

林道脇の明るく、のどかな雰囲気、楽しめる花崗岩の岩場

いわき

# 丑ノ倉の岩場

所在地：福島県いわき市小川町柴原字丑ノ倉

## クライミング ガイド

「丑ノ倉の岩場」は、いわきの名峰、ニッ箭山の山麓にある。いわき市は、福島県の南東端、東北の最南端に位置している。地理からみると、西は「阿武隈山地」に囲まれ、東は「太平洋」に面している。そのため、寒暖の差が比較的少なく、気候的にも、大変恵まれた地域で、クライミングシーズンは3月上旬～12月中旬。風さえ吹かなければ冬でも登れる。

岩質は、花崗岩で結晶が粗くフリクションはいい。それだけに指先とソールの減りが早くなるので気をつけたい。

小さな岩場だが、20本ほどのルートがありグレードは、5. 7から5. 12台まで。ボルダー課題は、9級から二段まで。3級～6級が中心でトラバース系が多い。ダイナミックさはないが、内容は多彩だから一日たっぷり楽しめる。静けさのなか壁や岩と対峙し、ルートや課題に打ち込むことでクライミングの楽しさがわかる。

2012年5月～7月、岩場の再整備を実施した。「アルミハンガー」は撤去。ボルトの位置も見直し「リボルト」。終了点ボルトを追加。「ジャパンカップ'89」大会の、「人工ホールド」も、年数が経過し劣化していたのですべて撤去。一部のルートは「公開プロジェクト」になった。この機会にルートや課題、限定を見直したので、既存の資料と違いがあるので気をつけて登ってほしい。

※ ガイド全体の改訂版ですが、おもにグレード、課題などを見直しました。

2020年 4月15日 改訂版  
資料 提供：佐藤伸一  
ガイド作成：小林光行

# 岩場のプロフィール

岩場は通称「石の倉」とも呼ばれている。一枚岩の「ハーフトーム」が中心で、高さ14m、幅25m。壁は、フェイス・ハング・カンテ・クラック・スラブなどで構成されている。「南面（正面壁）」は、すっきりした壁でルートが揃っている。真ん中にクラックがはしり左壁と右壁に分かれている。上部は、全体的にオーバーハングや小ルーフで、左壁の中間部はバンド状になっている。「西面」は、ほぼ垂直で高さが10m前後。「東面」は、中間部から傾斜がおちたスラブで初心者の練習にはいい。

ボルダーの一部は、石の「切り出し跡」があるが、2～5m前後の高さで6個ある。ボルダー課題があるのは、現在4個だが残りのボルダーも、高さなどはないが発想を変えれば対象になると思う。周辺には、「ビューサイト」「ペンタゴン岩」などがあるが、環境やアプローチなどが……。

技術的には、ほとんどが「ボルト」のフェイス・ハング系のリードルート。トップアウトしたら「北面」側から歩いて下りられる。終了点にはアンカーボルトが打ってある。終了点は、一部のルート以外、登る前に自分で作り、終了したら回収してください。「岩場」は「ジム」とは違う。ボルダーはマットを過信せず、しっかりした着地技術で登ってほしい。

「ハーフトーム」の頂上には、だれでも簡単に行ける。そこは視界が広がり、夏には恰好の展望台になる。遠くに「太平洋」の海原、目の前には「阿武隈山系」の山並みが、広がっている。なにより岩場が、林道の脇なのでアプローチのよさは申し分ない。南向きだから、日当たりがよく、明るく、のどかな雰囲気。風が、四季折々のただずまいを運んでくるので気分がいい。

1975年頃、当時、高校生だった大沼潤一、阿部修義、佐藤伸一は、すでに「ニッ箭山の岩場」でフリークライミングを実践していた。82年、小川町在住の阿部から、「丑ノ倉の大岩」のことを教えてもらった大沼と佐藤。ふたりだけの開拓が始まり、クラックルートの、「サニー・サイド・ストリート」や「登龍門カンテ」「クロワッサン」などの課題が登られた。

86年、大沼潤一が、宮城県大和町の「桑沼」で不慮の事故に……そのため、佐藤伸一が活動を休止してしまい開拓は中断した。

87年の夏、アウトドアの店「サンパル」（閉店）の店主、佐藤憲次からの働きかけがあり、佐藤伸一がクライミングを再開。その後、浪江町の熊川 幸や地元の蛭田 亨、小林光行が参加。当時は、ボルトの設置はなくトップロープで、「西稜カンテ」「極楽とんぼ」などが登られた。ボルダー課題は、佐藤伸一によって「中指の思い出」「どつぽ」「ローリング」などの好課題がこの時期にできた。

88年10月30日に地元、大橋弥一郎のつながりで、「チーム・イカロス」の志賀光則、高橋建雄が訪れた。このとき設定されたのが「白いワニ」のライン。その後、たびたび訪れて「じゃんがらの呪縛」などを初登。クライミングに対する考え方やその行動は、数少ない地元クライマーのレベルアップにつながった。

89年には、志賀光則の働きかけで、第3回「ジャパンカップ'89」が開催された。地元の斉藤正雄や中柴秀広らも加わり活気があった。90年代に入って、「青葉の岩場」の開拓が始まってからは、一時期ほどのにぎわいはなくなった。2010年に高倉健太が、クライミングジム「ジャンダルム」を開いてから訪れるクライマーがまた増えてきた。

この岩場は、地元の「共有地」および「私有地」となっている。クライミングを理解していただき利用させていただいている。くれぐれも事故や間違いのないようにしてほしい。

最後に、大沼潤一だが、86年8月に不慮の事故のため……享年31歳。

志賀光則は、肺ガンで長い闘病生活中的の94年1月に……享年38歳。

私たちに大きな影響を与え、なによりもクライミングが好きだった故人の冥福を祈りたい。

（文中 敬称略）

## 丑ノ倉の岩場 周辺マップ



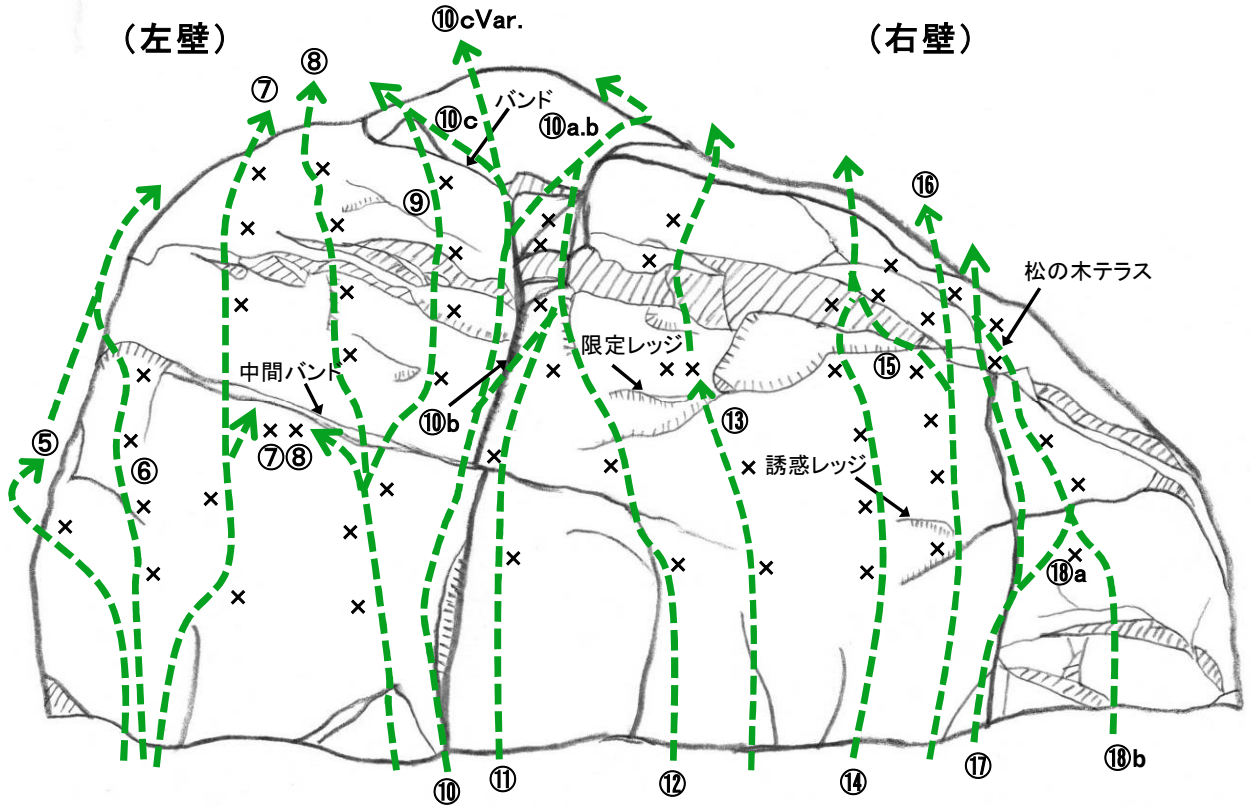
# [ハーブドーム]

丑ノ倉の岩場 ルート図  
2020年 4月15日 改訂版  
作図: 小林光行

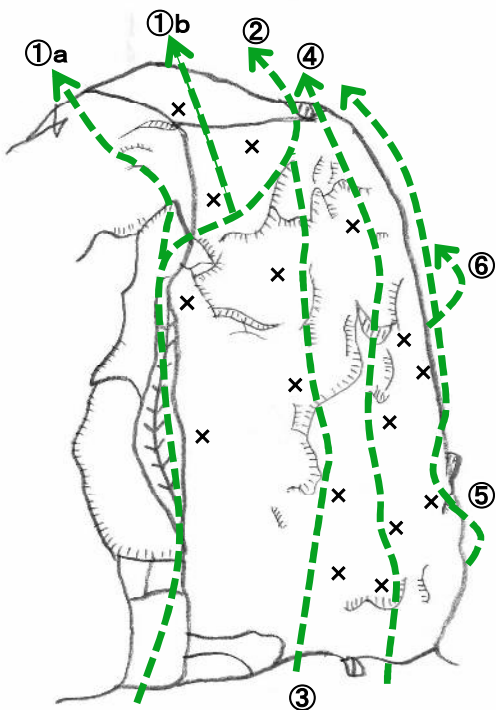
## 南面(正面壁)

(左壁)

(右壁)

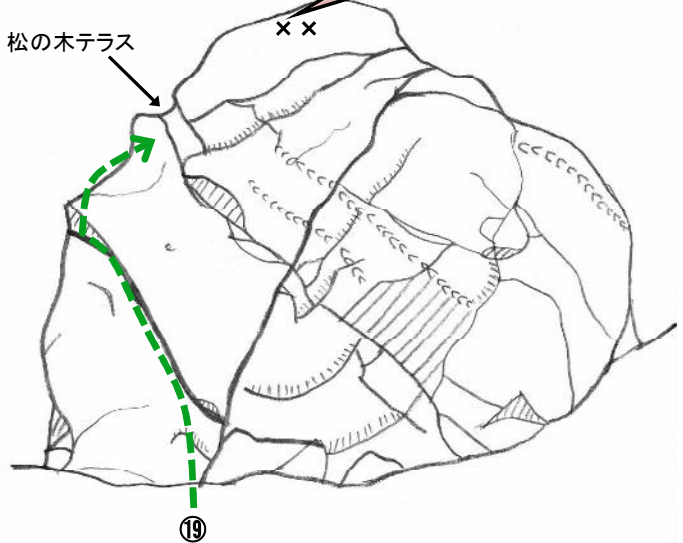


## 西面



## 東面

松の木テラス



チェーン付支点は右壁用の  
ギア類回収 & Tr.準備などの  
「バックアップ」用、および終  
了点。緩斜面には、他にも  
支点がいくつかある

# 〔丑ノ倉「ハーブドーム」 ルート / INDEX〕

リードクライミングは、高さの恐怖心などを克服し登り切ったとき

「やった！」という充実感がある。「登っていて楽しかった」が一番いい。

- ①a 桜前線 5. 8 B 4本 ★
- ①b 春一番 5. 9 + B 4本
- ② ワン・トゥー・スリー 5. 9 B 4本 ★★★
- ③ 張り子のおかめ 5. 1 1 b B 5本 ★
- ④ ブラックパンサー 5. 1 2 a B 5本 ★★★
- ⑤ 西稜カンテ 5. 1 1 a B 3本 ★★
- ⑥ 天使の階段 5. 1 1 c B 4本 ★
- ⑦ 緑亀 5. 1 1 d B 5本 ★★
- ⑦ リトル緑亀(中間バンドまで) 5. 1 0 b B 2本 & Tr. ★
- ⑧ リトル赤いカバ(中間バンドまで) 5. 9 B 3本 ★  
(仮) 赤いカバ 公開プロジェクト B 7本
- ⑨ じゃんがらの呪縛 5. 1 2 b B 7本 ★★
- ⑩a サニー・サイド・ストリート 5. 9 + NP ★★★
- ⑩b サニー・サイド・ストリート(ハングVar. ) 5. 1 0 c ★ NP + B 3本
- ⑩c サニー・サイド・ストリート(左トラバース&上部直上Var. ) 5. 8 ★ NP & Tr.
- ⑪ 極楽とんぼ 5. 1 1 a B 6本 ★★  
(下部左側⑩のクラックと左壁の「中間バンド」は限定)
- ⑫ 乾杯 5. 1 0 a B 6本 ★★★
- ⑬ リトル白いワニ(ハング下部まで) 5. 1 0 b B 2本 ★  
(仮) 白いワニ 公開プロジェクト B 5本
- ⑭ ピンクの子ブタ(ハング直上バージョン) 5. 1 1 c B 7本 ★★★
- ⑮ 頑徹(がんでつ)ロード 5. 1 1 b B 7本 ★  
(右側⑮のクラックは限定)
- ⑯ 甘酒 & 利き酒 5. 1 0 b B 6本 ★  
(右側⑯のクラックは限定)
- ⑰ 裏口入学クラック 5. 7 NP + B 3本 & Tr. ★
- ⑱a への河童 5. 7 B 6本
- ⑱b への河童(下部を直登Var. ) 5. 8 B 6本 ★
- ⑲ クロワッサン 5. 1 0 c / 3級 NP ★

Tr. .... トップロープ

Var. .... バリエーション

NP .... ナチュラルプロテクション  
(ナチュプロ)

SD .... シットダウンスタート  
(シットスタート)

B 5 本 .... ボルトの数

★ .... ルートの内容、人気など

× .... ボルトおよび終了点

( ) .... 初登者および設定・協力者

## 〔丑ノ倉「ハーブドーム」 ルートガイド〕

### □①a 桜前線 5. 8 B 4本 ★ (小林光行)

上部は4本目ボルトの左側を登る。ライン取りによっては、グレードよりも難しく感じることも。

### □①b 春一番 5. 9 + B 4本 (小野一美 & 小林光行)

最上部は、あえて右に行かず4本目ボルト右側のスラブを直上する。怖いが足を信じて。

### □② ワン・トゥー・スリー 5. 9 B 4本 ★★★ (小林光行)

3本目ボルトにクリップしたら、カンテから右側のフレークに向かってトラバース。岩の弱点をついたトラバースのムーブはふたつあるが、いずれも思い切った重心移動で解決。怖くて一歩が踏み出せないときは、気合いで「ワン・トゥー・スリー！」。

### □③ 張り子のおかめ 5. 1 1 b B 5本 ★ (小林光行)

核心は、出だしの数ムーヴで3本目のボルトの上まで。見た目には、このグレードには見えないかも。取り付きが、斜面なので下地が削れてくるとスタートが？ そのときは手頃な石を置いて！

### □④ ブラックパンサー 5. 1 2 a B 6本 ★★★ (堀越隆正)

佐藤伸一が、トップロープ課題としてトライしていたライン。岩場の代表的なルートで内容があり一度は登っておきたい。核心は3〜4本目ボルト付近。出だしからボルダー的ムーブで、5. 10 くらいのムーブが連続、テクニカルなフェイスクライミングになる。下地が削れて取り付け付近の、状態が悪いときは「③張り子のおかめ」と同じように対応して登る。

### □⑤ 西稜カンテ 5. 1 1 a B 3本 ★★ (佐藤伸一)

きれいなカンテの人気ルート。1本目ボルトにクリップして、カンテを回り込むまでが核心。フットワーク & ムーブ選択が決め手。身長、リーチのあるひとは、やさしく感じるかも。あとは、快適なカンテで簡単だが、ランナウトするので要注意。

### □⑥ 天使の階段 5. 1 1 c B 4本 ★ (小林光行)

2本目前後から3本目ボルト手前のフレークを取るまでの数手が核心。スメアリング & ムーブの組み立てで突破。バンドからは、カンテに沿って登るがランナウトに注意。

### □⑦ 緑亀 5. 1 1 d B 5本 ★★ (堀越隆正 & 志賀光則)

「J. C'89女子Aルート」でおすすめのルート。バンドでひと息つけてしまうのが、ルートとして残念！ 4本目のボルトにクリップ、バンド状のフットホールドに立ち込んでからが核心となる。つらい体勢から最上部のリップを取るまでが難しい。下部は遠い外傾ホールドを取りにいくところ。

### □⑦ リトル緑亀 5. 1 0 b B 2本 & Tr. ★ (佐藤伸一 & 小林光行)

短いムーブが面白いおすすめのルート。クリップとビレイに慎重さが必要。

### □⑧ リトル赤いカバ(バンドまで) 5. 9 B 3本 ★ (佐藤伸一 & 小林光行)

(J. C'89男子Aルート: 5.12 b の自然石2個は撤去したので、

「(仮)赤いカバ(設定: 志賀光則・小林光行)」は、公開プロジェクト B 6本になった。)

このラインは「いまのクライマーなら、登れる可能性があると思う。当然、5.13以上の世界」。バンドからハング下までは、緊張するスラブ状フェイスでパワーとバランス。つらいので早く抜けたい。ハング下の左トラバースから、上部フェイスに立ち込むまでが解決できれば！ ……  
「リトル赤いカバ」は、下向きのホールドが多くて苦勞するのと、ライン取りで悩むことがある。

□⑨ じゃんがらの呪縛 5. 1 2 b B 7本 ★★ (志賀光則)

岩場の代表的ルート。90年11月23日、志賀光則が「丑ノ倉の岩場」で最後に登ったルート。バンドからは、スラブ状フェイスでホールドが細かくデリケートなムーブを強いられる。レストできないのがつらい。核心のハング越えは、フィンガーパワーでテクニカル。ハングの上に立ち込んで、7本目のボルトにクリップするまではとても気が抜けない。

□⑩a サニー・サイド・ストリート 5. 9 + NP ★★★ (佐藤伸一)

「ハーブドーム」で、最初に登られたクラックルート。壁のど真ん中にはしるクラックで「掃除には、2日間かかった」という。バンドの少し下と上部ハングのきれた部分が核心。数少ないナチュプロのクラックルート。「クラック」好きクライマーが「クラック」だけで登ると5. 9 +。

□⑩b サニー・サイド・ストリート(ハング) 5. 10 c NP + B 3本 ★ (大沼潤一)

クラック・カンテ・ハングを登るバリエーションルート。カンテを右側に回り込み小ハングを登る。当時は、オールナチュプロで登ったが、カンテ部分でランナウトするのでプレッシャーだった。

□⑩c サニー・サイド・ストリート(左トラバース) 5. 8 NP & Tr. ★ (佐藤伸一)

最上部で、左側にトラバースするが、下を見ると高度感があり怖い。最上部のバンドから左上気味に直上するトップロープバリエーションは5.10a(斎藤正雄)。

□⑪ 極楽とんぼ 5. 1 1 a B 6本 ★★ (佐藤伸一)

(下部左側⑩のクラックと左壁の「バンド」は限定)

下部だけ限定がありフェイスだけで登る。下部のスラブ状フェイスが核心。登るにつれて傾斜がきつくなる。足をうまく使って指の負担を減らしたい。花崗岩に慣れてないとちょっとつらい。あとは、快適なカンテと小ハング越え。フェイス・カンテ・ハングと多彩で、ルートクライミングの醍醐味が味わえる。下部に限定があるのが残念だが、5. 11 の入門ルート。

□⑫ 乾杯 5. 10 a B 6本 ★★★ (小林光行)

人気ルート。取り付きからスラブ状フェイスを左上してカンテに向かう。核心はコーナー状の小ハング越えで高度感がある。乗っ越しはフットワークを大切に。クラックの経験がないと難しく感じるかも。ハングの上にボルトが追加される以前は、クラックにチョックをセットして越えていた。見た目は簡単そうに見える下部フェイスは、微妙な岩の形状でホールドの選択に戸惑う。初登のとき、「5. 9」にグレード。今回、これまで登った方々の「体感グレード(5.8~5.10c)」を、参考に「5. 10a」にグレード変更しました。

□⑬ リトル白いワニ(ハング下部まで) 5. 1 0 b B 2本 ★ (佐藤伸一)

(J. C'89男子Bルート:5.12 a の人工ホールド、自然石は撤去したので、

「(仮)白いワニ」は、公開プロジェクトB 5本になった。)

「丑ノ倉の岩場」の最初のボルトルートで、88年10月30日に志賀光則・高橋建雄・佐藤伸一によって設定された。ハング抜け口からの上部フェイスは、手掛かりがなく絶望的と思われるがトライしてみてください。「リトル白いワニ」は、ハング下部の終了点まで登る人気ルート。ボルトが2本だけで間隔があり、かなり緊張する登りになる。登てみるとルートファインディングとフットワークの大切さを痛感する。

□⑭ ピンクの子ブタ(直上バージョン) 5. 1 1 c B 7本 ★★★ (千葉一美)

(J. C'89女子Bルート「桃色ブタさん」の人工ホールド、ハンガーボルトを撤去したため、

直上バージョン(設定:小林光行)に変更、公開プロジェクトにしたライン。)

下部は5. 10のフェイス。ルーフの5本目ボルトにクリップしてリップを取ったら「⑮頑徹ロード」に合流する。ルーフ状ハングを豪快に越えていく迫力あるライン。背中に感じる空間がすばらしく、高度感の感覚が強烈。下部フェイスのライン取りはクライマーそれぞれ。

□⑮ 頑徹ロード 5. 1 1 b B 7本 ★ (志賀光則 & 小林光行)

(⑰裏口入学クラックは限定)

下部は、限定がありフェイスだけで登る。5本目ボルトにクリップして左側にトラバース。核心のルーフ状ハングの乗越しになるが、パワームーブのマントル。手順を間違え、時間をかけるとつらい。下部は5. 10ーくらいのフェイス。細かいホールドをよく見て、指や足を確実に決める。(初登時は、「誘惑レッジ」を限定していたが、いまは限定ではありません。)

□⑯ 甘酒 & 利き酒 5. 1 0 b B 6本 ★ (熊川 幸 & 小林光行)

(⑰裏口入学クラックは限定)

5. 10の入門的ルート。、右側のクラックは使わずにフェイスだけで登る。甘くみると痛い目にあうので壁をよく見てから取り付く。上部は直上する。5本目ボルトと右上の「フレーク」に沿って登るが、ムーブ的に少しバランスが悪い。スラブを抜けると緩斜面になる。

□⑰ 裏口入学クラック 5. 7 NP + B 3本 & Tr. ★ (大沼まどか)

ナチュプロの入門ルート。ホールドは豊富で掛かりがいい。チョック類のセットも、クラックの形状を落ち着いて見ればなんの問題もない。「松の木テラス」まで登ったあとは、ちょっと嫌なスラブになるが怖がらず落ち着いて登る。

**※注意** 左側の「⑯甘酒 & 利き酒」のボルトは、近いようでもこのルート用ではないので使わない。クリップするとき、どうしても体勢に無理がある。ギア類がないときは、「松の木テラス」にあるアンカーボルトを使ってトップロープで登る。

□⑱a への河童 5. 7 B 6本 (小林光行)

限定はないので、体の動くまま好きなように登る。取り付きは「⑰裏口入学クラック」と同じ。ボルトの間隔が近いので、リード初心者の練習にはいい。「松の木テラス」でひと安心。ひと息ついたら、あとはスラブだが下を見てしまうと大変怖い。難しくはないので頑張って、頂上に立てば達成感が心地いい。

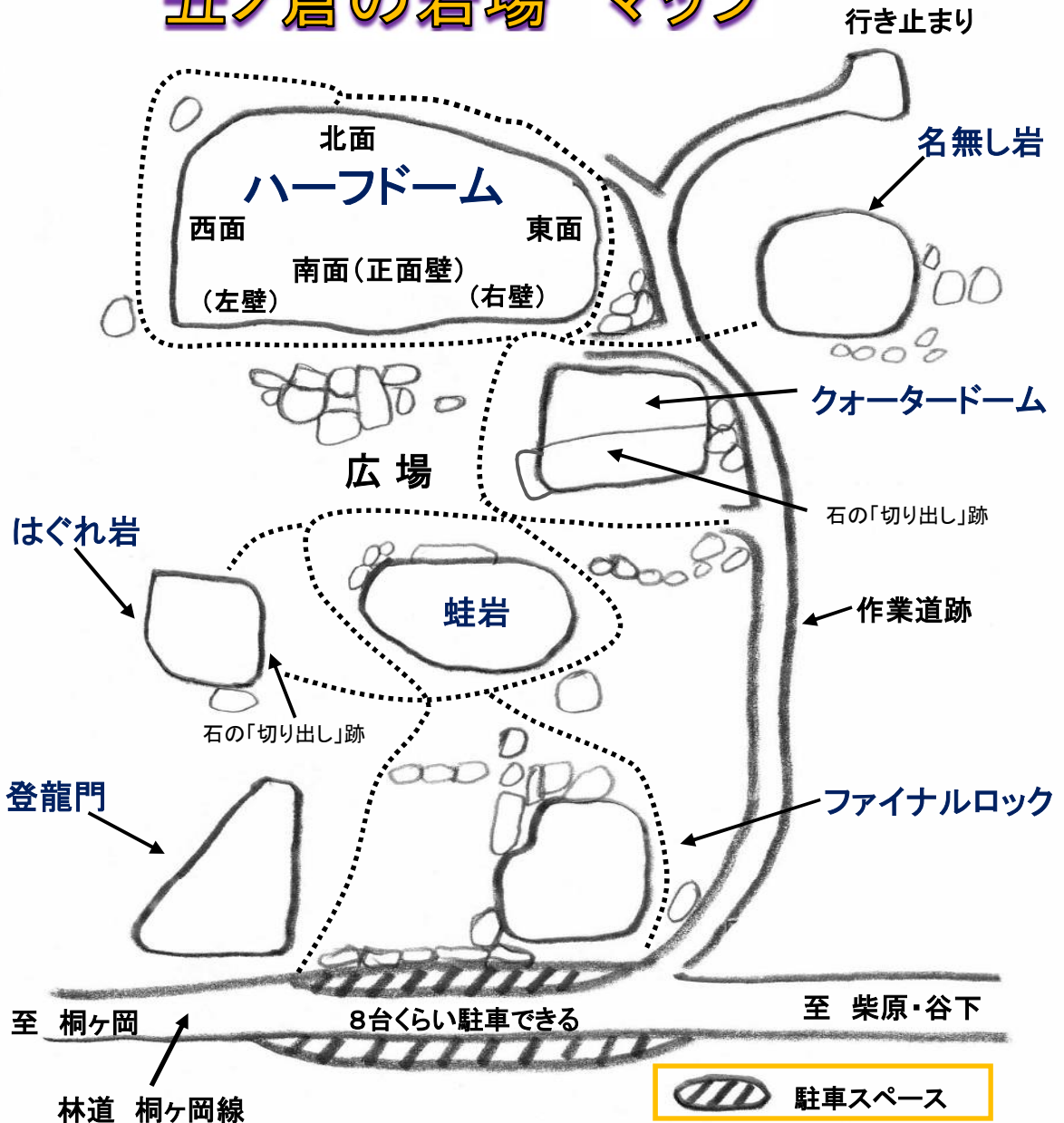
□⑱b への河童(下部を直登するVar. ) 5. 8 B 6本 ★ (小林光行)

出だしが核心でムーブはひとそれぞれ。限定などはないので立ち込んだら、「松の木テラス」まで気持ちよく登ればいい。テラスからは緩斜面のスラブ。

□⑲ クロワッサン 5. 1 0 c / 3級 NP ★ (大沼潤一)

ボルダーとしてなら、間違いなく★★★だろう！ 短いながら人気の、左上するフィンガークラック。最後の抜け口は、いやらしいマントルでスモールカムがあると心強い。出だしからフットワークとフィンガーパワーが試される。「大沼潤一がある日、突然に登った」という。上部は、傾斜がおちるので好きなように登る。

# 丑ノ倉の岩場 マップ



※駐車するとき、通行の迷惑にならないように注意してください。

## 〔岩場を使用する上で注意すること〕

- (1) トイレの後始末はキチンとする。
- (2) たき火はしない。タバコは携帯灰皿を利用する。
- (3) ゴミはすべて持ち帰る(吸殻、テーピングテープなども)。
- (4) 事故を起こさないように。
- (5) 終了点は、一部のルート以外セットされていない。
- (6) ボルトがゆるんでいるときのため、小型のレンチは必携品。
- (7) テント泊は「ハーブドーム」前の広場。車中泊なら駐車スペースで。

# 〔丑ノ倉ボルダー 課題 / INDEX〕

## 【ボルダーグレードについて】

丑ノ倉グレードは、「⑧登龍門カンテ」の5級を基準としている。

グレードは、課題によっても、ムーブや身体条件、季節などでも変わるので、ひとつの目安。

自然の岩場は、自分ひとりのムーブで課題を解決できることがある。面白さはムーブにある。

## 〔ハーブドーム〕

- ①a 矢切の渡しパート1(トラバース) 5級 ★★★
- ①b 矢切の渡しパート2(トラバース・右足の立ち込み) 5級 ★
- ② 関所(フェイス) 7級
- ③ 極楽トンボフェイス(左のクラックは限定) 4級 ★★
- ④ ウォームアップ・トラバース 8級 ★
- ⑤ への河童マントリング 7級 ★
- ⑥ 河童のハッピーエンド(マントル・カンテ) 5級
- ⑦ レッドコーナー(カンテ・マントル) 3級 ★★
- ⑧ ローリング・リターン(トラバース) 4級 ★★
- ⑨ ローリング(トラバース) 4級 ★★
- ⑩ 案山子(トラバース) 5級 ★
- ⑪ 陽炎トラバース 2級 ★★★
- ⑫ クロワツサン(クラック・マントル) 3級 / 5. 1 0 c ★★★
- ⑬ 北のぬくもり(クラック・スラブ) 1級 ★★★
- ⑭ チェンジアップ(トラバース・クラック) 3級 ★
- ⑮ カレッジクラック 9級
- ⑯ あいうえお(フェイス・スラブ) 5級 ★
- ⑰ まんだら人生(フェイス) 6級 ★★★
- ⑱ ダイクロード(フェイス・トラバース) 4級 ★★

## 〔クォータードーム〕

- ① 東参道(フェイス)(両側のカンテは限定) 7級 ★
- ② トライアルエッジング(立ち込み) 8級～
- ③ サンバル(マントル) 6級 ★★
- ④ 奈落の底(マントル・ランジ) 1級 ★★
- ⑤ 旅立ち(マントル・カンテ) 3級
- ⑥ 伸一カンテ 3級 ★★★
- ⑦ 大沼カンテ 4級 ★★★
- ⑧ 卒業(トラバース) 6級 ★★★
- ⑨ スリップ・スライディング・アウェイ Left(左カンテ・レイバック) 5級 ★★
- ⑩ スリップ・スライディング・アウェイ Right(右カンテ・レイバック) 3級 ★
- ⑪ ハンドメイドフェイス 1級
- ⑫ すずきのダンス(フェイス)(カンテは限定) 初段 ★★
- ⑬ 丑ノ倉トライアスロン 1級 ★★★

## 〔登龍門〕

- ① 頑徹スラブ(トラバース)(上部のリップは限定) 5級 ★★
- ② どさくさクラック 8級
- ③ どつぼ(左足の立ち込み)(左のクラックは限定) 4級 ★★
- ④ どつぼ(右足の立ち込み)(左のクラックは限定) 3級 ★★
- ⑤ スーパーどつぼ(左のクラックと上部のリップは限定) 初段 ★
- ⑥ SD登龍門カンテ Left SD 3級 ★★
- ⑦ 登龍門ポケット 4級 ★
- ⑧ 登龍門カンテ 5級 ★★
- ⑨ SD登龍門カンテ SD 4級 ★★
- ⑩ 野次馬フェイス 7級
- ⑪ 頑徹シークエンス(カンテ・トラバース) 4級 ★★
- ⑫ 登龍門フェイス(両側のクラックは限定) 4級 ★★
- ⑬ ストレス・フェイス(クラック限定は) 5級 ★
- ⑭ こだわりフェイス 7級
- ⑮ 入門フェイス 6級 ★
- ⑯ ビキナーズカンテ 8級 ★
- ⑰ 登龍門トラバース(上部のリップは限定) 3級 ★★
- ⑱ 頑徹トラバース(上部のリップは限定) 2級 ★★

## 〔ファイナルロック〕

- ① ア・ラ・カルト(ハング・マントル) 6級 ~ ? ★
- ② イエローフラッグ(ハング・マントル) 4級 ★★
- ③ 中指の思い出(カチ&ポケット) 5級 ★
- ④ 中指の思い出(フレーク&ポケット) 4級 ★★
- ⑤ フレーク&フレーク(フェイス) 6級 ★★
- ⑥ フレークエイド(フェイス) 8級 ★
- ⑦ ストレッチカンテ 7級 ★
- ⑧ 北面ワンポイントスラブ 9級~
- ⑨ ミリカチ魂(フェイス)(左のフレーク・右カンテは限定) 1級
- ⑩ 小雨(トラバース・ハング・マントル) 二段 ★★

## 〔蛙岩〕

- ① 蛙の宅急便(トラバース) 2級 ★★
- ② ビキナーズマントル 7級
- ③ 顔色をカエル(マントル) 6級 ★
- ④ ひっくりカエル(マントル) 5級 ★★
- ⑤ しょげカエル(マントル) 6級 ★
- ⑥ ノーハndsスラブ 8級

## 〔名無し岩〕〔はぐれ岩〕 ※課題は特に設定していません。

※登り方は自由なので、柔軟な発想で岩と対峙し、自分の思い通りに登ってみてください。

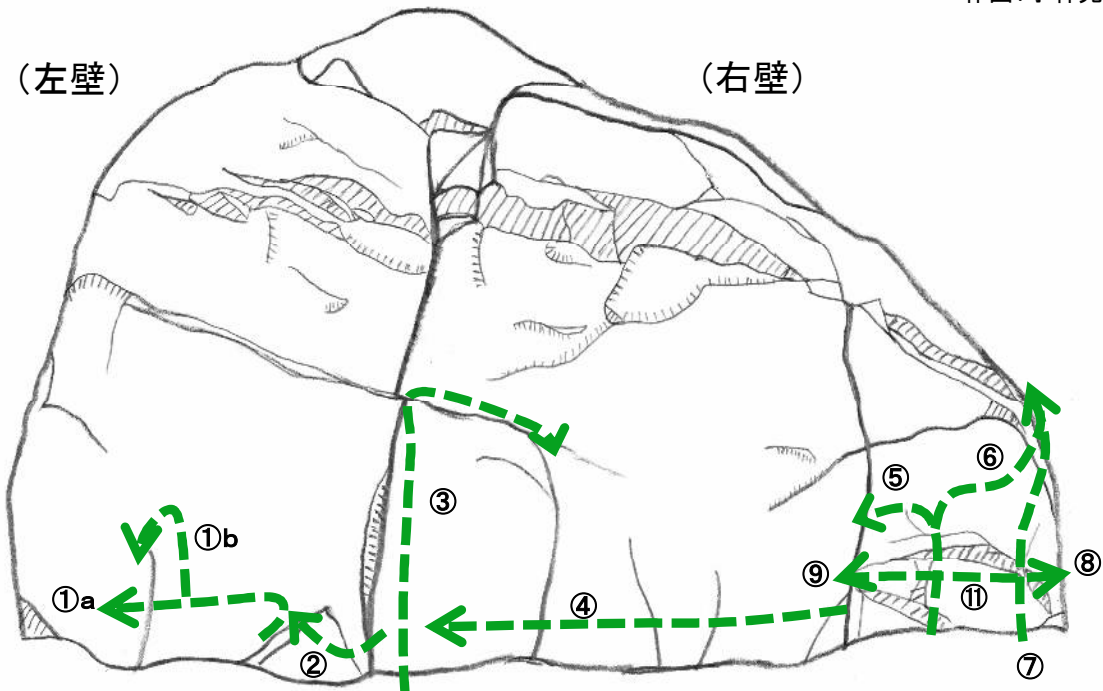
# 〔丑ノ倉ボルダー 課題ガイド〕

## 〔ハーブドーム〕 南面(正面壁)

丑ノ倉の岩場ボルダー 課題図

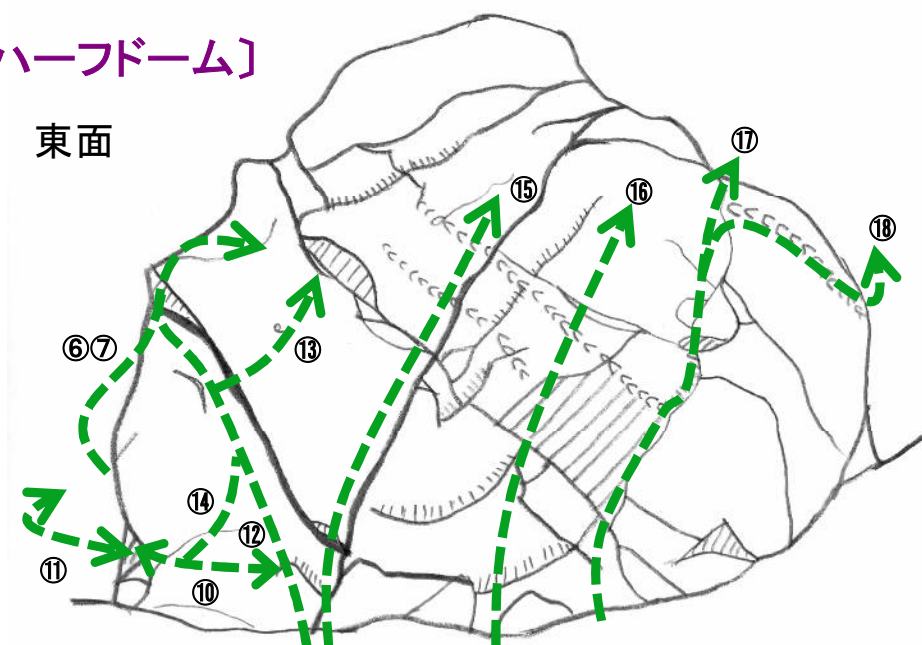
2020年 4月15日 改訂版

作図: 小林光行



- ①a 矢切の渡しパート1(トラバース) 5級 ★★★ (佐藤伸一 & 小林光行)  
左斜めのバンドに立ち込んでスタート。トラバースしてバルジ状壁の下部、地上30cm付近の細長いフットホールドに立ち終了。トラバースするとムーブで、悩むこと間違いない。ムーブの組み立てが大変面白い好課題。
- ①b 矢切の渡しパート2(トラバース・右足の立ち込み) 5級 ★ (佐藤伸一)  
中間のエッジホールドに右足で立ち込む課題。「左足の立ち込み(4級)」(小林光行)は左手のフィンガーパワーか、小柄なひとには、つらい右手の壁プッシュの立ち込み。
- ② 関所(フェイス) 7級 (佐藤伸一)  
バルジ状の壁を移動し、左斜めのバンドに立つ。なかなかスムーズにはいかない。
- ③ 極楽とんぼフェイス(左のクラックは限定) 4級 ★★ (小林光行)  
フェイスだけで登ったら、右側にクライムダウンするが高さがあるので注意する。ホールドの選択と集中力。細かいホールドなので、足をうまく使って指の負担を減らしたい。
- ④ ウォームアップ・トラバース 8級 ★ (大沼潤一 & 佐藤伸一)  
壁の状態や指の感触、体調の確認に、まずは地上20~80cm前後のトラバースを。
- ⑤ への河童マントリング 7級 ★ (小林光行)  
マントル課題だがムーブ的にはいろいろ。レッジに立ち込んだら左側のクラックへ。
- ⑥ 河童のハッピーエンド(マントル・カンテ) 5級 (小林光行)  
立ち込んだら右側のカンテまでトラバース。回り込んだらマントルが待ち構えている。
- ⑦ レッドコーナー(カンテ・マントル) 3級 ★★ (沼田弘樹 & 小林光行)  
スタートは左斜めのフレイクに両手。パワフルな立ち込みから右側に回り込み上部へ。
- ⑧ ローリング・リターン(右トラバース) 4級 ★★ (小林光行)  
「⑦裏口入学クラック」から右側にトラバース。カンテ下部のレッジに立ち込んで終了。レッジに立ち込むまでが核心。パワーでいっか、ムーブか迷うところで手ごわい。

## 〔ハーブドーム〕

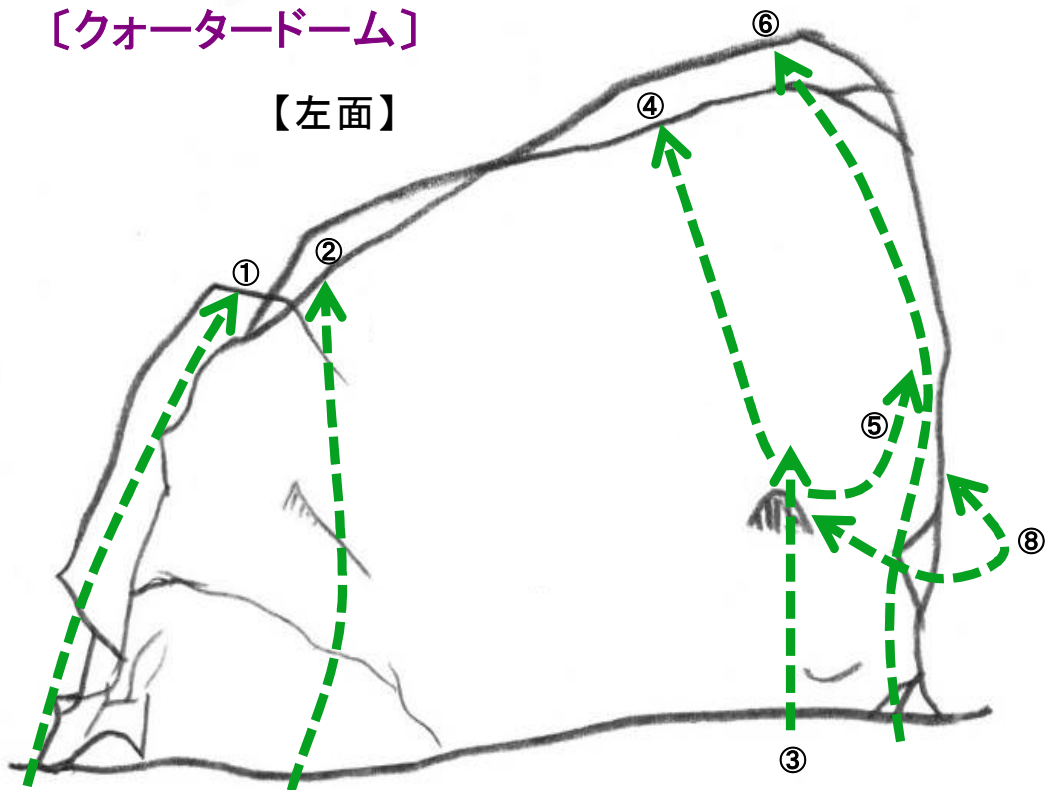


ボルダーとしては下部の5～8mくらいまでが対象。ハイボルダーになるので注意が必要。上部は、緩斜面のスラブなので登ったら、右側にトラバースして下りるのが一般的。人気の「クロワッサン」は、開拓当時、「難しい課題だった」という。

- ⑨ ローリング(左トラバース) 4級 ★★ (佐藤伸一)  
カンテ下部のレッジに左足、フレークに両手を掛けてスタート。左側のクラックまでいく。  
下部のフットホールドを使うと6級(初登時は地面の下)。体の体勢が課題名の由来。
- ⑩ 案山子(トラバース) 5級 ★ (佐藤伸一)  
スタートは、左右どちらも下部レッジから。パワーではないフリクション&バランス感覚で。
- ⑪ 陽炎トラバース 2級 ★★★ (小林光行)  
「⑧ローリング・リターン」と「⑩案山子」をつなぐ。スタートはどちらからでも。核心はカンテ付近でテクニカルなトラバース。「往復トラバース」でデシマルグレード5. 11+くらい。
- ⑫ クロワッサン(クラック・マントル) 3級 / 5. 10 c ★★★ (大沼潤一)  
短いながら人気の、左上するフィンガークラック課題。出だしからフットワークとフィンガーパワー。「大沼潤一がある日、突然に登った」という。上部、最後の抜け口はいやらしいマントルなので慎重に、高さもあり怖い。登ったら緩斜面なので右側にトラバースして下りる。
- ⑬ 北のぬくもり(クラック・スラブ) 1級 ★★★ (小林光行)  
92年1月1日に初登。その後、ボルダー課題として登りボルトは撤去。「⑫クロワッサン」の中間部からスラブを右上、浅いポケットを使ってチキンヘッド(凸状)をダイレクトに取る。
- ⑭ チェンジアップ(トラバース・クラック) 3級 ★ (小林光行)  
カンテ下部レッジに立ち右側にトラバース。中間部から「⑫クロワッサン」に登る課題。
- ⑮ カレッジ・クラック 9級 (大沼潤一 & 佐藤伸一)  
出だしが少しだけ戸惑う。上部はホルードが豊富なので落ち着いて登れば大丈夫。
- ⑯ あいうえお(フェイス・スラブ) 5級 ★ (佐藤伸一)  
上部のスラブは直上すると非常に怖い、下部のハング状の壁はガバホールドで快適。
- ⑰ まんだら人生(フェイス) 6級 ★★★ (佐藤伸一)  
かぶり気味の壁の乗っ越しが、フリーを感じさせる好課題。クラック&ダイクをどう使うか。
- ⑱ ダイクロード(フェイス・トラバース) 4級 ★★ (佐藤伸一 & 小林光行)  
「⑰まんだら人生」に登り、上部のダイクを取ったら右側に向かう。ダイク沿いにトラバースしたら、右上にあるガバホールドを取りはい上がる。

## 「クォータードーム」

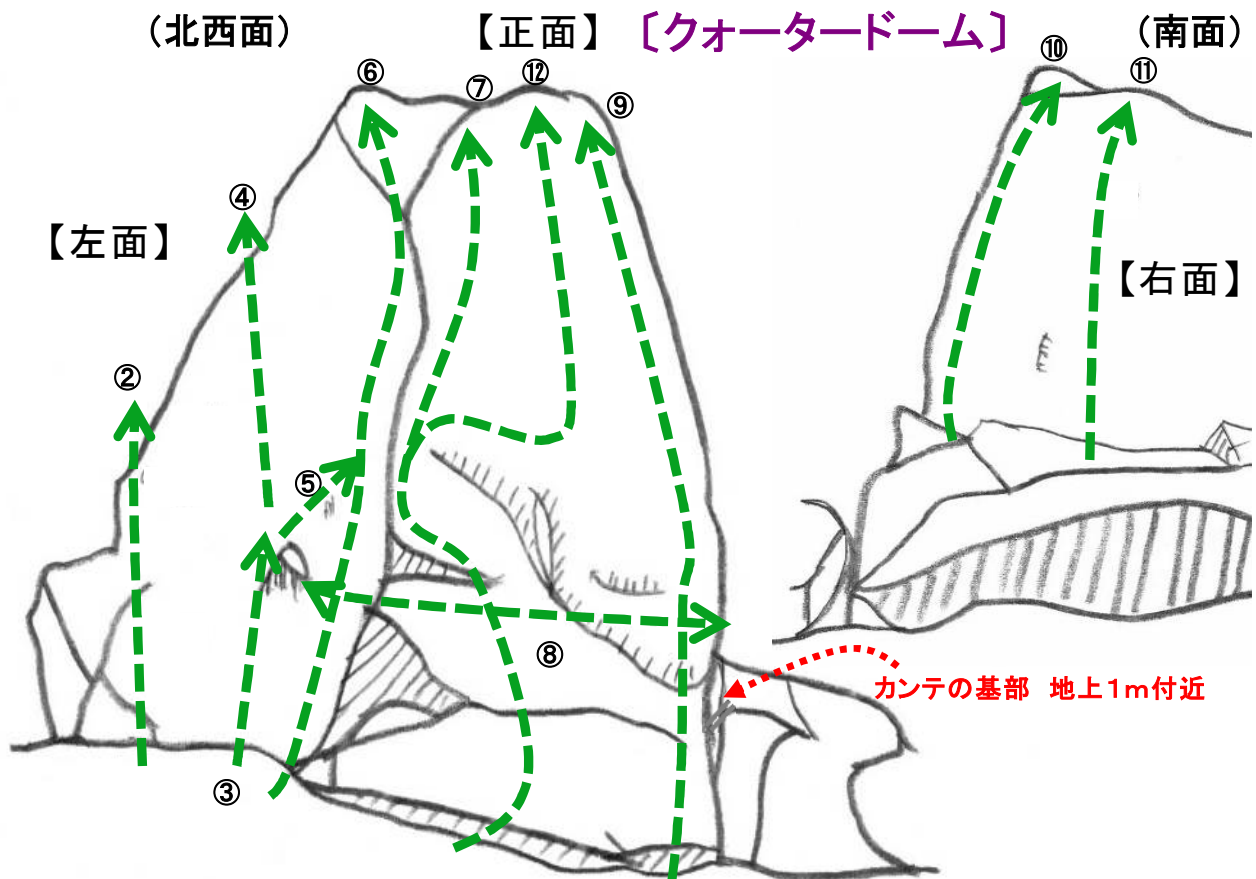
### 【左面】



「クォータードーム」は、開拓初期から登られていた。高さ5.5mのハイボルダー。惜しいことに1983年頃、石の「切り出し」工事で「クラック」の右側半分以上が、墓石になり「フィンガークラック」がなくなってしまった。「スリップ・スライディング・アウェイ」「大沼カンテ」などが初期の課題。

※「J. C'89」大会の、ウォームアップ用だった「早撃ちマックの冒険(トラバース)」の、人工ホールド5個は年数が経過し劣化していたので2012年6月に撤去。「⑪ハンドメイドフェイス(3級)」の自然石1個も撤去した。

- ① 東参道(フェイス)(両側のカンテは限定) 7級 ★ (佐藤伸一 & 小林光行)  
短い課題なので登り方はひとそれぞれ。ムーブの練習に。「限定なしは(8級)」
- ② トライアルエッジング(立ち込み) 8級～ (佐藤伸一)  
完全にフットホールドに立ち込んでからリップを取る。フットホールドの位置とムーブはいろいろ。
- ③ サンパル(マントル) 6級 ★★ (佐藤憲次)  
マントルの入門課題。頭ぐらいのホールドを使つての立ち込みで、人工壁では味わえない楽しさ。
- ④ 奈落の底(マントル・ランジ) 1級 ★★ (志賀光則)  
「③サンパル」に立ち込んでからのランジ課題。斜め上のリップに気合いでランジ！ 微妙な足裏感覚と集中力。身長、リーチによっては、スタティックなムーブでも登れる？
- ⑤ 旅立ち(マントル・カンテ) 3級 (小林光行)  
「③サンパル」に立ち込みトラバースして、「⑥伸一カンテ」を登る課題。スメアリング&バランスと思い切りだけ。マットのない時代に「④奈落の底」が、怖くて飛ばずこのラインを登った。
- ⑥ 伸一カンテ 3級 ★★★ (佐藤伸一)  
取り付いてレイバック体勢になるまでのムーブが難しい。最上部のムーブは、とにかく集中力。
- ⑦ 大沼カンテ 4級 ★★★ (大沼潤一)  
大沼潤一がこの岩場で最後に登った課題。当時は、「登れるとは、思えなかった」という。出だしから絶妙なバランスとフットワーク。最上部のはい上がりはとにかく思い切りだ。



□⑧ 卒業(トラバース) 6級 ★★★ (佐藤伸一)

「③サンパル」の取り付けからトラバースして「⑨⑩スリップ・スライディング・アウェイ」のカンテに、両手でタッチして戻ってくる。カンテ右側の基部の上に、立ってしまうと卒業保留で留年になる。

□⑨ スリップ・スライディング・アウェイ Left(左カンテ・レイバック) 5級 ★★ (佐藤伸一)

クォータードームで最初に登られたが、開拓の頃はフィンガークラックだった。レイバックの入門課題だがハイボルダー。下地がいいので、怖がらないで登る。カンテ右側の基部の上はNG!

□⑩ スリップ・スライディング・アウェイ Right(右カンテ・レイバック) 3級 ★ (大沼潤一)

「切り出し」跡のかぶり気味のカンテをひたすらレイバック。マットのない時代に登られた。

□⑪ ハンドメイドフェイス 1級 (駒木根和徳)

(自然石1個を撤去したため、3級(佐藤伸一)から1級にグレードアップ)

「切り出し」跡の壁で、下部に「チットホールド」がある。上部、抜け口の手前が悪い。下地がよくないのでスポットが欲しい。

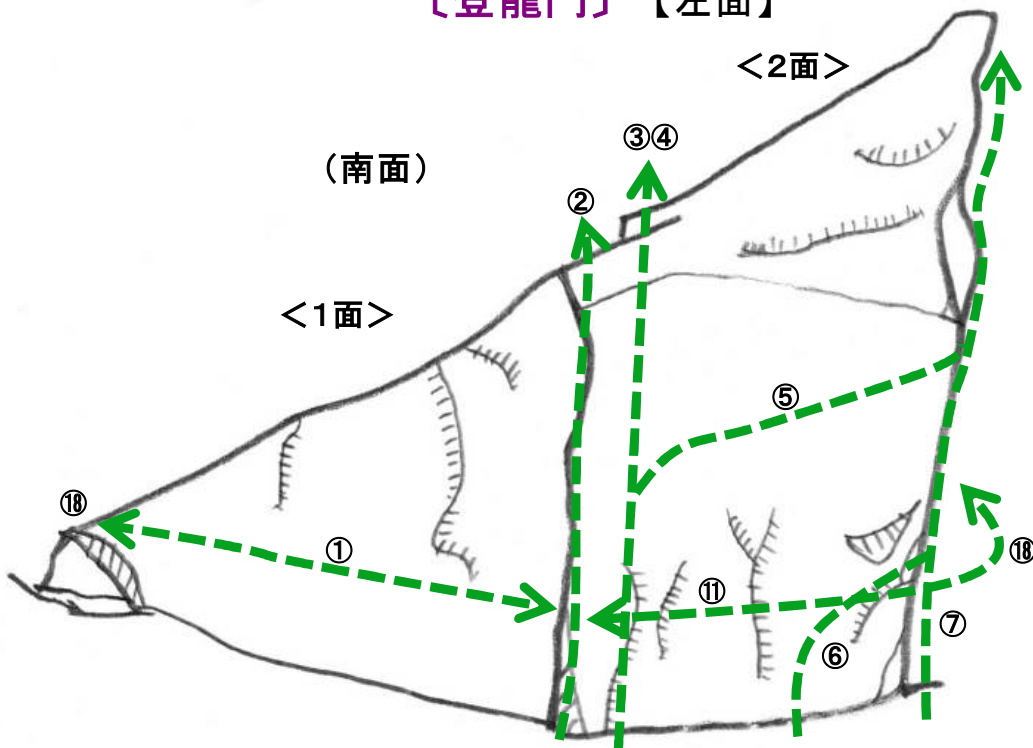
□⑫ すすきのダンス(フェイス)(カンテは限定) 初段 ★★ (安嶋伸一郎)

カンテは限定で「⑦大沼カンテ」を登って途中から右側にトラバース。フェイスの中央付近を登る。意外だが上部の抜け口が核心で、リップを取るのが非常に難しい。季節でつらさが変わる。

□⑬ 丑ノ倉トライアスロン(⑧+⑨+⑦+⑥) 1級 ★★★ (佐藤伸一 & 小林光行)

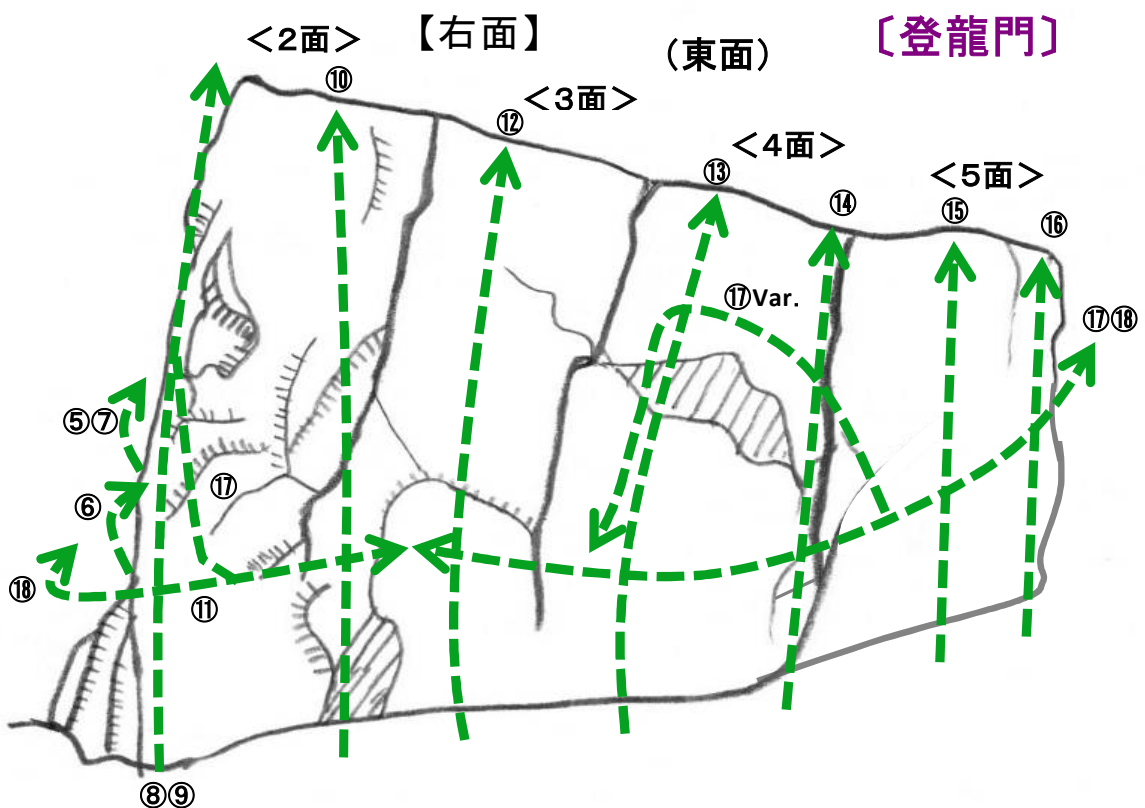
「⑧卒業」からスタートして「⑨スリップ・スライディング・アウェイ Left」を登りクライムダウン。トラバースして「⑦大沼カンテ」へ。さらに「⑥伸一カンテ」を登りクライムダウンして終了。各課題とも上部にタッチしてからクライムダウンする。途中に「②トライアルエッジング」までのリップトラバースを、入れると持久力アップにいい。課題を好きなように組み合わせて登れば楽しい。

## 〔登龍門〕 【左面】



開拓初期に手のつけられた高さ4.5mほどの人気ボルダーで、スタンダードな課題が揃っている。壁は、フェイス・クラック・カンテ・スラブで構成されてる。「登龍門」の課題は、「ハーフドーム」を登るための「登龍門」になっていた。壁はクラックごとに左側から1面……4面、5面という具合に区切っている。

- ① 頑徹スラブ(トラバース)(上部のリップは限定) 5級 ★★ (小林光行)  
スラブだが見た目では侮るな。パワーよりもムーブ。左端のレッグと右側クラックの間をトラバース。
- ② どさくさクラック 8級 (佐藤伸一)  
短いので自分なりに痛いクラックを楽しめばいい。「SDバージョン(7級)」(菅原麻衣子)。
- ③ どつぼ(立ち込み)(左のクラックは限定) 4級 ★★ (佐藤伸一)  
取り付けから1mくらいの所のエッジホールドに左足で立つ。出口は一段高い所を取る。
- ④ どつぼ(右足の立ち込み)(左のクラックは限定) 3級 ★★★ (佐藤伸一)  
右足で立つのは難しい！ ムーブと集中力が必要な好課題。リップを取るときはスタティックに。
- ⑤ スーパーどつぼ(左のクラックは限定) 初段 ★ (安嶋伸一郎&駒木根和徳)  
「③どつぼ」の立ち込みからトラバース、「⑧登龍門カンテ」を登る。カンテ中間部の「ボール状ホールド」を両手で取ってから、体の振られを止めるのが、足元が見えず難しかったとのこと。
- ⑥ SD登龍門カンテ Left SD 3級 ★★ (伊野翔次)  
左手は縦長フレーク、右手は右端のレッグ、右上のカチホールドでSDスタート。出だしからのムーブが面白い。トゥフックでムーブ解決か。右側に回り込んで「⑧登龍門カンテ」を登る。
- ⑦ 登龍門ポケット 4級 ★ (佐藤伸一)  
下部レッグに左足。左手がカンテで右手は右側のガバでスタート。穴ポコを右手で取り、左手でボール状ホールドを取ったら、右側の前傾したカンテを登る。穴ポコで指を痛めないように。
- ⑧ 登龍門カンテ 5級 ★★★ (大沼潤一&佐藤伸一)  
開拓初期に登られた前傾したカンテ。この人気課題は、ホールドの選択と最上部のムーブ。
- ⑨ SD登龍門カンテ SD 4級 ★★ (国井政文)  
フレークに両手を添えてSDスタート。パワー&ムーヴの組み立てが決め手、少し考えてしまう。



□⑩ 野次馬フェイス 7級 (佐藤伸一)

ホールドの選択、手順を間違えると結果的に、結構いやらしいカンテ状フェイスになる。

□⑪ 頑徹シークエンス(カンテ・トラバース) 4級 ★★★ (小林光行)

カンテの下部を左右からトラバースする課題。左からのスタートは「②どさくクラック」。回り込んだら、3面の中央、地上1m付近のフットホールド(右からのスタート位置)に立ち込んで終了。パワーだけでは、「⑩頑徹トラバース」にはつながらない。手順とテクニカルなムーブで解決。

□⑫ 登龍門フェイス(両側のクラックは限定) 4級 ★★★ (佐藤伸一)

中間部の細かいホールドでのムーブが核心。手、足のホールド選択がなかなか難しい好課題。

□⑬ ストレス・フェイス(クラックは限定) 5級 ★ (佐藤伸一)

上部はかぶり気味で下部が逆層気味。見るからに、いやらしい壁で戸惑うかもしれない。

□⑭ こだわりフェイス 7級 (佐藤伸一)

クラックを使いながらホールドを選択すると大丈夫。

□⑮ 入門フェイス 6級 ★ (高倉健太)

入門とはいえ花崗岩の岩質、複雑な岩の形状に苦労するかも。まずは、この課題から。

□⑯ ビキナーズカンテ 8級 ★ (高倉健太)

ホールドは悪くないが、登るとバランスがちよっと悪いので、思わずリップを取りにいきたくなる。

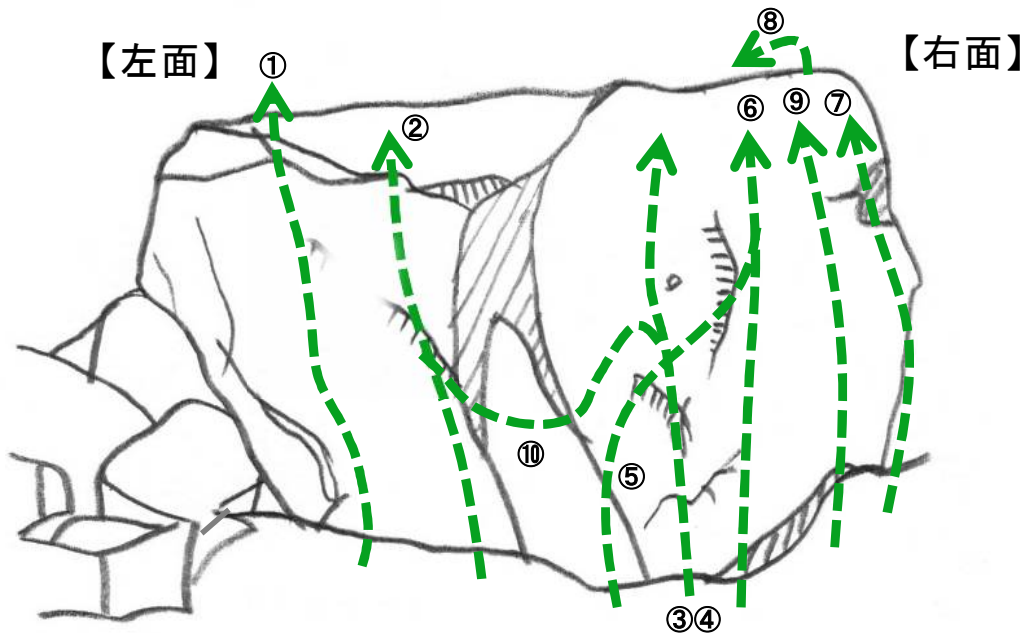
□⑰ 登龍門トラバース(上部のリップは限定) 3級 ★★ (佐藤伸一)

「登龍門」の入門的トラバース。5面のカンテからスタートして2面のカンテ下部までトラバース、「⑦登龍門カンテ」を登って終了。入門的とはいえ簡単ではない、花崗岩に慣れてないとつらい。4面のVar. ラインでグレードアップ! 「往復トラバース」で5. 11に手が届くはず!

□⑱ 頑徹トラバース(上部のリップは限定) 2級 ★★★ (小林光行)

「登龍門」おすすめ人気トラバース。フェイス・クラック・カンテ・スラブと多彩。1面の左端のレッジに立ってスタート(5面のカンテからでもOK)。15mと長い課題で、レスト技術や持久力が試される。ムーブを決めるホールドの選択、手順が面白い。「往復トラバース」で「5. 12」が待ってる!

## 【ファイナルロック】（南東面）



1987年の冬に、佐藤伸一により整備された。高さは3m前後ながら、短くても中身の濃い課題がある。なかでも「中指の思い出」は、ホールドを制限するとさらに面白い。「イエローフラッグ」もおすすめ。残念なことに、西面は石の「切り出し」跡で、大きな石が転がっていて登れる状態ではない。

### □① ア・ラ・カルト(ハング・マントル) 6級～？ ★ (小林光行)

上部左側えぐれた所に左手、右手は壁の中のカチから。スタートのやり方はいろいろ。背中に感じる石垣でマントルが怖い。どっかぶりの壁なので基部からだとなかなか難しい。ホールドがない？

### □② イエローフラッグ(ハング・マントル) 4級 ★★★ (志賀光則)

開拓当時、背中の後ろに石垣のための、でかい石があり非常に怖かった。スタートは左上するフレイクに両手で。頭上の外傾した甘いホールドを取りにいくか、それともカチホールドを取るのか、それぞれの判断。当時よりも、フレイクの指の掛かりが、かなりよくなったようだ。

### □③ 中指の思い出(カチ&ポケット) 5級 ★ (佐藤伸一)

左手は左側のカチホールド、右手の中指で穴ポコを取りスタート。右手の指皮の消耗に注意。

### □④ 中指の思い出(フレイク&ポケット) 4級 ★★★ (佐藤伸一)

左手は左下のフレイク、右手の中指で穴ポコを。指に掛かる負担が大きいので気をつけたい。

### □⑤ フレイク&フレイク(フェイス) 6級 ★★ (佐藤伸一)

カンテ下部のフレイクに両手を添えて、フットホールドに右足で乗り込み「⑥のフレイク」を取る。

### □⑥ フレイクエイド(フェイス) 8級 ★ (佐藤伸一)

フレイク状のホールドを使って登る。「中指の思い出」を登る前にどうぞ！

### □⑦ ストレッチカンテ 7級 ★ (佐藤伸一)

カンテの左側を登るが、登り始めると体が振られそうになる。「右側カンテ(8級)」も面白い。

### □⑧ 北面ワンポイントスラブ 9級～ (佐藤伸一)

ワンムーブなので足のフリクションを信じて立つ。北面はスラブの練習にはいいが、膝に注意。

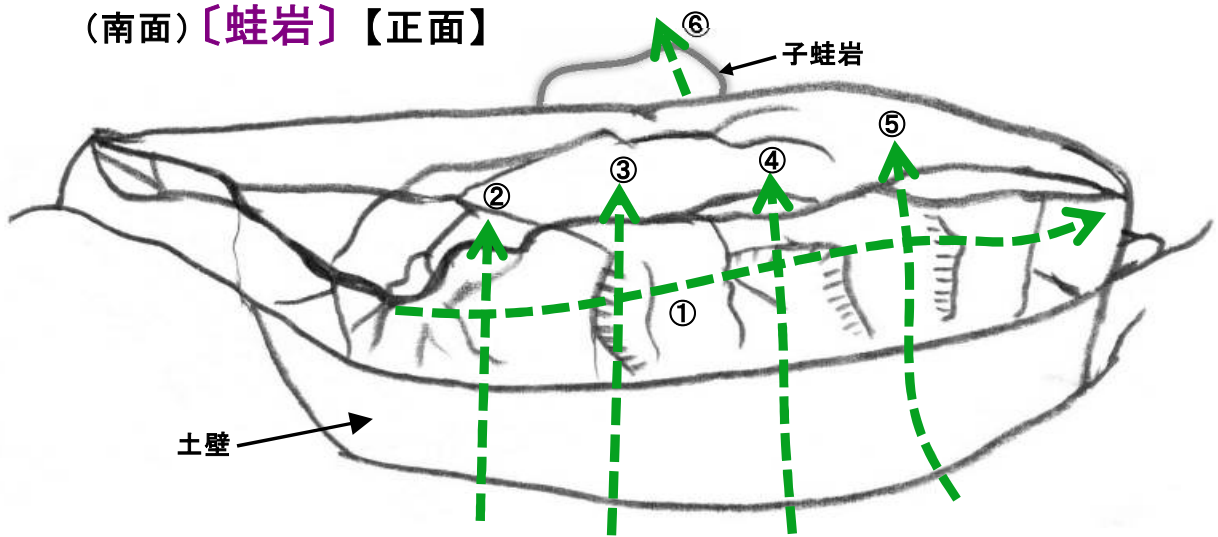
### □⑨ ミリカチ魂(フェイス)(左のフレイク・右カンテは限定) 1級 (駒木根和徳)

細かいホールドでの出だしが非常にきびしい。立ち込んでからのリップ取りはデットポイントか。

### □⑩ 小雨(こさめ)(トラバース・ハング・マントル) 二段 ★★★ (駒木根和徳)

「④中指の思い出」の立ち込みからトラバースして「②イエローフラッグ」を登る。カンテ下部、付近のムーブが核心。駒木根氏によると「とてもに難しく、ヒールフックが鍵だった」とのこと。

## (南面)〔蛙岩〕【正面】



1989年11月から整備。高さ3m前後で、幅が10mほどの台地状ボルダー。下の地面がえぐれてハングになっているので前腕がパンプする。マンツルの練習と前腕のパワーアップにはいい。高さもなく短い課題だが、なかなかテクニカル。ヒールフックやフラッグング、カウンターバランスなどが十分に楽しめる。

### □① 蛙の宅急便(トラバース) 2級 ★★ (小林光行)

左端クラックの右側の一段低い、えぐれた所にぶら下がり右側にスタート。右端のM状(W状)ガバホールドで終了。いい感じにホールドが点在しているが、だんだん傾斜を感じてくる。ストレッチアスなので最後まで気が抜けない。中間部付近が核心なのですみやかに抜ける。

### □② ビキナーズマンツル 7級 (小林光行)

土壁にもしフットホールドがあれば？ 使う。が、思ったより簡単に岩の上に立てる。

### □③ 顔色をカエル(ハング・マンツル) 6級 ★ (小林光行)

取り付けはフレイク状ホールドの所。パワフルなマンツルは思い切るしかない。

### □④ ひっくりカエル(ハング・マンツル) 5級 ★★★ (小林光行)

岩のほぼ真ん中の先端を登る。抜け口のムーブは、空中に飛び出すような感じになり、思わず手足をかいてしまう。下地が削れてくると小柄なひとは、地ジャンスタートになるかも。

### □⑤ しよげカエル(ハング・マンツル) 6級 ★ (小林光行)

スタートは、掛かりのいいフレイクなので、やさしくも難しくもあなたしだい。

### □⑥ ノーハンドスラブ 8級 (小林光行)

右端のラインをノーハンドでゆっくりと！ スメアリングのフリクションとバランス感覚の練習に。

## 〔名無し岩〕

「名無し岩」は、高さ2.5～4m前後で、北側を除き周囲16mほどのボルダー。1987年頃、佐藤伸一により一時期、登られたが記録は定かではない。当時は、ルートが中心で徐々に対象外に。2015年の秋頃、ボルダーに熱中していた渡辺智裕がひとりで整備していたが、何故かほとんど登らず離れてしまった。南東側付近は岩がゴロゴロしていて、下地があまりよくないので気をつける。グレードにとらわれず自分ひとりの課題を見つけて登ってください。

## 〔はぐれ岩〕

1988年頃に、佐藤伸一が一時期登っていた「はぐれ岩」は、台地状のボルダーで高さは2mほど。北側は地面の下。東面は、石の「切り出し跡」で幅が5m、西～南面は幅10mほど。南面下部の脇に幅3mのでかい岩があり、ひとりで登るときは背中が怖い。そこ以外は、下地がよく高さもないので誰でも気軽に課題を作って遊べる。2017年11月～12月に小林光行が、改めて整備したが課題は特に設定していない。