

とっても素敵なAPOC（アジア太平洋選手権）

深沢博子・皆川美紀子

7月にカナダで開催されたAPOC（アジア太平洋オリエンテーリング選手権）には、日本からはアメリカに次ぐ52人が参加した。

フカヒロの愛称で親しまれている深沢博子と皆川美紀子の農工大コンビがレポートする、素敵なカナダのオリエンテーリング。

はじめのきっかけ

「APOCに行ってみたーい！」と思ったのは、宮城県の全日本大会会場で、大会アピールにいらしていた方からピンバッジを頂いた時でした。それが、とってもかわいかった！いえいえ、決してモノに釣られたわけではありませんよ、多分…。でも、そんな単純なきっかけで、APOCの存在と、それがカナダで開催されることを知ったのでした。



▲ラストコントロールに力走する深沢博子（東京農工大OG）

とにかくレース楽しむぞ！

日程の関係から、カナダ個人選手権（Day2）APOC リレー、アジア太平洋個人選手権（Day3）カナダショート選手権（Day4）の4レースに参加しました。せっかくの海外遠征、是非エリートクラスを走ってみたい！と思っていたのですが、今の体力でいいパフォーマンスが出来る自信がなかったので、メインのアジア太平洋個人選手権（Day3）だけ、エリートクラスにチャレンジすることにしました。しかし、このアジア太平洋個人選手権にだけにレース意識を集中させて走ろうとは思ってなくて、すべてのレースにおいて、手続きをしっかりとし、とにかく楽しむぞー！という気持ちで臨みました。…のですが、なかなか思うように行かないところが、私のオリエンテーリング…。

カナダ個人選手権（Day2）

W21A 4,170m up130m

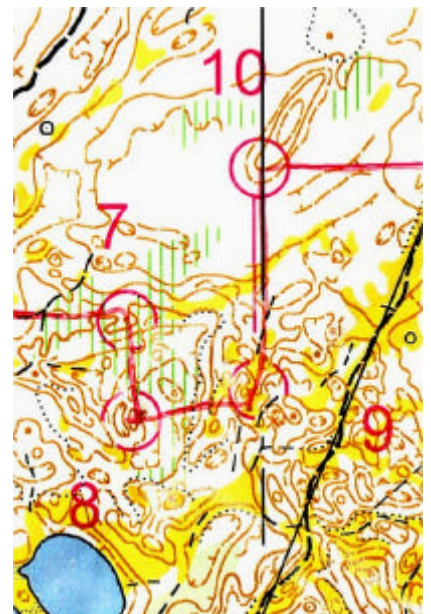
カナダに到着した翌日で、時差ぼけなのか、スタートまでけだるさがなかなか抜けませんでした。このテラインは

勢子辻に似た微地形があるところだったので、細かい地図読みと正確な直進を意識して行きました。しかし、徐々にプランと動作が粗くなって中盤で直進ミス。微地形が読みきれずリロケートにも時間がかかってしまいました。その後も同じようなミスを繰り返してしまい、結果は散々。初日から反省の多いレースになってしまいました。

（編集者註：勢子辻とは、富士山麓のテレインを指す。2000年のワールドカップに初登場。その微地形と正確な地図表記が特徴的で日本を代表するオリエンテーリングテレインである。）

APOC リレー

難易度が上がるほど距離も長くなるAPOCリレー。当初、あみだくじで4走の最も長いコースになってしまったのですが、やさしいメンバーに恵まれ、再考により3走になりました。テラインは前日のカナダ個人選手権と同じ場所でした。前日の反省を活かして、地図読みと直進、動作を丁寧にすること、それだけを



▲カナダ選手権 Day2 の地図

微地形が多く似たような地形が広がるため、一度現在地を失うとリロケートに時間がかかるテレインである。

なお図のルートは三浦選手のもの

意識していました。このテラインにはオープンが多く入り混じっていて、遠くからでもその植生界がきれいに分かります。視界を広く持つことの大切さを、改めて感じたレースでした。

アジア太平洋個人選手権

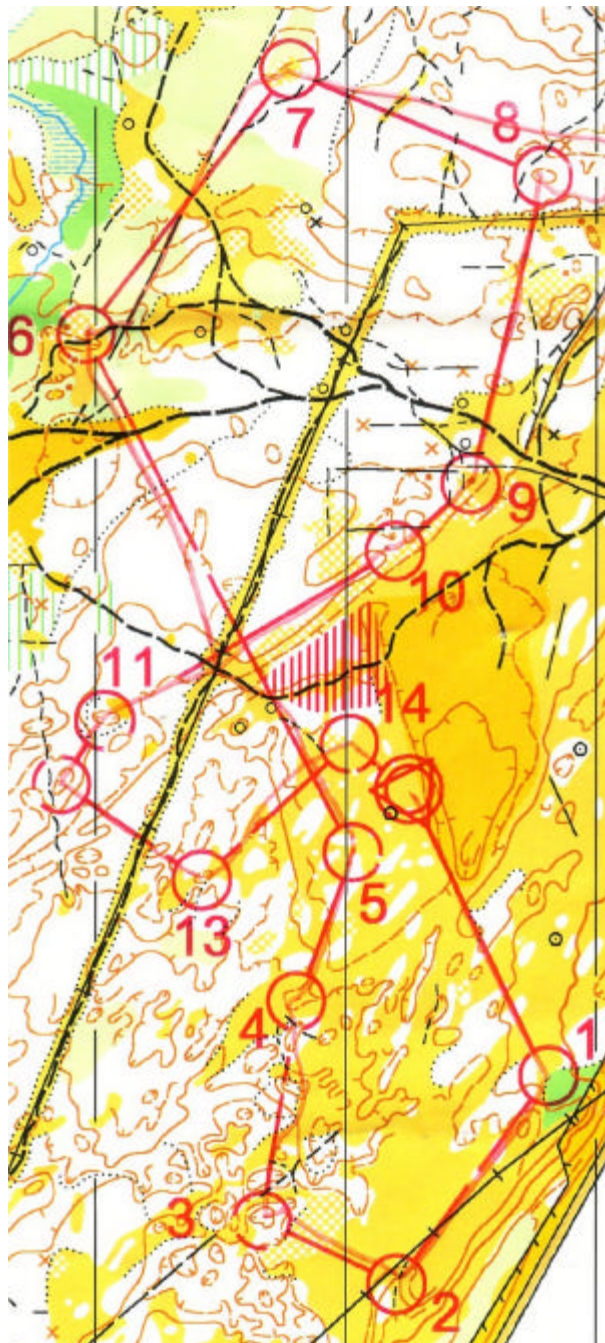
(Day3) W21E 8,260m up115m
「今日はエリートなんだ」と、スタート前から妙に意識して望んでしまいました。このテラインは、秋吉台を草原にして森林を点在させたような、ぼこぼこ地帯が広がり、リロケートが難しい似たような地形が多い所でした。ミスを防ぐ為に、丁寧な地図読みによるイメージ、マップコンタクトを多くする、歩測を多用することを考えて臨みました。一方で、出きれば追いこんでスピードを出したいと思っていました。しかし、結果はペナ。1番ポストまではテラインに慣れず、立ち止まって確認する箇所があったのですが、2番からは思い描いたように地形が出てくるいい感じで、スピードも上がって快調だったのが災いして、オーバーペースになったのが原因でした。悔やんでも悔やみきれないレース…。スピードを上げて追いこんでも、頭が飛ばないようにトレーニングをしないといけないと痛感しました。ただ、救いとしては、いいラップが取れている箇所がある事。それによりペースの目安が掴めたので、今後は、そのペースで走りきれる様に走力をつけたいと思いました。

カナダショート選手権

(Day4) W21A 2,670m up30m
レース最終日。この日のテラインは、藪っぱい湿地帯がある所でした。ショートなので少しのミスが響くと思い、直進と歩測を丁寧に、プランは明確に、「？」と思ったらすぐに止まることを考えて臨みました。しかし、この日も中盤で直進ミス連発。結局、最後まで会心のレースが出来ずに終わってしまいました。

カナダでのAPOCを終えて

レースはそんな感じで終わり、内容としては反省と課題の多いものでした。しかし、とても面白い遠征でした。テラインはどれも異なった特長を持っていて、カナダのテラインはどれも魅力的でした。当然日本では考えられない様な微地形やフラットな地形、オープン、湿地帯がテラインの大部分を占めていて、それを体験できたことは、海外に来た甲斐があったと思うものでした。



APOC カナダ
リレーの地図

この地図とコースも
三浦千鶴選手より編
集者が入手したもの

また、そんなテラインに、こてんぱんにされてしまったこと、海外選手の足元にも及ばなかったこと、それはとにかく悔しくて仕方がないけれど、一番面白かったです。

海外遠征って、面白い！会心のレースが出来たら、もっと面白だろうな！そう思って、もう既に次の海外遠征をしたくてたまらなくなった、そんな APOC 2002 in CANADA でした。

* 追記 レース以外もカナダはステキ
APOCへは、96年度入学同期会である桂の会で参加しました。せっかくカナダに来たんだからレース以外も楽しまなくちゃ！というメンバー一致の会場で、

カナダの長い日照をフル活用。レース後や休日は思いきり観光、夕食は名物を美味しいところで…と、カナディアンロッキーの大自然と、その恵みを大満喫しました。レース開催地が観光地周辺だったことは、本当にラッキーでした。人生で初めて左ハンドルを経験して果てしなく続く一本道を運転したり、言葉で言い尽くせないくらい美しい景色を堪能したり、あちこちで鹿やリスに出会ったり、ラフティングでロッキー山麓の水を飲みまくったり…こちら、日本では考えられない自然の雄大さに大感激でした。レース以外も、カナダはステキでした。

(深沢博子：東京農工大OG)



▲ アジア太平洋選手権終了後の katsura メンバー。写真提供は西脇君。

APOC の感想

東京農工大 OLC 皆川美紀子
私は今回、農工大 OLC の OG である深沢博子さんにお誘いを受け、7/6-7/14 にカナダで開催された APOC という大会に行ってきました。海外遠征は初めての事なので、不安もあったけれども、すごく楽しみでした。しかもカナダというところが素晴らしいです。行ってみたいと思っていた地にオリエンという目的をもって行けることが、すごくうれしかったです。前日は興奮のあまり寝れなかったと言いたいところですが、準備に追われていました。前日は壮行会してくれた農工大 OLC のみなさんありがとうございました。

APOC に出て最初おもしろいと思ったのが、まず靴を消毒（外から菌を持ち込まないため）し、いつもホイッスル持って（危険な野生動物と遭遇したら吹く）やるってところです。カナダの自然の豊かさをうかがわれました。プログラムにも野生動物と遭遇したらマニュアルがあったが、「本当にそんなにいるのかな」と疑っていました。

が、動物さんはいました。私は今までオリエン中に動物に会った事がないのですが、今回は2種の動物と遭遇しました。シカとリスです。ブラックベアーじゃなくて本当に良かったと思います。感動でした。特にリスはまるで絵に描いたようなかわいさで、私を魅了しました。オリエン中だけでなく、道路とかにも野生動物が出没するので、車に乗ってい

てもカメラが手離せなかったです。どんな些細な事でも、私にとって大きな発見であり、毎日毎日いろんな発見や感動の渦で充実していました。

さて、カナダのテレインはというと、やはり日本と感じが全然違いました。3ヶ所行ったのですが、どこもおもしろかったです。日本のような激斜の山って感じではなかったです。1日目は微地形で、穴とピークがごちゃごちゃありました。海外遠征初レースからすごく難しいので、いっぱいいっぱいでした。2ヶ所目はオープンと藪の塊がすごくはっきりして、ピークがぼこぼこある感じでした。ここではたいへん視界が開けるところがあり、地平線なんて見て感動しました。3ヶ所目も微地形で、つぼって湿地にはまり込み（乾季なのでしょうか、湿地でも水分が乾いてました）大変な事になりました。虫に取り囲まれてしまった。

クラスはすべて W21A に出場したのですが、難しいものばかりでオリエンやっている、という充実感がありました。つぼった時は、似た地形ばかりでどこにいるのかわからないし、「どうしたらいいんだ」とへこみました。ホイッスルでも吹いてみようかな、という気になったりしつつも、野生動物を見て、元気が出たりしながらカナダのテレインを満喫しました。難しいコースをできると、つぼったりしてへこむけれど、次のためになるし、

やりごたえがあるので大変満足でした。

APOC ではリレーもやりました。リレーは200人あまりの一斉スタートを体験できたのが良かったです。私はリレーでよく1走をやるのですが、日本でやるのとは違いました。説明しがたいのですが、まず回りのテンションの高さに驚きました。そして、みんなスタートと同時に爆走してくのに驚きました。あの速さには追いつけませんでした。すごいと思いながら自分のペースを作ることに専念しました。良い経験ができたと思います。

オリエンももちろん楽しみましたが、観光もしてきました。カナダはとても自然豊かなところで、綺麗な景色に心打られました。特に、湖がたくさんあり、色が本当にきれいで感動でした。是非みなさん機会があれば、見に行ってください

今までいろんな大会でオリエンをやってきましたが、こんなに楽しんで充実した遠征は初めてです。APOC で経験した事は私にとって大切な宝物になりました。これからもこの経験を胸に頑張っていこうと思います。きっとこの楽しさはうまく言葉にするのは難しいでしょうが、今回経験した楽しさをみんなに伝えていきたいと思います。海外遠征をして得るのは数知れず。なんにでもチャレンジし、いろいろな経験をつむことの大切さを感じました。

最後になりましたが、APOC をともに過ごした、ひろさん、久世さん、西脇さん、大変お世話になりました。

（東京農工大 OLC 皆川美紀子）