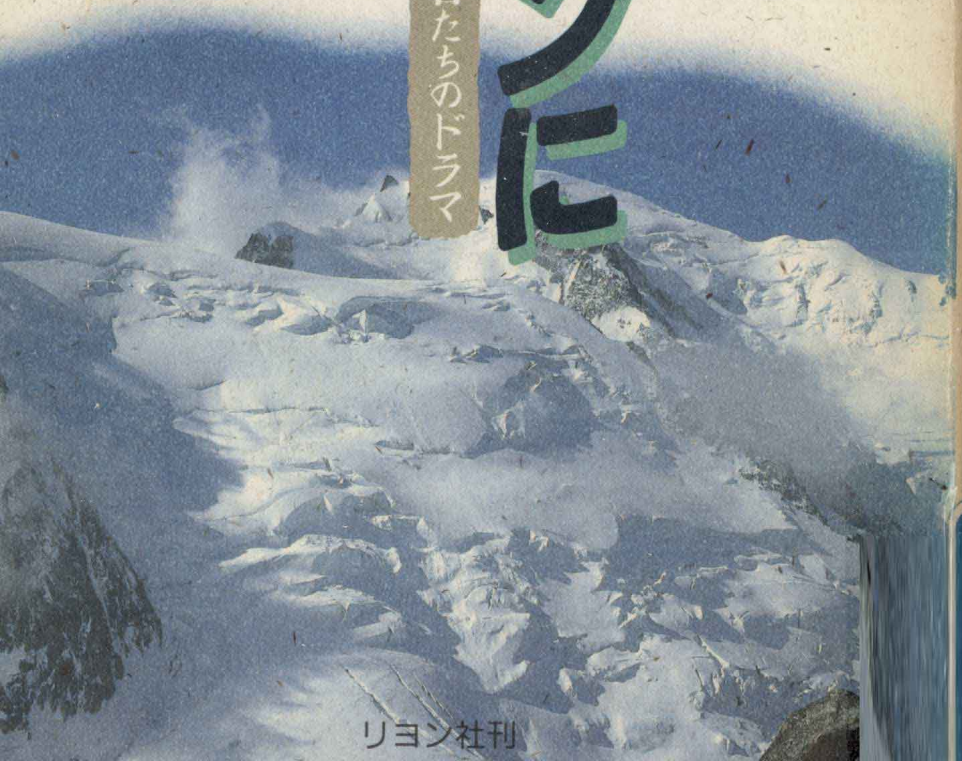
# モンブランに立つ

"生きがい療法"と勇気あるガン患者たちのドラマ

平尾彩子著



リヨン社刊

# モンブランに立つ

## "生きがい療法"と勇気あるガン患者たちのドラマ

平尾彩子 著

リヨン社

モンブランに立つ　Printed in Japan

著　者　平尾彩子

発　行　株式会社　リヨン社
東京都文京区音羽1の21の11
電話東京(946)0067
振替東京0-54728

発　売　株式会社　二見書房

印　刷　堀内印刷
製　本　ナショナル製本

©Ayako Hirao

落丁・乱丁がありました場合は、おとりかえします。
定価はカバーに表示してあります。

ISBN4-576-88086-1

# モンブランに立つ

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

# 推せんのことば

一九八七年夏、七人のガン闘病者がモンブランに挑戦した。

全員が頂上まぢかの四、三六〇メートル地点まで、そして、うち三人が頂上に立った。しかも猛吹雪のなかを、である。

一緒に登山した私にも、この事実がいまだに信じられない気持ちなのだ。私がもっていた医学常識は完全に破られてしまったのである。いっぽう、登山の常識からいっても、山は素人の七人が二年間の訓練ではとても達せられないはずの登山をやってのけたのである。

いま、頂上直下の山小屋での写真を出してみている。七人の闘病者の眼の輝やき、血色のよい顔の色つや、ほほえみ、生き生きとした表情……。

この登山の成功は、スポーツとしての身体のトレーニングだけではとても達成できなかった、と私は考えている。「生きがい療法」という心と脳のレベルのトレーニングが予想外の大きな行動力をひき出したのである。「ガンなんかに負けていられるか。

アルプス最高峰に挑戦するんだ」という心の張りが、彼らをエネルギーに満ち溢れさせたのである。それは彼らの表情や行動力を活性化させたと同時に、体内でガンと闘うリンパ球の働きにも同じように好い影響をもたらしたにちがいない。

近年、欧米で盛んになっている精神神経免疫学の研究によると、心と脳の状態がガン患者の生存率に大きな影響をおよぼすのである。ファイティング・スピリットや生きる目標をもって病気と闘っている人々は、生存率が大巾に高くなる。

そうした心の状態が脳の免疫中枢（間脳）の働きを活発化して、ガンと闘うリンパ球の働きを強めるためである。

「生きがい療法」は、この原理を実際のガン治療に応用しようとしているわけである。

本書は、登山隊の一員としてモンブラン頂上近くまで登った平尾彩子さんがまとめたものである。

この登山について当時テレビ・新聞などで大きく報道されたが、医学と登山の常識を超えた挑戦がいかにして実現したか、については知られていない。読者のみなさんはこの本によって、その詳細をお知りいただくことができる。

しかし、この本は単なる登山の記録ではない。「生きがい療法」がめざしているガン・難病治療への新しい考え方と方法も解説されている。精神神経免疫学とよばれる

この新しい医学の領域を、一般の方々に理解していただく入門書としても、十分役立つものと確信している。

一九八八年七月

伊丹仁朗

# 目次

推せんのことば　3

1章 絶望と孤独を超えて

バロー小屋　10
第五のガン治療法　17
ガン認知（野村郁男さんの場合）　22
ある日突然に（鞍本恵美子さんの場合）　34
抗体をつくる（正木智水さんの場合）　46
悲しみの淵より（番匠和美さんの場合）　56
山々は緑なりき（高安正明さんの場合）　64
前向きにスピリット（中野喜美さんの場合）　72
ヘパトーム（椚總さんの場合）　77

2章 生きがい療法

伊丹医師と森田療法　96
生きがい療法実践会　104
自分が自分の主治医　106
ガンを知らせる　113
生きがい療法の三コース　120

## 3章 ガンに負けずにモンブラン登山

モンブランへの道 132
シャモニ 145
出発 152
テート・ルース小屋にて 161
タキール訓練登山 175
ハラキリ・ウーマン 182
ヘッドランプの列 191
登頂 200
必死の下山 214

## 4章 それぞれのモンブラン

ガン患者も同じ人間 222
無念の思い 232
さまざまな勝利 240
生を見つめる人びと 252

あとがき 257

この登山を応援してくださったすべての方々に捧げます

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

# 1章 ―― 絶望と孤独を超えて

ガン宣告受けての帰り街路樹も
道行く人も我を遠のく

鞍本恵美子

## バロー小屋

闇の中で風が鳴った。ほとんど同時に地吹雪が舞い上がるのを、額につけたヘッドランプが映しだした。巻き上げられた雪がもやのようにあたりにたちこめ、私から一人おいてザイルの先頭に立った山岳ガイドの後ろ姿さえおぼろげにかすんで見えた。

ヨーロッパアルプスの最高峰、モンブランの頂上をめざして三人一組の七パーティと、二人一組の二パーティが、アタックキャンプのグーテ小屋を出たのは午前三時前後だった。その頃は雪が少しちらついていたが、ふり仰いだ空には星が輝いていた。天気予報は午後から悪くなるということだったから、前日の申し合わせでは、登りは八時間、たとえそこが四、八〇七メートルの山頂でなくても八時間たったら下山を開始する、というこれまで折りにふれてなされた注意がもう一度強調された。しかも午前三時出発の予定が二時半に繰り上げられ、それにしたがって起床時間も二時から一時半に変わっていた。しかし一時半に起床した素人登山家たちが、出発前のヘルスチェック、朝食、冬山装備の装着を完了するにはたっぷり一時間が必要だった。結局、三時前に山小屋を出たのはわずか二パーティだった。

標高三、七八二メートルのグーテ小屋から見た午前三時の空は、「満天の星」というわけにはいかなかったが、それでも日本の大都会で見るよりは数多くの星が手の届くような位置にまたたいていた。雪が降っているのに星空ということもあるのだなと思いつつ、私は高校教師の中野喜美（なかのきみ）さんの後ろか

ら、宇根敏明ガイドのザイルにつながれて小屋を出た。昨夜ほとんど眠らなかったせいか、あるいは軽い高山病のためか、たまらなく眠かった。まぶたを固く閉じたり、頭を振ったり、必死に眠気と闘いながら歩いた。ピッケルを雪につき刺して金属音をたてながら足ばやに私の脇をすりぬけていく他の登山者たちがいても、目を覚まして彼らと競争しようという刺激にはならなかった。

一時間もたったろうか、風が吹きはじめた。ふと空を見上げると最後の星が消えるところだった。それからあとは雲が厚くたれこめ、ついに星空も夜明けの光も見ることはなかった。モンブランは、極端な言い方をすれば三角帽子のように尖ったグーテ針峰と、プラネタリウムの屋根のようなドーム・デュ・グーテと、最高峰にいたるまでの急なボス山稜が連続する山並みだ。地吹雪を舞い上げるような強風が吹きはじめたのはドームの上を歩いているときだった。なだらかな山道だったので他に気をとられることもなく、かえってその強い風に心を奪われた。高山の稜線を強風が吹き渡るのは珍しくはないけれど、もしかしたらこの風は悪天の前兆ではあるまいか。そんな不安を抱きながら、ドームの緩やかな坂道を下った。するとそこから、今までの楽な歩きとは反対に厳しいボス山稜の登りが始まった。その厳しさに先ほどまでの眠気がいっぺんに吹き飛んで、風に飛ばされまいと懸命にピッケルを雪の中につきたてながら登ると、降りしきる雪をすかして見上げるような高さに四、三六二メートルのバロー小屋が姿を現わした。

バロー小屋は正式にはバロー避難小屋といい、気象変化やその他の理由で一時的に待避するための無人小屋で、簡単な寝床以外には宿泊施設はない。鉄製の急な階段を登ると、なかは先着の登山者たちでごったがえしていた。暗がりをヘッドランプで照らしてみると、私たちの仲間もいたし、外国人

もいた。中野さんは左側のあいた席に無言で腰をおろし、その前に立った私を見上げて言った。
「悪いけどここでやめるわ」
中野さんは、五十四歳とはいえクロスカントリースキーやオリエンテーリングの行事には毎年欠かさず参加し、気力体力ともにわが十七人の登山隊の誰にもひけをとらない。初めての登山経験は一九七九年の富士山だが、そのときは単独行で海際の田子の浦からすべての行程を徒歩で登り、下りは山梨県の忍野村をまわって浦和の自宅まで歩いて帰ったという人だ。いかにモンブランの吹雪が激しかろうと、こう簡単に撤退するとは夢想だにしなかった。
私はハッとして尋ねた。
「どこか体の調子、悪いんですか」
「右腕がしびれてピッケルが持てないの。手術直後のときと同じように力がはいらない」
手術とは一九七五年に受けた乳ガンの手術のことだ。中野さん自身の表現を借りれば、竹の骨に紙をはったちょうちんと同じで、右乳房を切除したあとは肋骨に皮をはっただけで中は空洞なのだそうだ。その空洞を先ほどの冷たい風が直撃した。そのために右肩から腕がしびれてこれ以上の登りは無理だった。
中野さんの説明を黙って聞いていた宇根ガイドが、「しかたがないですね」と初めて口を開いた。
「この登山は中野さんが主体だから、ここでやめましょう。少し休んで下りることにしましょう」
時刻は六時少し前だった。
同じころ五十歳の高校教師、鞍本恵美子さんはバロー小屋まであとわずかの距離を必死の思いで登

っていた。鞍本さんもまた乳ガンを手術しており、風の冷たさが身にしみた。彼女は出発のときから調子が悪かった。前夜七時に就寝したにもかかわらずほとんど一睡もできなかった。空気の薄いところでは誰にでもそういうことがありうるそうだが、彼女の場合は精神的な緊張も加わってか、睡眠剤を飲んでも効かなかった。その寝不足がたたって食欲がなかった。いざ出発のときには、アイゼンが二度も三度もはずれた。そのアイゼンは新品で、それまで使っていたアイゼンはモンブランではあまり役に立たないと前々日、別の山に訓練登山をしたときにガイドが言ったので、麓の町のスポーツ店で買いかえたものだった。新しい道具は慣れるまでに時間がかかる。当日の朝初めて靴の底にとりつけたのだから、そのことだけでもかなり時間を浪した。

しかし、やっととりつけて歩きだしてみるとすぐに金具がはずれ、着ぶくれした胸や腹を圧迫しながらかがみこんで、初めからやりなおさなければならなかった。

何度かの失敗ののちやっとアイゼンが落ち着き、本格的に雪の上を歩きだしてみると、今度は電池が減ってヘッドランプが暗くなっているのに気がついた。暗い足もとを見つめて歩いているうちに、以前スキーで痛めた右手と、日本出発直前に受けた高山の薄い空気に体を慣らすための減圧トレーニングの最中に負傷した右足が痛みだし、思うように動かなくなった。もともと左手は乳ガン手術のために痛んでいるから、健全なのは左足だけという状態になった。彼女はガイドの背中に向かって、足が痛いとか、減圧トレーニングせなんだらよかったとか、憤懣のかぎりを述べたてた。すると中島政男ガイドは振り返って言った。

「鞍本さん、それだけしゃべれるんなら絶対大丈夫ですよ。ぼくはものも言えないような状態の人を

ちゃんと頂上まで連れていったことあります」

その言葉は非常に励みになったが、いかんせん手と足が思うように動かなかった。激しい吹雪に攻めたてられながらボス山稜の急坂を登るころには疲労困憊し、やっとの思いでバロー小屋の中にはいり、中野さんの右脇に坐りこんだとき、

「私はここでいいです。もうやめます」という言葉が口をついて出た。

六時を過ぎたころには外は白みかけ、ヘッドランプがなくても歩けるほどになってはいたが、荒れ狂った雪嵐が何度も小屋の窓を叩いて、たとえ元気でもこれ以上登るのは不可能に思われた。この悪天のなかをすでに三パーティが頂上めざして歩いていた。下からは三パーティがバローめざして登っているところだった。上に行った人も下を歩いている人も大丈夫だろうか、そんな思いを漠然と心に抱きながら私は風の音に聞き入っていた。私は簡易ベッドの端に腰をおろしていたのだが、背後では高安正明さんが私のほうに頭を向けて寝ころがっていた。六十歳の彼は十年前に胃ガンを手術したが、そのとき以来、ヨーロッパアルプスに登ることを人生の夢として描いてきた。その夢が無残にうち砕かれつつある刻一刻を、誰からも視線をはずしてたったひとりの世界で味わっていたのだ。

椚總さんと妻の計子さんは、最後から二番目のパーティでフランス人ガイドのフィリップに先導されていた。すぐ後ろには白野民樹チーフガイドのザイルに守られた伊丹仁朗医師が控えていた。總さんはわずか七ヵ月前に五十五歳で肝臓ガンの手術をしたばかりで、みぞおちを中心に二等辺三角形の斜辺のように残った手術跡は、いまでも体を少し動かすとにぶい痛みを感じる。ひと月前に富士山に登るまでは山登りなどしたことがなく、周囲の人は無謀だと反対した。それでも彼はモンブランに



此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com