

## 2011年ランニング便り-館石-

6月 4日 箱根>茅ヶ崎>横浜>東京ディズニーランド100K走  
63キロ地点リタイヤの悔しい思い出

前日、箱根湯本から箱根登山鉄道でさらに登り、宮ノ下駅から歩いて5分ほどのところにある箱根離宮に宿泊する。会員制ホテルでかなり高級、夕食は高そうなので各自お弁当を持ち込み、部屋に集まり前夜祭のような雰囲気ですぐに(7時)食事を済ませます。せっかく高級なホテルに泊めさせてもらったのに、翌朝と言うか夜中の2時に起きて3時にチェックアウトしなければならないので、9時には床に就く。

夜中の2時起床、3時半箱根湯本駅前に集合。辺りはまだ暗い。これから箱根大学駅伝の復路を一人で駆け抜け、レインボウ・ブリッジを渡り、東京ディズニーランドの「躍動の門」に至る100キロを走破する(19時ゴールの予定)。4時から19時までの15時間、体力と忍耐力が持つかどうか。天気予報によれば今日は梅雨の谷間で久しぶりの好天で暑くなるとのこと。暑さに負けず、道にも迷わないよう気をつけよう。開会式と準備体操。100キロ組は私を含め13人。みな猛者ぞろいと見た。私が最後尾で行こう。スタート前、全員で30秒間東日本大震災の被害者に向けてお祈り。いよいよ4時、スタートの時刻だ。



全員集合、スタート直前



スタート、左箱根登山鉄道の始発電車

スタートへのカウントダウン開始、3、2、1、4時スタート。これより東海道を東へ上る。案の定、皆さんはかなり早めに飛び出して行った。私は時速8キロ(1キロ7分30秒)のスローペースで第一関門:茅ヶ崎サザンビーチ(30キロ)まで4時間かけ8時到着を目指す。何とか70キロ組のスタート時刻(8時、サザンビーチ)には間に合いたいものだ。今年の大学駅伝で早稲田が東洋大学を捕らえた復路の最初の区間、早稲田のランナーが転倒したのはどのカーブ(\*)なのだろうか、思い起こしながら私は転倒しないようゆっくり走る。辺りは暗い夜から青色がかった日の出前の雰囲気へ。

30分も走ると東の空は朝焼けからやがて爽やかな朝の色に転じる。小田原を過ぎる頃(6キロ地点)にはすっかり明るくなっているが、朝も早く人通りはほとんどない。酒匂橋から西方向(進行方向の逆)に向くと建物の上の方にうっすらと雲がかかった富士山が見えた。

国府津駅前(12キロ地点)で休憩、5時半。他のランナーは先行し、ほとんど地図を見ながらの単独行となる。一人取り残された気分で心細いが先は長い、のんびりゆこう。この辺りから右手には太平洋が広がる。二ノ宮駅前(16.6キロ地点)を通過、大磯駅入口の歩道橋、ファミリーマートで2回目の休憩(22キロ地点)、6時45分、予定通りののんびりなペース。ここより国道1号にしばし別れて右折、国道134号に入る。海岸沿いの道(西湘バイパス)で右手は太平洋。花水川橋を渡り、平塚駅南口入口(26キロ地点)、新湘南大橋に至る(27キロ)。橋中央では、進行方向左から右へ流れてきた相模川が太平洋に流れ込む景色を見ることができる。相模川は荒川や江戸川と比べると、川幅は狭く水量も少ないことが分かる。まだ景色を楽しむ余裕はあるものの、先の長さで現在の疲労を考えると100キロは長いな、とつくづく思う。サザンビーチへの曲がり角の目印、夢庵はまだか。早く休憩を取りたいため気がせく。7時50分、予定より5分遅れで第一関門に到着。70キロ組みに拍手で迎えられる。まだ30キロ、残り70キロもあるのにこの疲労、早朝の澄んだ空気から差し込む日差しが強い。サザンビーチで70キロ組と記念写真。8時、横浜に向けリスタート。

6月 4日 箱根>茅ヶ崎>横浜>東京ディズニーランド100K走

スタート地点から海岸沿いの遊歩道に行く。もちろん集団の最後で、どんどん引き離されてゆく。菱沼海岸で海岸遊歩道に別れを告げ134号西湘バイパスを走る。早くも単独行。初めての道を一人で走るのは心細いが、とにかく一步一步を積み重ねてゆかないと横浜には到達しない。東からまだ低い太陽の光がじりじりと照りつける。浜須賀陸橋(33キロ地点)を渡り左折湘南新道に入る。ここで主催者の亀卦川さん、高橋さんから応援エールをもらう。浜見山、藤沢警察署前、藤沢駅北口入口等の信号を確認しながらひたすら前に進む。藤沢バイパス出口(41キロ)、予定通過時間9時に遅れること30分、サザンビーチを出発してからペースダウン、横浜到着12時に黄色信号のペースだ。戸塚駅東口(47キロ)で駅構内を迷いながら通過、予定10時が1時間遅れの11時。横浜まで13キロ、おそらく2時間、横浜到着は13時か。横浜スタートの40キロ組は12時スタート、残念だが、みんなには会えないな。エードステーションも13時にクローズと言っていたので一人で第二関門を通過するか。

権田坂(53キロ)通過、12時、あと7キロで横浜だ。何とか13時までに行きたい、時速7キロ、普段なら超スローペースだが、しばらく走ると足首の関節が痛くなるので歩きながら休憩を繰り返していると時速7キロでもやっとのペースになってしまう。主催者の石坂さんに電話、13時到着できるかどうか分からないので13時になったら予定通りエードステーションを引き上げて下さい、と伝える。私の後ろに女性ランナーが走っているの、横浜到着を待っている、とのこと。ありがたい。保土ヶ谷駅(56キロ地点)、西横浜駅を通過し、高島町のガード(59キロ地点)はまだか。人々が行き交う横浜の歩道をよたよたと走ってゆく。見えた、あのガードだ。あと1キロ。みなとみらい方面の矢印に進んでゆく。



13時10分みなとみらい、高島中央公園



路上で10分昼寝

すずかけ通り西、高島中央公園、石坂さんと野田さんが手を振ってくれているのが見える。第二関門13時10分到着。10分ほど歩道に寝そべて休憩。残り40キロを5時間40分か、フルマラソンを6時間のペースだが、気力が持つだろうか。

13時20分、レインボーブリッジを目指し、出発。みなとみらいのオフィス街を歩いてゆく。公園の木陰で早速休憩。あーあ、このまま眠ってしまいたい、と思う。神奈川2丁目信号(63キロ地点)、第二関門を出発してから40分、たった3キロ、ほとんど歩いているのと変わらない。コンビニでサンドイッチの昼食、通りかかった子供連れの若いご夫婦に最寄の駅を聞く。歩いて10分、JRの駅あり。誘惑に負けた瞬間であった。14時20分。京浜東北線東神奈川駅から東京駅、ゼッケンをつけたまま東京駅構内を歩き京葉線で舞浜駅16時40分到着。舞浜駅を降りてゴールを目指して歩いていると若い女性から話しかけられる。

「どこから走ってきたのですか」、「箱根からです、横浜でリタイヤしましたが」(館石)、「いったい何時間かかるんですか」、「朝4時走り始めて到着予定は夕方7時なので15時間です」(館石)、「本当におつかれさまでした」、「ありがとうございます」(館石)。打ちひしがれて歩いていた小生は、リタイヤしたことが後ろめたくて、受け答えが不自然だったかもしれない、と反省しきり。でも話しかけてくれて本当にありがたかったですよ、お嬢さん。17時「躍動の門」到着、主催者と応援のクラブの方たちに暖かく迎えられる。でもやっぱり完走したかったなー。100キロは遠い。いつか走破してみたい。100キロ走った後にどんな感動が待っているのか、味わいたい。来年のリベンジを心の中でつぶやく。

## 2011年ランニング便りNO5

6月 4日 箱根 > 茅ヶ崎 > 横浜 > 東京ディズニーランド100K走

(\*)箱根大学駅伝は箱根湯本より更に芦ノ湖まで登ってゆく。件の坂は箱根湯本よりかなり登った場所のようだ。当日宮ノ下のホテルからスタートの箱根湯本まで東海道を車で下っていったが、この道を走って上り下りするのは至難の業だろうことを実感した。今回は、箱根駅伝復路の5区(芦ノ湖 > 小田原)の途中から、4区(小田原 > 平塚)、3区(平塚 > 戸塚)、2区(平塚 > 鶴見)を通過し、1区(鶴見 > 大手町)の途中横浜からレインボ-ブリッジに抜け東京ディズニーランドに走ったことになる。