

[いざ出陣!!編集する](#)

2010 年 02 月 27 日 23:34 [友人の友人まで公開](#)

4 view



屋間、ビッグサイトで行われている事前受付に行ってきました。

屋内では「東京マラソン EXPO」が開かれ、イベントが盛りだくさん。

もうこうなったら、腹をくくって出るしかない🍷

11 月から、毎週末に 10～20km を走り、行けるかなと思いつつ👆

先々週 30km を走ったら、下半身(股関節、膝、足の裏)を痛めてしまい、

先週と今週はおとなしくしていました。👇👇👇

練習量は不足だけど、記録狙いではないから、行けるよね…。

(ちなみに理想は 4 時間半くらいかな!?)

今回の目標は、「爽やかにゴール🌟」

きっと明日は全身ボロボロになるんだろうけど、気持ちは楽しく、

くたびれた顔でのゴールにだけはならないようにしようと。

(どこかでカメラが回ってるのかもしれない!?)

ちなみに東京マラソンのキャッチフレーズは

「東京がひとつになる日。」

ええ、ええ、なりましょう!!👍

東京バンザ〜イ



42.195km の旅編集する

2010 年 03 月 02 日 02:43 友人の友人まで公開

6 view



はい、無事、完走できました!👍

振り返れば、イベント盛りだくさん、思い出盛りだくさんの 42.195km でした。以下、スタートからゴールまで、5km 単位で振り返りま〜す📅

★スタート

手荷物を 8:30 に預け、スタート地点に向かうと、雨が強くなり、身体は冷える…。それでもおれはわりと厚めの上着を着ていたけど、隣にいた半袖ランナーは鳥肌が立ってるよ…。(→この雨は、やがてみぞれに…。🌨)

その後、通勤ラッシュ状態なほど、人が溢れかえる。外国語も飛び交っている。これが気分を高揚させる!? 実は、前日は緊張気味でよく眠れなかったけど、それがうそのように、出発が待ち遠しくなってきた。

9:10、花火が上がり、先頭集団はスタートした様子。周りのランナーもぞろぞろと歩きだし、おれは 13 分遅れでスタート地点を通過!! よしっつ、行ったるでい👏👏

ちなみにスタート地点では、大会の司会者が場を盛り上げてくれる。

司会者:「今回初参加の人、両手を振って下さ〜い」

ほとんどのランナー: (両手を上げて)「イエーイ!!」

これを上空から撮影すると、よく広告で使われる写真のような光景になるわけだ!! うまいなあ、司会者!!👏

【記録】

0km 地点

タイム(スプリット) 約 00:13:00

タイム(ラップ) --:--:--

経過時刻 09:23:00 頃

★0～5km

🗺️都庁～歌舞伎町～市ヶ谷～飯田橋

歌舞伎町、夜の繁華街をブラブラしていた時期もあったけど、
この街がランナーで埋もれるのが、いちばん異様だったなあ…。

【イベント】

長蛇のトイレ ～その①～ 🧑🧑

スタートしてすぐのトイレに駆け込むランナー達!! そりゃそうだよね、これだけ寒い中、さんざん待たされたのだから…。スタッフは「この先のトイレに行ってください」と誘導している。

それを見ていたら、おれもなぜだか、もよおしてくる…💧💧

結局 4km 地点のトイレに寄るが…、なんと 35 分待ち!!😓

用を足し終わった頃には、街道にはすっかりランナーがいなくなる。これで前後を気にせず、ゆっくり走れる、と思っていたら、誘導員が叫んでいる。

「急いで下さい。あと10分で第一関門(5.5km地点)が締め切られます!!」



すっかり忘れていた、制限時間。。。

(→結局、10:30 締め切りのところ、10:24 に通過で間に合ったけど。)

でも、これが案外よかったのかも。ネットタイムで4時間半という目標も、これでパーになったわけだし、以後、文字どおりタイムを気にせず、走ることができたのでありました✨

【記録】

5km 地点

タイム(スプリット) 01:10:09

タイム(ラップ) 01:10:09

経過時刻 10:20:09

★5～10km

🏃飯田橋～神保町～竹橋(皇居)～日比谷

高校生活を過ごした飯田橋&体育の授業で走った皇居。

当時、文化系(吹奏楽部)のおれは、体育が苦手だったけど、
マラソンなどの個人プレーはまあまあだったかな、
なんて思いだしてたり。

【イベント】

「Y、M、C、A～♪」 🎵

一ツ橋付近で、『ヤングマン』をBGMに盛り上がってる人たちがいるなあと思ったら、

ボーカル:「さあ、みんなもいけ～、Y、M、C、A～♪」

ここでもちろん、ランナーは走りながら、両手をあげて「Y、M、C、A～♪」

あっ、やばい、2回目の「Y、M、C、A♪」で、おれも自然にやってる...(たぶん笑顔で) 🤪

ああ、楽しかった♪ 🎵

【記録】

10km

タイム(スプリット) 01:42:29

タイム(ラップ) 0:32:20

経過時刻 10:52:29

★10～15km

 日比谷～芝公園～田町～品川

日比谷通りのオフィス街。ここは就職活動でよく来たっけなあ。

結局、どこも受からなかったけどね。

【イベント】

この辺りは特に印象に残ったイベントもなく、淡々と走っていたような…。

10km コースの人は、日比谷公園のゴールへ誘導されている。10km コースじゃ短すぎるな、と正直思いつつ、14km 地点で、やっと3分の1が終わった、とため息をついたっけ。

ふー。

【記録】

15km

タイム(スプリット) 02:16:37

タイム(ラップ) 0:34:08

経過時刻 11:26:37

★15～20km

 品川～田町～芝公園～日比谷

品川は先月来たばかり。「麺達七人衆」で有名なラーメン激戦区に!!

次回はその隣の「どんぶり五人衆」にも来なきゃね～。

【イベント】

トイレ ～その②～ (品川付近) 

簡易トイレの横で、立ちションしてるランナーがいる...

一瞬、そちらに行こうかと思いつつ、スタッフは「マナーをわきまえて下さい」と叫んでいる

結局、簡易トイレに並び、ここでは 12 分待ち。またまた身体が冷える...。でも男性用のトイレがあって、まだ救われた。女性はずっと時間がかかっていたかも。。。

この辺りから、ようやく雨がやみ始める。もしかして、晴れちゃう!? よしっ、晴れ男パワー、全開で行くぞ～


それと、折り返しのときに気づいたけど、増上寺のそばには東京タワーが間近!! いかにも東京を走ってる気分になりました～

【記録】

20km

タイム(スプリット) 03:00:39

タイム(ラップ) 0:44:02

経過時刻 12:10:39

★20～25km

 日比谷～銀座～日本橋～水天宮～浜町

続く日本橋は、派遣社員時代に過ごした街(この界限で3社も勤めた)。

あの頃は、「やばい、遅刻する～」と走っていたことがあったけど、

それを数年後の自分が、ランナーとして走っているとは(笑)。

【イベント】

初めての配給～!! 🍌

給食所に、ランナーはみんな群がる、群がる、群がる!!



なのに...

最初の給食所では、バナナ1本をさらに4等分して、はいおしまい。

えー... 🤔

もう1回並ぼうかとも思ったけど、あとの人もいるし、遠慮する。

ショック。。。 🤔

でも、この辺り以降、沿道の人たちから多くの人たちから差し入れをもらう。飴玉、チョコ、クッキー、あんまん、ポッキー、ポテチ、氷砂糖、塩キャラメル、おしるこ...。(→そのたびに立ち止まり、最後には満腹になりました🤗)

それに、この後の給食所では、バナナもレーズンもあんぱんも、ちゃんともらえたしね!! 皆様、ありがとうございました💖💖

【記録】

25km

タイム(スプリット) 03:38:47

タイム(ラップ) 0:38:08

経過時刻 12:48:47

★25～30km

 浜町～浅草橋～浅草(雷門)～浅草橋

観光地の名所、雷門。ここにはよく台湾の友達を連れて来たね～。

今日ものすごい人でした。

【イベント】

まさかの応援団!? ✨

浅草橋駅付近で、突然、見慣れた人が目に飛び込んできた。姉2人と甥っ子が、応援に来てくれたのだ



甥っ子は、なかなか来ないおれに対し、待ち疲れていた様子。ごめんよ～!! ここで一緒に写真を撮ったり、いろいろしゃべって、和やかに時間を過ごす。

また、姉の友達からバナナ🍌の差し入れをもらう。これが本当にエネルギー源になった!! さらにようやく晴れてきたので、上着も預ってもらい身軽になる。

身内の人に来てくれるのがこんなに嬉しいこととは!! 🤗

よし、残り 13km がんばるぞ!! 🏆📈

【記録】

30km

タイム(スプリット) 04:18:31

タイム(ラップ) 0:39:44

経過時刻 13:28:31

★30～35km

🗺️ 浅草橋～日本橋～銀座～築地

八重洲では、学生時代にコンビニのバイトをしていました。

派手すぎない都会に出てみたい、という理由だけで見つけたバイト先。

当時、銀座もただ見るだけで、ウロウロしたっけなあ。

【イベント】

トイレ～その③～（東銀座）🚻

またまたトイレの話ですが…。

ここは簡易トイレが 3 つしかなかったけど、10 分待ちで OK。しかも天気は晴れてるから、それだけで待ち時間が全然苦にならない。ああ、お天道様ありがとう🙏

ここでスタッフが「元気な方で漏れそうな人は、地下鉄の駅に降りてもトイレがあります。」と誘導していたが、誰も階段を下りる気はないっつーの!! そのきっつい冗談(!?)に、笑えた🤔

そうそう、今日の銀座はというと、松屋のある通りでは、沿道にピンクに黒字で「TOKYO MARATHON」の垂れ幕がずっと続いていた。さすがは銀座、やっぱりおしゃれな街でした～✨

【記録】

35km

タイム(スプリット) 05:03:55

タイム(ラップ) 0:45:24

経過時刻 14:13:55

★35～40km

🗺️ 築地～月島～豊洲～東雲

月島といえばもんじゃ屋。何軒か行ったねえ(笑)。
でも小岩のもんじゃとは値段が違う、とびっくりしたっけなあ。

【イベント】

ポケットの中に飴玉やチョコのゴミを入れていたのだが、沿道にあったごみ袋にそれを捨てたら、何かが光った～!!👀👀

あー、緊急のために所持していた、500円玉ちゃん...💰

急ぎよ、ゴミ袋をあさり始め、この際だからと紙コップのゴミもきれいにまとめていたら、最後の最後で出てきた、500円玉。これには沿道の人と一緒に喜んでくれた!! これもある意味、良き思い出👏

【記録】

40km

タイム(スプリット) 05:38:56

タイム(ラップ) 0:35:01

経過時刻 14:48:56

★40km～42.195km

 東雲～有明(ビックサイト!!)

1999 年元旦、初日の出を見に来たのが、お台場の最初の思い出。

当時は草ぼうぼうの空き地ばかりだったのに!!

りんかい線は、新木場から有明までしか開通してなかったのにつ!!

発展したね、お台場 

【イベント】

74 歳の女性ランナーを追うドキュメンタリーが作成されるようで、常に日テレのカメラマンが女性ランナーの傍で撮影している。

その後ろでしばらくさわやかに走る。これでテレビに映ったかな!?

でも、やっぱり最後は自分のペースで走りたいから、追い抜かせてもらう。ビックサイトはどんどん大きくなる。観客が増えていく。海が見える。そして感動の...

GOAL!!

5 時間 54 分 56 秒!!

【記録】

42.195km

タイム(スプリット) 05:54:56

タイム(ラップ) 0:16:00

経過時刻 15:04:56

あー、このレポートを書いている今も、楽しい。

(あー、でも長かった)

今度は、応援にも行きたいな。

密かに、よさげな応援スポットも目星はつけたし!!

(ちなみに、スタートやゴール、浅草雷門や銀座は、応援する人が多すぎて、ランナーと出合いにくいと思われます!)

でも、また来年も、ランナーとして申し込もうかな...(笑)

おしまい。