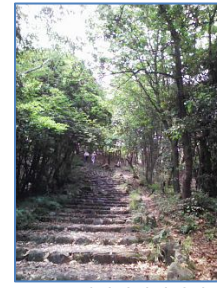


どすこい体験記 「国立公園太華山展望コース」ウォーキング(後編)

今回は、前回に引き続き「岡南路まるごと2daysウォーク 国立公園太華山展望コース」に当センターのスタッフ3人が参加した「ウォーキング レポート」(後編)をお楽しみください!

歩いて歩いて・・・ひたすら坂を登りましたが、ようやくこの階段を登れば山頂!というところまで来ることができました。仲間ともいつの間にか離れてしまい、山の麓から40分近くを自分のペースで登ってきましたが、山頂手前でようやく再会でき、なんだかほっとしました。最後の長く続く階段を登れば『山頂!』そして『お弁当!』と思うと、自然と話す声が弾みます。さて、頂上はどんな景色が待っているのでしょうか・・・



AM 11:00 山頂到着 (山頂までの歩数15,976)

山頂に到着しました。

大会スタッフから労いの言葉をかけられ、申し込んでいたお弁当を受け取り、飲み物のサービスが。忘れていた空腹感が、にわかに襲ってきました。

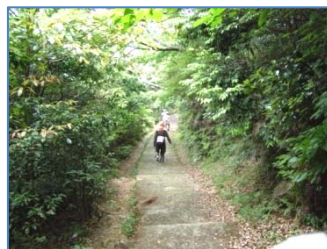
荷物を降ろし、昼食の準備をしていると三人目の仲間が山頂へ!!全員、なんとか山頂までたどり着くことができました。ここまで歩き続けることができた達成感と、時折そよぐ清々しい山頂の風を感じながらの昼食は、また格別です。山頂からの景色を楽しみながら、しばしの休息と雑談に花がさきます。



AM 11:30 下山開始

身支度を整え、下山を開始しました。ゴールとなる晴海親水公園を目指し、一歩一歩、歩きます。歩数計もリセットして、またゼロからスタートです!!

上った坂より距離は短いのですが、下り坂の階段が続くので、きつい・・・。といっても、三人で目指すゴールへの道は、たわいのない話が声弾み、雄大な景色にもしばし心を奪われ、立ち止まることもしばしば。



おしゃべりに夢中になった私達は、危うくコースアウトしそうになるハプニングもありました。その時には、一緒にコースを歩く方に助けていただきました。

また、その方がコースアウトして違う方向へ向かいそうなときは、「こっちですよ～」と、声をかけてあげました。なんだか、恩返しのできた気分です。(笑)【袖すり合うも他生の縁】とでも言うのでしょうか。



PM 2:00 ゴール

晴海親水公園に到着。出発した時と同じ景色なのに、なぜか目にしみてきます。行きにはあまり気がつかなかった歩道に植えてある花々も鮮やかに見え、私たちがゴールすることを迎えてくれているようです。

ついに、20kmを完歩しました!!

(山頂からゴールまでの歩数 13,881)

三人とも疲労困憊で、しばらく一歩も歩けませんでした。



精根尽き果てたというのは、こういうことなのでしょうか・・・。完歩賞を受け取り、大会関係者からの労いの言葉ともてなしを受け、胸がいっぱいになります。思えばここにこうして私たちが無事に完歩できたのも、多くの大会関係者の皆さんに支えられたから。大会を準備していただき、長いコースを誘導していただき、励ましていただき・・・言い尽くせない沢山のご配慮に、どれほど勇気づけられたことでしょうか。私達に有意義な経験をさせていただいたことを、とても感謝しています。

また、ゴール後に振る舞われたふぐ鍋に舌鼓を打っていると、下山途中にコースアウトしかけたところを助けていただいたお二人と、偶然にも同席に!!お互い無事に完歩できたことを喜び、また、こうして偶然にもこの大会に参加して知り合えたことに不思議な人の縁を感じます。シニア世代のお二人ですが、これから駅に向かい、公共の乗り物で帰路につかれるとのこと。一度腰をかけると立ち上がるのもやっとの私達は、恥ずかしいかぎりです。いただいたふぐ鍋は、まさに五臓六腑に染み渡る味でした。(ごちそうさまでした。)



さて、今回、大会に参加した三人が揃って完歩するという目標は達成できました。しかし、大会初参加だけあって、沢山気づかされたことがありました。

- ①私が今回持参したリュックは長距離を歩く時や、山へ登る時には、不向きということ。肩に当たる部分が堅いので、徐々に食い込んで痛くなり疲れの一因に。
- ②靴は、はき慣れたものの方がいいと考えて普段履いているスニーカーを履いて参加したのですが、長距離を歩くうちに足の脛と足の裏が痛くなり、歩き辛さの一因に。昼休みのウォーキングには全く支障なかったのですが・・・。やはり長距離を歩く時にはウォーキング用の靴を履き慣らし、持ち物もそれなりに備えるべきだと感じました。
- ③長時間歩くと、「どれくらい歩いたのだろう。今何時だろう。」と、気になるので、軽い腕時計などがあるとよかったです。できれば歩数計付き。(笑) などなど。



完歩した時には疲れ果てて、もうウォーキング大会に参加することはないだろうと思いましたが、この完歩証を眺めていると「次に参加するときには・・・」という妄想がわき、元気がでてくるのは何故でしょうか!

今の目標は、萩往還に参加して35kmコースを完歩することです。焦らず、無理をせず、少しずつ努力を重ねていこうと思います。