平成22年3月1日発行（隔月刊）通巻127号　年6回奇数月1日発行　平成13年2月13日第三種郵便物認可

どうどうわーるどにゅうす DOUDOU WORLD NEWS

アフリカの旅と文化の情報誌

2010 | 3 No.127

特集 キリマンジャロに登ろう！

弊社きっての登山家・羽鳥 健一と、有冨 晃典がその魅力を語る！

キリマンジャロに登ろう！

アフリカ大陸最高峰でありながら、ビギナーでも登頂できる山。
キリマンジャロは眺めるだけでなく、登るもの！
まずはキリマンジャロを知り、登頂に挑戦してみませんか。
19歳にしてキリマンジャロ登頂を果たし、60回以上の登頂歴を誇る
弊社きっての登山家・羽鳥 健一と、ビギナーと して挑んだ有冨 晃典が、
その魅力を語ります。

（写真提供/羽鳥 健一）

しっかり準備し、体調を整えて臨めば、決して難しい山ではない。

羽鳥 健一

キリマンジャロとは

タンザニアとケニアの国境に聳えるアフリカ大陸最高峰（5895m）。独立峰の複式成層火山（富士山と同じ）で、約75万年前にアフリカ大地溝帯の活動に伴いできたといわれる。山域は南北約30km、東西約50kmで、西からシラー、キボ、マウェンジの3つの峰からなる。最高峰はキボ峰のウフル（〝独立〟の意）ピーク。地球上にいくつか存在する、赤道付近にありながら氷河を戴く山の一つだが、近年氷河の量は減少の一途を辿っている。

キリマンジャロの名前の意味・由来は諸説あるが、「輝く峰」、「終わりのない旅路」、「（地元チャガ人にとって）我々の山」などを指す言葉をヨーロッパ人が訛ってこう呼ぶようになったといわれている。「キリマンジャロ」という名前自体に「山（あるいは峰）」という表現が入っているので、〝キリマンジャロ山〟という呼び名は不適切だ。

グレゴリー・ペック主演で映画化もされた、アメリカの文豪アーネスト・ヘミングウェイの小説『キリマンジャロの雪』の中の「～凍りついた一頭の豹の屍（しかばね）～」という一文が、この山を世界で最も有名な山の一つにしたといえる。ちなみに1960年代にはヒョウの屍は失われてしまった。今では、「レオパード・ポイント」という場所にその名残をとどめている。

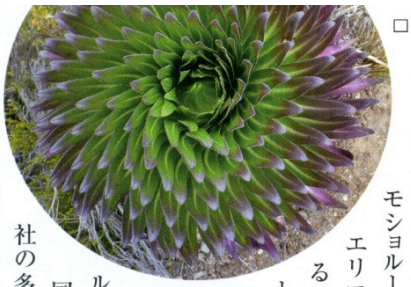
固有の植生と自然環境

山域の樹林帯175平方キロメートルを除いた部分がキリマンジャロ国立公園とされ、1987年にUNESCO世界自然遺産に認定された。現在、年間約2万5千人の登山客が訪れ、統計によれば約1万人が毎年登頂に成功しているという。基本的には頂上部分・登山ルートには深い雪や急峻な岩壁がないため、高度な登山技術なしで登ることができる。その意味では、万人の登頂が可能な世界で最も高い山のひとつといえる。

山中の自然は、「熱帯から極地までの自然が垂直に配置されている」、「下から上に登るだけでアフリカ大陸を南北に縦断するに匹敵する」といわれる程、ユニークでバラエティーに富んでいる。気候帯は大まかに低い順から、①亜熱帯雨林帯、②ヒース&ムーアランド（低潅木中心の荒地）帯、③高地砂漠帯、④氷環（頂上周辺）の4つに分けられる。特筆すべきは②のヒース&ムーアランド帯だ。ジャイアント・セネシオ、ジャイアント・ロベリアなど、日夜の温度差や低酸素に適応した植物が群

生し、独特の景観を作り出している。

年間数万人もの登山者が訪れているのにもかかわらず動物相も豊富。エリアによって多少の差はあるが森林に生息するゾウ、ダイカー、エランドや霊長類、多種の鳥類、もちろんヒョウも生息している。余談だが、筆者はかつて4000m付近で単独のチーターを、3500m付近で単独の雄ライオンを目撃したことがある。


ロベリアの幼樹

登頂にむけて

キリマンジャロには、特色のある6つのポピュラールートがある。

利用する登山者が最も多いマラングルート、最も景色が美しいといわれるマチャメルート、ハードで体力を要する直登のウンブエルート、動植物相が豊かな樹林帯を歩くレモショルート、最も広いエリアをカバーするロンガイルート、そしてマチャメのバリエーションとされることが多いシラールート。

国内の旅行会社の多くは山小屋泊のマラングルートを利用した登山ツアーを行っているが、ヨーロッパの登山客の間ではマチャメルートや、縦断ルートに近いロンガイルートなど、テント泊の登山ルートも人気がある。

日本人の場合は、日常的に高山・低酸素に慣れる身体を作るのは難しいため、どのルートを利用するにせよ、「ポレポレ(スワヒリ語でゆっくり)」をマントラのように唱え、ゆっくりと身体を高度に慣らしながら登っていく必要がある。低酸素に対する適応力・反応は個人差が大きいが、山中ではたっぷりと水分を摂って体内の水分バランスを良好に保ち、アップダウンを繰り返しながら登れば、なおスムースに順応できるといわれている。ダイアモックスなど高山病の症状を改善する薬を服用しながら登る登山者も多い。

高度な登攀技術を要せず、雪山登山の要素もないため、アイゼンやピッケル、ザイルなどは必要ないが、熱帯から極地まで(気温帯は+25℃～-15℃)の気候帯を縦断するための服装は必須。また、年間を通じて雨が多い気候帯も有しているので、雨への対策も必要だ。

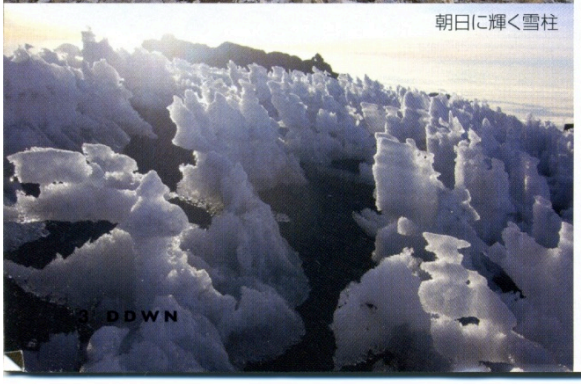
とはいえ、しっかりと準備し、体調を万全に整えて臨めば、決して登頂が難しい山ではない。事実、全くの初心者でもアフリカ最高峰の頂点を踏んでいる方は多い。あとは、体力向上に励み、諦めないで登る精神力を養って、ぜひ臨んでいただきたい。インターネット上に氾濫する頂上直下の想像を絶する風景を現実のものとして目の当たりにするであろう自分自身の反応・感動を楽しみに…。

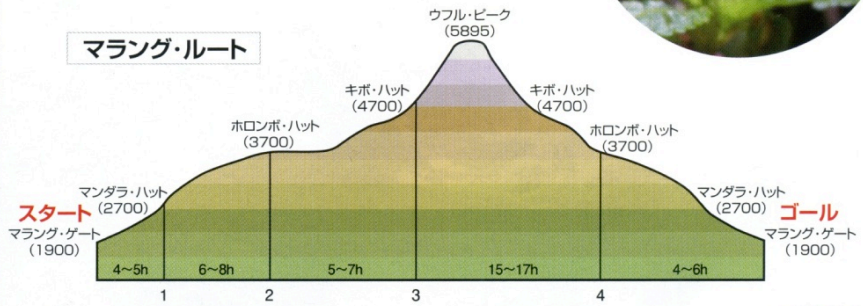
茜色から群青に変わっていく夕暮れ空

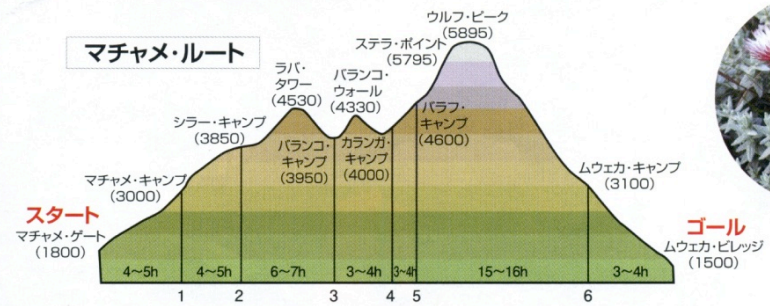
ジャイアント・ロベリアの群生

樹林帯の花

霧の中進む


朝日に輝く雪柱





アザミ科の花

太陽の光に祝福されて。ウフルピークの一点が、一瞬のパラダイスとなる。

有冨 晃典

頂上直下の太陽　和山様 ご提供

男たちの歌　山本様 ご提供

キリマンジャロに登りませんか？そう訊かれたら「6000m近い山なんてとても無理。ましてアフリカでしょ？」と多くの人が思うはず。それはキリマンジャロが、実際どんな山なのか知られていないから。キリマンジャロをもっと身近に知ってもらうために、メジャーなマラングルート4泊5日の山行を書いてみた。

亜熱帯雨林帯から高地砂漠帯へ変化に富んだ山歩き

1日目は現地ガイドやポーターとの出会いから始まる。体格は様々だが、共通しているのは計り知れない体力と人懐っこい笑顔。大きなカセットテープを脇に抱えて音楽を聴きながら荷物を運ぶご機嫌な怪力もいる。4～5時間歩いて1000m程度高度を上げる。鬱蒼とした亜熱帯雨林帯だが、登山道は整備されている。マンダラハット(標高約2700m)に着くと、ポーターはティータイムの準備。夕食は、スープやパンやパスタ、フィッシュソテーやベークドチキンといった欧米食で、味付けはかなり良い。コックの腕前は、快適な登山に欠かせない要素だ。

2日目は雨林帯を抜けて低灌木帯を歩くので視界が開ける。6時間位歩いて1000m程度高度を上げる。道は快適。十分すぎるほど睡眠をとった身体は快調で、高山病の不安はない。午後はゆるやかな傾斜が続く。ジャイアント・セネシオという象徴的な高山植物が姿を現す。少し疲れを感じたころホロンボハット(標高約3700m)に到着。あとは夕食と寝るだけだ。人によっては高山病の兆候が現れる標高なので、腹式呼吸や水の摂取、のろのろ動作などの対策を実践する。深夜、月明かりに照らされて雪をかぶったサミットが姿を現す。これがまた美しい。

3日目は最後のキボハットへ向かって高地砂漠帯を歩く。6時間位歩いて1000m程度高度を上げる。主峰のキボ峰と副峰のマウェンジ峰の間の広大な鞍部まで行くと植物はもうほとんどなく、高地砂漠帯の宇宙的な景観になる。おおきな雲の塊が地面を滑っていくようすが印象的だ。

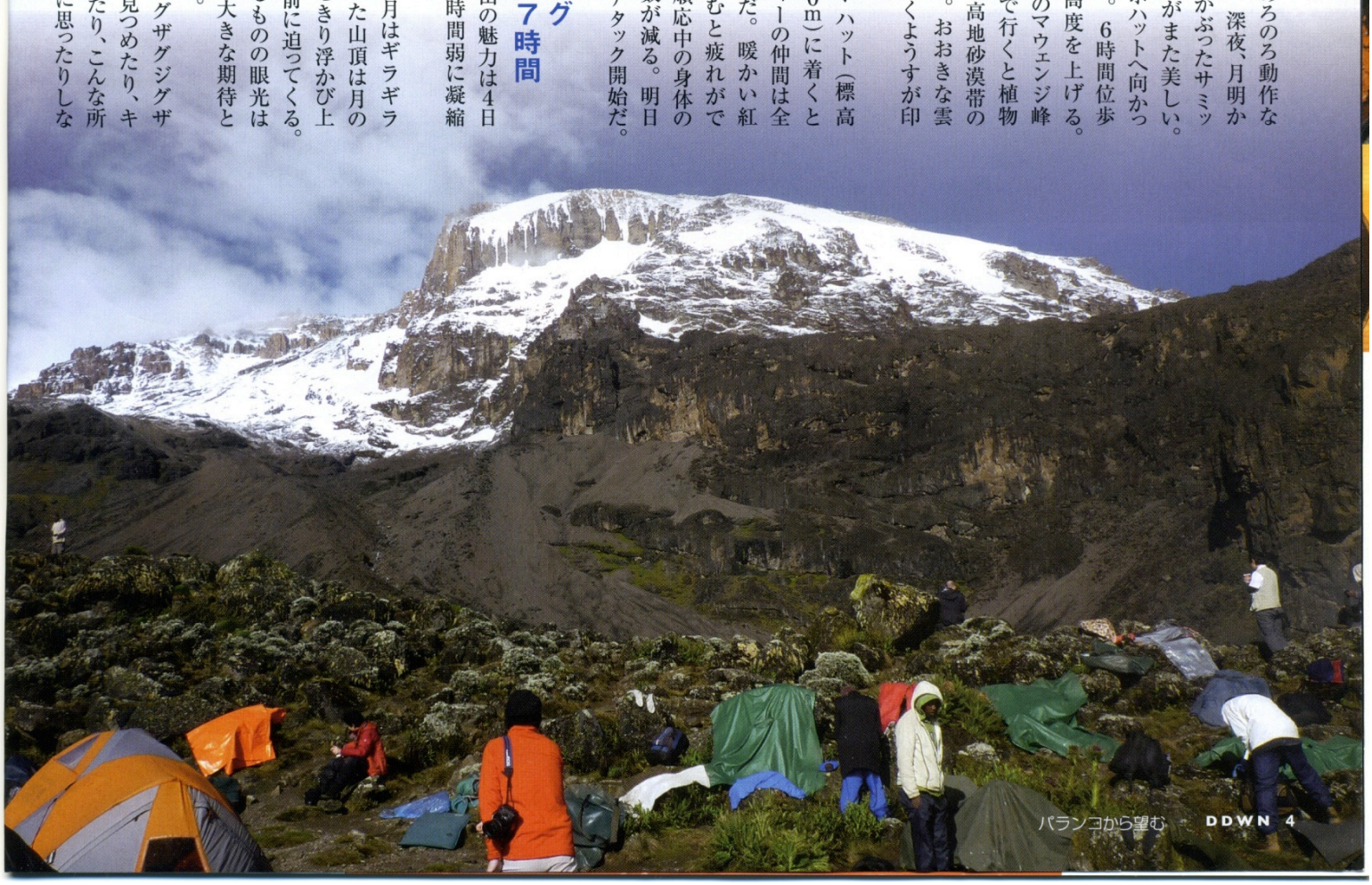
キボハット(標高4700m)に着くとパーティーの仲間は全員同室だ。暖かい紅茶を飲むと疲れがでてくる。みんな高度順応中の身体の変化が気になって口数が減る。明日は午前0時、いよいよアタック開始だ。

ゆっくりジグザグ頂上アタックの7時間

キリマンジャロ登山の魅力は4日目、頂上アタックの7時間弱に凝縮される。

空気は澄みきって、月はギラギラしている。雪をかぶった山頂は月の光をあびて夜空にくっきり浮かび上がり、巨大な影が眼前に迫ってくる。みんな押し黙っているものの眼光はギラつき、心の中では大きな期待と不安が渦になっている。

ゆっくりゆっくりジグザグジグザグ。前の人の歩調を見つめたり、キボ峰と星空を見渡したり、こんな所にいる自分を不思議に思ったりしな



パランコから望む

がら登り続ける。傾斜はきつくなり、高度が上がっていることを感じる。自分の肺が標高5000mの領域にいることにナーバスになりながら、慎重に大量に空気を吸って吐いて、吸って吐いて…。高山病の症状のある人はこの辺から自分との戦いになる。

夜空の色が薄くなってくる。険相なマウェンジ峰が闇の中からうっすらと浮かびあがり、月の光が弱まっていく。美しい黎明の時。皆が押し黙って進む中、ガイドのチャガ人がかすれた声で気持ち良さそうに歌う。歌はキリマンジャロの美しさに捧げた祈りのように、その場の空気にとけて消えていく。

地平線が明るくなっていく。傾斜がきつくなり山がいよいよ迫ってくる。期待が膨らむのを押さえられない。身体はただ重く鈍くなり、心と身体が離れ離れになりそうだ。呼吸法なんか忘れてハアハアしながら岩の合間に滑り込んでいくと、大きな看板。《～YOU ARE NOW AT GILMAN'S POINT, 5681M AMSL～》

キリマンジャロ登山は、このギルマンズポイントからさらに火口の縁を歩いて、最も高いウフルピーク(5895m)まで登る。ギルマンズ登頂への安心で気が緩んだ心のエンジンに蹴りを入れる。

頂上部の縁にたどり着くと巨大な氷河と対峙する。数十年後には消失するといわれる氷塊はその儚いイメージに反して力強く巨大だ。明け方の日の光を吸収して内側から微かに青い光りを発しているのが美しい。ウフルピークに向けて長い尾根を登る。眼下には世界が広がっている。自分の生身の身体がアフリカの空と大地の先端を結んでいる。地平線から太陽が生まれる。雪面はオレンジ色に染まって輝きだす。太陽の光に祝福されて、もうウフルピークに辿り着けないという不安はない。

5895m登頂。《～CONGRATULATIONS YOU ARE NOW AT UHURU PEAK, TANZANIA 5895M AMSL～》

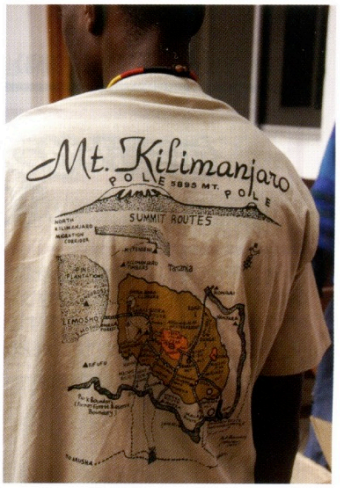
ウフルピークは喜びの顔と声で溢れんばかり。目と目が合えば化学反応のように笑顔がほとばしる。広い世界の中の一点、このピークの一点が局所的にパラダイスだ。わずか15分程度の一瞬のパラダイス。

登頂証明は自分との決闘の証

下山は、胸を張って「We made it!」。恥ずかしげもなく自慢する。マラングゲートについたら、ここでしか買えないキリマンジャロTシャツはマストバイ。そして、ガイドやポーターとの別れ。最後に全員で歌ってくれる。ありがとうの気持ちで心が一杯になる。

〝ウフルピーク登頂〟と書かれた登頂証明は自分との決闘の確固とした白星の証。このほくそ笑んでしまうような誇らしさ、大陸最高峰を登れてしまう人間だという自分の迫力ある一面を知ることが、キリマンジャロ登山のなによりの収穫であり魅力だ。

まだ登られていない方は、ぜひ挑戦していただきたいと、心から思う。



キリマンジャロTシャツ　山本様 ご提供

山の名前のミネラル水

頂上看板とガイド

キリマンジャロに登ろう

担当《羽鳥》

マチャメルートで登る! キリマンジャロ登山とサファリ 14日間

アフリカ大陸最高峰、"キリマンジャロ"。ウフルピーク到達にこだわったマチャメルートでの登山です。今まで約70名の方がチャレンジしましたが、60名以上91%の割合でウフルピーク登頂に成功しています。通常よりも一日多くしてテント泊を楽しみながら"ゆったりペース"でチャレンジ! 下山後はアンボセリ国立公園でのんびりとサファリをどうぞ。

スケジュール

1	夜:成田・関西発✈	[機中泊]
2	✈デュバイ着　乗換✈午後:ナイロビ着	[ナイロビ泊]
3	ナイロビ発🚌ナマンガ、アルーシャ🚌モシ着	[モシ泊]
4	モシ発🚌マチャメゲート　登山/マチャメ約6～8時間	[マチャメ泊]
5	マチャメ発　登山/マチャメよりシラ・ケープへ。約4～6時間	[シラ・ケープ泊]
6	シラ・ケープ発　登山/グレート・バランコ・バレー(3,900m)へ。約5～7時間	[バランコ泊]
7	バランコ発　登山/カランガへ。約2～4時間	[カランガ泊]
8	カランガ発　登山/バラフへ、約2～4時間	[バラフ泊]
9	バラフ発　登山/ステラ・ポイント(5,735m)へ。さらにウフル・ピーク(5,895m)を目指し、その後、ムウェカ・フォーレストまで下ります。約11～15時間	[ムウェカ泊]
10	ムウェカ発　ムウェカ・ゲートまで下山。約4～6時間。昼食後、🚌アルーシャへ	[アルーシャ泊]
11	朝食後:再び国境を越えケニアへ。アンボセリ国立公園へ午後:サファリ	[アンボセリ泊]
12	アンボセリ滞在/朝夕2回のサファリ	[アンボセリ泊]
13	アンボセリ🚌ナイロビ　ナイロビ発✈デュバイ着　乗換	
14	デュバイ発✈夕方:関西・成田着	

出発日と旅行代金(東京・大阪発着)
(燃油サーチャージと空港税は含みません)

7/17、9/11発 **575,000円**
8/14発 **598,000円**

※大阪発の場合は上記より-15.000円。
燃油サーチャージの目安　16,000円
他に必要な空港税などの額　4,730円
(2/1現在)

ツアー条件

■最少催行人数/4名■添乗員/同行しません。8名様以上で同行します■食事/朝食11回、昼食10回、夕食10回■利用予定航空会社/エミレーツ航空、日本航空、カタール航空、全日空■利用予定宿泊施設/シルバースプリングス(ナイロビ)、キーズ・ホテル(モシ)、アンボセリ・ソバ・ロッジ(アンボセリ)、インパラ・ホテルまたはキボ・パレス(アルーシャ)または同等クラス。登山中はテント泊となります■一人部屋追加料金/35,000円(テントではお一人のご利用はできません)

キリマンジャロ登山 10日間

一度は挑戦してみたい山。標高5,895mアフリカ最高峰『キリマンジャロ山』。特に高度な技術は必要ありません。必要なのは健康な体と5日間歩きぬく体力、高地での判断力です。

スケジュール

1	成田・関西発✈	[機中泊]
2	✈デュバイ着　乗換✈午後:ナイロビ着	[ナイロビ泊]
3	ナイロビ🚌アルーシャ🚌マラング	[マラング泊]
4	マラング🚌登山開始　マンダラ・ハット	[マンダラ・ハット泊]
5	登山/マンダラ・ハットよりホロンボ・ハットへ	[ホロンボ・ハット泊]
6	登山/ホロンボ・ハットよりキボ・ハットへ	[キボ・ハット泊]
7	深夜:アタック開始　ギルマンズ・ポイントへ。余裕があればウフル・ピーク(5895m)へ。下山/ホロンボ・ハットへ	[ホロンボ・ハット泊]
8	下山/マラングへ。昼食後、アルーシャへ。	[アルーシャ泊]
9	アルーシャ🚌ナイロビ✈デュバイ	[空港内待機]
10	デュバイ発✈成田・関西着	

※上記はエミレーツ航空、カタール航空の場合の日程です。キャセイ航空+ケニア航空利用の場合は朝、日本(成田・関西)出発となり、現地日程も一日ずれます。

出発日と旅行代金(東京・大阪発着)
(燃油サーチャージと空港税は含みません)

4/1、15発 **399,000円**
4/22、7/22、29、8/26～9/23発 **430,000円**
4/29、8/5、12発 **485,000円**
5/6～7/15、9/30発 **425,000円**
8/19発 **465,000円**

燃油サーチャージの目安　16,000円
他に必要な空港税などの額　4,730円

ツアー条件

■最少催行人数/2名■添乗員/同行しません■食事/朝食7回、昼食6回、夕食6回■利用予定航空会社/エミレーツ航空、カタール航空、キャセイ航空、ケニア航空■利用予定宿泊施設/シルバースプリングス(ナイロビ)、カプリコン・ホテル(マラング)、インパラ・ホテル(アルーシャ)、または同等クラス。登山中はハット(山小屋)泊となります■一人部屋追加料金/25,000円(山小屋ではお一人のご利用はできません)