

【第3回】 ヒマラヤキャンプ2018登山隊
Pankar Himal 6264m
(パンカールヒマール)
報告書



パンカールヒマールをバックに記念撮影（C 3にて）

1. はじめに

花谷 泰広

今回で三度目となったヒマラヤキャンプ。結果的には紆余曲折はあったものの、パンカールヒマール峰（6264m）の初登頂に、メンバー全員で成功することができた。まずはしっかり結果を残すことができてよかったと思っている。登山においては登れなかった経験はとても大切であるが、やはりはじめてのヒマラヤ登山を成功という形で終わらせることが次につながるのではないだろうか。成功体験もまた同じくらい大切である。参加メンバーたちは全員本当によく頑張ったと思う。

過去2回のヒマラヤキャンプを振り返ると、準備においても登山においても私の牽引力が強すぎたことが反省だった。特に登山においては、最終的には私が先頭で登って、なかば強引に登頂してしまった登山が多かった。終始ほぼフォロワーに徹しなければならなかったメンバーにとっては、消化不良な登山だったのかもしれないという反省があった。その反省から、今回のヒマラヤキャンプでは「考えさせる」と「委ねる」ことを自らのテーマとした。メンバーにとっては、はじめてのヒマラヤ登山。もちろん100%委ねることができるわけではない。できる限り適切なヒントは与え、時間はかかってもしっかりと考えた上でひとつの結論を出させることに注力した。それがベストな答えでなかったとしても、大きくはずれていないのであれば問題はない。結果として多少コストはかかったとしてもそれは勉強代。そう思うことができるかぎり委ねてみることにした。

特に今回の登山では、一度ベースキャンプを撤収してルートを大幅に変更するという出来事があった。ここまで登山計画を大幅に仕切り直すことは珍しいが、この状況を好機と捉え、そこから先はできる限り私が介入しない

計画立案と登山の実行を促した。このような出来事を自分たちの力で乗り越えたからこそ、今回のヒマラヤキャンプは成功だったのではないかと思う。

ヒマラヤキャンプは「登山文化の継承と発展」という自らのミッションの元、できる限り私が先輩方から受け継いだものを後輩たちに託したいと思い、始めたプロジェクトである。このプロジェクトはやり続けることに意味がある。しかし、いまのようにまず私の存在が必要で、次に計画ありきのメンバー募集には限界があると感じている。私が存在しなくても存続するシステム作りをしなければならない。それにはまず受け皿を作る必要がある。海外登山を目指す若者たちが集うチーム。花谷がいなくとも、同じ志を持ったメンバーが何人か集まったら計画は自然と立ち上がるものである。それにはいろいろな可能性があり、あらゆる可能性を排除せず進めていきたいと考えている。いちばん大切なことは、当初の目標であった人の連鎖を生み出すことである。

2019年年始に、未来のヒマラヤキャンプを見据えたミーティングを行うことができた。今回は登山計画ありきではなく、まずは顔を合わせ、これからどう高めあっていくか、ということにフォーカスして話し合った。一度会うだけではなかなか話は進まないが、要はいかに自己実現ができるチームを作るかということなのだ。これまでの枠組みが自らの思いが満たされないものであれば、新しく作ればいい。まだ産声をあげたばかりであるが、登山界の未来のためにこれからも活動を続けていきたいと思う。

※このプロジェクトは、以下のスポンサー様、
サポーター様によりご支援を頂きました。
御礼申し上げます。

【スポンサー】

パタゴニア日本支社
日本ゴア株式会社
カシオ計算機株式会社（プロトレック）
スポルティバジャパン株式会社
株式会社インパクトトレーディング（スーパー
フィート）
株式会社マジックマウンテン
株式会社ナンガ
TEAM yoko-so
株式会社ヤマテン
はちのへ西脳神経クリニック
麻美レディースクリニック
黒瀧眼科医院

【サポート】

株式会社アライテント
株式会社モチヅキ
株式会社TCF ショッツ・ジャパン
尾西食品株式会社
エアモンテ株式会社
株式会社ミウラ・ドルフィンズ
株式会社ウェック・トレック

カメラ提供
ソニーマーケティング株式会社（アクションカ
ム）

登山協力
コスモ・トレック株式会社

順不同、敬称略で記させていただきました。
加えて多数の個人のご支援も賜りました。
重ねて御礼申し上げます。

2. 登山報告

カ 令旺

(1)山の概要

パンカールヒマールは、ネパールとチベットの国境上に位置する山だ。2014年にネパール政府によって解禁された104座の中の一つである。山の特徴としては、南に向かって大きな尾根を伸ばし、それを境に左と右にそれぞれ大きな氷河を抱える。我々はそれぞれを左ルート、右ルート呼んだ。未踏峰の登山はほかの山と比べて情報が少ない。パンカールヒマールについて、日本で得られた情報は写真が1枚と概念的な地図だけであったが、Google Earthで山の大きな形や、主なクレバスの位置などは把握できた。右ルートは比較的なだらかであり、左ルートの氷河は状態が悪く見えた。メンバー間での話し合いの末、今後に活かせる経験を得るためにも、より厳しい状況が想定される左ルートからの挑戦を決めた。

(2)キャラバン

4月10日にカトマンズ現地集合。3日間の準備期間の後、キャラバンの起点となる村、ソティコーラへと向かった。今回のキャラバンはマナスルを1周するトレッキングルートのマナスルサーキットを進んでいく。この谷を詰めていくとマナスル登山の起点となる村であるSamaへと通じる街道である。トレッキングルートと言っても、開発が進んでいるエベレスト街道やアンナプルナサーキットとは異なり、



ベースキャンプの様子

自給自足で生活する現地の方たちの生活を直に見ることができた。キャラバンの起点の標高が800mほどであったことから、疲労しないよう意識しながら、ゆっくりとキャラバンを進めていった。カトマンズを出発して9日目、4月22日に標高4100m左ルートのベースキャンプに辿り着いた。

(3)左ルート偵察と高所順応、そして敗退

ベースキャンプ到着の翌日、4月23日から行動を開始した。午前中はこれから長期でお世話になるベースキャンプをしっかりと整地し、それぞれのメンバーのテントを建てていった。午後からは、早速4400mまで登り、氷河の取り付きまでのルートを確認した。その後数日間は、ベースの標高に体を慣らすためにレストとしたが、動けるメンバーで氷河取り付きまでの装備の荷揚げを行なった。

この数日間の天気傾向を見ていると、今シーズンは午前中は晴れるが、午後から天気が崩れて日によっては雪が降る日もあるようだ。今後偵察で登るときも、午前中の行動を積極的に行なっていくことを確認した。

4月27日、花谷、杉本、力の3名で日帰りの偵察を行ない、氷河上にC1予定地を確認、その先の氷河の写真を撮って下山した。一日のレストを挟んで、4月29日よりメンバー全員での2泊3日の偵察を行なった。1日目は、花谷、力の偵察隊、他4名の歩荷隊に分けて行動し、歩荷隊は4600m地点にC1を設置した。偵察隊は4800mまでルートを伸ばしたが、この日は早い時間からガスに巻かれて思うような偵察ができなかった。2日目は花谷、齊藤によって偵察を行ない、その他4名は、ルートをトレースして高所順応を行なった。偵察隊は、5050mまでルートを伸ばしたものの、無数に口を開けたクレバスに行く手を阻まれ、これ以上は上がれないとの結論のもと下山した。その夜、C1のテント内でメンバー全員での話し合いの場が持たれ、今後の行動について意見を出し

合った。案としては3つが挙げられ、以下の通りである。

案1：これまで通り氷河の中にルートを探し上を目指す。時間切れで登頂できない可能性が高い。

案2：花谷さんはズタズタの氷河のスミの所に、可能性のあるルートを見出しており、そのルートにかける。しかし上部に危険なセラックがあるなどの要素から、全員では登れない為、メンバーを絞ってのアルパインスタイルで一気に登る。

案3：一度、街道沿いの村までベースキャンプごと撤収し、地図では比較的安定して見えた右ルートから全員での登頂を目指す。氷河の状態は見えていないので、登れない可能性は存分にある。

これらの案から、全員で本音をぶつけ合い、案3の右ルートからメンバー全員での再挑戦を行うことに決めた。



敗退した左ルートの氷河

(4)右ルートからパンカールヒマール峰6264m初登頂

5月5日 晴れのち曇り 新BC～C1

ベースキャンプの撤収や街道へ下山等で数日を要し、右ルートからの再挑戦は5月5日から始まった。新たに作り直したベースキャンプは標高2900mで、6264mの頂上を目指すにはかなり低い地点からの出発となった。初日は一気に標高を稼ぎ、氷河の手前4440m地点にC1を設置した。しかし、一度メンバー全員が5000m付近まで登っていることもあり、高度障害が出ることもなく順調に登りきった。C1

到着後は、氷河取り付きまでをチェックしに行く者、水汲みに行く者、テントの設営を行う者に分かれて、それぞれが自分のやるべき事を行なった。

5月6日 晴れのち曇り C1～C2

この日は齊藤、杉本の偵察隊と花谷、渡邊、松山、力の歩荷隊に分かれてスタートした。しかし、松山のスピードが上がらず、歩荷隊は速度を落として登ったため、花谷は偵察隊に合流して行動した。氷河上は、それぞれのパーティーごとにロープを繋いで、7～8mほど間隔を開けて歩き、万が一の滑落に備えた。氷河の状態は想像よりも悪く、クレバスを避けながら登っていくものの、登って見たら行く手を阻まれてしまうこともあり、何度か歩荷隊が追いついてしまうなど偵察が難航した。また、例によって午後からは天気が崩れ、氷河の先の部分が見通せなくなってしまったところで、その日の行程を終了した。この日は5300mまで標高を稼ぎ、5222m地点にC2を設置した。

5月7日 快晴 C2～C3

この日の偵察隊は、齊藤、杉本、力の3名、歩荷隊は花谷、渡邊、松山の3名であった。下山の日程や、バックキャラバンの日程を考えると、この日の偵察で氷河を突破できなければ敗退となるため、なんとしても上部へルートを伸ばすことが必要だった。前日から目星を付けていた、氷河を右側から大きく迂回するルート取りで、荒れていた氷河を突破することができ、抜けたところには、大きな安定したプラトーがあった。この5500m地点をC3に定めると、偵察隊はさらに上部の国境稜線へと向かった。これはルートの有無を確認するだけでなく、ここまでのトレースを付けておくことは翌日の登頂の可能性を高めるためにも必要なものであった。国境稜線へ上がると、チベット側が大きくひらけており、とても美しい景色が広がっていた。左を見ると大きな稜線の一番奥にパンカールヒマールを確認することができ、胸を高鳴らせた。稜線の反対側を見ると、尖った形をしたサウラヒマールが威圧的に立ちはだかっていた。これも未

踏の山であり、いつの日か来てみたいと思わせるような美しいフォルムだった。結局この日は、稜線上を更に登り、偵察隊は6100mほどまでルートを伸ばしたが、危ういリッジが出てきたために、C3まで下山した。



右ルート上に比較的安定したルートを見出す

5月8日 快晴のち雪 C3～Peak～C1

早朝3時半に起床、ゆっくりと準備を進め、5時半に出発。50分ほどで国境稜線へ到着し、一呼吸おいてから、頂上へと向かって登っていった。ルートはそこからチベット側へ巻きながら登っていく。前夜に雪が降ったため、トレースは少し消えてしまっていたが、問題なく前日の到達地点まで登る。そこから傾斜のあるリッジのトラバースになるが、スノーバーが刺さらず、支点が取れない。メンバーにはここを打開する方法の知識がなかった為、花谷より、尾根全体を使って尾根の反対側にいる人間と対になってビレイをする方法を教わ

り、即実践した。万が一滑落しても、人間が尾根をまたいでロープにぶら下がるため、滑落を防ぐことができるというシステムだ。危ういリッジを抜けると、頂上は目の前だった。現地時間午前9時、メンバー全員でパンカールヒマール峰6264mの頂上に立った。頂上は思っていたよりも広く、全員で立つことができたが、チベット側に雪庇が出ていたために、踏み抜かないように注意した。頂上には30分ほど滞在し、集合写真を撮り終えたと下山を開始した。危ういリッジを登りと同様のシステムで越え、その先はコンテでスピードを上げて下山した。C3に到着後、C2を目指して更に下山を開始した。しかしここで雪が降り始め、咄嗟の判断で氷河の無いC1まで下山する事にした。

5月9日 快晴 C1～BC

前日から降り出した雪は、一晩中振り続け、地面の上だったC1周辺を雪景色に変えた。結果的にC1まで無理やり降りてきた作戦は功を奏し、もしC2の氷河上に留まっていたり、登山が1日ずれていたら、危険な脱出行になっていた可能性が高い。前日までの疲れも残しつつ、9時半に下山を開始した。共同装備の入ったダッフルバックを交代で運びながら下山していると、ダワさんをはじめとした、ネパール人スタッフたちが迎えに来てくれ、共同装備の運搬を手伝ってくれた。それぞれのペースで降りていったので到着時間は前後したが、14時半頃には全員無事にBCに到着した。



メンバー全員笑顔で初登頂！

3. 装備報告

齊藤 大乘

装備の選定にあたりグーグルアース等の衛星写真を使用し1回目の合宿で大まかな選定を行った。パンカールヒマールは雪と氷の山と想定しカム等のロッククライミング用のギアは装備リストに入れていない。

前回のヒマラヤキャンプで消費したスノーバー等を揃えていると、パンカールヒマールは積雪が予想されたので急遽モチヅキ様にMRSのスノーシューをレンタルして頂いた。

以下は当初想定された共同、個人用登攀装備である。

共同登攀装備

クライミングロープ	8mm60m	2
クライミングロープ	7.7m60m	2
FIX用ロープ	60m	4
スノーバー	T型	6
アイススクリュー	19 c m	2
	16 c m	4
	13cm	2
アバラコブフック		2
ピトン	ナイフ	8
	アングル	6
アルパインクイック ドロー	60 c mスリ ング+ビナ	10
ダイニーマスリング	120 c m	4
	180cm	4
カラビナ	安環	4

個人用登攀装備

ハーネス		1
PAS		1
ビレイディバイス		1
ナイフ		1
アッセンダー		1
小型アッセンダー		1
セルフジャミングブ ーリー		1
アイスアックス		2
クランポン		1
アイススクリュー	16cm	1
カラビナ	ワイヤーゲー ト	3
	安環	2
スリング	120 c m	1
	60 c m	2

しかし実際に現地に向かいルート変更及び道具の見直しをして持って行くことになった共同の登攀道具は以下ようになった。

クライミングロープ	7.7m60m	2
スノーバー		4
FIX用ロープ		2
捨て縄		
	19 c m	1
	16 c m	1
アイススクリュー	13cm	1
アバラコブフック		2
アルパインクイック ドロー	60 c mスリン グ+ビナ	3

このように現地で共同の登攀道具の見直しをする事によって軽量化する事ができた。右ルートで最終的に使ったのは氷河上では常にコンテニアンズで行動するためのクライミングロープであった。スノーバーを持って行ったが使用不適な場所であったので最終まで持って行ったが使用せず、当初積雪を想定していたが想定より下回っていたのでスノーシューもベースキャンプに置いて使用しなかった。

ベースキャンプではアライテント様よりトレックライズを2張りナンガ様よりシュラフを提供していただきベースキャンプではメンバーそれぞれに個人用テント、シュラフが充てがわれ標高4000mでも快適な生活をする事ができた。



3人用シュラフ

右ルートのハイキャンプでは夜間に吹雪かれた事が何度もあり、過酷な使用と紫外線により細かな穴がXライズに穴があきテント内に吹き込む事があった。シュラフに関しては特別仕様の3人用シュラフなので寒気を感じずに過ごせた。

ハイキャンプではJETボイルのチタンSUMOを使用した但し雪から水を作った際にリフレクターが溶け落ちてしまった。次回ではこの点を考慮してストーブを持って行きたい。

その他の装備としてソーラーパネルと予備バッテリーを各人で持っていたので電力に困る事はなかった。さらにLEDランタンも持って行ったので夜間も読書などを楽しむことができた。

4. 食糧報告

杉本 龍郎

【キャラバンでの食生活について】

キャラバン中のソティコーラ(Soti Khola, 700m)～ショー (Sho, 2880m) までは朝、昼、晩ともに全てロッジで食事を取り、大抵は朝歩き始めてからの2時間くらいの地点で昼食前にティータイムを取りました。各ロッジでのメニューはほとんど変わらないため自分のお気に入りのメニューを見つけたら、ずっとそのメニューでローテーションしていく隊員もいました。

例えば、朝はチベタンブレッドというパンケーキと揚げパンを合わせたようなものを食べ、夜は無難にヌードルスープを食べる隊員が多く、またある隊員は夜はガーリックスープとモモ（ネパール蒸し餃子）と決まっておりました。

変にいろいろなメニューに冒険せずに気に入ったメニューを食べることで体調を整えられるといった利点もあったように思います。ただ、後から知ったことですが、行きのキャラバンではチベタンブレッドやドーナツ類といった油を多用している料理はなるべくであれば避けたほうが良いかと思います。現地の油は長期間捨てずに使い続けていることがあり、お腹を下す原因になることが多いからです。

また、特筆すべきはロッジでの昼食はキャラバン、バックキャラバン共にほぼ毎日ダルバートというネパールの代表的な料理を食べ続けました。はじめはダルバートに抵抗があった隊員もいましたが3日ほど食べ続けると次第に慣れてきて美味しく感じるようになったようです。さすが、ネパールの家庭料理だけあって、長時間歩き続けたあとの身体へのエネルギー源としてしっかりと吸収されていたように思います。ダルスープ（豆のスープ）とバート（ご飯）、そしてタルカリ（付け合せのおかず）はお替り可能なのでしっかりと食べて午後のキャラバンに備えることが出来ました。

ダルバートを食べることの良さは他にもあります。それは時間の短縮と、必ず食べられるという安心感です。キャラバン中は毎日目的地となる村がきまっており、その日中にその村に着くように歩くのですが、意外とお昼ご飯の時間が長くなってしまいペース配分が変わることなどが多々ありました。しかし、全員がダルバートを注文することで作るほうも作り慣れているのと、いろいろなメニューを同時に作らなくても済むのでかなり時間が短縮できたと思います。

また、今回のキャラバンで歩いたマナスルサーキットのようなあまりメジャーではないルート上ではダルバート以外は用意できないロッジも多くあり、どこでも必ず食べられるという安心感がありました。さらに、ダルバートを元気に食べてお替りもたくさんして美味しかった！と現地の方に伝えたときの彼らの嬉しそうな笑顔は、長く続く登山の中での大きな活力になりました。

ネパールの郷土料理のダルバートを通して現地の方たちとの交流も出来たことも良かったです。





↑上2枚：ロッジによって異なるダルバート



ヌードルスープとパンケーキ



ティータイムの様子

【BCでの食生活について】

BCでの食事につきましては、サーダーのダワさん、キッチンボーイのディケさん、その他の雑務を担当するツェリンさんにより本当に美味しいものを作って頂いた。1度目のBCは4000m地点でしたが、4000m地点とは思

えないほど豪華な食事を取ることが出来ました。2度目のBCは2900m地点でしたが、勿論こちらでの食事も満足なものでした。

前回の第2回ヒマラヤキャンプでは食事の件で揉めたようでしたが、今回はそのようなこともなく終始美味しい料理を頂くことが出来ました。

また、隊員の調子が良くないときにはお粥を作ってくれたり、パワーをつけるたびに肉が食べたいというリクエストがあれば数日間かけて鶏肉を買ってきてくれたりもしました。因みに、鶏肉は鮮度を保つため生きたまま鶏をBCまで上げてそのまま絞めてくれました。

食事のほかにも、15時ころにはポップコーンやクッキーなどのおやつタイムや、高所から下山した際にはフルーツジュースを振舞ってくれたりと本当にBCでの食環境は充実しておりました。

文字通り、高所登山の要所となるBCでこのような美味しく、かつエネルギーとなる食事を摂ることが出来たことが登頂成功の一因であることは言うまでもないです。

ダワさん、ディケさん、ツェリンさん、本当に有難うございました。





↑上2枚：様々なメニューの食事一例



BCでの食事の様子

【ハイキャンプでの食生活について】

ハイキャンプでの食事は前回のヒマラヤキャンプに倣って、大まかに言って朝食は尾西のアルファ米、昼食は各自配分されたヨウカン、チョコバー、ドライフルーツなどの行動食、夕食はカップラーメンといった計画にしました。飲料としてはポカリ、抹茶ミルク、レモンティーといったものを共同としました。工夫した点は、上部偵察、サミットプッシュなどハイキャンプの日程に合わせて、1人当たりで決まっている食糧分はハイキャンプ前に必要な分+予備分をその都度各自に分配したことです。

共同の飲み物であるお吸い物やスープ類に関しても、きっちりと1人当たりの個数を計算して割り当てました。

このことにより、各ハイキャンプでの食事が各自どれだけの食糧があるのかを視覚的に把握でき、個人差がある飲み物に関しても小分けできるものは各自に分配したので周りには

気をつかず各自の好きな配分で飲むことが出来ました。同時に食べるペース配分は各自に任せたため不足しないように各々が責任を持って食べるようになりました。

以下に、実際の分配の例を記します。

例) 左ルートの上部偵察,2泊3日の場合

●個人分配(1人あたり)：

朝食：尾西のアルファ米3食

夕食：カップラーメンリフィル4食、餅10枚

飲料：お味噌汁2袋、お吸い物2袋、スープ6袋

●共同分配(1テント、3人分あたり)：

ココア1袋、抹茶ミルク1袋、ポカリ5袋

2泊3日の場合ですが、気持ち多めに各自に配分しました。量が多いと判断してハイキャンプに持っていかうかどうか個人に任せました。

実際はこれに昼食兼行動食として予め分配していた行動食類が含まれます。



ハイキャンプ内での食事の様子

【改善点】

ここでは、個人的に感じた改善点と隊員からの意見をまとめた改善点を記していきたいと思います。

●ショツツ：

日本からネパールへの持運び、またキャラバン中に衝撃が加わり袋が破け、中身が出てし

まうことが多々ありました。改善のため、可能であれば専用の小さいタッパか何かに入れられれば良いかと思います。タッパだと重かったり、嵩張ったりすると思うので、その場合はジップロックに入れた上で衣類やタオルで包むなど衝撃が加わってもは大丈夫な工夫をするべきだと思いました。

●カップラーメンリフィル

ショッツと同様に容器が破けて中身が出るがありました。こちら専用のタッパか何かを用意できれば良いのですが、専用のジップロックなどでも問題ないと思います。

●せんべい

キャラバン中にせんべいが割れて粉々になり結局僕はハイキャンプには持って行きませんでした。

多くの他の隊員も同じ状況のようでした。また、固形のもので高所での消化には適していない気がしました。個人的には無くても良いかと思います。

ただ、日本の懐かしい味を楽しめる点と腹持ちが大きいですが。

せんべいを持っていく際は、割れにくくかつ消化にも良さそうな濡れせんべいとかにすると良いかと思います。

●味が単調

これは個人的にですが、ハイキャンプの食事が朝に尾西のアルファ米、夜にカップラーメンもしくはカレー飯というサイクルで味が単調でした。

勿論ハイキャンプでの食事なので贅沢は厳禁ですしBCではたくさん美味しいものを食べさせてもらっているのでそれくらいの我慢は必要かもしれませんが、米とラーメンのサイクルで苦しんでいるように見えた隊員もいたので、もしもハイキャンプ用の行動食として他にもなにか画期的なものがあれば取り入れてみるのも良いかと思います。

【良かったこと】

●餅

餅は薄くて軽量で、かつ腹持ちも良く、尾西のアルファ米やカップラーメンやスープなどいろいろな食べ物と組み合わせて食べることができるのが良かったです。

薄いため、簡単に折ることができるので食べたい分を自分で調整できる点も良かったです。

●水分

抹茶ミルク、ミルクティー、お吸い物、ポカリなどなど、水を飲むための材料がたくさんあり、とても助かりました。

●個人配分

ハイキャンプは行動する日数の目処が立っていたため、個人の食糧に関してはその必要な日数分に合わせて各自に分配して、食べ方やペース配分は各自に任せました。

例えば、ある隊員は朝食時にアルファ米一袋では多いので半分だけ食べて残りは夜に回したり、ある隊員は食糧に余裕が見えた際には夕食時にアルファ米とカップラーメンを同時に食べていたりしました。

こうすることで、「今回のハイキャンプでの登山ではこれだけの食糧がある」と視覚的にも各自が確認できるので、各自が責任を持って食べる量やペースを調整出来るようになったかと思います。

キャラバン・ベースキャンプ				
区間：カトマンズ ↔ BC (4000m) 往復				
日数：計13日間 (2018/4/14～4/20, 5/11～5/16)				
人数：6人				
※食材はコスモトレックで用意してもらえるため、嗜好品と飲み物だけ持参				
	種類	品名	数量	
食料	カレールー	ハウス ジャワカレー 中辛 185gx2箱	4	箱
	だし	味の素 ほんだし 450gx1箱	1	箱
	ふりかけ	大袋5種類	5	袋
	かつお節	一袋	1	袋
	塩昆布	くらこん塩昆布	3	袋
	とろろ昆布	大乘チョイス	3	袋
	醤油	-	1	本
飲み物	緑 茶 (粉末)	伊藤園 おーいお茶 抹茶入りさらさら緑茶 80g 100杯分	1	袋
	ほ う じ 茶 (粉末)	伊藤園 おーいお茶 さらさらほうじ茶 80g 100杯分	1	袋
	コーヒー豆	-		袋
			合計	

ハイキャンプ				
区間：BC (4000m) ↔ 山頂 往復				
日数：計8日間 (2018/4/21～5/10の20日間うち、アタック8日(6日+予備2日)、高度順応など)				
人数：6人				
	種類	品名	数量	
朝食	尾西アルファ米	0	50	食
	味噌汁(粉末)	永谷園 あさげ・ひるげ・ゆうげ おみそ汁アソートBOX30P	30	食
	お吸い物	永谷園 松茸の味 お吸い物 業務用 50袋x2	18	食
	ビスケット	-	144	枚
行動食	カーボショット	0	156	個

兼昼食	プロビジョンズ バー	0	42	本
	チョコレートバ ー	-	78	本
	ドライフルーツ (g)	マンゴー1kg、りんご1kg	2	kg
	ヨウカン	井村屋 5本入スポーツようかん 60g×5本入り	50	本
	飴	0	234	個
	お煎餅	おかき24枚+手塩屋18枚	42	枚
	アミノ酸入りド リンク	-	-	
	アミノバイタル	-	-	
夕食	カップラーメンリ フィル	0	60	食
	切り餅	サトウのスライス切りもち 180g 15枚×10個	150	枚
	ビスケット	-	240	枚
飲み物	お吸い物	永谷園 松茸の味 お吸い物 業務用 50袋×2	182	食
	スープ	クノール カップスープ バラエティボックス 30袋	90	食
	ココア	ネスレ 特選ココア 450g 23杯分×2	92	杯
	抹茶ミルク	辻利 抹茶ミルク やわらか風味 200g12杯分	36	杯
	ロイヤルミルク ティ	名糖 ロイヤルミルクティー 400g 20杯分?	40	杯
	レモンティー	名糖 レモンティー 500g 25杯分?	50	杯
	緑茶(粉末)	伊藤園 おーいお茶 抹茶入りさらさら緑茶 40g 50 杯分	2	袋
	ポカリスエット	事務所にある箱 48g×25	25	袋
			合計	

5. 医療報告

齊藤 大乘

第3回ヒマラヤキャンプでも第2回同様、榊原さんに医療セットを用意して頂いた。さらに高所で誰でも薬を適切に使えるように薬剤師の姫野榮志氏に簡潔明瞭な解説文を書いてもらう事によって用法用量を守りながら薬を使用する事ができた。

行動中私自身が腹痛や歯痛と顔の腫れ等様々な事態に陥った。他のメンバーも腹痛や下痢、発熱、高度障害に悩まされたりしたが、姫野氏より安易な薬の使用を止めらたのでリーダーに確認をとって薬を渡すようにしていたが、メンバーの一人が薬の多用により体調を崩していたようである。

医療キットとしては体温計、ハサミ、とげぬき、カットバンやガーゼ等国内の登山で携行する物を持っていき、SPO2計を2台持って行き常にSPO2を計測し、高度障害を客観的に把握し安静にするなどして対応した。

登山開始前にSHOにて腹痛を起こし4日ほど安静にしていたが、体調が回復せず隣の村であるLhoの衛生環境が良いところで休んだところ体調が回復した。そして登頂後に顔がむくんだが、標高を下げて安静にしている2～3日で治った。標高が高い地域では体調が回復しづらいので、出来るだけ標高の低い所で体調を回復させるべきである。

6. 保険報告

松山 諒佑

海外登山における保険の現状として、まず言えることは、加入できる保険会社の数が減少している傾向にあり、また、加入できる保険会社であっても、金額等の見直しが行われ、加入額が高くなっている。2016年度の報告書、花谷さんからの情報、インターネットなどから情報収集を行った。

今回、候補に挙がった保険プランは下記の表の通りである。結果として、特例的にご提示いただいた損保ジャパン日本興亜社のS19プランに全員が加入した。申し込みをしたのは、3月上旬、全員が振り込みをしたのは3月中旬とギリギリになってしまったことが反省点。出発の前月は、ヒマラヤキャンプを含め色々忙しいので余裕を持って行う方がよい。

保険に加入するか否かという点については、加入を強く勧める。国内の保険と比べると、保険料が驚くほど高額だが、登山中のアクシデントだけではなく、食あたりなどの様々なリストが考えられるからだ。

また、今回キャラバンの時に破損した装備品に保険で補償を受けたいというメンバーがいた。保険係として、救助や傷病の手続きだけではなく、携行品保障についても手続きを頭に入れておく必要がある。

保険会社	山岳共済		T N P T O K I O	g l o b a l rescue	AWS	損保ジ ャパン S15	損保ジ ャパン S17	損保ジ ャパン S85	損保ジ ャパン S19
保険料 単位： 円	14,520	135,490	151,960	3～10万 円	€40～50+€400	88,280	70,730	60,670	55,620
救助者 費用	500	500*	1,000	500*	€25000	無制限	3,000	無制限	3,000
傷害治 療費		500*	1,000	* 輸送費 のみ	(¥ 135万)	無制限	3,000	無制限	3,000
携行品		* 救護＋ 治療費				50	50		50
個人賠 償責任	10,000	10,000	5,000			10,000	10,000		10,000

*単位：万円

7. 梱包・輸送報告

齊藤 大乘

過去2回の遠征によりカトマンズには相当なデポ品があったので、輸送計画に関してはそれほど考慮する事は無く、その為重量制限が緩い航空会社を使用するよう要請する必要もなかった。当初メンバーそれぞれが予約した航空会社の持ち込み個数と重量により荷物の割り振りを行った。その後調達の関係で遅れてきた荷物を花谷と齊藤で現地まで持ち込んだ。

今回日本からネパールに輸送中メンバーの一人がロストバゲットに遭遇してしまったがコスモトレック様のスタッフに対応してもらい無事荷物を受領する事ができた。

航空会社による機内預け荷物の個数重量は以下の通りである。

航空会社	受託手荷物数	重量
タイ航空	数量制限なし	40キロ
中国国際航空	2個	30キロ
キャセイパシフィック航空	1個	30キロ
中国南西航空	2個	23キロ
エアインディア	2個	23キロ

日本からカトマンズへの輸送リスト

スノーバー	5本
ナイフピトン	8本
アングル	6本
iceスクリュース16cm	2本
iceスクリュース13cm	1本
60cmスリング	1本
ダイニーマ180cmスリング	2本
捨て縄	10m1本
アバラコフフック（花谷）	1
ワイヤーゲートカラビナ	4枚
環付きカラビナ	4枚
スノーシュー	6
スコップ	1本
トレックライズ	2張
テントマット	1枚
予備ポール	2セット
予備ポール	1セット
ペグ	26本
ナンガシュラフUDD810	3
3人用シュラフ	2
SUMOワンセット	1
SUMO鍋（予備）	1
SOTO予備バーナー	1
衛星モデム	1台
衛星携帯（スラーヤ）	1台
Ipad	1台
無線機	3台
アクションカム	4台
裁縫セット	

アロンアルファ・セメダイン X	
90Lビニール袋	20枚
干し物用ロープ	50m
ガムテープ	1
ダクトテープ	1
防虫ムシューダー	
秤	1
フリーザーバッグ	
コーヒーセット	
LEDランタン	2個

経験は自分が今まで避けていた緻密な事をやらせてもらったので、今後の登山に活かす事ができる。

カトマンズに到着後3日間かけてデポ品、日本から持ち込み品をベースキャンプまでをパッキングしなおした。パッキング方法としてロバに輸送させベースキャンプまで展開しない荷物。ポーターに背負ってもらい各宿泊場所ごとで毎日展開する荷物。個人用の水筒やレインウェア、現金などの常に携行する荷物。そしてカトマンズにデポしておく荷物にわけた。ベースキャンプまで展開しない荷物に関してはなるべく一つのバックに重要な荷物を入れるのでは無く、万が一何らかの事故により荷物がロストしても登山には影響が出ないように分散して荷物をまとめた。

カトマンズからベースまでの輸送中、ロバが荷物を壁などに擦りながら移動しなければならない区間があった。そこを通ると麻の袋で保護をしていたとしてもザックなどにダメージを与えてしまっていた。しかしパタゴニアのブラックホールバッグや、カトマンズのタメルで購入した頑丈なバッグは目立った損傷も無くカトマンズとベースキャンプ往復の行程に耐えたので次回ザックの損傷が気になる人は試されたい。

今回道具係として道具の選定や梱包輸送計画を立てさせて頂いたが花谷さんを含めメンバーに迷惑をかけてしまった。しかし今回の

8. 会計報告

渡邊 愛理

【収入】

隊員個人の負担金：30万円×5名＝1,500,000円

協力企業収入：2,688,000円

収入合計：4,188,000円

【支出】

◆国内支出

国内準備費用（合宿費・装備購入費・食料品購入費など）：137,257円

通信費（通信機器レンタル・通信料）：155,808円

天気予報：108,000円

国内支出合計：401,065円

◆国外支出

カトマンズ滞在費（宿泊費）：158,400円（\$1,440）

カトマンズ滞在費（食費等）：118,736円（Rs.113,749）

エージェント支払い：886,710円（\$8,061）

（手数料、往路バス、登山費、国立公園入園、ネパール人スタッフ日当、装備レンタル、保険、輸送費等）

食料品等購入費：127,466円（Rs.122,112）

デポ用青樽：11,482円（Rs.11,000）

キャラバン費合計：1,013,229円

内訳：日本人メンバー滞在費：264,796円（Rs. 253,675）

ネパール人スタッフ滞在費：78,011円（Rs. 74,735）

ネパール人スタッフ雇用費・チップ：189,457円（Rs. 181,500）

ポーター費：234,097円（Rs. 224,265）

ロバ輸送費：208,246円（Rs. 199,500）

復路バス：38,622円（Rs.37,000）

雑費：14,542円（Rs.13,931）

国外支出合計：2,330,565円

◆花谷経費

カトマンズ渡航費：232,540円（\$2,114）

ネパールビザ（90日）：11,000円（\$100）

遭難対策費（労山年会費）：14,000円

花谷経費合計：257,540円

支出合計：2,989,170円

【収支】

収入合計：4,188,000円

支出合計：2,989,170円

1,198,830円

※残金は国内合宿費、報告会映像制作費の一部、2017年10月のカトマンズへの情報収集旅費として調整済み

※カトマンズまでの渡航費、ビザ代および保険費用は各自負担

※\$1＝ 110円 （2018年4月時点）、 1円＝Rs.0.958（換金時のレート）で計算

会計係の仕事としては、ネパールにいる間はお金のやり取りがあるたびに携帯にメモし、毎日寝る前に一日のまとめと現金が合っているか確認した。花谷さんは衛生面でお札はあまり触りたくないようで、私としても同意見であったが、そこはきちんと責任感を持ってやろうと言い聞かせてお札を数えていた。一気に130万円をネパールルピーに換金し、現金は数名で分担して持つようにしていた。会計の時に、ジップロックで大金を見せるのは躊躇われたため、個人の財布にある程度入れておいて、足りなくなったら補充するようにしていた。

滞在中のレートは1円＝Rs.0.954~0.964ぐらいで推移していたので、物価は低めと考えると大きな差異に感じる。

ポーターに関しては、Sho⇔カトマンズ間は一日あたり一人Rs.1600であるのに、BCへの荷揚げやBC移動のためにShoで雇ったポーターは一日あたり一人Rs.3000で約2倍であった。チベット語交じりだし、意見も強くてダワさんでも交渉ができなかったようだ。しかし、食事や宿泊の支払い時には、ダワさんがしっかりお店の人の計算や領収書を厳しい目つきでチェックしてくれていて、安心して支払いができた。現地語が話せること、現地の相場が分かる人がいることはとても安心できる。

サーキットの奥に行くにつれて物価は上がっていったが、キャラバン復路の最終日に泊まったアルガートバザールのホテルでは何でも約半分の値段になっていて、口バで物資を運ぶ場所とバスで運んでこれる場所の違いが物価にそのまま反映されているなど感じた。

まとめとして、国内での準備期間が半年になり合宿が減ったことや、ヒマラヤでの登山期間も短く通信費や天気予報の費用が抑えられたため、国内支出は前回の半分以下になっている。国外支出に関しても、花谷さんのデポのおかげで飛行機での輸送代や装備の購入が少なかったことなどで費用が抑えられている。キャラバン費用は前回と概ね同額であり、ルートの変更でBC移動のポーター費がかさばったと思ったが、予想した範囲内で収まった。

9. メンバーの感想

齊藤大乘（32）

装備、記録・写真（副）

今思うと、まるで夢のような体験でした。当初は僕の年齢が30代ということで、選考から外れていたのですが、選考外の電話を頂いて1週間ほどたったころ花谷さんに「一緒に来るか？」と電話を頂きました。数秒の内にこれから起こるであろう冒険にワクワクしつつ、「自分が選考から外れたのに誘ってくれた理由」も考えながら「一緒に行きたいです！」と返答させていただきました。

僕は道具係をさせてもらったのですが、用意が悪いので足をひっぱり、隊に迷惑を掛けました、減点法でヒマラヤキャンプを総括すると100点満点中60点ぐらいだと思いますが、加点法で考えると1万点ぐらい付けていいのではないのでしょうか？当初、自分たちが選んだ左ルートは花谷さんに引っ張ってもらっていましたが、右ルートに変更したことで、自分たちでメンバーと意見をぶつけながらルートを考え、道具の選定を行い、実行に移してピークを踏むことが出来たのです。自分たちにすべてをやらせて見守ってくれた花谷さんには感謝してもしきれません。

そして日本に帰ってきた当初は僕達が行った山に対し「行って来たなあ」という日本の山を登ってきたような思いだったのですが、時間がたつに連れ、あのメンバーであの未踏峰を登れた事に対して言葉にできない達成感、あのぶつかりながらもピークを目指した感動がふつふつと湧いてきました。

あの経験がゴールではなく最初の一步になるように、山梨県の山岳会のメンバーや一緒にヒマラヤに行ったメンバーと技術を磨き、ネパールに戻ろうと思います。

杉本龍郎（29）

食糧

【大きい山に挑戦したい】 【デカイことをやりたい】

僕はこの想いから第3回ヒマラヤキャンプに申し込みました。

僕にとって、初めてのヒマラヤ登山、初めての6000m峰、初めての公募隊、初めての極地法登山の登山となり、初めてづくしの登山となり、本当に勉強になりました。

自分の中での今回の遠征でのハイライトは、4/30～5/5に凝縮されていると思います。4/30は左ルート（1つ目のルート）からの撤退の決断、5/1はルートの撤収とBCへの撤退、5/2はBCにてレスト兼、右ルート（新しいルート）に向けての全隊員でのミーティング、5/3は新しいBCへの移動、5/4は装備準備とアタックに向けての最後のレスト、5/5は登頂へ向けた最後のアタック開始日であり、まさしく（激動）の6日間でした。

その中でも一番心に残っているのは、4/30に花谷さんからの言葉です。

左ルートの上部のルートを伸ばすのに失敗して、このままこのルートをこの人数で進んでいくのは厳しいのでは、という気持ちが隊全体に拡がっていた時に花谷さんからテント越しに言われた言葉でした。

『オレばっかりがラッセルしてルートを拓いているじゃねーか！どういことだツツロー！』

という言葉がすぐ隣のテントにいる花谷さんから飛んできました。

そう、言葉のとおりこの1つ目のルートで僕たち隊員は花谷さんに頼り切っていました。花谷さんから飛んできた声は言葉とは裏腹に少し笑いも混じっていたので、怒りや怒鳴りの類ではなかったものの僕はこのとき、猛烈に反省しました。

【大きい山に挑戦したい】 【デカイことをやりたい】 と初めに掲げておきながら、結局無意識のうちに心のどこかに、「連れてってもらえる」、「1人じゃないみんなもいるからどうにかなる」といったような甘えた気持ちがあったのでしょうか。

そのことに気づいたとき、悔しさと情けなさが入り混じったなんとも言えない気持ちになり、結局その場を凌ぐ返事しか出来なかったことを覚えてます。

そして、その後の全体ミーティングでルートを進め、登頂を狙う際にいろいろと選択肢はあったが、結局はあくまで全員での登頂を狙うということでルートそのものを変更し左ルートからは撤退することが全一致で決まりました。

翌5/1、全員でBCまで移動する際に僕と松山でルートの上部に置いたままにした装備を回収してから下山する「シンガリ」を務めたのですが、その日は凄く良い天気です。今まで明確に見えていなかった左ルートの上の様子が見え、「この状態だったらもしかしてルート攻略出来たかもしれない、、、」と一瞬思ったものの、もうチーム全員でルートを変更して新たに出直す、ということを決めたばかりなので、次は新たなルートで今回撤退したルートの分までしっかり頑張ろう、と自分の中で言い聞かせて悔しい気持ちを飲み込みました。

そして、翌日の5/2はBCでのレストと新しいルート攻略に向けた全員でのミーティングを行いました。今思えばこのミーティングが〔全員登頂〕という結果に繋がったのだと思います。

日程、食糧、装備について話し合ったのですが、このミーティングの前に僕から皆に伝えたことがあります。それは、「一度撤退して、隊として本来は失敗しているにも関わらず、運良く日程的に、また現地スタッフの協力、などさまざまなことのおかげで、もう一度パンカールヒマールに挑戦できる。一度死んだ命なのにもう一度トライ出来るのだから何も恐れず自分たちの力で思いっきり挑もう。」と

ということと「想像してほしい。せっかくチャンスをいもう一度頂けたのにも関わらず、力を出し切らずに途中で登頂を諦めて余力を残したまま、へらへらとバックキャラバンをするのと、バックキャラバンでは一滴の力も残っておらずへ口へ口だけど、今後のアタックで文字通り死力を尽くしてボロボロにならながらも登頂を掴み取り全員登頂という結果を残せるのとどちらが良いのかを。」ということでした。

あえてメンバーにこのような言葉を言ったのは、やはり僕が目から見ても寒い氷河の中から温かく快適なBCに戻ってきたことでメンバーに安堵感から来るヌルイ空気を感じたからです。

また、その言葉を発して共有することで自分の戒めという意味がありました。

このような言葉で始まったミーティングは終始良い緊張感に包まれた中で進められ、実りのあるものになりました。

5/3はは新BCへの移動、5/4は装備の準備とレストとなりましたが、5/3のミーティングからの緊張感を切らさずにかつ、各自それぞれに心身ともにレストをとり、良い流れで5/5のアタック開始に繋がれたと思います。

5/5～5/9の、アタック～登頂～新BCへの下山、での過程もそれぞれ本当に各自の役割を全うし本当によく頑張ったと思います。

しかし、僕は4/30～5/5までの過ごし方で、ここで緊張感を緩めずに準備を行い、かつしっかりと各自がレスト出来たことが成功に繋がったのだと思います。

右ルートは基本的には花谷さんには頼らずに最後まで自分たちだけでルートを切り拓いたことや、頂上アタックの前日5/7のミーティングで本当に全員で登頂するかどうかについて熱く話し合ったこと、登頂した5/8の下山時に僕が高山病の症状になりC1までの下山の際には花谷さんに付きっきりでロープを出して頂きながらへ口へ口の状態で下山したこと、、、など他にもいろいろと書いておきたいことはありますが、やはり自分のなかでのハイライ

トは上で述べましたように4/30～5/5に凝縮されていると思います。

ヒマラヤはいつか登りたいと考えていたもののなかなか個人で登りにいくのは難しく、キャラバン中のポーターの手配、ルートによって変わってくるパーミッションの取得、高所順応のタクティクスなどいろいろとハードルが高かったのです。また、自分自身の山行は少人数やもしくは単独のものが多く、5,6人のメンバーで役割分担を決め力を合わせて登るということもやっておきたいとも同時に考えておりました。そんなときに、突然目にした20代のメンバーを中心にしたヒマラヤキャンプは、自分にとっては持って来いのプロジェクトでした。

そして、結果としては「全員登頂」という結果を残すことが出来ました。

ただ、隊としては成功でも、個人的にはスッキリせず煮え切らない感覚が残っています。それは、本当に自分の力で登ったのか、ということです。

今回の遠征はあくまでヒマラヤキャンプという公募登山隊に参加したもので、自分の実力というよりもお膳立てされて登らせてもらったという感覚が自分の中に残っています。

公募登山隊というものはそういうものなのかもしれませんが、自分の中では未踏峰に初登頂したことを両手を挙げて素直に喜べない自分がいることも事実です。

帰国後、おめでとうと周りの方に言って頂いても「本当に自分は何かを成し遂げられたのか」という疑問があります。

冒頭にも書きましたが、ヒマラヤ登山、公募隊、6000m峰、極地法など初めてづくし遠征となりましたが、花谷さんの同行、指導の下、本当に勉強させて頂きました。

だからこそ、今回経験したこと、勉強したことを糧にして今後も登山を続け、そのうちもう一度ヒマラヤに挑むと言うことが、自分の使命かと感じております。それは、花谷さん

の考えるヒマラヤキャンプのミッションである[山岳文化の継承と発展]にも通じるように、花谷さんも参加した隊員に望んでいることでもあるかと思います。

暫くは日本をベースにして自分の登山を続けて実力をつけながら、今度は自分が心から納得のいくスタイルで、また計画、手配段階からイチから自分たちで準備をして、再度ヒマラヤを目指したいと思います。可能であれば次回も未踏峰に挑めればと思います。

この想いを忘れずに、精進し続けまた必ずヒマラヤにて自分自身の【デカイ山】と対峙したいと思います。

最後に、このような貴重な機会を与えて下さった花谷さん、物資のサポートなどをして下さったスポンサーの皆様、遠く離れたネパールにいる時もいつも温かく応援して下さった皆様、そして最後まで一緒に登ってくれたメンバーのみんなに感謝したいと思います。

渡邊愛理 (28)
会計、食糧 (副)

これを書いているのはネパールから帰ってきてから三か月ほど経っているが、ヒマラヤキャンプによって山をより好きになったわけでもないし、嫌いになったわけでもないと感じている。相変わらず山は好きである。

変わったことといえば、行く前は頭の90%は山のことでいっぱいだったが、今は気持ちが一段落していて山50%くらいで、ほかは仕事や私生活のことを考えている。鍛えないと毎週のように山に足を運んでいたのも、今はトレーニングという意識は薄れたものの毎週行きたいと思っている。

私は山の仕事で食べているわけではないので、趣味と仕事のバランスの大切さを今回のヒマラヤキャンプへの参加を通じて、より一層肌で感じた。お金がないと海外登山はできないが、お金があっても休みがなければ行けない。

今までは土日の登山で疲れて月曜がつらいとか、忙しいけど有休をとって三日間山に入りたいという程度の悩みであったが、長期登山となれば規模が違う。もっと海外の山に登ってみたいけど、お盆休みのような連休内で収まらない長期登山は行けずにいた。会社に交渉するか、辞めれば行けるだろうが、これまでのキャリアは絶たれるかもしれない。転職も不安。そこまでして、沢山の人が登ってる山に上げ膳据え膳でポーター やガイドを雇って行く価値があるのだろうか。だからといって個人で行くようなコミュニティにも入っていないしと悶々としていた。

そんな中、三回目のヒマラヤキャンプの応募が始まり、その一ヶ月くらい前に足首の骨折と靱帯を切って手術してまともに歩けない状態なのに応募していた。来年はヒマラヤキャンプがないかもしれないし、未踏峰にただのガイド登山ではなく自分たちの力で登ることが魅力的で、今行かなくてはもう行けなくなるかもしれないという思いで応募した。怪我が治らず足を引っ張るかもしれないのに、

メンバーに選んでくれた花谷さんには本当に感謝しています。それからは、土日は毎週のようにリハビリとトレーニングのために山に向かった。

会社の休みに関しては周囲にも迷惑をかけたが、結果的に有休で参加できた。ヒマラヤキャンプから帰ってきてからの今の上司には、また有休ために行きなよとまで言ってもらえた。アウトドアとは関係ない企業ではありえないと思う。海外登山や冬山に行く奴と知られば少々の無理も大丈夫だと思われ、先進的なことをやる海外行脚するような仕事になった。ヒマラヤの効果というか代償は予想以上に大きかった。大変楽しみである。

何か決心が必要な物事には、否定する人もいれば応援してくれる人もいる。それを受け止める心を学べたと思う。

行くまでも色々あったのだが、本当に行って良かった。花谷さんやメンバーと一緒に考えて登れたこと、みんなの力でいろんなことがスムーズに進んだし、このような機会を与えてくれたのは本当に感謝です。唯一の後悔は、また体調を崩すのが怖くてどこかセーブしていて、アタック時に偵察隊で行きたいと言えなかったことだ。下りてきてみると、高所に弱かったわけでもないし、先発で偵察に行けたのではないかと歩荷隊として歩ける体力があるなら大丈夫だったのではないかと、頑張った最後のほう体調が悪くなってしまったメンバーを見て、積極的に行けなかった自分が嫌になった。

そんなこんなで自分の弱い面も沢山見れたが、準備や登山を通して大切な経験ができた。カトマンズの砂埃舞う街中をもう嫌と思うほど歩けたこと、お腹は人より丈夫と思っていたのに盛大に壊したこと、お腹が痛すぎて泣いたこと、雨のキャラバンで足が滑って口バの糞まみれの水たまりに両手から転んだこと、みんなで真剣に議論できたこと、ヘリなどではなく長いキャラバンを通して現地の人や手

つかずの景色に触れ合えたこと、芝生のBCで牛のうんちの投げ合いや音楽を聴いたりみんなで穏やかな時間を過ごせたこと、全員で無事登頂できたこと。ここでしかできない体験が、自分の生き方を改めて考える機会になりました。また機会を見計らって、本当の山か仕事の山か人生の山か分からないけど、大きな山に登りたいです。

最後になりましたが、花谷さん、大乘さん、タツさん、リッキー、まっつん、応援やサポートしてくださった皆様ありがとうございました。

力令旺（23）

記録・写真、装備（副）、会計（副）

この文章を書くにあたって、ネパールにいた間ずっと書いていた手記を取り出してみた。帰国後は1度も見ることはなかったが、終わってから3ヶ月、改めて見返してみるとほんとに内容の濃い2ヶ月間であったなと強く感じた。

実は登頂した瞬間の記憶は少し曖昧だ。前日までは、常に元気でピンピンしていたが、当日だけは若干の高山病にかかっている、ふらふら登ったからだ。朝ごはんも喉を通らないし、靴を履くのも体がとてつもなく重かった気がする。しかし、よく覚えているのは今まで見たことのない深い青い色をした空と、みんなの喜んでいる顔だった。登頂当日の手記には、下のようなことが書かれていた。

「稜線の悪いポイントを抜けると頂上がすぐそこに迫っていた。体の動きは相変わらず悪かったが、気持ちは高ぶっていた。今歩いている場所は、人類がまだ誰も歩いたことのない場所。一歩先は常に明るく開けていた。頂上についた瞬間ヘトヘトで座り込んだ。みんなとても嬉しそうだった。みんな思い思いに写真を取り、喜びあい、かなりぶつかったメンバーだったけど、最後はまとまれたことが嬉しかった。ここから下山。まだ半分ある。しかし、C3に着いて更に降りることが決まっていたのに、達郎さんが歩けなくなっていた。皆で装備を分けたりしてなんとか降りたが、天気もかなり悪くなっていてギリギリだった。しかし、4400mまで降りておけばあとはなんとかなる。長い1日だった。」

何てこと無い内容だが、これだけでも行ってよかったと思える事が、たくさん書かれていた。

ヒマラヤキャンプに応募した動機で、一番大きかったものは仲間が欲しかったからだ。これまで私は、社会人山岳会に所属しており、その方々と登ってきた。しかしそうなるとうとうどうしても、年齢が一回りも二回りも上

の方々と登ることになる。もちろん学ぶことは大きいですが、やはり同年代の仲間と登り、切磋琢磨したいという思いもあった。海外登山は過去に一度スイスのマッターホルンを経験していたが、そのときも現地のガイドと登った。同じ景色を見ることに変わりはないが、やはり同じ目標を共有する仲間と登ることは格別だろうと思いを馳せていた。そんなときにヒマラヤキャンプの募集があった。その時私は、また別の方たちとデナリに行く計画があった。私はもちろんそちらに行くつもりでいたのだが、その仲間から、「ヒマラヤの未踏峰に花谷さんや同年代の人たちと行けるチャンスなんてそうはない。デナリはいつでも行けるからとにかく行ってこい」と送り出してもらった。そんな言葉で送り出してもらったが、応募にあたって迷ったことはもう一つあった。当時私は大学4年であり、翌年には社会人になる年だった。ヒマラヤ遠征は4月から5月。大学の同い年の仲間たちはみんな就職して、社会人1年目として頑張っているだろう。自分だけ違う道を選んでしまっているのだろうか。当時の私にはそれは、周りの皆からの「出遅れ」に見えてしまっていた。遠征を終えた今でこそ、「周りの皆の経験に負けない経験をしてきた」と自信を持って言えるが、当時は必死に迷う要素の一つであった。しかし結果的に、同じ大きな目標をもった仲間との半年間の準備と、2ヶ月間のその実践はかけがえない時間で、今後の人生の糧になったと自信を持って言える。

こんなチャンスをくれた花谷さんや、サポートしてくださった企業、関係者の皆様、応援してくださった皆様には感謝をしてもしきれないくらいの思いでいる。また、自分のできることと出来ないことがはっきりと出た遠征であり、その弱い部分を受け止めて、一緒に旅してくれた仲間たちにも本当に感謝している。今後の方向性はメンバーそれぞれ違うが、いつかまた交わうことがあればと思う。この度の遠征に関わってくださったすべての皆様、本当にありがとうございました。

松山諒佑 (21)

保険、渉外 (副)

僕は高校の登山部に所属していたころから、ヒマラヤのような海外の山に登りたいと思っていました。しかしながら、所属している部の活動内容からして、海外登山をすることは難しく、一度その目標を諦めていました。そんな中、ヒマラヤキャンプという企画を知り、今回かけがえのない経験をすることができました。こうした経験をさせてきました、花谷隊長をはじめ、ご支援を賜りました方々に大変感謝申し上げます。また、僕を支えてくださり、共に山頂に立つことができたメンバーの方々。ありがとうございました。強くなったらまた一緒に登山をしてください。

登山中は、真っ白な氷河や今まで見たことないくらい濃い青色に染まった空、6000m～8000m級の高峰といった美しすぎる光景に常に感動の連続だった。ただその反面、標高が上がるごとに高所の影響を受けてしまった。足が重く、一歩足を進めるごとに息が切れ、立ち止まってしまうことも多々あった。セラック帯や落石・雪崩のリスクの高く、スピーディーな行動が求められる状況でも、全くペースが上がらず、ロープで繋がれた他のメンバーを危険にさらしてしまうこともあった。こうしたことから、僕は次第に、登頂したいという気持ちよりも、諦めの気持ちが勝るようになってしまった。登頂を翌日に控えた最終キャンプのミーティングで実際にその旨を伝えた。この時のチームの雰囲気や僕の葛藤をなんと表現していいかわからない。結果的に、メンバーは、こんな僕の弱い心の背中を押してくださり、僕はサミットプッシュに参加することを決めた。

振り返ると、僕は最終キャンプまで、すごくずるい気持ちで登っていたと思う。登頂したいけど、死にたくない、苦しいのはしんどい。僕がルートの途中で諦めた時、ロープで繋がれた仲間も同時に登頂できなくなってしまい迷惑がかかるとずっと思っていたが、それは

諦めようとしている自分を正当化する言い訳で、登頂に対する覚悟が不足していただけなのだと思う。

サミットプッシュ当日は、僕と花谷さんのパーティーと他のメンバーのパーティーという僕に配慮して頂いたパーティー分けだった。朝の段階の僕の気持ちは、正直、登ることを決めたものの、不安の方が大きかった。歩き始めると、前夜に飲んだダイアモックス（高山病の薬）のお陰か、前日までと異なり、悔しいほどスムーズに歩くことができた。山頂にたどり着いた時は、いつもの自分の登山のように山頂からの景色の美しさを堪能するよりもではなく、登頂できたことと、こんな自分を支えてくれたメンバーへの感謝でいっぱいだった。泣いてしまった（脱水で涙は出なかったが）。次第にマナスル、ヒマールチュリ、ガネッシュなど山頂からの壮大で美しい風景が飛び込んできた。この光景を目にした時か、下り始めてからか、詳しくは覚えていないが、もう一度今回のような高所登山にチャレンジしたいと思った。

仮に、キャンプに残る決断をしていたならば、苦しい高所登山なんか二度とやらないと思ったであろう。苦しさを含めて美しい高山の頂に立ちたいと思うのは登頂あつてのことであり、一度諦めた僕を山頂まで導いてくれたメンバーには本当に感謝の気持ちでいっぱいである。

この登山で僕は本当に多くのことを学ぶことができた。遠征を組み立てていくノウハウや、現地では効率的な水づくりを始めとした生活技術など、今後の自分の登山にとって本当にためになる技術・知識を学ぶことができた。その中で、僕が最も学んだことは、自身のメンタルの弱さである。高山病を始め、僕は今回の登山で、不安要素に対して多くの弱音を吐いてしまった。高山の影響が出たのは僕だけだったにしても、未踏峰登頂という不確定要素が多い中でメンバーはそれぞれ何かしらの不安を抱えていただろう。しかし、誰も弱音をはいていなかった。僕は、ヒマラヤキャンプで最年少ということで、技術的な差を気

にしていたが、一番大きな差はメンタルの強さであったことに気づいた。今後、僕自身がテクニカルな登山をしていくとすれば、困難や不安な状況に直面することも多いだろう。そうした困難や不安に向き合い、乗り越えることを経て、強い心を育てていきたい。また、僕の所属しているワンダーフォーゲル部の後輩たちにも、今回学んだことを伝達し、チームとしても強いものにしていきたい。

行動概要

4/10 KTM集合
4/11～13 登山手続きおよび準備
4/14 KTM～Soti Khola
4/15 Soti Khola～Machha Khola
4/16 Machha Khola～Yaru Khola
4/17 Yaru Khola～Chisopani
4/18 Chisopani～Bihi Phedi
4/19 Bihi Phedi～Namrung
4/20 Namrung～Sho
4/21 Sho～BCまでのルート偵察
4/22 Sho～BC 4100m（齊藤、松山はShoでStay）
4/23 BC～氷河取り付き4300mまで偵察
4/24 BC～氷河取り付きまで荷揚げ
4/25 BC～4500mまで偵察（齊藤、松山BC入り）
4/26 BCにてStay プジャを行う
4/27 BC～4600mまで偵察
4/28 BCにてStay
4/29 BC～4800mまで偵察～C1 4600mにて宿泊
4/30 C1～5050mまで偵察～C1
5/1 C1～BC
5/2 BCにてStay
5/3 BC～新BC 2800m
5/4 新BCにてStay
5/5 新BC～C1 4440m 4650mまで偵察
5/6 C1～C2 5222m 5300mまで偵察
5/7 C2～C3 5500m 6100mまで偵察
5/8 C3～Peak 6264m～C1
5/9 C1～新BC
5/10 新BCにてStay
5/11 新BCにてStay
5/12 新BC～Bihi Phedi
5/13 Bihi Phedi～Salleri
5/14 Salleri～Machha Khola
5/15 Machha Khola～Arughat Bazar
5/16 Arughat Bazar～KTM
5/17～19 片付け
5/20 KTM解散