

初トライアスロン & 初フルマラソン挑戦記

第1期 OB 酒井 誠太郎

2010年11月21日。30歳の誕生日を迎えた私はこの「30歳」という区切りの年を迎え、思い悩んでいました。30歳になっても未だ挑戦し変化し続けられる自分でいたい。けれども仕事も私生活も別段不満がない。だから転職や結婚と言った劇的な変化を求めるような気持ちになれない。

何かいい挑戦はないだろうか。ふと頭に浮かんだ1つの思いつきが私の1年を変えました。

「トライアスロンに挑戦する、なんてどうだろう」

トライアスロンとはご存知の通り、水泳（スイム）、自転車（バイク）、長距離走（ラン）を続けて行う競技です。同期や小野先生なら思うでしょう、「あれ、酒井って太ってなかった？」その通り。その頃の私は100kgに及ぼうというほどの肥満体質でした。そんな自分だからこそ挑戦し甲斐があると思って挑んだわけです。

皆さんトライアスロンと聞いて「すごく辛いスポーツ」というイメージがあると思います。私もそうでした。が、調べてみると一般的な大会の競技距離はスイムが1.5km、バイクが40km、ランが10km（オリンピックで採用されているので、「オリンピックディスタンス」と呼ばれる）。これを辛いと思うかどうかは人それぞれでしょうが、私としてはフルマラソンに挑戦するよりかは楽そうだと、思っていました。というのも私は足底筋膜炎という足の裏の筋の怪我を患っており、日によっては走るどころか歩いているのも辛いのです。42kmも走るのは無理だけど、10kmであればなんとかなる。泳ぐのは嫌いじゃないし、自転車漕ぐのも足裏の患部に負担はかからないので何とかかなるかな、と思ったわけです。

◆初トライアスロンはホノルルで

初めて挑戦した大会は5月開催のホノルルトライアスロン。ホノルルに行きたかったわけではありません。制限時間がないから選んだのです。また、インターネットの情報によると、この大会のスイムコースは浅く、地面に足が付というのは昔湖で溺れかけたトラウマがある自分にとってはこれほどの安心材料はありませんでした。初めてなので「スプリントディスタンス」という通常の半分の距離を競う種目を選びました。

6ヶ月のトレーニングを経て大会当日。緊張と時差ぼけで3時近くに目



スタートを待つ著者

が覚めてしまい、まだ街中にハワイのヤンキーがたむろしている中、恐々タクシーで会場に向かいました。7時。私のスタートの時間が迫ってアップのために海に入って泳ぐと…地面に足が付かない！ そう、足が付くという情報は真っ赤な嘘！ そんな焦りの中でのスタート。ジャブジャブと先を競って走る人をよそ目に私は最後尾から恐る恐る海中へ。既に多くの人が泳いだ後で水の透明度は極めて低く底が見えず、どのくらいの深さかもわからない中、とにかく泳ぎました。足がつるのでは、人にぶつかってゴーグルが外れるのでは、突然せきが出て水を飲んでおぼれるのでは。そんな不安の20分強。なんとかスイムゴール。

休む間もなくバイクです。通常トライアスロンに出場する場合、ロードバイクという競技用自転車を使うのですが、実は私、この大会の日まで一度もロードバイクに乗ったことがありませんでした。高い金を払って買ったところで飽きてしまうかもしれないという理由で、当日レンタルで済ませたのです。足も付かない高いサドルと慣れないドロップハンドルに乗ってホノルルの市内をおどおど走りました。

最後はラン。ここまでくると5km走るなんておまけみたいなもの、なのですが意外に辛い。ふらふらなりながらゴール！ ゴールした後のオレンジがうまい。タイムは1時間40分、180人中100位くらいと、自分としては上出来な結果でした。

◆福島のトライアスロンにも出場

今度は正式な距離、いわゆるオリンピックディスタンスを走ろう、と思い挑戦したのが8月に福島県猪苗代湖で開催されたうつくしまトライアスロンでした。もちろん被災地支援の気持ちも込めた挑戦です。

大会開催時は雨上がり。8月だから暖かいだろうと思っていたのに寒いなの。湖に入ると凍えるような水温で本当に自分は完走できるのだろうかと不安な気持ちになりました。

スタート時間が近づくと出場選手がいっせいに雄たけびを上げます。そしてスタートの合図。水は冷たいものの、澄んでいて底まで透けて見えました。さすがにお魚さんには会えませんでした…。

バイクのコースは民家を通るコースで、現地住民の方たちが皆家の前で応援してくれました。自分のこそ風評被害などで苦渋を味わっている福島の方々に応援しなきゃいけないのに。ありがたかったです。

ランはとにかく足の怪我をかばってゆっくり走って、3時間半でゴール。最下位から4,5番目でした。

けど完走は完走。何らかの感慨があると思っていたのに意外に冷めている自分がいてびっくりしていました。スタート時点で走りきれるか不安がっていた自分はどこ行ってしまったのだろう、というくらい。憧れていたものも達成してしまうとあっけないものです。きっと3時間半という時間の隔たりがそうさせてしまったのでしょうか？ 否。それは…



ゴールして へろへろな著者

♪わたし（ゴールした自分）にはスタートだったの、あなた（スタートの自分）にはゴールでも♪

◆フルマラソンにも挑戦

トライアスロン完走に気をよくした私は調子に乗ってフルマラソンにも挑戦しました。出場した大会は11月20日開催「新東名高速マラソン」（給水切れなどの主催者の不手際でマスクでも取り上げられた大会です）。富士山も見える静岡に新設された未開通の高速道路の上を走るという大会でした。この期を逃してはならないと出場することを決めました。



晴天に恵まれました。

2ヶ月走りこんで42kmを走り切ることができそうだと自信を持って挑んだ大会当日。取材に来ていた天気予報士の石原弟に見送られながらスタートしました。最初は自分なりにいいペースで走っていたのですが、30kmを越えたあたりで自分の古傷が痛んでしまい、走ることができなくなってしまいました。

無理して走れば何とかなるかもしれない、けれども、実は自分が20kg近くも太ってしまったのはこの足裏の怪我のせいで運動できなくなったのが一番の原因。また悪化させたら今度は120kgになっちゃう！

走るのを諦めて、残りの10kmをとぼとぼと歩きながら、一人反省会。練習が足りなかったのか、最初飛ばしすぎたのか、テーピングが悪かったのか、この怪我がある限りマラソンは無理なのか、デブだからいけないのか。足を引きずるようにして完走。タイムは6時間45分。辛い辛いゴールでした。

◆次なる目標

フルマラソンに挑戦した日の帰り、私は高い熱を出してしまい、日本シリーズ最終第7戦を見ることができませんでした。その翌日の平成23年11月21日、立川談志の命日に、私は31歳の誕生日を迎えました。

充実した30歳をすごせたものの、おまけのつもりで挑戦したフルマラソンでの悔しい思いが一番の心残りになりました。

31歳の一年に成し遂げたいことはもちろん、フルマラソンに再挑戦して歩かずにゴールすることです。

あともうひとつ。年末実家の母に電話したときのこと。母親に少しは痩せたかと聞かれました。そもそもダイエット目的で運動をやっていたわけじゃなく、動いた分だけ食べていたので、体重は未だに95kg。「全然痩せないよ」と答えると母はこう言いました。

「痩せないイカンよ。他の事はとやかく言わん。けど、親より先に死ぬなんて親不孝はやめてね！」

母親は「デブは早死する」という仮説を持っているようです。

というわけで、親孝行のためにも痩せた32歳の自分を母に会わせてやりたいと思います。