

# カナダ: エスプラナーデトラック

7月18日(金) 晴れ

蒸し暑い梅雨明けの関空にメンバー12名集結、計画から半年、カナダ例会が始まる。エアカナダのカウンターは結構混雑しており、グループカウンターに変更してチケット受付手続きをする。機内持込品検査で若干のトラブルがあったが、出国手続きも終わりゆとりを持って搭乗ゲート前で待機。

機は一列9席で、座席前後も比較的ゆっくりしているが、最新式のオンデマンドTVに不具合があり、一部シートで閲覧できないまま定刻17:15 テイクオフ、バンクーバー空港への10時間のフライトが始まった。

曇りのバンクーバーは時差の関係でタッチダウン7月18日10:21、関空離陸時より7時間逆戻り、今回例会の第一関門と心配していた乗り継ぎ手続きも順調に終わり、国内線搭乗ゲートに到達、空港は関空に比べ格段の広さと賑わいである。

13:30 離陸の乗り継ぎ機は約60分のフライトでカルガリー空港に到着、更に1時間の時差調整で15:41 着陸、天気は小雨。

空港は電気系統の故障からか、エスカレーターや荷物のターンテーブルが停まった状態であったがクレームもつけず1時間近く静かに待っている、お国柄がそれともトラブル慣れなのか。出迎いのシャトル便ドライバーとも無事出迎え、16:40 キャンモアに向け出発、冬季オリンピックに使われたジャンプ台を見ながらルート1号線のハイウェイ(大陸を東西に貫き全長7,800km)を進む、道沿いは平原が何処までも続き、所によってはすぐ傍に放牧場もある。

途中から奇岩がそそり立つ山間を縫って道が延び、目の高さに雲が棚引き山の一部を隠している。それもその筈、標高1,350mを走っており、出発のカルガリー空港は1,000mの高さに位置しているとのこと。気温14、途中スコールの様な雨に遭う。車窓右側にインディアン酋長の頭飾りの様な頂上を持った山が見えてきた、後で判ったが『ヤムナスカ山』で、明日の足慣らしトレッキングの山である。

18:20 キャンモアの宿舎 Chateau Canmore に到着、貧乏旅行にしては思ったより立派なホテルで、ロビーでヤムナスカの岩田氏、ガイドの川嶋(亮)氏より明日の行程説明を受ける。

荷物を整理し、キャンモアのスーパーで仕入れた食料とビールで部屋毎に夕食。  
当地は北緯50°と高緯度に加えサマータイムを取っているため夜の9時台でもまだ明るい。



7月19日(土) 晴れ

ホテル(9:00) ⇄ 登山口(10:00/22) ..... 展望岩場(12:00/40) ..... 岩峰取付(13:31/14:00) .....

登山口(15:40/16:10) ⇄ ホテル(17:00)

\* 行程 7.60km

昨日と違った晴天でキャンモアを象徴する山 Three Sisters のピークが朝日に輝いて美しい、皆さんそれぞれ早朝散歩に出かけた模様。ホテルのレストランでヴァイキング形式の朝食をタップリ戴きガイドのイケメン“亮”さん運転のバンに乗り込む。少し肌寒く東側の山肌にうっすら刷毛ではいた様な雪が残っている。昨日通ってきたR1を少しバックしてビーバーダムの近くの駐車場で明昭体操を終えトレッキングの開始。Mt.Yamnuska は標高2,240mで上部200mは岩峰となっており、今回トレッキングでは危険な岩場登りは含まれていない。



一步トレッキングコースに入ると直ぐに朱色のインディアン・ペイントブラシ始めとした花の群生で“亮”の説明に足の運びも滞り勝ちで、立ち止まることも度々である

絶壁や裾はカナダのお花畑  
山裾に広がるカナダの夏野かな  
夏山のカナダ瀬の音風の音

ポプラ林のコースは心地よい風と可憐な花々、山裾には氷河痕のボーバレイとその先に連なる山並みが青空に映え、空の色も場所によって真っ青から乳白色に変化して飽きさせない。展望の利く岩場でヤマナスカ社長夫人特製のオニギリ主体の『マリコ弁当』で昼食。驚異の遠目を持つK婦人がヤマナスカ岩場に取り付く人を見つけ、皆で双眼鏡を覗いてやっと確認、遠目とロッククライマーに歓声。



昼食後“亮”は引き返すタイミングを計っていた様であるが、結局岩峰の付け根の取り付き迄到達。ここで大休止、岩場登りの好きなMさんは200mの岩場を見て密かにタメ息をついているようである。先ほど双眼鏡で見たクライマー2人が装具を納めていた。

大休止の後、来た道を引き返し登山口へ。ビーバーダムを見学し、スーパーで山小屋送りのビール(国産のコッカニー)を66本仕込んで予定より1時間遅れの17:00ホテルに帰着。ホテルにはもう一人のガイド、ユーコン支店長の山本直人“直”さんが待機、明日以降の予定と注意事項の説明を受け、シャワー浴びる間もなく予約済みのディナーショーに向かう。



7月20日(日) 晴れ

ホテル(9:00) ⇄ バンプ(6:45) ⇄ レイクルイーズ(7:50/58) ⇄ ゴールデン(9:00) ⇄  
ヘリポート(9:35/11:30) ✳ ヴィスタ小屋(11:40/13:20) .....トランドルポイント(14:50/15:10)  
..... ヴィスタ小屋(16:00)  
\* 行程 3.38km

本日も晴天。ヤムナスカ準備の弁当は車中で戴く予定であったが、皆さん早起き、出発までの時間を利用してロビーで戴く。荷物はヘリポートで保管・小屋に先送り・自分のリュックで運ぶの三分類して大型バンに積み込み出発。途中バンプで帰りに宿泊する RANDLE MANOR APARTMENT HOTEL へ立ち寄りそのロケーションを確認する。街の中で徘徊するコヨーテに遭遇。

トイレに立ち寄った레이크ルイーズでエスプラナーゼトラックを我が一行とは反対方向から縦走するアルパインツアーの日本人一行と出会う。

氷河を戴いた岩峰が次々と車窓を過ぎていく。

### 頂上を碧き氷河の夏の山

ハイウェイ横の岩塩を求めてか立派な角を持ったビッグホーンシープが姿を見せる。

ヘリポートは、国道から外れた崖の傍のバラスを敷いた空地に小屋を置いただけの、簡単な設備で意外な感じを受けた。三つの小屋への送り込みと、2パーティ 20 人と各スタッフを効率よく搬送するため、8人乗りのヘリは何回かに分けて飛翔する、明昭も3班に分かれて搬送された。



小屋には期間中料理担当の Miss ディアナと力仕事担当の Mr.グレッグが待っており、ディアナはガイドの資格もあり、料理も抜群の腕前で更に小屋運営のチーフの立場にあるようである。

グレッグは水の運搬・マキワリ・小屋の整理・メンテナンス担当の様で、以後二人は我々の後に小屋を出て、忍者の如く追い越し、次の小屋の準備を整えて迎えてくれることになる。

小屋は三つとも1Fがスタッフ寝室とダイニングキッチン&リビング、2F 6部屋がゲストのベッドルーム、そのロケーションは山に囲まれた低地の湖の近くに小屋と、少し離れてサウナ小屋とトイレが配置されている。



スタッフから利用に関するオリエンテーションがあり、ディアナ提供の材料で各人サンドウィッチを作り昼食を頼張り初日のトレックに出発。

当然、“亮”にお願いして運び込んだ缶ビールを雪解け水の流れに浸してもらおう(帰山後味見したが、案外冷えが悪いため改めて残雪に埋めて冷やし直す)

トレッキングコースは小屋から北に延びる急傾斜のオフトレイルをジグザグに直登し、2,400mの稜線に出てから東へ向かって最高峰のトランドルポイント(2,500m)へ登り、引き返すコースで、人の足が入っていないオフトレイルは正にお花畑で、足の踏み場に困るほど、至る所に地リスの巣穴がある。

目を転ずると遠く右手前方にカナディアンロッキーの山並みが、歩いてきた後方では山々の残雪が日に輝き、遙か下の方にはヴィスタ小屋の赤い屋根と碧い湖面が鮮やかに色彩の妙を見せてくれる。

緩やかな稜線を進むと、トランドルポイントの尖った30m程の岩稜が目に入る、安全を考慮してパーティを分割、荷物をデポして岩場に取り付く。3点確保で慎重に、狭い頂上は360°の眺め、正にカナディアンロッキーの近くに居ることを実感、天気最良・空気最澄・眺望最高の一時ではある。



来た道を降り小屋に近づくときサウナ小屋の煙突からグレッグ準備の煙が立ち昇り、長閑な光景を見せてくれる。

サウナは4人入れば満員、木の高床に等間隔の小穴を開け、部屋に置かれたドラム缶様のストーブ上に円柱型の鍋を置いて薪で湯を沸かし、微温湯を被って部屋の熱気と蒸気で汗を噴出させ汚れを流す簡単な方式で、それでも気持ちが良い。サウナで火照った体を残雪の山から吹き下ろす風に曝して時差ぼけを解消し、雪解け水で冷やしたビールで旅の疲れを払拭する。

#### 【夕食】

- カナダ風ミソスープ
- ホーレンソー・玉葱・くるみ・洋梨のサラダ
- サーモンのオープン焼きワサビ入りマヨネーズかけ
- ～アスパラガスの油炒めと焼きパプリカ添え～
- レモンジュース味のタルト
- ～ブルーベリー乗せ～



7月21日(月) 晴れ

ヴィスタ小屋(9:15) ..... コル【仮称明昭のコル】(11:40/12:20) ..... パラダイスリッジ .....

Mt ポカール分岐 ..... メドゥ小屋(17:00)

\* 行程 9.84km

早朝、西空に少し欠けた月が残雪の山に呼応し、東の空には唯一の雲が一片朝焼けて絶好のトレッキング日和を保証してくれている。

ロッキーの峰に朝焼け雲一つ

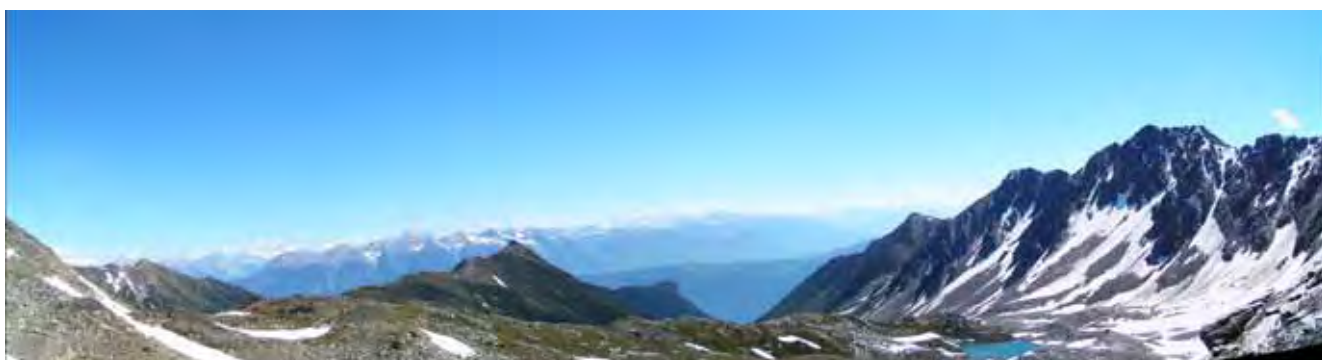
【朝食】

- 、プリブレイクファスト
- 種なし葡萄とレモン
- シリアル・ヨーグルト
- コーヒー
- 、ブレイクファスト
- スクランブルエッグ、サーモン混ぜ込み
- 手焼きディアナ風パンケーキ



今日のメインテーマはメドゥ小屋までの縦走と、その間の眺望を楽しむこと。メドゥ小屋はヴィスタ小屋のほぼ南に位置し、両小屋の間には最高 2,600m(小屋からの標高差 480m)をピークとして険しい稜線が東西に遮っており、今回のコースは稜線の西側を越えてメドゥ小屋に降りて行く予定であるが、ルートには堅く締まった残雪が多いため、臨機応変なコース採りを要求される。花を見つけては“直”さんの解説を聞き、写真を撮り乍らの歩行が続く。ガイド予想通り締まった雪場が多く、急登の岩場コースを採る。

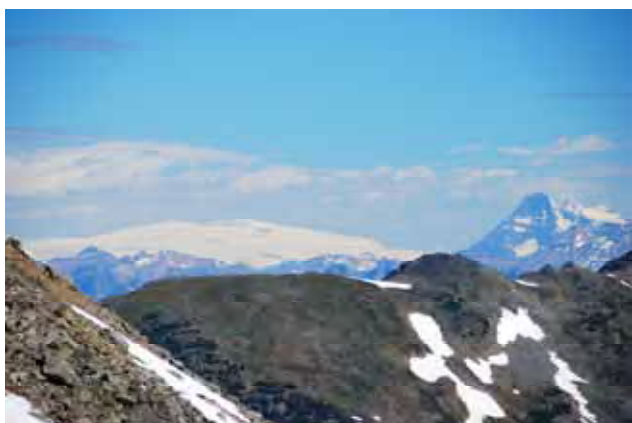
浮き石と落石に神経を使い、ジグザグにコースを選び、声を掛け合いながら進む、振り返ると来た道の急傾斜振りが際立つ、小屋を出て 140 分、コルに辿り着く。無名のため取り敢えず『明昭のコル』と呼ぶことに。コルに立つと北方にヴィスタピーク、更にその北方にコロンビア大氷原(アイスフィールド)、東方にヴィスタ小屋、更にその遙か東方にカナディアンロッキーの連山が、西方にセルカークの山並、南方にこれから進む尾根道が続く。各人風を避けてディアナ準備の材料で作ったサンドウィッチの昼食を摂る。





残雪の続くフィールドを踏みしめ、東方(右)の山並みの雪渓や氷河を愛でながら雪原・岩のガレ場が交互に続くコースを進む、分岐点を東に採ればメドゥ小屋への降りコース、南への道はパラダイスリッジと呼ばれるコース随一の美しい尾根歩きとなる。山の天気は変わり易い、小屋へは遠回りとなるが今日の内に尾根歩きコースを採る。

コルを西側に降り、雪原を進む、後方コロンビア大氷原が先ほどよりも一段と盛り上がって見える。途中から岩のガレ場を通して高度を上げると別の谷が眼下に、その前方に Mt.カポーラ(2,650m)の先端が青空に突き刺さっている。一気に降り、一気に登るとメドゥ小屋を見下ろす尾根に到達、風は強いが確かに 360°の眺めが開けその名に相応しい尾根歩きとなる、カナディアンロッキーの連峰、氷河輝く近くの峰々。



明日極めるカポーラ分岐点からメドゥ小屋への降り道に入る。急傾斜のトラバースが続き、残雪と岩場の繰り返しで慎重な歩行を要求されるが、ガイドのサポートと全員の協力で踏破、予定より一時間遅れでメドゥ小屋に到達。

尚、本来ならば何処かで我々を追い越すディアナと出会っている筈であるが姿を見ていない。サウナの煙突から煙が上がっている、後でディアナに聞いたが『シークレット』の回答であった。

今日はサウナの後で、小屋近くで集めた雪でカリカリ



に冷やしたビールを。旨い！！  
 夕食時、ディアナに我が明昭の『グランマ』達が本格的なライスボール=オニギリの作り方を伝授。  
 三角にぎり・俵にぎり・塩味・混ぜもの・力加減等々、正に文化交流でディアナ曰く、私の食文化に是非加えたいと。この日以降昼食の弁当に『ライスボール』がメニューに付け加わる。



**【夕食】**

- ジャパニーズ風ミソ汁 ネギ入り
- レタス、オニオン、クルミ、アドガボ、オリーブのサラダ
- ～ポピーシード・ハニー・リンゴシードルのドレッシング～
- ポークテンドーロイン
  - ・ テリヤキソース、ポリマンダ和え
  - ・ スイートポテト(ハチミツとオイルグリルド)



7月22日(火) 晴れ

メドウ小屋(9:00) ..... 分岐(10:40/55) ..... カポーラピーク(11:38/12:50) ..... 分岐(13:10/20) .....  
 ケルンピーク登り口(14:47) ..... ケルンピーク(15:00/15) ..... 登り口(15:30) ..... サンライズ小屋  
 (16:00)  
 \* 行程 8.88km

**【朝食】**

- 、プリブレックファスト
- フルーツ盛り合わせ
- コーヒー
- 、ブレックファスト
- スクランブルエッグ
- 手焼きパン

外に出ると蚊が多い、出発時から蚊に悩まされ防虫スプレーで防御してきたが、今日は特別で、服の上から刺される人も。“直”サン提案で蚊取り線香をリュックに取り付け出発、効果抜群のようである。

昨日降ってきた道を辿ってコース取りする。一度は歩いたものの『岩場』『雪渓』を慎重に歩く。カポーラへの分岐点到達、リュックをデポして斜面をジグザグにコースを採ってカポーラへ登っていく。ピークの岩場は双耳形になっており、登ってきた道を振り返るとコーンピーク(2,440m)とアバランチピーク(2,410m)が、更にカナディアンロッキーが南へ向かって延びているのが判る。

ピーク手前の広場でライスボールとサンドウィッチの昼食を摂り、岩のピーク登頂に取りかかる。岩場は10m程度の高さであるが急峻で狭いため2班に分けて極めることに。岩場のピークはフリーハンドで立つと恐怖感を覚える人も、岩にしがみついて周囲の光景に目をやる。





カポーラ下山後なだらかな尾根道を更に南に採りケルンピークの登り口に至る。ここでもリュックをデポしてオフトレイルの急峻道ジグザグに登り、ケルンピーク(2,440m)へ。名前の通りピークに大きなケルンが、ケルンピーク登山口からサンライズ小屋までは起伏のないオントレイルでマーモットやリスが顔を出し、美しい花が咲き誇っている。



ご婦人達は、毎夜夕食後食卓に集まり両ガイドから『今日出合った花』のレクチャーを花の本を開いて受けている。花の色、名前、出合った場所等、今回の山行で出合った花の数はおおよそ 50 種類あったとのこと。正に花の山である。

#### 【夕食】

ミソスープ、赤玉葱入り  
 アジア風コールスロース入りサラダ  
 カナダ風野菜カレー(野菜いろいろ)  
 ジンジャーブレッド  
 ~ 洋梨乗せ、シナモンスパイス ~



7月23日(水) 曇り

サンライズ小屋(8:55) ..... アバランチピーク(10:45/11:00) ..... コル(11:30/12:00) .....

コーンピーク(13:15/22) ..... サンライズ小屋(14:15)

\* 行程 4.83km

サンライズ小屋は日の出が美しいことからその名が付けられたとか  
 早朝 5:30 ビューポイントへ出かけたが残念ながら曇り空で、東方の空には雲が

雲海を染めロッキーの日の出かな  
 ロッキーの日の出に染まる雲の峰



【朝食】

- 、プリブレックファスト
  - フルーツ
  - コーヒー
- 、ブレックファスト
  - 手焼きスコーン
  - ボイルドエッグ

今日は昨日見た、アバランチとコーンの両ピークを極める。  
アバランチはオフトレイルを攻めることにし、小屋の北側の湖に面した急登に行くことに、池を回り込むといきなり黄色の花の群生に出会う、カタクリである。この辺りも人が殆ど入ってなく荒らすのはブラックベアくらいのこと、インディアン・ペイントブラシの朱と取り合わさって美しい。



スキー場を思わせる斜度のきつい面をイワヒゲの根を踏み、バランスを取りながら高度を稼ぐ。振り返るとスロープの先に谷が続き、その先に細いコルが見え更にその先に山並みが覗いている。

花園の谷の右側に湖と並んでサンライズ小屋の赤い屋根が映え、グレッグの薪割る音が響き全員声を揃えて呼ぶと、応える声が

ロッキーやお花畑の隠れ谷  
山小屋で薪割る音や雲の尾根

ようやく尾根に到達、ガスが晴れたり覆ったりで変化が激しく、風景も目まぐるしく変わる。それでもピークは近づくにつれガスが晴れ、ピークでは 360° の眺望が開ける。尾根の北斜面は垂直に削られて雪渓が残っている。

雪渓を残して深く北斜面



降りは岩場の連続で、こちらがオントレイルの様である。コーンピークとの間にあるコルで風を避け、手作りのサンドとオニギリで昼食。更に岩場を登ってコーンピークを目指す。後ろのアバランチピークはガスに覆われ、ガスが我々に近づいてくる様子で、雷雲も現れ登頂を急ぐ。何とか晴れ間の内にピークに到達、後方コロンビアアイスフィールドのみが晴れ白く広く輝いている。



ピークからの降りは東側の尾根を辿り、昨日登ったケルンピークの登り口迄合流、サンライズ小屋への帰路を採る。

この辺りで今回初めての降雨(雹)に遭遇。四つのピークを極めサンライズ小屋でのトレックを終了

【夕食】～残り物の材料で～  
 トジ卵入りミソスープ  
 ギリシャ風サラダ～オリーブ入り～  
 鶏肉と野菜のテリヤキソース炒め～ディアナ風～  
 カボチャのムース～ジンジャーエルトッピング～

7月24日(木) 晴れ

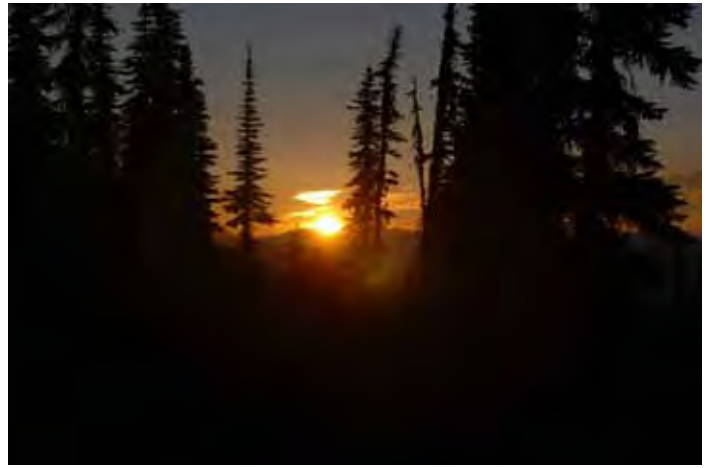
小屋(8:45) ..... パノラマポイント(9:10/20) ..... 小屋(9:45) ✨ ヘリポート(11:40/50) ☁

ゴールドデン(12:25) ☁ レイクルイーズ(13:50/14:20) ☁ バンプ(15:10)

\*行程 2.28km

【朝食】  
 カナディアンオムレツ  
 カタータ

山行最終日、早朝全員が日の出のビューポイントに集合してご来光を待つ。サンライズは真上に上昇せず、右斜めに揚がってくるとのこと。紫雲棚引く中を予想通りのご来光を拝することが出来た。



朝食後、空荷でパノラマポイントへの小ツアーに出発、小屋の南側を昨日見た小コルを抜け、ピークに立つと今まで登ってきた峰々が一望に、更にカナディアンロッキーがお別れを惜しんで更に鮮やかな姿を見せてくれる。



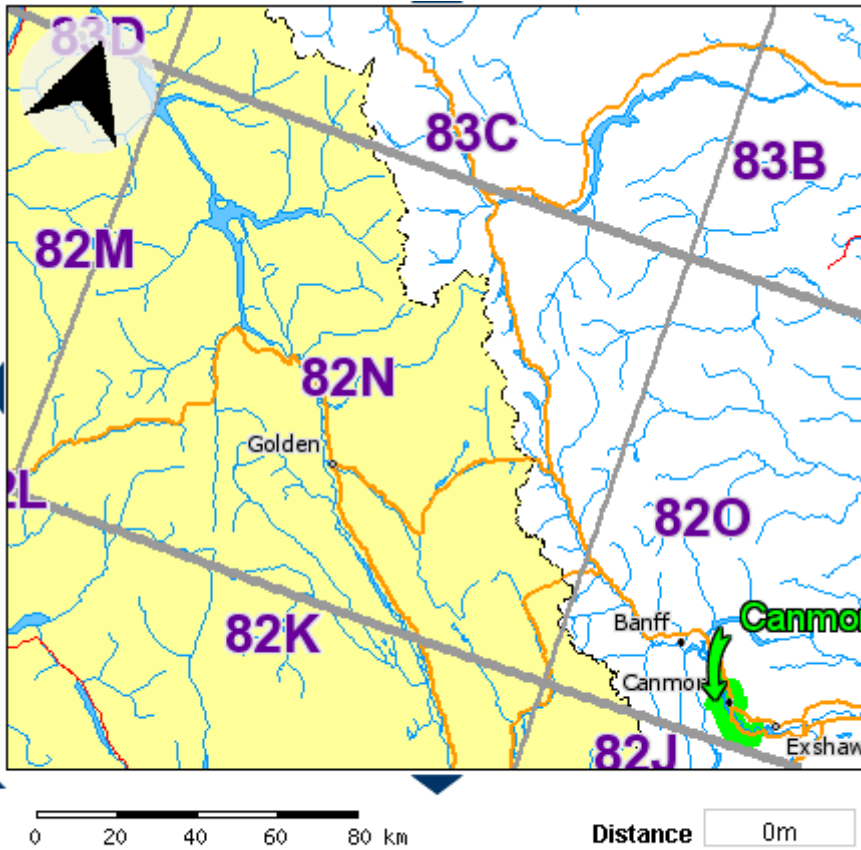
バンフへの帰路、湖面がエメラルドグリーンの LAKE LOUISE 湖畔で Mt. Victoria(3,464m)を見ながらディアナのオニギリとサンドで昼食、暫し休憩の後バンフに向けて車を走らす。



バンフのホテルチェックイン後、スーパーで食料を仕入れ、ご婦人方の準備してくれたポトフとサラダの晚餐で現地反省会を行う。明日は各人分かれてオプションツアーの日となるが、平均年齢 65.5 歳のメンバーが楽しく、元気に、事故もなくカナダのトレッキングを完遂した。

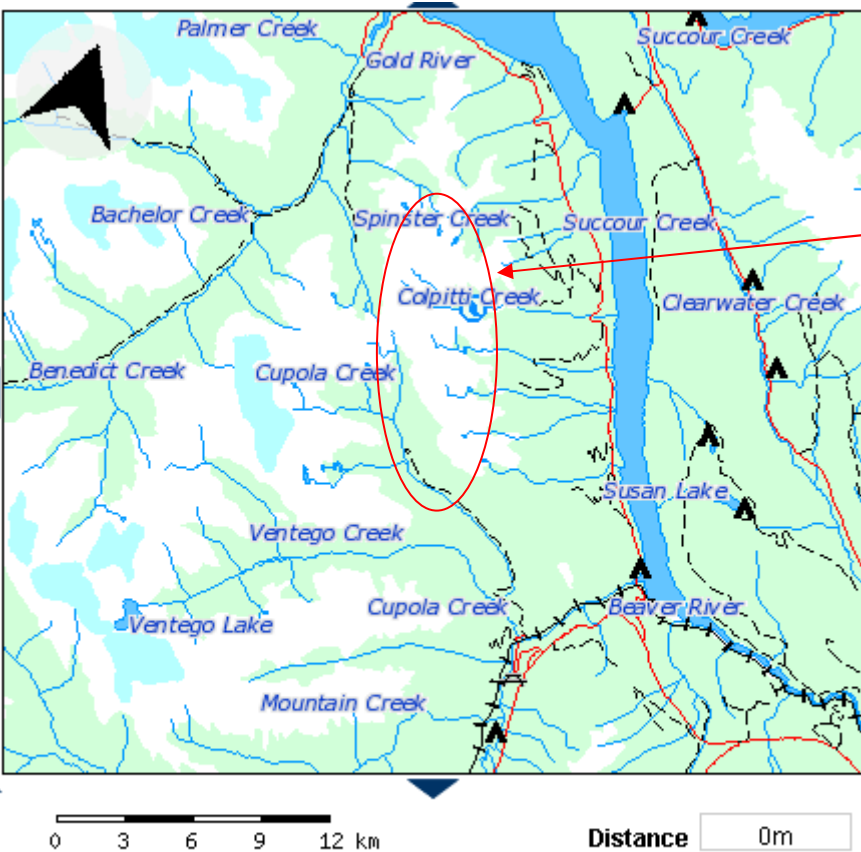
サンキュウ・カナダ





Map Scale:

[Map Sources](#)



エスプラナーデトラック

Map Scale:

[Map Sources](#)

