

5,000m峰に立つ

## —大姑娘山登頂記—

岩田温子

今年の8月3日午前9時、とうとう私たち5人は大姑娘山の頂上に立つことが出来た。

山登りの好きな人間ならば、たいていの人は更に高いところへ行ってみたい、そこからの景色を楽しみたいと思うだろう。しかし、国内の、標高が1,000 mを少し越えるぐらいの山を年に1～2回登る程度の私にとっては、海外の5,000 m峰は、ヒマラヤのエベレストも同様の、とても登れる高さではなかった。ところが、去年の夏、わりりのメンバーによる大姑娘山登頂が行われ、その記録を読むにつれ、〈ひょっとして私にも登れるかも〉と高望みと妄想が膨れ上がり、拳句にメンバーを募り登山を試みることにした。そして、なんと「登ってしまった」。

病人と年寄りばかりの軟弱者のパーティー、酸素ボンベをかかえての登山だったが、頂上についてみればすっかり息苦しさも飛び、喜びの大歓声を上げるばかりだった。そのときの登山のありのままの様子を書いてみたい。

大姑娘山は中国・四川省・横断山脈の北東部、四姑娘山塊の中にある。四人姉妹のなかで一番のお姉さんが標高は5,025mと一番低い。でもたった25 mとはいえ5,000mを越えた高さは登る者の虚栄心を大いにくすぐってくれる。「なんとといっても5,000m峰！」

### ▲ 高度順化

私たちが日本を出たのは7月25日。途中、康定、丹巴へ寄り道をして高度順化をはかりながら四姑娘山入り口の日隆(3,200m)へは7月29日に到着をした。翌日も高度順化とフラワーウォッチングをかねて夾金山(4,000 m)へハイキング。31日は3,800mの花海子へ移動し、キャンプをしながら8月1日は更に標高4,300mまでハイキング。8月2日、いよいよ大姑娘山登山のための高所キャンプ場(4,400m)へ移動。そこで一泊した。

花海子から高所キャンプまでは5人のうち4人が荷物を馬に預け、空身ながら徒歩で登って行った。残る一人(実は私)は疲れと冷えからか、それとも高山病の影響がずっと下痢が続いていたので、体力温存のために馬で登った。これまでかなり高度順化のためにゆっくりと時間を掛けて上がって行き、高山病予防のための薬「ダイアモックス」も29日ごろから飲んでいたのに、やはりこの高さまで来ると「発熱」、「食欲不振」、「下痢」など5人全員がなんらかの高山病の影響を受けていた。しかし症状は軽いものなので全員が明日の登頂を目指し、早々と寝袋に入った。

### ▲ 登頂

8月3日、午前5時30分起床。晴れ。夜中に星を見るた



花海子キャンプ地から高所キャンプ地へ移動する



高所キャンプ地にテントを張る

めに起きていた人、トイレに通った人、寒さのために良く眠れなかった人など、皆が充分睡眠を摂っていない。さらに食欲不振、腹痛などで朝食をパスした人が3人ほどいた。昨夜発熱をしていた人はバファリンを服用したおかげで熱が平熱に戻った。全員の体調がベストコンディションではない状態で、6時に出発。

出発前に血中酸素濃度を測ってみると、U氏はなんと93%を現していた。平地でも普通99～96%が正常なので、この数値は凄い！ついで、私が90%。まあまあ高山病の心配はないようだ。残りの3人は皆85パーセント前後の数値を示し、高山病にかかっている証拠。これから先、さらに高度が上がってゆくと体調がどうなるかという心配があったが、私たちの登山には一人一人にポーターが付き、荷物も運んでくれるので、いざ病状が悪化した場合は急いでポーターに付き添ってもらっての下山が可能のため、とりあえずは頂上を目指して歩き出した。荷物はすべて同行のポーターが背負ってくれて、私たちは全くの空身。深く大きな呼吸をすることを心がけながら、ゆっくり、ゆっくりと上って行く。およそ30分毎に10分間の休憩を摂ったが、それ以外のときにも時々高山病にかかっている人たちが携帯酸素ボンベから酸素を吸入したり、「食べる酸素」

というタブレット状のものを口に入れたりして、ちょこちょこ休みながら登っていった。頂上付近は全体にスレート状の石で覆われていたが、登山道はよく踏まれていたので案外に歩きやすかった。途中で私たちよりも先に出発していた日本の元気なオバ様たち8人のグループを追い越してしまっただけで、彼女達は何故か大きなザックを背負い、天気は晴れだというのにザックカバーまでしていた。きっと山で起こりうるあらゆる事態に対応できる装備をしていたのだろう。行動食と水とカメラぐらいしか入っていない小さなザックさえもポーターに預けている私たちは、正しい登山家としての道を行く彼女達のパワーに押され、ちょっと引け目を感じてしまい、追い越すときに何故か「病人と年寄りばかりのグループなので」などと言いつつを言ってしまった。

そんな軟弱者のパーティーだったが、山頂にたどり着いたのは出発してから2時間40分後の午前8時40分。山頂には幸いにも

他のパーティーは居らず、しばし私たちだけで独占。すぐ目の前に白い雪に覆われた主峰の四姑娘山(6,250m)があり、はるか彼方にはミニヤコンガ山の白い頂が見え、やはり5,000m峰ならではの眺めの素晴らしさをただじっと見ているだけだった。

頂上には30分ほどただけで、9時10分に下山を始め、午前10時40分には高所キャンプに戻った。登頂を開始してから4時間40分でキャンプ場に戻ってきたのは結構早いペースだったと登山ガイドの明銘さんに言われ少々驚いた。それからテントの撤収を始め、昼食をとった後、下山は膝を痛めるからと大川さんのご配慮で、手配をされた馬に乗って一気に日隆まで降りていった。

▲天の声  
下山後、今回の旅の一切のお世話をしてくださった四姑娘山自然保護管理局・特別顧問である大川さんに「こんなに簡単に5,000m峰に登れてしまって、これでいいんでしょうか？」と心の中の疑念を漏らしてしまった。すると大川さんはにっこりと笑顔で「山は楽に登れるならそのほうがいいですよ」とおっしゃる。大ベテランの登山家としての重みある言葉にすっかり元気づけられ、頭の中では早くも地図が広がり、次に楽に登れそうな5,000m峰を探す始末となった。

### ▲振り返ってみて

今回、大川さんから高度順応のために中国へ出発の1

～2週間前に富士山に登ることを薦められていた。しかし、60代半ばのU氏が出発の3日前に果たされただけで、その外の参加者は誰も富士山には登っていなかった。U氏は大姑娘山登頂の前日までお腹の調子が良くないということで薬を飲まれていたが、高所キャンプ場での夕食はちゃんと摂られていた。その日、3,800mの花海子から4,400mのキャンプ場までは歩いて上がられたが、別に辛いと感じることはなかったそうだ。登頂の当日に起床してすぐ血中酸素濃度を測ったときに、U氏は93%とい



白銀の四姑娘山を背に記念撮影

う驚くべき数値を示していたことは既にも書いた。このときにはもうお腹の具合も完全に治っていて、朝食も摂られていた。そして、メンバーの中で一番元気に大姑娘山に登られた。山頂へ向かうときも、少しも苦しいことはなかったそうだ。

私たち一行は成都に到着してすぐに四姑娘山域に入るのではなく、別な地域の観光目的と高度順

応のために寄り道をし、少しずつ高度を上げ、予防薬を飲みながら来たが、それでも高山病にかかってしまった人が何人か出た。四姑娘山域に到着するまでに悪路を長時間やってきたということや天候不順から疲れが出たことも原因としては否定できない。

私たちがのように体調不十分の人間が5,000m峰に無事登って、下りてきたということは実はとても幸運なことかもしれない。登る2日前から天候が回復し、当日は抜けるような青空が広がっていた。高所キャンプ地からわずか625mの標高差といっても、雨がぱらつき、冷たい風が吹いていたなら、この体力で果たして頂上にたどり着けていたのだろうか。そして、ありがたいことは大川さんが長年のつきあいから信頼をおける若者達を一人ひとりに選んでくれ、荷物を持ってくれるポーターとして、また上り下りでもたつくとさり気なく側に立ってサポーターとして助けてくれた。いざ体調が悪くなれば、皆に迷惑を掛けることなく、隊列を離れ、ポーターとその場で待機するなり、キャンプ場まで降りてくればいいという安心感は大きなもので、格別の不安もなく頂上を目指すことが出来、無事に下山できた。

(写真撮影：岩田温子)

●付記：登山中の行動時間に関しては浦木祀子様の記録を参考にさせていただきました。