

## ヒマラヤ銀の時代 — 60歳の8000メートル峰登頂記 —

斎藤惇生  
新河端病院  
中島道郎  
大阪府済生会泉尾病院

1990年5月21日、60歳の斎藤ともうすぐ60歳になる中島の両名は、シシャバンマ峰(8027m)の登頂に成功した。こうした高齢者の8000メートル峰の登頂はきわめて例が少ない。しかし今後は、ヒマラヤをめざす高齢者がまぢがいなく増えるだろう。そこで高齢者の登頂という、医学学術研究においても貴重な記録を、成功の原因の分析とともに書き残すこととした。以下は、前半は斎藤惇生、後半は中島道郎が、それぞれ一人称で記したものである。

### 斎藤惇生

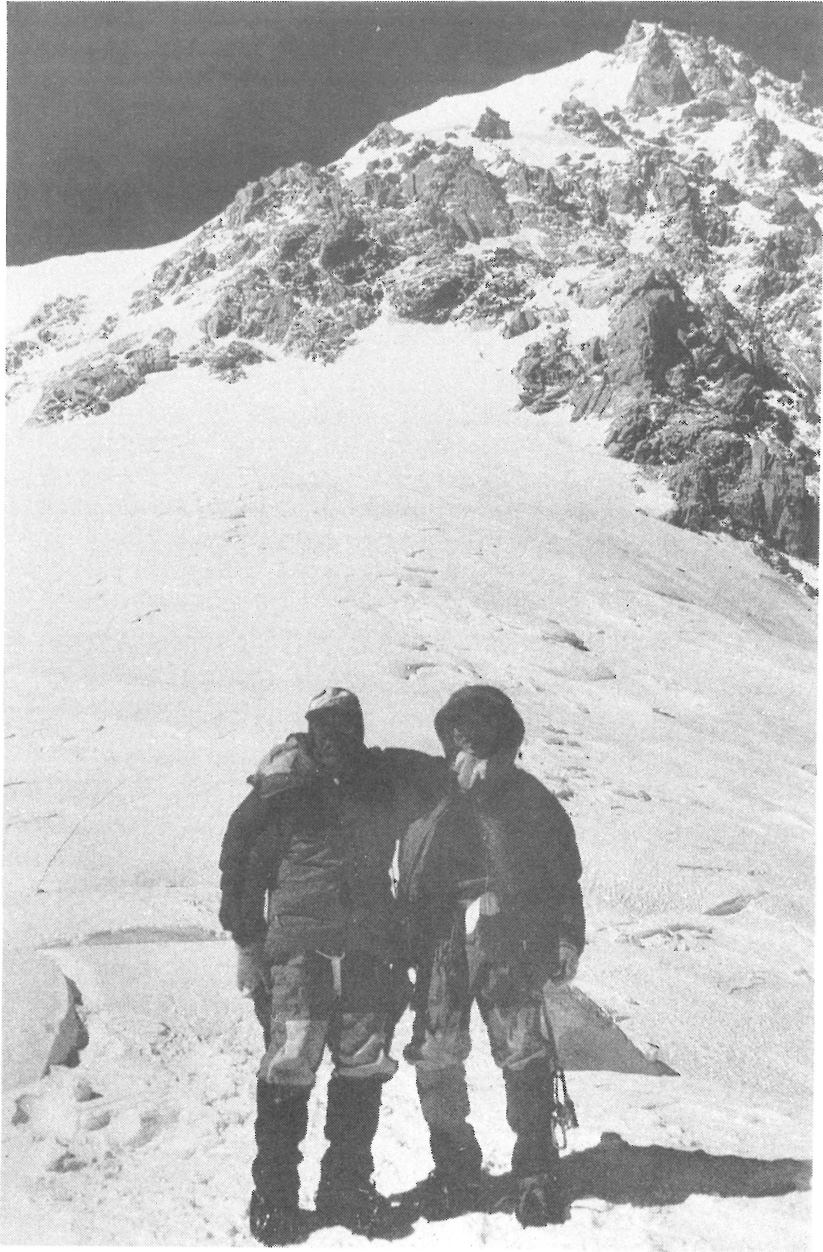
1980年のプレ・モンスーンの日本山岳会チョモランマ登山隊に参加した時は、東北稜のC6まで登った。高度は7600メートルだった。無酸素だったが、割合に調子よく登れた。本当は8010メートルのC7まで登って見たかったのだが、ちょうどアタック体勢にはいっていたのでで慮した。’82年末に、京都外科学会報に乞われて書いたチョモランマの記録の最後に、次のように書いている。「50歳で7600mは日本人では記録なのだが、昨年、驚くべきニュースがあった。62歳の西独の登山家がマナスル(8163m)に登ったというのだ。これではまだまだ私の山を終わらすわけにはいかないと発憤したのだが、またヒマラヤへ行ける機会が訪れるかどうか。それはわからない。」

その後、機会があった。1985年の中・日友好ナムナニ峰合同登山隊と88年の中・日・ネ三国合同チョモランマ交叉縦走登山隊に参加した。ナムナニ峰では、日本側の副総隊長の責任があった。6270メートルのC2まで隊員の激励に登

った。1988年は北の中国側の総括隊長(登山隊とテレビ隊の統括連絡の仕事)で大本营(BC)に張り付けになり、毎晩のように中・日・ネ三国の会議に出席していた。チョモランマは朝な夕な眺めるだけだった。交叉縦走が成功してから、ストレスの解消にロンブク川左岸の岩峰に登った。高度約6200メートルで、BCからの高度差1000メートルを4時間で登れた。高度順応力はまあまあだと、少しうっぶんを晴らすことができた。登山隊の性格、規模にもよるが、責任者になると前線に出て登攀活動をすることはまず諦めねばならない。

1987年ごろからAACKの中堅クラスの連中の中で1990年にシシャバンマ峰で医学を中心にした学術登山をやろうという動きが始まっていた。私はチベットに4回も行っているのだから、次に行くならネパールかバキスタンなどの違った地域の山へ行きたかった。それに、留守ばかりして患者さんや病院に迷惑をかけることになるので、最初はほとんど行く気はなかった。

松沢哲郎登攀隊長と松林公蔵学術隊長は「80



登頂のあとC4で；斉藤（左）と中島（右）

00メートル峰に登る最後の機会ですよ」と私を説得し始めた。日ごろ登山家として、最後の思い出に8000メートル峰に登ってみたい、と言っていた私には、これはまったく呪文に等しかった。医学学術登山隊であること、これまでの自分の中国での経験、人間関係が隊の運行にきつと役立つに違いないこと、そして日ごろ大変お世話になっている京大第一外科の戸部隆吉教授が万難を排して総隊長を引き受けられたことなどから、参加を決心した。

文部省の海外学術調査費の助成が1989年に決まってから、隊員たちはネパールのナムチェバザール、中国新疆のムズターグ・アタ峰(7546m)で高所医学、疫学、社会学などの調査活動を開始した。ムズターグ・アタでは5人が登頂に成功した。

3月18日、先発隊が伊丹を發ち、ネパールから中国に入りBCの設営、偵察活動を開始した。4月3日に發った本隊は北京經由でチベットに向かった。私は遅れて4月13日、戸部総隊長、堀了平AAACK会長、林一彦特別顧問、河合明宣秘書長と一緒に出發した。途中のシガール(4300m)で河合が高所肺水腫を發病、急遽中・ネ国境のザンム(2160m)まで運び治療したこともあって、私がBC(5020m)に到着したのは4月26日だった。もうこのころは、前線はC3(6920m)に達していた。

4月28日、5640メートルのABCに登る王鳳桐連絡官と同行した。BC~ABCの間は16キロメートルぐらいあり長い。まだ十分高度順応していない身体にはこたえる。最後は8キロぐらいの荷を、同行の菅典道隊員に担いでもらう情けなさであった。

4月30日、左岸の6000メートルの尾根に遠藤克明隊員と順応訓練に登る。翌日は顔の浮腫がひどい。利尿剤ラシックス1錠服用、1日で2800mlの排尿があった。

5月2日、また左岸を200mほど登が息切れしやすい。

5月3日、まだ浮腫が顔、下腹にある。またラシックス1錠服用、一日で3800mlの排尿があ

ってすっかり浮腫がとれ、4日朝には身体が軽く感じ、意欲が湧いてきた。

BCを出發する時から中島道郎学術副総隊長と一緒にだった。彼は私より1歳年下の59歳である。頂上、頂上と言っている、内心はC3かC4まで行けたら、老登山家の高所登攀滞在のデータ提供になるので、2人とも隊の動きの邪魔にならない行動を心がけた。

幸い天候は安定し、好天が多かった。登攀は日本人隊員のほか、4人のシェルパ、2人のチベット族の中国高所協力員の努力でルート耕作、キャンプ設営は順調に進んだ。

5月17日、7400mのC4と7700mのC5から出發した隊員は全員登頂に成功した。唯一の中国人隊員で、女子のトンロは、日本側の女子隊員白沢あずみと一緒に頂上に立ち、日中の旗をひるがえした。トンロはこれで漢族で初めて8000m峰に登った女子登山家になった。中国登山協会の期待を背負って参加し、見事それに応えた。19日には平田和男隊員が2人のシェルパと2人の高所協力員と登頂した。

19日、中島、松林、瀬戸、榊原と私は個人装備を持ってC3からC4に登った。登攀指揮の松沢は、年寄り2人が個人装備を持ってC3からC4に登ったので、頂上は大丈夫と確信したらしい。C4は尾根の上の小さな鞍部にあった。過去の登山隊が放置したテントの残骸が幾張りか雪の中に頭を見せていた。薄汚く無惨な光景である。夕刻から猛烈な風が吹き抜ける。テントは今にも破れそうにはためき、ゆれる。各人酸素を毎分0.5リットル吸って寝る。吸っていると身体が暖まって安眠できるのだが、呼気と一緒に出る水蒸気が水滴となり、あごのあたりを濡らして冷たく、何度も目を覚ます。

1962年、サルトロ・カンリの初登頂のとき、7400mぐらいでビバークした。その時横になると息苦しく、坐ると楽になる起座呼吸の症状があった。これは心肺機能不全の時に起る症状である。しかし今回は酸素を吸って寝るので横になっても楽である。

翌20日、珍しく朝から雪。視界悪く、アタッ

ク中止。みな高度障害の症状なく元気、食欲も十分ある。

21日朝、食事をして5時半出発。北京時間を使っているの、3時間ほどのずれがある。本当は2時30分～3時ぐらいだろうか。中島も私も予定どおり酸素を使って登る。2人とも日本山岳会京都支部の村上さん製作の高所靴とオーバーシューズをはいている。空は晴れて星のまたたきが見える。

テントを出るとすぐ傾斜はきつくなる。35度ぐらいか？ ルートには工作隊がはったロープがきっちり固定されている。ベツツルを使い、足と腕で一歩一歩登る。酸素マスクをしているので、景色や空を眺めたり、食べたり飲んだりするのが何となく面倒で、ゆっくり休む気がしない。

C5 (7700m) は下のキャンプからも指摘できるピナクル (岩峰) の基部近くにあった。ここまで私は酸素1.5リットル/分で来たのだが、一緒に登っていた瀬戸がスピードを心配したのか2リットルに上げる。2リットルになって驚いたのは、登るのが大変楽に感じたことである。10～15歩ぐらい続けて登れる。背負っている酸素ボンベもまったく苦にならない。こんなだったら、酸素さえ吸えばチョモランマも登れるぞ！と一寸だいそれた考えが、チラーと頭に浮かぶ。

7900メートルぐらいに岩尾根を巻くところがある。そこに来た時、急に息苦しくなり排尿したくなった。背負子ゲージを見ると、酸素は0になっていた。あわてて小便をし、ボンベとマスクはそこにデポする。ここからは無酸素でも、もう頂上も近いはずだから、4歩か5歩に一回ひと息ついて、着実なペースで登れば必ず頂上に着く、という確信があった。サルトロ・カンリ初登頂の時は、雪は膝か腰くらいまでであった。深いところでは、ラッセルはまさに水泳と同じで、手足を一生懸命にうごかさねばならなかった。それに較べると固定ロープは頂上まで続いている。ラッセルもできている。そして晴天。不安な気持ちは起こりようもなかつた。

登り続けてふと見上げると、ルートは小さい岩尾根の中のガリーを通っている。その上に2人の

隊員がいる。サーダー (シェルバ頭) のダワ・ノルブとアンブルバだ。私がガリーの下に着くと、するすると下りてきて、私をエッサエッサと押し上げ始めた。これは楽どころか苦しい。今までのベースが乱されて、呼吸がついて行かないのだ。「ジャストモーメント」と叫ぶが聞いてくれない。そこを越すと小さな鞍部があり、先に登頂した中島と松林がいた。

中島は「そしたらワイさん、先に下りるよ。」私は「どうぞ、どうぞ」と答える。下に降りてから気が付いた。2人並んだ歴史的記念写真を撮りそこねていた。疲れていて余裕がなく、2人とも頭がボケていたのだろう。その時はまったく思いつかなかった。彼はずっと1.5リットル/分で来たので、酸素はまだ切れていなかった。下りの途中で切れたらしい。

そこから急峻な雪稜を伝って頂上に向かう。なんと頂上までフィックスロープがはられている。ここでも2人のシェルバには年寄りが危ないと見えたのか、またエッサエッサと押し上げ始めた。「ジャストモーメント」と叫んでも、何のそのである。息絶え絶えにやっと頂上に着いた。アン・ブルバは私をしっかりと抱きかかえるようにして離さない。南側は切れ落ちて断崖となっていて危ないのだ。彼らは私を北側の安全な方に向かせ、「フォト、フォト」と言う。鞍部にいた松林が撮ってくれる。終わると、さあ下りようとせかす。ゆっくり登頂の感慨にふけて、周囲の山や景色を眺める暇もなく、下り始める。今でも頂上から見た景色はどうだったかあまり思い起こせない。

さて、下りになった。急に疲れが出てきた。登るのに夢中で、出発後ほとんど飲まず食わずだったせいもあったと思う。頭はしっかりしている気がするのだが、足が言うことをきかない。すぐスリップする。アン・ブルバは私とアンザイレンして後ろから確保する。ダワ・ノルブはアイゼンをつけた時の下降はこうするのだ、と手本を見せてくれる。「ダワよそんなことは分かっている。足の力が抜けて云うことをきかないのだ。」と心の中で言う。下降の時、アクシデントが多いのがよく分かる。

途中、C5で隊員諸君に無事登頂できたお礼の言葉をトランシーバーで言ったのだが、声がかすれて大きな声がかでない。随分弱っているように聞こえたらしい。

滑り、こけ、まろびながらC4に帰り着く。アンブルバがアイゼンをとってくれ、さあどうぞとテントに押しこむ。テントの中央は張ってから時間がたっているので凹んでいる。尻から滑りこむようになったので甲虫をひっくりかえしたようになってしまう。息苦しくて寝返りできない。先に着いて中に酸素を吸って寝てしまったらしいが覚えていない。

翌22日にはC3、23日にはC1、24日ABCに帰着した。ABCまでは下り斜面でも長く息が続かず、10~20歩で息をつかねばならなかった。中島は元気で、よく休む私に時々たまりかねて「さあ、頑張れ」と声をかける。彼は入山前3カ月、家の近くの山にかけ足で登ったり、なわ跳び1000回したりしてトレーニングをしていた。私はスクワットと腕立て伏せぐらい。この差はやっぱり大きい。

結局、日本人15人、シェルパ4人、中国人3人、計22人が登頂した。医学研究もほぼ目的を達した。「ムギ」と「キュータ」の2匹のニホンザルも5640メートルのABCまで登ってサルスの到達高度記録を達成した。これらの成果は、天候が非常に安定していたこと、登攀隊長の松沢が頂上に行きたい者にはできるだけ機会を与える、という基本方針を持っており、実践したからだと思う。また、チームワークも非常によかった。

おかげで59歳の中島、60歳の私の熟年組も登頂できた。これが50歳以上の登山家たちに大きな衝撃と波紋を与えたことは事実である。松沢は「これからヒマラヤは銀の時代がきますよ」という。だが、これからヒマラヤの巨峰を目指す熟年登山家たちは、私たちが若い隊員の大きな理解と支援があったからこそ登れた、ということをおぼろげに希望して筆を置きたい。

## 中島道郎

先の京都大学ヒマラヤ医学学術登山隊において、5月21日、60歳の斎藤惇生君ともうすぐ60歳になる私の両人は、揃ってシシヤパンマ峰(8027m)に登頂した。それが同年輩の諸氏には大変刺激的な事件であったとのことで、一体どうやってそれを可能にしたのか、とよく尋ねられる。自分自身のことを振り返りながら、我々の幸運の原因について考察してみた。

思いつくまま、京大隊の還暦男2人が登頂に成功できた原因らしきものを列挙してみると、

- 1) 対象が比較的登りやすい山であった。
- 2) 天気が非常によかった。
- 3) 隊のまとまりがよく、この老人たち(若い隊員たちは多分そのように我々を見ていたに違いない)を何とか頂上に立たせてやろう、という善意が隊内に満ちており、我々の行動に対し、全員が終始協力的であった。
- 4) 古典的な登山方法を採用したこと。また松沢哲郎登攀隊長の指揮ぶりが大変優れていて、登山計画に無理がなく、時間的、物質的に余裕があったこと。
- 5) これは医学研究隊であるため、医師が9人もいたこと。普通の隊なら私たちの他に医師はいないか、いても1人だけだろうから、年寄りの冒険を許す寛容性は乏しく、先ず不可能であったろう。
- 6) C4では全員が毎晩4時間ずつ酸素を吸って眠ったが、我々はさらにC4から上、頂上まで酸素を吸いつつ行動した。酸素の積極的使用によって登攀時間は明らかに短縮している。
- 7) 最後に、何といても本人たちにヤル気が十分にあったこと、両人ともヒマラヤ慣れをしていて、高所に対して余計な恐怖心を持たなかったこと、などが挙げられよう。

そこで、これから年をとってもヒマラヤの(しかも我々以上の)登頂を、と考えておられる諸氏に、生意気にもアドバイスさせて頂くならば、

- 1) この歳になって初めていきなりヒマラヤ登頂は無理。何度か場数を踏んでおく。

- 2) 普段のトレーニングは大切。毎日最低1万歩は歩く。なるべくエレベーターには乗らない。
- 3) ヒマラヤ山中では「マイペース」を保ち、焦らない。
- 4) しかし、その反面、常に若い隊員の邪魔にならないように心掛ける。絶対に、年長者であることに甘えてはいけぬ。
- 5) 毎日の体調チェックを怠らない。自覚症状、脈拍数、呼吸数、体温、尿量、は自分で記録する。できれば血圧、指先酸素計による酸素飽和度の測定をしてもらう。
- 6) 栄養や水分補給には常に留意する。

以上は、要するに「自己管理の技術」である。その面に関しては、年長者の方が優れている。そ

の点を十分にかさねるべきではあるまいか。ヒマラヤ登山の成功、不成功を左右する因子はあまりにも多すぎる。たまたま自分が成功したからといって、偉そうなことを言うつもりはないが、ご参考になれば幸甚である。

#### 付記

本稿は、それぞれ下記のかたちでオリジナルに公表されたものを関係各位の了解を得て、一部修正して掲載したものである。斎藤惇生「60歳、8000m登頂記」（日本山岳会京都支部『支部だより No. 21』）、中島道郎「六十歳の八千メートル峰登頂記」（日本山岳会『山 No. 544』）。