走ることについて思う事

帯広市医師会
帯広市休日夜間急病センター
大野（おおの）　耕一（こういち）

昔から走ることが好きであった。高校時代に『ランナーズ』が創刊された。今では想像もできないが大通公園にテントを張って札幌マラソンに参加した人の記事が出ていた。１浪中も毎日ジョギングしており、大学は受からなくても国立競技場のランニングクラブに入ろうと決めていた。近所の複数の図書館に『奇蹟のランニング』の購入希望を出し、啓蒙活動をしているつもりであった。大学ではボートを漕いだが、走ることは続けていた。

いつしかフルマラソン、ウルトラマラソンを走るようになった。もう少しで山岳レースと思っていたがBCスキーの転倒で前十字靭帯断裂を機に神様は膝に試練を与えられた。末期OAで定年の年に右の人工膝関節置換術を受けた。主治医に術後やりたい運動リストを渡した。自転車、クロスカントリースキーまではOKはでたが、ランニングになると名医は口を閉ざした。自己責任の世界ですよね。

以下のエピソードが自分を覚醒させる。ミラノ・コルティナオリンピックでのアメリカ女子滑降選手リンゼイ・ボン。2010年バンクーバーオリンピック滑降金メダリストでありワールドカップ通算84勝のレジェンド。41歳で右の人工膝関節手術後にオリンピックに復帰出場し転倒、左下肢切断の危機にさらされた。同、パラリンピックチェアスキー選手、村岡　桃佳。これまでに４個の金メダルを獲得しており、とてつもないスピードで滑降競技を、しかも限られた条件下でチャレンジする勇気がすばらしい。でも絶対スピードが粉砕骨折につながることも知った。

極めつけの刺激は帯広厚生病院初期研修医の嶋田早紀先生の存在であった。限られた練習時間と冬季のハンディを克服し、2025年つくばマラソン優勝、2026年東京マラソンでは２時間37分台と自己ベストを更新された。都道府県女子駅伝のアンカーとして北海道を代表して走っている。帯広厚生ランナーズに所属している関係で練習会や飲み会でお話を聞く機会もあった。競技者と医師の両立はすぐれた時間管理で可能性があることを示してくれた。最近は嶋田先生繋がりの練習仲間の輪が広がり、白樺学園高校駅伝部監督や十勝陸競の方とも飲む機会がある。皆若く、気さくな人柄であまりのレベルの高さに老人を刺激するには十分である。函館のＯ先生、私は今年から走ってみようと思います。