

## 第10回世界ベテランズ陸上競技選手権宮崎大会 (マラソン) と研究集会に参加して

(幹東芝) 川合 将義

10月に宮崎で行われた第10回世界ベテランズ陸上競技選手権大会に参加した。日程は、10月16日に羽田から宮崎に飛び、運動公園での受付、宮崎大学でのランニング学会研究集会出席、ついで選手懇親会、翌17日にマラソン、18日にはコスモスが満開の生駒高原とえびの高原へのバス旅行の後、羽田に帰るといったかなりハードスケジュールであったが、いろいろと思い出深い大会参加であった。以下、順に経過を追ってみる。

16日、家人も寝静まる中をそそくさと朝食をすませて家を出た。一番バスには顔見知りもいて、面はゆく感じながらこれからの大会のことを話した。そして、小田急線、山手線、モノレールを乗り継いで羽田まで来た。飛行機の中はマラソン参加者で溢れんばかりの混みよう。ここで、大会後、一緒にバス旅行をした長野の山崎さんと面識になる。この日の空港は人がごったがえして出発が相当遅れた。やっと着いた宮崎は、まさに南国というか、日差しが強くていへんに蒸し暑かった。市内のあちこちに林立する旗や運動公園で多数の外国参加者を見て国際大会を実感できた。受付で日の丸のついたユニフォームを受け取り、すっかり代表気分。その後、宮崎大学までタクシーで駆けつけ、ランニング学会の研究集会に参加した。着いた時は、午後の部が始まる直前であり、サンプルとして置かれていたO社製品のザ・カルシウム一袋とエネルゲンを昼飯代わりとした。

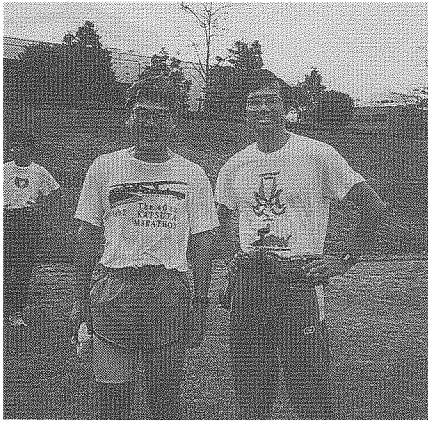
学会の午後の部は、ニュージーランドの『英雄と雀〜ランニング賞賛』の著者 Roger Robinson 教授の講演「マラソンから宮崎へ、ランニングの歴史と哲学」を聴き、ついでランニングクリニックに参加した。Robinson 教授の講演は、ランニングというものが人の生活にとって基本的なものであり、自然との触れ合いの機会を与え、身体的活動とともに精神を豊かにするものであり、そうした意義がエリートランナーだけでなく、市民ランナーを含めて共通に認識されるようになったこと話題として、ギリシャ時代のマラトンの戦いからランニングの歴史を説きおろしたものであり、大変おもしろく聴けた。特に、ランナーと自然との触れ合いについては、9月の米国出張の折りにミシガン湖でのジョガーのゆったりとして、いかにもジョギングを楽しむと言った走りぶりに感化された私には、共感するところが多かった。また、その話しの中で比叡山での千日回峰が出てきたのにはびっくりした。一方、教授は1989年のベテランズ・オレゴン大会での金メダリストでもあり、自然との触れ合いのジョギングとレースのトレーニングをどのよう



Robinson 夫妻（左）と筆者，右は北村さん

に調和させているのか気になった。

続くランニングクリニックは，旭化成の宋茂監督を中心に宮崎大学の構内を走り，そのあと，宋さん，山西会長（群馬大学），ロビンソン夫妻（奥さんは，ボストンマラソンの最初の女性ランナーとして女性参加の先鞭をつけた Katharine Switzer さん）のグループに分かれて質疑応答するものであった。ランニングには，学会会員とともに（学校体育やクラブ活動以外の）ランニングが初めてと言う宮崎大学のお嬢さんが参加した。私は2週間前に仕事の中で右足ふとももに肉離れを起こしていたので，テーピングとサポーターをつけてランに参加した。久しぶりにまともに走る訳で不安の方が多かったが，無事に走り終えて翌日のレースへの決意を新たにした。その後の質疑応答では，宋さんのグループに入ってマラソン対策について聴いたが，当然旭化成のエリートの監督としての彼の求める内容は，我々市民ランナーが考えているよりもずっと厳しいものであった。要は，大会までに40 km ぐらいの距離をレースの8割ぐらいのペースで3回ぐらいはこなしておくこと，普段の練習の中でも1週間に1度ぐらい30 km の長距離走を取り込むことが必要ということでした。この話と Robinson 教授の話しをどのように調和を取って行ったら良いのか迷うところ（50歳になった体力との調和を含めて，この問題が今後の私の課題でしょう）。なお，翌日のレースについては，気温が高いので早めの給水を心がけるようにということでした。この研究集会には，生涯スポーツをテーマとし，大学通信教育課程の卒業論文の参考のために参加した人（北村さん）もいて，その心意気を感じた。そして，彼女のユースホステルを使っているということばに，自分の学生時代を思い出し，自分も今度はそうしてみようかなと思った。



宋茂監督（右）と筆者

次いで、学会には申し訳ないけれど、ベテランズ大会の選手懇親会に出た。こうしたパーティでは、欧米の人は正装して出るのが常識だが、まだ予約したホテルにも行っていない状態ではいかんもしがたい。ともかく、夕方のラッシュの中を市内路線バスで会場に向かい少々遅れて到着。既に、宴たけなわ、テーブルのめぼしい料理はあらかた無くなり、第2ラウンドを待っている所だった。ともかく、渴いた喉と空きっ腹を満たしてから、主賓がいるという主会場

に入った。そこは、宮崎のとある楽団が演奏していると同時に、国内参加者に混じって、海外の多くの選手とその家族、大会関係者でごったがえしていた。こんな中でどうやって懇親するか一瞬ためらった。でも、たまたま、外人と歓談していたボランティアの三重さんに話しかけ、短距離の金メダリストの Gore さん、Williams さん等（ともに英国）を紹介してもらい一緒に写真を撮ることができた。その後、名古屋の伊丹さん始め、多くの人と知己をひろめた。そして、伊丹さんグループの行動をきっかけに、世界中から集まったみんなが手をつなぎ、大きな輪の中でフォークダンスなどを楽しんだ。

17日は、マラソンに参加。朝は6時頃に目を醒まし、足の手当などの準備。7時に食事をしてバスを待った。しかし、（案内によると）来るはずのシャトルバスはなかなかやって来ず、再三、ホテル（宮崎空港ホテル）のフロントから大会本部に電話を入れた。結局、青島からの帰りとかいってたまたま通りかかったシャトルバスに事情を話して乗せてもらい、運動公園経由でやっとマラソン会場に行った。そこでは、時間もないのですぐにユニフォームに着替え、出発点まで15分程歩いて行った。途中、横浜の根岸公園で会った事のあるウルトラマラソンの母ともたとえられる鈴木隆子選手に会って故障に対する助言を頂いた。出発点では、招待選手の山田敬蔵選手が黙々とウォーミングアップのジョグに励んでおられた。私も、急遽、準備体操を行い、彼の横を走らせて頂くとともに、記念写真を撮らせて頂いた。また、ドイツからの80代の参加者である J. Hannappel さん、J. Luther さんとも写真を撮り無事完走するよう激励があった。

9時にスタート。空は青空。ピクニックなら絶好だが…。気温はすでに26℃を越えていた。今回は、足に故障があるので、8月の300kmの走り込みや9月のニューメキシ

コでの高所で走った事を頭の片隅に追いやって、中央に椰子の木が植えられたバイパス道路をゆっくりと走り、ひたすら完走を目指した。途中 5 km, 7.5 km での給水とスポンジは、先のランナーが持ち去った後で取ることができずあせった。10 km でもコップが無く、水を手に受けてやっと喉を潤した。見れば、ボランティアは、高校生や小学生も混じった若い人ばかりで、怒る気にもなれず。時間は 60 分少々だった。その後、プラスバンドの演奏と前日知り合った伊



ドイツのHannapel氏とLuther氏

丹さん達の声援を受けて走った。とにかく、30kmの表示を見るまでは順調に進んだ。時間も 2時間57分で、ほぼ予定通りである。ところが、30 km の表示を通過した所で気が緩んだのか、急に左足のふくらはぎに痙攣が走った。驚いてスピードを緩め、痙攣が治まるのを待った。そして、途中のエイドステーションでスプレーし、また、サポーターの上から水をかけて手当。しばらくはそれで何とか行ったが、今度は、左に加えて右足まで痙攣し、やむなく、停止してストレッチとマッサージ。沿道からは心配そうな顔と頑張れの声に、お礼を言いながらおもむろに歩きだし、再びランに移る。そんなことを何回か繰り返してから、ふくらはぎに負担をかけないように競歩の走法を入れたら、今度は太股までが痙攣しだした。そのあとは、スピードが鈍って足全体が冷えてきて状態が悪くなる一方で、お定まりの歩きと走りの繰り返し。そんな姿を前日研究集会で会った有吉先生に見つかり楯を飛ばされた。とにかく、多くの声援に助けられ痙攣と戦いながら運動公園めざして頑張った。運動公園近くでは、無情にも雨が降りだし、体中の筋肉が冷やされてしまった。そこからは、恐らく歩くより遅いスピードでやっとの思いでゴールを踏んだ。競技場の中の 400 m があんなに遠く感じた事はなかった。ゴールの瞬間、恥ずかしいことであるが芝生に倒れ込んでしまった。両足は限界を越えたとばかりにこちらの思いを無視して痙攣を繰り返すばかりであった。結局、最後はボランティアの方によってトレーナー天幕に運んで頂き応急処置をあおいだ。おかげでその後の閉会式では、グラウンドで表彰を受けた外国選手などと一緒に写真撮影ができた（本当の所は、幸か不幸か、スタンドに行く階段が見つからず、時間も無いのでスタンドの下の医務室からグラウンドに入ったもの。このあたりは、天国と地獄が隣っているみたい）。

閉会式も終わってから、予約してあったマッサージを受けた。あんなに混んでいたのに、結局は私だけが最後に残ってしまった。人のいなくなった天幕から側面を囲む布がはずされたため、最後に残った我々は、ある意味では、いわば吹きっ曝しの中に置かれたも同然であった。そんな中で献身的にマッサージしていただいた中島さんには感謝感謝。マラソンからホテルまでの帰りのバスについても一悶着あったようだ。そんなこともつゆ知らず、5分と待たずにバスに乗り合わず事ができ、私はhappyだった。でも、シャトルバスがホテルに来そうにないことがわかり、陸の孤島のような空港ホテルに留まって埼玉の山崎氏などとレースを思い起こしながら酒を飲み交わした。

18日は、朝起きてみたら雨。前日、あまり食べていなかったの、バイキング料理をしっかりと食べた。その後、長野の山崎さんと生駒高原とえびの高原に出かけた。高原に向かう途中雨が上がり、生駒高原では太陽が顔を出した。そこは、あたり一面コスモス畑で覆われ、一斉に咲いた赤やピンク、白のコスモスの花が歓迎してくれた。そうした花を愛でた後、畑の一隅に作られた芝生の中に寝そべり、「昨日の今ごろは、地獄だったな」と山崎さんと語らいながらしばらく疲れを癒した。その後、えびの高原まで行き、郭公の声をききながら散策し、帰途に着いた。

いろいろと思い出の深かった大会であったが、バスの便の悪さから宮崎の市街地を見損ねたのが残念であった。また、この大会を目指して7月から準備してきたものの、直前になって足を故障してしまい果たせなかったが、フル3時間45分を切る事が次回の宿題として残った。数年前の記事であるが山田敬蔵選手の「故障をしないランニング」を見つけた。それを参考にして再出発して、春のランニング学会ではにこにこ顔で報告できればと思う。幸い、心配していたももの肉離れも大して悪化すること無く、まもなく練習が再開できそうである。