているようだから。

山の鼻（やまのはな）……尾根の先端部分。山の端、山の崎ともいう。尾瀬に「山の鼻」という地名があるのはご存じと思います。

山屋（やまや）……専門性をもった登山家を尊称して？こう呼んでいたらしいが、いまは山登りをしている人をみなこう呼ぶ。スキーヤーに対してヤマヤーとシャレで呼んでいたのが「山屋」になったという説もある。

山酔い（やまよい）……頭痛、吐き気など二日酔いのような症状がでる軽い高山病のこと。山迷い、山気（さんき）ともいう。

ゆ

雪が腐る（ゆきがくさる）……気温が上がって雪が融け、シャーベット状に柔らかくなった状態のこと。春先に多いが、冬でも暖かい日は標高が低いところでそういう状態になる。

雪形（ゆきがた）……春の残雪期に山肌の雪の一部が融けて、遠くから見ると何かの形に見えるようになる。残雪そのものの形と現われた地肌の形がある。有名なのは白馬岳の代掻き馬（しろかきうま）。山名の由来にもなった。その他、種まき爺さん（爺ヶ岳）、常念坊（常念岳）、蝶（蝶ヶ岳）、武田菱＝武田信玄の家紋（五竜岳）、白鳥（農鳥岳）、鶴と獅子（鹿島槍ヶ岳）などがあるという。木曾駒ヶ岳は山名の由来となった駒（馬）の他、島田娘も雪形から名が付いたそうだ。

雪窪（ゆきくぼ）……積雪が長く残っているところや雪渓では、雪の溶解・凍結が繰り返される。その浸食作用により地表がへこんだところのこと。

雪時雨（ゆきしぐれ）……日が射したり雪が降ったりする様子のこと。時雨は、晩秋から初冬にかけて雨が降ったり止んだりする、冬の到来を告げる気象現象だが、さらに気温が下がっていることを示す。

雪代 (ゆきしろ) ……融けた雪が川に流れ込むこと。雪代水。雪解け水。川は増水し水温が下がる。春先に急激な気温上昇があれば、時に土石流が起ることもあるので注意する。



雪団子 (ゆきだんご) ……春先に雪が腐った状態の時や、真冬でも標高の低いところで水分を多く含んだ雪は、アイゼンやワカンの裏側に付きやすくなる。これが団子状に固まってへばりついた様子のこと。ピッケルなどで叩いて落とさないと、歩きづらだけでなく危険。

ユマール ……岩場、崖や壁に張ったロープを登るための登高器。商品名。プルージックの機能をより安全に、機械的に果たせるよう1959年に考案された。説明書には下降にも使えるとあるが使い方が難しい。



ユリ道 ……傾斜は緩いが長く続く道。「緩 (ゆる) い道」が転化したようだ。二ノ瀬ユリが有名。

よ

呼び子 (よびこ) ……笛、ホイッスルのこと。登山用のものは小さくても大きな音が出るようになっている。緊急時や遭難時の合図のために携帯する。鈴と併用しこまめに吹いてクマ除けとして使う場合もある。主に金属製やプラスチック製のものがあるが、厳冬期に持っていくものは、唇に凍りつかないためにプラスチック製が良いと言われている。

予備食 (よびしょく) ……緊急時のための「非常食」と違い、悪天候やアクシデントなどで山行が延長した時に備えるための食料。「停滞食」とも言われる。宿泊山行で山小屋を利用する場合はそこで補充できるが、テント泊縦走などの場合は必ず必要とされている。軽く、保存がきき、主食になるものがよい。昔は「マルタイの棒ラーメン」が定番でしたなあ。

予備日 (よびび) ……長期の山行の場合に、悪天候やアクシデントに対応するため、日程に余裕を持たせてあらかじめ組み込んでおく日のこと。

ら

らく! ……斜面などで落石を起こしたり発見した時に、周囲の登山者に警告するために発する言葉。「落石」の落から生まれた日本語だが、英語の r

ock と発音が似ているので外国人にも伝わるらしい。落石は風化や雨雪で自然に起こることもあるが、靴やストックではねとばすなど大半は登山者が起こすもの。自分が起こした時はケガ等なくても謝ろうね。

ラッセル……雪山で深い雪をかきわけ踏み固めながら道をつくって進むこと。アメリカのラッセルおよび設立したラッセル社が開発した除雪用車両＝ラッセル車が語源となっている。効率的なラッセルには体力だけでなく技術が求められる。雪山体験などでしっかり身につけよう。

ランニングビレイ……岩登りとくにリードクライミングで、先行して登る人（トップ）が下で確保する人（ビレイヤー）との間に、クイックドロウなどでセットしていく中間支点。もしトップが落ちてても中間支点で止まるため、地上まで落下すること（グラウンドフォール）は防げる。

リ

リーダー……登山隊の責任者・隊長のこと。責任者（隊長）をチーフリーダー（CL）、副責任者（副隊長）をサブリーダー（SL）という。

リーダー決定（りーだーけつてい）……山行中のパーティの行動は、最終的にはリーダーが決定権を持っている。不服や意見が取り入れられなくても「リーダー決定」には、無条件で従い、山行終了後に検証する。

稜線（りょうせん）……いくつかの山頂を結ぶ尾根のこと。この尾根がまるで空に描いた線のように見えることからこう呼ぶらしい。頂上と頂上を結ぶ主脈を稜線、頂上と麓を結ぶ支脈を尾根と呼ぶという説もある。

リングワンデルンク……ドイツ語（Ringwanderung）。環状彷徨、輪形彷徨と訳される。広い雪原・高原などで、吹雪や濃霧、闇夜などのために視界が悪くなって方向を見失い、円を描いて同じところを繰り返し歩いてしまう現象。遭難につながる。新田次郎の小説「八甲田山死の彷徨」を原作に1977年に公開された映画「八甲田山」（高倉健・北大路欣也主演）で描かれた八甲田雪中行軍遭難事件（1902年・明治35年）では、この現象などもあり210人中199人が死亡したと言われる。怖いですね。

る

累積標高差（るいせきひょうこうさ）……標高差は登山口から頂上までの標高を単純に差引したものだが、累積標高差はその山の登山コースのアップ

プダウンのうち、登り部分だけを合算したもの。標高 100m から 1000m の山に登る場合、標高差は 900m だが、300m 登って 100m 下り、また 400m 登って 100m 下り、400m 登って頂上に達するとすると、 $300+400+400=1100m$ となる。その山の厳しさを表わすために使われている。

ルートファインディング……地図やコンパス、地形や景色の観察などを通じて、自らの現在位置を把握し、正しい登山ルート・コースを見つけること。また、その技術。英語 (route finding)

ルンゼ……岩壁にできた急で険しい溝。水の浸食作用でできたものだが、多くは涸れている。周囲から落石が集中しやすく、ガレ場になっていることが多い。雪崩が集中するところでもある。ドイツ語 (Runse)

れ

霊山 (れいざん) ……山を神聖なものとし、信仰の対象とした山岳信仰で、とくに霊域とされた山。霊峰もほぼ同じ意味。一般に日本三霊山は、富士山、白山、立山と言われているが、御嶽山 (中央アルプス)、岩船山 (栃木県) を加える説や、恐山 (青森県)、比叡山 (京都府・滋賀県)、高野山 (和歌山県) を三霊山とする説など諸説ある。

レイバック……岩の割れ目 (クラック) に手指を差し込み、手を引き足をつっぱって岩壁を登る登攀のテクニック。金毘羅・Y懸尾根の岩壁にはこの名前がついた登攀ルートがある。

レイヤード……服を重ね着し、着たり脱いだりして寒さ暑さに対応し、体温を調節すること。「ベースレイヤー」＝下着、「ミッド (ミドル) レイヤー」＝中間着、「アウターレイヤー」＝上着の三層構造を基本とする。激しい運動の山登りでは汗で服が濡れ、体調不良を招いたり、時には低体温症を発症し命にかかわる事態になる。服をいかにして乾いた状態に保つか、

長年の研究の結果、生み出された。とりわけ下着が大事と言われている。



レインウェア……雨着、カッパ。天候の急変しやすい山では生死をわけるほど重要な装備。晴れでも持参する。①ゴアテックスなど防水透湿性加工のもの、②上下別のセパレートタイプ、③青や赤など認識されやすい目立つ色のもの、

④下に着こむ場合があるので少し大きめのサイズのもの、⑤靴を履いたままの脱着のため足のファスナーの長いもの、を基準に選ぶ。

レスキュー……遭難した人を救助すること。「セルフレスキュー」は、遭難した人もしくはパーティが、自力で困難な状況を克服し下山すること。

連山 (れんざん) ……山脈よりはるかに短い、峰がいくつも続いている山々の連なり。連峰とほぼ同じ意味。



レンズ雲 (れんずぐも) ……凸レンズのような形をした雲。山頂付近を湿った空気が上昇する際にできる。天候が悪化する前兆として、観天望気 (P 5 参照) で使われる。傘雲・笠雲は山頂にできたレンズ雲。

ろ

廊下 (ろうか) ……両岸が狭まり岩壁が高くそそり立った細い谷のこと。渓谷よりさらに深い谷で、通行の難所が多い。峡谷、V字谷、ゴルジュとも呼ばれる。黒部の「上ノ廊下」「下ノ廊下」が有名。

ローインパクト……自然環境に与える人間の影響を極力抑えようとする考え方。また、そうした運動。山に入るなど自然と接するときは、人間本位ではなく、人間も自然の一部という考え方が大事。「山から何も持ち出さない、何も残さない」という最低限のマナーは守りたい。

ロープ……綱 (つな) や縄 (なわ) のこと。Rope は英語。ドイツ語ではザイル (Seil)。登山で使用するロープは直径 7mm から 11mm くらいまでの太さで、様々な種類がある。大別すると、ダイナミックロープとスタ



ティックロープ。用途によって使い分ける。ダイナミックロープはクライミング用。素材はナイロン等で強度が高く柔軟性がある。伸縮性があり、衝撃を吸収する。ボルダリングのマットの役割を果たすと言われる。スタティックロープは、遭難救助や高所作業用。素材はポリエ

ステル等で、伸縮性は少ない。衝撃を吸収しないのでクライミングでは使えない。懸垂下降に使う場合や、遭難した人をソリに乗せて引っ張り下ろしたりする場合などは伸縮性のないロープが適していると言われている。

ロープバーン……握る、絡まる等でロープと手足などに摩擦が生じた時にできるやけどのこと。(Rope burn)

六根清浄（ろっこんしょうじょう）……六根とは、仏教で感覚や意識の根源となる、視覚、聴覚、臭覚、味覚、触覚、意識のこと。これを清らかにすること。信仰登山の時代には山登りの際のかけ声となった。「六根清浄、お山は晴天」と唱えながら登ると高山病の予防になると信じられていた。

ロワーダウン……岩場などで、ロープにぶら下がって降りること、また、ビレイヤー（確保者）に下ろしてもらうこと。クライムダウンはこの反対で、ロープにぶら下がらず、自分の手足を使って降りること。

わ

分かれ（わかれ）……道が二つに分かれる場所。分岐点。その先の地名から「〇〇分かれ」とつけられることもある。「別れ」と表記されるものもある。愛宕山の「水尾分かれ」、大原の「野村別れ」などがありますね。

わかん・ワカン……「輪かんじき」の略。雪道を滑らず、沈み込んで足を取られないように靴の下に装着する日本のはきもの。「かんじき」には、田んぼの中を歩く「板かんじき」、氷の上を歩く「かねかんじき」、そして雪の上を歩くため、木や竹（今はアルミですね）を輪にした「輪かんじき」があるという。スノーシューを「西洋かんじき」と説明することがあり、その対比からか「和製かんじき」「和かんじき」と表記したものもある。

渡瀬（わたせ）……沢や川で歩いて渡れる程水深の浅くなっているところ。

悪場（わるば）……岩場、ガレ場、クサリ場など、山道にある難所、危険な場所。「あくば」ともいう。

ワンダーフォーゲル……「ワンゲル」と略される。ドイツ語 (Wandervogel) で「渡り鳥」の意味。野山を渡り鳥のように自由に歩きまわり、健康や交流をはかろうとする青少年による野外活動、またその運動。19世紀末にドイツで誕生した。郊外の野原でギターを弾き、歌い、交流した。男子はニッカーボッカースタイルだったという。「自由でありたい」という青少年の健全な願いが土台になっていたが、第一次世界大戦の中で「戦争忌避」「享乐的」と批判され、ヒットラーの登場と第二次世界大戦の中で、ヒットラーユーゲントに吸収され消滅した。ナチスドイツと友好関係にあった日本でも「健全な青少年運動」と紹介され、文部省主導で広められたという。戦後の登山ブームの中で、もともとの主旨で復活し、ユース hostel 運動とともに発展した。大学・高校では、本格的な登山をめざす山岳部と違い、

ハイキングや交流に軸を置くのがワンゲル部と言われていたが、今日、「山岳部」と活動内容がほとんど変わらない「ワンゲル部」もあるようですね。

ワンデイハイク……日帰りのハイキングのこと。「ワンデイハイキング」を縮めた言葉。安全登山のためには、遅くとも夕方4時頃までに下山する必要があり、行き先は低山を対象にすることが多い。

あとがき

「山ことば あれこれ」は、西山ハイキングクラブ機関誌「にしやま」に、2015年3月号から2017年11月号まで33回、足かけ3年にわたって連載したもの。これを小冊子にまとめた。その際、カット、イラストや写真を加えたほか、若干の加筆、補足・訂正をおこない整理した。

山の用語は、「一本立てる」「お花摘み」などに象徴されるように、隠語も含めて独特でわかりにくいものが多い。これから山登りをはじめようとする新しい会員さんに、少しでも親しんでいただこうと企画したもの。きっかけは、田部井淳子さんが2012年に上梓した「山の単語帳」を中村好夫会長から紹介され、唆（そそのか）された？から。

田部井さんはこの本の中で「自分では長い間当り前に使っていた山の用語がはじめての方にとっては耳慣れない言葉であることに気づかされた」と執筆のきっかけを語っておられた。これは私もまったく同感。近年の登山ブームの中で、新しい会員さんも増えてきたが、私たちがなにげなく使っている言葉に、「どういう意味ですか」と聞いてくる方も少なくなかった。新旧の会員が交流するきっかけになればと思って書いた。

山の先輩から山の話聞くのは楽しいが、知識をひけらかされたり、うんちくを長々と語られるのはあまり気持ちのよいものではない。そのことに気をつけながら書いたが、読み返してみると、内心忸怩たる思いがする。

とりあげたことばの数は238語。この中には知っていたものも多いが、まったく知らなかったもの、あらためて認識を深めたもの、間違っ理解していたものもたくさんあった。しかし「2500語を掲載」とうたった「登山用語辞典」もあったので、これでもほんのわずかにすぎない。クライミング用語は解説の必要な難しいものが多いが、ほとんどの会員さんにはなじみが薄いので、最小限にとどめた。

田部井さんの著作や昭文社「山岳用語辞典」など様々な「登山用語辞典」、百科事典、ウィキペディアまで参考にしたが、まったく同じものを書き写しても芸がないし倫理に反する。私なりの解釈や経験を交えて、私なりの表現で解説した。いくつかのことばには「おまけ」や「参考」「蛇足」として、調べた内容や私の見解を付け加えた。1割ほどは田部井さんがとりあげていないことばもある。一つ一つ調べてまとめていくことは、手間がかかったが楽しい作業でもあった。

きっかけを与えてくれた中村会長をはじめ先輩諸氏に、訂正や補足なども含め様々なアドバイスをいただいた。この場を借りて感謝申し上げたい。

2017年11月 馬場重明