

“Never Give Up” 2017 野辺山ウルトラ完走記

梶田康生（まっさん）

■前日

“Never Give Up” 第 23 回八ヶ岳野辺山高原ウルトラマラソンの大会テーマであったのだが実際のレースでもそれを地でいく展開となった。2016 年度シーズンは長い不調を乗り越えハーフで自己ベストが更新出来いわば復活を遂げたシーズンだったので今回の野辺山ウルトラもベストタイムをたたき出すつもりで勇んで乗り込んだのだが、ただ、天気予報が真夏日の予報だったのが唯一の気がかり材料だった。前日は、URC バスツアーで大人の修学旅行状態、朝 URC 定例会の皆さんに送り出されて浦安を出発し、昼は小作でほうとうを食べ、清泉寮でアイスを食べってから受付と順調にルーティンをこなしていった。今年からスポンサーがノースフェースとなり T シャツの質、デザインがカッコよく気分は大盛り上がりだった。

■大会当日

◇5:20 スタート：例年 5 時スタートだったが、今年からウェーブスタートとなり申告タイムが遅い面々は 20 分遅れのスタートとなった。ただ、朝から既に気温が高く、この 20 分は正直もったいなかった。スタート直後はキロ 6 を切るペースで快調、前途洋々だった。5 km 地点過ぎの踏切を超えたところでホテルに駆け込みトイレ休憩（これも過去 4 年のルーティン）トイレ後、コースに戻ったら丁度 暁さんが踏切を渡るところだった。暑くなりそうですが頑張りましょうと健闘を誓いあって先に行かせてもらった。国道を渡り JR 最高地点の標識を過ぎたあたりから登りが急になりペースは落ちた。この辺りで、親方、早川さんに追いついた。

◇10 km 1:09:48 (6:29:48) <ラップ (スプリット) 通過時刻>

10 km を過ぎ林道区間に入ってしばらくすると前原教官に率いられたテンマちゃん、マッキー、間仲さんに追いついた。去年のリベンジのテンマちゃん、初挑戦のマッキーも順調そうだった。林道区間は緩坂は走り、急になると歩くの繰り返し、最高地点の 1908m から 19.7 km エイド地点までは並走させてもらった。例年この区間はひんやりとしているのだが今年は過去 4 年と明らかに違って既に気温が高く発汗量が多い、これは厳しい一日になりそうだと覚悟を決めた。

◇20 km 1:20:02 (2:29:50) 7:49:50

朝の内にできるだけ距離を稼ぐ作戦だったので林道のピークで皆がトイレ休憩をとる間に先に行かせて貰うことにした。下りはキロ 5 分半くらいにセーブして林道を駆け下りた。林道出口の 23 km エイド（第 1 関門）は 3 時間弱で通過、23 km から 35 km の稲子湯エイドまではアップダウンが続く体力を奪われる区間だが、今年はそれに加えて気温もどんどん上昇、木陰を出ると陽が刺さった。

◇30 km 1:14:44 (3:44:34) 9:04:34

30 km で URC 応援団の激励を受け加速、35 km の稲子湯エイドにたどり着いたときも調子は悪くないと感じていた。しかしお汁粉等を補給していると、突然頭がぐらくらしてきた、え？何だこの感覚は？用心して一旦、出発を見合わせトイレに並ぶこととした。しかしトイレがえらく並んでおり（ここのトイレは全

くお勧めじゃない) 15分程もロス。出たら前原教官隊に追いつかれていた。ただ皆、暑さに苦勞している様子。かくいう私も自己ベスト狙いの自信は完全に無くなりここで目標を完走に切り替え、一緒に行かせてもらうことにした。初挑戦のマッキーの調子が悪そう、暑さが相当こたえているようだ。目の前が白いといいつつ頑張るマッキーを後ろから応援しつつ走った。暑がりのテンマちゃんはスタート時点からタンクトップだったが首筋がじりじりと焼かれている感じ、とにかく首筋に太陽を当てないようにアドバイスした。

◇40 km 1:28:09 (5:12:43) 10:32:43

42 kmエイド(第2 関門)に到着後、体力消耗の激しいマッキーはここで皆と別れることになった。テンマちゃんとの涙の別れを目の当たりにし周りに悲しい雰囲気がかたよった。ここまで頑張ったマッキーに預け荷物に入れていた OS-1 を振る舞って別れた。(この後、50 km(ハーフ地点)迄は最後の意地を振り絞って走ったとの事。) 42 kmエイドではなぜか足が血まみれの親方にも遭遇。聞けば大転倒してしまったとのこと。(この後リタイヤ、肋骨も折れていたらしい、涙)

さて、ウルトラ戦士の使命はひたすら前にすすむ事しかない、過酷な自分との闘いであり、残された4名は後ろ髪をひかれつつも下り坂を駆け下った。この後50 km地点までは、皆で揃って走った。(この区間は体調もやや治まり楽しく走れた区間だった)

◇50 km 1:12:51 (6:25:34) 11:45:34

50 km地点(第3 関門)もううれしい URC エイド地点。差し入れのプリンを食し、経口保水液、コーラ、オレンジジュース等をがぶ飲みし声援を背に出発した。オフィシャルエイドは素通りして水だけ頭からかぶり後半戦に挑んだ。走り始めは休憩の間に固まった筋肉が解れるまで非常に辛くキロ7から上がっていかない。前を行く教官とテンマちゃんになかなか追いつけない、え、この力の入らない感は何?? やばいな・一方一緒に出発した間仲君も調子が上がらないようで後ろの方に遠ざかっていった。苦勞しつつも歩かずにのろのろ走っていると、歩いているおっくんを追いぬかした。しかし川又バス亭エイド(54 km)でとうとうどんと疲れが襲ってきて小休止。自動販売機でエナジードリンクを買ってがぶ飲みしている間に、教官、テンマちゃんは完全に見えなくなってしまった。(汗)

北相木村区間(通称 盲腸区間)は今回も全くいい思い出の無い区間だった、まるでパブロフの犬のごとくこの区間に来ると体が不調を訴えろとしか思えない。熱中症寸前だったのだろう、へろへろ走っていると、内藤さん、とがみん、正さんとすれ違った。皆元気そうに声を掛けてくれうらやましかった。何とか59 km北相木村役場エイドにたどり着いた時は、教官、テンマちゃんがちょうど出発するところだった。

(もう追いつけないなと覚悟) 59 kmエイドでは体力回復を願い長めの休憩をとった(というか体が動こうとしない、汗)。そういえば去年も買ったなと思いだし自動販売機で CC レモンを買って飲み干してから、意を決し出発した。が、キロ9程度でしか走れない、とにかく体が重かった。ここで歩いては完走は無理なことは2015年の苦渋の DNF 経験からわかっていたので何とかとぼとぼ走っていると、後ろから早川さんがさっそうと抜いていった。調子は非常に良さそうだった……。59 kmエイドでおっくんにも抜かれたらしく60 km地点の通過は URC 完走者中、最も遅かった。

◇60 km 1:39:02 (8:04:36) 13:26:36

北相木村区間の復路は基本的に下り基調の筈なのだがとにかく暑く、体が重く前に進まない。目線は下がり元気なく走っていると、暁さん、蓮井さんに声かけ頂いた、完走は非常に厳しいタイムゾーンだったそれでも前を向いて走り私に気づき声を掛けていただいたことに感謝するとともに元気を頂いた。川又交差点前にも嬉しい URC エイドがありコーラや元気を注入していただき出発。白石さんに首巻きに包んでもらった氷が有難かった。そして川又 T 字路を左折、71 km エイド滝見の湯までのダラダラ登りにとり掛かった。200m ほど前に早川さん、その前におっくんがいるのが見えたので、彼らに離されないようにしようと何とかペースを維持した。しかし容赦なく日差しが照り付け全く力がわいてこず辛かった、ただ初完走時も同じように苦労しつつ乗り切ったことを思い出し、ここを粘れば後から体力が回復してくるはずと信じてペースを刻んでいった。そうこうしていると二人との距離が少しずつ詰まりだした(喜)よし早く追いついて引っ張ってもらおうと足に力を込めた。どんどん距離が狭まっていき、とうとう追いついたので、よし引っ張ってもらおう!と思ったら、なんと二人そろって水をふるまってくれる民家の給水の列に並んでしまった。えっと思っただが、その時点では水分補給はしなくても良かったので(後から追い付いてくれるだろうと期待して)走り続け前に押し出された形になってしまった。少々寂しかったが完走までぎりぎりのペースだったので、前に進むしかなかった。(早川さんとは結局ここが最後の別れとなった)。次の南相木村役場エイド(68km)で水分を補給、その後 滝見の湯に向けて一気に坂が急になった。だが、道には木陰がある部分が増えだしたのは幸いだった。てくてく進み、何とか 70 km 地点を通過した。

◇70 km 1:32:10 (9:36:46) 14:56:46

71 km 滝見の湯エイド(第4 関門)には 15:00 前に到着、関門締め切り 35 分前、全く余裕がない。エイドでコーラを飲んでみると、いやにすっきりした顔のうっちーと出会った。もしや? やっぱり暑さにやられリタイヤを決めたとのこと、無理もない、あの仮装姿では相当体力を消耗しただろう。

そばも食した後、ファイテンブースでゼリーを脚に刷り込み(初完走以来のルーティン)預け荷物を受け取った。そこでも預けていた OS-1 ゼリーを飲みトイレに並ぶと出てきたのはなんとおっくんだった。あれからも速度は落とさず粘りの走りですり着いたようだ。(驚)トイレをすましたのち、もう少し休む様子のおっくと健闘を誓いあい先に出発した。

次の 74 km エイドまでの坂はそれほど急ではないので、去年も走りとおした区間。今年も走りとおした。雨が降ったようで路面がぬれて涼しくなっていたのも幸いだった。74 km エイドではささっと水と飲んでから直ぐに出発、ここからは傾斜が急になるので毎年歩きの区間と決めているところだ。ラスト 20 km の為にも走りの筋肉を休ませ力を蓄えなければならない大事な区間だ。とはいっても、ラスト 10 km のいやらしい登りの事を考えると、のんびり歩くことはできず、ところどころの緩斜面はジョグで登った。16:30 迄に馬越峠についたら勝機はあると目標を立てて急いだ。

79km 馬越峠エイド(第5 関門)には目標通り 16 時 30 分に到着!、5:20 スタートなので 19:20 がゴール関門、後 2 時間 50 分(170 分)ある。90km 地点には 90 分残して着きたい。とすると 90km 迄の 11km を 1 時間 20 分(80 分)で行く必要あり。既に 79 km 走ってるので平地ならきついが幸い 85km 迄は下りだ、ここをキロ 5 半でいったら十分勝機あり、給水しながらそう計算し下り始めた。

◇80 km 1:41:57 (11:18:43) 16:38:43

80km 看板の先にも URC 応援団がいてくれており嬉しかったな。残り 2 時間 40 分(160 分)キロ 8 でいったらゴール出来るとコートローさんからエールを受けた。どうもゴールはきついだろうと思われていたらしいが、私は先に立てたレースプラン通りに行けばいけると確信しており、前は誰ですか(たしか純ちゃんという返事?)と聞きながら駆け下った。急坂区間を過ぎ 17:00 のサイレンががなる頃、ガーミン 235 のバッテリーが切れた。(11 時間 40 分持ったことになる、スペックでは 11 時間なので止む無し) その後は、携帯(71km からスイッチオンしてた)の GPS を頼りに進んだ。85km から 87km の千曲川沿いのサイクリング道路は馬越峠からの劇下り後のフラット道なのでまるでのぼり道のように感じるスピードキープに苦労するところだが何とかキロ 6 を切るペースで駆けた。そして 87km エイド(第 6 関門)に到着、ここでも先回りしていた URC 応援隊(コートロー、みゆきさん、エミリンさん、白石さん)の嬉しい出迎え!

90km 地点での貯金を稼ぐべく、急いでうどんをかきこんでいるとなんとおっくんがエイドに駆け込んできた。再び出会えてめちゃ嬉しかった、戦場で友人に再会した気分。かなりの速さで坂を駆け下ってきてダメージあるようだったので以後は引っ張って行くことにした。90km 地点には 17:50 迄に着きたい、おっくんがうどんを食い終わりトイレから出てくるのを待って 17:25 頃にエイドを出た。そこから 90km 地点までの 3km は国道沿いの単調な道、ここは時間を稼いでおくべきと、キロ 6 で飛ばした。おっくんもついてきてくれた。

◇90 km 1:06:23 (12:25:06) 17:45:06

そして 90km 地点には 17:45 に到着!よし!ゴール関門まで 95 分残した、初完走の時の 85 分よりは随分と楽な筈だ。歩いている余裕はないがキロ 9 で行けば 13:55 で到着だと計算し 90 km地点から約 2 km続く登り区間は歩いた。登りきる手前の坂がやや緩くなった辺りから再び走り始めた。キロ 8 を若干切るくらいのスピードで巡行していくと、93-4km 辺りの踏切を超えたところで前に行く URC ランナーに追いついた。純ちゃんだった。かなり疲れた様子で歩いていたが、歩いていたら間に合わないよと声を掛けて 3 名で走り始めた。そうこうしていると前から URC ユニフォームを着たランナーがやってきた、高野シェフだった。後で聞いたところによると、300 名の大パーティのメインディッシュを提供終えた後すぐに浦安を出発し応援に駆けつけてくれたそう。後ろに多分 間仲君がいると伝えるよっしょと迎えに去っていった。そうこうしているうちに 95 km地点を通過、18:31 残り 5 kmを 50 分弱ある、キロ 10 弱でも大丈夫だ!!安心して記念写真をとり出発。この辺りでは URC ユニフォーム我々 3 名のペースに引っ張ってくださいと一緒に走るランナーが 2, 3 人いて計 5-6 名程の集団で前を進んだ。96 kmあたりの下りとそれにつづく最後の登り坂は皆さすがにきつそうだったので歩いた。登り切ったところが 96.7 km地点で最後のエイドだ。ゴールするランナーの番号をコールする会場のアナウンスが聞こえてきた。最後のエイドで水を 2 杯ほど飲み先を急いだ。

暫く進むとなんと間仲君が追いついてきた。高野シェフに叱咤激励され(本人曰く パワハラすれすれだったとか、いや間違いなくパワハラだった筈、笑)出せる力以上の力で追いついたそう。実際非常に元気そうだった。強い絆を垣間見せてもらった。さて、我々 5 名 + α の集団は 98 km地点の URC マルガリさんエイドに到着、大声援を受けた。去年のようにビールを振る舞ってもらおうか迷ったが、ぎりぎりだったので万が一を考えて辞退しゴールを目指した。追いついてきた間仲君のペースに引きずられるよ

うに我々のペースもあがっていった。するとゴール迄後 1 kmあたりの地点だったろうか、うれしい光景が飛び込んできた。とうにゴールしていると思っていた前原教官、テンマちゃんやトガミン、益さんに既にゴールした佐々木さん、リタイヤの吉田パパが一団となって前を走っているではないか！急いで追いついて無事の再開を祝いあうとともに、大集団で進んでいった。ゴール関門まで 10 分以上あるので完走は間違いない、テンマちゃんは脚が痛くもう走れないらしくテンマちゃんを先頭に URC の熱い仲間達が笑顔で歩を進めた。そして踏切を超え最後の曲がり角が近づいてきた。自然と手をつなぎあい最後の直線は走って Goooooal！2 年越しの時間内完走を成し遂げたテンマちゃんの目には大粒の涙が、思わずもらい泣きしそうになった。

◇100 km 1:27:14 (13:52:20) 19:12:20

野辺山のゴールは他のどの大会よりも感動がある、やはりそこに至る道筋が超ハード（DM）だからだろう。今回もあきらめずに前に進み続ければ必ずゴールに到達するという事を教えてくれた大会だった。さて、これで野辺山の通算成績が 3 勝 2 敗とやっと勝ち星が先行した。来年からは少し野辺山はお休みしこの時期に開催される別のウルトラにも挑戦してみたいと考えている。（飛騨高山が第一候補、いわて銀河が第二候補）そしてその後に又、戻ってきたい。それまで、走力が落ちてないことを祈って。

ありがとう、野辺山！

以上