

「ながいきむらリレーマラソン見聞録」

岡田 光浩

長生村 70 周年記念事業第 4 回ながいきむらリレーマラソン大会が 3 月 17 日開催された。当日は風が強かったが暖かで半袖でも走るのには調度よかったです。早目にストップウォッチの入ったジュラルミンケースをバックパックに入れロードバイクで大会会場まで行った。

椿さんが地元なので一番に来ていた大きなブルーシートを張って待っていてくれた。各チームの紹介を会場のアナウンサーがしており、茂原健走会は設立 48 周年で参加者の平均年齢は 72 歳ということを放送していた。アンカーの板谷さんは 88 歳でゴール間際で地元の人ということで紹介されていた。また、健走会会員募集のアナウンスも流されていた。これで高齢化の健走会に若い人が入ってくれればいいなと思った。地元の一松小学校の教職員もリレーマラソンに参加しており、タスキをつないだ校長先生がゴール後に地面にへたり込むシーンがあり、みんな真剣に走っているなと思った。

大会終了後一松小の先生方と関さんが談笑していた。その際放送を聞いていた先生が関さんと板谷さんと集合写真を撮っており、板谷さんが高齢で走った事に驚きと感動をしたようだった。

タイムは、平均年齢が高い高齢者グループであったがまずまずの成績であった。チームでは佐藤さんが最速タイムで 12 分 06 秒で約 3 km を走り切っていた。

参加賞は去年よりも豪華で今回は 70 周年で奮発したようだった。

伊豆大島 三原山へ弾丸登山

(R6.1.8 東京都大島町) 福井 正行

伊豆大島のオフシーズンに東海汽船が往路大型客船夜行+復路高速ジェット船セットの「伊豆大島弾丸キップ」6,000 円を出してましたので、これは面白い! と三品さんを誘って新年の初登山 三原山標高 758m の弾丸登山を楽しんできました。



前夜は竹芝桟橋 22:00 発、東京湾の夜景を楽しみながら出航し定員 15 名の和室は他に一人の釣客だけで快適。翌朝ジャスト 6:00 に初めての伊豆大島岡田港着。新火山展望台から三原山山頂口までロードを歩き、後はザクザクの溶岩帯トレッキング。360 度の大平原と噴火口の絶景を眺めながらお鉢をぐるり。晴天に恵まれ富士山から伊豆半島、房総半島まですっきりと冴えわたり、恐竜や動物の姿を思わせる異形の溶岩群を楽しみながら島の東海岸へ。荒涼とした砂漠のなか、海に向かってテキサスコ



ースを下りました。

シーズンオフのため、お山はほぼ独り占め。椿の大島公園を経て岡田港に戻り、名物のアシタバ蕎麦と地酒で〆。高速ジェット船 1 時間 45 分の弾丸速攻で東京竹芝に帰着です。



大噴火を起こし全島避難となったのが 38 年前、今なお活動中の火山なので至るところから噴気が吹きあげ、地面が熱い。地球の鼓動を感じるとても興味深い島旅となりました。

さいたまマラソン完走

緑川 茂

2024 年 2 月 12 日、さいたま新都心のさいたまスーパーアリーナでさいたまマラソンが開催され、フルマラソンの部に参加した。さいたまマラソンは、以前は埼玉国際マラソンとして開催されていたのでエリートランナーのみの参加だったが、制限時間が 6 時間になり、市民ランナーも参加できるようになった。

前日ホテルに宿泊し、朝 7 時過ぎにさいたまスーパーアリーナに入り、5 階の男性更衣場所に向かう。5 階の通路両側は既に多くのランナーで埋め尽くされていた。空いているスペースを見つけ、レース用の服に着替えた後、トイレに行くがトイレも込み合っていた。20 分程掛かり、1 階の荷物

預け場所に向かうが込み合ってなかなか進まない。預け終わると時間は 8 時 30 分になっていた。

スタート時間は 9 時、スタート 10 分前にはスタートブロック(私は D ブロック)に整列しないと最後方になるので、焦りが出て来る。アリーナ内は寒くなくていいが館内は大渋滞で外に出るのも大変がある。出口が分からず、係員に出口を聞いてスタートブロック向かい、15 分前に D ブロックに到着。スタート待ちをしていると、私の近くにアクアラインマラソン T シャツを着た女性を見つけた。私も千葉県からの参加をアピールしたいために、アクアラインマラソン T シャツを着用してた。女性に近づき、前回のアクアラインマラソンについて話しかけた。女性は、昨年秋群馬マラソンに参加したことを話し、私は横浜マラソンに参加したことを話した。同じ T シャツを着ていると話しかけやすいなと思った。

9 時スタート号砲がなるが動く様子はなく 2~3 分してゆっくりと動き出す。7 分かかりスタート地点を通過するとようやく走り出すことができた。

さいたま新都心周辺を周り、旧中山道に入り、5km 過ぎに最初の給水所、給水して 7km 過ぎに国道 463 号に入り中尾陸橋を通過すると、10km 過ぎの 2 回目の給水。

給水後、走行すると新見沼大橋有料道路に入り、12km 過ぎに料金所を通過。13km 付近で東北自動車道の浦和インター付近の鶴巻陸橋を過ぎると埼玉スタジアム方向へ左折する。

直ぐに 15km 過ぎの 3 回目の給水。17km 付近の埼玉スタジアムを通過すると第 1 折り返し地点で折り返す。

20km 付近で再び国道 463 号に入り、給水所で給水する。給水後国道 4 号神明町方向に進行。22.5km 付近の給水所で十万石まんじゅうを食べ給水すると 23km 付近国道 4 号の合流地点で 2 回目の折り返しとなった。

25km 付近の給水所で給水、27km 付近で

再び鶴巻陸橋を通過すると 27.5km 付近の給水所でフルーツゼリーを食べる。食べ終わって走行していると、トイレに行きたくなってきた。28km 付近で再び有料道路の料金所を通過し、30km 手前でトイレに入る。3~4 分のタイムロス。

30km 付近の給水所を通過すると左折し、1km 程東浦和駅方向へ進むと 3 回目の折り返し地点で折り返すと Run&Beer の赤い T シャツを着て動画を撮りながら 3~4 人の集団が追い越していく。その中の 1 人の女性が応援ありがとう等と言いながら走行するのはオープニングセレモニーで挨拶していた「福島和可菜」だった。

雑誌ランナーズで福島和可菜は Run&Beer を立ち上げたことが掲載されていたのを思い出した。

32km 程で国道 463 号に戻り、34km 程で中尾陸橋を通過する。35km 地点で給水。

36km 程で新浦和橋を通過し左折し、37.5km 地点の北浦和駅付近でまんじゅうを食べ給水。40km 手前でたつみ通りに入り、40km 付近で最後の給水し、後 2km と自分に言い聞かせゴールのさいたまスーパーアリーナに向かう。

ゴールはアリーナ内にあり、アリーナゲートを通過しゴール。時計は 4 時間 33 分で止まっていた。スタート地点を通過するの 7 分掛かり、トイレで 3~4 分ロスを考えると、館山若潮と同じ位のタイムかなと思った。

ゴール後、荷物を受け取るのに指定された列に並ぶがなかなか進まず、結局受け取るのに 30 分以上掛かった。荷物の受取りに工夫が必要だなと感じた。荷物の受領後はアリーナ内の混雑からもう 1 泊予定していたのでホテルに向かいホテルで着替えることにした。

2 泊した理由は高校時代の同級生と 6 年ぶりに再会する約束をしていたためである。ホテルで再会し、近くの居酒屋で久しぶりの再会で談笑したため、ゴール後の荷物の受取りに時間が掛かったことの嫌な気

分はすっかり消し去ることが出来た。

天空の稜線でコース誘導

(第 17 回エクライントレル菅平ボランティア R6.6.29)
松 橋 純一

前日 28 日(金)大会スタッフとして参加する福井さんの車に岡田さんと同乗し、札幌から参加する女子 30 km の部招待選手小谷奈穂さんを成田空港で拾い降りしきる雨の中一路長野県上田市へ、夕方スタート会場の菅平高原国際リゾートセンターに到着。

挨拶もそこそこに早速各エイドへ配達する物品の積込みや会場設営のお手伝いを 19 時過ぎまで行った後、宿泊する菅平プリンスホテルに移動し直ぐ夕食。スタッフ会議が終わって 21 時過ぎから自分達 3 人(福井、岡田、松橋)の部屋で明日の好転と大会の成功を祝して深夜まで宴会となつた。



5 時前に目覚めると昨夜の宴会が効いたのか雨はポツポツ、今日は晴れて気温が上がるとの予報に一安心。朝食を摂らずにスタート会場に向かいスタート・ゴール会場や選手受付テントの最終設定をしてから受付のお手伝いに入る。



途中、第2エイドにストックしていたランナーに人気のいなり寿司がカラスの襲撃を受けているとの事で急遽撤退に向かいエイド担当が到着するまで番犬対応も。



前回は全3部門のランナーが往復通過するエイド担当で休む間もない程の忙しさであったが、今回はハードな箇所を希望し標高1,992mの小根子岳北肩分岐のコース誘導の配置となつた。

配置位置へは9時半の出発予定であったがカラス襲撃事件もあり少し遅れて240m程下の避難小屋入口分岐を担当する前橋トレラン部の鎌田氏と車両&サポート担当の佐久間さんに歩道入口1,480m地点まで送ってもらい出発。途中トップ選手が最高部の根子岳2,207m直下のチェックポイント1,500m地点通過との無線「唯一撮影できた小根子岳北肩尾根のハクサンチドリ」を聞きながら避難小屋分岐まで1時間程で到着した。



「唯一撮影できた小根子岳北肩尾根のハクサンチドリ」

ここから先は配置に着いた鎌田氏と別れ単独行、まだ優雅に咲き残っているハクサンチドリやマイズルソウ、ウメバチソウなどの花を愛でながら歩いていたが、トップ選手根子岳通過の無線に集団で咲いていたハクサンチドリの撮影も諦め足早に配置地点へ急ぐ。

鎌田氏と別れてから50分程で配置地点

の根子岳北肩分岐に着き直ちに環境省へ提出する大会使用前後の歩道の写真を撮影したが、その後間もなく小根子岳中腹の笹藪からトップ選手の姿がポツコリと現れた。ハクサンチドリの写真をゆっくり撮っていたら危うくトップ選手の誘導に間に合わなかつたであろうとホットした。

小根子岳中腹の笹藪からひょっこり現れるランナーの姿に感動しながら誘導していると、通り過ぎるランナーの皆さんは口々



に「素晴らしいトレランコースだ」と言いながら笑顔で駆け抜けていく。21kmもの距離それも2,000mを超える峰を二つも超えて来たとはとても思えない軽快な足取りに感服！通り過ぎる後姿が神々しい。辺りを見回すと視界は何も遮るもの無く360の大パノラマ、三品さんはスタッフとして前々日から菅平入りし準備に動き回ってかつ最高峰の2,207m根子岳誘導配置、大変であるが苦労が報われる景色である。



因みに札幌から招待選手で参加した小谷選手は30km女子の部で宣言通り優勝でした。

翌日は四阿山から根子岳を歩きたいと思

っていたが今年も昨年同様また雨にガックリ、合間を縫ってダボスの丘や周辺の大会コースを散策し岐路についた。

「緑ヶ丘リレーマラソン 2024」に参加

五十嵐 敏

6月2日(日)に「第11回緑ヶ丘リレーマラソン2024」が開催され、茂原健走会から「熟年の部」1チーム参加しました。

曇り空であまり暑くもなくレース日和に恵まれました。今年は全部門で72チーム、熟年の部は2チームの参加があり、熟年の部は全員60歳以上又は平均年齢が62歳以上の基準であり、茂原健走会の平均年齢は70.0歳でした。出場者は日頃の練習の成果を遺憾なく発揮し、1周3.245kmのコースを10名で完走致しました。

走行順は松橋さんにキャプテンとしてお願いし、各人の走力、調子等を確認しながら先行型で挑みました。関さん、緑川さん、篠原さんは2周、長嶋さん、松橋さん、森さん、佐野さん、小高さん、五十嵐さん、岡田さんは1週を無事完走することが出来ました。

完走タイムは3時間37分07秒で昨年より3分42秒早く、今回もサブフォー達成です。結果は熟年の部2位で表彰されましたが、熟年の部1位とは約15分以上の差があり、一人当たり1周1分以上短縮しなければならない計算です。総合成績は53位(完走71チーム中)でした。

本大会には大林さん、渡会さん、荒井さん等多くの会員やOBの太田さんも応援に見え親睦を深める事が出来ました。

何時もながら、写真撮影して下さった大林さん、松橋さん、森さんそして机や椅子等の備品を持参して下さった岡田さん有難うございました。また、大会運営の安嶋さん大変お世話になりました。担当者と致しまして、皆様のご協力に対し暑く御礼申し上げます。

第11回緑ヶ丘リレーマラソンチーム記録集計表

2024.6.2

| 周回数 | 距離 km | 氏名 | 累計タイム | | 周回タイム 分/秒 | ペース/km 分/秒 |
|-----|----------|-------|---------|-------|--------------|---------------|
| | | | 時 | 分 | | |
| 1 | 3.345 | 関 洋 | 14:47 | 14:47 | 4:25 | |
| 2 | 6.590 | 緑川 茂 | 30:52 | 16:05 | 4:48 | |
| 3 | 9.835 | 長嶋 幸次 | 48:05 | 17:13 | 5:09 | |
| 4 | 13.080 | 篠原 昭義 | 1:02:24 | 14:19 | 4:17 | |
| 5 | 16.325 | 関 洋 | 1:17:07 | 14:43 | 4:24 | |
| 6 | 19.570 | 緑川 茂 | 1:33:47 | 16:40 | 4:59 | |
| 7 | 22.815 | 松橋 純一 | 1:50:40 | 16:53 | 5:03 | |
| 8 | 26.060 | 篠原 昭義 | 2:05:20 | 14:40 | 4:23 | |
| 9 | 29.305 | 森 小世樹 | 2:21:27 | 16:07 | 4:49 | |
| 10 | 32.550 | 佐野 孝 | 2:40:17 | 18:50 | 5:38 | |
| 11 | 35.795 | 小高 幸夫 | 3:00:38 | 20:21 | 6:05 | |
| 12 | 39.040 | 五十嵐 敏 | 3:20:00 | 19:22 | 5:47 | |
| 13 | 42.195 | 岡田 光浩 | 3:37:07 | 17:07 | 5:26 | |

