

浦山で遊ぼう

出会い、クライミング、そして北岳バットレスへ





キャシー小林の 大いなる岩壁

浦山クライミングスクールの生徒さんのお一人、キャシー小林さんから、スクールで山に行った後、手書きイラスト入りの葉書をいただいています。その素敵な絵葉書をご本人の了解をいただいたうえで、小冊子としてまとめました。

絵の周囲に書かれているその時々のもも楽しく、またガイドとして気づかされることがたくさんありました。

スクールの山行では、毎回“大いなる岩壁”に挑んできたキャシーさん。まったくの初心者が、ゲレンデから南アルプス北岳バットレスに登れるようになるまでのクライミングの歩みをお楽しみください。

2022年 春

浦山クライミングスクール
浦山 博

ひとりごと

あのロープ
は絶対に
びしゃんって
ずいスピードで
回っちゃうよ...

びしゃんって
落ちちゃうよ

ああ...
(まんとくに
手が震え始めた...

自力で降りる恐怖の
しかに
ビレーヤに頼っていたか...

否. ビレーヤを
信頼していましたから命を
あずけられました。

うや. ロープすら信じ
られけぬい。

手を離れたら...死ぬよ!!!

怖から、黒い玉を握りかたーい

「ああ、怖いけど」握りまろ。..... あっ、離れた... 生きてた。ほ。



また、
「何時までも
待ってるよ、台詞」
待てなくていいから
早く降りて欲しい...
「やめるの」なんて
言わなまや良かった
なんで...
のぼっちゃたんだらう...

何時までも
待っているから降りて
なすらいでー。

このうち
手が痛くはなし
そうしたら
手を離せば

お風呂で イタレ

先生のお手本を
見せていたんだけどはず
なのに...
登れなかったし、
記憶が
薄れている...



二子山

この岩、どーして、みなは
どうおぼえるのー!?
足場の岩の
スペースは小さい。
バランス取るの
おざかしー!!



たぶん、20センチ目の岩。
とかいた岩に立って進むのー!?
と、1秒間バクバクしたけれど
立って見たら、両足立てるスペースはあった。
But その先をどう進めばいいのかわからない! 下から見てさび慌てていたのに
登ると景色が変わるので
「あれー!!」と思うとしばしば...

私「右手を置く場所、カバが見つからない
んです。」
虎「その手、左手だよ。」

小川山

スラックでは、わずかな穴やどぼりに
必死の思いで
あがりつき...
登るというより
「すり上がる」
という感じでした。

おせこ
あげて

左にイカバカ
あるよ!

先生、発見!
←安心
するのだよ。

クライミングの
聖地というだけあって
スラックにかなり頼り
ました(「聖地」のとなりに
かなり寄っているw)

無理!!と叫びました。

山頂に3つはより上げて
くだり頂きになったこと。
そこから懸垂下降できたこと。

高所恐怖の
ドキドキと
嬉しさの涙とで
2人の心は
複雑に揺れて
いました。

浦山先生が
いらしたら安心感
は、絶対なの。
そこに、すぐ側に
虎美子さんがいらしたら
安心感と嬉しさ
今回たのしいクライミング
となりました。

せかせー 鎖の先っぽが 見えせん

風もな、青空が広がっている
11月の日
小川いぞろ



松なんて
さく下
にあるし...

はい
了解。

うん
面白いと。

下にある
松の影で
待ってね

どきどき
しまあ
鎖は
太いぞろ
重いぞろ

なんていた「岩山」

— 最後にやってきた恐怖の鎖場編 —

私の不安に満ちたつぶやきや 叫びに対しての
おなじみのお言葉...。セミにならぬイライラしたくねった
のど「進ませてください、足を踏み出させたのも、先生が」
しっかりと命綱を持っていてくださっている」という安心感が
あってこそ、でした。
今回もスリル満点の岩歩きを楽しめました。

ありがとうございました♡

カバ シバの女王

— カバしか使えない女への提言 —

無茶はせず
地道にのぼりなさい

流れも止めなさい!



カバに
どうやってツマムのか
考えるのだよ!

手(腕)より
足を使いなさい

つま先で石を
つかえよう!

トップロープから
安心して
自分を信じて
挑んで!!

2020年
8月14日

無茶

うまく登れると楽しい♡

さっき ~~カバ~~
なつたよね!!!

その後の



ども
カバが張られて
落ちなからた

勢いを出して
左足を上げるのだよ
ども、届かない...

やっぱり



涙が
でらう
女の子も
ルルル...



あそこ
に足を
置けば
上へ行ける!!

ども、上がるための
手置き場を
見つけられない
右足はどこに置けば

いいのだ?

「カバがある」って
おっしゃてよなあ...
どこだよ!?

お二人はどーやって
上へ上がったのかしら?
道を探るのも楽しい♡

真剣になるのが

クライミングの時だけのことだよ!?
へうへう生きているだけが、しょーれ!!

2020年10月17日

それいけ! ホールドマン

未だにガバが
頼りで、
特に、がらり
握れる
このタイプが
鬼力ど...
登りながら
探しています。

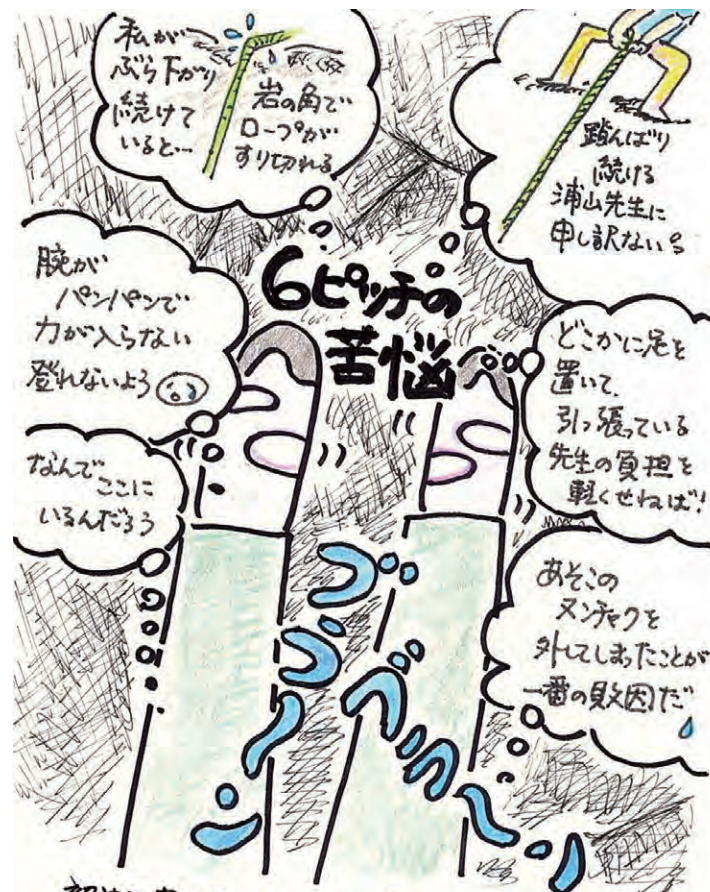


しっかり握れるし、
足もちゃんと
乗せることが
出来るし...
私にとって
スーパヒーローです。

新しいお友だち
紫ちゃん

先生のように指2本でも
ホールドをとらえられるように
なりたいです。...遠いけれど

🌸 5.11の4-7発見おめでとうございませう 🌸



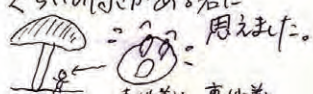
初めておれを力を入れて登りました!! (2回だけ)
登りながら「帰りたい」と思ったことが5回
「6ピッチ。これで終わりだよ」との先生のお言葉に
安堵と喜びに包まれました。 (2020.10.30)



丁須岩の下に立った時、「アンカー（ボルト？）が
見えないのに、どうやってロープや又テックを掛けるのか？
どのようにして頂上へ上がるのか？エレベーター風に
ひたすら引き上げてくださるのか？」と想像を
膨らませていました。

側面に立って、又テックの姿を発見した時は、謎も
解明して感動してしまいました。

高さ8mくらいとおっしゃいましたが私には30m
ぐらいの高さがある岩に



2020.11.21~11.22 赤妙義山 裏妙義

そして今回も
無事
登攀できました
感謝いたします
11/26



リベンジ城山!!

2020.12.2

6ピッチ目の岩壁。「被っているように
見えるけど、垂壁だから大丈夫よ」と先生。

“えー”垂壁だって苦手

“なんであー”と、じの叫び。

“この岩に背中を
当てながら登れば
楽だよ”とのアドバイス。

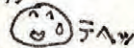
確かにその通りでは。

でも、実は…
その壁に頼りすぎ

重心を後ろに
もっていきすぎ、

体勢を崩していた
ので、

重心を戻すのに
一苦労…



前回よりも近い場所で見守ってくださった先生のおかげで何とか上がれました。

今回もたくさんありがとうございました♡



2020年(2月26日)

谷川岳にて
雪登山

ちいさな
つばやき



27日の朝
自宅にて体重計に
乗っけたら

2kg減！！

と

の嵐

信じてらん
何が起きた！？



確かに「雪を固める」

「歩行訓練」

「滑落停止訓練」は
ハードな動きだった。

体に効くダイエット法か！？

あるは...

歯が欠けたために思うように
はく食べられないからか...

そんな思いを巡らせていた私。
ちよと「まんまん」していたのに...
いい気になって夕食とたん判と
食べたも...

28日の計測ではもよに戻っていた

あーあ



26日夜、癒れと
AM4時起床の眠りか
入浴中に眠ってしまった。

ズリと体が
沈み溺れかけました。
加速機に乗って
滑っている夢を見て
いました(笑)

強風

~~恐怖~~赤岳

—リベンジを狙う女の物語—

2021年、新しい年の幕明けは、雪の赤岳登山だった。前日から吹く風が少しも弱くなるようにと新りながら歩を進めていた。しかし、風は止むばかりか、登るごとに強まるばかりだった。



山頂まであと40分(ばかり)の地点(だろうか)、足元には雪の中に岩肌が自立ち始めた。白和田山でのアイゼントレーニングを思い出しながら進むものの、毎秒、強風に思わぬ耐圧姿勢をとる私。しかし、ハーネスに結ばれたロープは浦山氏によって強くられる。「まだ、進むのか...」何度思ったことか。しばらくの後、「風が強すぎるので、徹底しよう」と浦山氏。山頂の写真を撮る際に描いてくれたこの苦況を痛感し、ひそかにVサインをとり、下山後、私は、肉体と精神を鍛え、登頂できる女になると自分に言いかけたのだった。

のぼれど
のぼれど
わがムーン
美にならざり
ちっと手をみる



めざせ!
北岳バットレス

DD
2021

つらかったり
ヌンチャクを
つかんでいいから〜



はーい
わかったです

川の声

へへっーヌンチャクを...
もうつかんでみる

足元も 恵美子さんに
押し上げ
いただいています

とほ... 大先生に
引き上げていただい
ております

一黒岩 2021.6.20

この戦法で

北岳バットレスも らくらん♡

あとは 天候のみだ! まさにおバカ
神だのオ

早登って
来なさい!!!

日和田山
クワダング

2021.7.12

昨日の
ゲリラ豪雨の
影響でしょうか

日和田山
男岩・女岩には
私以外
誰もいません

慣れたコースを
降り返し登る♡
と喜んだのも
つかの間
毎回 異なるルートと
選んでくださいます



本チャンでの
様々な表情を
乗り越えるための
課題なのです。
そう思い奮起した
時間でした。

2人だけで独占できた
という素晴らしい恵みに
感謝♡

鮎原こずえ気分を
味わえた時間でも
ありました。

技術の成長は
イマイチ(ニヤンバハハ)
でした。

精神的に成長しました。

Oh my GOD!!

(上ハ) 既

露の仮面

キャー！ 林



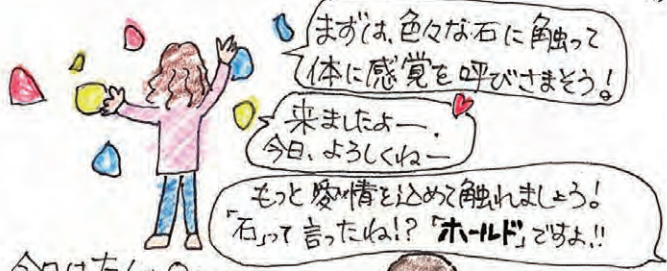
ハッ★ハッ★ハッ★
俺様が流した汗が
輝かせた肌を
おやみに触るでないか
腰抜けよ。くたばれ！
俺様に挑むとは
100年早いぞ！

ヤツは手強かった
艶やかで美しい♡なんて

悪わされた私がバカだった。
何度も打ちのめされ。おろとされた...
こんな岩男と私の間... 先生はご存知ない
でしょう... (泣) があったこと

7月のクライミングジム

— in ランナウト — 2021 8.5(木)



まずは、色々な石に触って
体に感覚を呼びさまそう！

来ましたよー
今日、よろしくねー

もっと愛情を込めて触れましょう！
「石」って言ったね!? 「ホールド」だよ!!



今日は友人の〇さんと
来ました。〇さんは
今日で3回目。
(初の
ランナウト)

登る時は
ムーが大事。
右のホールドを
とらえる時は
右の腰と壁に
当てるようにして...
踊るように
美しくね♪

アドバイス
ダンボ耳にし
こもり
胸に押し
練習! 練習!

気をつけよう 物の名前



※あくほども
イクシです。
個人差が
あります

おどろ
よーに
のぼり
ましょうー
8の字
結び

みんなー
紐があまり
ましたー
紐って言ったね
ロープ

いきなり...

リードクライミング

ですか!?

2021.8.10

「はいっ、これね」

げっ!!

ロープを渡されると
いうことは、リードクライミング
から始まるのか...

そして、8の字を作れ

ということか

長さが毎回バウバウな私は

単なる練習不足

イトノットが苦手

いつもは、「じゃあ、まあ軽く
登ってみようね」と、ジムに備え付けの

ロープを付けて登るのに...昨夜は、今朝の早番に遅刻する
噂を見まわして熟睡できず、今、とても眠いんです」と、話したのに

大先生には通用しなかった。おかげで
一発目から、目も鼻も覚めた。

先生大切なお友だちがクライミング中に亡くなった。
「1m登れば! 死の危険があるのだよ」と大先生は
いつも言われる。肝に銘じて登り、決して
ビレイをしなくては...楽い中にも忘れてはならない。
皆ご冥福をお祈りいたします。



ポル姉さん
こんなにも
なまめかしい
ポルター
(ゆるキャラ?)が
いらしたなんて
ハズカシカ。に。

何を
うろたえて
いるの?

←お会いするごとに
日に焼けて
黒くなっている。
さあ!!
山岳ガイドさん
ですか!!
大先生!!

高麗は今日も雨だったあああ

2021
8.12



どうするかは、
少し
様子を見てから
考えましょう

※(いつも雨)とやら
ありません。取に
合わせてはげです。

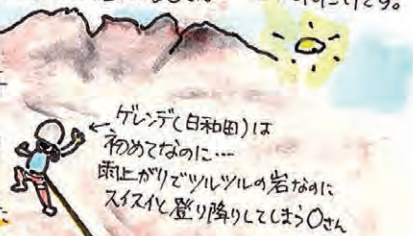
日中夜、友人から
もらった朝採りどらもち。
おとに茹でて食べた。
甘くて、おいしい...
1本ど我慢できず
2本目に突入した。
堪えなかつた罰
かな...

どんな時も30分前には到着しているOさん

小降りになったので日和田山
に向かいました...

あの雨も男岩に着いた時
には止んでしまった。そして、
太陽おも現われてしまった!

これは、私がどうしろと
2本食べきらず、1本半で止めた。
勇気と我慢と努力へのごほうびに
違いない



ゲレンデ(日和田)は
初めてなのに...
雨上がりにツルツルの岩なのに
スイスイ登り降りしてしまっ

おー、すごいな
スイスイ登ってるよ!
手足を対角線に
同時に出してると、
何でできるんだ!?!
休憩があるから
なんだろうな。

あの登りの
うまさ
前世が
サルだったの
かも...

先生「キャー、マン、
2本目はアプロテ
シューズで登って、
ローテクでね」

私「アプロテシューズ、ですかあ!?!(困惑)

先生「3本目は...クライミングシューズに
はきかえるんやあありません!!
そのままアプロテシューズで登って
クワイムダウンするのです」



パチ、パチ

なんぞ
ひびい
おか...

雨上がりにツルツルの岩なのに、ですかあ!?!

自己事故脱出

ぶら下がっているロープに別のロープを「ヘビガ」とぐるぐる巻くように巻き上げるのやり方以外、覚えていません。3つの枝の正しい名前も覚えていません。30分もぶら下がっていたら「血しやうよー」と言われ、私は、確実に死ぬなと青ざめた。



せんせーの片足への重心の乗せ方がわかりません。できないよー

今日は特別に3つの技を教えてください。あけよう。<2021.6>



ひとひる、ひとひる...を繰り返して

手の中に収める!

手にひりきーん

適当に振り分けろ

じゃあ、腕に乗せなさい

ロープが重い

最後の締めはロープに勢いをつけ跳ね上げて腕内にロープを巻きつけて束ねるが...ロープが重い

ロープのまとめ方



深く挿げない

簡易ヌンチャク



これは有効ですね!

ひとりふたり...

今日も0さんと一緒!

殆ど一対一というプレミアムレッスン

で、アドバイスもたくさんただけラッキーなのですが、ビレイヤーとしての動きは、見られません。だから、生徒さんが複数いる時は、大先生の手の動きを見るようにしています。

本当は、クライマーとビレイヤーの関係の動きを見るべきなのですが、視野が狭いので両方を見ることが出来ません。だから、視野を広げる練習が必要ですね。(どこ、か!?)



まぶたを広げ、目を大きく開けてみましたー



クライミングでは、普段使わない脳と体をフル活動させるので、早々に眠くなります。夕食中、意識が遠のき着る落しました。一瞬がゾー...

2021.8.13. パースキップ



このロープは使わない!

お!今の取り方、いいね

見ているとちゃんと挿げない

ろくしかない登攀で最高!!

3年目の本気

絶好の快晴

日本一高所の岩壁

北岳バットレス

2012
7/6-7/8

核心部のBガリーもマッパ箱での懸垂下降も終えて

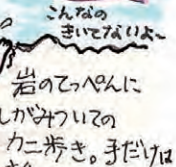
安心できていたら...
ノコギリの刃のような
岩場が出現した。

ふー、なんかノコギリ岩の
端(終わり)に辿り着いたと
思ったら、谷間に岩が
立って来たのよ。

さき、先生が
うそじゃないって喜びの
声をあげていた所が、
ここだったんだ。

大丈夫
足場は
ちゃんとあるよ。

落ちるよー



バットレス
リズム良く
来なさい

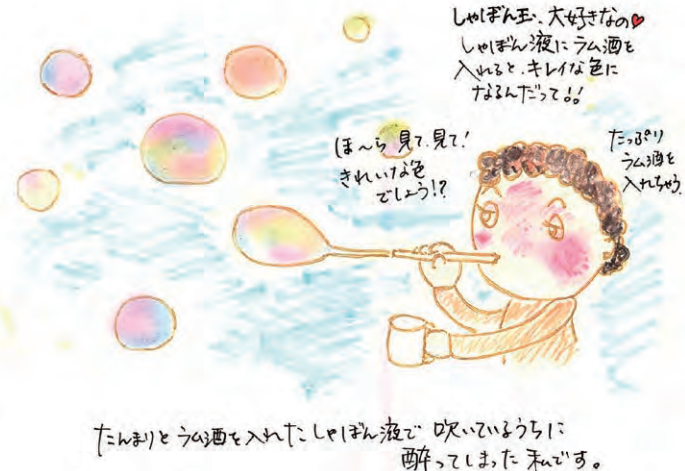
這っても
いいよー

岩のてっぺんに
しかついている
カニ歩き。手だけは
離せないぞ!!
(足場を信じていない)

横から見たら、ほぼ二等辺三角形の岩
バンスも保てようがない
幅は50m
←幅は50m
→

勇美子さんが王子様座り
した膝の上や肩に乗ったり、
ヌンチャクを握って上がったりの枝を駆使に登った。吐きそうなくほど
ドキドキして、心臓も口から飛び出そうだった。お花畑に着いた時は
全ての緊張から解放され、天国にいる気分でした。

2019年... 肋骨にヒビ、ご断念。
2020年... 7月のため、断念。
2021年... ついに、実現!!



しゃぼん玉、大好きなの♡
しゃぼん液にラム酒を
入れると、キレイな色に
なるんだって!!

ほーら見て見て!
きれいな色
でしょう!?

7-8°の
ラム酒を
入れるぞ

ラム酒とラム酒を入れたしゃぼん液で吹いていこううちに
酔ってしまったみたい。

■ここにご紹介した絵葉書と写真の山行一覧

- ・奥武蔵・日和田山 岩登り
- ・岩山(鹿沼) 岩登り
- ・二子山西岳中央稜 岩登り
- ・奥秩父・小川山 岩登り
- ・伊豆・城山南壁 岩登り
- ・榛名山・黒岩 岩登り
- ・八ヶ岳連峰赤岳 冬山登山
- ・裏妙義山 岩稜歩き
- ・蔵王連峰刈田岳 冬山登山
- ・西吾妻山 スノーシュー
- ・八幡平 冬山登山
- ・北岳バットレス 岩登り

キャシー小林の 山のアルバム



奥秩父・小川山



南アルプス・北岳頂上
(バットレス登攀を終えて)



八方尾根から後立山連峰を望む



北岳バットレス登攀中



八幡平



ベースキャンプ



西吾妻山



私が感銘を受けた山の本はたくさんありますが、その中から選んだ特選8冊です。今では入手困難な本もありますが、見つけたらぜひ一読されることをお勧めします。



『星と嵐』—6つの北壁登行

ガストン・レビュファ著、近藤等訳 (集英社文庫)

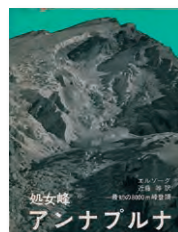
世界で最も著名なアルピニストの一人であるガストン・レビュファがアルプス6つの北壁を登った記録。アルプスの魅力を余すことなく伝えた本書の刊行で、世界のアルピニストがこの六大北壁を目標とするようになりました。私は、岩登りを始めて面白くなってきたころ夢中になって読んだ本です。難しい北壁を登る緊張感がすごく伝わってきました。しかもきれいな文章で！何度も読みました。



『白い蜘蛛』

ハインリヒ・ハラ著、横川文雄訳 (二見書房)

アルプス三大北壁の中で天候が悪く一番危険でたくさんの人が亡くなった魔の山・アイガー北壁を初登攀した4人の仲間との記録。当初はアンデレル・ヘックマイヤーとロードヴィッヒ・フェルクのドイツ隊と、ハインリッヒ・ハラとフリッツ・カスパレクのオーストリア隊が別々に岩壁に取り付きましたが途中で一つのザイルパーティーとなって初登攀に成功しました。読んでいっただけで「無事に帰ってきてくれ」と祈りました。



『処女峰アンナプルナ』

モーリス・エルゾーク著、近藤等訳 (山と溪谷社)

モーリス・エルゾークを隊長とするフランス隊が、人類初の8000mの山を登った人達と登攀、素晴らしい記録です。ルイ・ラシュナルが登頂後重度の雪盲になり、共に参加していたリオネル・テレイとガストン・レビュファ等が力を合わせて救助するという壮絶な脱出劇も印象的です。ヒマラヤの情報も乏しく、装備も貧弱だった当時の高所登山がいかに危険で困難であったかがわかります。ちなみに日本の8000m峰はマナスル初登頂が最初です。映画にもなり登山ブームの火付け役になったと聞いています。



『8000メートルの上と下』

ヘルマン・ブール著、横川文雄訳 (あかね書房)

魔の山と恐れられた8000m峰ナンガパルバットを単独で初登頂したヘルマン・ブールの記録です。当時8000m峰の初登頂を各国が威信をかけて競っていた時代で、ヘルマン・ブールは8000m近い稜線でビバークし初登頂に成功しました。

意図しての登攀スタイルで登ったものではありませんが、結果としてナンガパルバット8,125mを無酸素単独で登った最初のクライマー。これも手に入らなかったもので借りて読みました。



『第7級—極限の登攀』

ラインホルト・メスナー著、横川文雄訳（山と溪谷社）

当時、クライミンググレードは6級が最も難しいと言われていたときに、より困難な岩壁を登り7級というグレードを与えられたイタリアのクライマー。それだけではなく高所登山はキャンプをいくつも作り、酸素ボンベを使うのが当たり前だった時代に、無酸素、アルパインスタイル（自分たちですべての荷物を背負って一気に登る）で8000m峰14座全てを世界で初めて登った革新的なクライマーです。この人がそれ以後の8000m峰の登り方を変えました。



『エベレストママさん山登り半世紀』

田部井淳子著（山と溪谷社）

本書は女性として世界で初めてエベレストに登頂したときのドキュメントです。当時は今日とは異なり、クレバスを渡るための梯子を掛けることからフィックスまですべてを自分たちの隊で行いました。しかも、キャンプ2では雪崩に襲われ一時は登頂をあきらめざるを得ない状況乗り越えて登頂に成功しました。世界的な登山家ですが、同じ山岳会（龍鳳登高会）で同郷の大先輩です。気さくな人ですが目の奥の厳しさはすごく感じました。



『垂直に挑む男』

吉尾 弘著（山と溪谷社）

若いときからガンガン登り数々の初登攀を成し遂げた名クライマー。19歳の時に、当時不可能と言われていた谷川岳一の倉沢滝沢の冬季初登攀に成功、一躍登山界の脚光を浴びました。その後も穂高や剣で数々の冬季初登攀に成功、日本の登山界に大きな影響を与えました。

晩年にお会いする機会を得てその素晴らしい人柄に感激しました。また、私がガイドになるきっかけをくれた人でした。



『ジャヌー北壁』

小西政継著（白水社）

ヒマラヤはまだまだ易しいルートから登るのが一般的だった時代、一つの山岳会で怪峰・ジャヌーの北壁に挑んだ記録です。この本も素晴らしい登攀の記録ですが、なんととっても小西政継さん率いる山学同志会の意欲的な登り方が日本の登山界に大きな影響を与えました。17歳の頃私も福島から入会希望を出したことがありました。小西さんの講演を聞きに行きましたが、いるだけで圧倒されたのを覚えています。

アルパインガイドとして活躍されている鈴木昇巳さんも、この遠征からヒマラヤ登山に参加しています。



浦山 博
(山岳ガイドⅡ)

〔主な山歴〕

- 1956年11月 福島県生
- 1985年7月 アラスカMt.デナリ(マッキンリー)(以後4年間毎夏通う)
- 1986年10月 ネパールヒマラヤ プモリ南東壁(以後3年間毎ポストシーズン通う)
- 1987年1月 穂高岳屏風岩ールンゼ～前穂高岳東壁Dフェース～北穂高岳滝谷(単独登攀)
- 1989年6月 Mt.デナリ南壁登攀(当時最速)
- 1990年9月 北アルプス 明神岳2263峰2ルート開拓
- 1996年2月 南アルプス 荒川出合アイス スバル初登
このころより、山岳ガイド専業になる。
- 1998年3月 谷川岳 一の倉沢烏帽子沢奥壁YCCルート(冬季初登)
- 2003年2月 谷川岳 幕岩Cフェースピラニア(初登)
- 2007年3月 谷川岳 一の倉沢衝立岩中央稜(ガイド登山)
- 2008年3月 谷川岳 一の倉沢滝沢第三スラブ(ガイド登山)
- 2009年12月 甲斐駒ヶ岳赤石沢奥壁中央稜(ガイド登山)
- 2010年9月 谷川岳衝立岩正面壁雲稜第一ルート(ガイド登山)
- 2011年9月 アメリカ ヨセミテ ハーフドームスネークダイク登攀
- その他 多数のルート開拓、単独冬期登攀



仙人沢(蔵王)にてアイスクライミング



発行

浦山クライミングスクール

住所 〒175-0093 東京都板橋区赤塚新町3-32-4-205

TEL/FAX 03-3975-4672 携帯 090-7822-3631