

～プロローグ～

去る 3 月 14 日、僕をトライアスロンに誘ってくれトライアスロンのおもしろさと楽しさを教えてくれた恩師ともいえる船越先生が亡くなられた。先生は 6 年前の 2018 年に、大脳皮質基底核変性症（CBD）という原因不明の難病にかかってしまい、その後、体が徐々に硬直していき、2019 年以降は歩行困難になりほとんど寝たきりの入院生活が続いていました。訃報から数日間、落ち込んだ日々が続いていたが、落ち込んで何もしないより、もう走れなくなった先生の分も僕が走り続けることで、先生への供養になるのではないかという思いが徐々に募っていき、昨年、冠動脈疾患のために急遽出場を辞退し今年後も出場をあきらめかけていた皆生トライアスロンへ、もう一度、挑戦してみようと思い立った。

～スタート～

7 月 14 日の皆生大会まで 4 か月、毎日の日課となっているランニングに加え、自転車と水泳のトレーニングが始まった。自転車は、週 2 回程度の辰巳峠までの片道 20 km のヒルクライムとダウンヒル、勤務先のアストロパークまでの自転車通勤を中心にトレーニングを行った。水泳は、週 1 回程度、産業体育館の屋内プールで約 1,000m 泳ぎ、その後に千代川の河川敷を河口の浜坂団地までの往復 10km のランニングのセットで行った。

さらにモチベーションを高めるために、38 年前に先生と一緒に完走したびわ湖トライアスロンで完走直後に一緒に撮った写真を胸にプリントした特注のタンクトップを作成し、それを着て先生と一緒に走ることにした。

大会前日の宿泊先に予約したのは米子駅前のハーベストイン米子（旧米吾ビル）でした。前夜夕食をとるため、米子支所勤務依頼約 35 年ぶりに久々の駅前付近を散策した。米子支所が今は東横インに代わっているのにびっくりしたが、逆にそれ以上に、飲み会で遅くなり列車に乗り遅れ時々泊まっていたホテル松本が今も東横インの隣に残っているのに驚いた。

いよいよレース当日、4 時に起床し昨日朝食用にコンビニで仕入れたおにぎりとおパンと牛乳の簡単な朝食をとり、スタート会場の皆生プレーパークへいざ出陣。バイクラックに自転車を、荷物ラックにバイク用とラン用の着替えを掛け、スイムスタート地点へ向かった。

～スイム～

号砲とともにスイムがスタートした。若いころは最前列にポジション取りしできるだけ早く海に飛び込んだが、年を重ねるとともに気負いがなくなり、今年も後方からゆっくり海に入っていった。例年、スタート直後は密集しているため、殴る蹴るのバトルに巻き込まれることが多いのだが、今年は、スタート前にゲストの八尾彰一さん（元トライアスリートでプロトライアスロンチーム「チームブレイブ」を立ち上げ世界に挑戦できる国内最強チーム作りを行っている。）が「殴られたらありがとう。殴ったらごめんなさい。と心の中で呟きながらスタートしましょう。」と挨拶された効果もあったためか、思いのほかバトルに巻き込まれずにスムーズなスタートとなった。

スイム前半は、潮流（逆流）に流されたのかコースを何度も外れ、蛇行しながらの泳ぎとなった。そのため、折り返しのチェックポイントの海岸にたどり着くまで、例年なら遅くとも 40 分くらいのところ 53 分もかかってしまった。しかも海から上がるとき平衡感覚を失っており、まともに立ち上がれなくて何度かふらふらと前のめりに倒れてしまった。逆に折り返した後は、潮流に押されて蛇行することなくスムーズに泳げ、前半よりも 18 分早い 35 分でゴールしたが、スイムトータルタイムは 1 時間 27 分 35 秒（971 人中 736 位）と過去最低タイムであった。

～バイク～

思いのほか時間のかかったスイムにガックリしながらも、トランジションで着替えを行っている間に気を取り直し、心機一転バイクをスタートした。気持ちの切り替えができるところが3種目あるトライアスロンのいいところでもある。バイクをスタートすると水泳では全く気にならなかったが、改めて今朝から雨が降り続けていることを実感した。一日をとおして雨であったが、土砂降りになっても短い時間で、ほぼ小ぶりであったのでバイクとランは快適に走れた。

雨の中で地域の皆さんの応援はありがたく元気づけられた。信連在籍のころは、西伯町では加納先輩、会見町では三嶋先輩、中山町では黒見先輩が毎年応援してくれた。時にはスタミナドリンクの差し入れもあった。近年は、同期の山根志朗くんが自転車コース沿いの大高の実家の豪邸の玄関前で応援してくれるのが恒例となっていたが、今年もいてくれるだろうかと期待しながら山根邸の前に来ると、白髪交じりで角刈りの志朗君が大胆那の風貌で待っていてくれた。向こうは気が付かなかったので通りすがりに「シロー君」と大声で叫びながら通り過ぎていった。

バイク約40km地点の山根邸を通り過ぎるといよいよ大山道路の6kmあまり上り坂が始まる。バイクに入ってから追い抜かれることが全くなく、ここまでかなりの人数を追い抜いたのであるが、さすがに上り坂に来るとその勢いが止まり、初めてゼッケン262番に追い抜かれてしまった。その後もこの262番とは、登りで抜かれ平地で抜き返すデッドヒートを繰り返すことになるが、最終的にバイクゴールは僕の方が15分早かった。辰巳峠までのヒルクライムの練習が功を奏したのか、今年は上り坂も苦にならず割とすいすいと上れた。

大山道路の上り坂を終え、植田正治写真美術館まで一気に下り、その後の軽めのアップダウンで淀江天然温泉ラピスパASまで来ると約半分の72km。ここから折返しの中山温泉ASの往復43kmは皆生名物のジェットコースタコースと名高いアップダウンと曲がりくねった道の続く難コースであるため、ギアチェンジの良し悪しが、体力の消耗を大きく左右する。登りは軽めのギアで、下りは重いギアで一気に加速とこまめにギアチェンジをしながら、ただ雨のため下りカーブでは加速せずブレーキを使いながらゆっくりと走って行った。幸い僕はレース前に雨を予想してオイル（潤滑油）を多めにギア・チェーンに注入しておいたので、チェンジの際にチェーンが外れることはなかったが、チェーンが外れて立ち止まって直している選手を多く見かけた。

淀江～中山の往復を終え、残り25km。復路も山根邸の前では志朗君が待っていてくれた。往路と同様に「シロー君」と声掛けしラストスパートに入った。岸本から日野川沿いの土手道約10kmを皆生まで快走しゴール。午後2時ちょうどであった。バイクタイム（スイムゴール後の着替え時間を含む）は5時間33分20秒（330位）で、スイムと合わせたここまでの順位は422位とバイクで314人抜きと予想外の走りであった。

～ラン～

さあ、最後は本業のマラソンである。ただトライアスロンのマラソンは、まともに走れたことが少ない。でも今日は船越先生のプリントの入ったタンクトップを着て、先生の走りたくても走れなくなった悔しい思いを受け止めながらそれを力に変えて一緒に完走しようとスタートした。

ランの最初はマイペースを心がけ、ほかの選手のペースに惑わされないように心掛けた。スタートして「ホテルわこう」のある国道9号線交差点を右に曲がり博愛病院近くにある皆生名物の陸橋（歩道橋）を渡るまでは信号が多く、皆生ルールでかなりのタイムロスであったが、それでも1km7分30秒（1時間8キロ）ペースを維持しながら走り続けた。

ちょうどその陸橋の手前あたりで、「下田さん！」と後ろから声をかけてきた人がいた。若いころは20人以上の知り合いが出場していたため、追い抜くときや折り返してきてすれ違うたびに励ましあっていたのだが、最近は声を掛け合う人もなかったので、突然の声掛けにびっくりした。僕はその方に見覚えがなかったのだが、その方は猪山(イマ)さんとい

い、ゼッケンが1番ちがいの982番で、後で確認したら同い年であった。鳥取県出身の選手は、年齢の若い順にゼッケンNo.を充てられるため猪山さんは、毎年参加者名簿で1番ちがいの僕の名前を知っていたようだ。しばらく話しながら走っていると、猪山さんは、もともと学校の先生で、船越先生のこともよく知っておられ、僕と同じように船越先生にお世話になったことがあることを聞き、船越先生がこの出会いを作ってくれたのでは？と何かしら不思議な感じがした。

陸橋を渡り、7km地点の中海TVASを過ぎて国道481号線の地下道をくぐると、景色が一転して今までの国道沿いの歩道から海沿いのコースに変わった。このコースは自転車用に整備された弓ヶ浜サイクリングコースで、海沿いに出るとすぐ折返し付近の境夢みなとタワーが見えるのだが、延々、境港まで10km以上もあるので中々近づいてこない。雨の中一步一步着実に歩を進めた。折返しまでの長い時間が流れた。

いろんな過去の思い出が頭の中をよぎった。船越先生と一緒に挑戦した初めてのびわ湖トライアスロンも台風の来襲した豪雨の中であった。それでも完走した。それに比べれば、今日の雨は大したことはない。猛暑よりも走りやすくてラッキーだ。そういえば、静岡の沼津で開催された初のトライアスロンE K I D E N挑戦の時も雨だった。Langlauf（ラングラフ）のメンバー3人でタスキをつないでゴールした。皆生で初めて10時間を切ったときも雨だった。完走後に三鴨先輩からファイブミニ（炭酸飲料）の差し入れが宿泊先の松濤園に届いていた。

あれこれ思い出に浸りながらようやく折返しの竹内団地のチェックポイントにたどり着いた。あとはゴールまでの約20km、ペースはスタート直後から変わらず1km7分30秒を保っている。このままのペースでいけば、8時までには何とかゴールできそうだ。24km地点の境夢みなとターミナルASで少し休息をとろうと、パイプ椅子に座らせてもらい、おにぎりとお寿司を食べた後にコーラをグイッと一飲み、その瞬間、吐き気をもよおしゲロしてしまった。思わず過去にもこんなことがあったことを思い出した。僕にとってスイカの後のコーラは厳禁であった。周りの人が心配して大丈夫かと声をかけてくれたが、ゲロの後は思いのほかすっきりし、大したダメージもなくまた走ることができた。

その後も、ペースを維持し、あと15km、10km、とゴールがだんだん近づいてくる。あと6kmを過ぎると海沿いのサイクリングコースから離れ、いよいよ米子の市街地に入ってきた。境線の跨線橋を渡り、左折すると残り4km、ゴールのどらドラパーク（東山陸上競技場）まで続く用水路沿いを、あと3km、あと2km、あと1kmとカウントダウンしながら走り続けるとようやくどらドラパークの照明塔の明かりが見えてきた。もうすぐゴールだ。
～ゴール～

JRの線路の下をくぐり右折し陸上競技場に入ってしまった。残り400m、ゴール地点では次々とゴールしてくる選手の名前とプロフィールが紹介されている。バックストレートの直線を最後の力を振り絞って加速していく。第3コーナー第4コーナーのカーブを曲がって、ラスト80m。やっと船越先生と一緒にゴールできると、タンクトップの胸にプリントした写真に手を当てながら、最後は万歳でゴールした。午後7時21分、ランのラップは5時間20分4秒（460位）、総合タイム12時間20分59秒（総合順位436位）であった。

～エピローグ～

完走できるかどうか不安を抱えながらのスタートであった。案の定、スイムでは、潮流に押し流された影響もあったが、思いもよらぬ過去最低タイムで出鼻をくじかれた。バイクに入っても、いつスタミナ切れになるだろうかと不安でいっぱいだったが、思いのほか快調に飛ばすことができ、最後までペースは崩れなかった。ランにはいってもペースは崩れず、ゴールしてみると予想外の好タイムであった。好タイムの原因は、やはり天候である。昨年のような猛暑だったら、完走できたかどうかわからない。もう一つ、船越先生と一緒に完走したいというモチベーションが維持できたことも大きい。

トライアスロン挑戦は、今回で最後にするつもりである。今後の当面の目標は、あと7県を残すのみとなったフルマラソン全国制覇である。全国制覇の後は・・・？ ひょっとしたらまたトライアスロンの虫が騒ぎだすかもしれない。

~P. S. ~

ホームページ「^{トライアスロン}挑戦明日論」を開設しました。是非ご覧ください。

スマホをお持ちの方はこちらのQRコードから→



パソコンの方はこちらのURLを入力してアクセスしてください。



<http://www.inabapyonpyon.net/~tomo-s/>