

崑崙山脈西部の山旅、高所順応に関する自己体験 (2005年7～8月、夢ムスターグ<6,345m 峰>登頂時の記録)

前田 栄三

京都大学学士山岳会 (AACK)

2004年4月、「シルクロードを訪れる」という学生時代(1960年代)の「夢のまた夢」が適い、西域南道、タクラマカン砂漠公路そして天山南路の一端に触れることが出来た。同年9～10月、再びシルクロードの街ウルムチそしてカシュガルを訪れ、崑崙山脈西部の目指すべき未踏峰の探索を行い、その結果を踏まえ、翌2005年7～8月には「崑崙の未踏峰を登る」という夢の実現を見た。

私自身の高所経験といえ、富士山を始めとする国内の3,000m級の山々やボルネオのキナバル山(4,095m)程度しか無い。本稿は、そういう1人の人間の、標高4,000m～6,000mにおける高所順応の1回だけの失敗と成功の体験を記したものである。60歳前後に至りやっと海外の山々や高地に眼を向けられるようになった方々、或いは将来、中国滞在30日間(ある種のビザの有効期間)という自由時間を手に、新蔵公路を通して崑崙の未踏峰を目指そうとする方々に、些かなりとも参考になれば誠に幸いである。

1. はじめに

2004年4月、私は初めて西域を訪問してきた。西域への出発点はやはり西安が相応しい。西安の西の大門・安定門に立ち遥かに西方を望み、その後、空路ウルムチそしてカシュガルに移動し、タクラマカン砂漠の西端を走り、崑崙西部の山々を遠望し、西域南道(ヤルカンド～イエチエン～ホータン～ニヤ)から砂漠公路を通り天山南路(クチャ～輪台～コルラ)を経てトルファンに至った。そこから夜汽車で哈密を経由して桃園駅に移動し、敦煌を訪れた後、更に河西回廊を約30時間かけて汽車(軟車)で西安に戻った。(付録1)

途中イエチエン(葉城)から、ラサへ向かう新蔵公路に入りアカズ峠(3,300m)～クディ(2,945m)を経てセラク峠(4,900m)を目指したが、予期せぬ道路壁崩落に伴う補修工事の為、クディの先で引き返さざるを得なかった。その間、クディの先の明るく開けた谷(2箇所)に徒歩で分け入り、のんびり上流を目指し標高3,800m付近まで散策してきた。全ての行動をゆっくり行っただめか、身体の異常或いはその予兆を感じる事は無かった。

2004年9月～10月、翌2005年に目指すべき崑崙西部の未踏峰の探索に出かけた。(付録2)同

年8月に岐阜の県立図書館を訪問し、そこで入手したロシア製の地図を広げ、数ヶ所の候補をマークした。現地での探索の結果として翌年に目指すことにした山は、2000年8月に崑崙西部の無名峰(6,540m 峰)を初登頂した京都の「北山の会」崑崙隊の登攀隊長、AACK 会員田中昌二郎氏の助言が基になった。曰く、地図を指で指しながら「このあたりに形の良い山がある」というものであった。2005年8月に登った山が彼のいう「良い山」であったかどうかは判らないが、少なくとも彼が示した山域の最高峰に間違いは無い。頂上に立った時、周囲の山々は皆低かったことでその事が分る。その周囲の山々の中に小ぶりながらピラミッド状の美しい双耳峰(6,100～6,200m級)があった。

2004年9月に行った崑崙山脈の未踏峰探索の山行では、私は高所順応に失敗し、探索そして偵察の戦力になり得なかった。帰国後、自分の行動(体調)を日記風に認め(別紙1)、自身の高所順応失敗の原因と対策をAACK 会員松林公蔵氏にお尋ねした。折り返し氏から懇切丁寧なコメント(別紙2)をいただいた。なお、2004年の未踏峰の探索そして2005年の崑崙山行に持参した薬品類(共同装備)は、共にAACKの先輩齋藤惇生医師により処方され、薬品個々の効能、服用のし方、

高所順応の要点など判り易くメモに認め、資料と共に提供していただいた。

両氏のコメントを踏まえ AACK 内外の方々の知見を咀嚼し 2005 年の崑崙山行に反映させた結果(別紙③)、3,000m～6,345m の高度において、ほぼ完璧な高所順応を体験し得たと思っている。

2. 高所順応失敗の要因(2004年9月探索山行)

(1) 主要な直接的要因

- ①中国入国第1夜に風邪を引いたこと。
- ②風邪を完治させる努力を怠ったこと。
- ③即ち薬効と睡眠(休息)のみに頼り、飲酒を控えることに思い至らなかったこと。
- ④風邪を完治して、入山出来なかったこと。
- ⑤山中、特に大紅柳灘までの日程が性急に過ぎ、その後も休日なく行動したこと。
- ⑥ダイヤモンドの服用が1日遅れたこと。
- ⑦水分代謝の重要性についての認識が浅く、強い意思による摂取が不十分であった。

(2) 反省点

高所順応についての事前の勉強を怠ることは無かったが、活字を活字として読み下すレベルに留まり、臨場感ある理解と対応、複合し

たその場の状況に対処する術に思い至るレベルになかった。対象が6,000～6,300m級の山、然もチベット側からの探索という事で、安全かつ安心して偵察し得るといふ、心理的にも油断があった。

3. 2005年の崑崙隊の対応(成功事例)の要点

2005年のこの山行では高所順応が最も重要と考え、前年の失敗を踏まえ対応に万全を期した。

(1) 国内(計画段階)において、

- ①日常の健康管理に加え日本出発前の体調管理に特に留意し、疲れ及び風邪などの不具合を中国に持ち込まないよう努めた。
- ②出発1ヶ月前の高所順応訓練を意識的に行った。(富士山頂での宿泊、低圧室利用)
- ③BCに入るまでの日程に余裕を持たせ、順歩行に十分な時間を充て、休日も設けた。
- ④BCを4,000～5,000mの間の屋根付きの建物に置くよう計画した。
- ⑤A-BC(5,440m、Advanced-BC)、C1(5,800m)、C2(6,010m)に宿営するに当っては、必ず上部を偵察した後に宿泊するようにした。

(2) 現地入り後の対応、

- ①日程の面では、カシュガルからタシュクルガ

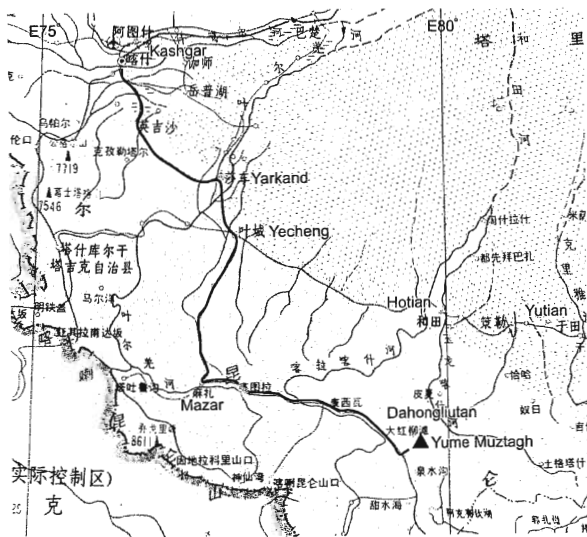


図1 Yume Muztagh の位置

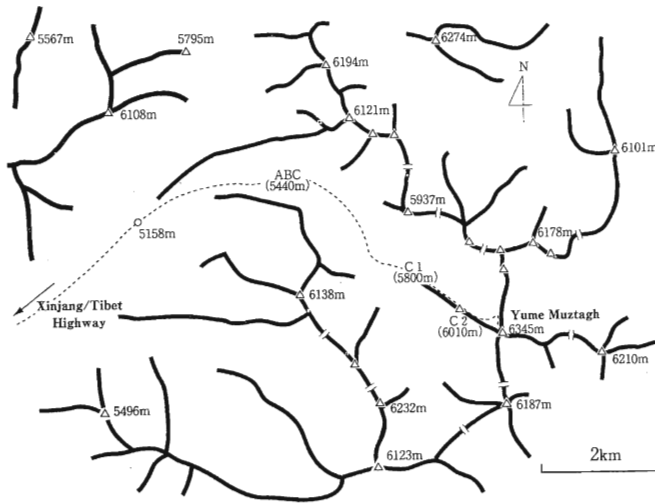


図2 新蔵公路からの進入及び登行ルート

ンを2日かけて往復し、2度の4,000mの峠越えでは都度ゆっくり順応歩行したこと。クディからマザまで車で4時間ほどで行けるところを1日の行程とし、余裕時間を勝利橋の上部4,100m付近、4,500m付近そしてセラク峠下から峠(4,900m)までの3段階の順応歩行にあてたこと。大紅柳灘(4,155m)に到着後完全休養日を1日取り、過し方は各自の自由としたこと等である。

- ② BCの位置については5,000m以下で屋根付きの小屋に設けることにして、当初509道班(4,750m、道路工事要員の飯場)を第1候補とした。が、実際に現地を訪れウイグル人の責任者の案内で部屋を見て、セキュリティと居住性に難点があることが判明したため、A-BCから遠くなるものの大紅柳灘(4,155m)の招待所をBCにすることにした。結果的に、これが最善の選択であった。4,500m以下の低い場所、然も女性の賄い付きの宿に泊まる恩恵は、シニア隊ならではの寛いだ時間、空間、雰囲気そして利便性をも掌中にする事が出来た。
- ③ A-BC、C1、C2に到着するたびに行った上部の偵察行動(順応歩行)は、翌日の朝一番の登山活動(約3~3.5時間、標高差約

300mの登行)にすこぶる有効に作用した。

- ④登山活動中は、マイペースでゆっくり登行するよう努め、携帯用酸素ポンペをA-BCに常備した。
- ⑤中国に入国したその日以来、山行を終了してBCに下山するまで柴苓湯と胃腸薬を常用し、山中ではダイアモックス半錠を服用した。ダイアモックスの服用に合わせ、禁酒した。
- ⑥強い意思と理解をもって水分代謝に努めた。過剰な摂取にも注意した。
- ⑦腹式呼吸による深呼吸に努めた。

4. 2005年崑崙山行の概要

登山活動の詳細は、AACK ホームページに掲載してある「報告」を参照されたい。ここでは高所順応に焦点を絞り、山行の概要を記載する。血中酸素濃度(SpO₂)等の数値は、私自身の数値を参考まで記載した。

7月14日、成田を出発。その日の内に北京經由ウルムチに到着。ウルムチに着いたこの日から、今は故人となった京都岳人クラブ須藤建志氏の経験・知見に倣い、朝と晩に柴苓湯の服用(私の場合は各1包)を開始し、毎食後胃腸薬も飲み始めた。日本を出発するに際しては、風邪や疲れを引きずらないよう細心の注意を払った。ウルムチ到

着以降は、ホテルの部屋の乾燥に注意を払い、就寝前には床に水打ちし、十分に濡れたタオルを部屋に用意した。

7月15日、空路カシュガルに移動、空港では昨年4月以来となるSさんの出迎えを受けた。彼が今回の連絡官兼コックを務めるとのこと、何度も日本隊に同行した経験を持つ誠実な人柄の人物である。

7月16日、朝方、カシュガル登山協会を訪問し車輛・装備・飲食物などの確認打合せを行い、契約書を取り交し、前金を支払う。契約書の内容は6月初旬の時点で合意していたが、手交及び支払いは、通信事情、送金事情等を考慮して現地で行うことにしていたものである。

その後カラクリ湖群を通過してタジク族の街タシュクルガン（唐代 & 清代の石頭城城址が有名）に移動し宿泊。途中の4,000mの峠で高所順応のために約一時間ゆっくりと歩行した。

7月17日、この日は、終日寒風吹き荒れた前日とは大違いの無風快晴の好天気となった。朝、石頭古城に立つ。次第に輝きを増す木々の緑、のどかな人々の動き、広々とした周囲の景観、湿原に点在するパオの群れ、クンジュラブ峠に向かう明るく開けたなだらかな谷…、正に桃源郷の趣きである。

カシュガルへの帰途、紺碧の空と真っ白なムスターグ・アタ、コンゲール山群を飽きることなく見上げ、薄く雪化粧したパミールの山々を幻想的な想いを抱きながら遠くに望むことも出来た。4,000mの峠で再び高所順応歩行をしたのは言うまでもない。頭痛も息苦しさもなく2度3度欠伸することもなく、まずは順調な高所順応の滑り出しである。この夜、カシュガルで登山協会主催の夕食会があり、16日に成田を出発しこの日カシュガルに到着した後発の2人に運転手2人も交えて歓談した。

7月18日午後、私達4人は改めてカシュガルを出発、ヤルカンド（莎車）を経由してイエチエン（葉城 or 叶城）へ移動。この日から三十里營房に下山した8月2日まで、ビールを含む白酒等のアルコールに手を出す事はなかった。4人の和やかな表情ながら厳しい気持のこもった申し合わせ事項である。またこの日の夜から、ダイアモックス（半錠）の服用を開始した。

7月19日、イエチエン(1,400m)から新蔵公路(チベットのラサに向かう国道)に入りアカズ峠(3,300m)を越えて兵站基地のあるクディ(2,945m)まで。アカズ峠では、車輛故障もあって高度差300mほど順応歩行。<アカズ峠にて、SpO₂:91、脈拍:117、クディにて19時45分、SpO₂:93、脈拍:110>

7月20日、セラク峠(4,900m)を越えてマザ(3,755m、K2-BCへの分岐点)まで。私と同乗の1人は4,100m、4,500mそして4,750mあたりの高度で順応歩行し、自身の体調を観察。<クディの朝、SpO₂:93、脈拍:115、マザにて、SpO₂:86、脈拍:99>

7月21日、ヘイカ峠(4,930m)、三十里營房(3,665m)を経て大紅柳灘(4,155m)に入った。ヘイカ峠越えに際し、高度差200mほど順応歩行を行う。<大紅柳灘の夕方:SpO₂:84、脈拍:107>

7月22日、この日は完全休養日。2名がガイドと共に奇台大坂(5,341m)を越えて、A-BCへの進入路を偵察し、前年のBC(5,240m)まで充分に車の進入が可能な事を確認した後、アクサイチン湖を往復。1名は、大紅柳灘の北側の谷(2004年の偵察時に車で進入を図った谷)をゆっくり歩いてきた。私は連絡官と一緒に奇台大坂に至り、ひとり峠から雪の全くない小ピーク(5,685m)に立ち、対象とする山域を遠望し目指すピークの設定に努めた。が、生憎なことに曇天に加えて雪と岩の黒さ(南面)が交錯し、然も山岳重畳としていて残念ながら特定できなかった。この間、頭痛も食欲不振も欠伸もなく、また身体のだらつき、思考力の低下を自覚することもなく、順調に高所順応していることを実感していた。

7月23日、A-BCを四輪駆動車で入ることの出来る最奥の5,440m地点(2004年偵察時の到達地点)に設営し、BCに帰着。ここまで車が入れたことは誠に幸いであった。事前に種々想定していた悪条件(我々自身が行わなければならない、5,440m地点までの長いボツカ等)は、全て杞憂となった。私はこの日、5,550m地点まで偵察兼順応歩行を行い、体調を観察。この日、メンバー1名とガイドは終日休養。1名は半日休養。<大紅柳灘の朝、SpO₂:83、脈拍:103。同夕方、SpO₂:87、脈拍:103、呼吸数:23>

7月24日、A-BC(5,440m)設営、荷揚げとC1位置(5,800m地点)確認。BC帰着。私は無理せず終日休養。他の3人は各自のペースでガイ

ドと共にC1への荷揚げを行う。夕暮れ時、メンバーの一人が、大勢の輻重部隊の兵士達の前で「崑崙の地図」を広げ見入ってしまった。その夜、彼は軍関係者（或いは公安）に名前を呼ばれ、パスポートの提示を要求された。連絡官とガイドが対応し事無きを得たが、解放軍作成の地図でなくて本当に良かった。改めて中印国境、然も1962年に発生した国境紛争の余韻の残る辺境の地の情報網・情報源に思いを巡らし、写真撮影同様厳しい地図の取扱いの必要性に、自戒の思いを新たにした。

私はかつてクウェート空港の待合室で、全く何気なくパチリとやってしまった事があった。フラッシュが光った。直ちに2～3人の警官が現われ彼等の詰所に連れて行かれ、短い問答の末、フィルムを抜かれた。幸いなことにそれ以上身柄を拘束されることはなく、フィルムを入れ換えた直後の1枚めだったこと等実害は全くなかったが、以後、紛争地域や宗教警察（秘密警察）の存在する地域等でのカメラの取扱いに、細心の上にも細心の注意を払うように（身体が自然に反応するように）なった。因みにこの時は、イラクによるクウェート侵攻そして敗走という紛争の後、1～2年程度経過した時期であった。＜大紅柳灘の朝、SpO₂: 86、脈拍: 106、呼吸数: 26。同夕方、SpO₂: 85、脈拍: 105、呼吸数: 24＞

7月25日、全員C1(5,800m)に荷揚げしテント2張り設営。その後A-BC(5,440m)帰着。＜大紅柳灘、SpO₂: 86、脈拍: 96、呼吸数: 20。

A-BCにて、SpO₂: 72、脈拍: 111、呼吸数 23＞

7月26日、全員C1(5,800m)に入る。この日の夕食後のテント間の交信で、翌日のC2予定地の偵察ルートについて、「北側のカールルートも見ておきたい。自分ひとりでも行って見てくる。」という提案が為された。翻意を促した。翌朝、この提案は撤回されたので一安心、本来の尾根筋からの4人による偵察行動がスタートした。この提案は、国内での検討段階で、2004年の偵察の結果を踏まえて提起された内容であったが、尾根筋を第1とし、止むを得ない場合の選択枝の一つとすることにしていたものである。私はといえば、翌日の尾根筋からの偵察において、山頂との高度差、天候、各人の体調、稜線の難度等などからして、或いは結果として山頂に立つこともありうる。

言わば「威力偵察」という思いがあった。現場に立ってみて、山頂が近いと感じたのかもしれない。＜C1にて20時頃、SpO₂: 68～73、脈拍: 107、呼吸数: 21＞

7月27日、C2予定地(6,010mのコル)及びその上部を偵察して、C1(5,800m)泊。C2予定地の100m程上部の地点で、更に上部を偵察するかどうか意見を交わした。「基本の計画に従って、C1に戻りましょう」との発言に一瞬我に返ったような気持ちになり、4人一致してその場からC1に戻った。「自分一人でも見て来る」という提案そして「威力偵察という現場での発想」、いずれも「本質安全」とは言えない、高度障害の予兆の現れではないか…とも思う。高所順応に最善の努力を傾注した上での思考力、判断力の減退にブレーキをかけるのは、やはり事前検討の錬度の強靱さとその錬度を共有するパーティーシップにあると思料している。＜C1の朝、SpO₂: 68、脈拍: 128。C1の夕方、SpO₂: 67、脈拍: 112＞

7月28日、朝、不用と判断された装備を担いで、全員A-BC(5,440m)へ下山し、BC(4,155m)に帰着。午後の半日、休養。＜C1にて、SpO₂: 68、脈拍: 103、呼吸数: 25。BCにて、SpO₂: 85、脈拍: 100、呼吸数: 24＞

7月29日、全員BCで完全休養。＜BCの朝、SpO₂: 86、脈拍: 80、呼吸数: 25。BCの夕方、SpO₂: 87、脈拍: 87、呼吸数: 28＞

7月30日、全員C1に入り、上部を登行後C1に宿営。＜BCにて、SpO₂: 86、脈拍: 92。C1の朝、SpO₂: 72、脈拍: 92。C1の夕方、SpO₂: 72、脈拍: 98、呼吸数: 24＞

7月31日、前日の夕方C1に帰着した時、美味しいメロンすら受け付けられない程の食欲不振を示したメンバーの様子を観察（血中酸素濃度の測定を含む）し問診し和やかに励ましながら、尾根筋を忠実に且つゆっくりゆっくり慎重に登行し、C2を6,010m地点に設営。更に上部を順応歩行を兼ねて偵察した後、C2に全員で宿営。＜C1にて、SpO₂: 76、脈拍: 84。C2、SpO₂: 74、脈拍: 105＞

8月1日、C2(6,010m)から4人全員で頂上(6,345m)アタック。アイゼンが良く効く急な雪面を登り、その上部の緩やかな広く白い雪原を辿って午前11時過ぎ、頂上に立つ。この日は、今山行で一番の悪天候だった。南の方から黒雲が

ひっきりなしに飛来しては北方に去り、寒気も厳しく手足の指先がチンチンし、ヤッケを始めて取り出す有様であった。それでも昼頃には、午前中頂上付近にかかっていたガスもいつしか切れ、晴れ間が広がりやがて視界一杯に崑崙の景観が広がる中を下山に移り、C2を撤収してC1(5,800m)に帰着。<C2にて、SpO₂:70、脈拍:105、呼吸数:23。C1帰着後、SpO₂:72、脈拍:111>

8月2日、今山行最高の無風快々晴の一日。この日A-BC(5,440m)から上がってきた連絡官とガイドと共にC1を撤収し三々五々A-BCに下り、振りかえり仰ぎ見ては真白き峰々に別れを告げ車上の人となった。大紅柳灘の賄いの女性に礼を述べ、三十里営房に向かった。三十里営房(3,665m)に到着した夕方、久し振りのビールで改めて乾杯。この日のチェックイン後、公安の立入りがあった。観察されている事を認識する。<C1にて、SpO₂:73、脈拍:112>

8月3日、三十里営房の招待所では一晩中夫婦喧嘩が続き、殆ど一睡も出来なかったが、さして多くもない旅人達は皆一様に押し黙って朝食を口に、未だ明けきらぬ中をそれぞれ無言のまま出発して行った。喧嘩の余韻が露わに残る女主人と、うるさくて寝られなかった事を理由に宿泊代の値切り交渉をした連絡官のSさんは、首をすくめてすくすく引き下がる始末。この日は、三十里営房を出てクディを經由してイエチェンに向かった。途中クディの村ではチベットに向かう200台という軍用車輛の行軍に行く手を阻まれ、'全車輛が通行するまで(1~2日間?)一般車輛は通行止め'とのことであったが、日本から一緒したガイドの活躍で例外的に通過を許可され、途中、パンク等の故障もあったものの、何とかイエチェンで都会の夜を迎えることが出来た。<クディにて、SpO₂:89、脈拍:91>

8月4日、イエチェンをゆっくり出発、玄奘三蔵法師ゆかりのヤルカンドで昼食(莎車賓館)。イエングサルで土産用のナイフ(ウイグル人が常用する切れ味鋭いナイフ)を品定めしながら、全員無事にカシュガルに帰着した。

5. 終りに

人は高所に行けば、自然に低い気圧、薄い酸素濃度に対応しようとする働きが備わっているとい

う。富士山頂で標高3,776m、気圧は平地に較べて2/3ほど、酸素は1/2ほどという。チベットのラサが3,749m、チチカカ湖で4,000mなので、国内にあっては富士山登山と山頂宿泊して低圧室の利用が、特に4,000m~6,000m辺りの高所経験の無い、若しくは経験の少ない登山者にとっては大いに有効となる。高所の順応には個人差も大きいようで、柴苓湯やダイアモックスを服用することなく自分の体調と会話をし、目的を達したメンバーもいた。またムスターグ・アタ(7,546m)を高所順応の目的で登り、その後、目指す6,500m級の山に向かうというやり方(事例)も無い訳ではないが、私は、当面30日程度の時間余裕の中で5,000~6,000m級の登山或いは旅を念頭に置いて、失敗の無い高所順応を心掛けていきたいと思っている。

今回登った山は、「乗鞍岳」のような懐の深いたおやかな山である。100mの高度差を登るのに数キロの荷物を担いで1時間かかった。1時間程度かけてマイペースでゆっくり登った、と言っても良いと思う。登山時期の選定が功を奏し天候に恵まれた上、朝一番に登行を開始したこともあり雪の状態が良く、持参したアイスパイル、アイススクリュー、スノーバー、ザイル等など全く使用しないで済んだ。しかしこれは結果論で、我々は氷雪が出てくることを予想して、冬の八ヶ岳(赤岳鉱泉)での氷雪登攀技術講習、実際の氷瀑登攀訓練など準備を進めてきた。これらの準備は至極当然のことで、4人のメンバーシップの醸成にも大いに寄与したのは言うまでもない。

山名は、「Muztagh Chush」(ウイグル語)、「Yume Muztagh」(日本語)、「慕士塔格夢」(中国語)としてカシュガル登山協会から「Certificate」が発行されることになっていたが、結果として中国語とウイグル語の山名で「登頂証明書」(2005年8月17日付)が発行された。Muztaghはウイグル語で「氷の山」、「夢」は文字どおり「通える夢は崑崙の高嶺の彼方ゴビの原」と三高寮歌(逍遙の歌)に謳われた「夢」。今後とも、「高峰の第2登たるよりも例え低山であってもいい、あくまでも「初登頂」を目指して行きたい」と思っている。

以上

・2005年崑崙山行の期間；2005年7月14日

(先発隊出発) ~ 8月10日 (後発隊帰国)

- ・メンバー：L 伊藤寿男 66歳、AACK
SL 前田栄三 61歳、AACK
泉谷洋光 61歳、AACK
栗本俊和 56歳、AACK
- ・留守本部： 田中昌二郎 AACK
- 註 -
- ・京都大学学士山岳会；The Academic Alpine Club of Kyoto (略称 AACK)
- ・北山の会；京一中・鴨沂高校・洛北高校山岳部OB会
- ・須藤建志氏；元京都岳人クラブ・日本山岳会京都支部技術担当 (「北山の会」崑崙隊、報告書より)
- ・招待所；バラック建ての小屋 (平屋) に粗末なベッドと布団を置いただけの簡易宿泊所

別紙1 崑崙偵察山行での健康状態 (2004年9月、順応失敗の事例)

<これは、AACK・松林公蔵会員に送信 (お尋ね) したメール全文である。> 文責；前田 栄三

1. 健康のバックグラウンド

特段の既往症はなく、人間ドックの検診で何ら指摘される事はありません。経験的に、微熱感とともに喉の異常を感じる事がよくあります。咳がでます。その都度、掛かり付けの医者に相談し、処方していただいておりますが、効果のほどははかばかしくありません。今回もそうですが、海外に出掛ける時には、まとまった薬 (1週間分とか) を処方していただくのが常です。これまでのところ顕著な薬効を経験することはなく、その医者の見立ては、①海外へ出掛ける等、環境が変われば良くなる可能性がある。②気管と食道の分岐点のコントロール機能が低下しているということ。即ち「老化」の顕われということ…という2点を指摘されています。

2. 中国現地での体調

2004年9月15日、成田発北京經由ウルムチへ移動。大連にあるレーダーの故障のため、成田出発が大巾に遅れ、このため当初の乗り継ぎ便に乗れず、1便遅れでウルムチ到着、ホテルのチェックインは深夜0時過ぎ (1時頃?) となった。乾燥対策として、下着を洗濯し吊るしてから就寝。この夜、寒気がして目覚め、空調が効いていることに気が付いた。すぐにOFFにしたが、この時

風邪を引いてしまった…と朝起きてから判った。

9月16日、朝から喉がムズムズ、軽く咳がでる。息を吸う時、呼吸音がする。持参した市販の薬を (朝昼晩の3回) 飲む。この市販薬 (エスタックイブ) は、今年8月、京大笹ヶ峰ヒュッテ滞在時に同様の症状が出た折、麓の妙高高原町で買い求め、効果が顕著だったので、今回、持参した。

この日は、全員でマイクロバスに乗り、ボコダ山麓の景勝地「天池」を訪問。

ウルムチ泊。

9月17日、微熱感があり、咳がでる。この日の朝から、日本から持参した (掛かり付けの医者の方による) 薬を (朝夕、就寝前) 服用する。又、持参した「うがい薬」を適宜使用する。

(持参した薬；①メイアクト錠 100mg、②ボルタレン錠 25mg、③スローピット 100、④ムコスタ)

午前中旅行社を訪問して、情報収集、旅程内容の確認、費用の支払い等行う。午後、空路カシュガルに移動。ホテルにチェックイン後、3人は中国最西端の仏塔遺跡の観光に出掛ける。私は、今年の4月に来て見たばかりでもあり、体調万全でない (微熱感と咳、呼吸時の異音) ので、用心して自室で睡眠をとる。

カシュガル泊。

9月18日、状態変わらず。咳込む程度が増す。持参の処方薬の服用を継続する。持参の「うがい薬」を使用する。午前中、3人は絨毯工場の見学に出掛ける。私は努めて身体を休める為、ホテルの自室で睡眠をとる。薬のせい良く眠れる。午後、車でイエチエンに移動。

イエチエン泊。

9月19日、状態変わらず。19日夜まで持参の処方薬 (抗生物質を含む) の服用を継続する。

SpO₂: 90 (イエチエン、1,400mにて)、山中で得られる数値との比較のため、測定した。

AACKの先輩 (齋藤惇生医師) からは、イエチエンを出る時からダイアモックスの服用を勧められていたが、持参の処方薬との「合性」いわば副作用を素人なりに心配して、この日のダイアモックスの服用を見合す。この日、イエチエン (1,400m) から新蔵公路に入りアカズ峠 (3,300m) を越えてクデイ (2,879m) に到着。食欲は、クデイでの夕食を含め、ここまで良好。カバブウも美味しい。

クデイ泊。

9月20日、朝、痰が出る。うれしい。咳は出る。微熱感は消えている。

9時43分、SpO₂：80 & 脈拍：130、

13時50分、SpO₂：75（マザ 3,765mにて）

21時35分、SpO₂：76 & 脈拍：134（大紅柳灘 4,155m）

この日の朝から、持参の処方薬の服用を止め、ダイアモックスと柴苓湯を同時に服用する。痰が出始めたこと、抗生物質の服用を続けるのは良くない…と聞いていたこと、更にダイアモックス及び柴苓湯の服用をこの日には始めないといけなかったので、服用した。鎮咳剤として共同装備のメジコンの服用を開始。

この日、クディからセラク峠（4,900m）を越え、マザ、ヘイカ峠（4,930m）、三十里営房を越えて長軀、大紅柳灘に入る。（チェックインは21時30分頃）咳は依然としてあり。マザ（3,765m）で昼食を取ったが、ここから食欲が「パタッ」と止まった。自分でも驚くほどに受け付けなくなった。遅い夕食（大紅柳灘 4,155m）も同様、全く食べ物を受け付けず。

大紅柳灘泊。

9月21日、ビタミン剤と咳止めのみ服用。

9時55分、SpO₂：77～76 & 脈拍：131、

21時40分、SpO₂：77 & 脈拍：133

大紅柳灘を出発して奇台逢坂（5,341m）を越えアクサイチン湖に至り、アクサイチン湖北方の山々を観察する。大紅柳灘に戻る。

大紅柳灘泊。

9月22日、ビタミン剤と咳止めのみ服用。

夜、21時頃、初の酸素吸引を15分間行なう。

8時50分、SpO₂：78 & 脈拍：122。20時45分、SpO₂：68 & 脈拍：128、この後、酸素吸引。

8時起床。9時40分、大紅柳灘の北方に位置する未踏峰の偵察に車で出かけるも、大小のごろた石のため13時15分、撤退。再び奇台逢坂を越え、京都「北山の会」BC跡（5240m）に入る。テント設営後、酸素吸引を行う。食欲全くなし。思考力の顕著な低下を実感する。連日の脈拍の高さがとても気になる。夜半、何気なくいつもの動作で小用に立つ。テント入口の出入りに猛烈な息苦しさ、胸の痛みを感じる。

9月23日、朝、SpO₂：68 & 脈拍：130、（以後、パルスオキシメータは偵察隊の所有となり、前田のデータはなし。）この日、私は偵察隊

を見送った後、テント内で睡眠をとり（睡眠を無性にとりたかった）、その後（西田康男君に付き添われ）大紅柳灘に移動（撤退）。そこで様子を見ることにした。

3. 崑崙、大紅柳灘での状況

9月23日、大紅柳灘に14時頃到着、その後酸素吸引を行い、終日睡眠をとった。睡眠というよりも「爆睡」状態だったと自覚している。招待所に響き渡るような自分の「鼾」、そして「変な夢」に驚き2～3回飛び起きた記憶がある。夕方遅く、若しくは夜、心配した賄いの女性も顔を出す前で、酸素吸引。そして再び睡眠。

同行の西田康男君が偵察隊リーダーの伊藤寿男さんに宛てた観察メモ

伊藤さん達出発後、1時間30分ほどテントで睡眠。12時に起し出発。14時大紅柳灘到着後、食事を取らず睡眠。21時頃夕食。この時は白飯に日本の塩こぶをかけ完食。調子は少しは良くなったと言っていますが、後頭部に鈍痛ありと言っています。

9月24日、終日睡眠をとった。この日は「爆睡」と異なり「熟睡した」感じで、昼頃から自然に身体が動くようになり、道路に面した食堂に身体を置く時間が長くなった。酸素吸引を3回実施した。食欲も少し出てきた。日本から持参したレーズンクラッカーを美味しく食べ、アミノバイタルも飲み、お茶も良く飲んだ。賄いの女性がお粥を作ってくれ、一碗おいしく食べた。咳、痰は依然として残っていた。夜間、再び咳込むことが多くなったように感じた。

西田君の観察メモ

朝食は食べず睡眠。後頭部に鈍痛ありと言っているの、11時、酸素吸入を開始。運転手が良くやってくれます。医者はいないとの事。酸素吸入後、頭がスッキリしたとの事、今後時々（酸素吸入を）実施する。結局、朝食昼食は食べず、カロリーメイト1個を食す。朝から夜21時頃までベッドで過ごし、その殆どが睡眠。この間、2時間位食堂に出てくる。酸素吸入は3回、夕食はメシ一杯完食。夜になると調子は良くなる模様。酸素吸入すると楽になるとの事。ここまでの状況では、早期にイエチェンまで下山させるのがBetterと感じる。

4人の測定データ表

月日	区分	伊藤寿男		泉谷洋光		西田康男		前田栄三		備考
		Sp O ₂	脈拍	Sp O ₂	脈拍	Sp O ₂	脈拍	Sp O ₂	脈拍	
9/20	朝	92	73	88	110	88	110	72	130	クディ
	夜	82	88	82	102	82	—	76	134	大紅柳灘
9/21	朝	85	75	84	104	80	117	77	131	々
	夜	88	100	89	111	85	95	77	133	々
9/22	朝	89	89	88	103	90	100	78	123	々
	夜	81	107	82	103	80	97	68	128	BCにて
9/23	朝	89	89	80	108	90	107	68	130	BCにて
	夜	76	110	79	115	—	—	—	—	
9/24	朝	78	110	80	126	—	—	—	—	
	夜	78	108	78	124	—	—	—	—	
9/25	朝	78	97	78	113	—	—	—	—	
	午後							80	107	大紅柳灘

以上

9月25日、目覚めと同時に酸素吸引。

朝起きた時の気分は、正に台風一過の秋晴れのような、実に爽快な気分であった。これが高所に順応したということか…と自分なりに得心した。午後のSpO₂値；80、脈拍；107。得心！

時折、咳が続く。クディを出て以来、2度目のトイレ。快調。この日から、それまで服用していた鎮咳剤メジコンに替えて日本から持参した市販のエスタックイブ3錠の服用を開始した。(咳が止まらないので、再度薬を変更してみた。)

酸素吸引後無意識の内に、大紅柳灘に来て初めてカメラを手に招待所の外へ出る。川のほとりまで歩き、カラ・カシュ川の水に触れる。次の偵察ポイントを地図上で追いかけているところへ、偵察隊が戻ってきた。伊藤さんから「目標とする山は見つかった。明日、下山しよう。」との宣告がなされた。

西田君の観察メモ

11時起床、酸素吸入。疲労困憊の様子。昨夜はまた咳が出るようになった。今回は地域の乾燥に彼の喉がマッチしなかった事、毎日ちよびちよび水を飲んで喉を潤さなかった事が最大の原因と思えます。このままほこりっばい山中に置くよりも酸素の多いイエチェンに早期に下させる事が妥当ではないかと考えます。

9月26日、当初の予定を切り上げ、大紅柳灘を出発してクディに移動。クディ到着は21時頃。

9月27日、クディを出てイエチェンを通りホータンへ入った。車中で咳込み、痰も出た。西域南

道を走る前のバスの排気ガスがつかった。

4. 理解したい事柄など

(1) 血中飽和度

- ・自分の血中酸素飽和度は適正と言えるのでしょうか？ 控えめに見ても「良い」とは言えないように思います。どうすれば良いのでしょうか。
- ・日本にいる時に出来る事はなんのでしょうか。
- ・血中酸素飽和度が低いために脈拍数が高くなり、心臓に負荷をかけることになると思います。連日、高い脈拍に接していると、不安です。どういうチェックポイントで「脈拍数」を見れば良いのでしょうか。

(2) SpO₂ 値、脈拍数に基く山中での健康管理（高度順応診断）のポイント

(3) SpO₂ 値、改善の方策

- ① 過換気のし方と改善効果の期待値
- ② BC（高度約5,200m）への入り方（高度順応のし方）
- ③ BCから高度差約1,200mの登り方（注意すべき事柄）
- ④ 撤退の条件（低地へ撤退しなければならないという「判断」の、基準となる条件）

(4) その他

ウルムチからイエチェンに到着した日の夕食時まで、ビールそして白酒をよく飲みました。喉のムズムズ感と咳を紛らわす意志が働いたと思います。イエチェンを出たその日、クディでとった夕

食時のビールを最後に、酒類を遠ざけました。飲酒は、良くなかったのでしょうか？

別紙② 松林公蔵氏のメール（2005年1月20日付）

文責：松林公蔵

「崑崙での健康状態」拝読しました。以下、私見をのべさせていただきます。

一般に急性の高所障害は、下記のように分類されます。

- (1) High Altitude Sickness（食欲不振、頭痛、倦怠感、浮腫、尿量減少、不眠、過眠など）
- (2) 高所肺水腫（呼吸困難、通常、(3)を併発すること多い）
- (3) 高所脳浮腫（意識障害、錯乱、歩行困難）

前田さんの場合、感冒のため4千～5千メートルの段階の順化に成功せず、(1)に至ったものと考えられます。そのために、食欲なく、過眠状態が続き、9月25日の段階でようやく順化し始めたのが実情のようです。遷延する(1)は、上記症状とともに、SpO₂が順化者に比して10ほど低いこと、脈拍が20ほど高いことが、ひとつの目安となります。初期の高所順化は、極度の疲労や感冒が根底にありますと、大きな障害となります。9月15～19日までの感冒を、完全におおしてから、入山しておれば、状況はちがったかもしれません。

1982年のカンペンチン登山でも、北京、成都での乾杯攻勢と感冒のため、近藤隊長がラサ以降、順化に失敗し、高所肺水腫をおこされ入院加療後、下山のやむなきに至りました（当時57歳でした）。

従いまして、今回の不調の最大の原因は(1)感冒が治癒していなかったこと、(2)ダイアモックスの服用が1日遅れたことが主因とは思いますが、(3)水分の摂取が少なかった可能性も加わります。特に、微熱、アルコールで通常以上の水分の蒸散がありますので、水分は意識的に多量にとる必要があります。

今までの、国内、国外山行の3千～4千メートルで、高山病のご経験がなければ、体質的に高所に弱いということはないかと思いますが、いかがでしょうか？

ご質問の項目にそって私見をのべます。

- (1) 血中酸素飽和度：通常よりも10ほど低い

す。高所順化の一つ指標ですので、順化タクティックスの再検討がいります（今回の場合、感冒が主～9/19、標高1400メートル（イエチエン）でSpO₂値90はやや低いです）

- ・日本にいるとき：一度富士山山頂に1泊されて、高度の影響をみられたらいかがでしょうか。
- ・頻脈：脈拍120～130といいますが、ランニング中の脈ですので、SpO₂低値とともに、順化不成功の指標です。
- (2) 標高5千メートルで高度順化した登山者のSpO₂の目安はだいたい80以上、脈拍110以内とお考えください。
- (3) 改善の方策
 - ・過換気は、覚醒時には可能ですが、睡眠中は無理なので、現実的ではない（体調に大きな問題がなければ、裏山にゆっくり登るなどの軽度の運動で、過換気状態をつくるのがよいかと思います）。
 - ・高度をあげる前の体調が万全であることを期す。感冒症状があれば、完全におおしてから入山が望ましいですが、パーティーの都合によってはそうもないでしょうから、入山前には、十分に気をつけて、風邪をひかない努力ということになりましょうか。中国のホテルは乾燥しておりますので、睡眠の前に室内に洗面器2～3杯の水をまいて寝たりしております。
 - ・BC（5,200m）から1200メートルの高度差の登山は、通常、健康体であれば、何の問題もないと思います。
 - ・撤退の条件：症状、活動能力、SpO₂ ≤ 70が続く、脈拍 > 130 続く、などを総合的に勘案して判断するのが現実的だと思います。通常、本人は下山の判断ができにくいので、リーダーあるいはサブリーダーなど、他人の判断のほうが確な場合が多いです。医師といえども、高所登山を知らない人では、下山判断はかなり困難かと思われま

通常、ヒマラヤ登山でも酒は飲みますが、前田さんの場合、風邪をひいており、それが酒によってマスクされ、油断につながったかもしれません。私たちの1985年のナムナニでも、連日の乾杯攻

勢で、参りましたが、酒自体が順化を阻害したという実感はありません。しかし、過剰飲酒はやはりよくないでしょう。

因みに、感冒はバクテリアではなく、体調の不良とウイルスの相乗効果でおこりますので、通常、抗生物質は無効、休息と十分な栄養、水分摂取、高熱の場合は解熱薬の使用が実際的かと思えます。回復には2～3日はかかると思います。

以上、メモにもとづきまして、私見をのべさせていただきます。

別紙③ 2005年の崑崙・夢ムスターグ山行 での対応・成功事例

文責：前田栄三

1. 国内（計画段階）での対応

(1) 基本行程（計画）の見直し<緩和>

- ①カシュガルを出発して大紅柳灘に入るまで6日間とした。（2004年の偵察時は3日、1988年のAACK・崑崙隊は7日間。）
- ②6日間の内、2日かけてカシュガルからタシュクルガンを往復し、途中、往復ともに4,000mの峠で順応歩行をゆっくり行うように計画した。
- ③新蔵公路では、一日一回の峠越えを行うこととして、ゆっくりした順応歩行に時間を費やすように計画した。
- ④即ち、イエチェン～アズ峠（3,300m）～クディ泊、クディ～セラク峠（4,900m）～マザ泊、マザ～ヘイカ峠（4,930m）～三十里営房～大紅柳灘泊である。
- ⑤大紅柳灘に到着した翌日を休養日に充て、各自の体調に合った過し方を取るようにした。
- ⑥体調に合わせて随時休養を取りやすくするよう、無理をしないよう、パーティの空気を相互に醸成することに努めた。

(2) 高所順応訓練の見直しと実施

富士山登山（山頂宿泊を含む）と低圧室の利用、雪氷技術訓練を原則として全員で行う事とし、日々の体力トレーニング及び山行は、各自の責任で行う事にした。

- ①雪氷技術訓練（2/11～13、八ヶ岳、全員）と雪山技術訓練（前田の例；3/4～6、奥日光。4/30～5/3、槍ヶ岳、2人。6/1～3、焼山周

辺）の実施。自己責任の例として、5月連休時、2人がハワイ島でマウナケア（4,205m）、マウナロア（4,169m）登山を行っている。

- ②富士山登山（山頂宿泊を含む）の実施。（6/18～19、全員）
 - ③成田出発（7/14）直前の富士山単独登山（7/9～7/10、荒天）の実施。
 - ④出発直前の低圧室の利用。（7/4、筑波大学、全員）
- (3) 日常の健康管理
- ①出発前の2～3週間は定時で仕事を終えるよう予め調整し、夜の会食も極力控えた。
 - ②出発直前の1～2週間は特に体調に注意を払い、掛かり付けの医者との連携を蜜にした。
- (4) 共同装備品以外の私的薬品等の携行
- ①ツムラの柴苓湯（40包）、三共胃腸薬（30包）等を個人用に持参し常時服用した。
 - ②掛かり付けの内科医、耳鼻咽喉科医、歯科医の処方薬を持参した。
 - ③スポーツドリンク（アミノバイタル）を持参し、登行時に使用した。

2. 現地入り後の対応

(1) 行程の緩和と高所順応歩行の励行

- ①基本計画（緩和された行程）に添って実行。セラク峠（4,900m）では、時間余裕を充分持たせたのでより一層ゆっくり順応歩行すべく、高度と景観を考慮して3つの高度帯で順応歩行した。ヘイカ峠（4,930m）では車道から離れ、より勾配を付けたジグザグ歩行をゆっくり行い、相対的に負荷をかけた歩行をし、呼吸等の体調の変化を観察。格別の異常若しくはその予兆を感じる事は無かった。

(2) BCの選定（現場の実態に合わせ、下方修正）

- ①検討の段階で、基本的に4,000m～5,000mの間にある‘屋根付きの建物’にBCを置く事とした。この為、候補地点は509道班（4,750m）と大紅柳灘（4,155m）の2箇所とし、奇台大坂（5,341m）を越えた先の甜水海（4,825m）周辺を除外した。より高度の低い大紅柳灘を押し声もあったが、A-BCに近い509道班をBCとする事にし、現地（道班）で管理者に使用の了解を得る事にした。
- ②実際に509道班を訪れ、ウイグル人の管理者

から使用の了解を得たものの、あてがわれた部屋は大部屋1室で簡易ベッドも鍵もない言わば物置・土間であった。これではBC用に持参した食材、燃料などの資機材を置いて山に向かう訳にもいかず、大紅柳灘の招待所（2004年に利用した招待所）をBCとする事にした。

- ③これが高所順応の面でも、食事内容及び利便性、居住性、安全性、心の安定性といった面でも大変良い結果をもたらした。
- (3) 健康管理、薬・水分等の摂取の仕方
- ①ウルムチ、カシュガル、イエチエンのホテル（一人一室）では、就寝前に床に水を打つ、洗濯物を吊るす等、室内の乾燥に注意した。
- ②中国に入国したその日、つまりウルムチに到着したその日から、紫苓湯（朝と夕）と胃腸薬（毎食後）各1包の服用を開始。
- ③カシュガルを出発して以降、大紅柳灘に下山し三十里営房に投宿した日の夕方まで、アルコールを完全に遠ざけた。
- ④イエチエンを出発して山域に入る日の朝から、ダイヤモンド（半錠）の服用を始めた。（ダイヤモンドと紫苓湯の併用は、必ず行うようにした。）
- ⑤常時、水分の摂取に努め、車内或いはテント内で互いに意識的に摂取を心掛けた。
- ⑥深呼吸それも腹式呼吸に努めた。
- (4) 登山中の順応歩行、1日の登行高度
- ①ベースキャンプからA・BC、C1、C2の設営・宿泊に当っては、必ずその地点より高い高度を経験してから宿泊するようにした。A・BCに宿泊した時は、C1まで荷揚げを兼ねて片道3時間の順応歩行となった。C1に宿泊した時は、高度差は100m程度を歩行すべく意図したが、その時の各人の体調に合わせ、50mでも30mでも良しとした。それでも急峻な山稜ではなかったので、往復40分～1.5時間程度の順応歩行となった。C2に宿泊した時の順応歩行時間は、30～40分程度だったと思う。
- ②A・BC～C1の高度差は360m、C1～山頂間の高度差は545m。特にC1～山頂間は、1日でピストン出来ない高度差ではないと思ったが、当初から、C1上部の前衛峰（6,060m）

を越えたコルにC2を設ける案が第2案としてあった。各人の体調、天候、稜線の難度等を勘案し、安全を第1として判断することにしていた。

- ③で、総合的な判断の結果としてC2をコル（6,010m）に設営し、アタック前夜、4人全員が1張りのテントに宿泊した。C2を設けた事により、アタック当日は少々の悪天候或いは難所に遭遇したとしても、技術的に対処するに十分な時間の余裕そして安全性、精神的安定性を手中にする事が出来た。6,000mという高度で宿泊する事による高度障害を危惧はしたが、幸いなことにその予兆を感じることは無かった。
- (5) その他、登山中のテント、通信など
- ①A・BC用のテントは、現地で借用した。
- ②日本からエスパース（4～5人用）3張りを持参し、C1に2張り、C2に1張り使用した。C1では、各テントに2人となり、気兼ねのない広い空間を享受できた。
- ③C1に設置したテント間の交信は、日本から持参したトランシーバで行なった。A・BCとC1との交信は、現地手配のトランシーバを使用した。不調であった。

以上

参考・引用文献

- 京都大学学士山岳会「時報No.11」（1994年5月）
JWAF 崑崙登山隊96「崑崙山脈ハーン・ヤイリク峰6,744m初登頂の記録」
京都「北山の会」崑崙隊、「2000年KOR65登山報告書」
伊藤寿男（2005）、京都大学学士山岳会ホームページ「崑崙山脈未踏峰6,345m登頂報告」
JAPANESE ALPINE CENTENARY 1905～2005
(Japanese Alpine News Vol.7 May 2006) P197～P200, P219～P220
齋藤惇生、「高山病と高所順応」（医療情報誌「シュネラー」32号に寄稿、1998年（株）ファルコ・バイオシステムズ発刊）
原真著「ヒマラヤ・サバイバル」悠々社

付録1 中国西域南道～タクラマカン砂漠縦断の旅
旅遊 (2004年4月の記録)

文責：前田栄三

1. 日程：2004年4月10日(土)～2004年4月28日(水)、全19日間。
2. 参加者：6名
 L：前田栄三 AACK
 SL：川畑直美 学習院大学稜峯会
 写真：木下淳一、記録：齋喜國男*、
 会計：上村紀子、医療：赤枝雄一(一部参加)
 留守本部：佐久間彬弘*、
 *：中央大学WV部OB会

3. 行程の概要

- ① 4月10日(土)、成田10時55分発～北京經由(13時40分/14時40分)～西安16時20分着(中国東方航空)、市内観光。西安泊
- ② 4月11日(日)、西安12時00分発～海南航空～ウルムチ15時20分 ウルムチ泊
- ③ 4月12日(月)、ウルムチ・天池観光、「楼蘭の美女」、ナイトバザール訪問。ウルムチ泊
- ④ 4月13日(火)、ウルムチ～カシュガル 泊
- ⑤ 4月14日(水)、中央アジアと中国西域を結ぶ要衝・カシュガル観光 カシュガル泊
- ⑥ 4月15日(木)、カシュガル～イエチエン泊
- ⑦ 4月16日(金)、イエチエン～アカズ峠(3,300m)～クディ村の上流部 テント泊
- ⑧ 4月17日(土)、セラク峠に向かうもののクディ上部で道路工事の為に引き返し、付近の谷を探訪。 テント泊
- ⑨ 4月18日(日)、クディ村上部の別の谷を探訪、その後イエチエンに向かったが、道路工事等のため車は遅れに遅れ、24時頃、アカズ峠下のタジク人の民家に宿泊。
- ⑩ 4月19日(月)、アフメジティ村～イエチエン～ホータン ホータン 泊
- ⑪ 4月20日(火)、ホータンにてマリカワト古城、ホータン河訪問～約300km～ニヤ ニヤ泊
- ⑫ 4月21日(水)、ニヤ～タクラマカン砂漠縦断公路～塔中油田～クチャ、約770km
クチャ泊
- ⑬ 4月22日(木)、クチャ、キジル千佛洞、クズルガハ烽火台跡、亀茲古城など視察
クチャ泊

- ⑭ 4月23日(金)、クチャ～約200km～コララ～約360km～トルファン トルファン泊
- ⑮ 4月24日(土)、夜トルファン発～汽車(夜行列車)で移動～朝、桃園駅着～敦煌
車中泊
日中、カレーズ楽園、蘇公塔、西遊記の火焰山、高昌古城など訪問。
- ⑯ 4月25日(日)、莫高窟、月の砂漠～鳴沙山、月牙泉訪問 敦煌泊
- ⑰ 4月26日(月)、敦煌～桃園駅～汽車(約30時間)～河西回廊、汽車の旅 車中泊
- ⑱ 4月27日(火)、14時頃 西安到着 西安泊
- ⑲ 4月28日(水)、西安～北京～成田
以上

付録2 崑崙山脈未踏峰の探索
(2004年9月、計画と実際の行動)

文責：前田栄三

1. 日程：2004年9月15日(水)～2004年10月7日(木)、全23日間。(計画)
2. 参加者：4名
 L：前田栄三 京都大学学士山岳会(AACK)
 SL：伊藤寿男 京都大学学士山岳会(AACK)
 泉谷洋光 京都大学学士山岳会(AACK)
 西田康男 京都大学山岳部出身者連絡会(笹ヶ峰会)
 留守本部：渡辺良男
 京都大学学士山岳会(AACK)
- 註：9/22夕～9/25の偵察期間中、伊藤がLを代行。
3. 行程の概要
- ① 9月15日(水)、成田10時40分発～北京經由(13時20分/16時20分)～ウルムチ20時20分着<関空10時00分発～北京經由(12時10分/16時20分)～ウルムチ>
- ② 9月16日(木)、天池、楼蘭の美女、紅山公園など訪問、バザール・舞踏視察
ウルムチ泊
- ③ 9月17日(金)、ウルムチ13時20分発～南方航空～カシュガル15時05分着
カシュガル泊
- ④ 9月18日(土)、カシュガル～イエチエン泊
- ⑤ 9月19日(日)、イエチエン(葉城)～アカズ峠(3,300m、順応歩行)～クディ
招待所泊

- ⑥ 9月20日（月）、クディ～セラク峠（4,900m、順応歩行）～マザ～ヘイカ峠（4,930m）～三十里営房（3,665m）前後の適地 招待所泊
クディから大紅柳灘まで走行。21時頃到着。
大紅柳灘の招待所に宿泊
- ⑦ 9月21日（火）、三十里営房～大紅柳灘～奇台大坂（5,341m）を経て適当なT Sへ。原則テント泊
大紅柳灘～奇台大坂～アクサイチン湖を全員で往復し、山を観察。大紅柳灘の招待所に宿泊
- ⑧ 9月22日（水）、第1次偵察（アクサイチン湖の北方～大紅柳灘の山域）、以降29日までテント泊
大紅柳灘北側の谷に車で進入を試行するも、大小のごろた石のため撤退。その後、再び奇台大坂を越え、京都「北山の会」のBC跡地（5,240m）に移動し、テント設営。全員テント泊。
- ⑨ 9月23日（木）、テント泊
伊藤、泉谷、ガイドの3人、偵察行動。前田は西田に付き添われ、連絡官と一緒に 大紅柳灘に撤退。
- ⑩ 9月24日（金）、テント泊
伊藤、泉谷、ガイドの3人、偵察継続。前田、西田は大紅柳灘に滞在。
- ⑪ 9月25日（土）、予備
伊藤、泉谷、ガイドの3人、偵察を終え大紅柳灘に帰着。前田は回復が顕著な事を自覚。
- ⑫ 9月26日（日）、マザ～三十里営房間に移動、目的の沢に入る。三十里営房近傍はテント宿泊不可。
全員下山を開始。この日、クディまで移動。
- ⑬ 9月27日（月）、第2次偵察
イエチエンを経てホータンに移動。予定より4日早くホータンに入った。
- ⑭ 9月28日（火）、同
- ⑮ 9月29日（水）、同
- ⑯ 9月30日（木）、マザ～クディ～イエチエン
- ⑰ 10月1日（金）、イエチエン～ホータン（和田）
- ⑱ 10月2日（土）、ホータン市内観光（ホータン玉、絨毯、マリカワト古城跡）～ニヤ（民豊）
- ⑲ 10月3日（日）、ニヤ～タクラマカン砂漠縦断・塔中油田～輪台～コルラ
- ⑳ 10月4日（月）、コルラ古城・博物館（楼蘭出土品）・鉄門関・交河古城など訪問～トルファン
- ㉑ 10月5日（火）、トルファン市内・火焰山・高昌古城など訪問～ウルムチ
- ㉒ 10月6日（水）、ウルムチ～北京
- ㉓ 10月7日（木）、北京～成田、関空。

以上

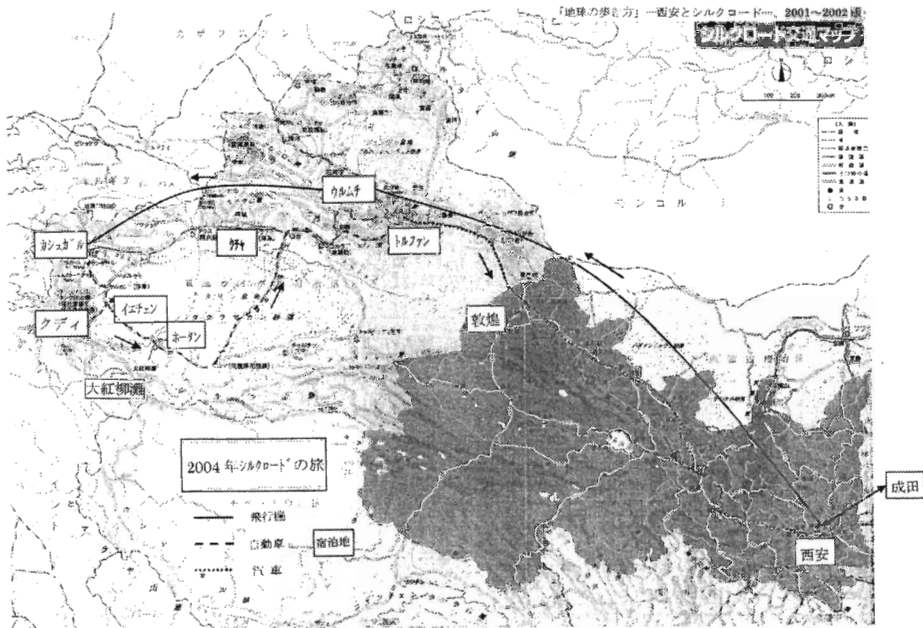


図3 2004年4月、西域南道～タクラマカン砂漠縦断～
天山南路～河西回廊の旅遊（木下淳一 作図）

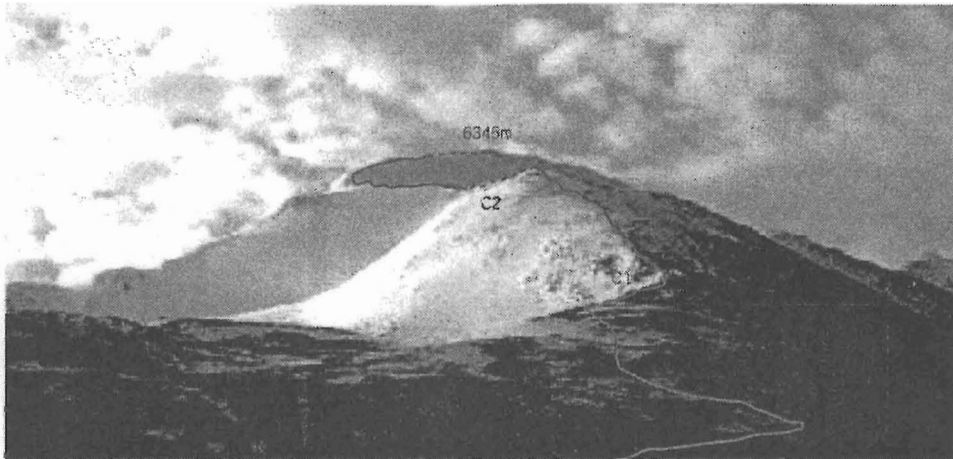


図4 Yume Muztagh –Climbing route



図 5 Kunlun – view to neighboring mountains from C1 on Yume Muztagh



図 6 Kunlun – view from Heika Pass

Summary

My personal experiences of high altitude adaptation in the Kunlu Mountain Range (The case of the first ascent of Yume-Muztagh (6,345m), July-August 2005)

Eizo Maeda

The Academic Alpine Club of Kyoto (AACK)

In April 2004, I had an opportunity to travel through parts of Tian Shan South Road, Takla Makan South Road (Seiiki South Road), and the Desert Highway which cuts vertically across the Takla Makan Desert, fulfilling my life-long dream of "visiting the Silk Road." From September to October of the same year, I visited the Silk Road's cities of Urumuqi and Kashgar in search for an unclimbed virgin peak in the Kunlun Mountains, and from July to August of 2005, based on the results of that search, I was able to fulfill my second dream of "the first ascent of a virgin peak in the Kunlun Mountain Range."

My only previous experiences of high altitude had been of climbing 3,000 m-class mountains in Japan, including Mt. Fuji, and Mt. Kinabalu (4,095 m) in Borneo island. This paper describes a case example of success and failure of a man in his only attempt at high altitude adaptation between 4,000 m to 6,000 m. I hope this will serve as reference for those who are setting their eyes on foreign mountains or plateaus for the first time at the age of about 60, or those who are planning to climb virgin peaks in Kunlun via Xinzang Road during 30 days of free time in China (effective period of a certain type of visa) in the future.