

「連続出場が途切れるのは残念でしたが、これからずっと続けるために手術を決めました。来年は必ず復帰します！」

昨年、出場はできないまでも観戦に行ったとき、思いがけず閉会式で機会をいただけて話した内容である。

先月の上五島大会ではメンバーにも恵まれ、リレーの部で優勝することができたが、その後は仕事の忙しさや家庭の事情から練習できない日々が続いた。なかなか調子が上がらない…いや、むしろ下降線になってしまっていた。満足に走れないくらいなら、今年はあきらめたほうが良いのではないかと…そんな思いまでが頭をよぎる。楽しみにしていたはずのレースなのに…二年振りのトライアスロンということで、これまで当たり前のように完走できていた自分とのギャップが、いつのまにか大きな不安となって心の中に居座ってしまっていた。

スタート前…いつも以上に入念なウォーミングアップを行う。宿からの移動を含めて、バイクは少し長めに乗った。スイムは7時50分から10分間しかなかったが、ウエットスーツを着ずに時間いっぱいまで泳ぐ。一番不安があったランも、感覚を確かめながら、時には裸足でも走ってみた。普段あまりしないストレッチも時間をかけてやってみる。

以前と違って、体の芯に灯が入るまでには時間がかかるようになってしまったが、これが今ここでの現実なのである。「こんなはずじゃない」と否定しても現実是不変である。素直に受け入れて、目の前のレースに集中することにした。

9時に第1ウェーブがスタートする。久しぶりのスイムバトルである。まず第一の不安だったが、思ったよりスムーズに位置取りをすることができた。練習不足で調子が上がらず、あまり負荷をかけた練習ができなかったため、まずはリズムを作ることに努めた。

沖合いに出る寸前にあるブイを回って折り返し、スタートのほうまで戻っていく。ここでコースロープがいったん途切れ、それまでとは逆の、左側にあるコースロープに沿うように泳ぐ。ここで早くも2分後にスタートした女子選手が追い抜いていく。いつもより早い時点だが、自分も遅いので当然である。

漁港内を右へ左へターンしながらスタート地点まで戻るのだが、ここでゲストアスリートである道端カレンさんが追い抜いていった。自分は相当遅いのか??と一瞬焦ったが、

それに加えて彼女もかなり実力をつけている（昨年是一般女子1位）ので当然である。

気を取り直して、周回チェックのためのポンツーンに上陸し、タイムを確認する。13分45秒…いつもより1分30秒近く遅いが、あまり消耗は感じなかった。それなりにリズムも作れているので、それを崩さないように2周目に入る。

2周目に入ると、後からスタートした学生選手が追い抜いていく。同じウェブの選手が少なくなって泳ぎやすくなってきたところで、また小さなバトルに巻き込まれた。それも少しの間だけだったので、何とかやり過ごして自分のペースを作る。時折、ペースのあう選手についていきながら泳いだおかげで、心配されたペースダウンはなさそうだった。

2周目を終えてポンツーンに上陸し、タイムを確認する。27分15秒…1周目よりわずかだが速い。スタートとの違いを考えるとペースはほぼイーブンである。少しほっとしながら、ポンツーンからゆっくりと飛び込んだ。

3周目に入ってしばらくすると、やたらと水飛沫が激しい箇所に入る。「また後から学生選手が来たのかな？」そう思ったが、その気配はない…実は、雨が激しく降り始めたのである。泳いでいるので雨は関係ないのだが、そのままバイクに移ると思うと少し憂鬱になった。

スイムの3周目は、ブイを回らずに岸壁にある階段から上陸する。海草で滑らないように注意しながら階段を上り、タイムをチェックする。33分ちよい…やはりペースはイーブンで、想定していた35分より少し速いくらいだ。岸壁の上の遊歩道を少し走って、バイクトランジションの入り口ゲートにある計測ポイントをくぐったときがスイムのラップとなる。タイムは33分49秒（61位）だった。

自分のバイクラックの前でウエットスーツを脱ぐ。久しぶりなのと、ウエットスーツ自体が相当古くなっていたのとで、なかなか脱げない。ふくらはぎで手間取ってしまい、バランスを崩して危うく転びそうになった。なんとか踏ん張ってから、今度は落ち着いて足首を丁寧に抜いて、やっと脱ぐことができた。

スイム終盤から降り出した雨は、段々と激しさを増してきた。タイヤの水跳ねをまともに受けながらバイクスタートする。サングラスが邪魔になるかとも思ったが、曇ることもなく雨粒よけになってくれていた。スイム後のバイクも当然久しぶりなので、序盤はいつもより1枚軽いギアから走り始める。

徳万海岸前の上りは無理にダンシングで踏まず、軽めのギアでギリギリまでシッティングで耐えた。スイムがここ数年来の遅さだったせいか、久しぶりに昔のようにバイク序盤で多くの選手を捉えることができる。しかし、そこからが続かない…これまでより抜かれることも多くなっていた。ただ、「こんなはずでは…」という気持ちはなく、ひたすらペースを守ることを考えて走る。

塔ノ尾の上りに入ると、また多くの選手が目の前に見えてくる。調子がイマイチといえども、上りに入って他の選手が弱っているとなれば別である。ここぞとばかりに前の選手を捉えることができた。スイムで抜いていった道端カレンさんもその中にいる。ずいぶん離されているかと思ったら、意外と早く追いついた。

下りに入ると、心配していたとおり雨の影響でブレーキの効きが悪かった。塔ノ尾の頂上からの下りは特にテクニカルなので、慎重に下る。ここから少し気になったのは、キープレフトで走る選手が少ないことだ。中には下りでもたついているにもかかわらず、端に寄らない選手もいた。

「右行くよ～」

何度も声をかけながら追い抜く。しかし、そうやって追い抜いた選手も、引き離しきれないのが現状の悲しいところ…追いつかれては上りや下りで抜き返し、なかなか順位の上がる気配がしなかった。

2周目に入ると雨も止んで、序盤に比べてかなり走りやすくなっていった。調子のほうは可もなく不可もなく…淡々と走る感じだった。海岸線の防波堤を走るコースから、民宿大島前の上りに差し掛かる頃、後で声援が聞こえた。

「原さ～ん、がんばって～」

大島造船所に勤める、地元選手で親交のある原さんだ。いつもならもっと引き離しているはずなのだが…すぐ後まで迫ってきていた。大島造船所の敷地内に入るコースで折り返すときには、はっきりと姿を確認できた。

バイクフィニッシュの降車ラインで止まり、少し後を見ると原さんは僕のすぐ後にいた。トランジションでは僕のほうが速く、先にランスタートする。バイクラップは1時間17分54秒（44位）と、こちらも想定内だ。岸壁の上の遊歩道を走り出してしばらくして、シューレースが解けているのに気づいた。雨で濡れて緩みにくいはずなのに…こんなところで少し足止めを食ってしまった。

もともとランに一番不安がある上に、バイク後のランも久しぶりである。また、練習再開後はバイクからランの練習は一度もやったことがなかった。焦っても仕方がないので、落ち着いてシューレースを結びなおす。その直後、原さんが僕の背中をポンと叩いて追い

抜いていった。

シューレースを結んですぐに追いかける…といってもこちらの勢いがないので、ずるずる離されていく。心配していたほど脚の重さは感じなかったが、やはりペースは上がらない。寺島大橋の上りは今まで走ってきた中で一番つらく感じた。

とにかく歩かないように一步ずつ足を前に運ぶ。少し勾配がゆるくなったところで、走りに少しリズムが出てきた。脚の運びが不安定で、時折膝が落ちそうになるのをぐっとこらえる。1 kmごとにペースを確認すると大体キロ5分45秒ほどである。ここまでの上りを考えると、そうは悪くないペースだ。

3 kmを越えた辺りから、ペースはキロ5分30秒前後に落ち着く。これ以上は上がりそうにないが、逆にこのまま落とさなければ最後までしっかり走り切れそう。呼子トンネルの手前で、原さんとすれ違う。下り基調なのもあって、若干ペースが上がる。トンネルを抜けてすぐに折り返すと今度は上り基調となるので、少し気合を入れなおして走った。

ここから同じペースの選手数名と併走状態になる。まだ半分近く残っているこの時点で、無理にペースを上げると自滅しかねない。なので、ここはじっとこらえる。

大島大橋の真ん中を過ぎて、若干下り基調になり始めたところで、併走していた選手が遅れ始めた。と、同時にもう一人いた併走していた選手がペースを上げてきた。6 kmを過ぎ、遅いながらもそれなりのリズムで走ることができていたので、自然と体が反応する。

しばらく走って寺島大橋の手前にあるエイドまで来たとき、先ほどペースを上げた選手の脚が少し止まりかけたのを見て、一気に追い抜いた。寺島大橋を渡って、序盤で上ってきた坂を下ると残りは3 kmだ。ファミリーマートの前を通って脇道にそれると、最初の頃のフィニッシュ地点だった運動場に続くきつい坂が待っていた。先ほどの勢いが一気に殺されてしまう。

この坂を上りきれば、あと少し…ではなく、楽しみにしていた名物「スイカエイド」が待っている。それを励みに悲鳴を上げる脚を必死に前へ進めた。スイカエイドは、すぐにそれとわかるように小さなスイカの風船が頭上に吊ってある。昨年は応援のときにご好意で一切れいただいたが、今年は選手として2切れいただいた。

スイカエイドを過ぎてから、スーパーの角を右へ曲がってしばらく行くと、団地の間にある急坂を一気に下る。先ほどの上り坂で悲鳴を上げていた脚がさらに悲鳴を上げる。纏れて転ばないように…急ぎながら、なおかつ慎重に下った。下りきって少し行くと折り返

して、さっき下った急坂を今度は一気に上る。ここを上りきったら、残りはあと1kmだ。

商工会に向かっていく下り坂で、後から来た選手に「坂口さん？」と声をかけられた。

「去年は連続出場途切れたんですね～」

彼は数年前、一緒に宿に泊まった選手だった。そのときに連続出場中ということ話を話した…らしい…正直、僕は忘れていたのだが、彼はプログラムを見て思い出してくれたようだ。ついでに彼についていけたらよかったのだが、それも叶わず背中を見送る。

商工会を過ぎて、県道に入ったところを左折するとフィニッシュはもうすぐだ。重い脚ながらも、自然とペースが上がる。フィニッシュ地点の文化ホールに向かうところで、上五島大会のリレーチームでスイムを担当していただいた稲岡さんが応援してくれていた。今回はご主人が出場しているのだ。声援に応えながらフィニッシュに向かう。2年間…今までの競技人生で一番長く待ち続けたトライアスロンでのフィニッシュだった。

ランラップは54分29秒（98位）と、思った以上に後半ペースアップできた。総合タイムは2時間46分12秒（一般の部完走209人中57位）で、スタート前に想定していたタイムより少し速いくらいだった。

「もう少し練習できていれば…」

という思いが、無いといえば嘘になる。しかし、現状での力は出し切れだし、自分のペースをしっかりと守って走れたと思う。レース前のコンディションを考えれば、疲労困憊でフィニッシュしてもおかしくないくらいだったからだ。

こうしてレースに出場できるまでに回復したわけだが、まだまだ体調の波が大きいのは確かだ。思うように練習できないことのほうが多い。しかし、長期間離れてみて思い出したレースの楽しさを糧に、これからの新たな競技人生を歩んでいきたいと思う。

