

## 2008 日本横断「川の道」フットレース 522キロをふりかえって

長島 晃

4月30日9時、葛西臨海公園前スタート。この日が来るまでの練習量はさほど多くはなかつた。4月、246キロ、3月、217キロ、2月、216キロ、1月、265キロで月200キロ少々である。これでも市民ランナーの自分としては、一生懸命走ったほうで、自分としては満足している。しかし、時間内完走がこの練習量で自信があるかと尋ねられたとき、未知の距離なので答えられなかつた。しかし、すでにこの状態でスタートラインに立っている。行くしかない。

フル(522キロ)31名、ハーフ(270キロ小諸まで)7名、晴天の東京湾荒川河口からスタート。本当に気持ちの良いスタートとなる。ゼツケン No.51、長島晃56歳、快調に荒川土手ランニングコースを上り始める。河川敷の74.5キロにはコンビニがないため900ミリリットルのペットボトルに水、少々の食料をリックに詰め走る。主催者側が用意した4箇所のエイドではたつぷりと食事をとる。昨年、ハーフの小諸までの参加経験ずみでコースはほとんど頭に入っている。地図を片手に走ることはない。しかし、今年もとても日差し強く、大量の汗で水分補給に気をつけ、こまめに補給を繰り返す。

日没の19時6分埼玉鴻巣市大芦橋まで来る。ここから長い夜に入り、日中の疲れが出てくる。熊谷警察までの12キロの長いこと、2時間30分かかる。

真夜中に入り国道沿いを秩父方面に進む。大型トラックに気をつけ、ヘッドライトと手持ち懐中電灯で足元を確認しながら、東武東上線玉淀駅に到着(CP6:6番目のチェックポイント)。誰もいないので時計を見て到達時刻表に記入。5月1日0時50分、トラブル発生。SEIKOのランニング時計が故障、表示板が真っ白で何も見えない。駅の時計で確認。最終電車が行ったあとなのでここで仮眠をとることにする。

すでに一人のランナーがベンチで腰掛、怪我の治療をしていた。走行中側溝に足を取られ転倒、左ひじから血を流し痛々しく傷心気味。しきりにメガネが割れなくて良かったですと話しかけてくる。

この大会の特徴のひとつに単独走になることが多い。参加者の少ないことと、距離が長いこと、速い人と遅い人との差がありすぎる。だから、おのずと黙って黙々と走るか、歩くか、休むしかない。20分ほど仮眠。体が冷えてくるので仮眠前に重ね着をする。特に私は寒さに弱いので気をつけている。その分リックの荷物の量が増えて重くなる。仕方がない、体質だから。

夜の秩父街道をどんどん、てくてく。自動精米ボックスで仮眠、コインランドリーで仮眠しながら三峰口まで来る。途中、朝早く豆腐屋に立ち寄り、出来立てのそば豆腐一丁を食べて生絞りたての豆乳を飲む。これがうまい、体に染み込むうまさ、一生忘れられないうまさだ。たしか秩父鉄道武州日野駅前国道沿いの豆腐屋だった。

大滝村、秩父湖を抜け川又までくる。荒川から中津川となり、まぶしいばかりの新緑、素晴らしい景色で自然を満喫。ここでNo.52の選手竹下昌喜さん(66歳)と合流、ファーストステージ「こまどり荘」まで一緒に行く。ここで大会主催者が用意してくれているお風呂、食事、布団での仮眠の暖かなおもてなしを受ける。

私はこの大会を4つに分けている。「こまどり荘」までを1、「小諸グランドキャッスルホテル」までを2、「宝山荘」までを3、ラストゴールまでを4とした。1のファーストステージが終了。5月1日

15時45分到着。

山のぼりの準備をして19時30分、真夜中の三国峠越えに一人で「こまどり荘」を出発。足元がかなり悪い、悪路である。誰にも会わない、誰もいない。鹿がいた。鹿の目が懐中電灯で光る。また鹿がいた。今度は小鹿だ。かなり近くだ。今度は足元近く猫がいた。細長い枝がみな蛇に見えてくる。ここから幻覚が見えてくる。たとえば、大きな背の高い人間、着物を着て道の真ん中に後ろ向きで座りこんでいるおばあさん、ゴジラのような巨大怪物、なぜかみな生き物だ。しかし、ぜんぜん怖くない、体と頭が疲れきっているので目に映るすべての物はそのまま受け入れ、恐怖への拒絶反応はない。

三国峠頂上、5月1日23時51分。ここから長野県に入り、分水嶺を越え川上村、南牧村へと続く。千曲川の音を聞きながら下る。誰一人会わない。車がたまに通り過ぎるだけ、本当に誰にも会わない。

バス停で仮眠。腕時計が故障で仮眠時間がよく分からない。少し明るくなり、気持ちを持ち直し走り始める。

佐久市まで来る。ここで国道沿いの安理髪店（料金1570円）に入り、休憩かたがた散髪。ソフトモヒカンで願います。髭もそり頭も洗い、水で流してさっぱりと。一路「小諸グランドキャッスルホテル」セカンドステージのラストを目指す。

理髪が功を奏して快調な走りになる。小諸手前で少々こったラーメン店に入る。冷やしラーメンがうまかった。小ライスサービス。

第2ステージ到着、5月2日15時10分。お風呂と仮眠、布団の中で寝られる幸せを味わう。うれしい。

5月2日20時20分ホテルを出発、長野県上田市上田城跡まで順調に走る。後半からの参加者がここ小諸から明日の11時スタートとなる。23名の参加と聞いている。

長男祥太郎（22）の中学の同級生ポリー田内に連絡する。彼は信州大学の学生で長野市内に一人住まい。このレースのコース近くに住んでいることを地図で知っていた。快く「近くに着たら連絡をください、応援に行きます」と言ってくれた。心強い。とにかく、単独走なので、単調を打破したいこともある。予定到着時間を告げて携帯電話をリックにしまうが、ここから時間がかかってしまう。37キロを8時間以上かかる。ほとんど歩きで、元気もない。何とか気分を持ち直したい。

朝5時30ごろ、コース上に手作りの変なチラシ1枚（白黒女性猥褻写真大文字文章入り）を拾う。なんだか急に眼が覚める、読みながら歩いていると、もう一枚、そしてもう1枚、種類の違ったかなりのリアルエロチラシ全部で3枚ゲット。またまた元気が出てくる。人間っておかしなもので、ほんのちょっとしたことで気分が一転することを体験再確認する。しかし、いつまでもチラシを持っているのも、マラソンのレースの最中で変なので残念だが捨てた。しかし、気分は上向き。ポリー田内に会えたのは朝の7時も過ぎたところで、結局、彼のアパートで1時間ぐらい休ませてもらうことになり、大助かりだった。

彼にはチラシの話はしなかった。考えてみたら、疲れ切ったランナーだからこそチラシの威力があったので、日常生活者にしてみれば手作りエロチラシなど、どーってことないことだろう。

ポリー田内のアパートを後にして善光寺本殿で参拝、一路長野県と新潟県の県境「宝山荘」を目指す。途中100円ショップで腕時計を購入、これがなかなか良い優れもの、凄く気に入る。またまた気分も上昇。

飯山市までの風景の美しいこと。天気もよく緑と空の青さ、特に浅野交差点から国道117号の15キロは最高であった。自分がいつか死ぬときにこの風景を思い起こすことだろう。

飯山駅5月3日17時着。千曲川菜の花街道を抜けて、夜の県境まであと残り30キロ、上り下りの

連続。走りに飽きてきた。ここでいいことを思いつく。歌だ。走るリズムをつかみたい、時間を忘れたい、疲れを忘れたい。歌だ、歌をうたおう。思いつくまま、演歌、クラシック、フォーク、なつかしのメロディーを大きな声で歌う。どれだけ大きな声を出しても誰もいない、車が猛スピードで通りすぎるだけ。もちろん前後にランナーもいない。迷惑かけることもない。

遠くに民家の明かり、空に満点の☆ ☆ ☆、千曲川の川音、この世を独り占めした気分。最高、最悪。いろいろな歌を歌ったが結局、八代亜紀の「舟歌」に落ち着く。しかし、どうしても歌いたい曲が出てきた。北原ミレイの「石狩挽歌」。だが、これが全然でてこない。思い余って妻みさ子に携帯で理由を話して聞いてみたが、すぐには思い出せないの、調べてみる、思い出してみるとの返事だった。バカだねとあしらわれなくて良かった。一応、一緒に考えてくれて嬉しかった。ああ、いい妻でよかったと県境の山の奥、星空の下で思う。

「宝山荘」着、5月3日23時22分。サードステージ終了。ここまでに390.1キロを走る。風呂、食事、明日の準備をして眠る、泥のように眠る。

5月4日6時15分「宝山荘」出発。左手に信濃川を見る。新潟県に入り、千曲川から信濃川と名前が変わる。この日も暑い日で34度あったそうだ。

十日町を抜け小千谷に入り、私設エイドの和田さんの家の駐車場に立ち寄る。仮眠をし、そばを食べ、果物をご馳走になり、ドリンクを飲み（ビール、日本酒、焼酎）それも大変なもてなしに会う。70歳過ぎのウルトラランナーで飲ませ上手で私もビールをいただき1時間30分ほど仮眠させていただいた。そのおかげで、暑さでばてた体も元気を取り戻すことができた。感謝、感謝、大感謝。

今日の目標は一気にゴールを目指すのではなく、477キロ地点にある24時間健康ランド「ポエム」までとして仮眠休養をとる予定だ。長岡駅5月4日20時0分、健康ランド5月4日24時0分到着。お風呂と仮眠。

5月5日5時30分健康ランドポエム出発。一路、信濃川河口・日本海を目指す。残り44キロ。がんばれ長島晃56歳。歌をうたう。大きな声で歌をうたう。北原ミレイの「石狩挽歌」がどうしても思いたせない。思い余って追いついたランナーに簡単に事情を話し、聞いてみたところ知っていた。ラッキー、かなり詳しく知っていた。ありがとう。残り30キロは石狩挽歌で行ってみよう。日本海が近づいてきた。関谷分水路口、信濃川最終口・日本海に到着。5月5日12時30分。佐渡島が見える。一人海に来ていたおじさんにお断りして大声で叫ぶ。東京から来たぞー、走ってきたぞー、ありがとー。

ここからゴール地点の「ホンマ健康ランド」まで3キロ。ゴール手前のコンビニでアサヒスーパードライを購入。ゴール後、その場で美酒。自分に乾杯、スタッフに家族に乾杯。すべての人にありがとう。5月5日13時15分30秒ゴール。全124時間15分30秒。（2008年5月6日自宅にて）