

2005甲州夢街道シルクロード215km遠足

(2005年9月24日～9月25日)

ここ2年続けてリタイヤした甲州夢街道に今年は5月に申込み、その前の4月末に「ホテル山王閣」も押さえることができた。今回はS谷さんも参加されるので一緒に行ける。私にとって甲州夢街道は鬼門だった。2001年は何も知らないうちに日本橋にゴールできた。しかし、ここ2年立て続けにリタイヤし、気力、走力の衰えを感じつつも、こんな筈ではないと自分に言い聞かせていた。ただ気掛かりなのは自分自身の中で完走したいという思いが薄れていることである。思い入れがないからだろうか？。今までの反省をもとに今年は何とか日本橋に辿り着き、最後の甲州路にしようと春から決めていた。

この週は1週間丸ごと休みだったのでしっかり休養できた。23日は米原でS谷さん、ひろっさん、ふきこさんと合流し、新快速で名古屋まで行き、名古屋からは中央西線の特急「しなの」で塩尻へ、そこからは普通電車に乗り換えて下諏訪に向かった。S谷さんは夜勤明けで寝ていないため、電車の中でぐっすり寝られていた。途中、御園生さんの中山道ジャーニーランを走られている2名の姿が電車の窓越しに見えた。

下諏訪には14時過ぎに到着。今までは気付かなかったが、下諏訪駅前にしめ縄の付いた半分くらい高



さの「御柱」が立っていた。古い御柱の払い下げた木を駅前に飾ってあるのだろう。勝手知ったる「聴泉閣かめや」までの道。かめや前は中山道と甲州街道の合流地点だ。かめや入口前では海宝さん、J定さんが準備をされていた。海宝さんとは1年振りの再会だが、いつも元気で迎えて下さる。中に入ると、momiさん、M部さん、S井さんなどスタッフの姿があった。受付は15時からなので、一旦宿泊する「ホテル山王閣」にチェックインする。山王閣は国民宿舎にも関わらず、立派なホテル並で思わず躊躇ってしまった。部屋はやや小さめだったが、これで十分。



諏訪大社内を通過してかめやに向かうと巨人軍団・H野さんとH本さんとばったり。2003年さくら道以来だ。H野さんは相変わらず元気だった。同年代だがとても若く見える。相変わらず仲の良い2人だ。かめやで受付するとK林さんの姿もあった。コンビニで飲み物を買って、再び山王閣に戻り、明日走る準備をする。ゼッケンをウエアに付け、少しくつろいだ後、17時前に諏訪大社での説明会に行く。ぼくし～さん、S峰さん、K来さん、O野さんなど知り合いに声を掛ける。例年通り、本殿でご祈祷をして貰い、本殿前で簡単な説明会の後、岡谷太鼓保存会の「鳳翔会」による太鼓演奏があった。昨年見て、とても感動したが、今年は演奏者の数も多くなっていた。素晴らしい演奏に参加者は勿論、一般に方





も聴かれていた。演奏が終わっても拍手は鳴り止まなかった。既に18時を回っていたので宿に戻る。

夕食はボリューム満点で食べ切れないほどの量。この値段でこの内容はびっくりした。生ビールでS谷さんと乾杯した後、明日の鋭気にした。風呂は内風呂と露天風呂があった。内風呂は洗面も熱かったので、ヒンヤリした露天に浸かった。下諏訪温泉は湯温が高いようでどこも内風呂は熱い。部屋で缶ビールを飲みながら、雑談。S谷さんは先に寝られたが、テレビを見てみると「[神の手をもつ脳外科医・福島孝徳医師](#)」を追った番組が放送され、思わず明日のことも忘れて釘付けになる。PHPを読んで福島医師のことを知り、その後にテレビでも取り上げられて、その姿勢に感動した。はっきりわからないが22時頃に寝たと思う。

翌朝は4時20分に起きて、足裏に1本のテーピングを施した。単なるマメ対策だが、雨が降る予報なのでどれだけ持つか？。朝は5時からバイキング朝食が用意されていた。バイキングは好きな物を食べられるので有り難い。みそ汁に温泉玉子、豆腐、オムレツ、かまぼこ、サラダ、ウインナーなどを食べた。ご飯も2杯食べられ、ちょっと食べ過ぎかなとも思ったが、215kmにはこれくらい食べておかないと駄目だと思う。5時半頃にスタートの「聴泉閣かめや」前に行くといろっさんとふきこさんはすでに来られていた。4人で写真を撮ってもらう。岐阜のH崎さんやH野さんの姿があったので挨拶する。集合しているメンバーを見ると過去この大会で見た顔が多い。しかし、名前を知らない人が多い。



6時になり、一斉にスタート。相変わらずゆったりとしたスタートだ。緩い下り坂をゆったりと進む。今年のウエアはいつもと同じ赤のランパンにウルトラ用シャツ、今回のシューズはウルトラシマントLSRを選んだ。型は古いが雨とマメを考えてのこと。デイパックには薬やバンドエイド、LEDライト、ハーフタイツ、ランシャツの長袖部分だけと軽装だ。スタート時はいつもこんな感じの天気。昨日の天気予報では曇りから雨となっていた。できることなら暑くならないで小雨を希望する。昨年は御柱祭が末端の小さな神社にまで降りてきて、そのような光景をあちこちで見たが、今年は早朝でもあり、静かだ。いろっさん、ふきこさんと同じくらい位置だったが、次第に私の方が前に行ってしまった。N島さんが男性と萩の話をしながら走られていた。少し行くと短いアップダウンの連続となる。スタート間もないのでここは結構きつい、無理しない程度に走る。

国道20号線に合流(5.8km)した。ここからは日本橋まで何キロの表示が1km毎にある。この辺りの歩道は狭く走りにくいので、良くないが車道の端を走った。最初は左側を進んだが、途中から私のお決まりコースである右側を選んだ。すると異常に大きく重たそうなバックを背負い、腰には1リットルのアミノサプリ、折りたたみ傘、縄跳びや肩にはコンビニ袋のランナーが抜かして行った。これは一体何者なんだ？。ここから茅野までは緩い上りはあるが、概ね平坦だ。

茅野市(9.4km/7時02分)に入る。ここには標高767mの表示がある。少し進んだ頃に毎年参加のぼくし〜さんを抜かす。「膝の調子が悪いのでどこまで持つか」と話されていた。しばらく進むとN藤さんを抜かした。立山は名簿に名前はあったが参加されていなかったようだ。この先、富士見に向かって徐々に上っている。気温は低い、曇っていて風がないので湿度が高く、汗はかなり出ている。その汗がしみ込んだウエアを伝って、ソックスが濡れ始めた。「嫌だなあ〜」と感じ始める。今まで一番長い上り坂が目に見えたので歩き出す。この歩道は広いが、いつも一番に歩き出すポイントだ。気温は21℃を示していた。ここで怪速亭Tシャツを着た人が応援していた。坂を歩いて上り終わると下りになり、その先は全体的に緩い上り基調になる。前を走られるH崎さんとリズムが合ったのでぴったり後ろに付いた。ところどころ歩きはしたが、全体的には苦しまずに走っていた。歩道が全くないところに差し掛かった頃、

連休とあって車は例年より多くなっていった。

富士見町富士見台（20.1 km / 8時13分）信号でT武さんの応援があり、飴を頂く。「立山に参加されていませんか？」と聞くと「参加していました」と応えて下さった。T武さんは昨年のこの大会を完走されている。この交差点にあるローソンには寄らなかった。相変わらずのペースで進むが、今年は陽差しがない分、楽に感じる。汗はシューズまで濡らし始めた。この先は下った後、歩道のない道路が続く。路肩の狭い左側を進んでいると右側が広がったので横断する。一旦下っていたが、その後100m近く上って富士見峠（953m）を通過。信号のある交差点が富士見峠だ。ここからは長い下りに変わった。歩道は相変わらず狭い。少し行くと6~7%の急な下りが現れる。歩道が走りにくいと車道を進んだが、大型トラックが前から来るとまた車道に上がった。今年は大型車が非常に多い。空は曇っているの、やや蒸し暑くなってきた。この辺りの田はバインダーで稲を刈り、はさに稲を掛けて乾かし、ハーベスタで籾にしているところがかかり多かった。大変な手間暇を掛けられている。3000m級の山に囲まれ、日照時間の短さ、日当たりの悪さなど気象条件のせいだろうと思う。改めて米一粒の重みを感じる。



民家が両側にあるところを過ぎて少し進むと道の駅「信州葛木宿」（31.5 km / 9時23分）に辿り着けた。3時23分経過。トイレで顔を洗い、アイスクリームを買う。時間が惜しいので、そのまま食べながら出発。この道の駅には温泉もある。このすぐ先で山梨県に入るが、白州町ではなく、市町村合併で北杜市に変わっていた。なかなか良い町名だ。歩きながらアイスクリームを食べた後、腹が少し減ってきたので次にあったセブンイレブンに寄る。ヨーグルトとパンを買う。外で座って食べていると雨が降り始めた。パンは半分しか食べられなかった。ちょうど良い具合に雨が降り出してくれたと喜ぶ。10時前になり、例年ならこの先暑くなり、大きなダメージを受けるが、この天気なら凌げるかもしれない。

サントリー白州工場前（36.3 km）を通り過ぎる。できるだけ走り、時々歩いて休むを繰り返すが、昨年はこの辺りでもう駄目ではないかと悲観していたことを思い出す。緩い上りが続き、歩いていると三重のN村さんに抜かれた。道の駅「白州」は見向きもせずそのまま通過。寄っても何もなかった。旧白州町役場の先にあるローソンでチョコモナカアイスを買って、食べながら進んだ。この辺りから熊本のS井さんと前後するようになった。白い杖を持たれているので弱視の方のようだ。一昨年、30時間くらいでゴールされた方だ。小雨は降り続けている。両側に広い歩道があり、その先に昨年寄ったうどん屋が見えた。

橋を渡ると武川村だが、ここも北杜市に変わっていた。右手にある南アルプスの山々は天気の関係で何も見えない。やや雨は強くなって、凌ぎやすい。国道20号線を守る車の数は今までよりかなり多い。連休の影響だろう。大型トラックも多い。上りもいつもより走れているが、無理せず歩くようにした。その先にあるディリーヤマザキでビールとソーセージを買って栄養補給。しかし、買ったばかりのビールを足で倒し、半分こぼしてしまった。埼玉ナンバーの若者のグループに「走られている方を見ましたが、どこまで走られるのですか？」と聞かれ、「東京の日本橋まで」と言う。「どこからですか？」と聞かれ、「下諏訪から」と応答すると「えっ〜」と返ってきた。一般の人には考えられないことをしているのだから・・・箱入りの小さいロックアイスも買ってデイパックに入れる。暑くなった時の対策だ。雨が上がり、薄い陽差しが見えてきた。少し蒸し暑い。スタート時も見かけた「みほちゃんず」と書かれたTシャツを着た中年男性が小さなエイドを用意して下さっていたので、水を頂く。「蒸し暑くなってきましたね」と会話する。韮崎市に入った。



釜無川に掛かる穴山橋（48.8 km / 11時49分）を通過。この先、歩道は広いが、何もなかったところが続く。コンビニはないが、自販機だけは所々にある。走っては歩いて休み、また走るのコンビネーションランに徹した。走った場合は周りのランナーより速いので追い越すが、また歩くと抜かれるパターンの連続が繰り返された。空の雲が切れ出し、少し陽が差すと暑い。途中、歩道横に置かれたポリケースの上に飴が用意されていたので、1

個頂いた。先にT武さんから頂いたものと同じ飴なので、T武さんが置いて下さったのだろう。この辺りの頭上に「東京へ155km」の表示があった。箱入りのロックアイスは口を少し開けてナイロン袋に入れてあるが、解けてこぼれ出すので大した給水にはならなかった。氷を2、3個帽子の中に入れて、頭を冷やす。反対側車線を大きな声で応援のワゴン車が走り抜けて行った。N野さんの車ではないかと思う。

韭崎市役所前(55.7km)を通過する。喉が乾くのでガソリンスタンド横の自販機に寄る。小銭がなくなったので千円札を入れると一部折れて入ってしまった。ヤバイと思ったら、案の定ランプも点かず、千円が“バア〜”となってしまった。山梨はダイドー自販機が圧倒的に多かったが、札を入れる前に気が付いた挿入口が古いタイプだったことも影響したのか。何もない釜無川沿いの道路から、店やコンビニの姿が見え始めた。前に上半身裸のランナーがいた。暑いのでランニングを腰に巻いていた。確か毎年参加している人で、いつも冠のような帽子を被っていたと記憶している。途中で幅の広い道路を横断し、右側歩道に出る。2003年にH切さんがエイドを出して下さったところだ。その下は草むらの河川敷だ。この先、国道20号線の坂のあるところで道路を渡り、左側歩道に進む。2回坂を上げればエイドがあるはず。少し勇気付けられた。2つ目の坂を上ったところで巨人軍団のN野さんと女性2人が逆走してきた。N野さんには「怪速亭、S原さんがいるね」と言われ、私に「誰だったけ?」とゼッケンを見られ、「Oさんか、頑張ってる」と激励して貰う。何度お会いしても名前を覚えて貰えない。いつものエイドの場所にエイドがない。一体どこ何だ。

甲府に入り、竜王町(62.3km/13時31分)は昨年よりだいぶ早く通過できた。第1エイドの「小作エイド(62.6km)」は今までより、400mくらい先だった。いなり寿司2個、梨数切れ、コーラ、缶ビールを頂く。エイドには10人くらいいたと思う。この辺りは暑かった。腹も膨れたので気持ちを切り換えて走り出す。道路は3連休でかなり渋滞していた。もともと甲府は毎年渋滞しているが、今年は相当な混雑に思える。信号にたくさん引っ掛かる分、休めたという気にさせてくれた。信号待ちでは座り込むこともあった。立っ



いても信号待ち、座っていても信号待ちだから。甲府昭和インター(67.5km)付近はできるだけ効率的にロスのないコースを進んだ。真正面の笹子峠は薄い雲が掛かっている。天気はどうなるのだろうか。この間は甲府の中心部で国道20号線の両脇は店だらけ。給水給食には事欠かない。マクドナルドがあったので、シェイクを買いに入ろうか迷ったがパスした。竜王に入ってからはずっと左側歩道を進んだ。ここは左側の方が食べ物屋は多い。身延線の高架を越え、例の如く走ったり、歩いたりを繰り返す。右側歩道上に大きなゼッケンを付けた人が歩いている。何をされているのだろうか?。黄色のウインドブレーカーの人が立っていて、誘導もされていた。更に進むとゼッケンの人を反対側車線の歩道で見掛けることが多くなってきた。

旧石和町は市町村合併で笛吹市(75.3km/15時22分)に変わっていた。石和温泉で有名なところだ。右側歩道に渡って進むとゼッケンを付けられているのはウォーカーのようだ。かなり若い方が多く、中年までの方がそれぞれのペースで歩かれているようだ。手にペットボトルを持ち、膝にテーピングされている人も多い。皆さん、かなり疲れた様子だ。どんどんウォーカーの姿は増えてきた。そのうちのひとりの方に聞くと、朝7時スタートで100kmウォーキング大会が開催されているようで、結構アップダウンも多いとのこと。大変だと話されていた。この辺りから国道20号線は高架が多くなるので歩道は本線と別の道になっている。歩道がない脇の狭い本線をそのまま進んでいるランナーもいた。疲れてくると安全に進まないと。ラブホテルの多い一宮御坂付近の歩道は間違えやすいので注意した。

一宮橋(80.1km)を通過し、更に進むと葡萄園が並んでいた。直売もやっている。この辺りからは日本の葡萄の産地だ。今年は通過時間が1時間ほど早いので左側にある「富士浅間神社」の赤の鳥居がはっきりと見えた。16時も過ぎ、だいぶヒンヤリしてきたのでハーフティズを重ね着する。セブンイレブンに寄ってカップラーメンを買って食べる。数キロでエイドだが、ガス欠が怖いので食べることにした。コンビニの前に座り込んで食べているとウォーキング大会のボランティアの方が寄って来て「大変ですね」と話し込んでこられた。「私は走ったり、歩いたりしていますから、走りとは歩きは使う筋肉が違うので、思うほど筋肉は疲れませんが、ウォーキングだけの方が疲れると思いますよ」と応えた。コンビニの横にはウォーキング大会のエイドがあった。その先、やや歩きが多くなった。間もなく勝沼だ。ここは葡萄で有名な町だ。歩道を進みながら、国道20号線の本線に入るタイミングを伺う。結果、かなり早く本線に入ってしまう、上り車線の脇を走っていた。しばらく行くと下り車線に2、3人にランナーが見え、そちらに移るタイミングを図り、何とか正常のコースに行けて、安堵する。ここは中央道のインターでそこを走

っているのだから危険行為だとはわかっているが。2回目以降、ここが自分の中では正規コースになっていた。

勝沼インター（86 km / 17時05分）通過。陽は完全に落ちていた。インター通過で疲れたので走れなかった。勝沼大橋を渡り、右に進むと2つ目の「水上葡萄園エイド（86.9 km）」が見えた。ここはいつも子供達が迎えてくれる。7、8人が休まっていた。E藤さんも先着され、毎年早くなられているようだ。カップラーメン、梨、菓子、缶ビールを頂く。足首が若干痛むので痛み止めも飲んだ。兵庫のA野さんと話すと甲州街道は毎年参加しているとのこと。ビールをたくさん飲んだと話されていた。タイミング良く、N野さんが年輩女性2人と応援に来られた。N野さんの連れの女性に上着の長袖部分を着けて貰う。ここでLEDライトを出した。17時33分にエイドを出発。ここからは上りが11 km余り続く。走れる時は走ってという気持ちで昨年より少しでも早く、第3エイドに着けたらと良いなあと思った。

旧街道、笹子峠へのT字路（90.5 km / 18時05分）右折までは今年は長く感じた。少し雨が降り始めていた。この先のために自販機2ヶ所で給水。民家がなくなると真っ暗闇の世界が続いた。上り坂が緩くなれば走ったが、歩きも大股で頑張って進んだ。小雨からやや本降りになっていた。天気予報通りだ。歩きやすいので歩くペースは上がり、前のランナーをどんどん抜かせた。上りだけで10人くらいは抜かしたと思う。石垣が左に見える。ペアピンカーブを必死で必死で進む。汗が流れる。前が空いてきたら、峠までそんなに遠くない。旧道に入ってから7.7 kmは長い。ようやく屋根のある休憩場が見え、すぐ先がトンネルだ。ここは標高1050 mあり、甲府から800 m上ったことになる。

真っ暗闇の中を吸い込まれるように「笹子トンネル」（98.2 km / 19時19分）に入っていた。風の通り道なので風が強い。ここからは大月市だ。トンネルを出た瞬間、小雨とガスの世界に変わった。ここ3年同じ状況だ。下りなので走ろうとするが、歩くことに疲れたのか、ダメージなのかももうひとつ調子が出ない。ガスで前が全く見えないので左端の白線を目印にLEDを照らしながらペアピンを進んだ。走っては少し歩き、また走るを繰り返した。後ろにライトの灯りが見えたが、下りでは誰にも抜かされなかった。車の音が聞こえ出したら、集落が近い。集落が見えた時、疲れて走れなくなっていた。第3エイドまでの5.5 kmも長い。



海宝さんのお迎えの中、3つ目の「笹子エイド（103.7 km / 20時00分）」に到着。5、6人の方が中で休憩されていた。K村さんの姿もあった。カレーライスを2杯、うどん、菓子、水を6、7杯頂いた。カレーには水が欲しくなるが、それにしても喉が乾いていたのだろう。甲州夢街道の垂れ幕がテント内にあり、著名な走友会や有志が「この大会のために応援垂れ幕を作ってくれた」と海宝さんは話されていた。私の後、数人が入って来られ、E藤さんの姿もあった。ちょっと食べ過ぎたので胃が張っている。エイドを出たところが国道20号線になる。昨年のように吐くと大変なので、しばらくは歩くことにした。雨が降っているとはいえ、昨年より時間が早い分、車が多いように感じた。ここは左側を進むのが安全なので足元を照らしながら進むが、LEDの光が弱いので見辛い。笹子駅は見落とした。雨が止む気配はない。内心、このまま降り続いて欲しいと思っていた。夜は風が収まり、湿度が上がるので私には辛い時間帯なのだ。特に1日で一番湿度の高い朝方は最も嫌だ。歩きが多くなってきたが、下りになると走った。この先、高尾までは小刻みなアップダウンの多い区間だ。路面温度は19℃を示していた。体感より低いようだ。

初狩駅前（112 km）を過ぎると水溜まりが多くなり、本降りになっていた。歩道で水溜まりにシューズを浸けてしまい、気持ち悪くなった。濡れるとテーピングのズレが心配になる。足元をしっかりと見ながら、慎重に進んだ。水溜まりがありそうなところは歩くことにした。大月インターを越えた辺りで右側歩道に誰かが立っている。気にせず、進もうとすると怪速亭の旗が、みゅうぽんだった。道路を横断し、話し掛ける。怪速亭キャップを腰にぶら下げていたので何となくわかったようだ。6月のビアガーデンで1度お会いしているのですぐにわかった。みきぽんの掲示板で大会のことで知り、走って山越えし、大月まで来られたそうで、17時に着いてからずっと待って下さっていた。もう5時間も雨の中で、驚いた。先頭は19時頃通過とのこと。プチトマトを頂いた。荷物は多そうで、こんな大きな物を背負って家から来られたようだ。ひろっさん、ふきこさんが来られるまで待つとのこと。先があるので御礼を言って進む。今度はいつ再会できるのか。大月の繁華街に差し掛かる。

大月駅前（118.1 km / 22時19分）通過。すぐ先の屋根のあるテーブルで2人のランナーは給食中だった。ここはダイエーだ。中に入り、イチゴヨーグルトを買って食べる。もう閉店前だった。雨は強くなったり、弱くなったりしながらも降り続いていた。徐々に右肩が痛くなる。またきたかという感じ

だ。猿橋駅付近でパトカーとすれ違おうと「危険ですから歩道に上がって下さい」とマイクで言われた。私は歩道を進んでいたのですぐ後ろのランナーに警告したのだろう。真夜中なのでわかりにくいですが、鳥沢は昔の街道の雰囲気を感じる家並が続く。

鳥沢駅前（124.6 km）通過。雨足はかなり強くなっていた。右肩の痛みが増す。手を後ろにやり、脇、肩を伸ばすストレッチを行うと幾らか痛みが和らいだのでこの先もこれを繰り返した。また雨に打たれているので喉の痛みも出ていた。この先で頭上の洞門工事が行われていた。この工事、いつ始まったかわからないが、2003年に走った時すでに行われていた。誘導指示に従って進むが、足元は水溜まりが多く、浸からないように気を付けた。工事区間のここだけ右側に広い歩道があった。強い雨は降り続いていた。

大月市から上野原町（131.4 km／0時17分）に変わった。昨年より1時間ほど早く通過できた。この間は少し走れた。もう25日だ。ずっとコンビニがないので後ろから追いついて来たランナーに聞くと「もう少し先に確かあった」と言われた。四方津にセブンイレブンがあったので、カップラーメンを食べる。空きっ腹になっていたのではばらくは凌げるだろう。左反母趾と小指、両足首が若干痛むので、痛み止めを飲んだ。ここでもS井さんとまた出会った。緩い下りが続いた後、長い上りに変わる。ここは笹子峠、大垂水峠に続くきつい上りだ。

両手を振って必死で上る。約1.5 kmくらいの急坂だ。中央高速高架下を越え、少し行くとガソリンスタンドがあり、ここが上り切りだ。上野原の商店街の歩道は目の粗い、水を吸い込むアスファルトだったので足に優しい。平坦なので走ろうとするが、疲れ果て走れなかった。この街灯は明るかった。再び中央道高架下を潜ると長い下りが続き、時々歩きを入れながらもできる限り走った。下り切る手前で神奈川県に入っていた。

藤野町（139.9 km／1時54分）だ。ここからはアップダウンが連続し、その後に大垂水峠が待っている。走ったり、歩いたりを繰り返しながら進むが、なかなか前に行っていないような感じを受けていた。雨はまた強くなってきたようだ。前後のランナーとも会わなくなり、刺激がなく辛い。藤野駅が左側にあった。歩道は狭いが歩いているので歩道を進んだ。セブンイレブンが見えたので、ポークフランクとコーンスープを買う。外に座り込んで食べているとバイクの男がタバコの煙をあたり構わずに吹き飛ばしている。こっちに飛んでくるではないか。夜中とはいえ、非常に気分が悪かった。相模湖インターのグリーン電光掲示板が見えてきた。えらい長く感じた。この先もアップダウンは続いているので、下りは走った。右の相模湖は雨で全く見えない。この間はところどころにあるラブホテルのネオンが眩しかった。

商店街のような雰囲気の中、左に相模湖駅（147.5 km）が見えた。これからは上りが続く。まだ街道らしい雰囲気のところを過ぎるとまたセブンイレブンがあったので、厚揚げを買う。雨の中で食べるが、今ひとつ喉への通りが悪く、半分も食べられなかった。胃が疲れてきたのかもしれない。とりあえず大垂水峠までは早く進みたいと思い、頑張って歩いた。歩道は右側にあるが、昨年同様に歩道はないが歩きやすい左側道路端を進んだ。雨足は強まる一方だった。道路左側は右から左へ斜めになっているので水が浮いた状態でシューズに水が被らないように被らないように注意を払いながら進んだ。寒くなってきた。路面温度は18℃を表示している。途中で自販機があったので、ホットコーヒーを買う。

峠の少し手前に大きな看板が幾つかあることを覚えていたので、その看板が見え、右に上って行くと標高405mの大垂水峠（153.9 km／4時27分）は終わった。相模湖駅から200m上ったことになる。今年はまだ真っ暗だ。昨年より1時間弱早い。22時間27分だ。この分なら24時間で160km行けそうだ。ここからは歩道がないので気を付けないといけない。ローリング族のような車が何台も下って行ったが、特に怖い感じはなかった。暗い割には車が多い。長い下り、足首がゴツゴツし、まともに走れなくなっていた。そして、下りに入ってから風が強くなってきた。台風の影響のようだ。何も準備してこなかったことを悔やむ。風と雨で寒くなってきた。今が一番寒い時間帯だ。走っては歩きの繰り返しで、明々とした満室表示のラブホテル街の横を通り過ぎると何ともいえない切なさを感じる。この辺りは走れなくなっていた。「ごん助」という囲炉裏焼の店の看板が目につく。「おかげさま」の印象はもの凄く強い。大垂水峠から下って4 kmくらいで右の道幅が広がったところで昨年は武蔵UMCの方がエイドを開いて下さっていたが、今年はなかった。足首の痛みは持つと思うが、痛み止めを飲まないで走れない気がした。この先、できるだけごまかそうと思う。それにしても向かい風が強くなる一方である。高尾山駅手前のファミリーマート前で知り合いを待たれているのか、雨宿りされている応援の方が3人いた。寒いのでカップとカップラーメンを買った。ラーメンで腹ごしらえをすまし、カップは初めて買ったので着方がわかりにくかったが、デイパックの上からカップを着込んだ。長いので膝が邪魔になった。

京王・高尾山口駅前（159.6 km）通過。赤の大きな鳥居が印象的だった。もう5時半で明るくな

っていた。ここからは歩道が広がる。町田街道入口までは結構走れたが、途中でカップを脱ぎ、タオルもデイベックに閉まった。すでに汗が出なくなっていたからだ。大汗かきなので、汗が出ないことは楽ではあるが、脱水が心配でもある。とりあえず軽装になった。この辺りから雨は小降りになっていて、止みそうな雰囲気変わった。しかし、向かい風は相変わらず強く、半袖にはなれない状態だった。身体が冷えているのだろう。

町田街道入口（161.8 km）を通過する。日曜日の朝6時前、まだ都内は静かだが、今年は以前より車が多いような気がした。この町田街道入口は161.8 km地点なので、24時間では162 km走ったことになる。これは自己最高だと思う。右側歩道を進む。空は相変わらずどんよりしているが、雨は上がった。このまま日本橋まで降らないことを祈った。この辺りは少し走れていた。もしかして32時間を切れるのではないかと樂觀視したのはこの頃だった。甘かった。西八王子駅の表示があり、その先で右に折れる。八王子辺りからは交通安全週間の関係か、信号のある交差点では警察官がいて、見張り役をしていた。昨年も、一昨年もそうだった。大会とタイミングが一致したためか？。この辺りは八王子の商店街で歩道も広く、屋根があったので、一旦腰を降ろし、ソックスを脱いでマメの状態を確認した。スタート前に貼ったテープは完全にズレていた。雨が降るといつもこのような状態だ。しかし、足裏にマメはなく、自分自身でも驚く。ソックスは左小指と外反母趾部、右足小指から血が出て、赤く染まっていたので、キズテープを巻いただけですんだ。足を見た時、ショックを受けた昨年と大違いで今年は「おお〜」といった感じだ。

ここからJR八王子駅前（167.3 km／6時53分）までは遠く感じた。信号待ちをしていたパトカーが急にUターンし、サイレンを鳴らして追い掛けた。何があったのかよくわからないが、違反があったのだろう。この先、パトカーと何台も出会った。その後、左折して浅川に掛かる「大和田橋」を越える。左前方にレトロというか、ヨーロッパ調のホテルらしき建物が見えた。目立つ色だ。携帯を見るとS谷さんからメールが入っていて、リタイヤと書かれていた。この辺りから緩いがアップダウンが繰り返しあった。日野市に入る。先ずは上りだ。もう走れない。日野自動車前を通過し、昨年この辺りでグロッキーになったことを思い出す。この先にJRの高架が見え、昨年吸い込まれた日野駅があった。国道20号線の歩道は駅の構内を通るような感じだった。この辺りは休むことに徹した。日野坂の下りは走れるかと思っただが、疲れと眠気で走れなくなっていた。眠たいと走れないのはいつものことだ。

日野橋（175.1 km／8時20分）から下を流れる「多摩川」を見ると河川敷内に舗装の道があり、ここを走っている人もいろいろいるんだろうと思う。私には平坦、景色変わらず、自販機なしはとても走れるようなコースではない。橋を渡り切るとT本さんの姿があった。リタイヤされたようだ。その先で右折して、国立市に入っていく。ここは右側歩道を進んだが、ひと2人がやっと通れるような狭い歩道だった。この辺りは道の脇に庭のある家が時たまあった。しかし、中は草だらけの家だ。お年寄りだけが住まわれているように思えた。またセブンイレブンがあったので給食と水分の補給を行った。今度はラーメンではなく、きつねうどんのミニを食べた。府中本町駅の案内があった。東京府中競馬場に一番近い駅のはずだ。競馬新聞を持った人がたくさん歩いている。確か、今は中山開催のはず。国道20号線沿いにはファミリーレストランが多いが都会の人は早朝からモーニングを食べに来る人が多いようで繁盛していた。この頃は失速が激しいので34時間くらいのゴールと読んでいた。

続いて京王・府中駅の表示が見えた。府中市に入ったようだ。その少し先でワゴン車が止まっていた。何とT澤さんご夫婦と奥さんのお母さんが私設エイドを開いて下さっていた。「お久しぶりです」と握手する。2003年さくら道以来だ。さくら道ではT澤さんからいつも元気を貰っていた。2003年は五箇山トンネル入口手前で抜かされたが、3000mの五箇山トンネル内では必死で走って追い掛けたものだ。小さな菓子風のパン、梨、ブラックコーヒーを頂いた。S井さんも到着。奥さんもランナーだが、いつも別行動されており、帽子を被られた奥さんとイメージが異なった。実物の奥さんはとても綺麗な方だった。奥さんのお母さんは2001年のこの大会で自転車の後ろに菓子を置いてささやかなエイドをして下さっていた。あの時、T澤さんはご夫婦で走られていた。「どこから来たの？」「滋賀からです」「琵琶湖の近く？」「そうです」「琵琶湖は良いところだね」そんな会話があった。男気溢れるT澤さんとの再会はとても元気を貰えた。

今度は調布市だ。道路が広くなり、「東京オリンピックマラソンコース折返し点」の表示があった。左側が開け、大きなスタジアムが見える。4年前は東京スタジアムだったが、今は「味の素スタジアム」となっていた。味の素がスポンサーとなったのだろう。ここは道路を横断できず、エレベーターを上って歩道橋を渡った。階段でも良いが楽しかった。降りる方は階段を下りた。下がタイルの広い歩道を進むが、若者が歩道幅いっぱい歩くので邪魔になり、人前でもあって走った。汗は高尾から出なくなっていたが、

その分トイレに行く回数が多くなっていった。

緩く上っている歩道を過ぎると中央高速の調布インター高架下（186.6 km / 10時30分）を通過。左に「電通大」のキャンパスが見える。足首がゴツゴツして走れない。その頃、道路を隔てた反対側の歩道を男女2人が逆走されていた。「頑張ってる」と言いながら走られている女性はH本さんだった。リタイヤされたようだ。トイレ回数は増し、ガソリンスタンドやコンビニがあればトイレに駆け込んだ。11時頃になり、腹が減ってきた。腹ぺこで日本橋には行きたくない。丁度、吉野家があったので入る。丼を頼もうか考えたが、「牛鉄鍋定食」にする。生卵に浸けて食べるすき焼きなので喉の通りもよく、ご飯も全て平らげた。水を何杯か貰い、上野原では1錠しか飲まず、効かなかった痛み止めを今回は2錠飲んだ。今度は効くだろう。

調布から東京23区に入った。緩い上りがあった。どこまで行っても仙川駅が見当たらない。交差点で立たれていた警官に尋ねると2つ先の信号のところと教えて貰う。京王・仙川駅前（191.8 km / 11時39分）通過。あと20 kmだ。向かい風は変わらないが、時々ま強くなったり、弱くなったりした。強い時は相当な風だった。頭上には高井戸という表示が何回も出ていた。高井戸陸橋を通過。その頃から痛み止めが効き出したようで身体が軽くなり、足首のゴツゴツ感も消えてきた。「これは走らないともったいない」と思い、向かい風でもできるだけ走った。走ったといってもすぐ歩いたが、少し行くと国道20号線の上を首都高速が走り、2層の道路に変わった。本当なら暑いはずが、気温はやや低く、風があって湿度が低いのは幸いだ。トイレの回数は15分おきくらいだと思う。走れるところは走ろうと頑張った。都内に入ってからあちこちでハッピー姿の男女が目についた。どういう祭りか知らないが、小さな御輿も出ていた。彼岸の祭りなのか？。「明治大」のキャンパスが道路反対側に見える。

明治大学前（198.3 km）通過。結構走っていた。しかし、すぐ信号に引っ掛かるので休めた。ここから新宿までは5 kmほどあるが、長く感じなかった。都心に近い。コンビニやファミリーレストランが建ち並んでいた。しかし、街が汚い。日曜日の昼過ぎだというのに歩道にゴミ袋が散乱し、道端の公園内ではハトがナイロン袋を突いていた。強風のあおりを受けていくつものナイロン袋が宙に舞っていた。この辺りに「代々木公園」の看板があったのでここから近いようだ。相変わらず、ハッピー姿の男女が目についた。御輿を担いでいる雰囲気はないが、御輿が道端にあり、縁が出ていたので酒を飲んで休憩されているのか。道路脇に「文化女子大」があった。なかなか立派な建物だった。新宿駅前が近くなる。見上げると新宿には独特の形をした高層ビルがたくさんあり、ビルの谷間にいるような感じになった。歩道は人が多いため、思うように走れないので、前が空けば走った。信号待ちも長い。そんな時、さくら道でお会いしていた電発のM本さんが逆走して来られたが、一瞬のことで声を掛けられなかった。若い男女の姿が多いが、何故か毛糸の帽子を被った若い男性の姿をよく目にした。新宿南口付近に来ると人の数が一気に増え、人混みをかき分けて進むことになる。

新宿駅南口（203.4 km / 13時36分）通過。もう8 km余りだと思ったら、ここからが長かった。少し下ったところだった。4年前に通った時、「歩道が継ぎ合わせみたいな感じで汚いなあ」と感じたが、今も何ら変わっておらず、レンガやタイル、色の違うコンクリートと日本の中心の大都会の姿かと思ってしまった。高層ビルと継ぎ合わせの歩道、何ともアンマッチな感じだ。何故か、新宿御苑方面に進んでいるようなので左折し、新宿通りの方へ出る。「新宿通りが国道20号線ですか？」と聞いても「よくわからない」と返事が返ってくるだけだった。大丈夫だろうか。トイレに行く回数が増える。10分に1回以上だ。皇居周辺はトイレがないので、今のうちに空っぽにしておかなくては。この付近のコンビニには客用トイレは設置されていないため、ゲームセンターや牛丼屋で用をすませた。4年前はこんなに牛丼屋はなかったと思う。そうそう4年前は道を間違え、新宿御苑内を紛れ込んでしまったのだった。ここから皇居半蔵門までは非常に長く感じた。歩道の路面が硬いのも疲れる原因か？。四ツ谷付近は緩いアップダウンになっていた。ここも辛かった。道路が曲がっているので半蔵門が見えない。ようやく皇居が見えて来た。小さな半蔵門も姿を現した。この辺りは歩道がややこしく、右側歩道から皇居を周回する歩道には渡れなかったので左側歩道に渡り、皇居側に渡った。スタッフかなと思う男性が2~3人いたが、皇居周回走を終えたランナーだった。

ここが「半蔵門」だ。あと4.3 km。皇居周回歩道には多くのランナーが走られていて、速そうな人が多かった。前に甲州街道を走られていた50歳くらいの女性の姿があった。名前はわからないが、誰かを待たれているようだった。声を掛けて貰ったので少し走るが、すぐに歩いた。新宿通りとは異なり、日本の政治の中枢部だけあって綺麗に思えた。少し行くと下り坂があったのには驚いた。皇居周回は平坦だとばかり思っていたからだ。永田町、霞ヶ関、前に見える煉瓦作りの建物は何なんだろう？。歩いていると「桜田門」手前で大会参加者2名が先ほどの応援の女性ら2人、そしてN野さんを引き連れ、5人でゴ

ールを目指されていた。思わず、疲れた身体にむち打って後ろに付いた。日比谷通りまでは走れた。その後、走られている前の5人は信号待ちで歩いたり走ったりしている私と変わらなかった。大手町を右折し、JR高架下を潜るとスタッフの「もう少しですよ」の大きな声が聞こえてきた。そして、また右折すると人通りの多い中央通り、首都高速高架下が日本橋だ。海宝さん、スタッフに迎えられ、ついに2度目の「日本橋」ゴール(211.9km)。タイムは33時間7分8秒だった。暖かく迎えて下さった海宝さんから完走メダルを頂き、握手。S井さん、M部さん、J定さん、momiさんの姿もあった。甲州夢街道のメダルの価値は100kmマラソンで貰うメダルとはひと味も、ふた味も違うと思った。距離とコースの大変さ。五街道起点、日本橋だからかもしれない。

S谷さんはゴールにいて下さった。第1エイド付近でリタイヤされたみたいだ。掲示板で知り合って初めてお会いする千葉のK野さんには「麒麟と獅子の欄干」でメダルを手にした写真を撮って貰った。去年は待っていて下さったのにリタイヤしてサウナに入り浸りと申し訳ないことをしたが、1年越しの初対面だった。先週の48時間走で300km越えされたM木さんの姿もあった。残念だったのは毎年、ゴールでお目に掛かれたちび黒さんとお会いできなかったことだ。おそらく仕事が忙しいのだろう。

O森さん、キョウダイさんはすでにゴールされていたが、お2人の背中を見ることができなかった。キョウダイさんはT澤さんのことを「最初、怖い感じの人と思ったが男気を感じる人」と話されていた。確かに初対面の人にはそう映るかもしれない。K野さんの差し入れしてくれた冷えたペットボトルを頂き、今度は味わって缶ビールが飲めた。どんどんゴールされる。日本橋は歩道なので人通りも多いが、日本橋ゴールには独特の雰囲気、味わいを感じる。過去2年完走できなかったからかもしれない。ぼくし〜さんはリタイヤされ、日本橋に戻って来られた。そうこうしているうちに17時前になり、ひろっさんとふきこさんが揃ってゴール。リタイヤされるとは思わなかったが、ゴールに姿が見えると安心する。富山のK田さんもゴールされた。68歳のK来さん、O野さん、ひまわり娘さんもゴールされた。お馴染みのN野さん、さり〜♪さん、T澤さんなどとお会いすると同窓会みたいだ。



S谷さんと17時半頃にタクシーで東京駅に向かう。タクシー代は1メートルですんだ。JR東京駅構内にあるサウナ「東京温泉」で汗を流した。水風呂も気持ち良かった。デイパックが擦れて腰はひどく皮が剥けていたが、大して痛くなかった。股ずれはいつも通りだ。マメができていないのも幸いだ。K田さんも交えて休憩室で食事。生ビールに定食、その後ラーメンも食べて腹一杯になった。うつらうつらしていると22時頃になっていた。22時30分過ぎに東京温泉を出て、ホームに行く。腰を降ろしてビールを飲んだ。そして、0時前の「ムーンライトながら」

に乗り、過去と同様に帰路についた。ムーンライト内では一晩寝ていないので最初は熟睡できたが、浜松辺りから電車が止まる回数が増え、眠れなかった。大垣には翌朝7時前に到着。すぐに網干行きが待っているのが都合だ。最寄り駅に着いてからは一旦帰り、荷物を置いて出社する。少し足を引きずりながら仕事した。足首のゴツゴツ感はかなり残るが、マメがないので歩くのは不自由しない。筋肉痛もほとんどなかった。雨が幸いしたのだろう。その週は金曜日までは走らずに休んだ。走ろうという気もなかった。脱力感もあった。

振り返ってみると「運が良かった」に尽きる。昨年、一昨年くらいの暑さなら、前半から相当な体力消耗だったと思う。暑いと身体全体が熱を持つので、マメもできやすい気がする。そして、珍しく足も腫れずにすんだ。今回履いたウルトラシマントLSRはいつも履くAYAよりゆったりだが、遊びがあり過ぎてマメや爪が死ぬことを心配したが、結果は逆だった。何はともあれ、日本橋にゴールできたことは嬉しかった。今年の完走者は過去最高で93人、完走率は51.3%と15~20%も多かった。結果的に条件が良かったことが、私自身にも幸いしたようだ。

(写真左は昨年の足、中央は今年の足、右は参加賞のワインと完走メダル)

