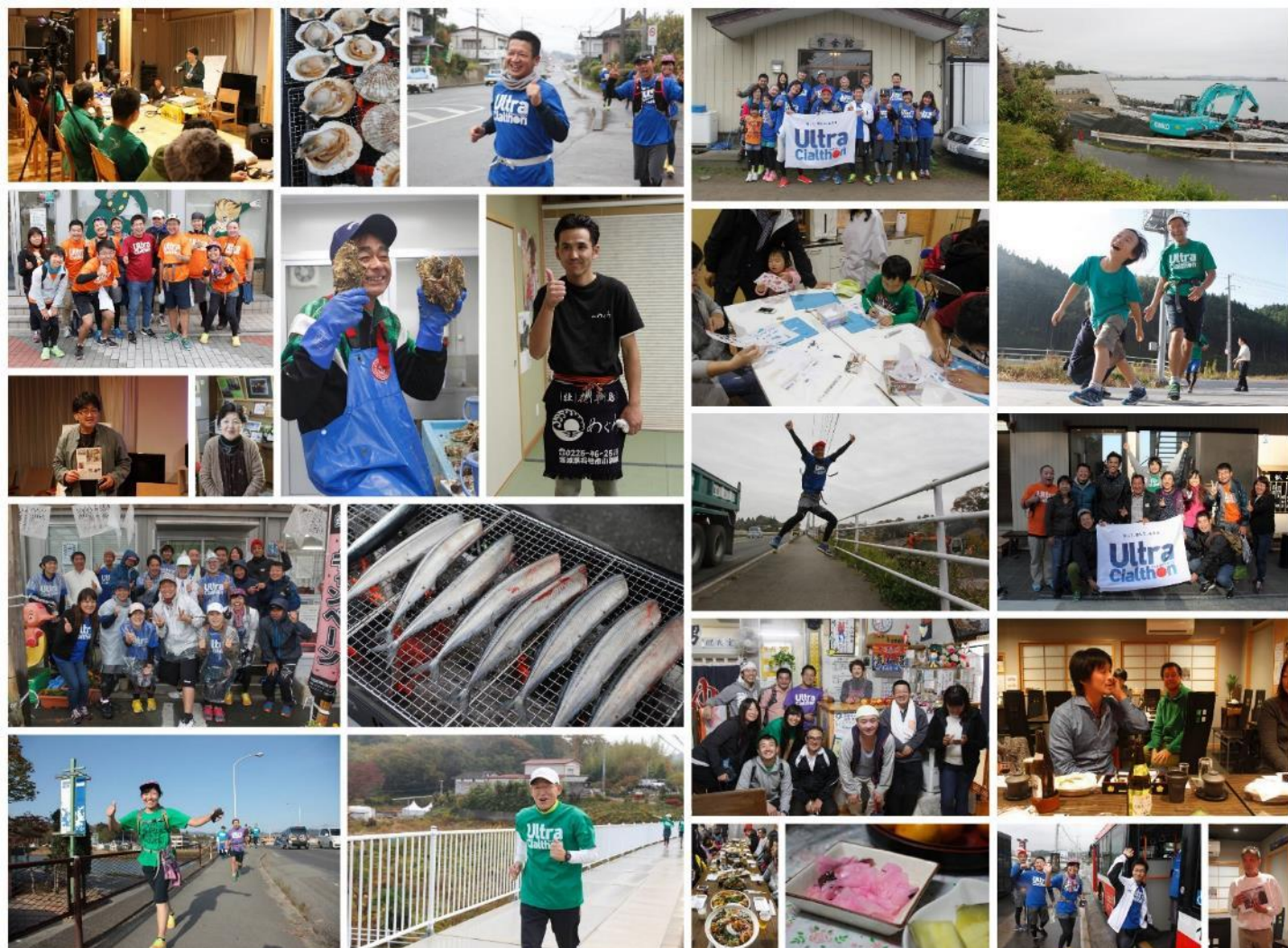


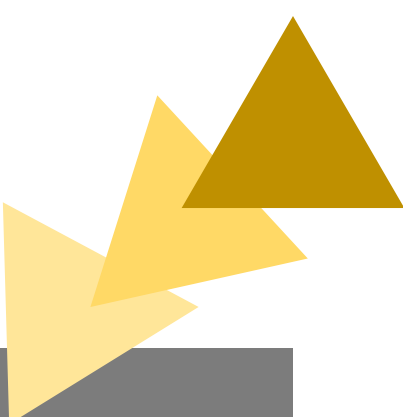


第2回ウルトラシャルソン報告書

2014年12月25日

ご当地シャルソン協会・ウルトラシャルソン実行委員会





大震災で痛手を受けた東北地方のポジティブな部分に光を当て、
「被災地」に関心を持ち続けようという趣旨のウルトラシャルソン。

第2回目を2014年10月31日から11月4日の5日間で行なった。

東北の震災被災地沿岸地方（気仙沼～南三陸～登米～石巻）を合計約120km走り、
その道中で地元の方々と交流しながらまちからまちへ移動。

到着後、講宴会と称してそれぞれの地域で積極的に活動してきた方々に話を聞き、
地元の美味しいものを味わってさらに体験を共有した。

まだまだ苦勞する人が多い現状だが、
ポジティブな要素を共有し発信することで、
地元の方々を元気づけ、同時に被災地の現状を伝え続けるのが
ウルトラシャルソンである。

1. はじめに	p.3
2. 実施スケジュールと参加人数	p.4
3. 企画から実行まで	p.5
4. ルート	p.6
5. ウルトラシャルソン体験記	p.7
6. ウルトラシャルソンに寄せて	p.42
7. メディア掲載	p.43
8. 実施概要	p.50
9. おわりに	p.52

1.はじめに

I. シャルソンとは？

走ることを通じてまちを再発見し、人と人とがつながるランニングイベント。「ソーシャルマラソン」を短縮して作った造語で、人と人との触れ合いという意味でリアルにソーシャルであり、SNSを活用してまちの魅力をオンラインで拡散するという意味でバーチャルでもソーシャルである。

2012年2月に世界初のパクチー料理専門店「パクチーハウス東京」と東京初のコワーキングスペース「PAX Coworking」を運営する株式会社旅と平和が、同社の所在する世田谷区経堂を中心に世田谷区内を（再）発見するためのランニング・イベントとして「経堂マラソン」を開催したのがそもそもの端緒。そのときの参加者が「また参加したい」「ほかのまちでも実行したい」との気持ちを各所で発信。同年4月14日に日産自動車が展開する「思いやりライト運動」の一環として「よこはまシャルソン」が、同21日に「墨田シャルソン」が開かれた。この企画に先立つ形で、その後のシャルソン主催者の支援とネットワークづくりを目的として「ご当地シャルソン協会」（2012年4月1日）を設立した。

地域活性と楽しさを両立させるランニングイベントとして、日本全国の意欲的な個人・団体・企業が注目。2014年秋までの約2年半で全国で50回程度開催されている。

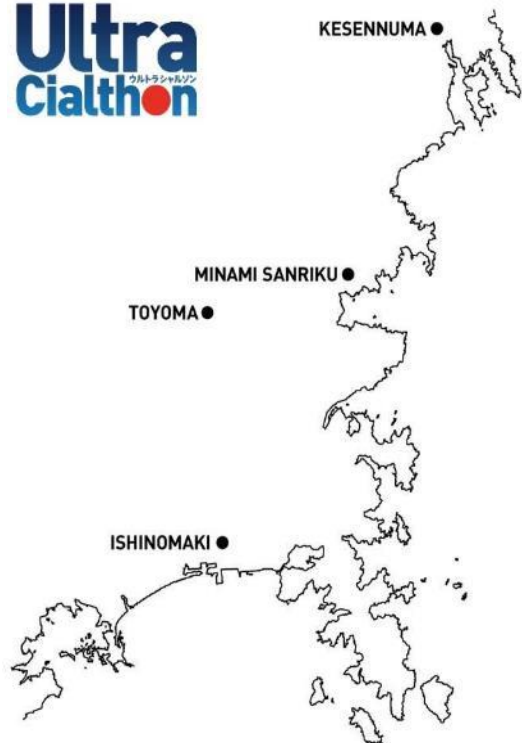
II. ウルトラシャルソンとは？

シャルソンの仕組みを使った東北応援プロジェクト。本来のシャルソンはスタートとゴールが同一の場所であることが多く地域内を巡るものだが、ウルトラシャルソンでは「被災地を線でつなぐ」ことを一つのテーマとし、自然を満喫しながら人々と触れ合い、移動し続ける。

第2回目となる今回は気仙沼から石巻までの間を3区間に分け、幹線道路およびその周辺を走ったり歩いたりしながら復興のシンボルやそのまま残された地域を訪問。各地を線でつないで「発見」したものをSNSを通じて発信し、そこで生活する人々とも交流しながら、震災被災地の状況や心情といった「いま」を伝える。一日あたり30kmから45kmの行程。

また、各区間の「ゴール」後に、震災発生から各地域で積極的に活動している地元民やボランティア関係者などに講演をいただき、ランニングと同じタイムラインに被災後の状況を投稿した。講演後は地元の方々と交えて交流会を開き、一緒に楽しい時間を過ごししながら、それぞれの体験を語り理解を深める。

2.実施スケジュールと参加人数



[日時]

2014年10月31日（金）～11月4日（火）

[場所]

気仙沼～石巻（登米経由）およびその周辺

[概要]

（人数カッコ内

左＝ラン参加人数、右＝講宴会参加人数）

10月31日（金）

気仙沼に集合。

ウォーミングアップとして

リアスアークミュージアム訪問および

ウルトラシャルソンオープニングセレモニー。

（11人／13人）

11月1日（土）

気仙沼～南三陸シャルソン（26人／32人）

11月2日（日）

南三陸～登米シャルソン（19人／24人）

11月3日（月）

登米～石巻シャルソン（19人／13人）

11月4日（火）

金華山ツアー（10人）



3. 企画から実行まで

第1回ウルトラシャルソンは、当初、釜石から石巻までを5日間で約250km走る企画とするつもりだった。しかし、南三陸周辺の道路の安全性を企画時点では確信を持って把握できなかったため、「釜石から気仙沼まで・3日間で120km」という企画に変更して実行した。

第1回の報告書にもある通り、初めての企画は大成功に終わった。参加者と地元に住む方々からの評価は高く、そして主催者側も大満足だった。

より大事なことはこのようなことを「継続すること」。南三陸と石巻に、趣旨を理解し協力してくれる地元の方々がいらしたので、第1回の終了後にすぐにリサーチと現地視察、打合せを実行した。そして、第1回ウルトラシャルソンの余韻が残るうちに、第2回ウルトラシャルソンを決行することにした。

第1回の経験を踏まえて、1日の走行距離は30-45kmが適切と分かったので、気仙沼から南三陸を経て一旦内陸に入り、登米を経由して石巻へ向かうことにした。南三陸ふっこう青年会に相談し、路肩の狭く交通量の多い大谷海岸～陸前港間は、震災の結果この地域にできた交通機関であるBRTを利用した。第2回のゴール地点には宮城県庁石巻支所と石巻観光協会のアドバイスのもと、石巻のサンファン館を選んだ。

第2回に日程上の都合で訪問できなかった雄勝・女川には、第3回ウルトラシャルソンで訪問する予定である。



4.ルート

気仙沼フェリーターミナル⇔リアスアークミュージアム	約10km
気仙沼～南三陸	約32km
南三陸～登米	約38km
登米～石巻	約40km

シャルソンはルートを決めずに自由に走るのが通常だが、ウルトラシャルソンにおいては個々人に裁量を持たせつつ、実行委員会がその都度ポイントを提案しながら進んだ。今回はとくに、南三陸⇒登米間が短すぎるとの声がランナーから上がり、たくさんの寄り道をした結果、ずいぶん長くなった（笑）。

第2回
ウルトラシャルソン
(気仙沼・石巻)
「地元ランナー」
大募集！



東北を走って、感じて、伝えよう！

一緒に楽しむ方を大募集！

ウルトラシャルソン

= **ラン** + **講義会**

10/31
ウォーム
アップ
10
km

11/1
土
気仙沼
30
km

11/2
日
南三陸
30
km

11/3
月
登米
40
km

11/4
火
石巻
40
km
(金華山散策)

ウルトラシャルソン・ランナー (110km)
ゴールは
サンファン館

地元ランナー
(ご自身の体力にあわせて)

震災後に被災地でさまざまな活動をしている方々にお話を伺います。
お話を伺ったあとは、そのまま**宴会に突入！**懇親と議論を深めます。
自ら走り、風景を見たランナーたちがそこで活動してきた方々の話を聞いて、**発信！**
毎日、お昼いっぱい美味しいものを食べるのも、ウルトラシャルソンの醍醐味！

参加費 **5,400円**

【シャワ、保険、講義会での飲食代込み。
出発地まで/到着地から自宅までご自分で
ご利用ください。また、水やランチ、講義会後の
2次会などその他の費用はご負担頂きます。

申込

下記アドレスまでメールください。
contact@cialthon.at

【問合先】
ウルトラシャルソン実行委員長
佐谷 春 080-3700-8900

詳細は...

ウルトラシャルソン で検索！

前回の報告書や動画など配信中



地元ランナー募集チラシ

6

© Ultra Cialthon Committee 2014.
All rights reserved.



山戸恵利加さん



山戸恵利加さん

★シャルソン（ソーシャルマラソン）とは？

走ることを通じてまちを再発見し、人と人とがつながるランニングイベント

★ウルトラシャルソンとは？

シャルソンの仕組みを使った東北応援プロジェクト。

★第2回ウルトラシャルソン概要

[日時] 2014年10月31日（金）～11月4日（火）

[場所] 気仙沼～石巻間の沿岸およびその周辺

[趣旨] 東北沿岸の津波被災地周辺を走る「Ultra Cialthon（ウルトラシャルソン）」。

第1回目は釜石から気仙沼までの間を3日間かけて走った。第2回目となる今回は、前回のゴール地点である気仙沼からスタートし、石巻までの間を3区間に分け、幹線道路およびその周辺を走ったり歩いたりしながら復興のシンボルやそのまま残された地域を訪問。各地を線をつないで「発見」したものをSNSを通じて発信し、そこで生活する人々とも交流しながら、震災被災地の状況や心情といった「いま」を伝える。一日あたり30kmから45kmの行程。また、各区間のゴール後に、震災発生から各地域で活躍した首長やボランティア関係者などに講演をしていただき、ランニングと同じタイムラインに被災後の状況を投稿していく。講演後は地元の方々と交えて宴を開き、一緒に楽しい時間を過ごしながら、それぞれの体験を語り理解を深める。

[概要]

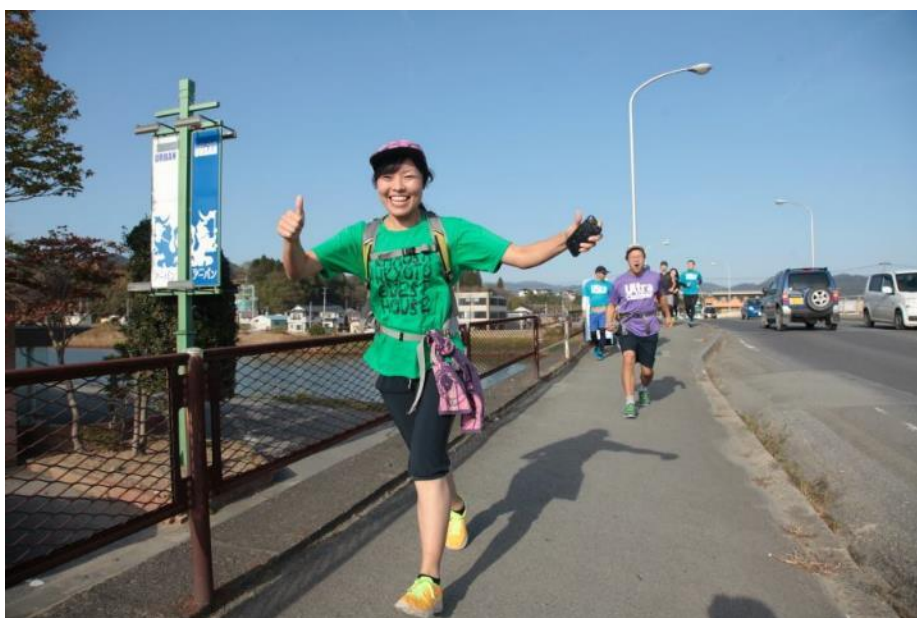
10月31日（金）気仙沼にランナー集合。ウォームアップラン。

11月1日（土）気仙沼～南三陸シャルソン。

11月2日（日）南三陸～登米シャルソン。

11月3日（月）登米～石巻シャルソン。

11月4日（火）金華山訪問。クールダウンセッション。





★交流や講話について

<地域の方々との交流について>

- 「亀の湯」のおばちゃん

前回もお世話になった気仙沼の銭湯「亀の湯」。前回はおばちゃんがマンボウの刺身を振る舞ってくれたが、今回もみかん、お菓子、おばちゃんが漬けた漬け物、お茶、とたくさんのものを机に並べてくださいました。湯で温まったあとにおばちゃんのぬくもりで更に心が温まる。工事をしている現場の作業員さんたちも訪れるというこの銭湯で、毎日多くの方がおばちゃんの優しさによって一日の疲れを癒しているのだらうなと思います。



-沿道の住民の方、工事の作業員の方、小学生たち

やはり例外なく誰も彼もが声をかけてくれます。洗車中のおじさんも「はい頑張ってー」と声をかけてくれますし、野球の練習中の小学生たちも「頑張ってくださいー」と手を振ってくれます。そんな声援を受けるとダメージがたまってきた体もふわっと軽くなりました。



<講話について>

-10/31 リアス・アーク美術館 学芸員 山内宏泰さん

リアス・アーク美術館は宮城県気仙沼市の高台に位置し、気仙沼市と南三陸町が管理運営する公立美術館で、山内さんはそこで学芸員を務められています。震災によって山内さんご自身も自宅を失い、一カ月を美術館で過ごしながら、この震災の記録活動を続け、約3万点の写真と約250点の「被災物」を収集されました。その目的は単に震災被害を記録することではなく、これまで築き上げられてきた地域の最後の姿を記録することだったということです。再生するための手がかりを残すことは、大切なものを思い出すための手がかりを残すことだからです。だから、何物も「瓦礫」ではないのです。「瓦礫」とは無価値なものを指す。そこにあるものは全て誰かにとって大切な何かであるはずで、「瓦礫」などでは決してありません。山内さんはそれらを「被災物」と呼びます。そこにある写真や被災物には撮り手による撮影当時の状況や感情が添えられていて、視覚のみならず聴覚や嗅覚にまで生々しく迫り来る刺激を受けました。

-10/31 気仙沼復興商店街 副理事長 坂本正人さん

震災から9ヶ月後の2011年12月、「気仙沼復興商店街 南町紫市場」がオープンしました。震災発生当初は、地域の住民の方々は、私たちが宿泊場所として利用させていただいた紫会館を所有する紫神社に避難されていたそうです。坂本さんのお店は津波で流されてしまいましたがコロッケの移動販売車だけは残っていたため、コロッケと下着の青空市を始められたそうです。青空市は、最初は2軒から始まりましたが、次第に仲間が増え、多い時には10軒くらいが出るようになりました。それが商店街の構想へと発展し、紫市場オープンへとつながります。初年度は好調だったものの、2年目に入り、被災地視察ツアーのバスの数は激減するなど、状況は暗転傾向を示し始めたそうです。しかし本当の課題はこれから。当面は当初の2年の予定から期間を延長して操業することを決定されましたが、それでもあくまでも仮設商店街。今後必ず越えなければならない「移転」という課題に耐えて、本設の商店街として普通に成り立っていけるかどうか。それが、この商店街が抱えている最も大きな課題だと話されました。





-11/1 南三陸ふっこう青年会 会長 工藤大樹さん

地元ランナーとして6名の方が参加してくださった南三陸ふっこう青年会。これからの南三陸の未来を担う町内の若者が結集し、これからの南三陸町の未来を創造するための会を結成しました。それが南三陸ふっこう青年会です。南三陸町がひととひととの出会いと交流の場のある住みよい地域となることをめざし、様々な活動をされています。「人は人に会いにそこへ行く」という思いのもと、盆踊りやぬるぬるドッチボールなど、とにかく自分たちが楽しいと思うことを企画、実行していらっしゃいます。工藤さんは「純粋に南三陸町のファンを作っていきたい。自分たちはいつでもここにいるから会いに来てほしい」と話してくださいました。「千年続く祭りをつくりたい」、これが工藤さんの目標。工藤さんをはじめ、集結していただいた皆さん自身が南三陸町を愛し、そこでの生活を心の底から楽しんでいらっしゃる事が伝わり、それが南三陸町の魅力ともなっていると感じました。

-11/2 FORTUNE宮城 編集長 河崎清美さん

震災当時、茨城県の大学で務められていた河崎さんは、「自分が行かなければ誰が行く」とその瞬間に思い、単身登米の地へ乗り込まれました。ボランティアの方が多く被災地へ赴いてはいたものの、交通の便のよいところへ集中し、登米や気仙沼など不便なところにはあまり人が集まらなかったそうです。ある時、宮城県歌津町へ物資の配布のために訪れたところ、「やめてくれ」と言われたそうです。誰かのためになりたくてとった行動に対する、「かえって地域を壊すことになるからやめてくれ」とのあまりに意外な言葉。物資配分の不均衡が住民のそういった心情へとつながったのかも知れません。様々なボランティア活動を経て、2012年春、河崎さんはFORTUNE宮城というフリーペーパーを発行するに至ります。クラウドファンディングを利用され、9号まで発行されています。当初は被災地域に密着した情報を首都圏を中心とした被災地外に伝え、支援をつなぐことを目的に、現在は宮城で起こっている「未来につながる動き」を内外に発信するために発行されています。河崎さんのお話のあと、お集まりいただいた地域の方々と交えたディスカッションでは、「再構築する機会と捉えなければならない」、「登米だけでなく他の地域ともつながりを作って連携しなければならない」という声が複数の方から聞かれました。ウルトラシャルソンが「横のつながり」を紡ぐ役割の一翼を担えたら、という思いが一層強くなりました。





-11/3、割烹民宿めぐろ 目黒政明さん

割烹民宿めぐろは、石巻市牡鹿半島にある旅館です。牡鹿地区には震災以前、31軒の旅館、民宿、ホテルがあったそうですが、これまで営業再開したのは15軒、被災のほか年齢や後継者などの問題で10軒が廃業したそうです。高台寄りに建つ「割烹民宿めぐろ」に津波は届かなかったものの、揺れで建物の3分の1が傾いたそうです。それでも、避難所として50名の被災住民を受け入れ、釜で50名分のご飯を炊き、ドラム缶で湯を湧かしてお風呂にしたそうです。目黒さんのお話の中で強く印象に残った言葉が、「あれは瓦礫じゃない。誰かの大切な財産なんだ」という言葉です。リアス・アーク美術館の山内さんの言葉と重なり、とりわけ強く心に残りました。目黒さんが見せてくださった「がんばってっちゃ牡鹿半島」という文字がプリントされたジャケット。「がんばってっちゃ」とは「頑張っているよ」という意味で、自分たちが前を向き、復興に向け真剣に取り組んでいかなくてはならないというところから、牡鹿地区の住民によって発足した会により作られたそうです。政明さん、奥様の浪子さん、板場を切り盛りされているご子息の繁明さん、お三方の温かなおもてなしに、3日間走ってきたランナー、運営メンバー全員が癒され、テーブルいっぱいの御馳走にお腹を満たしながら、再訪を誓いました。





★走行距離

10月31日（金）11km 11月1日（土）32km 11月2日（日）38km 11月3日（月）39km 11月4日（火）金華山訪問

★第2回ウルトラシャルソンに参加して、伝えたいこと

第1回ウルトラシャルソンに参加し、この取り組みには何をにおいても参加し続けたいという強い思いを抱きました。震災から3年半が経った今、被災地の今を走るスピードで見て感じて、地域の人と交流することで、そうすることでしか得られない、あまりに大きなものを得たと心の底から実感したからです。今回、第2回ウルトラシャルソンも5日間の行程全てに参加させていただくことができました。前回出会った仲間との再会、前回共に走った仲間からのエール、新たな出会い、これほど胸が震える体験は他にはありません。どこまでこの5日間という時間を共有した全ての人の力に支えられて、今回も120kmという距離を走破することができました。どこまで行っても続く盛り土。何もないだらっ広い空き地。どこまで走っても続くそれらが全て、一瞬であまりに多くのものが消え去ってしまった跡が刻まれた風景です。まるで日常的な風景かのように、走っても走っても続いています。



全て剥がされて真っ平らになってしまったその地がどのように構築されていくのか、新しいまちづくり計画と、何よりそこで暮らす人々によって、新しい歴史を歩み始めることになります。決して忘れられない、忘れてはならない思い出と想いを残しながら。後世に残していきたいこと、新たに創りたいこと、震災を境にして、多くの方がふるさとする自分の想いに真正面から向き合うようになったのかも知れない、と地域の方々とお話の中で感じました。ゲストスピーカーの方々のお話から、自慢のふるさとをたくさんの人に知ってもらいたい、という想いも強く伝わってきました。

ウルトラシャルソンという機会を得て訪れた地のことは、そこで出会った人の力によって、私たち外部から来た人間にとっても「自分事」へと変化していきます。「あの人のいるあの場所」のこれからが、気づかぬうちに「自分事」へと変化しています。これは「絆」というものの仕業なのかも知れません。一度結ばれた絆が消えることはないと思っています。第3回、第4回と続いていくウルトラシャルソンにより、その絆がより長く続いていくことを願っています。

★最後に

シャルソン・ザ・エクストリーム。走りまくり、食べまくり、飲みまくり、笑いまくり。第1回にも増して第2回は名物キャラ揃いまくり。第3回はどんな人と出会えるのでしょうか。エクストリームに楽しみます！



山戸 恵利加さんが写真8枚を追加しました。
11月1日 22:29

第2回ウルトラシャルソン、本日はウォームアップラン。前回ゴールテープをきった気仙沼のフェリー乗り場からスタートし、リアスアーク美術館へ5kmのラン。学芸員の山内さんのお話を伺いました。美術館では常設展として震災直後に山内さんらが記録した写真が200数枚展示されています。そして被災物の数々。山内さんによると、「瓦礫というのは無価値なものに使う言葉。津波のあとに残されたものに瓦礫など一つもなく、全てに意味があるものばかり。だから私はそれらを被災物と呼ぶ」とおっしゃっていました。山内さんらが自ら撮影された写真には五感全てにうったえかける生々しさがあり圧倒されてしまいました。



いいね！を取り消す コメントする シェア

山戸 恵利加さんが写真28枚を追加しました。
11月2日 0:29

ウルトラシャルソン第1日目は気仙沼から南三陸まで32kmのラン。紫会館で成田くん、増田さんご一家、杉浦さんが合流。7:30に出発して14.7mの防波堤のある大谷海岸へ向かって12kmのラン。BRTで陸前港まで向かい、生まれも育ちも南三陸。観光協会のイトウさんと合流。



いいね！ コメントする シェア

第2回ウルトラシャルソン、本日はウォームアップラン。前回ゴールテープをきった気仙沼のフェリー乗り場からスタートし、リアスアーク美術館へ5kmのラン。学芸員の山内さんのお話を伺いました。美術館では常設展として震災直後に山内さんらが記録した写真が200数枚展示されています。そして被災物の数々。山内さんによると、「瓦礫というのは無価値なものに使う言葉。津波のあとに残されたものに瓦礫など一つもなく、全てに意味があるものばかり。だから私はそれらを被災物と呼ぶ」とおっしゃっていました。山内さんらが自ら撮影された写真には五感全てにうったえかける生々しさがあり圧倒されてしまいました。

美術館を出てまた気仙沼の内湾まで5km強。亀の湯という銭湯へ。前回もお邪魔しましたが、お母さんがまた温かく迎えてくれて漬け物やお菓子やらを出してくれました。再会を約束して前夜祭会場の「世界」へ。復興商店街の代表、坂本さんにお話を伺いました。2011年12月から仮設商店街をスタートされて3年、住民人口や気仙沼を訪れる観光客が減少する中での商売への不安、「気仙沼の観光の要」といいながらも何も手を差し伸べない行政への憤り、新たなまちづくりへの使命感、それらが坂本さんのお話には滲み出ていました。

明日からいよいよ本番。まずは南三陸まで走ります！

ウルトラシャルソン第1日目は気仙沼から南三陸まで32kmのラン。

紫会館で成田くん、増田さんご一家、杉浦さんが合流。

7:30に出発して14.7mの防波堤のある大谷海岸へ向かって12kmのラン。BRTで陸前港まで向かい、生まれも育ちも南三陸、観光協会のイトウさんと合流。

そこから一緒に走ってランチ会場の伊里前福幸商店街へ。なんとここで海鮮BBQ！ぶりんぶりんのホタテや牡蠣、新鮮なサンマ、豪華すぎるラインナップ！うますぎる！👍すっかりお昼寝モードになりつつも、ここで南三陸ふっこう青年会の方が6名も合流してくださいました。👍お風呂会場を目指して過去最大人数で本日の最終ラン。👍お風呂の後は宴会会場のサンサン商店街へ移動。南三陸ふっこう青年会会長の工藤さんからの話を伺いました。👍震災後、自分たちの故郷をどうにかしたいと立ち上がった皆さんは、とにかく楽しいことをして若い力で南三陸を盛り上げようとしていらっしゃいます。「人は人に会いにそこへ行くんです」、と語る工藤会長の言葉はまさに私たちがウルトラシャルソンでこれまで出会ってきた人に対して抱いた、「またこの人に会いにここへ来たい」という感情をそのまま表していて、工藤会長ご本人をはじめ、青年会の皆さんが持つ、人を惹き付けて離さない魅力に私たちは必ずまた帰ってきたいという思いを強く持ちました。大宴会となったパーティーはかつてないほど盛り上がり、南三陸中に笑い声が響いたのではないかなと思えるほど。「いつでも来てください。僕たちがいるので！」その言葉に見送られながら南三陸再訪を誓いました。👍台湾から帰国した朴さんもパーティーから合流、明日は登米を目指します。



山戸 恵利加さんが写真23枚を追加しました。
11月3日 0:32 秒

ウルトラシャルソン第2日は南三陸から登米まで36kmのラン。まずは昨晚深夜に到着された岸田さんを迎えての朝ご飯。本日一日の密着取材をしてくださいました。なかしず荘を出発して陸前戸倉駅まで8kmのラン。ここで宮下さん、成田くん、田中さんをお見送り。それから8kmほど走って横山不動尊へ。日本三大不動尊のうちのひとつで、地域に密着した活動や震災支援も積極的に行われているお寺です。お茶やお菓子をご用意していただき、ダメージがきいてきた体にしみ渡りました。そしてランチ会場のもくもくランドへ。登米名物の油麭を使ったあぶらふ井をいただきました。うまい！

ランチですっかり満たされた大きなお腹を引きずりながら次に向かったのは柳津虚空蔵尊。紅葉が大変美しく、お参りに来られた人からも声をかけていただき、素晴らしい体験となりました。そして本日の宴会場所となる「手のひらに太陽を」へ。福島の子供たちとその家族の為に、化学物質を使わず体にやさしいものだけでつくられたそう施設です。ここでFORTUNE宮城というフリーペーパーを発行している河崎清美さんのお話を伺いました。震災が起こり、「私が行かなければ誰が行く」と、河崎さんは茨城を出て復興支援に入られました。交通の便が良いところにはたくさんのボランティアが向かう一方で登米、気仙沼など不便なところにはあまり人の足が向いていなかったそうです。そんな中、登米に入り、様々な活動を続けてこられたました。

ランチですっかり満たされた大きなお腹を引きずりながら次に向かったのは柳津虚空蔵尊。紅葉が大変美しく、お参りに来られた人からも声をかけていただき、素晴らしい体験となりました。そして本日の宴会場所となる「手のひらに太陽を」へ。福島の子供たちとその家族の為に、化学物質を使わず体にやさしいものだけでつくられたそう施設です。ここでFORTUNE宮城というフリーペーパーを発行している河崎清美さんのお話を伺いました。震災が起こり、「私が行かなければ誰が行く」と、河崎さんは茨城を出て復興支援に入られました。交通の便が良いところにはたくさんのボランティアが向かう一方で登米、気仙沼など不便なところにはあまり人の足が向いていなかったそうです。そんな中、登米に入り、様々な活動を続けてこられたました。



いん！を撮り出す コメントする シェア

ウルトラシャルソン第2日は南三陸から登米まで36kmのラン。まずは昨晚深夜に到着された岸田さんを迎えての朝ご飯。本日一日の密着取材をしてくださいました。なかしず荘を出発して陸前戸倉駅まで8kmのラン。ここで宮下さん、成田くん、田中さんをお見送り。それから8kmほど走って横山不動尊へ。日本三大不動尊のうちのひとつで、地域に密着した活動や震災支援も積極的に行われているお寺です。お茶やお菓子をご用意していただき、ダメージがきいてきた体にしみ渡りました。そしてランチ会場のもくもくランドへ。登米名物の油麭を使ったあぶらふ井をいただきました。うまい！

ランチですっかり満たされた大きなお腹を引きずりながら次に向かったのは柳津虚空蔵尊。紅葉が大変美しく、お参りに来られた人からも声をかけていただき、素晴らしい体験となりました。そして本日の宴会場所となる「手のひらに太陽を」へ。福島の子供たちとその家族の為に、化学物質を使わず体にやさしいものだけでつくられたそう施設です。ここでFORTUNE宮城というフリーペーパーを発行している河崎清美さんのお話を伺いました。震災が起こり、「私が行かなければ誰が行く」と、河崎さんは茨城を出て復興支援に入られました。交通の便が良いところにはたくさんのボランティアが向かう一方で登米、気仙沼など不便なところにはあまり人の足が向いていなかったそうです。そんな中、登米に入り、様々な活動を続けてこられたました。

「行政を待つのではなく自分たちがなんとかするのだ」という思いが住民の方の思いとしても強かったそうで、あの日から3年半、様々な新しいことが住民主導で起こっており、全国に発信し、特に過疎地域の先導事例としてアピールする必要すら出てきたのではと考えられるほどだそうです。その後地元の方、Iターンの方、NPO団体の方を交えたディスカッションでは、「警鐘を契機ととらえなければならない」、「リセットして再構築する機会ととらえたい」という声が複数の方から聞かれました。地域毎ではなく、地域と地域が連携しなければダメになってしまう、という声が会場から多くあがり、ウルトラシャルソンがまちとまちを繋ぐ架け橋として少しでも何かを残せたらこれほど意義深いことはないと感じました。

最後は宴会。BBQです。皆で焼いて食べて飲んで、また夜更けまで、飲みながら目が半分閉じてくるまで語り合いました。やはり死ぬほど走って死ぬほど飲んで、アホなノリで最高にわくわくする未来について語り合うのがウルトラシャルソンなのだと改めて思い、その後すぐ布団の上で気絶しました。

さて最終日！50kmにもなろうかという距離を走破します！大丈夫か私！



山戸恵利加さんが写真22枚を追加しました。
11月4日 9:18

ウルトラシャルソン第3日、ファイナルは登米から石巻まで39.4kmのラン。
今回も総走行距離約120kmとなりました。
みんなで作った朝ご飯で一日のエネルギーを蓄え、まずは上品の郷へ向かって20kmのラン。6kmほど続く北上川沿いの美しい風景、私にとって走るには非常に過酷な環境でした。
上品の郷で金華サバのおき漬け丼と生ビールで補給。後半はまず石巻市の観光協会へ向かいました。石巻市に入った途端、採石工場のトラックが行き交い砂埃が舞うようになりました。
そんな中順調に足を進め、観光協会に着くと、ゴールちょい手前で出会えると思い込んでいた我々が社長、小澤さんが、ゴール8km手前地点で、タダでもらった生サンマを片手にタダでもらった石巻黄金和牛を食べながら突然登場。ありがとうございます！！
小澤さんに元気をいただき、ゴールのサンファンパークに向けて最終ラン！
— もっと走る — 石川 拓也さん、他10人と観光民宿のくろにいます。



いいね！ コメントする シェア

ウルトラシャルソン第3日、ファイナルは登米から石巻まで39.4kmのラン。今回も総走行距離約120kmとなりました。

みんなで作った朝ご飯で一日のエネルギーを蓄え、まずは上品の郷へ向かって20kmのラン。6kmほど続く北上川沿いの美しい風景、私にとって走るには非常に過酷な環境でした。

上品の郷で金華サバのおき漬け丼と生ビールで補給。後半はまず石巻市の観光協会へ向かいました。石巻市に入った途端、採石工場のトラックが行き交い砂埃が舞うようになりました。

そんな中順調に足を進め、観光協会に着くと、ゴールちょい手前で出会えると思い込んでいた我々が社長、小澤さんが、ゴール8km手前地点で、タダでもらった生サンマを片手にタダでもらった石巻黄金和牛を食べながら突然登場。ありがとうございます！！

小澤さんに元気をいただき、ゴールのサンファンパークに向けて最終ラン！
[SEP]今回はアップダウンが少なかったので走りやすいコースだったものの、さすがに毎日35kmを超えるランを重ねてきた足はダメージが大きくなっていました。[SEP]

しかしゴールが近づいてくると、たくさんの方が待っているのが見えてきて、喜びがこみ上げてきました。そして皆さんに迎えられて歓喜のゴール！
[SEP]みんなでサンファンパークを見学したあとは、本日のお宿、割烹民宿めぐろへ。

先代のご主人、目黒政明さんに震災当時のお話を伺いました。石巻市牡鹿半島では80%の世帯が流されてしまったそうです。目黒さんの民宿は振動で3/1傾いてしまった中で、50名もの被災者を受け入れたそうです。ドラム缶を風呂にして、釜で50名分のご飯を炊いたという話を伺いました。そこに集った人たちがどれだけ癒されたことでしょうか。
[SEP]元々は牡鹿郡だったこのあたりの地域は石巻市に合併されましたが、復興事業についても石巻市の中心のまちづくりにまずは注力されていて、牡鹿のあたりはまだ何も進んでいないということもおっしゃっていました。
[SEP]とにかく目黒さんご自身の魅力が溢れていて、この人に会いに何度でも訪れたいと思う人が多くいるだろうと感じました。

「ここにくればいつでももうまいもん食べれるよ」と優しい笑顔。夕食もこれ以上ないくらいに豪華なもので、政明さんの跡を継いだ息子さんも通常のもの以上にカニや牡蠣などを振る舞ってくださいました。必ずまた会いたい人がまた増えました。
[SEP]

さて今回のウルトラシャルソンのランの部は終了！明日はクールダウンセッションとして金華山を訪れます！



山戸 恵利加さんが写真5枚を追加しました。

11月5日 21:10・大原市 三島郡 福美町 山

ウルトラシャルソン最終日はクールダウンセッション、金華山を訪れました。

温かくもてなしてくださった割烹民宿めぐろの皆さんにお見送りいただき、牡鹿半島鮎川から海上タクシーで金華山へ向かいました。湾の形状によって波の入り方が全く異なることを船の上で実感しました。この日は2mの波でしたが小さな船は転覆しそうなほど揺れました。

20分ほどで金華山に到着。海が透き通り浜では海底で砂金がきらきらしているのが見えます。金華山と呼ばれる所以。黄金山神社にお参りし、鹿と戯れました。ここの鹿たちは牡鹿半島から泳いで海を渡ってきたそうです。……ちっと見る ― 友達 目黒 繁明さん、他4人



11月5日 21:10 三島郡 福美町 山

ウルトラシャルソン最終日はクールダウンセッション、金華山を訪れました。

温かくもてなしてくださった割烹民宿めぐろの皆さんにお見送りいただき、牡鹿半島鮎川から海上タクシーで金華山へ向かいました。湾の形状によって波の入り方が全く異なることを船の上で実感しました。この日は2mの波でしたが小さな船は転覆しそうなほど揺れました。

20分ほどで金華山に到着。海が透き通り浜では海底で砂金がきらきらしているのが見えます。金華山と呼ばれる所以。黄金山神社にお参りし、鹿と戯れました。ここの鹿たちは牡鹿半島から泳いで海を渡ってきたそうです。

半島に帰り、皆でかき小屋渡波へ。新鮮なホタテが4枚で1000円、牡蠣は8個で1000円。同僚の西田くんが見事な手捌きで焼いてくれました。美味すぎる!! 今まで食べた牡蠣の中で一番おいしかったです。

ここで東京へ帰る皆さんとお別れ。

その後私たちはいわきに向かいました。仙台まで送っていただくはずが、なんと郡山まで送ってくださった片倉さん、本当にありがとうございました！

第2回ウルトラシャルソンが終了しました。今回も、走りまくり、美味しいものを食べまくり、美味しいお酒を飲みまくり、そして素敵な人と出会いまくり、ザ・エクストリームなウルトラシャルソンでした！





西田将博さん



西田将博さん

ウルトラシャルソン 気仙沼～石巻120kmラン所感

シャルソンとは？

- ・ 走ることで町の魅力を再発見し、人と人が繋がる交流型イベント。
- ・ 開催地にて体感した思いや出来事をSNS等で情報発信、共有して楽しさを伝える。
- ・ 地方は車社会が常なので走ることによって地元の人も知らなかった新しい発見もある。
- ・ 合言葉は「パーティするようにマラソンしよう！」

今回のウルトラシャルソンって何？

- ・ 今回は気仙沼～石巻間約120kmを三区間、三日間に分けて一日30～40kmを走る復興支援を兼ねたイベント。
- ・ 一見すると毎日とんでもない距離を走っているように見えますが、一人ではなくみんなで走り、途中途中で歩いたり、おいしいご飯を食べるので思ったよりはきつくないです。
- ・ また自然の中を走ることによって（幹線道路沿いも走りますが）自分の体との会話もできます。
- ・ 毎日走って各地にいる地元の方や震災後いろんな活動が続けている方々に311から今に繋がる過程、体験、所感等を講演していただきました。
- ・ 講演後はその話も踏まえながらみんなで食事！三陸の美味しい海産物や郷土料理、地酒を楽しくいただきました。（三陸は震災前、知る人ぞ知る海産物の宝庫。震災後、復興支援もあり他県から多くの方が来てくれてある程度知名度が上がりました。）
- ・ TV等のメディアでは知ることができない「被災者の生の声。」それは参加しないと知り得ないことであり、同じ世代を生きる者として自分の目で見て聞いて肌で感じ、ランニングと同様に他では中々得難い経験ができます。
- ・ ランナーとしての参加もスタッフとしての参加も誰一人として欠けてはならない一体感がゴール時に体感できます！

どんな日程、コースだった？

- ・ 10月31日 気仙沼にて現地集合。ランナーはウォームアップのため11kmをランニング。
- ・ 11月1日 気仙沼～南三陸を32kmシャルソン。
- ・ 11月2日 南三陸～登米を38kmシャルソン。
- ・ 11月3日 登米～石巻を39kmシャルソン。
- ・ 11月4日 クールダウンのため、金華山訪問。



各地の詳細

一日目の気仙沼市。

お昼は特急寿司という気仙沼復興商店街内にあるお店で海鮮丼を頂きました。この店主はとても朗らかで津波前は今も店内に飾ってるSL機関車を走らせて営業していた時のことをお話していただきました。

昼食を終えウォームアップのため11kmランニング。気仙沼港を出発し折り返し地点のリアス・アーク美術館の「震災と表現」という常設展にて学芸員の山内宏泰さんからの講話。

この美術館は気仙沼の高台に位置し、近くでは仮設住宅が立ち並んでいました。

普通の被災跡の写真展とは違い、写真それぞれにどのような状況で撮り、どの辺りの地域か等詳細情報が分かるようにコメントを載せてありました。

今まで見てきた被災地の写真展はただ写真だけを展示してあるものでしたが、今回のように詳細が分かり、かつ撮った本人が話し手として想いを伝えていただける場合は貴重です。

山内さんご本人も被災者です。

自宅は流され一ヶ月美術館で生活をしていました。

震災直後から命がけで（何度か海に落ちたりしたそうです。）写真約三万点、「被災物」約250点を収集し一部を展示しながらこの地域で営まれていた生活を後世に伝えるべく記録を続けています。

「被災物」とは

この言葉は山内さんの造語です。

被災者にとって他人から見たら瓦礫であっても、それは自分達が生活してきた思い出の品であり、無価値なゴミや瓦礫ではないんです。

「被災者」同様、被災に遭遇した物だから「被災物」と呼ぼう。

瓦礫ではない新しい言葉を現地の方は快く受け入れてくれ、「自分達でもこれをどう呼べばいいのか分からなかった。ありがとう。」との声が多数あったそうです。

展示室にはその持ち主だったみなさんのコメントが添えてあり、震災による傷跡の生々しさ、重さが伝わってきます。

これらを翻訳して英語表記できれば海外の方にも見に行くことをお勧めしやすくなりそうです。

日本人の方なら一度でいいのでここを訪れることをお勧めします。

復興には終わりがありません。

終わったと思えばそこで311に起きた震災は風化していくことになります。

またここ気仙沼は私が小学三年生から四年生の二年間、住んでいた場所なだけにウルトラシヤルソンの中でも思い入れの深い土地でした。

以前訪れた時は展示室の写真と同じ風景、被災物、火事後の損傷がそのまま残っていましたが今は撤去され土が盛られているだけの土地が目立ちます。

津波後の海沿いは家の土台だけが残ри、辺り一面は雑草等が生えるだけです。

ガソリンスタンド、コンビニ等は震災後早くからできていたので今も青空の下、営業を続けています。

この風景は被災にあった地域全般同様に見えます。

通っていた学校、住んでいた家。

全部なくなりました。

特に住んでいた幸町という地区は大川からの津波と南郷町方面からの津波の合流地点に当たり、被害も大きかった所です。

南気仙沼小学校は津波を被り、早々に廃校が決定し現在公営住宅を建設中です。

1、2階は駐車場等にし、居住区域にはせす3階から上に人が住む予定になっています。

個人の所感ですが果たして住む人がいるのか？ そんな疑問が残ります。

お世話になったみなさま





幸町も小学校の写真も全て展示されており、山内さんから当時どのような状況だったのか、現在はどうか余すところなく教えていただきました。

ここでのお話と見学を終え、折り返し今日のゴール、気仙沼港へ。

それからは気仙沼港近くにある銭湯、亀の湯にて汗を流しました。

ここのおばちゃんはとても元気で優しくてあったかい、サービス精神旺盛な方でした。

みかんやおばちゃんが漬けてくれた柴漬けやお茶を振る舞ってもらい心も体も洗い流された感じがしました。

亀の湯は震災後、すぐに銭湯を無料開放し、みんなが身体も心も休まる場所を提供していました。

おばちゃんの笑顔はとても素敵ですが、その笑顔の裏にも震災を見つめてきたことを考えると苦労は計り知れません。

その後気仙沼復興商店街へ戻り、割烹世界さんへ。

世界さんでは商店街の副理事を務める坂本正人さんより復興商店街が出来上がった経緯をお話していただきました。

坂本さんはじめ、商店街で商いをする多くの方が津波で家等を流されました。

当時コロツケの移動販売車だけは運良く残り、支援物資で大量の下着が送られてきたのでそれらを元手に青空市を始めました。

それが好評で次第に自分達で商売をしたい！という有志が増え、地主さんを説得し商店街を作ろうということに至りました。

最初は期間限定の二年間だけやる予定でしたが（この期間の家賃は無料だったそうです。無料なのには訳があり、家の土台が残っていた土地を自分達で平らにしなければなりませんでした。）復旧は遅れ地主さんに頼んでもう二年延長することになり、小額ながら家賃を払って営業を続けています。

初期は順調だったそうです。

被災地視察のツアーやボランティアの方々が多く訪れてくれたおかげで売上は上がっていたのですが、時が経つにつれ気仙沼に足を運ぶ方が少なくなっていました。

これから直面する問題は商店街の移転と訪問客の確保。

現在も中々進まない復旧を目の当たりにする坂本さんの顔には少し疲れの色が見えるようでした。

途中より愛知出身ながら気仙沼で毎月11日にキャンドルに明かりを灯し、震災を忘れないように活動が続ける「ともしびプロジェクト」代表の杉浦恵一さんも交えての会合でした。

二日目気仙沼～南三陸へ

南三陸観光協会の伊藤さんや南三陸ふっこう青年会による地元ランナーの方々、杉浦恵一さんも参加してのシャルソン。

大人数が一緒に走る様は圧巻。

走っている途中もここがどんな所だったのか、南三陸はどんな町なのか教えていただきながらのシャルソン。

お昼は伊里前福幸商店街にて海の幸BBQ！

牡蠣、帆立、秋刀魚、海鞘。

どれも新鮮で本来の味、美味しさを堪能しました。

そこから南三陸ホテル観洋へ向かい湯を浴びました。

目前に広がる三陸の海と温泉。

津波の心配さえなければ絶景です。



その後南三陸ポータルセンターへ向かい、保呂羽山を御神体とする上山八幡宮の神主、工藤真弓さんのご指導の下、江戸時代の中頃から始まった切り子（東北ではよく見られる神前に飾る餅、酒等を模した紙細工です。）の実習。東北は飢饉の多い土地だったので、自分達の食事すらままならない時に餅やお酒を神様にお供える事ができなかったのです。

ただお祈りをしたい気持ちは揺るがず他の形で神様へ伝えることはできないか？ということから供物を模した紙細工の切り子が生まれました。

複雑な模様は手先が器用であったであろう先人達を連想させます。

さらに南三陸ふっこう青年会の活動報告も拝聴。

おもしろそう、楽しそう！となりそうな企画は思いついたら実行する行動力は驚嘆です。

内容もぬるぬるドッジボールやぬるぬる水鉄砲、盆踊りを主催したりと多岐に渡ります。

なぜ、活動を始めて続けているのか？

それは、「この町を諦めたくない！」

そんな思いから始まった南三陸ふっこう青年会が掲げる目標は、

「千年続く祭りを作っていきたい！」

どんなに小さなことでも千年続けば大きな力になると信じて動いている熱い若者達が南三陸にはいます。

活動報告後はさんさん商店街内で南三陸ふっこう青年会の方々と地元民とオードブルを囲んでの宴。

これぞシャルソンの醍醐味。

飲みながら走って見てきた、体感してきたことを伝え南三陸の魅力を語り合いました。

南三陸に住む人にとって失ったものはとても大きいですが、それを感じさせない朗らかさ、未来への可能性を青年会の方々から受け取りました。

旅をするにあたって、どこに行くか。

それも重要ですが行った先でどんな人に会えるかがもっと重要であり、もう一度あの場所へ行きたいという思いが生まれます。

会の終わりに「自分達はいつでもここにいます。また来てください！」そんな言葉から彼らの人柄や南三陸を愛する姿に、また必ず来ようと思わずにはいられませんでした。





三日目南三陸～登米

昨日の雨が嘘かのような晴天に恵まれ、三陸沖の息を飲むような美しい風景が見ながらのシャルソン。

こういう日は走るのも心地よくラン仲間とも口々に「ランニング日和ですね。」と言葉を交わしたのを覚えています。

途中途中で横山不動尊、柳津虚空蔵尊、もくもくランドを經由しました。

立ち寄った所や途中で話しかけてくれる地元の方々はとても優しく、がんばってね、の一言が走る気力の元になりました。

この日は「手のひらに太陽を」というたくさんの協賛企業と立ち上げた佐々木さんが作り上げた復興支援施設にて登米市に住まう方々とFortune宮城というフリーペーパーを発行してる河崎さんとの交流会。

この施設には主に福島で放射能の影響により外で遊べない子供達を対象に運営している所です。

震災による傷跡は津波後だけではなく、目に見えない放射能もあります。

子供が外で遊べない。

そんな状況が現に日本で起こっており震災から3年8ヶ月が経つ今、当事者以外からは忘れ去られようとしているかもしれません。

それでも事実として起きた大震災を未来に、防災意識と被災者の「忘れないでほしい。」という思いをいろんな方に繋ぐためFortune宮城を作ったそうです。

登米市の方々とのディスカッションでは都市と地方の繋がりも大事ではありますが、地方と地方、お隣の地区同士がもっと交流し繋がり輪を太く、強くすることも大事であると感じました。





都市には分からない地方の魅力と抱える問題。

お話ししていた話題で鮮明に覚えているのは、

「ここ登米にいつまでも住んでいたい。この土地が好き。だけど子供が成長したら通う学校が登米にはないから、いずれ生活の場を移動しなきゃいけない。できればここにずっと居たいんだけどね。」

震災以降三陸沿岸地域の人口流出は激しいです。

火を見るよりも明らかであると言っても過言ではありません。

ウルトラシャルソンのような地域の魅力を再発見し、それを内外に伝えるイベントはこれからさらに存在感を増していくことでしょう。

小さな動きでも継続で行うことは大きな力を生みます。

それが地方の人口流出の歯止めになるかは分かりませんが、現地の方とお話をする度に参加してよかった、という思いとなんとかできないか、という思いが強くなりました。





四日目登米～石巻

シャルソン最終日。

正直この日は走り始めた直後から右足が痛くて完走できるかどうか不安でしたが、それでもゴールのサンファンパークを目指し、上品の郷を経由しながらなんとか完走できたのはスタッフのみなさんのおかげでした。

サンファンパークも津波の被害に遭い、私達が訪れたちょうど一年前にリニューアルオープンしたばかりの施設です。

とても景観の良い立地にあり、見える景色も素晴らしかったです。

この日は割烹民宿めぐろにてご主人の目黒さんより震災当時から今に至るお話を拝聴しました。

当時津波の被害は免れたものの、地震により建物の三分の一が傾いためぐろ。

傾いていても人は泊まることができるということで約50人を収容して避難所になっていたそうです。

捨てようと思っていた大釜が煮炊きにとっても役立ったこと、ドラム缶風呂を作りそこで湯浴びしていたことを軽快にお話してくれる目黒さん。

そんな目黒さんも仰っていたのが、

「津波で壊された家やそこから出た漂流物を瓦礫と言わないでほしい、思わないでほしい。あれは誰かの大切な所有物、財産なんです。」

リアスアークミュージアムでの山内さんの言葉が脳裏に蘇りました。

思う事は皆一緒です。

何も知らない私にとっては非常に鮮烈で忘れがたい体験でした。

民宿めぐろのご飯はとてもおいしく、なにより目黒さんご自身の人柄と息子さんや働いてらっしゃる方々のおもてなしに感動しました。

家族で経営されていて被災したにも関わらず笑顔が絶えない。

こういう方々にはまた会いたいですし、周りの友達や知り合いにもおもしろい人がいるから行こうぜ！と勧めやすくなります。

宿にとって人という財産は切っても切り離せないもの。

その人をめがけて人は集まります。

三陸は財産の宝庫だな、と美味しい食事をいただきながら思いました。

五日目金華山へ

美しい島でした。

ここも震災の影響で神社のそこかしこが破損していたり、建物が傾いている箇所も見受けられました。

ここを後にして最後は牡蠣小屋で牡蠣、帆立をたらふく食べて帰路につきました。





最後に…

五日間、たくさんの方にお世話になりまたいろんな繋がりができました。

こういった繋がりが増えることによって新しい可能性が見えてくると、そこから先が楽しみになります。

あの日から3年8ヶ月経ち、復興しているのかどうか。

何とも言えませんが今回のシャルソンを通じて被災地の今を肌で感じる事ができました。

一つ言えるのは諦めないこと。

諦めなければ120kmだって走れますし、きっと新しい町もできます。

やる気になればなんでもできるんだよ！という姿を直に三陸で見てきましたし、そういう方々にお会いすることができたのは私の財産です。

できればこの体験をSNSや文章上だけではなく実際にたくさんの人と共有したいです。

もし興味を持った方がいらっしゃいましたらぜひ今度一緒に走ってみませんか？

一人で走るよりみんなで走った方が楽しくておもしろいです。

それに思いがけない出会いがあるかもしれません。

パーティするようにマラソンする。

楽しんで、飲んで、食べて、走る。

それがシャルソンです。

皆様、ありがとうございました。

またお会いできる日を楽しみにしています。

追記

シャルソンのFacebookページなどもあります！

時間がありましたらご覧ください。 ▶<https://www.facebook.com/cialthon>

こちらは今回参加したシャルソンの応募ページです。 ▶<http://www.m-kankou.jp/archives/13953/>

これは第一回ウルトラシャルソン報告書になります。 ▶<http://paxihouse.com/blog/wp-content/uploads/2014/10/%E7%AC%AC%E4%B8%80%E5%9B%9E%E3%82%A6%E3%83%AB%E3%83%88%E3%83%A9%E3%82%B7%E3%83%A3%E3%83%AB%E3%82%BD%E3%83%B3%E5%A0%B1%E5%91%8A%E6%9B%B8.pdf>





牧野剛さん



牧野剛さん

第一回にひきつづき、参加しました。とはいえ、私自身は、ふだん、ほとんど走らない「走れないランナー」。(前回もそうでしたが) 今回も「走れるときに走る」程度で、その代わりといっはなんですが、運営スタッフの一員として、準備や運営のお手伝いをさせていただきました。そんな感じの参加者です。走りに自信はないけれど、参加しようかどうか、迷っている方の参考になれば幸いです。

まずは、実際にどのくらい走ったのか、というところから。前回は、陸前高田から気仙沼までの一区間だけ、参加させていただきました。ただ、走りに不安いっぱい自分。ランナーのみなさんの走行スピードに圧倒されて、しばらくは様子見。伴走車にいた運営スタッフの方のアドバイスを受け、自分から見て走れそうなところ、そしてランナーのみなさんの走行スピードが落ちる各区間の後半を走ることになりました。そこで、午前と午後に数キロずつ、走ることにしたのですが、前回の気仙沼までの区間はアップダウンの激しい難所。山を2つ越えるイメージです。地獄絵図でした(笑)しかし、その分、大きな充実感と「牧野さんも頑張ったよね!」という鮮烈な印象をメンバーのあいだに残すことができました(笑-ごめんなさい)。

そして、今回は、名実共に走った、といえるように、より実走距離をのぼそうと目論見ました。その対策として、前日のウォームアップラン往復10キロで、文字通りウォームアップすること。前日深夜に東京経堂から移動してきて、肉体的には節々がパキパキいう感じでしたが、とにかくトライしてみました。結果は・・・行きは快調だったのですが「自分イケル?」と思い、復路で飛ばした結果、ひざに痛みを感じ、足を引きずるような感じで気仙沼中心部に戻る始末となってしまいました。大志をもって挑んだ、第二回ウルトラシャルソンでしたが、実質的には前日で私のなかでのランは終わってしまった感じです。翌々日に7、8キロ走ったので、合計距離は、17~18キロ。前回からは距離をのぼしましたが、まだまだです。がんばります。

第二回ウルトラシャルソンでも、東日本大震災による被災の爪痕を感じる機会が多々ありました。前日の気仙沼リアス・アーク美術館。特命を受けた学芸員による被災直後の写真記録や被災物の数々。壊れたままの気仙沼線清水浜(しずはま)駅は橋梁が流された当日のまま。曇り空、雨のなか見るその光景は胸に迫るものがありました。各地で見かける放置されたままの住居や、住居部分が流され残った基礎部分、盛り土が詰まれていく姿は、前回も見た姿ではありますが、何か寂寥感が漂います。震災直後の様子や復興のプロセスを知る、という意味では、地元ランナーや被災地出身/居住経験があるランナーと一緒に走れたのは大きかったと思います。「震災の前は・・・」というお話を伺うと目の前の光景の見方も変わります。



眼前に広がる美しい光景に心奪われるシーンも沢山ありました。南三陸町の海辺すぐにある、ながしず荘の部屋からみた朝日に照らされた海は本当に美しかった。また、仮設住宅のあいまをぬけてたどりついた、横山不動尊。紅葉が始まった木々、木漏れ日を感じながら走っていくとき、そこだけが特別な時間が流れている感覚に襲われました（余談ですが、私の頭のなかにはずーっとMy Favorite Things（＝「そうだ、京都にいこう」のCMソング）が流れてました）。南三陸町のホテル観洋からの眺めも絶景。あのお風呂には一日中つかっていたかった！あの場合が震災直後、避難場所として機能していたとは、当日の喧騒が嘘のような場所でした。

ハブニングや予定変更が頻発するのも、ウルトラシャルソンならではの。急なルート変更があると、伴走車メンバーはタイヘンです。上品の郷から石巻に向かうルートでルート変更がおこなわれたとき、伴走車の助手席に座る自分は、左手のiPhoneに映し出されたGoogle Mapで現在地を確認しつつ、右手にもったiPad miniのRuntasticでメンバーの走行位置を確認しながら、ドライバーとコミュニケーションしつつ、もう一台の伴走車からかかってくる電話に対応しつつ、、、まるで阿修羅（笑）でも、そんな話こそ、あとで思い出話として楽しめるんですよ！

登米のмокмокランドで念願の油麴丼を堪能していたとき、いきなり背中を指でさすられて、ドキッしました。振り向こうとすると背後からおば（あ）ちゃんの声で「あ、ちょっとちょっと動かないで」との声。背中に地図が描かれたウルトラシャルソンのTシャツをみて「この人たち、何をやってるのか？」をおばちゃん同士で話してた様子。振り向いてみんなで説明したのですが、いくら「走ってます」といっても「自転車で？」と返されて、しばらく納得してもらえませんでした（笑）（※このときの写真が岸田さんがレポートしてくださった東北まぐに掲載されています）

ウルトラシャルソンは次は三回目。映像作品も沢山出来たことによって、ウルトラシャルソンスタイルも随分と可視化された感があります。ただ、そのスタイルもどんどん進化していくような気がしています。なんていったらいいんでしょう、今回もそうでしたが、これからも回を重ねるごとに、初めての参加者の方々増えていって、そのたびに“経験者”との化学反応が発生して、また新たなスタイルが出来て・・・みたいな。同じランナーが走ることで継承されていくこともあると思います。それは、ウルトラシャルソンというイベントのなかで継承されるものだけではなく、あの町で見たり聞いたりしたことを別の町に伝える、といった類のことも含めてです。一方で、ウルトラシャルソンは、毎回違ったメンバーで各地を練り歩きます。今後、回を重ねていくごとにその回ごとの特徴が出てきて、それも面白い感じがしています。楽しみです。

そうしたウルトラシャルソンの「うねり」が大きくなって、深みが増してくれば、地域間交流のきっかけづくりに大きく貢献していくような気がしています。

ウルトラシャルソン、これから、も楽しみです！



田中貴徳さん



田中貴徳さん

モルディブ支援に感謝！と闘う人々に敬意を！

ボランティアとは「無関心との闘い」

これが、モルディブ青年海外協力隊から帰国してから変わらない思いだ。

マスメディアに流れなければ世の中に存在しない。

スマトラ沖地震の津波でモルディブも被災したが、日本ではニュースにならない。つまり、日本ではモルディブでの津波被災は存在しない。そんな中、協力隊OB達も微力ながら支援した。それが、感動的な形で応えてくれた。

東日本震災でモルディブは人口の2倍を超える量のツナ缶を特別仕様で作り支援してくれた。日本で例えるなら2～3億個のツナ缶を支援する事に相当する。私のウルトラシャルソン参加理由は、モルディブのツナ缶を覚えている人と出会う事だ。そして、その人の言葉を気持ちをモルディブに持ち帰りたい。モルディブ大使館事前確認したら気仙沼に42,000、南三陸に16,000程度支援した記録があった。後で分かったが、それぞれの人口と同数であった。

シャルソンのウォーミングアップランから参加した。

津波で流され基礎だけの風景。

新築の家だが、盛土地区に指定され更地になる予定。

アンモニア混じり異臭を放つ被災家屋を横目にジョギングしリアスミュージアムに到着。

被災時の写真、被災物を目の前にし、被災当時の話を聴く。マスメディアで見慣れた写真だが、添え書きの生々しさに言葉を失った。説明で記憶に残ったのは、50年に1度津波被災する地域と知りながら住み続ける覚悟があるという件である。可哀想とは感じ無かった。その潔さ、強さに敬意を覚え、そして悲しさを覚えた。生まれたら死ぬ、当たり前的事だ。が予期せぬ死は周囲に悲しみを与える。

銭湯でさだまさしのサイン

復興商店街の坂本さんの話。被災者間の利害・意見調整の苦勞、行政との調整の苦勞話。悲しさと非力を覚えた。坂本さんにはツナ缶の事は聞け無かった。復興ではなく、新しい街造りが正しいと感じた。もう元には戻れないのだから。





三陸に向かってスタート。
BRTに知恵を感じた。
道路標識に津波到達点の記載
復興青年会のラン参加

ラン途中の事は、ほとんど記憶にない。
ついて行くのがやっと。
体重落とさなきゃ！
でも防潮施設の基礎柱の直径1,6mとその間隔10m未満に驚いた。
ゴミ袋のポンチョがあんなに受けたのにも驚いた。
立ち寄り先々での歓迎にも驚いた。
ランナーはどんどん増えていく、
ラン速度もどんどん上がる。
必死でついていく！
ゴールでの温泉は最高！



南三陸青年会との宴会。被災当時のはなし。
料理人、肋骨にひび抱えながら、長靴で走ろうとした及川さんが、モルディブのツナ缶を覚えていてくれました。

今回の目的は達成された。

個性が溢れるというより、噴き出してる愉快的仲間がどんどん参加してくる。 いわゆる常識では理解不能な人々！

皆さんの完走を祈念しつつ、翌朝離脱帰京！



宮下祥子さん



宮下祥子さん

ウルトラシャルソン第2回目に参加しました。

1回目のゴール、気仙沼をスタートして石巻まで、3日間かけて走るイベントです。

気仙沼から南三陸町は私が幼いころから何度も通った懐かしい場所。

海岸沿いに松の木がびっしり並んで、その松の間から砂浜と海が見える、のどかで美しかった大谷海岸は、全ての松が流され、海岸沿いに土嚢が積み上げられた状態のまま。

進まない復興の厳しい現状を見ること、聞くことは辛いことでしたが、参加したメンバーも、行く先々で出会う地元の方々も本当に素敵な方ばかり！

たくさんのパワーをもらい、この地域のために出来る事をしていきたいという強い気持ちを持って帰って来ることが出来ました。

走れない私を気遣ってくださったみなさま、本当にありがとうございました！

走れるようになったら！！

またウルトラシャルソンに参加したいと思います。

気仙沼復興商店街

<http://l.facebook.com/l/XAQHqaDQhAQF4HEedJtRULwx3cNvXvHoPQX9eNQr2BxOp4g/kesennumafs.com>

リアスアーク美術館 http://l.facebook.com/l/yAQHdvhiJAQETff_3dL-GLKsPrRdj3NQdIiXF0dyDA84SyQ/www.riasark.com

伊里前福幸商店街 http://l.facebook.com/l/xAQE3HrNVAQEWYf-5cmWMQRxpp5Sq3TfWwM8y4gD6i_IzCQ/isatomaee.jimdo.com

南三陸さんさん商店街

<http://l.facebook.com/l/XAQHqaDQhAQF4HEedJtRULwx3cNvXvHoPQX9eNQr2BxOp4g/kesennumafs.com>

南三陸ふっこう青年会 <https://www.facebook.com/msrfukkouseinen>



宮下祥子さんが写真8枚を追加しました。

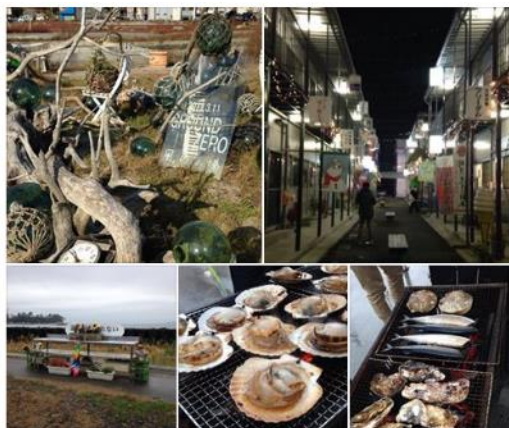
11月4日 22:18 · 公式

ウルトラシャルソン第2回目に参加しました。1回目のゴール、気仙沼をスタートして石巻まで、3日間かけて走るイベントです。

気仙沼から南三陸町は私が幼いころから何度も通った懐かしい場所。海岸沿いに松の木がびっしり並んで、その松の間から砂浜と海が見える、のどかで美しかった大谷海岸は、全ての松が流され、海岸沿いに土嚢が積み上げられた状態のまま。

進まない復興の厳しい現状を見ること、聞くことは辛いことでしたが、...

もっと見る — 友達: 田中貴徳さん、他11人



いいね！を取り消す · コメントする · シェア

増田健二さん



増田健二さん



ウルトラシャルソン参加して

ウルトラシャルソンに初めて参加致しました！っと言っても1日だけですが…w
ウルトラシャルソン参加前日21時まで千葉で仕事をし、レンタカーで23時から東北に向かうという無謀なスケジュールをとりながら、いざ東北へ！

前回のウルトラシャルソンには都合悪く参加出来なかったのですが、どーしても参加したかったので今回初参加しました。

【東北】【震災】【復興】【311】【走る】【食べる】【呑む】【五感】【シャルソン】【交流】【繋がる】…etc,
もうあれから3年半たったのに。

私も当時メディアに映る映像が、あまりにも衝撃的で、同じ日本の東北という地区でおきた悲惨な状況が信じられませんでした。あまり知られていませんが、私の住む千葉県も被災地です。海に囲まれている事もあり、津波の影響で今年の5月まで仮設住宅に住まっていた方もいたほどです。

被災地の現状を自身の五感で感じるのと妻やそして子供達にも被災地の今を見て、感じてもらうため家族でウルトラシャルソンに参加したいと思いました。

妻、子供達は伴走、そして私はランニングをしながら復興ってなんなんだろう？そんなことを考えながら東北の町を走りました。

被災地の町を地元の方々と一緒に走りそして交流して震災前、震災後、そしてこれからについて地元の人達は何を思い何を行動して行くのか？

観光で訪れても気づかない地域の魅力、走らなければ(歩かなければ)気づかない地域の魅力がまだ沢山あるということを気づかされるそれがウルトラシャルソンだと思います。

今回はしっかり調整してウルトラシャルソンに参加したいと思います！

娘が海辺にあった献花台を前に無言で手をあわせていたのは…何かを感じていたのでしょうね。



えっ！！？
まだこっこんなの。
手の入れようがないのかなっ。。。
ウルトラシャルソン1日目、気仙沼～南三陸までに家族で参加。ランは膝を痛めてしまい途中離脱致しましたが…。
参加者と地元の方々と交流をすることで、震災前の事、震災後の事、そしてこれからの事を聞くことができ、自分の五感で感じる事ができとても貴重な経験・体験をさせて頂きました！！
やっぱね、自分の肌で感じるべきですよ！
言いたいことは沢山あるけれど、文字にはしません。
それにしても地元の方が言ってた「カキ、ホタテは買った事がないよっ、漁師さんから貰うものだからね」ってなんとも賢いことを言っていましたwww
娘達も色々出された料理の中で牡蠣汁が最高ーって言っていましたw
また来よう東北っまた来るから！
ご当地シャルソン協会pageです。(シャルソン知らない方はググってください)
<https://www.facebook.com/cialthon>
シャルソン最高ー！！！！



Nov 1-2, 2014
Shared with Dropbox



同級生二人の初対面。ドキドキ。見守るお父さんたち。—ますだ けんじさん、佐谷 恭さんと南三陸さん商店街にいます。



いいね！・コメントする・シェア



増田健二さん



増田愛香さん

言いたいことが沢山ありますが、まとまらず…(笑)
 いや～まとめるってむずかしい(笑)
 読みにくいと思いますがすみませんm(__)m
 …東北の今を目で見て肌で感じに、家族でウルトラシャルソンに参加しました。
 旦那はランニングし、私は子供達と車で伴走しました。
 私も走りたかったー!! !!
 車から見る風景は、予想以上の状況で衝撃を受けました。
 波の力は計り知れない。とても穏やかで、綺麗な海が、突然豹変し、いとも簡単に家、電柱、道路、線路をも一瞬にして破壊してしまう。
 子供達も信じられないと話していました。
 そしてお昼、夜ご飯は地元の海鮮料理をお腹いっぱい食べました。
 ホントに美味しい!! !!
 しかし私は牡蠣アレルギーなので、立派で新鮮な牡蠣を目の前にして食べれずでそれはそれは、悔しい思いをしました…。
 子供達は初めて食べる生牡蠣にはまった様子。
 その他、復興の思いを抱きながら子供達も一生懸命に切った、切り子体験。
 南三陸町の若い方達で結成され、皆で力を合わせ故郷の南三陸を復興させよう!! という、南三陸町ふっこう青年会の方のお話を聞きました。
 私の母は岩手出身。
 よく母に東北は人も温かく、食べ物も美味しいし、自然も良くととてもよい所。と話を聞いていました。
 私は実際母の実家岩手に行ったのは2.3回。まだまだ良さがわからない年頃に帰省していました。
 しかし、今回の旅行で母が話してたことがわかりました。
 ホントに東北は人が温かく、食べ物は美味しい、自然が沢山!!
 またぜひ行きたい!! !!と思いました。



増田文さん(小5)

「大きな被害」
 私が感じたことは「悲しい」と「ひどい」しか思いませんでした。
 まず「悲しい」と思った理由は、駅の屋根が吹き飛び階段がぐちゃぐちゃになっていました。
 その時駅には沢山人がいたと思います。
 いつくるかわからない大きな地震に戸惑い、驚いたと思います。
 津波で駅が流されてやそこにいた何も知らない人々が流されてしまった事を想像すると、とても悲しい気持ちになりました。次に「ひどい」と思った理由は、車から、建物が見えました。その会社の建物は4階までであり、3階まで窓ガラスなどが割れ丸見えになっていました。
 その風景を見て、悲しくそしてひどい状況だと思いました。
 そして、もう一つ、壁も何もない骨組み状態の建物もあり、その前には献花台がありました。
 そこでも沢山人の人が亡くなったと思うと、津波は本当に怖いと思いました。
 地震が起きる事が予知出来るようになれば、こんなひどい状況にもならないと思うし、命を落とす事はないと思います。
 地震が予知出来る世の中になればいいなとも思いました。
 あと、夜に食べた、お刺身、鍋がとても美味しかったです。
 妹が美味しい美味しいと、沢山牡蠣を食べている姿が印象的でした。
 また、家族で東北に行きたいです。



増田友さん(小2)

私が見て心に残ったのは、壊れた駅と線路、でこぼこな道路です。
 駅はぐちゃぐちゃになり、線路は真ん中がありませんでした。
 電車に乗っていて、いきなり津波がきて流されたら怖いと思いました。
 津波は怖いと思いました。
 あと、はじめて食べた牡蠣が美味しかったです。



太田康子さん



太田康子さん

『パーティするようにマラソンし、東北の復興を走って見て伝えよう！東北の震災被災地沿岸を走りながら、復興の姿を観察し、そこに住む人たちと会話をする。それが東北ウルトラシャルソンです。』

【出会い編】

- ・歌津の伊里前幸福商店街で、カットサロンちばで、南三陸の復興について、仕事があれば若者は町を出てしまうということなどを聴きました。
- ・南三陸観光協会、南三陸ふっこう青年会の皆さんと雨の中を一緒に走り、途中で町の説明もしてもらいました。
- ・南三陸ふっこう青年会のプレゼンでは、自分達の手で地元を作っていきたいという気持ちが伝わってきました。何より、その土地にまた来たいと思わせるのは「あの人に会いたい」と思うからだという言葉に心から納得しました。
- ・ホテル観洋の温泉からさんさん商店街まで私達を車で送るためにわざわざ来てくれた地元の青年に感謝。このような地元の人の協力でシャルソンは成功するのだなと思いました。
- ・ホテル観洋の露天風呂で、観光協会のミクちゃんと震災で人生変わった話で盛り上がりました。特に彼女は関西から南三陸へ、その後彼氏も南三陸へ移住し、来年結婚という映画になりそうな話に感動。翌朝、私たちの忘れ物を宿まで届けに来てくれて本当にありがとう！
- ・なかしず荘のお母さんから喫煙タイムにしおっちが聴いたお話。地下一階から一階にかけて津波で浸水したものの、倒壊ではないので保証金が1円も出なかったこと。被災された方を全部手弁当で受け入れていたことや、1度は諦めた旅館経営を再開した時のことを伺いました。
- ・走りながら道路沿いの民家の皆さんに「こんにちは」と挨拶すると、100%「ご苦労さん」とか返してくれました。それだけで疲れが吹き飛び清々しい気持ちになれるから不思議です。





太田康子さん

- ・登米市の大徳寺のお母さんから、地元の祭りや800年の歴史ある木造の不動明王について話を聴きました。平安時代後期からそこに鎮座する仏像の2度目の修復が震災後に行われたことや、胎内に収められた仏様を12年に1度ご開帳する儀式の事など。遠い歴史に想いを馳せるに相応しい紅葉に彩られた境内の景色も楽しみました。
- ・登米市明治村の武家屋敷で、甘酒を飲みながらお店の方から映画のセットとして使われている家の事を聴きました。その場にいたお爺さんと、シャルソンのことを説明して世間話も。
- ・登米市の「手のひらに太陽の家」というワクワクする名前の施設で、フリーペーパーFortune宮城の編集の河原さんのお話を聴きました。震災を機に茨城から移住して、県内の情報発信をされています。私がやらないで誰がやる！という動機は、私と似たものを感じました。そこでは、くりこま高原自然学校の佐々木豊志さんに、福島の子供を受け入れてきた実績と、寄付支援が減ってきたことで人員削減せざるおえなかったことなどを聴きました。特に子供の除染には一時的でも離れて生活することが重要であるとか、知らなかった事も学べました。

【ハプニング編】

- ・新幹線の切符を券売機で初めて買い、特急券しか買わなかったり間違いまくって改札を出たり入ったり3回。そのせいで気仙沼までの最終に乗りず仙台で下車。
- ・宮城交通のバスで仙台から歌津に到着するも、降りる際にしおっちが回数券なくす
- ・南三陸さんさん商店街に、汗と雨の染み込んだ服とお風呂セット一式を2人で忘れる
- ・登米市の明治村にしおっちが携帯忘れた！と電話して探して欲しいとお願いした途端、テーブルの上にある携帯に気づく



宮野竜也さん



宮野竜也さん

11月3日、1日のみ登米～石巻間の約40キロ区間で参加しました。申し込みでの調整からゴール直前の息切れ、翌日の早朝出発のお見送りまで、最初から最後までバタバタと・・・運営・参加者の皆様には大変ご迷惑をおかけしました。感想という一言では表せないのですが、楽しかった・考えさせられた、の半々であったかと思っています。

私は仙台近郊のマラソン大会をインターネット検索していたことがきっかけで、このイベントを知りました。楽しみながら走るという点に興味を持ったこと、そして被災地を直接感じることができる機会と思い参加しました。現在の仕事は復興支援のNPOで、被災地域の現状を情報や被災地で活動されている方や住人の方々のお話を聞く機会がありました。しかし入職2ヶ月ということもあり、自分としてはまだまだ見るべきもの、知らないことが多いのではと感じていました。とりあえず一日だけでも飛び込んでみることにしました。

登米・石巻市内を自分の足で走るのはもちろん初めてでした。北上川や市街地、ゴールのサンファン館は、現在は震災の被害を感じさせないほどまで復旧が進んでいることを改めて感じました。ただ、登米から石巻までの道のトラックの往來の頻繁さやサンファン号の設備など、まだまだ復興は道半ばであることも事実としてあることを実感しました。

民宿の目黒さんのお話では、被災当時の状況や現在までの経緯をお聞きしました。その中で「逃げるが勝ち」という言葉は、重く響きました。私の実家は東海地震や南海トラフという脅威が懸念されている静岡県の伊豆地域にあり、目黒さんのおっしゃったことや東日本の教訓を何らかの形で伝えていきたいと強く思いました。

被災地を知るのみではなく、石巻・牡鹿の魅力を知った一日でもありました。異国との交易の歴史、おいしい海の幸、そして温かなおもてなしや参加者の方々との交流。ただのマラソン大会では得られない経験ができました。

マラソンについては、自分の練習不足と体力不足を痛感しました。体重の重さ、筋力の少なさ、それを今までわかってはいたものの知らぬフリをしていた自分を恥じ、今後は考えを改め精進していこうと感じました。

今回、シャルソンは初めてでありましたが、走ることを楽しみながら、いろいろなことを知り、感じることができるイベントであると感じました。もうちょっと体力をつけ他のイベントにも出られたらなと思っております。そのときはまたよろしくお願いいたします。

どうもありがとうございました。





加藤武留さん



第二回ウルトラシャルソン完走記
登米～石巻編

目覚めると、外が明るい…
ん？時刻は6時…………

乗る予定のバスは6時5分…………

やっちまった～！！

加藤武留さん

フルスピードで支度を整え、駅に向かいながら考えます。

次のバス？？

そんなん昼の合流になってしまう！

ヒッチハイク？？そう都合よくいかんやろ～

と、目的地とは離れた所へのバスが、すぐ後にあることを思い出し、とりあえずそのバスに乗り込みます。

目的地は登米総合支所、乗ったバスの行き先は登米市役所、すぐ近くと思いがちですが、実は10キロ程離れているんです>_<

問題はそこの移動…

バス路線も走ってない…

タクシーもなんか面白くない…

もしかしたら…ここならヒッチハイクでも
行けるんちゃう？

バスを降りたら目的地方面へ歩きつつ、

ヒッチハイクを敢行。

それなりにクルマは通りますが、ハイス

ピードで流れる田舎道…

中々思うようには行きません。

しかし、20分程経ったところで…

ついに成功！！

本当に助かりました(￣▽￣)

とても気さくな方で、たまにクルマでロング
ドライブをするそう。

岐阜から来たことを話すと、飛騨地方にも
行ったことがあるそうで、話しが弾みまし
た。

ランナー部隊の出発から遅れること約20分、
スタート地点の手のひらに太陽の家に到着。
荷物だけ預けてダッシュで追いつこう！風
も強いしやめとこか～

ということで、クルマ部隊と共にランナー
を追いかけます。

柳津駅付近でみんなと合流。





ここからは北上川沿いを走りますが徐々に歩道は狭くなり、中々走り辛い！
でも天気はすこぶる良く、雄大に流れる北上川がとても綺麗に目を楽しませてくれます。

石巻市に突入！
山が開けてくると、国道は川から少し離れ、堤防道路は歩行者専用の細い道に変わります。
風の強い中、ここぞとばかりにはしゃぐ仲間達（笑）

また国道に戻りますが、行き交うトラックは、殆どが震災復興の幕を全面に掲げてます。
途中のお店の看板でハラコ丼という文字に惹かれつつ、道の駅・上品の里に到着。

ここで昼食。
半数以上の仲間が金華サバ漬け丼を頼む中、自分は牡蠣ソバを注文。
とても美味しかった～！

この辺りから、津波被害の痕跡も目立つように。
その時、北上川を津波が40kmもの距離を遡ったと、地元仙台からの参加者より聞きます。

ゴール地点の「サンファン資料館」の看板も見えて、石巻駅に到着。

ここで偶然にも、途中から参加のメンバーと遭遇！
無料で貰ったという焼肉と、サンマ（4匹！）を両手に持ったの登場に盛り上がります（≧▽≦）

ここまで来れば、ゴールまであと一息。
しかし気温が下がったせいか、脚が吊りそうな状態に…
平坦な道ばかりで、前回よりラクな筈ですが、練習不足でしたかね～

ペースを上げ始める皆さんに、どうかこうにか付いていきます。

最後はトドメの登り坂（泣）
坂を登り切ると素晴らしい夕焼けの景色に見守られながらゴール🏁

みんなで一斉にゴールテープを切りました！！
寒風が吹き付ける中ゴールシーンの撮影大会を終えたら、サンファン資料館を見学。
館内の暖かさに、一時生き返ります。
ここは、伊達政宗が派遣した使節団の資料を展示すると共に、石巻市の震災復興のシンボルとしての役割も果たしてます。

ここからは民宿の送迎バスで移動。
ここでワープモードに突入（爆睡モードとも言うzzz）

割烹民宿めぐろに到着！
フロを浴びてふと見ると、飛騨地方の観光パンフレットを発見（驚）
民宿の方に聞いてみると、高山から何度もボランティアに来た方がおり、その縁で置かせて貰っているとのこと。
また女性風呂の浴槽は飛騨のヒノキを使っているそうで、とても羨ましい！

そして宿のご主人から、震災当時の話を聞きます。
地震の揺れにより、宿は3分の1程傾いたそう。その後襲い掛かった津波には、宿は被害を受けなかったものの、地形によっては一瞬で全てが洗い流された地域もあったそう。

丁度この先にある金華山の沖が震源地ということもあり、地震の揺れと津波の両方をこの辺りはまともに受けた。

幸いにも建物はなんとか使える状態であったので、生き残った周辺の住民を受け入れ、ライフラインが断たれた中、力を合わせて協力しあいます。
丁度残っていた空のガスボンベを切断して、釜替わりにして大量に米を炊いたり、大量の流されてきた被災物を集めてきて燃やしたり。
単なる瓦礫ではなく、みんなが築いてきた財産なんだよ。という言葉に、感銘を覚えます。

あまりの被害の大きさに行政の対応も遅れてしまう中、住民の避難場所や、ボランティアの拠点としても活かされました。

そしてお腹もペコペコになったところで夜ご飯。
ずらりと並ぶは地元で獲れた海の幸！
どこから手をつけたら良いのか迷いながら、平らげます。
その後部屋に集い、ウルトラシャルソンを振り返ったり、専属ケアマネージャー（？）のマッサージを受けたりと、夜は更けていきます。

編集が終わったばかりの動画も見せてもらい、自分は1日だけの参加でしたが、皆から思い出を分けて頂きました。



クールダウン日

この日は金華山へ渡ります。
朝食をたべ、準備が出来たら出発！
牡鹿半島の先端、鮎川港から船に乗り込みます。

朝から風が強かったので、少し渡れるか心配でしたが、地元の方によるとこれぐらいは普通とのこと。

小型船ということもあり、大きく揺れるわ揺れるわ！
後ろのオープンデッキで波をモロに被りながら、思いつきはしゃいでしまいました^ ^

山の中腹の神社まで送迎してもらう途中でも見ましたが、金華山はそこら中に鹿が闊歩しています。本土から泳いで渡ってくるそうで、人にもとても慣れている！
一通り見て回り、鹿のエサを買って周りを包囲され、猛烈なおねだり攻撃>_<
力関係がはっきりしてるようで、そのうちの一頭が他の鹿を押し退けて食べるので、他の鹿にもあげようと四苦八苦。
あっという間に無くなってしまった！

ツノが切られてないオス同士の力試しを見物してみたり、小さい頃から放浪癖があるネコを見たりしたらもう時間。
名残惜しいですが、船に乗り帰ります。帰りは逆風のため、さらに大きく船が揺れました(OvO)

石巻駅で一部メンバーとお別れしたところで、丁度平和を訴えて自転車日本一周中の旅人を目撃！
様々な形で自分の思いを訴えようとする方がいるのです。

途中でちょっと寄り道、食後のスイーツを購入^ ^

そして牡蠣小屋へ到着！
美味かつ、安い牡蠣とホタテをたらふく食べます。
ここで東京へ帰る組はお別れ。
牡蠣小屋バックに記念撮影を済ませ、サヨナラ～！

さて自分達はどうするかって？昨日のサンファン資料館へもう一度戻り、メンバーの一人のマッサージタイムと、先程買ったスイーツを味わいます！

2度目でもこの景色はホントに素晴らしい！
その中で仲間がマッサージを受ける姿はとてもシュール（笑）

そして美味しいスイーツを頂きます。自分はカスタードクリームよりも生クリーム派なのですが、ここのカスタードクリームは絶品！
濃厚な味わいかつしつこくない甘さ、完璧に気に入りました^o^

途中、松島を経由して仙台市街地へ。
天然の防波堤の恩恵により護られた松島と、その前後の被害状況は余りにもかけ離れており、津波被害の特性を垣間見ることができます。

港に程近いガソリンスタンドでみんなとはお別れ…
それぞれの目的地、家へ向かう仲間達をお見送りします。

程近いイオンで今夜の買い出し。まだ食べていない牛タンを是非手に入れたと思ったものの、規模が思ったより小さく、良さそうなものが無い…

そこで30分程歩いたところのアウトレットに狙いを定め、夜の港湾地区をトボトボと歩く羽目に（泣）
無事に目的の物をゲット！港へ移動し、久しぶりのフェリーに乗船！

船内をウロウロしていたら、あっという間に出港時刻。
様子をデッキに立ち、見守ります。
タグボートに引っ張られながらゆっくりと回転。北の大地を目指してゆっくりと離岸していきます。

ん？北の大地？？？
はい！まだ自分の旅は続きます（笑）

バイキングでは張り切って食べ過ぎ、クラシックのショーを見ながら優雅なひととき。
船の中の時間は案外忙しいもの。

デッキに再び出ると、沢山の漁火が見えるとともに、奥には夏のウルトラシャルソンで走った大船渡、陸前高田、気仙沼の街の灯りも薄っすらと。
夏の思い出が鮮明に蘇ります。

船内のパネルで見ると、今乗っている「きたかみ」は、震災時に仙台港で出港準備をしており、津波を回避するために緊急出港して、仙台港沖で津波と遭遇。船体への被害はなく乗り越え、落ち着いたところで苫小牧まで避難した船です。
避難中、被害を受けた三陸沿岸の街からの出火が見えたり、漂流物が流れる中の航行となりました。

その後は被災地への物資、人を運ぶ有力な手段として復興に大きく貢献した船であり、ウルトラシャルソンの目的からしても、ラストにこの船に乗船出来たのは、自分にとって大きな縁を感じました。



人間の想像を超える津波の脅威。
海岸までは走って何時間もかかるような距離の筈なのに、周りには津波が襲ったのであろう痕跡。
地形によって、一つ山を越えるだけで被害に大きな差があったという現実。
海が割れた…という金華山にまだ残る、傷跡。

リアルな視点でどの事実も自分に迫って来ます。

また、現地の方々と繋がりを持ちながら進んで行くことで、これらのことが、自らにとってより強烈なものとして感じられます。

ここまで、ウルトラシャルソンに第一回、第二回と続けて参加することが出来ました。
出来る限り今後も参加して行きたいし、自分の周りの方にも参加して貰いたい。
機会あるごとに少しでもこのウルトラシャルソンを広めて行きたいです。

Takeruのブログ

ブログの説明を入力します。

最新の記事

- ウルトラな旅 2014秋 北海道その2
- ウルトラな旅 2014秋 北海道その1
- ウルトラシャルソン完走記 (クールダウン)
- 第二回ウルトラシャルソン完走記 (ゴール編)
- 第二回ウルトラシャルソン完走記 エピローグ&前泊日
- 基跡シャルソン完走記
- 第一回ウルトラシャルソン (エピローグ)
- 第一回ウルトラシャルソン (クールダウン)
- 第一回ウルトラシャルソン (8日目)
- ウルトラシャルソン(2日目)

一覧を見る

テーマ

- ブログ (8)
- シャルソン (11)
- 旅日記 (2)

一覧を見る

カレンダー

<< 11月 >>						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

月別

- 2014年11月 (5)
- 2014年10月 (1)
- 2014年09月 (7)

一覧を見る

このブログを検索する

ブログトップ

記事一覧

画像一覧

< 第二回ウルトラシャ...

基跡シャルソン完走... >

第二回ウルトラシャルソン完走記 エピローグ&前泊日

2014-11-09 07:22:22

テーマ: シャルソン

東北沿岸を縦断していくウルトラシャルソン。第二回が11月1日～3日にかけて開催されました！

今回は気仙沼～石巻。途中、南三陸、登米を経由して走ります。

ウルトラシャルソンについては、以前、このブログでも紹介してますのでココを読んでね”o”

第一回ウルトラシャルソン完走記

また、フェイスブックページでもイベントの様子を見ることが出来ます。その様子はコチラ！

今回は11月2日に、イベントの手伝いがあったため、最終日&クールダウンのみの参加となりました！

相変わらず長々と書きますが、是非、最後までお読みください！

【ウルトラシャルソン前日】

いよいよ明日はウルトラシャルソン！という11月2日、自分は岐阜市のイベント、健康ウォークのお手伝いをしておりました。因みに...



柳ヶ瀬で、こんなやってました(笑)

暑かったけど楽しい！

岐阜のキャラクター、うーたんです。

中津わっかん

イベントの手伝いを終えて、新幹線に乗車。



杉浦恵一さん



普段気仙沼にいて全く走ったりしないのですが、
「みんなで楽しみながら走ろう！」と誘われ、良い機会だと思い参加しました！
参加したのは14キロでしたが、一つのことを共に乗り越えるということで生まれる
一体感を感じることができました！
このために買った運動靴も、今後履く機会を増やしていきたいです！
また来年も楽しみにしています！

杉浦恵一さん





6. ウルトラシャルソンに寄せて



夜、地元の方との意見交換会で色々な意見を聞かせていただきました。同じ地域に住んでいても皆で集まって話しをする機会はなかなかありません。むしろ、地元の方の考えに驚いていました。ウルトラシャルソンには場をひらく力があるのだと思います。走って体を開いたあとはまた違う世界が見えるのかもしれない。よい「気」が流れていたように思います。場をシェアする楽しみを改めて発見させていただき、ありがとうございました。

河崎清美さん
『FORTUNE宮城』編集長



年月が経つにつれ、あの震災への思いが消えてしまうことがなによりも私は怖いと感じています。私は地元に帰ればあのときを思い出せる環境にあります。しかし、大半の人たちはあの地に行くことはできません。そんな中でこのような企画は素晴らしいと思います。実際に自分の目や足で触れることが何よりも大切です。そこから思いはつながり絆というかけがえないものができると思っています。

東松島出身の小学校教諭からのウルトラシャルソンへのコメント

7. メディア掲載(東北まぐ)



岸田浩和
映像作家、写真記者。

1975年京都市生まれ。立命館大学在学中にヤンゴン外国語大学に留学。民主化前の混沌としたミャンマーに暮らしながら、映像制作に触れる。2000年より光学メーカーに入社し、営業や広報に10年間従事、光学専門誌への寄稿を始める。2011年4月より、東日本大震災の被災地取材を開始した。2011年8月、月刊メルマガジン「東北まぐ」（株式会社まぐまぐ）を創刊。東北沿岸に暮らす人々の人物取材を中心に、写真記事を毎月320万通に配信している。被災した缶詰会社の再建を追いかけた短編ドキュメンタリー「缶詰記」（英語題：Cans of Hope）を発表。同作で、国内3カ所、欧米アジア5カ所の映画祭に入賞・入選した。

まぐまぐ/ オフィシャルメルマガ

東北まぐ

まぐまぐがお届けする東北の声

マイページ | 新規登録 | メルマガ発行 | メルマガ解除 | ヘルプ

Google™カスタム検索

検索

トップページ > オフィシャルメルマガ > 東北まぐ > 東北まぐ40号

東北まぐ40号 2014年11月

新しい記事

古い記事

仮設住宅の軒先に吊るされた干し柿（宮城県登米市）

幻想的な光景を映す福島タイムラプス、第2回シャルソン写真レポート、超実用的な情報と本音が詰まった『福島のおきて』、小岩井農場6Pチーズ

東北まぐについて
つぶやこう！

Facebook®
東北まぐ公式ページ
はじめました

東北まぐ
まぐまぐがお届けする東北の声

東北まぐ 毎月11日配信

震災以降の東北に生きる人たちの生の声を毎月11日にお届けする無料メルマガです。編集部では毎月必ず東北へ記者を派遣。バイアスのかかっていない情報をありのまま伝えます。

メールアドレス登録で
最新号を無料でお届け！

規約に同意して
(メールアドレスを入力)

登録

東北まぐ41号 2014年12月

福島の復興を見守る憩いのカフェテラス、震災後50日を迎えた被災地を振り返る、会津の田舎そばで年越しを

東北まぐ40号 2014年11月

幻想的な光景を映す福島タイムラプス、第2回シャルソン写真レポート、超実用的な情報と本音が詰まった『福島のおきて』、小岩井農場6Pチーズ

開催！第2回ウルトラシャルソン ～気仙沼-石巻間～

南三陸-登米間を実走！写真レポート<その1>

その土地の魅力を再発見する！をかけ声に、東北の津波被災地周辺を自由に走って復興を応援する「Ultra Cialthon（ウルトラシャルソン）」。8月に釜石-気仙沼間で開催された第1回大会に続いて、宮城県沿岸部を縦断する第2回大会が開催されました。気仙沼から石巻のコースを3区間に分け、幹線道路およびその周辺を走ったり歩いたりしながら、4日間かけて走り抜けます。復興のさなかで変化を向かえる町や、未だ残された痕跡を訪問。各地を線でつないで「発見」したものをSNSで発信し、そこで生活する人々とも交流しながら、震災被災地の状況を自らで感じ伝えるランイベントです。今回は、記者が第2区間の南三陸-登米間をともに走り、写真レポートをご紹介します。



第2区間の南三陸町を出発する前夜、宿泊地のながしづ荘の窓を、激しい雨がたたき始めた。天気予報も雨マーク！翌日、30キロ近くの距離を荒天の中で走れるのだろうか、不安が募った。

朝起きると、宿の窓越しに志津川湾から明るい陽が差し込んでいた。やった、晴れた！

布団から起き上がったランナーたちも窓の外を見て、あちこちで歓声を上げていた。感極まって「太陽、ありがとー」と、朝日に向かって祈っているランナーもいる。窓を開けるとひんやりした冷たい朝の空気が入り込み、かすかな潮の匂いがした。感動的な朝だ!!

7. メディア掲載(東北まぐ)



朝8時に、南三陸町をいよいよスタート。この日参加するランナーで記念撮影。



横山小学校横の仮設住宅を抜けると、突然紅葉に色づく美しいお寺の庭に出た。日本三大不動に数えられる横山不動尊だ。紅葉と杉の木の生い茂る境内では、12年に1度開帳される不動尊に案内していただく。お寺の休憩室で、お茶をごちそうになりながら、この土地のお祭りの話に聞き入った。

7. メディア掲載(東北まぐ)



元気なランナー数名は、山の上にある奥の院まで走り、残りのランナーはおみくじを引いたり、からだを伸ばして思い思いに過ごしている。木漏れ日のなか、威風堂々とした山門や美しい庭を眺めていると、雀のさえずりが聞こえてくる。ランニング中だと言う事を忘れてリラックスできた。



立ち寄ったもくもくランドで昼食。この土地の名産を頂くことにした。ここ登米で作られアブラ麴を使った「油麴丼」を注文。麴にしみ込んだ甘辛いだしの味が溶き卵とご飯にほどよく絡んで、箸がどんどん進む。名物の「米粉麺」を使った野菜あんかけも、程よい歯ごたえの麺とさっぱりしたあんが絶妙で、運動後にも食べやすい。米粉でできたのどごしの良い麺と地産の野菜がおなかに届くと、栄養が染み渡ってゆく気がして、元気がわいた。

7. メディア掲載(東北まぐ)



靴擦れやひざがきしむように痛んでいたが、立ち寄った先々で、旅行者や地元の方から「何の大会ですか？」と声をかけていただいた。「頑張ってください！」と応援されると、また走ってしまう。



登米を基盤に東北の情報を発信し続けている『フォーチュン宮城』誌の河崎編集長をはじめ、多くの地元の方からお話を伺い、ランナーと「いま求められている事」「県外の人間は、これからの東北で何ができるのか」などのテーマで自由なディスカッションを行った。後半はバーベキューコンロを囲みながら、楽しい宴席が続き、気がつくと深夜の1時を回っていた……。

7. メディア掲載(東北まぐ)



家族5人で参加した、佐谷さんご一家。佐谷美紀さんは、「シャルソン」ならではの自由度の高さが家族参加の後押しになったと話してくれた。小学生の長男もお父さんと一緒に所々快走。走れなくなっても、並走しているご家族の運転する車で移動できるので安心。大人も子どもと一緒に、思い思いのスタイルでランニングを楽しんでいた。



「家族一緒に東北旅行を出来た事が、子どもたちにとっては一番嬉しかったようです」という佐谷美紀さんは「ここで見た被災地の光景や、東北の人たちと交流を深める父の姿は、子どもたちの記憶に残っているんじゃないでしょうか」と話す。「子どもと一緒に家族で参加できるランニングイベントなんてなかなかありません。シャルソンは親子参加也大歓迎!!」と佐谷恭さん。美紀さんも笑顔で「もっと多くの方に、家族で参加してほしいですね」と話す。

7. メディア掲載(ソトコト)

東北を走って、見て、復興を伝える。

気仙沼・石巻 3日間で100キロを走破！「ウルトラシャルソン」





11月3日、石巻市サン・ファン・パウティスタパークでのゴールシーン。●疲れ知らずのランナーたちは、どこまでも元気！●南三陸町では、平紙でつくる神楽祭り「切子」のワークショップが開かれた。●11月1日夜は「南三陸ふっこう青年会」のメンバーと交流会。ランニングに参加してくれた人も。●途中途中でFacebookに掲載する主催者の佐谷さん。参加者がSNSで随時発信していくのが、ウルトラシャルソンの特徴だ。

約120キロを走り抜いた。第2回では、気仙沼・石巻の100キロ超を走る。第2回は、南三陸・登米、沼々・石巻の3日間に分けて走った。各日とも、朝8時に出発し、さまざまなスポットに立ち寄り、「地域を発見」しつつ、夕方4時ポットに立ち寄り、その後、ランニング。その後、被災後に各地域で復興に尽力してきた人々の話を聞き、被災者やボランティアと交流して体験をシェアするパーティーが行われる。つまり「8時間走り、8時間飲み、8時間寝る」という一日になるのだ。まさに「ウルトラ」である。

今回は、25人の地元参加者に加え、県外から30人のランナーとサポートが参加した。ほんの一部のランニングに参加するために、わざわざ遠方から駆け付け

11月3日夕方、ゴールランナー全員が無事にゴールの石巻にたどり着いた。第2回ウルトラシャルソンを無事に終えて、主催者の佐谷さん（右）は、参加者（左）と各地域で活動する方々に話を聞き、ともに走り、飲んだり、楽しい体験ができ、素晴らしい人たちが、それぞれの地域でおもしろい活動をしており、被災地で今起きていることに対して、すべての参加者がポジティブな印象を受けました。それぞれのランナーが、今回の出会いを発展させ、これからも東北とつながり続けていくことが、ウルトラシャルソンの醍醐味だと思っています。

<http://ultrathon.net>

ソトボラ新聞

地元の人との交流が
つながりを生む

2014年10月31日、11月1日、第2回ウルトラシャルソンが気仙沼・石巻、沼々・石巻の3日間に分けて走られた。各日とも、朝8時に出発し、さまざまなスポットに立ち寄り、「地域を発見」しつつ、夕方4時ポットに立ち寄り、その後、ランニング。その後、被災後に各地域で復興に尽力してきた人々の話を聞き、被災者やボランティアと交流して体験をシェアするパーティーが行われる。つまり「8時間走り、8時間飲み、8時間寝る」という一日になるのだ。まさに「ウルトラ」である。

佐谷 恭
日時: 12月4日 場所: 東京都 世田谷区付近

『ソトコト』2015年1月号で、第2回ウルトラシャルソンが掲載されています。
写真撮影は我ががシャルソン写真家の 石川 拓也さん。
— この写真に写っている友達: 西田 将博さん、工藤 真弓さん、田上 百合子さん、他35人

写真にタグ付け 位置情報を追加

いいね！を取り消す・コメントする・お知らせを停止・シェア

あなたと上田 拓明さん、山戸 恵利加さん、石川 拓也さん、他127人が「いいね！」と言っています。

シェア3件

工藤 真弓 佐谷さん、ありがとうございます。ご縁に感謝します。
12月4日 9:58 - いいね！ - 2

Makiko Kojima 恭さん、もうお手元に届いたのですね！無事に記事にすることができて良かったです☆ご協力、ありがとうございました(^o^)
12月4日 10:22 - いいね！ - 5

石川 拓也 こちらにも今日届きました！ Makiko Kojimaさんありがとうございます！
12月4日 17:59 - いいね！ - 4

Ikuho Takao ぜひ福島でも*(*^o^)*したら走ります！私は来週マラソンです
12月4日 18:09 - いいね！ - 2

伊藤 聡 佐谷さん、先日は本当にありがとうございましたー(´▽｀) 第二回やりませう！
12月4日 23:11 - いいね！ - 2

Makiko Kojima 石川さん、素敵なお写真ありが

8. 実施概要

名称

第2回ウルトラシャルソン (Ultra Cialthon 2014 Autumn)

開催期間

2014年10月31日 (金) ~ 11月4日 (火)

延べ参加人数

167人

主催

ウルトラシャルソン実行委員会

スピーカー

坂本正人さん (気仙沼復興商店街南町紫市場)

工藤大樹さん (南三陸ふっこう青年会)

工藤真弓さん (上山八幡宮 神職 禰宜)

河崎清美さん (『FORTUNE宮城』編集長)

目黒政明さん (割烹民宿めぐろ)

スポンサー

カオサングストハウスグループ (有限会社式会社万両)

パクチャーハウス東京 (株式会社旅と平和)

Happy Printers (堀江織物株式会社)

Cheero (ティ・アール・エイ株式会社)

後援

南三陸観光協会

石巻観光協会

日本青年国際交流機構 (IYEO)

協力

気仙沼市のみなさん

南三陸町のみなさん

登米市のみなさん

石巻市のみなさん

パートナー

runtastic GmbH (オーストリア) : ルート記録

Prezi Inc. (アメリカ) : <https://prezi.com/3y00cjcaxcs/ultracialthon-1/>



9. おわりに

★今後のウルトラシャルソンについて

第3回ウルトラシャルソンは2015年初夏ごろ。石巻をスタートして、女川・雄勝を訪問、石巻に帰るルートで検討中です。第4回は同年晩夏に石巻から南下し、仙台をゴールにします。その後も東北沿岸を南下していく形で年1～2回ずつ実行して行く予定です。東北沿岸を南下し終えたら再び北から走り、3～5年おきに地元の方々と交流しつつ津波被災地沿岸の姿を記録していきたいと思っています。



