

第14回 2014 歴史街道丹後 100キロ ウルトラマラソン 完走記

完走記を書くのは2回目となりました。今年の丹後をエントリーしたきっかけは、と聞かれたら・・・実は四万十が落選してしまい、2年ぶりに100キロにチャレンジしたくて、丹後のエントリーが延長していることを知り、ぎりぎりエントリーしたと答えるのでしょうか・・・。2年前にでた年があまりにも暑く、もうこんな過酷な大会は出たくないな一と思っていました。それがエントリーしてしまった自分に驚きながら、日が近づくにつれて、緊張してきました。2年前に完走した大会！今年も絶対完走したいという気持ちが強くなり、自分にプレッシャーみたいなものがありました。7月の月間走行距離は250キロをこえましたが、走った後のケアーに時間をかけなかったせいで、股関節が痛みだしてきました。それで、8月はほとんど走っていません。200キロにも達しませんでした。明日香の皆様からアドバイス、激励を頂き、走られない分、柔軟だけはしっかりしておこうと思い、会社に出勤してから更衣室で、柔軟体操の時間をとりました。



9月に入り、もうここまできたらエンジョイラン♪をモットーに、私の大好きな海を満喫しようと思いつつ、股関節がなんとかもってくれることを祈りつつ。

前日の受付会場では、ファイテンコーナーで膝にテーピングをしてもらい、足をマッサージ機に入れながらポーっとしていると、あのS村さん主催のトレイルランのボランティアと一緒にしていた歯医者さんに会いS村さん達と合流できました。再会できて、嬉しくて挨拶を交わしながら、また明日会えたらいいな一。

前日は3時間ぐらしか寝れず、2時に起床。ワセリンを入念に体中に塗り、おにぎりを2つ食べて、アミノバイタルを飲み、忘れ物がないかチェック。

会場につき、涼しいな一と思っていたら4時前ごろから雨が降り出してきました。トイレの長蛇の列の後ろの方にいたので、時間に間に合わないかな一・・・案の定、6分遅れで最後尾からのスタート。初めての経験で、最後尾の独特のリラックスムードの中、私もエンジョイラン♪するぞ一って気合を入れ、ゆっくりとラン旅が始まりました。

あの2年前の蒸暑さとはうってかわって、雨もやみ爽やかな空気でのスタート。夜が明けてくる頃に、ちょうど海がみえてくるので最高です。ただ人がいっぱいなので、転倒しないようにだけ気をつけていました。そしたら、「ゆうこりん？」って声をかけてくれる人が！「あっS村さん」嬉しくなって2人でいろいろお話をしながら一緒にラン。坂道で離れてしまいましたが、少し行くとまた一緒になり、あと1人仲間のY村さんも合流。楽しい会話をかわしながら、マイペースランでまたおわかれになりました。

次に、わかちゃんとの出会いがあり、明日香古京のTシャツをアピールして一瞬でしたが、会話を交わしました。朝の太陽が眩しく輝いてくる頃、まだ暑くはなくても海がきれいで幸せな気持ちになりながら、エイドでもちゃんと食べ、60キロのスタート地点を通過する時に、すごい声援を送っている団体がいて「あっ乗鞍の人！」って叫びました。あの乗鞍前日のトレッキングのボランティアをして下さった方がいて、六甲トレランでもボランティアをして下さっていたので、2度目の偶然の再会！とても嬉しい気持ちになりながら、応援に感謝しました。坂道をゆっくりランしながら、1回目のマッサージ会場に到着。中学生のサッカー少年が脹脛を揉んでくれながら「長距離用のいい筋肉のつき方されていますね～」って褒めてくれたので、単純な私は嬉しくなって「ありがとう！マッサージ上手いね～このお陰で完走できるわ」って御礼を言いながら、うどんも食べて、笑顔でスタート♪本当にマッサージのお陰で足もまだ大丈夫な感じでした。

弥栄庁舎を目前にして、60キロの先頭ランナーがやってきました。後ろを振り返ると、あの合同練習会にいつも来て、慶州さくらマラソンでも一緒になったM田くんでした。「M田くん頑張ってる！」と一瞬の会話を

して、すごい勢いで走り去っていきました。

弥栄庁舎では、バラ寿司、おりぎり、スープに梨にいっぱい食べて、預けていた荷物をとって、靴下を脱いでワセリンを塗りなおしながら周りを見渡すと…男子ばかりやなーと思いつつ、もしや！ここは男子更衣室？！もしや…外にでると！やはり男子更衣室って書いてある！恥かしい…思考力は弱ってきたのかなーと自分のバカさに呆れつつ、栄養補給をして元気になって笑顔で碓高原に向けて出発！ずっと続く坂、ここで歩いたら、歩き癖がついて進めなくなるなーと思い最初の坂はゆっくりと膝のバネを意識して上っていきました。2個目の坂を上りながら「ゆうこりんですか」って誰かが声をかけてこられたので、振り向くと「あっS村さんの仲間のY村さん！いつの間に前に行かれていたのですか」と。「僕はもう気が減りそうになっていたんですよ…太ももがつりそうになって」みんな、今が一番しんどい時やなーって感じながら「ここまできたらテンション高くて、ひらきなおっていきましょう！気持ち9割ですよ！絶対完走できますよ！」ってハイテンション&オーバーなことを言いながら自分にも勝つを入れてました。坂道になり、分かれて行くことになりました。碓高原の頂上では2回目のマッサージ会場があり、ここでは靴下も脱いで足の裏から脛脛と入念にマッサージをしてもらいました。筋肉が生き返った感じがして、本当にマッサージの方には感謝の気持ちでいっぱいでした。さあ～急な下り坂を慎重に走りつつ、見える景色も絶景で、標高が高いので涼しくて癒されながら次のエイドで、「あっY村さん！またいつのまに抜かしていたのですか？」ってビックリして、頂上のマッサージエイドもとばしたようで、あそこで私はマッサージをしてもらっていたので納得。で、またテンションあげながら話をしていました。話すことは大切ななーと、上半身は元気なので話はできるのですが、下半身が思うように動いていないような気になりつつ。また坂道になり、わかれることに。「ゴールで会いましょうね」って手を振りながら～。そこからは時計を見ると、もしかしたら13時間きれるかも？という目標ができました。お腹もすいてきて、エイドで今まで食べようと思わなかった、ポテトチップスを頬張り、バナナにいっぱい塩をつけて食べ、塩分を吸収。また甘納豆を食べ、よく食べるなーと自分でも感心しつつ、また活力がでてきて、リズムよくあと18キロ走るぞーって、なんだか力が湧いてきました。きれいな海や花を見ながら、走れることに幸せをかみしめながら、足が不思議なくらい動いてくるのが分かりました。やっぱりあのマッサージはすごい効果大だなーと感じました。最後のマッサージ会場、ここでもマッサージをしてもらい、つみれ汁を2杯食べて、お腹もまたすいてきたので、パンとかいっぱい食べて、さあ～ここからまた笑顔でスタート！小刻みな坂道もありつつ、お汁粉エイドでも食べ、12時間代を目指して頑張るぞーって気合を入れました。すると、40キロぐらいまでずっと前後でいた人のTシャツが見えてきました。私はその人の後姿が励みになっていました。なぜならTシャツのバックプリントに「自分に勝て！」というメッセージがプリントされていたので、それを見ながら走っていました。また、その方の後ろ姿を見れて、元気になってきました。ラスト、2キロあたりからは沿道の声援がとっても賑やかで、「お帰り！もう少しやで～」って、その激励の声に、いろんなことがよみがえってきて、こらえていたものが溢れ出てきました。でも、まだ明るいのでちょっと恥かしいなーと思い、気持ちを落ち着かせながら、楽しくスマイルランでいこうと気持ちを切り替えて、皆様の応援にありがとう！！って心で叫びながら、無事に13時間をきってゴールすることが出来ました。

本当にいつも完走した後は、感謝の気持ちでいっぱいになります。最初に100キロを挑戦してゴールした時は号泣で感動でした。今もその気持ちは変わりませんが、最初は、もうこんなしんどいのは2度と出たくないって思っていたのですが、また次の年にでている自分がいました。今回で4回目となりました。

エンジョイラン♪をモットーに、走れる事に感謝、支えてくださっている全ての皆様に感謝の気持ちで、マイペースで続けていこうと思っています。