

# SAIPAN マラソン2012

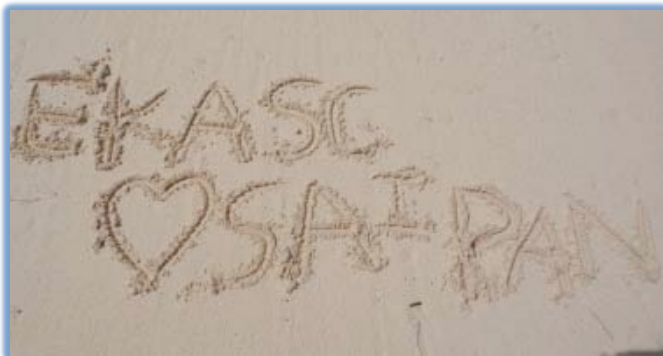


去年に引き続き、今年も SAIPAN マラソンに出場しました！



当院のマラソンチームは今大会で出場2回目です。  
今回の出場メンバーは・・・

張先生、松尾Ns、白石PT、日高PT、阿部PTの5名です。



平均気温30度を超える  
トロピカルアイランドの  
サイパンマラソンは、  
無事完走することが  
できたのでしょうか・・・？

## マラソン当日！！

午前4時にホテルを出発！スタートののを待ちます☆



みんな緊張した面持ちでした。  
念入りに各自ストレッチを行います！

あれっ？よく見ると日高PTは白いものを履いているような・・・



そーなんです！！

今回のマラソンは去年より

バージョンアップ☆

この相棒（白鳥？）の

仮装をして参加しました！

衣装の甲斐あってか  
スタート前から3回も  
インタビューをうけました！！

周囲の目が気になりつつ、スタートの時を待ちます。



今年は間寛平さんが新設した  
50kmコースも加わり、  
バリエーションの多い大会とな  
りました。

さあ、いよいよスタートです！！



午前4時30分  
寛平さんのピストルの合図と  
共に、それぞれゴールを目指  
して出発しました。

これから長い長い 42,195 kmの道のりが始まります。

20km地点にて☆



今回は松尾Ns、白石PT、阿部PTの  
3人で協力してゴールを  
目指しました！！





一方、当クリニックの歴代記録更新を狙っていた日高 PT は・・・

果たしてこの後どうなるのか・・・??

そして、いよいよゴールへ  
1番最初にゴールしたのは・・・



なんと松尾 Ns、白石 PT、阿部 PT  
でした！  
タイムは、5時間36分！！  
記録更新です！

あの、ゴールした瞬間の達成感が  
何ともいえません！！

続いて、ゴールしたのは・・・





白鳥姿の日高 PT！！  
途中からバテバテでしたがなんとか  
最後まで到達しました！



そして、張 Dr もゴール！！  
腸脛靭帯の痛みに耐えながら無事に  
ゴールへ！！  
これで全員完走を達成しました！！



～感想～

松尾 Ns

今回は、マラソンだけではなく、海外渡航という経験をさせて頂きました。サイパンは、北マリアナ諸島に属し、言葉はチャモロ語と英語です。以前は、アメリカ領として戦地になり、今も戦争の傷跡が残る土地です。各所に戦車や防空壕が残っていました。

バンザイクリフという場所に行ってきました。バンザイクリフは、戦時中、敗戦の色が濃くなった時に日本兵や日本の人々が万歳と言いながら、切立った崖から身を投じた場所です。

当時の日本の方々が遠い北の日本を見つめ、何を思って身を投じていったのか考えました。戦争が残したものの、そして今ある平和。すべて与えられたもので、これから私たちが受け継いでいかなければならないと思いました。

マラソンに関しては、42,195 kmという長い道のを独りではなく、チームで完走出来た事が一番の成果だと思います。脚が前に進まず気持ちが折れそうなときも、メンバーが居てくれたからこそ、走りきることが出来ました。また、同じランナーやサポートの方々とのふれあいも楽しく、人との繋がりを感じるマラソンとなりました。このような機会を与えて頂き、ありがとうございました。

今回の経験を活かして行きたいと思います。

白石 PT

SAIPAN マラソンに参加させて頂き、正直最初は走れるか不安でしたが、ゴールした時の達成感は今でも忘れられません。

フルマラソンを走るのは初めてで、自分でも完走できるとは思ってもいませんでした。

今回のマラソンは、松尾 Ns と一緒に完走を目指して走りました。

前半は調子が良く走れたのですが、30km過ぎたあたりから気温も一気に上がり足も前に出なくなりました。ペースも落ち、何回も挫折しそうになりました。その度に、松尾 Ns や他のランナーが声をかけてくれ、すごく励みになりゴールすることができました。

何よりも2人でゴール出来た事が一番嬉しかったです。

決して自分独りで走っていたら、途中で諦めて歩いていたと思います。本当に一緒に走ってくれる仲間や、周囲の人のおかげでゴールできたと思います。

今回のフルマラソンでは、人と人との繋がりや、仲間がいてくれる心強さだったり、周囲の協力があったのゴールだったと思います。普通では経験することのできない貴重な体験をさせて頂きました。今回、サイパンマラソンを通じて経験したことを日頃の業務にも生かしていけるように頑張っていきたいと思います。ありがとうございました。

日高 PT

今回、2年連続でサイパンマラソンに参加させていただきました。前回は沖田 Ns のサポートという役割でしたが、今回は記録を狙うという事で意気込んでサイパンへ向かいました。練習も積んできたつもりだったのでそれなりのタイムは出せるのではないかと考えていました。

今回は昨年と同様のう〇こ帽子+白鳥の履物をしてマラソンに挑みました！

スタート前から色々な人に話しかけたりされて徐々に興奮度もあがってき、ついにスタート。今回のメンバーに「いってきます」と元気よく言ってスタートしました。朝 4 時半のスタートだったためすごしやすい天候ではありましたが、15km をすぎたあたりから徐々にペースダウン……20km をすぎてからは遂に足が動かなくなりました……

途中、歩き出してしまっただけからはいつ後ろから他のメンバーがおってくるかヒヤヒヤしながら歩を進めていました。そのままずっと歩いていると、2 回目の折り返しをおえて少ししたところで白石 PT、松尾 Ns とすれ違いました……

「これはまずいな……」と思い、また走ろうとしましたが、やはり足は動かず……遂に 30km を過ぎたあたりで 2 人に抜かれてしまいました。もちろん、抜かれた後もついていく事ができず、差はどんどん広まっていく一方でした。

精神的にもピークをむかえていましたが、周りのランナーや給水所に待機している地元の方々、沿道の方、通りすぎる車のドライバー等、色々な方から声援をいただきました！声援をくれる方は皆さん笑顔がとても素晴らしく、自分の頭の中から「リタイア」という言葉を消し去ってくれました。今回のマラソン参加で改めて、人と人のつながりの大切さを強く感じる事ができました。去年は様々なことが起こり、未だに問題は山積みです。今回の経験を今後、自分の糧にして生活していきたいと思います！

#### 阿部 PT

初めてのフルマラソンに松尾 Ns、白石 PT のサポート役として挑戦させていただきました。完走できるか不安でしたが、何より女性陣に置いて行かれないか心配でした。今回、無事最後まで辿り着くことができました。

はじめの 20km はサイパンの景色を楽しむことができ、とても気持ちよく走れました。しかし、30km を過ぎたあたりから足が棒のような状態になり、とても苦しくなりました。残り 35km あたりからは、1km がそれまでの何倍も長い気がしましたし、バスや自転車で横を通過する人たちがとても羨ましく感じました。マラソン終盤は根性で足を動かしました。終盤になるにつれて、あまりサポートができなかった気がしますが、3 人で揃ってゴールテープを切ることができ、本当に良かったと思います。達成感や感動は予想を遥かに超えるものでした。心がきれいに洗われた気がする程でした。

マラソン終盤には日本からの参加者や現地の方々の応援が多く、とても心強かったです。明らかに私たちより辛そうな方でも、声かけをして下さり、「絶対走りきるぞ」という気持ちが幾度も湧きました。マラソンはチームプレーではありませんが、参加者同士で助け合い、「チーム」を感じる事ができました。

サイパンはすごく温暖で、非常に心地良い気候でした。日本人観光客だけでなく、中国や韓国からの観光客も多かったことに驚きました。サイパンに到着してから 2 日間は観光をさせていただき、日本では味わえない経験をしました。



今回、海外でフルマラソンや観光など、非常に貴重な経験をさせていただきました。院長はじめ副院長、病院スタッフの方々、ありがとうございました。