

2013 皆生トライアスロン参戦記

2013年7月14日、鳥取県米子市を中心とする地域で開催された皆生トライアスロンに参加してきました。

大阪府トライアスロン協会からの推薦で、選手として派遣していただいたものです。

私よりも遙かに優れた実績を数多く残された選手も推薦を希望されたと聞き及んでいます。そんな中で、私を推薦してくださった大阪府トライアスロン協会には心から感謝申し上げます。

ありがとうございました。

皆生トライアスロンは、日本で最も歴史のあるトライアスロンの大会です。そして、第1回大会では、競い合った2人の選手がお互いのがんばりをたたえ合って同時にゴールをしたという逸話があり、30年以上が経過した現在でも伝説として語り継がれています。

そんなすばらしい大会に参加させていただき、激しく心が高ぶりました。

それでは、心躍る皆生トライアスロン参戦記のはじまりはじまり・・・

私にとって、今回の皆生トライアスロンは3回目のロングのトライアスロンへの挑戦となります。

1回目は2012年の宮古島大会。このときは、バイクの105km地点で、バイクトラブルにより競技が続行できなくなりました。涙の途中棄権。悔しい思いで一杯になりました。

2回目はそれから8か月後、2012年12月のIRONMAN Western Australia。このときは、バイクで両足が痙攣したものの、粘りに粘って無事に完走。タイムは13時間14分18秒でした。多くのギャラリーに囲まれて、笑顔一杯でゴールテープを切ることができました。

あれから7か月、今回、遂に大好きな皆生大会に初挑戦です。

皆生トライアスロンは特別な大会です。

そう、米子市は、あの亡きI君の出身地ですから。I君は私と同じ年。生きていれば今年で40歳になっていたはずです。前途有望な青年でした。医師として駆け出したばかりのI君は、極めて不条理な理由によって命を失いました。とてもとても受け入れることができないほどに不条理な死でした。ですから、今、I君は米子市にはいません。でも、I君が生まれ育った実家には、今もご両親がお住まいです。私も度々訪れたことがあります。そして、何と、I君の実家は、皆生大会のバイクコース沿いにあり、コースの一部は彼が

毎日のように通った通学路なのです。
ですから、私にとって、皆生大会は特別な大会です。

昨年、私はリレーのバイク担当としてこの大会に出場しました。3種目の中で、決してバイクが得意なわけではありません。むしろ、スイム、ランと比較して、最も苦手意識を持っています。ですが、当然のようにバイクを選びました。私にとっては当然の選択でした。I君の足跡を辿るように・・・

あれから1年、今度は一人で3種目に挑戦します。
そして、再びあのバイクコースを走ることができます。
さて、どんなレースになるのでしょうか。

スタートに先立ち、目標を11時間に設定しました。
これまでのロングの大会では、完走を目標にしていたので、目標タイムなどは設定していませんでした。
が、3回目となる今回は、目標を設定し、その目標に向かって精一杯がんばる。
それが今後のトライアスロンライフの充実につながっていくだろうと考えました。
内訳は、スイム1時間、バイク5時間30分、ラン4時間30分。
総合200位以内。
ひとつひとつを見れば、決して難しい数字ではない、そう思っていました。
でも、この見通しはとってもとっても甘かった・・・



スタート前、監督、コーチ、仲間たちと 中央のロングジョンを来ているのが私

小原工選手の「今でしょ！」のかけ声とともにスイムスタート。
波はなし、流れもうねりも気にならず。
バトルは激しいものの、耐えられないほどではない。
クラゲもいるが刺されはしない。
コンディションは悪くない。
なのになぜかスピードが上がりません。
焦りながらも、しっかりとヘッドアップしながらまっすぐに進路を取ることを心がけます。
決して蛇行しないように。コースロスやタイムロスに直結します。
折り返しで公式時計を確認したところ、26分台。
まずまずのタイムじゃないですか！
意外といけてるのか？
それとも潮の加減か？
後半に入ると上半身の筋肉が張ってきます。でもまあ許容範囲内。
コースは少し混雑気味ですが、しっかりとドラフティングをして、マイペースを心がけます。
そんな感じで、スイムアップ。
目標の1時間を少しだけ上回る57分10秒。ギリギリ目標達成です。
11時間でのフィニッシュに向けて、一応、最初の種目は無事にクリアしました。
さあ、次はバイクだ！
I君のお母様が待ちわびているに違いない！
そう考えながらバイクラックへ！

今年のバイクの作戦は100キロ付近の中山折り返しまでは無理をせず、中山からの復路をしっかりと走る！

去年は、復路のジェットコースターでたれちゃったから。
なので、スタート直後から焦らず、踏まず、ベタルくるくる回転させるイメージで。
しばらくすると、I君の実家前に差し掛かりました。ところが、I君のお母様の姿が見当たりません。それどころか、誰の姿も目に入りません。おかしいなあ……。応援に出てきてくれるはずだったのに……。もしかして、体調でも崩されたのかもしれない。時間を勘違いしたのかなあ……。少し心配し、少し寂しい思いに包まれながら、それでも、焦らず、踏まず、ベタルくるくる回転。
くよくよ考えても仕方ありません。
気持ちを切り替えて、ひたすら大山をめざします。
バンバン抜かれながらも、周りが無理してるんだ、そのうち落ちてくる、中山まではがま

んがまん、と言い聞かせて、大山を登り、そして下り、中山までのジェットコースターコース前半戦は押しえぎみに。



中山の折り返しでメロンを食す 至福のとき

そして折り返して後半戦へ。

よし、後半戦は下りのスピードをしっかりと次の登りに乗せていこう！

途中、抜かれた何台かのバイクを抜き返し、最後の河川敷も、やや向かい気味の強い横風の中を快調に走ります。

結果はスイムからのトランジットを含めて5時間33分19秒。

目標の5時間30分を少し超えちゃっています。

微妙な感じ。

でも、許容範囲内。

まだまだ足は残っている。

ランでしっかりとレースをまとめよう！

バイクをラックに戻して、いよいよ最終種目のランへ！

ちなみに、リレーのバイクで出場した去年のタイムが5時間34分24秒。

約1分の短縮です。

リレーはトランジットがほとんどないことを考えると、1年間で多少は成長したということでしょうか？

いよいよ最後の種目、ランに入りました。

目標は4時間30分。でも、本当は4時間30分なんて軽く切れると思っていました。

下手したら4時間も切っちゃうかも！みたいな...

なぜ、そんなに自信があったのかは自分でもよく分かりません。

だけど、フルマラソン単独の自己ベスト（3時間57分）を更新しちゃうかもって、本気で考えていました。

現実は甘くはなかった...、結果は5時間40分32秒。

最後は歩いたり、歩いたり、ときどき走ったりみたいな感じ。

情けない・・・

ランの作戦は、最初の1kmをしっかりとペースを作って走る。

フォームを意識して。腰高の姿勢を維持しながら、体の真下に着地するイメージで。

そうすれば、自然とペースが作れるはず。あとはペースに任せて。

最初の10キロは超快調！

このままではとんでもないタイムが出ちゃうなあなんてニタニタする。

ところが、10kmあたりでさっそく膝に違和感が...

やばいなあ。

患部は古キズの外側広筋。大腿四頭筋の中で、最も外側にある筋肉の膝蓋骨付着部の炎症です。膝の上の外側って感じでしょうか。

最近膝に痛みが出ていませんでした。しっかりと治し、フォームも見直したので、すっかり克服した気になっていました。でも、間違っていました。

最初は、ちょっとした違和感。少し不安になり、ペースを少し落としてみる。

でも、15kmあたりで、違和感が痛みに。大幅なペースダウンを余儀なくされる。

エイドで氷をもらい、膝を冷やししながら、だましだまし走り続ける。



境港の折り返し付近で 帽子には大阪（というか、箕面）が誇るゆるキャラの滝の道ゆずるくん

20 km くらいになると、足を接地するたびに激痛が走るようになる。
思わず痛みで立ち止まる。悲しくなってくる。
路面の僅かな傾斜でも、膝に激痛が走る。たくさんの人が抜かして行く。ペースが落ちて
いるので、なかなかゴールが近づいてこない。
エイドごとに氷をもらい、膝を冷やす。
次第に、とぼとぼ走りに歩きが混ざってくる。
そして、とぼとぼ走りよりも歩いている時間が長くなる。
ゴールは遠い、でも足は動かない。
時間だけが過ぎていく。なが～いなが～い時間が流れる。
たくさんの人達が追い抜いていく。情けない気持ちで一杯になる。
ゴールまで3 km くらいになる。
ボランティアの人達が「お帰りなさい。お疲れ様」と声をかけてくれる。
なぜか泣きそうになる。こんなこと今まで経験したことないし。自分でも理由がよく分か
らない。痛いのに頑張ったからか？それとも、情けないからなのか？やっぱりよく分から
ない。「お帰りなさい。」と声をかけてくれるボランティアの人がちょっぴり憎らしくなる。
あと、2 km、そして、あと1 km。とにかくゴールをめざす。
遂に陸上競技場、どらどらパークに到着！！
やっとたどり着いた。足は痛いけど、心と体は元気澁刺。不思議な感覚で競技場に入る。

仲間の一人が僕を見つけて駆けつけてくれた。

先にゴールしたほかの仲間たちもゴールの前で待っているとのこと。キョロキョロしながらコーナーを曲がる。

そして、最後の直線に入ったところで、目の前に見知ったおばさまのお顔を発見。そう、I君のお母様じゃないですか！

家の前で応援するとは言ってくれていたけれど、競技場まで来るとはおっしゃっていませんでした。

まさか、応援に来てくれているとは！！

いつ帰ってくるかも分からない私のことを、あてもなく競技場で待っていてくださったのです。

後ろにはI君のお姉さんと姪御ちゃんまで。

「お帰りなさい。」と満面の笑顔で出迎えてくれました。

こっちも思わず笑顔になります。

気がつけば、お母様の手を取って、「一緒にゴールしましょう！」と叫んでいました。

隣にはI君のお母様、そして周りには数多くの仲間たち、とつてもとつても不思議で、素敵なゴールになりました。

お母様、本当にありがとうございました。

目標に遠く及ばない、悲しいゴールになるはずだったのに、満面の笑顔に迎えられて、とつてもハッピーな気分ゴールテープを切ることができました。

ゴール後、お母様は語ってくれました。

マラソンが大好きで、いくつもの大会に出場していたI君のことを。

I君のマラソン大会に応援に行くことはできなかったけれど、きっと、見知らぬ土地で、見知らぬ人達の応援を受けて、たくさんの元気と感動をもらったに違いありません。

残された手帳には、マラソン大会について、「またエントリーしちゃった」と書いてありました。

きっと、マラソンは辛くて苦しいんだけど、それを上回る喜びや感動があったに違いありません。

だから、躊躇しながらも、エントリーして、出場していたのでしょう。

今日も、ゴールで選手たちが帰ってくるのを見て、改めてそう感じました。

みんな、苦しそうだけれど、心の底から嬉しそうにされています。

だから、私も、選手一人一人に、「お帰り、お疲れ様」と声をかけたんです。

だって、息子もたくさんの声援をもらっていたはずだから。

感動しました。

いつ帰ってくるか分からない私を満面の笑顔でゴールで出迎えてくれたI君のお母様。

そんなお母様の前から突然にいなくなってしまったI君のことを思って。

やっぱり、私にとって、皆生トライアスロンは特別な大会でした。
そして、来年も、再来年も出場したいと心から思いました。
また、皆生に帰ってこよう。
そして、I君とご家族に心をよせよう。
そう思いました。

こうして、長かった一日は終わりました。

こんな思いを経験させてくださった大阪府トライアスロン協会の皆様に、重ねて、感謝申し上げます。
ありがとうございました。

ちなみに、もはや誰も興味はないでしょうが、私の皆生トライアスロンのゴールタイムは12時間11分01秒。目標を1時間以上もオーバーしてしまいました。
来年こそは11時間を達成します！！
必ず！！
いや、たぶん！
できれば・・・
ダメかも・・・・・・



ゴール後、仲間たちと 前列、向かって左端が私

最後に、I君のお母様、謝っていただきました。
すっかり時間を勘違いして、家の前に出たときには、既に大半の選手は実家の前を通過し

たあとだったようです。
とっってもとっっても謝っていただきました。

林 裕悟