

—2017 神宮外苑 24 時間／台湾東呉／フィンランド—
24 時間走 3 連戦チャレンジ手記

青谷瑞紀（ハンドラー朝野憲司）

■2017 年 7 月 24 時間走 世界選手権 in 北アイルランド

2016 神宮外苑で 230km 越えを果たしたが、目標の 240km にはとどかなかった。

そのリベンジと日本女子チームのメダルをかけて、2 度目の世界大会に臨んだ。記録 228km・団体 5 位、240km 越えとメダルはお預け。24T シャツを着て応援して下さった日本の皆さま、チーム JAPAN のスタッフの皆様感謝しつつ、次へのリベンジがスタートした。



■2017 年夏 トランスアルプスジャパンレースに向けて

世界大会から帰国した週末、24 時間走を応援してくれていた友人が突然亡くなった。その友人が憧れていた TJAR(トランスジャパンアルプスレース)に、形見の靴紐を結んで出場したいと思った。

8 月、日本海～北～中央～南アルプスを縦走し、その後も毎週のようにアルプスに通うようになった。標高 3000m・真夜中・雷雨・単独行、精神的にかなり消耗しながら、少しずつ色々な経験を積んでいった。山小屋や山で知り合った方々が、温かく親切にしてくださった。

TJAR の参加資格を得るために、トレラン彩の国 100k・柴又 100kにも出場した。ロードや持久走の練習時間は削られていき、知らぬ間にフォームが変わっていた。



■2017年9月 スパルタスロン 246k+メルヘン 160k

9月ギリシャのスパルタスロンに出た。ロードは練習不足だったが、3年連続完走・31時間台で走った。帰国した4日後にメルヘン160km、特に故障もなく順調だった。



■2017年11月18日 神宮外苑 24時間走

神宮エントリー前の6月、台湾東呉24時間走に招待される可能性はありますかと協会にメールをした。まずは世界大会で優勝してくださいとの回答を受け、神宮にエントリーした。

9月、東呉から招待を受けた。憧れの大会ではあったが、神宮24時間走後3週間で、東呉24時間を走るという、故障必至のスケジュールに悩んだ。選手生命を短くするので辞めるよう、様々な方からアドバイスを受けた。

神宮当日、足なりで調子が良ければ行く、少しでも故障の可能性を感じたら無理をしないと決めた。

来年の為にスピードランナーのスピード感を体感しようと数時間一緒に走った。とても緊張している様子だった。自分にも初めてがあった事を忘れないようにしたい、すべての選手に、練習した事を出し切って欲しいと思った。

9時間経過、スピードが乗らない。招待して下さった東呉の事が気にかかる、大事をとり走るのをやめた。速報サイトを見ていた方からは、大丈夫ですかと体を気遣う声。応援に来て下さった方々に状況を説明するわけにもいかず、申し訳ない気持ちだった。ハンドラーのあさにかから渡されたファイルには、「あお姉の目指せ 240k!」と書かれていた。レースが続く中、度々速報をチェックするあさにい。こうやっていつも見てくれているのかな、他の方もみんな…。



自己嫌悪—。自分の身体を守るのは自分、そう思っていたけれど、悔しさのない自分に戸惑いモヤモヤが消えない。

一生懸命しなければ、喜びも、悔しさも、次への学びも無いことを知った。「最後の1秒まで、10センチでも前へ」24時間走の素晴らしさはここに尽きる。「一生懸命は今しか出来ない」事をあらためて実感した。

■2017年12月2日 台湾東呉 24時間走

神宮での想いを、東呉に込めようと思った。台湾陸連の友人、チーム台湾、東呉大学の皆さまからは忘れられない最高のもてなしを受けた。現地の大学生ハンドラーも一生懸命にサポートしてくれた、素晴らしい大会だった。スタートして8時間、胃腸の調子が悪い、新しい補給方法と薬の選択を失敗。240kを諦め休憩していると、海外選手からKeep on moving ,keep on going ! と声をかけられた。レース後、あんな走りにも関わらず、現地の大学生ハンドラーが感動しましたと泣いてくれた。進み続けなかった事を恥ずかしく思い、後悔した。大学生達と自分に、never ever give up ! というお揃いのストラップを買った。



■2018年2月24日 フィンランド 24時間走

悔しさと不甲斐なさの中、帰国した翌日にはフィンランド 24 時間走にエントリー、飛行機のチケットを取っていた。期待させても申し訳無いので、こっそり1人で修行に出る事にした。まるで滝を登る魚のよう。登っては落ち、登っては落ち、登っては落ち。いつかは登れる。

あさにいのハンドラー技術が上がる中、私の技術が上がらない。海外など想定外の環境でも安定して結果を出せる選手になりたい。ハンドリングしやすいランナーに成長すべく、初めてに自分を晒すことを選んだ。誰が用意してくれるでもなく、誰かと一緒にでもなく、情報も殆ど無い氷点下 20℃にもなる街で開催される、室内気温 20℃のレース。

ヘルシンキ空港に着くと、ウルトラマラソン界で有名なフィンランドの方が迎えに来てくれた。朝昼晩の美味しい栄養バランス最高の料理、北欧のお洒落なお家、フィンランドサウナ、知らなかった世界各国の様々なレースの話。何もかもがあたたかく、最高だった。現地の新聞社からも取材を受け、カラーで取り上げてもらった。

レースにはハンドラー無しで臨むつもりだったが、急遽サポートして下さる事になった。年齢的に自己ベストを狙うのは次の世界大会まで。TJAR には出たかったが、二兎を追えるほど器用ではない、24 時間走だけに集中することに決めた。お金も時間もかかるけど、後悔の無いよう 2019 年まで場数を踏む事にした。

スタート前、アジア人がいない事を良い事に、「目標距離」、「10 センチでも前へ」、「進み続けろ」など、コースの壁にメモを貼った。

腕には油性ペンで、「気持ち切れるな、筋切れろ!」、「Keep on going!」と書いた。



■レース結果

390m のコースを 567 周、221k を走り、女子優勝、男女総合 3 位だった。胃腸の調子はかなり悪いながらも楽しく走れた。今までは競ると後ろに下がっていたが、それをやめたいと思って走った。フィンランドでは競り勝つまで、強気で走る事が出来た。ウルトラマラソンについて、様々な最新のワールドスタンダードについて知った。

あんなに故障を怖がっていたが、フィンランドから帰国 4 日で、スーパードで 75k を走り歩いた。思った以上に私の身体は丈夫だった。様々な形で私の身体をサポートして下さる先生方の助力もあり、連戦でも故障しない技術を身に着けた。

よく行く練習会の記録証には、そのチャレンジ精神を讃え、と書かれている。神宮外苑 24 時間にもチャレンジの文字。チャレンジとは讃えられるべき素晴らしいものだとあらためて知った。

神宮のスタッフと選手の皆さま、応援に駆けつけて下さった皆さま、練習にお付き合い下さった皆さま、ハンドラーのあさにい、お世話になりましたありがとうございました☆彡

青谷 瑞紀