

# 『川の道 回想記』

吉岡 敦

まずは、館山さんを始めスタッフの皆さんには、本当にお世話&ご迷惑をおかけしました。ありがとうございました。皆さんの応援の甲斐もあって、何とかV2達成しました。昨年の優勝とは比べ物にならないほど感動し、最近では珍しくゴール数キロ前で感涙してしまいました。話せば長くなるのですが…

## 〔第一章 リタイア宣言〕

暑さのせいもあってか、スタート直後から体調がイマイチよくない。第1CP35.7km、何とか先頭集団からわずかに遅れる程度の追走。ただ、暑さのせいか体調不良なのか、第2CP49.6km、第3CP65.6km、第4CP74.5kmで、あまりにも気分が悪いのでそれぞれ約10分間横になって寝た。しかも第3CPではあまりにも気分が悪く、食べた蕎麦を吐いてしまった。この時点で3位『ヤバイ、連覇は無理か…』。やや体調がよくなりピッチを上げていったが、95kmの施設エイドで、トップのしんちゃん(第2回優勝の篠山さん)と35~40分の差の2位。

万全な状態で臨んだつもりが何故???よく考えなくても原因はハッキリしていた。前日、大学生の娘のアパートで宿泊する際、居酒屋に行ったのがまずかった。と言うよりジャージ姿でいけるところがそこしかなかった。

店員『1,000円で飲み放題になりますよ』

私 『嫌、いい』

店員『3杯飲めば元取れますよ』

私 『じゃ、飲み放題で!』(弱~)

結局、生中8杯(9杯だったかも…)ただそれだけでなく、居酒屋へ行く前に、娘のバイトが終わるのを待つ間に500mlを3缶、さらに居酒屋から帰ってから1缶。

ひたすら見えないしんちゃんの背中を追いかけるのみであったが、第7CP128.6km手前で何としんちゃんを発見。睡魔に襲われ2~3回横になったとか…。暫く併走するが、今大会の最大のライバルに引導を渡すべく、ピッチを上げて見る見るうちにしんちゃんを引き離していった。結局第9CPのレストポイント、こまどり荘では30分以上の差をつけていた。

ただこれが仇になっていた。体調不全から一転、驚異的な回復力がオーバーペースに。右足首に感じる違和感が違和感でなく痛み、そして歩くことも苦痛なほどの痛みが変わっていった。

『まずい!まず過ぎる。この痛さでは連覇どころか完走も無理』。行きつけの整体「ゆらぎの杜」の先生ことモリやんに事情を話し、応急措置としての処方を受けた。アイシングと痛み止め用に持っていたバファリンを飲むように言われたが、コンビニがあるような場所では到底ないため、アイシング用の氷がない。

隣に川が流れているのでスタッフに勧められて行ってみると、これが普段のアイシングどころではなかった。雪解け水のせいか、10秒と足をつけておられないくらい冷たい。ただ、痛みは一向に引かず、気力が萎えてネガティブに…。

昨年10月の『甲州街道』で痛みをこらえて無理して完走した後、完治するまで1ヶ月以上要した経験が、レースで無理するよりは勇気あるリタイアの教訓を植えつけていた。

これ以上は無理と判断し『ジnkスは守られますね』(過去1回2回の優勝者は翌年リタイアしている)

と、主催者の舘山さんにリタイア宣言。

帰り支度を進め、スタッフにどうやって帰るかを聞いていた。何せ辺鄙な所だから、公共機関はまず無理。夕方 6 時にスタッフが次のレストポイントである小諸グランドキャッスルへ向かうときに便乗させてもらい、そこで 1 泊して翌朝帰ることにした。

気が楽になったのか、はたまたバファリン効いてきたのか、何故だか痛みが引いて歩けるようになった。幸い、こまどり荘を出た直後は三国峠で上りを走るにはきつ過ぎるコース。ほとんどのランナーは終始歩きに徹する。暫く様子を見るにはいいかも・・・。

舘山さんに『もし途中で駄目だったら、次のレストポイントへ向かうスタッフ車でひろってあげるよ！何が起きるか分からないから完走目指して！』と何度もチャレンジするよう促されていたこともあって、駄目もとで再スタート。

ただこの間、アイシングをしたり帰り支度をしていたので、一睡もしていない。ルールでは各レストポイントで 3 時間以上の休息が義務つけられているだけなので、しっかり休息を取ってからスタートしてもよかったが、しんちゃんがスタートするため、そんな暇はなかった。

結局、三国峠の上りでしんちゃんに追いつき、次のレストポイントまで併走して走るようになった。その間は、やや痛みはあったが、走るのにはさほど差支えがなかった。バファリンのせいか、5~6 時間すると走れないほどの激痛が走ったので効き目を 5 時間とし、激痛が走る前に服用した。足はパンパンに腫れていたで完全に麻痺状態であった。

途中、スタッフ号が通過する時、『行けそうだね』と声をかけられるが、何とか小諸まで行ってそこで無理なら止めようと、ポジティブにはなっていなかった。

## 『川の道 回想記』

### 〔第二章 再リタイア宣言〕

第 13CP グランドキャッスルホテルに、しんちゃんと一緒に深夜 2:33 に到着。しんちゃんは早々シャワーを浴び就寝状態へ。こちらは続行するかどうか様子見の状態であったが、右足首はパンパンに腫れて、バファリンの効果が切れると痛みが増していた。取り敢えず寝ないことには・・・。スタートしてからここまで、コンビニの外でもたれかけて 2~3 分寝ただけであった。

2 時間余り寝ただろうか・・・。目が覚めても痛みは解消されていなかった。去年の『甲州街道』のトラウマが蘇ってきた。故障したにも拘らず、足を引きずりながら GOAL したが、その後は悲惨であった。

舘山さんからは『時間が経てば痛みが引くかもしれないから、とにかく完走を目指そう』と言われていたが、完走だけを目的に走る気力を奮い立たせる事は、私の性分として難しかった。正直、ここから歩きに徹しても、完走するだけの時間は十分あった。でも、今日中に我が家に帰れば、残りの GW3 日間は・・・。完全にリタイアを通り過ぎて、休日の計画段階にはいっていた。

この間に 3 位で中村さんが到着。大会前に届いた参加者名簿から、強敵となるランナーをリストアップしていたが、中村さんもその一人で、おそらく、しんちゃんと中村さんと自分がベスト 3 になるだろうと、予想を立てていた（実際その通りになった）。

暫くすると段さんが到着。相変わらず元気な屈託のない笑顔で、汚い足を見せてくれた。ネイチャー 250km 走って、10 日後に 522km ですから普通の人には出来ない。やっぱり段さんは普通の人じゃなかった。結果的には 4 位なので驚異的な精神力だ。

少し前に飲んだバファリンの効果が表れなかったことが、再度リタイアすることを決定付けた。でも館山さんには、しつこくチャレンジするよう勧められていた。

段さんにもリタイアを告げて、2回目の帰り身支度。気が楽になると何故だか、痛みが引いてくると言う、まさに精神的なものかと思われるくらい痛みがなくなってきた。

ただ、完全に気力は喪失していて、頭の中は残りの休日をどう過ごすか、正直続行することを否定して欲しい気持ちが強く、こんな状態で走ることはよくない、バファリンを呑み続けることもよくない、と言ってもらいたいがために、専門家としての意見を聞いてみた。専門家と言っても全体の先生ことモリやんのことだから、当てには出来るかどうか?(失礼)

『バファリンは大量に服飲しなければ問題ない』

『どんなにひどくなっても帰ってきてから治してあげる』

そして、一番グサッとくる一言が…

『今止めてもいいけど、1年間悔いが残るんちゃう?』

この大会のために一生懸命練習してきたにも拘らず、止めようとしている自分がいた。それは単に、2連覇と言うプレッシャーから解き放たれたいという思いからだけのように思われてきた。悩んでいた。痛みはかなり引いていた。最終的には館山さんの一言が再スタートを切らせることになった。

『悩むんだったらやったほうがいいよ』

決めた! 狙う! 連覇を!

『川の道 回想記』

[第三章 好敵手]

第13CP グランドキャッスルホテルを一番最初にしんちゃんがスタートして、数分後に中村さんがスタート。帰り身支度から一転、戦闘モードへ切り替え、中村さんを追いかけるようにして自分がスタートした。しんちゃんは歩きながらコンビニで買った朝食を頬張っていた。すぐ後から追いかけてくるだろうから『お先に』と一声かけて通り過ぎたが、その後しんちゃんと顔を合わせることはなかった。

前を走る中村さんを追いかける形となったが、程なく追いつき暫く併走した。中村さんは常に上位入賞の実力者で、私の戦歴から比べれば足元にも及ばない。嫌、足元くらいには及ぶか…

その中村さんが、

『吉岡さんが故障しなかったら、こうやって一緒に走るなんてことないですからね』

うわー! すげーお世辞!! と思いつつも、社交辞令と割り切る。ただ、ランフォームが一定で無駄がない、すり足走法。私もフォームに拘るほうなので勉強になる。

走ることに對しての拘りが強いランナーで、夜間対策用の反射板の付いた超軽量ベストや自称方向音痴対策はこれまで見たことがない万全な対策であった。GPS機能搭載の携帯地図器(?)には驚かされた。お値段12万!(セッティング次第でGOALまでの距離も出してくれます)。これには併走させていただいているとき大いに役にたった。

速い! というペースではないが、追走できない。やはりこれまでの体調不振や精神的混乱、寝不足が原因か。ここで無理して追走するよりは、マイペースで後半に賭けることにした。

上田市に着いたのは10時前。ここで必ずゲットしなければいけないものがあつた。それはバファリン。持ってきたバファリンは残り1錠。是が非でも…とと思っている矢先に薬局。難なく入手。でもその間に中村さんは見えなくなった。

と思いきや、14CP 上田城跡入口でトイレに行かれたようで、追いつくことが出来た。が、追走は諦めた。

元々走力が違うので、追走することで潰れるだろうという思いと、右足首の故障が気になっていた。段々と遠くの中村さんが気になりつつも、腹ごしらえをしなければ体力が持たない。ほとんどまともな物は食べていなかったの、事前にチェックしていた“すき家”へ。これが大いに失敗した。旨くないと言うより、ご飯が堅い。消化するのに胃に負担がかかり過ぎる。滅多に残さないご飯を残さざるを得なかった。

ここからはもう1つの敵が襲い出してきた。天候である。徐々に暑くなってくる。早めに対策が不可欠。帽子の下に日よけ用のバンダナ。これを水に濡らすのがベスト。乾き切る前に、ガソリンスタンドを中心に、民家でもどこでも水道があればお願いした。頭から水を被り、バンダナを濡らし頭へ。水分が気化するときの低温効果とリフレッシュ効果が効いた。更に、お願いした人に『何やってるの』と聞かれ、説明してビックリされ、必ず『頑張ってるね』の一言。これは何よりも効果があった。心からの応援をどれだけ頂き、どれだけ頑張れたか！

中村さんにはかなり離されただろうと思い、善光寺に足を進めていたが、後ろから足音がするので振り返ると中村さん。所々で睡眠をとって、先程食事をしたばかりだという。レストポイントでの少ない睡眠と、この暑さにかかなりこたえているようだった。

善光寺参りを一緒に済ませ、暫く併走していたが、食事をするためコンビニに寄った。中村さんは既に済ませていたので「先に行ってます」と言って行かれた。食事を済ませた後、これ以上離されたくない思いから、かなりペースアップしたが、中々追いつけなかった。

何とか中村さんに追いついたのは、離されてから35kmほど過ぎたところであった。このとき、中村さんは優勝を完全に狙っていると確信した。

そこから第19CPの宝山荘までほぼ併走して、3日の2:31に到着した。最短で5:31の出発が可能であったが、自分にはその気力は失せていた。どうしても右足首の不安は払拭し切れないままだった。痛みはほとんどなくなっていたが、腫れが引いた訳ではなかったの、2連覇を狙うレースをして、これ以上負荷をかけたくないと思っていた。

更に今回は、既にリタイアしていたかも分からなかつただけに、2位でも十分な結果と割り切ることにし、残りのステージを楽しむことにした。

中村さんは予定通り5時半過ぎに出発された。自分は今回初めてゆっくり寝ることができて、7時半ごろに宝山荘を後にした。

## 『川の道 回想記』

### 〔第四章 敵はボランティア〕

まだ7時半だと言うのに日差しはきつく、大変な1日になりそうな予感が合った。中村さんとは2時間くらい遅れてのスタートなので、走力からしても逆転は無理と割り切ったことで、心なしか昨日までよりも身体が軽かった。

日差しが高くなるにつれ、思うようなランが出来なくなり、歩きを入れる回数が多くなった。水分補給に熱射病対策の水被りを何度も繰り返すことで、思うように距離が稼げない。ランから逃げている時は、テンションが低くなっている時が多いので、糖分補給も必要になってくる。当然、塩分補給も必要になってくるし…。正直、頭の中が混乱していて、何を摂取したらよいかさっぱり分からなくなっていた。この頃から胃がキリキリ痛み出すようになった。ただ各チェックポイントは、昨年と比べ2時間半ほど早かったので、自己新だけは狙いたい気持ちが強くなっていた。

当面の到達目標地点は、445km 地点(残り 77km) のボランティアでエイドを開設してくださっている和田さん宅。昨年も 1 位で立ち寄って大変お世話になった。その時は蕎麦を食べに連れて行ってもらい、30 分ほどゆっくり寝させてもらった。その時のお礼を言って再スタートするときの会話。

和田さん 『来年も待ってるから』

私 『いやー、来年は分からないですね』

和田さん 『駄目だよ。勝ち逃げは！あんたを目標にする人もいるんだから』

結局、他のレースを視野に入れていたが、この一言で今回、参加することに決めた。

その和田さん宅には、16 時半頃(だったと思う)到着。ガレージが休息場になっているので、『こんにちは～去年お世話になった吉岡です』

と挨拶しながら中に入ってビックリ。中村さんがいるではないか？何故？とっくにここを後にしている時間なのに…。

どうやら小千谷市にはいってから道に迷ったらしい。でも、私にはどう地図を見たら迷うのか理解できなかった。おまけに最新機器まで装備しながら…。でも迷う人は迷うらしい。あの方向音痴の段さんも小千谷市で道に迷ったらしく、こんな分かりづらい地図を！と文句を言っていた。いくら迷ったとしても 2 時間の迷う事はないだろうから、中村さんもかなりばてしていると確信した。血が騒ぎ出してきた。封印したはずの連覇が！

何だかんだ言いながら、結局最後まで一緒に行ってゴールすることになった。ただその時点では、追い上げていく自分に分があり、昨年の経験が有利になる。勝負すれば勝てる可能性はあると思ったが、楽しく走らなかつたし、これ以上精神的な負荷をかけたくなかつた。

勝負が二の次となれば、とにかくアルコールである。中村さんも大のアルコール好きで、質より量派で自分と同じであった。何故質より量かと言うと、質に拘っていると資金が持たないだけで、それだけ飲むという証拠である。

和田さんがとにかく酒を勧めてくる。欲しいものがあつたら何でも買ってくるからとか、アイスノンを出してくれたり、いたせりつくせりである。しかも全て自腹で、これからやって来るランナー全てにおもてなしをしていけば、一体いくらかかるんだろうかと思ってしまう。ご本人もウルトラランナーで、今こうしてボラやっているのは趣味だからと、ニコニコしながらいかにも楽しそうだった。

その和田さんが

『上手い日本酒があるんだけど 1 杯だけ飲む？』

と勧めてきた。まだ 77km も走らなければならないランナーにである。二人とも

『じゃあ、1 杯だけ』

1 杯だけで終わる訳ないのに…。

結局 1 升ビンの半分以上がなくなっており、350ml ビール缶は 10 個以上並んでいた。お邪魔してから 4 時間以上が経っていたようで、『来年も必ずやってきます』と堅い握手をして、21 時前に再スタートを切ったが、その後暫くの記憶が私にはなくなっていた。記録更新はこの時点不可能となった。

しかし、3～4 時間も飲んでから、走り出すという事は普段でも有り得ない。これが『川の道』の恐ろしさか、敵はランナーだけではなつたということか…。

暫く走り出して、右側歩道から左側歩道に移ろうとしたときかその逆か、分離帯に足を絡ませて転んでしまい肩を強打した。やはりアルコールのせいだろう。そのアルコールの脅威が後々大きく影響してきた。

中村さんはかなりの睡眠不足で、ふらつき始めたので少し横になることにした。偶然にもトラックに積ん

であるダンボールを発見した。ランナーにとってこのダンボールは、まさに天からの贈り物である。地面からの冷遮断とクッション、これだけで十分である。この後もバス停で1度横になった。23CPの三条大橋(残り39km)に着いた時、2連覇を確信した。

## 『川の道 回想記』

### 〔第五章 感謝〕

第23CPの三条大橋を後にし、ゴールに一步一步足を進めていった。2連覇は中村さんとの同時ゴールで確実となるだろうと思うと、この4日間に及ぶ出来事が走馬灯のように思い浮かびだされてきた。

これまでこんなに苦しんだ大会はなかっただろう。リタイア宣言して帰り支度まで済ませてからの再スタート。しかも2回。己の弱さを痛感せざるを得なかった。ここまでこれたのは、回りの人のおかげであった。

『1年間悔やむことになるんちゃう？』

と最後まで走りきって連覇を目指すことを応援してくれた全体の先生モリやん。本気で名古屋から新潟の宝山荘まで来てマッサージをする気だったみたいだ。その時点で向かって間合合わない距離だというのに…。

『悩んでるんだったやったほうがいい』

主催者の舘山さんには何度も何度も諦めないで、ジクスを断ち切ろうと励まされた。無理強いすることが出来ない立場でありながら、本気で一人のランナーを応援してくれた。

そして、お守りとしてバックに忍ばせていた愛娘からの手紙。大会前日、娘宅で1泊したとき、私が先に就寝したあと手紙を書いたようで、スタート地点に着いてからバックを開けてビックリさせられた。

「(省略) …完走を祈ります。この手紙に念を込めます」

リタイア宣言したあと、何故か痛みが引いたのはこの念が通じたものだろうか。しかも2回である。不思議であるが、娘の父に対する想いが無性に嬉しかった。

走りながら涙するのは、初めてウルトラ(富士五湖117km)を完走したとき以来である。その時は自分に感動して泣けたが、今回は人に感謝して泣けてきた。本当の多くの人に助けられて連覇させてもらうことが出来た。

この場を借りて応援して下さった方々、メールを下された方々に感謝します。返信する余裕がなく申し訳ありませんでした。

ゴールは和田氏宅の飲酒が後を引いていて、苦しいゴールとなってしまった。新潟市には行ってから何度も胃痛に悩まされ、その度に足を止めることになり、中村さんには迷惑をかけてしまった。中村さんの強さはランだけでなく、アルコールも超一級である証明がなされた。

本当に生涯に残る経験をさせてもらった今大会であった。来年3連覇目指さない訳にはいかないですね。多分挑戦することになるでしょう。

舘山さんをはじめスタッフの皆さんには本当にお世話になりました。ありがとうございました。来年もよろしく願います