

## 2006 年 63 歳で生まれて初めての しまなみ海道 100km ウルトマラソン参戦の記

恵谷 浩

マラソンへの参戦は中学（7km 位だったろう）・高校（12km）の校内マラソンに始まった。山口大学 1 年生で本部ワンダーフォーゲル部に所属しており、山口大学工学部ワンダーフォーゲル部主催の萩宇部 80km 耐久徒歩（マラソン）に参戦して 12 時間 40 分で完歩、会社勤務中のひろしま国際平和マラソン 10km の部など、それに会社退職後の青梅マラソン 30km、湘南国際フルマラソン、抽選が当たり最後のフルマラソンとなった東京マラソンなど数多くあるが、自分で写真を撮り記録として編集したのは 64 回目の参戦となった 2018 年（平成 30 年）12 月の神宮外苑 10km マラソン大会以降の 4 回のみである。そこでこの度、参戦したマラソンのうちでも最も印象深く記憶にあるしまなみ海道 100km ウルトマラソンについて、残っていた資料・写真と記憶により編集して保存することにした。

筆者は 2003 年（平成 15 年）5 月に 60 歳定年会社退職したが、足の膝関節軟骨摩耗のために膝が痛くて走ることは全く不可能な状態であった。そこで毎日、近くの公園で特に膝付近の筋力増強運動を続けた結果、1 か月位でゆっくり走ることが出来るようになった。その後一段と体力増強運動を続け、2006 年 2 月 5 日に東京ベイ浦安シティマラソン 10km・60 歳以上男子の部に出場した。すると思いの外、制限時間 70 分のところを 57 分 4 秒、参加者 184 名中 84 位の好成績で完走、マラソン復活に感激したことを鮮明に記憶している。

それまでしまなみ海道については、筆者の生れ故郷である尾道からバスで途中 3 分の 1 位の所に行き、バスで引き返したことがあるのみだった。ある日の新聞に、1986 年より始まった北海道のサロマ湖 100km ウルトマラソンから、多くのウルトマラソンが開催されるようになり、人気のあるマラソンを数か所掲載されていた。その中にしまなみ海道 100km ウルトマラソンがあり、萩宇部 80km での好成績のこともあり、さっそく 2005 年 9 月 9 日に東京都町田市にある事務局に電話した。すると、1998 年より始まっており、毎年 6 月の第 1 土曜日に開催し、1 月 1 日に参加申込開始、4 月上旬に申込〆切。約 5km 毎に飲・食料品があるが、飲み物を各自持参したほうが良い。海宝道義さんが主催しているなどと教えてもらった。後日分かったが、この電話対応の方は海宝道義さんの奥様であった。

海宝道義さんは筆者と同じ 1943 年（昭和 18 年）生まれで、32 歳のときにメニエル病（めまい、吐き気の発作が繰り返す）になり、医師の勧めでランニングを始め、徐々に距離を伸ばし、フルマラソンからウルトマラソンに。1987 年にサロマ湖 100km、1992 年に広島～長崎 430km 完走。1994 年、1995 年にはトラス・アメリカ・フットレース（ロサンゼルス～ニューヨークまでのアメリカ大陸横断 4,700km・64 日間）を走破している。その後、勤務していた大手精密機械メーカーを退職し、経験を活かして、しまなみ海道 100km ウルトマラソン（とおあし）（マラソン）の他に宮古島 100km ウルトマラソンやハワイモロカイ島 100km ウルトマラソンなどを企画・運営、さらにサーキットレーニングの開講、全国での公演活動もされている。なお、大会名がマラソンでなくて遠足となっているのは、海宝さんによると主催者が実質は海宝さん個人で交通規制を行わないので、マラソンでは警察署の許可を得られず、遠足としているとのことであった。

いよいよ、第 8 回 2006 年しまなみ海道 100km ウルトマラソンに参加申込をした。郵送されてきた開催要項の

一部を抜粋すると、主催：しまなみ海道 100km ウルトラ遠足実行員会。協力：愛媛県今治市。協賛：アシックス・ザバス・アートスポーツ・クリオ・カリフォルニアレーズン・ほっかほっか亭・ホスピタリティーズ・ソアーズ・伯方塩業。コース：スタート/福山城～今治城～ゴール/今治繊維リソースセンター（今回は今治城修理工事のためゴール地点を変更）。制限時間：16 時間（コース途中での関門制限なし）、スポーツ保険の適用が 21 時 00 分まで。参加資格：参加者自身で体調管理できる方。参加賞：Tシャツ、大判バスタオル、模擬店利用券（2,500 円）。参加料：17,000 円（参加賞、スポーツ保険料、大会中の飲食代、ゴール後の入浴利用券（健康ランド）、模擬店利用券、ゴール写真代等が含まれる）。申込締切：2006 年 4 月 14 日。日程：受付日時 6 月 2 日（金）14:00～19:00 6 月 3 日（土）03:30～04:30。受付場所：福山ニューキャッスルホテルのロビー。受付時お渡しするもの：ナンバーカード 2 枚・参加賞・入浴利用券・中間地点行きの荷物用袋・ゴール地点行き荷物用の荷札・参加者名簿。スタート：6 月 3 日（土）05:00 福山城。ゴール：6 月 3 日（土）21:00 までに今治繊維リソースセンター。距離標示：5km 毎。エイドステーション：約 5km 毎、エイドステーションは各地元のボランティアの方々によって支えられて設営されている。荷物：約中間地点行き（着替えなど）とゴール地点行き（走るために不要な物）の荷物を預かる。大会当日 6 月 3 日/3 時 30 分から 4 時 30 分までに事務局まで。記録の計測：ナンバーカードに計測チップが付けてある。ゴール受付にて計測チップが付けてあるナンバーカードを回収。コース途中で止められる方について：安全確認のために大会用の車がコースを行くがリタイヤ者の収容車は用意せず。途中で止められる方は路線バス・船等を利用してゴール地点まで（交通費を用意して参加）。注意事項：交通を遮断して開催する大会ではない。歩道及び自転車道を通ります。初めて 100km にチャレンジする方へ：意識して水分補給をしましょう。意識してエネルギーを補給しましょう。エイドステーション毎に適度に食べ物を補給しましょう。最初はゆっくりとしたペースで入り、歩きを上手にとりいれながら各エイドステーションを目標に行きましょう。最初に張り切りすぎると、後半、力が出し切れなくなります。

参加費を支払うと、資料が郵送されてきた。参加者名簿によると、参加者数 1025 名で、都道府県別人数は多い順に大阪府 144 名、広島県 139 名、兵庫県 92 名、東京都 83 名、愛知県 64 名、愛媛県 60 名、岡山県 52 名、神奈川県 46 名、京都府 36 名、山口県 32 名、千葉県 31 名、その他 31 の県で日本の 47 都道府県のうち残すは 6 県のみ。さらに USA1 名となっている。また年代別人数は最も多いのは男性、女性とも 40 歳代で男性 243 名、女性 65 名。なお、筆者と同じ 60 歳代が 93 名。最高年齢：男 75 歳/女 69 歳、最小年齢：男 16 歳/女 20 歳、平均年齢：男 46.2 歳/女 44.0 歳。合計男性 823 名、女性 202 名となっていた。

早速、腰に付ける小物入れポーチを購入。速度 7.2min/km、8.4min/km、9.6min/km で走った場合の 20 か所に設置されているエイドステーションでの計画時刻と実績を記録する一覧表を作成した。当時は、日本製鋼所中央研究所に転勤する 46 歳まで住んでいた広島市安芸区瀬野町の自宅を空き家としており、この時季の 2～4 週間位の間、庭の松などの剪定をしながら、別荘の気分で住んでいた。新幹線で広島に行き、この空き家から初めてのしまなみ海道 100km ウルトラマラソンに参戦した。

2006 年 6 月 2 日（金）せっかくだからと思い、JR 山陽本線で尾道駅に行き、駅前棧橋から船に乗り、尾道水道や松永湾の光景を楽しみ、沼隈郡常石で下船。昼食・弁当を食べながら常石造船所を眺めていると、丁度 12 時で多くの従業員が食堂に歩いているようであった。その後、バスに乗り松永駅へ行き、電車で福山駅へ。予約していた福山駅北側のサンホテル福山（素泊り 5,800 円）にチェックインした後、大会事務局に行き、ナンバーカードなどをもらった。近くの店で夕食をして、ホテル泊。

6 月 3 日（土）朝早く起きて、ナンバーカードを長袖ランニングシャツの胸と背中に付けた。福山ニューキャッスルホテルに行き、参加者がごった返す中、中間地点行きの荷物とゴール地点行きの荷物をそれぞれの大型トラッ

# 2006年しまなみ海道100kmウルトラ遠足

開催日：2006年6月3日(土)

## (コース案内図)

No	距離 (km)	区間距離 (km)	エードステーション 設置場所	エードステーション 撤収時間
1	5	5	サファ福山ショッピングセンターの前	5:55
2	10	5	神村トンネルの入り口	6:45
3	14.9	4.9	高西町・セブイレブンの前(尾道市の看板有り)	7:35
4	19.9	5	尾道大橋の下	8:25
5	24.5	4.6	向島・肉屋「フジ」の前	9:10
6	29	4.5	向島休憩所	9:55
7	34.7	5.7	因島・アメニティー交流館	10:50
8	40.1	5.4	レストラン シーガール前	11:40
9	46.2	6.1	生口島・元瀬戸工作所前	12:45
10	49.6	3.4	B&G海洋センター	13:20
11	55.2	5.6	サンセットビーチ	14:05
12	61.4	6.2	大三島・大三島1C・広場	15:30
13	66	4.6	伯方島・大三島橋を渡り終えた所	16:25
14	70.1	4.1	伯方SCパーク	16:55
15	75.6	5.5	大島・宮窪港前	17:50
16	80.7	5.1	吉海町バラ公園	18:45
17	86.1	5.4	第1来島大橋の下Gentlemen's Club前	19:35
18	91.9	5.8	今治市・来島第三大橋を渡り終えた所	20:20
19	96.2	4.3	伊予銀行の前	21:00
20	100	3.8	今治繊維リソースセンター (ゴール地点)	



- ### 【注意事項】
- ◎コース誘導  
コース上 の矢印があります。
  - ◎WC……トイレがあります。
  - ◎コース途中で止められる方は、路線バス・船等を利用して、各自、ゴール地点まで行って下さい。交通案内は各エードステーションにて、お尋ね下さい。(交通費を用意して参加して下さい)

## しまなみ海道100kmウルトラ遠足実行委員会

クに預けた。福山城へ。天守閣前の広場は参加者で埋まっている。記録を計測するアンテナマットが地面に付けられ、スタートの横断幕が張られており、その横に置かれた台の上で海宝道義さんがハンドマイクを持ち注意事項などを説明。

5:00、海宝さんの合図で皆、ワーと叫びながらスタート横断幕下をゆっくりと走る。城門を通過して、筆者は石垣の階段もゆっくり。お城横の道から大道路へ。すっかり夜が明けて芦田川に架かる橋を渡り、国道2号線を走る。

5:40、エイドステーションNo.1、距離5.0km、サファ福山ショッピングセンターの前に着。むすび1個と皮をむいて数個に切ってあるバナナを食べた後、すぐにゆっくり走る。国道2号線を北側に外れる。

6:15、エイドステーションNo.2、距離10.0km、神村トンネルの入り口に着。うどん少量とバナナかリンゴだったかを食べた後、すぐにゆっくり走る。トンネルに入り歩道を走ったが、大型トラックが次々と通り排気ガスが立ち込め気持悪

しまなみ海道100kmウルトラ遠足

# 155

開催日2006年6月3日 千原根 恵谷 浩

ほっかほっか亭

筆者のナンバーカード

2006年しまなみ海道100kmウルトラ遠足				2006.6.3		
記録	エードステーション No.	距離 km	9.6 min/km (16h)	8.4 min/km (14h)	7.2 min/km (12h)	エードステーション
5:00	0	0.0	am 5:00	am 5:00	am 5:00	福山城
5:40	1	5.0	5:48	5:42	(5:36)	サファ福山ショッピングセンター前
6:15	2	10.0	6:36	6:24	6:12	神村トンネル入り口
6:55	3	14.9	7:23	7:05	6:42	高西町・セブイレブンの前
7:35	4	19.9	8:11	7:47	(7:23)	尾道大橋下
8:12	5	24.5	8:55	8:26	7:56	向島・肉屋「フジ」前
8:53	6	29.0	9:38	9:04	8:29	向島休憩所
9:35	7	34.7	10:33	9:51	9:10	因島・アメニティー交流館
10:40	8	40.1	11:25	(10:37)	9:49	レストラン シーガール前
11:45	9	46.2	pm 0:24	11:28	10:33	生口島・元瀬戸工作所前
12:22	10	49.6	0:56	11:57	10:57	B&G海洋センター
1:45	11	55.2	1:50	pm 0:44	11:37	サンセットビーチ
2:40	12	61.4	2:49	1:36	pm 0:22	大三島・大三島1C広場
3:45	13	66.0	3:34	2:14	0:55	伯方島・大三島橋を渡り終えた所
4:20	14	70.1	(4:13)	2:49	1:25	伯方SCパーク
6:5:34	15	75.6	5:06	3:35	2:04	大島・宮窪港前
6:35	16	80.7	5:55	4:18	2:41	吉海町バラ公園
	17	86.1	6:47	5:03	3:20	第1来島大橋の下Gentlemen's Club前
	18	91.9	7:42	5:52	4:02	今治市・来島第三大橋を渡り終えた所
	19	96.2	8:24	6:28	4:33	伊予銀行前
	20	100	9:00	7:00	5:00	今治繊維リソースセンター

距離表示5km毎  
8.5km 来島第三大橋で中止  
7:30

○: 7.9km (15分)

筆者の各エイドステーションでの計画と実績(左端欄の記録)一覧表

くなりそうなので、薄い白色の手袋をはめていた手で口・鼻を軽く覆って走った。トンネルを抜けると間もなく、次々と2か所トンネルが続いたがその長さが短かく排気ガスはそれほど酷くなかった。道路を南東に下り、この辺りだった少しい低所に公園のような場所があり、仮設トイレのようなものが2台あり（大会のために設置されたものではない）、数名が並んでいた。筆者も小用を足したことを覚えている。南西の方向に下って、JR 山陽本線の線路下をくぐり、松永の広大な塩田跡地を走る。国道2号線に上り、尾道市内がすぐ先となる。

6:55、エイドステーション No.3、距離 14.9km、高西町・セブンイレブンの前に着。むすびやうどんはもう置いてなくて、何か記憶にないが、多分パンと果物を食べたのだろう。また、もう暑くなっており、水を飲んだらう。やはり、直ぐにゆっくり走り出す。緩やかな上り坂となっている道を進み、尾道造船所のクレーンとドックの新造船を見下ろした後、国道2号線に下り歩道を走ったことを記憶している。

7:35、エイドステーション No.4、距離 19.9km、尾道大橋の下に着。国道2号線と尾道水道との間の小さな空地に設けられている。何を頂いたか記憶にないが、多分パンなどエネルギー源となるもの、それに水・ジュースを飲んだらう。国道を渡ると直ぐに坂道となり、ガードレールのある狭い歩道に伸びた雑草を手で払いのけながら歩いた後、階段を上ったことを覚えている。間もなく新・旧2本となっている全長385mの尾道大橋。この旧橋は日本で初めて最大支間が200mを越え、昭和43年3月4日に完成した斜張橋であり、車道と人一人がやっと通れる狭い歩道がある。眼下の青い海には波を立てながら進む大小の船、左手には遠くに松永湾、右手には尾道市街地と浄土寺山・千光寺山、それに向島を望みながら歩いたことをはっきりと記憶している。尾道大橋を渡った所にトイレがあり、小用を足す。岩屋山横を切り開いた道を緩やかに下り、筆者が5歳から高校を卒業するまで過した尾道市向東町と筆者が生まれ5歳までを過ごした向島町との境界になっている東西橋を渡った。377号線を進み、右手に筆者が中学3年生のときの担任・数学教師の吉原先生が神主であった向島八幡神社を見た。

8:12、エイドステーション No.5、距離 24.5km、向島・肉屋「フジ」の前に着。暑さの中、スイカが非常に美味しく、多量に食べたことを記憶している。少し休んだ後、377号線を走り続ける。間もなく、福山工業高校同級生で脳梗塞のために倒れ身体を動かすことが出来ず口もきけなくなり、介護施設に入っている島居君が日立造船向島工場を早期退職して行っていた島居マリンの看板と並んでいる船台を見かけた。畑の中に積まれた大量の牛糞堆肥が臭ったことを記憶。正面が開け海。海岸に沿う道走ると岩子島に架かった赤色の向島大橋が印象深い。向島と因島との間の布刈瀬戸の青い海を眺めながら走ると、因島大橋の眺めが良くなる。

8:53、エイドステーション No.6、距離 29.0km、向島休息所に着。計画の8.4min/kmの9:04近くにと少しずつ走りが遅くなっている。因島大橋の裏側を見上げながら、多分パンや果物、それにオレンジやリンゴジュースを飲んだ。やはり少し休んで出発。直ぐに3~4人が私設のエイドステーションに立っており、多分コココーラだったらう、少し飲んだが気持悪くなり止めた。橋の裏側下を通った所から橋に向けて長い階段を上る。階段を上り切った所で今治市の「カメラのとみた」が写真撮影をしていた。そこからは多分、尾道市の細島や三原市の佐木島などが望めた。全長1,270mの3径間2ヒンジ剛トランスス桁吊橋で、2層構造の上側が車道、下側が歩行者・自転車・原付および125cc以下の二輪車道となっている因島大橋を渡り、少し進み下ると海岸沿いの道となる。

9:35、エイドステーション No.7、距離 34.7km、因島・アメニティー交流館に着。道路から少し左に入った所にある。布刈瀬戸の青い海、向島や岩子島を眺め、パンなどを食べ、ジュース・水を飲む。椅子に腰掛けて休んだ。海岸沿いの道をゆっくり走った後、海岸から別れ左手に入る。因島フラワーセンターの標識を見て走り、南側に折れ、西側に曲がり、海岸沿いの市街地に。生口橋への上りの曲がりくねった道走る。

10:40、エイドステーション No.8、距離 40.1km、レストラン シーガール前に着。直ぐに一欄表に実績を記入。

今回の大会で履いていた靴は、アシックスの短距離走用でマラソン用は購入していなかった。このため足の裏にマメが出来ている。東京ベイ浦安シティマラソンの経験からマメが出来ることを予測し、段ボール箱の一部を切り取って挿していた縫い針を用いてマメの水を抜いた。この様子を見ていたランナーの1人がマメが出来、つぶすと大変、痛くて走れなくなる、と教えてくれた。少し休み、小物入れポーチのアルミ缶に水を入れた。展望広場や休憩所があり、曲がりくねった坂道を下り、海岸沿いの81号線を右手の海を見ながらゆ



因島大橋に向けて長い階段を上る(先頭が筆者)

っくり走る。この大会のコースは天候が良いのに日陰がほぼ皆無で強烈な暑さ。

11:45、エイドステーションNo.9、距離46.2km、生口島・元瀬戸工作所前に着。ここだっただろう。建物の中に大量に置かれた地区の特産品だろう大きなみかんのような果実をボランティアの人達が目の前で何台ものジュースでジュースにしてふるまってくれ、非常に美味しかったことをはっきりと記憶している。途中で飲めるように小物入れポーチのアルミ缶に水を入れた。この水はもちろん、走りながらでなくて、立ち止まり座って飲む。海岸沿いの81号線を走る。瀬戸内海はあくまで綺麗で、すぐ向こうに三原市の佐木島が見える。この島は筆者が福山工業高校機械科1年生のときに担任教師の紹介で、三原港から船で渡り島内を歩いて回り、アルバイトで当時の御用聞きなどが用いた地図を渡されており、記載されている家屋の変更か所を確認し記入したことが懐かしく思い出される。

12:22、エイドステーションNo.10、距離49.6km、B&G海洋センターに着。100kmの中間地点。尾道市瀬戸田町・生口島のB&G海洋センターの前の芝生にゼッケンの番号順にトラックで運ばれた中間地点行き荷物(着替えなど)が並べられている。筆者は暑いのでアシックスのマラソン用長ズボンから半ズボンに履き替えた。エイドの前に並べられた椅子に腰掛け食べ・飲んだ。足のマメに溜まった水を慎重に出した後、頭から水をかけ、草原の中を少し左に折れ、海岸よりも内側を走る。さらに海岸近くの市街地に出てから、平山郁夫美術館、耕三寺を左手に見て海岸沿いとなり、印象的だった記憶がある背の高い椰子の並木通りの自転車・歩道を走る。

午後1:45、エイドステーションNo.11、距離55.2km、サンセットビーチに着。海岸の砂浜に面したところにコンクリート製の六角堂が建っており、エイドステーションに使われていた。スイカが非常に美味しく、また西に傾き始める前の太陽に照らされた海面がまぶしく美しく、感動したことをはっきりと記憶している。海岸に木の板を並べられた道をしばらく走り、海岸沿いのサイクリング・歩道を走る。生口島と大三島との間に架かる多々羅大橋の雄姿を望む。さらに進み、長い階段を上り、多々羅大橋。大橋は全長1,480mで世界最長の斜張橋。2か所の主塔付近で手をたたくと音が共鳴して「鳴き龍」と言われている。ループ状になった道を下り、少し進むと道の駅・今治市多々羅しまなみ公園に。

午後 2:40、エイドステーション No.12、距離 61.4km、大三島・大三島 IC・広場に着。エイドは道の駅建物の近くにあり、飲・食の後、芝生に寝転がってしばらく休んだらう。海岸から少し入った道を走ると海上自衛隊のヘリコプターが高台に展示されていた。「カメラのとみた」がヘリコプターと多々羅大橋の主塔を背にしたランナーの写真撮影をしている。さらに走り、大三島と伯方島との間の鼻栗瀬戸に面した海岸沿いの道で瀬戸港を見て進み、急坂を上ると近くに鼻栗瀬戸展望台があった。長さ 297m の大三島橋・アーチ橋を渡る。



第3回 2006年しまなみ海道100kmウルトラ走 平成18年6月3日 多々羅大橋 約62.6キロ地点

多々羅大橋の主塔と海上自衛隊の展示ヘリコプターを背にして走る筆者/約 62.6km 地点にて

午後 3:45、エイドステーション No.13、距離 66km、伯方島・大三島橋を渡り終えた所に着。足のマメが大きくなるとともに数が多くなっている。飲食後、しばらく休息。頭から水をかけ、ループ状の道を下り、ゆっくり走る。しばらくすると、突然目の前に造船所・新造船が現れたことを記憶している。海岸沿いの道となった。

午後 4:20、エイドステーション No.14、距離 70.1km、伯方 SC パークに着。ここは道の駅。計画の 9.6min/km (午後 9:00 にゴール・完走) の午後 4:13 過ぎと遅くなっている。多分、道の駅の建物近くにエイドがあり、おそらくこのエイドであつたらう、筆者の好物の冷しソーメンが小さな容器に入れてある。3 杯か 4 杯位食べ、一息ついた。夕方近くになり、暑さが和らぐ。しばらく走ると、佐方・大島大橋への上り道。全長 1,165m の佐方・大島大橋 (伯方島と見近島の間にかかる箱桁橋の伯方橋と、見近島と大島の間にかかる吊橋の大島大橋の総称) を渡り、海岸沿いの道を進む。この頃からだつたらうか、膝関節は痛くないが、すっかり疲れて歩いたり、走ったりして進む。また、筆者の前にも後にもランナーの姿が見えなくなることがあるが、要所要所に矢印表示がある。また、間違いそうなどころにはボランティアの方が立っており、差し指してくれた。

午後 5:34、エイドステーション No.15、距離 75.6km、大島・宮窪港前に着。ここにも好物の冷しソーメンがあり、たらふく食べた。足の裏のマメが痛いのを我慢しながら歩いたり、ゆっくり走ったりしながら、海岸沿いの道を離れ西方向に進み、317 号線から別れて比較的細い道を北方向に進んだ。

午後 6:35、エイドステーション No.16、距離 80.7km、吉海町バラ公園に着。エイドステーション撤収時刻の午後 6:45 分の 10 分前。エイドは公園内の東屋。地元のボランティアの人達は待つから十分に飲食して下さいと心優しい。薄暗くなった中に咲き誇る種々の色のバラを眺めながら飲食。筆者はこのように大量のバラを見るのは初めてのこと。海岸沿いの細い道を進み、細い川の橋を渡る。49 号線に出た。マメが痛くてゆっくりゆっくり歩く。痛くて、真に針のむしろの上を歩くようになった。石垣に距離 85km の表示があり、階段を上る所を見る。遂に午後 7:30、86km 位のところで無念の中止・リタイヤ。吉海町本庄の港だらう。丁度程なく、今治港への定期船が出

ている。リタイヤした多くの人達と乗船。筆者に近い位の歳と見える人と一緒にテーブル・椅子に腰掛け、エイドでもらった菓子を食べながら話す。しばらくすると、ライトアップされた来島海峡第一大橋（1,570m）・第二大橋（1,516m）・第三大橋（960m）の吊り橋が連なり、1つの大橋のように見える。一緒にいた人に奥さんから携帯電話で大橋に進むところでリタイヤしてタクシーに乗ったと連絡が入った。今治港に着き、下船。船上で休んだためか、ゆっくり歩けるようになった。今治城を市街地の通りの合間から望み、午後 8:58 ゴール地点となっている今治繊維リソースセンターにたどり着いた。センターに入った所に「カメラのとみた」が撮影した写真が並べられており、筆者の 2 枚の写真（この写真を複写して、本参戦記に掲載）を模擬店利用券で購入した。さらに、模擬店利用券の全てを使って生ビール・弁当・アイスクリームなどを飲食した。その後、センターの前の広場に待機していた何台もの貸切りバスに乗り、入浴施設・健康ランドへ。数個の浴槽があり、筆者は浴槽で疲れを癒すとともに、誰も入っていない細長くて深い浴槽で泳ぎ、そう快だったことを覚えている。

予約していた今治港横の菊水（ホテル、5,560 円）に宿泊。

6 月 4 日（日）せっかくだからと思い、初めて今治駅前からバスで波方へ行き、波方フェリーに乗船して大三島や大崎上島など瀬戸内海の島々を眺めながら広島県竹原港に。JR 呉線に乗り、海田市駅。JR 山陽本線で瀬野駅。別荘気分の自宅へ。

以上、63 歳にして初めて参戦した 100km ウルトラマラソンについて記した。しかしながら、制限時間 16 時間以内でのゴールは出来なかった。もし、履いた靴がマラソン用であったなら、制限時間内にゴールしただろう。このような機会は 2 度とこなかった。誠に残念。この後 6 年間、中止された年を除き、しまなみ海道 100km に毎年参戦したが、時間内にゴールしたことはない。むしろ年々早くリタイヤしている。手帳の記録によると当時、筆者はほぼ毎日自宅近くの公園に行き、スクワットや腕立て伏せなど体力増強運動などとともに、2km を 12min~4km を 24min のランニングを続けており、さらに青梅マラソンなどのマラソン大会参戦に当たっては数週間前から一段と距離を延ばし、5km を 30min~10km を 60min 位で走り込んでいた。このため、体力がそれ程落ちているとは思えない。今回は生まれて初めての 100km ウルトラマラソン参戦で気力が極端に高揚したためだろうか。

（補記）本文は下に掲載したしまなみ海道自転車歩行者道マップ（本州四国連絡高速道路株式会社）も参考として記述した。

