

アタカマクロッシング

樺澤 秀近

日本から見て地球の反対側にあるチリ。そんな遙か遠い国にあるアタカマ砂漠でおこなわれたレースに出場しました。私はこのような砂漠レースに出場するのは3回目です。これまでモロッコとエジプトのサハラ砂漠でおこなわれたレースに出場しています。そして海外に出るのも3回目です。つまり海外は砂漠レースにしか行ったことがありません。言葉もできるわけではないので私にとって遠い砂漠でおこなわれるレースに参加することは仕事の休暇・費用・言葉で非常に壁の高いものです。



最初は2007年にモロッコでおこなわれた **Marathon Des Sables** に出場したのですが、それが最初で最後、人生最大のチャレンジのつもりでした。しかし今は、砂漠レースの刺激なしにはいられなくなってしまっています。このたびチリ在住の皆さまにレポートを書く機会をいただきましたので、砂漠レースの楽しさを少しでもお伝えできればと思います。

■どんなレースなのか

アタカマクロッシングは **Racing The Planet** という団体が運営している砂漠でおこなわれるランニングレースです。レースはシリーズになっていて、3月にチリのアタカマ砂漠、6月に中国のゴビ砂漠、10月にエジプトのサハラ砂漠、そして2年に1回南極でおこなわれています。南極のレースに出場するためにはアタカマ、ゴビ、サハラのうちの2つを完走している必要があります。

レースは7日間6ステージで約250kmを走ります。毎日決められた距離を走りキャンプ地で睡眠をとります。食料、衣服、寝袋など必要な装備は選手自身が背負って走ります。装備の重さは10~12kg程度です。主催者からは水のみ提供されます。水の補給は約10kmに一度のチェックポイントで1.5リットル、毎日のキャンプ地にゴールしたときに4.5リットル渡されます。選手は走るだけでなく限られた水と装備で工夫して過ごす必要があります。

■どんな人が参加しているのか

砂漠のレースは過酷だと言われていますが強靱なランナーばかりが参加しているわけではありません。選手のおおよそ半分がランニング愛好家（もしくはアスリート）、残りの半分は自分の足で砂漠を越えて行きたいという冒険家や旅人です。

■アタカマ砂漠の環境

アタカマ砂漠は非常に変化に富んでいます。大部分は石が転がっている固い地面ですが、山を越えたり、砂丘を駆け下ったり、川の中を進んだこともありました。アタカマ砂漠独特のコースはアタカマ塩湖と呼ばれている塩の固まった地面です。塩湖といっても水はほとんどありません。かつては湖（または海）だったと思われますが塩を含んだ湖が長い年月の間に干上がって塩が残り溶岩のようにでこぼこの地面になります。このような場所はほとんど走れませんし足元が不安定なためとても疲れます。



気温は朝は 5~10℃、日中は 40℃前後まで気温が上がります。気温差が大きく暑いだけでなく寒さにも注意をする必要があるのもアタカマ砂漠の特徴です。これはアタカマ砂漠が非常に乾燥していることに加え標高が 2500~3000m という高地であることにもよります。気圧が低く空気が薄いため高山病になってしまう人もいます。心配な選手は高山病の薬を持っていたり、レースが始まる 1 週間くらい前にアタカマ砂漠に入って高地に体を慣らしたりして工夫します。

■レースの目標

今回のレースの目標は完走でした。ある程度上位で走るための準備はしてありますし順位が気にならないかといえば気にはなるのですが、順位はおまけで完走が危なくなるような勝負のかけ方をするつもりはまったくありませんでした。前回 2009 年にエジプトのレースに出場したとき、私はステージ 2 で体調が悪くなって前進できなくなりリタイアしたという経験があります。そのときは私自身も「こんなところまで何しに来たんだろう」という気持ちになりましたし、一緒にレースをした仲間達も心の底から喜べなかったのではないかと思います。実は今回のアタカマでは日本人が 7 人出場していますが、そのうち私を含む 5 人は 2009 年にエジプトで共に走った仲間です。そのため今度こそみんなでお祝いしようという気持ちが強くありました。

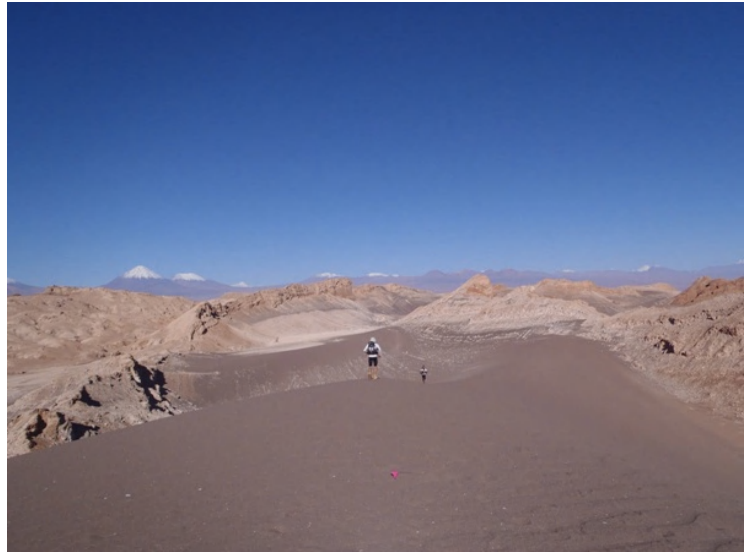
■レース展開

ステージ 1 は標高 3200m がスタート地点でアップダウンを繰り返しながら標高 2600m まで下って行きます。標高が高いこともあり無理をせずゆっくりと行くつもりでした。4 位でゴールしてしまいました。良い位置でレースしていたため少しがんばりすぎたという感じはありました。

ステージ 2 は朝起きるとひどく筋肉痛がありました。このステージの特徴は溪谷を流れる川です。何度も川を渡り、時には川の中を進みます。4 人ほどの集団で進んでいたのが川が深いところはみんなて手をつないで助け合いました。後半、調子が悪くなり「またか」と思いました。しかし順位がどうであっ

でも必ずゴールにたどり着くという気持ちだけ強く持ち順位は29位と大きく後退しましたが、なんとかゴールすることができました。

ステージ3とステージ4は、ここまでの疲労を抜くように、がんばらないようにレースを進めました。ステージ5がオーバーナイトと言われる70km以上と距離の長いステージで、そこで順位を上げたいと考えていたためです。良い状態でステージ5のスタートに立つために無理をすることはできません。特にステージ4ではアタカマ塩湖の横断があり走れないでこぼこの地面が10km以上続く場所があり、厳しいものでした。体力の消耗を抑えつつステージ3は11位、ステージ4は8位と思ったよりも良いポジションを保つことができました。



ステージ5は予定通りにあまり疲れていない状態でスタートすることができました。しかし踵の皮膚がめくれてしまってるので痛みはあります。距離は73kmあり上位集団は日が沈む前にゴールすることもできますが、大部分の選手は日没後もヘッドライトを付けてレースを続けます。最初は先頭について先頭の走りを見て、途中から一度ペースダウン、後半はまたペースを上げていきます。レースとしては全体的に一定のペースで行くのがよいのですが、がんばればしばらくの間ついて行けるトップ集団と一緒に走るという経験も貴重なものです。後半60kmから先くらは走れなくなりゴールを目指して速く歩くという苦しいものになりました。ゴールまで残り5kmくらいのところで3人の集団になり握手を交わしたのちラストスパートして戦ったのはとてもよい思い出になっています。7位という素晴らしいポジションでゴールすることができました。

最終日ステージ6は距離は10km程度と短いです。ここまで来ると前後の選手とのタイム差もだいぶ開いていて順位はほとんど変わりません。しかし私の場合は3分半差で後ろの選手が迫っていました。1人に抜かされても特に何か問題があるわけではないのですが、追ってくるなと思ったので逃げることにしました。全ての力を出し切ったほうが気持ちが良いのでゴールまで全力で走り抜けました。最終的な順位は9位でこれも満足でしたが、ゴールしてみればやっぱり「完走できて良かった」が一番の気持ちでした。ゴールした後は、日本人選手、レース中に一緒に走った選手達と写真を撮り喜びを分かち合うことができました。

■ 砂漠レースの魅力

砂漠レースの魅力は人とのコミュニケーション、そして何もない環境から生まれる精神的な豊かさだと感じています。

このレースの最大の特徴として毎日キャンプをしながら走るということがあげられます。1日で終わってしまうレースだとスタートするときに集合しゴールしたら帰ってしまいますが、砂漠レースでは毎日他の選手と顔を合わせ寝泊まりします。そのためお互いに苦しい場面を乗り越えるのを見ていたり、今日の出来事について語り合ったりするため、とても濃密なコミュニケーションがあります。残念ながら、私の場合は英語があまりできないので言葉でのコミュニケーションは少ないのですが、言葉は交わさなくても競った選手がそれだけ苦しいトレーニングをしてきたかわかりますし、一緒に走っていて相手の想いが伝わってくるような気がします。ゴールをすると自然に相手と抱き合い握手をする・・・そんな雰囲気が出来上がっていきます。



砂漠には何もありません。「なのになぜそんな大変な場所に行くの」とよく聞かれます。何もないのが心地よく1週間シンプルな生活をする事で心のリフレッシュをしているように思います。またレースは実際に砂漠にいる間だけでなく、レースの何カ月も前からいろいろ想像しては準備をし、レースが終わっても共にレースを乗り越えた仲間とは話が尽きることがありません。このレースは心を人生を豊かにしてくれています。

私にとって砂漠レースとは何なのか・・・それを一言で表現するのはとても難しいです。しかし今回NHKの番組制作のために取材に入っていた方が私にインタビューし、とても良い言葉をくれました。

「地球を舞台にした究極の遊び」

ではないかと。

■最後に

レースのステージ5の2日目（1日でゴールしている選手にとっては休日）、日本では大地震がありました。そのニュースはレースのキャンプ地にも伝えられ多くの選手が「日本の家族は大丈夫か？」と声をかけてくれました。キャンプ地に伝えられる情報はわずかなので、事の重大さを知るのはレースが終わったあとのことになりました。最終日の夜のパーティは日本の被災者のための黙とうから始まりました。本当に多くの海外の方が日本を心配してくれています。私は大地震があり余震が続いている時、その直後の混乱している時には日本にはいませんでしたが、これから少しでも何かできることはやっていくつもりです。