

中高年の海外登山考

—— 問題の起こらない前に ——

田 山 勝

87年秋にモン・ブランで痛めた足を気づかいながら、軽いスキーや岩壁登はん、積雪期登山をつみ重ね、ようやく長期登山に耐えられるようになった。そこで、高橋善数（日本山岳会員）氏と話し合いアンデス登山を計画、アコンカグア（6960m）を目標山岳とした。

期間は手続きを除き10日間。中高年にさしかかった体力や高所の影響、季節、気象などを考え合わせると、常識的に見ても登頂は難しい。そんな複雑な心境のままの入山であった。

ところが、いざ入山してみると、別の伏兵も控えていた。体力の消耗を防ぐため予約したムーラ（馬）は、この季節では使えないと断られ、ただ長いだけのオルコネス谷で荷上げ作業を強いられたうえ、ベースのプラサ・デ・ムラス（4200m）から出て、3日目からは季節風の「吹き出し」を思わせる、この山特有の烈風と雪が吹き荒れ、ついに5800m下で追い返された。90年5月中旬のことである。

中高年登山者の増加と事故多発で、その対策が呼ばれている昨今。「では、お手本になるような登山を」と意気込んだものの、やはりアンデスの最高峰である。簡単には登らせてくれなかった。しかも北西面からのノーマル・ルートである。

「僥倖」から海外指向も

経済的豊かさと時間的余裕に裏打ちされた中高年層が、自分の健康管理やストレス解消の対象として「山歩きでも」と考えるのはごく自然のことだと思われる。新鮮な空気や森林にひたることは、それだけでも都会の喧騒から逃れ、蘇生したような感覚になる。

このようなメリットからか、最近、中高年層で山を始める人が多いことは、広くマスコミでも取り上げられている。「生涯スポーツ」の一環として野外スポーツを選ぶことは、グラウンドでのスポーツと異なり、次々と雰囲気の変化する点などで魅力的だが、反面、自然の威力に無知で対することは大変に危険である。

そこで登山を例にとるなら、全般的なことを学びながら、経験豊かなリーダー、ガイド等と山行することが、初心者の絶対条件となる。

にもかかわらず、単独や即成チームで簡単に山へ入るケースが多い。そうした人たちが天候も体調も良く、コースも難度の低い所を僥倖（ぎょうこう）で登ったとしたらどうだろう。そうした行為はくり返され、次第にエスカレートすることは予測できることだ。

ある即成チーム（45歳以上の集団）がこの夏、東北地方で3泊4日の山行を行い、自慢げに振り返っているのを聞いたが、任意団体にありがちな無知・無謀さは、分別ある年齢の人たちとは思えぬ

ほどで、空恐ろしい印象さえ受けた。無論、このチームは未組織・未加盟（協会、連盟等へ）で「仲良しグループ」的なものである。暇を作って海外登山でも、と話はふくらんでいた。

忘れられている「高所生理」

国内で中高年初心者が増加しているのに伴い、この傾向が海外登山の領域にまで広がりを見せていることも周知の通りである。対象とされているのはヨーロッパ・アルプス、キリマンジャロ、ヒマラヤ・トレッキングなど、比較的入山し易い世界各地の有名山域である。

アコンカグアの夏（日本の正月登山期）を例にとってみると1989年12月から90年1月にかけて、世界各国から1296人（うち女性122人）の登山客が訪れている（内訳は別表）。 別表

登山申請を受けるメンドーサ国立サッカー場内にあ
る体育局長の登山担当官、J・キログ氏によると、世界
各国からこの季節に登山者が集中するというが、登頂
者のパーセンテージは極めて低いそうだ。そのほとん
どは高所順応できないままの下山である。ちなみに日
本人登山者はどうか、と聞くと複雑な表情で首をかし
げていた。昨年、1 昨年のデータは見せてもらえな
かったが、日本からでは遠い山域とされるアンデスの
一山へ、これほどの登山客が訪れている。中高年者も
数多く含まれていることは推察できる。北半球の山域
ではこれを上回る登山客がいることは想像でき得るこ
とである。

1990年 アコンカグア登山者内訳 (メンドーサ・体育局調べ)		
①アメリカ	341	(女性33)
②アルゼンチン	171	(16)
③フランス	98	(12)
④ドイツ	88	(15)
⑤スペイン	86	(6)
—————以上ベスト5		
⑥オーストリア	73	(2)
⑦日本	66	(3)
		：
		以下省略
		：

恐ろしい体力低下や疾病

海外登山と国内登山の違いはいろいろある。渡航
手続のような簡単なことはエイジェンシーでもできよ
うが、最も大切な山岳についての研究や登山準備は他人にまかせてすませることはできない。目標山
岳にしても国内最高峰の富士山以上の高度がベースや対象の山で、4000mをこえているケースがほと
んどである。

計 1296 (122)

つまり、これまで経験したことのない高所へ行くわけだから、いかに立派なリーダー、ガイドなど
がついていても、初心者が簡単に入れる世界ではない。

海外登山の「ツアー」も盛んなようだが、ゴルフやスキーのパックツアーと同じレベルで考えたら
深刻な事態を招きかねない。これまでも係争した例はいくつかあるが、海外登山を軽くみた象徴的
ケースといえる。海外の高所へ行くには、長い経験を重ね、鍛え抜かれた登山家たちでさえ、慎重な
計画を練り万全な準備をする。必要経費を払い込み、身ひとつ行けば「登らせてもらえる」ような世

界ではないのである。

特に中高年の場合は年齢的な体力の衰え、持病など医学的な問題も多く、簡単なメディカルチェックだけで済むものではない。山の先輩、とくにツアー会社に関係する人は、初心者を中心に海外の高所へ導くことは慎しむべきだと考える。

改めて「登山」の認識を

「生涯スポーツ」という言葉が使われ出したのは10数年前である。今日のようにひんばんに使われ出したのは教育改革に関する臨時教育審議会答申（最終答申は昭和62年8月）以来である。昨今では言葉の持つ意味の理解度は別としても、完全に「市民権」を得た言葉として定着している。

この答申では教育改革の視点としていくつかの項目があげられているが、その中に「生涯学習体系への移行」という項目があげられている。この生涯学習体制の整備との関連で、スポーツ振興が位置づき、その中に「競技スポーツの振興」「スポーツ医・科学の研究の推進とスポーツ基盤の整備」と並び「生涯スポーツの振興」が打ち出されている。

こうしてみると、生涯スポーツは生涯学習の一環であり、競技スポーツに対する概念として使われているとみてよい。生涯スポーツという言葉が使われる以前は、競技スポーツに対し市民スポーツ、大衆スポーツという表現が当てはまっていた。現在でも一般に使われているスポーツとは一線を画している、とする見方が一般的だ。

ところで、これを登山に当てはめてみるとどうだろう。海外の高所登山や困難な岩壁登山等は大衆スポーツの域、コミュニティスポーツの域ではあるまい。否、国内登山でも大衆スポーツという登山は少ない。登山とはそれほどメンタルな要素と強じんな体力を要する特殊なスポーツなのである。

言いかえれば、中高年から登山を始めることはソフトボール、ゴルフ、バレーボールなどグラウンド・スポーツと違い、あまりに「過酷」な要素が多過ぎる。つまり生涯スポーツとして中高年初心者が行える登山は、高度は低く歩行距離も短く、山麓に医療施設などある限られた範囲であるべきなのだ。こうした山行でも、経験と知識を持ったリリーダーが加わるべきである。

「中高年登山隊」がアコンカグアを失敗し、早や半年間が過ぎた。あのブラサ・デ・ムーラスのベースで、もし中高年の経験浅い登山者がいたとしたら悲劇である。こうしたブームを決して否定するものではないが、登山には厳しい側面が多いことを、もっと知らしめるべきだということを痛感している。

（日本山岳会員）