

## アイアンマン ケアンズ

2013/7/12 サブロー

私の初めてのアイアンマン挑戦が始まった。昨年秋に申し込んだ時点では体調不良で申し込むのもためらったくらいだが、そのうち戻ると期待して申し込んだ。無論その時点では完走できる自信はなかった。その直後バセドー氏病であることが判明し薬で改善、1月の若潮マラソンは5時間かかったが5月の霞ヶ浦マラソンは4時間15分と急速に記録が向上したこと、その後のバイク練習もいまだかつてないほどできたので、時間制限が17時間とゆるいこともありうまくいけば14時間くらいで完走できるのではないかと思えるようになってケアンズの海に入る。

水温は25度くらいでちょうどいい。新調したスーツは今までより浮力があって楽に泳げそう。真ん中くらいの位置でスタートを待つ。無理はせず100メートル2分くらいのペースで泳ぎ出した。バトルはほとんどない。波もない。無論苦しくもない。500メートルくらい沖に出ると少しいねりはあるが気になるほどではない。ところが1.3キロくらいで右ふくらはぎを蹴られたとたん痙攣してしまった。そんなにキックは使っていなかったのに。中にはこんなキックを打って最後まで持つのかとこちらが心配する位の人もいたが。ともかく腕だけで泳ぐしかない。幸い次第におさまってくれそう。浮力があってよかった。これなら少しはキックを使ってもいいかもと思ったのだが、ちょうど折り返しの1.9キロくらいで方向転換をしたところまた痙攣、リタイアの文字が頭に浮かんだ。腕だけに徹してその後はなんとか最後まで泳ぐことができた。2.5キロくらいで排尿、超気持ちいい。襟元のこすれには悩まされた。今度のスーツは大丈夫と勝手に思っていたのが間違いだった。海の素人で曲がってばかりだが、とにかく苦しくない程度に泳いだ。にキックをつかえなかったので上がった時点では1時間30分を少し過ぎていた。

陸に上がって驚いたのはよくなったと思っていた右ふくらはぎが全然だめで走れないこと。びっこを引きながら更衣室へ。バイクがこげるか心配になる。手伝ってくれる人がいたのには驚いた。でもそのせいか手袋がない。レース中観察したらしていたのは1割くらいだった。

バイクスタート。思ったほどバイクには支障はないようで引き足中心でこぐ。時速30キロ前後でやはり無理せず行く。でも行きは追い風だからもう少し出すべきかもしれない。パンクの人、チューブやポンベを落とす人も結構いた。パンクはしませんように祈るだけ。道路はキャプテンクックハイウエーとある。

このあたりの海で彼の船が座礁したと聞いたような気がする。泊っているホテルの近くの立像はクック船長らしい。50キロくらいまでは周りに同じペースの人が何人かいた。審判のバイクは頻繁にみる。ドラフティングしても私のレベルでは捕まえないかもしれないがあえてすることもない。40キロくらいでそのまま排尿。その後一度はトイレに行ったが大体はそのまま排尿した。

コースは緩やかな、一部中ぐらいの坂がある特徴のあまりない道が続く。下り坂で右ふくらはぎのストレッチをする。まだ痛い。走れるだろうかとまた不安になる。道には蛇や名前のわからない動物が車に押しつぶされて皮だけの標本になったような死骸が結構ある。時々海沿いの道で太平洋を見渡す。50キロくらいで早くも先頭の選手とすれ違う。もう帰ってくるのは変だ。この理由は後で判明した。ポートダグラス折り返し手前15キロくらいのサトウキビ畑の中の風の通り道、反対側はきつそうにこいでいる。帰りは大変だ。

ポートダグラスの折り返しは小さな町に入ったと思ったらあっけなくきた。しつこいほどスローダウンの指示があったがその理由は後で判明した。ヨッシーがここで転倒したのだった。この時点でまだ70キロ、ということはそのまま帰るのではなくどこかで折り返すのだろう。それで先頭と早めにすれ違ったのだ。今度はアゲンスト、さきほどの畑の中は特にきつく15キロも出ない。なかなか折り返し点には着かない。林さん、ネコさんの友人、に追い越された時少し話ができた。モトさんらしき人は一度見た、隊長らしい声で、頑張れ、を聴いたが姿は見えず。ところが二度目の向かい風のサトウキビ畑が終わった時点、左の土手の下にヨッシーと二人のスタッフがいた。バイク壊れちゃった、と言っていた。偶然ちょうど反対側には還暦さんが通過していた。少し過ぎてから怪我がなかったかを聞くべきであったと反省した。向かい風で平均時速は25キロ位になった。奈美さんにも追い越された。ジェシカさんは私の20キロくらい後にいそうだ。そういえば石島さんは見かけないな。奈良島さんとは何度かすれ違った。パナさん、ブチコさんとはなぜ会わなかった。おたがいスピードが出ないとわかりやすいようだ。

140キロすぎから急速に疲れがきた。向かい風もあり22キロくらいしか出ない。人はまばらなのに時々抜かれる。179キロすぎてもゴールはまだ見えない。181近くなってやっと着いた。バイクのゴールが途中にある変則的なコースの理由は常に貿易風、つまり東南の風が吹くためその影響を少なくする配慮だろう。

パンツをラン用に、靴下は五本指ソックスに履き替える。これから夜でサングラスはいらない。帽子をかぶる。トイレに行く。一つだけあいていたのでドアを開けたら若い？女性が座っていた。目をそらしてあわててドアを閉める。彼

女はかなり切羽詰まっていたのだろう。

ストレッチをしようとしたら大腿が痙攣しそうで止めた。走りだすと案外走れそう。ふくらはぎも何時の間にか治っているようだ。2キロまで14分ちょっとで走れた。これなら20キロくらいまで走れるかもしれない。呼吸、心拍は全く問題ないので後は筋肉がいつまでもつかである。

コースは地図で見ただけでイメージはわからない。10キロは70分とまずまずのペースで通過した。真っ暗で赤いコーンも見えにくい。車から若者が大きな声で応援するが、まるで脅かされているように聞こえる。20キロまで走る予定が16キロのエイドで立ち止ったのをきっかけに歩き始めてしまった。それからは走る、歩くの繰り返しとなる。空港の脇の道を一人歩く。前方100メートルに一人、後方は誰も見えない。大きな鈴で応援する人がいて何の鈴かと聞いたらかウベルと教えてくれた。明日はステーキを食べよう。そのうちに小さな公園の中の道みたいところをとぼとぼと走っていたらUターンする人がいて急に走る人が増えた。しばらくしてこれが市街地の海沿いの公園内を折り返して走るコースに入ったことによりやく気がついた。かなり判断力が低下している。突然横浜鉄人の赤い旗を発見、応援団にあいさつ。前方に船とホテルの明るいライトが見える。あそこまで行って帰って行って帰ってそのあとゴールになることが理解できた。まだ24キロくらいある。5キロかける5回弱あるわけだ。

繁華街の花道には大勢の観客がいて、しきりにAKIRA、AKIRAと応援してくれる。漫画の主人公でアキラはなじみがあるのだろう。何十回言われただろうか。まだまだゴールではないが沿道の人、子供が多かったが、とタッチする。私のゴールの時は夜が更け雨も降ってきたせいか人はまばらになってしまった。スイムスタートが7時55分だからなんとか55分前にゴールしたかったが、息や足は大丈夫なはずだが走る気力がわからず、人垣のあるところだけ走るような状況が最後まで続いた。

両手をあげてゴールした。記録の表示があったことは後の写真で知った。15時間3分、目標より一時間はオーバーしたが完走できたことが目標であったので満足。やはり長かった。14時間が目標であったが、トラジションの20分、痙攣でスイムは10分ロス、バイクとランあわせて30分くらい予定よりかかった感じだった。

10年来の夢がようやくかなった。バセドー病になったおかげで返って体調がよくなり完走できた気がする。思えば5年くらい前からなんとなく体が重かった。誘ってくれた松岡さん始めバイク練習の仲間のおかげで完走できたことは言うまでもない。皆様ありがとうございました。