

Fast life, slow life

村越真のオリエンテーリング日誌 2008 年 8-9 月

授業のない夏は、講習に研究。そしてもちろんトレーニングだ。トランスジャパンアルプスレース（魚津－静岡 420km を、アルプスを越えて走破するレース）の応援は心身ともに鍛えられ、刺激を受けた。

■トランスジャパン応援ツアー

8月2日

OSJ（アウトドアスポーツのフリーペーパー）の湘南クラブハウスでロゲイニングのセミナーを依頼された。やぎ君（柳下）と二人で実施。「え？走らないんですか？」の参加者の声に、急遽暑中、外での実技を実施。かつてワンダラーズの地図で名を馳せた双子山も近い。「春にロゲイニングのイベントやりたいですね」と OSJ の滝川さん。新たなロゲイニングのファン層が開拓できそうだ。夕方、東京でやぎ君、利佳ちゃんと、北アルプス縦走用品を揃え、行程の打ち合わせ。

8月9日

夕方、ランニングを兼ねて近所の船越公園に公開講座資料の写真を撮りにいった。写真撮影が終わるころ、激しい雷雨が始まったが、そのまま日本平山頂まで走る。立場し雷にやられるわけにはいかないが、夏場の雨は涼しく、気分もワイルドにしてくれる。夜、トランスジャパンにでる正人と奈緒ちゃんから、「ゴールに来てくれるなら着替えなどの荷物送っていいですか」のメールが来る。420km の試練に臨む選手のサポートをささやかながらでもできることが誇らしい。

8月11日

松本で前泊して、トランスジャパンの応援のために朝一番の松本電鉄で上高地へ入った。10 日の真夜中 0 時に魚津を出発した選手たちのトップを走るのであろう田中正人は、計算では 8 時ごろに上高地に降りてくるから、上高地から槍ヶ岳へ向かうどこかで会えるはずだ。

電車の中でハートレートモニターを装着している人物がいた。歩き始めると僕らとほぼ同じペースである。ただ



▲トランスジャパンの応援の北アルプスツアー。槍の肩の小屋に上がるとおなじみノースフェイスの田口氏が。

者ではあるまい。追い抜かれる時に声をかけてみたら、案の定トランスジャパンの紺野選手を応援しにきたという。2 年前の大会で、間瀬選手の家族の応援が度を超えていたというクレームから、今年は選手との併走や食料の提供はもちろん、ポイント応援も禁止となってしまった。そう言われても、出場者の仲間たちは、アルプスの随所に入り込み、彼らの動きに注目していた。

田中正人には、予定通り徳沢で 8 時に出会った。まだ行程の 1/4 しか来ていないのに、へたっていた。現時点ではいいペースであることは間違いない。残り約 300km、このペースを維持できるかだ。その後、槍ヶ岳に向けて 6 名の選手と出会った。トップと中堅層との差は大きく開いている。ヤマケイのカメラマン柏倉さんともすれ違う。

槍の肩の小屋にはノースフェイスの田口さんがいた。10 日 0 時のスタートを見てから昨晚ここに泊まったという。話しながら休憩していると、間瀬さんがやってきた。「下、ランパンですから」といって、やおろタイツをおろし、キネシオテープを張った。間瀬さんの通過が 15 時。アルプスの常識なら泊まりを決める時間だが、あいにく槍のテン場は満杯で、予定通り双六小屋に向かう。今日はピーカンに晴れた訳でもない。雷雨はないだろう。

西鎌尾根の入り口で飯島さんと出会

った。「応援禁止」を強く唱えた飯島さんも、出会うと嬉しそうに数分話し込んでいった。利佳ちゃんはわざと「あら、飯島さん、偶然ですね！」と声を掛けていたが、僕は最初から「がんばれ」と応援するつもりだった。確かに彼らは誰の助力も借りず、一人で 420km、アルプス全山縦走という偉業に挑んでいる。しかし、それができるのも、登山道を開き、山小屋を営む人がいればこそだ。ならば応援を受けることなど 420km の自力走破の前には取るに足らないことだろう。そして、彼らの偉業に誇りを感じるのには彼らだけではないのだと知ってほしかった。

長丁場のレースだ。選手も止まる機会を欲している。自分たちの行為の意味を理解してくれる人と話もしたいのだろう。その後も、続々と選手たちとすれ違う。すでに雨が降り始めてブルーな気分になりかけている時間帯だけに、僕たちも選手たちも、ほんのちょっとだが気休めになったようだ。雨の降り始め、僕はまだ短パンで歩いていたが、ある選手には、「脚冷やさない方がいいですよ」と逆に気遣ってもらった。後で、このレースの主催者の岩瀬さんだと知った。

予定通り 18 時すぎに双六小屋に到着した。奈緒ちゃんはまだ到着していなかったが、加藤さんと実井さんが到着

して、カレーを食べていた。加藤さんに「大変ですね」と声をかけると、「私ら、趣味ですから。村越さんこそお仕事忙しいようで・・・」と労わられてしまった。後で川越でオリエンテーリングをしていたと知る。

双六のテン場は縦走路から少しひっこんでいる。テン場に入ると奈緒ちゃんの通過を見逃してしまいそうで、冷えつつある小屋の前で夕食を作っていた。1時間以上たってから双六岳のほうからLEDの明かりが二つ降りて来た。こんな時間に移動するのは選手くらいだ。どん尻の奈緒ちゃんと平井さんだった。19:30。このまま進めば制限時間までに上高地にはいけそうだ。



上：11日19:30分、双六小屋になおちゃんが現れる。夕食で休憩すると彼女はすぐに上高地へ向かった。

選手全員に会って、この縦走の第一の目的は終わった。後は自分たちの行程を楽しむだけだ。毎日夕方には雨が降ったが、雷を伴わないかわいものだった。2日目は薬師平、3日目は五色ヶ原まで進んだ。2日目の朝には一度は見てみたかった薬師岳から南東尾根を見た。昭和30年代に愛知大学が大量遭難を起こした現場である。吹雪の中とは言え、地形的にも方向も違うこの尾根にどうして深入りしてしまったのだろう。もう一度、吹雪の中でここに立ってみたい。

2日目はオリエンティアやらアドベンチャーレーサーやらいろいろな人に会った。後から知ったことだが、高野由紀ともルートが二股に分れるところですれ違っていたとか！

3日目の後半のスゴ乗越から4日目の立山山麓の室堂までは、アップダウンが多く、予想以上に時間がかかった。4日目の朝9時すぎに室堂に到着した。遙かに軽い荷物だが、僕らが3日間かけて歩いた行程を、トランスジャパンの出場者はたった1日で走破する。イメージの中でしかなかった彼らのすごさが実感できた。

■ 8日間の非日常

8月15日

山の疲れを解消する爆睡で気持ちよく目覚めた。予定では今日の昼に田中正人は静岡市の大浜にゴールだが、上

高地で見た疲れ具合からすれば、早くても夕方だろう。たかをくくって、預かった荷物を家に置き、自転車で大学に向かった。

10時少し前にすーさん（正人の奥さん）から電話があった。正人が静岡駅を通過したという。至急家に戻り荷物をとってゴールへ向かう。ゴールには少し間に合わなかったが、荷物と差し入れが必要な時間には間に合った。4年前、ゴールにはなにもなかった。それが今回は、「トランスジャパンアルプスレース」の立派な横断幕が静岡には珍しい浜風にはためいていた。

ゴールにいた年輩の夫婦に自己紹介すると、彼らも自己紹介を返してきた。「高橋香の父親です」。高橋さんは2年前のレースの数少ない完走者の一人だったが、昨年のトレイルレースのスタート後、心不全で亡くなった。ご両親は登山はされていたが、ご息がどのようなスポーツをしていたのか、この時初めて知ったという。お世話になった人への恩返しのつもりで、今回エイドとゴールでサポートをしたという。彼らの手作りの横断幕は、スポンサーの立派な横断幕よりもゴールに到達した選手の心を打ったことだろう。



▲西岡・湯川両選手もゴール。横断幕は故高橋さんご両親の手作り。

翌日も僕は朝夕ゴールにいた。朝には駒井さんがゴールしてきた。この距離を走ってきて太平洋に脚を着ける瞬間の感慨の大きさは走らない者の想像を超える。その瞬間にも、彼はおっかけてくる小さな息子さんの手をとってから波打ち際に行った。420kmを完走するには、熱いスピリッツとリスクに対する冷静さが必要なのだろう。



▲駒井選手、感動の太平洋へのゴールシーン。子どもの手を引くことを忘れない冷静さもレース完走の鍵である。

16日の夜には間瀬さんがゴールしてきた。トレイルラン界の女王・間瀬さ

んのゴールには多くのギャラリーが集まってきた。ほぼ満月の夜に間瀬さんはゴールしてきた。二人のお子さんと旦那さんも出迎えている。「お母さん、どっちがいい？」と差し出されたペリエとビール、間瀬さんは迷わずビールを取った。レースのさなか、安倍川沿いのおいしそうなパスタ屋でパスタを食べて、子どもたちへのおみやげのチョコレートを買ってくるのが間瀬さんらしい。

本来競い合っている選手たちの絆にも心を打たれる。ブログに「出場した故高橋選手…」と書いたら、ある選手から、「完走したと書いてほしい。参加者が少ないあの年の完走には特別な価値がある」と。仲間への思いが伝わってくる。



▲最終日の夕方、西岡・湯川両選手がゴールに向かって走る。左で手を振っているのはすでにゴールした間瀬さん。

8月17日

南アルプスに入ると、携帯がほとんど通じないので選手の動きは全く分からない。井川のチェックポイントから公衆電話があって初めて、あと17時間前後でゴールすることがわかる。奈緒ちゃんが昨日の夕方井川に降りたというウェブの情報があった。17時間前後を見計らってゴールに駆けつけてみると、奈緒ちゃんだった成績は星野さんになっていた。その後も奈緒ちゃんの様子は本部にも入らず、居合わせた皆をやきもきさせた。高橋さんが「ケガしていなければいいが…」という。僕は「ケガならいいんですが…」と返す。トランスジャパンはそんなレースなのだ。昼すぎに、井川でリタイアの連絡がはいった。歩くことはできるが、制限時間に間に合わないためのリタイアということらしい。井川方面に出向いている間瀬家族とは連絡が取れないので、僕が迎えに行くことになりかけたが、既にゴールして、車で戻ってきていた館本さんが、ちょうど富士見峠にいたので、彼に迎えにいらっやうことになった。

西岡さんと湯川さんが制限時間まで7時間を切ったところでゴールした。彼らも荷物を放り出して、太平洋に身

体を浸しにいった。間瀬さんがさりげなく、無造作に放られたザックを起こしてハイドロの吸い口に砂が着かないように置き直していた。

部分的にだが行程をともした。こんなロマンに満ちたレースが、自分の住んでいる街をゴールにし、選手たちがそこを目指して遙か彼方から走ってくる。アウトドアを愛好する静岡市民として、これ以上の名誉はない。市民を代表するくらいのつもりで毎日朝夕ゴールに向かいだ。

ほぼ全ての人のゴール集結が見えた18時ころ、選手たちは銭湯と打ち上げにいくことになった。岩瀬さんから「一緒にいきませんか？」と誘われた。嬉しい誘いだったが、丁重にお断りした。今日の夜行で東京にいき、明日朝一の飛行機で富山に出張することになっていたのだ。8日間の非日常が終わり、久しぶりの夜行列車で僕は東京に向かった。

■ありふれた生活

8月19日

同僚の臨床心理士と公開講座を開催した。昨今、学校は様々な事件・事故にさらされている。それ以上に実技・体験活動における事故、死亡は多い。中には、明らかに学校側の危機管理意識の低さ、リスクに対する考え方に問題のあるケースもある。野外活動に関与している以上、リスクは常に頭に無ければならない。40人以上の教員の参加を得て、こちらも考えさせられる講習となった。



▲大学の公開講座「学校のリスクマネジメント」。大学教授は夏休みも働いているのだ。リスクとナビゲーションは、語源的にも切っても切れない関係にある。

8月20日

来年度から教員免許の更新制が本格実施となる。今年はその試行で、200名を100名づつ2クラスにわけて、それぞれ1日づつ教育心理学の最新の話題を提供した。いくら教育学部の大学教員だからといって、教育心理学全ての領域に精通している訳ではない。最新の話題というLDやADHDから学校における生徒の居場所といった臨床的な話題もカバーしなければならない。

それを一人でカバーすることなど土台無理な話なのだ。夏休みで一番憂鬱な二日間をすごした。3日間連続の講習で、くたくた。

8月23日

久しぶりに家族で外食することになった。子どもとチャコはサッカーの試合で先にでかけた。僕はあとから日本平を越えて静岡の中心部まで走り、駿府公園で水浴びしてトイレで着替えた。8月だというのに、涼しい雨が気持ちよい。

8月28日

岐阜へ2010年のアジア選手権の打ち合わせに出かける。岡崎市内に大雨洪水による全戸避難勧告の出た日、行きの新幹線は奇跡的に僕が駅に到着して20分くらいで動き出し、帰りの新幹線は全く遅れ無しで動いていた。無事帰宅。アジア選手権の先行きを暗示しているのだろうか。

8月29日

6月に行く予定がキャンセルになってしまったキャラバンクラブに行きたくて、休みをとって東京に出かけた。山岳耐久まで一月強。レースに使うイノベイトのトレランシューズを買っておきたかったのだ。巣鴨駅のそばにある同社のショップは、土日は休み。夜も19:30までと、およそ現代日本のサービス業とは思えない営業形態なのだ。早速夜は軽く走ってみる。おろしたてだが、フィットがよく、どこも痛くならなかった。

8月30日

台風に直撃されたこの日、スキー0世界選手権の予算の件で船橋さんと打ち合わせをした後、韓国でのアジア選手権の日本スタッフの打ち上げに出かけた。現地では韓国料理を食べる時間すらなかった。寺島君が気を利かせておいしい韓国料理の店を用意してくれた。寝不足なのか興奮気味なのか、夕方からどっと疲れがでて、せっかくの打ち上げも充分楽しめず。



▲アジア選手権の打ち上げで韓国料理に舌鼓。右端は今回の立役者寺島氏、順に尾上俊雄氏、的場氏、小山氏（ヤング）、小山氏（エイジド：手前）

8月31日

少し元気になった中島あかねと日本平へロングジョグ。山行以来の左大腿の付け根の痛みはほぼ収まった。一時はくたくただったあかねもだいぶ走れるようになっていた。

9月3日

6月以降懸案になっていたMTBのオーバーホールとフィッティングが終わった。乗ってみると全く異次元の乗り物になっていた。この日は焼津の野外活動施設で、「アスレティックアウトドアの動向について」の講演をした。往復60km。ちょうどいい距離だ。天気もよし。この講演ならバイクに乗る姿でも「このかっこでやってます」で許されるだろう。トレーニングになって、オリエンテーリングやトレイルランニングを宣伝して、謝礼までもらった。

9月6日

小学校教員資格認定試験が週末に行なわれた。センター試験とは比べものにならない規模だが、「日本で一番ミスの多い統一試験」とさえ言われる試験で、緊張が絶えない。初日はノーマスだったが、二日目は小さなトラブルが続出した。一応無事終了。

土曜日の夜は、トレラン講習会のために清水にやってきた横山さんや田口さんを囲んでの夕食会。翌日に備えて試走した横山さん、日本平のトレイルを気に入ってくれた様子。1月11日に日本平でロゲイニングをやると言う、田口さんも「じゃあ、10日、相馬君も呼んでミニレースしよう」ということになった。斯界のトップ選手を交えた気軽に身近なレースの場。そんなスポーツの場がどこでもありふれたものになったら、日本のスポーツ界はもっと強く、そして奥深いものになるのではないだろうか？中学生以来、意味も分からず追い求めていたものの意味がようやくわかってきたような気がした。

9月9日

急ぎの仕事もなかったのも、日本平のフルコースで大学から2時間以上かけて帰宅した。距離は18kmだが、アップが700mもあって、思ったよりハードだった。110分あたりでふらふらになり、帰宅3km前にして自販機給水。山岳耐久への道のりはまだまだ遠い。

9月12日

山岳遭難に関する朝日新聞の取材を受け、午後は島田でリスクマネジメントの講演会。帰宅後走ってみるが、500m×3本で気分悪く、おしまい。

■講習会の日々

9月14日

読図講習は数多くやっているが、大学公認の公開講座では初登場。アンケートでの反応はいつもながらだが、何をみてこの講習にやってきたかは意外な結果だった。大学のPRの体勢に疑問を感じ、「公開講座の冊子みてる人なんていないよね」と散々悪口を言っていたが、冊子を見てきた人が、実に約半分だったのだ。

登山が趣味であることには代わりないが、ショップとは違う層が参加していたようだ。広報の難しさについて痛感した。

コンパスの使い方については、ためになったという評価は高かったが、実技をしてみると実際に使えるほどには身に付いていない実感はぬぐえなかった。このあたりの指導技術と教材は、改善の余地がある。「もっと初級から」という声と「より深い講習を」という感想も同居する。10人以上での講習をする限り、この問題からは逃れられないだろう。

9月19日

雨で取材が中止になってしまったアドベンチャーレーサーのよっちゃん（佐藤佳幸さん）と東京駅近くでオリエンテーリング in 朝霧の打ち合わせ。最近子ども相手のスクールをすることも多い彼だけに、どんなミニレースを用意してくれるか楽しみなところだ。その後は、JR 大人の休日倶楽部で打ち合わせ。「安全山歩きのための地図読み講座」は25人募集のところに70人を越える応募があった。企画者として嬉しい以上に、この分野が大きな潜在的な需要があることを生涯学習産業に認知してもらったことも貴重である。落選者を減らすために、改めて午後のクラスを追加することになった。僕はどんな講習でもかなり綿密に準備をする方だが、運営面に関する彼らの繊細さは、さすが接客業のプロ。JOAで読図教材作成の打ち合わせ後、水上に向かう宮内に同乗させてもらい、高崎へ。

土日は、裏妙義で国際山岳ガイドの長岡さんとコラボレーション講習。多くの山岳ガイドは意外と地図読みができない。もっとも地図読みが完全でなくても彼らならなんとでもしてしまう。必要ないと言えないのだ。その中で長岡さんは、僕の地図読み講習の重要性を認めてくれている人の一人である。もちろん彼自身の読図力は抜群であるが、登山の他の分野に比べたら足りないものがあると感じたのだろう。僕も自分自身の山の世界を広げたい。そんな

互いの思いが合致してのコラボ講習となった。

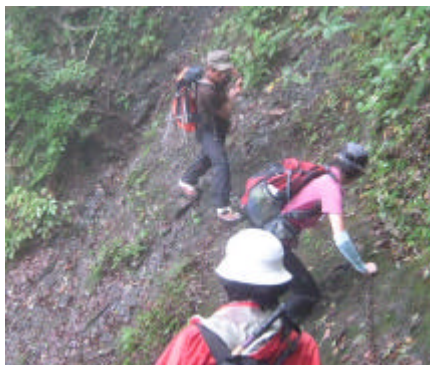
土曜日は台風一過の晴天で、定点での地図と風景の対応を行なった。急傾斜で岩場の多い裏妙義は、尾根・谷のトレースが難しい。受講者にとってはもちろん、僕自身にとっても難しい課題であった。今回のレベルの人たちには、迷いながらも講師がどのくらいのパーセンテージで自分の判断を確かめられているかを見てもらうことも勉強になったのではないかなと思う。

翌日は、荒廃した登山道を上りながら現在地の同定とそのための地図読みのポイントをレッスンした。今回の講習はオンサイト（初見）。しかも、登山地図のルートも適度に違っている。僕自身緊張感を持ったし、優秀だった今回の受講生にとっても学びどころの多い講習となったと思う。

リスクのある場所の通過で、無理して自力でなんとかしようとしている年配のお客さんに対して長岡さんが真剣なまなざしで怒っているのが印象的だった。

9月22日

休みをとって、実家へ。83歳になる父親が東京の賃貸住宅を引き払って苗場に2年ほど引きこもるという。電話口で突然倒れたこともあるだけに、やや心配ではあるが、歳が歳だし好きにするのが一番だ。実家におきっぱなしのオリエンテーリングの資料や本を片付ける。高校時代に毎年開いた3日間大会の記録を見ると、我がことながら大した高校生がいたものだと思う。夕方は青梅の鍼灸院の針天狗さんへ。ご本人もランナーで、つぼをよく心得ていらっしゃる。翌日は利佳ちゃんと奥武蔵をほぼ半周したが、すっきり走れた。35km1900m。ハセツネのちょうど半分だ。



▲トランスジャパンでは周囲のおおかの予想を「裏切って」南アルプス越えを成し遂げた伊藤奈緒だが、鎖場のトラバースはまだ苦手。長岡講師（奥の男性）の厳しい指導が飛ぶ



▲（中）危ない場所を無理して通過する年配のお客さんに、「自分で危ないって感覚を持たなきゃだめ！」と真剣に怒る長岡講師（中央奥）。



▲アドベンチャーレース仲間の早川さんと菊島さん。残念ながら、裏妙義には山ヒルがたっぷり。いつもは冷静な才媛菊りん（菊島さん）が、「まさど！」と悲鳴に近い声を上げる。そうすると早川正人さんが、ヤマビルファイター（殺ヒル用スプレー）を持って飛んでくる。

9月24日

夕方は好日山荘の屋内読図講習。2ヶ月後の屋外講習も半分は埋まっているという。

9月27日

三河高原トレイルランニングレースの運営支援にでかける。午後の講習会は佐藤さんの心拍計を使ったトレーニング管理。僕はナビゲーション。こちらが少数になることは分かっているが、毎回5人でもトレランにナビゲーションが必要、と思ってくれる人がいる。この日は、なぜかどちらの講習も不参加が多く、ナビゲーションはマンツーマンどころかツーマンツーマンの豪華講習会に。

9月27日

三河高原トレイルランニングレース当日。スタートと表彰の役を割り振られているが、それ以外はフリー。自分がまじめにトレーニングをするようになると、脳でレースを見ていると走りたくなる。コース確認と称して、コースの一部を走ってみる。WOCの地図調査で惚れ込んで、レースの開催を愛知県に持ちかけたのだが、レースの選手と一緒に走るこの森はまた違った刺激を与えてくれて、改めて惚れ直した。

（村越 真）