

さくらやま便り

No.350号 2023年（令和5年）11月15日



下山は続く

エッセイ

板東 洋三郎

「いやあ今回は、てっきり膝を痛めると思いましたが、おかげさまでやっと下りて来ましたよ。」

心から安堵したようにそう言う彼女が、わたしがザックの荷物を乱雑に広げていた大きなテーブルの向こうに座った。先日登った南アルプスの北岳の登山口にたどり着いた時のことである。

札幌から来たという彼女とは、頂上直下の山小屋で言葉を交わしていた。わたしも高校を卒業するまで北海道に住んでいたと言うと、親しみを感じたのか、登山を始めたきっかけを話してくれた。

今は札幌に住んでいるが、中学を終わるころまではニセコ町に住んでいた。小学四年生の時、標高一三〇〇メートルほどのニセコアンヌプリ登山に、担任の先生がクラスを連れて行ってくれた。その時、頂上から見た景色や達成感を忘れることはなかった。

しかしその後、家族が札幌に移ってからは、そのような機会もなく成人し、家族を持った。ところが、男女二人の子供が独立し、夫の定年の話が出始めたころ、内臓の悪性腫瘍が見つかり大きな手術を受けた。

退院後、先のことを思い悩んでいた時、突然山に登りたいという思いに駆られた。

夫は反対したが、小学生の時に登ったニセコアンヌプリに一人で登った。当時と変わらない景色を眺めていると、暗かった気持ちが明るくなるのを感じた。その後も登山を続け、今回は北岳に挑戦したのだった。そして、「77歳の今まで生きられたのも山のおかげ」と言

って笑った。わたしの歳を聞くので答えると、夫の歳と同じだと言う。私が「目下、ひたすら人生の下山中です」と言ったので2人でまた笑った。

定年退職直後の翌年だった。信号のない国道のT字路を自転車で渡ろうと

して、ミニ・ワンボックスカーに左から衝突された。外傷性くも膜下出血と同時多発性肋骨骨折が、搬送先の病院での診断名だった。ところが1年半後、その冬で最も寒かった日の未明に、急性心筋梗塞で救急搬送された。いずれの場合も、医師は妻に「覚悟をしておくように」と言ったそう。

幸い、最短時間での救急搬送と病院での適切な対応のおかげで、2度とも死は免れた。しかも、大きな後遺症もなく、1か月ほどの入院とその後のリハビリと養生で、働いていた施設の仕事にも復帰できた。

ただ、毎日12錠の薬と、心臓に負担になることは避けるべきではないかとの、自他の思いに少なからず抵抗があった。

ちょうどそんなとき、職場の若い職員たちが富士登山の話をしているのを耳にした。たまたま次週だった定期診察で医師に登山の可否を尋ねると、思いのほか「ああ、いいですよ」と言う答えが返ってきた。

登山の効果か、次の定期診察で薬は3分の1に減った。それ以来3年連続で富士山に登ったわたしが、次に登ったのが、標高では富士山に次ぐ北岳であった。その後も、職場の屋上から毎日のように見る丹沢山地や、八ヶ岳、日本アルプスの山々に登ってきた。

今回は、高山はそろそろ「卒業」にしようかなと思いい、北岳を選んだのであった。だが、距離の割に標高差が1700メートルあるこの山は、急登が続き、わたしにはかなり登りごたえがあった。とりわけ、下りは予想以上にきつかった。それもそのはず、最初に登った時から8年が経っていた。確かに山の経験は多少は増したが、自分の歳はそれ以上増しているということを感じ知らされた。

今年は、コロナ感染予防の制約が緩和されたためか、登山者が急増した。それに伴うかのように、山岳事故や遭難が多い。

長野県のある日刊紙のデジタル版には「山岳遭難情報」なる欄があり、毎日山岳事故や遭難を報じている。

