このネタもミトコンドリア！ 61ページの「今日トレGｉｒｌｓ総選挙」企画、現場スタッフは異様な意気込みとテンションで制作しました。ぜひご投票を！

このままでは終われない。

錦木毅、50歳でのUTMB再挑戦。

取材・文／内坂庸夫　撮影／藤巻 翔

日本にトレイルランニングという言葉がない時代から山岳走競技で大活躍。メジャー大会すべてを制し、国内では向かうところ敵なしだった錦木毅。

2007年、39歳でフランス・シャモニで開催される世界一のトレイルレース、UTMB（ウルトラ・トレイル・デュ・モンブラン）160kmに出場するのだが、コテンパンにやられてしまう。

モンブラン山塊を巡る美しくも険しい160km。大会運営の素晴らしさ、地元の人たちの熱い応援、なにもかもが初めて、過酷ささえも錦木にとっては大きな魅力だった。

改めてトレイルランニングの素晴らしさを味わった錦木は、戦いの焦点をUTMBに置くようになる。以来、毎年戦った、灼熱だろうと吹雪だろうとUTMB160kmを走り抜いた。レースが中止にならない限り、途中で自ら棄権したことは一度もない。

そして、アスリートの宿命、錦木は若者に後れをとるようになる。走り尽くしたUTMB、ここで世代交代なのか。2012年（荒天のため108kmに短縮されてしまった）を最後に錦木はUTMBを卒業し、他の超長距離の海外レースに挑むようになってゆく。

その錦木毅が2019年に再びUTMBに挑戦する。実はその10年前、09年のUTMBは3位に輝いている。UTMBで勝つにはレベルの高い量と質のトレーニングが必要だ。そのために錦木は人生を変えた。09年3月、仕事を辞めてトランひとすじ、いっさいの退路を断って、すべてをトレーニングに、すべてをUTMBに注ぎ込んだ。その結果が3位。

やがて50歳、このままでは終われない。もう一度、あの燃えるようなトレーニングの日々に身を置きたい、再び無我夢中で160kmを走りたい。目ざす順位は？　タイムは？　錦木は具体的な言葉は表さない。「あ、さすが錦木だ！」、そう言ってもらえる結果を出します、と。

再挑戦の過程は「NEVERプロジェクト」の名で動画、SNSなどで提供され始めている。

［錦木毅UTMB記録］

2007年……12位
2008年……4位
2009年……3位
2010年……大会中止
2011年……7位
2012年……10位

UTMB再挑戦のすべては「NEVERプロジェクト」で。
http://never.trailrunningworld.jp

テコの原理で前輪が浮き、急階段をものともしなかった。

猛者たちの救助活動！

「強力（ごうりき）」が江の島を駆け上がる。

江の島と聞くと風光明媚、平和な観光地のイメージを抱く人は多いだろうが、バリアフリー化がまだ進んでいないため、地元の車椅子の方々にとっては〝一番近くて遠い観光地〟。そして、いつかやってくるであろう大地震に、ここで出くわしたら、津波が来るまでに島の高所に避難しなければならない。

だが、できるのか？　そこで実証実験として湘南ウォーターセーフティー協会（NPO法人）の呼びかけで昨年11月5日、津波避難訓練を実施。名付けて東京2020オリンピック・パラリンピックに向けたプレ強力、である。

強力とは荷運びや登山案内をする日本古来の運送業者だ。この日は荷ではなく、車椅子の参加者をレスキューシートなどを使って海抜約60mの地点まで搬送。左の写真は新兵器、車椅子の前にジンリキクイックを装着した様子。これで難所の急階段も快走できた。

発起人の鎌田修広さんは、本欄連載の防災筋肉の指導者として読者はご記憶だろう。地元愛からこの訓練を思い立ち、もともと強力の存在した江の島に、この助け合い文化の再興と定着を目指すという。

大地震や台風で大きな被害に見舞われてきた地域だ。藤沢市市民憲章には「いつもだれにも親切にしましょう」とある。きっとできるだろうと参加者たちは感じたに違いない。なぜなら、「日本の地図自体がリクライニング状態の、人に優しい椅子に見えて仕方ないからなんです」と鎌田さんは語った。

車椅子の方々をはじめ、海上自衛隊や湘南工科大学附属高校ラグビー部など50名が参加、いい汗を流した。

助け合って生き延びよう！

発起人 鎌田修広さん

●かまた・のぶひろ　タフ・ジャパン代表。18年間の消防局勤務後、消防機関等官公庁を中心に心と体づくりを主とした人材育成、研修、講演などで活躍。最新刊は『消防メンタル』（イカロス出版）。
www.tough-japan.com

取材・文／廣松正浩