函館マラソンと北海道マラソン

札幌市医師会
札幌市保健所/国立感染症研究所
西條（さいじょう）　政幸（まさゆき）

私は高校卒業までを函館市で過ごし、1981年４月に旭川医科大学に入学しました。大学卒後10年間は北海道で小児科医として働き、1997年４月から2021年３月までを国立感染症研究所ウイルス第一部でウイルス学・感染症学研究、感染症対策の仕事に従事し、2021年から札幌市保健所で勤務しています。東京での生活は24年間、ほぼ四半世紀ぶりに北海道に戻ってきたことになります。どうかよろしくお願いします。

私にとって、東京で生活していたときの楽しみのひとつにウォーキングがありました。私は多摩地区の東村山市に居を構えていましたが、時間のある週末は自宅から新宿まで、玉川上水沿いや吉祥寺・井の頭恩賜公園から神田川沿い等を歩くことを楽しんでいました。東京は緑地帯が比較的多く、真夏の暑い日であったり、真冬の寒い日であったりしてもウォーキングはとても楽しいものでした。時には東京23区内や上野恩賜公園あたりから新宿へのウォーキングも楽しみでした。もちろん、途中でお気に入りのお店でビールとおそばを食べたりする楽しみも含まれています。その間だけは仕事のことを忘れていたように思います。

しかし、だんだん仕事量が増え、出張が多くなり、また、今思うと、その頃の私は仕事人間で、いつの間にかウォーキングに時間を割くことができなくなってきました。短い時間でロングウォーキングと同じだけの運動をこなすにはどうしたらよいかと考えた末に、ランニング（ジョギング）を始めることにしました。今から15年位前の50歳頃のことでしょうか。家の近くには西武ドームがあるとてもきれいな多摩湖があり、自宅から多摩湖一周して自宅に戻ると約20kmのコースです。ランニングをするようになってからは、国内外の出張先で、特に海外出張先ではそこでのランニングを楽しむようになり、出張の際には必ずシューズを含むランニングセットは必須アイテムとなりました。

当時函館に住んでいた母がお世話になっていたあるクリニックの先生と、帰省の時に時々大好きなお寿司屋さんで会食の機会を持っていましたが、その先生から2018年に函館マラソンに出場してはどうかと言われました。お世話になっている先生からの折角のお誘いでもあり（そのクリニックは函館マラソンへのスポンサーでもありました）、函館生まれということも考え、思い切って2018年の函館マラソンにエントリーしました。初めてのマラソン、４時間16分25秒で完走。2019年以降は、COVID-19流行のために中止された2020年と2021年の大会を除き、毎年函館マラソンと北海道マラソンに出場しています。2019年の函館マラソンと北海道マラソンのタイムはそれぞれ４時間11分21秒と４時間11分19秒、この年の北海道マラソンのタイムがこれまでの私のベストタイムです。その後徐々にタイムを落としてきましたが、今年の函館マラソンは、４時間17分16秒で完走し、2018年のタイムとほぼ同じでした。密かにベストタイムを期待していただけに、完走はうれしく思っていますが、少し残念な（努力が足りなかったなという）気持ちもあります。函館マラソンコースは、登りと下りが多く、難しいコースと言われていますが、素晴らしい景色に富み、函館市民のランナーへのホスピタリティも豊かです。今年の函館マラソン完走直後は苦しさのあまり、もう走れないなと思ったところですが、今では来年に向けてトレーニングを開始したいと考えています。

８月31日に北海道マラソンが開催されます。夏の札幌の気候はとても快適で、東京やその他の場所で働いている友人が札幌を訪れてくださり、結果的に懇親会・会食をする機会も多くなります。そのため十分な走り込みはできていませんが、それでも完走とベストタイムの樹立を目標にしています。いつまでマラソンを続けることができるのか、弱気になる今日この頃です。

2024年の函館マラソン完走時（函館千代台公園・陸上競技場）