

No269

泉南走ろう会

東光 泉南スポーツ社
0724(83)×6653

1. 例会

七月十一日(日)

集合場所 種河神社

集合時間 八時

七月二十五(日)

集合場所 種河神社

集合時間 八時

七月から八月末までの間はサマータイムとして八時集合としますので間違えないようにして下さい。

1. 大会案内

●関西国際空港十周年記念新地球Run in KIX 十月二十四日

コースは関西国際空港2期空港局の未舗装路の一週五キロを周回する。

種目 十キロ、五キロ、三キロ、駅伝17キロ、駅伝8キロ

参加料 二五〇〇円(十キロ)、二〇〇〇円(五キロ)、五〇〇円(三キロ)

一〇〇〇〇と八〇〇〇(駅伝)

申込締切 九月十四日

申込・問い合わせ 〒152-8532

東京都目黒区原町一の三十一の九

新地球Run in KIX エントリー事務局

TEL 03-3714-6409

●吉野川ハーフマラソン 十一月七日

コース、会場のには言うことないのですが、何故か記録的によくありません。

その一つに和歌山城高野山ウルトラの後のためなのか！、それとも実力なのか！

今年も両方に参加を予定しています。何方か参加される方がおられましたら申し込み用紙が御座います。御連絡下さい。



■なぜ走るのだろう

■ 萩往還を意識したのはいつ頃からだろうか。所属している「泉南走ろう会」の月2回の練習会の後はいつも神社の境内で車座になり宴会となる。仕事を離れて共通の趣味を持つ仲間とマラソンに関する話をするのはとても楽しくて、例会がいつも待ち遠しい。その会で萩往還の話が良く出た。「泉南走ろう会」からはまだ一人しか完走した人がいないとか、国際マラソンに出た人や自分より実力があるかに上の人たちが完走できない萩往還とはどんなものだろうかと思ったり。

フルマラソンは4時間を切るのが難しかった。100kmマラソンも過去4回走ったが記録的にも頭打ちになった。ゴール後の感動も少なくなってきた。この辺りでもう少し達成感のあることをしてみたい気持ちがあった。もうひとつの理由としては47歳からランニングを始めてもうすぐ7年になる。昨年の10月で53歳になり、父が亡くなった時の年齢に達した。健康診断ではいくつもの異常が見つかった。糖尿病、高血圧、貧血……。元気がうちに限界に望んでみたい気がした。

- 山口へ
- スタート：海湧食堂(86.2km)
- 海湧食堂→宗頭文化センター(174.9km)
- 宗頭文化センター→東光寺(215.3km)
- 東光寺→瑠璃光寺(250km)

山口100km往還マラニック大会
A169

萩の街中で偶然、四万十川ウルトラマラソンでおたOさん夫婦に追いついた。足踏行きフェリデーで初めからわらず会場まで、こころよく車に乗せていただいた。しばらく並走しながら話をした後、先に進んだ。萩駅近くになると他のコースの選手に会うようになった。Aナンバー(250km)のゼッケンをつけているだけで拍手で応援してくれ。登りの山道だったが応援が途切れないうえ、歩くわけにも行かず走って登った。有料道路の料金所のエイドに着いた。ここは食べ物も充実している。イスに座り、暖かいスープとおにぎりを食べているとボランティアのスタッフがらっきょうなどいろいろ差し出してくれた。レモン、饅頭、チョコレート、キャンディーなどいろいろあるせいか皆、なかなかスタットしない。スタッフの人が一人出発しそうだと声を掛けてくれたので、その人の後ろから登山道に入り口に入った。いきなり急な登り坂である。前を行く人はかなり年配の方だったが仙人のような足取り軽やかに登っていき、あつという間に姿を見失ってしまった。木が茂って暗い山道を一人で歩いていた。後ろから女性が追いついてきた。聞くところによると前年完走したとのことだったので、ついて行けるところまでいっしょに走らせてくださいとお願いして、後を追った。「このペースで行けば完走できそうですか？」と聞くと「下りと平坦なところは全部走らないと無理です。私はこの35kmを昨年」時間半もかかった」との返事だ。時計の進むのが速く感じられた。視界が開けて広い河原になった。女性が走りだしたので、またまた一人になった。コース図はビニールのケースにそのまま入れていたので取り出すたびに雨に濡れてぼろぼろになってしまった。ここからは先は地図なしで行かなければならなくなった。集落が見えてきた(あきらまじき)エイド(226.4km)に到着した。ここからは先は地図なしでを憶はせる。ここは他のコースの人が多かった。昔ながらの茶色い饅頭を2個ほおぼって出発した。



西寺エイドにて (写真提供：うめ吉さん)

夢の萩往還 (抜粋)

全文は <http://homepage3.nifty.com/jimani/>

今仁 正義

■ 民家の軒先で再びポンチョを脱ぎリュックへ。道の矢印を確認して左折。再び山道に入った。石ころだらけの道の中央は川のように雨水が流れている。上から降りてくる他のコースの人達と挨拶しながら、水が流れていない道の端を歩いて登った。坂道を登り詰めてひらけたところに出た。萩往還道の案内図があった。まだ3分の1も進んでいない。後ろから、夜通し山道をいっしょに歩いた三遊亭楽松師匠が追いついてきた。一人である。仲間二人とは別行動になったようだった。次のスケジュールが詰まっているので、早くゴールしないとしゃれにならないということで、前方の急坂を大腿で力強く走って行った。土手を駆け上がり舗装道に出たところでは、もう、はるか上の坂を走っていた。

区間	距離	所要時間	備考
1	山口100km往還マラニック大会	177.0km	07:20
2	川尻峠	117.0km	07:30
3	立石峠	117.0km	07:40
4	千畳敷	117.0km	07:50
5	三見駅	117.0km	08:00
6	三見駅	117.0km	08:10
7	三見駅	117.0km	08:20
8	三見駅	117.0km	08:30
9	三見駅	117.0km	08:40
10	三見駅	117.0km	08:50

舗装道から再び旧街道に入ったがもう走ることはできず長い坂道を他の人と同じように歩いた。往還道は舗装道路が大きくカーブしている道を無視して直進で崖を降りたところに再び現れた。道の風景が以前、三重の伊賀忍び者マラソンで走ったときの景色に良く似ていた。今自分はどこで何をしているのだろうと思つた。山道に幅1mくらいの踏み固められた草の道と石畳が続く。今年の1月ころから痛めていた右足底筋と以前から時々痛みがあった左ヒザは今のところ異常はなかった。下り坂になった。このまま歩いたので時間内のゴールが難しいと初めて思うようになった。せつかくこまで来たのにこんなところでリタイアしたくない思いが強くなった。もう足はどうなってもいい。ただゴールしたいと思ひ、下りは飛ばさずゆっくり走った。登りの道も泥だらけの靴のまま水の中を進むようになった。泥が落ちてかえって靴が軽くなるのではないかと思つた。瞬間的に意識が飛んでコースを外れそうになる。再び舗装道路になり佐々並みのエイド(235.6km)に着いた。スタッフの人から良い走りだと声をかけてもらった。ここには今まであまり見かけなかった250kmのランナーが大勢休憩していた。名物の豆腐を食べる気がせず、レモンのスライスをかじり、水とスポーツドリンクを交互に飲んだ。下りをがんばったので、まだ午後3時前であった。救往還に入ってキロ12分のペースに落ちているが、残り14kmを3時間で行けば良い。エイドから離れた消炎剤のスペアを足にかけた。いくらか元気が出てきて、スタートした集団についていた。6人だった。これからはよい最高地点に向かう。

車がひっきりなしに通る大きな道に出た。しばらく平坦な道が続く。平坦なほうが眠気を招いた。意識が飛ぶ間隔が短く、1分になった。前を走る人に聞くところによると同じことだった。道路標識でも山口がだんだん近くなってきたのが分かる。キャンプ場のエイドに着いた。土間のようなところでも草も熱いお茶をいれた。これが最後のエイドのことだった。エイドを出て緩やかに上りの道を大阪と埼玉の2人の人と一緒に歩いた。前方もほとんどの人が歩いていて、カーブした道を登りきつても、また上りが続いているのには慣れてきていたのもう落胆するようなことはなくなってきた。道路脇の階段を登るところにやっとたどり着いた。林の中を歩き、再び舗装道に出たところにガードマンの人がいた。指示されて道を横切り再び林の中へ。すでに最高地点は通過したようで、下りになった。石畳と切り通しが何度も交互に出てくる。かなり下ったはずなのになかなか道が終わらない。石畳は雨で滑りやすかった。ここで滑って足を痛めては最悪である。3人ももつくりと歩いた。エイドから1時間も歩いたのだろうか。石畳の曲がり角に倒れた枯れ木はさつきも見たような気がした。再び舗装道路に出た。またガードマンがいる。先ほどの地点に逆戻りしたのではないだろうかと思つた。そうだとすると完走はおぼつかない。後ろから何人も追い抜いていった人もさつきもガードマンも同じ人だったのではないかと気がして来た。顔を叩いてみた。夢ではなさそうである。エイドからいよいよ完走を考えると病院のベッドで夢を見ているのではないかと恐怖があつた。せつかく良いところまで行つたのにゴールでできなかったとしたら、もったいないという気がした。

林の中に建物が見え出して、景色も明るくなったところにスタッフの姿が見えて往還道の出口に達した。リュックを下ろして、一人ずつ救往還の道標の横で写真を撮るともらつた。

後3kmだ。夢ではなく本当に完走できそうだと思つた。ずっと下のはるか先の方をランナーが進んでいるのが小さく見えた。完走できそうだと思つた。逆にかが戻ったような気がした。いっしょに歩いた2人に先にいってもらった。ダムが見えてもう3kmは進んだつもりだったが、瑠璃光寺の五重の塔は見えてこなかった。元氣な女性ランナーが「もう少し、がんばりましょう」と声をかけて追いついて行った。遠くの山のふもとに五重の塔が見えてきた。

街中に入り、ようやく山門の緩やかな坂道に出た。沿道の両側で大勢の人たちが拍手で迎えてくれる。皆、この時間のために走つたのだろう。山門に入り左折するとゴールテープが見えた。大会主催者の小野さんをはじめスタッフの人が「笑顔でゴールしましょう」と声をかけてくれる。やや早めから両手をあげたので、ちょっと間があいたがゴールテープをゆがんだ笑顔で渡すことができた。ゴールの時計は良く見えなかったが17時くらいだった。完走賞の木製の救往還道標のレプリカを渡された。これで、もう走らないで良い、もう救は絶対走らないぞというのがゴール直後の気持ちだった。

救往還のぬかみ走った後なので靴は泥だらけになっていた。荷物を預けている公民館で靴を脱ぎ、着替えもせずそのまま、天井をながめて寝転んだ。靴下を脱ぐと靴下に印刷された文字がそのままふやけた足の裏に転写されていた。足の爪はすべて皮膚の中に埋もれたように小さく丸くなっていて、股下で下着にべっとりついていてのをはがして着替えてまた一休み。19時前、足を引きずっている人と、どちらともなく挨拶をしてゴール地点に感想証をもらいに行つたがすでに受け付けは終了していた。タクシーを呼び湯田温泉のホテルに着きチェックイン。外に出かける元氣もなく自動販売機でビールを2本買い部屋で飲もうとしたが1缶の半分も飲まずに寝てしまった。



救往還出口

2004年月別走り込み

名前・月	1	2	3	4	5
石井 繁貴	216	175	266	272	374
	216	391	657	929	1303
今仁 正義	187	144	80	145	327
	187	331	411	556	883
岡元 邦博					
岡田 盛助	142	165	128	150	208
	142	307	435	585	793
芝本 鈴代	540	357	104	267	467
	540	897	1001	1268	1735
出口 牧	500	450	350	350	600
	500	950	1300	1650	2250
和田 年弘	175	137	130	170	200
	175	312	442	612	812
西野 盛隆	141	165	143	99	142
	141	306	449	548	690
堀池 一夫	160	175	73	80	80
	160	335	408	488	568
宮下 哲	81	80	50	60	74
	81	161	211	271	345
西 和秀	44	44	55	38	50
	44	88	143	181	231
栗野原会長	210	173	120	106	80
	210	383	503	609	689
真鍋 康之	250	42			
	250	292			



忘れ物

救往還からちょうど1ヶ月が経過した。ラミネート加工された完踏証も昨日届いた。ゴールの写真はうつむいて疲れ切った姿だった。完踏したことが、いまだに夢のような気がする。右足の小指の爪は結局、はがれて下から柔らかな爪が伸びてきた。両足の指はまだだじりびりしている。雨でふやけた足の裏は皮が薄くなって、救往還の石畳の感触がまだ残っているようだ。「泉南走ろう会」の例会では依然、最後尾を走っている。再び、右足の足底筋は痛くなってきたし、左膝の調子も相変わらず良くない。救往還の3日間だけ痛みがなかったことは奇跡的な気がする。今、250kmを振り返ると後悔することが多い。後半の登りはほとんど歩いた。雄大な天の川を見ることが、棚田に月が映って見える景色を見ることもできなかった。ポランテアのスタッフに感謝する余裕もなかった。何より後悔する点は自分でコースを探さずジャーニーランでなく、ただ人の後をついていただけだったことである。最後の往還道は7時間半もかかってしまった。完踏というよりも完歩に終わってしまった気が強い。ゴールした直後はもう絶対救は走ることはいらないだろうと思つたのに、次第に来年も参加してみようかなと思ひ始めている自分がある。

第16回大会

種別	エイド	出走者	完踏者	完踏率(%)	
マラソン	A 250km	416	402	190	47.3
	B 140km	113	98	44	44.9
	C 70km	226	206	181	87.9
	D 35km	160	127	113	89.0
	E 60km	52			
短距離	F 35km	421			

すばらしい運営をしてくださいました大会のスタッフの方、応援してくれた方(泉南走ろう会、走り屋、明走会、それでも鉄人か)に本当に感謝します。自分一人では絶対走れない夢の救往還の思い出をいつまでも大切にしたいと思ひます。