



コースのところどころから、日本海が見える

# 激坂と人情の、隠岐の島



島民が温かい声援を送ってくれる



ナンバカード。高低差が逆さになってるのは、つけた状態で見やすいように

ナンバカードには  
高低図が印刷されていた

「隠岐の島の魅力は、何と云っても島民の温かな応援。(参加者名簿を見ながら)名前を呼んで応援してくれる人が多く、55km地点のエイトでは、紙コップに名前を書いてくれて、頑張ってください、とボランティアが手渡ししてくれました。これにはジーンときました。」

と話すのは、100kmの部に参加した藤田和憲さん(千葉、57歳)。毎年この大会に参加し、今年はレイノボーメダル(7回完走)を達成した。

隠岐の島をぐるりと一周する100kmのコースは、高低差100m前後のアップダウンがいくつも続く。制限時間は14時間30分(含む10kmより1時間も30分長い)。今年はナンバカードの下部に高低図が印刷されており、ランナーたちからは「レース中に、この後どんな坂があるのか確認できるので、心の準備がしやすい」と好評だった。

100kmの部のスタート時の気温は約15℃。完走率は84.5%だった(出走573人/完走484人)。



先にスタートした100kmの参加者が思わず後ろを振り向く「あ、川内優輝選手！」

**かわうち・ゆうき**  
学習院大学時代に箱根駅伝に2度出走。卒業後は埼玉県職員として勤務しながら、世界選手権に3度出場した。2018年ボストンマラソン優勝。2019年4月からランナー

プロランナー

## プロランナー 今月の川内優輝選手

### ラスト1km 日の出トンネルを抜けたら「虹見坂」!?

隠岐の島ウルトラマラソン (6月16日・島根)

プロランナー川内優輝が走ってきた全国の大会を出走レポート。今月は高低差100m以上の坂がいくつも続く「隠岐の島ウルトラマラソン」(100km/50km)です。

亡父の故郷・隠岐の島で 激坂コースに挑む

亡き父の故郷で開催される隠岐の島ウルトラマラソンに2011年から毎年出場しています。最近はい日締め切られてしまうほどの人気大会です。

50kmのスタート地点は隠岐一ノ宮の水着神社。格差高い開放社ですが、社務所を控室に開放してくれたら、境内に給水所やゴール地点への荷物預かりが設置されるなど、この日はウルトラマラソン一色に染まります。

今年のスタートは、大会前日に行われる「川内杯ジョオパーク 隠岐の島ミニマラソン」で毎年優勝争いしている水島せい砂さん(小学5年生、スターターを公衆の小学生が務めるのは、隠岐ウルトラの特色かもしれません。お母さんが50kmに参加していました)。

私は11時30分のスタート直後から独走でしたが、朝5時スタートの100kmランナーたちが前にいて、それを次々と追い抜かしていくので100km出場者は、50kmのスタート付近が50km地点になります。普通の大会のニードとは逆です。

このコースの特徴は、何度もう繰り返す激しいアップダウン。

特に10km過ぎからは、油井の坂、那久の坂、都方の坂と高低差100/150m級の急坂とカーブの連続。こは山の中に入道りも少なく、自分の心臓に折掲げである地元の小学生の応援メッセージ横断幕、追い抜いていく100kmランナーからのエールがとて力になります。スピードに乗りながら山中を駆け下り、バツと見えた海的美丽さには毎年感動しています。

その後、しばらく平坦な道が続き、30km過ぎには、私が毎年楽しみにしている冷たいおしほりなどをくれる私設エイトがありますが、今年はお休みでした。しかし、お休みでも、その旨をわざわざ知らせる看板があり、「完全ボランティアの私設エイトなのに……すごい走りながら感しました。」

42km付近から本格的な上りとなり、フルマラソンならここで終わりなのだと思います。と、とにかく長い！ダラダラ上っていて、平坦になつてきたかな、と思うと、またダラダラ上り。それを何回か繰り返します。毎年、この坂が一番苦しい区間です。

いよいよラスト1km。前方に日の出トンネルが見えてきます。

初参加の2011年には、この地点で熱中症などにより転倒を繰り返しているうちに意識がなくなり、そのままフラフラと進み続けて、トンネルを越えましたが、左のカーブを曲がりました。眠る前に道路に倒れました。救急車が来るまで意識が戻らず、意識が戻ってから自分からフィニッシュできたのかどうか分かりません。そのままた滴を2本打って、病院に入院することになりました。それ以来、暑いマラソンに対する恐怖心がぬくずずにいます。

その翌年、日の出トンネルを抜けたところでおかえりなさい！の声をかけてもらった時に、色々な気持ちが一気に湧き出て、涙が出るほど嬉しかったことは、今でも忘れられません。

そして、最後の最後に「虹見坂」と名づけられた坂があります。キツイ傾斜ですが、フィニッシュ間近ということもあり、最後の気力を振り絞って上っていきます。上り切ると、左手にフィニッシュゲート。MCがランナーの名前を絶叫し、中学校の吹奏楽部の演奏と観客の歓声が響く中、フィニッシュしました。

来年も再来年も、私はこの隠岐の島ウルトラマラソンを走り続けると思います。

※川内優輝選手の発案で2014年から開催されている小中学生を対象とした大会。今年は雨天のため中止