

ヒマラヤの青い空 とカトマンズーIV

～岳都姉妹都市交流 & エベレスト撮影紀行V・VI・松本市カトマンズ市姉妹提
携 30周年記念エベレストパノラマ撮影紀行・同松本
ヒマラヤ友好会山岳写真展-カトマンズ訪問編～



夕照の世界最高峰エベレスト 8848m と 2015.1/4、カラパタール
5545mへ全員登頂、背景にエベレストを望む。 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

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-IV	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. 2014年度事業エベレスト撮影紀行V報告概要	7
5. ③エベレスト撮影紀行VI日程-16日間	
6. 2015年度事業エベレスト撮影紀行VI報告概要	26
7. クーンブヒマール山群-1	47
8. クーンブヒマール山群-前衛の峰-1	48
9. 2019年度事業エベレストパノラマ撮影紀行報告概要	49
10. クーンブヒマール山群-シェルパの家族	60
11. クーンブヒマール山群シェルパの暮らし	61
12. 2019年度松本ヒマラヤ友好会山岳写真展「エベレストパノラマ編」	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、今日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-IV**～岳都姉妹都市交流&エベレスト撮影紀行V・VI・松本市カトマンズ市姉妹提携30周年記念エベレストパノラマ撮影紀行・同松本ヒマラヤ友好会山岳写真展-カトマンズ訪問編～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、そこに住む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、知識を通してみる事が出来ない。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ウム製の小さな校舎を建設。1961 年インド・ダーズ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、パンボチェにも学校を開設。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。

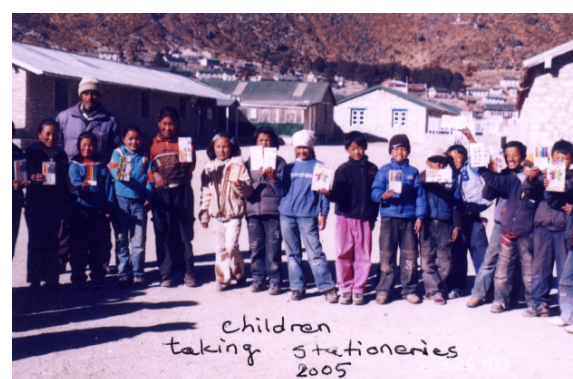
MHCは、NHC国際協力事業基金を設立し、クムジュン校運営委員会と連携し、遠隔地学生のための学生寮建設(2002年7月完成。日本外務省から草の根無償資金援助を受ける)、その後の維持費、卒業後の短期大学生へのMHC奨学金基金の設立とその支援(MHCの国内外の各事業の活動から)など、シェルパ族の人々の生活向上と社会的地位の向上を願っています



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)



ネパール国の概要

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、BC10C ガンジス川に進出。リグベータ聖典作成。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、聖牛崇拝を導入⇒**AD7C** タクリ王朝⇒・・・ネパール閻の時代・・・⇒**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、ネパール文化の停滞、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

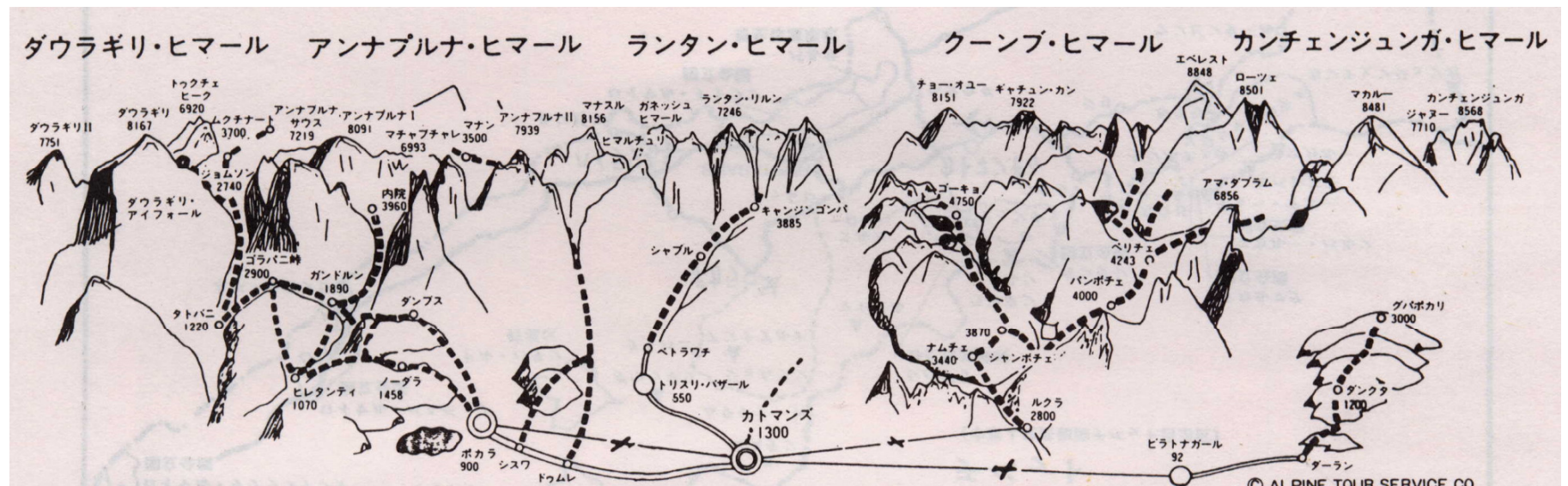
国民 ライ、タマン、ネワール、グルン、タカリーはじめ 40 以上の民族 約 70 の言語

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。

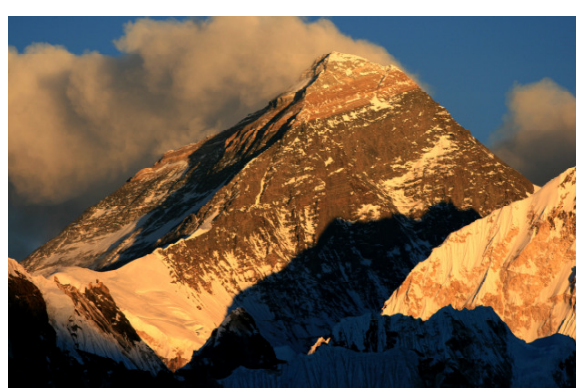


文化遺産 ユネスコの世界文化遺産は 8 箇所あり、カトマンズ盆地だけで 7 ヶ所あります。

- 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、チャンクナラヤン・・・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。クリシュ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。

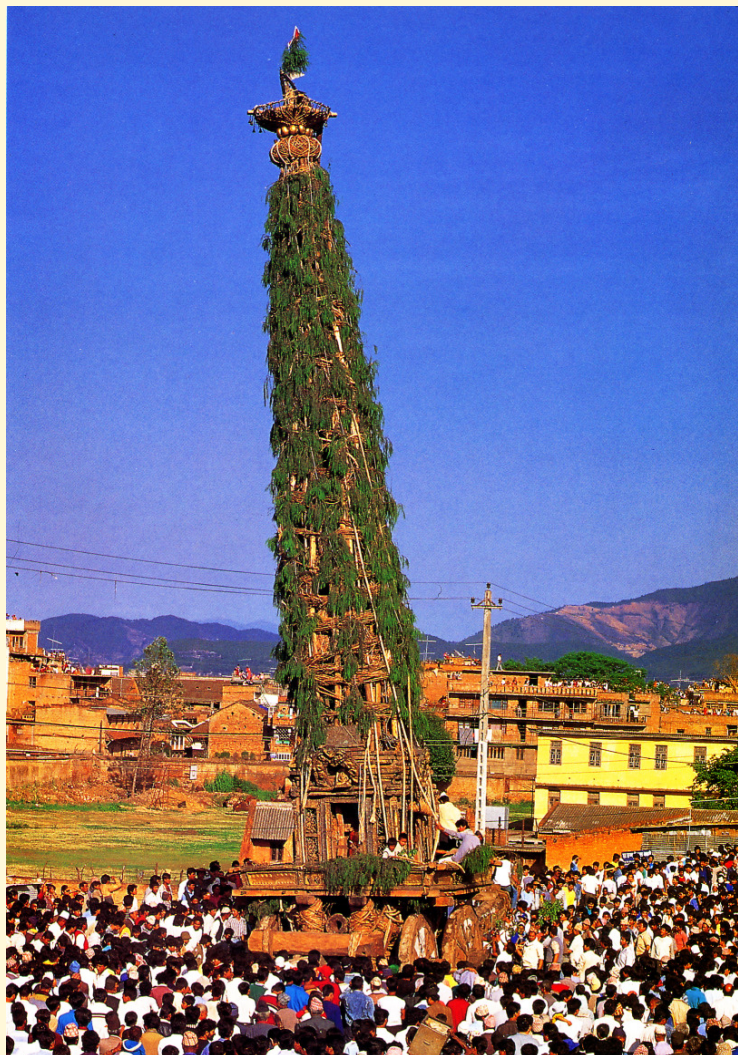


世界自然遺産 1、エベレスト国立公園 2、ローヤルチトワン国立公園



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月バサント・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ひ参拝。
- 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。仏教徒、ヒンズー教徒も揃って、仏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、生贄を供え、繁栄と発展を祈願する。
- 11月ティハール(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日目はネパール暦の元旦。5日目は兄弟の長寿と幸せを祈願する。
- 11月マニ・リンブー(ラマ教の祭り)・・・ソル・クンプ、タンボチェ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

報告概要

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Ⅴ

カラパタールからのエベレスト 8848m 2015. 1. 4 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 毎日新聞松本支局 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

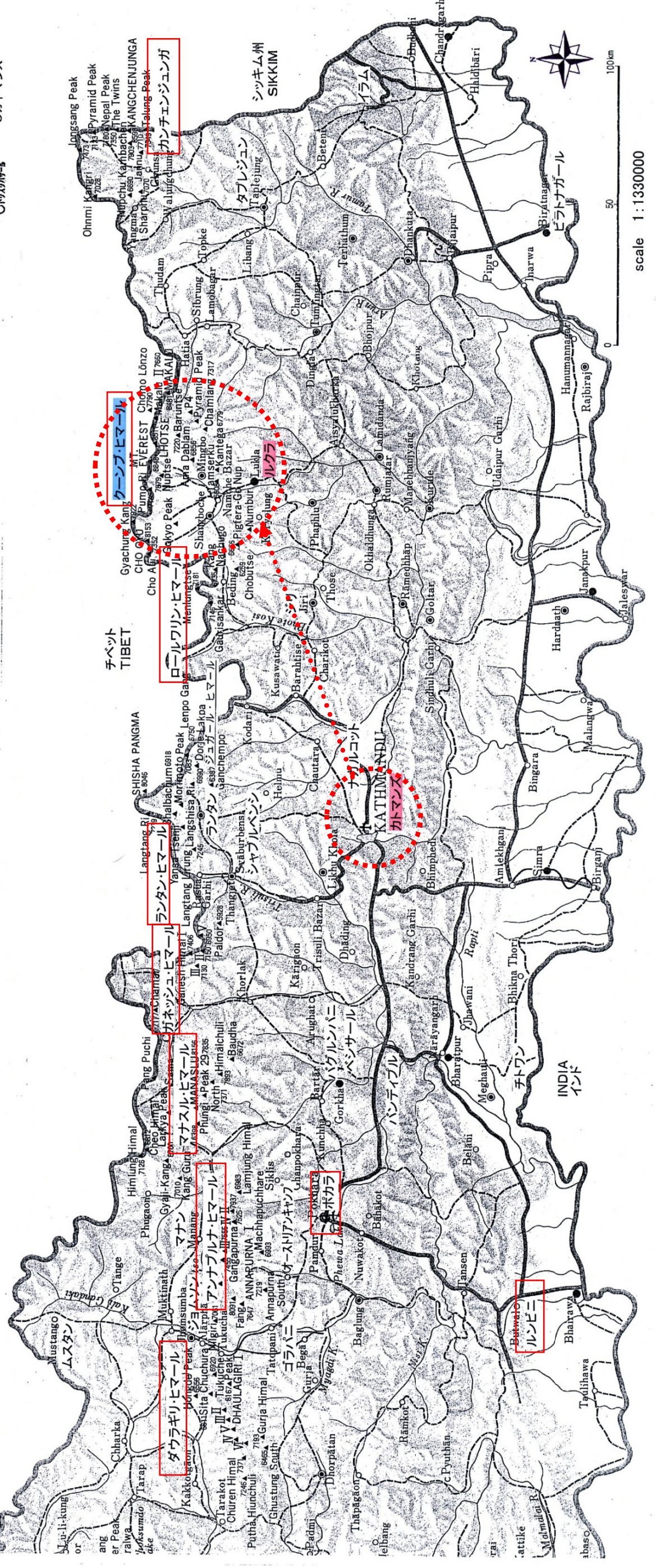
MHC松本カトマンズ姉妹都市交流事業 日程報告
岳都カトマンズ訪問とエベレスト撮影紀行V-カラパタール5545m登頂-19日間

	月日曜	発着地名	時刻	交通	スケジュール (食事)	宿泊
01	12/24 (水)	東京(成田) 発 香港 着 香港 発 カトマンズ 着	10:35 15:00 17:00 22:00	CX501 KA104	AM4:00松本から貸し切りバスで出発、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	12/25 (木)	カトマンズ 滞在			カトマンズ市役所へ表敬訪問を行います。終日カトマンズ市内観光。昼食をカトマンズ市及び市民と交流会を開催。	ホテル
03	12/26 (金)	カトマンズ 発 ルクラ 着	朝 午前 午後	航空機 徒歩約 3時間	朝、空路、悪天候の為、ヘリコプターでルクラ(2,800m)へ。着後、シェルパ、ポーター達と合流、午後遅い為ルクラ泊	ロッジ
04	12/27 (土)	ルクラ 発 モンジョ 着	朝 午後	徒歩約 5時間	エベレスト街道を進み、パグディンを経て、谷沿いのモンジョで泊。	ロッジ
05	12/28 (日)	モンジョ 発 ナムチェ 着	朝 午後	徒歩約 5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ェ(3,440m)へと登ります。	ロッジ
06	12/29 (月)	ナムチェ 発 クムジュン 着	朝 午後	徒歩約 2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、クムジュンへ。クムジュン校を訪問し、MHC学生寮他を視察、校長、学生らと交流	ロッジ
07	12/30 (火)	クムジュン 発 タンボチェ 着	朝 午後	徒歩約 5時間	クムジュンより谷底のpunkyへ下り高度差600mの坂をゆっくり登りタンボチェ(3,870m)へ。	ロッジ
08	12/31 (水)	タンボチェ 発 ディンボチェ 着			パンボチェを経て、ショマレ、そしてディンボチェへ	ロッジ
9	01/01 (木)	ディンボチェ 滞在	朝 午後	徒歩約 6時間	近くのナンガルゾン・ピーク5000mに登る	ロッジ
10	01/02 (金)	ディンボチェ 発 ロブジェ 着	朝 午後	徒歩約 7時間	ディンボチェ発、ロブジェ(4930m)泊	ロッジ
11	01/03 (土)	ロブジェ 発 ゴラクシェップ 着	朝 午後	徒歩約 6時間	凍てつくロブジェを出発、ゴラクシェップ泊	ロッジ
12	01/04 (日)	ゴラクシェップ 滞在	朝 午後	徒歩約 6時間	カラパタール(5,545m)へ登頂し、ベースキャンプを眼下に、世界最高峰エベレストを間近に仰ぐ ゴラクシェップ泊	ロッジ
13	01/05 (月)	ゴラクシェップ 発 ペリチェ 着	朝 午後	徒歩約 4時間	往路をペリチェへ。	ロッジ
14	01/06 (火)	ペリチェ 発 タンボチェ 着	朝 午後	徒歩約 4時間	往路をタンボチェへ。	ロッジ
15	01/07 (水)	タンボチェ 発 クムジュン 着	朝 午後	徒歩約 6時間	往路をクムジュンへ。サヨナラパーティー開く シェルパへ、チップを渡し、お礼する。	ロッジ
16	01/08 (木)	クムジュン 発 カトマンズ 着	朝 午前	航空機	朝、積雪のシャンボチェ3700m飛行場からヘリでAM11:00カトマンズへ。夜、カトマンズ市及びMHCね支部ら30名による登頂祝賀会開催してくれた。MHC理事長、皆にお礼の挨拶。	ホテル
17	01/09 (金)	カトマンズ 滞在			専用車は終日貸切。世界文化遺産探訪 夜、MHC奨学生ら12名と事務局と交流会開催。	ホテル
18	01/10 (土)	カトマンズ 発	23:00	KA103	午前中、バクタプル世界文化遺産探訪。 夜、カ支部長らの見送りでカトマンズ発、ドラゴン航空にて香港へ。	機中泊
19	01/11 (日)	香港 着 香港 発 東京(成田) 着	05:30 09:05 14:05	CX504	深夜、キャセイ航空にて香港発。朝、東京(成田空港)着。 貸切バスでPM7:00松本へ到着。	

17721, 17722, 17723, 17724	GANESH HIMAL	7521	7522	7523	7524		
7525	ANNAPURNA	22750 FT.	7245 M.				
7526	DAULAGIRI	23750 FT.	7245 M.				
18237	LANGTANG	22750 FT.	7245 M.				
18238	LIRUNG	22750 FT.	7245 M.				
18239	DORJE LAKPA	22750 FT.	7245 M.				
7421	PHURBI-GHYACHU	21840 FT.	6650 M.				
53074	CHHOBA-BHAMARE	19850 FT.	5970 M.				
53075	GAURISHANKAR	22442 FT.	7145 M.				
52472	MELUNGITSE	22100 FT.	7181 M.				
52473	CRUGMAGO	22100 FT.	7181 M.				
52753	PIGFERAGO	21730 FT.	6620 M.				
52754	NUMBUR	22900 FT.	6986 M.				
23924	KARYOLUNG	21960 FT.	6683 M.				
521-	CHYOJU	20750 FT.	6313 M.				
521-	GYACHUNGKANG	25990 FT.	7922 M.				
747	PUMORI	22442 FT.	7145 M.				
5772	NUPTSE	29550 FT.	7988 M.				
5773	EVEREST	29228 FT.	8948 M.				
5774	LHOTSE	27890 FT.	8501 M.				
5775	AMADABLAM	27390 FT.	8351 M.				
5776	CHAMLANG	27897 FT.	8475 M.				
5777	MAKALU	27897 FT.	8475 M.				
5778	KANGCHENJUNGA	28208 FT.	8698 M.				

D-11	7751	8167	8920	D-1	7751	8167	8920
7193	7751	8167	8920	A-111	7555	7525	7937
A-112	7219	6997	8031	A-112	7219	6997	8031
8158	7835	7893	6872	A-113	7555	7525	7937
7177	7117	7177	7117	A-114	7555	7525	7937
				A-115	7555	7525	7937
				A-116	7555	7525	7937
				A-117	7555	7525	7937
				A-118	7555	7525	7937
				A-119	7555	7525	7937
				A-120	7555	7525	7937
				A-121	7555	7525	7937
				A-122	7555	7525	7937
				A-123	7555	7525	7937
				A-124	7555	7525	7937
				A-125	7555	7525	7937
				A-126	7555	7525	7937
				A-127	7555	7525	7937
				A-128	7555	7525	7937
				A-129	7555	7525	7937
				A-130	7555	7525	7937
				A-131	7555	7525	7937
				A-132	7555	7525	7937
				A-133	7555	7525	7937
				A-134	7555	7525	7937
				A-135	7555	7525	7937
				A-136	7555	7525	7937
				A-137	7555	7525	7937
				A-138	7555	7525	7937
				A-139	7555	7525	7937
				A-140	7555	7525	7937
				A-141	7555	7525	7937
				A-142	7555	7525	7937
				A-143	7555	7525	7937
				A-144	7555	7525	7937
				A-145	7555	7525	7937
				A-146	7555	7525	7937
				A-147	7555	7525	7937
				A-148	7555	7525	7937
				A-149	7555	7525	7937
				A-150	7555	7525	7937

（オコト） Oコトカ Oコトマズ



scale 1:1330000

「岳都カトマンズ訪問&エベレスト 8848m撮影紀行V」報告概略

「岳都カトマンズ訪問&エベレスト撮影紀行V」は、2014年12月24日～2015年1月11日までの日程で松本市民を始めとする参加者6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、エベレストベースキャンプ上部のカラパタルピーク 5545mに、全員見事登頂を果たして、「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たして参りました。



12/24 PM10:00 カトマンズ空港到着。カトマンズ副市長代行、サンタラムポハレル氏らの歓迎を受ける。



12/25 カトマンズ市長代理、ダン・バハドゥール・シュレスタ氏を、市庁舎に表敬訪問する。



12/25 カトマンズの世界文化遺産、カトマンズ・ダーバースクエアを探訪する。



カトマンズ市で一番高い、高さ 60mのビンセントタワーに登り、カトマンズ市街を展望する。



パタン市の世界文化遺産ダーバースクエアを探訪。



パタンの仏教寺院ゴールデン temple を訪問。



12/26 早朝ホテルを出発。定期便で登山基地ルクラへ向かう予定だったが、上空強風の為、全ての航空機が欠航。

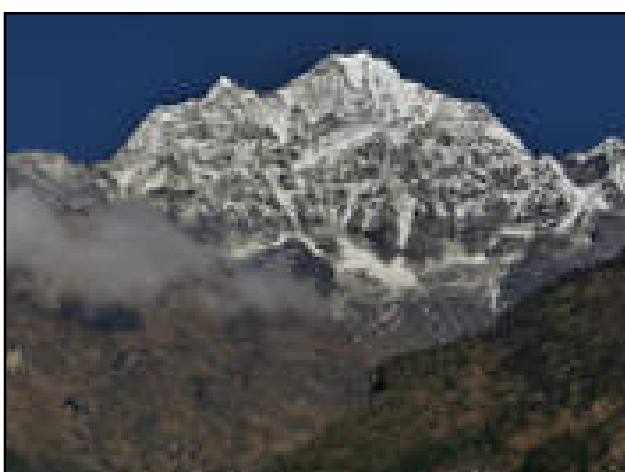
PM3:00、急遽悪天候にも強いヘリコプターで、エベレスト街道登山基地ルクラへ着陸。この日ルクラ泊。



12/27、AM8:15 パサン・ツエリンをサーダに、シェルパら2名とゾッキョ2頭の部隊で、ルクラ出発。



チベット仏教の経文が彫られたマニ石が積まれた脇を通る。大きなマニ車を廻し登山の安全を祈る。



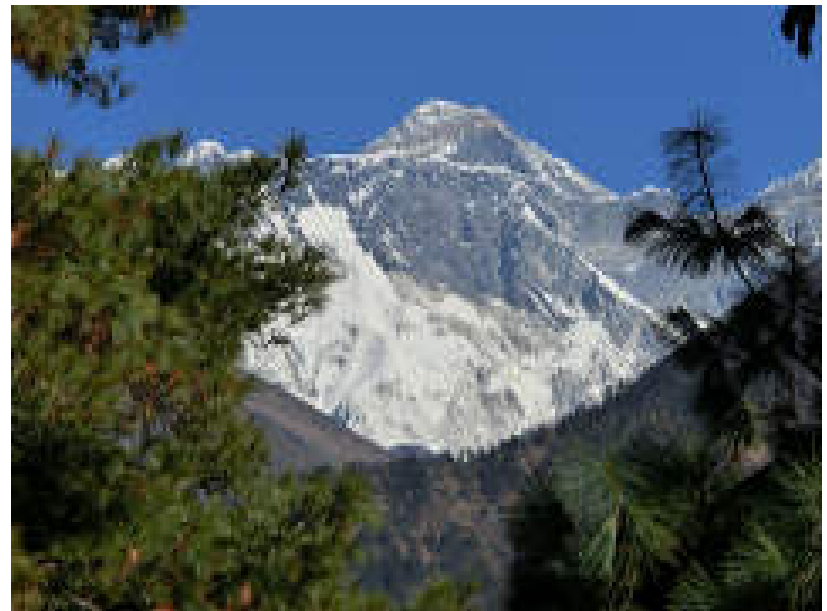
パグディンで昼食後1時間程登ると、タムセルク 6623mを望む。PM4:15 クンビーラ山を望むモンジョ到着、ロッヂ泊。



荷を担うラバ隊が行く



12/28 モンジョ出発。ジョサレで国立公園入園手続きを行い、吊橋を渡り、ナムチェへの600mの登りにかかる。



600mの高度差の登山道を登る。1時間半ほど登ると木々の間からエベレストを眺望する。



PM1:15 ナムチェ・バザール 3440mに到着する。ナムチェのロッジで一息つく頃、ナムチェの家並みの遥かの高みに、タムセルク 6623mが午後の陽に輝いていた。



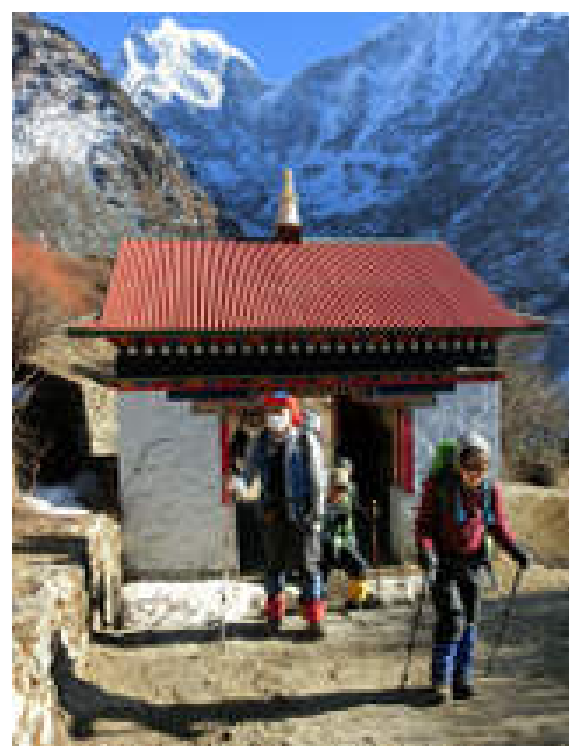
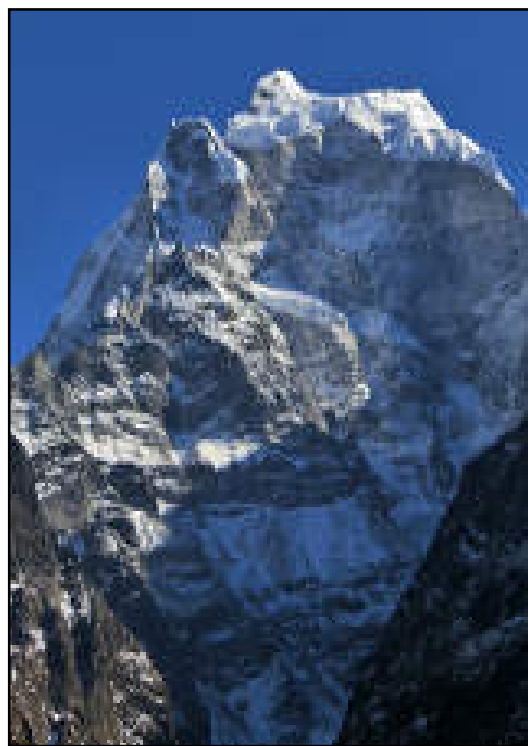
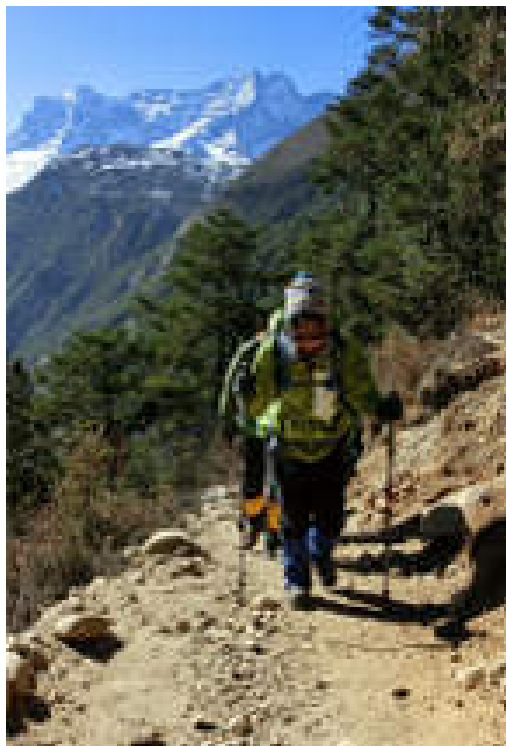
12/29 ナムチェゴンパ(寺)のマニ車を廻し、登山の安全と成功を祈って、トレッキング開始する。



登り 2 時間余、エベレスト 8848m を望み大パノラマに息を呑む。右にタムセルク 6623m がそそり立つ。



クンビーラ山の麓に広がるクムジュン村と冬休み中のヒラリースクール・クムジュン校を訪ねる。
MHC が建設した学生寮・食堂・台所・600m引き込んだ貯水槽などの管理運営を確認。MHC が用意した
文具などを手渡し、クムジュン校先生らと MHC 理事長との間で、意見交換し合う。



12/30、クムジュン村 3790mを出発。山腹を下降し溪流の橋を渡り、ブンキタンガからラリグラスの林を抜け、カンテガ 6799mを見上げながら高度差 670mを登ると、チベット仏教寺院が建つタンボチェに登り出る。



夕方、タンボチェ 3867mから望む、エベレスト 8848m左、ローツェ 8516m右の大展望。



PM3 : 30、チベット仏教総本山、タンボチェ寺院に参詣をする。12/31 快晴の朝を迎える



12/31AM8 : 15 出発。パンボチェを經由して、ショマレで昼食。午後ディンボチェ 4340mへ向う。



ローツェを望み、パンボチェからショマレへ向かう。



マニ石とローツェ 8516m



PM4 : 00、ディンボチェへ到着。



ディンボチェ 4340mからのローツェ、アマダブラムが美しい。1/1 同所に滞在し、高度順応をはかるため、ナンバルゾンピーク 5100mの 4800m付近まで登る。



1/1 ナンガルゾンピークへ試登する。山腹はエーデルワイスの花園だった。この夜、積雪となった。



1/2 夜来の降雪により、真白な雪景色の中を進む。トゥクラで昼食。欧米の大勢のトレッカーと出会う。



午後、凍てついた溪流沿いに、ロブジェ 4930mへ向う。夕方、ロブジェから西の空にかすかな夕焼けを望む



1/3AM8:50、凍てつく積雪と強風の中、ロブジェを出発。思うようには休めず、登りを続け、ようやく PM1:00 ゴラクシェップ 5180mに到着。しかし、悪天候の為、誰も山頂への登山は行っていないとの事。



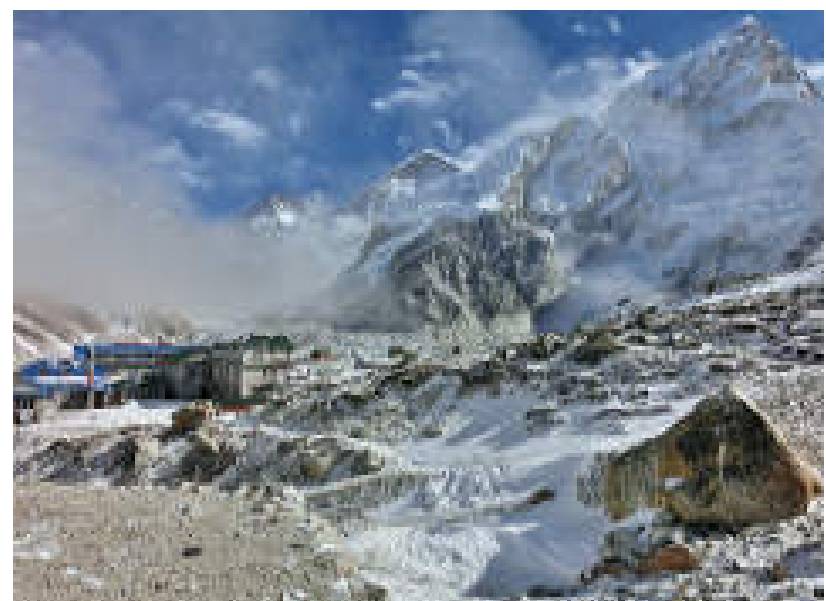
豪快に流れるクーンブ氷河



目指すカラパタール 5545mが、見えてきた。



エベレストベースキャンプは、青氷状に光っている



風雪のゴラクシェップ 5180m



1/4 風が少し弱まる PM12:00、登攀を決行。後方にエベレスト 8848mを望む。



登り 3 時間、低温と 15m 前後の強風に耐え、辛苦を乗り越えて 6 名が頂上へ向かう。カラパタールはあの岩場の上部だ！。



雲間に見え隠れするエベレストを背景に。山頂を目指すと、PM3:00 タルチョーはためくカラパタールピーク 5545mに、全員見事登頂する。「おめでとう、頑張ったね！」感激の握手を交わし合う。



Pm4:30 頃から霧雲が晴れ、世界最高峰エベレスト 8848mとヌプチェ 7855mを望む。



PM5 : 00、徐々に夕陽に照れられて、橙色に染まっていく、世界最高峰エベレスト 8848m



徐々に暮れゆくエベレスト 8848mとヌプチェ 7855m



この日、最後の夕照に輝く世界最高峰エベレスト 8848m



雪の下山路を急ぐ



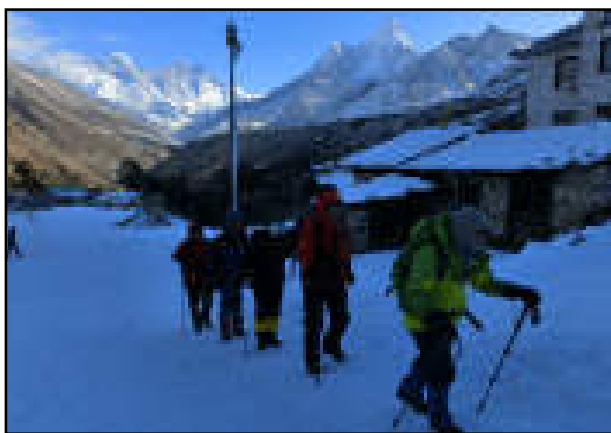
1/5 ロブジェから望む、ヌプチェ 7855m



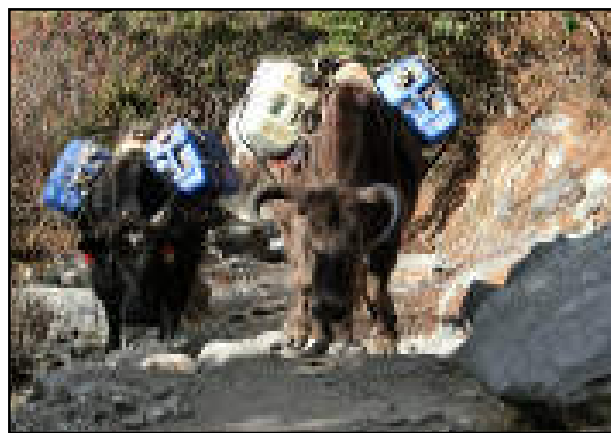
5000mに生息するスノーコーク



エベレスト登攀者たちのお墓群とアマダブラム 6812m



1/7 タンボチェを出発



1/7 タンボチェからペンキタンガへ



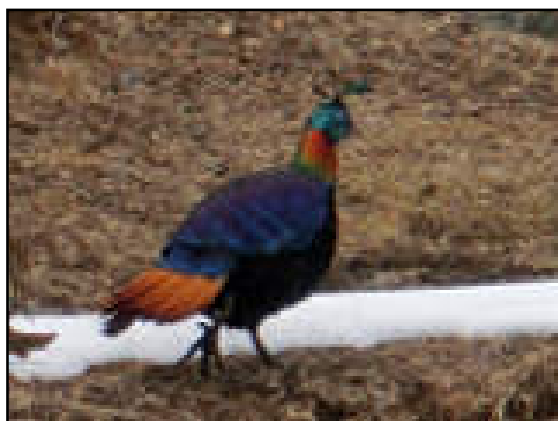
1/7 タンボチェからの朝日を受けるエベレスト 8848m



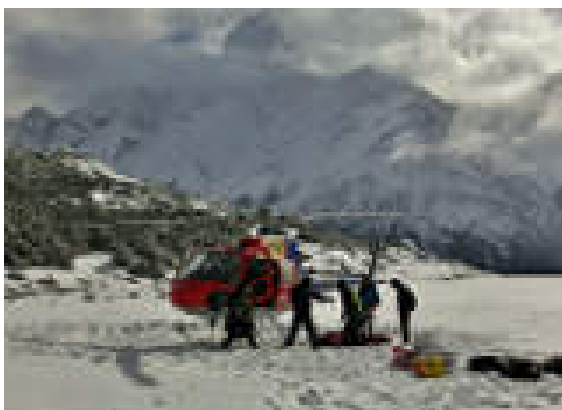
タンボチェからコンデリ 6187mを望む



クムジュン村とアマダブラム 6812m



クムジュン村に生息する国鳥ダーンフェ、1/7最後の夜、ウィスキーをあおり、勇壮なシェルパダンスを披露してくれた。



シャンボチェ 3700mへ、ヘリコプターが飛来



1/8 朝、ヒラリースクール・クムジュン校は雪に埋まっていた。シャンボチェ 3700 には、AM9:30 カトマンズからヘリコプターが飛来し、私達 6 名が乗り込み、ルクラを経由して、AM11:00 カトマンズ空港へ帰還する・



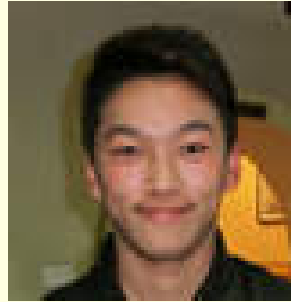
1/8 夜、カトマンズ市役所、MHC カトマンズ支部ら 30 名が集まり、私達の登頂祝賀会と歓迎会を開催してくれた。翌 1/9 世界文化遺産バクタプール探訪の後、カ市職員らと共にナモブッタ聖地を訪問する。



ラクパヌル



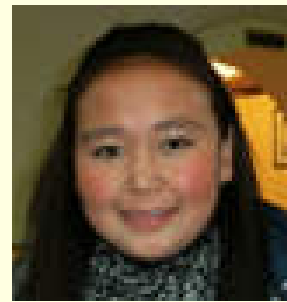
ラクパツェリン



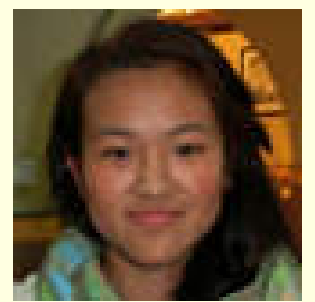
パサンツェリン



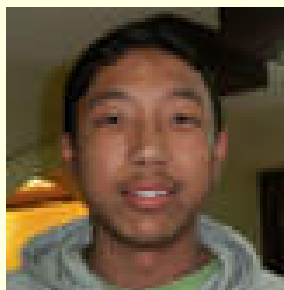
ソナムウオンデ



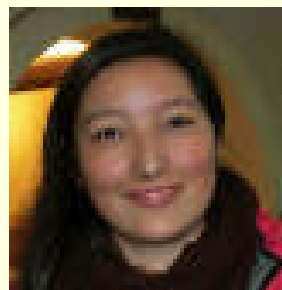
パマドカ



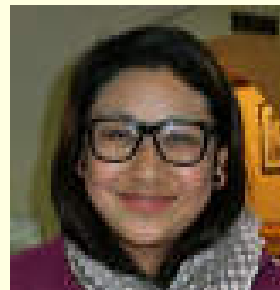
ノナムチュテン



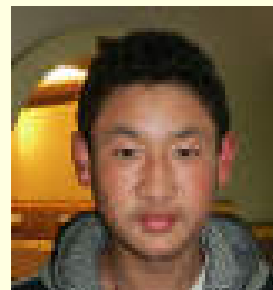
カムツェリン



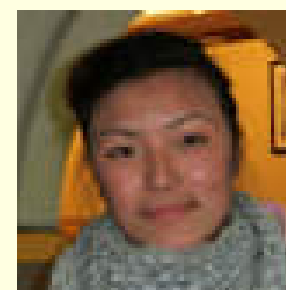
ラクパカンチ



プラカンチ



ドルジチュティン



パルデンドマ



ツェリントシ

1/9 夜、MHC 奨学生ら 12 名と面会し学生生活を聞き、激励を行った、素晴らしい夜となった。

全員、カトマンズの短期大学に通学。経営学、教育学、タンカコース、そして医師などを目指し苦学しています。若い彼らが、ネパールの将来を背負って立つ事でしょう



アン・ツェリン
前ネパール山岳協会長



ツク・テン



パサン・ダワ
奨学事務局長

MHC 奨学基金を
支える人々



1996 年設立後の MHC 奨学生は、延べ 80 名を数え、エベレスト街道で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。1/10 夜遅く、混雑するカトマンズ空港を発ち、1/11PM2:05 に、成田空港へ到着。貸切バスで松本へ向かい、PM7:00 に到着、最終解散としました。

皆様のご理解と、ご協力のお陰で、松本カトマンズの岳都市民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。

岳都カ訪問&エベレスト撮影紀行V総責任者 MHC 理事長 鈴木 雅則

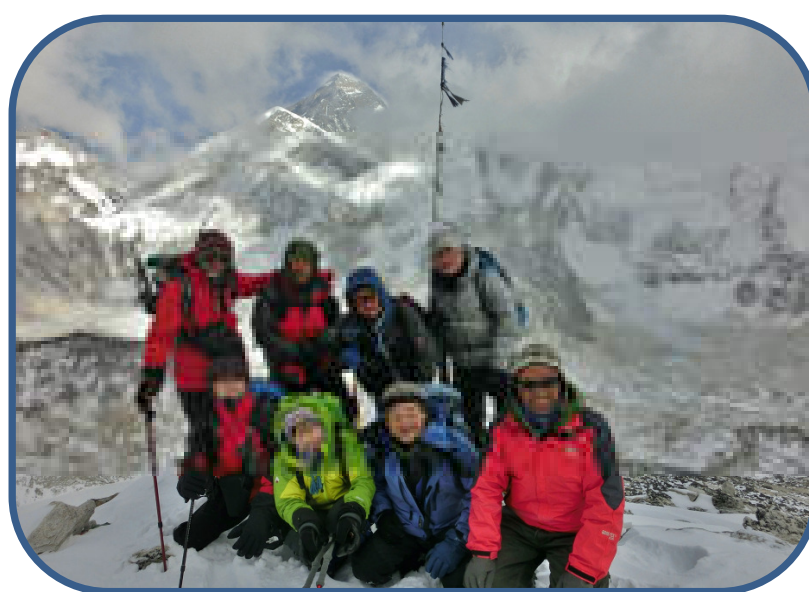
MHC松本カトマンズ姉妹都市交流事業

岳都カトマンズとエベレスト撮影紀行Ⅴ

2014年12月24日(水)～2015年1月11日(日)

参加者名簿

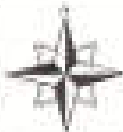
	参加者氏名	住 所
1	ミヤザワ ミユキ 宮澤 美幸	安曇野市三郷明盛
2	カサイ ヤスオ 河西 靖男	松本市寿北3
3	イチカワ ヒロアキ 市川 浩章	松本市寿北8
4	コドウ シゲル 近藤 茂	長野市栗田
5	ナカムラ ハルユキ 中村 治幸	安曇野市穂高有明
6	スズキ マサノリ 鈴木 雅則	松本市島立



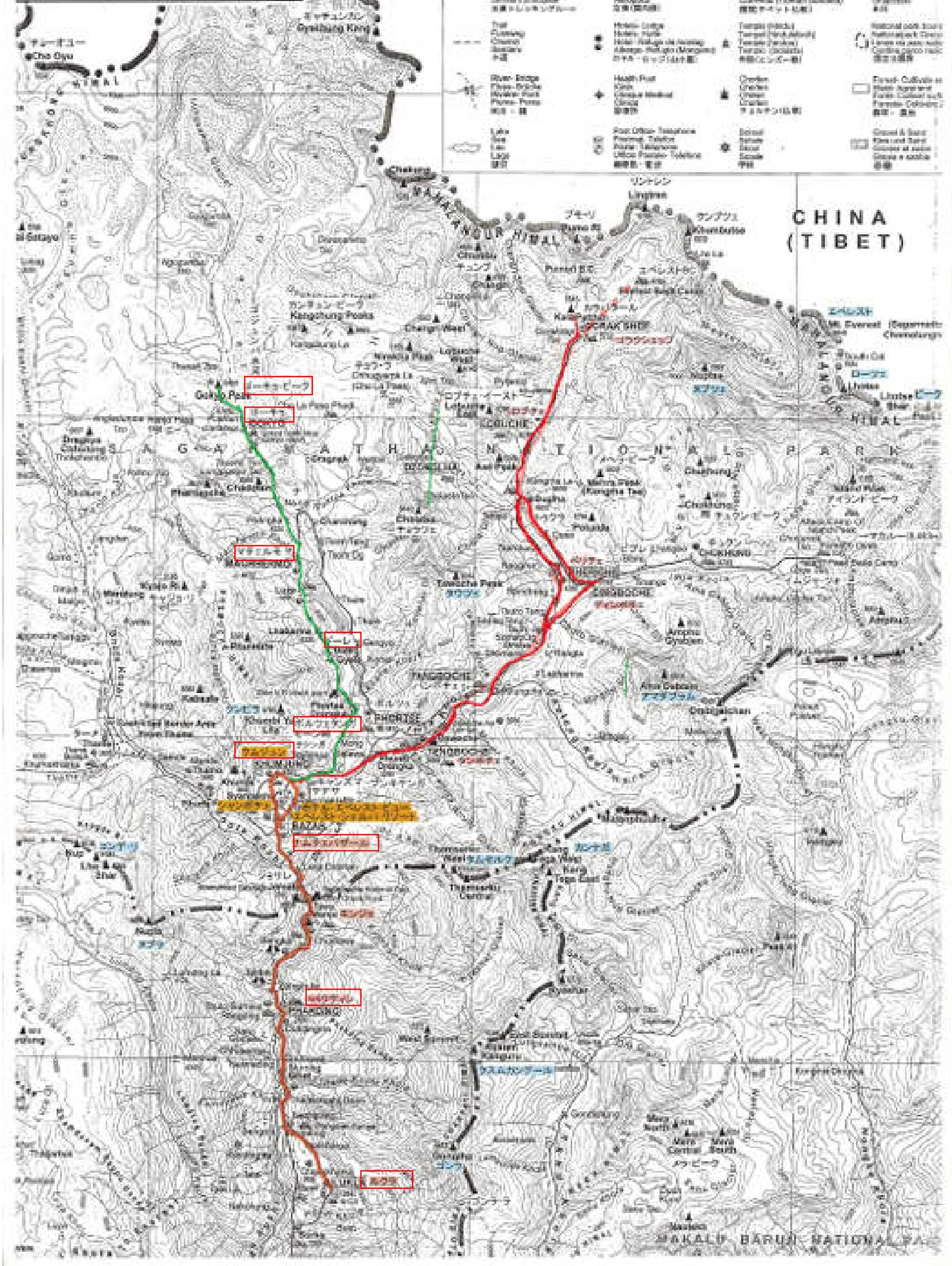
2015年1/4PM3:00、カラパタール5545mに全員見事登頂。間近にエベレスト8848mを仰ぐ。

クーンブ山群

Scale 1:125000



<ul style="list-style-type: none"> International Boundary Main Trekking route Trail River bridge Life line 	<ul style="list-style-type: none"> Domestic airport Health Post Post Office - Telephone 	<ul style="list-style-type: none"> Hotel Monastery (Tibetan Buddhist) Temple (Hindu) Chorten Stupa 	<ul style="list-style-type: none"> Waterfall Glacier National park Forest Grassland
---	--	---	--



MHC 松本カトマンズ姉妹都市交流事業

報告概略

— 姉妹都市カトマンズ・エベレスト街道の震災復興を願って —

岳都カトマンズ訪問と エベレスト撮影紀行VI

夕照に輝く、世界最高峰エベレスト 8848m
(ゴークョ・ピーク 5360mから 2016.1.1 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 毎日新聞松本支局 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

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Ⅵ 日程表

月日曜	発着地名	時刻	交通	摘要 (食事)	宿泊
12/23(水)	東京(成田) 発 香港 着 香港 発 カトマンズ 着	10:35 15:00 17:00 21:50	CX501 KA 2194	AM4:00貸切バスで松本出発 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、カ市、ネ支部のの出迎いで市内のホテルへ。	ホテル
12/24(木)	カトマンズ 滞在			カトマンズ市長へ表敬訪問 を行い、カトマンズ市内の震災視察と慰問を行う。夜、カ市及びMHCネ支部市民等と 交流会開催	ホテル
12/25(金)	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。ドゥードウコシ沿いの道をパクディン(2,620m)へ	ロッジ
12/26(土)	パクディン 発 ナムチェ 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ェ(3,440m)へ	ロッジ
12/27(日)	ナムチェ 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)。昼食後、 クムジュン校を訪問 し文具持参、老練な先生と意見交換と補習授業の学生の慰問を行う。	ロッジ
12/28(月)	クムジュン 発 ポルツェタンガ 着		徒歩約 4時間	モーン(3,979m)峠を越え、PM12:30河畔のポルツェタンガ(3,550m)へ下る。泊す。	ロッジ
12/29(火)	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(4040m)へ、高度順応の為浦山4250mまで試登。白銀のチヨオユー8201mを前方に望む。	ロッジ
12/30(水)	ドーレ 発 マチエルマ 着		徒歩約 5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
12/31(木)	マチエルマ 発 ゴーキョ 着		徒歩約 5時間	氷河末端の急坂の石段を登り、3つ目の氷河湖畔を巡り、ゴーキョ(4,750m)へ。ゴーキョピークを間近に望む。	ロッジ
01/01(金)	ゴーキョ 発 ゴーキョピーク登頂 ゴーキョ 着	午後	徒歩約 6時間	AM11:00出発。無節の斜面をジグザグに登る。M4:00 ゴーキョピーク(5,360m)に登頂 。真っ赤に輝くエベレストに感動して撮影する。PM7:00ゴーキョへ下山する。遅い夕食を摂る	ロッジ
01/02(土)	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
01/03(日)	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。シェルパに感謝しチップを渡し、宴を設ける。	ロッジ
01/04(月)	クムジュン 発 シャンボチェ 着		徒歩約 1時間	クムジュン村を巡り、視察。午後シャンボチ3,750mに向かい、泊す。	ロッジ
01/05(火)	シャンボチェ 発 カトマンズ 着		ヘリコプター -	シャンボチェ空港より 途中、ルクラを経由して 空路 にてカトマンズへ。着後、市内のホテルへ。	ホテル
01/06(水)	カトマンズ 滞在 カトマンズ 発	23:00	KA103	終日カトマンズ市街巡り、震災慰問。 夜、 大学へ通うMHC奨学生等と夕食を交え、意見交換会 。夕食後、支部のお見送りで空港へ。深夜ドラゴン航空にて香港へ。	機中泊
01/07(木)	香港 着 香港 発 東京(成田) 着	05:30 09:05 14:05	CX504	早朝、香港着。キャセイパシフィック航空に乗り継いで東京へ。 PM7:00貸切バスで松本に到着	各自宅

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VI」報告概略

「岳都カトマンズ訪問&エベレスト撮影紀行VI」は、2015年12月23日～2016年1月7日までの日程(別紙)で松本市民を始めとする参加者6名により実施。参加者一行は、カトマンズ市を表敬訪問して被災したカトマンズの世界文化遺産を視察、MHCネパール支部を通じ市民交流も行い、松本市との姉妹都市交流の責任も果たして参りました。

またエベレスト撮影紀行では、エベレスト街道沿いの復興を確認し、ゴージャクピーク 5360mの登頂を見事果たして、「山と美しい自然」を堪能した岳都交流も行って参りました。



12/23PM10:00 カトマンズ空港到着。MHCネパール副支部長、カトマンズ市ネオパネ税務部長から歓迎。



12/24 世界文化遺産スワヤンブナートから望む、カトマンズ市街。



12/24 被災したカトマンズの世界文化遺産、地震で上部が倒壊したが、改修工事のための足場が架かる



12/24、AM10:30 カトマンズ市役所を表敬訪問する。交流発展を期待したマン行政長官と鈴木理事長が握手



カトマンズの世界文化遺産、被災したダーバースクエア周辺の建物群を巡る。ガルダ(天翅鳥)を残して、倒壊したタレジュ寺院、カスタマンダップ寺院、ナラヤン寺院など。スワヤンブナートは残っていた。



12/25 AM10:00、16人乗り定期便で登山基地ルクラへ向う。白銀のジュガール・ロールワリン山群に感動



AM11:00 ルクラ 2840mを出発。パサン・テンバをサーダに、シェルパら2名とゾッキョ3頭で出発。



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。徒歩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。



マニ石、チオルテン（仏塔）が建ち並ぶ道脇を通り過ぎ、PM3:30 パグディン 2652mに到着。ロッヂに泊す。



12/26AM6:00 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、荷物隊ゾッキョ 3頭が先行する。神の山クンピーラを望み、PM12:00 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。ナムチェのロッジで一息つく頃、ナムチェの家並みの遥かの高みに、クスムカングルー6370mが夕陽に輝いていた。



エベレスト街道、荷を運ぶラバ隊とタムセルク 6623m



タムセルク 6623mを右に見て、エベレスト街道に行く



12/27、AM8：40 出発。朝陽に輝くコンデリ 6187mを仰ぎ、ナムチェバザールを眼下に、山腹を登る。



シャンボチェを経由して、山腹を巻くように登ると、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アマダブラム 6812mを従えるように聳えている。

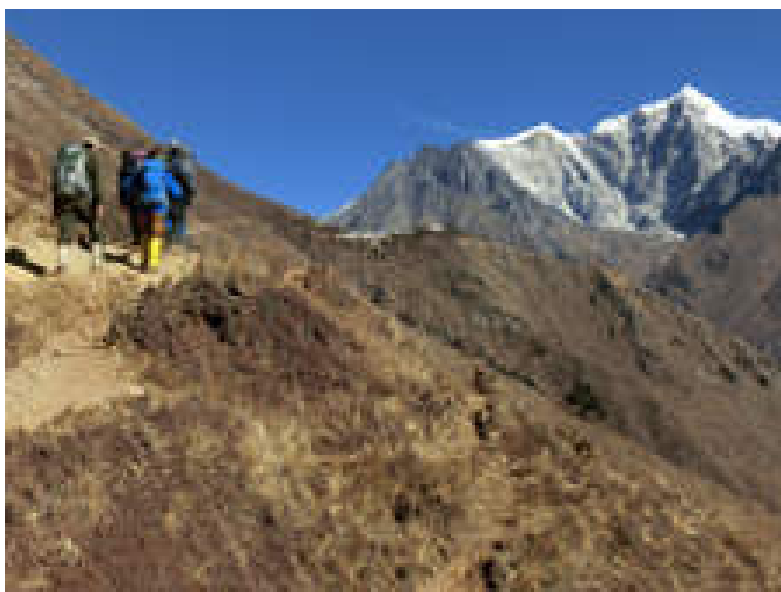


エベレストビューホテル前を通り、AM11：30 クムジュン村 83790mに到着。昼食後、冬休み中のクムジュン校を訪ねる。シャンブ・バストラ校長先生は下山し不在だったが、老練な4人の先生と意見交換。

MHC からの学生用の文具引渡しを行い、MHC 学生寮、ヒラリー彫像前で、補習授業の学生らを加えて記念撮影をする。現地では、MHC が 2002 年に建設した学生寮で 2015 年 4/25 被災しその修繕が終了の様子を確認する。600m引き込んだ貯水槽などの管理運営も確認する。



12/28 AM8:30 ゴーキョへのトレッキング出発。カンテガ 6799mを右に仰ぎ山腹を巻くように石段の急坂を登る。



登り 2 時間余、右前方にアマダブラム 6812m、前方にタウツェ 6501mを望みモーン峠 3979mに辿り着く。



モーン峠 3979mで休憩。チョルテン(仏塔)とはためくタルチョー。タルチョーは、震災の為余裕がないのか、かなり傷んだ状態だった。背景にタムセルク 6623m、カンテガ 6799mが聳え立つ。峠から小一時間急坂を下ると、PM12:30 ポルツェタンガ.3550mに到着、泊す。



12/29、AM8:30 ポルツェタンガを出発。ラリグラスの林の中の急坂を抜け、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、裏の山に向かい標高 4250m付近まで1時間程尾根道を登る。PM3:30 ロッジへ帰還する。



12/30AM8:45、ドーレを出発。マツチエルマ 4410mへ向けて、ヤク3頭が先行して登る。我々トレッキング隊も、それを追うように登る。



エベレスト前衛の峰、タムセルク 6623m



エベレスト前衛の峰 カンテガ 6799m



PM1:30、ようやくマツチェルマ 4410mに到着。昼食後、高度順応の為、1時間程尾根道を登るつもりであったが、雲も湧き上がり冷風が吹いているため、ロッヂで休養順応とした。



12/31 AM8:45 マツチェルマを出発。河原沿いを歩き、急坂の石段を登る。湖が一つ、二つ在り、その脇を通り過ぎると、目指すゴーキョピーク 5360mがその山容を現した。3つ目のドウード・ポカリの畔を歩くと、タルチョーはためく Cholten の背後にゴーキョのロッヂ群がようやく見えてくる。



PM1:30、ゴーキョ 4750mに到着。昼食後、ここでも、高度順応の為、1時間程尾根道を登るつもりであったが、雲も湧き上がり冷風が吹いているため、ロッヂで休養順応とした。

明日の天候を期待して、PM7:30 就寝する。翌朝、伝えられた話によると、PM8:30 頃、隣のロッヂに泊まっている登山家野口健氏が、私達を訪ねてきたという。



2016.1/1 朝日に輝くチョ・オユー8201m 氷結したドゥード・ポカリ湖とゴーキョ 4750m、
1/1 快晴の夜明けを迎える。朝食後、隣のロッジに野口健氏を訪ね、再会を喜び合いしばし懇談する。
この後、シェルパの待つ、ロッジに戻り、徐々に雲が湧いてくる空の状況を判断し、AM11:00 出発
とする。陽が昇り明るいドゥード・ポカリの畔を歩き、無雪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、ドゥード・ポカリを眼下に、5200m付近を必死に登る参加者。

薄曇りの空を背景に、チョラツェ 6440m、タウツェ 6501mがそそり立つ。エベレストの姿が徐々に
見え出した。



PM3:30 頃、冷風の中 5300m付近を喘ぎながらを登る参加者。



薄曇りの空に、3つの 8000m峰、世界最高峰エベレスト 8848m、ローツェ 8516m、マカルー8463mがその姿を高々と現した



PM4:00、辛苦を乗り越えて6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いる。

しばらくすると皆、防寒具を着こみ、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る。



この日最後の夕照に輝き始めた、世界最高峰エベレスト 88489m左とローツェ 8516m右

PM5:00、西空の雲間から陽が射し、信じられない程真っ赤に輝きだし、思わずカメラのシャッターを切る。次第に眼下が闇に覆われ始めても、エベレスト山群の高峰は、鮮やかな薄紅色に輝いていた。しかし、陽が沈み始めると、猛烈な寒気が襲ってきた。私達は、早速下山をはじめ、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中央、クスムカングルー右



夕照に輝くエベレスト 8848m



この日最期の夕陽に輝くマカルー8463m



下山路からゴーキョとチョ・オユー8201m

登山家野口健氏と観光復興について話し合う

1/2AM8:45、快晴の空、下山開始。PM3:00 ドーレへ到着、泊す。翌 1/3 快晴、AM8:45 ドーレ出発し、モン峠を通過し、PM3:00 クムジュンへ到着。その夜シェルパ達にチップを渡し、感謝を表わし、ささやかな宴を設ける。

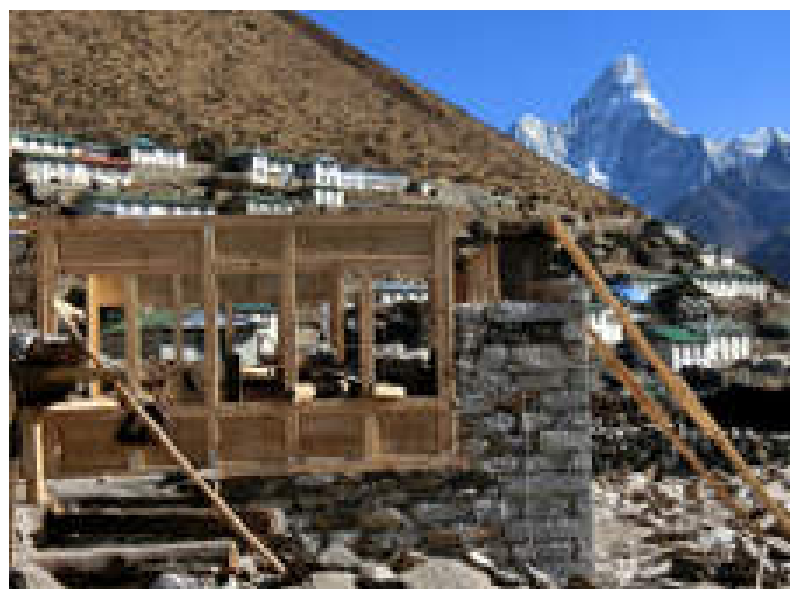


サーダー・パサントシ宅でさよなら宴を設ける

アマダブラムを望むクムジュン村

国鳥ダーンフェ

1/4 快晴、午前中クムジュンに滞在し、クムジュンゴンパ(寺)を訪問する。いわば初詣だ！。途中クムジュン村 180 軒の復興状況を、視察する。95%修繕終了だが、再建の家が 4~5 軒残っているようだ。野口健さんの基金により、修復が早まったようだ。午後、シャンボチェへ向かい、泊す。



クムジュンゴンパ(寺)に初詣する

再建される家の状況



ゴークョ 4750mから望むチョ・オユー8201m



クムジュン村とアマダブラム 6812m



1/5 晴れ、昼過ぎ、ようやく迎いのヘリコプター到着

1/6 夜、奨学生らを集め激励会を行う。

1/6 夜、MHC 短期大学奨学生 12 名のうち、9 名が食事会に出席してくれました。他の 2 名は、学生寮から外出不可能、1 名は医学部試験前日との事で欠席となりました。出席した 9 名から、学生生活と卒業後の夢を語ってもらいました。ロッジ経営、教師、タンカ絵師、銀行員、等になりたいと。

				
パサンツェリン	ペマドカ	ラクパヤンジ	ソナムギャルゼン	ダワジャグム
				
リタドルジ	ソナムウォンディ	ラクパツェリン	ラクパヌル	
				
クムジュン・バストラ校長	アンリタ・ヒ財団カ事務長	アンツェリン・ネ山岳会会長	パサンダワ奨学金事務局長	

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 2016 年まで MHC 奨学生は、卒業生、現役生含め、延べ 90 名を数え、エベレスト街道沿いのクムジュン、デンボチェ、ロブジェ、ゴーキョ等、男女卒業生に出会う事があります。ロッジ経営者となって活躍しています。皆で、応援してあげてください。



1/6 午後、MHC ネパール支部による、ボランティア活動に参加。某学校生徒140人各人に、ランドセルと帳面12冊を無償支給する儀式に出席。震災で親を失った生徒5人に、奨学金を支給する。



世界文化遺産バクタプールを探訪。



ダーバースクエア、トマディトーレを視察する。



修復進むチャングナラヤン寺院



国宝、ガルーダに乗るビシュヌ神の彫像

1/6 午前、世界文化遺産、バクタプール、チャングナラヤン寺院を探訪、視察する。夜 MHC 奨学生との交流の後、カトマンズ空港を予定通り、PM23:00 出発。香港を経由して 1/7 日本時間 PM2:05、成田空港へ到着。貸切バスで松本へ向かい、PM7:30 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・カトマンズとの被災状況と復興の視察と今後の姉妹都市交流そして山岳スポーツ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VI」責任者
NPO 法人松本ヒマラヤ友好会 理事長 鈴木雅則

MHC松本カトマンズ姉妹都市交流事業 -ネパール震災復興を願って-

岳都カトマンズ訪問とエベレスト撮影紀行VI参加者名簿

	氏名	住所
1	ミヤザワ ミユキ 宮澤 美幸	安曇野市三郷明盛
2	オオムラ ユタカ 大村 裕	伊那市長谷溝口
3	ムカイ シゲル 向井 茂	東筑摩郡朝日村古見
4	ハヤシ ユキヒロ 林 幸広	京都府宇治市広野町新成田
5	カサイ ヤスオ 河西 靖男	松本市寿北3
6	スズキ マサノリ 鈴木 雅則	松本市島立



2016年1/1、PM4:00 ゴーキョピーク5360mに、全員見事登頂。背景にエベレスト8848m、ローツェ85616m、マカルー8463mの巨峰を望む



チョ・オユー(トルコ石の女神と呼ばれる)8201m



長野県山岳連盟(当時)が初登頂した巨峰ギャチュンカン 7952m



ディンボチェ 4300m付近から仰ぐアマダブラム 6623m

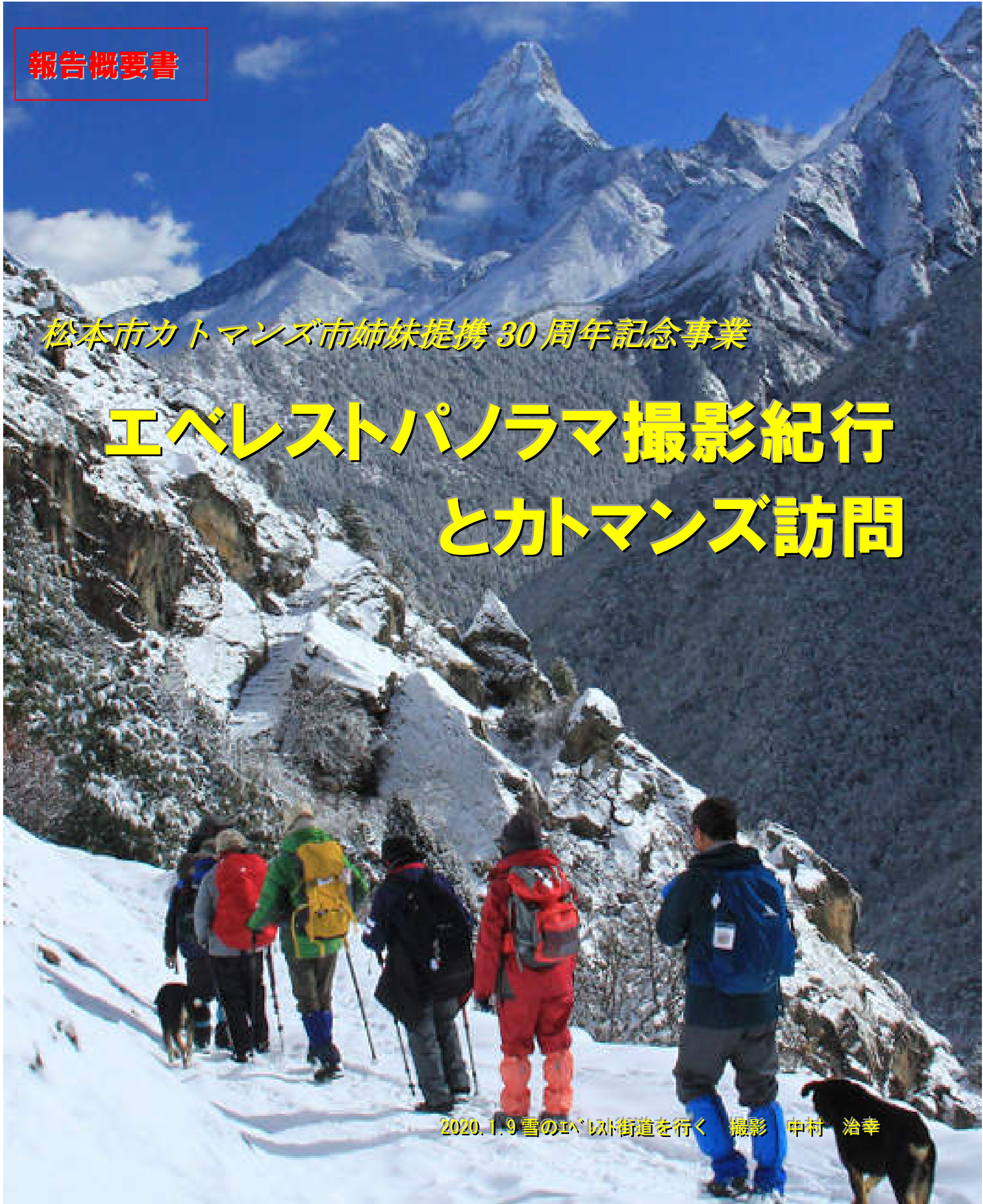


クムジュン村から仰ぐアマダブラム 6812m

報告概要書

松本市カトマンズ市姉妹提携 30 周年記念事業

エベレストパノラマ撮影紀行 とカトマンズ訪問



2020.1.9 雪のエベレスト街道を行く 撮影 中村 治幸

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 松本市海外都市交流委員会 信濃毎日新聞社 朝日新聞長野総局 読売新聞松本支局
中日新聞社 MGプレス、市民タイムス 長野日報社 長野県写真連盟

松本カトマンズ姉妹都市提携30周年記念事業・MHC松カ姉妹都市交流事業
日程表ーエベレストパノラマ展望・撮影紀行とカトマンズ訪問ー10日間

2020年1月4日(土)～2020年1月13日(月)

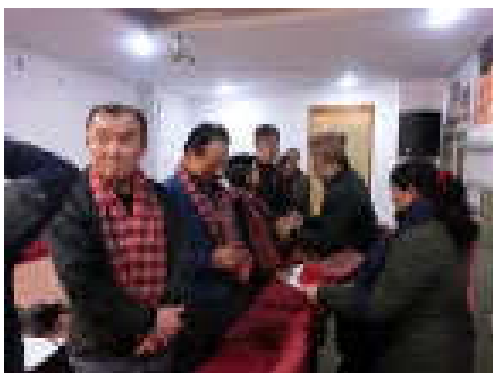
月日曜	発着地名	時刻	交通	スケジュール(食事)	宿泊
1/4 (土)	東京(羽田) 発 香港 着 香港 発 カトマンズ 着	10:45 15:00 19:00 22:10	CX543 発 着 KA104 発 着	松本から貸切バスで羽田へ、午前、キャセイパシフィック航空にて空路、香港へ。着後、ドラゴン航空に乗り継いでカトマンズ(1,330m)へ。着後、現地係員の出迎えで市内のホテルへ。	ホテル
1/5 (日)	カトマンズ観光	現地打合せ	専用車と運転手、ガイド1名貸切	カトマンズ市長へ表敬訪問を行い、カ市国威部長らが手織りカタで出迎え。訪問後、カトマンズ市内の世界文化遺産を視察。夜、カトマンズ市およびMHCネパール支部市民等主催の歓迎会開催。	ホテル
1/6 (月)	カトマンズ 発 ルクラ 着/発 パクディン 着	朝 午後	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。ドゥードウコシ沿いの道をパクディン(2,620m)へ	ロッジ
1/7 (火)	パクディン 発 ナムチェ 着	朝 午後	出発 徒歩約7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ェバザール(3,440m)へ。	ロッジ
1/8 (水)	ナムチェ 発 クムジュン 着	朝 午後	出発 徒歩約3時間	急な坂道をゆっくり登り、エベレストビューホテルで熱い茶をすすっていると、大きな窓にエベレストがその姿を現す。雪道を下り、クムジュン村へ(3,780m)。昼食摂りながら休憩する。午後、クムジュン校を訪問し、意見交換と慰問を行う。帳面など文具は帰還するヘリコプターで運搬することで了解してもらう。	ロッジ
1/9 (木)	クムジュン 発 タンボチェ 着	朝 午前 午後	出発 徒歩約4時間	晴れの朝、雪道を大パノラマのエベレスト、ローツェ、アマダブラムを望みエベレスト街道を行く。プンキタンガからタンボチェの登りの時、タムセルク、カンテガの大迫力に圧倒される。到着後、感動の景色の後、チベット仏教総本山タンボチェ寺院に全員で参詣します。夕方、霧が覆い、視界が聞かなくなる。	ロッジ
1/10 (金)	タンボチェ 発 クムジュン 着	午前 午後		夜が明けると、皆写真撮影に忙しい。朝焼けのエベレストに洗礼を受ける。出発。雪道の下りに注意する準備をして、途中テシंगाで昼食、クムジュンまで登り、泊る	ロッジ
1/11 (土)	クムジュン 発 カトマンズ 着	朝 午前 午後	出発 徒歩約1時間	朝クムジュン・新設非公共より、空路ヘリコプターにてカトマンズへ。着後、市内のホテルへ。夜、カ市職員とMHCネ支部を招いての報告会。	ホテル
1/12 (日)	カトマンズ 滞在	午前 午後 深夜 23:25	専用車と運転手 KA103 発	フライト予備日。終日カトマンズ市街巡り、お買い物をお楽しみください。夜、大学へ通うMHC奨学生等と意見交換と夕食交流会。夕食後、現地係員と共に空港へ。深夜ドラゴン航空にて香港へ)	機中泊
1/13 (月)	香港 着 香港 発 東京(羽田) 着	6:00 8:55 13:45	着 CX548 発 着	早朝、香港着。キャセイパシフィック航空に乗り継いで東京(羽田)へ。羽田から貸切バスで松本へ(PM7:00頃到着)	各自宅

概要報告書

松本市カトマンズ市姉妹提携 30 周年記念事業「エベレスト・パノラマ撮影紀行とカトマンズ訪問」は、2020 年 1 月 4 日～2020 年 1 月 13 日までの日程で松本市民を始めとする参加者 12 名と MHC 鈴木理事長を加えた総勢 13 名により実施致しました。

参加者一行は、1/4 早朝、AM4:00 松本を貸し切りバスで発ち、羽田空港から香港を経由し、その日の夜現地時間 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。

1/5AM10:00、カトマンズ市役所を表敬訪問。カトマンズ市の秘書室幹部、MHC ネパール支部会員らが、私達一行を歓迎の手織りカタで出迎えていただきました。カトマンズのサキヤ市長、公務により不在のため、出迎えた秘書室幹部へ 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 30 周年の記念挨拶もさせて頂きました。カトマンズ秘書室幹部、国際部長らからも、末永い交流発展を願う、スピーチを頂きました。



1/5 カトマンズ市役所表敬訪問



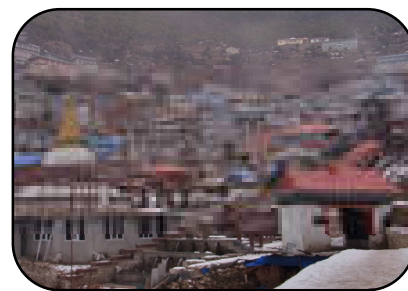
1/5 カ市表敬訪問記念撮影



カトマンズ旧王宮ハヌマンドカ広場

表敬訪問後、カトマンズの旧王宮、王宮前広場など訪ね歩き、世界文化遺産の遺跡探訪や建物群の震災復興状況なども視察。厚い信仰が人々の生活に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、MHC ネパール支部主催の歓迎会が、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。

1/6 晴れの朝を迎える。カトマンズから定期便でエベレスト山麓のルクラ 2827mへ飛ぶ。機内の小窓から、ランタンヒマール、ジュガールヒマールの白銀のヒマラヤが目に飛び込んでくる。ヒマラヤの峰が近づいてくるとエベレストが垣間見え、山麓斜面に造られたルクラ飛行場に着陸する。ルクラからは、サーダー・パサンタシシェルパ、エベレスト登頂経験のある屈強のクライミングシェルパ 3 人とキッチンポーターら 6 人、荷を担うゾッキョ 6 頭が待っていてくれた。ルクラからは、雪が積もる凍てつくエベレスト街道を登り降りし、4 時間ほどで最初の宿泊地パグディン 2652m泊。



空港から定期便に乗り込む ルクラ飛行場 荷を担うゾッキョ 雪積もるナムチェに到着 宿泊したロッジ

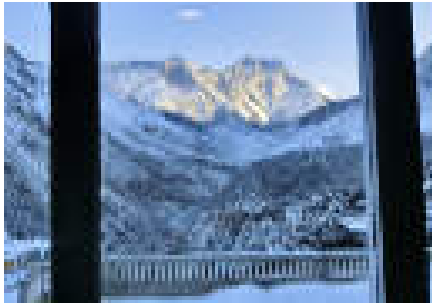
1/7、晴れ、パグディンを AM8:30 出発。今日は 7 時間余りの登りだ。途中ジュサレで国立公園入園手続きを行い、そこから 600m の高度差の急坂を登り、PM3:30 標高 3440m、雪の積もるナムチェバザールに泊る。この高度で、ほぼ全員が高山病にかかるので、要注意地点だ。1/8、積雪 15 cm 程の山道を登り、標高 3700m のシャンボチェへ向かう。そこからのエベレストの展望を期待したが厚い雲に阻まれて展望が効かない。3850m のエベレストビューホテルまでの登り、そこで休憩することとする。果たしてエベレ

ストがその姿を青空高く現した。その展望に堪能しながら、ビューホテルの熱い茶をすする。ここから雪道を少し下り、30分程で標高3790mのクムジュン村に到着する。

ロッジで用意された暖かい昼食を摂り、昼食後ヒラースクール・クムジュン校を訪問、MHCの建設した学生寮などを視察しながら、旧知の学校関係者や学生らと茶を飲み談笑。その際、数日後私たちがカトマンズへ帰還するヘリコプターでMHCの学校文具を搬送し、クムジュン学校へ寄贈する事を約しました。この日クムジュン村のロッジに泊る。



シャンボチェへの雪道に行く



姿を現したエベレスト

クムジュン校のヒラリー像

クムジュン校で先生・学生らと交流会

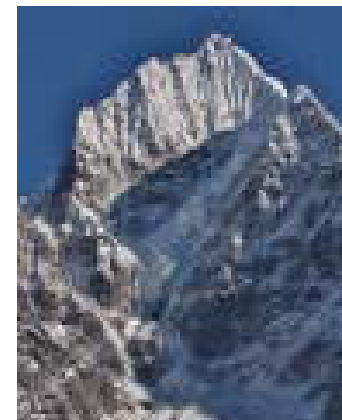
1/9、晴れの朝、クムジュンから。タンボチェへ向かう。向かう雪道の前面に8000mのエベレスト、ローツェの世界一のパノラマ展望が広がり、高さ6600~6800mのタムセルク、カンテガ、アマダブラムの白峰がエベレストの前面に、護衛しているようにそそり立っている。



クムジュン村を出発



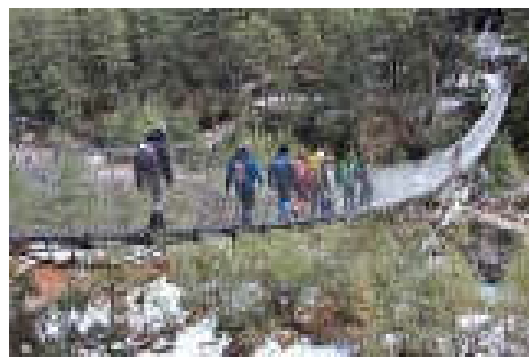
パノラマ展望が広がる



カンテガの白峰がそそり立つ



滑り易い雪のエベレスト街道を行く



つり橋を渡る



ゴンパの建つタンボチェ

途中、テシンの村落を通り抜け、ドゥード・コシの川のつり橋を渡るとブンキタンガ3190mに到着。昼食を摂り腹ごしらえをする。ここから林の中、高度差670mを登り返して、タンボチェへ向かう。登る正面にカンテガ6799mの大障壁が迫ってくる。山腹の右を登り続け、広い高原台地に上がると、PM3:00ゴンパの建つタンボチェ3867mに辿り着く。

タンボチェからは、遮るものもなく、世界一のエベレスト、ローツェの大パノラマが広がっていた。私たちは、宿泊ロッジに荷を置くと、今日登ってきた疲れも忘れ、圧倒的な迫力に感動する。



世界最高峰エベレスト 8848m左、ローツェ 8516m右の圧巻 星夜に聳えるエベレスト、ローツェの大障壁

しばらくで登りの疲れも取れ、落ち着きを取り戻すと、タンボチェ寺院へ全員で参詣する。私たちは厳かな寺院内に入ると、身も心も引き締まり、手を合わせ安置された仏像に、旅の無事と心の平安を祈る。

夕方、エベレスト山群の展望を期待するが、夕闇と霧が覆いはじめ、視界が効かない。寒さに震えながら、霧が晴れるのを耐えて待つ。陽が落ちてくると、暗闇の夜空に星が瞬き、エベレスト、ローツェの黒々とした大障壁が、厳然とその姿を現した。

1/10、長い夜が徐々に明けていく、空が白々として、世界一の山群が再び姿を現してくる。



空が白々と明けていく



エベレスト山群に朝陽が差し込む

待ちきれない参加者は、凍てつく雪原に三脚を据えて、写真撮影に臨む。カンテガ 6799mの頂に、朝陽が差し込み、エベレストの東南稜が赤く輝き始める。気温は -15°C ぐらい。参加者にとって、極寒なんてなんのその・・・この瞬間が至福の時なのだ



朝陽が昇るカンテガ 6799m



夜明け前から三脚を据える



朝陽に輝き始めるエベレスト東南稜



朝陽に照らされ始めるパノラマ展望



西にコンデリの山群が眩しい。



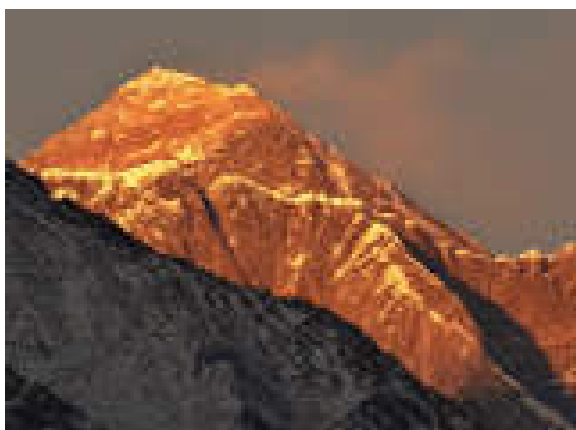
全員で記念撮影

朝食後、引き返すプンキタンガへの下りの雪道に注意する準備をする。2時間弱かけて、プンキタンガ到着。中休憩後。ドゥードコシに架かるつり橋を渡り、雪道を登り、テシガ村で昼食を摂る。食事中は、談笑し合い、皆、心が浮き立つ満足気な顔をしている。エベレストの姿に感動しているのだろうか。そこから坂道を休み休み登り、午後クムジュン村宿泊ロッジに到着。燃えるストーブで体を温め、熱い茶をすすり、軽い腹ごしらえをする。話題はエベレスト山群展望の事しきり、互いの苦労を称え合う。



ヒラリーの丘からの夕焼に染まるエベレスト山群の展望

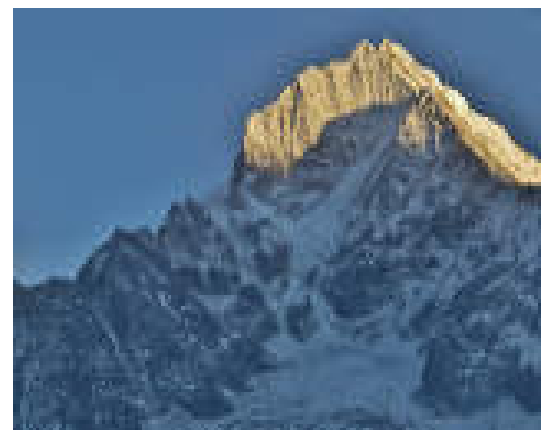
さらに、この日のエベレストの夕焼を撮影しに、村の東斜面に建つ、ヒラリーチュルテンの丘に登ることにする。そこはエベレスト山群の好展望地だ。この日期待通り、世界一のエベレストは夕陽に染まり、雪煙を吹き飛ばし、堂々と聳えるその気高い姿を、現していた。私たちはいつまでも見つめ続け、「ありがとう！、また会いに来るよ」と心に誓う。陽が西の空に落ちて、上空は余韻を残すように、薄桃色に染まっていた。



夕照に輝くエベレストの雄姿



夕陽に染まるアマダブラム 6812m



タムセルク 6623

1/11 快晴の朝を迎える。カトマンズからヘリコプターが迎えに来て、全員帰還する日だ。天気も良く順調にいきそうだ。エベレストの山群が、昇る朝陽に映えて白く、眩しく輝いている。

急ごしらえの雪を突き固めたヘリポートで、しばらく待っていると、果たしてエンジンを唸らせて雪煙を巻きながらヘリコプターが舞い降りてきた。全員13名が乗れるようにと計3機が続いて飛来してくる。

私たちは、素早く乗り込み、「ヒマラヤの白峰群」に別れを告げると、きびすを返すように、エンジンを唸らせてヘリコプターはカトマンズへ向かう。



迎えのヘリコプターが雪煙を巻いて飛来してきた ヒマラヤの峰々は、白く眩しく輝いていた

カトマンズは懐かしい街だ。ヒマラヤから帰還する、汚れて、疲れている私たちを、宿泊ホテルでは、優しく迎え入れてくれる。預けた荷物を受け取り、各自の部屋で身体の疲れを癒す。その日の夜、MHC ネパール支部主催の報告晩さん会に出席する。カ市部長、MHC ネ支部会員や、今回のレッキング手配してくれた、会社社長で、ネパール山岳協会会長アン・ツェリン・シェルパも出席して、私たちを慰労し、祝福してくれた。

1/12、午前中は、カトマンズの世界文化遺産を探訪。バクタプールなどの街中を散策し、復興の様子さらに人々の生活模様や暮らしぶり、そして、力強く生きている人々の素晴らしい笑顔に出会い、その感動が、2/21 からの井上百貨店で開催された報告写真展にも出品されました。

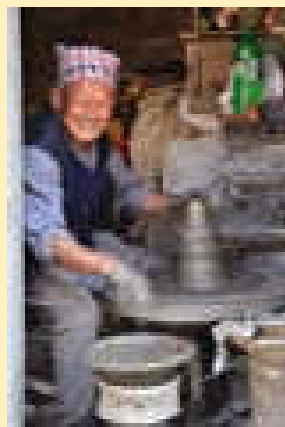
人々の暮らしぶり



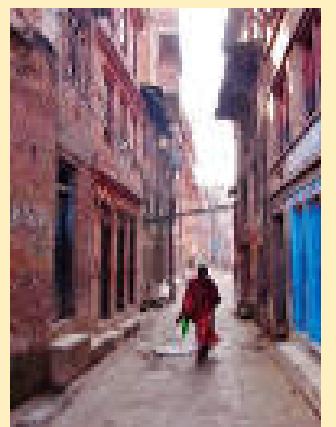
幼なじみの老人 3 人が日向ぼっこ



孫の世話する老婆たち



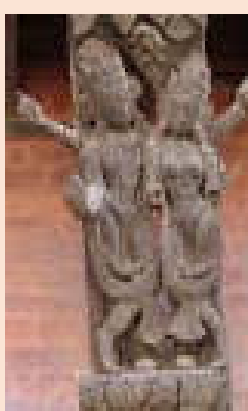
ろくろを回す職人



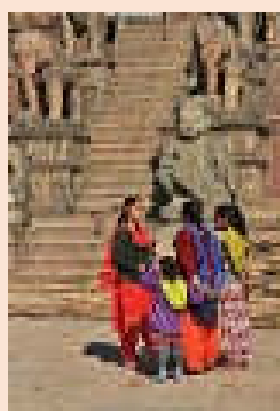
裏通りをいく女性



震災復興を学ぶ、課外授業の子供たち



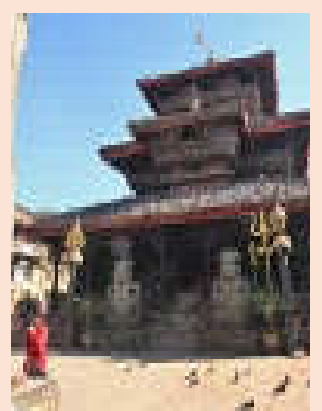
屋根を支える男女神像



井戸端会議？



金物屋の店番



ダッタトラヤ寺院

この日、夕方遅く、カトマンズの短期大学に通学する、MHC 奨学生 12 名とパサンダワ奨学金事務局長を招待して、夕食をとりながら激励と交流会を開催。PM7:00 過ぎまで盛り上がり、今後の支援も継続することを、そして学生たちは勉学に励み、シェルパの社会的地位向上と、一層の生活向上に努めることを約して、終了とした。



カトマンズの短期大学に通学する、MHC 奨学生 12 名を招待して、夕食をとりながら激励と交流会を開催

私達 13 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、PM23:25、ドラゴン航空でカトマンズ空港を離陸。香港を経由し、キャセイパシフィック航空に乗り換え、1/13、PM2:00 羽田空港へ到着。空港に待たせた貸し切りバスで PM19:00 過ぎ、松本に到着、解散とし、この日の夜までに全員無事帰宅する。

参加者は、素晴らしい思い出と共に、松本市と共通した「山と美しい自然」を控えたカトマンズ市との岳都交流と姉妹都市交流 30 周年記念事業としてのご挨拶をして、その責任も果して参りました。

皆様の、ご理解、ご協力、そしてご参加していただいた方々に、深く感謝とお礼を申し上げます次第です。

ありがとうございました。

松本市カトマンズ市姉妹提携 30 周年記念事業

「エベレスト・パノラマ撮影紀行とカトマンズ訪問」責任者

NPO 法人松本ヒマラヤ友好会 理事長 鈴木 雅則

エベレストパノラマ展望撮影紀行参加者名簿			
	氏名	住所	電話番号
1	荒井初彦 ARAI HATSUHIKO	千曲市大字桑原	
2	牧田英明 MAKITA HIDEAKI	松本市入山辺	
3	佐藤 明 SATO AKASHI	松本市清水	
4	平松康栄 HIRAMATSU YASUE	松本市松原	
5	平松やよい HIRAMATSU YAYOI	同上	
6	小林幸子 KOBAYASHI SACHIKO	松本市今井	
7	早川伸一 HAYAKAWA SHINICHI	池田町愛染6	
8	上条邦子 KAMIJO KUNIKO	松本市島立	
9	上條栄子 KAMIJO EIKO	松本市神田	
10	徳原嗣久 TOKUBARA TSUGIHISA	大町市常盤	
11	中村治幸 NAKAMURA HARUYUKI	安曇野市穂高有明	
12	中村由可里 NAKAMURA YUKARI	辰野町小野	
13	鈴木雅則 SUZUKI MASANORI	松本市島立	



2020年1/10、エベレスト8848m、ローツェを仰ぐ、朝のタンボチェ、参加者全員で記念撮影。

クーンブヒマール山群ーシェルパの家族



エベレスト街道、女の子がお家から出てきて、ごあいさつ



クムジュン村で、知り合いのシェルパの家族たちと、楽しい懇談会？。



エベレス街道沿いのクムジュン村 3800m付近、朝の水くみ



クムジュン村ナムチェへ、荷を担うゾッキョを連れて、ナムチェバザールでの買い出し。

報告書

写真展開催

松本市カトマンズ市姉妹提携 30 周年記念事業

松本ヒマラヤ友好会山岳写真展
—エベレストパノラマ
撮影紀行とカトマンズ訪問編—

会場 井上デパート本店 7 階催事場大ホール

期日 令和2年 2/21(金)～2/25(火)AM10:00～PM7:00
(最終日 PM5:00 まで)

エベレストパノラマ撮影紀行とカトマンズ訪問の事業報告とその参加者
による写真展

表彰式 令和2年 2/22(土)PM2:00～PM3:00

審査員 MHC 理事長 鈴木雅則

クムジュン・ヒラリーの丘から
2020.1 撮影 牧田 英明

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 松本市海外都市交流委員会 信濃毎日新聞社 朝日新聞長野総局 読売新聞松本支局
中日新聞社 MGプレス、市民タイムス 長野日報社 長野県写真連盟

写真総評



作品各賞審査員

NPO 法人松本ヒマラヤ友好会(MHC)理事長 鈴木 雅則

NPO 法人松本ヒマラヤ友好会(MHC)主催松本市カトマンズ市姉妹提携 30 周年記念エベレスト・パノラマ撮影紀行とカトマンズ訪問事業は関係各位のご後援をいただき、お蔭を持ちまして、2020年1月4日(土)~2020年1月13日(月)までの日程で、現地エベレスト山麓及びカマンズ訪問を松本市民を始めとする参加者13名により実施。交流の成果を上げて全員無事帰国いたしました。

そしてこの度は、松本市カトマンズ市姉妹提携 30 周年記念事業「松本ヒマラヤ友好会(MHC)山岳写真展—エベレスト・パノラマ撮影紀行とカトマンズ訪問編—」と題した写真展を開催。市民参加者13名より、1000点を超える感動作品が寄せられました。

そのうちから入選作品66点を展示することにし、さらにその中から、カトマンズ市長賞、松本市長賞をはじめ、後援各新聞社賞など10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。

今回の写真展に寄せられた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、素晴らしく表現されており、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くことで、姉妹都市「カトマンズ」のなつかしさと『ネパール国』のすばらしさが、感じられてくると思います。

NPO 法人松本ヒマラヤ友好会(MHC)理事長 鈴木雅則プロフィール

鈴木雅則は、ヒマラヤ登山経験を活かし、中部山岳において、創立以来旧安曇村と、合併後は松本市との共催事業として、30年、MHC 登山講習にて市民登山を指導。登山技術と初歩的医学知識など、市民の皆様に、登山の注意と心得を指導して参りました。

山岳写真指導は、MHC 登山講習において25年以上、日本を代表する山岳写真家で、ヒマラヤ写真の第一人者だった内田良平氏(2019.7 逝去、享年83歳)を講師に写真教室を中部山岳で実施。また井上百貨店などで中部山岳、ネパール・ヒマラヤ、姉妹都市カトマンズ及びヨーロッパ・アルプス、姉妹都市グリンデルワルド村を紹介する写真展などをこの30年の間に毎年開催。

写真展の開催は、テレビ、ラジオ、新聞紙上で広く評判になるなど多くの実績があります。

審査員鈴木雅則の主な作品「ヒマラヤの青い空とカトマンズ」「上高地の美しい自然と槍穂高連峰縦走」等。各作品は、県立・長野図書館、及び松本市中央図書館に所蔵されています。

1950年2月東京都品川区生まれ、慶応義塾大学文学部哲学科中退、1973年より松本市在住、職歴：槍ヶ岳山荘勤務、1982年より、松本市で土地家屋調査士、行政書士事務所経営。しかし体調を崩し、2018年事務所閉所。表彰：2019年度松本市功労者表彰を授与される。

役職歴 2020年現在：NPO 法人松本ヒマラヤ友好会(MHC)理事長、公益社団法人日本ネパール協会理事 同長野県支部長、松本市海外都市交流委員会副会長、同委員会カトマンズ部会長、

松本市長賞



願いを込めたエプローグ

牧田 英明

(公益)日本ネパール協会賞



ろくろを回す職人

中村 治幸

カトマンズ市長賞



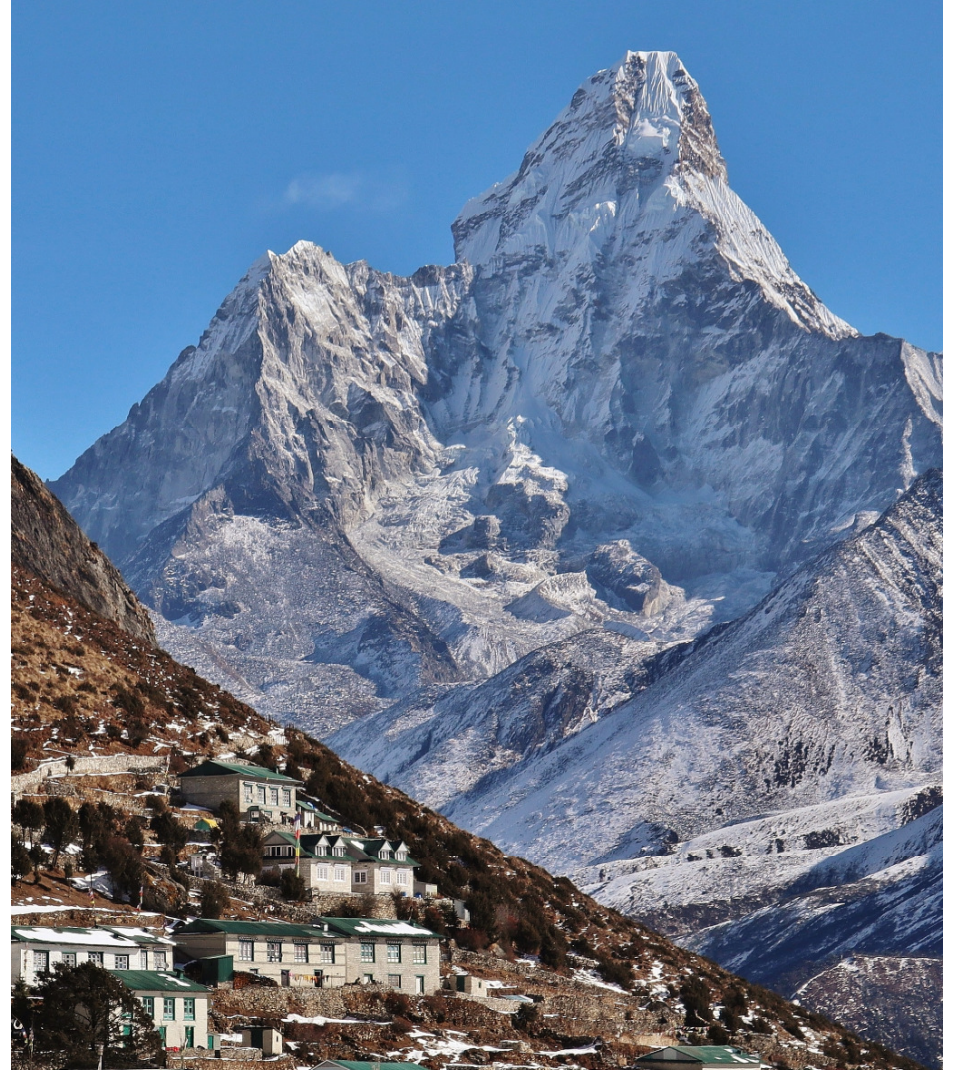
人々の営み バクタプールにて

佐藤 明

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	クムジュン村から仰ぎ見るアマダブラム 6812m	平松 康栄	松本市松原
	カンテガ6799m・タムセルク6623mを仰 ぐクムジュン村	同 上	
	クムジュン村を抱くクンビーラ5761m	同 上	
	永遠にはためくボドナート	同 上	
	タンボチェに微笑む山々・エベレスト・ ローツェ・アマダブラム	平松 やよい	松本市松原
	ハヌマンドカ・神が見つめる	同 上	
	信仰の山クンビーラとクムジュン村	同 上	
	日向ぼっこするバクタプールの壺	同 上	
朝日新聞長野総局長賞	頂の夕映え	中村 由可里	辰野町小野
	白い街道	同 上	
	クムジュンへビスターリ、ビスターリ	同 上	
	クムジュンの雲海に浮かぶ	同 上	
	夕陽を浴びて輝くエベレスト ～クムジュン村ヒラリーの丘より～	徳原 嗣久	大町市常盤
	蒼天を突いて聳える鋭峰「アマダブラム6623 m」～ふもとにチベット仏教寺院が建つ～	同 上	
	空色ににじむ エ ベレスト・ローツェの嶺々	同 上	
	朝陽に光るローツェの岩稜 (左奥にエベレスト8848mが見える)	同 上	
読売新聞松本支局長賞	夕霧が流れるエベレスト街道～左からエベレ スト・ローツェ・アマダブラムの岩峰～	同 上	
	巨大氷塊崩壊の場 タムセルク6623mの岩壁	同 上	
	仏陀の目が描かれた巨大なストゥーパ ～チベット仏教寺院ボドナートにて～	同 上	
	木彫の55の連窓が巡らされた宮殿 バクタプール・ダーバースクエアにて撮影	同 上	
	レンガの都そして信仰の都 カトマンズ	同 上	
	野菜を売る農婦	同 上	
	エベレスト遠望の朝	荒井 初彦	千曲市大字桑原
	ヒマラヤ山脈の朝	同 上	
	世界遺産の裏道	同 上	
	世界文化遺産バクタプールの広場	同 上	
中日新聞社賞	天空への道	同 上	
	五重の塔ニャタポラ寺院五重の塔、の修復	上條 栄子	松本市神田
	バクタプールダルバール広場に建つ55窓 の宮殿	同 上	
	路地を走るバイク	同 上	
	街の賑わい	同 上	
	荷物を背負ってくれるゾッキョ	小林 幸子	松本市今井
MGプレス賞	世界文化遺産、古都バクタプル	同 上	
	修復中のニャタポラ寺院	同 上	
	雪の朝、輝くマニ石	同 上	

	題 名	出品者氏名	住所
松本商工会議所会頭賞	エベレストの朝	早川 真一	池田町愛染
	タムセルク		
	朝日のエベレスト・ローツェ		
	経文の刻まれたマニ石が並ぶメンダンに囲まれた、チベット仏教総本山タンボチェ寺院	上條 邦子	松本市島立
	朝日を浴びるエベレスト、ローツェの威容		
市民タイムス賞	震災復興を学ぶ、課外授業	同 上	
	神の山クンビーラ山を望み、つり橋を渡る	同 上	
松本市長賞賞	願いを込めたエプログ	牧田 英明	松本市入山辺
	ナムチェバザールを後にして	同 上	
	カトマンズの露店風景	同 上	
	目に囲まれる町	同 上	
	薄雪に輝く神の山クンビーラを望んで	同 上	
	アマダブラムに見守られた日	同 上	
	タムセルク、険しく	同 上	
	ブンキタンガのつり橋	中村 治幸	安曇野市穂高有明
	アマダブラムの郷に育む	同 上	
	エベレストの夜明け	同 上	
	タムセルク6623m	同 上	
	街の魚屋さん	同 上	
(公益)日本ネパール協会賞	ろくろを回す職人	同 上	
	シェルパ族が神の山と崇めるクンビーラ山5761m	同 上	
	古都バクタプルの広場にて、ツボの天日干し	同 上	
	マニ石に込められた信仰の重みを感じ	佐藤 明	松本市清水1丁目
	思いかけず雪の街道、身も心も清められるようで	同 上	
	また、会いに来ます。心に誓って	同 上	
カトマンズ市長賞	人々の営み バクタプールにて	同 上	
	聖なる月と太陽 バクタプールにて	同 上	

信濃毎日新聞社賞



クムジュン村から仰ぎ見るアマダブラム 平松 康栄

松本商工会議所会頭賞



エベレストの朝

早川 真一

朝日新聞長野総局長賞



頂の夕映え

中村 由可里

読売新聞松本支局長賞



朝陽に光るローツェの岩稜
(左奥にエベレストが見える)

徳原 嗣久

中日新聞社賞



世界文化遺産バクタプールの広場

荒井 初彦

MGプレス賞



荷物を背負ってくれるゾッキョ

小林 幸子

市民タイムス賞



震災復興を学ぶ、課外授業

上條 邦子

写真展開催のごあいさつ



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、特定非営活動(NPO)法人として認証され、今年度まで 30 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。

松本市カトマンズ市姉妹 30 周年記念事業、一エベレスト・パノラマ撮影紀行とカトマンズ訪問&報告写真展—は関係各位のご後援をいただき、お蔭を持ちまして、2020 年 1 月 4 日(土)~2020 年 1 月 13 日(月)までの日程で、現地カマンズ訪問を松本市民を始めとする参加者 13 名により実施。全員無事帰国し、交流の成果を上げて帰還いたしました。

そしてこの度は、報告写真展の題名を松本市カトマンズ市姉妹提携 30 周年記念事業「松本ヒマラヤ友好会(MHC)山岳写真展—エベレスト・パノラマ撮影紀行とカトマンズ訪問編—」と題して、その事業の報告写真展と共に、「市民参加者 12 名全員」による写真展を、2020 年 2 月 21 日(金)~2 月 25 日(火)の日程で、松本駅前の井上デパート本店 7 階大ホールにて、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。



井上百貨店 7 階大ホール写真展会場

令和 2 年 2 月 26 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



古都バクタプールの王宮内
王宮の扉の前にたたずむ、屈託のない笑顔の親子 撮影 鈴木晴子

ヒマラヤの青い空とカトマンズ-IV

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