

松本深志高校山岳部創部90年

ネパールヒマラヤ・ランタン谷
ヤラピーク・サウス登頂トレッキング報告

米倉逸生（19回）



ガンチェンポ（6,387m）の夕景 キャンジン・ゴンパから

◆ 期間 2008年11月15日～12月3日

◆ 参加メンバー

企画・総括 米倉逸生（19回）、 渉外・会計 穂苺康治（20回）、 登攀・記録 植松晃岳（24回）
西村清亮（16回）、青木 博（16回）、久保田元久（19回）、穂苺大輔（56回）、坂本龍司（特別参加）

◆ スタッフ

添乗員 石川一郎 ヒマラヤ観光開発（株）・日大山岳部OB
シェルパ ラクパ（サーダー）、ガネシュ、ダワ・サンゲ
キッチン カンチャカジ（コック）、ほかキッチンボーイ 3名
ポーター ニケ（ポーター頭）ほか 16名
現地ガイド（カトマンドゥ） ラジェンドラ・シュレスタ（トランスヒマラヤツアー）

◆記録 (文中の敬称略)

11月14日(金)

松本から米倉、西村、植松、坂本、東京で穂苺親子、大阪から青木の7名が成田のホテルへ集合。早速成田駅前に繰り出して前夜祭を挙行了した。旅の安全を願って乾杯する。酒が進むうち「ところで、いつまで酒は飲めるだや？」と心配する声。「酒は高山病にいけねでね」、先輩に気遣いしても言うべきことは言わねばならない。「いちおうランタン(標高3,330m)まで行ってことにしとくかね…」と決める。私の経験からすれば、登る時の酒は、あまり気にしなくてもいいと思っている。むしろ、下りの方が気がつけた方がいい。

この夜は明日からのこともあって早めに切り上げる。余った二本目の焼酎は坂本がネパールまで抱いていくことになった。

11月15日(土)

8:45 成田空港集合。久保田とヒマラヤ観光(以下ヒマ観)の石川が合流し全員が揃う。石川はヒマ観の宮原巖社長の日大山岳部の後輩で、マカルーの頂上直下8,400mまで達したエキスパートだ。穂苺(大輔)の参加で総勢8名となり、急遽同行することになったものだ。お陰でこちらの精神的負担は一気に軽くなった。

タイ国際航空TG641便でバンコクに向う。現地時間15:45、バンコク・ワンナプーム国際空港着。バンコク泊り。全員でタイスキの夕食。その後、密かに夜の巷に繰り出す者もいた。バンコクの夜は楽しいからね。わずか一晩だが、タイの通貨バーツに若干両替した。余りは、帰りにトム・ヤム・クンのレトルトパックでも買っていけばいいか、と思っていたが、まさか、この空港に戻って来れなくなるとは、この時まったく想像もできなかった。

11月17日(日) バンコク ~ カトマンドゥ

10:35、バンコク発。いよいよネパールへ。飛行機の窓から、白く輝くヒマラヤの峰々が眺められる。カトマンドゥ到着後、エベレストホテルにチェックイン。このホテル、いちおう《五つ星》だが、建物も設備も相当古い。…ネパールっていやあ、こんなもんせ…と私は思うが、某氏(特に名を秘す)から、このホテルの悪評をさんざん聞かされる羽目になった。

ホテル近くの通りを歩いてみる。噂通りの喧騒と埃っぽさ。信号はほとんどなく、あってもあまりあてにはならない。洪水のような車やバイクの流れを肝を冷やしながらか断する。

トレッキング用の荷物を整理し、それぞれのダッフルバッグに詰め替える。残りはホテルに置いていく。

11月18日(月) 快晴 カトマンドゥ ~ シャブルベンシ

7:00 いよいよランタンに向かう。暴走族のようなけたたましいクラクションを鳴らしながらカトマンドゥの街を抜け、山道に入る。道はいちおう舗装されてはいるが、デコボコで、おまけに車のサスが強く、揺れは激しい。



トリスリバザール



谷の奥にランタン・リルン(7,225m)の白い頂が望める。

8 ; 20 ヒマラヤの展望台・カカニの丘に登り着く。ここはカトマンドゥ盆地の北の縁にあたる。真っ先に目に飛び込んできたのはマナスル山群のヒマルチュリ (7,893m・1960年慶應隊が初登頂)だ。そして、その東にガネッシュ・ヒマール。更に目指すランタン山群へと続いている。カカニの丘を越え、ジグザグを縫って反対側の谷に下る。のどかな田園の中を進み、トリスリバザールへ。ここからは舗装の切れた道を尾根伝いに登っていく。カリハッサンという小さな村のバッチィ(茶店)で昼食。スタッフが積み込んだ昼食はタメルの日本料理レストラン「ふる里」の弁当だった。日本を出て、まだ3日目だがジャポニカのしまったご飯が妙に嬉しい。

道は尾根をへつるように高度を上げていく。トリスリ川の深い谷には遥かに段々畑が続き圧巻だ。対岸奥にはガネッシュヒマール、チベット・レンジの山々。そして、幾つかの山の鼻を曲がると、目指すランタン谷の盟主ランタン・リルン (7,225m) が眺められるようになる。それにしても凄い道だ。

ヒンドゥー教の聖地ゴザインクンドへの道を分けるダウンチェは大きな村だ。何年か前までは車の入れる道はここまでだった。古いガイドブックによれば、ここから尾根を越えてシャブルに出る…とある。今はダウンチェからトリスリ川の谷底にあるシャブルベンシまで真っ逆さまに下る。途中、一瞬ランタン・リルンの白い峰がとんでもない高みに見えた。5,000mを悠に超えるとてつもない標高差だ。

16 ; 00 谷間の村、シャブルベンシに到着。所要時間9時間。予定より3時間遅れだ。しかし、どうみても6時間で来れる道ではない。みんな流石に「車はサンザだ」といった表情をしている。ロッジ泊まり。ここで、トレッキングスタッフと合流する。シェルパ3名、キッチンスタッフ4名、ポーター17名、合計33名の大部隊となる。標高は1,460m、まだ安心して酒が飲める。

11月18日(火) 快晴 シャブルベンシ ~ ラマホテル

朝、ロッジの前は慌しい。ポーター達は、割り振られた荷物を器用にロープで括ったり、ドッコと呼ばれる竹籠に入れて、額に背負い紐をあてがって担ぐ。足元はボロボロのスニーカーや、サンダル履き。さすがにもう裸足はいない。最後にスタートするのは、キッチンスタッフだ。我々の朝食の片付けまでするのだから遅くなる。しかし、彼らは昼食の予定地に先回りし、昼飯の用意をしなければならない。だから、とても忙しいのだ。せっかちなオジサン達(我々のこと)はどうしても先を急ぎたがる。彼らが盛んに「ビスターリ、ビスターリ」(ゆっくり、ゆっくり)と言うのは、もちろん高山病予防のためだが、急いで来られると困る理由もあるのだ。

7 ; 45 本隊出発。トリスリ川の上流ポーテ・コシに架かる吊り橋を渡り、ランタン谷に入る。石畳の続く古いシャブルベンシの村には風情がある。ランタン・コーラを渡り、左岸沿いに山道を辿る。けっこうアップダウンがキツイ。一生懸命登っては落胆しながら谷底まで下る。ランドスライドのバッチィで一休み。温泉があるらしい。谷は木々の緑に覆われ、まるで日本の山を歩いているようだ。川原の中のバンブーロッジでキッチンスタッフが昼食を用意して待っている。まずはスープ代わりにラーメンから。続いて、サンドウィッチやパンケーキ、チャパティ、チベット風揚げパンなどが日替わりで登場する。一時間半ほどたっぷり昼休みをとる。その理由は、先に述べた通りだ。バンブーロッジから暫く歩くと対岸の岩壁に大きな蜂の巣が垂れ下がっているのが見える。やがて右岸に渡り返し、今度は登り甲斐のある(下りのない)登りが続く。ふと頭上の枝が揺れ、甲高い獣の鳴き声が響く。白いサル、ハヌマン・ラングールだ。毛は白いがやっぱり顔は赤い。



シャブルベンシからいよいよトレッキング開始。



ラマホテルのロッジ(食堂)



ポーターは、ロープ一本で器用に荷物を括りつける。

16:00 ラマホテル着。「タシデレ…」 挨拶が聞き覚えのあるチベット語になった。「ナマステ」と同じ

意味だ。ランタン谷に住む人の多くはタマン族である。中でもチベット仏教の影響を受ける人達をラマ・タマンと呼ぶ。

ラマホテルの標高は2,470m。さすがに夕方は寒い。こんな時はストーブの周りでいっぱい飲むに限る。ネパールの地酒・ロキシーは、酒屋などでは売られていない。ロッジなどで分けてもらう。このロキシーという名前の響きがにいい。50年前のマナスル遠征隊の記録には、確か「麓酒」と云う当て字を使っていたが、僕としてはカタカナで「ロキシー」って言うのがいい。ロキシーミュージックってあったよね。何となくカントリー&ロックの雰囲気ではないか。ここでちょっと断っておく。大分時間が経ってしまったので、トレッキング中、どこでどんな酒を飲んだか実はよく覚えていない。確かメコンウィスキーってのも飲んだし、坂本が成田の居酒屋から持ってきた一刻者(いつもん)もどこかで飲んだ筈だが、ほとんど記憶にない。

夜、谷あいの狭い空に、はみ出すほどの無数の星が瞬いていた。トイレに起きるのは寒くてつらいが、思わず見とれてしまう。

11月19日(水) 快晴 ラマホテル～ランタン

7:45 出発。暫くは樹林の中を辿る。やがて氷河地形の大きなU字谷となる。視界が一気に開けて、谷全体が見渡せるようになる。ゴラタペラで昼食。やはり到着が早かったようだ。ヒマラヤトレッキングでは、マイペースで歩くことが原則だ。しかし、みんな一糸乱れぬ一列縦隊。完璧な山岳部スタイルである。

各国のトレッカーが三々五々、この気持の良い広場で休んでいる。隣はスパニッシュのようだ。ここで特筆すべきはトイレだった。ひとつだけではあったが、なんと！便座型洋式トイレがあった。ほとんどは、チャイニーズスタイルというか、キンカクシの無いしゃがむタイプなのである。ここで、トレッキングでのトイレ事情を書いておく。キャンプでのトイレは別として、ロッジやバッチィのトイレは基本的には水で流すようになっている。バケツに貯めた水を手桶で汲んで流す。使用した紙は所定の缶などに入れる(後で焼却)。現地スタイルは、手(必ず左手で…)で拭いてバケツの水で洗いながら流すのである。食事や握手は絶対右手。間違えると大変だ。

谷の奥に見えていたランタン村まではコンターラインに沿った緩やかな道を行く。やがて有名な三連の水車のマニ車がある村の入口に着いた。

16:15。夕方の光が、冴え渡る空気に濃い陰影を作っている。村のゴンパ(僧院)の前で踊りに興じる女達の楽しそうな歌声が谷間に響き渡る。何という穏やかで、鮮やかな空気だ。その光景に立ち止まったまま声も出ない。1949年、この谷を訪れた英国の登山家ティルマンが「世界で最も美しい谷…」と言ったその場所に僕は居る。

ゴラタペラから谷はU字状に開ける。

ランタン谷に夕方の濃密な光と影が差し込む。





……ランタン村にて……

(左上) 村を見下ろすようにランタンⅡ峰(6,571m)が聳える

(右上) 村の子供達

(下) 踊りに興じる村人の声が谷に響き渡る。



11月20日(木) 快晴 ランタン～キャンジン・ゴンパ



ランタン谷の広い川原を行く。

ランタン谷の広い川原を行く。リルンはその陰に見え隠れしている。その岩の壁が途切れ、リルン氷河から流れ落ちる荒れた沢を渡って、モレーン状の丘に登ると、ロッジの立ち並ぶキャンジン・ゴンパに到着する。丘の上からはリルン氷河の全貌が見渡せる。そして、リルン氷河左岸には三本槍のようなキムジュン(6,745m)が聳えている。

12:00 宿はとっつけのヤラピークホテルというロッジだ。入口の階段でキッチンボーイがホットレモネードを作って待っていた。キャンジン・ゴンパ(標高3,730m)は、ここにあるチベット仏教の僧院が、そのまま地名として使われているものだ。建物のほとんどはロッジである。我々のロッジの隣には、スイスからの技術援助を受けたというチーズ工場がある。昼食を済ませると、みんな早速シュラフやインナーをロッジのベランダに広げる。気持ち良くて昼寝でもしたいところだが、呼吸が浅くなり高山病の危険が増すと言われる。荷持の整理をしたり、その辺を散歩したり、思い思いに過ごす。

キャンジンゴンパのロッジ前で。後方ポンゲンドブク(5,930m)

8:20 ランタン発。ランタン村は、この谷で人の暮らす最大最奥の村である。ランとは牛(ヤク)、タンは険しい谷を意味している。むかしチベットの僧がヤクを追ってこの谷に辿り着いたことからランタンと名付けられたという。牛に引かれてランタン参り、って訳だ。村外れのチオルテン(仏塔)から延々と続くメンダン(マニ石の壁)に添って歩く。メンダンもチオルテンも左側通行である。チベット仏教ではすべてが時計まわり。マニ車も時計廻りに回す。

進むにつれて周囲の山の様相が明らかになる。谷の奥には、秀麗なガンチェンポ(6,387m)の白いピラミッドが、そして左岸(南側)にポンゲンドブク(5,930m)、ナヤカンガ(5,846m)が連なっている。谷の右岸(北側)は、圧倒的な岩壁が頭上高く聳えていて、ランタン・

左、ランタン・リルン、右はキムシュン。



11月21日(金) 快晴 キャンジン・ゴンパ滞在(高所順応)

休養日だが、高所順応のため、目の前に聳えるタルチョ・ピーク(4,200m)に登ることにした。

8:30 正面の草付の道、或いは裏側の沢沿いの道など、思い思いに自分のペースで登る。米倉、穂苺親子、青木は、タルチョピークから続く尾根の頭に登り、タルチョ・ピークの岩山に先行していた植松と坂本に手招きしたが、こっちへ来る様子はない。仕方がないので、我々が行くことにする。ここから見ると正面のヤンサ・ツェンジ(6,543m)の存在感が圧倒的だ。その頂の右奥にサルバチュム(6,918m)と思いき白い峰が覗いている。10:30 マイペースで登ってきた西村、久保田も頂上で合流し、記念写真を撮る。下山もそれぞれにマイペースで下り、ロッジ着12:00前後。

夕方、放牧場のはずれの斜面を利用して、フィックスロープの扱いの練習、用具の点検を行う。夜、ここからは禁酒の申し合わせだったが、どうやらその掟を破って酒を飲んだ者がいねようだ。

タルチョピーク北側の尾根よりヤンサ・ツェンジ (6,543m)



タルチョピーク山頂 後方はランタン・リルン



11月22日(土) 快晴 キャンジン・ゴンパ～ヤラ・カルカ

朝、西村が起きてこないとの連絡を受け、慌てて部屋に行ってみると、目は開けているが呼びかけに応答がない。すぐに石川とラクパを呼び酸素吸入を始める。この時点でCPO2は60を切っていた。酸素を吸って意識は戻ったが危険な状態と判断した。ヘリでカトマンズへ下す決定をする。前日からCPO2が60代に低下していて心配だったが、その日4,200mまで登っているし、夜も元気だったので安心してた。西村はここでリタイア。残りはとりあえず出発の用意をする。

9:20 出発。西村を迎えに来たヘリに皆で手を振る。西村は10時にヘリでカトマンドウの病院へ。

キャンジン・ゴンパから暫くは、右手下に凍ったランタン・コーラを見下ろしながら進む。ツェルゴ・リの西面から落ちる沢を飛び石伝いに渡る。石に氷が張りついていて注意が必要だ。ポーターの一人が流に足をとられ騒いでいる。ツェルゴ・リ南面の山腹を大きくトラバースしながら、少しずつ高度を上げていく。幾つもの小尾根を回り込む度に、ランタン谷奥の山々が見えてくる。氷雪の山とランタン谷の大空間を背景にスカイラインに浮かびあがるポーターやメンバーの姿が鮮やかで感動的だ。

ティキャブサ・カルカで昼食。当初、ランタン・カルカと言っていたが、実はここがキャンプ予定地のティキャブサ・カルカだった。カルカとは、放牧小屋のこと。カルカ跡の石積みの壁が風を遮り、さんさんと降り注ぐ太陽が暖かい。紺碧の空にはランタンの山々が浮かんでいる。今日の昼食は、うどん。なんて素晴らしいんだ。

昼食後、沢状のガラ場を詰め、草付の尾根を登る。やがて幾つかのカルカが階段状に現れた。そこがヤラ・カルカだった。16:00 ヤラ・カルカ着。結果的には二日の予定を一日で登ってきたことになる。ここからは、目指すヤラピークの頂稜部分が見える。今日からはテント暮らしだ。個別の暖房がないので寒い。

18:00 衛星携帯でカトマンドウと交信。西村は病院に入院し、まだ酸素吸入が続いているとのこと。下せばすぐに回復すると思っていたが、心配だ。やはり、肺水腫とのこと。

なだらかな登りが続く。前方はガンチェンポ。



ポーターの中には女性もいる。





ランタン谷の大空間を感じながら青空に向かってこ登る。右はポンゲンドブク（5,930m）

11月23日（日） 快晴 ヤラ・カルカ ～ ヤラピークBC

朝はマイナス10度位まで冷え込む。なかなかシュラフから出られない。キッチンボーイがモーニングティーを運んでくる。シュラフの中から手を伸ばして受け取る。彼らはその後、洗面器にお湯を入れて各テントを回る。

9:20 出発。広い尾根状の斜面を登っていくと、すぐに見晴らしのよい丘の上に出た。一帯は広々とした草原が高原状に広がっている。正面には、圧倒的なヤンサ・ツェンジ。左にはランタン・リルン、そしてキムジュンの三本槍が頭を覗かせている。

目指すヤラピーク・サウス（5,520m） ヤラ・カルカから

ヤンサ・ツェンジから南に伸びる尾根の最後のピークがヤラピーク。正直なところ他のピークに較べれば見劣りするが、それでも西面に舌のような形の氷河を懸けている。丘の下には、黄色や青のテントが張られ、ベースキャンプの設営が始められている。丘の上があまりに素晴らしいので、暫くは自由に周辺を歩きまわるほこととした。しかし、BCに下っても、周囲の景観の素晴らしさは変らなかった。標高4,760m。

昼食後思い思いに時間を過ごす。夕方、ヤンサ・ツェンジが真赤に燃える。西村は病院を退院。「しっかり登ってこいや」と元気な声が電話口から返ってきた。なにより一安心だ。





ヤラピーク ベースキャンプ



頂上アタック



山頂からの展望。左からサルパチュム、モリモトピーク、ペンタンカルボ・リ、ランシサ・リ、そしてドルジェ・ラクパ

や11月24日（月） 快晴 頂上アタック

4；00 ヘッドランプを点けて勇躍出発。草付の道から、不安定なガラ場、滑り易い急なザレ。やがて、徐々に空が白み始める。所々に現れる岩場をへつったりしながら登る。すっかり明るくなり、ヤラ氷河上部の取り付きに達する。氷河の上に出るためには、盛り上がった氷河の側面の急な雪壁を登らなければならない。アイゼンを履き、ハーネスを着ける。シェルパのガネッシュとダワ・サンゲは昨日のうちに、ここに約100mのフィックス（固定）ロープを敷設していた。今日も彼らが先行し、我々が続く。フィックスロープにユマールをセット

し雪壁を登る。斜度約45度。氷河上に出ると次第に傾斜は緩やかになる。そのまま、氷河を詰めると、頂上稜線の直下に達する。本来ならここも雪壁のはずだが、今年は雪が少なく、岩とザレが剥き出しになっている。ガネッシュが先行、ポロボロと小石を落としながら登っていく。ガリー状のザレを登り、岩場を左に巻き込むようにして頂上の西側のギャップに出る。ここにもフィックスを張る。頂稜は岩が不安定に積み重なっていて、目と鼻の先の頂上までは極めて危険な状態だった。無理することはない。ここはもう十分に頂上と言える場所だ。記録を見れば、頂上までは細い雪稜が続いている…とあるが、今年は一片の雪もない。頂稜は狭く、全員が一箇所に固まることが出来ない。二つに分かれて記念撮影。ダワ・サンゲの持ってきた五色のタルチョーを岩に結ぶ。頂稜からは、サルバチュム氷河やランタン氷河を囲む山々が見渡せる。さらに、ランシサ氷河の奥には、ジュガールの名峰ドルジェ・ラクパ（6,966m）が厳つい山容を見せていた。下降はほとんど懸垂下降のような状態だが、フィックスの支点は岩の隙間に挟まった不安定な岩で、グラグラと動く。ガネッシュは不敵な笑みを浮かべ「ノープロブレム」と言うが気が気ではない。氷河上に降り、ホッとしたところで全員で記念撮影。そして再びフィックスを慎重に辿って氷河の取り付に戻った。後はそれぞれのペースで気を抜かないように下るだけだ。15:00 ベースキャンプ帰着。

ベースキャンプ撤収…下山



(左上) BC撤収。全員で記念撮影。
(右上) ランタンの山々を眺めながら
(左下) ヤクが草を食む、谷間へ。
(右下) 振り返ればランシサ・リ（6,427m）

11月25日（火）快晴のち霧 ベースキャンプ ～ キャカジン・ゴンパ

ベースキャンプを撤収して、ポーターも含め全員で記念写真を撮る。食堂テントも撤収したので、今朝の朝食は野天だ。皆、疲れているだろうが、無事登頂した安堵感で表情は明るく和やかだ。

9:10、ベースキャンプをあとにする。再びこの地を訪れることはあるのだろうか…。凍った沢沿いの道を、

振り返り振り返り下る。ティキャブサ・カルカで昼食。大好評だった「うどん」だが、うどんの時はお代わりがないのはどうしてだろう。ツェルゴ・リの山裾をなだらかに巻いて下る道は気持ちが良い。かつてティルマンはこの谷を《世界で最も美しい谷のひとつ》と絶賛したと云う。ランタン谷の大空間を、いつも傍らに感じながら、その周囲に聳え立つ山々を眺めて歩く。それは、鳥になったような感覚だ。《世界で最も美しい谷のひとつ》は、私自身の中では紛れもなく《世界で最も美しい谷》だった。

14 ; 30 キャンジン・ゴンパ到着。ロッジの食堂を借りて解散式。ポーター達を含め、全員にボーナスを渡す。ポーターはここで解散。シェルパとキッチンスタッフは明日の朝まで。彼等にロキシーを振舞う。我々は、はるばる運んだ「大雪溪」で乾杯だ。今日は夕方から珍しく濃い霧が谷を埋め、ロッジの窓はミルク色のガスに覆われていた。

11月26日(水) 快晴 キャンジンゴンパ ~ カトマンズ



村はずれのヘリポートに着陸したヘリ。これで一気にカトマンズへ

今回の計画では、下りにヘリを使うことにしていた。登りは高度順化のため、時間をかけるが、下りにヘリを使うのは、日程の短縮に役立つ。計画では、登山の予備日を一日取ってあった。さらに、ヘリのフライト予備日も取っ手あったので、都合二日の予備日があった。計画が順調にいった場合はランタン谷最奥のランシサ・カルカ、もしくはガンジャ・ラ方面にトレッキングに出よう、と考えていた。しかし、皆は「山はもう十分…」というか「もう結構…」といった顔をしていた(私は、ガンジャ・ラに行ってナヤカンガへの登路を確認しておきたかったのに…?)。そこで、急遽ヘリを呼んでカトマンズへ下ることになった。

バリバリバリ…轟音と共にヘリが村はずれのヘリポートに着陸した。四人ずつ二便に分かれる。

8 ; 30 一便目出発。ヘリはランタン谷の間をまっすぐに抜け、カトマンズ盆地へ。

飛行時間約30分。あっという間に到着した。昼前にはホテルに到着し、西村の出迎えを受け、抱き合って無事を喜ぶ。

11月27日(木) 快晴 カトマンズ滞在

11月28日(金) 快晴 カトマンズ滞在

11月29日(土) 快晴 カトマンズ滞在 ・バンコク国際空港封鎖による滞在延期。

予備日では、タメル、パシュパティナート、ボダナート、パタン、バクタプル、ナガルコット等を訪ねる。植松は、単独でチトワンへ。27日夜には、トランス・ヒマラヤ・ツアーの宮原社長のカトマンズの自宅にお招きいただき、夕食をご馳走になった。

しかし、出発時から雲行きが怪しかったタイの反タクシン騒動は、とうとう空港占拠という事態にまで発展していた。このため、バンコクを経由する全ての飛行機がキャンセルになっていた。我々の予定していた29日出発のタイ航空便も同様である。つまり、帰れなくなってしまったのだ。このため石川は一日中デスクに張り付いて帰国便探しに奔走する。結局12月2日のロイヤルネパール航空の香港便に振り替えられることになった(他の日本人客の中には、ニューデリー経由というのもあった)。カトマンズ便は、他にラサ・成都経由や、ソウル経由というのものもあるが、日本人客のほとんどはバンコク経由だから、とりわけ日本人への影響が大きかった。そのため、日を追うごとに、この五つ星ホテルに集まる日本人が増えてくるのだった。

そんな中、我々は仕方なく?、カトマンズ観光に精出すのだった。そして、ついには予想だにできなかったポカラにまで行くことになるのである。

11月30日(日) 快晴 カトマンドウ ~ ポカラ、

12月 1日(月) 晴れ ポカラ ~ カトマンドウ

帰国便のキャンセルにより、滞在延期となったが、カトマンドウでしこっている訳にもいかないので、一泊でポカラに行くことにした。ポカラからの展望はさすがに素晴らしく、アンナプルナ山群はもとより、ダウラギリやマナスルまで眺めることが出来た。

12月 2日(火) カトマンドウ ~ 香港

12月 3日(水) 香港 ~ 成田

漸くカトマンドウ脱出。いつキャンセルになるか判らないと評判のロイヤルネパール航空は離陸するまで安心出来ない。が、なんとか無事に香港に到着。ホテルの近くの広東料理屋へ行く筈が、間違えてタイ料理屋に突入。タイへの恨みを込めて、また無事帰国出来ることを感謝して、パイチューをあおった。翌日、キャセイパシフィックで成田へ。三週間ぶりに日本の土を踏む。 以上





フェワ湖を眼下にアンナプルナ山群を望む。中央マチャブチャレ (6,993m)、右にアンナプルナⅢ峰 (7,555m) とⅣ峰 (7,525m)



■高山病及び体調管理

標高 4,000mを越えると、高度障害は必ずある。高度に対する反応には個人差があり、順化のスピードも違う。血中酸素濃度 (CP02) も定期的に計っていたが、その推移と結果は必ずしも一致していなかった。西村の障害は帰国後の検査によれば、既往の腎臓疾患による可能性が高いとのことだった。

久保田は、キリマンジャロでの高山病がトラウマになっていたが、低酸素トレーニングなどの入念な事前準備と徹底したマイペースの維持により克服した。青木は出発前の健康診断で、ダイヤモンドの服用を勧められ、早い段階から服用していた。但し、目立った障害がなかったのは、薬効かどうかは不明だ。植松も順化のスピードは遅く頭痛を抱えてい

たが、一泊すると翌朝には回復。それを繰り返していた。極めて判り易い状態だ。米倉、穂苅は特に障害はなかったが、米倉は心拍、穂苅は血圧に異常値が見られた。高度によるものかどうかは不明なので、日常生活でのメディカルチェックが必要。他、終盤に坂本、植松に下痢の症状があった。坂本は風邪の疑いが濃厚。