

コラム No. 184

フルマラソン

― 四十二・一九五キロの先に見えたもの ―

二〇一七年十月五日

江尻 桂子

二〇一三年の冬、ゼミの学生に誘われて、勝田全国マラソン(茨城県ひたちなか市)二〇キロの部に参加しました。勝田商店街での賑やかなスタート、沿道からの絶え間ない声援、すれ違う学生たちとのハイタッチ。幼い頃から運動が苦手だった私にとって、初めて走ることが楽しいと感じた瞬間でした。それ以来、勝田マラソンはゼミの恒例行事となり、今年で五回目の参加となりました。

そんな私が二〇一六年の春、「古河はなもマラソン」(茨城県古河市)で、初めてフルマラソンを走りました。この大会を選んだのは、ゴールまでの制限時間が六時間四十分だったからです。一般には六時間に設定されることが多いので、初めてフルを走る人にとって、古河の大会は格好の場です。

さて、これまでの経験から、四十二・一九五キロを走り続けることは難しいと分かっていたため、当日は、「数キロ走っては歩く」を繰り返しながら、十キロ、二十キロと進んでいきました。フルマラソンには「三十キロの壁」があるとはよく言われますが、私もその辺りから脚が痛み始めました。そして三十五キロ地点まで来たとき、これ以上走るのは無理だと思いました。あと少しでも脚に衝撃が加われば、膝がこわれてしまうのではないか、そんな不安を感じたのです。そうして、最後の七キロはひたすら歩いてゴールを目指すこととなりました。日は少しずつ陰り、からだは徐々に冷え、周囲のランナーもまばらになってきました。一歩、また一歩と踏み出すたびに、膝や股関節がミシミシと痛みました。

結局、私は、五時間五十九分という、一般のフルマラソンの制限時間ぎりぎりまでゴールしました。今までに参加したどの大会よりも苦しいマラソンでした。そして四十二・一九五キロは、「楽しんで走る」には長すぎる距離であることもわかりました。

ところで、私はこの大会に向けて、数か月前から練習を重ねてきました。また、当日は脚の痛みに苦しみながらも四十二・一九五キロを完

走(完歩)しました。にもかかわらず、ゴールにたどり着いたときに、自分自身が期待していたような感情―「こみ上げてくる歓喜」や「こたばで言い尽くせないほどの達成感」というものは、全くありませんでした。

その一方で、全く予期していなかった気持ちの変化がありました。トラックをあと半周くらい歩けばゴール、という地点に差しかったときでした。ある二つの感情が同時に押し寄せてきたのです。

ひとつは、「いったいどうして私はこんなことをやっているのだろう」という、心底、自分に対して呆れはてた気持ちでした。そしてもう一つは、「ようやくレースが終わるのだ」という、深い安堵の気持ちでした。そしてこれらの感情がわきおこると同時に私は、「あははは…」と笑い声をあげてしまったのです。

日の暮れかけた古河市中央運動公園のトラックで、すっかりやつれた顔をして、片足を引きずりながら、けれど小さな笑い声をあげながらゴールに向かう私の姿は、どんなふうだったでしょう。初めてのフルマラソン。私が想像していたのとはだいぶ違った姿でのフィナーレとなりました。

フルマラソンを終えて、しばらくして気が付いたことがあります。とてもありきたりな発想ですが、「マラソンと研究は似ている」ということです。

日々、ひとりで論文に向かってしていると、この論文は完成しないのではないかという不安に駆られることがあります。いま私は、障害児の家族支援に関する論文を執筆していますが、データの収集から始まり、分析、執筆と、かれこれ9年もかかっています。最近ようやく、ある国際誌からのアクセプト（掲載許可）の兆しが見えてきました。でも、最後までどうなるかは分かりません。このあとリジェクト（掲載拒否）される可能性もなくはないのです。

いつの日か、この論文がアクセプトされたとして、そのとき私は歓喜の声をあげるでしょうか。たぶん、それはないような気がします。四十二・一九五キロの行程をようやく終えたあの時のように、自分自身のみっともなさ呆れるのではないのでしょうか。同時に、この五年のあいだに得たものや失ったもの、そして犠牲にしたことを数えるかもしれません。それでもやはり一つの仕事が終わったことに心から安堵し、少しだけ笑うのではないかと思います。

そんな日が、早く来てほしいと思います。私

にとつての四十二・一九五キロがそうであったように、苦しくて、しんどくて、辞めたくて、でも楽しい瞬間もあった、それがようやく終わるのだと安堵する日が来てほしい。そう願いつつ、今日もまた、どこかで時間を見つけて論文に向かおうと思います。

（えじり・けいこ）