



特集 トライアスロンに迫る

第25回トライアスロン芭蕉レースに挑戦してみた。

Challenging the triathlon.



挑戦者：企画情報課 広報広聴班 佐々木 直幸（28歳）
トライアスロン歴0年

なぜ挑戦するのか？
小さな疑問と興味

にかほ市に夏の到来を告げる芭蕉レース。決して楽ではないその競技になぜ選手達は挑戦するのだろうか。ゴールの先に何が見えるのだろうか。その小さな疑問は私の中で大きくなり、その疑問に答えを出すべく挑戦を決心しました。

そう、「トライアスロン芭蕉レース象潟大会」に。

トライアスロン完走に向けての準備

今年1月、芭蕉レースを完走するために、自分の体力がどの位あるのか把握したところ、水泳が非常に苦手であることが分かりました。完走への自信が無くなりかけましたが、芭蕉レースには51・5kmの距離を走る「一般の部」と37・75kmの距離を走る「ちよべつと」の部が設定されており、水泳に自信のなかった私は迷わず距離の短い「ちよべつと」の部にエントリーすることにしました。

このように初心者向けコースが設定されているのは

芭蕉レースの魅力の一つでもあります。

トレーニングの開始
その方法と施設の紹介

完走を目指すには、当然練習をしなければなりません。私は今まで、選手達は常に過酷で特別なトレーニングをしていると考えていました。決まっていたとは思っていませんでした。具体的には、ランニングや水泳、自転車の基本的な練習をおろそかにしないことが大切で、私はいずれか1種目を週に1回はこなすことを心がけました。さらに大会の2カ月前からは週3回に増やし芭蕉レースに備えました。

トライアスロンに挑戦したいけど運動する場所やトレーニングに行く時間が無いという話を良く耳にしました。しかし、にかほ市にはトライアスロンに必要な環境が十二分に整っています。水泳の練習は象潟B&G海洋センター、雨の日でも運動することのできる施設としては仁賀保勤労青少年ホームのトレーニング室などがあります。海洋セン

トライアスロン前夜祭に
潜入取材

芭蕉レースの競技説明会が終わると、象潟シーサイドホテルを会場に前夜祭が開催されました。これは主に市外から参加する選手たちに、にかほ市の魅力を知ってもらい、なおかつ選手同士の交流を目的に行われているものです。

前夜祭では「にかほ☆あげそば」などが振る舞われたり、ダンスの余興などが披露され、大会前日の夜に華を添えていました。

また、和やかな雰囲気というところもあり、私自身多くの選手に貴重な話を聞くことができ、それだけでも参加する価値のある前夜祭でした。



前夜祭での華風舞の余興

芭蕉レース開催
緊張の瞬間

7月15日、レース直前の天候はあいにくの雨、気温は約25℃。しかし選手たちの熱気で気温以上に暑く感じた象潟海水浴場からレースは始まりました。

高い波、濁った水
困難を極めたスイム

スイムは波が若干高いこともあり、練習のような泳ぎはまったく出来ませんでした。仕方なく海に張り巡らされているブイに捕まりながら泳ぐことを私は決意しました。

泳ぎが下手だと溺れたりしないのか。と思われるかもしれない。芭蕉レースではライフセーバーなどの安全対策が十分取られており、私は危険を感じることなく泳ぎきることができました。むしろライフセーバーの方々が頻りに声をかけてくれ、初心者にとっては嬉しい配慮を感じました。スイムの順位は34人中24位と後方からのスタートとなりました。

美しい景色と雨と霧
バイクコース

スイムを終えるとレースはバイクへと移り、私が自転車に乗り換えると雨と霧が行く手を阻み、そして、勾配12%の急坂を迎えます。この急な坂を登り始めたところ、何人かの選手は自転車を下りて押している姿を見かけました。あとで話を聞くと何人かはこの急坂でリタイアしたとのこと。

しかし、ここを乗り越えようとゴールが目に近づいてくるので私も一杯の力を振り絞ってペダルを踏み込みます。あまりに頑張りすぎたのか大会後1週間も筋肉痛がとれませんでした。さてバイクを終え順位は34人中14位に上昇。



あまりの急坂に苦笑いの私

にかほ市 トライアスリート の順位
※一般の部（216人）上位5名を掲載

順位	氏名（行政区）
36位	富樫 悠也（松ヶ丘）
40位	佐々木 昭（小浜・唐ヶ崎）
52位	谷口 滋彦（平 沢）
62位	伊原 文明（夢が丘区）
81位	工藤 直光（34 区）

バイクを終え、ゴールに向かいひたすら走るだけとなりました。しかし、肉体は限界を迎え、体は重く、足はまさに棒のような状態。この他人のような足を動かす原動力となったのは、市民の方の声援でした。応援されることに慣れていない私は嬉しくなっていました。応援も和らぎました。声援は選手の間にも伝わり、感じた瞬間でもあります。そして、最後の力を振り絞ってゴール！。テープを切るときは圧倒的な達成感を感じた。結果は34人中12位。上半分以上を目標にしていた私としては大満足の結果となりました。

力を振り絞れ
完走へのラストラン

なぜ選手達はトライアスロンに挑戦するのか、ゴールの先に何が見えるのか、その疑問の答えを探そうと芭蕉レースに参加しました。

芭蕉レースを終えて
ゴールの先に見えたもの

選手たちを厳しくも暖かく受け入れてくれる豊かな自然環境、雨の中レース運営に携わってくださった多くのボランティアの方々に、そして長い距離を走りきることのできる自身の健康、この3つのことへの感謝の気持ちでした。

そして、少しでもトライアスロンに興味を抱き、挑戦したいと思ったのなら、芭蕉レースは、いつだって皆さんを待っています。



充実した設備が整う
仁賀保勤労青少年ホーム



水泳や持久力向上には
象潟B&G海洋センター



選手とボランティアで賑わう
象潟構造改善センター

7月14日、芭蕉レースの前日にもなる市内のいたるところでトライアスロンのコース案内看板などが目に入り、自然と気分が高揚しました。受付とバイクコース下見をしようとして受付会場となっている象潟構造改善センターに行くと、多くの選手たちやスポーツ用品を販売するお店などで賑わっており、まるで小さな祭りのようでした。

また、バイクコースの下見はバスに乗りして行われるのですが、ここでもバイクコースの説明にとどまらず、にかほ市の歴史や観光名所の説明などがされ、選手たちは熱心に耳を傾けていました。

芭蕉レース当日
知られざる裏側