

高尾山山頂から発信！

のぶすま

「のぶすま」とはムササビの古い呼び名です。



vol.83 季刊
2026年春号

人はなぜ滝に惹かれるのでしょうか？

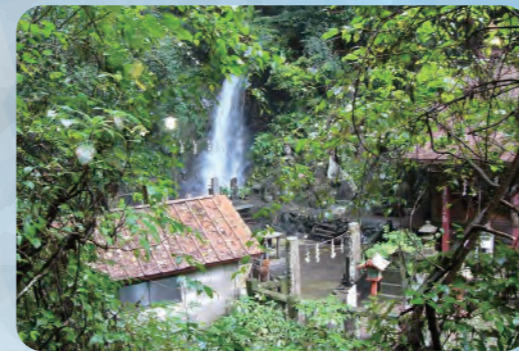
水の動きや音、周囲に飛び散る水しぶき、吹き寄せる風など、五感を刺激する要素が多いからかもしれません。実際、高尾山の滝にもたくさんの方が訪れています。本号は高尾山の滝と、滝のそばで見られる生き物を紹介していきます。

高尾山の滝特集



きよたき 清滝（1号路）

1号路の登り口にある小さな滝です。高尾山の麓ケーブルカー乗り場「清滝駅」はこの滝に由来しています。1755年に作られた滝で、着工から約1か月ほどで出来た記録があります。傍には作った由来と関係者の名前が書かれた石碑があります。



びわたき 琵琶滝（6号路）

高尾山で最も有名な滝です。滝の形が琵琶に似ている、滝の音が琵琶の音に聞こえることから名づけられたと言われています。様々な伝承があり、高尾山の人気を盛り立てた俊源大徳が大きなシカに案内され見つけた滝という伝承もあります。



ふるたき 布流滝（1号路）

1号路を登り、最初に大きく曲がる角にある滝です。現在は浸み出すほどの水量しかありませんが江戸時代には登山者の喉を潤し、旅路の汚れを落とすのに利用されたと言われていました。清滝が出来てからは古滝と呼ばれることもあります。



じゃたき 蛇滝（蛇滝コース）

コース名の由来にもなっている滝です。その昔、修行する場所を探していた俊源大徳が白いヘビを助けたところ、お礼にこの滝に案内した伝承が名前の由来と言われています。現在は一般公開されていないため滝は見えないのでご注意ください！

X(旧Twitter)でふりかえる高尾山ニュース！

高尾ビジターセンターのX(旧Twitter)・Facebookをチェックしていただいているみなさま、いつもご覧いただきありがとうございます！山頂の気温や天気、旬な自然情報などを毎日発信しています。2026年1月～3月の間のツイートから、注目のニュースをご紹介します。

高尾ビジターセンター【公式】

天気:晴 気温:4.0°C 富士山展望:○
#タバコの吸殻が捨てられていました。最近山全体が乾燥しており山火事に繋がる恐れもあります。タバコは喫煙所をお願い致します。火気を含め、#東京の自然公園のルールやマナーはこちら<https://feelnatureintokyo.ces-net.jp/rules/>

#高尾ビジターセンター #高尾山



2026年を迎えて早々、関東では歴史的な雨不足を背景に各地で山火事が発生しました。高尾山の展望台からも約30km先の扇山(山梨県)の火事の煙が見える中で、タバコのポイ捨てについては大きな反響がありました。タバコだけに限らず、火気の取り扱いには十分気をつけましょう。

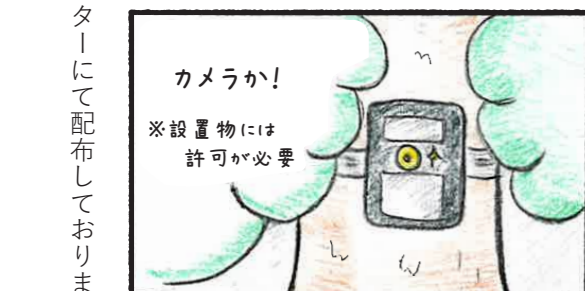
解説員 ころむ

vol.45

小さきものに目を向けること

私が高尾ビジターセンターで勤務するようになり、約1年が経ちました。以前から野鳥観察が好きでしたが、今では鳥より小さな生きものにも注目するようになりました。そのきっかけは道を歩いて度々立ち止まり、何かに見える先輩スタッフ達の姿でした。ある日、キジョランを真剣に見つめ、スタップを不思議に思い、横から覗くと、キジョランの葉の裏に可愛らしいアサギマダラの幼虫がいました。さらに、別の日は石垣のスマレの蕾や、木についたマツゲゴケなど、スタップは次々に生きものを発見していきます。私はこれまで見過ごしていたものをじっくり観察するおもしろさに気付かされました。幼虫ってこんなところにいるの？この植物なんだらう？自然豊かな高尾山では歩くたびに「？」が見つかり、頭の中の「後で調べようボックス」には名前の分からない虫や植物がどんどん増え、図鑑とにらめっこする毎日です。3号路で見つけた黄緑色の美しい幼虫がアオスジアゲハだと調べて分かった時の嬉しさは今でもよく覚えています。一日一種見つけ、覚えることを目標に、路肩や石垣なども隅々見るくらいに構えて歩いていきます。そんな日々を過ごすうちに、家の近くの道でさえ小さな虫や花を見つけた楽しみができました。皆様も今まで見ていたものより小さなものに目を向けると新たな発見があるかもしれません。ただし、私のようにコースタイムがどんどん遅くなってしまうことには要注意！

FUN FUN!
たかおさん
「夜の生きもの探し」の巻
「のぶすま」最新号とバックナンバーを高尾山山頂にある、高尾ビジターセンターにて配布しております。
希望の方はビジターセンター窓口までお越し下さい。



作・絵：いしかわ

豊富な植物と水を通す地層が 標高599mの小さな高尾山に滝を作る

保水力のある豊かな森

高尾山は薬王院の「殺生禁断の教え」により古くから木々が守られ、豊かな森が残っています。雨粒は木の葉から腐葉土へと蓄えられ、ゆっくり地下へ浸透します。その水がやがて沢へと流れ込み、滝を作り出しています。



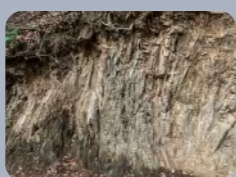
殺生禁断の碑



水を蓄える豊かな森

高尾山の地層

高尾山は「小仏層群」という砂岩（砂が固まった岩）と粘板岩（泥が固まった岩）の地層が隆起して出来た山で各所に地層の割れ目が見られます。雨が降ると割れ目から水が浸透し、豊富な地下水を生み出します。



小仏層群



砂岩
砂岩の層は隙間が多く水が通りやすい



粘板岩
粘板岩の層は水を通しにくいいため、砂岩の層に水がたまる

1年中涼しく、湿っている滝は生きものたちのオアシス！

サワガニ



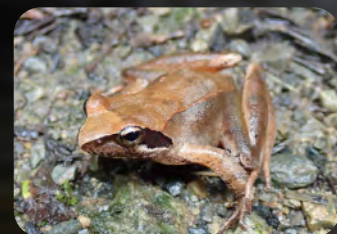
・沢に棲むことが名前の由来
・地域や個体で差があり、赤や水色、茶色など色々な体色
・オスのハサミは左右どちらか1本が大きく、メスは腹部で卵を守る

ニリンソウ



・1本の茎に2つの花をつけることが名前の由来
・イチリンソウという似ている花がある
・スプリングエフェメラルという、春先の短い間咲く花の一つ

タゴガエル



・2～3月頃が繁殖期。水辺の岩の隙間でグウグウッと鳴く
・岩の隙間に卵を産み、オタマジャクシは卵の栄養だけでカエルまで成長する
・下あごの黒い斑点が特徴

ハナネコノメ



・ネコノメソウの仲間の中で、一際キレイな花を咲かせることが名前の由来
・先端が赤い雄しべは時間が経つと落ちる
・白のは花びらではなく萼(ガク)

高尾山の滝は守り継がれる聖域

高尾山の滝は生き物に潤いを与える存在というだけではありません。高尾山では、古くから修験者が本格的な修行の前に滝に打たれて体と心を清める「滝行」が行われており、今もなお薬王院の修験者達は「滝行」を行っています。滝は高尾山の歴史と文化が守り続けられている聖域となっているのです。

最後に

今回紹介した滝以外にも高尾山には滝があった記録があります。しかし、水の流れが変わったのか水を取り巻く環境が変化したのか、今では枯れてしまっています。世界一登山者の多い山と言われることもある高尾山で、目の前にある自然がそのまま残り続ける確証はありません。今ある姿を残していくためには一人ひとりが何かを守るという気持ちを持つことが大切です。沢山の生き物たちが暮らす大事な棲み処であるとともに、文化的象徴の1つでもある高尾山の滝を守り続けていきましょう。

〈解説員：やぎぬま〉



山頂に快適をつくる

高尾山頂直下のトイレ(以下、大見晴トイレ)は利用者の快適性を向上させ山のトイレの「汚い、臭い、暗い」というイメージを変えました。そこには、高尾山の環境への配慮と利用者の利便性の両面を考えられた想いがありました。

大見晴トイレは、山岳地域における先駆的な環境配慮型トイレとして高く評価され、2015年に第1回日本トイレ大賞を受賞しました。フットレングボード及び温水洗浄便座の設置や混雑期に発生する女性トイレの待ち時間を軽減するため個室を全47室整備など、山の上とは思えない快適性を実現しています。

しかし、大見晴トイレが新設されるまでに、課題が山積みでした。ケーブルカーや鉄道の開通を機に来山者が急増し、山頂のトイレの利用者も年々増加しました。そしてトイレには、長蛇の列が発生していました。当時設置されていた最新式のリサイクル浄化槽は、押し寄せる利用者数に処理能力が追いつかず、衛生環境の悪化が懸念されました。この課題を解決するのも一筋縄ではいきません。また、山の上トイレを設置することは容易ではありません。水や資材の運搬、維持管理の方法、そして自然環境への負荷をどう抑えるかなど、多くの課題がありました。特に大きな壁となったのが下水管の敷設(ふせつ)工事です。山岳地域という立地上、急勾配への対応や、車両が乗り入れできない場所での資材運搬・掘削作業は危険を伴いました。

下水管はケーブルカー高尾山駅ホームからトンネル内を通り、清滝駅までの沿線に敷設されています。駅構内は車両が入れないた

参考文献
「高尾山における下水道」下水道情報 2027号
2025年8月掲載

め、掘削や階段の解体、がれきの搬出まですべて人力で行われ、土砂がホームに落ちないように、慎重かつ安全に細心の注意を払い作業は進められていきました。高尾山ケーブルカーの線路は、ケーブルカーとしては日本一の急勾配(31度18分)であることから、この作業がどれほど大変なものだったかが想像できます。

また、掘削幅が確保できない箇所では別の場所を組み立ててから設置するなど、現場条件に応じた工夫を重ねました。そして、遂に山頂から麓まで約2950mに及ぶ下水管を敷設し、安定した下水処理体制が確立されたのでした。

こうして、数々の課題と困難を乗り越え、2013年に大見晴トイレが完成しました。自然環境への負荷を抑えながら利用者の快適性も配慮されたこの施設は、高尾山の自然と人の利用をつなぐ重要な存在となっています。そして、今日まで清掃をはじめとした維持管理は、多くの関係者の支えによって続いています。山頂で安心して利用できるトイレがあることは、多くの努力と工夫の積み重ねの成果なのです。

〈解説員 おざき〉

観察場所：1号路の麓側、日影林道など
観察時期：3月下旬～4月下旬ごろ

〈解説員 おかだ〉

春を迎え、冬の寒さも忘れてきた頃にタカオスミレが花を咲かせます。可憐な見た目に加え、高尾山で発見されたという名の由来もあり、多くの人々に愛されています。数々の新種が発見されてきた高尾山にとって特別な存在です。



1928年に高尾山で発見!
白い花には紫の差し色
紫色の葉が見分けるポイント♪

タカオスミレ
高尾山にとって特別な存在

解説員の



vol.41