

長崎西海トライアスロン2018

2018/8 大阪府 坂口 晃一

優勝したとはいえ、不甲斐なかった上五島でのバイク…なかなか調子が上がらず、少し焦っていたところにアクシデントが発生した。

「マレットフィンガー」

それが診断の結果だ。何がどうなったかはわからないが、小指の第一関節の腱が切れてしまったために曲がったままになってしまったのである。幸い痛みなどはなかったが、装具での患部の固定により全治に6週間から8週間かかるとのことだった。調子も上がらないのでDNSも考えたが、添え木をしてテーピング固定すれば何とか泳ぐこともできたので、どうにか出場できることとなった。

例年のない猛暑に加えて、不調と故障…しかし、無理をしようにもできないせいか、かえってリラックスできていた。また、気温は高かったが湿度はそれほどでもなく、時折吹く風も比較的さわやかだったので不快指数は思ったよりも低く感じる。ウォーミングアップのため、ウエットスーツなしで少し泳いだときも、少し冷たい水が心地良かった。

午前9時に第1ウェーブがスタートし、2分間隔で次のウェーブがスタートしていく。右手小指はテーピングで固定していたが、スタート直後のバトルで他の選手と接触して痛めてしまわないよう慎重に泳いだ。そのせいか、序盤はなかなかバトルから抜けられない。しかし、流れは沖に向かっていくようで、ペースが上がらない割には楽に泳げていると感じた。

沖にあるブイを回り、今度は漁港に向かって泳いでいく。漁港まで戻ってくると、一旦ポンツーンに上がって周回チェックする。このポンツーンが、今年は老朽化のために使えなくなり、急遽スポンサーである大島造船所が新設したとのことだった。ポンツーンに上がったところで時計を見ると13分30秒ほど。去年より若干速いくらいで、現状としてはまずまずのペースだ。新設されたポンツーンは今までのものより少し低いため、周回チェック後のリスタートは思い切って頭から飛び込むことができた。

2周目になって選手がバラけてきたため、小指のことは気にせずコースロープ沿いで泳ぐことができた。しかしそれをつかの間…今度は後のウェーブから追い抜いていく女子選手や学生選手、周回遅れの選手が加わって所々で小さなバトルが起こった。それでも波が少なく非常に泳ぎやすいコンディションだったため、ポンツーンに上がってタイムをチェックしたときは26分30秒ほどとペースはほぼイーブンである。またリスタートは頭から飛び込んで、沖のブイよりも岸壁側にある上陸用階段を目指して泳ぐ。

上陸用階段でタイムをチェックすると31分と少し…バイクトランジットまで少し走って32分13秒と、去年より1分30秒ほど速くスイムフィニッシュすることができた。

バイクに入ると風が心地よく、それほど暑さを感じなかった。また、若人の森から海岸線を走る区間で吹く向かい風も今年はそれほどでもない。徐々にペースを上げながら、コースで一番の難所である塔ノ尾の上りに向かう。例年のようにここで、先行する多くの選手を捉えると少し気分も乗ってきた。不調とはいえ、短い上り区間ならそれなりに力は出せる。また、いつもは向かい風で苦しめられる区間も、今年はそれほど風が強くないように感じた。

牛首ヶ辻の上りをクリアし、海岸線の防波堤区間を抜けると定宿の民宿大島前の上りに差し掛かる。今年のご主人の福田一樹さんが応援に出てきてくれていた。やはり知った顔を見つけると元気が出て来るものだ。ここでも多くの選手を捉える…が、下った後に追いつかれてしまうところが今の実力である。

大島造船所を左手に見ながらしばらく走ると、コースは一旦造船所の敷地内に入っていく。風が強いときはここでかなり苦しめられるのだが、今年は道路区間へ戻るときに多少向かい風があるくらいだった。

ファミリーマートの前を右折してしばらく行くと1周回目が終わる。少し時計を見ると、バイクスタートから38分ほど経過しているようだった。現在の調子からいけばまずまずのペースである。それほど無理をして走っているわけではなかったのも、そのままのペースで2周目に入った。

2周目に入ってもペースはさほど落ちる様子もなかった。去年は久しぶりのスイム後のバイクだったので、かなり疲れてしまい2周目に失速したのだが今年はまだ余裕があった。とはいえ、一番不安があるランが控えているのだから、バイクフィニッシュが近づくとつれて「大丈夫かな？」という思いが強くなっていく。

バイクフィニッシュ時のスプリットタイムは1時間17分15秒と、去年より少しだけ速かった。スイムも去年より速かったので、あとはどれだけランでの失速を防ぐかに懸かっている。当然入賞を狙えるわけではないので、せめて去年より速くフィニッシュしたい…まさに自分との戦いだった。

ランについては頸椎ヘルニアの影響で痙性が大きいため、脚の運びが不安定なままである。そのためにあまり長い距離を走ることができず、10km続けて走ったのも約1ヶ月前に…それも久しぶりに走っただけだった。練習不足の上にこの酷暑…相当覚悟しなければならなかった。

幸いこの日は痙性も小さく、脚の運びも安定していた。ランスタート直後の寺島大橋での上りは相当堪えたが、勾配が緩やかになってからは徐々にペースが一定していく。とはいってもキロ6分を少し切るくらいがやっとだ。昨年はキロ5分半で何とか持ちこたえていたが、今年は更に厳しそうだ。今年は従来より増設されたエイドでたっぷり水分補給し、スポンジの水もしっかり体にかけて体温の上昇を防いだ。

脚は重いが、思ったより体はつらくない…その理由は、皮肉にも練習不足にあることに気がついた。しっかり練習できていないので、全力を出すことができない。全力を出すことができないから、体がオーバーヒートすることもない。だからしっかりと体を冷やすことができ、その分だけ体がつらくないのである。

とはいえ、先に見える風景がなかなか近づいてこないのは精神的にダメージが大きい。特にコースのメインである大島大橋は、このままずっと先に続いているかに見えてくるほどである。陳腐な表現だが、一步ずつ進んでいけば自ずとフィニッシュは近づいていく。この一步、また一步を重ねるしかないのだ。

寺島大橋をわたり、最初に上って来たきつい坂を下ると残りはあと3kmあまりである。このままがんばって走れば、毎年のお楽しみである「スイカエイド」が待っている。このために歯を食いしばって急坂を上っていった。

上りきってしばらく行くと、たくさんのスイカ風船が吊り下げられているのが見えた。民宿大島前のスイカ提供から始まり、コースが変更になっても場所を変えて一部選手の密かな楽しみとなっていた「スイカエイド」がそこにはあった。もちろんこれはオフィシャルではないので、おそらく個人のご厚意で実施されているのだろう。感謝しながら2切れほおばった。

足が纏れそうになりながら団地内の急坂を下り、少し走って折り返す。ここにもエイドが設置されていて、十分に水分補給ができた。先ほどのスイカエイドに加えて、今年は後半にこれでもかというほどエイドが設置されている。運営する側は大変だが、この酷暑の中を走る選手にとってはこれほどありがたいものはない。

先ほど下ってきた団地内の急坂を上りきると残りは1kmである。ここまで来たらもう抑える必要もない。これまでよりも力をこめてフィニッシュを目指す。

結局ランでは57分38秒かかってしまい、2時間47分6秒と去年より1分ほど遅いフィニッシュとなってしまった。スイムは思ったよりも順調で、バイクでも踏ん張ることができたが、ランに入って失速したために、残念ながら去年のタイムを上回ることができなかった。しかし現状の力ではこれが精一杯である。なかなか体が思うように動かず、練習もしっかりできない状態だが、焦らず回復することを信じて来年のシーズンに臨みたいと思う。