

ネパール ヒマラヤ山群トレッキング報告

コメント：O田k

又々、仲間に助けられて楽しい山旅でした。

若さに任せて活動していた頃はあまりネパールトレッキングに興味を示す事も無かったのですが、この歳になっていつかはと意識するようになっていました。しかも世界一の高峰エベレストを見たいと…。余談になりますが、海外登山を実行するとなると三条件のクリアが必須となります。まず登山技術、そして費用と休暇…。例えば 8,000m 以上の高峰を目指すとなれば高度な登山技術、多額な費用と長期の休暇（2～3ヶ月）。

自分や周囲の仲間を意識して、ヒマラヤ登山をと考えた時に実現可能だろうか…。その海外登山を現実味のある行為と考えた時、まず長期の休暇が取得可能か…。これらを出発点として実行出来たのがマッキンリー峰（デナリ峰）やチベットニンチンカンサ峰などなど…。

昨年の春ごろよりネパールトレッキングに行きたいと今回は珍しく早めに家族には打ち明けて、その機会を伺っていましたが決断がつかず秋になり、赤嶺会長との話しの中でネパールトレッキングの実行云々を…。私の知識の無さか、正月休みを利用してネパールトレッキングの発想は全くありませんでした。その後は A 嶺会長の尽力で8名の仲間が集まり実行となった訳です。

冒頭にも記しましたが仲間とは実に良いもので、いつものようにおんぶに抱っこで迷惑を掛けしまいました。改めて有り難うと告げます。今年、2019 年は豊嶺会創立 50 年の節目。高度な海外登山でなくても、より多くの会員が参加出来る海外の山登りを実行出来たらと、ネパールトレッキングの充実した日々を振り返りながら思う昨今です。

【山に感謝，仲間に感謝】

コメント：Y本i

エベレストへの道中はネパールという国も含めて久しぶりのカルチャーショックでした。風呂なし、トイレ時々なし、ホコリもり沢山の道中でしたが、お天気に恵まれ 最高の状態でエベレストを見る事が出来ました。エベレストを囲む山々も本当に美しかったです！

今回の海外トレッキングも楽しい、頼りになる仲間と行くことが出来て幸せでした。また、別の海外トレッキングにも行きたい、行くぞ。ご同行してくれたみなさん、ありがとうございました！

コメント：O城

エベレスト街道はフンだらけ。

登り仰ぐ景色は天界の如く、足下は地獄が如く。

頭上だった山々が横へと降りる頃、その盟主と神々の山嶺に迎えられる至福の刻。

カトマンズはヒトだらけ。

ヒトと二輪と四輪が混沌なら、古代も現代も混沌、

ゴミも文化財も神々も混沌、全ては土埃の彼方。

混沌の中にある文化を識る通過儀礼を経て帰国。

そして日本のトイレは世界一。

コメント：N根

久々の豊嶺会行事への参加でした。が、皆さん温かく迎えてくださって、本当にありがとうございました。

最初一週間は国内線やらローカルバスを乗り継いだひとり旅でしたが、29日に合流してからはやっぱり仲間はいいなあとしみじみしてしまいました

初ネパール！初エベレスト！初フン！笑

思えばあのフンのおかげで、道中貴重なネタを提供できましたし(笑)、ナムチェで運命の登山靴に巡り会うこともできました！今年一年は本当によい年になりそうな気が(勝手に)してます！

ありがとう、ソッキョちゃん

あまりに美しすぎたヒマラヤの山々、ネパールで出会ったたくさんの人々、そして7人の仲間到大感謝です！！ 今年は何行事にたくさん参加します。海外登山も行くゾ！！

コメント：K原

私の今回の旅の思い出は、やっぱり体調不良です。ほんとにみなさんには大変なご迷惑をお掛けしました。ナムチェバザールの宿泊先のラウンジでまさかの嘔吐。翌日、何とかついていけるかと思いきや、出発まもなく嘔吐し離脱。その後、休んでいた部屋でも嘔吐。予定変更して1日早く下山してもらうことになりましたm(_ _)m 下山後は、観光で訪れたルンビニで下痢。お釈迦様生誕の地で、トイレを探しまくりました。ただ、念願だったエベレストをこの目で見られたのは格別でした。今思えば、全てが貴重な経験でした。何とかこの軟弱な体質を改善し再びエベレストを見に行くことを目標に今後励みたいと思います。

コメント：N上

ネパールといえば、地球上で一番高い山。

- ・食事は、野菜が多くて思いのほか美味しかった。

集落から集落へと歩いた道は、人や動物が大量の荷物を運ぶ。その間は乾燥した動物の落し物が混ざった土ぼこり、首都では排気ガス。どこもマスク必需品だったけれど、人々は清潔好きで笑顔がステキで高感度が高かった。

- ・美しい刺繍や、可愛らしいフエルトなどの雑貨天国で、あと一日カトマンドゥに滞在したら荷物はもっと増えただろう。そして世界遺産の彫刻は必見の価値あり。正直、精密さに仰天した。

- ・標高があがるにつれ薄くなるという空気。シェルパの歩く速度がちょうどよく酸素が薄いことをあまり感じなかった。けれど、ナムチェバザールでの宿に到着しポーターが運んでくれたメインザックを受け取り、宿の4階まで昇る時の辛かったこと。酸素が無いってこんなこと！？

- ・最後に、エベレスト。周囲の山も高いので、高さが実感できなかったのが本音だけど、この山が今も成長を続けていること、でも、いくらがんばって隆起しても強風に侵食されてこれが限界だろうということ。この高みを目指し多くの人が命をかけるのかとしみじみ。

次に目指すは4000m！ 8000m超えのエベレスト。って。想像を絶します。

コメント：S藤 g

僕にとって「エベレスト」は「聞きなれた山の名前」程度のもとなっていました。それを今回のトレッキングで見事に覆されました。

「ツアーで金を積めば登れる山」だとか「天候の良い日には山頂に渋滞ができる」だとか聞いて、どこかで「エベレストなんて」と思っている自分もいましたが、

それでも、「ネパールに行ってエベレストを見たい」と思ったのは、「マロリーやヒラリー、植村が歩いた道のりの一部でも体感したい」という気持ちからでした。

実際のエベレスト街道のトレッキングはというと、とても楽しいものでした。シャワーを浴びれなかったり、ホコリにまみれたり、酸素は段々薄くなったりと、

平地に比べれば、もちろん「快適」と言えるような状況ではありませんでしたが、仲間とともに歩む道程はいつも楽しく、険しく美しい山々は疲れを忘れさせてくれました。

僕達の最高到達高度は 3,880m と、富士山を越える高さですが、エベレストの高さは 8,848m（公式には 8,850m）なので、さらに 4,968m も標高差があり、

エベレストベースキャンプ（5,350m）に到達するのですら、ナムチェバザールから 1 週間程度はかかるのだそうです。こちとら、ここまでで「疲れた。風呂入りたい。」と思っているのに。

エベレストの頂に立つには、お金だけでなく、時間、気力、体力、技術、運、そして並々ならぬ情熱がなければ、達成しえないことなのだと思わされました。

そもそも、そういったものを持ち合わせた人でなければ、挑戦すらできない山なのだ知り、偉大な先人達が成し遂げたことの大きさに、改めて感動させられました。

知ったかぶりの自分を恥じ、さらに山に真摯に向き合おうと心に決めることとなりました。

最後になりましたが、今回の道程は、楽しく、ストレスフリーなものでした。手続きを代行してくださった A 嶺会長や(株)O 城観光様のコーディネートはもちろん、

共に楽しく歩いてくださった仲間が存在が何より大きく、心から感謝しています。本当に良い旅でした。

次は子どもを連れて行きたいなあ。

コメント：A 嶺

今回のネパールトレッキングを思いつくまに振り返ってみたい。

① ネパール

思い返してみると、私にとっての「ネパール」は、A 田さん宅のリビングにかかっている大きなパノラマ写真です。A 田さん宅には何度も遊びに行ったり、呑んで泊めてもらったりしたんですが、いつも眼に入るの、白く氷雪をまとった峻険な霊峰「マチャプチャレ」を中心とした山並み。ポカラの街から眺める雄大な景色なんです。皆さん、是非見せてもらってください！一見の価値、大ありですよ！！

② 先発

本隊より 1 週間早くのネパール入り。目的は 2 つ。ひとつは、本隊へのネパール基本情報の連絡です。首都カトマンズでの電波の状況や充電の可否はもちろん、山中での通信状況、ロッジ（山小屋）の快適さや食事の美味しさ等々をその都度連絡出来ました。また、本隊送迎車の手配もホテルのツアーコンシェルジュのおかげで無事に出来て、役割は果たせたかな？と安心しています。ふたつ目はポカラ起点のトレッキング、もちろんマチャプチャレを眺めながらの山歩きです。

③ アンナプルナ山群展望トレッキング

「世界の屋根・ヒマラヤ山脈」なんとも言えない響きです。そのネパール中央部の都市・ポカラを起点とする山歩きで、アンナプルナ山群展望の報告です。今回、初めて日本語のできるトレッキングガイドとシュラフや衣類等を入れた大型ザックを運んでくれるポーターを雇っての楽チントレッキングで、私自身はパスポートやカメラ等の貴重品、水と防寒着を入れたサブザックを担ぐ 4 日間の山歩きです。

初日、登山口・ナヤプル（1050m）で入山許可もらって歩き始めます。面倒な書類準備や許可申請は全てガイドにお任せです。2 年前に上部の村・ウレリ（2120m）の登山口まで開通したという未舗装の車道を緩やかに登るんですが、旅行者を乗せた 4 輪駆動車の交通量が多く、遠慮なく土埃を舞いあげて通過します。車はほとんどがインドの TATA 社製でサスペンションは板バネ！ガタガタとすごい音を立てながら歩行者なんかお構いなしです……。「こいたかなわん……」とネックウォーマーをマスク代わりに何とかしのぎ、途中から山道へ。土埃から逃れてすぐに昼食です。ポイントアとブーゲンピリアが同時に咲いている小さなレストランで、ネパール餃子とラーメンをいただきました。そして歩き始めて 3 時間半、この日の宿・ヒレ（1524m）に到着。走り回る子供たちと山羊の群れ、目の前に

広がる田園風景と放し飼いのニワトリが、子供の頃の懐かし風景を思い出させてくれました。

2日目、この日の宿・ゴレパニ(2853m)まではおよそ1300mの登りです。前半は整備された石段の急登ですが、段差が大きく歩幅が合いません。牧ノ戸峠のコンクリの階段みたいで、「鍛わるんのお…」と呟きながら登っていると、顔を出し始めたのが憧れの神々が宿る山・マチャプチャレです！！ほんのちょっと、山頂部が見えただけでも疲れも吹き飛びます！！温かい昼食をいただいてもうひと頑張り。6時間で宿に到着です。夕陽に染まるダウラギリI峰(8167m)やアンナプルナ南峰(7219m)、マチャプチャレ(6993m)の美しく圧倒的な姿に、しばらく言葉を失い「おおっ…」としか声が出ませんでした。

ロッジには「ホットシャワー」の文字があったので、暖まりたかったのと、洗濯が出来るか試そうと思ってチャレンジ……。すぐに後悔しました。湯量の少ないぬるめのお湯が、水へ、冷水へと変わるのにそれ程時間はかからず、控えめな声ながら「ギャーっつめて～！！」と叫びながらタオルで拭き取って、乾布摩擦をしながらシャワールームを出るとそこは食堂。皆さんの好奇の目線にさらされながら、エヘアエヘアと愛想笑いの自分の姿を客観的に「アホじゃね～か?!」と眺める自分がいました。洗濯？もちろん出来ませんでした……

3日目、午前5時。このトレッキングのハイライト、プーンヒル(3198m)へ。朝日に神々しく輝く山々を眺めようと、人ひとヒト……。欧米はもちろん、アジア各国からもトレッカーは集まります。ガイドによると、フランス人、ドイツ人、アメリカ人の順に多く、日本人は4番目だそうで、最近では中国人が増え始め、韓国人よりも多くなったということです。

朝陽に染まるダウラギリI峰、アンナプルナ南峰、マチャプチャレを写真に収め、いったん宿に帰ってひと息ついたら出発です。展望の良いデオラリ(3103m)でも写真を撮りまくって、5時間ほどでこの日の宿・タダパニ(2721m)着。アンナプルナ南峰とマチャプチャレをさらに近く感じる宿です。ガイドも疲れてしまったんでしょう、すぐに横になってしまいました。夕方から雲がわいてきて「今んうちに撮っちゃかな！」と前半の撮りおさめ。夜は、地元の粟と米で作った焼酎をいただき、気持ちよく就寝。イビキははたして???

最終日は雲がわき、展望は効きません。山々と別れ、春ならばシャクナゲの群落が素晴らしい尾根をグルン族の美しい村・ガンドルン(1951m)を経て下山。下山完了まで3時間とっていたら、キムチェ(1800m)という村でトレッキング手配の会社の車が！予想外の無事下山と成りました。車の準備の間、レストランで久々の「エベレストビール」です。そらあ美味かった！！

④ ヤク、ソッキョ、水牛、牛、野良牛

「牛」はヒンドゥー教の教えで神様が宿ります。もちろん食べてはいけませんし、大切にしなければなりません。そのためか？街でも山でもいたるところに「野良牛」がいて、大切にされています。ですが、農耕や運搬用の「水牛」は信仰の対象ではなく、食用にもなります。もちろん食べました。美味かった！次に4000m以上の高所で運搬業務で活躍する「ヤク」は粗食に耐えタフです。今回はエベレスト展望のシャンボチェの丘からの帰路で会うことが出来ました。そのヤクと牛のあいの子の「ソッキョ」は2000m～4000mの高度での運搬業務に当たります。高所は苦手だけど角が立派で、やはりタフです。今回もっとも出会った動物です。「ヤク」は20年前チベットでいただきましたが、「ソッキョ」はまだ食べていません。今回は是非！！

⑤ エベレスト山群展望トレッキング

今回の主目的、エベレスト(8848m)を眺める山歩きです。山を志す者として、一度は目にしたいと思っていました。また、周辺の山々にももちろん興味があり、特に秀峰・アマダブラム(6856m)はその勇姿を間近に見てみたいとかねてより考えていたんです。コースや日程等々の詳細は、他のメンバーの報告を見てほしいのですが、何とんでも8名の会員で歩けたことに感謝したいと思っています。

皆、海外経験豊富で、O田さんとは中国・党河南山からカザフスタン・ムラモルナヤステナ峰、韓国・雪岳山、モロッコ・ツブカル山と今回で5回目の同行。N根君とは7回目！O城さんとは何と何と8

回目の海外山行です！！K原君、N上さんともそれぞれ3回目、Y本いくさんは2回目、S藤豪くんとは初めてです。と言うわけで、幾つか印象的な場面を振り返ってみましょう。

ポカラでN根君と合流したとき、「これから〇〇道中が始まるんか？」なんて予感を覚え、本隊到着を空港で迎え無事に合流出来たとき、私の仕事は「半分は終わった」と感じました。歩き始め、舞い上がるロバとソッキョの乾いた糞を吸い込み続け、ゲホゲホと苦しんだ感触が未だに残っています。そうそう、糞と言えばN根君に詳しい話を聞いてみてください。

初日。ロッジのトイレに関する出来事。陽がかげると気温が一気に下がって、寒い。向かいの部屋に入ったら、トイレのドアが開いています。なんとなくのぞいてみると、O田さんがズボンははいたまま便座に座っているんです・・・「あら～、O田さんがとうとう〇〇〇しもうたか?!」なんて驚いていると、「あんまり冷てえき、ぬくめよるんじゃ！」とのことで、ひと安心。

2日目。ナムチェバザールへの登りで樹間にエベレストが姿を見せます。斜面を駆け上がり、「お～、エベレストじゃ！あらあ、エベレストじゃわい！！」と目を輝かせて振り返るO田さんに、こちらも興奮してしまいました。まるで、少年のような瞳でした！ナムチェバザールは登山隊や旅行者の要衝となる村で、何でもあります。ノースフェイスの正規店と偽物を扱う店が隣同士にある不思議な場所で、そこで嬉しそうに新しい登山靴を買うN根君もまた少年のようでした。靴はきっと本物??です。

3日目。エベレスト展望のシャンボチェの丘へ。途中、体調不良のK原君と分かれ淋しい思いを感じながら上部へ。そして、とうとうエベレストが姿を見せます。標高が3800mを超えた蒼天のもと、エベレスト、ローツェ、アマダブラムといった名峰の数々が現れ、正に絵になる風景です。目的の景色を写真に収めながら、時間があっという間に過ぎていきます。そして翌日の天気を心配しながら、宿に戻ります。

4日目、曇天。今後も好天は望めず下山することに。ガイドも日程変更に対応してくれ、皆そろっての下山となった。途中、休憩や昼食で温かいお茶や食事を腹に入れながら、少々冷たい空気の中を初日に泊った宿へ。粟と米の焼酎が染みる夜でした。

5日目、ルクラへ下山。空港そばの宿に入って、後は各自お土産を物色。髭そりと美顔マッサージで気持ち良くなって、夜はシェルパ、ポーターのみなさんとお別れです。衣類を送る約束をして、記念写真を撮ってエベレストビールをいただきました。6日目、7日目は皆の報告の通りです。なにはともあれ、全員無事下山です。

⑥ 一本立てる

山の隠語で休憩することを「一本立てる」と言います。富士山や立山の強力が休憩の際、建築資材や食糧等の重い荷物を下ろすことなく、ピッケルや杖の上に荷物をのせてひと息つくんですが、初めて生で「一本立てる」姿を見ました。ルクラから周辺の村々へ生活物資を運ぶ強力（ポーター）のみなさんは、重い人で80kgは運ぶんだそうです！すれ違った彼らは、ビールやジュースといった飲み物から紙おむつやお菓子類まで、いろんな種類の生活雑貨全般を担いでいます。ちなみに、ソッキョは60kg、ロバは70kgを運びます。

⑦ ネパールの食事と「ヒマラヤ蕎麦」

私の好き嫌いの多さは、皆さんの知るところかと思いますが、今回のネパールトレッキングは全くと言っていいほど、好き嫌いなく美味しくいただきました！大変、美味しゅうございました！！

1月7日。前夜、本隊のみんなを送りだした後、ひとりで少々淋しい思いをしながら気になっていた「ヒマラヤ蕎麦」店へ。カトマンズの賑やかさを感じさせない静かな一角に、その店はあります。店主が長野県で修業したという店のメニューは真っ当な蕎麦でした。チベットとの国境の村ムスタン産の蕎麦粉で打つ十割蕎麦は、ほんのり甘さを感じる風味豊かな田舎蕎麦で、子供のころばあちゃんが作ってくれた蕎麦がきの味がしました。今回のネパール行最終日にふさわしい、美味しい一日となりました。多謝。