

第9回大阪マラソン「みんなでかける虹」エピソード集

大阪マラソンには、さまざまな思いを持ったランナーがエントリーしています。
その中から、魅力的なエピソードや心に残るメッセージをご紹介します。

● 内海 豊(うつみ ゆたか) 51歳 大阪府在住

種目:マラソン(グループ)

チャリティカラー 紫《美しいまちと暮らしを支える》



我ら、道頓堀商店街の清掃ボランティア“チーム道楽”！ 地元の街をキレイに保ち、お客様を迎え入れよう。

——500回を超える清掃活動を行ってきたそうですね。

私は道頓堀を楽しく掃除する会、通称“道楽”に参加しています。毎週土曜日朝6時30分に集まって、雨の日も風の日も、道頓堀商店街から堺筋までゴミ拾い。昔と違って、大阪にも外国人観光客がずいぶん増えましたから。気持ちよくお出迎えするために、「街の顔」を美しく保っておきたいですね。

——清掃ボランティアのどんなところに「やりがい」を感じますか？

地域に対してだけではなく、周囲の人間に対しても好影響を与えられるところです。中学生の息子の保護者面談の際に、先生から「廊下のゴミを拾ってくれる」と褒められ、とても嬉しくなりました。小学生の頃から一緒にボランティアに出かけていたものですから。背中を見て育ててくれるんだなと感じましたね。たびたびメディアで活動を紹介していただき、若い人たちが参加してくれるのも嬉しいです。

——美しいまち、大阪を走る意気込みをどうぞ。

昨年初めて当選したので、変更前の平成最後のコースを走ることができました。そして今年、運よく令和最初のコースを走ることができます。道楽メンバーとしてマナー良く、飲み終わった給水コップもしっかりとゴミ箱に。沿道の応援に恥じないようにしっかり走り抜けたと思います。

【道頓堀を楽しく掃除する会】(<https://do-raku.org/>)

● 飯居 幹晴(い い みきはる) 49歳 大阪府在住

種目:マラソン(グループ)

チャリティカラー 水色《自然環境を支える》



医学部へ進学した息子と、いつの日かともに走りたい。 「医師」と書かれたビブスを着る姿を夢想し、今年も妻と。

——大阪マラソンには三年連続の参加となります。

参加するたび、多くの方々に支えられているこのイベントの素晴らしさをひしひしと感じます。昨年、自転車を担いで歩道橋を渡っていくボランティアの姿に心を打たれました。今年も参加することが叶って、とても嬉しく思っています。

——今年、息子さんが医学部へ進学したそうで。

無事、大阪市立大学の医学部に合格しました。これまで勉強づけの日々で、必死に頑張っていましたね。息子は難波にある予備校に通っていたのですが、実は昨年のお阪マラソンでその近くを走ったんです。「あいつも今、頑張ってるんやもんな」と勇気づけられましたね。勉強で忙しかった息子。まだ私の走る姿を見てもらっていませんが、今年はもしかしたら声援を送ってもらえるかもしれないです！

——そしていつの日か、一緒に走りたいと。

息子が医学部を志してから、医師というビブスをつけたメディカルランナーが目につくようになりました。息子はラグビー部に所属しているので、運動は好きな方。まだまだ先のことになるとは思いますが、息子が医師になった暁には、医師と書かれたビブスをつけ、家族みんなで走ることができたらと。結局、一緒にいられるのはスタートとゴールだけなんですけどね(笑)。ゴールしたら、妻と買い物をして、ゴザを敷いて打ち上げが恒例。いつかそこで、息子とともに喜びを分かち合いたいです。

● 大道 武史(おおみち たけし)さん 48歳 大阪府在住

種目:マラソン(ペア)

チャリティカラー 黄色《家族を支える》



**腎臓内科医師の私が、なんの因果か腎臓がんに。
「走れる」ことは当たり前じゃない。だから、大切にしたい。**

——これまでもメディカルランナーとして大阪マラソンに参加。

何度か医師という立場でも大阪マラソンに参加しています。今年は妻のサポートランナーに徹しますが、妻は、私が一緒に走りたいからと誘って以来、大阪マラソンだけは楽しんで参加してくれているんです。ほかのマラソン大会には全然興味を持ってくれないんですけどね(笑)。

——2012年、腎臓がんが見つかったそうですが……。

疑いが出たのは、100km マラソンに参加する直前のことでした。不安を抱えながら走り終えたものの、のちにがんが確定し、7月のはじめに腎臓の摘出手術をすることに。実は、腎臓がんには有効な抗がん剤がないんです。運動して、体力をつけ、免疫を高めるしかない。私も医師ですから、自分の身体の様子を見ながら、主治医と相談して、その年の大阪マラソンに参加することを決めました。

——どうしても走りたかった？

こんなふうに走ることができるのは「当たり前のことじゃないんだ」と強く理解できたんです。それから以前にも増してランニングが習慣化し、今ではすっかり、がんになる前より健康な身体になっています。この「走れる今」を大切にしたい。病気を経験したことで、患者さんとの会話にも説得力が宿るようになりました。私自身が走り、態度で示すことで、健康のかけがえのなさを伝えていきたいと思います。

● 摺元 佑亮(するもと ゆうすけ)さん 38歳 兵庫県在住

種目:マラソン(ペア)

チャリティカラー オレンジ色《子どもの未来を支える》



**男性保育士コンビで走る！
諦めないことの大切さを、子どもたちに伝えたい。**

——大阪マラソンには初参加になります。

私は玉出西保育園で主任を務めています。今回運よく当選し、職場の後輩とはじめての大阪マラソンを走ることになりました。保護者さんなどから参加した話を聞いていて、ずっと興味があったので嬉しいです。未知の挑戦に不安もありますが、ドキドキワクワクしながら週末を利用して練習に励んでいます。

——ランを通じて、子どもたちに何を伝えたいですか？

保育の現場では、子どもたちが難しいチャレンジに挫けそうになる瞬間に立ち会うことが少なくありません。日々の活動の中で、「もうでけへん」と投げ出してしまおう子たちに、達成することの喜びを伝えたい。ひとつのことに向けてみんなで頑張ると、達成したときに大きな感動が生まれる。その体験があれば、挑戦する気持ちを強く持った大人になれると思うんです。そのためにも、まず自分の背中を見てもらいたい。

——「先生が走る」ということに、子どもたちも盛り上がっているのでは？

はしゃいではいますが、保育園の子たちはまだ「フルマラソンってすごいん？」という程度の認識なんですけどね(笑)。私も三人の子どもを子育て中。小学二年生になった長女は、しっかり応援してくれています。子どもたちだけではなく、園長先生や保護者の皆さん、家族みんなから励ましやアドバイスをいただいています。多くの方々の支えを胸に、しっかり準備をして絶対に完走したいと思います！

- 領家 誠(りょうけ まこと) 52歳 大阪府在住
種目:マラソン(日本陸上競技連盟に登録していないランナー)
チャリティカラー 緑色《大阪のまちを支える》



大阪府民に知ってもらいたい「健活 10」。 自らの行動によって、健康の大切さを伝えていく！

———領家さんは大阪府の健康医療部に勤めています。

ももとは不健康な習慣だらけの人間でした。健康診断のたびに、異常を示す星マークがたくさんある「きらきら星状態の診断結果」が(笑)。ズボンが入らなくなったことと、現在の部署に異動したことがきっかけで、生活習慣を顧みるようになったんです。禁煙もして、7kg 減量し、今ではすっかり健康人間です！

———「健活 10」というキャッチコピーについて。

大阪府では、生活習慣の改善や生活習慣病の予防のため、府民に取り組んでいただきたい「10の健康づくり活動」を推進しています。この職責を担うにあたって、まず自らが健康となり、身をもって示す必要がある。マラソンの朝練も SNS で発信して、周囲の健康意識に好影響を与えられたらなど。今回の大阪マラソンでも、役所の仕事というより、いち個人としてしっかり走って、「健活 10」を体現したいです。

———大阪マラソンにかける意気込みをお願いします！

目標はPB更新である3時間40分台サブ4の達成！大阪マラソンは楽しいお祭りイベント。ふと「私も走ってみようかな」と思えるきっかけにもなります。運動の習慣は、気持ちよく生きるための秘訣です。職場や活動仲間たち、そして大阪府民のみなさんに、元気で走る私の姿を見てもらいたいと思います！

【健活 10 について】(<http://www.pref.osaka.lg.jp/kenkozukuri/kenkatsu10/>)

- 竹内 大輔(たけうち だいすけ)さん 44歳 大阪府在住
種目:マラソン(日本陸上競技連盟に登録していないランナー)
チャリティカラー 紺色《スポーツ・文化を支える》



4人の子どもたちを育てる父として。 「頑張る父ちゃん」の背中を見てもらいたい。

———子どもたちに頑張る姿を見てもらいたいとのことですが。

中学三年生になる長男と、その下に三人の娘がいます。実は4歳になった末っ子の娘は、原因不明の障がいを持って命を授かりました。全体的に成長が遅く、ハイハイもなかなか始めない。正直「もしかしたらこのまま歩けないかもしれない」と不安に思うことも。ネガティブな父親になってしまっていましたね。

———だけど、少しずつ成長しているそうです。

ゆっくりではありますが、娘も小走りができるようにまですりました。そんなふうに娘が頑張っている姿を見ていると、「自分も頑張らないでどうするんだ」という気持ちが湧いてきて。しかし、私も身体が強い方ではないんです。昨年、ハーフマラソンに参加したときには熱中症で倒れてしまって。しかも、実は今年も救急車で運ばれてしまいました。妻や子どもたちからは、半ば呆れられてしまっていたりします……。

———それでも、走ることを諦めたくはない？

今回、二回目の参加になる大阪マラソン。サブ4の達成をめざしています。しかし、迷惑をかけたくはないし、実際不安もあるので、安全に走り続けることを一番の目標にしたいですね。コースが変わったことで、緑橋にある我が家の近くを通過することになりました。子どもたちに、父親の雄姿を見せるチャンス。沿道の応援に支えてもらいながら、しっかり完走したいと思います！

- 山中 みゆき(やまなか みゆき)さん 44歳 大阪府在住
種目:マラソン(日本陸上競技連盟に登録していないランナー)
チャリティカラー 水色《自然環境を支える》



一人で走るより、誰かと走ったほうが楽しい。
「長居わーわーず」の仲間たちと大阪の街を駆け抜ける！

——7年前に突発性難聴になったそうですが。

私は化学メーカーで英語の専門職についていて、翻訳や通訳を生業にしています。それがある日、突然左耳が聞こえにくくなりました。人の言葉が聞き取りづらくなったことで、仕事に自信をなくし、落ち込んだ日々を過ごすように。趣味だったマリンスポーツもできなくなってしまって、とても辛い時期でしたね。

——そんな山中さんの光となったのが、長居わーわーず。

ダイビングができないのならとランニングをはじめ、視覚障がい者マラソン練習会の長居わーわーずと出会いました。意外だったのは、彼ら全員、とてもあっけらかんとしていること。ただのマラソン同好会で、「目が見えない」というハンディキャップに苦しんでいる様子が全くなかったんです。だから私も、いちラン友として伴走するだけの感覚になって。そうしているうちに、耳のことで悩むことがなくなっていました。

——「ボランティア」という感覚ではないんですね。

「人のために」だけでは、なかなか続かない。「自分が楽しい」からこそ、続けることができる。きっと、大阪マラソンのボランティアの皆さんもそうじゃないでしょうか。今回も、長居わーわーずの仲間たちがたくさん出走します。自己ベスト更新を狙いつつ、明るく、楽しく、大阪の街を駆け抜けたいです。

【長居わーわーず】(<http://waawaas.sakura.ne.jp/>)

- 墨 雅代(すみ まさよ) 47歳 大阪府在住
種目:マラソン(日本陸上競技連盟に登録していないランナー)
チャリティカラー 黄色《家族を支える》



最期まで病気と闘った母と、ドイツへ嫁いでいった娘。
過ぎ去っていく暮らしとともに、私も走り続けたい。

——大阪マラソンには二回目の参加となります。

二年前、初めて大阪マラソンを走りました。当時、母親が闘病中で。頑張っている姿を見せて、少しでも励ましたくて参加を決意。実家が住之江にあったので、近くを通ったときに、外に出て声援を送ってくれました。そんな母が、「あんた、また走りや」という言葉を残して、今年の三月に亡くなりました。

——それで、今年も参加することに？

だけど正直、それどころではなかったんです。母が亡くなって、翌月には娘が国際結婚でドイツに旅立っていきました。怒涛のように過ぎ去っていく日々のなか、母がマラソンを薦めてくれていたことをふと思いだして。娘も応援してくれていたの、なら今年も走ろうかな、と。きっと母親も応援してくれていると思います。コースも変更になって、もう住之江は走らない。心機一転という感じですね。

——今回の大阪マラソン、目標は？

慌ただしい毎日でしたが、マラソンの良いところは、頭を空っぽにできること。考えごとをしていたわけじゃないのに、走り終わった後は悩みがクリアになっていたりします。ケガなくゴールをめざし、気持ちいいランができればいいなと思いますね。一度ほとんど練習せずにフルマラソンを走ったら、ただただ辛いだけで終わってしまって…(笑)。そうならないように、少しずつ練習しなくちゃです！