

今の体重63kg。
走るまでは74kgだった。
萩往還250km走り終えた直後でも、エゾトランスアルティ等1200km走り終えた直後でも、68kgを下ることはなかった。そしてすぐに74kgに戻っていった。鏡の前ではスリムになった自分が今、存在している。
うっかりして、これまでの食生活や週3回程度の10kmランメニューだと…お腹ぼっくりの70kg以上に戻ってしまう。
アスリートの体格としては170cmで63kgがちょうどいいのだ。
一生走り続けることを決意している私には
せっかく59日間も暇と金を費やし毎日60kmを走り続けて
やっと得られた63kgの体重を一生涯保持していきたい。いかねばならぬ。
この軽い体では、走っても疲れをあまり感じないのだ。
だが急激に体重が減ったせいか風呂場で立眩みがする。
しかしこの現象も、2~3ヶ月もすれば慣れてなくなると思う。
来年5月の萩往還でこの63kgの体重で走れば、
これまでの46時間が40時間位で完踏できそうな気がする。
フルでサブスリー、ウルトラでサブテンも望めそうだ。ワクワクする。
先ずは来年5月まで今の63kg維持に耐えていく事を目標とする。

好奇心も知識欲も旺盛な越田さんとおしゃべりしながら走った前半。
GPポイントを熱心に鑑賞して巡る谷川さんと共に歩いた中盤。
抜群の美しいスリムスタイルで軽やか走りの金原姫と並走できた嬉しい後半。
田中さん、長尾さん、高橋さん、浅井さん、若穂井さん、鈴木さん、町田さん、
そして森塚さん。それに中村磨美さん、小池さん、浪越さん、此枝さん、中村耕二さん、三宅さん、高野さん、井口さん。道中、楽しく会話を交わしました。

エイドの方々の心温まるもてなし。嬉しくも有り難かった。
飲んべいの私には、ビールやワインが何よりの御馳走だった。
特に41日目、10月30日の日吉神社前でのエイドでは
高級チーズやステーキも振る舞われ、御満悦でした。奥さんありがとう！

反省！ 峠越えでは、単独走行はとても危険なこと。
55日目、11月13日の三太郎峠越えで遭難の恐怖を味わった。2年前の九州縦断試走会で単独走行をクリアしていたので油断していた。今回は道標があっても道が見えずに立ち往生。藪の中を、怖くて入ることにビビってしまい迷った挙句、回り道を選び、一人ぼっちの暗い夜道をひたすら走り急いだ。
辛かった。ミーティングの20時に間に合う。宿に到着寸前に飲んだビールが美味かった。部屋の風呂はぬるく、遅い時間だったが、ホテル近くに桃晃温泉があり、疲れを癒せたのが良かった。ビール付温泉が最高の御馳走なのだ。

反省2！ 踏切信号のないJR線路の横断は凄く危険なこと。10秒遅れていたら死んでいた。そんなヤバイ体験をしてしまい、クワバラ。

何はともあれ、日本縦断をやり遂げたことに誇らしさを覚えることでしょう。