

# 最高級ロッジでめぐる新しいかたちの ネパール・ヒマラヤ・トレッキング

〈文〉小山 晴彦(東京本社)



朝焼け(エベレスト(左奥)とローツェ(右))



ロッジの清潔な洗面台

ロッジの日本食メニューの一例

にぎわうナムチェ村の路地

ナムチェのロッジの快適な共有スペース

ヘリで下山もうれしい

ロッジのシャワーとトイレ

ロッジでの昼食一例

モンジヨのロッジのお部屋

静かな環境に建つモンジヨのロッジ

シェルパ族の暮らすクムジュン村からのアマダブラム

エベレストを眺めながらの素敵な朝食

乾季のベスト・シーズンである11月に、14名のお客様とともにネパールのエベレスト街道をトレッキングしてきました。トレッキング中に宿泊したのは、高いクオリティの設備を持つロッジ・グループ「イエティ・マウンテン・ホーム」が運営している快適なロッジです。そんな新しいかたちのトレッキングをエベレスト街道の魅力とともにご紹介します。

## 1日目：トレッキングの玄関口ルクラへ

朝、16人乗りの小型プロペラ機でカトマンズを出発し、トレッキングの玄関口ルクラへ向かいます。約35分のフライトでは、機窓からヒマラヤ山脈の眺めが楽しめます。ガウリシャンカール(7,134m)の怪異な山容を左手に眺めつつルクラへと着陸。標高2,840mにある滑走路は、山の傾斜に沿って作られており、着陸時には少しだけドキドキします。ルクラ便は風や霧などの影響を受けやすいため、予定日にさえ飛んでくれば、数時間の遅延など気にもなりません。ルクラ到着後は、村はずれのゴンパまでの散策など、各自で思い思いに過ごしました。高所順応を考えて、ルクラ到着後はできるだけリラックスすることが大切です。夕刻、ロッジの暖炉に火が入り、「ハッピーアワー」と称したロッジからのワンドリンクのサービスがありました。ドリンクを片手に暖炉を囲んでの団らんに会話が弾みます。夕食は、ご飯に味噌汁、チキンカツにサラダ、キンピラ、茶碗蒸

し、煮物に漬物など、日本から来ている私たちのための特別メニューは大好評でした。日本食を作るコックさんのレベルの高さには毎回頭が下がります。

## 2日目：トレッキング開始。モンジヨへ

今日からいよいよトレッキング開始です。ドゥードゥーコシの峡谷沿いの生活道歩き、モンジヨにあるロッジを目指します。はじめは緩やかに川をめぐって標高を下げていきます。タドコシにかかる橋から6,000m峰のクスムカングルの雄姿が見えました。パグデインに建つロッジで、ペンネ・アラビアータの昼食で腹ごしらえをした後、再び歩きます。途中のペンカール村付近で姿を現す氷雪を抱いたタムセルク峰(6,623m)の雄姿が印象的でした。今日の宿泊地のモンジヨ(2,835m)も前夜のルクラとほぼ同じ標高です。高所では少しづつ宿泊高度を上げることが高所順応の大きなコツです。夕食は昨晩から一転してネパール定食でした。野菜スープにモモ(ネパール風餃子)、チャーハン、ほうれん草など、こちらもお客様に大好評でした。

## 3日目：ナムチェへ

今日はいよいよ、世界最高峰のエベレストが姿を現すピクedayです。国立公園のゲートで入園手続きを済ませてからしばらく進み、吊り橋を渡るといよいよ、ナムチェ村へと続く急斜面の始まりです。ナムチェ村までは

標高差にして約600m。つづら折りの道をゆっくりゆっくりと登ります。モンジヨに前日宿泊していると、お昼頃にはナムチェ村に到着できるので、気分的にはとても楽です。この村では毎週土曜日に市が建つことから「ナムチェバザール」の名で広く知られています。宿泊するロッジでランチを食べました。この日のランチは日本風のカレーライスです。漬物にオクラの和え物が好評でした。午後は村外れにある展望の丘に登り、エベレストや世界第4位の高峰ローツェ、名峰アマダブラムの雄姿を楽しみました。傾きかけた太陽の光にエベレストの南西壁が輝く姿に皆さん大感激でした。

## 4日目：ナムチェ滞在

今日はナムチェ村での滞在日です。村上部の展望の素晴らしいシャンボチェの丘周辺をのんびり歩き、エベレストをはじめとしたクーンブ山群の山々の展望を満喫しながら、シェルパ族の暮らすクムジュン村などを訪問します。ヒマラヤの山々を見ながら暮らしてきたシェルパ族の生活を垣間見るような、素敵で印象的な1日でした。

## 5日目：ヘリコプターで絶景のコンデ・ロッジを経てカトマンズへ

朝、ヘリコプターを利用して村から峡谷を隔てた背後の絶景の場所に建つコンデ・ロッジへ。エベレストの眺望を楽しみながらの贅沢な朝食は、旅のハイライトに相応しく、

皆さまにとっても最高の思い出になりました。その後、再びヘリに乗って一気にルクラへ下山しました。眼下には2日間滞在したナムチェの村や、昨日歩いたシャンボチェの丘が見渡せます。そして奥に聳えるエベレストの雄姿に後ろ髪を引かれながら、あつという間のフライトでした。ナムチェ村からヘリでルクラに一気に戻るのではなく、大展望の朝食タイムを挟んで下山するという「粋」な行程に、皆さん

大喜びでした。

今回のトレッキングで宿泊したハイ・クオリティのロッジ・グループは、現在エベレスト・エリアに6カ所あります。いずれも専用庭や快適なダイニング、広々とした2人部屋には清潔で快適なベッドと寝具、専用の洗面所と温水シャワーとトイレがあります。「最高級ロッジ」ということでご案内しておりますが、宿泊してみて、一番印象的だったのは、「快適性

と清潔さ」、そして「雰囲気良さ」です。外観や内装も現地のシェルパ族の住居の雰囲気を残しつつ、快適さや清潔さは、先進国からのトレッカーにも全くストレスを感じさせないクオリティが維持されており、まさに新たなトレッキングの「かたち」だと思いました。10月からのいよいよトレッキング・シーズンの到来です。是非、新しい「かたち」でのトレッキングにご参加ください。

### ベストシーズンとなる真冬に行く低所ヒマラヤ・トレッキングの決定版

## 最高級ロッジでめぐる アンナプルナ山群展望トレッキング 7日間

発着地	東京・大阪・名古屋・福岡	歩行時間	🏃🏃🏃🏃🏃	宿泊施設	🏠🏠
出発日～帰国日	旅行代金	※燃油サーチャージ(2018年8月20日現在：目安約21,000円～22,000円)が別途必要です。今後変更となる場合はご旅行代金ご請求の際にご案内いたします。			
12/3(月)～12/9(日)	¥328,000	アンナプルナ山麓に建つ最高級のロッジ・グループを利用して、生活面でのストレスを最小限に、高山病の心配がない標高1,000mから2,000mの低所をゆったりトレッキングします。12月～2月の冬の季節は、訪れるトレッカーの数も少なく、快適な気温の下、静かなトレッキングを楽しむことができます。			
1/14(月)～1/20(日)	¥328,000				
2/18(月)～2/24(日)	¥328,000				

アンナプルナ山麓に建つ最高級のロッジ・グループを利用して、生活面でのストレスを最小限に、高山病の心配がない標高1,000mから2,000mの低所をゆったりトレッキングします。12月～2月の冬の季節は、訪れるトレッカーの数も少なく、快適な気温の下、静かなトレッキングを楽しむことができます。



▲アンナプルナ山群を展望しながらトレッキング ▲ロッジ前の専用庭で贅沢な朝食  
詳しくは「世界の山旅(2018.10～2019.5)」P.18・19をご参照ください。

### 往きはトレッキング、帰りはヘリ。コンパクトな日程で世界最高峰を展望

## 最高級ロッジでめぐるエベレスト展望 ヘリ・トレッキング 9日間

発着地	東京・大阪・名古屋・福岡	歩行時間	🏃🏃🏃🏃	宿泊施設	🏠🏠
出発日～帰国日	旅行代金	※燃油サーチャージ(2018年8月20日現在：目安約20,000円～21,000円)が別途必要です。今後変更となる場合はご旅行代金ご請求の際にご案内いたします。			
10/26(金)～11/3(土)	¥462,000	エベレストを眺めながらの素敵な朝食			
11/16(金)～11/24(土)	¥462,000				
11/23(金)～12/1(土)	¥462,000				
12/7(金)～12/15(土)	¥462,000				
12/28(金)～1/5(土)	¥498,000				
2/22(金)～3/2(土)	¥462,000				



▲ヘリで一気に下山 ▲シャンボチェ周辺からのタムセルク  
詳しくは「世界の山旅(2018.10～2019.5)」P.20・21をご参照ください。