

各 位

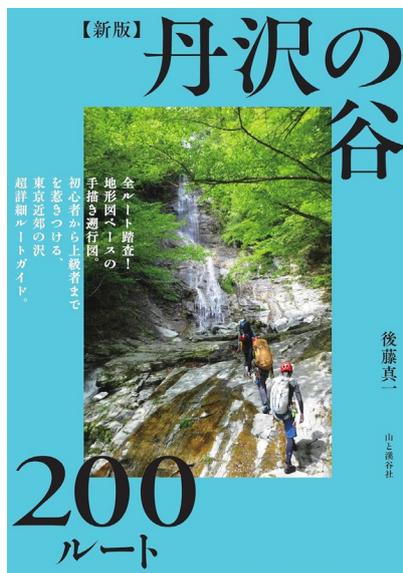
2025年6月11日

株式会社 山と溪谷社

<https://www.yamakei.co.jp/>

関東の沢登り愛好家必携の書、全ルート200本中120本が大幅改定された最新版！  
**『【新版】丹沢の谷 200 ルート』**  
 6/11 刊行！

インプレスグループで山岳・自然分野のメディア事業を手がける株式会社山と溪谷社（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：二宮宏文）は、『新版 丹沢の谷 200 ルート』を6月11日（水）に刊行しました。



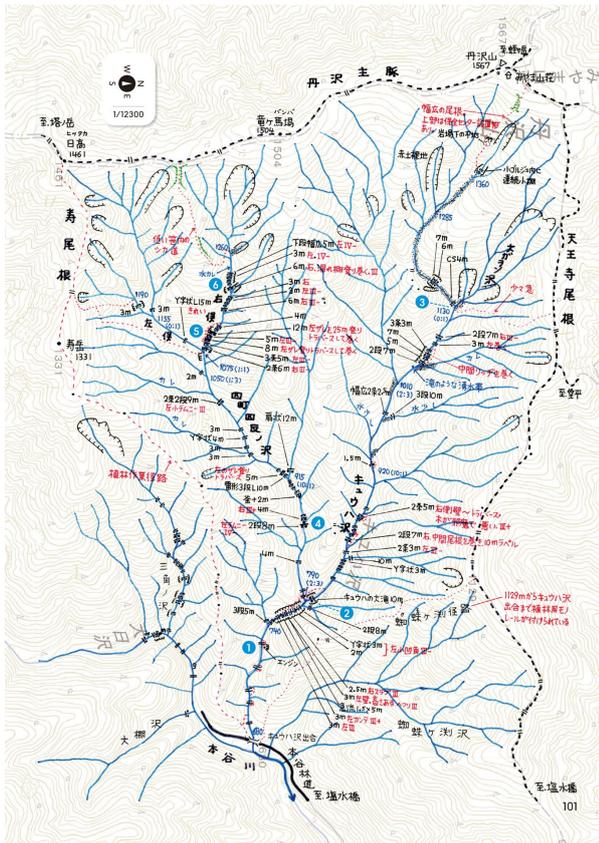
関東の沢登りのメッカ・丹沢。美しい沢が多く、アクセスもいいことから、沢登り愛好家（通称・沢ヤ）に愛される地であり、いまもシーズン中にはたくさんの沢ヤが訪れます。

2017年に『丹沢の谷 200 ルート』が刊行。圧倒的な情報量と正確さで、丹沢の沢登りガイドの決定版として認知されてきましたが、台風や豪雨などの影響で沢の様相が大きく変化したため、改訂版を出す運びとなりました。

●全ルート実地踏査！地形図ベースの手描き遡行図！

本書を特徴づける白眉は、地形図をベースとした手描きの遡行図です。

通常、遡行図は概念図同様、正確な縮尺ではないイメージとしての線で描かれます。概要はわかりませんが、正確な距離や場所はわかりません。しかし、本書に掲載されている遡行図は地形図に詳細な情報が記されており、そのまま出力して地形図兼遡行図として活用できるスグレモノです。



●200 ルート中、新たに 35 ルートを追加、85 ルートの内容を更新

遡行禁止になった沢や土砂崩れ等で遡行に適さなくなった沢は削除し、新たに 35 本の沢を追加。また、85 本の沢の情報を更新しました。全 200 ルートのうち 120 本、つまり 60%の内容が改定されています。

大山周辺の沢

**051** 大山北面の  
激しい  
バリエーション

セキサン  
**石尊沢**

1級

---

参考タイム……………石尊沢・南大山沢二保(50分)950m二保 左保:(50分)大山  
[計1時間40分] 右保:(1時間10分)大山北尾根1200m  
(15分)大山 [計2時間15分]

アプローチ……………ヤビツ峠(イタツミ尾根1時間10分)大山(1時間)唐沢(10分)  
石尊沢・南大山沢二保

下山ルート……………大山(イタツミ尾根50分)ヤビツ峠

装備……………基本装備

布川は中流部で唐沢川と名を変え、標高750m二保で西は石尊沢、東は南大山沢と名を変える。唐沢川本流は中間部にきれいなナメ帯も出てくるが距離も長いので、石尊沢や南大山沢だけを目的にするなら、大山三峰山間の唐沢峠から西側の作業径路を下って740mの堰堤上流側に下りる。または説図ができれば石尊沢と南大山沢の中間尾根も下降できる。中間尾根下降口は大山の400m東側、通称「大山の肩」にある植生保護柵NoFlの東端から柵沿いを裏側に30mほど回り込んだ所からだが、すぐ下には赤土のザレが広がっており滑らないように。

**左保**  
1020m辺りに階段ランゼ状の溜槽がある。1160m辺りから左岸の尾根をつめれば、大山北面を巻く植生保護柵に突き当たる。柵沿いに右手へ進めば大山山頂電波塔裏側の柵ハンゴがあり、乗り越えれば大山山頂。

**右保**  
沢が左に曲がる1050m奥に石尊沢最大の堰が現われる。先が細くなったすみこみ状の10m以上ある柵で、

石保の先親チムニー10m柵



直登はきわめて難しい。1050m二保まで戻って急な左岸尾根を木や根頼りに登り、大山北尾根1200mの平場に出る。

**052** 南大山沢

みなみおやま  
**南大山沢**

1級

---

参考タイム……………石尊沢・南大山沢二保(1時間50分)大山の肩

アプローチ・下山ルート……………石尊沢参照

装備……………基本装備

大きな滝はほとんど斜度も全体的に緩め。1000mで左の岩壁から湧水がある。つめはザレから広大な赤土ザレの脇を登り、大山の肩植生保護柵に突き当たる。

る。クマの目撃もあるので注意。

8年ぶりに全面改定した新版は、関東の沢ヤ必携の書といえます。  
すでに旧版を持っている方も、ぜひ本書を手にして、情報のアップデートを行ってください。

### ●著者について

後藤真一／ごとう・しんいち

日本登山インストラクターズ協会(JMIA)理事・インストラクター。マウントファーム(<http://mt-farm.info/>)を主宰し、沢登り、クライミング、読図等、講習を通じリスク管理および主体性を持った登山者の育成に励む。秦野市遭難対策協議会登山者救助隊長、山岳会カモの会、山岳素行童人メ〜グリ家創設者。大学時代は登山クラブ会長。現在ベースエリアは丹沢全域、湯河原幕岩だが、奥利根、奥只見など秘境的なエリアにも魅かれています。本著のほか、『ヤマケイ登山学校 沢登り』監修。

### ●書誌情報

書名:新版 丹沢の谷 200 ルート

著者:後藤 真一

発売日:2025年6月11日

仕様:A5判/カラー320ページ

定価:3,520円(本体3,200円+税10%)

<https://www.yamakei.co.jp/products/2825183200.html>

【山と溪谷社】 <https://www.yamakei.co.jp/>

1930年創業。月刊誌『山と溪谷』を中心とした山岳・自然科学・アウトドア・ライフスタイル・健康関連の出版事業のほか、ネットメディア・サービスを展開しています。

さらに、登山やアウトドアをテーマに、企業や自治体と共に地域の活性化をめざすソリューション事業にも取り組んでいます。

【インプレスグループ】 <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス(本社:東京都千代田区、代表取締役:松本大輔、証券コード:東証スタンダード市場9479)を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「航空・鉄道」「モバイルサービス」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

以上

---

【本件に関するお問合せ先】

株式会社山と溪谷社 担当:五十嵐

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町1-105 神保町三井ビルディング

TEL03-6744-1900 E-mail: [info@yamakei.co.jp](mailto:info@yamakei.co.jp)

<https://www.yamakei.co.jp/>