

# 七十五歳のエベレスト挑戦を支えた藤嶋さん



## オムレツ、白玉あんみつ、茶碗蒸し……

「エベレストベースキャンプ 三浦雄一郎さんの遠征隊のヤンプ(ネパル)川木村 食にはバラエティー豊かさか)カニクリームコロッケ、サムゲタン(参鶏 補足のエベレスト遠征に備へ、茶碗蒸し。75歳でも同行した藤嶋弘徳さん 世界最高峰・エベレスト登頂(68)の手料理だ。おかげで頂に挑むプロキヤ、藤嶋の食配は標準3000



遠征隊で毎日食事をつくる藤嶋さん。三浦雄一郎さんの次男、藤嶋さんに長男(影)まれた日はケーキを焼いた。IIエベレスト・ベースキャンプ(白坂洋祐撮影)

大潟区潟町の藤嶋弘徳さん、七十五歳でエベレスト登頂に成功したプロスキーヤー三浦雄一郎さん遠征隊のサポートで大活躍しました。

低酸素室でのトレーニングを重ね六千メートルの高所に耐えられる体力造りに精を出していました。

平成十五年には、当時最高齢でエベレスト登頂を達成した三浦隊の食料担当としても同行しました。

産経新聞五月十九日号の記事を紹介します。

## 遠征隊を支える 藤嶋さんの料理

三浦さんがベースキャンプへ戻ってきた15日の夕食には好珍み焼きと、藤嶋さんが作るのは標準5300円で旨いかられると、は思ってた。なかつた料理ばかり。今回は和食が好評で、黒豆ひじきを放した支配衣を新めていた。子供、白玉あんみつをデザートに出したりと、メニューには日々工夫が重ねられていく。高所では沸点が低いので、主として圧力鍋を使う。お湯が沸きにくい、茶碗蒸しやおムレツは特に難しいという。

食事は食後は、自備の3リットル。「ヨーロッパ」と高らかに藤嶋さんの声が響けば、各隊員が待ってまじらばかりに、食卓で「おいしいものを食べれば、みんな笑顔になって、会話が弾む、チームワークもよくなる。おいしい栄養をとって、頂上に挑む力を蓄えたいから、藤嶋さんにはきょうも、食卓で笑顔を生み出してほしい。」

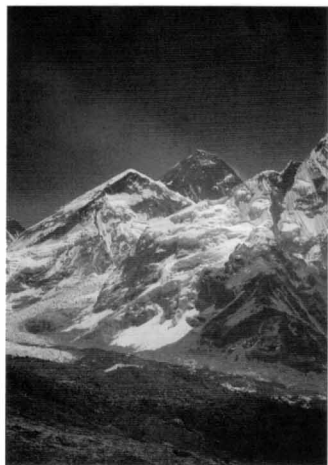
藤嶋さんは法政大山岳部出身で、平成12年に同部のチヨウセンヤ遠征に参加した。15歳の遠征では腕自慢のソールパのゴックもいたが、「お弁当に特製ケキを焼き、キムチ鍋などさまざまな料理を振る舞って、頂上に挑む力を蓄えたいから、藤嶋さんと調われたのは自然のなりゆきだ。」



ベースキャンプ（標高：5,360m）にて 左：三浦雄一郎さん、中央が藤嶋さん



ピンボジェにて 左：藤嶋さん、右：三浦雄一郎さん  
後ろはアマダムラム（標高：6,800m）



カラバタール（標高：5,550m）よりエベレストを望む