

老いるショック

会津バスケットボール協会 室井 富仁

私は今まで2度の「おいるショック」を経験してきた。1回目は1973年第4次中東戦争で日本中のスーパーからトイレットペーパーがなくなった「オイルショック」。2回目は現在進行中の「老いるショック」。しかし今回いかに自分の「老いるショック」が生易しいか思い知らされた出来事があった。

先日浜松に住んでいる弟夫婦が、両親の墓参りをするために久しぶりに会津に帰ってきた。二人とも静岡の教員を退職して悠々自適の生活を送っている。現職の頃から比べると痩せてしまった弟の姿を見て、私は一生懸命毎日運動することの重要性を説き、1日30～60分くらい歩いたり、走ったり、筋トレをするといよいよ自信満々に話した。

一通り私のトレーニング生活の自慢話を聞いた弟夫婦たちは、ニコニコしながら巾着袋から不思議なメダルを取り出して見せた。「6(シックス)スター・フィニッシャー」というものすごいメダルで、5センチ四方のずっしりした重さのメダルが6個つながっている物だ。弟ではなく奥さんが獲得したマラソンの勲章である。

「6スターフィニッシャー」メダルとは世界6大フルマラソンに参加し、完走した選手に与えられる、マラソンの世界では知る人ぞ知る世界的な名誉ある勲章だそうだ。6大マラソンとは、「ボストン」「ニューヨーク」「シカゴ」「ベルリン」「ロンドン」そして「東京」マラソンである。これらのマラソン大会は誰でも申し込めば参加できるのではなく、標準記録を突破するマラソン歴を持ち、しかも数多い参加者の中から抽選で選ばれて初めて参加できる。彼女は東京マラソンに5年かけて抽選に当選したようである。

しかももっとすごいのは、これらの大会に参加するのに全て一人で航空チケット、現地ホテルを手配し、たった一人で大会に参加したことである。外国に1人で行くだけでも容易でないのに、それにプラスして42・195kmの試練。まさに「死(4)に(2)行(1)く(9)ゴー(5)」である。ちなみに、6大会だけでは物足らず、その他に海外はアムステルダム、ベニス大会などを含めて22回、国内は8回のキャリアだという。

彼女はこれだけのマラソンレースに54歳から参加して63歳の現在まで継続している。若いころからバスケットボールをプレイしていたので体力はあったのだろうが、ここまでやっているとは思ってもよらなかった。1日10～20キロメートル走り、大会1か月前になると優に300キロメートル以上は走るといふ。1日3km程度走って天下をとっていたような気分だった私は思わず「すみませんでした」とあやまった。

何が目的でそんなに走るのか聞いたら、「走るのが好きだから」「走り切った達成感を味わいたいから」。出産後の体力回復から始めたランニングトレーニングが継続は力なり。そして、ただ走っているだけではもったいないからとマラソン大会に参加してみたら優勝。その後病みつきとなったという。

齢をとると老後の生活ために「貯金」することに心を砕く毎日であるが、本当に大切なことは「好きなことをする」「達成感の喜びを味わう」ための「貯筋」ではないかと思った。上には上がいる。三浦雄一郎や郷ひろみのような有名人だけではなく、自分の身近にも凄い人間がいる。老いてなをショックを受けるべし。