

プロランナーでも、実業団ランナーでもない私にとって、走ることは「趣味」といったところだろうが、それにしてもあまりにも重要性が高いように思える。大げさかもしれないが、私はランニングに何度も救われたと思っている。ランニングに最初に救われたのは、何を隠そう大学での陸上部時代であった。

私は大学から陸上を始めた、かなり珍しいタイプである。陸上経験のない私は、勇気を出して体育会陸上競技部に入部したわけだが、最終的には最高の思い出となった。完全なる初心者なので失うものがないのである。最初に出た記録会では 1500m を走り、記録は確か 4 分 50 秒くらいであったと思う。周りは「やっぱり全然ダメだな。」という反応だったが、当の本人は「夢の 4 分台が出た。」とかなり嬉しかったのを覚えている。

練習が楽しくて仕方なかった私はそこからどんどん記録を向上していき、それほど記録でなくても、期待値がゼロだったおかげで先輩方に褒められ、さらに「弱いやつが成長している」ことがチームにとっても追い風になり、人生で初めて夢中になれることに出会えたという実感と共に大学での陸上生活を過ごすことができた。

社会人になって、一時は完全に走ることをやめていたが、転職をきっかけに 4 年のブランクを経てランニングを再開した。びわ湖毎日マラソン参加標準記録である 2 時間 30 分を切ることを目標とし、5 年ほどかかってしまったが、2016 年 2 月の別府大分毎日マラソンにて 2 時間 28 分 40 秒の記録を出すことができた。初めてびわ湖毎日マラソンへの出場が叶った時は、自分事としても嬉しかったが、一緒に練習してきた仲間たちも喜んでくれたことが何より嬉しかった。

その後は記録が停滞する時期が続いていたのだが、しばらく経ったある時期に、いくつかのことが重なり、

精神的にかなり追い込まれたことがあった。

そんな時期であったが、走ることに何とか取り組むことが出来た。もちろん、直接的



2016 年 3 月 6 日 第 71 回びわ湖毎日マラソンを力走する桂さん 372 番

な解決にはならないが、走る時間を精神的な「逃げ場所」にできたことで何とか気持ちを持ち直すことができ、なんとか持ちこたえているうちに問題は時間が解決してくれた。

この経験は自分にとって「走ること」に対する考え方を大きく転換させることとなった。私にとって走ることはただの趣味ではなく、生活の大切な一部であり、人生のマストピースであることが確信できた。

この気づきがあったのが約 2 年前なのだが、不思議なもので、そこからの 2 年間で私の記録は自分でも驚くほど向上した。ハーフマラソンは 36 歳で社会人ベストとなる 1 時間 8 分 55 秒（あいの土山マラソン）、フルマラソンでは最初に述べたとおり 37 歳で非公認ながら 2 時間 24 分 54 秒（42.195 km 大阪フルマラソン大会）の記録が出た。

「元気があれば何でもできる」とはよく言ったもので、気持ちがちゃんと前を向けば、練習メニューを研究する意欲も湧き、少しばかり早起きして走る気力も湧き、練習時間の確保を妻にお願いする勇気も湧く。（前提として妻の理解と協力があることを強調しておく。笑）。これからも、周囲への感謝を忘れずに挑戦を続けたい。

以上