

登山研修

VOL. 26-2011



独立行政法人日本スポーツ振興センター

国立登山研修所

目 次

1. 登山技術に関する調査研究

(1) 登山と状況判断（含むリーダー論）

- ・「ぼくらの時代」、そして「いま」…………… 岩 崎 元 郎 …………… 1

(2) 登山のトレーニングに関する調査研究

- ・オーストリアにおけるスポーツクライミングのトレーニングシステム
…………… 西谷善子・山本正嘉 …………… 5

(3) 雪氷に関する調査研究

- ・登山研修所における積雪観測報告 2009－2011年冬期
…………… 飯田 肇・東 秀訓 …………… 11

- ・立山室堂平東端にある大型雪庇の堆積時期の推定
…………… 飯田 肇・川田邦夫・横山宏太郎 …………… 15

(4) 登山・登はん技術に関する調査研究

- ・懸垂下降用ロープ結束強度試験報告
…………… 永井 豊・井納吉一・鈴木由郎・瀧本 健・堤 信夫 …………… 17

2. 登山界の現状と課題

(1) (大学・社会人・中高年) 山岳サークルの現状

- ・『わんぱく登山部』の実践と成果…………… 今村みずほ・松島 宏 …………… 25

(2) 登山界の動向・課題

- ・日本における国際認定山岳医制度の誕生…………… 増 山 茂 …………… 34

3. 海外登山の記録

- ・ヒマラヤ／カラコルム 2010年の主要登攀…………… 池 田 常 道 …………… 45

- ・北米14ヵ月の記録…………… 横 山 勝 丘 …………… 59

「ぼくらの時代」、そして「いま」

岩崎元郎（無名山塾主宰）

昨年の流行語大賞こそ取らなかったが、「山ガール」なる言葉は登山界を席捲した。「山スカ」ファッションは大流行。富士山といい高尾山といい、あふれんばかりの登山者が押しかける。彼らの時代「いま」が始まった。彼ら全員を登山者と呼んでいいものか、考えなくてはいけない問題だと思う。彼らの時代を考える前に、「ぼくらの時代」いや、ぼくの時代をお話しておきたい。

1945年生まれのぼくは、56年に成されるマナスル初登頂に登山者として立ち会うことはできなかったが、ベースキャンプまでのキャラバンのために開発されたというキャラバンシューズとの出会いがぼくに登山を始めさせたのだ。何回も話したり書いたりしていることだが、そもそものきっかけなので飛ばすわけにはいかない。

話しというのはこうだ。60年、ぼくは15歳で高校1年生だった。その秋クラスメイトに誘われて、河口湖にキャンプに出かけた。保護者同伴なしでの初めてのアウトドア体験、当時のぼくらはけっこう自立していたと思う。御徒町のアメ横の雑貨屋みたいなところで、アメリカ陸軍放出の屋根型のテントとグランドシートを買った。テントは3,000円、シートは500円だった。河口湖畔のキャンプ場はすでに閉鎖されていて、水道は止められていたから近所の農家に水を貰いにいった記憶がある。足こしらえはバスケットシューズであった。これがぼくの登山人生の出発点だ。帰り道、河口湖から乗り込んだ電車がいくつめかの駅で停車してドアが開いたとき、数人の登山者が乗り込

んできた。彼らのはく鮮やかな紺色のキャラバンシューズが、ぼくの目に飛び込んできた。その瞬間、こんな靴をはいてぼくも山に登ってみたいと思ってしまったのだ。きょう日、高校生がアルバイトするなんて当たり前のことだが、当時は喫茶店に入っただけでも不良のレッテルを貼られる時代で、高校生のアルバイトなんて皆無に等しかった。たまたま叔父が商売していたので、年末年始にアルバイトさせて貰い、お年玉と併せて念願のキャラバンシューズを購入した。

山に登るには仲間が必要だ。山岳部に入ってもいいが、同級生に1年遅れをとるので面白くない。新たに山のサークルを作ることを思いついた。ぼくは中高一貫教育を旨とする駒場東邦という学校にいたので、上級生には声をかけず、中学1年から高校1年までのクラスをまわって20数人の仲間を集め、年度末には駒場東邦ワンダーフォーゲル同好会を立ち上げた。新年度、61年4月を迎えてぼくらは、ゴールデンウィークに実施予定の春山合宿の計画を相談し始めた。高校生は丹沢主脈縦走、中学生は奥多摩入川谷でキャンプと計画をまとめて、顧問の先生に持っていくと中学生だけでキャンプに出すのはまずいよ、と却下されてしまった。翌日もう一度職員室にいった。ぼくが入川谷の河原まで同行しキャンプ設営を確認する、その後ぼくは入川谷を溯行して川苔山に登る、という計画を出したらオーケーが出た。一人でいく自信はないので、高校生パーティーからK君を引き抜いて、K君と二人で入川谷に入ることにし

た。五日間の連休になるので川苔山からすぐに下山せず、長沢背稜を雲取山まで縦走するというデッカイ計画にした。この頃のガイドブックはエリア別が主流だった。「奥多摩」「丹沢」「南アルプス」など。奥多摩のガイドブックを読んでいると、奥多摩全体の概念がおぼろげながら見えてくる。山から山へのつながりも見えてくる。地図を広げると川苔山から先、蕎麦粒山、三つドッケ、酉谷山、長沢山と東京と埼玉の都県境尾根が連なって芋ノ木ドッケで三峰神社から上がってくる道に合し、雲取山へと伸びている。眺めているとどうしても歩いてみたくなって、雲取山までの長駆縦走計画ができ上がった。行けっこないなどとは考えもしなかった。

山は自分の手と足と、そして頭とで登るものだと考えている。入川谷の河原で中学生のキャンプ設営を確認したらどうするか、ガイドブックをよく読み、地図とにらめっこし、入川谷を溯行して舟井戸に抜けるコースを発見したのだ。この二、三年後、ガストン・レビュファが来日する。彼の著作「雪と岩」に載っていたと記憶するが、彼が先輩から教えられたという言葉、「まず頭で考える、アルピニズムなによりも自覚の問題である」が、ぼくは大好きだ。

やっとのことで舟井戸に抜け、当時建っていた営林署の小屋（だと思ふ）にころがり込んだ。その先はぼくらの力及ばずで、同宿した早稲田のお兄さんたちに天祖山まで連れて行って貰った。計画半ばで下山してしまったが、登山は失敗とは考えなかった。なんてたって初登山である。自分的には十分満足できるものであった。6月には丹沢の葛葉川本谷を溯行した。7月には甲斐駒ヶ岳から仙丈岳を登った。こうして毎月1回、高校3年の10月まで山に登っていた。63年4月、東京理

科大学に進学すると同時に、社会人団体の昭和山岳会にぼくは入会した。我が登山人生の基礎を固めてくれたのは、昭和山岳会の6年間であったと思う。

まず歩くのが基本ということで、新人の1年間は岩登りをさせて貰えなかった。4月に新人歓迎山行、5月はカモシカ山行、青梅線御岳の駅を22時に出発、御岳、大岳山、御前山、三頭山、笹尾根を下って生藤山、陣馬山、景信山、高尾山を越えて高尾駅まで、約70km、24時間余で歩き通す訓練、7月はポッカ訓練、30kgのザックを背負って丹沢大倉尾根を登るのだ。8月は、夏山新人合宿、針ノ木峠を越え黒部湖を渡り、五色ヶ原に登り返して立山に縦走した。9月は谷川岳集中登山、新人は平標山から谷川岳縦走、10月は記憶に定かでない。11月下旬に富士山の雪上訓練、12月にラッセル訓練があつて、年末年始に総決算の冬山合宿だ。2月はもう1度富士山で雪上訓練、3月に岩登り訓練が鷹取山で実施された。いずれも先輩がフォローについてくれる。無料、先輩たちは手弁当で指導してくれる。毎月1回、訓練山行が実施されていた。

2年目は、サブリーダーとして同じことを繰り返す。3年目はリーダーを担当しなくてはならない。同じことを3回繰り返せば、かなり不器用な奴でもそれなりに育つのではなからうか。ぼくらの時代、山岳会は素晴らしい実のある登山学校だった。月1の訓練山行は先輩たちが交替で面倒みてくれたが、自主山行は自分たちで行くしかなかった。2年目の夏前は丹沢の沢登り、夏山合宿では南アルプスの赤石沢北沢に連れて行って貰った。下山コースは聖岳東尾根だった。夏山合宿が終わると谷川岳南面の計画が受理される。ヒツゴ一沢、鷹ノ巣A沢、C沢、川棚沢、オジカ沢とト

1. 登山技術に関する調査研究

レースし、3年会員になると東面に回って、マチガ沢本谷、シンセン沢左俣、沖ノ耳東南稜と登り、一ノ倉沢へのパスポートを手にいれた。昭和山岳会はステップ・バイ・ステップで会員を育てていく山岳会だった。2年目からは合宿以外ではほとんど連れて行かれることがなく、自分たちで登っていたから実力が付いたのだと思う。もちろん昭和という山岳会がバックボーンとして大きな安心感でぼくらを支えていてくれたことは、いうまでもない。会としてのリーダーシップは実に優れていた。ぼくと1年後輩のSとで初めての一ノ倉沢の計画を運営委員会に出したとき、壁までのアプローチが難しいからだれか付いて行ってやれないかとの発言を受けて、ぼくが同行しましょうとKさんが名乗りを上げてくれたのだ。昭和の方針に従って、一ノ倉沢最初の一本はザッテル越え。十分トレーニングを積んできたぼくとSとは、ビビることなくヒョングリを高巻き、テールリッジを登り、一度もザイルを出さずにニルンゼからBルンゼを抜けて、秋晴れの国境稜線に立ったのである。ぼくの、ぼくらの時代の登山の基本は、そんな風にして学んでいったのである。

ぼくらの時代の語りが長くなってしまった。さて「いまの時代」を眺めてみよう。日本での山登りはちょっと難しい。ツーリズムからアルピニズムまで連続的かつ同一平面上にある。高尾山はハイキングの舞台だ。アルピニズムという言葉は死語のように思われているが、いまの時代の安心登山のために復活させるべき時が来ていると思う。本場アルプスでは、ツーリスト、ハイカー、アルピニストの活動する舞台は明快に分けられていて、それぞれの活動を安心して眺めていられる。ジュネーブを訪れたツーリストはモンブラン観光にシャモニへ出かける。シャモニを訪れたハイカ

ーはラックブランへのハイキングを楽しむ。アルピニストはモンブランをめざす。翻って日本の山、例えば高尾山。ケーブルカーで展望台に上がったツーリストが、ハイカーに変身して山頂をめざす。高尾山ならまだいい。中央アルプス千畳敷ホテルに泊まったツーリストが、背広に短靴といった出で立ちで木曾駒ヶ岳に向かう。連なるハイカーの列にくっついて行ってしまうのだ。木曾駒ヶ岳をめざすハイカーという表現を使ったが、木曾駒ヶ岳はハイキング対象の山なのか、登山の対象としてあるべきなのかそれも問題だ。冬、スノーハイキングと称して八ヶ岳の美濃戸から柳川北沢の道を辿る。堰堤までは林道だからアイゼンは付けないが、その先は山道になるので6本爪の軽アイゼンを靴に装着、ストックでバランスを保持しつつ雪道を辿る。この日は赤岳鉱泉泊。翌日、中山乗越から行者小屋に向かい、南沢から美濃戸に下る。寒いけれど楽しいハイキングの二日間である。ところが、昨今のハイカーの中には、無風快晴を理由にして6本爪アイゼンにストックというスノーハイキングの装備で、赤岳をめざしてしまう人がいる。安達太良山然り、唐松岳然り、ツーリスト、ハイカー、アルピニストの活動する場が重なっていると、日本の山の大きな難しさがあるようだ。

自立した登山者の育成が急務である。自立した登山者とは、状況をしっかり把握して、これからどうするか判断し、行動できる登山者のこと。アルピニズムという言葉で蘇生させ、アルピニスト、ハイカー、ツーリストの別を明快にしてアピールすれば、山岳遭難事故は多少なりとも減るのではないか。ツアー登山やガイド登山では、自立した登山者の育成はできない。自立した登山者を育成する方法は、となるといささか難しい。機会を改めて述べさせて頂くことにする。

昨今ちょっと気になっている、ツアー登山での事故の増加。ツアー登山のパーティーには、ガイドと添乗員と参加者はいるが、リーダー不在のように思える。そこに事故の温床があるのではあるまいか。ガイドがリーダーなのか、添乗員がリーダーなのか、まず初めに確認しておくことが大事だと思う。ガイドがリーダーシップを執るのが常識的な考えだと思うが、添乗員が登山リーダーを務めてもよく、それはケースバイケースでいいと思う。商業ベースのツアー登山でリーダーシップをとることは難しい。パーティーのメンバーは旅行代金を支払ったお客さまなのである。雨が降っているから即中止というわけにはいかない。最終的な判断は、もしプライベートでの山行だったらどうするかを、考えることである。行くか戻るか判断は実に難しい。ツアー登山のもう一つ難しいところは、メンバーの登山力がバラバラ、装備もバラバラなことである。気象状況が悪い中、行くと決めればそれなりの覚悟が必要だ。戻ると決めたら、そのことをメンバーに納得してもらわなくてはならない。どっちころんでも役割は難しいものである。

最後に、話しを山ガールに戻そう。一部に真摯な女子がいるのは認める。しかし、彼ら全員を登山者と呼ぶ訳にはいかない。ぼくらの時代を押しつけるつもりはないが、今年はスカートを脱いで欲しいな。登山にはスカートよりパンツの方が似合っているし、カッコもいい。この夏、カッコよくパンツできめて俺と一緒に、小槍でも登らないか。

オーストリアにおけるスポーツクライミングのトレーニングシステム

西谷善子（鹿屋体育大学大学院）

山本正嘉（鹿屋体育大学スポーツトレーニング教育研究センター）

1. はじめに

近年、スポーツクライミングの競技が世界的に盛んになっているが、その中でもヨーロッパチームのレベルは極めて高い。中でもオーストリアは、毎年優秀な選手を数多く輩出している強豪国である。このため(社)日本山岳協会では、日本のユースチームの選手の育成・強化を目的として、2006、2007、2009年度の3回オーストリアで合宿を行ってきた。また2010年度は、新たな試みとして、オーストリアのコーチを日本に招いて合宿を実施した。著者は2008年度から、協会の選手強化、医科学委員会に所属し、日本代表ユースチームのトレーナーとして国内や海外の大会に帯同してきた。また、2009・2010年度には上記のイベントに参加することで、オーストリアで行われているクライミングのトレーニング方法や選手強化体制について視察することができた。

その結果、オーストリアチームでは“ピリオダイゼーション”（プログラム全体の期とサイクルに応じて、トレーニングの特異性や強度、量を計画的かつ系統的に変化させる戦略的方法¹⁾）がしっかりと行われ、クライミングのパフォーマンス発揮に必要な体力作りが計画的に行われていることが分かった。著者が世界大会に帯同して必ず感じることは、日本選手と海外の選手との体格差である。特に、オーストリアチームをはじめヨーロッパを中心とした海外のトップクライマーは、日本の選手と比較して、身長だけでなく、筋肉量も

上回っているように感じるが、これはピリオダイゼーショントレーニングの効果によるところも大きいと考えられる。

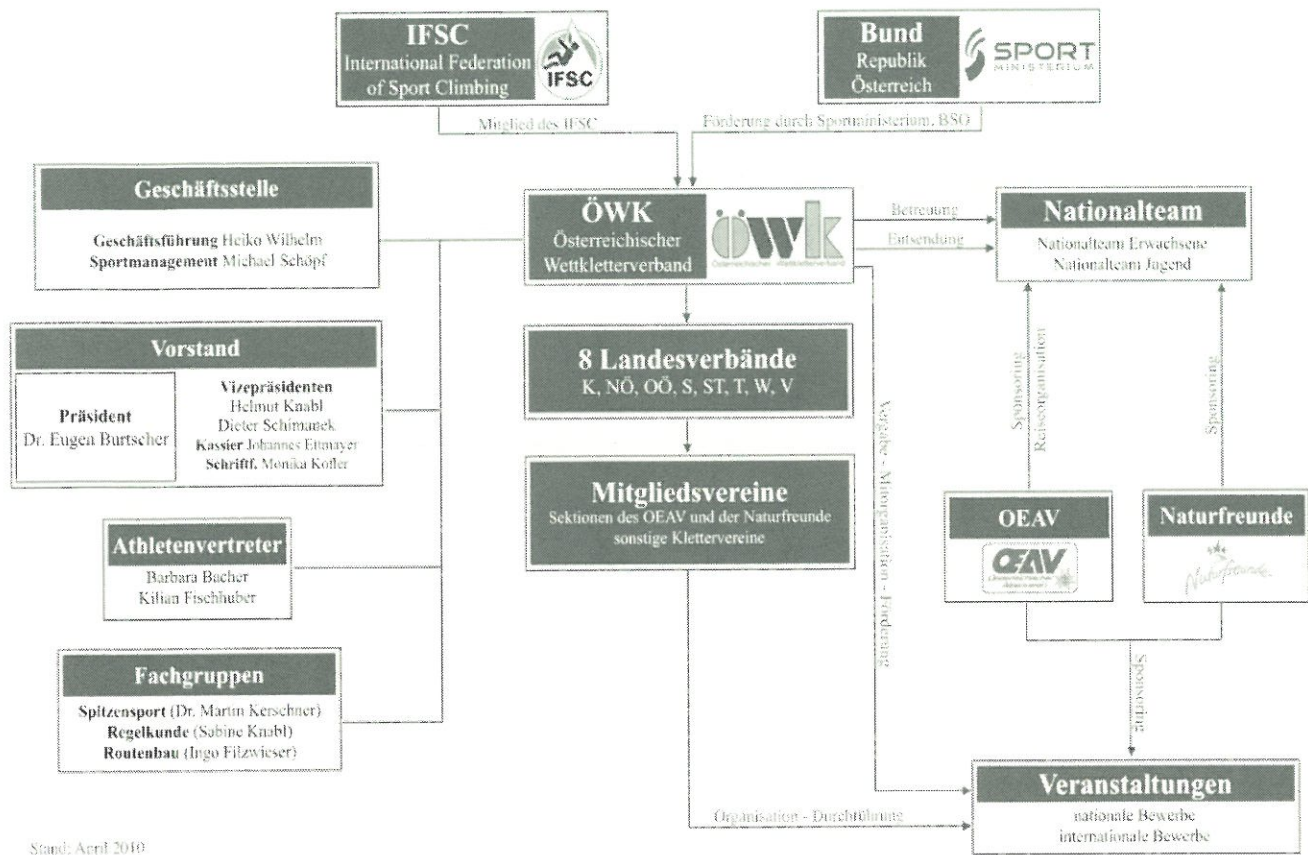
日本においてピリオダイゼーションは、陸上競技やサッカーなど多くのスポーツで一般的に行われている。しかしクライミング界の現状を見ると、大会前の調整としてトレーニング量を減らしたり強度を高めたりするといった変化を持たせる場合はあるものの、長期的に計画を立てて期分けしているクライマーは少ない。今後日本が競技力を向上させるためには、このような方法を積極的に取り入れていく必要があると考えられる。

そこで本稿では、オーストリア式のトレーニング方法や選手の強化システムについて紹介するとともに、それらを参考にした著者らの日本における取り組みについて報告する。

2. オーストリアにおける選手の強化システム

および指導者認定制度の仕組み

オーストリアのクライミング連盟の組織図を図1に示す。オーストリアにはスポーツクライミングを専門とするクライミング協会があり、ケルンテン、ニーダーエスターライヒ、アッパーオーストリア、ザルツブルグ、シュタイアーマルク、チロル、フォラルルベルク、ウィーンの8つの州の協会で構成されている⁴⁾。また、各州の協会は独自の強化システムを持っており、各州でトップレベルになった選手は国から選考され“LLZ”と呼



Stand: April 2010

図1 オーストリアにおけるクライミング連盟の構造⁴⁾

ばれるナショナルチームに所属する、いわゆるブロック選考⁵⁾の選手強化システム(図2)で展開されている。以下、強化システムの詳細について、チロル州の協会のシステムを例に紹介する。

チロル州のクライミング協会には12のクライミングクラブが所属しており、各クラブの競技クラスでは、「トレーナー」により、年齢や競技レベルに応じたトレーニングの指導が行われている。なお、ここでいうトレーナーとは、日本で認知されている医科学サポートを行う者ではなく、トレーニングプログラムの作成や指導、選手登録、大会の申込、場合によっては栄養など、より細部まで選手の指導や管理を行うコーチ兼マネージャーのような者を指す。

トレーナーの資格は、オーストリアの教育機関(主に大学)にクライミングの指導者育成プログ

ラムが設けられており、そのカリキュラムを受講し、試験に合格すれば各段階に応じたトレーナーの資格がオーストリアの山岳協会から認定される仕組みになっている。

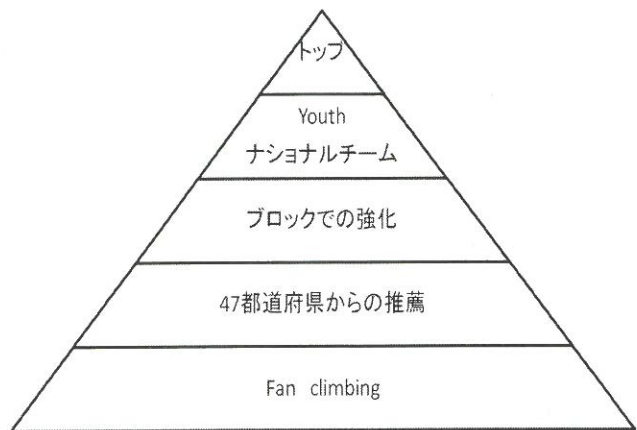


図2 ブロック選考型による選手強化の仕組み⁵⁾
全国をいくつかのブロックに分け、そこから発掘・育成し、競技者をナショナルチームに吸い上げる方法。日本では、サッカーや卓球で行われている。

1. 登山技術に関する調査研究

3. オーストリアにおけるクライミングの

トレーニングシステム

ここではチロル州のクライミング協会に所属するトレーナーの主な仕事や、トレーニングプログラムの具体的な内容について紹介する。

(1) トレーナーの仕事

選手が出場する大会をリストアップし、個々のレベルや目標に合ったトレーニングプログラムを作成・指導することがトレーナーの主な仕事である。また、プログラムを作成するうえで、トレーナーは、選手との信頼関係の構築や過去の実績、トレーニングプランの確認、現在の選手の実力や能力などのチェック、目標設定、トレーニングに費やせる時間や施設の有無といった環境因子の把握など、様々な配慮が必要となる。特に、トレーニングの質・量・時間については、表1のように定量的に提示し、終始トレーニング内容の確認や修整を行えるようにしている。

(2) クライミングにおけるピリオダイゼーション

選手の出場する大会や施設によっても異なる

が、「Basic（基礎トレーニング）期：3週間→Hypertrophy（筋肥大）期：5週間→Max power（最大筋力）期：3週間→Power endurance（筋持久力）期：3週間→Competition training（コンペティショントレーニング）期：3週間」+調整、休養期を通年のサイクルとして行っている。以下、ウォーミングアップと各期に行われるトレーニングの目的と内容の一部を簡単に紹介する。

①ウォーミングアップ

【目的】血行を促進させ、トレーニングに入る準備を整えると同時に、その日の調子などを確認する。

【内容】クライミングを行わず、軽いジョギングやエアロビクスの要素を含んだ運動を20分間連続的に行う。次に、クライミングウォールを用いて、比較的持ちやすいホールドを持ちながら重心移動やフットワーク等、基礎的な技術練習を行う。これらの運動は単調になりやすいため、ボールや棒を用いてゲーム性を持たせながら行う場合もある。

表1 ピリオダイゼーショントレーニングの一例²⁾

Name/Year	Training Objectives and Seasonal Climbing Goals																																																														
	Build strength and power for PR ascents this season.					Peak for road trip in late June.					Perform quality training cycle to prepare for fall season.					Finish season with more PR redpoints. Climb a 5.12c.																																															
Month	Jan					Feb					Mar					Apr					May					Jun					Jul					Aug					Sep					Oct					Nov					Dec							
Week	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52											
Climbing/endurance	X	X	X	X	X					X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X								
Max. strength and power						X	X	X	X					X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X								
Anaerobic endurance										X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X								
Rest																			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X								
Total number of days per week of finger training or climbing	4	4	4	4	4	2	2	2	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	6	6	6	6	4	4	4	4	5	5	5	5	6	6	6	6	4	4	4	4	5	5	5	5
Benchmark achievements and notes						Record # of pull-ups - 25!					Redpointed 5.12a in gym.					Awesome 4 IT workouts! up to 20 lbs. . . .					Feel good on weekend trips to New River.					Killer road trip sent hardest route ever!					Begin a new 4-3-2-1 cycle.					Climbed 5 straight.					Weekends too many sends to list!					Still climbing, but weather is getting cold. . . .					Month off! Relax!												

②基礎期のトレーニング

【目的】大会に向けたトレーニングに入る前の準備期。弱点を見つけ出し、次期のトレーニングへの改善策を考える。

【内容】サーキットトレーニング

【方法】懸垂、スタビライゼーション、腕立て伏せ、ロックオフ、腹筋、スクワット、ホールドにぶら下がるなど、数種類の運動を組み合わせて行わせる。1種目当たりの運動時間は30秒とし、種目間に10秒の休憩を入れながら6～10種類で構成されるサーキットを回る。

③筋肥大期のトレーニング（16歳以上対象）

【目的】筋肉を肥大させ、次期のトレーニング（最大筋力期）の際に最大限の力を引き出せるようにする。

【内容】ボルダリングによるトレーニング

【方法】2人組になり、6～12手で構成された課題を数種類登る。各課題とも2分の制限時間が設けられ、クライマーはその間に1度ずつ登り、残った時間が休憩時間となる。各課題には、それぞれ「肩を鍛える」「ピンチ力を向上させる」等の目的を持たせ、目的にあった部位が鍛えられるようにホールドやムーブを設定する。

④最大筋力期のトレーニング

【目的】筋肥大させた筋の筋力を最大限引き出す。

【内容】ボルダリングによるトレーニング

【方法】2人組になり、6～8手で構成される課題を数種類登る。各課題とも5分の制限時間が設けられ、クライマーはその間に最大4回登ることができる。課題間の休憩は8分間とする。課題は、筋肥大期に設定した課題の質とは異なり、4度目でようやく登れるくらいのやや難しい課題を設定する。

※ここでは、筋肥大や最大筋力期のトレーニングとして、ボルダリングを利用したものを紹介したが、ダンベルやウエイトジャケット、マシンを使用して行う場合もある。

⑤筋持久力期のトレーニング

【目的】パンプを遅らせ、レストをしない状態でより長い時間動けるようにする。

【内容】ボルダリングによるトレーニング

【方法】30手程度の課題を3本（本数間は2分の休憩）登る。そのサイクルを1セットとし4セット行う。セット間の休憩は15分間とする。課題は、手足限定のルートとし、やや難しく設定する。

⑥コンペティショントレーニング

【目的】大会に類似させた環境を作り、集中力やオンサイト能力を養う。

【内容】予選2本、準決勝、決勝を想定した計4本のルートを登る。

【方法】質や難易度の違う4課題を作成する。各ラウンド間の休憩は15分とする。

※ここでは、指導者についても役割が与えられ、大会時の選手に対する対応の練習を行う。内容は、1人の選手を対象とし、質や難易度の違う課題を登った際にどのような違いが出るかを観察・分析し、各課題につき1つずつ改善ポイントを書きだして選手に伝える。

以上のように、オーストリアではクライミングに特化したトレーニングが体系的に行われていることが分かった。また、その内容は、トレーニングの原則³⁾やピリオダイゼーションの作成方法¹⁾など、様々なスポーツ科学のエビデンスを基に作成されていた。特に基礎期や筋肥大期で行われていたトレーニングは、器具や動作は異なるものの、他のスポーツでも一般的に行われている方法論に基づいて行われていた。

1. 登山技術に関する調査研究

4. 日本における著者らの取り組み

ここまで、オーストリアのクライミングの選手強化システムやトレーニング法について紹介してきた。一方、日本の現状をみると、オーストリアのような厳密な期分けを行ってトレーニングをしているユースクライマーは少ない。日本のクライマーに多いケースとして、基礎期や筋肥大期に相当する単調ではあるが筋力を向上させるうえで重要なトレーニング期が抜け、最大筋力期や筋持久力期のトレーニングが通年で行われているように感じる。また、ウォーミングアップについても、日本では、ストレッチをして軽く身体を動かした後、すぐに課題を始めてしまうクライマーが大半である。以下は、これらの日本の現状を考慮し、著者らが合宿の報告書や視察から得られたことを基にして行っている改善の取り組みについて紹介する。

著者らは、トレーナーという立場上、ケガをして何日もクライミングができない状態になる選手を間近で見てきた。ケガのケースも手指や手関節の腫脹（炎症などが原因で、からだの組織や器官の一部がはれ上がること）や屈曲拘縮（関節が屈曲方向に運動を制限された状態）、肩腱板損傷（肩のインナーマッスルの損傷）など慢性的なものが多いため、選手が痛みで気付いてから対処するのは手遅れであり、その前段階のトレーニングから見ていく必要があると考えるようになった。そこで、基礎期や筋肥大期に相当するトレーニングに関しては、日本の現状を考え、できるだけ単調にならず壁の中でできるような工夫をしてトレーニングを

組み立てるようにしている。また、オーストリアのトレーニングプログラムからヒントを得て、他の競技で行われているプログラムをクライミングに応用したトレーニングも取り入れて行っている。

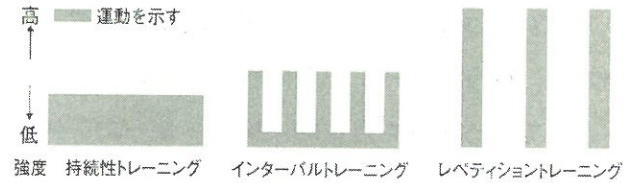


図3 陸上競技で用いられているトレーニングの一例³⁾

例えば、陸上競技のトレーニングを応用し、ジョギングのように低負荷でクライミングウォールを周回させる持続性トレーニングや、高強度-低強度の運動を繰り返すインターバルトレーニング等を行っている（図3）。また、運動の負荷設定をする際には、クライミングの場合、グレードを定量化することが難しいという特殊性を考慮し、運動強度については各グレードにおける主観的な辛さを10段階で評価したり、運動量についてはレジスタンストレーニングで用いられているピリオダイゼーションモデル（表2）を参考にプログラムを組んでいる。

表2 レジスタンストレーニングにおけるピリオダイゼーションモデルの一例¹⁾

スポーツシーズン	オフシーズン→プレシーズン			インシーズン	
時期	準備期→第1移行期			試合期	
局面	筋肥大/ 持久力	基礎筋力	筋力/ パワー	ピーキング	維持期
強度	50-75%	80-90%	60-95%	95%	80-85%
量	3-6セット	3-6セット	3-5セット	1-3セット	2-3セット
	10-20回	4-8回	2-5回	1-3回	6-8回

以上のような取り組みを行って約3年が経過したが、選手たちも少しずつ期分けに応じたトレーニングの重要性について理解を示すようになってきている。また、既にピリオダイゼーションを用いてトレーニングを行っている選手については、期ごとに行うトレーニング内容を把握し、自分に不足している部分を自主的に補助トレーニングや簡単な筋力トレーニングで補えるようになってきている。

5. おわりに

オーストリアのチームで行われているピリオダイゼーションやウォーミングアップなどは、日本でも陸上競技やサッカーといった他のスポーツ種目では広く用いられている。しかしこのようなトレーニングやコンディショニングが、日本のクライミング界では定着していない。この理由の一つとして、日本はオーストリアと異なり、チームでなく個人で活動しているクライマーが多いため、情報が伝わりにくくなっている可能性が考えられる。したがって、今後は個人だけでなく指導者や、クライミングジムにも積極的に啓蒙していく必要もあると考えられる。

ただし、オーストリアと日本のジムを比較すると、大きさや壁の高さ、ホールドの配置や課題の質など、オーストリアの方式を日本でそのまま実践するには限界があることも感じた。したがって、今後はこれらの方法が日本で実践可能か否かを検討し、できない部分に関しては、日本独自の方法を考えていくことも必要であると考えている。

また、著者はオーストリアと日本のクライマーを比較することで、日本のクライマーは海外の選手に比べて筋力面では劣っているものの、技術面では優れているという長所に気付くことができ

た。しかし、日本の巧みな技術だけでは世界大会の表彰台に乗ることは厳しいのが現状である。そこで、今後は日本人の長所を活かしつつ、不足している部分を補っていくことで、表彰台へもより近付けるのではないかと感じている。

最後に、オーストリアのトレーニング方法を学んで再確認できたことは、他のスポーツで行われているトレーニング方法は、クライミングにも応用が可能だということである。日本のスポーツ界でも陸上競技やサッカーなど、世界的に見ても進んだトレーニングを行っている種目も多いことから、これらの種目における方法論をクライミングに取り入れていくことも有効であると考えられる。

参考文献

- 1) Dan, W., T. R. Baechle and R. W. Earle (金久博昭監修) : ストレngthス&コンディショニング. ブックハウスHD, 東京, 2010, pp.556-571.
- 2) Eric, J. H. : Training for Climbing. A Falcon Guide, USA, 2003, p.113.
- 3) 長谷川裕, 戸苅晴彦, 尾縣貢 : 公認スポーツ指導者養成テキスト共通科目 I, 日本体育協会, 東京, 2009, pp.55-59, p.60.
- 4) Österreichischer Wettkletterverband : <http://www.oewk.at> (2011年2月現在).
- 5) 清水隆一, 蒲生清明 : 公認スポーツ指導者養成テキスト共通科目 III. 日本体育協会, 東京, 2009, pp.26-27.

登山研修所における積雪観測報告 2009-2011年冬期

飯田 肇 (立山カルデラ砂防博物館)
東 秀 訓 (国立登山研修所)

1. はじめに

冬山登山は、積雪の変化に大きく影響される。特に、雪崩事故の予防のためには、対象山域での積雪の観測がぜひ必要である。国立登山研修所(以下 登山研)は、立山西面の標高約500m地点に位置し、立山や剣岳、大日岳等の観測拠点として好適な立地条件を有していることから、2003年より研修所内の露場で詳細な積雪深観測を実施してきた。

また、2009年冬期には、新規に、大日岳への稜線上の冬山前進基地(標高1300m)において積雪深と気温の自動計測及びデータ通信を開始し、現在も観測が継続されている。これは、これまで未知だった1500m付近の気象条件をリアル

タイムにモニターできるようにする試みで、得られたデータは研修会等での行動判断に活用されている。

ここでは、2009~2010年冬期の登山研での積雪観測結果の一部、および2010~2011年冬期の冬山前進基地での観測結果の一部を報告する。

2. 調査方法と結果

2-1 2009~2010年冬期の登山研修所での観測

登山研の野外に観測露場を設け、冬期間10分毎に超音波積雪深計にて積雪深の観測を実施した。測定結果の一部を下記に示す。

(1) 積雪深変化

図1に、登山研における積雪深の変化を示す。

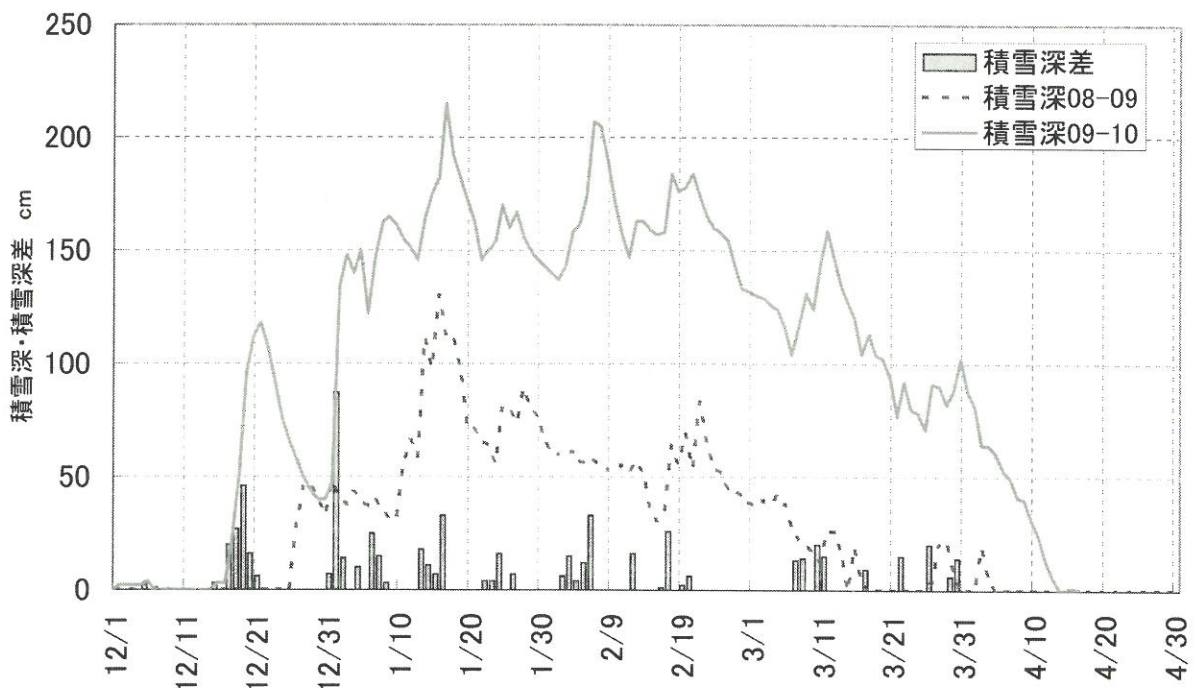


図1 登山研の積雪深(9時)と日積雪深差(2009年12月~2010年4月)

また、表1に数値データを示す。この冬の積雪深変化をみると、顕著な積雪の増加が12月中旬、12月下旬から1月上旬、11月中旬、2月上旬、3月上旬にそれぞれみられた。特に、12月中旬、12月下旬から1月上旬の降雪は顕著で積雪深が急増した。さらに1月中旬以降は、降雪、融雪を繰り返しながら鋸歯状の積雪深変化を示した。融雪が進んだのは3月中旬以降で、4月中旬には積雪深が0cmとなった。

各单位降雪期間での積雪深の増加は、12月16～21日で115cm、12月31日～1月4日で

103cm、1月12～16日に69cm、3月6～11日で55cmであった。期間中の最大積雪深は1月16日の215cmであった。最大積雪深期は前年度とほぼ同様だったが、最大積雪深は前年度より85cmも多かった。また、積雪日数は4月13日の消雪までで133日間となり前年度より35日間も多かった。前年が少雪年であったのと比較して、多雪年であったといえる。特に12月～1月上旬の寒気と降雪は顕著であった。しかし、1月下旬以降は積雪の増減を繰り返すものの平年並みの積雪となった。

図1 登山研の積雪深（9時）と日積雪深差（2009年12月～2010年4月）

(単位:cm)									
	積雪深		積雪深		積雪深		積雪深		積雪深
2009/12/1	2	2010/1/1	134	2010/2/1	137	2010/3/1	130	2010/4/1	81
2009/12/2	2	2010/1/2	148	2010/2/2	143	2010/3/2	129	2010/4/2	64
2009/12/3	2	2010/1/3	140	2010/2/3	158	2010/3/3	126	2010/4/3	64
2009/12/4	2	2010/1/4	150	2010/2/4	162	2010/3/4	124	2010/4/4	60
2009/12/5	4	2010/1/5	122	2010/2/5	174	2010/3/5	116	2010/4/5	53
2009/12/6	0	2010/1/6	147	2010/2/6	207	2010/3/6	104	2010/4/6	49
2009/12/7	0	2010/1/7	162	2010/2/7	205	2010/3/7	117	2010/4/7	41
2009/12/8	0	2010/1/8	165	2010/2/8	189	2010/3/8	131	2010/4/8	40
2009/12/9	0	2010/1/9	161	2010/2/9	170	2010/3/9	124	2010/4/9	31
2009/12/10	0	2010/1/10	155	2010/2/10	157	2010/3/10	144	2010/4/10	24
2009/12/11	0	2010/1/11	151	2010/2/11	147	2010/3/11	159	2010/4/11	13
2009/12/12	0	2010/1/12	146	2010/2/12	163	2010/3/12	146	2010/4/12	6
2009/12/13	0	2010/1/13	164	2010/2/13	163	2010/3/13	134	2010/4/13	0
2009/12/14	0	2010/1/14	175	2010/2/14	159	2010/3/14	127	2010/4/14	0
2009/12/15	3	2010/1/15	182	2010/2/15	157	2010/3/15	120	2010/4/15	1
2009/12/16	3	2010/1/16	215	2010/2/16	158	2010/3/16	104	2010/4/16	0
2009/12/17	23	2010/1/17	192	2010/2/17	184	2010/3/17	113	2010/4/17	0
2009/12/18	50	2010/1/18	182	2010/2/18	176	2010/3/18	104	2010/4/18	0
2009/12/19	96	2010/1/19	172	2010/2/19	178	2010/3/19	102	2010/4/19	0
2009/12/20	112	2010/1/20	163	2010/2/20	184	2010/3/20	94	2010/4/20	0
2009/12/21	118	2010/1/21	146	2010/2/21	174	2010/3/21	77	2010/4/21	0
2009/12/22	107	2010/1/22	150	2010/2/22	165	2010/3/22	92	2010/4/22	0
2009/12/23	92	2010/1/23	154	2010/2/23	160	2010/3/23	80	2010/4/23	0
2009/12/24	76	2010/1/24	170	2010/2/24	158	2010/3/24	78	2010/4/24	0
2009/12/25	66	2010/1/25	160	2010/2/25	154	2010/3/25	71	2010/4/25	0
2009/12/26	58	2010/1/26	167	2010/2/26	143	2010/3/26	91	2010/4/26	0
2009/12/27	50	2010/1/27	156	2010/2/27	133	2010/3/27	90	2010/4/27	0
2009/12/28	44	2010/1/28	150	2010/2/28	132	2010/3/28	82	2010/4/28	0
2009/12/29	40	2010/1/29	146			2010/3/29	88	2010/4/29	0
2009/12/30	40	2010/1/30	143			2010/3/30	102	2010/4/30	0
2009/12/31	47	2010/1/31	140			2010/3/31	88		

(登山研修所観測)

1. 登山技術に関する調査研究

(2) 日積雪深差

図1に、日積雪深差をあわせて示す。積雪には沈降があるため積雪深差と降雪量は必ずしも一致しないが、降雪量を反映した量であると考えられる。図より、登山研での積雪深差は、1月1日に最大値87cmを記録している。また、日積雪深差が30cmを超えた多降雪日が、12月19日、1月1日、1月16日、2月6日の4日間みられた。

2-2 2009～2010年冬期の冬山前進基地での観測
2010～2011年冬期に、標高1300mの冬山前進基地の野外に観測用の620cmポールを設置し、冬期間1時間毎にレーザー積雪深計（積雪深センサーLA1000-L10）にて積雪深の観測を実施した。また、あわせて気温観測を実施した。結果の一部を下記に示す。

(1) 積雪深変化

図2に、2010年12月1日～2011年3月7日までの冬山前進基地における積雪深の変化を示す。また、登山研（標高500m）での積雪深の変化をあわせて示す。図より、冬山前進基地と登山研の積雪深の値には大きな差が認められるが、双方で積雪が増す期間が一致するなどのたいへんよい正の相関があることがわかる。前年度冬期の観測でも同じ傾向の結果が得られている。冬期の前進基地での積雪深変化をみると、顕著な積雪の増加が12月下旬～1月下旬にかけて連続的にみられ、この時期に一気に積雪深が増加した。2月中旬以降は積雪の増減を繰り返す、鋸歯状の変化が3月まで続いている。期間中の最大積雪深は1月30日の501cmであった。登山研での最大積雪深は271cmであり、

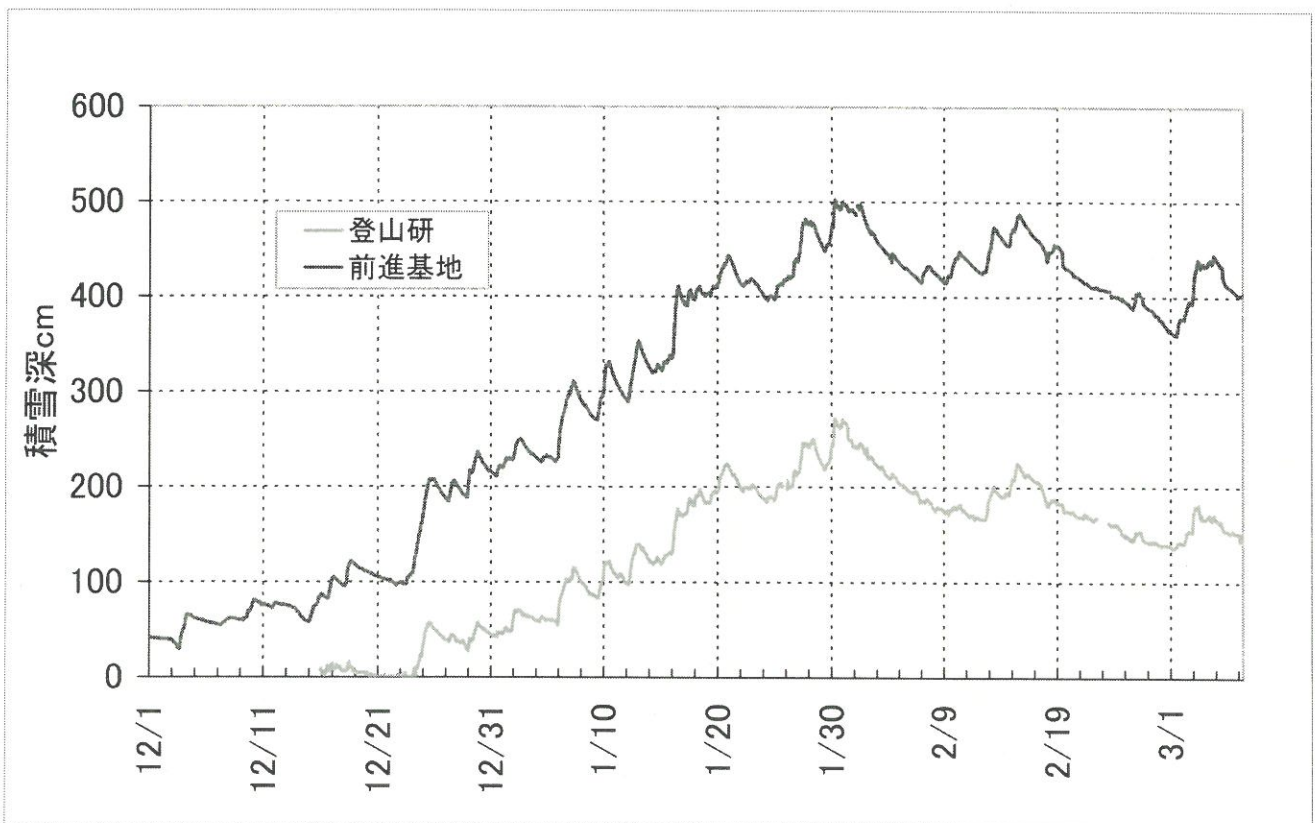


図2 冬山前進基地と登山研の積雪深（2010年12月～2011年3月）

約1.8倍の値となる。全体を通して見ると、冬期前半は寒気による積雪深増加が顕著で一気に5mの積雪深となり、後半は寒暖の差が激しく4.5m付近を中心に積雪の増減を繰り返している、全体として寒冷で多雪傾向の強い冬期であった。

(2) 日積雪深差

図3に、冬山前進基地と登山研での日積雪深差を示す。図より、冬山前進基地と登山研の日積雪深差を比較すると20cm以上の差が見られる日が7日間みられ、差の最大値は32cmに達した。また、全ての降雪期間において冬山前進基地の日積雪深差は登山研よりも多い値を示し、平均すると約1.8倍の日積雪深差があることがわかった。

冬山前進基地での日積雪深差を細かくみる

と、12月25日で69cm、1月6日で43cm、7日で35cm、13日で39cm、16日で65cm、27日で45cm、30日で52cm、2月13日で48cm、3月3日で54cmであった。1日で30cmを超える積雪深差は大雪といえるが、12月下旬～1月で7回記録しているこの期間に集中的に降雪があったことがわかる。さらに1日で50cmを超える積雪深差では雪崩発生の危険性が極めて高いが、観測期間中に計4回記録している。期間中の最大の日積雪深差は12月25日で69cmに達した。

以上、研修所での積雪観測結果の一部を示したが、この観測が立山大日岳地域の冬山の事故防止の一助となれば幸いである。

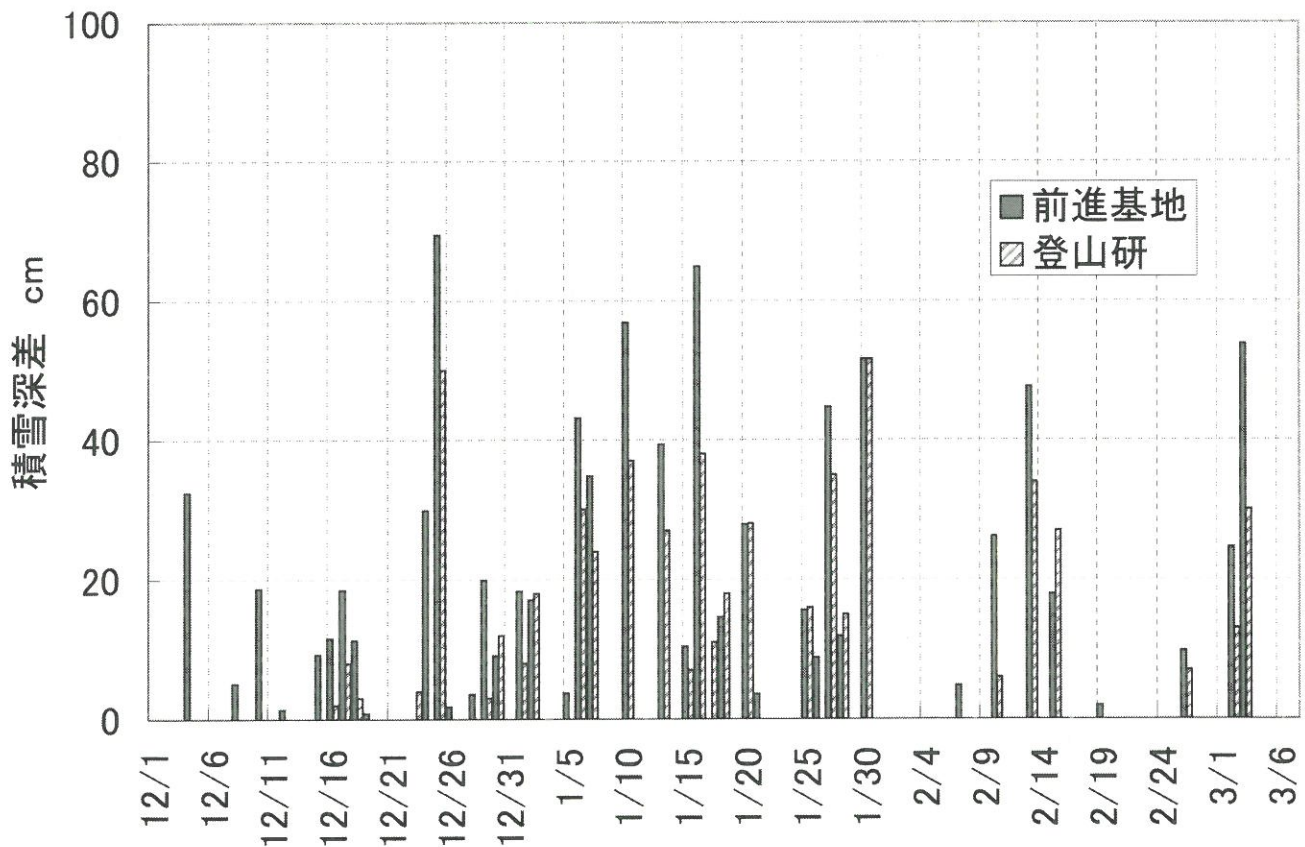


図3 冬山前進基地と登山研の日積雪深差 (2010年12月～2011年3月)

立山室堂平東端にある大型雪庇の堆積時期の推定

飯田 肇 (立山カルデラ砂防博物館)

川田 邦夫 (富山大学名誉教授)

横山 宏太郎 (中央農業総合研究センター北陸研究センター)

1. はじめに

大日岳の巨大雪庇崩落事故以来、雪庇に対する調査不足が指摘されてきた。そこで、雪氷研究者や登山研修所友の会等を中心に、室堂平東端にある大型雪庇を掘り断面観測を行う調査が、2008年、2009年、2010年に実施され、多くの知見を得ることができた。ここでは、2010年に行われた調査からこの大型雪庇の堆積時期を推定する。

2. 調査方法

2010年4月23日、立山室堂平東端の玉殿の崖に向かって伸びる大型雪庇について断面観測を実施した。本調査では、著者等の他に文部科学省登山研修所友の会の全面的な協力を得て、稜線から雪庇先端まで雪庇断面を掘り出すことができた。



写真1 室堂平東端の大型雪庇の調査の様子

3. 調査結果

2009-2010年冬期、立山山岳地域は多雪傾向にあり、このため雪庇は少雪年であった前年と比

較して稜線からの全長は25mに達し大きかった。前年は18mであったので約1.4倍の値である。高さは稜線付近で1m、中央部で6.9m、先端では最大で10mに達した。稜線より15m付近に顕著なクラックが発達して、それより先端部が沈み込み崩落の危険があった。断面には層構造を見ることができ、特に上層の黄砂層や氷層が顕著であった。層構造は基本的には水平だが、ある箇所層の先端が大きく巻き込むように発達していた。これらの巻き込み部は、各降雪期に雪庇が形成された際の先端部が沈降したものと推測される。これまでの調査から大型雪庇の成長機構は単に吹雪により次々に堆積して巨大化するものでなく、堆積と粘性変形(沈降)を繰り返して最も高くなる頂部を風下方向に移動しながら巨大化し、先端部に大きな段差を生じるということが推定されていたが(川田他, 2010)、その証拠となる巻き込みのある層構造が断面にはっきりとあらわれていた。

そこで、先端に巻き込みがある各層について、立山積雪研究会により3月に室堂平で行われた積雪断面観測結果と比較することにより、その堆積時期の推定を試みた。

図1に、立山室堂平での2010年3月19日の積雪断面観測結果を示す。ここでは詳しく述べないが、図中の各層について、室堂平での気温等の各種気象要素、黄砂飛来情報、積雪深データより堆積時期を推定した。結果を図2に示す。

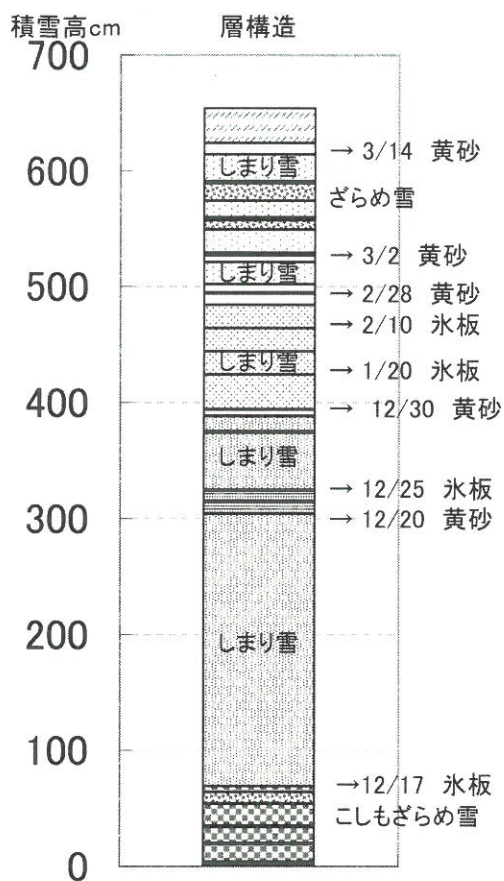


図1 立山室堂平での積雪断面観測結果
(2010年3月19日)

図中①層は12月15～22日の顕著な冬型の気圧配置による降雪で形成され、12月25日の温暖日に上部の氷板が形成された。②層は、12月31日～1月1日の降雪で形成され、この時期飛来した黄砂が降雪に取り込まれて堆積している。③層は1月13～16日の降雪で形成され、1月20日の温暖

日に上部の氷板が形成された。④層は2月3～7日の降雪で形成され、2月10日の温暖日に上部に氷板が形成された。⑤層は2月17～21日の降雪で形成され、上部に2月28日～3月2日に飛来した顕著な黄砂層がみられる。⑥層は3月7～11日の降雪で形成され、3月14日に飛来した黄砂層が上部にみられる。

これらより、雪庇断面の各層は、冬型の気圧配置が卓越した数日間の短い降雪期間に形成された吹きだまり（雪庇）であることがわかる。各吹きだまり（雪庇）層は堆積中断期に沈降し、この上に次の降雪時期の層が被さり成長して先端が大きく前進する。これらを冬期間に数回繰り返して大型雪庇に成長していくと考えられる。各層ごとに雪庇の構造であるFACEやSCARPが形成されているが、それらは構造上の弱点になり得る。

本研究は著者等の他、荻野和彦、山本一夫らが主体となり、多くの山岳関係者の協力を頂いて継続しているものである。

参考文献

川田邦夫，飯田 肇，横山宏太郎（2010）立山室堂平の東端にある大型雪庇の調査報告，登山研修Vol.25，25-28.

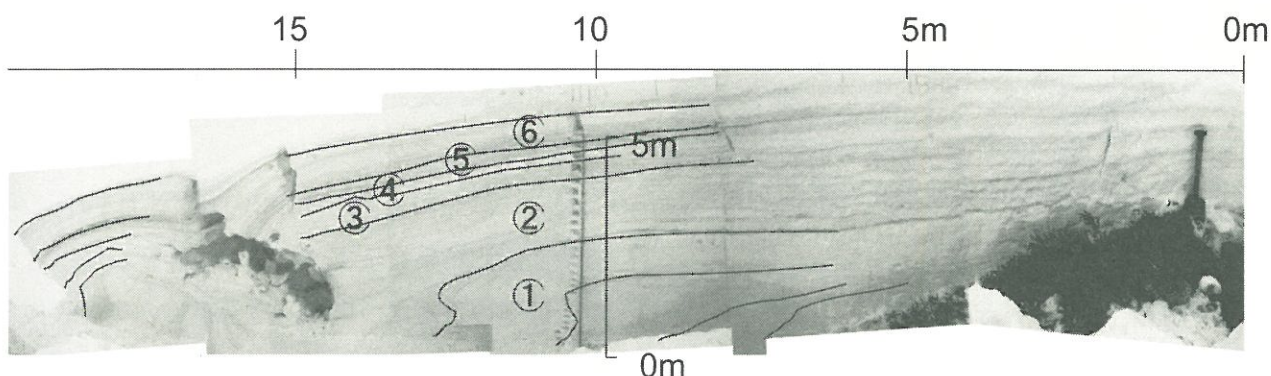


図2 室堂平東端の大型雪庇の堆積時期の推定

懸垂下降用ロープ結束強度試験報告

永井 豊 (日山協指導委員会常任委員)
井納 吉一 (日山協指導委員会常任委員)
鈴木 由郎 (日山協指導委員会常任委員)
瀧本 健 (日山協指導委員会委員長)
堤 信夫 (日山協指導委員会常任委員)

1. はじめに

懸垂下降用ロープの結束方法として、古くからダブル・フィッシャーマンズ・ノット (以下DF またはダブルフィッシャーマン) が用いられてきたが、締まると解きにくいということと、岩角に引っ掛かりやすいということから、近年、ヨーロッパではフラット・オーバーハンド・ベント (以下OH又はオーバーハンド) が主流になっているようだ。

一方、米国では、オーバーハンドは事故事例がある事から、ユーロデスノット (Euro Death Knot : EDK) と言われ、またフラットフィギュアエイトベント (以下エイトまたはエイトノット) はEDKよりも更に不安定なので、使用すべきではないと言われている。但し、日本に於いてはエイトノットの愛用者も多いようだ。

ロープが解けた事故事例では、実際にどのような結び方をしていたかが不明だが、オーバーハンドまたはエイトノットでの事故では、以下の様な要因が重なって事故に至ったという可能性が考えられる。

- ① 結束部をしっかりと締めていなかった
 - ② テール長が短かった
 - ③ 正しい結び方になっていなかった
- 各種結束方法の比較に関しては、松本憲親が

「ダブルストランドフィギュアエイトノットは危険だ」(登山研修vol.21 文献1) で述べている。

1994年の米国での事故事例 (文献2) では、エイトノットを止め結び無しで使用していたと推測されている。1997年の米国での事故事例 (文献3) では、オーバーハンドが解けたが、10mmと10.5mmの径の異なるロープを用い、当事者は、テール長を15~20cm (6~8インチ) は取っていたと云っている。また、2002年には米国でエイトノットが解ける事故が再び発生している (文献4)。この時も、恐らくは止め結び無しで、テール長も短かったものと推測されている。

米国Salt Lake レスキューチームのT.Moyerがエイトノット、オーバーハンド、ダブルフィッシャーマンを比較する引っ張り試験を実施している (文献5)。T.Moyerはこの中で、オーバーハンドは、明らかにエイトノットよりは良いが、どちらも推奨しない (止め結び無しの場合) といっている。またオーバーハンドで止め結びを用いるのは良い考えかも知れないと結論づけている (T.Moyerの試験では止め結びの試験は実施していない)。

英国のNeedle Sportsでは、凍ったロープで引っ張り試験を実施し、オーバーハンドでは100kgまで、反転しなかったが、エイトノットでは30kg

で反転したというデータを公表し、ダブルオーバーハンドが最も良いと推奨している（文献6）。

今回の試験では、

- ① どのような状況で結束が解けるのか？
- ② 安全のための止め結びはどのような方法が良いのか

という2つの疑問からスタートした。

結束が解けるという事故が発生する条件としては前述のように、

- a. 結束が緩い
- b. テール長が短い
- c. 結束方法自体が間違っている

などが考えられるが、今回はa. 緩い結束、b. 短いテール長についての試験も実施した。

また止め結びに関しては、3つほどの方法を評価した。

1. 試験装置および試験方法について

早稲田大学 基幹理工学部 機械科学・航空学科の浅川教授のご協力を得て、材料実験室のオートグラフを使用して、ロープ結束強度に関する試験を実施した。

試験はH22年4月19日～5月31日の間に3回の試験日を設け、56回の引っ張り試験を実施した。

(1) 試験装置

島津製作所製オートグラフ（図1）
（早稲田大学材料実験室保有）

型式：

AG-IS100KN

最大荷重：

100KN

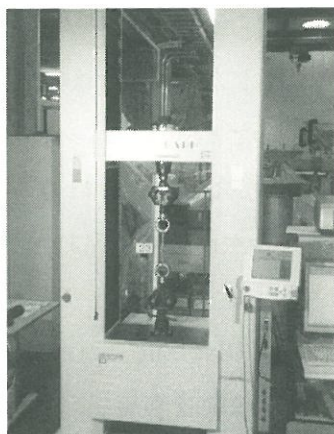


図1

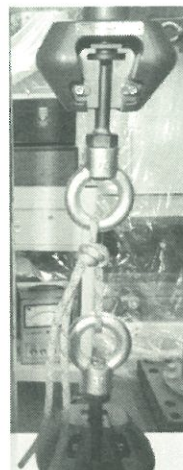


図2

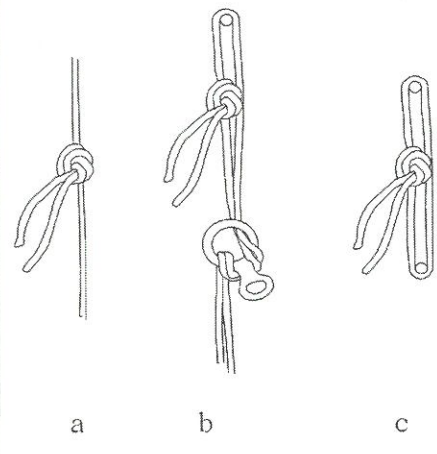


図3

(2) 試験方法

図2に示すように、1本のロープを上下の吊り具（リング部の径は20mm）を通して連結した（図3-cに相当）。

結束部自体の強度は図3-aのように、シングルロープを引っ張る形で評価できるが、今回は図3-cのように、ダブルロープを引っ張る形（ループ状）で評価した。従って、結束部にかかる荷重としては、約1/2の値で換算する必要がある。

一方、実際の懸垂下降は通常は（ダブルの場合）図3-bの様な形になり、結束部にかかる荷重は約1/2となっている。

5 mm/sec.の一定速度で引っ張ることにより荷重をかけた。

2. ロープ結束方法と呼称について

グラフ、文中ではスペースの制約があるので、以下のような略語を用いた。

(1) 結束方法

①DF：Double Fisherman's Knot

結束強度という点では非常に安定しており、古くから懸垂下降用ロープ結束方法のスタンダードとして用いられてきた。

1. 登山技術に関する調査研究

シャーマンズノット、ダブルシートベント、十字結び、インラインフィギュアエイトノットなどについても試験を行ったが、ここでは報告を省略する。

(2) 結束の状態

ゆるめ：結束を作った後、テンションを与えずに試験を開始

個別締め：1本ずつ引っ張ってからセット

(3) 止め結び

①SOH：1本のみOHで止め結び

2インチSOH：結び目から50mm離れたところで1本のみ止め結び（図5）

②根本SOH：結び目に密着して1本のみ止め結び。



図4 ダブルフィッシャーノット

②OH：Flat Overhand Bend、Double Strand Overhand Knot と呼ばれる。本文中で単にオーバーハンドと云う場合にはこの結び方を指す。図5はテール長300mmで、1本のみ2インチ（=5cm）離れたところにオーバーハンドの止め結びをしたもの。結び目から先の長さをテール長と呼ぶ。

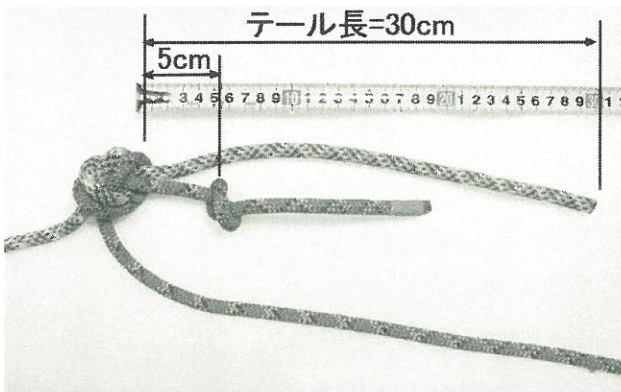


図5 オーバーハンドノット

③エイトノット：Flat Figure Eight Bend、Double Strand Figure Eight Knot と呼ばれる。図6は止め結び無しの場合。

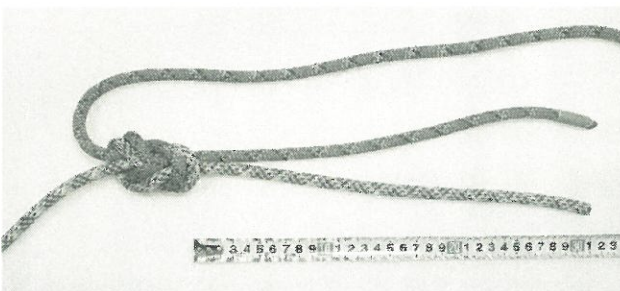


図6 エイトノット

④その他の結束方法

上記の他にスクエアノット、シングルフィッ

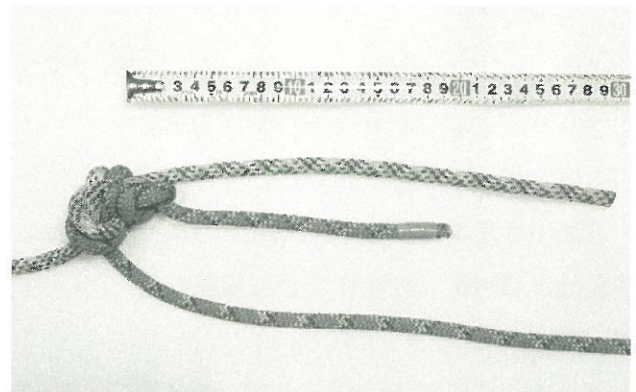


図7 オーバハンド+根本SOH止め結び

③DOH：2本、まとめてOHで止め結び（結び目に密着）。図8はダブルオーバーハンドノット。



図8 ダブルオーバーハンド

3. 試験条件

前述の方に、今回はエイトノットとオーバーハンドを比較し、止め結びの効果についてもデータを得ることに主眼をおいて56回の引っ張り試験を実施した。

(1) ロープの種類

試験装置の制約（ストローク長）から、主として同種のロープで結束した（図3参照）。

種類としては、8.2mm、9mm、10.5mmの新品同様のダブルロープを用いた。

(2) 結束部のテンション

一部個別締め試験も行ったが、緩め（結び目を作った後、引っ張ってテンションをかけない）を主体とした。

(3) 止め結び

なし、2インチSOH、根本SOH、DOH（ダブルオーバーハンド）の3種で試験した。

(4) テール長

30cmを基本としたが、25cm、15cm、10cm、7.5cm、5cm、3cmについて試験した。

(5) 荷重

装置能力は10ton（100KN）あるので、原則として、ロープが切断するまで試験を行った。

(6) ストローク（引っ張り長さ）

装置の制約で最大70cmまでの試験となった。

(7) 引っ張りの速度

5mm/secの一定速度で引っ張り試験を実施した。従って、横軸の数値（mm）に5を乗ずれば、ストロークと言うことになる。

4. 試験結果

(1) テール長=300mm、止め結び無し

図9にT1とT2の結果を示す。

ロープ：8.2mm（新品同様）エーデルワイ

ス・エバードライ

T1：オーバーハンド、ゆるめ結束、止め結び無し、テール長=300mm

T2：エイト、ゆるめ結束、止め結び無し、テール長=300mm

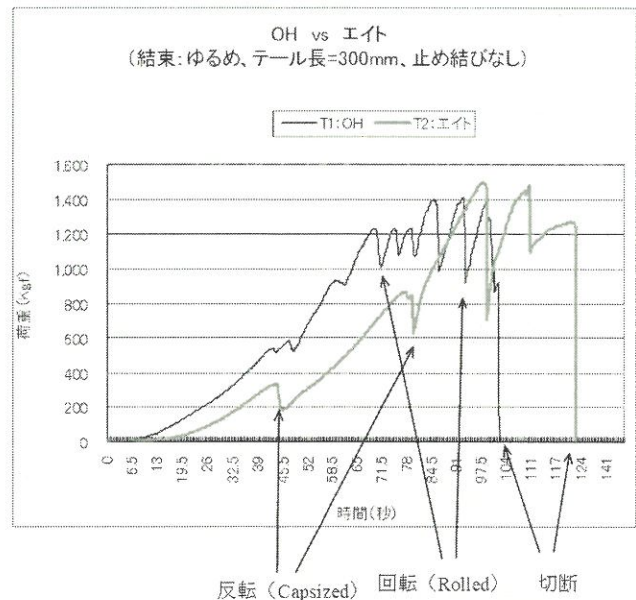


図9

T1：オーバーハンド：542kgから回転（Rolled）を開始し、9回ほど回転し、結び目で切れた

テール残=180mm/195mm

T2：エイト：334kgで最初の反転（Capsized）が起こり、計4回反転し、外皮が破け、切れそうになったが、最終的には結び目で切れた。

テール残=210mm/210mm

注1) 図の見方

縦軸：引っ張り加重（kgf）

横軸：時間（5倍すればストロークmm）

加重が突然下がったところでは、回転または反転が起こってロープが緩んだことを示している。

注2) 回転と反転について

T.MoyerのレポートのRolledを回転と訳し、

1. 登山技術に関する調査研究

Capsizedを反転と訳し、本レポートでも採用した。Needle SportsのレポートではFlip（反転）が用いられ、区別していない。

回転：オーバーハンドで結び目がじわりと回転する現象。

反転：エイトノットで結び目がくると反転する現象。

注3) テール残： 試験終了時のテール長

(2) テール長=30mm、止め結び無し

抜ける条件を見いだすため、極端に短いテール長で試験した。

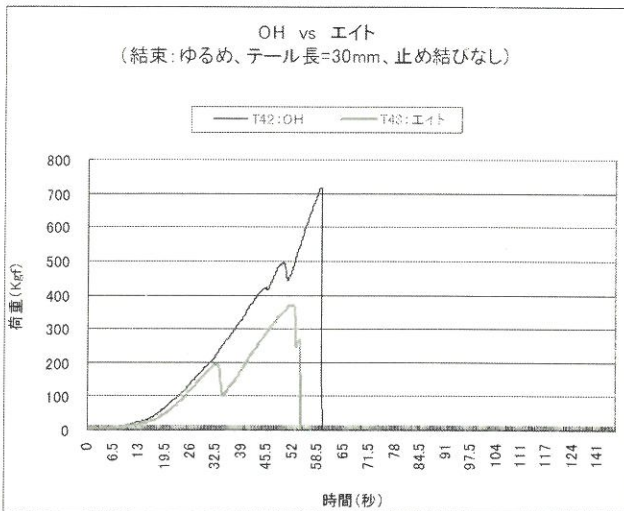


図10

T42：オーバーハンド

500kgで最初の反転、700kgで抜けた

T43：エイト

200kgで最初の反転、370kgで抜けた

※テール長=30mmでも、最初の反転では抜けなかった

(3) 止め結びの効果

T7：オーバーハンド

テール長=300m、根本で1本止め結び

T6：オーバーハンド

テール長=300mm、50mm離して止め結び

T8：ダブルオーバーハンド

根本でOH止め結び

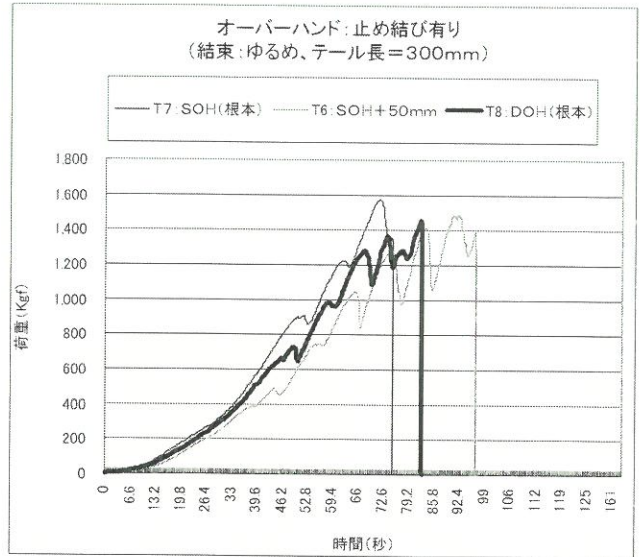


図11

オーバーハンドでも、エイトノットでも結び目で回転/反転は停止した。T6では止め結びまで回転し、そこで、回転を停止した。

(4) しっかり締めた場合

図12に、結束部をしっかりと締めた場合の例を示す。

拙速が緩い場合と比べ、最初の回転（又は反転）は、オーバーハンドの場合500~600kg→1000kgに、又エイトノットの場合200~300kg→600kgに上昇している。

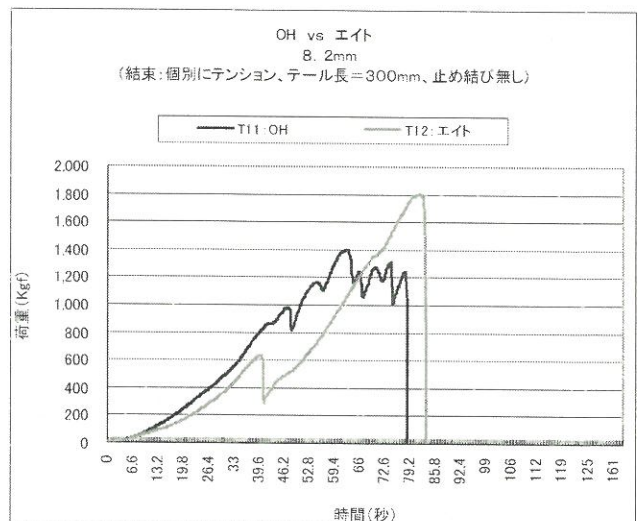


図12 しっかりテンションをかけた場合

(5) 切断箇所と加重について

今回の試験では、殆どのケースで切断するまで荷重した。

切断箇所は、多くの場合結び目か、支持具の摩擦部で、新品のロープの場合、1.3ton以上で切断している。ロープが解ける荷重とはかけ離れた大きな荷重であるので、切断荷重の大小には注目する必要はないと思われる。

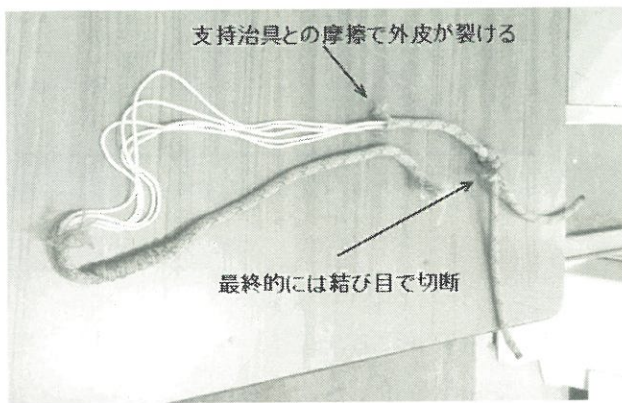


図13 切断されたロープ

5. 考察

オーバーハンド、エイトノットでの事故事例はいずれも、結束が緩く、かつテール長が短かったために起こったものと推測される。またエイトノットが更に不安定と云われるのは、エイトノットが解けるとい事故が起こった後にBlack Diamond社の試験で、エイトノットはオーバーハンドよりも低い荷重で反転が生じると報告された影響が大きいものと思われる。

今回のテスト結果では、エイトノットではオーバーハンドの30~60%の荷重で最初の反転が起こっている。しかしながら、2回目の反転は350~850kgである。

T1とT2のテール残を見ると、オーバーハンドの方が短くなっている。最初のテール長が300mmなので、オーバーハンドは120/105mm分だけ回転に巻き込まれた、一方エイト

は90/90mmだけ反転に巻き込まれた事になる。

テール長が30mmの場合には、エイトノットの場合、最初の反転では抜けなかったが、オーバーハンドの約半分の荷重(=370kg)で抜けた。

一方で、テール長が100mmと150mmのケースでは、オーバーハンドでは抜けたが、エイトノットでは抜けなかったというデータもある(ロープ径=9mm、テール長=300mm、結束緩め)。ただし、この場合ループ荷重で1100kg以上荷重し続けての結果である。

止め結びの効果に関しては、図11では1本のみの根本止め結びが最も良いように見えるが、別の試験ではダブルオーバーハンドが最も良いように見えるものもある。止め結びさえすれば、どの方法でも問題ないように思える。

少なくとも、50mm離して止め結びをすることにメリットはなさそうである。

米国の図書(Falcon Guide)で、わざわざ2インチ(50mm)離して止め結びをする例を紹介しているが、止め結びをしているかどうかチェックしやすいという理由かも知れない。

エイトとオーバーハンドのどちらが良いかという問いは、難問である。以下に比較をまとめる。

	OH	エイト
結び易さ(正しく)	○	△
こぶの大きさ	○	×
締まったときの解きやすさ	△	○
止め結びがないときの反転(エイトはOHの1/2)	○	×
事故事例(北米)	1件	2件
北米での推奨	○	×
ヨーロッパ	○	—

上記表から考える限り、エイトノットにこだ

1. 登山技術に関する調査研究

わる理由（解きやすさ）に、どれだけのメリットがあるか疑問である。

Needle Sportsの試験では、凍ったロープの場合、エイトノットでは非常に低い荷重で反転が起こることが報告されている。また、T.Moyerの試験でも、エイトノットはオーバーハンドよりも低い荷重で反転が起こることが報告されている。

日山協の遭難対策委員会でも似たような強度試験を実施している。遭対委の試験ではループ状ではなく、シングルロープで引っ張り、またロープの種類、テール長などの条件は異なるが、オーバーハンドでは抜けた事例があり（止め結び無し）、エイトノットでは抜けなかったのも、むしろエイトノットの方がリスクが小さいという感触を持っているようである。

この点に関しては今後、指導委、遭対委で情報交換し、機会があれば追加試験を実施し、より詳しいデータを取ることが望まれる。

6. まとめ

(1) EDKについて

EDK（止め結び無しのオーバーハンドノット）に関しては、テール長を長く取り（300mm以上）、結び目をしっかり締めれば、解けることはないと思われる。エイトノットも同様である。

(2) 安全対策の観点から

実際にはエイトノット、オーバーハンドノットでも事故が起こっている。事故が起こったケースでは、テール長が短かった、結び目が緩かった、場合により綺麗に結ばれていなかったなどの要因が重なったためと推測されている。事故というのは往々にして、2つ以上のミス（ヒューマンエラー）が重なったときに発生している。

再発防止策を考える際には、2つのミスが重な

ったとしても事故に繋がらないような手段を講じるべきと思われる。

特に、日本の冬期登攀を考えると、湿雪で凍ったロープを扱うことも十分に想定され、そのようなケースではしっかり締めることが出来ないことも考えられる。以上から、止め結びは必ず結ぶようにすべきである。

(3) 止め結びの方法

今回のテストデータでは、3種の止め結びで有意差は見いだせなかった。但し、結び目を2インチ（5cm）離す必然性はなさそうである。

オーバーハンドかエイトノットか

テール長を長く取り、止め結びをすれば、エイトノットでもオーバーハンドでも良いように思える。但し、エイトノットの場合、正しく綺麗に結べないケースも考えられ、今までの事故事例なども考えると、安易には推奨出来ない。

また、ダブルフィッシャーマンノットは昔も今も、極めて安全な結び方であると言える。

(5) 推奨案

オーバーハンドでもエイトでも、以下の3点を守ることを推奨する

A 結束部を1本ずつしっかり締める

B テール長は30cm以上残す

C 止め結びを行う（シングルまたはダブル）

※結束部をしっかり締め、テール長を30cm以上残せば、解けることはないと思われるが、ミスが重なった時に事故が起こると考えた場合、上記3点の遵守を基本としていれば、仮に2つミスが重なっても事故を防ぐことができると思われる。

必ず止め結びを行うことを推奨するが、止め結びをすれば、テール長が短くても良いということでないのはもちろんである。

No.	Rope1	Rope2	新 古	結 束 方 法	テ ン シ ョ ン	止 め 結 び	残 余 長 (止 結 前)
1	8.2	8.2	新同	OH	ゆるめ	なし	300
2	8.2	8.2	新同	エイト	ゆるめ	なし	300
3	8.2	8.2	新同	OH	ゆるめ	なし	300
4	8.2	8.2	新同	OH	ゆるめ	なし	100
5	8.2	8.2	新同	エイト	ゆるめ	なし	100
6	8.2	8.2	新同	OH	ゆるめ	50mmSOH	300
7	8.2	8.2	新同	OH	ゆるめ	根本SOH	300
8	8.2	8.2	新同	OH	ゆるめ	根本DOH	300
9	8.2	8.2	新同	エイト	ゆるめ	50mmSOH	300
10	8.2	8.2	新同	エイト	ゆるめ	根本SOH	300
11	8.2	8.2	新同	OH	個別絞め	なし	300
12	8.2	8.2	新同	エイト	個別絞め	なし	300
13	8.2	8.2	新同	エイト	ゆるめ	根本DOH	300
14	8.2	8.2	新同	OH	ゆるめ	なし	300
15	9	9	古	OH	ゆるめ	なし	100
16	9	9	古	エイト	ゆるめ	なし	100
17	9	9	古	OH	ゆるめ	なし	75
18	9	9	古	エイト	ゆるめ	なし	75
19	9	9	古	OH	ゆるめ	なし	50
20	9	9	古	エイト	ゆるめ	なし	50
21	8.2	8.2	新同	DF		OH	300
22	9	9	古	DF		なし	300
23	9	9	新同	OH	ゆるめ	なし	100
24	9	9	新同	エイト	ゆるめ	なし	100
25	9	9	新同	OH	ゆるめ	なし	75
26	9	9	新同	エイト	ゆるめ	なし	75
27	9	9	新同	DF		なし	300
28	9	9	新同	OH	ゆるめ	なし	300
29	9	9	新同	エイト	ゆるめ	なし	300
30	9	9	新同	OH	ゆるめ	なし	150
31	9	9	新同	エイト	ゆるめ	なし	150
32	10.5	10.5	新同	OH	ゆるめ	なし	300
33	10.5	10.5	新同	エイト	ゆるめ	なし	300
34	10.5	10.5	新同	DF	ゆるめ	なし	300
35	8.2	10.5	新同	エイト	ゆるめ	なし	300
36	8.2	10.5	新同	OH	ゆるめ	なし	300
37	8.2	8.2	新同	OH	ゆるめ	なし	50
38	8.2	8.2	新同	エイト	ゆるめ	なし	50
39	8.2	8.2	新同	エイト	ゆるめ	なし	50
40	10.5	10.5	新同	OH	ゆるめ	なし	50
41	10.5	10.5	新同	エイト	ゆるめ	なし	50
42	8.2	8.2	新同	OH	ゆるめ	なし	30
43	8.2	8.2	新同	エイト	ゆるめ	なし	30
44	8.2	8.2	新同	DSB			250
45	8.2	8.2	新同	SQ	ゆるめ	なし	250
46	8.2	10.5	新同	SF		なし	150
47	8.2	8.2	新同	ナイン	ゆるめ	なし	300
48	8.2	8.2	新同	エイト	ゆるめ	なし	300
49	8.2	8.2	新同	OH	ゆるめ	なし	300
50	8.2	8.2	新同	OH	ゆるめ	50mmSOH	300
51	8.2	8.2	新同	OH	ゆるめ	根本SOH	300
52	8.2	8.2	新同	OH	ゆるめ	相手にSOH	300
53	8.2	8.2	新同	OH	ゆるめ	DOH	300
54	8.2	8.2	新同	SQ	ゆるめ	OH	300
55	8.2	8.2	新同	十字	ゆるめ		300
56	8.2	10.5	新同	ILF8			300

参考 試験条件

参考文献

- 1) 松本憲親、登山研修 (2006年vol.21)
- 2) Accidents in North American
Mountaineering (以下ANAM)
1995
- 3) ANAM 1998
- 4) ANAM 2003
- 5) T.Moyer、Rope and Gear Testing、
<http://www.xmission.com/~tmoyer/testing/EDK.html>
- 6) Abseil Knots, Needle Sports
http://www.needlesports.com/catalogue/content.aspx?con_id=75b7be92-45dd-474a-9229-9c9e00a60c7f
- 7) Knots for Climbers, Falcon Guide
- 8) Euro death-knot, Wikipedia
http://en.wikipedia.org/wiki/Euro_death-knot

(文責 瀧本健)

『わんぱく登山部』の実践と成果

～「山登り」の地域福祉の可能性について～

今村 みずほ (わんぱく登山部プログラムディレクター
広島登山研究所・保育士)

松島 宏 (広島登山研究所 所長
わんぱく登山部 団長)

1. 「山登り」の地域福祉の可能性について

子ども達の生活から「自然」や「遊び」が遠のいて久しい。

子ども環境学会が2004年に発表したデータ(「子どもの心身活性化増進に寄与する環境整備に関する研究」6月発表)によると、1955年には子ども一人当たり87,585㎡あった屋外遊びの空間は、2002年の時点で4,364㎡と約5%まで減った。そのうち「自然環境」に関しては40,546㎡/人あったものが906㎡/人(約2%)へと変化している。

広島の新球場・マツダスタジアムのグラウンド面積が12,710㎡であり、906㎡とはその約14分の1の面積だ。子ども達は「30m歩けば自然から出て」しまう。なんとも狭い事である。

遊び時間も減った。1975年には平日一日約5時間あった遊び時間が2002年の段階では3時間にも満たなくなった。

このことは、子どもの心身にも大きく影響している。同学会は上記研究の中で子どもの「遊びに対する満足度」の経年変化も追っており、遊び時間に反比例して遊びの満足度が増えているという衝撃的なデータも発表している。一日5時間以上遊んでいた子ども達は「もっと遊びたい!」と感じていた。それは次の遊びへの「意欲」になって

いる。仙田満氏(子ども環境学会会長)は「子どもは遊ばなければ“本当の楽しさ”を知ることが出来なくなり、“遊ぶ意欲”が低下する」ということをこのデータから指摘した。

私達人間は言うまでもなく「自然物」である。その自然物の発達に自然環境が影響しているであろうことは想像に難くない。中でも、子どもにとって「遊び」は心身の成長に特に重要な役割を持っている。その彼らから「自然」と「遊び」を取ってしまったら一体どうなるだろうか。



そのような社会の課題にチャレンジすることを目的に、2007年4月、山岳連盟という地域の任意団体の中で「わんぱく登山部」は生まれた。山岳連盟の得意分野である「山登り」を通して、地域の子ども達に自然と触れ合う機会、自然の中で遊ぶ機会を提供したい。それらの思いを出来るだけ形にしようと試みた。

この項では、わんぱく登山部の実践とその成果について追い、現代社会における「登山」の可能性、特に、「地域福祉」に関わる可能性について論じてみたい。

【わんぱく登山部概要】

名称：わんぱく登山部（小学生を対象とした山遊びクラブ）

目的：自然体験の少ない地域のこども達に、山登りをツールに自然と触れ合う機会を提供する

目標：①山登りを通して、こども達に「楽しい！」「好き！」といった気持ちの原体験を提供する

②こども達に、自然や自然の中での活動を好きになってもらう

③こどもの日常や、その家族の自然あそび再生のきっかけを提供する

④登山界の活性化を図る

対象：小学校3～6年生 保護者の参加不可

定員：32人（16人×2班）※通年メンバー固定

時間：7：30～17：30（市内集合解散）

期間：4月～翌年3月の1年間。※各班、定例会約9回。他、特別例会、保護者会など。

場所：広島県内の山を中心に。

標高1,300m程度の広葉樹林帯の山で、標準コースタイム3～4時間程度のものを基本。

内容：日帰り遊び基本。ハイキング、沢登り、キャンプ、雪遊び、雪山ハイキングなど。

チャレンジものとしては、奥三段峡の沢登りから恐羅漢山への8時間縦走や、大山登山、北アルプス遠征など。また、日韓の国際交流にも参加し、希望者による韓国遠征登山も行った。

運営形態：

山岳連盟の有志と保護者による、クラブ活動（自主活動）

【工夫したところ】

目的・目標に向けて、以下の工夫をした。

クラブ活動として展開

～自然を日常の延長線上で捉える～

多くの自然体験活動は宿泊型やイベント型が多い。そこには主催者が意図せずとも「自然は非日常的なもの」というメッセージを含んでしまう可能性がある。私達のメッセージは「人は自然物」。そこで、運営形態を「年間のクラブ活動」とし、また、こどもの遊びの形と同じ「日帰り」を基本とした。

地域の山好きな大人がこどもを連れ出す

～自然な伝承の形を追う～

「好き」「楽しい」という感情を概念化し、それらが育っていく過程には傍らに「共感者」がいることが効果的である。特にその行為が「好き！楽しい！」と強く感じている大人は、自然な形でこども達の良き共感者となりうる。幸い山岳連盟は「山登りが好きな大人」が集まって構成される団体だ。この人材を「先生」とせず、「地域の山好きの大人」としてこども達の傍らにいてもらうようにした。近所のお兄さんやお姉さんに遊びを教わり、おじさんやおばさんに見守られるという形を追った。

場を提供する

～こどもの生活に本来あった

自由な遊びの時間を目指す～

イニシアティブゲームや工作などという「用意されたプログラム」展開を一切放棄した。こどもと一緒に山に行き登って遊ぶ。ただそれだけだ。山で疲れない歩き方やルールなど講義や説明も一

2. 登山界の現状と課題

切無し。こども達の「興味の赴くままの寄り道」を大事にした。また保護者はあえて不参加とした。年に一回の親子で山あそび

～日常生活に自然遊びを復活させていくために～

継続して日常的に展開することもこの目標のための工夫であるが、家族単位で自然あそびに興味をもってもらふことこそ、長期的な視点でこども

の日常に自然遊びを復活させることにつながると考えた。年に1回、親子での山登りを例会活動として取り入れた。

【成果：好きと楽しいは提供できたか】

「楽しい」と「好き」を数字で見してみる

表1は「2010年度までの登山部に入会したこども達とその継続の様子」を表したものである。

表1 2010年までに登山部に入会したこども達と継続の様子

No	名前	2007	2008	2009	2010	2011
1	恭子	1	1	1	1	中学生
2	勘太	1	1	1	1	中学生
3	綾音	1	1	1	1	賛助
4	浩聖	1	1	1	1	中学生
5	晴喜	1	1	1	中学生	中学生
6	慧悟	1	1	1	中学生	中学生
7	聡	1	1	1	中学生	中学生
8	壮一朗	1	1	1	中学生	中学生
9	陽和	単発	1	1	1	中学生
10	航希	単発	1	1	1	中学生
11	澄香	1	1	1	賛助	
12	一輝	1	1		中学生	中学生
13	聖明		1	1	中学生	中学生
14	恭嵩	1	1	1		
15	健一朗	1	1	1		
16	真由	1	1	1		
17	悠花子	1	1	1		
18	涼介		1	1	1	
19	雄基			1	1	中学生
20	昴辰			1	1	1
21	瑞季			1	1	1
22	貴子			1	1	1
23	康太			1	1	1
24	晶			1	1	1
25	航			1	1	1
26	史弥			1	1	1
27	弾斗			1	1	1
28	司			1	1	1
29	衣	1	1			
30	智世	1	1			
31	菜奈恵	1	1			
32	千尋	1	1			
33	崇亮	1	1			
34	伶奈	1	1			
35	花菜	1	1			
36	光一朗	1	1			
37	昌治	1	1			
38	大貴	単発		1		
39	紘暉	単発	1			
40	夏実	単発	1			
41	瞳		1	1		
42	史将		1	1		

単発：2007年のみ実施。クラブにもれた50人を対象

中学生：2010年から中学部が発足している。

2011年度の欄は継続の様子を表す。

No	名前	2007	2008	2009	2010	2011
43	祥之介				1	1
44	琉唯				1	1
45	レイ				1	1
46	悟志				1	1
47	広之				1	1
48	友希				1	1
49	肇				1	1
50	康平				1	1
51	朱鞠				1	1
52	蒼輝				1	1
53	勇太				1	1
54	泰貴				1	1
55	泰晴				1	1
56	智香	1				
57	秀征	1				
58	芽衣	1				
59	晴名	1				
60	彩香	1				
61	舞子	1				
62	真也	1				
63	大輔	1				
64	彰二	1				
65	成美	1				
66	真央	1				
67	穂華	1				
68	祐衣香	1				
69	紘生	1				
70	諒平	1				
71	佳歩	1				
72	誠力	1				
73	将史	1				
74	航太	単発				
75	康德	単発				
76	史帆	単発				
77	順平	単発				
78	貴寛	単発				
79	大和	単発				
80	海斗	単発				
81	克希		1			
82	二千翔		1			
83	一将			1		
84	森			1		
85	京助			1		
86	祐乃			1		
87	涼香			1		
88	莉菜			1		
89	啓之			1		
90	明弥				1	
91	岳				1	

部員数→ 53 33 37 32

※2007年は単発12人含む

4年間でわんぱく登山部は91人の広島のこどもを山に連れ出すことに成功した。うち、2010年度1月末の時点で55人のこども達が「次年度に継続」して山登りを続けている。2010年度までのこども達（91人）を対象にすると、継続率は約60%となる。（2011年度新規は含まず）

「継続をする」ということを「楽しい」「好き」という気持ちの表れとして定義したとすると、55人のこども達に「楽しい」と「好き」を提供できたということになる。3年以上継続したこどもは28人、うち4年以上が13人となっている。

但し、継続には経費を出す保護者の理解が絶対必要であり、こどもの意志のみで決められていることではないのは明白である。とすると、継続者というのは、『子どもも山遊びが気に入っており、保護者も山遊びに価値を見出している人（+続けられる環境がある）』という組み合わせとなる。1年のみの子ども達もちろん現場で山遊びを大いに楽しんでいる。書き添えておきたい。

「楽しい」と「好き」をこどもの行動で見みる

＜中学生登山部の発足＞

2010年から「中学部」が出来た。小学生の登山部というだけでも恐らく全国初であろうが、学校外での中学生の登山部というのも果たして全国初なのではないだろうか。実はこの中学生登山部、こども達の気持ちから出来たクラブである。6年



生で自動的に退会となるこども達が、毎年「中学生になってもやりたい」と言っていた。2010年度に6人の部員を得て出来た。

中学生は忙しい。「全校生徒クラブ活動必須」の学校は少なくないし、進学校は土日も学校行事が目白押しだ。それでも、彼らはなんとかやりくりして年数回の中学生登山部にやってくる。補習になって活動日がつぶれないように、期末試験を頑張ったりする。

このような子ども達の行動は、山登りが「好き」で「楽しい」と感じている、と定義できそうだ。<もっと大きな山に登ってみたい>

2008年8月、希望者を募った「北アルプス遠征隊」を実施した。目指す山は立山・剣岳である。この初めての遠征は大成功で、こども達の心も大きく揺らし、2010年まで毎年続けられている。山が山だけに準備も大変で連れて行ける人数も限られてしまうが、こども達の心の成長が顕著に見られる「山あそび」だ。

2008年に遠征を初めて企画した当初は、実現は半々ぐらいだろうという気持ちだった。山が大きく危ないので、こどもが怖気づいて来ないので、いやそれより親御さんが許さないのではないだろうかと思った。募集メールを流した途端、「行きます！」と5人やってきて驚いた。2009年には遠征隊隊員は8人になり、2010年は9人となっている。

「もっと大きな山に登ってみたい！」「チャレンジしてみたい！」そういう気持ちは、山が「好き」で「楽しい」からこそだろう。そして一度行ったこどもは、次の年もこの遠征を目指してくる。こども達の日常に、山遊びは復活したか

エピソードがある。わんぱく登山部で「山登りの楽しさ」を知ったある男子が、普段の遊びの中

2. 登山界の現状と課題

に「山登り」を取り入れ始めた、というのだ。「楽しいから行こう！」と学校の友だちを数人誘い、家の近くの裏山へ自転車で集合し、毎日登って遊ぶのだと言う。

そして、こども達は家族をも「楽しい山」に誘った。当初は、こどもには山登りをさせるが大人の私達は結構です、という親御さんは多かった。だが、活動から帰ってくる度に「山が楽しい！」というこども達のいきいきした表情や話しに、「山って面白いのかな？」と心を動かされて行ったという。

家族のレジャーに再び山登りを取り入れる例が増えている。

家族をつなぐツール・弟妹の憧れ・

兄妹のアイデンティティ

こどもが山遊びをすることで、家族間のつながりに一役買った。中高年登山ブームと言われる中、各家庭でも祖父母が登山を趣味にしているというケースは少なくなかった。登山について疎い親世代が祖父母に知恵を借りるという場面、孫が共通の趣味をもってくれたことを喜ぶ祖父母、祖父母の例会山行についていく孫達、という姿が見受けられるようになった。

また小学校3年生未満の妹・弟たちは、姉や兄達をみて「山って面白いんだ。私も行きたい！」と憧れた。兄や姉達は誇りを持った。それまで弟妹に習いごとやテストで負けて所在無かった兄姉が、登山で自身のアイデンティティを構築し自信をもって振舞えるようになった例も数例見られた。

登山界は活性化したか

2009年2月、日本山岳協会が初めての「ジュニア普及交歓会」を東京オリンピックセンターで開催した。開催のきっかけはわんぱく登山部である。筆者が講師として呼ばれ、各県の理事長が集

まった会場で、わんぱく登山部の実践とその成果を発表した。

この後すぐ、長野県山岳協会は6月にわんぱく登山部への視察を実施している。同協会はこどもへの登山そのものの普及を目的とした「ジュニア登山教室」を同年10月に実施。2010年は年行事として2回を企画し実施。将来的に年4回を目指しているそうだ。

また2010年、福井県山岳連盟が自然体験活動支援事業「トムソーヤースクール企画コンテスト」(安藤スポーツ・食文化財団主催 ※日清食品)に、こどもに向けた山登りや沢登りの企画を出品し、実施支援団体として選ばれている。

現在、山岳連盟はどれも「高齢化」という課題を抱えている。この課題に取り組むには「山登りを愛する若者」を増やしていくほか方法はない。だが、「次世代育成」の課題を抱えながらも、長い間多くの人々が「よそ様の子どもを山に連れて行く」ことに躊躇していたのであった。そのことは、こども対象とした普及事業の多くが、施設で行う「クライミング教室」中心であったことから伺える。

もともと「こどもを山へ」という思いをもつ団体は多かったろう。その彼らの背中を押し、こどもが山や沢に行ける行事の実施や、実行する団体が増えた。これはひとつの成果と言って良い。

2007年初年度に、わんぱく登山部の企画は先に紹介した「トムソーヤースクール企画コンテスト」で大賞を受賞した。表彰式でお会いした審査員の方々の開口一番は「よく(あんな危ないことを)やりましたね！」だった。登山界だけではなく。多くの自然体験活動団体が自然を謳いながらも「そのままの自然にこどもをそのまま連れ出すこと」を出来ないでいるのだ。登山はまさに

「そのままの自然」に「そのまま」が実現出来る、うってつけの自然遊びだ。

以降、そのコンテストの出品企画には「山登り」が急に増えている。

他に何が提供できたか

＜日本はきっと良い国だと思ってもらえるような人になりたい＞

2010年5月、念願の韓国訪問が実現した。「韓国の山に登りたい」というこども達の気持ちから出来た企画だ。この訪問は大成功で本当に素晴らしかった。韓国のもてなしは本当に情に深い。はじめての訪問にも関わらず、ホームステイまで実現した。大邱市の最高峰、八公山にも登った。

韓国との交流を毎年少しずつ積み重ねていったことは、子ども達の「異文化」への肯定的な興味をもちたしていたと思う。日韓交流でこども達の心は大きく成長した。

「サンギさん（登山部を手伝ってくれている韓国人留学生）が良い人なので韓国の人はずっと良い人だと思っていた。行ってみたらやっぱり大人も子どもも皆良い人だった。自分も日本はいい国だね、と言ってもらえる人になりたい。」



こども達は山登りを通して様々な新しい世界と出会い、自分自身を発見し、自分のゆく道を決めて行っている。そんなことも、わんぱく登山部の可能性であり、成果であると言える。

＜僕は本物の自然がいい＞

大きくて危険な北アルプスへ。行ってみたいけど、でも怖い。そんな葛藤を超えて2009年、上高地・穂高遠征への応募を決めた子どもがいた。その子の感想文が良い。

『今回の北アルプスちょうせんはとてもなやんでいました。とても高い山だと母さんに聞いていたからです。でも ぼくはちょうせんしたい気持ちでいっぱいでした。今までたくさんの山に登ったけど、まだまだ自分には力があると思っていたからです。』（※全文は付録参照）



決めるまでの葛藤と、決意した自分の強い気持ちが書かれた冒頭から、北アルプスの様子、様々な出会いと出来事、仲間との楽しい時間、そして自分の心がまっすぐな言葉で綴られてゆく。

そして、『ぼくは、本を読むのはきらいだけど、いろいろな景色の写真を見るのは好きです。でも写真の景色を見るより、本物の景色を見るほうがもっといいです。山のにおいや風は本にはないからです。』という、文章が現れる。

大人も子どももゲームやテレビなど「幻想」の世界にこもりがちな今の世の中で、こども達に「本物」に触れる経験を提供したい、と願ってわんぱく登山部を続けてきた。その彼らが「本物が好きだよ」と言ってくれる。こんな瞬間

2. 登山界の現状と課題

に立ち会えるということは、大人として究極の喜びに近い。

＜「山が好き」を友だちと分かち合える場＞

「趣味は山登りです！」と胸をはっていう子どもが広島県内に確実に数名いる。なんだか面白い。「こどもの趣味」の一つとして山登りを提案できたことは大きな成果と言える。そして同時に私達は「共通の趣味をもつこどものコミュニティ」を提供しているという事実在最近気がついた。「山登りっていいよねー」とお互い言い合える場が、今まで子ども達の周辺あったらどうか。なんともユニークで、かつ必要性の高い場であろうか。

「あそこに行けば登山好きな子ども達がいる」というコミュニティが地域にできることは、次世代育成の何よりの基盤ではないだろうか。わんぱく登山部の意義はそこにこそあるのではないだろうか。私達は「山登りが好き」になる次の子ども達のために、在り続ける必要がある。

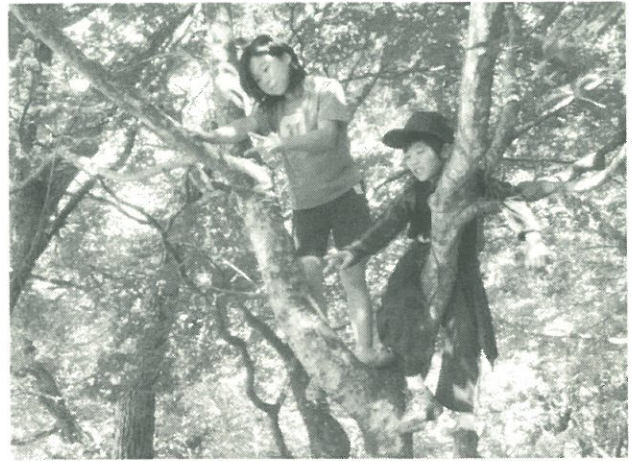
(文責：今村みずほ)

2. 総合評価 ～子どもを山に連れ出そう～

自分達が取り組んでいる登山は競技スポーツではない。勝負や記録がつき物の競技スポーツでさえ上手にやれば教育的に絶大な力となる。登山は何歳までも楽しめる生涯スポーツであり尚且つフィールドが自然である。人間形成の場としての価値は高い。自分も山好きの父親の影響で登山にこだわって人生を過ごしてきた。

山岳連盟の一員として小中学生の登山をサポートしたいという発想はあったがなかなか踏み出せなかった。高校教師として高校生の登山部に長年かかわってきたが大会や競技が中心で山岳連盟に

人材をつなげることが出来なかった。そこでとんとん楽しい小学生の登山部を志した。学校の遠足や林間学校の登山が子どもを山嫌いにしたり、山好きの大人が自分の子どもを山へ連れまわして山嫌いにする話をよく聞く。何事も強制は人を楽しくさせないことの証明である。



「自然の中で楽しく遊ぶ」「好きと楽しいを大切に」「指導や講義はしない」「山は危険なので安全管理はきちんと行う」「自由が基本」などのシンプルなコンセプトにして肩の力を抜いた楽しい登山部を目指した。極言すれば「子どもを山に連れ出して、楽しく遊ぶ。」であるが、これは効果観面で山や自然や仲間が最大の教師や学校となることを実感した。「子どもを山に連れ出せば勝ち！」みたいな感覚である。現代の子どもにとって自然の中で自由に楽しく遊ぶことがいかに大切で子どもを成長させるかを実感した。保護者も自分の子どもの変化に驚いた。特別な子ども用のメニューや仕掛けは一切なし、自分達が実践している山遊びをそのまま提供した。例えば広島は暑いので沢登りをさせた。自分達と同じように滝を登らせ、淵を泳いだ。子どもは当然のように熱中した。高い山に登ってみたいという欲求が大人と同じように出た。県内の里山から大山や北アルプス・南アルプスに遠征した。彼らの中には私

達と同じようにアルピニストの感性が誕生した。天候悪化で登頂を逃すと、本気で悔しがった。子どもだましは一切無しだし、自然は子どもといえども容赦はしてくれない。大山の九合目で飛ばされそうな突風で身の危険を感じて引き返したり、雪山で低体温症になりかけたりと様々なリスクは当然のように子どもに降りかかるが、山で楽しく遊びたい気持ちが勝りどんどん成長する。月に一度の登山であるが子どもにとって親抜きで一日自由に遊べる環境はなかなか魅力的だ。継続する子どもが多い。

山好きな第三者の大人が子どもを野山に連れ出してやることは結構価値のある仕事だと実感した。科学的根拠はないが山屋として自覚している真理にも似た感覚、「生物としての人間は、自然の中で育つ」「自発的な活動としての遊びは人を育てる」を証明しているような活動である。小学生といえども「登頂したい」とか「より困難を目指す」とかといった冒険や挑戦の心が自然発生的に生まれてくる。



中学生・高校生・大学生・社会人となるまで一緒に遊ぶことが出来れば登山界の活性化に繋がるはずである。登山界も高齢化の呪縛から解放される一筋の光明が子どもの登山の支援かもしれない。自分達が実践してきた「山でリスクを背負って遊ぶこと」は結構自分自身を成長させている。子どもを山に連れ出そう。それ位のリスクは平気で背負ってもいいのではないか。人様の子どもでも山に連れ出すべきなのである。

(文責：松島 宏)

<付録>

『北アルプスちょうせん』

井上航希 (広島市立戸坂小学校5年)

今回の北アルプスちょうせんは、とてもなやんでいました。とても高い山だと母さんに聞いていたからです。でもぼくは、ちょうせんしたい気持ちでいっぱいでした。今までたくさん山の山に登ったけど、まだまだ自分には力があると思っていましたからです。

北アルプスの天気はあまりよくありませんでした。雨がふったり、くもったり、晴れたり、雷が鳴ったり色々でした。でもいろいろな天気の山が見れてぼくは幸せでした。

山登りはやっぱりとてもきつかったです。歩いても歩いても足がいたくなって頂上には

2. 登山界の現状と課題

つきませんでした。頂上には絶対行きたかったのがんばりました。しかも、岩ばかりでびっくりしました。ロッククライミングもしました。

前穂高岳から見る景色は高い山がたくさん見えてとてもきれいでした。とてもつらかったけど、がんばったから良かったと思いました。登ったかいがあつてよかったと思いました。こういうけいけんはなかなかできないなあ、と思いました。

奥穂高岳には行けなかったけどよかったです。行ってたらたぶん死んでると思います。

焼岳にも上がりました。もくもくとけむりが出てによう（いおう）のにおいがしました。

へんな山だなと思いました。でも景色はとてもきれいです。山から見る景色はどこに比べて最高です。

へびをつかまえたり、カモの赤ちゃんをつかまえたりする人がいておもしろかったです。山の友達とも楽しくすごせてラッキーでした。

僕は、本を読むのはきらいだけど、いろいろな景色の写真を見るのは好きです。でも写真の景色を見るより、本物の景色を見るほうがもっといいです。山のにおいや風は本にはないからです。

北アルプスなやんだけど行って良かったです。がんばれば苦しくてもできるんだなあと思いました。今度は奥穂高岳にいきたいです。

日本における国際認定山岳医制度の誕生

増 山 茂（日本登山医学会認定山岳医委員会委員長）

2010年5月、快晴の谷川岳を背景にヘリが飛び交っている。第30回日本登山医学会学術集会大会長の斎藤繁が見事に仕切る、群馬県（消防）、群馬県警、群馬岳連の協力を得た山岳救助技術訓練である。日本における国際認定山岳医制度がここに船出したのだ。13年前、スイスでのヘリを使った山岳救助デモと一緒に視察した県警関係者は「とても適わない」と弱音を吐いていたことを思い出す。

1. 前史

13年前の1997年8月、ネパールクンブーでの医学調査を終えたその足で直接スイスのインターレーケンへ向かう。ISMM（International Society for Mountain Medicine: 国際登山医学会）の年次総会に参加するためである。

この会議は三つの点で期を画するものになった。

ひとつはISMMの会長が、基礎医学生理学畑のJ.P. Richalet（仏）からスポーツ医学とくに山岳医療に詳しいP. Baertsch（独）に交代したことである。

ふたつ目は、ISMMと平行し、UIAA-MedCom（Union Internationale Des Associations D'alpinisme Medical Commission: 国際山岳連盟医療委員会）・ICAR（International Commission for Alpine Rescue: 国際山岳救助連絡協議会）も同時に開催されたことである。

もっとも大切な三番目はこの項の最後に述べることにする。

この会議全体はスイスのグループが中心になって組織された。中でも地元Dr. Bruno Durrerの活躍が目覚ましかった。彼はこのBernese Oberland地域の山岳遭難医療の中心的人物であり、またISMMでの山岳救助関係の代表者でもあり、UIAA Medcomのプレジデントでもある。ICAR MedcomのプレジデントであるDr. Urs Wigetも活発に動き、今回の世界会議はこの二人が取り仕切った感が深かった。

科学討議では低体温症と山岳救助が中心的な討論テーマに取り上げられた。低体温症に対する考え方・対処法は当時急速に変化しつつあり、現場でどのような措置が適切であるかについての定説もゆらいでいた。一体何をもって死亡しているといえるか？生へと生還する境目はどこか？低体温症の重症度はどのように評価するか？重症度に応じて対処法はどう変わるか。脈が無い場合は？心室細動の時は？脈があっても意識障害のある場合は？加温についても意見が分かれるところであった。

B. Durrerはスイスアルプスにおけるこの15年間の山岳救助の体験から、上記疑問に答える形で、現場での評価の方法・救急治療のアルゴリズムを発表した。山岳地帯の低体温症患者を取り扱った当時世界でもっとも整理されたデータに裏打ちされた科学的成果であった。これこそが、「ICARアルゴリズム」(*1)の第一版であり、後に現在でも世界中で用いられているスタンダード(*2)となる。

2. 登山界の現状と課題

Stechelbergで山岳救助訓練大会がおこなわれた。Air Glacier, REGAといった専門救助システム会社がヘリコプターを駆使して動き回るレスキューの技術は、航空法にがんじがらめに縛られた我が国では（当時の長野県警ですら）思いもつかない機動性をもっていた。圧巻はU字谷400mの垂直壁の中間点で救助を求めるクライマーの救出プログラム。200m以上ものワイアの先に救助隊員をつり下げたヘリが近づいて行くロングライン救助法は息をのませる名人芸であった。

救命率を高める山岳救助は救出時間との戦いであり上記Durrerの医学的アルゴリズムもU. Wigetらが乗るこの迅速なヘリによる救助システムを前提にたてられている（ちなみにこのDurrer, Wigetは翌年1998年松本で行われる第3回ISM国際会議に招請されることになる）。

山岳救助実践がようやく科学になりつつあった。山岳救助だけではない。討議を通じて皆の共通の認識となったのは、急性高山病・高地肺水腫や脳浮腫の治療、トレーニングや高所順化の方法、ヒマラヤ遠征やトレッキングに用意すべき医薬品など、山岳医療全般がだんだんと統一的理解に達しそうなことである。高所医学生理学は実験室データばかりかフィールドのそれも従前から学問的科学的に扱うことが可能だった。それに比べとかく個人的な経験や知恵や勘で済まされがちだった山岳医療全体も、事実を集積し確かな証拠に基づいた理論として科学的に扱おう。UIAA-Medcomがこれから世界的な標準的治療法・対処法をまとめていこうではないか。スイスやイタリアではこの山岳救助など実践医学を含めた山岳医学全般に関する集中講義のコースを作り始めている。フランス・スペイン・ドイツもあとを追っている。これを元に世界的に共通な履修内容をまと

め上げようではないか、この3つの国際組織（UIAA/ISMM/ICAR）で共通のInternational Course of Mountain Medicineを作ろうではないか、との合意が成立したのである。

これが、このインターラーケン会議での三つめ、かつもっとも画期的な成果であったろう。認定山岳医制度はここに歩み始める。

翌年、1998年オランダ・ハーグにおいて行われたUIAA Medcomでは、上記を実行形にまとめることになる、UIAA/ISMM/ICARによる「国際認定山岳医制度」を正式に発足させる。前年のインターラーケン会議に衝撃を受け、またこの年の発足大会にも参加した中島道郎は、1999年の第19回日本登山医学シンポジウムにおいて欧州における認定山岳医制度につき報告した^(*3)。中島のこれが日本において最初の組織的反応であったが、聴衆の反応は遠い国の話（実際そうなのであるが）を聞くが如しであった。中島はその後10年もの長く苦しい試行を行うことになる^(*4)。

2. 欧州での国際認定登山医制度の発展

21世紀に入り、欧州各国の登山医学会などが行う山岳医療、高所医学生理学に関する集中講義のコースはこの国際的基準に整理され、それぞれの国情にあった認定山岳医制度にまとめられてゆく。例えば英国のそれは2002年発足する^(*5)。またそれら各国認定医のための国際的Refreshコースが企画される。2002年4月Contitaが組織するスペインでのピレネープログラム（増山が参加）、Baertschが組織する2004年3月スイスでのベルニナプログラム^(*6)（中島・増山・志賀直子が参加）がそれにあたる。

後者に参加したあと中島は「ヨーロッパではこのようにして認定医制度の拡充が進んではいるも

の、彼らのレベルがわれわれよりも格段に進んでいるわけではない。しかし、この認定コース受講者は欧州全体で数千人になるという。このままでは次第に差をつけられる」と考え、2005年、「小林俊夫日本登山医学会長、大森薫雄日本山岳協会副会長、増山茂常任幹事、山本正嘉第25回大会長そして中島道郎が発起人」となる、国際認定山岳医準備委員会を発足させた。

欧州現場での責任者は変化していた。ISMMでは、B. DurrerからDr. Urs Heftiへ、UIAA MedComは、Buddha Basnyatが代表となり、H. BruggerがICARの責任者となっていた。準備委員会はかれらと連絡をとりながら日本にこの制度を導入しようと努力した。日本登山医学会の年次活動方針に「認定山岳医制度の確立」が掲げられたのは2006年からである。上記準備委員会は、プログラムの大枠を定め講師候補のノミネートまで行ったが、実現に向けたふつふつたるエネルギーが沸いてくるには、もうしばらく日本国内での熟成が必要であった。

2007年10月、スコットランドのAviemoreで行われたISMM/UIAA-Med/ICAR合同会議^(*7)において国際認定山岳医制度に関する新しいregulationが決定された。1998年にBruno DurrerとUrs Wigetにより作られた初版、2004年David Hildebrandtによる第2版に次ぐ、この第3版はD. Hildebrandt+John Ellertonによるものである^(*8)。

International Diploma of Mountain Medicine (DiMM) はすでに欧州で根をおろし、オーストリア、ドイツ、英国、フランス、イタリア、スペイン、スイスの7か国が設ける講習コースがこの国際的認定を受けており、3500人の医師がこれまで受講している。この改訂版は、DiMMがしっかりとした評価を得た資格とみなされてきたこと

を基盤に、国際的登山活動がさらに活発になってきたことを考慮し、またインターネット時代に即応するためにも、これをさらに北米やアジアに広げることを意図したものとなっている。

ISMMのMilledge, UIAA-MedのBuddhaやICARのプレジデントと討議した我々（中島・堀井昌子・増山ら）は、もうこれ以上日本での発足を遅らせるわけにはゆかないと考えるに至った。北米などでこの認定制度を始める動きがある、我々だけが置いてかれるわけにはいかない。

新しいregulationでは、D. HildebrandtとJ. Ellertonが窓口である。新しく申請する国の代表者はこの両者と協議し、regulationに記載された研修課程・項目を満足させる詳細な実行計画申請書を提出し、ISMM/UIAA-Med/ICARの審査を経て正式な許可を得なくてはならない。2008年度の日本登山医学会理事会で認定山岳医制度に本格的に取り組むことが決定、増山がその担当の理事となった。

3. ようやく実務部隊が動き始める

2008年秋日本登山医学会内に、増山茂・上小牧憲寛・梶谷博・志賀尚子・恵秀彦による国際山岳認定医制度準備実務者会議を設ける。細かい実務作業が動き始める。別掲のプログラム^(*9)を見れば想像できるように、これは実に大変な作業なのである。最低限、年間100時間+40時間の理論実習計画を組み立てねばならない。それぞれの講義実習内容を可能にする、ヒト/モノ/場所/日時/金を調整して決定しなければならない。そのつど欧州との調節が必要である。私の頭の中には、理論系は増山が、山岳技術系は上小牧が、山岳救助系は梶谷・恵秀彦が、海外遠征系は志賀が、まとめればナントカなるとの予想があったのであるが、現実はその甘くないものではなかった。実務

2. 登山界の現状と課題

者会議の皆さまにはまことに時間的にも精神的にも金銭的にもご負担をかけ過ぎたかと深謝する次第であります。

4. 問題は山積

問題はどこにでも生まれる。たとえば国際組織上の問題である。

2009年2月増山は日本モンブランクラブ代表者の訪問を受けた。認定山岳医制度ができた暁にはお手伝いをしたいとの申し出である。ありがたいことである。日本モンブランクラブは、ICARの日本における唯一の正式な会員である(*10)。ご承知のようにこの認定医のタイトルは、UIAA/ICAR/ISMM International Diploma of Mountain Medicineと称するのである。UIAAの日本の代理組織としては、JMA(日本山岳協会)がある。組織的後援をお願いするのは当然である(事実、予算上の配慮も含め多大なご協力をいただいている)。ISMMのそれはJSMM(日本登山医学会)そのものであり、ここが認定の主体なのだから問題はない。ではICARの日本における組織的代理人はだれか?それが必須ならば、当然その組織の協力を得なければならない。

ICAR: International Commission for Alpine Rescueとは、国際山岳救助連絡協議会の謂である。欧州では山岳救助団体の総集合体であり、民間ばかりか、警察や軍隊までもが参加する国もある(*10)。つまりICARの日本における主要な組織的代理人とはなにかは、日本における山岳救助組織を糾合する組織はなにか、に帰結する。

日本モンブランクラブがそうであれば私どもの国際組織上の問題は解決する。しかし、日本モンブランクラブはICARの日本における唯一の正式な会員であるという必要条件是満たしているが、

はたして「日本における山岳救助組織を糾合する組織」なのであろうか。

この領域に私は暗いのであるが、それでも、日山協や労山の遭難対策委員会をはじめ、各地域・岳連の遭対、各山岳会の関係者、そして警察や消防、日本山岳ガイド協会などのガイド組織、ヘリ会社等、山岳レスキュー関係者が多くいることは知っている。文科省登山研修所(当時)はこれら遭難対策関係者を集める全国山岳遭難対策協議会を毎年名義的には主催しているはずだ。またこの前年に山岳ガイドを中心にICAR日本支部設立の試みが行われたと聞いていたがこれはどうなったのだろうか。とまれ日本モンブランクラブ単独で十分条件を満たしているとはいえないだろう。

協力の申し出ではありがたく頂戴したが、「日本における山岳救助組織を糾合する組織」はどれかを判断するのは我々の仕事ではない。これが早く確立されその援助を得られれば我々としてはまことにありがたいのだが。

2009年3月18日、日本登山医学会認定・国際山岳認定医(仮称)制度準備会から、(社)日本山岳協会会長田中文男、同常務理事・遭難対策委員会委員長西内博、同医科学委員会委員長堀井昌子、文部科学省登山研修所所長長登健、(社)山岳ガイド協会専務理事磯野剛太の諸氏を招き説明会を行った。

日本登山医学会側は、小林俊夫理事長以下、増山茂・上小牧憲寛・梶谷博・志賀尚子・恵秀彦である。

上にも述べたように、JMA(日本山岳協会)はUIAAを日本では代表する。文科省登山研修所(現国立登山研修所)は登山技術講習における日本の中心である。また、この認定制度、登山医学会が責任を持って履修課程の策定、認定の審査、

認定証の発行を行うのであるが、運用に当たってはこの2つの組織のほかにも国際的山岳ガイドの証であるFIAGM資格を持つ山岳ガイドやその他山岳救助関係組織の協力を得る必要がある。

幸い、ご参加いただいた諸氏からはすべて心強い協力の意を表していただいた。実際の運営に際しても、実質的な援助を含む絶大なご協力をいただいている。心から御礼申し上げる。

2009年5月30日に行われた第29回日本登山医学会総会で、国際山岳医制度の発足について正式の承認を得、日本登山医学会国際認定山岳医制度設立準備委員会（代表増山茂）を発足させる。さて、実際のニーズの把握が必要である。日本登山医学会に本当に認定山岳医など必要なのだろうか？会員の意向や如何。2009年6月、日本登山医学会会員を対象に国際認定山岳医制度についてのアンケート調査を行う。

回収された結果を見ると、会員の関心は非常に高い。しかし、年間100時間+40時間の研修に参加できそうな方は必ずしも多くはない。半数以上の方はせいぜい50時間程度なら可能であるとの答えである。日本人医療関係者は忙しいのだ。研修時間が年間100時間を超す国際認定医と50時間程度の国内認定医の2本立てで行かねばならないであろう。時間の節約のためには他組織の研修会との相互乗り入れも検討する必要がある。国際的規準ではあるが、日本の山岳活動の特性（沢登りなど）を充分に含めた内容で制度化を考え、在野で山岳活動している医師が受講しやすい内容で裾野を広げる必要がある。医師向けだけではなく医療関係者・山岳関係者向けのコースも考えてゆかねばならないだろう。

しかし、総じていえば、会員の意志は、“go”である。

5. 欧州本部との折衝

ここで国内の憂いはなくなった。あとは、欧州本部である。e-mailがやり取りのツールとなるのであるが、なかなか歯がゆいのである。不審点を確認せねば申請書は書けない。D. HilldebrandtとJ. Ellertonおよびその秘書が相手なのだが、急ぐときは必ず相手は長期の山行にて連絡が途絶する「法則」がある?!かれらはそれぞれの国で研修コースの責任者を兼ねているから当然なのだが。相談するのも容易ではない。

2009年のUIAA-Medcomは、11月、カトマンズにて行われることになっている。Dr. Hilldebrandtは、この会合に現れるらしい。カトマンズには旧知のUIAA-MedcomのBuddha Basnyat委員長もいる。よし、問題点は膝詰め談判で解決しよう、と会合の3週間前に上小牧委員を現地に派遣することに決定。堀井+上小牧の両名で、Japanese Diploma of Mountain Medicineのプレゼンを行うとともに、問題点を総て詰めて解決してきてもらおう。

カトマンズでの成果は「上小牧憲寛カトマンズ報告」を引用しておこう^(*11)。結論を言えば、大成功であった。

***** 引用始め *****

UIAA Med Com meeting（国際山岳連盟医療部会）に参加するため、2009年11月14日深夜トリブバン空港に到着し、カトマンズに18日まで滞在しました。

11月15日はwelcome partyで委員の顔合わせをしました。3週間前にUIAA Med Com meetingで“Diploma in Mountain Medicine in Japan”の紹介をさせてほしいと突然お願いしたのだが、この部会会長であるDr. Buddha Basnyatは快く承諾して下さった。以後チケットや宿の手配、日本での仕事

2. 登山界の現状と課題

の整理、発表パワポの作成など目の回るような忙しさだった。

11月16日Medcom meetingに参加した。終了後ディナーまでに1時間休憩があったので、Dr. David Hillebrandt（英国。欧州における国際山岳専門医Diploma認定の最終責任者の一人）、堀井昌子、上小牧の3人で2010年度Diploma in Mountain Medicine in Japanの予定表（カリキュラム）をチェックした。パワーポイントをお見せしながら説明したが、D. Hillebrandtはそれをみて、まず「OK。よく出来ている。これで充分承認されるよ」とおっしゃった。貴重なご意見も多数いただけた。万々歳である。

11月17日研究発表会。Diploma in Mountain Medicine in Japanについてのプレゼンテーションを行った。既にD. Hillebrandtと前日話し合っていたが、パワーポイントを見せながらもう1回UIAA Med Comの会員全体に説明した。「“Diploma in Mountain Medicine (DiMM) in Japan is now launching”と書いてあるが、application formはいつ正式に提出するのか」と質問され「1～2ヶ月以内に」と答えた。

帰国したら超特急での作業が待っている。

***** 引用終わり *****

6. 最後の踏ん張り

超特急に乗りながらも、国内での着実な組織的な再確認も必要である。ここまできたら暫定的な準備実務者会議では済まない。2009年度の総会において国際認定山岳医制度準備を推し進めることが認められてはいたが、正式に欧州本部に申請するにはこちらの組織的体制もきちんとせねばならぬ。そのためには、責任主体組織を立ち上げねばならない。

責任主体組織=日本登山医学会認定山岳医委員会規則を書き上げて理事会の承認を得たのが、2009年12月5日。第一条にその目的が記される。「(目的) 第1条 日本登山医学会は、UIAA/ICAR/ISMMに準拠した国際認定山岳医及び日本登山医学会の認定する国内認定山岳医制度を確立・運営することを目的に、理事会の下に日本登山医学会認定山岳医委員会（以下本委員会という）を置く。本委員会は、目的達成のためにUIAA/ICAR/ISMMとの調整を行い、日本登山医学会会員を対象に適切な教育・実習プログラムを作成・実行し、最終試験及び評価を行い、国際認定山岳医及び日本登山医学会認定山岳医を養成する。」

組織的には、責任主体組織=認定山岳医委員会は理事会の下部組織である。委員長は増山である。委員会の任務は

- (1) 認定山岳医の教育実習プログラムの作成、実施および資格認定に関する事項。
 - (2) 認定山岳医以外の医療職教育実習プログラムの作成、実施および資格認定に関する事項。
 - (3) その他認定山岳医制度に関する事項。
- である。

この委員会の下に、実行委員会を置く。実行委員会委員長は上小牧である。また、委員長は顧問会議を置くことが出来る。顧問会議議長は中島道郎である。

ああ、ようやく体制が整備された。

のちに実行委員会中核メンバーとなる、増山茂、上小牧憲寛、斎藤繁、橋本しをり、志賀尚子、梶谷博、大城和恵、夏井裕明、千島康稔、貫田宗男、恵秀彦、安藤隼人らによる超特急の仕事は体制整備と平行して進んでいた。

何しろ初めての経験である。最低100時間（国際コース）+40時間（野外活動・遠征医学特別

コース) をデザインしなければいけない。申請言語は英語である。欧州では1週間程度のモジュールx3-4回で行っているが、日本の忙しい医師が1週間連続に休めるはずもない。週末を利用した日本方式(クラスと称する)を考える必要がある。たぶん日本で一番タフな認定医制度になるだろう。日本の特色ある登山(例えば沢登りなど)をどうやって組み入れよう。警察や消防との連絡はどうしよう。一体何人の受講者があるだろう。場所は確保できるか、まだ正式に認可されているわけでもないのに講師を頼んで大丈夫か。そもそも予算計画は大丈夫だろうか?

毎日数十通ものメールが飛び交い、いくつもの申請書改訂版が作られては破棄されてゆく。その中でも外に出せる内容は順次日本登山医学会HPに載せてゆくことにする。会員の目に触れるようにしなければいけない。

日本における認定山岳医制度の船出の場は、斎藤繁が大会長を務める2010年5月初旬、谷川岳で行われる第30回学術集会にしようと考えていた。一方、欧州本部に申請書を提出後2ヶ月程度の審査期間が欲しいと言われている。案内・募集の時間、現場準備の時間を考えると、なるべく早く、できれば2009年中には送付したい。

さあ、急がねばならぬ。

超特急の甲斐あって、委員会最終版ができあがったのがクリスマスイヴ。日本登山医学会理事会のチェックを受けて確定版を書いたのが2009年12月30日。細かい校正をfaxして欧州本部に送ったのが2009年の大晦日。やれやれ間に合った。小林俊夫理事長以下役員の方々には年の瀬ぎりぎりまでPCの前にスタンバイさせ、ご迷惑をおかけしました。

covering letterは以下の如し。

Dear Dr John Ellerton,

We, Japanese Society of Mountain Medicine, are pleased to send you our application for approval of Japanese courses leading to the UIAA/IKAR/ISMM Diploma of Mountain Medicine.

Please open an attached file, DIPLOMA APPLICATION from Japan.doc

Our plan consists of two courses, common course and wilderness and expedition medicine course.

Outline of the courses was presented by Dr. Kamikomaki and Horii at the UIAA Medcom Kathmandu meeting in November 2009 and generally accepted by the attending members including Dr. David Hildebrandt.

We plan to start this program in May, 2010. Your kind and prompt screening and reviewing would be appreciated.

December 30, 2009

Shigeru Masuyama, M.D., Ph.D.

Secretary General of Japanese Society of Mountain Medicine

<http://www.jsmmed.org/>

7. 承認

2ヶ月たたないうちに返事が戻ってきた。時は2010年2月21日。

Dear Shigeru,

I enclose a certificate that you may wish to use as it confirms the UIAA/ICAR/ISMM approval status of your courses.

John Ellerton

2. 登山界の現状と課題

Certificate for Courses in Mountain Medicine

This is to certify that the courses in Mountain Medicine organized by:

Japanese Society of Mountain Medicine

are in accordance with the minimum requirements of the Medical Commissions of Union Internationale Des Associations D'alpinisme (UIAA) and International Commission for Alpine Rescue (ICAR), and the International Society for Mountain Medicine (ISMM). The organization is entitled to use the UIAA, ICAR and ISMM logos for their courses for two years from May 2010, and award the title UIAA/ICAR/ISMM Diploma/Certificate in Mountain Medicine to successful candidates as set out in the Diploma

とあり、3つの国際組織Presidentの署名がある。

Dr Buddha Basnyat M.D. President UIAA Medcom

Dr Fidel Elsensohn M.D. President ICAR Medcom

Dr Marco Maggiorini M.D. President ISMM

よしやった。これで日本が8番目の、UIAA/ICAR/ISMM Diploma in Mountain Medicineを発行する国になれる。10年間の回り道をしてしまったが、ようやく中島・大森両先達に晴れて報告できる(この時大森は人生で最後となる病床にいた)。

でも、船出予定の2010年5月谷川岳で行われる第30回学術総会まであと2ヶ月半。超特急準備は最後まで続きそうだ。

8. 船出

2010年5月。谷川岳。第30回日本登山医学会学術総会。ようやく船出だ。さて、実際何人の受講者があるだろうか、それにより予算立てが全く

違ってくる。各クラスタの責任者には、受講者が10人の場合、20人の場合の予算を提出してもらっている。5人だったらどうしよう。

蓋を開けてみると、当日の申請者を含めて、三十数人。ほっと、胸をなで下ろす。

国際がついているし、認定医であるし、プログラムは実際仰々しいほどなのだが(2010年度募集要項を参照(*9))、この認定医資格を得たからとてなにか経済的な特典が当該医師に与えられるわけではない。「ニンテイイ詐欺」ではありませんよ、それは最初から謳ってある。純粋に高みを目指す学問的努力のために存在する。これだけに、年間111時間(国際認定医。100時間がこの時間に膨れあがった)+40時間(野外活動・遠征医学特別コース)、安くない講習費用や交通宿泊費、それにも増して貴重な時間を費やすものがどれくらいいるであろうか、一抹の不安があったのだ。

快晴の谷川岳を背景に、斎藤繁が仕切る、群馬県(消防)、群馬県警、群馬岳連の協力を得た山岳救助技術訓練が行われている。ヘリ技術は見事なものだ、スイスでのそれに舌を巻いていた13年前とは隔世の感がある。今日の群馬の防災ヘリならばREGAなりとそこそこ戦えるのではないか。

日本にも山岳救助を科学する地盤ができてきたということだ。群馬県山岳警備隊+群馬岳連のベテランによる救助技術講習は日本山岳の特徴を生かしつつ近代的装備を駆使した見事に実践的なものであった。WMS(Wilderness Medical Society)ベースのファーストエイド講習のデモも北米帰りの意欲ある若者によって行われた。

このような多くの方々とともに、私たち認定山岳医は研修を重ね、ともすれば、個人の経験や勘に堕しがちな日本の山岳医療フィールドに常にアップデートされる国際スタンダードを浸透させて

ゆく必要があるだろう。

この谷川での日本登山医学会認定山岳医制度の出発をはじめその活動は、上毛新聞や朝日新聞や読売新聞や下野新聞や日経新聞などで好意的に取り上げていただいた。そのおかげもあろうか、認定山岳医コース受講申請者は現在(2011年1月)では60人を越す勢いである。

9. 新しい力

10年も発足が遅れた理由は何だったのだろうか。いや、逆に言うべきかもしれない。ようやく船出することができた理由はなんだろう。

申請はもとより、2010年度の実際の運営においても、怒濤の超特急業務をこなしてきた今ならはっきりと私は言うことができる。それは、日本の登山医学の世界に新しい力が生まれてきたからである。力とはヒトである。ヒトの内実である。新しい試みは新しいヒトでしか出来ない。

チョモランマ登頂後手指の何本かを凍傷で切断することになったがそれをも科学的探求の対象としようとする循環器医、南極とヒマラヤ・エベレストを自前のバイクライドで結ぶ救急脳外科医、山岳遭難の搬送受け入れ窓口にいる形成外科医にして登山ガイドでもあるマルチタレント、50才過ぎてもおおアルパインクライミングを続けフリーやアイスのローカルコンペにも最年長での出場を続けているアスリート系院長、英国の認定山岳医コースに果敢に挑みたった一年でこれを獲得し日本で初めて国際認定山岳医となった勇氣ある挑戦者、会場の設営・HPの管理など裏方を素晴らしい事務処理能力でこなすロングディスタンスサイクラー。世界のどこに出しても臆することのない文武両道に秀でた達人たちがこの船出を可能にした。

認定山岳医コースに申請する医師にも頼もしい方が多い。日本山岳の入山都市の救急基幹病院、山小屋の夏山診療所を運営する大学、はだいたいカバーしているようだ。2009年のアンケート(前掲)では年間100時間以上もかかる国際認定医コースは敬遠されるはずであった。しかし実際をみると、60人の申請者のほとんどが国際コース希望者なのである。かれらの何人かは、この国際認定山岳医コースを取りたくて、わざわざ日本登山医学会に入会してきたのだ。

ここにも新しい力がうまれつつある。新しいものが作られる予感がある。

10. 次の時代へ

しかし、我々医師だけでこの事業が可能なのはではない。認定医そのものについては日本登山医学会が責任を持って履修課程の策定、認定の審査、認定証の発行を行うのであるが、運用に当たっては日本の山岳界を担う日本山岳協会(医科学委員会、遭難対策委員会)、文部科学省登山研修所(現国立登山研修所)、各地域・岳連の遭対、各山岳会の関係者、そして警察や消防、FIAGM資格を持つ山岳ガイドとその組織、ヘリ会社等の山岳レスキュー関係者の協力が不可欠である。

現時点(2011年1月)で、認定山岳医の研修会は初年度の第4コーナーを廻ったところにいる。これまで下に示すように山岳技術や救助技術講習に関して、実に多くの方々の協力をいただってきた。

2010年5月 谷川クラスタ：群馬県山岳連盟、群馬県警山岳警備隊、群馬県消防^(*12)。

2010年6月 東京クラスタ：気象関係者、法曹関係者^(*13)

2010年7月 立山クラスタ：山岳ガイド、国

2. 登山界の現状と課題

立登山研修所関係者 (*14)

2010年9月 遠征クラス I : プロクライマー、登山家、山岳ガイド、JICA、(*15)

2010年10月 宇都宮クラス : 山岳ガイド、栃木県山岳連盟 (*16)

2011年1月 八ヶ岳クラス : 山岳ガイド、登山家 (*17)

日本山岳協会、国立登山研修所からは、個別クラスの協力以外にも、コース全体に対して格別の配慮をいただいている。

ご協力いただいたみなさまに心から感謝を申し上げます。この認定医研修会はこれからも何年も継続して行われるであろう。これだけ多くの方のご助力をいただいているとすれば、我々の方も将来なにかの、言葉だけではない、お返しを考えねばいけない。

我々が現在行っている日本登山医学会認定山岳医制度の確立は、つまりは、UIAA, ICAR, ISMM に準拠した国際的資格を背景に持つ医療者向けの山岳領域での日本式救急医療 (JMPTEC) システムを構築しようとする試みでもある。これを本当に日本の現場に生かすためには、上記を山岳関係者用に翻案し、かつ国際的に通用する資格が日本にも必要だと考える。それは、UIAA, ICAR, ISMMそして、北米を考えると、WMSに認められるファーストエイド教習資格の山岳関係者版となるべきであろう。

この間欧米の彼らと苦勞して折衝してきた私たちならこのお手伝いができる。それが山岳関係者への我々のお返しになるといいのだが。

References

(*1)

Recommendation REC M 0013 of the Commission

for Mountain Emergency Medicine of 1999 On Site Treatment of Avalanche Victims H Brugger, B Durrer

http://www.alpinmedizin.org/pdf/ikar_recm013avalanche.pdf

(*2)

The Medical On-site Treatment of Hypothermia:ICAR-MEDCOM Recommendation Bruno Durrer, Hermann Brugger, David Syme. High Altitude Medicine & Biology. March 2003, 4 (1) : 99-103. doi:10.1089/152702903321489031.

(*3)

中島道郎 シンポジウム1 : 山岳遭難 登山医学19巻15頁、1989年

(*4)

中島道郎 : 医師による山岳救助システム。救急医療ジャーナル7 (36) :8-11,1994

(*5)

<http://www.thebmc.co.uk/Feature.aspx?id=1366>

(*6)

<http://www.klinikum.uni-heidelberg.de/index.php?id=92/med7/>

(*7)

<http://www.worldcongress2007.org.uk/>

(*8)

http://www.jsmmed.org/_userdata/DIMMReg2007-1.pdf

(*9)

http://www.jsmmed.org/_userdata/2010DiMM_yokou_20100616.pdf

(*10)

<http://www.ikar-cisa.org/eXtraEngine3/WebObjects/eXtraEngine3.woa/wa/menu?id=241&lang=en>

(*11)

http://www.jsmmed.org/_userdata/uiaa_kamikomaki.pdf

(*12)

<http://www.jsmmed.org/pg49.html>

(*13)

<http://www.jsmmed.org/pg78.html>

(*14)

<http://www.jsmmed.org/pg79.html>

(*15)

<http://www.jsmmed.org/pg83.html>

(*16)

<http://www.jsmmed.org/pg84.html>

(*17)

<http://www.jsmmed.org/pg89yatsugatake.html>

ヒマラヤ／カラコルム2010年の主要登攀

池田常道（日本山岳会会員）

【中国】

1. ミニヤ・コンカ山群未踏の壁

マウント・グローヴナー（6,376m）は、2003年秋にロジャー・ペインとジュリー＝アン・クライマの英国カップルが北面から西稜を経て初登頂しているが、北西壁の中央を断ち割る大クーロワールは未踏だった。同年春に挑んだミック・ファウラーとアンディ・ケイヴ（英）が中間部でもろい岩に阻まれ、2009年春の韓国隊（アン・チャンら3人）も同様に敗退していたからである。

ブルース・ノーマンド（英）とカイル・デンプスター（米）は10月下旬、おりからの寒気で氷結したこのクーロワールを登った。10月28日午前3時にハイキャンプを出発し、下部1,000mではロープを結び合わずに登攀。傾斜の増す上部1,000mでは確保し合ってWI4+の氷壁をたどった末、出発後15時間で頂上に立った。頂上は通算第2登。下降路は北東稜に採って8時間でキャンプまで戻った。

ノーマンドとデンプスターにとって、グローヴナーは高所順応の一環に過ぎなかった。彼らの主目標は標高差2,400mを誇るマウント・エドガー（Eコンカ、6,618m）東壁だったからだ。2009年春にジョニー・コップら3人の米国隊を雪崩が呑みこんだこの未踏壁は、スケールが大きく危険性も高い。グローヴナーを終えてから5,200mピークに登って万全を期したペアは11月7日、エドガーのBC（3,200m）に移動した。翌日さっそく4,100mに上がり、3日目には取付の5,500m

へ。南稜の東面フランケにルートを採って10日から登攀を開始し、6,000mでビバーク、11日には南稜のコル（6,200m）に抜け出した。翌日、南稜伝いに頂上に立ち、続く2日間で南稜を下降した。ルート名はRose of No Man's Land（VI、WI5+、M6）。頂上は、2001年に西稜から登頂した韓国隊に次ぐ第2登にあたる。

この少し前、ウラジーミル・ベルソフら10人のロシア隊が北東壁を試み、9月末に5,900mまで到達したが、強風のため敗退している。

山群の北寄りにあるシャオ・コンカ（小コンカ、6,027m）ではキム・キュテ隊長以下22人の韓国隊が8月、固定ロープを用いて南面の新ルートに登った。7月31日から開始し4,600mにC1、8月2日5300mにC2。ここから6ピッチ伸ばして8日には5,750mに達した。2日間休養後の11日、登攀隊長以下9人（うち女性2人）が頂上に向かい、キャンプから8時間半で登頂した。

2. 邛崃山系岩峰群

邛崃山系岩峰群のひとつセエルデンプー（野人峰、5,592m）は英語名Barbarianと通称される未踏峰。標高差1,500mを誇る北壁に「イエティの鼻」と呼ばれる巨大なバットレスを持ち、かねてからクライマーの注目を集めていた。今季も3チームが挑んだが、8月に日本隊の長友敬一が頭部に落石を受けて負傷、ポーランド隊も落石に遭い、いずれも失敗。その後の中国隊も敗退した。アメリカのチャド・ケログとディラン・ジョン

ソンは9月に入山し、北東稜を経て初登頂した。2人の目標も最初は北壁だったが、天候がビッグウォール・クライミングに適さないとみてミックス地形の東面に変更、北東稜をアルパイン・スタイルで登った。最初の試登は下部250mの花崗岩壁(5.10)を登ったところで悪天候に阻まれ、4日後に戻ってガリーから5,200mのコルに出た。そこから先、岩塔の林立するリッジでドライツェリング中にギアが外れたジョンソンが転落、ビバークの用意もないので、いったんBCに下りた。1日休んでから24kmのアプローチを引き返し、夜11時半にハイキャンプを出て、翌日夜明けには前回の到達点に達した。複雑な稜線が終わると頂稜となり、雪庇の出た尾根と若干のミックス壁をたどって頂上に出た。往路を下り、ハイキャンプに帰着したのは真夜中近く、BCを出てから34時間の連続行動だった。ルート名はHeadwaters(5.10、C2)、長坪沟と双橋沟の源頭にあたることからの命名である。

ケログとジョンソンは数日後、ジョン・ディッキー(米)を加えた3人で5,086mの鋭いピークを目指した。約600mにわたるフリー・クライミングで頂上直下に達したが、その先25mはプロテクションのとれないアレトとなっていて、ボルトキットもないため初登頂を断念した。

セレスチャル・ピーク(神山、ポミュー、5,413m)はこの界限で最も早く、1983年に登られた岩峰。アメリカのトビー・グローン、ジェシー・ヒューイ、ジョン・ディッキーが9月に長大な北東稜を登った。3人は4時間のアプローチでリッジの北面、約4,750mにある小氷河に出てビバーク。翌日一気に頂上を往復しようとビバーク装備を置いて出発した。ところが写真撮影で手間取ったうえ、上部にはナイフエッジの稜線が横た

わっていた。最後は時間との競争となり、核心部以外は同時行動で強行、午後7時ようやく頂上に達した。リッジ部分にはじつに10時間を要したという。帰路は東壁へ懸垂下降し、キャンプに帰ったのは出発してから22時間後だった。頂上は通算第6登、ルート名はForlorn Ridgeとした。

長坪 と双橋 を分かつ山稜の南部にウセシャン(五色山、5,430m)がある。異なる岩質が層をなし、潤い壁の多彩な輝きをみせることから命名された。これまでに何度かトライされてきたが、2月10日、中国のヤン・ドンドンとリ・ランによって初登頂された。2月8日南壁基部に上がり、4,800mで一泊。壁にかかってからはもろい石灰岩のため右手を目指し、7ピッチで層の切れ目に到達。頁岩を2ピッチ行くと花崗岩のバットレスに出た。これを右へ巻いて2ピッチでビバークし、翌日、5.7の登攀を5ピッチ、6ピッチ目の核心を越えるとバットレスの頭に出た。頂上は双耳峰で、13時西のピークに立つ。ほぼ同じ高度と思われる東峰は難しそうなので、そこから下降した。

ニウシンシャン(牛心山、4,942m)は2004年にジョン・アランとアン・アラン(英)が初登頂したピーク。山梨県岳連隊の亀田博生、橋本誠ペアが9月に南東壁を初登攀して日本人初登頂に成功した。9月13日4,300m地点にBCを設営し、翌日から攻撃。最高5.10bの5ピッチを登ってビバークし、翌日4ピッチ(5.9)でコルに抜ける。あとは高度感のある岩稜を3ピッチで頂上に出た。ルート名は謝謝(12ピッチ、415m、5.10b)。

一方、同隊の植松一好、金丸祐司はアピ(阿比)山5,594mを目指し、西面4,600mにBCを設けた。9月15日、5,000m地点の氷河を渡って西稜に取付くが、ナイフエッジの岩稜で行き詰まり、5,150mを最高到達点として敗退した。正面のル

3. 海外登山の記録

ンゼを攻めることも考慮したが、落石が激しく、体調不良もあって諦めた。

3. 大雪山系・沙魯里山山系

大雪山系北部のシアチャンラ（夏羌拉、5,470m）は大渡河の西に位置する未踏峰である。吉村千春隊長ら4人の日本山岳会広島支部隊が春に初登頂した。4月27日、大海子の湖畔4,350mにBCを置き、5月1日ハイキャンプ（5,020m）を設営。登攀は二手に分かれてアルパイン・スタイルで行われた。翌朝6時に出発し、吉村隊長と加藤満が北稜を、松島宏と佐藤健が北東壁をそれぞれ攻めた。北東壁ペアは雪のルンゼを登り、それが狭まるあたりから左へ、頂上に続く岩稜をたどった。北稜ペアは右手の尾根を忠実にたどるが、稜線は複雑で岩ももろく、時間を食われた。60mロープで15ピッチほど登った時点で北東壁ペアから登頂成功の報が入る。目前に立ちのぼる頂（Ⅲ峰、5,440m）を越え、頂上からⅡ峰を経由して降りてきた松島ペアとⅡ・Ⅲ峰のゴルで合流。すでに16時だったので下降を急ぎ、往復15時間でハイキャンプに帰った。

沙魯里山山系のヤンモーロン（央莫龍、6,060m）も未踏峰。アメリカのジョン・オットーとティム・ベートラーが11月に北稜を試みた。2009年英国隊の報告で北面に住むチベット人が敵対的だと語られていたのでこの谷を避け、アプローチは長駆西方の党巴から5,850m峰下の氷河を登り、5,300mの峠を越えるルートを選び、5日間かけてBCに入った。2人はロック・ピラミッド（あるいはロックバンド）と呼んだ5,400m地点まで登ってデポを設けたが、ここは07年英国隊の最高到達点にあたる。BCに帰ると巨大な雪崩がルートぞい500mにわたって落ちるのを目

撃。翌朝は風が強まり、雪まで降り出した。コンディションの回復が見込めないため、断念した。

4. チベットの高峰登山

チョモランマ（エヴェレスト、8,848m）には、南北合わせて春に510人内外が頂上に立ち、ネパール側と合わせて累計登頂者は一挙に5,000の大台を超えた。チベット側からの登頂者は165人前後で、このうち5人が無酸素だった。オーストリア女性ゲルリンデ・カルテンブルーナーとイタリアのシルヴィオ・モンディネッリ、アベレ・ブラン、マルコ・コマンドーナ、ミケーレ・エンツィオである。これで8,000m×13座（すべて無酸素）に達したカルテンブルーナーは8月に残るK2に挑んだが失敗に終わった（後出）。また、すでに14座登頂を達成しているモンディネッリは、サウス・コルから登った2001年に続く2回目の登頂。南北両面から無酸素登頂した人物は8人いるが、そのうち6人はシェルパなので、クライマーとしてはラインホルト・メスナー（78年と80年）に次いで2人目となる。

アメリカの少年ジョーダン・ロメロ（13歳314日）が5月12日、両親とシェルパ3人に付き添われて頂上に立ち、ミン・キパ（ネパール）が03年に作った最年少記録（15歳）を更新した。ネパール側には16歳以上という制限があるが、チベット側にはない。中国チベット登山協会（CTMA）は6月12日、「登山隊の質の向上と安全を図るため」8か条に及ぶ補足条項を登山規則に追加し、秋から年齢規制（18～60歳）を設けるとした。チョー・オユーとシシャバンマも含む高峰3座に適用するもので、最近泥試合の感が強まっている子供や老人の際限ない登頂競争に歯止めをかける意味がある。

遭難死は3人でいずれもチベット側、ネパール側の死者はなかった。ダーフィット・ヴァルコニー（ハンガリー）は4月26日、ノース・コル下で雪崩に埋没。5月24日、シェルパ3人と共に登頂した小笠原寛（62）は頂上からの帰途8,500m付近で亡くなった。その翌日にはサミット・クライム公募隊のクライアント、ピーター・キンロック（英）が同様に8,600m付近で死亡している。

秋にはイタリアのアオスタ溪谷ガイド隊、スペインのアルベルト・セラインらが少人数で北壁日本直登ルートを目指したが、下部で雪崩に流されるなどの悪条件でいずれも失敗に終わった。

チャンツェ（7,553m）は、1982年にドイツ隊が東稜から初登頂して以来まだ数回しか登られていなかった。セブン・サミット公募隊（ロシア）のアレクサンドル・アブラモフ隊長は、2000年以来エヴェレストに通ううちにノース・コルから延びる南稜に目を付けていたが、5月16日、シェルパのラクパ・ゲル、ニマ・ウォンディ、ペンバ・ノルブと共に頂上を往復した。ルートは天山山脈ハン・テングリのクラシック・ルートと同程度（4B/5A）で、コルから頂上まで6時間を要したという。

チョー・オユー（8,201m）の春のシーズンは数隊の公募隊が頂上に立ち遭難もなかったが、サミット・クライム公募隊のメンバーがナンパ・ラを越えてネパールへ向かうヤクのキャラバンを目撃したという。2006年の銃撃事件以来久しく閉ざされていた国境通過が緩和されたのであれば、チベット人にとって好ましいことだ。

秋は状況が一変した。モンスーン明けが大幅に遅れたためルート工作が進まず、大半が時間切れで9月末までに撤収を余儀なくされた。登頂に成

功したのは、ロジスティクスだけエージェント任せにする、いわゆる「インディペンデント」4人だった。10月1日のラルフ・アーノルト（独）、2日のルパート・ハウアー（オーストリア）とアリックス・フォン・メーレ（独、女性）、6日のヤーコブ・ウルス（デンマーク）である。

ルート工作が遅れた原因は悪天候ばかりではない。従来有力公募隊が率先して行ってきたのを今季はCTMAが外国人登山者1人あたり100米ドルを徴収して請負ったからだ。ところが9月17日、工作隊は7,700m付近のロックバンドで雪崩を受けて6人が負傷（うち4人は重傷）、意気阻喪して以後の活動を放棄してしまった。残された各隊は資材とシェルパを出し合って工作隊を編成したが、こちらも28日にほぼ同じ地点で雪崩に遭い、ルートを完成することができなかった。

南西壁の新ルートを目指したイタリア隊はヴァルテル・ノネスら3人。しかし10月3日、ノネスが強風にあおられて転落、死亡してしまった。

4月にアンナプルナに登ったエドゥルネ・パサバン（スペイン）がその足でチベットに入り、シシャパンマ（8,027m）で14座完登を目指した。5月17日、パサバン隊のほか労山の近藤和美隊、イタリアの2隊、合わせて十数名が一斉に頂上を目指した。ルートは北壁中段をトラバースして東稜に突き上げるもので、2007年にイニャキ・オチョア（スペイン）がたどったことで注目されたが、じつは1980年秋のオーストリア隊が登っていたことが最近判明した。今回はオチョアのようにトラバースで高度を失うことなく上向きのラインを維持し、最後は酸素使用の近藤隊が先頭に出てラッセル、11時半ごろあいついで登頂した。

秋には韓国・釜山隊が南西壁の82年英国ルートを登り、キム・チャンホとキム・スンホが頂上

3. 海外登山の記録

に立った。

アメリカのジョー・ピュリヤーとデーヴィッド・ゴットリーブは秋にカルジャン（7,221m）の初登頂を目指した。1986年の日本ヒマラヤ協会隊が低いほうの北峰（7,116m）までしか登っていなかったからだ。ところが、ブータン国境に近いためか許可が下りず、ラブチェ・カン（7,367m）に変更した。87年に日本ヒマラヤ協会とチベット登山協会の合同隊が西稜から登った山だが、南面に新ルートを求めたもの。ティングリから45kmのアプローチでBC（5,300m）を設け、10月第一週までに二つの6,000m峰に登って順応、ABCを5,500mに出したところで悪天候が続いたため下旬まで停滞を余儀なくされた。27日、久々の好天を利用して登りはじめたが、ナイフエッジの稜線でピュリヤーが転落、ゴットリーブが現場に達してみると雪庇の崩れた跡があった。200mほど懸垂下降するとピュリヤーが倒れており、すでに息はなかった。

5. 新疆ウイグル自治区

スラマール（カンジャイラクⅡ峰、5,380m）は天山山脈の新疆側に位置する雪蓮峰山塊の山。08年にブルース・ノーマンドらの英＝ニュージーランド隊が北東面から初登頂した。ミック・ファウラーとポール・ラムズデン（英）は雪蓮峰東峰（約6,280m）北稜を目指して入山したが、順応期間中に大雪が降り、取付への氷河がすっぽり深い雪におおわれてしまった。たった2人で25kmもの距離をラッセルして行くのは問題外となり、スラマール北壁に変更した。8月29日、北壁基部にキャンプしたが、問題は北壁が山のスケールのわりに過大な1,600mもの標高差を持っていることだった。途中テントを張れるほどの場

所は得られず、2回のピバークはいずれも腰かけただけ。3日目に頂上稜線に抜けるが、これがまた予想以上に長く、もう1回ピバークの末9月2日ようやく頂上に立った。下降路は未踏の南稜に採って、ムザルト氷河のBCに帰り着いた。

可托海（Keketuohai）はボゴダ山塊のほぼ真北にあたり、モンゴル国境近くのアルタイ山脈南部にある花崗岩のドーム群。国立公園に指定されている。09年にデニス・グレイ（英）が偵察し、米カリフォルニア州のトゥオラム・メドウズを思わせると報告して注目された。トミー・コールドウェルとコリー・リッチ、ヘイドウン・ケネディ（米）はさっそくツテを頼って入山し、界限でもっとも有名なドーム、ディヴァイン・ベルの北壁に取付いた。公園当局はボルトを歓迎しないので一部トップロープとした。北壁の真ん中にはすばらしいクラックが走っていたが、惜しいことに随所に厚いコケが付着していた。ルート名はRed Tape（350m、5.11+、A0）。ジェレミー・コリンズとマーク・ジェンキンズ（米）はもうひとつのドームを開拓、最後は全員でFor Whom the Bell Tolls（300m、5.10+）を登った。このほかコールドウェルとケネディがLiberty Bell（300m、5.11-）を初登している。

イタリアのダニエーレ・ベルナスコーニ、マリオ・パンツェーリ、エルヴェ・バルマッセが新疆側からガッシャブルムⅠ峰（8,068m）北壁を目指したが、BCの30km手前で中国兵にキャラバンを阻止されてしまった。やむなく装備・食糧を切り詰めて自力でBCまで荷を運び、なんとか登山活動に入った。7月初め、付近の6,300m峰に登ってヴェネーレ・ピーク（標高差2,150m）と名付けたものの、Ⅰ峰北壁は危険に満ちていたため攻撃は諦めた。

【ネパール】

1. マカルーに新ルート

ワレンティン・シモネンコ隊長ら13人のウクライナ隊がマカルー（8,463m）西稜の南フランケに新ルートを拓いた。1975年ユーゴ隊の南壁初登ルートをC2（6,600m）までたどってから、左斜上するラインに固定ロープを張りながらルートを伸ばし、西稜に抜け出して7,750mにC4を設営、7,800mまでルート工作した。頂上攻撃は3回にわたって行われたが、好天をとらえて成功したのは5月23日のセルゲイ・ブブリク、ディミトリ・ヴェンスラヴォフスキー、ウラジーミル・ラシュコだけだった。18時に登頂した3人は、頂上で30分前に通常ルートから登った他隊のトレイルを発見、往路を下るよりそれをたどって北西面へ下ることにした。この先行パーティはツイリン・シェルパの率いるロールワーリン・エクスカーション公募隊で、同日17時30分に隊員4名、シェルパ2名を頂上に送っている。

バルンツェ（7,129m）では、エヴェレストに登頂すること19回、アパ・シェルパに次ぐ記録を持つツェワン・ニマ（43）が10月23日、北面7,045m地点で雪崩にさらわれた。アドベンチャー・トリップ隊をガイドしていた際の事故で、25日に捜索ヘリが飛んだが、なんの痕跡も見つからなかった。

2. エヴェレストとローツェ

エヴェレストでは、5月5日のルート工作隊（シェルパ9人、ガイド1人）を皮切りとして25日までの3週間で347人（うちシェルパ190人）がサウス・コルから頂上を往復した。アパの通算20回を最高として有力シェルパたちは今季も登頂回数を積み上げた。公募隊ガイドもデーヴィッ

ド・ハーン（米）の12回、ケントン・クール（英）の8回など登頂記録を伸ばした。ダワ・ステイブン・シェルパの率いるエコ・エヴェレスト隊は08年以来3年目を迎え、BCから上のゴミを回収したほかサウス・コルの先まで足を伸ばし、遭難者の遺体も回収した。

10月には、2006年のアメリカ隊（ウォーレス・バーグ隊長）以来途絶えていた秋季登頂がエリック・ラーション（米）によって果たされた。1月2日に南極点、4月22日に北極点に到達していたラーションは、「3極到達を1年間で」という看板を掲げ、シェルパ4人とともにBCに入った。ルート工作は春同様にシェルパ・チームが担当したが、人手が足りないのと天候不順でなかなか進まなかった。「無酸素・単独」を標榜して入山した栗城史多隊は日数切れで断念。ラーション隊がサウス・コルに達したときは10月14日になっていた。翌15日、ラーションとツェリン・ドルジ、ダワ・ギャルツェン、パサン・テンバ、ダワ・テンジンが頂上を往復し、4年ぶりの秋季登頂に成功した。

2009年にマカルーの冬季初登頂を成し遂げたデニス・ウルブコ（カザフ）とシモーネ・モーロ（イタリア）が春に、ローツェ（8,516m）とエヴェレストの縦走を目指して入山した。しかし、モーロが南東稜上部で発見された友人の遺体収容作業に時間をとられるなどして断念。ウルブコは5月16日、サウス・コルから単独で北西稜（初登攀）を登ってローツェ頂上に立った。

アレクセイ・ボロトフ隊長以下14人のロシア隊は5月7日に5人を西面通常ルートから登頂させたが、セルゲイ・ドゥガノフが7,800mから墜死。また、マクスト・ジュマイエフ隊長以下のカザフ隊も5月16日に隊長ら3人が登頂した。ジ

3. 海外登山の記録

ユマイエフとヴァシリー・ピフツォフはこれで8,000m×13座となり、14座完登に王手をかけた。

秋にはジョルディ・コロミナスとジョルディ・トサス（スペイン）が南壁を試みた。ローツェ・シャルの下部斜面で7,000m台まで順応してからアルパイン・スタイルで2回攻撃するが、上部に溜まった大量の雪が落ち切らないまま冬の強風が吹き出し、10月28日に断念した。トサスは08年秋にユーゴスラヴィア・ルートを単独攻撃して7,500mまで達していた。また、マーティ・シュミット（ニュージーランド）は10月18日にBCを出て通常ルートから単独登頂を狙った。上記レーション隊のあとだったのでアイスフォールは問題なく抜けたが、ローツェ・フェースの固定ロープが雪に埋もれ、22日C3から撤退した。

3. クーンブの鋭鋒群

ピーク43と呼ばれたキャシャル（6,769m）で、英国のアンディ・ハウスマンとトニー・ストーンが秋に南ピラーを試みた。過去2回チェコ隊が挑んで上部ピラーから敗退しているルートだが、今季は冰雪の付着が十分ではなく、下部で英国グレードHVSに相当するもろい岩登りを強いられた。2人はビバーク1回でチェコ隊の最高到達点と思われる5,700mの雪稜まで登ったが、落石が激しく、敗退となった。この山は、これまで1回だけ登られている。サム・ブローデリック（スイス/米）、アンドレアス・フランク（オーストリア）、ブルース・ノーマンド（英）が2003年に西稜から頂上に立ったものである。

アマ・ダブラム（6,812m）では、平出和也とダーフィット・ゲトラ（独）が秋に北西壁を試みた。1980年のイエティ同人隊（加藤康司隊長ら6人）が北西稜のコルへと抜けて登頂、96年

にスロヴェニアのヴァニャ・フルランとトマジ・フマルがその左から頂上へと直登した壁である。平出ペアは下部から直接頂上を目指したが、上部で左に追いやられ、ビバーク2回の末11月6日、北稜の6,450mに抜け出した。ところが、北稜上は雪の状態が悪く、50m登ったところで雪崩を引き起こしたため断念、6,350mまで下降してビバークした。不安定極まりない北稜を下るか、登ってきた北西壁を下るか、迷った末にヘリによる救助を要請し、翌朝飛来したフィッシュテイル・エアのヘリでまずゲトラがピックアップされてチュクンに運ばれた。10分ほどで戻ってきたヘリに平出が乗る寸前、機体がオーバーシュートして稜線上の雪のピナクルにローターが接触、危険を察知して直前にクリップを中止した彼の眼前で北東壁へと落ち、操縦士とアシスタントが死亡してしまった。間一髪で難を逃れた平出はその場にテントを張ってビバーク、翌朝飛来した代わりのヘリでルクラへと運ばれた。

リーナン・オズターク（米）とコリー・リチャーズ（カナダ）が1月にタウツェ（6,512m）南壁を初登攀した。1月13日に中央バットレスに取付いた2人は、途中の雪田で雪を溶かすつもりで十分な水を携行しなかったが、案に相違してルート下部には雪も氷もなく、終日ロッククライミングに終始。ビバーク地でも水が得られず、渇きに苦しめられた。翌日は雪を求めてひたすら直上し、頂上の下400mでようやく雪を得た。このビバーク地で渇をいやすことができたが、じつに36時間ぶりの水分補給だった。3日目に最後のロックバンドを越えて頂上に達し、往路を下降中もう一泊してBCに帰った。ルート名はSouth Central Buttress（ED、VI、5.10、M4/5）。このバットレスは2007年2月に、クリス・エリク

ソン、ウィット・マグロ、アダム・クノッフ（米）によって5,700mまで試登されていたもの。

ロブジェ東峰（6,119m）はトレッキング・ピークのうちでは最も難しい山のひとつといえる。通常ルートの南東稜でさえ頂上手前のギャップに阻まれ、最高点まで行った隊は数えるほどしかない。アメリカのジョエル・カウフマンとジャラッド・ヴィルハワーは10月末、過去2回（1991年と95年）しか登られていない西面に新ルートを拓いた。チョ・ラへ向けて順応行動中に南西壁に食い込むディエードルを埋めた氷を発見、10月29日にさっそく取付いた。取付の氷河が後退していたため出だしのスラブでいきなりM7のミックス・クライミングを強いられた。次は50～60度の斜面が300mほど続き、傾斜が強まる氷の帯となる。シャンデリア状の氷（WI5+）からミックス（M5）のピッチをこなすと、傾斜もゆるむクーロワール。夕闇迫るなか、ここで食糧を口にし、つかの間の休息をとった。さらに右手へトラバースして北西稜直下に出る。ここは雪庇と底なしの軟雪で、カウフマンは稜線に出るまで20mもトンネルを掘らなければならなかった。夜間登攀で稜線を進み、頂上に立ったのは翌朝4時半だった。稜線伝いに二セ頂上（多くのパーティが引き返す地点）に達し、通常ルートを下った。往復37時間の連続行動だった。ルート名はNight Terrors（VI、WI5+、AI4、M7）。

チョラツェ（6,441m）では、ロシアのワレリー・シャマロ、アレクサンドル・グーコフ、ヴィクトル・コヴァルが3月20日に北壁から頂上に立った。当初は5人で東稜（1995年フランス隊が初登）と北壁の間にある標高差1,000mの岩壁帯を登ろうとしたが、条件が悪いためその左のミックス壁（標高差1,400m）に変更した。ところ

が、途中で女性隊員ガリナ・チビトクが体調を崩し、セルゲイ・コンドラシキに付き添われて下山、残る3人で再度攻撃した。一行は1週間を要して北壁を抜け出し、東稜に合流、これをたどって3月20日頂上に立った。

4. ロルワーリン・ヒマール周辺

ナンパ・ラの南西に連なるチベット国境上のピーク群がルーナク山群で、I峰（6,895m）を最高峰として6,000m峰が連なっている。スイスのステファヌ・シャフテールは2004年にこの山群を許可申請し、ルーナク・リの名前で同意を取り付けた。この最高峰から東へ約1.5km張り出した支尾根の突端に6,778mのピラミダルなピークがあり、ルーナク氷河とナンパ氷河の合流点を見下ろしている。シャフテールはこれをJobo Rinjang（ネ政府リストにあるJobo Ribjang 6,666mはチベット側のチョー・オユーBCの西にある別の山である）と呼び、翌年秋に挑戦するつもりで08年に試登、南稜を6,000mまで登った。ところが2009年の春、ジョー・ピュリヤーとデーヴィッド・ゴットリーブ（米）が南壁からアルパイン・スタイルで初登頂を成し遂げてしまった。

シャフテールはその秋、ルーナクI峰を狙って南西稜に取り付いたが、落石のため6,100mで敗退した。フランスのマクシム・ベルヴィーユ、マチュー・ドトリ、マチュー・メイナディエ、セブ・ラテルの4人は2010年秋、その右手の側壁にルートを拓き、10月25日～27日で壁の頭に達した。頂上の南東わずかのところにある雪のピーク（約6,830m）である。しかし、頂上直下でビバークした翌日、あと60mあまりを登る余力はなく、往路を懸垂下降せざるを得なかった。ルート名はClose the Door（IV、5.5、1200m）。

3. 海外登山の記録

なお、4人は順応行動中にルーナク氷河の南側にある5,777m峰を北から南へと横断、ルーナク山群の前衛にあたる6,478m峰を6,200mまで試登した。これは2009年にスイス＝フランスが登ってジョボ・ルクートル（鋤の刃）と名付けたピークである。

ロシアのワレリー・ピフツォフとスウェーデンのダヴィッド・ファイトが1月に新ルートを目指してクワンデ（コンデ・リ、6,187m）北壁に入山した。ところが、冬の北壁は完全なドライ・コンディション、予定したラインはもちろん既成ルートにも十分な氷の発達が見られず、21日早々に退却した。もともとこの北壁は、ジェフ・ロウとデーヴィッド・ブリーシャーズによる初登攀（1982年11月～12月）が、モンスーン後の寒気で氷が発達する初冬を選んで行われたように、時季によってコンディションが極端に変化する。以後30年近くの間、冬季登攀が成功したのは、2009年1月のイネス・パペルト（独）とコリー・リチャーズ（カナダ）による東峰（6,093m）への派生ルートだけだったのをみても、冬は適さないことが明らかだ。

ジョー・ピュリヤーとデーヴィッド・ゴットリーブ（米）は3月初めタカルゴ（6,771m）に初登頂した。2月中はベディング村の周辺で氷壁登攀に費やし、WI4～6の滝13本を登った。3月の声を聞いて氷も緩みはじめていたのでタカルゴへと出発。3日間のアプローチで4,700mにBCを設け西壁を観察したが、冬場は雪が少なく、岩壁がむき出しになっていた。2日間かけて東面氷河へと入り込み、東壁中段を横切っている懸垂氷河から南稜に出るルートを発見した。登攀を開始したのは3月11日。下部氷壁から中段の氷河に上がり、左へ大きくトラバース。東稜（下部では明瞭な尾

根だが、氷河の上はヘッドウォールに吸収される）の頭付近でビバークした翌日、南稜をたどって肩のピーク（6,756m）に達し、雪庇の出た複雑な頂上稜線を頂まで往復した。

5. ランタン、マナスルとアンナプルナ

馬目弘仁と岡田康が秋にランタン・リルン（7,234m）東壁を目指した。しかし、壁はセラック崩壊の危険にさらされており、昼夜を分かたず雪崩が落ちる悪条件。コンディションは一向に回復せず、本格的な攻撃をかけることなく諦めた。

毎年人気を呼ぶマナスル（8,163m）では、最高点まで行かずに手前の雪の台地に立っただけで登頂成功を吹聴する例が近年目立っている。ネ政府は最高点手前の岩峰に立った場合は登頂と「認定」しているが、手前の台地は頂上として扱っていない。頂上まで行く登山者が少ないのは、公募隊などが最高点まで固定ロープを張らなかったことも一因だろう。ラッセル・ブライスのHIMEX隊は秋に最高点までロープを設置し、状況の改善を図った。ネ政府の認定はどうあれ、秋の登頂者はこれを頼りにほとんどが頂上まで足を延ばしたものである。その数は隊員・シェルパ合わせて約40名。カルロス・ソリア（スペイン）は70歳で最高齢記録を更新した。

アドベンチャーガイズ隊（近藤謙司隊長）の桑原信明隊員（60）が9月24日、ABC（4,700m）で昏倒、死亡した。また、春の韓国隊（キム・ジョヒェン隊長）は4月23日に7人が登頂したが、下山中嵐に巻き込まれて2人が行方不明、立ち往生した隊員・シェルパはフィッシュテイル・エアのヘリで救出された。

前年までに13座を登っていた呉銀善（韓国）と12座のエドゥルネ・パサバン（スペイン）が

春のアンナプルナⅠ峰（8,091m）北面ルートで鉢合わせした。パサバン隊が先に入山してルート工作、TV取材班を伴う韓国隊はそれが完成したころ入山し、固定ロープを利用する承諾を得た。4月17日、パサバンが男性隊員3人、シェルパ3人と共に登頂、呉銀善は10日遅れて頂上に立った。呉はこれで女性初の14座完登を成し遂げたわけだが、その後09年春のカンチェンジュンが登頂に疑問が提起されて「疑わしい」ということになった。現時点では、5月にシシャパンマで14座に達したパサバンが女性初に該当するというのが登山界の妥当な見方となっている。

14座完登は、このほかにも男性2人が達成した。パサバンと同じ日に登ったジョアン・ガルシア（ポルトガル）、呉銀善と同日のピョトル・ブステルニク（ポーランド）である。27日には呉とその一行を含めて19人が頂上に立ったが、トロ・カラファト（スペイン）がキャンプまで帰り着けずに行方不明となった。これを気遣ったフアニート・オヤルサバルらスペイン人3人はC4にとどまったが、カラファトの捜索に飛んだヘリに拾われて下山した。6900mからのヘリ救助は最高高度である。一方南壁では、パク・ヤンソク（韓国）が1970年英国ルートのバリエーションを目指したものの、失敗に終わった。

アンナプルナⅢ峰（7,555m）の南東稜は、1970年代から注目されていながら未踏で残る。ピート・ベンソン、ニック・ブロック、マット・ヘリカー（英）が春と秋に試みたが、失敗に終わった。南東稜はセティ・コーラぞいのアプローチが難関。春に挑んだときは、ポーターが荷揚げするのは無理と分かって断念した。秋の再挑戦ではヘリを利用してBCまで飛んだが、南東稜取付までの区間が頻繁な雪崩と落石におびやかされてお

り、再び断念した。やむなく、こちらも未踏の東稜に変えたものの、この秋高峰に挑んだ各隊を悩ませた悪天候と強風に妨げられ、6,000mをわずかに超える高度まで数回達しただけで断念した。

クライマーの口の端に上るようになってから30年以上にもなる南東稜だが、本格的な攻撃は唯一1981年に行われたただけだった。英国のステイブン・ベル、ニック・コルトン、ティム・リーチが初めてセティ・コーラから南東稜基部に到達したのである。東稜で順応した3人は南東稜の途中で食糧デポを置いてから攻撃、最も困難な部分を克服して6,500mに達した。しかし、そこから頂上まではさらに5、6日を要するとみて諦めた。その後ここを試みたパーティはいずれも彼らの最高到達点に達することができず、南東稜はネパールにおける「最後の課題」として残っている。

ダウラギリⅠ峰（8,167m）の初登頂は1960年5月13日金曜日、スイス主体の国際隊によって成された。それから50周年の記念日に登頂を企てた中国隊（ヤン・チュンフェン隊長）は隊長ら8人とシェルパ5人を頂上に送ったものの、下山中の嵐でピバークを強いられた末隊員3人が死亡した。残る10人は退却中、6,800mから6,100mの間でバラバラになっていたが、要請に応じて飛来したヘリに順次収容された。

秋のダウラギリには、日本プロガイド隊（田辺治隊長）と竜石公募隊（平岡竜石隊長）が入山したが、9月28日、北東コル下で雪崩に襲われ、田辺隊長ら3人と竜石隊のシェルパ1人が犠牲になった。雪崩は竜石隊のパサン・ゲルを巻き込み、5,400mのC1から5,200mまでの間にいた田辺隊長と山本季生、本田大輔を呑みこんだ。最後尾（5,150m付近）にいた島田和昭は流されたものの自力で脱出した。生存メンバーと日本から駆け

3. 海外登山の記録

付けたプロガイドらによって搜索の結果、10月12日、本田隊員の遺体を発見、収容した。

春のシーズン、西ネパールの未踏峰コジチュワ・チュリ（6,439m）には、本多通宏隊長以下5人のチーム・ホンダ隊が登頂を試みた。カトマーズからタルチャーへ飛び、そこからムグまで6日間のキャラバン、5月16日3,600mにBCを置いた。4,600mにC1を設け、24日には国境稜線（北西稜）の科尔（5,625m）に出てC2。翌25日、木本哲、藤川健、川原雄太が頂上に向かうが、上部がナイフエッジとなった稜線に時間を食われ、北峰の頂に立ったときは19時、すでに薄暗くなっていた。本峰への稜線は鋭いナイフエッジとなっていたため断念し、帰途6,200m付近でビバーク後下山した。

【インド】

1. シッキムとガルワール

西部シッキムのジョブノ（5,936m）はシッキム当局によって「アルパイン・ピーク」に指定されており、許可は比較的簡単に取得できる。ジェフ・コーエン（英）、ポール・スウィントン（米）ら4人が春に東面を目指した。しかし、こちらはアプローチが困難なため西稜に転じ、上部のもろい岩に阻まれた。続いて近くのラマ・ラマニ北峰（約5,660m）に向かい、コーエンとスウィントンは南西稜のノッチから左（西）へ雪面をトラバース、スティーブ・ケネディとボブ・ハミルトンは稜線伝いに、いずれも頂上に立った。ラマ・ラマニ北峰は2005年にロジャー・ペインとジュリー＝アン・クライマ夫妻（英）が、シッキム・アマチュア登山協会のクンザン・ブーティア、サガール・ライと北西壁から西稜を経て登頂。クンザンとサガールは2002年4月、南稜からジョブノ

に登ったというが、頂上には立っていないようだ。

パルヴァッティ・パルバット（6,257m）はニルカンタの西南西約5kmに位置し、1951年のヒラリー隊以降80年までにインド隊が3回試みているが、未踏で残されていた。ポルトガルのダニエラ・テイシェイラとモホン・ロホは30年ぶりにこの山を目指し、5月に入山した。サトパント氷河の4,200mにBCを置いて主稜線に続く側稜をたどり、5,400mの科尔でビバーク。翌日稜線の先に地図にない鋭いピークが現れ、頂上の下30mを巻いて向こう側に出た。しかし、パルヴァッティ・パルバットの頂上は遠く、1日で往復するのは不可能と分かり断念、この鋭いピークに登って帰った。初登頂と思ったが、BCで資料を調べると、80年インド隊が登ってエクダントと名付けたピーク（6,126m）であることが分かった。

2008年にミック・ファウラー（英）が敗退したヴァスキ・パルバット（6,792m）西壁が、英国のマルカム・バスとポール・フィッグによって初登攀された。ニュージーランド女性パトリシア・ディーヴォルを加えた3人で10月末に登りはじめたが、3日目に中間部でディーヴォルが断念、あとは2人で継続した。バスもフィッグも墜落したり落石を受けたり、ダメージから回復するために1日半の停滞を余儀なくされたが、7日目には核心を突破し、翌日頂上稜線に抜けた。9日目に頂上を越え、長い稜線を北西稜へ。1985年フランス隊のものと思われる固定ロープが残っていて、下降を容易にしてくれた。BCに帰ったのは10日目の夜10時だった。

西部ガルワール、バンダールプンチ／スワルガロヒニ山群の西にあるオブラ谷は最近まで登山者が訪れたことはなかった。ロンドンのインペリアル・カレッジ隊（ジョナサン・フィリップスら5

人) が秋に史上3番目の入山を果たし、3つの初登頂を全員で成し遂げた。4,900mにハイキャンプを出した一行は5,480m峰に南西稜から登頂。5,100mまでキャンプを上げて、北西稜から最高峰(5,877m)に登った。これは、地元でダウルと呼ばれているらしい。最後は均整のとれた山容のラングラナ(5,554m)。東のマニンダ谷に落ちる南稜に目を付け、南西稜のコルを越えて下降、南稜までトラバースしてこれを登った。

2. クル、スピティ、キンナウル

アメリカのビッグウォール・クライマー、ジョン・ミデンドーフは、知られざる大岩壁の写真をWebサイトに掲載してはクライマーの興味を掻き立てている。彼がアップした1枚の写真に触発されたシルビア・ビダル(スペイン)は、Google Earthなどわずかな手がかりからそれを割り出し、キンナウルのカイラス山系にあるラルダン(5,499m)であることを知った。しかし、バスバ谷に入って地元民に写真のコピーを見せても、なかなか場所を特定できなかった。サングラ村の北東に壁が存在することは分かったものの、おりからのモンスーン豪雨でアプローチに難渋。3,800mにBCを置いてからも壁の全容をうかがうことは叶わなかった。登攀は単独で行われ、出だしの3ピッチをフィックスするビッグウォール・スタイルで開始し、25日間を要して壁の頂上に到達、Naufrazi(1,050m、6a+、A4+)とした。カタルニア語で「難破」を意味する。彼女の流儀によって頂上へは行かず、終了点から下降した。

マナリの南で東方からベアス河に合流するジワ・ナラに5,445m峰を最高峰とする小山群がある。デレック・バックルら5人の英国山岳会隊は、『ヒマラヤン・ジャーナル』編集長ハリシュ・カ

パディアの勧めにしたがって、秋にこの山群に入った。まずバックルとマイケル・コッカー、ドルー・クックがスノーレパード・ピーク(5365m)に南壁から初登頂。一行はその南にあるトリビューション・ピーク(5,125m)とセンチネル・ピーク(5,140m)、谷の南に位置するスノーコック・ポイント(4,890m)にも登った。

スピティのシンゲカン谷に、ジェレミー・ウィンザーら6人の英国=アイルランド隊が13日間入山した。まずシンゲカン(ライオン・ピーク、6,008m)を攻めたが、北西峰と主峰のコルに出て西稜を登ろうとして敗退。続いて6,091m峰北稜の末端にある5,500m峰を狙い、4,800mのハイキャンプから北稜をたどって初登頂、スナフト・カンと命名した。

3. ラダック地方

カンジュ・カンリ(6,725m)を最高峰とするパンゴン山脈に7月、沖允人、西嶋鍊太郎ペアがガイドのクムチュック・ティネス、ハイポーター3人と入山し、カンジュ・カンリの南東に位置する無名峰(約6,500m)に初登頂した。4,800mにBCを置き、5,400mにC1、6,200mにC2を出す。7月10日、11日と頂上手前の雪壁に200mの固定ロープを施し、翌日西嶋とティネス、ハイポーターのベンバ・ヌルブが南東のコルから登頂した。17日には沖隊長も上記の2人と共に頂上に立った。その後C2を撤収して新たにC3(6,100m)を作り、西嶋トリオがカンジュ・カンリを目指したが、東峰(約6,600m)手前の6,420mで断念した。なお、登頂した無名峰にはバルマ・カンリ(間ノ岳)と命名、申請した。

ヌブラ谷を通過してシアチェン氷河へ向かう軍用道路の南西にタングラスゴ谷がある。クリス・ホ

3. 海外登山の記録

ロビン（英）は過去3年間、BSES（British Schools Exploring Society）の隊を率いてこのあたりの小山群を訪れてきた。今回は8人で、09年に試みたテルトップ（6,010m）を狙って入山した。ところが途中の橋が落ち、BCへの代替ルートも見つからないため、タンガラスゴ谷に目標を変更した。ホロビン以下3人は5,850m峰に北東稜から初登頂。残る日数でサヒブ・チャセル（6,050m、既登）の北にある無名峰に向かい、ホロビン以下2人が南東稜を経て頂上に立った。GPSは5,995mを示していたという。

【パキスタン】

1. バルトロ氷河周辺

今季のカラコルムは雪が多く、バルトロ氷河では物資輸送が滞り、山上では深い雪でルートが伸びないなど、悪条件が各登山隊を悩ませた。K2（8,611m）は前年に引き続き登頂者ゼロに終わったが、09年にはホルヘ・エゴチェアガが頂上直下12mに迫った例もあったのに対し、今季はボトルネックを通過した者もいなかった。

14隊約100人が南東稜と南南東リブに分かれて頂上を目指した。南東稜はC3より先にルートが伸びず、肩に達したのは強ククライマーが集まる南南東リブのグループだった。女性初の14座無酸素登頂を狙うゲルリンデ・カルテンブルーナー（オーストリア）やスキー滑降を目指すフレデリック・エリクソン（スウェーデン）らが7月26日肩に抜けてC4を設けたものの、C3からの登高に12時間もかかり、翌未明に出発できるコンディションではなかった。次の攻撃では9人が肩に到達、8月6日、カルテンブルーナーとエリクソンが頂上へ向かった。ところが、ボトルネックの氷壁にルート工作していたエリクソンが転落死

してしまい、C4へ帰ったカルテンブルーナーは他のメンバーと共に下山した。

南東稜ではペタル・ゲオルギエフ（ブルガリア）が7月中旬、C2（6,700m）で高山病のため死亡した。BCに着いた翌日からC1、C2と一気に登ってきたものだが、就寝中に亡くなった。高所のスピード・クライマーとして知られるクリスチャン・シュタングル（オーストリア）は8月11日に南東稜から単身登頂したと公表したが、同ルートを行動していたクライマーによって嘘が暴かれた。彼はこれまでに3年間K2に挑み、合計7回頂上攻撃に失敗していた。

ブロード・ピーク（8,047m）では、スペイン・バスクのアルベルト・イニユラテギが北峰から主峰までの縦走に成功した。84年のクルティカ＝ククチカ、95年の戸高＝北村＝服部に続く第3登である。イニユラテギは同じバスクのファン・バレホ、ミケル・サバルサと3人で、北峰と中央峰の間に突き上げる新ルートを登り、7月8日、まず北峰に登頂。しかし、コルでビパーク後風が強まったためいったん下山した。7月16日に再挙し、途中1泊でコルに復帰、イニユラテギだけが北峰を往復した。18日は中央峰を越えるが深い雪のためスピードが上がらず、主峰とのコルまでに17時間もかかってしまった。通常ルート（西稜）の7,100mまで下って幕営し、翌早朝、イニユラテギが単身主峰を往復して縦走を完成した。

ガッシャブルムⅡ峰（8035m）には25隊が殺到したが、積雪と悪天候でルート工作が進まず、登頂は7月中旬までずれ込んだ。リュドヴィク・シャレア隊長のフランス隊は6月初めにBC入りしたものの7月11日ようやく頂上攻撃、隊長と3隊員、シェルパ1人が登頂した。この日はポーランド隊（ヤーツェク・タレル隊長）の4人も

頂上に立った。この日諦めたチェコ隊（ラデック・ヤロシュ隊長）は17日に隊長ら3人が登頂。18日にもアルティチュード・ジャンキー公募隊から4人、韓国隊から2人が頂上に立っている。

ガッシャブルムI峰（8068m）には8隊が、すべて北面ジャパニーズ・クーロワールから挑んだ。7月中旬の攻撃は深い雪に阻まれ、28日になってようやく登頂が記録された。マーティ・シュミット（ニュージーランド）以下ドン・ポーウィ（カナダ）、アレクセイ・ポロトフ（ロシア）、ラデック・ヤロシュとリボール・ウヘル（チェコ）の5人で、シュミットとチェコの2人はII峰に続いての登頂。ポロトフも8月5日II峰に登頂した。

前年スパンティーク北西壁に新ルートを拓いたキム・ヒュンイル（韓国）がイ・サンウ、チャン・ジャミンと3人でガッシャブルムV峰（7,321m）に挑んだ。アルパイン・スタイルで登り、7月11日6,550mまで達したが、敗退に終わった。

2. チャラクサ氷河、チョクトイ氷河

オレグ・コルトゥノフとヴィヤチェスラフ・イワノフ（ロシア）がK7西峰（6,858m）東壁を初登攀した。8月9日から登りはじめ9月2日に完登したというだけで、詳細は分からない。

ロレンツォ・アンジェロッティとダニエーレ・ナルディ（イタリア）は、2007年にベルギー隊が6,000mまで登ったK7西峰西壁（バダル・ウォール、1,200m、5.12+、A1）にその左手のラインから挑んだ。10日間かけて8ピッチ270m（VII+、A1）を登ったところで落石にポータレッジを破壊され、以後の登攀を断念した。無事に下降した2人はファロル西峰（6,370m）に目標を変え、その西壁に8月19日、32時間にわたる連続攻撃でTelegraph Road（900m、M4+、

WI4、5c/6a）を拓いた。

アミン・ブラック（5,800m）では、女性ばかりの4人組（ウクライナ、ロシア各2人）が西壁のチェコ・エクスプレス（A3/A4）を再登した。ポータレッジを使い、7月19日にマリナ・コプテワとアンナ・ヤシンスカヤ（ウクライナ）、ガリナ・チビトク（ロシア）が頂上に立った。このルートの女性初登攀である。

横山勝丘、佐藤裕介、一村文隆（Giri-Giri Boys）はラトックI峰（7,145m）北稜を目指した。まず6月2日北壁に取り付くが、スノーシャワーと落石に悩まされ、21時間で18ピッチを登って5,900mに達したところで諦めた。続いて7月9日北稜に向かったものの、5,900mで飛び出した稜線上はキノコ雪とナイフエッジが交錯する悪さだった。結局ここに1泊しただけで敗退を余儀なくされた。

3. ナンガ・パルバット

ヒマラヤ冬季登山黄金時代を再興しようという5カ年計画がポーランドで持ち上がり、その第一弾としてナンガ・パルバット（8,126m）が選ばれた。毎年、夏と冬にひとつずつ8,000m峰を登って若手の底上げを図ろうというプロジェクトである。故イェジ・ククチカのパートナーだったアルトゥール・ハイゼルの率いる一行15人は、6月23日に隊長とロベルト・シムチャク、7月1日にマルチン・カチカンが頂上に立った。

さらに10日には韓国のキム・チャンホら3人とイランのアジム＝ゲイチ・サズとシェルパ2人が登頂したが、そのうちミンマ・シェルパはこれで8,000m峰12座に登頂、8月5日にはガッシャブルムI峰に登って13座をゲットし、14座完登に王手をかけた。

北米14ヶ月の記録

横山勝丘（信州大学学士山岳会）

僕たちの人生において、そこで出会うものはすべて一期一会だ。一つ一つの出会いにはそれぞれ意味があるからこそ、その時間を大切に過ごさなければならない。岩も山も、そこに集う人々もまた然り。

2009年6月。アンカレジで車を入手した僕と彼女の千裕は、燦々と輝く太陽の下でのクライミングを夢見て、ユーコンの大地をひたすら南下していた。心のおもむくままに、岩に誘われるままに、登り続けよう。そう思っていたのに、先を急ぐ僕たちは湖畔に点在するボルダーを見ても素通りしてしまった。その先数日間のドライブで、僕たちの目の前に岩は二度と現れなかった。

一年後、強風と雲の多さのせいでフライトができず、岡田康、鳴海玄希、そして僕の3人の、ヘインズジャンクションでの生活はすでに3日目を迎えていた。何もない町で、不毛な数日を過ごす覚悟はできていた。そのとき、あの岩のことをふと思い出したのだった。すぐ車を走らせた。クリア湖畔にたたずむ、ちっぽけな名もなき岩。再びそれに向き合ったとき、僕は気づいた。こういう一期一会に、この14ヶ月に及んだ旅は支えられていたのか、と。

旅はアラスカ、バックスキン氷河から始まった。パートナーは鳴海玄希。僕のやり残した課題、ベアートゥース東壁。しかし、どう見ても条件は最低だ。とは言え、「ここで帰る？ありえない」。半ば無理やり目当てのラインに取付いたが、あまりの条件の悪さにたった2ピッチで敗退してしまっ

た。ではこれで遠征はおしまいか？否。それがまたアラスカの良いところだ。僕たちは気分を変えてカヒルトナ氷河に飛んだ。

アラスカ四年目、ここでの氷河生活にも慣れてきた。悲壮感はほとんどない。五月の白夜を利用して、大きな壁を登る、呑む、食う、登る、呑む、食う、そして登る。特にカヒルトナ氷河は、アラスカ登山の中心地と言えるだろう。世界中から多くのクライマーが集まってくる。そんなクライマーとの交流も楽しみの一つだ。

じゃあまずはどこ行くか、と言ってその場で行き先を決める。これで3度目となるハンター北バットレス。セスナを降りて、たった一時間半のアプローチで1,200mの急な壁に取り付ける。すごいものだ。今回はウォール・オブ・シャドウズだ。「我々の計50年にわたるクライミング経験の中で最もハードだった」。初登者の残した言葉。情報はいくらでも手に入る時代だ。それならそれで、その「ハード」とやらを経験してみよう。

ところが、初日に順調に壁の2/3を登ったところでビバークしたのだが、翌日から山は大荒れ。登ることも降りることもできずに不安定なキノコ雪の上で二晩を過ごし、三日目の朝、僕たちはそそくさと下降を始めた。下に降りると、皆こう言う。「何故こんな天気の時に取り付いたの？」「知るか！」そう言いたくもなるが、一方では、彼らの言うとおりの、この場所だったら詳細な天気予報などいくらでも手に入れることはできたのだった。

あれから5日後の早朝、再び取付に戻ってきた。今度は、「一日半の晴れ」という有益な情報とともに。与えられた時間からして、山頂は諦めざるを得ないことはわかっていた。しかし僕たちはルートの半分以上を知っている。ならば、「二人とも小さなウェストバッグだけ持って」、「壁を一日で登ろう」。かくして再び壁を登り始めたが、クライミングを始めて8時間後には、前回の最高到達点まで達していた。数日前と比べて、ルートが簡単になったなんてあり得ない。ただ違うのは、「僕たちがこのルートを知っている」という事実だけ。

順調に壁を登ってゆく。もちろん疲れもあるけれど、純粋なクライミングの難しさを楽しむ余裕はあった。そして取付から29時間後、バットレスの頭までたどり着いた。背後からは気持ちの悪い雲がどんどん押し寄せてくる。ヤバイ、早く降りなきゃ。

そそくさと下降を始めた僕たちは、数時間後には氷河に降り立った。壁を降りた一時間後にはビールで乾杯できる。「やっぱりアラスカは楽しいな」。安全に下まで戻ってきた事実には喜ぶ一方で、本当の山頂は、僕たちの最高到達点(バットレスの頭)からまだ遥か先にある、それもまた事実だった。心配した天候の悪化は杞憂に終わったようで、一面を覆っていた雲は既にどこかに消えていた。天気予報が思わしくないというのは、結局弱いものの言い訳だ。言い方を変えれば、僕たちは「悪天」という情報に踊らされているに過ぎなかった。

雪は降らない。視界も良好。それなのに僕たちはベースでウダウダと過ごしている。「風が強い」という理由一つのために。僕たちはフォーレイカーのインフィニットスパーを狙って、ベースキャンプで好条件が整うのを待っていた。しかし、連

日のごとくフォーレイカーの山頂は笠雲に覆われ、見るからに怪しげな雪煙を上げていた。ベースに集う者たちは、口々に強風の恐ろしさを訴える。そんなものは、数日前のハンターで嫌というほど刷り込まれている。それでも限られた好天の隙を突いて、世界中からやってくるクライマーの中には、それなりの成果を上げている者もいた。僕たちは一体何をしているのだろうか？天気が悪いとわかっているのに突っ込むという行為は、普通に考えれば馬鹿げた話である。でも一方で、そういう情報に踊らされる自分を見るのはもっと馬鹿らしい。

この氷河での生活。すべてが楽しいのは事実だが、僕自身にワクワクするような高揚感はあまりない。その理由は明快だ。もうこの場所に慣れすぎてしまっている。まだ見ぬ未知の壁、誰も足を踏み入れたことがない、そんな魅惑のフレーズをこの場で見つけるのは、正直言ってもう難しくなっている。

それでも再びアラスカに戻ることにした理由はひとつ。やり残したベアートゥースの東壁。しかし、相変わらずの壁の威圧的な雰囲気と、「登りたい！」と本心から思える魅力の一方で、壁に対する新鮮味はやはり失われていた。「あの場所は傾斜が強すぎる」とか、「あそこは節理も丈夫な氷も少ない」といったネガティブな情報が、自分自身の行動を妨げてしまっている部分も多々あった。クライミングは、なにもオンサイトだけではない。何度もトライするうちに、無駄を省いて成功に近づけようとする行為もまたアルパインクライミングなのかもしれない。しかし一方で、何も知らないまま取付いた2006年のベアートゥース東壁のトライが懐かしく、そして微笑ましくも思えてくるのだった。ウォール・オブ・シャドウズ

3. 海外登山の記録

でのクライミングを見れば明らかだ。情報を持つ、ということが、いかにクライミングを楽にさせるのかということ。

時間だけがどんどん過ぎ去り、結局僕たちはインフィニットスパーのクライミングを諦めた。ならばその代わりに、と、いくつかの未登のラインを偵察に行っている時は、なんと心躍っただろう。その中から何本かのラインにも狙いを定めたが、結局は先に心が折れた。結局それらにトライすることもなく、僕たちは氷河を離れた。

アラスカでのクライミングを終えた僕は、千裕と合流してアンカレジでバンを2000ドルで手に入れ、燦々と輝く太陽の下でのクライミングを夢見て南下を始めた。

これまで多くの時間をアルパインクライミングに費やしてきた僕にとって、この7ヶ月はある意味大きな挑戦だった。とにかくいろんな場所を見たい、登ってみたい。行く先々で、多くの素晴らしい土地に出会い、最高の岩を触った。ボルダリング、スポーツ、トラッド、マルチ。やりたかったことは何でもやったし、ほぼ「岩登りだけ」のために過ごした7カ月でもあった。

ロードトリップを終えて、沢山行ったなあと思う反面、地図を広げてみれば、僕たちはアメリカ大陸のほんの西半分しか訪れていない事に気づく。そして、リストアップした岩場の中でも、ほんの数日、中には一日しか滞在していない場所も多い。

この7ヶ月で僕たちは130日以上岩登りをした。にもかかわらず、成し遂げた成果はほとんどない。訪れた岩場を語れるはずもなく、最初に抱いていたグレードの目標には遠く及ばず、出会う多くのクライマーとの実力の差を見せ付けられる毎日。「時間はいくらあっても足りない」。

では何も意味のないツアーだったのか？答えは間違いなく否だ。何より、この7ヶ月で出会った多くのクライマー達が僕たちにとっての大きな財産だ。岩場にクライマーが集まれば、必ずセッションが始まる。夜になれば、そのままパーティ。「俺の友人を紹介させてくれ」「うちに泊まりに来いよ」「パーティしない？」「で、次はどこに行くんだ？」「あそこは最高の岩場だぜ！」そんなフレーズに、どれだけ助けられたことか。

僕はたまに、こう思うことがある。「アルパインクライマーならば、もっとアルパインに直結するトレーニングをして過ごすべきではないのか？」この疑問に対し、7月に数日間一緒に過ごしたケリー・コーデスはこんな言葉を残してくれた。

「岩登りは最高だぜ！たぶん全てのクライミングは君のアルパインクライミングの役に立つ。少なくとも僕は、モチベーションには限界がある。もし僕がアルパインに集中したら、モチベーションはそのうちに落ちてくる。でも、もし他のクライミングを沢山して、燦々と輝く太陽の下で楽しい時間を過ごし、寒くて酷い状況を忘れていたとしたら、そのうちアルパインのモチベーションは自然と上がってくるもんだ。」各地で過ごした時間がとても濃密で、その色は決して色褪せないということを考えれば、僕の杞憂など取るに足りないものなのだろう、と思えた。

そして実は、僕のローガンへの思いもこんな経験の中から生まれているのだ。ワイオミング州、ジャクソンホール。ここに住むクリスチャン・ベックウィズ。アルピニストという雑誌の元編集長で、以前記事を書くときに一緒に仕事したことがあった。その彼の家に行った時のこと。「ジャンボ、この壁に興味はないか？」と言って見せてくれた写真があった。

それがローガン南東壁だったのだ。僕は一目それを見て、完全に惚れた。聞けば、過去に多くのクライマー、特にジャック・タックルというクライマーがこの壁をトライしているが、いまだに未登だと言うのだ。3,000m未踏の南壁。天気は最低、周りには誰もいない。心理的プレッシャーは半端じゃないだろう、それはもう容易に想像できた。そしてこう思った。「ここならもしかしたら原点に戻るクライミングが出来るんじゃないか。」話を聞けば聞くほどこの壁にひき込まれている自分がいたのだった。

さて、そのジャック。彼とは以前から知り合いではあったし、このツアー中も何度か会ってはいたのだが、ローガンの話を切り出したのは、10月雪のソルトレイクで再会した時だった。僕がローガンという単語を出した途端、普段はやさしい彼の目の色が変わったのを今でも覚えている。そして僕に向かって、はっきりした口調でこう言った。「あれはオレの壁だ。」半分は冗談だったかもしれない、でも、半分は間違いなく本気だった。僕は驚くと同時に感心した。55歳になる今でもなお、高い情熱を持ち続けている。そして、実践を続けている。なかなか出来ることではない。それこそが彼の真髄なんだ、と。僕もそういうクライマーになりたい、そんな思いを新たにすると同時に、僕も負けてはいられない、どうしてもローガンを登るんだ。そう心に誓ったのだった。

冬はカナディアンロッキーの麓キャンモアで4カ月を過ごした。ここでもやることは同じ。登る対象が岩から氷や山に変わったけれど、ただ「登りまくる」それは何一つ変わらない。一生分のアックスを振った気分だ。

ジャックからはその後も、「まだ俺は諦めていない」というメールを何度ももらった。しかし、

僕たちのローガン行きはもう決定している。結局、最後には僕たちにいろいろな情報をくれるようになった。「あそこの天気は最低だ」「周囲には誰もいないぞ」「セラック崩壊に気をつけろ」。そして、「でかいぞ」と。これらのフレーズを聞けば聞くほど、僕の思いは傾いていった。アルパインクライミングの本当の難しさとは、技術ではカバーできない部分にあると僕は信じる。「よし、この山と真正面から対峙して、この山のすべてを受け入れよう」。

そうこうするうちに4月になり、4ヶ月近くにわたったキャンモア生活はあっという間に終わりを告げたのだった。そしてついに、僕の本命と出会うときがやってきた。それはまた、一年以上にわたるこの旅を締めくくる時でもあった。

僕と岡田康、鳴海玄希の3人は、氷河に入るや否や、噂に聞いていたローガンの恐ろしさをすぐに理解した。

悪天。一晩で首までの雪が積もった、そんな話を、これまでいやというほど聞かされてきたが、実際に氷河に入ってみると、毎日のように雪が降った。まともに晴れるなんて期待は最初からしてはいけないのだ、と。

そして、外界との隔絶と山の大きさ。ローガンという山は、町から150km以上も離れているのだ。僕たちのベースキャンプは、広大なスウォード氷河のど真ん中であつた。周囲数十キロの間には僕たち以外誰ひとりとしていないし、僕たちにGPSはない。そして雪は毎日のように降っていた。せっかく付けたトレースだって、下手すればテントだって、すぐに消えてしまうだけの雪が降る可能性は、この場所では十分にあるのだ。一步先も見えないほどの深い霧だってありえるだろう。もし、あのベースキャンプが埋まったら？僕たちにアク

3. 海外登山の記録

シデントが起きたら？そう考えると、これもまた半端ないプレッシャーとなってくる。ここでは、自分たちのライフラインを確保しなければ何も始められない。氷河に入ってまず、そう実感した。

順応でさえ、一つの遠征と言えるほど、濃い内容だった。八日間かけて片道30kmの道のりを歩き続け、毎日行動が終われば、長い時で3時間かけて雪洞を掘った。さもなければ、僕たちは凍え、テントは醜くひしゃげていただろう。そして、そんな一大アドベンチャーともいえる順応を終えた時、不思議に興奮している自分がいたのだった。興奮している理由はすぐにわかった。この大きな自然の中にたった3人きり。なんて贅沢なのだろう、と。そして、僕が本当にしたかった山登りがここにはあった。何の情報にも踊らされず、自分自身の五感を駆使して山に取り組みなければいけないのだ。

でも一方で、正直に告白すれば、本番を前にしてここにいる3人が3人とも不安で仕方がなかった。それもまた事実だった。BCから北に目をやると恐ろしげなローガンの南壁がある。とてつもなく大きいのだ。そして、その大きさに拍車をかける威圧感がこの山にはあった。山は常に雲に覆われて、雪が降っていた。そして時折、セラックの崩壊する轟音が響いてくるのだ。そもそもの残り日数だって、少なくなってきたしまっていた。そして、天気はいつまでたってもパツとしない。本当に自分たちはこの壁に取り付いていいのだろうか？

本番が始まるまでの心の葛藤の大きさと、その登山の価値が決まるといっても過言ではない。それまでの自分たち自身の経験と今自分たちの目の前にある山を照らし合わせて、いろんな可能性を考慮した結果、いける、という確信が導き出され

るもので、そのプロセスにはものすごいエネルギーが必要なのだ。アルパインクライミングは不安との戦いでもある。本番を前にして、僕たちはいつもそんな不安と戦う。不安要素を解消するためであるはずの偵察では、見えるはずの壁は雲に覆われたままで、その中から再び、セラックの崩壊する不気味な音が谷じゅうに鳴り響く。むしろ、マイナスのイメージが増えるだけだったりするわけだ。

そして、この不安は決して無視できるものではない。これをちゃんと自分自身の中で消化しきれていなければ、とても本番で山の中において冷静なクライミングなんてできっこないのだ。ローガンでは、出発を前にしてついに鳴海がこう切り出す。「僕ちょっとやめようかと思うんです」。

もちろんそれまでに何度も話し合ったし、説得も試みた。でも、山の初心者ならまだしも、僕たちはそれまで、それぞれにたくさんの経験を積んできて、それぞれの登山観をもった仲間たちなのだ。ちゃんと話し合いをした結果であれば、あとは本人の意思に従うしかない。見方を変えれば、こういう判断は自分の命を守るのにも大切な要素だ。パートナーに言いたいことを言えないまま登って行って、事故に遭ってしまうよりは、ずっとマシなのだ。僕と岡田は二人になってしまったが、やることは変わらない。まずは、この山を登りたい、本心からそういうモードに入れるかどうか。ひとたびモードに入ってしまうと、あとの行動はずっとシンプルになる。心の中の余計な不安がなくなって、あとは登るだけだ。

とって、本番での負荷が何もかも減るわけではないのは自明の理だ。悪天や危険への心配は常に怠ってはいけないし、そして今度は、実際に自分の体を酷使することになる。心身ともに疲れて

くるし、傾斜の強い場所では、結構難しいクライミングを強いられる。絶対に落ちられないトラバースだったり、ポロポロの岩に悪態をつきながら、支点の取れない恐怖を丸めこみながら登っていったり。一日1000kcalあまりの飯で一日20時間も動き続けて、狭っ苦しい場所でギュウギュウになりながら、マイナス30度以下の寒気に耐えてろくに眠ることもできず、翌日もまた同じことの繰り返し。これで核心を越えられるだろうか？いや、まだだ。みたいな期待とガックリを常に繰り返し、いつ天气が崩れるのだろうか？この先は果たして登っていけるのだろうか？そんな不安は最後の最後まで消えることはないのだ。

そんな中で、少しでも自分たちを取り巻く状況を「俺たち最高！」って楽しめるかどうか、そういう心の持ち方って言うのは、アルパインクライミングではかなり重要な能力かもしれない。ただ一言、「おお、あの山きれいだな」そう言うだけで、心の中の張りつめた気持ちは、ふっと和んだりもするものだ。どんなに悲惨な状況でも、いやむしろ悲惨であればあるほど、僕たちに必要なのはその心の余裕である。

クライミング三日目の朝。天气が悪いはずのローガンは、まだ晴れていた。こうなると、逆に怖くもなってくる。もし上に行った時に悪天が来たら？他の山だったらそんなことは思わないかもしれない、ただ「ラッキー」と。でも、ローガンはそれが有り得るのだ。これまで、ジャックや多くのクライマーの口から嫌というほど聞かされているし、僕たちだって、氷河に入ってからまともに晴天が続いたことなんてないのだ。

そして実は、ここまで来たらもう登るしか他に生きて帰る方法はなくなっていたのだった。本当に大きな壁で、正しいルートを探すのには本当に

苦勞した。このトラバースの多さ、核心部の岩のもろさ、そしてひとたび雪が降ればルートは雪崩の巣と化す…。同ルートを降りるのはもはや論外だった。

いつしか日も暮れだした。あと少し、それは頭の中ではわかっている。でもこうやって壁の中において、抜け口が見えないでいると、実はまだ壁の真ん中くらいまでしか来ていないのではないかと、という疑心暗鬼が生じる。そして、本当に寒い。上も下も、着られるものは全て着て登り続ける。頭上に稜線直下のセラックが見えて初めて、あれさえ越えればおしまいなのだ、と理解することができた。でも今度は、果たしてあのセラックに抜け口はあるのだろうか、最後の最後までそんな不安は拭えないのだ。ただ早く稜線まで抜きたい、その一心だった。

うれしい事に、セラックは右側から簡単に巻けることができた。そしてついに夜11時、僕たちは稜線に抜けたのだ。でも、まだ喜びは一切ない。早く良いビバーク地を見つけなければ。

幸いなことに、稜線に上がってすぐに、快適なクレバスを見つけた。これで大丈夫。僕たちは安心してハーネスを脱ぎ、整地して、テントを張って、中に入って、さあ靴を脱ぐぞ！というときに、二人とも靴が脱げない。おかしいな、と思って思い切りひっぺがしてみると、オーバーゲイターを装着した革のダブルブーツの中で、二人とも靴下がバリバリに凍っていたのだ。その夜、僕たちはあまりの寒さに一睡もできなかった。さらに運の悪いことに、新品のガスカートリッジをクレバスの底に落としてしまった。僕たちが山に滞在できる日数が、必然的に減らされてしまったのだった。

ローガン4日目の朝。空はまだ完璧な青空だった。僕たちは運さえも味方につけたようだ。そし

3. 海外登山の記録

て、4 km先にある山頂を目指して歩き始めた。二人ともやっぱり山頂には行きたかった。ここで帰ったって、僕たちは南東壁を初登したことに変わりはないかもしれない。でも、僕にとってはやっぱり、アルパインクライミングは山頂こそが終了点であってほしい。

ただ、今自分たちが置かれた状況は、決してお気楽なものではないことは明らかだった。もし天気が悪くなったら、今ある食料と燃料では相当な苦勞をするのは目に見えていた。だから、とりあえず行ける所まで行ってみよう、状況が悪くなったらすぐに引き返そう、そういうスタンスだった。この歩きは本当に辛かった。ラッセルは思ったほど深くはなかったが、少し沈んだだけでも、体力は急激に奪われていく。この三日間ほとんど寝てないし、ろくなものも食べていない。順応だって完璧じゃなかった。山頂がはるか遠くに見えた。

山頂へ向かう最後のコルに着いたときには、すでに数時間が経過していた。ここから山頂までは、まだ標高差660mが残っていた。「もう無理だと思う」。ついに岡田が口を開いた。その気持ちは僕も本当に良くわかった、と言うよりは、その言葉は僕自身の心の中の葛藤そのものでもあったのだ。本当は山頂まで行きたい、でも自分達の身の安全を考えて口にしてしているんだって事も理解できた。議論は30分続いた。天候、僕たちの装備、体力…いろんな可能性を考慮に入れ、冷静に判断したつもりなのだけれど、結局、僕たちはここから降りることに決めた。もちろん悔しかった。でも、二人が話し合っただけで決めたことだ、もう何も言うまい。そう心に誓い、降りるための荷物をまとめ、さあいざ降り始めよう、というその時だった。

完全に無意識のうちなのだが、僕がただ一言、「はあ」と言ってしまったのだ。次の瞬間、はっ

と我にかえったように岡田が言った。「ジャンボ、やっぱり行こう、ここで諦めちゃダメだ！」

何気ないため息一つで、僕たちのモードは完全に切り替わった。そう、天気とか、装備とかいろいろシビアな状況を考えて、冷静に判断したつもりだったのだけれど、実は一番シビアな状況だったのは、自分たち自身の心理的疲労だったのだ。でも、もうモードに入った。よし、こうなったらとことんハマってやろうじゃないか、そう心に誓ったのだった。

その3時間後、僕たちはローガンの山頂に立っていた。もう本当にヘトヘトだったけれど、これまでに体験したことのないほどのこみ上げる感情がこの瞬間に訪れたのを今でも覚えている。もしあの時、あっさりと引き返していたら？きっと今頃激しい後悔をしていたに違いないだろう。

ゆっくりもしてはいられない。すぐに下降を始めた。下降とて、決して簡単ではない東稜を降り、再びあの忌まわしい30kmの道のりを歩かなければならない。それはしんどい道のりである。でも、もう歩いてさえいけば生きて帰れるんだ。この四日間、ひいては氷河に入ってからの一ヶ月近く、僕たちはずっと何かしらの不安というものを持ち続けていた。でも、もう今は持たなくていいのだ、それだけで僕らには十分だった。

夜11時、BCまで残り2・3 kmほどの場所で、5回目の夜が訪れた。この大きな山の中に、ポツンと僕らだけ。風もなくとにかく静かだった。たった五日間だというのに、もう長いこと旅をしていたような気分だった。そして僕は、心の底からローガンに感謝したのだ。僕の心の中にローガンという山が根付いた時から、僕はこう思ってきた。「この山と真正面から向き合って、この山のすべてを受け入れよう。」クライミングを終えた

今、その思いを果たして実践できただろうか？そう考えたとき、今回ばかりは胸を張って「できたよ」と言える気がしている。

こうして、僕たちのローガンは幕を閉じた。と同時に、僕の14カ月にわたる北米の旅も幕を閉じたのだった。

僕はずっと、クライミングの世界は狭いと思っていた。あるクライマーとまた別の場所で再会したり、話してみたら共通の知人がいたり、なんてことは日本国内だけに限らず、世界中単位でもザラの話だ。でも思い返せば、そういう出会いと親切に支えられた一年でもあったのだ。そして、そういう一期一会の中でこのローガンという山のアイデアが出てきたことも事実だ。

僕はようやく気付いた。クライミングの世界は「狭い」かもしれない。でももっと大切なことがある。それは、すべては「つながっている」のだという事実。最後の最後まで、僕は「クライミング」という名で呼ばれるコミュニティの恩恵にあずかることができた。

クリスチャンの家で見た一枚の写真がなければ、旅の最後に最高の経験はできなかった。ジャックにとって、ローガン南東壁は最後で最大のプロジェクトだった。それを登ろうとする僕たちに、彼は寛大にも多くのアドバイスを与えてくれた。ジャックだけではない、この壁に挑戦し続けたクライマーは数多くいる。僕たちのローガンだって、彼らの挑戦があったからこそその賜物といえるだろう。同じ延長線上に、彼らの情熱と僕たちのクライミングは存在するのだ。

人も物事も、すべてはつながっている、それを本心から実感した14カ月でもあった。そんなすべての一期一会への感謝として、僕たちはこのルートに「糸」と名付けた。

編集後記

登山研修VOL.26をお届けします。

初めに編集作業中に発生しました東日本大震災により被災された地域の皆様、関係の皆様、心よりお見舞い申し上げますとともに、皆様の安全と一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。

さて、公私ともご多忙の中、ご協力いただきました執筆者並びに編集委員の方々に厚くお礼申し上げます。

今回は、世界的に盛んになり、日本人選手も活躍するスポーツクライミングのトレーニングについてオーストリアの現状を紹介していただきました。他にも雪氷学、海外登山記録、登山技術等、多くの皆様からレポートや提言をいただきました。

今後さらに「登山研修」の内容を充実したものにしたいと思います。登山に関する記録、技術、研究論文、提言等、さまざまな角度からの情報やご意見をお寄せいただければ幸いです。

(文責 東)

[登山研修] 編集委員会

編集委員長	田中 文男	(社)日本山岳協会長
編集委員	飯田 肇	立山カルデラ砂防博物館学芸課長
	池田 常道	日本山岳会 Japanese Alpine News 編集長
	尾形 好雄	(社)日本山岳協会事務局長
	小林 亘	国立登山研修所講師
	山本 一夫	(社)日本山岳ガイド協会ガイド技術委員長
	山本 正嘉	鹿屋体育大学スポーツトレーニング 教育研究センター長

(順不同 職名は平成23年3月31日現在)

なお、登山研修所では、次の者が本書の編集に携わった。

高嶋 和彦	国立登山研修所専門職
東 秀訓	国立登山研修所専門職

登山研修 VOL.26

平成23年3月31日発行

独立行政法人日本スポーツ振興センター
国立登山研修所

編集・発行人 渡邊雄二

〒930-1405

富山県中新川郡立山町芦峯寺ブナ坂6

TEL 076-482-1211(立山町千寿ヶ原)

印刷 廣文堂印刷株式会社

〒939-8084 富山市西中野町1-2-17

