

豪太 ヒマラヤ遠征日記 2017年 4月～5月

4月25日

行動 ナムチェ→キャンズマ (3584m)

天気 晴れ、午後曇り

5:00 起床 日記書き、整理 8:00 朝食 10:20 ダヌルの家、出発 12:16 キャンズマ着
12:30 昼食 14:00 クムジュンに散歩 15:30 ティータイム 18:00 夕食

いよいよナムチェバザールから先に行くことができる。

昨年はお父さんの調子が良くなかった終始ナムチェでの合宿形式のキャンプになった。確かにナムチェはWiFiもあれば、美味しいコーヒーショップやベーカリーがあり過ごすのにいい場所だけど、同時にそこから先に進めないもどかしさを感じていた。

今日ついに一年越しにナムチェから先に歩を進め上ることができる。

空も久しぶりに晴れ渡りヒマラヤ地方独特の射るような日差しが戻ってきた。

昨日から探していたポーターとヤックだが、結局全てを同時に運ぶことは叶わず、いくつかに分けてディンボチェへ運び、残りは翌日ポーターが再度ピックアップする。

ポーターにとっては1日の行程だが僕達はそこを高度順応をしつつ3日間かけて移動する。いずれにしろディンボチェ直行便の荷物は僕達よりも早くつくだろう。

出発のまえダヌルの家へ寄る。

ダヌルの奥さんに挨拶をする。ダヌルは僕達の今日の宿泊地、ギャンズマまで一緒に来て再度明日家に戻る。この辺り一帯の最高神、クンビラに祈りを捧げるクンビラ・プジャを行わなければいけないからだ。

一年に4回ある行事でシェルパカレンダーの吉日に行う重要な儀式だそうだ。

ダヌルの奥さんのマヤからカタ(旅の安全祈願を込めた布)をかけてもらい一路ギャンズマに向かう。

今日は本当に天気が良かった。これまでなかなか顔を見せてくれなかったエベレスト、ローツェ、コンデ、タムセルク、アマダブラムがくっきりとみえる

谷の斜面に削られた道を進む。

お父さんの調子は益々良くなっているように見える。今朝の血圧は今回の旅で最も低い値、spo2も高い。その体調の良さとおりにギャンズマに2時間かからずにとどり着く。ここギャンズマのベーカリーも有名だ。今回の旅の一つの目標は父も僕も体重を落とすことである。いまのところ順調に体重が落ちて来ているのでご褒美のつもりで今日のティータイム、ここのベーカリーで焼いたアップルパイをお願いした。

そのアップルパイに美味しくありつくため、クムジュンまでトレーニングがてら散歩することにした。クムジュンはギャンズマからエベレスト街道を分岐した先にある村だ。ヒラリーが寄贈した

クムジュンスクールが有名で、ひと昔前は登山の起点になっていた村だ。しかし最近はトレッキングルートから外れているため、なかなか人が寄らない村になってしまった。

実はそこにもインターネットが繋がるカフェがあり大城先生とそのインターネットカフェでコーヒーを飲むことを目的に分岐路をクムジュン方面に登る。

ギャンズマにはシャクナゲが満開だったのでクムジュンへ行くルートの中に咲くシャクナゲにも期待したがまだ蕾が多かった。ちょっとした標高や気温、日照で咲き方に違いがあるのだなと思った。

クムジュンの村に入り 10 分ほど歩くと目的のインターネットカフェがあった。

店に入ると美味しそうなパンやケーキが並んでいる。コーヒーだけで済ませようと思うものの、つついブラウニーを頼み二人で食べた。ネットを繋ぎ、メールやネットサーフィンを始めると、すぐにギャンズマにいる本隊のティータイムの時間になる。

慌てて山を降りてギャンズマにもどる。

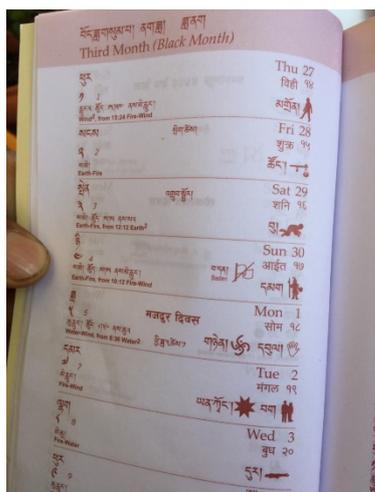
ギャンズマのティータイムにも自家製のアップルパイが出て来た。

最初はクムジュンでブラウニーを食べてきた手前、お父さんと二人で一つのアップルパイと考えていたのだがシェルパが気を利かせ 4 人分持ってきた。しょうがないと思いダイエットをしている身なので半分残そうと手をつけた・・・が、そのアップルパイの美味しい事！

外はパリッと、内側はしっとりとしたパイ生地りんごの食感を残したりりんごペーストがある、そこに香ばしいカリッとしたクルミが入っている。

結局残さず全部食べ終えた。

夕食は 18 時、これもまた美味しいシェルパのヤックカレーだったので完食！結局午後はずっと食べていた



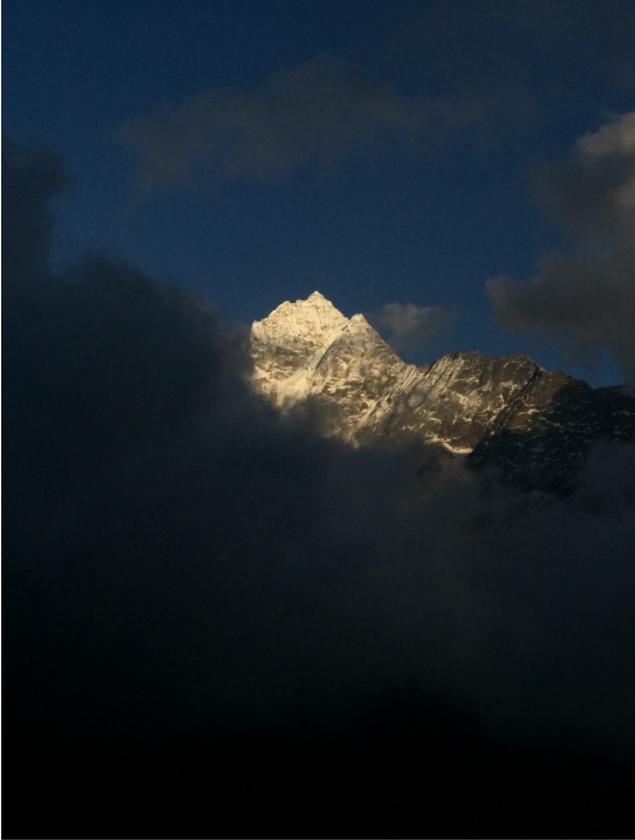
シェルパカレンダー（暦）



カタをいただく



足取りもしっかりと、昨年よりいいペースで進む



シャクナゲ

4 月 24 日

天気 曇り時々晴れ

7:00 起床 8:00 朝食 9:00 ナムチェの病院、ヘルスポスト見学 10:30 ヘアカット
11:30 サクラロッジ訪問 12:30 昼食 そば 13:30 荷物整理 15:00 スナック
15:30 コンマラ撮影にでかける 18:00 ダヌルの家で夕食 20:00 就寝

今日はナムチェでの休養！

普通はシェルパも僕たちもゆっくりとしているのだが意外に忙しい一日だった

まず荷物の問題があった。今回はコンマラの峠でスキーをするのが目的なのでディンボチェから先のキャンプ設営やスキー道具があるので普通のトレッキングよりもかなり装備が多い。そのため荷物を運ぶポーターやヤックが必要。

しかし、今はエベレスト遠征時期でポーターもヤックも出払っている状態。さらにヤックに関しては各隊のエベレスト遠征でかなり酷使されていて弱っているのも多い。

ルクラからここまで荷物を運んできたヤックたちも弱っていてナムチェまでの坂を登るのがやっと、後ろからヤック使いがお尻を押しながら上がって来たという。

ヤックが弱り死んでしまったらかわいそうだし、その保証も僕たちがする。昨日までのヤックは一度ルクラに帰した。そのためダヌルは朝からてんでこ舞いで、代替りのヤックを探していた。ここからシェルパの足で2時間ほどところにあるターメでヤックが6頭見つかったと聞いたのはお昼であった。荷物は日本からは飛行機の重量制限があるので個数を細かく分けていたが、ここからはなるべくひとまとめにして持っていく。また帰りもナムチェによるので置いていく荷物も仕分けする。

病院ができたというので大城先生と門谷君とで見えてきた。前まではナムチェの上部に政府が作ったヘルスポストがあった。震災後、僕たちもそこに浄水器を寄付して備え付けた。しかし設備は小さく簡易的な処置しかできない。またナムチェの上部にあるので急患を運ぶのも大変だ。そしてヘルスポストという扱いなのでお医者さんが常駐しているわけではなかった。

今年3月31日完成したという新しい病院はナムチェの町なか、小学校のそばにあり便利なところだ。また設備も整っていてX線や手術室があり入院ベットも増えた。そして何よりお医者さんが常駐している。

2つの施設を視察後シェルパバリスタコーヒーに行くと、昨年ヘルスポストであった施設の責任者、チミとアドバイザーのペンバがいた。二人はヘルスポストと病院、両方の責任者を兼務しているが問題もあるという。新しくできた病院は韓国資本。地元のニーズに応じて作られたコミュニティベースの病院。一方ヘルスポストはネパール政府が作ったもの。

しかし医療に携わる人材が限られていること、新しい病院には政府から助成がなかなか得られないなどの問題がある。

それでも新しい病院は立地がよく施設が整っているのでほとんどの人が新しい病院にくる。オープンしてから1カ月足らずで230人の患者がきたそうだ。今後はこっちがナムチェの中心的な医療施設になるだろう。

シェルパバリスタでコーヒーを飲んだ後、僕は髪が伸びて来たのでナムチェの床屋、「ヒマラヤン サロン」にいった。

サロンのお姉さんは気だるい感じで雰囲気は床屋のお姉さんというよりタトゥー・アーティストのようだ。言葉があまり通じないので写真を見てヘアスタイルを決める。

その写真はみんな刈り上げカット、なかにはモヒカンまであるのでその中でも一番マイルドな刈り上げでお願いした。

ダヌルは横から「リッキーマーティンみたいなやつ」といっているがリッキーマーティンがいまいちどんなヘアスタイルだったのかわからないので、胸に不安がよぎる。

僕は昔から床屋で頭をいじられているうちに寝るクセがある。

しかし、異国の床屋ということと、すきバサミが引っかかり痛くて寝るどころではなかった。いろいろ心配はしたが出来栄はそれほど悪くなかった。思ったより短いので少し寒いが全体的にバランス取れていいのでは・・・何よりこれから寝癖を気にしなくてすむ。

夕方、門谷君とネパールの国鳥、ダッフェの撮影にいった。ダッフェは小型のクジャクみたいな鳥でシェリカンバホテルの裏の畑によく見かける。

畑へ向かうとすぐにいた。しかし、ブッシュのなかに隠れてしまうので門谷君と裏側にあるゴルカの岡を回り込むように歩いた。

そこは素晴らしい景色が広がっていた。エベレスト街道、ルクラやターメの方角をぐるりと順番に眺める。陽もさしてきていい景色の撮影ができた。最後はナムチェ警察署の裏側にでた。パラソルがあり、警察官と思われる人達がバトミントンをしている。森から出てきた僕たちを不思議に思ったのかしばらくキョトンとみられたがすぐに追い立てられるようにナムチェの通りに出された。遊んでいるところをみられバツがわるかったのか？

夜はダヌルが家に食事の招待してくれた。

ヤックスステーキに地元で取れたワラビ、ほうれん草などで中々の腕前であった。

美味しくいただいた。



新設された病院



床屋にて before & after





ダヌル夫妻とともに

4月23日

行動 ジョサレ → ナムチェ(3440m)

天気 雨

5:00 起床 6:00 朝食 7:15 ジョサレ出発 9:45 ビューポイント着 10:30 ビューポイント出発
11:30 ナムチェチェックポスト通過 12:30 シェルパバリスタコーヒー
13:41 シェリカンバホテル着 18:00 夕食 22:00 就寝

今日は朝から雨だった。

今日は今回の行程で一番標高差があるジョサレ→ナムチェ間、700mほどの標高を上る。

朝、少し迷ったが、雨の降りはそれほどひどくないのでスタートした。

これくらいの雨だとかえって埃が立たずいいかもしれない。

途中、米国インディアナ州、ボウル大学の研究チームが水の成分を調べていた。

水質検査をすることで、飲み水の安全性だけではなく、含まれているミネラル成分からどこの氷河からどれくらいで流れてきたか調べ温暖化や気候変動がわかるという。衝撃的だったのはこのあたりの飲み水はほとんど飲むのに適していないほど菌がいるそうだ。

その中でナムチェの下部から出る水は飲むのに大丈夫だと言っていた。そこはナムチェの人達が水を汲む場所である

お父さんのペースはとても早く、思ったほど早くナムチェについた平均登高スピードは1時間毎に197m 去年は131mだったのでかなりのいい感じ！

ナムチェはヒマラヤトレッキング・ルートのなかで最も都会だ。最新のウエアや登山装備が置いてある山屋さんから銀行、ATM、ピザ屋、バーなどなんでも揃っている。

ナムチェ到着早々シェルパバリスタコーヒーに行った。ここのケーキとコーヒーは本格的でダイエットしている身でありながらそれを忘れるほどのおいしさであった。

ここで僕たちは二日間滞在する、明日もまた来よう。

滞在先は登山博物館があるシェリカンバホテル。この隣に今回のサーダー、ダヌルの家がある。ダヌルは最近、家にワイファイを入れた、使わせてもらうため到着後すぐにいつてきたかなり快適でサクサクと繋がる。

古来より交易の村として栄えたナムチェはこのあたりのトレッキングのオアシスだ。



水質調査をしている



ナムチェ到着！

4月21日

天気 晴れのち雨

行動 タドコシ (2660m) → パクディン (2652m)

7:00 起床 8:00 朝食 9:30 パクディンに向け出発 11:40 パクディン チミのロッジ、ナマステ
ロッジに到着 昼食 13:00 ナマステロッジから今晚の宿に出発 13:30 宿に到着
14:00 ナマステロッジ・WiFi使用 17:00 散歩 18:30 夕食

お父さんの調子がいいため、予定を早め、本来の予定地、パクディンを通してモンジョまで
いこうかと迷った。しかし、こうした遠征、序盤がとても大事だ、そのため予定通りパクディンに
行くことにした。

この判断が今日のいろいろな再会を生んだ

まず、三浦家の友人であるピンゾーさんの息子、チミがパクディンにナマステロッジというロッ
ジをオープンしていた。ピンゾーさんは 1970 年に父がエベレストを滑ったときからの友人。息
子のチミも何度か日本に来たこともあり一緒に旅をして楽しんだ。

チミが昼食に招待してくれ、美味しい野菜スープ、新鮮な野菜サラダ、鳥の唐揚げ、モモ(餃
子)でもてなしてくれた。

するとなんとイタリアの登山家、シルビオがナマステロッジにきた。

シルビオとはエベレスト遠征やシシャパンマ遠征で一緒になったことがある。さらにエベレスト
のサウスコルでも同じ時期にテントを張っていた。

彼はイタリアを代表する登山家で 8000m 峰 14 座登頂者。とても気さくて、遠征で一緒になると
ダイニングテントに招待してくれ本格的生ハムやイタリア料理をご馳走になったりする。

今回は彼の奥さんのフェルナンドさん、ドロミテでスキーロッジを経営している友人、ロベルト、
そしてロベルトの娘さんと一緒にアイランドピークに登るという。

嬉しい再会だ。なぜシルビオがナマステロッジにきたかという、ナマステロッジはもともとチミ
の奥さん家族が経営しており、チミの奥さん家族はイタリアに頻繁に行き来していたのだ。

チミの奥さんもイタリア語をしゃべりここは以前からイタリア人が頻繁に来るロッジだったのだ。
彼らは今日中にナムチェまでいく、ペースが違うのでこの後どこで会えるか分からないがエベ
レスト街道は一本道なのでまたどこかで会えるだろう。

ナマステロッジから 15 分も歩くと本日滞在予定のロッジである、到着するとすでに荷物がそれ
ぞれの部屋に入っていた。

お父さんはゆっくりと休み、大城先生、門谷君、僕はナマステロッジのWiFiが魅力だった
ので、また遊びにいった。

早速ネットに接続して、日経に連載しているコラムの確認、そして次の研究の段取りなどのメ
ールをチェックし返信。大概のことがスマホでできてしまう。

これまではパソコンに大きな衛星アンテナをつなぎ常に電源の心配をしていたが、たった 1, 2
年で今はエベレスト街道沿いにWiFiがあるし、比較的電気消費の少ないスマホは楽だ。

一通り仕事を終え、宿に帰るとお茶が用意されていた、読書をしながらくつろいでいると、父が部屋からきて散歩したいと言う。それに付き合いナムチェ方面に歩いてみる。父は昨年の遠征のときと比べられないくらい調子がいい。スタスタと歩いて行った。

帰りすがら、父がふと足を止めるとストックで丘の上を指し、「昔(1970年)エベレスト滑走した時、今日通ったドゥードウコシ川の対岸ではなく、そこの丘の上からのルートだった、その道はラムサングーにつながってる」と言う。

今回のように飛行機でルクラに入らないのなら、カトマンズからジリまでバスが通っていて、そこから一週間かけて歩いてここまでこれる。しかし1970年当時は、ジリからさらに一週間ほどいったラムサングーまでしか車道はなかった。ポーター、シェルパ、日本人の撮影クルーを合わせると800人の大所帯がラムサングーから一ヶ月かけてエベレストベースキャンプ目指した一大キャラバンだったのだ。あるいたのだ。



チミのナマステロッジ（大城先生、僕、チミの奥さん、父、チミ、門谷くん）



4月20日

天気：曇り

行動：カトマンズ → タドコシ(標高2400m)

4:00 起床 5:00 ホテル出発 5:30 空港 6:15 カトマンズ発 6:40 ルクラ着地

9:20 トレッキング開始 10:00 スタバ 10:35 スタバ発 13:02 タドコシ着 昼食 18:30 夕食

カトマンズゲストハウスを朝早く 5 時出発。飛行場にまだ暗いうちに着く。

ロビーが新しくなっていて明るい待合室、そこで荷物を預け、飛行機は 6 時 20 分に飛び、いまだかつてなくスムーズにヒマラヤへと入る。

ルクラに着くと、18 年来の友人ダヌルが迎えてくれた。ジャーマンベーカー横の宿で残りの荷物をまつ。

ルクラ便は機体が小さいため、持ち込める荷物が15キロ以内と制限されているので、僕たちの遠征機材は一週間前にカトマンズへ送った食料等、そして昨日送った高所用装備、そして今日の便など振り分けて送ったものを再集結させ、宿でアレンジする。今日送った荷物自体も 2 便に分かれてくるので残りの荷物が来るまで待っていた

これらの荷物はダヌルに僕たちと一緒に動くものとナムチェまで直行するものに分ける

今回はコンマラの氷河の上でスキーをするので装備自体もエベレスト登頂並みのものを持つ。

そのため必然的に量がそれぞれ増えた。

結局追加したポーターは 11 人だった

それにしても、毎回不思議に思うのだが、これほど複雑に荷物の送りがあがりながら、これまで一度も荷物が無くなることはない、北米ではスキー現役時代、遠征に出かける度に航空会社がコンピュータで管理していても 3 回に一回はロストしていた。

荷物のアレンジが終わり、出発したのが 9 時半、ルクラの町を抜けスターボックスに寄る

ここはオフィシャルなフランチャイズ店ではないがスターボックスの豆を使い美味しいコーヒーをいれてくれる。

今回の旅は 5200m の峠、コンマラにある氷河の上でスキーをすること、それともう一つ、ダイエットだ。だがまさに景気づけにケーキもオーダー、みんなで食べた

今回のメンバーはお父さん(三浦雄一郎)、ぼく(三浦豪太)、大城先生(山岳医)、カメラマンの門谷優である

サーダーはダヌル、その他 3 人のシェルパとクッカー 1 人、3 人のキッチンボーイが同行する

日程は前回のエベレストで行った年寄り半日仕事をさらにゆっくりとさせた内容で今日目的地は 2 時間ほど下ったタドコシの SAINO ロッジでだ。

スタバから 10 時半に出発、天気は曇り、昨日雨が降ったらしく地面は濡れていてかえって埃がたたずに楽であった。

