



モンビ登頂・スイス遠征

2015.7.18～26



↑メインストリート

↓村の教会



↑村から眺めるアイガー(冬に行った際の写真)

↓夜明け前のグリンデルワルド駅



グリンデルワルド

アイガーの麓に栄えた村です。メインストリートは歩いて10分程度とこじんまりとしていますが、アウトドアショップが数件、大きなスーパーやパン屋さん、レストランがあり、滞在するには十分です。何より、アイガーやヴェッターホルンなど名峰を望むことができます。





シュヴァルツホルン(2928m) 7月20日

高度順応とウォーミングアップのため、グリンデルワルドからケーブルカーでフィルストまで登り、そこからシュヴァルツホルンに登頂しました。ここではヴィアフェラータが楽しめます。ヴィアフェラータとは直訳すると「鉄の道」という意味で、岩場や梯子にワイヤーが通してあり、自己確保しながら安全に岩登りをできるコースのことです。ペアで行く必要はなく、1人でも楽しむことができます。

ヨーロッパアルプスではこのようなルートがいくつも整備されています。



途中までは一般ルートを登ります。普通の登山道ですが、後ろを振り返ると絶景が！シャモア(シカのような動物)や、マーモットを見ることができました。



地層が斜めに走っています。ここもルートです。岩が乾いているから問題なし。



←梯子

途中には梯子もあります。絶壁を登ります。ヘルメット、グローブ、ヴァイフェラータ用器具(カラビナが2組ついたもの)、ハーネスが必要です。ルートの難易度は槍の穂先くらいです。



アイガーヘアタック！ 7月21日

今回の遠征のターゲットはアイガーのミッテルレギ陵でした。アルピニズムの歴史を感じながらのクライミングです。

天気予報が良くないので、当日も朝にガイド協会に行って確認を行いました。問題ないとの返事があったため、ユングフラウ鉄道に乗りアイスメア駅に向かいます。窓が設置されており、氷河の向こうにミッテルレギ小屋が見えます。

早めに到着したため、観光客がいなくなった駅に一人きり。気持ちを高めます。

次の列車でガイドが到着、自己紹介をした途端、天気予報が悪いので中止とのこと…えっ？ でも自然が相手。仕方ない。

何故か列車の運転席の隣に乗せてもらい、山の話、仕事の話等をしながら下山しました。翌日の晴天を願い、メンヒ登山の準備と調査をして早めに就寝しました。



←ミッテルレギ小屋



メンヒ(4107m) 7月22日

天気予報に反し快晴の朝を迎えました。朝一番の列車でユングフラウヨッホ(3454m)へ向かいます。ユングフラウヨッホからのアプローチは平坦なルートなので観光客の人も散歩しています。40分程でメンヒ取り付きに到着します。

メンヒのルートは写真右から稜線(リッジ)を上り詰めていく形になります。標高差約650m、日帰りができる4000m峰です。とは言え、ルート上が整備されている訳ではなく、目印や鎖等はありません。4000mでは気象の変化も早く、激しいものになりますので、そう簡単という訳ではありません。今回はソロでの登山でしたが、グリンデルワルドでガイドを依頼することもできます。



メンヒ ～第1ステージ Rock～

上の写真がメンヒの取り付き部です。まずは岩のクライミングからスタートです。基本的にはリッジを進む形になるので、多少逸れながらもリッジを目指します。自分の判断で慎重にルート取りをします。

途中、多少難易度が高い場所、手掛かりの少ない岩面、崩れやすい場所、力技で登る場所等々、色々な要素が詰まっています。難易度は日本国内の縦走路(例えば西穂高～奥穂高)よりも上です。

今年はスイスも気温が高いようで、例年よりも岩が露出しているのかもしれませんが。

途中ガイドパーティー2組、一般ペア2組、ソロ1人とすれ違いました。いい天気だったので皆さん楽しんでいたようです！ただ、午後からは天気が崩れる予報だったので、急いで登りました。



↓下ってくるガイドパーティー





写真上部に写っているのが頂上へ続く雪のリッジです。ガスが少しだけ湧いていますが、とてもいい天気です！



メンヒ ～第2ステージ Snow～

途中2度程小規模な雪面を進みます。面倒くさがらず、アイゼン、ピッケルを使って登り、また通過後に外します。雪質がとても悪くシャーベットのように、特に下りはアイゼンを付けていてもズルズルいってしまいます。前爪を蹴りこみながら登り降りする区間もあります。ここも失敗できない所なので気を引き締めます。

ガイド登山の場合は、確保しながらの登山となるので時間がかかるため、前日夜に近くの山小屋に泊まり、早朝から登ることになります。

下の写真のガイドは地元ガイドでした。他にもシャモニーから来たガイドもいました。





メンヒ ～第3ステージ Knife Ridge(ナイフリッジ)～

言葉のとおり、ナイフのようなリッジが頂上まで続きます。絶対に落ちないように集中します。



メンヒ ～最終ステージ Summit !! 頂上～

頂上への最後のステップを登り頂上へ！

メンヒ頂上に一人きり。4畳くらいと、結構狭かったです。影でポーズを決めてはいチーズ！切れ落ちていて下まで見えています。

頂上では写真撮影をした後、エナジージェルで栄養補給をし、下山にかかります。

下りの雪面ではアイゼンが決りにくく、なかなか大変でした。また岩場ではルートが見えにくく、途中でトラバースをしたこともありました。最後まで集中を切らさないよう進みます。

今回のルートは短いものの、様々な要素を併せ持っていて、とても楽しめましたし、良い経験となりました！





アイガー(3970m)

メンヒの隣にはアイガーが鎮座しています。また戻ってきて、次回こそはアイガーの頂上に立ちたいと思います。



おまけ～食生活編～

綺麗な山、湖、そして街並み、治安も良く大好きなスイスではありませんが、困ったことに物価(特に食費)がとても高いです。例えば簡単なサンドウィッチでもお店で食べると2000円くらいします。チーズフォンデュだと3000～4000円くらい。

食材はそれ程高くないので、パン、チーズ、生ハム、ヨーグルト、トマト、桃、プラム等をスーパーで買ってきて食べる事が多いです。たまに食べると美味しいですが、毎日パン、チーズ、生ハムだと嫌になってきます…笑

そのため毎回の遠征では、日本からアルファ米を数種類持って行って食べています。

遠征の際はできるだけ普段どおりにリラックスしたいので、普段食べているお米を食べたいのです。やっぱり日本人だなと思います。アルファ米には本当に世話になっています！

↑メンヒ下山後ワインを飲みました。後ろには買って来た生ハムとポテトサラダ。この日はこの他にチーズとアルファ米を食べました。



↑今回も遠征はミラノ経由としました。理由は美味しいものがあるから…笑。ミラノ到着後、さっそくステーキ400gを食べ、夜にはピザとビールです。

メンヒ登頂装備一覧

ヘルメット: マムート ロックライダー
サンバイザー: アークテリクス
サングラス (レンズの色の濃いもの)

インナー: クラフト 上下
ミッドレイヤー: アークテリクス Konseal Hoody
アウター①: マムートアルバロンジャケット(ザックの中)
アウター②: Psiphon SL プルオーバー
ソフトシェルパンツ: ブラックダイヤモンド
C3Fitタイツ

ブーツ: スポルティバ バツーラ2.0
アイゼン: 12本爪ワンタッチ式
ピッケル: BD コブラ

グローブ: マムート(ザックの中)
ザック: マムート
飲み物: 水をプラティパスに入れて
行動食&サプリ: エナジージェル、塩熱サプリ



Psiphon SL プルオーバー
※写真はアークテリクスHPより



コブラ
※写真はブラックダイヤモンドHPより



Batura2.0
※写真はスポルティバHPより

