

＜新緑の扶美華ロード＞

初日：佐伯～日向 86km

扶美華とは私の娘の名前で、高校は延岡学園附設尚学館高校に通っていた。普段は電車だが、時々車で送迎することもあり、佐伯～北延岡までの道を扶美華ロードと呼んだ。

4月22日、火曜日午前4:30、妻に見送られて出発、逸る気持ちを抑えきれず30分早い旅立ちだ。

装備は最小限に止めた。ナガオカスポーツ用達の中リュックに、合いウインドブレーカー上下、予備ランシューズ、ランアンダー長袖、ソックス、ぞーり、簡易カップ、薬一式、ケイタイ電話、懐中電灯、下着上下一組、そして5個の愛妻おにぎり計3.5kg。この中で必携品は、ケイタイはもちろんだが懐中電灯だ。単3電池3本入り72時間対応の細長いやつで、早朝出発のジャーニーランには欠かせない。他にカップも必要だ。ウインドブレーカーでは、雨は防ぎきれない。おにぎりを5個も持ったのは、番匠橋を渡ると北延岡までの50kmはコンビニも店も皆無だからだ。独り旅では、「持てるだけ持つ」が鉄則である。頭の中に補給の二文字を叩き込んでおかなければならない。そして、リュックの目立つ所に、本人の住所氏名、緊急連絡先を明記したプレートを付けた。健康保険証も持ち、いつでも事故病気に対処できるようにしておく。

出で立ちは、下からミズノウエブエアロワイド、アシックスランニングタイツ蛍光ブルー、インナーはデソトトライアスロンシューズ赤、上はパールイズミバイクアンダーシャツ黒長袖、その上にバイク用半袖ジャージ蛍光イエロー、頭にはナイキランニングキャップ白、腰にはナイキランニングボトルホルダーに500mlのボトルを差し、前掛けにしている。リュックの底部に接触するからだ。そして、ベルトには小タオルを挿んでいる。汗ふきにもなるし、帽子の後ろから垂らせば、紫外線から首筋を守ってくれる。

自転車の練習でもそうだったが、ジャーニーランも地味な色合いの服装はいけない。存在を他にアピールする様な色にすべきだ。何も好き好んでのことだけではないのである。

初日の戦略は、家から27kmの重岡駅に8:00までに着いておくことだ。直川を過ぎると宇目ドライブイン跡まではかなりな上りなので、時間的に余裕をもつ。初めからガンガンいくことは、ジャーニーランでは禁物だ。後が続かない。

家から5.5km番匠川の土手を走ると10号線と合流する。門司から192kmの標識がある。これが272kmになる所が今日のフィニッシュ地点だ。ウルトラを知らない人々にとっては気の遠くなる様な距離だが、我々にとっては何でもねえ、どげえかなるさだ。そう考えると楽しくなる。やっぱ俺たちアホなのか。

私は、ジャーニーランでは25分間走って5分間歩くことにしている。しかし10号線は距離表示が100mおきにあるので、距離制でいくことに決めた。4.5km走って500m歩くという風になら。と言っても、このペースを守れるのは前半だけで、後半は野となれ山となれ式になる。走りたくなったら走り、歩きたくなったら歩く。ランだからと言って全部が全部

走るわけではない。むしろ歩く方が時間的には多いかも知れない。歩くことを肯んじなければ、ジャーニーランはできないと思った方がよい。

20km 付近で下りの電車が追いかけて来た。娘は、これで通学してたんだな。その娘が乗っている様な気がして、思わず「ふみか！」と叫んで手を振った。なんたって扶美華ロードやからね。

宇目ドライブイン手前の心臓破りの坂はキッチリと歩き、思惑通り 7:40 に重岡駅に着いた。ここで小休止する。トイレは身障者用のを使わせてもらった。広いし、洋式だから楽だ。ジャーニーランでは、トイレは洋式に限る。和式でしゃがむと、膝に負担がかかり走れなくなることがあるからだ。まあ、急を要する場合はそうも言っておれないが。

おにぎりを 2 個食べ、自販でお茶を買いボトルに詰めた。ここを出ると市棚駅までは自販機なぞない。ただ、沢はいっぱいある。ボトルが空になれば沢の水を汲めばいい。自転車練習で何度も来たことがあるので、その位置は知っている。

さあ、これからが本日のハイライト、扶美華ロードの真骨頂宗太郎の下りだ。車は来ない。車線の真ん中を思い切り走る。カーブカーブの連続、緑がいっぱいだ。

宗太郎の部落を過ぎ県境で 40km、おにぎり 2 個とホホタレ鰯を食べる。恰好の塩分補給になった。10 号線に沿って流れる鑑川は、北側との合流点までは清冽そのもので、番匠川なぞ比べ物にならない。全国でもトップクラスだと思うが、車からでは窺えまい。これが走ることの魅力なんだ。ワーイ、ざまあみろ！ってな感じだよ。

市棚駅を通過してしばらくすると、ママチャリのお爺さんに出会った。「どこまで行くとね」、「日向です」、「まだまだ遠かとよ、気いつけて行かんとね」との会話。語尾が上がる日向弁には癒される。扶美華によると、宮崎の人は自分たちのアクセントが正常だと思っているらしい。「フミカ、あんたなまちよつとよ」としよっちゅう言われたそう。

326 号線との合流点で 47km になる。足も止まり気味でおにぎりは食べつくしたが、コンビニまではまだ 5km はある。合流点の手前のトンネル入口を左折すると、旧北川役場がある。ここに何かあるはずだと思い 500m 程行くと、ありました！コンビニ、ジャーニーランの生命線だ。早速、水とソフトクリームを手にいれ歩きながら食べる。距離が長い時は、小休止以外では止まらないことが原則だ。従って、コンビニで仕入れるものは、歩きながら食べるのできるものを選ぶ。過去のジャーニーランで学びに学んだことだ。

冷たいものを腹に入れたので、元気が戻った。道の駅「はゆま」の危険な峠を避けて、北川沿いを大きく迂回した。1km ほど遠回りだが、通りがなくて安全だ。

北延岡駅を過ぎると、すぐに延岡学園の入口である。ど派手な色の校舎が見えた。ここで扶美華ロードに別れを告げ、間もなく延岡市街に入る。60km 地点、12:30 である。あと 26km となった。もう急ぐ必要はない。

延岡～日向までの、ウンザリする様な市街地を、歩いて走って、しばしば休んで、日向市役所近くのビジネスホテルルミエールに着いた。16:30、ドンピシャ 12 時間、86km のジャーニーラン初日が終わった。

即、コインランドリーで着て来たものを洗濯する。その間に、ビール 500ml を空け、終わり次第、一階の居酒屋に駆け込んだ。宿泊客にサービスの生 500ml と冷汁定食、さらに

生 1000ml を注文する。ここの冷汁はバカウマで、がつつと掻き込んでおかわりした。癖のあるイモ焼酎で締め、部屋に上がり 20:00 には寝た。

ジャーニーランでの宿泊はビジネスホテルがよい。コインランドリーと居酒屋付きでなくてはならぬ。料金は¥5000 以下だ。

3.5kg の装備といえどもバカにはならず、最後の方は背中が痛んだが、予定通り 12 時間で日向まで来た。筋肉痛以外は、関節などどこも無事で、「俺もやるもんだわ」と日頃のハードなウエイトトレーニングに感謝しつつ、眠りに落ちた。