

ヒマラヤの青い空 とカトマンズー!!!

～岳都姉妹都市交流＆アンナプルナ・エベレスト撮影紀行Ⅲ・Ⅳ

メラピーク・アイランドピーク登頂報告・日ネ国交 60 周年記念

松本ヒマラヤ友好会山岳写真展—カトマンズ・ヒマラヤ編～



ナムチエバザールに咲く満開のラリーグラス。背景はクスマカングルー6367m。枠内写真は、世界文化遺産パタン旧王宮、震災で一部倒壊(2020年現在再建中)

撮影 鈴木雅則

特定非営利活動(NPO)法人 松本ヒマラヤ友好会

MATSUMOTO HIMALAYA FRIENDSHIP CLUB

事務所・本部 〒390-0852 松本市大字島立 4539 番地 7

TEL: 0263-47-6197 FAX: 0263-47-5685

E-mail : mhc@lily.ocn.ne.jp <http://www1.ocn.ne.jp/~mhfc/>



目次

1. はじめに-Ⅲ	1
2. カトマンズ盆地部分拡大、ネパール全図	3
3. 2020年度ネパール国概要	4
4. 2010年度事業アンナプルナ撮影紀行報告	8
5. 2011年度事業エベレスト撮影紀行Ⅲ報告概要	21
6. 2014年度事業花のエベレスト撮影紀行Ⅳ報告概要	41
7. 2000年度事業メラピーク登攀	50
8. メラピーク6473m登頂と祝賀会	51
9. メラ・アイランドピーク略地図	52
10. 2004年度事業アイランドピーク登頂報告(概要)	53
11. 日ネ国交60周年記念事業ネパールヒマラヤ写真展 報告	62



はじめに

NPO 法人松本ヒマラヤ友好会（MHC）は、1990 年 4 月に任意団体として創立。長野県松本市は、1989 年 11 月ネパールの首都カトマンズ市と「山と美しい自然」を仲立ちとして姉妹都市提携を結び、1990 年 4 月、松本市は、官民一体となった交流を進めるべく松本市カトマンズ市姉妹提携委員会を組織し設立いたしました。

松本ヒマラヤ友好会(当時は任意団体)は、提携委員会設立当初より、その役員に推薦され、その交流推進の一責任を担って参りました。松本ヒマラヤ友好会は、松本市と姉妹都市カトマンズ市との文化・芸術交流や国際協力事業、及び山岳スポーツの振興を図る活動等を、積極的に実施し、2000 年 3 月には、特定非営活動(NPO)法人として県より認証され、今まで至った次第です。

そしてこの度、MHC が実施した市民レベルの歩みを振り返り、その軌跡を、[ヒマラヤの青い空とカトマンズ-III～岳都姉妹都市交流&アンナプルナ撮影紀行・エベレスト撮影紀行III・IV・メラピーク・アイランドピーク登頂報告・日ネ国交 60 周年記念松本ヒマラヤ友好会山岳写真展-カトマンズ・ヒマラヤ編～](#)と表題して、各事業の市民活動報告を小冊子にまとめることができました。



世界文化遺産スワヤンブナート



カトマンズ旧王宮 探訪



エベレストトレッキング



エベレスト展望

1953 年世界最高峰エベレストを初登頂した、イギリス隊のエドモンドヒラリー卿が、その後もエベレスト周辺の峰々を登るうち、そこに住みヒマラヤ登山を命懸けで支援してくれるシェルパ族の人々のための学校、病院が無いことに憂慮し、ある夜、焚火を囲みながら「シェルパの人々に何かできることはないか」とヒラリー卿が尋ねると、老シェルパは「クムジュン村の子供たちは、「[ヒマラヤの青い空のようなきれいな目を持っているが、知識を通してみることが出来ない。学校が必要だ。](#)」との進言から、早速 1960 年、クムジュン村にアルミニューム製の小さな校舎を建設。1961 年インド・ダージリンから先生を招き、公認のヒラリースクール・クムジュン校を開設する。

1961 年クムジュン校は開設され、クムジュンと隣のクンデ村から靴を履いていない 47 人の子供たちが、この地域初めての近代教育を受ける生徒となりました。

1963 年には、ターメ、ポルツェ、パンボチエにも学校を開設。そして、様々なプロジェクトを支援の為、自らが代表となり、ヒマラヤントラストを設立。学校の新設、診療所開設、水の供給、橋梁、道路建設、そして僧院の保存などに関わり、クーンブ地域に多くの変化をもたらしました。

しかし2008年、ヒラリー卿は、シェルパ民族の社会的地位と生活の向上を願いながら、惜しくも88歳でこの世を去りました。

こうして、ヒラリースクール・クムジュン校は、ヒラリー卿の熱い思い入れと行動力から始まり、その思いに共鳴する、世界中の登山者からのシェルパへの感謝の心が、現在もこのクムジュン校に捧げられ、詰め込まれています。

『この学び舎から育っていく、多くの青年達に幸あれ！』と願ってやみません。

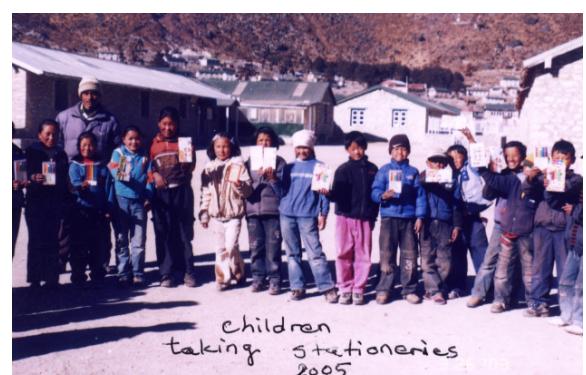
MHCは、NHC国際協力事業基金を設立し、クムジュン校運営委員会と連携し、遠隔地学生のための学生寮建設(2002年7月完成。日本外務省から草の根無償資金援助を受ける)、その後の維持費、卒業後の短期大学生へのMHC奨学金基金の設立とその支援(MHCの国内外の各事業の活動から)など、シェルパ族の人々の生活向上と社会的地位の向上を願っています



クムジュン校学生寮建設



学生寮2棟+シャワー棟



配布された文具を受け取る生徒たち

またカトマンズにネパール政府公認のMHCネパール支部が新たに設立され、カトマンズでの献血活動、公立学校文具支援、両親を亡くした学生への奨学金支給、河川清掃事業などカトマンズ市役所と連携して行っている事業にも、今年度2020年度も活動補助金支援などを続けています。



献血活動



学校訪問



大学奨学生への激励会

ヒマラヤの青い空のようなきれいな目を持つシェルパの子供たち、その青年たちがサポートする白銀のヒマラヤトレッキング及びヒマラヤ登山の山岳スポーツ振興と、世界遺産に埋まるカトマンズ市と松本市との岳都姉妹都市交流発展を願い、「ヒマラヤの青い空とカトマンズ-」と表題いたしました。

一つ一つの事業を振り返ると、各事業への苦労と、様々な思い出がよみがえり、あらためて、ご理解とご協力いただいた、市民皆様へ、深い感謝の想いが、込み上げてまいります。

この小冊子に記載された、各事業活動が、一つの歴史的事実として、次世代に続く市民交流のなお一層の発展に役立つことを、心から願っております。

令和2年8月1日



特定非営利活動（NPO）法人松本ヒマラヤ友好会
理事長 鈴木 雅則

KATHMANDU VALLEY

ネパール全図

カトマンズ盆地（部分拡大）



CHINA
(TIBET)

INDIA



ネパール国概要

国名 ネパール連邦民主共和国 (Federal Democratic Republic of Nepal)

ネパールは世界最大の「自然博物館」とも言われます。独特の地形と高度(標高)差が、生態の多様性をもたらし、世界でも有数の動植物の宝庫として知られています。

海拔 60 メートルの最も低い地点と、標高 8,848m のエベレストという最も高い場所が南北僅か 150km の国土にあり、亜熱帯気候から北極性気候に至るまで様々な風土を生み出しています。

面積 147,181 平方キロメートルあり、北海道の約 1.8 倍の広さです。人口約 2,898 万人(2016 年)。しかし、地球の 0.1 パーセントしか占めていないネパールには、

- ①世界の花の 2%
- ②世界の鳥類の 8%
- ③地上の 4% の哺乳類
- ④世界で 15 科に分類している蝶の 11 科(500 種類以上)
- ⑤土着の 600 種類の植物と 319 種の欄

が存在しています。

首都 カトマンズ市 約 150 万人 盆地全体で約 250 万人

カトマンズの平均高度は、1331m、緯度は北緯 28 度で、奄美大島の位置にほぼ相当する。大きさは東西約 25 km、南北約 19km、四方を 2500m から 2700m の山に囲まれている。

もともと「ネパール」という名称は、カトマンズ盆地のことをさしていた。この盆地は温暖な気候と肥沃な土地に恵まれ、インド、チベットの交易の中継地点として古くから栄えてきた。ネパールの歴史はカトマンズを軸に展開してきたといえる。

政治 連邦政府による民主共和体制。

その歴史

BC15C アーリア人の民族大移動、インダス川上流、BC 10C ガンジス川に進出。リグベーダ聖典作成。バラモン、クシャトリア、バイシャ、シュードラの階級制度バルナできる。BC5C 仏陀誕生、仏教を唱える。BC4 チャンドラグプタ王によるマウリア王朝が成立。第 3 代アショカ王が仏教を国教にする。BC7C キラティ王朝 ⇒ BC4 アショカ王、全国に 84000 塔のストゥーパを建て、パタンにも 4 つのアショカストゥーパを建てる。⇒ AD5C リッチャビ王朝：ヒンズー教、カースト、聖牛崇拜を導入 ⇒ AD7C タクリ王朝 ⇒ … ネパール闇の時代 … ⇒ AD13C～マッラ王朝：中央集権化、カーストの法制化 ⇒ AD15C 末、カトマンズ、パタン、バクタプールに分裂、3 つの都市国家が並立。共同水道、道路整備、多くの寺院、芸術工芸、舞踏、貿易、農業など発達。～AD18C

1768 年シャハ王朝 ⇒ 首都カトマンズとする。1846.9.15 ラナ族によるコト大虐殺。その後 100 年の鎖国政策を始める。独裁的専制体制の強化、ネワール文化の停滞、経済の破綻となる。

1951 年トリブバン王：王政復古の成功。1962 マヘンドラ王：政党なしの議会制度パンチャヤット制導入。1990 年 1 月に複数政党制による立憲君主国。2001 年ギャネンドラ王：2006 年反乱により国王の権力縮小。議会制民主主義を法制化の為 2007 年 1 月暫定憲法成立。2008 年 5 月 28 日制憲議会発足。**連邦民主共和制へ移行宣言**。2015.9.20 ネパール新憲法制定。王制の廃止、連邦民主主義、基本的人権の尊重、三権分立、国民皆平等、カースト差別無、社会保障の権利そして国民の義務を盛り込む。世界でも進んだ憲法と賞賛。⇒ 2017、5、6、9 に地方選挙が行われる。… カトマンズ新市長誕生



ビジャサンダー・サキヤ・カ市長

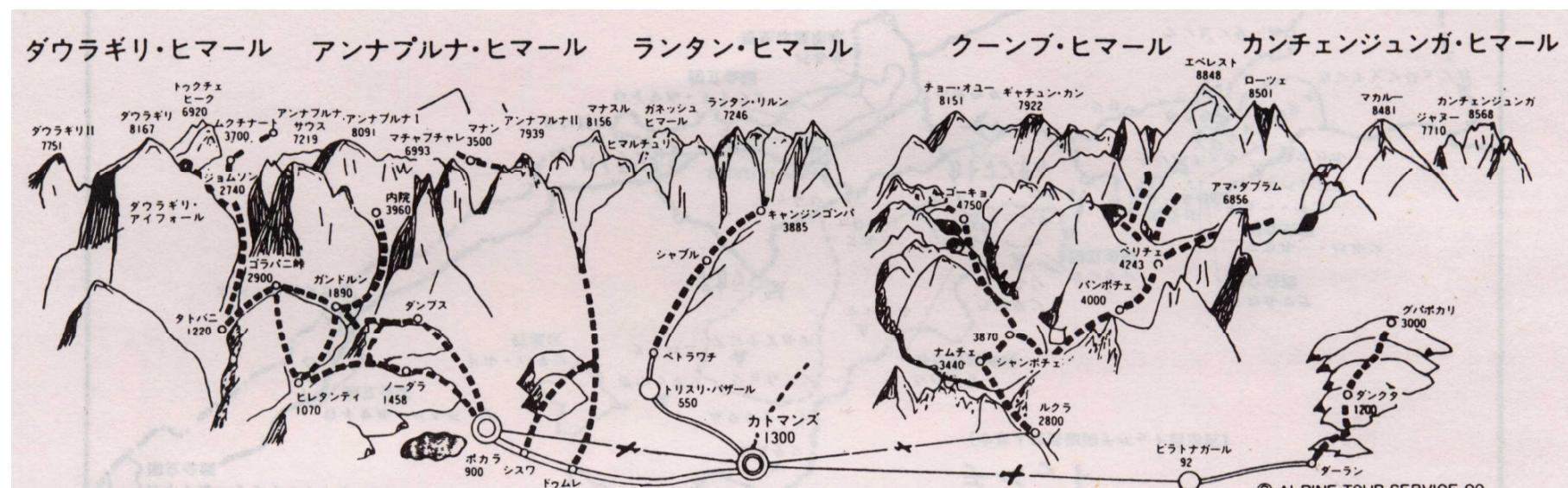
国民 ライ、タマン、ネワール、グルン、タカリ―はじめ 40 以上の民族 約 70 の言語

貨幣 ネパール・ルピー Rs. = 約 ¥1.14 (2018 年 7 月) \$1 = 約 Rs. 74.54 (2009/2010 年度平均値)

共通語 ネパール語 英語

気候 気候は一年中温暖で、平均 18 度くらい。(雨季 5 月~9 月・乾季 10 月~3 月)

登山 世界の 8,000m 峰 14 座の内、8 座がネパールに在ります。世界の登山家達が、ネパールで数々の偉業を成し遂げて来ました。



文化遺産 ユネスコの世界文化遺産は 8 箇所あり、カトマンズ盆地だけで 7ヶ所あります。

- 1、スワヤンブナート • 2000 年の歴史ある仏教聖地。四面に仏陀の目が描かれている。
- 2、ボーダナート • 高さ 36m の世界最大級のストゥーパ。ヒマラヤ各地からの仏教徒の巡礼地
- 3、パシュパティナート • シバ神を祀るヒンズー教三大聖地の一つ。インドからも巡礼者が礼拝。
- 4、カトマンズ王宮広場 • 16 世紀まで遡る旧王宮や建造物が建ち並ぶ景観は、圧巻。
- 5、バクタプル王宮広場 • 王宮の歴史は 12 世紀に遡る。5 重の塔ニヤタポラ寺院が印象的。
- 6、チャングナラヤン • 4 世紀に建てられた盆地最古の建物。ビシュヌ神を主神として祀る。
- 7、パタン王宮広場 • 17 世紀に建造された様々な建物群は、壮大。クリシナ寺院は石造の傑作。
- 8、ルンビニ(仏陀生誕地) • 仏教の創始者釈迦の生誕地。考古学的にも貴重な遺跡群。



世界自然遺産 1、エベレスト国立公園 2、ローヤルチトワン国立公園



カトマンズ市役所の回答

① 1997年10月、世界遺産委員会カイロ会議→ユネスコ世界遺産に登録。

歴史的文化的重要性、唯一無二の存在感、人類の歴史や文化を代表するに値すると評価。

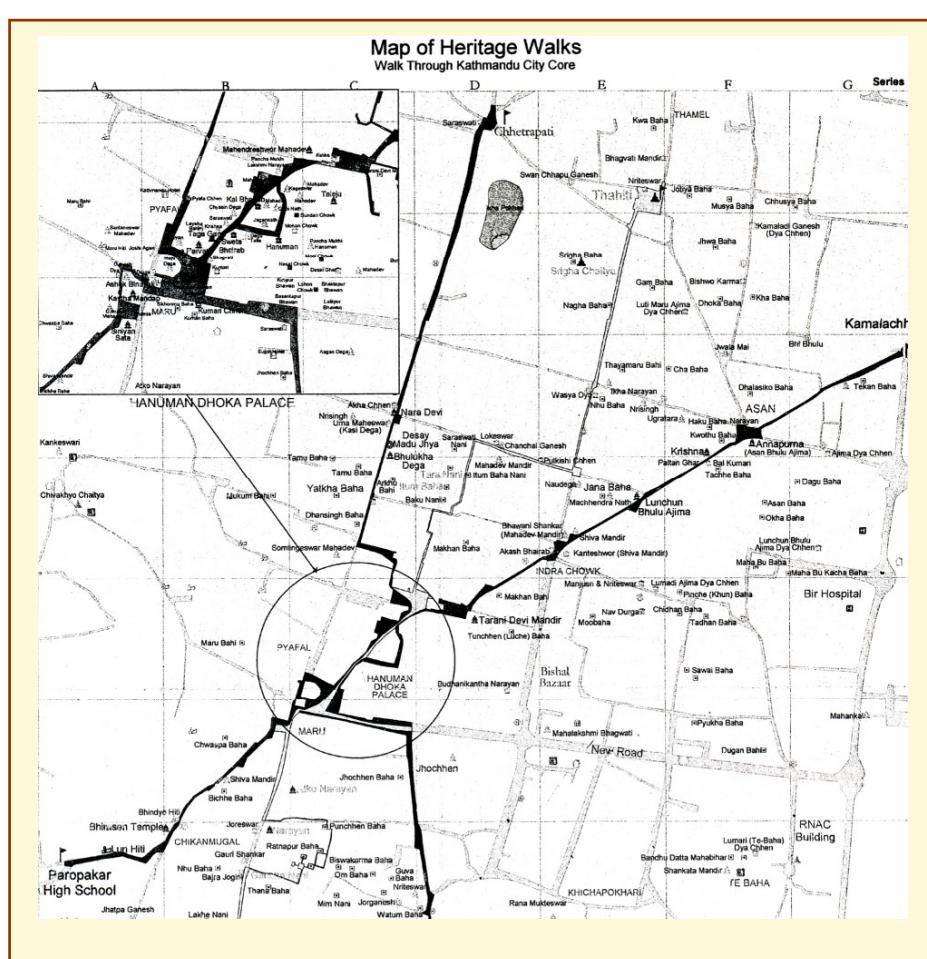
② 遺産の維持・修繕→ネパール政府の考古学部門が担当。市も観光部門で保護と観光促進を遂行。

③ 維持と保護の経費は⇒政府の補助金、外人観光客の入場料、地域開発基金が当てられる。

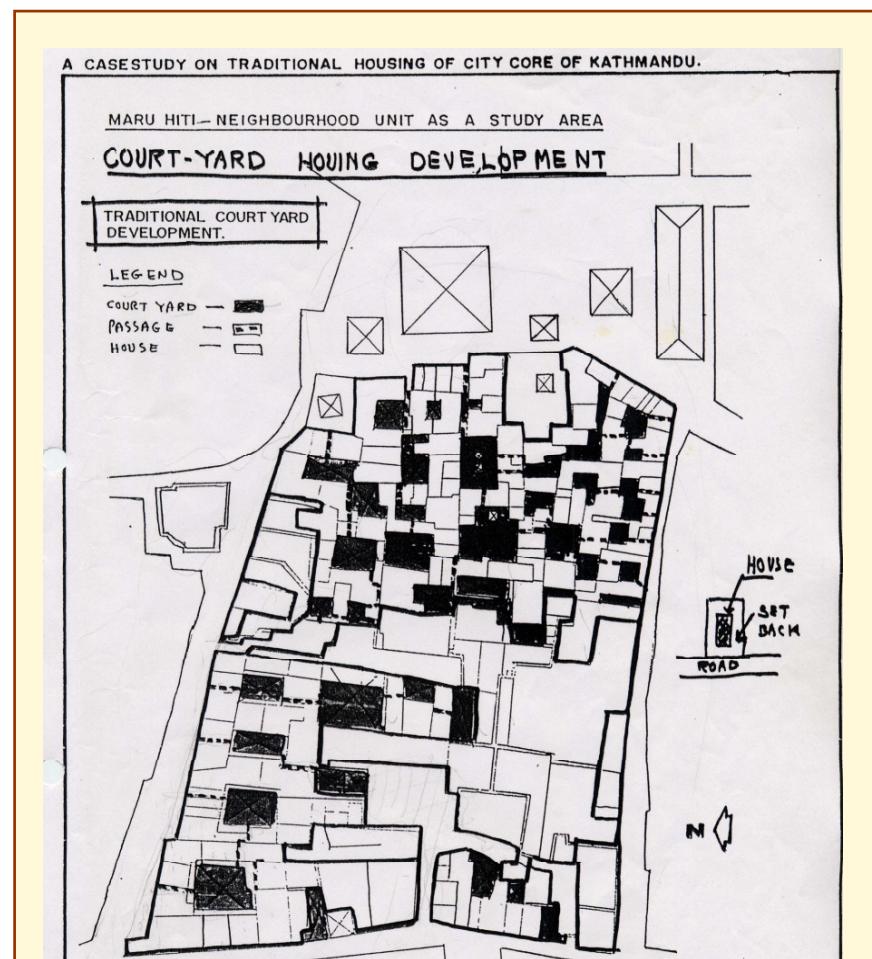
④ 周辺整備は⇒国内法やユネスコガイドラインを指針とし、周辺地域の発展のためにも役立っている。

⑤ 観光コース⇒3つの観光コースとして遺産巡りコースと14の文化重要コースを設けている。

伝統的な家屋の整備、寺院の修繕、道路清掃などを行い、観光地図を作成している



遺産巡り観光コース



■は、市内のチョーク

⑥ 市内の中庭(チョーク)、庭園の役割⇒討論する社交場、子供には遊び場、高齢者にはくつろげる場

チョークに属するコミュニティのメンバーは、その維持に努めている。

⑦ ごみ処理方法⇒「Local Self Governance-1999」条例により、ごみ収集、運搬、最終処理規程有。

最大15,000ルピーの罰金とペナルティ義務が設けられている。

⑧ 民間建物の耐震基準⇒KMCの耐震予防基準に合う詳細な構造図案を提出してもらい、許可する。

⑨ 街の景観、統一性について⇒特に規制をもうけていない。しかし電線を地中に設置をし始めている。

広告塔や看板は、文化遺産の周囲100m以内に設置することは許可されていない。

祭り ネパールほど祭りの多い国はありません。宗教の祭り、人生の節目の祭り、季節の祭りであったり、何世紀も続いてきたこの慣習は、神仏をお祭りすると同時に生きる喜びの表現です。、

2月バサンタ・パンチャミ(春祭り)・・学芸の女神サラスワティをお参りする。学生や職人がご利益を願い参拝。

2月マハ・シバラトリ(シバ神の夜祭)・・シバ神の祭りの一番大きな祭り。パシュパティナートをぐるりと巡るのが大切な儀式。

5月ブッダ・ジャトラ(釈尊の祭り)・・5月の満月の日、釈迦の誕生から入滅までを想い、お祭りする。佛教徒、ヒンズー教徒も揃って、佛教寺院にお参りします。

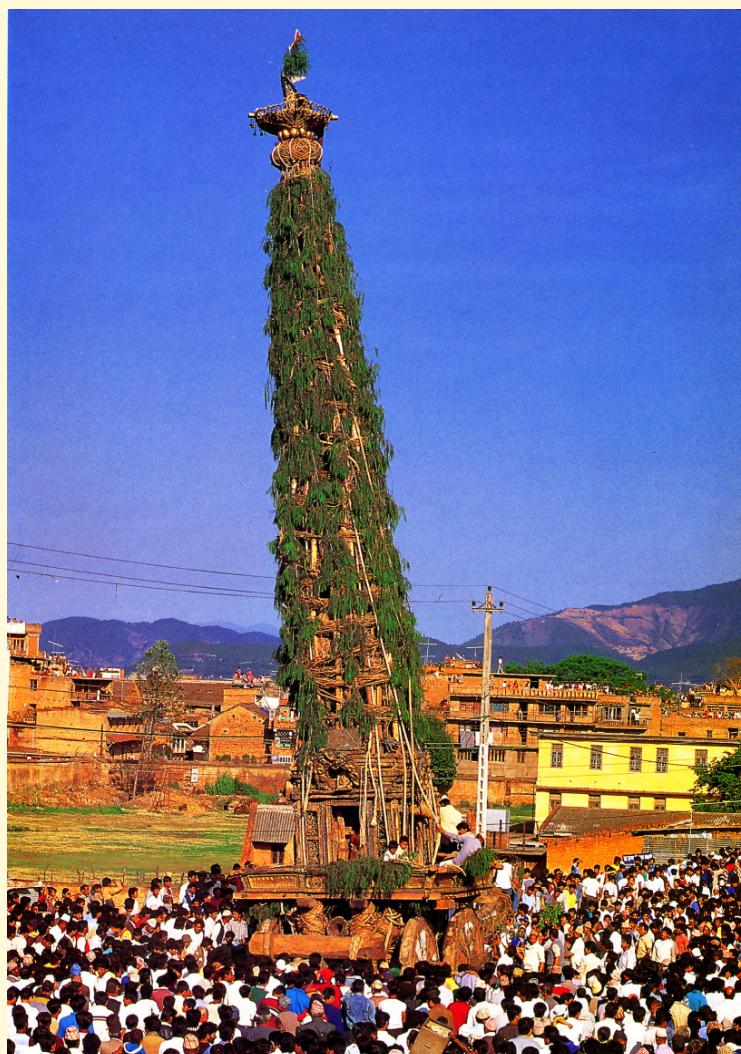
5月ボト・ジャトラ(雨の神の祭り)・・雨季の入る前、雨の神ラト・マチェンドラナートの祭りが、一ヶ月行われる。山車に乗り、パタン市内を巡回する。

9月インドラ・ジャトラ(インドラ神の祭り)・・8日間続く賑やかな祭り。生き神様クマリも、御輿に乗り、シンバルやドラムを鳴り響かせ、町中を巡ります。

10月ダサイン(秋祭り)・・ヒンドゥ教徒にとり、2週間続く一番大きなお祭り。ドゥルガ女神を崇拝し、川で身を清め、生贊を供え、繁栄と発展を祈願する。

11月ティホール(光の祭り)・・5日間続くお祭り。3日間は、カラス、犬、牛のお祭り。4日目はネワール暦の元旦。5日目は兄弟の長寿と幸せを祈願する。

11月マニ・リンピー(ラマ教の祭り)・・ソル・クンブ、タンボチエ寺院で行われる祭り。10月又は11月の満月の日から、3日間行われる。



5月カトマンズのセト・マチェンドラナートのお祭り。京都祇園祭の原型を見るようだ。



9月インドラ・ジャトラのお祭り



5月パタンのラト・マチェンドラナートのお祭り

報告概略

MHC 松本カトマンズ姉妹都市交流事業

岳都カトマンズ& アンナプルナ撮影紀行

朝陽を浴びて荘厳に輝く、ダウラギリ I 峰 8167m

撮影 鈴木 雅則

主 催 NPO 法人 松本ヒマラヤ友好会<MHC> <http://www1.ocn.ne.jp/~mhfc/>

事務局 松本市島立 4539-7 TEL47-6197 FAX47-5685 E-mail : mhc@lily.ocn.ne.jp

後 援 松本市 松本市教育委員会 松本市カトマンズ市姉妹提携委員会

信濃毎日新聞社 朝日新聞松本支局 每日新聞松本支局 読売新聞松本支局 産経新聞長野支局 中日新聞社

市民タイムス 長野日報社 NBS 長野放送 TSB テレビ信州 abn 長野朝日放送 テレビ松本ケーブルビジョン

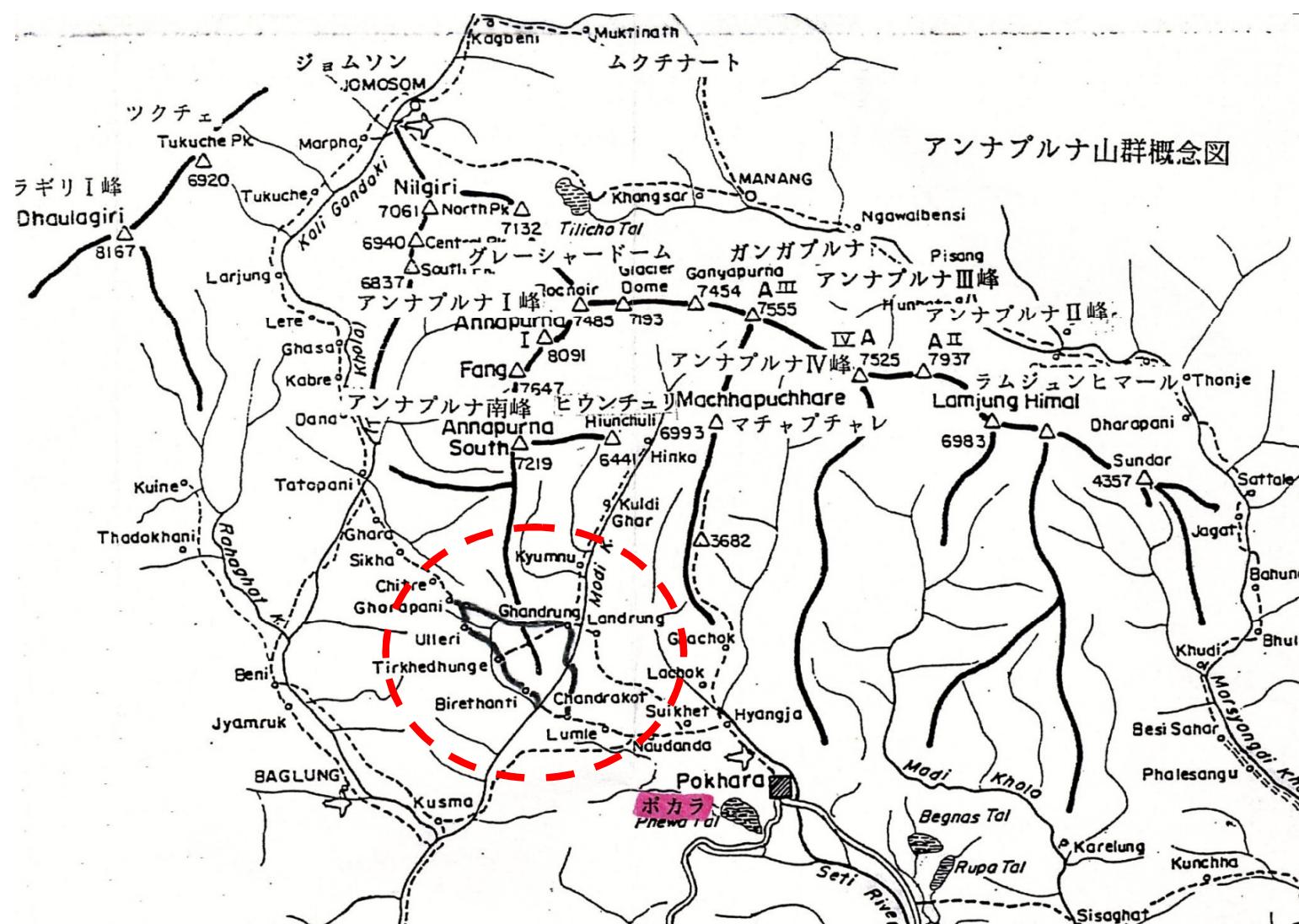
FM 長野 長野県写真連盟 (写真展のみ) NHK 長野支局 SBC 信越放送

2010年度 MHC 松力姉妹都市交流事業
岳都カトマンズ訪問とアンナプルナ撮影紀行日程表 改良報告版

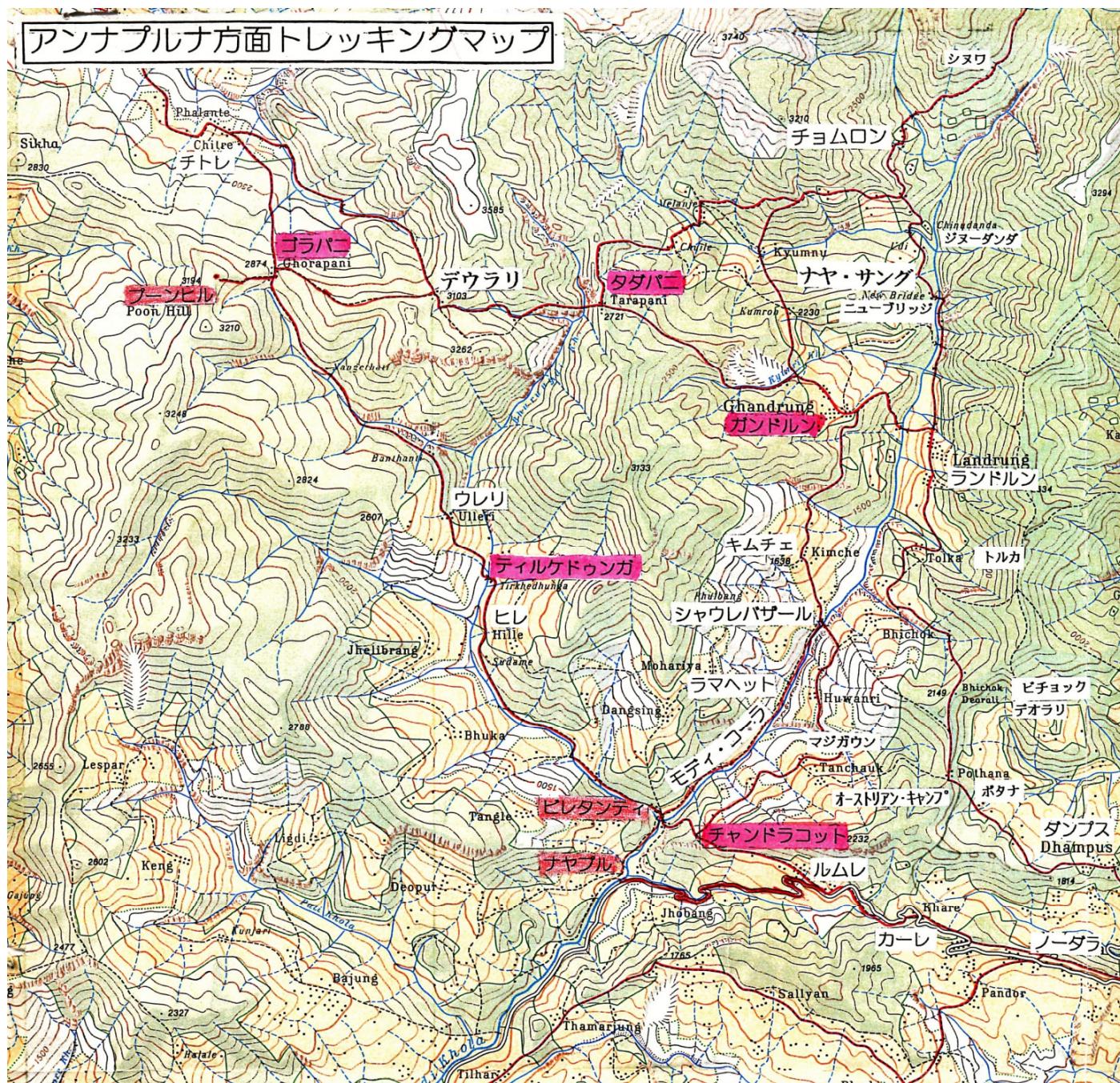
月日(曜)	発着地名	時刻	交通	スケジュール(食事)	宿泊
01 12/26 (日)	東京(成田)発 香港着 香港発 カトマンズ着	10:45 15:05 17:35 22:15	CX501 KA128	松本から貸切バス、成田発、キャセイパシフィック航空にて香港へ。着後、ドラゴン航空に乗り継いでネパールの首都のカトマンズ(1,330m)へ。着後、MHCカ支部及びカ市部長ら出迎えで、現地係員と市内のホテルへ。	ホテル
02 12/27 (月)	カトマンズ 滞在	11:00 午後	貸切バス	AM11:00カトマンズ市役所へ表敬訪問を行う。午後、カトマンズ市内文化遺産視察。夜カトマンズ市主催の歓迎レセプションに招待	ホテル
03 12/28 (火)	カトマンズ 発 ポカラ 着／発 ビレタンティ着	午前 午前 午後 約30分	航空機 専用車 徒歩 約30分	午前、空路、ヒマラヤの好展望地ポカラ(900m)へ。シェルパ達と合流し、車と徒歩で尾根突端の展望地ビレタンティへ。	ロッジ
04 12/29 (水)	チャンドラコット発 ガンドルン 着	朝 午後	徒歩約6時間	ヒマラヤの展望を楽しみながらモディ峡谷に沿って進みPM3:30、グルン族の村ガンドルン(1,950m)へ。	ロッジ
05 12/30 (木)	ガンドルン 発 タダパニ 着	朝 午後	徒歩約4時間	アンナプルナサウス7219mやマチャプチャレ6993mを間近に眺めながら、ゆるい登りの山道をたどり、PM2:10、タダパニ(2,725m)へ。	ロッジ
06 12/31 (金)	タダパニ ゴラパニ 発着	朝 午後	徒歩約6時間	シャクナゲの林の中、滝のある沢沿いの山道をデウラリ峠へ。アンナプルナ方面に加えて、新たにダウラギリ方面の展望も期待したが降雪のため視界不能。降雪の尾根道をゴラパニ峠(2,895m)へ。	ロッジ
07 01/01 (土)	ブーン・ヒル往復 ゴラパニ 発 ティルケドゥンガ着	朝 午後	徒歩約7時間	早朝、新雪踏んで、AM6:30ブーン・ヒル(3,194m)に登頂。朝陽に燃えるアンナプルナ山連、ダウラギリI 8167mを展望。往復後、AM10:00出発、長い石段を下り、ティルケドゥンガへ。 シェルパにチップを配り、サヨナラ酒宴をする	ロッジ
08 01/02 (日)	ティルケドゥンガ発 ナヤプル 着/発 ポカラ 着/発 カトマンズ 着	早朝 午前 午後 午後	徒歩約3時間 専用車 航空機	早朝、川沿いの道を2時間歩き、ビレタンティで昼食、ナヤプルへ下りトレッキング終了。専用車でポカラへ。ポカラにて昼食後、空路、カトマンズへ。着後、ホテルへ。 休憩後、近くのレストランでMHC主催でカトマンズ・アンダ市長らを招待し報告挨拶。市民交流の祝辞をもらう	ホテル
9 01/03 (月)	カトマンズ 発	23:25	KA127	朝、エベレスト方面マウンテンライト(別途)。 昼、MHC奨学生らと交流会、午後カトマンズ観光 夜、MHCカ支部市民らとお別れ挨拶、	
10 01/04 (火)	香港 香港 東京(成田) 着 発 着	07:50 09:05 13:45	CX504	朝、香港、発。キャセイ航空にて東京(成田空港)着。PM6:45貸切バスで松本駅前へ到着。最終解散とする。	

上記日程表に記載の時刻は、すべて現地時刻です。日本と香港の時差は1時間(香港の方が遅い)、日本とネパールの時差は3時間15分です(ネパールの方が遅い)。(例:日本 12:00 = 香港 11:00 = ネパール 08:45)

アンナプルナトレッキング地図



アンナプルナ方面トレッキングマップ



MHC 松本カトマンズ姉妹都市交流事業

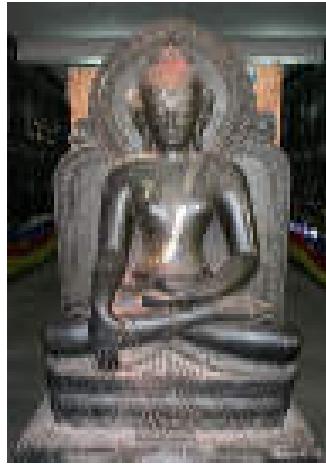
「岳都カトマンズ訪問とアンナプルナ撮影紀行」報告概略

「岳都カトマンズ訪問とアンナプルナ撮影紀行」は、2010年12月26日～2011年1月4日までの日程で、松本市民を始めとする参加者13名とカトマンズ参加者2名の総勢15名により、実施致しました。

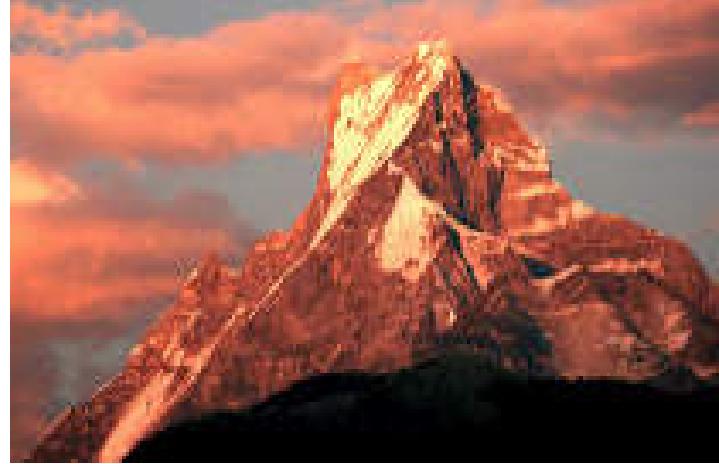
参加者一行は、カトマンズ市を表敬訪問して古都カトマンズを探訪し、アンナプルナ山群の山麓を奥深く巡り、ローン・ヒル3194mの登頂を見事果たして、MHC 松本カトマンズ姉妹都市交流事業としての「山と美しい自然」を仲立ちとした岳都交流と、松力姉妹都市交流の責任も果して参りました。



世界文化遺産カトマンズ・ダーバースクエア



仏陀像



アンナプルナ前衛マチャップチャレ 6993m

12月26日夜遅くカトマンズに無事到着。翌27日AM11:00、早速カトマンズ市役所を表敬訪問。アナンダ・R・ポハレル市長代理、代議士や市職員らに出迎えていただき、挨拶を行いました。午後は、世界文化遺産ダーバースクエアの建物群や仏教遺跡スワヤンブナートを探訪。夜は市内のレストランでカトマンズ市主催の歓迎レセプションに招待され、これからのトレッキングを激励されました。



世界文化遺産 仏教寺院スワヤンブナート

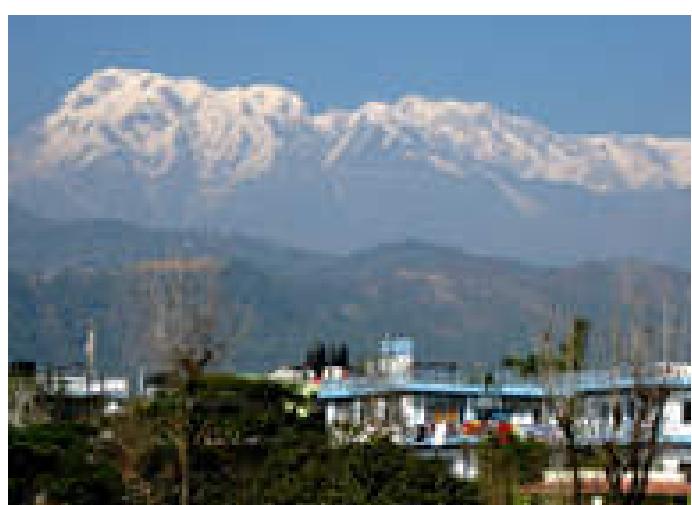


基壇のマニ車を回す



カ市歓迎レセプション、アナンダ市長代理(右)

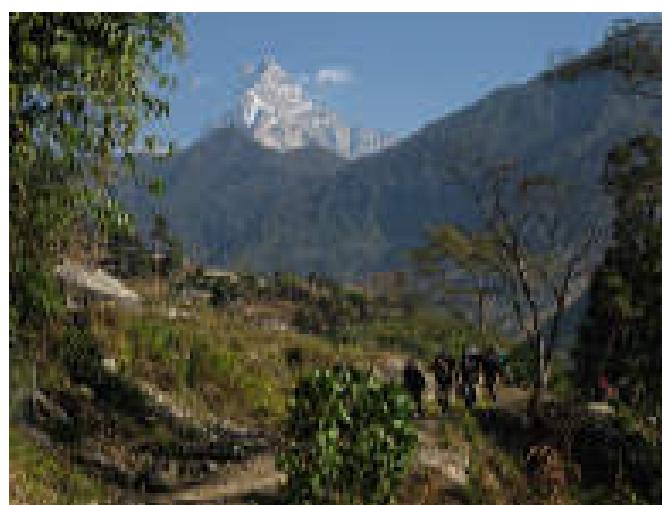
翌12月28日、国内線で西方のポカラへ飛び、明るい陽射しと緑豊かなアンナプルナ山麓を巡るトレッキングを開始。案内役として、パサンテンバ・シェルパサダーはじめ、ポーターら23名が同行。ポカラで昼食後、バスに揺られて1時間半、ナヤブルで下車し小一時間歩いて、PM4:00ビレタンティに到着、泊す。夕焼け空の北方、間近にそそり立つマチャップチャレ6993mが紅色に染まって行く。



145 ポカラから望むアンナプルナ山群



乗り込んだ貸切バス



マチャップチャレを望みトレッキング開始

29日、AM7:45出発。モディ・コーラ川沿いの道を歩き、段々畠の村々を結ぶ自然石の階段を、一步一步登っていく。キムチェ村で昼食。石階段の道を、荷を担うロバの行列が通過し、村人が羊の群れを追う。マチュプチャレを望みながら、長い石階段を登り続けると、PM3:30 ガンドルンに到着、泊す。眼前には、アンナプルナ・サウス 7219mの白峰が遮ることなく聳え、圧巻される。陽が傾くと、ヒマラヤの峰々が紅色に染まっていく。夜空には、満天の星が輝いていた。



村々を結ぶ自然石の階段を登る



荷を担うロバの列とすれ違う



夕陽に燃えるアンナプルナサウス 7219m

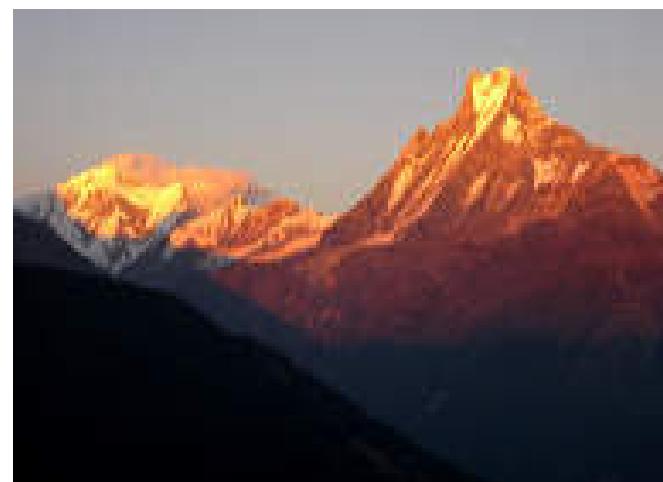
30日、朝陽に輝くアンナプルナ・サウス、マチャプチャレを間近に望みながら、菜の花咲く山道を行く。急坂の石段を登り詰めた峠で昼食を摂り、午後はネパール国花ラリーグラスの林に覆われた山中を進む。高さ 15m を超える大木の林を通り抜けると、PM2:10 タダパニ 2721mに到着、泊す。ここからは、更に展望が開け、アンナプルナⅢ峰 7555m、アンナプルナⅡ峰 7937m のピークが望まれる。



青空の下、菜の花咲く山道を行く



ラリーグラスの林を抜ける



夕照に輝くマチャプチャレとアンナプルナⅢ

31日、東の空に厚雲が漂う夜明けを迎える。ラリーグラスの林を抜け、渓流沿いを歩き、林の中を登り詰めたデウラリ峠 2990mで昼食。この頃から雪が本格的に降り出す。昼食後、降雪の尾根道を歩き長い自然石段を降り続けると、PM3:00 ゴラパニ 2895mに到着、泊す。ロッヂ内に薪ストーブが燃え、暖をとる。夕方、上空が少し明るくなるが、再び霧が覆い、周囲は夕闇の中に暮れていく。



ラリーグラス林の急坂を登る



春を待つプリムラの花



降雪の中を登る



マチャプチャレ 6993m



アンナプルナサウス 7219m と ヒウンチュリ 6441m

2011年1月1日 AM5:15、星空の下、ヘッドランプを点けてゴラパニを出発。登り始めると体調不良者が一人登山不能となり、付き添いにシェルパを付けてゴラパニに引き返させる。約10cmの新雪を踏んで、階段状の急坂を1時間程登り、AM6:30 プーンヒル・ピーク 3194mに14名が見事登頂する。



降雪を踏んでプーンヒルを目指す

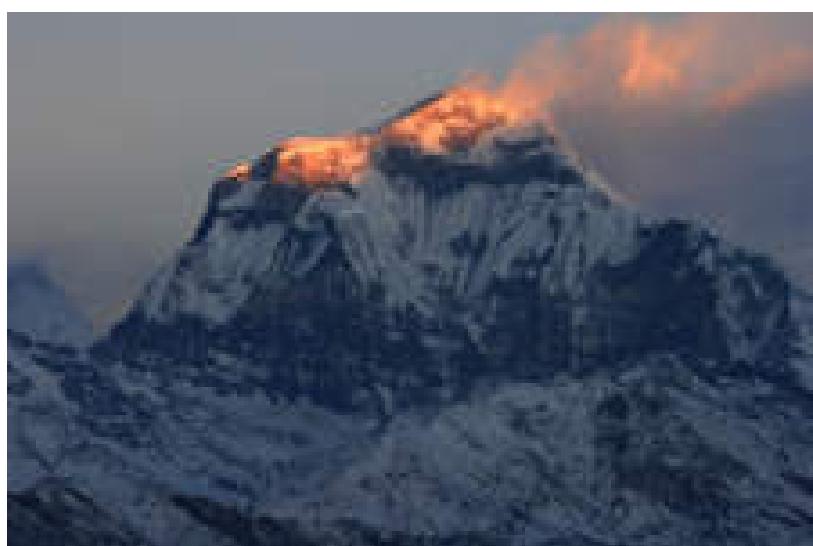


夜明け前のマチャップチャレ



プーンヒルに見事登頂「おめでとう！」

空が白み、しばらくで東の空を橙色に染めて初日の出が昇る。西方に聳えるダウラギリ I 峰 8167m の頂が燃え、北方のアンナプルナ I 峰 8091m、アンナプルナサウス 7219m が赤色に照り輝き始めた。徐々に、聳え連なる先峰群が朝陽に眩しく照らし出され、プーンヒルから望むヒマラヤの峰々の全貌が、その姿を現した。荘厳な美しさに大感動を覚えながら、私達は AM7:45 下山を開始する。



荘厳なダウラギリ I 峰 8167m



朝陽に輝くアンナプルナ I 峰 8091m とアンナプルナサウス 7219m (右)

AM10:00 ゴラパニを出発。ところで、登頂を断念した一人は、体調回復不可能と判断し、ポカラ支局と連絡をとり、急きょ救援を依頼。小一時間でヘリコプターが飛来し、ポカラの病院に収容してもらった。その後は、一晩で退院し、ポカラで参加者と合流し、カトマンズへ帰還する。これらの諸費用は、診断書もあり、海外保険で対応できる事となった。原因は高山病と診断された。(後日談)



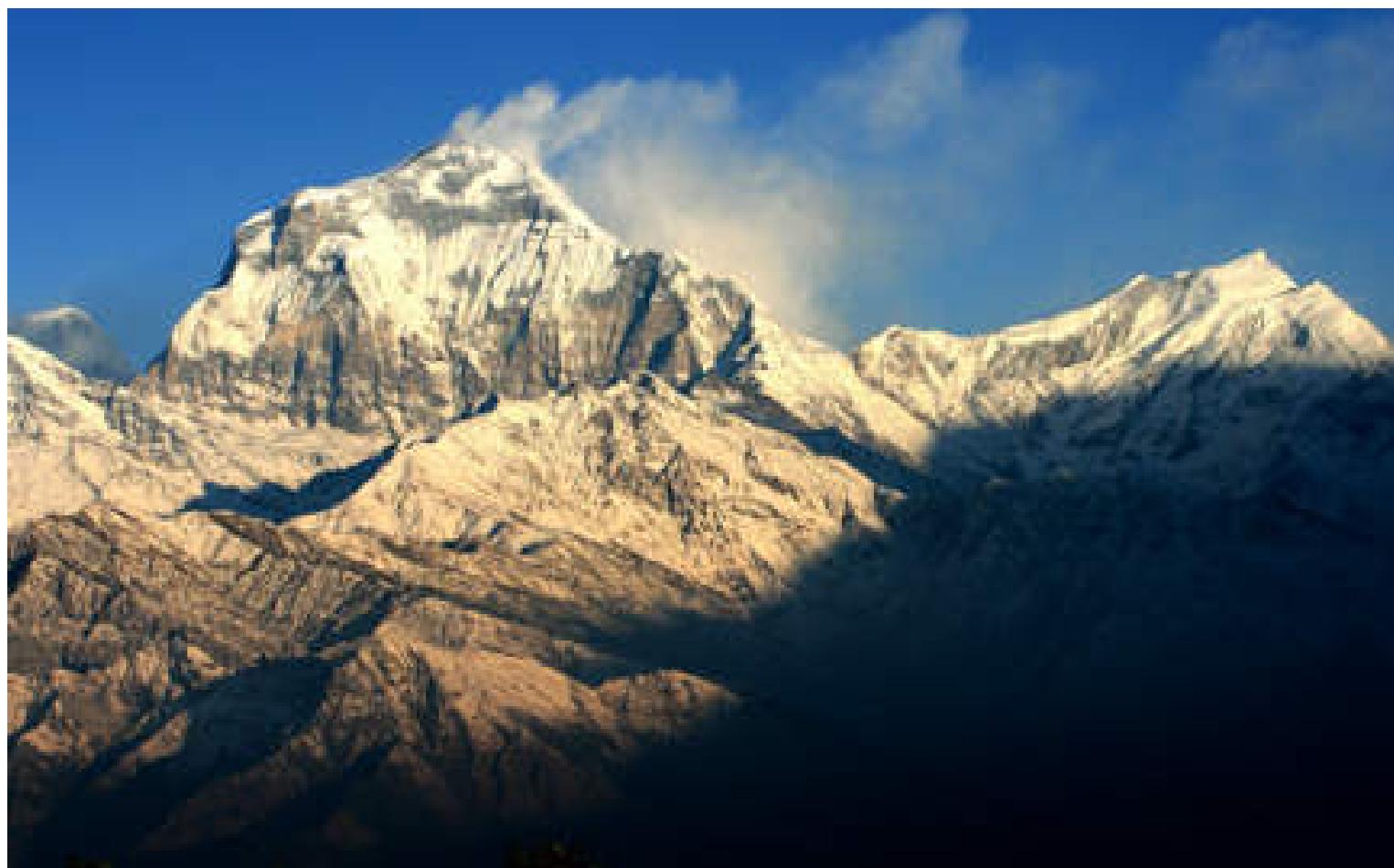
アンナプルナを背景にゴラパニで記念撮影



下山を開始



キッチンポーターも帰りを急ぐ



ダウラギリ I 峰 8167m と ツクツェピーク 6920m



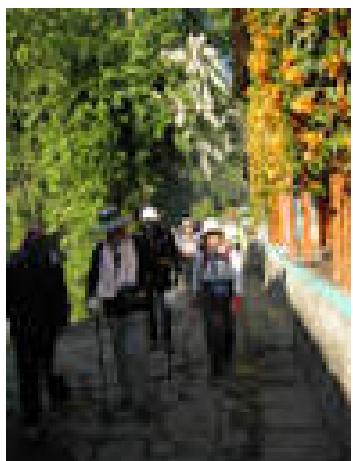
朝陽に眩しいアンナプルナ I 峰 8091m (左後方) と アンナプルナサウス 7219m

PM1:00 ウレリ付近で昼食。ここから急坂の長い長い石段を下る。渓流の吊橋を渡り、暫らくで PM4:45 ティルケドンガに到着、泊す。夕食後、シェルパ、ポーター23名にチップを、一人づつ感謝を込めて渡す。その後トレッキング最後の夜の思い出に「さよならパーティー」を行い、ロク酒も手伝って、ネパールと日本の歌と踊りが飛び交い、「今日の日はさようなら」の唄で締めくくる。この夜、皆満足感と疲れでぐっすりと朝まで寝入る。



2011.1.1 からネパールイヤーで歓迎される 最後の夜「さよならパーティー」で歌と踊りの交流会を行う

1月2日朝早く出発。川沿いの道を2時間程歩き、AM10:30 ビレタンティに到着。ここで昼食を摂り、PM12:30 ナヤブルでバスに乗り込み出発。山道を走り PM2:00 ポカラ到着。ここで体調回復した一人と合流し、ポカラ空港から国内線で飛び、PM4:30 カトマンズ空港着。一旦ホテルに帰り、風呂で体を洗い、PM6:40 歩いて近くのレストランへ向う。この夜、松本ヒマラヤ友好会主催で、カトマンズ市長代理はじめ代議士、市役所部長らを市内のレストランに招待して、夕食を囲んでトレッキングの報告会を開催する。



家々に花が飾られた道を行く 緑豊かな段々畑



ゴザの上で勉強する女の子



日向ぼっこする母子

夕食の席で、参加者各人から異口同音に「素晴らしい自然と人々に感動した。また訪問したい。」と報告されると、アンダ市長代理から「皆さん的一人一人の感動を大切にしたい、ネパールの観光発展の為にも、市民交流を支援していきたい。松本の写真展の成功を期待し、ネパール、そしてカトマンズを紹介して欲しい」とのお言葉をいただきました。



アンナプルナとポカラ空港に「さようなら」国内線丸窓から望むマナスル 8163m 力市を招いて報告会開催

またカトマンズ市側の出席者から「今度はカトマンズ市側からも、積極的にトレッキングにも参加して交流を発展させたい」旨の発言があり、岳都交流の発展を期待して、盛況のうちに終了致しました。



2011. 1. 1 プーンヒル登頂後、アンナプルナ山群を背景に全員で記念撮影 ゴラパニにて



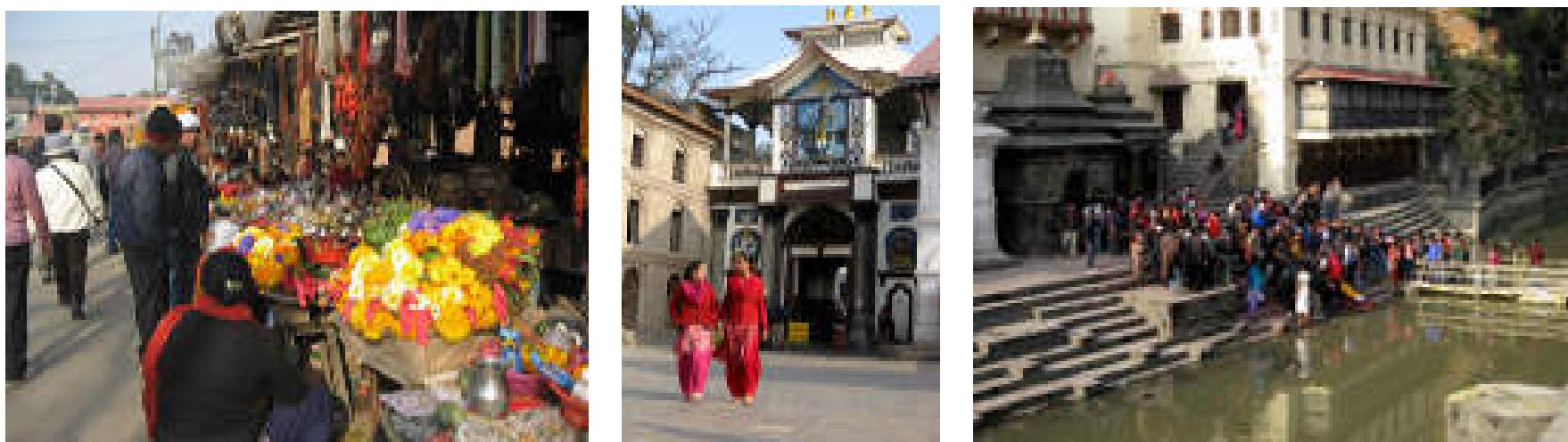
2010. 12. 27 カトマンズ市アンダ・R・ポハレル市長代理を表敬訪問。
カトマンズ市役所前にて記念撮影。

1月3日早朝から、エベレスト展望のマウンテンフライトに出発。濃い霧の為飛行場で待機させられ、AM11:00 過ぎ、ようやく飛来。1時間ほどでクーンブ山群を巡り帰還。昼食は、MHC 奨学生と交流会を持ち、彼らの健康的な身体と澄んだ瞳に、学生生活が厳しくとも、順調である事を実感する。



マウンテンフライトに飛び立つ 機内から身を乗り出すように見る 操縦席からのエベレスト 8848m

午後は、カトマンズの世界文化遺産、ヒンズー教の寺院パシュパティナート、仏教寺院ボドナートを探訪する。PM6:00には、ホテルを引き払い、PM7:00、MHC 支部会員シャンカール・ドンゴル氏の民家を訪問。サンタナポハレル夫妻らも同席し、夕食と酒宴が催され、ご馳走とお土産をいただく。



世界文化遺産パシュパティナート寺院の参道を歩く 遺体はヒマラヤを源流とする川に身を清め、荼毘される



世界最大のストゥーパを誇るボドナート 参拝者は、基壇を右回りに、数珠を持ち経文の入ったマニ車を回し巡る。

その夜遅く混雑するカトマンズ空港を発ち、1月4日夜明けに香港を経由して、PM1:45に成田空港へ到着。迎えに来た貸切バスで松本へ向かい、PM6:45 松本駅アルプス口に到着、最終解散としました。

参加者の皆様には、本当にご苦労様でした。そして関係各位の皆様には、ご理解と、ご協力に深く感謝申し上げます。これらの事業を通じて、姉妹都市交流の責任と岳都交流の成果を挙げる事ができました。ありがとうございました。

カトマンズ滞在中、MHC の国際協力事業を行いました。

① 2010 年 12 月 27 日 AM9:30、参加者滞在中のアンナプルナ ホテルヘクムジュン校（ヒラリースクール）運営委員のパサンダワ氏が来訪。安曇野市穂高北小学校の文具と絵画、校長先生や児童会長の手紙を引き渡しました。
これらの文具等は、国際線でルクラへ運ばれ、ポーターに担われ、ナムチエバザールを経て、クムジュン校へ運ばれます。

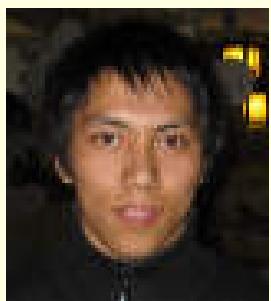


クムジュン校運営委員に、穂高北小の文具を手渡す

② 2011 年 1 月 3 日 PM12:30 MHC 奨学生 12 名の内、この日平日の為、授業を終えた 7 名の奨学生が出席してくれました。健康的な身体と輝く目に困難を乗り越えるを感じ、安心致しました。



チエティン・ダルジ



ニグマ・ヌル



ペンバ・ジャム



ペマ・チェミジ



タシ・フティ



ツェリン・ドマ



ソナム・ドカ



事務局長パサンダワ



MHC大河原由紀子カ支部長



ヒマラヤントラスト副事務長
ツクテン・シェルパ



全員、カトマンズの短期大学に通学。経営学、教育学コースなどを専攻し苦学しています。若い彼らが、ネパールの将来を背負って立つ事でしょう。

奨学生らと昼食を共にし学生生活について語り合いました。1996 年設立以来 MHC 奨学生は、延べ 60 名を数えます。

③ クムジュン校（ヒラリースクール）創設 50 周年記念事業の日程が、5 月 26~29 日と決まり、ツクテン、ヒマラヤントラスト・カトマンズ副事務局長から、NPO 法人松本ヒマラヤ友好会による学生寮・食堂・台所・水道建設とその後の維持、又卒業後短期大学生への MHC 奨学金支給などの貢献に対し、鈴木雅則理事長宛に、50 周年記念式典に出席を招待する旨について、奨学生らとの昼食会の席上でスピーチがありました。招待状は、1 月中旬に発送するとの事です。

2011 年 1 月 10 日

各 位

岳都カトマンズ訪問とアンナプルナ撮影紀行 総責任者
NPO 法人松本ヒマラヤ友好会 理事長 鈴木 雅則

MHC松力姉妹都市交流事業

岳都カトマンズ訪問とアンナプルナ撮影紀行

2010年12月26日(日)～2011年1月4日(火)

参加者名簿 (平成22年12月11日現在) 順不動

	参加者氏名	住 所
①	ナカヤマ ケンジ 中山 賢次	中野市間山
②	ミイ ダ カツイチ 三井田 勝一	北安曇郡池田町会染
③	ミイ ダ マサコ 三井田 雅子	北安曇郡池田町会染
④	イマムラ ヤスコ 今村 康子	松本市蟻ヶ崎
⑤	ナカムラ ハルユキ 中村 治幸	安曇野市穂高有明
⑥	ミヤシタ カツシ 宮下 勝利	東筑摩郡麻績村麻
⑦	サイトウ カズミ 斎藤 一美	東御市常田
⑧	ワダ ヨシアキ 和田 義昭	東筑摩郡麻績村麻上町
⑨	カキヌマ ハルカ 柿沼 玄	上伊那郡南箕輪村
⑩	ナカムラ ヨコ 中村みさ子	安曇野市堀金烏川下堀
⑪	フカザワ ユウコ 深沢 裕子	安曇野市穂高有明
⑫	イイムラ エツコ 飯村 悅子	松本市中山
⑬	スズキ マサノリ 鈴木 雅則	松本市島立



2011年1/1、AM6:30プーンヒル3190mに全員が見事に登頂する。

MHC 松本カトマンズ姉妹都市交流事業

報告概略

岳都カトマンズ訪問と エベレスト撮影紀行Ⅲ

夕照に輝く、世界最高峰エベレスト 8848m

(ゴーキョ・ピーク 5360mから 2012. 1. 2 撮影 鈴木雅則)

主 催 NPO 法人 松本ヒマラヤ友好会《MHC》

事務局 松本市島立 4539-7 TEL47-6197 FAX47-5685

E-mail : mhc@lily.ocn.ne.jp <http://www1.ocn.ne.jp/~mhfc/>

後 援 松本市 松本市教育委員会 松本市カトマンズ市姉妹提携委員会

信濃毎日新聞社 朝日新聞松本支局 每日新聞松本支局 読売新聞松本支局 産経新聞長野支局 中日新聞社
市民タイムス 長野日報社 松本タウン情報 NBS 長野放送 TSB テレビ信州 abn 長野朝日放送 テレビ松本
ケーブルビジョン FM長野 長野県写真連盟 (写真展のみ NHK長野支局 SBC信越放送)

**2011年度MHC松本カトマンズ姉妹都市交流事業
岳都カトマンズ訪問とエベレスト撮影紀行Ⅲ日程表 改良告知版**

月 日曜	発 着 地 名	時 刻	交 通	摘 要 (食 事)	宿 泊
01 12/24(土)	東京(成田) 発 香港 着 香港 発 カトマンズ 着	10:45 15:05 18:55 22:10	CX501 KA104	AM4:00 松本を貸し切りバスで成田へ。午前、キャセイパシフィック航空にて空路、香港へ。着後、乗り継いでカトマンズ(1,300m)へ。着後、カトマンズ市の歓迎を受け、市内のホテルへ。	ホテル
02 12/25(日)	カトマンズ 滞在			カトマンズ市へ表敬訪問 を行う、 市長不在の為副市長が歓迎する 。その後、カトマンズ市内の世界文化遺産を訪れます。夜、カ市及びMHCカ支部市民等と 交流会開催	ホテル
03 12/26(月)	カトマンズ 発 ルクラ 着/発 パクディン 着		航空機 徒歩約 4時間	朝、空路ルクラへ。着後シェルパ、ポーター達と合流しトレッキング開始。ドウードウコシ沿いの道をパクディン(2,620m)へ。	ロッジ
04 12/27(火)	パクディン 発 ナムチエ 着		徒歩約 6時間	谷沿いの道をジョサレへとたどり、エベレスト(サガルマータ)国立公園の入園手続き後、高度差600mの坂道をゆっくり登り、シェルパの里ナムチエ(3,440m)へ	ロッジ
05 12/28(水)	ナムチエ 発 クムジュン 着		徒歩約 2時間	急な坂道をゆっくり登り、エベレスト、ローツェ、アマダブラム、タムセルクなどの大パノラマを楽しみながらクムジュン村へ(3,780m)。午後、 クムジュン校を訪問 し意見交換と視察を行います。	ロッジ
06 12/29(木)	クムジュン 発 ポルツェタンガ 着		徒歩約 4時間	小さな峠モーン(3,979m)を越え、河畔のポルツェタンガ(3,550m)へ。	ロッジ
07 12/30(金)	ポルツェタンガ 発 ドーレ 着		徒歩約 4時間	樹林帯の山道を登り、夏の放牧地ドーレ(4,040m)へ。	ロッジ
08 12/31(土)	ドーレ 発 マチエルマ 着		徒歩約 4時間	樹林帯を抜け、山腹のまき道を夏の放牧地マチエルマ(4,410m)へ。	ロッジ
09 01/01(日)	マチエルマ 発 ゴーキョ 着		徒歩約 5時間	氷河末端の坂を登り、3つ目の氷河湖ゴーキョ(4,750m)へ。	ロッジ
10 01/02(月)	ゴーキョ 発 ゴーキョピーク登頂 着	午 後	徒歩約 3時間	大展望台の ゴーキヨピーク(5,360m)登頂往復 。午後から夕方まで撮影を行う。夕照に輝くエベレストに大感動を得るでしょう。	ロッジ
11 01/03(火)	ゴーキョ 発 ドーレ 着		徒歩約 4時間	往路をドーレへ。	ロッジ
12 01/04(水)	ドーレ 発 クムジュン 着		徒歩約 5時間	往路をクムジュンへ。馬も用意し、	ロッジ
13 01/05(木)	クムジュン 発 ルクラ 着	7:00 17:00	徒歩約 10時間	シャンボチエから空路の予定だったが、積雪の為、着陸離陸不能。徒歩でルクラへ、ゾッキヨ5頭に荷を積み、馬も用意。ルクラに到着すると、お祝いのケーキが出され、コックに感謝する。	ロッジ
14 01/06(金)	ルクラ 発 カトマンズ 着		定期便	ルクラから定期便でカトマンズへ帰還。市内のホテルへ。夜、カ市副行政官ら8名を招いての夕食会。トレッキング成功を報告する。	ホテル
15 01/07(土)	カトマンズ 滞在			急遽、AM9:30カトマンズ市長を表敬 。後、カトマンズ市街巡り、文化遺産探訪。昼、 大学へ通うMHC奨学生等と意見交換と昼食交流会 。深夜、出国手続き後、ドラゴン航空機呼称が判明。飛行機会社手配でカトマンズ泊となる	機中泊
16 01/08(日)	カトマンズ 発 香港 着			カトマンズでもう一度出国手続きをし、香港に飛び香港で泊。	ホテル
	香港 東京(成田) 発 着			香港からは、直行と台湾経由の2班に別れ、成田へ向かう。 PM10:00貸切バスで全員松本着。	各自宅

クーンブ山群

Scale 1:125000



Politically authoritative.



Secondary Road Nebenstrasse Route secondaire Strada secondaria 2級道路	Contour Lines Hohenlinien Courbes de Niveau Curve di Livello 等高線	Village Dorf Village Villaggio 村
Main Trekking route Trekkingwege Routes de randonnée Sentiero principale 主要トレッキングルート	Domestic airport Flughafen Aéroport Aeroporto 空港(国内線)	Monastery (Tibetan Buddhist) Kloster (tibetisch buddhistisch) Monastère (Tibetan buddhiste) Convento (Tibetan buddista) 僧院(チベット仏教)
Trail Fussweg Chemin Sentiero 小道	Hotels-Lodge Hotels-Hütte Hotel-Refuge de montagne Albergo-Refugio (Mongano) ホテル - ロッジ(山小屋)	Temple (Hindu) Tempel (hinduistisch) Tempio (hindu) Tempio (induista) 寺院(ヒンズー教)
River-Bridge Fluss-Brücke Rivière-Pont Fiume-Ponte 河川-橋	Health Post Klinik Clinique Medical Clinica 診療所	Chorten Chorten Choten Chorten チヨルテン(仏塔)
Lake See Lac Lago 湖沼	Post Office-Telephone Postamt-Telefon Poste-Téléphone Ufficio Postale-Telefono 郵便局-電話	School Schule Skoul Scoule 学校



MHC松本カトマンズ姉妹都市交流事業

「岳都カトマンズ訪問＆エベレスト撮影紀行Ⅲ」報告概略

「岳都カトマンズ訪問＆エベレスト撮影紀行Ⅲ」は、2011年12月24日～2012年1月8日までの日程(別紙)で松本市民を始めとする参加者13名により実施致しました。参加者一行は、カトマンズ市を表敬訪問して古都カトマンズを探訪し、エベレスト山群の奥深く入り込み、ゴーキョピーク5360mの登頂を見事果たして、「山と美しい自然」を控えた岳都交流と姉妹都市交流の責任も果して参りました。



12/24 PM10:00 カトマンズ空港到着。カトマンズ市
キャンディール行政副長官から歓迎を受ける。



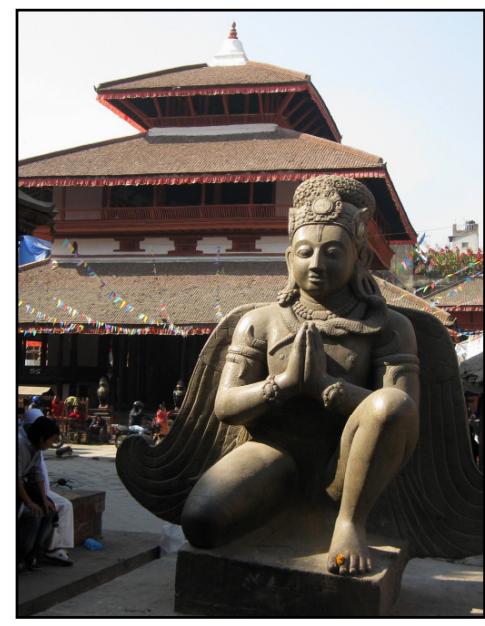
12/25AM カトマンズ西キルティプールの丘から望
む、カトマンズ市街。北方にランタンリルンを望む。



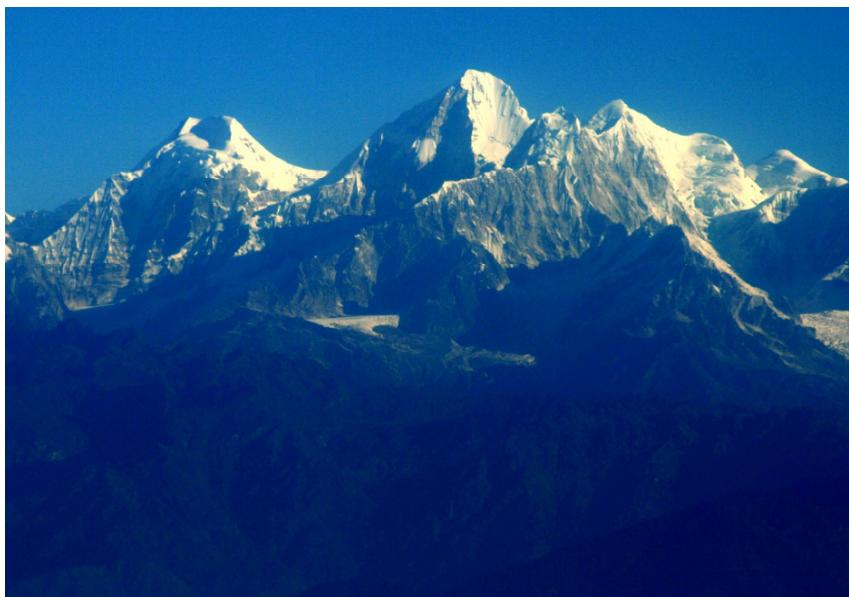
12/25 カトマンズの世界文化遺産、ダーバースクエ
アの広場を散策する。



12/25、AM10:30 カトマンズ市役所を表敬訪問する。
手漉き紙のノートブックを記念品として贈られる



カトマンズの世界文化遺産、ダーバースクエア一周辺の建物群を巡る。中世期マッラ王朝時に建てられたタ
レジュ寺院、カスタマンダップ寺院そしてガルーダ（天翅鳥）を控えたナラヤン寺院など、いにしえを偲ぶ。



12/26 AM9:00、16人乗り定期便で登山基地ルクラへ向かう 白銀のジュガール・ロールワリン山群に感動



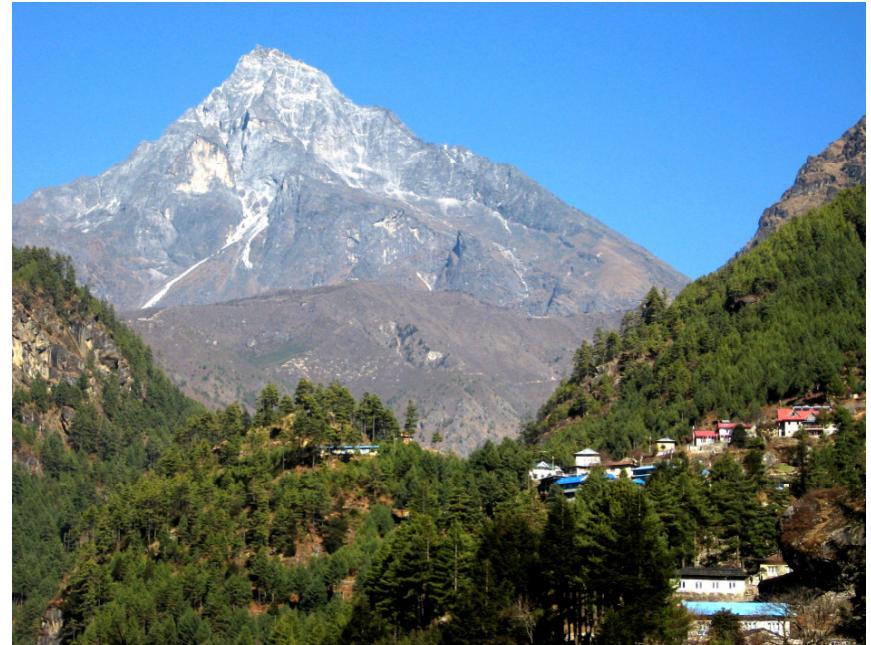
ルクラ 2840mで昼食後、パサン・テンバをサーダに、シェルパら 11名とゾッキヨ 10頭の大部隊で出発



経文を刻んだマニ石と大きなマニ車、崖には寺院が建てられ、チベット仏教の信仰の深さを、あらためて認識させられる。徒步 2 時間ほどで、谷奥の頭上に白峰クスムカングルー西峰 5579mを仰ぎ見る。



チョルテン（仏塔）が建ち並ぶ道脇を通り過ぎ、1時間ほどでパグディン 2652mに到着。ロッヂに泊す。夕食後、サーダー・パサンテンバ、コック・ガラテンバ等シェルパ 11名を参加者に紹介、挨拶を交し合う。



12/27AM6:00 起床、準備を整え AM8:00 過ぎ出発。白銀のタムセルク 6623mを望み、荷物隊ゾッキヨ 10頭が先行する。神の山クンビーラを望み、AM11:00 ジョサレでエベレスト国立公園入園の手続を行う。



ドード・コシ（聖なる川）に架かる、長い吊橋を幾つも渡る。河原を小1時間歩き、最後のつり橋を渡って、ナムチェバザールへの 600m の高度差の登山道を、ゆっくりと登る。



山道を登りつめると、午後 4:00 ナムチェ・バザール 3440m に到着する。ナムチェのロッヂで一息つく頃、ナムチェの家並みの遙かの高みに、クスムカングルー 6370m が夕陽に輝いていた。



12/28、AM8：40 出発。朝陽に輝くコンデリ 6187mとナムチェバザールを眼下に、尾根道を登る。



登り 1 時間ほどで尾根に登り出ると、エベレスト山群の大パノラマに息を呑む。世界最高峰エベレスト 8848mが、前衛の峰々タムセルク 6623m アマダ布拉ム 6812m タウツェ 6501mを従えるように聳えている。



12/25 カトマンズで文具の引渡しを行う



PM12：30 クムジュン村に到着。早速冬休み中のクムジュン校を訪ねる。マヘンドラ・カセット校長先生は下山し不在だったが、老練な二人の先生と意見交換。MHC 学生寮前で記念撮影をする。

現地では、MHC が 2002 年に建設した学生寮や 600m 引き込んだ貯水槽などの管理運営を確認。安曇野市穂高北小学校の手紙・文具は、12/25 冬休みの為カトマンズに滞在していたペンバ・ツェリン運営委員長にホテルで既に引渡し（写真）を行っていた。運営委員長の責任で、文具を生徒らに引き渡す事となっている。

クーンブヒマール山群ー前衛の峰-2



午後の陽に眩しく輝く、カンテガ左 6799m、タムセルク右 6623m



アマダブラム(母の首飾り)6812m



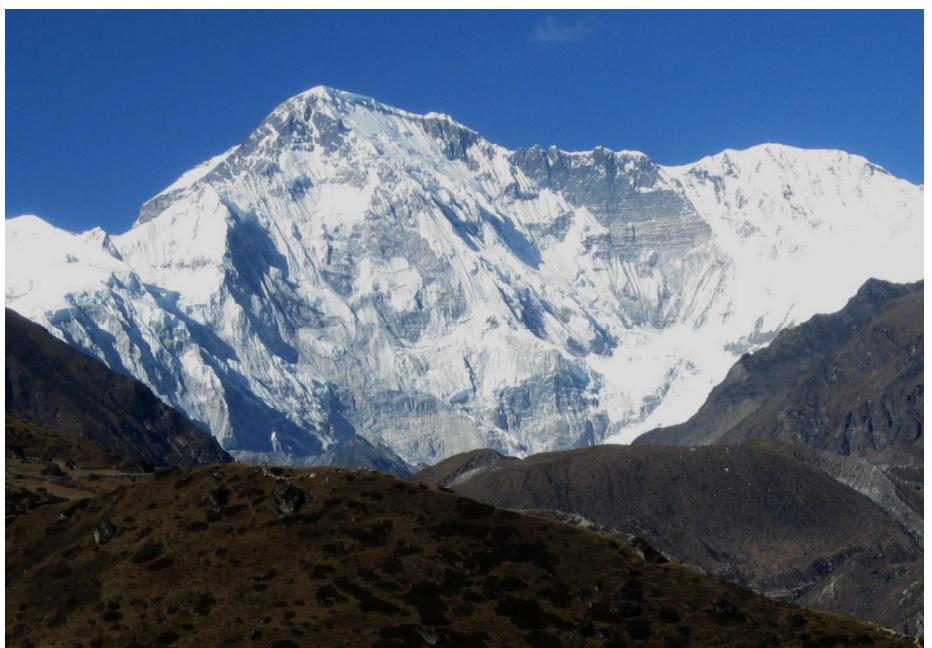
12/29 クムジュン 3780mの朝、サーダー・パサンテンバ、コック・ガラテンバさんも出発の準備に忙しい。AM8：30 出発。タウツェ 6501mが背後に聳えるモーン峠 3979mへ向かう。



クムジュンからは、急峻な山腹の狭い巻き道を進む。ここの道からは、アマダブラム（母の首飾り）6812mの先峰が、際立って美しく眺められる。



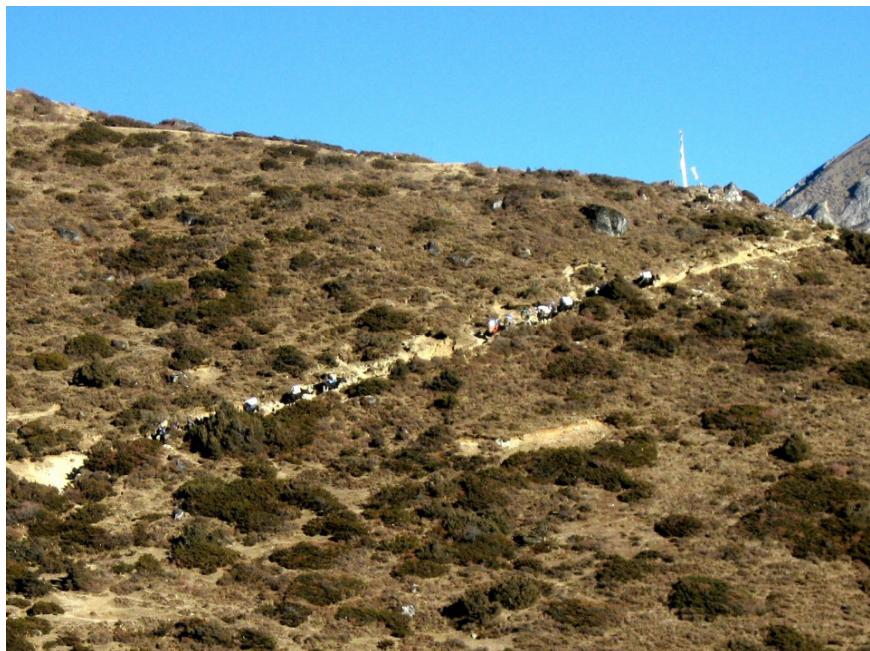
モーン峠 3979mで休憩。チョルテン(仏塔)とはためくタルチヨー。背景にタムセルク 6623m、カンテガ 6799mが聳え立つ。峠から小一時間の下ると、PM12：30 ポルツェタンガ.3550mに到着、泊す。



12/30、AM8：30 出発。ラリグラスの林を抜け、カンテガ 6799mを背景に、高度を上げる。前方にチョオユー（トルコ石の女神）8201mの巨人がその威容を現した。



AM11：30、ドーレ 4040mに到着。昼食後、高度順応の為、裏の山に向かい 1 時間程尾根道を登る。PM3：30 ロッヂへ帰還。コック・ガラテンバさんらは、食事作りに忙しい。



12/31、AM8：30、ドーレを出発。マッチャエルマ 4410mへ向けて、ゾッキヨ隊が先行して登る。我々トレッキング隊も、それを追うように登る。



PM1:00、ようやくマッチャエルマ 4410mに到着。昼食後、高度順応の為、1時間程尾根道を登る。陽が翳りだすと、カメラを握る手が凍えるように冷たい。この夜、羽毛のシュラフをダブルにして潜り込む。



2012.1/1 元旦の朝、ささやかにお雑煮を食べ、新年を祝う。AM8:30 マッチャエルマを出発。ドウード・ポカリの畔を歩く頃に雪が降り出す。前方降雪の中に、目指すゴーキョピーク 5360mがその山容を現した。



PM1:00、ゴーキョ 4750mに到着。昼食後、ゴーキョへの登山道を 5000m付近まで試登し、高度順応への配慮とした。夜 2012 年元旦と麿理事の 67 歳の誕生日を兼ねて、大きなケーキで祝った。



夜半まで雪が降り続く。1/2夜明けを迎えるが、雲が厚く遠望が効かない。AM9：00頃から空が明るくなり、諦めかけていた天候に回復の兆しありと判断。登山決行を決め、AM11：00出発とする。ドウード・ポカリの畔を歩き、積雪約20cmの山腹の急斜面を、ジグザグに登り始める。



ゴジュンバ氷河、ドウード・ポカリを眼下に、頂上直下5100m付近を必死に登る参加者。雲間に、チョラツエ6440m、タウツエ6501mが見え隠れしている。北方の雲は厚く、エベレストの姿は未だ見えない。



PM3:30頃、冷風の中 5300m付近を喘ぎながらを登る参加者。北方の厚い雲がいつの間にか消え、世界最高峰エベレスト 8848m、ローツェ 8516mが、その姿を高々と現した。



青空を突いて、世界最高峰の威容を現したエベレスト 8848mとローツェ 8516m



PM4：00、辛苦を乗り越えて12名が、次々に頂上に到達。「おめでとう、頑張ったね！」感激の握手を交わし合う。皆、口では言い表せない喜びに浸って目頭が熱くなり、涙があふれてくる。しかし、ピークで感動を味わっている時間は無く、皆、カメラを取り出し、翳り始めたヒマラヤの大山群の撮影を始めている。



夕陽に輝き始めた、世界最高峰エベレスト 8848m左とローツェ 8516m右

PM5：00、西の空に陽が沈み始めると、猛烈な寒気が襲ってきた。撮影を終えた参加者は、徐々に下山を始めている。眼下が闇に覆われ始めても、エベレスト山群の高峰は、鮮やかな橙色に輝いていた。PM7：00 無事ゴーキョへ下山。疲労を覚えながらも、登頂の喜びと絶景の余韻に浸りながら、遅い夕食を摂る。



ギャチュンカン 7951m



カンテガ 6799m左とタムセルク 6623m右



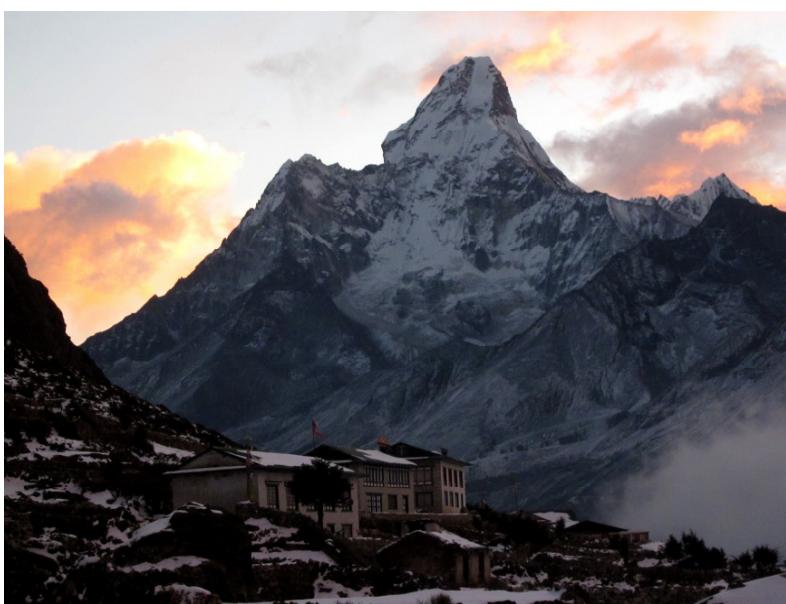
夕照に輝くエベレスト 8848m



最期の夕陽に輝くマカルー 8463m



1/3AM8:30 白雪を踏みながら下山開始。ツォー・メンマと呼ばれる小さな湖畔から振り返る、ゴーキョとチョ・オユー8201m。PM5:00、霧雲の中、長い歩きを終えドーレへ到着。翌1/4AM8:30 ドーレ出発。



1/4PM3:30 クムジュン到着。夕方アマダブランの夕焼けを仰ぐ。シャンボチエ空港積雪の為閉鎖となる。

1/5AM7:00、定期便の飛ぶ無雪のルクラを目指し下山を始める。徒歩に自信のない人に馬を提供する。



1/5PM5:30 ルクラ到着。トレッキング成功のお祝いにケーキが作られた。コックのガラ・テンバさんありがとう！。

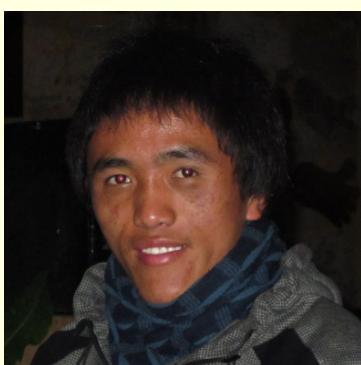


パサン・サーダーから敬意と勇気を讃えるカタが、参加者全員にかけられ、記念写真を撮る。

2012.1/6AM11:30 ルクラから定期便で全員カトマンズへ帰還。その夜、カトマンズ・シャンカール・キャンディー行政副長官ら8名が出席して、報告会を開催。久しぶりの本格的なネパール蕎麦食などに舌づみを打つ。



1/7 昼、タメールのラム・ドウードルに MHC 短期大学奨学生 12 名のうち、チェティン・ダルジ君が責任引率者となり、7 名が昼食会に出席してくれました。他の 5 名は、学生寮から外出不可能との事でした。出席した 7 名から、異口同音に学生生活に不満は無いとの事、健康で明るく、楽しい学生生活のようでした。



チェティン・ダルジ



フーバ・テンジン



ソナム・ドカ



ツェリン・カンチ



ダワ・パサン



ペマ・チュティン



ドマ・ヌル



ニマ・ドマ

全員、カトマンズの短期大学に通学。経営学コース、教育学コース、タンカ（仏画）制作コース、そして医師などを目指し苦学しています。
若い彼らが、シェルパの村を、ネパールを背負って立つ事でしょう。

1996 年から 2012 年まで MHC 奨学生は、卒業生、現役生含め、延べ 63 名を数え、エベレスト街道を歩いていると、男女卒業生に出会う事があります。皆で、応援してあげてください。



ケダール・バハドゥール・アディカリ氏

先立つ 1/7AM9:30、カトマンズの新行政長官（市長代理）ケダール・バハドゥール・アディカリ氏を表敬訪問。多忙の中、時間を割いて訪問に対応していただきました。菅谷市長への手紙を託されました。



午前中、世界文化遺産ボド・ナートを探訪。チベット仏教の真髓に近づいた思いがしました。



午後、MHC 奨学生と別れた後、タメールで、お土産を物色、リラックスしたひと時を楽しみました。夕食は、ネパール舞踏を鑑賞しながらネパール料理ダルバートを賞味。この夜遅く、カトマンズ空港を発つ予定だったが、飛行機の故障で延期。カトマンズで夜を過ごし、香港に一泊して、一日遅れで、1/9 日本時間 PM5:00、成田空港へ到着。貸切バスで松本へ向かい、PM10:00 松本駅アルプス口到着、解散としました。

参加者をはじめ、大勢の皆様のご理解とご協力のお陰で、ネパール・カトマンズとの山岳スポーツ・文化交流と姉妹都市交流の成果を挙げる事ができました。「充実感を味わった、緊張と感動連続のエベレスト撮影紀行でした。」ありがとうございました。

「岳都カトマンズ訪問とエベレスト撮影紀行Ⅲ」責任者
NPO 法人松本ヒマラヤ友好会 理事長 鈴木雅則

MHC松本市カトマンズ市姉妹都市交流事業

岳都カトマンズ訪問とエベレスト撮影紀行Ⅲ

2010年12月24日(土)～2011年1月8日(日)

参加者名簿 (平成23年12月24日現在) 順不動

	参加者氏名	住 所
1	ナカヤマ ケンジ 中山 賢次	中野市間山
2	ウメムラ ヒロミチ 梅村 博通	豊田市高町東山
3	コンドウ シゲル 近藤 茂	長野市栗田
4	ナカムラ ハルユキ 中村 治幸	安曇野市穂高有明
5	チダ アヤコ 千田 紗子	安曇野市穂高
6	イチカワ ヒロアキ 市川 浩章	松本市寿北
7	ツカダ ノボル 塙田 登	安曇野市三郷小倉
8	サカイ ユウジ 酒井 湧司	松本市渚
9	マルヤマ キヨエ 丸山 清榮	松本市蟻ヶ崎
10	ナカムラ ムネハル 中村 宗晴	松本市宮渕
11	モタイトイ・シ・アキ 甕 俊昭	安曇野市穂高有明
12	ワダ ヨシアキ 和田 義昭	東筑摩郡麻績村麻上町
13	ススキ マサノリ 鈴木 雅則	松本市島立



1/2PM4:00、ゴーキヨピーク5360mに全員見事登頂。後方にエベレストを眺望する。

MHC 創立 25 周年事業

報告概要書

松本カトマンズ姉妹都市提携 25 周年記念

岳都カトマンズ訪問と 花のエベレスト撮影紀行Ⅳ

コンデリを背景にエベレスト街道を行く 撮影 鈴木 雅則

主 催 NPO 法人 松本ヒマラヤ友好会(MHC)

事務局 松本市島立 4539-7 TEL47-6197 FAX47-5685

E-mail : mhc@lily.ocn.ne.jp <http://www1.ocn.ne.jp/~mhfc/>

後 援 松本市 松本市教育委員会 松本市海外都市交流委員会

信濃毎日新聞社 朝日新聞松本支局 每日新聞松本支局 読売新聞松本支局 産経新聞長野支局 中日新聞社
市民タイムス 長野日報社 松本タウン情報 NBS 長野放送 TSB テレビ信州 abn 長野朝日放送 テレビ松本ケーブルビジョン FM 長野 長野県写真連盟(写真展のみ NHK 長野支局 SBC 信越放送)

MHC創立25周年記念事業

**松本市カトマンズ市姉妹提携25周年記念
岳都カトマンズ訪問と花のエベレスト撮影紀行Ⅳ10日間**

月日曜	発着地名	時刻	交通	スケジュール（食事）	宿泊	
01 4/24 (木)	東京（成田） 香港 香港 カトマンズ	発 着 発 着	10:50 14:45 17:35 22:00	CX501 KA192	AM4:00松本を貸し切りバスで出発、成田へ 午前、東京（成田）発、キャセイ航空にて香港へ。 着後、ドラゴン航空に乗り継いでカトマンズへ。 着後、現地係員及びカトマンズ市の出迎を受けて 市内のホテルへ。	ホテル
02 4/25 (金)	カトマンズ	滞在			カトマンズ市役所へ表敬訪問を行う。副市長が出 迎える。終日カトマンズ市内観光。夜、カトマン ズ市主催の交流会を開催。	ホテル
03 4/26 (土)	カトマンズ ルクラ パクディン	発 着/発 着	朝 午前 午後	航空機 徒歩約 4時間	朝、空路、ルクラ（2,860m）へ。着後、シェルパ、 ポーター達と合流しトレッキング開始。ドゥー ドウコシ谷沿いの道をパクディン（2,620m）へ。	パグ ディン
04 4/27 (日)	パクディン ナムチエ	発 着	朝 午後	徒歩約 8時間	谷沿いの道をジョサレへと辿り、エベレスト（サ ガルマータ）国立公園の入園手続き後、高度差 600mの坂をゆっくりシェルパの里ナムチエ (3,440m)へと登ります。	ナム チエ
05 4/28 (月)	ナムチエ クムジュン	発 着	朝 午後	徒歩約 3時間	山の斜面をゆっくり300m登り、エベレストビュー ホテルを経て、クムジュン3790mへ。午後クムジ ュン校を訪問し、MHC学生寮、他施設を視察、又校長、 学生らと交流。	クム ジュン
06 4/29 (火)	クムジュン ナムチエ	発 着	朝 午後	徒歩約 4時間	エベレスト展望を楽しみ、クムジュン周辺を散策 ハイキング。午後、展望を楽しみながらナムチエ へ	ナム チエ
07 4/30 (水)	ナムチエ ルクラ	発 着	朝 午後	徒歩約 9時間	朝、ナムチエを出発、600m下山しジョサレ、モン ジョを経由し、パグディンを通過してルクラへ サヨナラパーティー開催	ルクラ
08 5/01 (木)	ルクラ カトマンズ	発 着	朝 午前	航空機	朝、ルクラからの国内定期便欠航の為、ル克拉泊 とする。急遽、ヘリコプターを依頼。	ホテル
09 5/02 (金)	カトマンズ	発	23:00	KA191	AM8:00ヘリコプター飛来、2機でカトマンズへ。 昼食後、タメールで買い物。 夜、カトマンズ市長、副市長同席して、報告会、 MHC短期大学奨学生らと激励会開催 その後、カトマンズ発、ドラゴン航空にて香港へ。	機中泊
10 5/03 (土)	香港 香港 東京（成田）	着 発 着	07:30 09:10 14:40	CX504	深夜、キャセイ航空にて香港発。午後、東京（成 田空港）着。 ジャンボタクシー会社 で中型バスを用意し、夜、 松本へ帰還。	各自宅

概要報告書

「岳都カトマンズ訪問&花のエベレスト撮影紀行IV」は、2014年4月24日～2014年5月3日までの日程で松本市民を始めとする参加者7名とカトマンズ在住のネパール人2名を加えた総勢9名により実施致しました。

参加者一行は、4/24 松本を朝早く発ち、成田空港から香港を経由し、その夜現地時間 PM10:00 にカトマンズ空港へ到着する。この夜カトマンズホテル泊。

4/25AM9:30、カトマンズ市役所を表敬訪問。サンタラム・ポハレル、カトマンズ市副行政長官らが、私達一行を出迎えていただきました。MHC 鈴木理事長より、菅谷昭松本市長のメッセージを手渡し、又姉妹提携25周年の記念挨拶もさせて頂きました。カトマンズ副行政長官からも、末永い交流発展を願う、スピーチを頂きました。



4/25 カトマンズ市へ表敬訪問

タレジュ寺院とカトマンズ旧王宮

仏教寺院スワヤンブナート

この後、2000年の歴史を持つ仏教寺院スワヤンブナート、15Cから20Cまで使用されていた旧王宮ハヌマンドカ、そしてパタンの旧王宮前広場を訪ね歩き、世界文化遺産の遺跡や建物群を探訪。人々の生活に厚い信仰が深く関わっていることを、あらためて知ることとなりました。夜、カトマンズ市役所主催の歓迎会が、ネパール音楽の流れるレストランで開催され、今後の交流も話題となりました。

4/26 カトマンズから定期便でエベレスト山麓のルクラへ飛び、ル克拉からは、シェルパ3人とポーター6人と共に、エベレスト街道を登り4時間でパグディン泊。4/27、8時間をかけ、途中600mの高度差の急坂を登り、標高3440mのナムチエバザール泊。4/28、2時間程で標高3790mクムジュン村に到着。午後、ヒラースクール・クムジュン校を訪問し、MHCの建設した学生寮などを視察しながら、マヘンドラ・カセット前校長先生ら、学校関係者と学生らとも交流。その際、安曇野市穂高北小学校の児童会、PTAが集めた文具を持参し、クムジュン学校へ引き渡しを行いました。この日クムジュン泊。



ネパール国家ラリーグラス咲くナムチエ コンデリを望み、クムジュンへ。クムジュン校訪問、文具も引渡す

4/29、早朝クムジュンからエベレストビューホテルの丘3870mに登り、展望を楽しむ。天候は毎日朝は晴れているが、午前中から雲が湧き、思ったような展望が得られない為、朝食前の早朝に決行。朝靄の中の、エベレスト、ローツェを望む。この日午後ナムチエバザールへ下山し、泊す。

2014.4/28~4/29 ヒラリースクール・クムジュン校の様子



クンビーラ 5761mの麓に広がるクムジュン村と広い校庭のあるクムジュン校



写真下半分にクムジュンの校舎が建ち並ぶ。



ここは標高 3790m、荷を担うヤクも闊歩する



校庭の壁にチベット仏教の經典が刻まれたマニ石が並ぶ



校庭内部、校長室左と MHC 建設の学生寮右



4/28PM2:00、校長室で穂高北小の文具を引き渡す。
その際、児童会長の手紙を読み上げる。



小学高学年生を集め、MHCへのお礼と交流の意義をマ
ヘンドラ前校長が演説する



我々一行に、お礼と敬意を表すカタが架けられる
カタは絹で作られた白い布。



MHC 鈴木理事長も、勉強の大切なこと、特に民族の誇
りを持って、社会で強く生きてほしいとスピーチする



松本ヒマラヤ友好会が建てた MHC 学生寮内部の様子



2008 年亡くなられた、クムジュン校を創設した、エベレ
ス初登頂者エドモンドヒラリーの影像と MHC 学生寮左



雪煙飛翔するエベレスト 8848m左



アマダ布拉ム 6812m



カンテガ 6799mとタムセルク 6623m右

4/30、AM7 時前にナムチェバザールを発ち、一路ルクラへ下山。パグディンからは、長い登りが続き、PM4：30 ようやくルクラへ到着。PM5：00 ホテル到着、泊す。シェルパー、ポーターにチップを渡す。ポーター6人とは、ここでお別れとなった。

5/1、朝早くから、ルクラーカトマンズ間の定期便の手続きを進める。私達は12番目となった。しかし、天候が思わしくなく、昼まで待機したが10便まで飛来し、後は欠航決定。今日は30便まで予約されていたという。明日の定期便搭乗も不確かというのが、確かなようだ。急遽、連絡を取り合い思案し、カトマンズからヘリコプター2機を呼ぶことを決定する。

5/2、AM8:00 ルクラへヘリコプターが轟音を鳴らせて飛来し、5人が乗り込む。後の4人も2番機に乗り込んだようだ。飛来と共に操縦席に雨が吹き付ける。今日は定期便も欠航し、ヘリコプターも、我々の2機で中止のようだ。雨の中、1機目は小1時間で、2機目は1時間半程でカトマンズ空港へ到着する。



ナムチェバザールとコンデリ 6187m



ナムチェへの急坂を荷を担って登る



晩さん会での出席者記念撮影

午後昼食後、タメールの街でおみやげ品などを買い物をする。PM6：30 今回の現地旅行会社エイジアントレッキング主催の晩さん会に出席。カトマンズの短期大学に通学する、MHC 奨学生12名の内8名、パサンダワ奨学生事務局長、シャンカール・キャンディール MHC 支部長、サンタラム・ポハレル、カトマンズ市副行政長官、大衆歌手スンダリ・ミカさんらも出席して開催。激励と交流会はPM8：30まで盛り上がり、皆の再開を約して終了した。

私達7名は、会場から直接にカトマンズ空港へ直行し、出国手続きをして、深夜の便に乗り込み、香港経由で、成田空港へ5/3、PM2：40に到着。空港からは待機していた、ジャンボタクシーなどで各人、この日の夜までに無事帰宅する。

参加者は、素晴らしい思い出と共に、松本市と共に「山と美しい自然」を控えた岳都交流と姉妹都市交流の責任も果して参りました。

「岳都カトマンズ訪問と花のエベレスト撮影紀行IV」責任者

NPO 法人松本ヒマラヤ友好会 理事長 鈴木 雅則

花咲くエベレスト街道・クーンブヒマール山群ー3



エベレスト街道ナムチェバザールに咲く、ネパール国家ラリーグラス。背景はクスムカングルー6367m



朝のエベレスト街道ナムチェバザールとコンデリ 6186m

ナムチェバザール村の仏塔・ゴンパ。クーンブヒマール山群-5



ナムチェバザール 3446mに建つチョルテン(仏塔)とコンデリ 6186m



ナムチェバザールに建つ白壁のゴンパ(寺)右とコンデリ 6186m

MHC創立25周年記念事業
 松本市カトマンズ市姉妹提携25周年記念
岳都カトマンズ訪問と花のエベレスト撮影紀行Ⅳ
 参加者名簿

	参加者氏名	住 所
1	オオシオ 大塩 ヤスコ 泰子	安曇野市穂高有明
2	ハヤシ 林 リョウイチ 良一	松本市蟻ヶ崎
3	ハヤシ 林 カズコ 和子	松本市蟻ヶ崎
4	キダ 木田 サカエ 菜	松本市中山台
5	ウンノ 海野 ヤスコ 靖子	長野市若槻東条
6	アンドラ シュレスタ <i>Andolan Shrestha</i>	ネパール・カトマンズ
7	アバシュ ポハレル <i>Abhash Pokharel</i>	ネパール・カトマンズ
8	スズキ 鈴木 雅則	松本市島立



エベレスト展望を背景に、ビューホテルテラスで全員で記念撮影。

2000 年 4~5 月、松本市カトマンズ市の岳都姉妹都市交流として、クーンブヒマール・メラピーク 6476mのヒマラヤ登山を実施。



メラピーク 6473m頂上直下の登攀。斜度 50 度の雪急斜面を登る。後方奥のピークは、マカルー8463m



メラピーク 6476m登山には、日本で登山準備をして、松本市民ら 16 名が挑戦。13 名が見事登頂する。松本市民ら 16 名が参加し、5/6、13 名が見事登頂する。岳都交流市民登山の快挙となった。



2000年4~5月、松本市カトマンズ市の岳都姉妹都市交流として、クーンブルー・メラピーク 6476mのヒマラヤ登山を実施。松本市民ら 16名が参加し、5/6、13名が見事登頂する。月刊山岳誌「山と渓谷」において、岳都交流市民登山の快挙として全国に伝えられる。



カトマンズへ帰還すると、スタピット市長(当時)より、登頂祝賀会を市長公邸で開催。豪勢な食事が用意され、市長のご家族、マイナリ副市長も同席し、私たちにご祝辞をいただきました。

略地図



松本市カトマンズ市姉妹提携 15 周年記念

MHC2004 年度山岳スポーツ振興事業

アイランドピーク(6160m)登頂ヒマラヤ登山 20 日間 報告書(概略)

2004 年 4 月 24 日(土)~5 月 13 日(水)

主催：特定非営利活動(NPO)法人 松本ヒマラヤ友好会

後援：長野県・松本市・松本市教育委員会



2004 年 5 月 3 日 AM9 : 50 アイランドピーク(6160m)に登頂成功



5900m付近から望むアイランドピーク



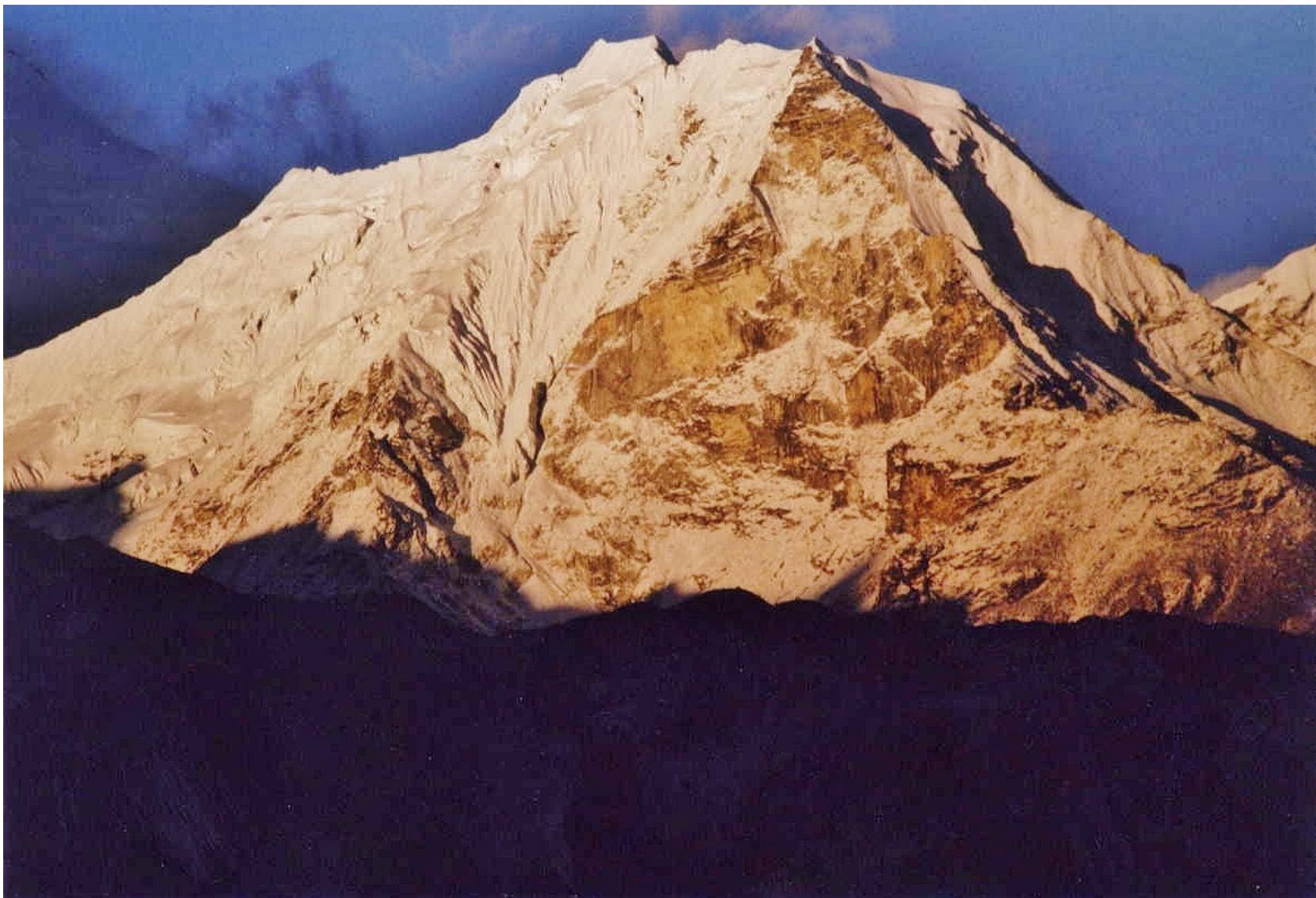
Fixザイル 5 本を使用、70 度の斜面を登攀する

《NPO法人 松本ヒマラヤ友好会》
アイランドピーク(6,160m)登頂 20日間

改良報告版

	月 日曜	発 着 地 名	時 刻	交 通	摘 要 (食事)	(食) 宿 泊	
01	4/24(土)	名古屋 香 港	発 着	10:00 13:05	CX533 松本から貸切バス、名古屋発、キャセイ航空にて、空路、香港へ。飛行機遅れの為香港空港内泊。予定変更、上海経由でカトマンズへ	空港泊	
02	4/25(日)	香 港 上 海 カトマンズ	発 着発 着	深夜 早朝	急遽、 航空機 変更	本校空港内の椅子で就寝、航空会社から昼食配布変更して、香港から上海へ、深夜、上海からロイヤルネパール航空でカトマンズへ。	ホテル 滞在
03	4/26(月)	カトマンズ ルクラ	発 着	5:00 昼 夕 刻	国内 定期便	カトマンズは2時間の滞在のみで空路ルクラへ飛ぶ。この日ルクラ・ロッヂ泊。その為市長表敬訪問、観光、市民交流は全て中止する	ルクラ
04	4/27(火)	ルクラ パグディン モンジョ	発 着 経由	早朝 午 後	徒歩約 6時間	待機していた、シェルパ、ポーター達と合流し、トレッキング開始。ドウードコシ沿いのパグディン(2,652m)で昼食、モンジョで泊。	モンジョ
05	4/28(水)	モンジョ ナムチエ サーナサ	発 着 経由		徒歩約 6時間	モンジョ出口のジュサレで入園許可証チェック。600m高度差のナムチエで昼食。ほぼ平坦道をエベレスト街道をサーナサへ	サーナサ
06	4/29(木)	サーナサ タンボチエ パンボチエ	発 着 経由	午 前 午 後	徒歩約 6時間	サーナサからプンキタンガへ、高度差600mの坂をゆっくり登りタンボチエ(3,870m)昼食。その後最奥の村パンボチエ(3,980m)へ	パンボチエ
07	4/30(金)	パンボチエ ディンボチエ	発 着	午 前 午 後	徒歩約 4時間	イムジャコーラ沿いのなだらかな坂道を進み、ディンボチエ4343mへ。	ディンボチエ
08	5/01(土)	ディンボチエ チュクン	発 着	午前	徒歩約 3時間	アマダブラムやローツェを眺めながら、なだらかな谷を登りつめチュクンへ、泊する。近くの山腹でザイル操作訓練	チュクン
09	5/02(日)	チュクン 発BC	着	午前	徒歩	アイランドピークBC5050mへ。徒歩3時間	BCテント
10	5/03(月)	アイランドピークBC アイランドピークBC	発 着	深夜 夕方	登攀 約15時間	変わりやすい天候を考え一気に頂上を目指すAM1:00出発。AM6:00ハイキャンプからザイルを結ぶ。6160m頂上まで50mのフィックスザイル5本使用。 AM9:50 登頂成功 。1時間後、懸垂下降で下山。PM4:00ベースキャンプへ	BC テント
11	5/04(火)	BC 発ディンボチエ	着		5時間	アイランドBCから下山、一気にディンボチエ	ディンボチエ
12	5/05(水)	ディンボチエ タンボチエ	発 着		徒歩約 6時間	ディンボチエ4343mから、長い道のりパンボチエを経由してタンボチエ3767mへ	タンボチエ
13	5/06(木)	タンボチエ クムジュン	発 着		徒歩約 5時間	クムジュン校訪問。貯水槽、学生寮、食堂、台所、授業風景を視察。学生寮運営の意見交換。	クムジュン
14	5/07(金)	クムジュン パグディン	発 着	午 前 昼	徒歩約 6時間	クムジュンからナムチエ、モンジョ、を経由して、ドウードコシ沿いの道を急ぎ足で下山。	パグディン
15	5/08(土)	パグディン ルクラ	発 着		徒歩約 4時間	緩やかな傾斜の登りが続き、ルクラに到着。。定期便の座席確保を交渉する。	ルクラ
16	5/09(日)	ルクラ発カトマンズ	着		定期便	濃霧の中、空路カトマンズへ、ホテルで休憩	ホテル
17	5/10(月)	カトマンズ	滞 在	午 前 昼		力市長から面会求められ、力市長より登頂成功の祝辞を頂く。夜MHC奨学生らを激励	ホテル
18	5/11(火)	カトマンズ	滞 在	23:45		ゼネスト中だったが力武道館を訪問 建物の様子と使用状況確認	ホテル
19	5/12(水)	カトマンズ滞在		3:30	RA411	PM3:00日本大使館訪問、MHC学生寮状況報告 深夜、カトマンズ発。ロイヤルネパール航空。	機内
20	5/13(木)	関西国際空港	着	15:30		上海経由して、PM3:30関西国際空港着、 PM9:30貸切バスで松本着、	各自宅へ

アイランドピークの登攀



夕焼に染まるアイランドピーク 6160m



参加者大平信一氏の、頂上直下 6000m付近から、雪壁斜度 80 度の、懸垂下降

- 4・24 松本発－(貸切バス)－名古屋空港－空路－香港着（飛行機の遅れの為、香港泊）
 25 香港－(飛行機変更により)空路－深夜上海－早朝カトマンズへ
 26 早朝 AM5:00、カトマンズ着。市内には2時間の滞在のみ。キャンデール国際部長にホテルへ訪問してもらい、松本市からの柔道着8着をカトマンズ市役所へ寄贈・・翌日武道館の管理者白井氏へ渡される。
 AM10:00 カトマンズからエベレスト街道の玄関口ルクラ(2870m)へ飛ぶ。ルクラのロッヂで疲れた体をようやく休める事が出来た。ルクラ泊。
- 27 トレッキングキャラバン開始。サーダー1名（アン・ギャルブ 26才）、クライミング・シェルパ2名、シェルパ4名、キッチンボーイ5名、キッチンコック1名、ポーター17名、ゾッキヨ（ヤクに似た動物）4頭、ゾッキヨを操る人2名、参加者8名、合計40名の大部隊で出発。山村風景が広がる山道を歩き、パグディン(2652m)で昼食、午後ドゥードコシ川に架かる吊橋を幾つか渡り樹林帯を抜け、陽が傾く夕刻、リンゴの木70本が植樹されているモンジョ(2850m)に泊する。



トレッキングキャラバンを開始



ラリーグラスが咲くタンボチエの丘

- 28 モンジョ村出口のジョサレで国立公園内入山の許可証チェックを受け、ドゥードコシ川沿いに進み、いよいよ標高差600mのナムチェバザールへの登りにかかる。高山病を懸念して、ゆっくり登る。ナムチェのラクパテンジン宅で昼食。ラクパテンジンは、1972年RCC同人の加藤保男氏のエベレスト登頂、最近では、三浦雄一郎氏のエベレスト登頂を助け、サーダーを務めた人だ。午後雲が湧き、展望の効かない街道を2時間登り、赤、白のラリーグラスが咲くサーナサ(3700m)に泊る。
- 29 サーナサから山腹をぐんぐん下り、テシンガを経て、吊橋を渡るとパンキタンガ(3190m)に辿り着く。ここからネパールの国花、赤いラリーグラスが群咲く樹林帯の急坂約600mを登る。見上げると白襞が輝くタムセルク(6623m)、豪快なカンテガ(6799m)が雲間に望まれ、圧倒されるようだ。ようやく大きなゴンパ(寺院)の建つタンボチエ(3867m)に到着、昼食とする。午後、2時間の登りで放牧地のカルカが広がるパンボチエ下村(3950m)に到着、泊する。夕方、ローク(8516m)とヌプチエ(7855m)の切り立った稜線上に、夕陽を浴びた世界最高峰エベレストの威容が、その姿を現した。前衛の白い先峰群を従え、まるで王者のように堂々と聳えている。皆、見惚れるように眺め、写真のシャッターを切った。
- 30 パンボチエ下村から山腹を登り、イムジャコーラ川を右下に見て丘陵を進むと、カルカが広がるディンボチエ(4343m)に到着、泊する。午後高度順応の為、近くの小高い丘を4700mまで登る。夕方、目指すアイランドピークに陽が輝き、天候の回復を予感させた。
- 5・1 天気は次第に回復傾向。ディンボチエから、約3時間の登りでチュクン(4730m)に到着、泊する。2人のクライミングシェルパと合流する。アイランドピークに

ザイルをフィックスして来たという。午後近くの岩場の斜面で、ユマール、エイトカンを使用してザイルワークの訓練をする。風が強く、雲の流れが早い。



4900m付近いよいよベースキャンプへ 5900m付近から望むアイランドピーク 6160m

- 2 天気は良好。チュクンから約4時間の登りでベースキャンプ(5050m)に到着。テントを設営する。午後、靴とアイゼンの装着具合をチェック。プレモンスーンの気まぐれな天気の変化を懸念して、明日夜中AM1:00に出発して、一気に頂上を目指す事とする。頂上までの登山と下山に耐えられるアタックメンバーを決める事とする。金子茂夫、中川善雄、松岡いつ子隊員の3名は高山病を懸念して、翌日の朝食後下山と決める。
- 3 ベースキャンプを月明かりを頼りにAM1:00出発。サーダー1名、クライミング・シェルパ2名、鈴木隊長、大平信一、高橋正幸、山田美知子、渡辺博、計8名でアタック開始。登り続ける体が凍てつくように寒い。AM4:00夜がしらみ、次第に周囲の白い先峰にオレンジ色の朝陽が輝き始める。

AM6:00頃、氷雪した岩場を登りつめ、5850mあたりで紅茶を飲んで一服。ハーネス、アイゼンを装着し、クレパスを避けながら雪の斜面を登る。5950mから山頂6160mまでの約70~80度の雪壁に50mのフィックスザイル5本を頼りに頂上を目指す。空気が薄い所での作業は、なかなか困難である。



斜度70度の雪壁を登攀し、6050mの稜線に登り出る。ピーカーの頂を目指して登攀をする。

ユマールを使用し、長さ100m斜度70度の雪壁を登り、6050mからは雪のナイフリッジを進む。更にはほぼ80度の切れ落ちた雪壁を40mほど登り、ナイフリッジに登り出て45度の斜面を50m登りつめるとそこが頂上であった。

AM9:50 アイランドピーク(6160m)登頂成功。クライミング・シェルパ2名、鈴木隊長、大平信一、山田美知子、5名がまず登頂し。渡辺博隊員は、疲れ気味、サーダーに荷を持ってもらい、後方から押し上げてもらって1時間遅れで、サー

ダーと共に登頂。計 7 名が登頂に成功する。高橋隊員は一時行方不明となつたが、6050m のナイフリッジで待機している事が判明。ひと安心する。どうやら雪壁の長さと急斜面の角度に登る気力が畏縮してしまつたようだ。ピークからの展望は、白く切れ立つたまさに神々の峰々が、連なりあって目の前に迫つて見える。ローツェ(8516m)、マカルー(8463m)、チョー・オユー(8201m)の巨人も手の届くほど近くに聳えていた。



アイランドピーク 6160m 頂上直下のナイフリッジ



アイランドピークに登頂成功

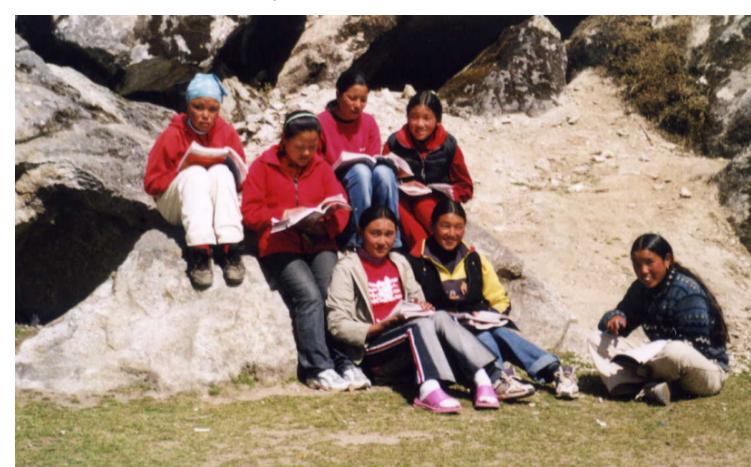
頂上に 1 時間ほど留まり、下山を開始する。登頂に時間がかかったため、風が出て、フィックスザイルが縄跳びのように大きく振れ、舞つてゐる。頂上からの下りは、このザイルを使ひ、懸垂下降でクレパスに落ちないように、また器具が外れないように注意しながら 200m を一気に滑り降りる。何とか全員 6050m のナイフリッジに辿り着き、5850m で全員合流する。装備を取り外し、身軽になつて岩場を慎重に降りる。全員疲労が濃く、20 分～30 分歩いては一休みを繰り返す。PM4 : 00、ようやく 5050m のベースキャンプ到着、テントに入り込み、疲れた体を休める。

- 5・4 ベースキャンプからディンボチエ
- 5・5 ディンボチエからタンボチエ
- 5・6 タンボチエからクムジュン村へ向かい、ヒラリースクール・クムジュン校訪問。松本ヒマラヤ友好会と日本外務省で資金援助をして建設された学生寮、食堂、台所等と 600m 引き込んだ水道の貯水槽を全員で視察。また授業風景も訪ねる。先生達と学生寮の運営状況や今後の事業についても意見交換をし、大変、有意義な交流が出来た。
- 5・7 朝の寮での朝食風景も監察、台所も整頓され、電気コンロで調理する為、清潔に使用されている事にあらためて感心される。

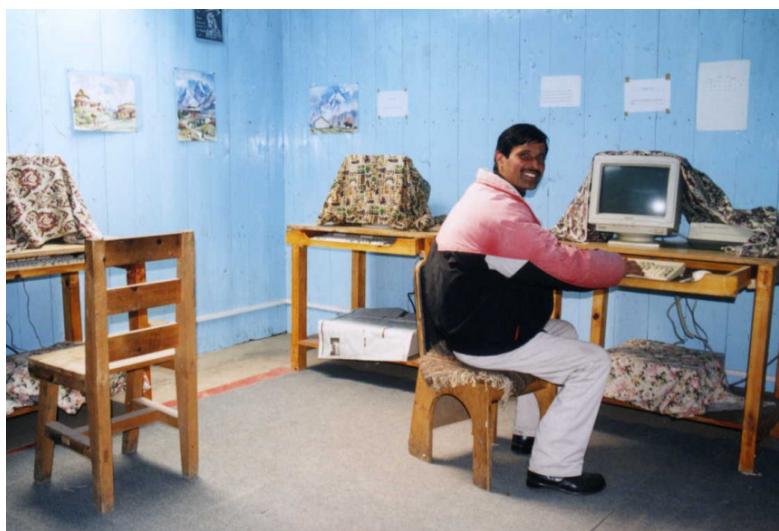
後日 5・12 日本大使館訪問の際、大使館職員から「クムジュン校は、大学入試と同じ扱いを受ける SLC(卒業試験成績)が、地方としては最優秀の成績を修めている」と把握されており、今回訪問してみると、厳しいながらも良好な教育環境、生活環境が、良い成績へと反映されていると思われた。



クムジュン校新学生寮の前で、入寮学生達と記念撮影



クムジュン校の女子学生達



クムジュン校のコンピューター室



クムジュン校の運営・建設委員のペンバツェリンと懇談

- 5・7 クムジュンからパグディン
- 5・8 パグディンからルクラ
- 5・9 ルクラから、厚い雲の中、空路エアーポケットに悩まされ、カトマンズに帰還。汚れた体をホテルの湯で洗い流す。午後、気持を新たにして、スワヤンブナートや旧市街地を散歩する。
- 5・10 AM8:30~9:00 参加者全員で**カトマンズ市長から面会の要望を受け、謹慎中の市長を表敬訪問**。元気な姿の市長から歓迎を受ける。挨拶の後、エベレスト等の登山交流について新提案を受ける。新提案を松本に持ち帰り、人員、予算、日程等議論をして、返答をする事とする



朝のお祈りの時間にケシャブスタピット市長を表敬訪問 カトマンズ市新庁舎を訪問

午前と午後バスを貸切り、参加者はカトマンズの世界文化遺産、ボドナート、パシュパティナートの宗教建造物、いにしえのカトマンズを彷彿させる古都バクタプールの街を探訪する。

夕方、松本ヒマラヤ友好会の**国際協力事業基金から奨学生を支給しているカトマンズの短期大学生(年間10人)**とタメールのレストランで交流会を行なう。奨学生の学生生活の現況や将来の希望を語り合う。奨学生の値上げも検討された。

出席してくれた奨学生



ツェリン・ユティン



ツェリン・オング



ペンバ・ヌル



ペマ・シェルパ



アン・ヌル

アン・ダワ



ミグナ・ツエリン



大河原由紀子
カ支部長



金事務局長

パサン・ダワ奨学

勤勉な彼等が、ネパールの各地域の将来を担つていくでしょう

5・11 5/11~12 の 2 日間、カトマンズでゼネストが決行され、車両通行止めとなり、外出禁止となる。しかし、早朝 AM6:00~8:30 参加者全員で柔道、剣道を練習している武道館を訪問。もちろん今日は使用されていなかったが、管理を担当しているジャイカのシニアボランティアの白井氏より建物の様子と使用状況の説明を受ける。

5・12 PM3:00 参加者全員でネパールの日本大使館、鳥取さんを訪問。松本ヒマラヤ友好会が日本外務省と共に建設したクムジュン校学生寮についての現在の運営状況を説明、今後も連絡を取り合う事とした。クムジュン校の学生寮は、日本大使館では、優良プロジェクトとして位置づけられていた。



カトマンズ武道館を訪問 管理を担当するジャイカのシニアボランティア白井氏から説明を受ける

5・13 AM3:30 カトマンズを離陸。上海を経て関西空港へ飛ぶ。

PM3:30 雨の関西空港へ無事(!)到着、貸切バスで松本へ

PM9:30 家族が出迎える松本へ到着。主催者、鈴木理事長の挨拶。「長い日程について皆様にご心配お掛けいたしましたが、全員無事で帰還することが出来ました。そして目的のアイランドピークの登頂も果たし、MHC の国際協力事業を視察し、貴重なネパールの人々との国際交流も進めることができました。またカトマンズ市と松本市の姉妹都市交流の責任も、充分果たして来る事が出来ました。皆さんのご理解ご協力に感謝申し上げます。」

☆今回の事業を実施するにあたり、ご支援、ご協力頂いた皆様にあらためて感謝申し上げます。

※アイランドピークは、今シーズン 5 団体が登頂、MHC はその内の 1 団体である。

シーズン中 30~40 人が登頂するが、冬期(12~2 月)は数名しか登頂することができない困難なピークである。

平成 16 年 5 月 17 日

各 位

特定非営利活動(NPO)法人 松本ヒマラヤ友好会

理事長 鈴木 雅則

松本市カトマンズ市姉妹提携 15 周年記念
アイランドピーク(6160m)登頂ヒマラヤ登山参加者名簿
2004 年 4 月 24 日(土)～5 月 12 日(水)

	氏 名	住 所	備考
1	山田美知子 (医療担当)	東筑摩郡山形村	
2	松岡いつ子	南安曇郡堀金村鳥川	
3	金子 茂夫	長野市平柴台	
4	大平 信一	木曾郡上松町荻原	
5	中川 善雄	名古屋市守山区八剣	
6	高橋 正幸	松本市北深志	
7	渡辺 博 (記録)	松本市里山辺	
8	鈴木 雅則 (隊長)	松本市大字島立	



王国政治が混乱して内乱となるなか、自ら謹慎中(中央がスピット市長当時)であったが、エベレスト山麓からカトマンズへ私たちが帰還すると、面会を求められ、訪問すると、登頂のお祝いのお言葉をいただきました。姉妹都市交流の為、ご尽力していただいたことに、あらためて感謝申し上げます。

写真展開催

報告書

日本・ネパール国交 60 周年記念事業・MHC 松本カトマンズ姉妹都市交流事業

松本ヒマラヤ友好会山岳写真展 -カトマンズ・ヒマラヤ編-

会場 井上デパート本店 7階催事場大ホール

期日 H.28.10/13(木)～10/16(日)AM10:00～PM7:00
(最終日 PM5:00まで)

事業報告とその参加者及び一般公募作品による写真展

審査員 山岳写真家 内田良平

バクタプールにて 撮影 鈴木 雅則

主催 NPO 法人 松本ヒマラヤ友好会《MHC》 <http://www1.ocn.ne.jp/~mhfc/>

事務局 松本市島立 4539-7 TEL47-6197 FAX47-5685 E-mail : mhc@lily.ocn.ne.jp

後援 外務省 在日ネパール大使館 (公益) 日本ネパール協会

松本市 松本市教育委員会 松本市海外都市交流委員会

信濃毎日新聞社 朝日新聞松本支局 每日新聞松本支局 読売新聞松本支局 産経新聞長野支局 中日新聞社 市民タイムス 長野日報社 松本平タウン情報 NBS 長野放送 TSB テレビ信州 abn 長野朝日放送 長野県写真連盟



写 真 総 評

応募作品各賞審査員
山岳写真家 内田良平氏



今回、日ネ国交 60 周年記念事業の一環としての、「松本ヒマラヤ友好会山岳写真展—カトマンズ・ヒマラヤ編—」の写真展に、115 点の作品が応募されました。そのうちから佳作 70 点を展示することにし、さらにその中から、ネパール大使賞、カトマンズ市長賞、松本市長賞をはじめ、各新聞社賞など 14 点の優秀な作品を選定致しました。

各賞に選ばれた作品は、展示作品にそれぞれ添付されております。

ただ多くの方に賞をさし上げたいとの思いで各賞作品は、一人の方がダブらないようにしました。一人の方の作品に、何点も賞に入るほどの作品もありましたが、申し訳ありませんが割愛させて頂きました。

今回応募された作品は、作品のグレードは高く、世界最高峰のエベレストをはじめとした高峰群の雄大さ、華麗さ、神秘性などなど、素晴らしい表現されており、一方、カトマンズの市街写真は、生活模様にあふれ、庶民の暮らしぶりや、何よりもすばらしい笑顔の作品が多く、力強く生きている人々の作品が多くみられました。

作品一枚一枚を、じっくり鑑賞していただければ、『ネパール』のすばらしさが、感じられてくると思います。

内田良平氏プロフィール

日本を代表する山岳写真家。1936 年横浜市生まれ。主な作品に「エベレスト街道」「カトマンズ百景」「アンナプルナ周遊」「ヒマラヤ巨峰 14 座と高峰」「上高地」「日本百名山」「ヒマラヤ百花」「ヒマラヤ 50 嶺・岩雪氷雲そして光」など多数。日本山岳写真集団同人、ベルニナ山岳会会員、日本山岳会会員

☆上記総評は、病魔と闘いながら、内田さんが全ての応募作品を、部屋中に並べ審査し、評価した内容を、自身がまとめられたものです。

※この度の応募作品を審査していただいた、日本を代表する山岳写真家内田良平さんは、2019 年 7 月 1 日にご逝去されました。ヒマラヤの景観を撮影して、ネパール、パキスタン、アフガニスタンそして中国を巡ること 45 年以上、ついに、膝、腰を痛め、体調を崩し、再起を目指し苦闘していましたが、力尽き、惜しまれながらお亡くなりになりました。享年 83 歳でした。

2019 年の春、MHC 登山講習の写真指導として、上高地の写真教室が開催できなかったことを気にかけられ、回復を待って、2019 年秋に写真教室の開催計画を話し合っておりました。残念です。ご冥福をお祈り申し上げます。そして、内田さん指導の元、MHC で編集したこの小冊子「ヒマラヤの青い空とカトマンズ」を内田良平さんに奉げたいと存じます。天国で笑われているかもしれませんね

感謝を込めて、合掌『ありがとうございました。・・』

日本ネパール国交 60 周年記念事業、MHC 松本カトマンズ姉妹都市提携 27 周年記念事業
「松本ヒマラヤ友好会山岳写真展—カトマンズ・ヒマラヤ編—」応募作品の表彰作品
— 会場 井上デパート本店 7 階 期日 平成 28 年 10 月 13 日(木)～10 月 16 日(日) —
期間中「岳都カトマンズとエベレスト撮影紀行VI」の事業報告写真等 140 点、応募作品 70 点が展示されました。

ネパール大使賞

夕闇迫る夢の山嶺
向井 茂



カトマンズ市長賞



雲間から姿を現したエベレスト

丸山 清榮

松本市長賞



神々しい夕照のローツェ

市川 浩章

松本商工会議所会頭賞



世界で一番高い景色

(公益) 日本ネパール協会賞



百瀬 浩

アイランドピーク 6160m頂上直下の登攀

渡邊 博

出 展 作 品 敬称略			
作品番号	題 名	出品者氏名	住所
信濃毎日新聞社賞	午後の陽に輝くギャチュンカン ローツェ南壁 被災復興するバクタプール 被災を逃れたニュタポラ寺院	河西 靖男 同 上 同 上 同 上	松本市寿北
	タムセルク ナムチエバザール	小松 貞一 同 上	松本市芳野
市民タイムス賞	出発前の準備 雪の中のヤク	中山 賢次 同 上	中野市間山
松本市長賞	神々しい夕照のローツェ	市川 浩章	松本市寿北
	コンデリ山塊とナムチエの村 エベレスト街道パノラマ景観 夕陽に燃える8000m三山 雲間から姿を現したエベレスト	丸山 清榮 同 上 同 上 同 上	松本市蟻ヶ崎
カトマンズ市長賞			
入 賞-III	ブッダ智慧の目 ポルチエ村から見上げる6000級2座 輪廻転生の儀式 アマダブラムとポルツェ村 雲上の世界 トルコ石の女神 黄赤に染まるエベレストとローツェ	宮沢 美幸 同 上 同 上 同 上 同 上 同 上 同 上	安曇野市三郷
	家路	古幡 健夫	松本市里山辺
	ハンプク付近からのマナスル西壁 ビンタンからのパンギ峰 マナスルとパンギ峰	久保 典彦 同 上 同 上	千葉県船橋市
毎日新聞松本支局長賞			
	この車が送迎車です 世界でここだけ、綱引き船よ	汲田 修 同 上	松本市横田
ネパール大使賞	ゴジュンバ冰河とヒマラヤの美峰群 彼方にチョ・オユーを望む 優雅に聳えるアマダブラム-1 夕闇迫る夢の山嶺 シャンボチエの星降る夜明け クムジュン村とヒマラヤの美峰	向井 茂 同 上 同 上 同 上 同 上 同 上	東筑摩郡朝日村
(公益)日本ネパール協会賞	アイランドピーク6160m頂上直下の登攀 6100m、氷壁の懸垂下降	渡邊 博 同 上	松本市里山辺

	題名	出品者氏名	住所
	バザールイモ売り バザールの花売り バザールの野菜売り ヒマラヤ巖 山村の親子 僧侶と子供 美の都パタンの旧王宮前広場 バザールの親子 山村の暮らし	渡邊 博 同 上 同 上 同 上 同 上 同 上 同 上 同 上 同 上	
朝日新聞長野総局長賞	ヒマラヤ アマダブラム	林 幸夫	京都府宇治市
	モン・ラのチョルテン	甕 俊昭	安曇野市穂高
松本商工会議所会頭賞	空撮、ガウリシャンカールの威容 空撮、エベレストの雄姿 世界で一番高い景色 カンテガ上空の彩雲 サランコットから見たマチャプチャレ サランコットより見たアンナプルナⅡ 耕地天空に至る、段々畑	百瀬 浩 同 上 同 上 同 上 同 上 同 上 同 上	松本市筑摩
中日新聞社賞	夜明け前 斜面に暮らす シェアする 街道の土産店	今村 康子 同 上 同 上 同 上	松本市蟻ヶ崎
読売新聞松本支局長賞	エベレスト夕景 ゴーキョピーク ゴジュンバ氷河 コンデリ夜景	大村 裕 同 上 同 上 同 上	伊那市長谷溝口
入賞-I	黄金のエベレスト エベレストビュー 談笑（ほほえみ） 絆	林 良一 同 上 同 上 同 上	松本市蟻ヶ崎
	クスムカングルー西壁 ナムチエの町並 モーン峠よりアマダブラムを望む	中村 治幸 同 上 同 上	安曇野市穂高
入賞-II	柔剣道場落慶記念式典にて、柔道演武 世界遺産の前での母子 地震被害の前の世界遺産	田近 勝之 同 上 同 上	松本市宮淵



信濃毎日新聞社賞

午後の陽に輝くギャチュンカ
ン 河西 靖男



朝日新聞長野総局長賞

ヒマラヤ アマダブラム
林 幸夫

毎日新聞松本支局長賞



マナスルとプンギ峰

久保 典彦

読売新聞松本支局長賞



ゴジュンバ氷河

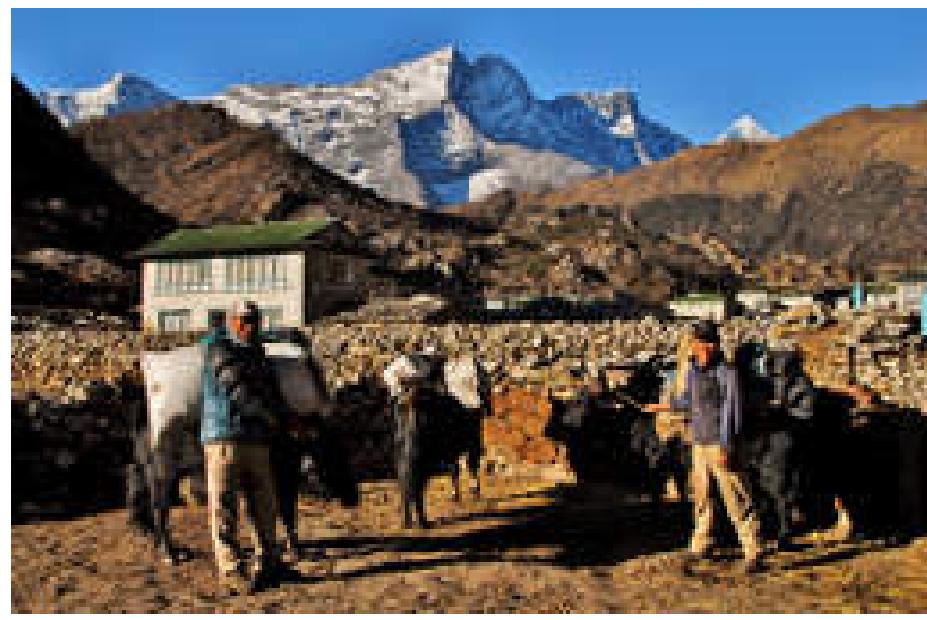
大村 裕

中日新聞社賞



夜明け前

市民タイムス賞



出発前の準備

中山 賢次

入賞 1



談笑（ほほえみ）

林 良一

入賞 2



世界遺産の前での母子

田近 勝之

入賞 3



輪廻転生の儀式

宮沢 美幸

ごあいさつ



NPO 法人松本ヒマラヤ友好会 (MHC) は、1990 年 4 月に任意団体として創立、2000 年 3 月には、特定非営利活動(NPO)法人として認証され、今年度まで 27 年間にわたり、松本市と姉妹都市カトマンズとの文化・芸術交流や、国際協力事業、及び岳都共通の山岳スポーツの振興を図る活動等を積極的に実施して参りました。

この度、「岳都カトマンズとエベレスト撮影紀行VI&報告写真展」について、日本国外務省、及び在日ネパール大使館より、今年は日本とネパール国交 60 周年を迎える為題名を、日本ネパール国交 60 周年記念事業・MHC 松本カトマンズ姉妹都市交流事業—「松本ヒマラヤ友好会山岳写真展」—カトマンズ・ヒマラヤ編—と替え、後援していただことになりました。

エベレスト撮影紀行VIの事業報告とその参加者及び一般公募作品による写真を紹介する写真を展示して、開催する運びとなりました。

この展示会を実施する事で、日本国とネパール、松本市と姉妹都市カトマンズ市との相互理解と交流の発展を心から願っています。



写真展会場 受付

10/15 表彰式開催

写真展表彰者と栄光の表彰授与者記念撮影

平成 28 年 10 月 19 日



特定非営利活動(NPO)法人 松本ヒマラヤ友好会
理事長 鈴木雅則



クムジュン村を闊歩する、荷を担うヤク

撮影 鈴木雅則

ヒマラヤの青い空とカトマンズ-III

撮影 鈴木雅則、他

印刷・製本 NPO 法人松本ヒマラヤ友好会事務局

価格 本体 850 円 + 税