ORIENTEERING JAPAN

# O-JAPAN

Navigation across Country

'95/2

1995年［平成7年］2月10日発行
（毎月1回10日発行）
第12巻第2号通巻第139号
昭和63年6月24日第三種郵便物認可

# PAINTEARTH CREEK

ALBERTA ORIENTEERING ASSOCIATION
ORIENTEERING MAP
scale 1 : 15 000
contour interval 5 m

Produced by:
Battle River Orienteering Club
Alberta Orienteering Association

ORIENTEERING is a recreational activity that involves navigation through unfamiliar terrain using a map and compass. The ALBERTA ORIENTEERING ASSOCIATION (AOA) holds a series of meets throughout the province. Participants in these events are invited to orienteer their way from one control point to the next, around a preset course, by running or walking. Details of scheduled meets and other information is available from AOA, Box 88, Calgary Alberta, T2P 2G9

Circle Square Ranch

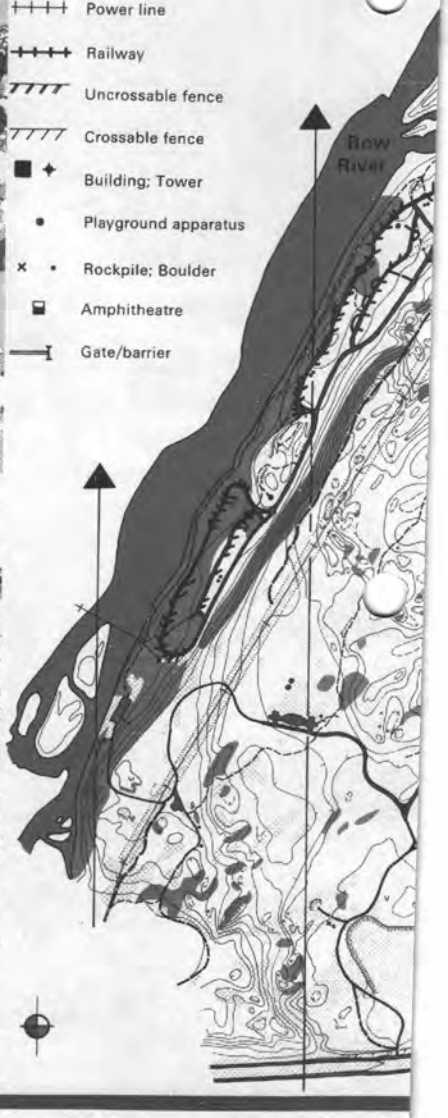
Permission to gain access to this land for orienteering must be obtained in advance from the landowners.

[本誌掲載のため約９３％に縮小]

# BOW VALLEY PR

## LEGEN

- Highway
- Paved road
- Parking lot
- Abandoned road
- Dirt road
- Cart track
- Large trail
- Small trail
- Narrow ride
- Power line
- Railway
- Uncrossable fence
- Crossable fence
- Building; Tower
- Playground apparatus
- Rockpile; Boulder
- Amphitheatre
- Gate/barrier
- Uncrossable
- Uncrossable
- Marsh
- Contour (3m)
- Depression: la
- Knoll: large, s
- Earthbank
- Pit



O-JAPAN ORIENTEERING JAPAN

■今月の表紙：1月16日，大阪ＯＬＣリレー練習大会（兵庫県南部地震の前日）。神戸大ＯＢの池上理俊君。神戸市役所職員として神戸の復興に努めている。予定していたインカレのオフィシャルもキャンセルとなりそうだ。休日返上でがんばっている。

（撮影：桐田　幸宏）

■今月の地図：［2/23ページ］今夏の CANADA'95 ORIENTEERING FESTIVALは，ロッキー山脈を有するカナダ・アルバータ州をそのメインの舞台として行なわれる。この州が持つ２つの大都市エドモントンとカルガリーそれぞれの周辺がテレインとして使われるが，どのような地形かをご紹介したい。2ページがエドモントン地域の一部，2･23ページ がカルガリー地域のものである。

## ９５／２月号・№１３９　目次


＝ＩＯＦ＝
・１９９５年のチャレンジ
国際オリエンテーリング連盟会長　スー・ハーヴェイ … 3-24

＝全日本＝
・第２１回全日本大会　有力選手の抱負　村越　真 … 4-5

＝ＳＱＵＡＤ　ＲＥＰＯＲＴ＝
・ＷＯＣ９５　セレクション日程決定　桐田　幸宏 … 5

＝インカレ９４＝
・展望とシード紹介　桐田　幸宏 … 6-16

＝投稿＝
・東日本大会を運営して　コース責任者・宇野　裕人 … 16-17

＝オリエンティアのための Medical Advic＝
・⑦故障について［その１］　愛場　庸雅 … 18

＝オリエンティアのための本棚＝
・第15回：川島　誠「８００」　マガジンハウス
文：村越　真／カット：早川　喜代美 … 19

＝全国ＰＣ愛好会のページ＝
・パーマネントコース　りぼ～と … 20-22
大高　竜亮，富田　徹，吉田　勉

＝お知らせのページ＝
・阪神大震災　義援募金の中間報告について
・カナダ　オリエンテーリングツアーについて
・編集部より … 24


＜国際オリエンテーリング連盟（ＩＯＦ）会長のコラム＝ The President's Column ＞

## １９９５年のチャレンジ　スー・ハーヴェイ

この時期，昨年の成果の上に立って考える時間をとり，来たるべき１２か月の挑戦を探し求めるということは普通に行なわれることである。これまでも過去の事を振り返りながら，将来の成就のための枠作りをしてきたと言えるかもしれない。新しい機構が決められた。情報を密にするルートが確立された。すなわち IOF Headlines や Bits and Pieces(他が何をしているかを評議会全てのメンバーに知らせるために事務局長から送られる月報）である。1994年末までにわれわれが為してきたことの成果はまだ潜在的なものかもしれない。1995年のわれわれの仕事は，その潜在しているものを実際に目に見えるものに変えることである。

### より強力なＩＯＦに向かって

この年重要なことは，1994年の総会で承認された数々の目標に向かって前進させ，この可能性を現実のものにすることであろう。これはその仕事に多くの人々を引き込むことによって，より強力なＩＯＦを作り上げるということも含まれる。われわれは今，地理的な配分，男女の均等や普及の水準などのバランスをより良くするために気を配りながら，各委員会のなかのプロジェクトチームの範囲を広げ完全を期すということを必要としている。これらのことには未だ十分に気配りがされていないのも事実である。副会長のヒュー・キャメロン氏は，新しいプロジェクト・チームのメンバーの選び方がこのような状況にならないように，運営グループの長の人たちに協力していきたいと述べている。

### 「見るスポーツ」としてのオリエンテーリング

1995年はまたオリエンテーリングやＩＯＦがメディアやスポーツ界のなかで，「見るスポーツ」として認めてもらう努力のスタートの年でもある。評議会のなかにそのためのプロジェクトチームがすでに作られ，評議会にかけるための提案づくりをするために１月初めにミーティングが持たれている。提案には，まず目標を整理するとともに，その優先順位や方法，プロの助力を借りるかどうか，スポンサーにはどのように協力してもらうのがベストか，などが含まれている。

オリンピックへのわれわれの努力はこの年の仕事の重要な部分を形づくっている。ペリマルク・コルテニエミ氏（フィンランド）はスキーＯの面からこのことをリードしてくれている。ＩＯＣのスポーツ・ディレクターであるギルバート・フェリ氏は３月にフィンランドのサポンリナで行なわれるスキーＯワールドカップに参席してくれる予定であり，評議会はオリンピックプロジェクトの作業の一助になればと思っている。

### フォットＯの普及に多様性を

雪解け，そしてスキーが物置にしまわれると，マウンテンバイクＯに焦点が合わされ，８月の世界選手権のときの会長会議の議題のひとつになる。これの普及や伝統的なフットＯの中でも興味ある変化は，今まさにわれわれが始めようとしているエキサイティングなチャレンジのひとつである。

オリエンテーリング――筋力運動を

＜ 24ページ左段につづく＞

# 第21回全日本大会　有力選手の抱負

## 選手権は例年にない激戦・WOC最終予備選考も兼ねる

全日本大会まで、あとひと月あまり。今年は来る3月26日（日）、栃木県の矢板において開催される。第6回大会以来15年間、日本の選手権者として君臨する村越真。しかし今年はH21Eも例年になく激戦区となりそうだ。この2年間、村越に挑戦を続けた鹿島田浩二を始めとする若手ランナーの実力は、激しく村越に迫っている。

女子には故障者が目立つ。千葉大大会で怪我をした金子、合宿で捻挫をした宮本。福士の不調なども加えると今年は学生を含む若手のランナーにもかなりの上位進出を狙うことができよう。

何人かの有力選手に抱負を書いていただいた（今調子のいい人や、近年活躍した人。お返事をいただいてない人もいるが）。男子には、ほか吉田勉・利光良平などエリートポイントの高い選手もいる。女子では、千葉あかね・志村聡子など、学生にエリートポイントのかなり高い選手も多い。学生についてはインカレの抱負とダブるので、原稿依頼は控えたが（入江は特例）、インカレで気を抜くことなく全日本にこそ挑戦してほしい。今年はインカレとの間隔が2週間あいているのも例年にない特徴だ。気をうまく入れ替えれば、絶好のチャンスである。

今年の選手権者は、そのままWOC95の日本代表権を得る。また予備セレクションの最終選考レースも兼ねているので、気の抜けないハイレベルなレースとなるだろう。注目度は満点だ。

昨年度全日本大会表彰式。
村越さんへ花束をわたしているのは、静岡大の金田収子。

## H21E　村越真・16連覇はなるのか

### 村越真

抱負なんて何もないよ。ただ少しでも速く走るだけだよ。昨年は偉大な選手、鹿島田に挑戦するつもりで走ったが、今年は本命も挑戦者もいない。何人かが横一線で並んで向かえる今年の全日本は史上最も面白いレースになるだろう。そのエキサイティングな舞台に登場人物の一人として上がれることは本当に嬉しい。そしてこのレースを通してもっともっと強い日本チームができてゆくかと思うと更に嬉しい。

矢板は得意なタイプのテレインだが、こういうテレインは誰もが苦手意識なく走れるものだ。その点でも昨年の全日本のようなミスりあいでない本格的な勝負が期待できる。ドイツへのよいテストにもなる。

本年は4レースして2勝2敗。久々の8位という順位もとった（4位以下は国内では多分15年ぶり）。本気で走ったレース以外は勝たせてもらえなくなった。それにきっちり力を出し切って満足できたレースも1レースしかない。ある女の子に「今年は目が醒めるくらい速く走ってみせるからね」と宣言したのでそれを全日本で実現させたい。

### 鹿島田浩二

今年のシーズンはかなり男子のレベルがあがってきた。「村越さんに勝つ＝全日本チャンピオン」という図式はそろそろ通用しなくなるかもしれない。トップの5人（村越、鹿島田、入江、鈴木、加賀屋）のハイレベルな争いが予想される。

もちろん僕はその中で勝つ自信はある。今年はそれだけの準備をしているから…。

ただ勝ち負けも大切だが、上位陣でドイツWMにつながる素晴しい争いができたら最高だ。皆さんにはそういう点にも注意して全日本を見てもらいたい。

### 入江崇

「そんなのインカレが終ってから考えるよ」とお茶を濁すわけにもいかないので、正直に書こう。

今年は勝てる気はしない。明らかに実力で大きな差がある。ひと月やふた月でどうなるというものでもない。

全くチャンスがないとはいっていない。だれも常に完璧なレースはしない。わずかでもつけいる隙があればただちに追い抜ける位置で構え続ける。こういう我慢の走りをするまで。目標はあくまで優勝である。

### 富田吉郎

この寒さ何とかして欲しい。ビールの旨かった去年の記録的猛暑が“嗚呼！”懐かしくさえ思える。寒さを大の苦手とする私は、じっと堪え忍んで暖かい季節の訪れを待つ今日この頃です（でもスキーには行ったけど…）。そんな私にとって例年全日本大会といえば、南風が吹き、桜のつぼみも膨らみ、杉花粉の舞う、春を告げるうれしいイベント。そのせいか結果はいつも今一歩、でも今年は春うらら気分でなく、今までで最も気合いの入った状態で迎える全日本大会になりそう。どうしてか？そりゃもちろん…。今シーズンを振り返ってみると、納得のいく走りのできたレースでは挑戦者としての攻めの気持ちで走っていた。全日本でもその気持ちを忘れないで走りたい。目標？そりゃもちろん…。

さあ挑戦者は居並ぶ鉄人達に立ち向かう為に今夜も走るとするか、寒いけど。真夏の夜の本場のビールを夢見て。

### 菅原琢

#### 自分への挑戦、世界への挑戦

全日本の3位に始まり破竹の快進撃を続けた93年、あの頃は自分を信じて突っ走ることができた。が、霧行きが怪しくなってきた94年、全日本は11位に沈み、東大大会から千葉大大会まで前年の成績とはまるで別人のように15位前後の成績を繰り返してしまった。良い走りをしていながら集中力を欠いて1～2箇所の大ツボに沈むパターンの繰り返し。

良いときの自分とのギャップに戸惑い、周囲の雑音に意欲を失い、「引退」なんて言葉が頭をよぎったりもしたけれど……

全日本大会はWOC95の予備選考会の最終レースである。信じられないことに過去4度の挑戦は予備選考会を突破できなかった。今年こそは5度目の正直で世界への切符をつかみたい。

元気印の私もこの歳になってさすがに枯れてきたようだ。トレーニング量も減っている。でもまだ2時間40分程度でマラソンを走れる体力はひ弱な日本エリートの中では五指に入れると自負している。

勝てば官軍。未だに基礎体力の重要性を理解していない御仁に思い知らせてやることを密かな楽しみにしつつ全日本まで爪を研ぐとするか……

奇数年のTAKUは速い。伝説と共に甦るだろう。

## 鈴木卓弥

ズバリ目標は3位以内です。村越さん、鹿島田さん、入江、の3人と自分との力の差は大きいです。しかし、ドイツ世界選手権は走りたいので、この差を少しでもうめていかねばならない。“3位以内”はそういう意味でいい目標だと思うんです。

スイス・ユニバで情けない思いをしてからというもの、OLに対する姿勢が変わりました。走力トレーニングだけでなく技術的課題についても随分意識的に取り組むようになったのです。全日本は、そういった今年度の取り組みのまとめとして、また、ドイツへの大きなハードルの一つとして集中したレースをしたいと思います。

## 加賀屋博文

昨年秋のWORLD　CUPで、世界のレベルの高さというより、自分のレベルの低さを痛感して帰国した。こんなレベルでは終わりたくない、と思った。

帰国後、ドイツのWM目指していくつかの意識改革を行った。その中に、日本の1つ1つのレースを大事に、そして全力を尽くして走る、というのがある。普段からシビアなレースを積み重ねることで、大舞台にも通用する本当の精神力や集中力が養えると思ったからだ。

今度の全日本もその道の途上にある。

それでも全日本は全日本。現在は走力もかなり充実してきたし、規則正しい公務員生活で日々のコンディションも良い。秋のレースに比べればはるかに高いパフォーマンスを発揮できる自信はある。“重厚な走り”を見せて、自分の存在をアピールしたい。

# D21E　少女？（20代の若者）よ、大志を抱け！

## 宮本知江子

2年前OLに対する取り組み方を変えてからは、心して一所懸命にならないようにしています。だから今回は「本気になって」全日本の準備をすることはないでしょう。これまで「本気で」準備したレースのうち、「本当に」成功したものはAPOC92日本人最高位をはじめ3レースしかなく、なかなか難しいものです。一方、思いがけなく優勝できたレースも近年何回かあるのも不思議ですね。全日本での最高成績は2位なので、このままでは不満でもありますが…。そんなこと言う前に、先日、骨折寸前の捻挫をしまして、3週間たってもまだ歩くことしかできません。準備をしないと結局結果も出ないことはよくわかっていますが、とりあえず淡々とやっていこうと思います。ああ抱負になってない。。。

## 田島利佳

ぬるま湯にチャポチャポとつかっているような状態の自分のOLに嫌気がさして遠征したAPOC94NZ。（結果に対しての）いいわけをしたくないとヒザの痛みをどうにかしようとした5月の手術。自分にとっての自己表現はオリエンテーリングだよなと改めて認識してからリハビリ・トレーニングを再開しました。

林の中を集中して追いこんでいるなあ、こんなの初めてと不思議な気持ちで走っています。

というわけで久しぶりに準備をして全日本に臨めそうです。おババ、いやお姉様方や若い女の子と同じ舞台にあがってレースをするのはとても楽しみです。良いレースができたら、きっと結果もついてくるでしょう。

## 宮川祐子

長女出産のブランクの後、全日本大会E権獲得を懸けた東日本大会で、悪天候が幸いして優勝した為に、こうした原稿の依頼がやってきたようですが、まだまだ完全に復活したわけではないので、とても恐縮しています。とは言うものの、Eクラスに参加するからにはひとつでも上の順位、できれば表彰台（私はお立ち台が大好きです）を狙いたいと思っています。1年ほど前、函館に転居しましたので、全日本大会当日は、雪でも降ってくれたら日頃のトレーニングの成果が発揮できるのですが。

## 金子しのぶ

目標は当然優勝!!なーんて思っていたのは秋の話。千葉大でケガして入院し、現在はリハビリ中です。そうです、千葉大で山の中まで救急車を呼び込んだのはこの私です。というわけで全日本については現在のところなにも具体的なことは書けません。ごめんなさい。そこでよっちゃん、りかちゃん、金並、あかねちゃん、収子ちゃん、志村、酒井、その他20代の若者よ、おばさんたちに負けないよう私の分もがんばるのだ!!

## 金並由香

学生のころとは違い、インカレという目標のなくなった今、全日本大会をそれに代えていかなくては、と思うものの、まだ、うまく自分をもっていけていません。ただ、D21Eというクラスを走るだけのトレーニング等はきちんとして大会に臨みたいと考えてはいます。同期の田島さんや酒井さんも同コースを走りますが、順位もさることながら、お互い良いレースができたら、という感じですね。

# SQUAD　REPORT

## WOC95　セレクションレース日程(案)

今年8月、ドイツにおいて開催される95年度世界選手権大会の、日本代表メンバー選考レースの日程ならびに、選考レース開催テレインの候補地がSQUAD　BULLETIN（強化選手に配布されている機関誌）誌上で発表されている。ここにその概要を転載し、広く公表をしたい。

### WM95セレクションレース案

強化部　村越真

本選考レースを以下のように実施する。

1　選考レース1　　5月7日（日）

2　選考レース2　　5月28日（日）

選考レース1では、優勝タイム70分（女子65分）に設定する（世界選手権クラシカルの予選を意識したレース時間）。

選考レース2では、優勝タイム45分（世界選手権ショートおよびリレーの1、2走を意識したレース時間）。

選考会開催テレイン（候補）

日光インカレ（所野）、群馬インカレ（五町田）、94年度静岡インカレ（場所未発表）・94年度全日本大会。

以上のうちから1ないし2つのテレインを利用する。詳細については全日本大会時に対象者あてに配布する要項で発表する。

SQUAD広報担当　桐田幸宏

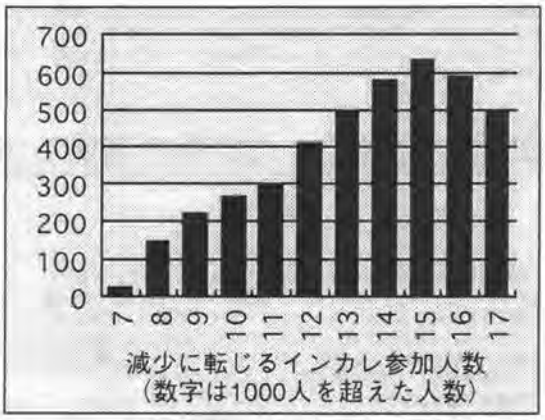
# インカレ94　展望とシード紹介

（取材・執筆期間：95.1.8～2.6）　　桐田幸宏

インカレの季節も近づいてきた。今年はきたる3月10～12日、静岡県富士市・富士宮市・裾野市近辺にて開催される。

国内オリエンテーリング競技会で最大の規模を誇るインカレ。学生オリエンティアには、この大会を1年の目標としている者も多い。しかしインカレにも1つの陰りが見えている。毎年100人近くの参加者増を誇っていたインカレもついに昨年から減少に転じてしまった。出生率の低下で学生そのものの人数が減っている。近年議論され続けてきた、インカレの選手権クラスだけへの移行問題にも新たな見直しが迫られそうだ。学生オリエンティアの減少は、OL界全体の活性化にとってもマイナスである。全員参加によるインカレのお祭り的要素が、以前にもましてその重要性を高めるのか？機会があれば、いつか改めて取り上げてみたい。

今回は、インカレ個人戦の選手紹介も兼ねて、今年のみどころと思われるところを概観しよう。主に過去のインカレの成績などを基に、展望を組み立てた。いわゆる下馬評にはしていない（これが何らの予想記事でもないことだけは、予め断わっておきたい）。取りあげ方の偏りは、筆者の個人的人脈の関係と趣味の都合等で、少なからず出ているかもしれないが、実力については、努めて客観的に表現できるよう配慮したつもりである。選手個人個人のタイプや、意気込みや、今の調子や、なんやかんや、分析する情報もなければ、筆者にはその能力もないのだし。



減少に転じるインカレ参加人数
（数字は1000人を超えた人数）

## 男子

### 11人のシード選手

男子のシード選手は11人もいる。シード選手の選出は、日本学連技術委員会によって推薦者が挙げられ、それを参考に理事会によって決定される。今年は、技術委員会から男子4人、女子7人が推薦された。女子については理事会による変更がなかったが、男子は7人の選手が追加されている。これについてはいろいろな意見があったようだ。聞くところによると、理事会は入賞者に対する公平性を優先させたらしい。シードを4人に絞ると、準シード級の選手がシード選手と近いスタート順となってしまったときに、そのくじ運によって入賞が容易になる可能性が増してしまう。シードを増やしてスタートをばらすことによってその可能性を排除しようとしたとのことである。議論の別れ目は、そういう公平さを入賞級の選手のために設けるのか、優勝者のために設けるのかということであったらしい。結果的に理事会は前者をとった。さらに、昨年と同様、地域性なども加味されて最終的な選出がなされたのだろう。

さて、まず技術委員会から推薦された4人の選手を上げて見よう。

入江　崇（東北大4年）
松沢俊行（東北大4年）
太田晃弘（東京大2年）
藤城公久（筑波大3年）

入江は文句がない。昨年度のchamp（一昨年も3位）。ショートインカレも2連覇している。昨年はWMの日本代表にもなった。今年は、ショート以外でも、筑波・東日本・千葉などで学生トップの成績を収めている。松沢俊行は、昨年度の4位入賞選手。今年はユニバーシアードの代表選手としてスイスに遠征した。ショートインカレは惜しくも7位と入賞をのがしたが、筑波で学生内2位、西日本で学生内3位の成績を残している。太田晃弘は、麻布高校出身の経験者で1年生の時からエリートを走っている。今年はショートインカレで3位と躍進。この秋の公認大会H19-20Eでは、東日本と朝日大会で優勝。出走すれば勝っている。12月には関東学連本セレクションレース（兼、関東インカレ）を制し、関東champとなった。この、最近の好調ぶりは、シード選手として充分な実績といえよう。藤城公久は、やはりショートインカレで2位に入って名前を売った。昨年までに大きな実績がないため華々しさはないが、今がまさに急成長中である。東日本大会で学生内2位の成績も残している。

以上の選手に加え、理事会が追加した7人の選手は次のとおり。

岡安隆史（千葉大4）
小林　哲（静岡大4）
野中俊樹（東京大4）
安良和寿（筑波大4）
矢萩　靖（慶応大4）
山内亮太（早稲田3）
吉村年史（広島大4）

小林と吉村は、昨年もシードだった。小林は、一昨年度14位、昨年度9位、今年のショート9位、この秋の大会は、西日本と朝日で学生内1位、千葉で3位と、かなり好調。地元静岡での活躍は大いに期待される。吉村は、一昨年度7位、昨年度11位、今年のショート7位（松沢と同タイム）と、やはり安定した実績。今一歩で入賞を逃しているところに、引きの弱さも感じるが、昨年度の全日本大会H19-20Eでは、入江や小林を抑えて優勝を遂げている。岡安・野中・安良は、ショートでの入賞経験がある（安良は昨年4位。野中・岡安は今年の4位・5位）。山内は、ユニバー代表選手。デンマークのワールドカップでの快走は、高く評価されている。関東インカレで太田に次いで2位だった矢萩靖。関東圏外にはあまり知られていないかもしれないが、朝日でも学生内2位。小柄だが、なかなかパワーがある。BIG大会における学生内の順位は、シード選考の一つの参考になった。秋の5大会での上位3人を表に表わしておく。

| | 筑波大 | 東日本 | 西日本 | 朝日 | 千葉大 |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 入江　崇　4 | 入江　崇　3 | 小林　哲　14 | 小林　哲　18 | 入江　崇　2 |
| 2 | 松沢俊行　6 | 藤城公久　7 | 小林　圭　15 | 矢萩　靖　26 | 安良和寿　16 |
| 3 | 山内亮太　17 | 安良和寿　16 | 松沢俊行　18 | 村上　泉　29 | 小林　哲　25 |

▒ シード選手　　数字は、全体での順位

# 地方国立大学の時代

早稲田・東大・筑波が優勝を争う時代はとっくに過去のものとなった。当時、影の薄かった東北大学は、今は学生の王者である。京大も力をつけ上位入賞の常連となった。更に最近は、女子も含めて、広島大・静岡大などの活躍も目覚ましく、昨年はついに北海道大学が入賞に滑り込んできた。古くから言われる地方国立大学の時代は、いよいよ到来したという感がある。昨年のインカレが終わったとき、既に10年近く前にその到来を予見していた、日本学連の筆谷敏正理事（予見当時は、早大生）に、お話しを伺っている。

『基本的に、オリエンテーリングを学生界の発展の歴史の中で見た場合、初めは、新しい物好きで、こんなのを始める大学としては私立が多かった。上智だとか立教だとか武蔵だとかが強かった。全国で見ても愛知大学だとか、むしろインカレ以前にピークがあった。大学生なりの好奇心とか、当時オリエンテーリングがトリム運動の一貫としてマスコミに取り上げられることが多かったこともあると思うが、ミーハーに私立大学に根付いていった。私が学生の時期（注：インカレにリレー制が導入される前後のころである）は、そういうころから脱却して、競技面が向上したころだったから私立大の昔からやってるところの力は落ちてきて、新興なんだけど国立大が堅実な成長を示しているころだった。そもそも自分が私立大にいたんだけど、結構、国立大とは志の違うところがあるでしょう。そもそも受験から。私大のヤツというのは要領がいいというか、言って見れば気質の違いがあると。で、そういった歴史的な流れのなかで見てくると競技的な面は、日本においては成長過程にあるから、国立大のように地道にやって行くところのほうが力をつけていくなと思ったのよ。結構、国立大というのは、名古屋大や東北大のように体育会といった意向持ち出したところが多くて、そういう動きを見ていれば、将来そういうところが強くなるだろうなと思ったわけよ。それで当時それを予見した。』

まずは、北海道大学と東北大学に注目をしてみたい。

北東学連の個人戦セレクション結果は、12枠を、北海道4・東北8で分けあう形となった。昨年は、北大1に東北9。昔はともかく、東北大があそこまで強くなった近年を考えると、画期的なことだ。北大が東北大の壁をいよいよ崩してきた訳である。

北大で通過をした4人は、内田恵司（4年）・野田昇作（3年）・大川雄介（3年）・猪熊大輔（2年）。大川は昨年の北大唯一の通過者だった選手である。4位に入賞した昨年度団体戦は、大川と野田が走っている。猪熊はHFA4の優勝者である。今年の団体はこの4人で走るのだろうか。いずれにせよ、戦力的には昨年よりパワーアップしているはずだ。昨年以上の順位を狙っているという噂も聞くが、まんざら夢でもないだろう。

東北大の8人は、4年生の入江崇（シード）・松沢俊行（シード）・清水和彦、3年生の柿並義宏・土井聡・野田健史、2年生の寺内亮太・山口佳吾。2人のシード以外も戦力は充実している。昨年2走を走った土井。昨年の個人戦で　秒差で入賞を逃し7位だった野田（北大の野田と双子の兄弟である）。寺内はHFA4で2位だった。

『圧勝で優勝を決める可能性があるとすれば東北大。しかし厳しい争いになる可能性もある。気を引き締めないといけない』東北大のある選手はそう語っていた。

昨年度4位入賞の北海道大。左から、大沢元成・大川雄介・川井仁・野田昇作。

## 昨年度優勝校・東北大の歩み

インカレにまだリレー制が導入される以前から東北大には競技指向があったようだ。個人・団体とも入賞経験もある。しかし今日の東北大を語るとき、一連の流れのスタートを切っているのは、第8回大会（駒ヶ根）の年度に入部してきた新入生たちの活躍であった。

筆者が早大2年だったとき、上島通浩という男が早大OCに入部してくる。しかし彼はその春のうちに退部。その理由は秘密とされたが、東北大の再受験だったのである。見事医学部に合格し、OL活動も再開した彼は、その年のHFA1で2位入賞。同じ年に、吉田佳一郎も入部。吉田は、当時、お茶の水女子大で大活躍していた吉田千登勢（第8回大会個人2位。第9回大会個人4位）の弟だった。彼はHFA1で優勝。上島とともに新人1−2フィニッシュを飾った。この2人が1年生のときから団体戦を走り、17位。その2人の活躍を見て燃えた男がいた。彼等と学年は1つ上だったが、同じ年に入部をした男・岩倉毅（現・OLP兵庫）。翌年には高校経験者、萩原淳も入部する。役者は揃っていった。そして、この4人が走った第9回大会（愛知）で入賞まであと一歩の7位に迫る。アンカーだった上島は、元・早大OCの先輩、アンカー白戸の背中を山の中で見たという。この年早稲田は、有史以来の3位以内連続入賞の伝統を失い5位と終わった。新しい時代の波が押し寄せていた。

翌第10回大会（群馬）、走力コースとなった団体戦。前年と同じ4人が走った。そして地道にトレーニングを積んできた東北大は、ここに感動的な初優勝を遂げたのである。その翌翌年につくられたインカレプロモーションビデオ（本誌・大会運営学でおなじみの池ヶ谷悦朗氏らによる編集）では、その場面がエンディングを飾り、当時の多くの学生オリエンティアに新たな感動を呼び起こした。今井美樹の「野性の風」に乗って、スローモーションで流れる数分間のウイニングラン。そして胴上げをされる上島の映像が静止したとき、元・世界championエーギル・ヨハンセンの格言がスクリーンに映し出される。

『勝者とは最も強い者ではなく、最もよく準備した者である』
今度は君が、『最もよく準備した者』になる番だ

翌年の第11回大会（奈良）は不調に終わったものの、プロモーションビデオがつくられた第12回大会（埼玉）は、2回目の優勝を遂げる。ビデオが選手達に与えた興奮も小さくはなかったのだろう。実はその年の本命は東大だった。かの鹿島田浩二が入学し、前日の個人戦では、同じ東大の先輩・樋口一志と優勝を争った（樋口が優勝。鹿島田2位）。この2人を3・4走に控える東大。2走終了時点では東大・東北とも8位と出遅れる。既に4年生となっていた萩原淳と、鹿島田浩二が同時にスタートを切った。この時点で鹿島田ー樋口を控える東大の優勝を疑わなかった者も多かったはずである。しかし先に帰ってきたのは萩原だった。鹿島田を4分以上引き離して2位で帰還。アンカー松尾繁樹が5分前を行く早大アンカー天野仁を追った。感動的な逆転劇が待っていたのである。東北大、2年ぶり2度目の優勝であった。

翌年の第13回大会（岐阜）は再び不調に終わったものの、その翌年から新たな躍進が始まる。入江崇が歴史の出番を待っていた。第14回大会（日光）では、彼が1年生ながら3走を務める。3位でタッチを受けたアンカー菊地正昭が前を行く東大（竹沢聡）と京大（小長井信宏）を追った。東大との差は9分弱。菊池はその差を28秒にまで縮める追い上げを見せたが惜しくも届かず。東大はかろうじて逃げきり、鹿島田浩二は、3年生にして初めてのウイニングランを経験した。

鹿島田が最終学年を迎えた第15回大会（滋賀）は、やはり東大・東北の激しい優勝争いとなった。アンカーでの逆転劇が起こる。アンカー鹿島田は安斎秀樹をかわし、有終の美を飾ったのである。鹿島田のいる東大の壁は厚かった。

まだ優勝を手にしていない入江も、早くも3年。WOC（世界選手権）の日本代表にまで育っている。大学からオリエンを始めてここまで遠くなった男がかつていただろうか。インカレの歴史は、この男の金メダルを待っていた。鹿島田が抜けた昨年度・第16回大会は入江に初めてのウイニングランを与えたのである。やはり東大との優勝争い。逆転勝利であった。3年間続いた東大との優勝争いは、インカレ史に残る名勝負となったのである。

入江崇も最終学年を迎えた。例年以上に本命の度合が強い東北大。今年も歴史の中を走っている。

躍進中の大学として、新しく注目をしたい地方国立大学がある。筑波大OBの元木悟がオフィシャルを努める新潟大学である。昨年は11位。一桁順位は目の前だが、目標はむしろ入賞のようだ。個人戦では、北信越6人の枠のうち4枠を占めた。4年生の石黒章郎・幸山敏克、3年生の巨椋正樹・佐藤克成である（北信越の残る2つの枠は、金沢大3年の山形公次と、信州大4年の新垣良憲）。セレクションに落ちた選手にも有力な選手が残っている。

次に、静岡大・名古屋大・広島大を取り上げよう。東海学連は、個人10枠の6を静岡、3を名古屋が占めている（あとの1人は、梅村学園中京大学1年の安田忠寛）。

静岡大学はここ3年、10位－9位－10位と、入賞の一歩手前で安定した成績を残してきている。今年の個人戦は、4年の小林哲（シード）・田中誠、3年の森田満・和久田好秀、2年の江崎保夫・塩崎伸敬が通過した。小林と森田は昨年の団体戦を走っている。層は厚くなったようだ。

第8回大会での優勝以外、入賞経験のない名古屋大学。稲葉英雄（第8回大会位・全日本H21E2位多数）・井上直丈（第13回大会champ）に継ぐスターをなかなか輩出できない。今年は3年生が3人通過した（長井智之・山田克己・結城幸一）。長井・山田は昨年の団体戦メンバー。4人目次第で上位も狙えよう。ちなみに長井選手は、後述する東京女子大学2年の大西真理子と小学生時代の同級生だそうだ。

2年連続6位入賞の広島大。地方国立の時代をウソにしないためにも末永く活躍してほしいが、今年は昨年と較べるとやや戦力downか？昨年団体戦を走った山根卓二が足を負傷しているようだ。しかしそれでも個人は、7人が通過。中九四8枠の大半を占めた（残る1人は山口大学3年の谷口裕亮。昨年ショートで入賞もした森泰祐は落ちた。山大大会の運営関係で廃人と化していたという噂も聞く）。広大の通過者は、4年の吉村年史（シード）・町田浩一、3年の川上敏行・島田宏輔・藤田幸義・中島真一、1年の吉村充功。1年の吉村の活躍が期待される。シードの吉村の弟である。

## 新しい勢力・東工大VS農工大

昨年度団体戦の9～11位は、東工大・静岡大・新潟大。秒差の一桁争いを演じている。この3校は今年も実力が均衡しているようだ。共に入賞を目指しての合同合宿が、岐阜で開催された。岐阜インカレの個人戦コースを走らせて上位4人をたすと、またしても秒差となったのだそうだ。

東工大は、太田宏樹（4年）と世古口裕史（2年）の2人が通過（昨年と全く同じ）。世古口は、東大の太田（今年のシードの）を抑えて昨年度は新人特別表彰（16位の好成績）を受けた。今年はJr.WMへも遠征しており、将来が有望だ。東工大はクラブとしても活気づいている。この正月には第1回東京工業大学大会も開催し盛況裏に終わらせている。今年はコーチに、多摩OLの利光良平（第13回大会5位）と佐々木順（昨年度の日本学連幹事長）も迎え、団体戦の入賞を狙っているようだ。

その東工大に激しいライバル意識を燃やす東京農工大学。今年は個人戦に4人の選手を通過させた（昨年は0）。4年生の大西亨・茂木忠良、3年生の川合康夫・若梅友則。若梅君は、大会会場でO-JAPANの配布・申込作業を時々やっておられるあの若梅さんのご子息である。7才の時からの経験者。東京高専からの編入で農工大へ入った。農工大としては1年目だが、彼の入部はクラブに大きな刺激を与えたようだ。昨年のウムの雪辱は、一気に入賞によってはらそうとされている。若梅効果は大きい。

昨年農工大は、飛躍した東工大に史上初の敗北を食らった。今関東で盛り上がりを見せる両校。ライバル意識の行方が楽しみである。

## 関東の4強

## 東北に迫るのは…

関東学連の個人エリート枠43人の分配は、東大8・筑波8・千葉7・早稲田7・その他13という結果になった。数の上では4強が並んでいる。

個人エリート出場者は表のとおり。

| | 東大 | 筑波 | 千葉 | 早稲田 |
|---|---|---|---|---|
| 4年 | 清谷智宏<br>野中俊樹（シード）<br>永田芳樹 | 安良和寿（シード）<br>川田政道<br>小海則人<br>佐々木慎一<br>並木繁行 | 岡安隆史（シード）<br>毛利厳人<br>須藤朗啓<br>佐々木良紀<br>中里元彦 | 竹中庸 |
| 3年 | 大西淳一<br>野上健士<br>中村卓史<br>藤咲芳春 | 藤城公久（シード）<br>上水建一郎 | 小山謙一<br>小泉敦史 | 山内亮太（シード）<br>鈴木篤<br>寺井真之<br>島崎達夫 |
| 2年 | 太田晃弘（シード） | 加曾利正典 | | 石沢俊崇<br>羽柴公貴 |

過去5回（リレー導入後は3回）の優勝経験を持つ東京大学。昨年、鹿島田浩二が抜け、今年は、あのすごいトリオ（桜井太郎・鈴木卓弥・山本英勝）が抜け、まわりからは戦力downと見られがちである。しかし東大を侮ってはいけない。いつの間にか知らない間に速い選手が育っているのが東大である。あのトリオもはじめっから有名だったわけではない。実力が均衡し、会内の代表メンバー争いも混戦となっている模様だ。表に挙げた選手たちに加え、1年生の近藤貴文なども活躍。会内のインカレに向けた雰囲気に一役かっていると聞く。一般的には、太田・野中の他、SQUAD Jr強化選手の清谷や、元インターハイchamp永田も有名だ。あとは3年生あたりが、どの程度成長しているのかが見所となるだろう。本番に注目である。

筑波もかなり戦力が充実している。2人のシードに加え、昨年団体戦を走っている川田・佐々木（2人のシードは走っていない）etc、4年生を中心とした勢いを感じる。昨年入賞を逃しているだけに、今年にかける意気込みもひとしおだろう。筑波はあの橋直隆先生が、男子の監督を務める。その采配も見所である。

千葉も侮れない。2年のときから団体を走っている、個人シードの岡安と佐々木はチームの核。須藤は、今年の全日本リレー千葉県セレクションをトップで通過した。昨年団体戦を走っている毛利etcやはり4年生が中心だ。しかし会内では、1年生のホープ山口大助にも大きな期待がかけられている様子。山口君は、村越さんetcと同様、軟式テニス部の出身。「どんな状況でも適確にフォームを決めて打ち返す軟式テニスは、OLにもいい影響がある」という説がまことしやかに流れているようで、だから彼も速くなるとは、ある千葉大OBの言葉。説得力があるのかないのかは知らないが、おもしろい話である。ちなみに、それを実証するために開催されたと聞く、千葉大大会での高校出身クラブ別対抗戦（全国の多くのオリエンティアが参加）は、野球部が勝ったそうだ。

過去4回の優勝経験（リレー導入後は2回）を持つ、古豪・早稲田。第14回大会までは6位入賞圏内をはずしたことがなかった。しかし、第12・13・14回大会の1位－2位－2位の栄光を最後に低迷の中にいる。第15回大会（滋賀）では、1走がトップで帰還。東北・東大に並ぶハイペースでレースを展開したが、3走で入賞圏を脱落。あせったのか4走は地図を取り間違えて、早稲田大学は失格となった。連続入賞の大いなる伝統は消失した。

再起を期した昨年は、大健闘をしたかに見えた。圧倒的な力を誇った東北・東大についで3番目のゴール。早大女子の優勝・日本女子大学の6位入賞とともに、早大OCとして考えうる最高の結果に沸き立つ喜びも束の間、1走のペナが発覚して現実は悪夢へと変わった。まるで呪われたような早稲田。

しかし、今の早稲田は、部員数の減少など深刻な課題に直面しながらも、団体戦入賞を目指すための戦力は依然健在である。鈴木・寺井・石沢は、早稲田実業出身の経験者。鈴木と石沢は元インターハイchampでもある。鈴木は1年生の時からエリートを走り、1年のときに9位という実績を残している。羽柴は昨年HFA1で優勝した。しばらくは山内を核にチーム造りを進めて行くことになろう。団体戦メンバーは、天野仁新監督の采配に注目される。

## 関西の動向・京大の天下

岐阜インカレで初優勝のあと、3年連続3位を続けてきた京大。東北・東大の影に隠れて目立たないが、特筆すべき実績である。個人エリートは、今年も関西の大半を占め、9/11枠を獲得した。4年生の小林圭、3年生の一瀬建日・田井利弘・諏訪高典・柳瀬陽一・中町和雄、2年生の薛孝太郎・和城賢典・工藤浩司の9人。田井以外の3・4年生は、昨年もエリートを走っている。注目は一瀬。昨年は2年生ながら個人戦10位。今年はショートで6位入賞を果たした。シード選手になっても不思議でないほどの実績だ。

一瀬建日（昨年度個人戦最終コントロール）シード級の実績を持つ。麻布出身の経験者。一昨年度はHFAの金メダルも手にしている。

京大の9人は、全国でも最大の数である。若い学年も程よく成長しているのが強みだろう。実は、昨年の団体戦HU2新人特別表彰も受けている（工藤ー和城ー山本真司）。HU1は東北大だった（寺内亮太ー出島秀一ー谷保）。京大としては、西の王者として東の東北に並びたいところだろう。優勝に絡む素晴しいレースを期待したい。

関西の個人枠で、京大以外の2人の枠は、大阪大学の眞山崇（3年）と神戸大学の田中秀樹（3年）。

大阪大は、眞山のほか、坂本正憲（3年）などの戦力があるが、上位を狙うにはまだ戦力不足か？

神戸大は田中のほか、4年の伊藤孝剛（昨年度HA4優勝）が有力。神戸復興の糧としてインカレの活躍にも期待をかけたい。

かつて井上健太郎（第11回champ）・玉木圭介といったエリートを輩出した大阪大。瀧川英雄（第9回champ）・橋本裕志・池上理俊（第14回7位）といったエリートを輩出してきた神戸大。両校とも、地方国立大学躍進の波にも乗って、かつてのごとく京大に並ぶ勢力に復活してほしいものである。

## 関東に潜む個人勢力

関東の個人戦通過者は、4強と東工大・農工大を除いて、あと7人いる。すべて各大学に1人ずつの通過である。慶応義塾大学のシード・矢萩靖（4年）・図書館情報大学の林哲也（3年）・東京農業大学の村上泉（4年）・埼玉大学の柳下大（2年）・高崎経済大学の山田健一（4年）・茨城大学の伊藤克己（4年）・大東文化大学の加藤裕（3年）である。横浜国立大学や、近年活躍していた一橋大学・学習院大学には通過者がいなかった。

茨城大学は、一昨年までHEを走っていた福留潔（保谷高出身。短大経由）が、今年通過した伊藤とともにクラブを起こした。まだ4年目の若いクラブである。部員は25人程度。女子も昨年は島田美紀がDEを走っている（今年は通過していない）。来年以降にも注目しよう。

2年で通過した埼玉大の柳下は立派なものだ。「かわいい男の子」と、ある女の子が言っていた。

農大の村上は、朝日大会H21Eで学生内3位。このレースでは、シードの安良・藤城・野中・岡安に勝っている。1年生のときから速さは目立っていた。おちょうし者・森一申（第13回大会6位）の弟子と聞く。

高崎経済の山田と、大東文化の加藤も有名である。

## 阪神大震災とインカレ

1月17日未明、関西全域を襲い、神戸を中心とする阪神地区に甚大な被害をもたらした兵庫県南部地震は、関西に在住するオリエンティアにも多くの被害や影響を及ぼしている。家の全焼・倒壊・半壊の被害にあったオリエンティアも少なくはないようだ。親戚の家にお世話になっている人や、合格していた大学院への進学を断念した人など、かなり深刻な話も聞こえてきている。全貌については、まだ情報が整理されていないが、幸いにして負傷者が発生したという話は耳にしていない。ただただ一刻も早い復興を望むばかりである。

震災がインカレに与えた影響も少なくはない。既に何名かの参加予定者が、大会エントリーをキャンセルしているようだ。インカレ実行委員会は、今回の特別措置として以下の対応を表明している。

（1）宿泊・輸送費は、キャンセルチャージをとらない。
（ただし、参加費は納入しなければならない）
（2）最終参加意思決定は3/3まで、参加費等の納入は
インカレ当日まで期限の延長を認める。

震災地域にキャンパスを持つ神戸大学は、4月まで休講となった模様。神戸大OLKの部員にも幸い怪我人はいなく、直後はそれぞれの実家に避難をしていた下宿生たちも、一部は新しい下宿探しに戻ってもきているようだ。インカレへの参加は、3〜4人程度がキャンセルするようだだが、概ね予定通りとのことである。2/5には、在京阪地区の部員で練習会も開いている。ただオフィシャルの予定だった池上理俊・田中孝司の両名はキャンセルを余儀なくされている（池上は神戸市役所勤務で、今インカレどころではない。田中は、家が半壊の被害にあった模様）。オフィシャルの変更を願い出ているようだが、交渉は難航しているとの噂。学連の寛大な対応を希望したいところだ。

不参加を表明している学生はもちろん、被災にあったオリエンティアに対して、我々にできることがあれば何でも力になりたいと思う。

義援金についても引き続きお願いいたします。

義援金送付先　郵便振替口座：00270-9-46870
加入者名：　O-JAPAN編集部
＊通信欄に「兵庫県南部地震義援金」と記入

昨年度団体戦の神戸大学。1走・田中秀樹→伊藤孝剛。昨年は12位に終わった。エースで部長の田中君（個人通過者）は、神戸より西の加古川在住。かわいそうに京阪地区在住者の練習会には取り残されているようだ（移動困難のため）。

神戸大4年の久保田あゆ子（個人通過者）。写真は、昨年度ﾌｪｽﾀﾝｶｯﾌﾟﾗﾝﾅｰ会場。神戸市東灘区在住（神大女子寮）。寮は無事で怪我もなく、茨城県の実家へ避難。2月には地元で勝田マラソンも走る（一旦は神戸に戻ってﾎﾞﾗﾝﾃｨｱ活動もしていた）。兵庫での就職が不透明に。気掛かりである。

水戸二高出身の経験者。妹の伸子さん（茨城大1年）もｵﾘｴﾝﾃｨｱである（朝日のD19-20Aで優勝している）。

# 女子 ―― 美しくも激しい女の闘い

「今年のインカレでは女の美しくも激しい闘いをみせます。こりゃあ、写真のとりがいがありますよ。」あるシード選手からいただいた年賀状に書いてあった。筆者の心をくすぐるような表現だが、まあ是非とも本当にそうあってほしいものだと思ってしまう。もう一度同じタイトルで報告記事を書くつもりだ。

## 実力伯仲 4年生の闘い

今年の4年生の代はつぶぞろいである。既に2年生のとき2人（金田・中野）、3年生の時4人（金田・志村・稲村・植田）の入賞者を出しており、今年もシード選手の5/7を占めている。

4年生でシード選手となった5人は次のとおり。

稲村　仁美（広島大）
植田　佳子（広島大）
金田　収子（静岡大）
志村　聡子（早稲田）
千葉あかね（津田塾）

この5人の実力は伯仲している。結果は蓋を開けて見ないとまったくわからない。参考にBig選手権大会におけるこの5人の順位を過去にさかのぼって見てみよう（下表）。

単純に実績だけで見てみると、実はインカレに強いのは金田である。彼女は、1年のときDFAで優勝したあと2年連続DE3位。立派なものである。今年は地元としての期待も大きいものがあると思われる。

反して案外弱いのが、同じ陸上部出身の経歴を持つ千葉。インカレに敗れて全日本で勝つというパターンを繰り返している。金田とは、DFAで2位に甘んじたときからのライバルといえる。昨年は、敗れたとはいえ8位。入賞まであと一歩というレベルにはいた。今年はSQUADのエリートポイントで今のところ学生トップの座も占める。今年のインカレこそ真価が問われよう。

かつてはこの2人にとって目標であったであろう志村。高校からの経験者で元インターハイchampである。1年生の時からDEを走り、当時すでに8位という成績を残している。昨年は団体戦優勝という夢のような目標を達成。メンバーがいなくなり団体戦を走れない今年は、個人戦一本にすべてをかけてこよう。昨年は1月に300kmを走った努力家。そして負けず嫌いの性格である。最後の結果が楽しみだ。

渋いのが広島大の2人、稲村と植田である。

おもいっきし目立ったりするわけでもないが仲良く入賞していたりする。先に注目されたのは植田だが（2年のときのショートの試行大会で入賞）、稲村の方が1年の時からエリートを走っており、2年の時も既に14位という成績を残している。あまり目立たなかったが、密かに滋賀インカレ団体戦優勝のカギを握っていた。

1点気掛かりなのは、兵庫県南部地震の影響。2/26に兵庫県内で予定されていたウエスタンCupリレーが中止となり、広島大の選手にとっては、インカレ前唯一のレースの機会を失った。新幹線も遮断されているなか、卒論で忙しい彼女たち（稲村も植田も理科系。3/頭が発表らしい）には、のんびり時間をかけて関東まで遠征する暇もなければ（当日中に戻れないのが致命傷）、お金もない（飛行機を使うと6万円程度の出費となる）。1月8日の山口大大会から一気に3月の直前合宿まで山に入らないというのは大きなハンデとなろう。

しかしそんなことは関係ない。この5人には、僅差の名勝負を演じてほしいと筆者は願っている。

## 躍進なるか2年生

たくさんのシード選手をそろえる4年生は、過去、それまでの4年生に優勝の座を阻まれてきた。今年こそ、誰かが勝利を手にするのが美しいところではあるが、結局勝てなかったという悲劇もないとも限らない。それを阻むとすれば3年生か？2年生か？

3年生にもシード選手で名古屋大の山口純子（昨年度ショートIC優勝・本年度ショートIC3位）をはじめ、静岡大の原志保子（昨年度インカレ10位）、筑波大の片岡由起子（昨年度ショートIC6位・本年度ショートIC4位）、小山由美子、林ゆかり（ユニバー補欠選手）、千葉大の染矢和子etcシード級の選手が大勢いる（山口・林・染矢は、SQUAD Jr.強化選手）。が、しかしここでは敢えて、2年生に注目して見よう。そのほうが面白い。

4年生にとって最大の脅威は、シード選手の田中裕子（筑波大2）であろう。ショートインカレでダークホース的に優勝を手にしたが、12月に入って関東学連本セレクションレース（兼・関東インカレ）でも勝ってしまった。千葉・志村らを抑えて、関東champとなったのである。やはり陸上部出身の彼女は、高校時代に300km/月を走っていたというつわもの。将来的にも期待は大きい。

同じ筑波の中村正子は、昨年度のDFA2優勝者。今年はJr.WM（ジュニア世界選手権）でポーランドにも遠征し、SQUADのJr.強化選手にも指定されている。

DFA2で中村に敗れて2位だった東京女子大学の大西真理子。Jr.WMへの遠征、Jr.強化選手の指定を受けるなど、中村と同じ道を走っている。この2人はいいライバルといえよう。当面注目を続けたい。

他2年生としては、北海道大学・新潟大学など地方の選手に注目したいが後述しよう。

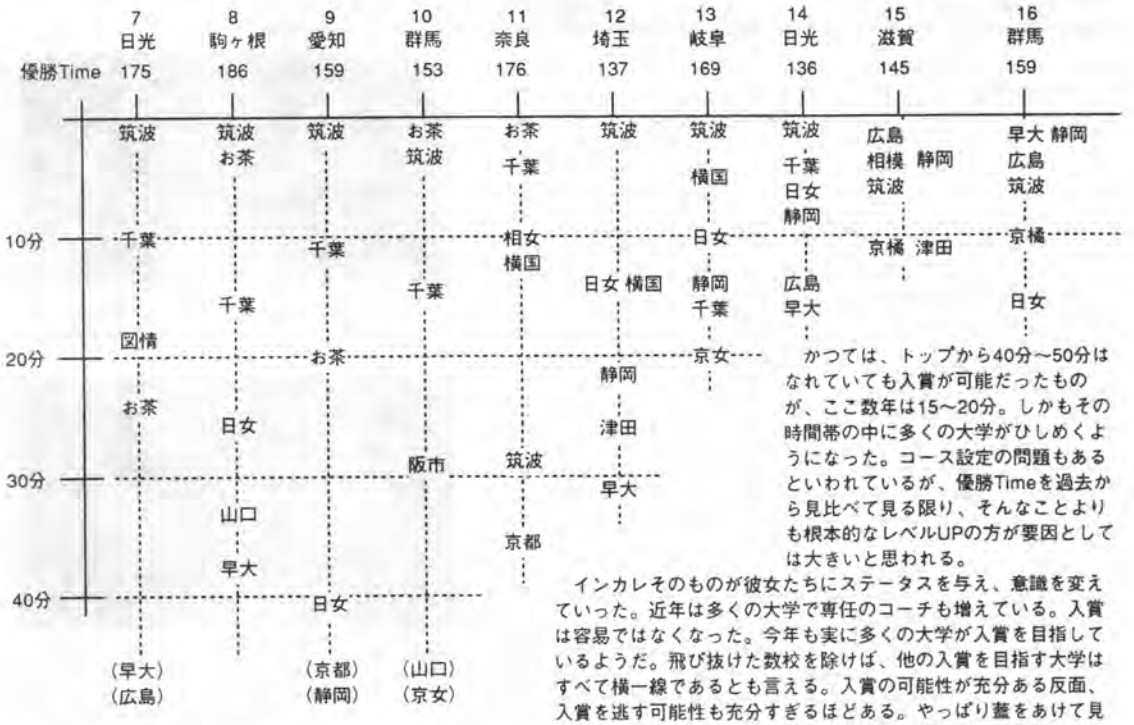
## 戦国時代の中で

インカレにリレー制が導入されたころ、女子には御三家と呼ばれる大学があった。筑波大と千葉大とお茶の水女子大。少なくとも最初の5年間は、この3校で優勝を争っていたといえるし、だいたいの年度においてこの3校と他の大学との間には歴然とした壁があった。壁が崩れ始めたのは、埼玉インカレ（第１２回大会）の前後ころであると思う。真剣に入賞を目指す大学が増え、日本女子大・横浜国立大が2位争いを演じるようになった。筑波の独走は目立ったものの（第二期黄金期）、さらに静岡大が入賞の常連に加わり、広島大も顔をだし始める。滋賀（第15回大会）に至って、広島大が初優勝を遂げ、千葉大が入賞圏外に去り、関西の京都橘女子大がついに悲願の入賞を果たした時、戦国時代への突入は、決定的となった。

この10年間（リレー導入後の10年）の6位入賞校とトップからのタイム差を図に表わしてみよう。

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 平成4年度 | インカレDE | 金田 3 | 稲村 14 | 志村 15 | 植田 27 | 千葉 42 |
| 平成4年度 | 全日本D19-20E | 千葉 1 | 金田 2 | 志村 5 | 植田役員 | 稲村19-20A優勝 |
| 平成5年度 | ｼｮｰﾄｲﾝｶﾚDE | 植田 3 | 志村 4 | 稲村 8 | 金田 26 | 千葉不参加 |
| 平成5年度 | インカレDE | 金田 3 | 志村 4 | 稲村 5 | 植田 6 | 千葉 8 |
| 平成5年度 | 全日本D19-20E | 千葉 1 | 志村 2 | 稲村 3 | 金田 9 | 植田不参加 |
| 平成6年度 | ﾕﾆﾊﾞｰｼｱｰﾄﾞ・ｸﾗｼｶﾙ | 金田 51 | 稲村 67 | 植田 68 | 千葉 72 | 志村補欠 |
| 平成6年度 | ｼｮｰﾄｲﾝｶﾚDE | 志村 2 | 稲村 5 | 植田 7 | 金田 8 | 千葉B-final |

入賞（ｲﾝｶﾚ1～6位；全日本1～3位）




かつては、トップから40分～50分はなれていても入賞が可能だったものが、ここ数年は15～20分。しかもその時間帯の中に多くの大学がひしめくようになった。コース設定の問題もあるといわれているが、優勝Timeを過去から見比べて見る限り、そんなことよりも根本的なレベルUPの方が要因としては大きいと思われる。

インカレそのものが彼女たちにステータスを与え、意識を変えていった。近年は多くの大学で専任のコーチも増えている。入賞は容易ではなくなった。今年も実に多くの大学が入賞を目指しているようだ。飛び抜けた数校を除けば、他の入賞を目指す大学はすべて横一線であるとも言える。入賞の可能性が充分ある反面、入賞を逃す可能性も充分すぎるほどある。やっぱり蓋をあけて見ないとわからない。今年もドラマが起こるのだろう。

## 最後の挑戦　静岡大VS広島大

女子団体戦の本命、いや、そういう下馬評の静岡大と広島大。一昨年優勝した広島大は、当時のエース石黒佳子が抜けたあとを、昨年は、あとの二人（稲村と植田）の同期、三明晴美で埋めて、3位。一走の三明が出遅れなければ、充分優勝も狙えたはずである。（優勝した早稲田からのタイム差は、わずかに78秒）。今年も間違いなく同じメンバーで走ってこよう。そしてもちろん優勝を狙ってくるはずだ。

あれよあれよという間に気がついたら勝ってしまった一昨年とは違い、優勝を目指して優勝を狙う。その意気込みが彼女たちにはある。そんな挑戦を始めたのは昨年からだ。そして今年が最後のチャンスである。

最後のチャンスという意味では、広島大以上にその思いが強いと思われる静岡大。4年の金田収子と中野宏美、そして3年の原志保子が不変のメンバーである。この3人で一昨年度は3位（3年続いた4位を、全く入れ替わったメンバーで更新した）。昨年度が2位。大本命だった昨年は、3走の中間まで、ほぼ優勝を手中にしながらも最後の最後で逆転された。のがした獲物は大きい。アンカー金田の後遺症は、察してあまりあるものがあった。しかし今となっては、それも彼女たちに与えられた大きな試練であったといえよう。むしろ歴史は彼女たちに最高の舞台を与えている。インカレ史に残る、感動の名勝負を演じてほしい。

ところで来年度以降の両校だが、広島大も静岡大も大きな戦力downは免れない。ただ、部員そのものは健在。広島大は彼女たちが抜けたあと、今の2年生1人と1年生2人が残る。今年から、広島女子大と広島女学院も部員に加わっており、広島大OLC自身は華やかだ。女子部員が増えて、「男の子も頑張っているんじゃないでしょうか」なんて、稲村が言っていた。

静岡大は、原の他、3年生にあと2人、1年生に4人の部員がいる。慢性的な部員不足は地方国立大学の往年の課題ではあるが、今後もうまく入賞レベルを維持していって欲しいと思う。

ちなみに両校の属する学連についてまとめて触れておきたい。個人の通過は、中九四が広大4年の3人の他、広大2年の横山由華と1年の栂まゆみ（今年は山口大の通過者がいない）。東海は、静大のこの3人の他、静大と一緒に活動している静岡県立短期大学から3人（山田麻貴・水口郁子・岡本真理子）と、シード選手の名古屋大3年・山口純子、椙山女学園4年・林琴美。林は、1年のときDFAで、金田・千葉あかねに次いで3位だった。表彰式では、筆者が賞状を渡したが、そんなことはどうでもいいだろう。

静岡県短の3人は全員2年。山田は、昨年のDFA1で2位である。県短については、後述する。

山口純子のことについてはもう一言触れておこう。今年の戦績は、ショートIC以外にも公認大会D19-20Eの全勝など、概ね好調である。先月号でも触れたが、西日本大会では同一コースだったD21Eの木植らを抑えて総合でトップ。一瞬周囲の目を疑わせた。昨年はシードのプレッシャーがあったのか、本番が不調に終わったが、今年はその汚名を返上できるか。金田とともに地元学連の期待は大きい。

昨年度、アンカー金田選手のゴール。早稲田から遅れることわずか28秒。金田にはラストコントロールをチェックする早大アンカー馬場の姿が見えていた。馬場を迎える会場の歓声が聞こえる。「ああ、あそこはもうゴールなのか……」

# 地方国立の時代　注目は北海道・東北・新潟

女子にとっても地方国立大学の活躍は1つのトレンドである。広島大学と静岡大学が優勝を争っていること自体その最たる現象である。今年、加えて注目をしたいのは、北海道大学・東北大学と新潟大学。最近の活躍が目立ってきた。いずれも入賞すれば、もちろん初入賞である。

北大は昨年、エース酒井佳子（個人2位）の1走トップゴールを1年生2人でつないで見事10位という成績をあげている。当時の1年生は今年も元気そうだ。筆者は少なくとも、長野（8月）根の上（9月）東北大・筑波大（10月）千葉大（12月）で彼女達を見かけている。広大などをはるかに凌駕する遠征パワーだ。個人戦には、2年生の谷口葉子と池田祐子が通過した。谷口は昨年度DFA2の3位。団体戦は2走を務めた。この2人の他にも、昨年3走の川本温子や山本佳代など2年生は有望だ。

東北大は、北東のエース・4年の菅原路子と3年の小林拓恵（こないだの東北大大会の実行委員長をやっていた）が通過した。東北大女子が初めて団体戦を走ったのは、3年前の日光。11位－12位－11位と、そこそこの成績を残してきた。3年間を走った石川恵美子（滋賀インカレ4位）が抜けて、戦力はdownしているのかもしれないが、3人目次第では入賞も狙えよう。東北大は、広島大などと同じく部員の確保が厳しいようだ。しかし今年、2年の空白をあけて、1年生の新入部員も3名入った。SQUADの女子合宿などにも参加してやる気充分。東北大には、将来にもつながるいい結果を残してほしい。

昨年は21位に終わった新潟大学。エース森下栄子ら団体戦を走った2人の4年生は抜けたが、むしろ戦力は下級生に育っていた。団体一般併設で、2年連続の新人特別表彰を受けた実績を持つ。

それらの中から3年生の大久保和泉・照井素子、2年生の小林るみ子・丑木淳子が個人戦のセレクションを通過した。北信越では、4/5を占める（残る1人は、国分寺高出身の経験者、信州大学3年の中込裕子である）。丑木は昨年度個人戦DFA1を優勝している。

新潟も目標として入賞を狙ってくるのではないだろうか？

昨年度団体戦。北大2走・谷口葉子→3走・川本温子へ。当時1年の谷口は、2走4位で帰還。決して酒井の貯金を使い果たすことはなかった。

昨年度団体戦DUで新人特別表彰を受けた新潟大（8位）。左から丑木淳子・小林るみ子・高野裕子。筑波大学（10位/中村正子－田中裕子－伊勢美々子）を抑えて堂々の表彰となった。一昨年（14位/照井素子－大久保和泉－山口恵理子）も、千葉・筑波の登録ミス（申込時に新人チームの申請をせず）で特別表彰を受けたらしい。いずれにせよ2年連続の快挙である。

## 伝統の復活　筑波は強く

リレー制が導入されてからの過去10回のうち、6回を制覇する筑波大学。個人の合計タイムで団体戦が争われていた時代も含め、第1回のインカレ有史より1回も6位入賞をはずしたことがないのは、男女あわせ唯一筑波大女子のみである。

過去、偉大なWM級のエリートも多く輩出してきた（宮川祐子・宮本知江子・深田幸子etc）。最近では、熊林あゆみ（第12回champ）・白井由美・石田小百合・小西陽子（第14回champ）などの時代に2回目の3連覇を遂げている。その伝統的な強さと層の厚さは今も健在。今年も個人エリートには8人の選手を輩出した（4年の山下和子・高松伴子、3年の片岡由起子・小山由美子・林ゆかり・岡原桂子、2年の田中裕子・中村正子）。あまり触れていない3年生だが、この4人も1年生の時から活躍しており、片岡は既に個人エリートを走り（2年のとき落ちてDA2で2位なんてこともやってるが。でもｼｮｰﾄICは2年連続入賞している）、岡原・小山・林は、この順でDFA2の2位・3位・4位である。岡原も2年の時はDA2だが、片岡についで3位。

もしも団体戦が4人制であれば、筑波に太刀打ちできる大学などどこにもないだろう。この12月、4人制で争われる関東インカレ団体戦では2チームが出走し、1-2フィニッシュを圧勝で決めた（ちなみに去年は津田塾が優勝していたが）。

ここ最近は、広島・静岡の他、奥山陽子（第15回champ）を擁した相模女子大や、金並由香（第16回champ）・志村聡子を擁した早稲田大に敗れているが、相模女・早稲田は言うに及ばず、広島・静岡も今の4年生が抜けたあとは敵ではあるまい。来年度からは新たな黄金期を迎えるものと思われる。そして今年も既にその入り口に立っているようだ。静岡・広島との勝負は、1つの見所となろう。

ただ絶対的なエースのいないのは弱みといえるかもしれない。メンバーの選出と走順の決定も、さぞ大変だろうと思う。うれしい悲鳴ともいえるが、オフィシャルは頭が痛そうだ。

## うつりゆく関東の勢力

先にも触れたように、かつてのご三家、筑波大・千葉大・お茶の水女子大も、筑波を除けばかつての威光はない。つい3年ほど前は福士淑子・濱田由紀を擁して優勝を目指していたあの千葉大がここ2年入賞をはたしていないのである。横浜国立大や相模女子大は、それぞれ金子しのぶ（第13回champ）・奥山陽子（第15回champ）の活躍した時代に一時代を築き、再び今は入賞圏内から遠ざかってしまった。金並由香（第16回champ）・志村聡子を擁した昨年度の優勝校・早稲田大学は、今年は団体戦不参加。志村以外に部員そのものがいない。勢力はうつりゆく。

個人戦には、千葉大が染矢和子（SQUAD　Jr強化選手。3年）・千葉香織（4年）、相模女子大が明光みすず（2年）を通過させている。千葉大は染矢が強力。3人目が育っていれば、久々の入賞も狙えよう。

この10年間に、2位を含む6回の入賞を果たした日本女子大学。横国や相模女と較べるとなんだかんだいってしぶとい。昨年6位入賞のメンバーは全員卒業したが、個人戦には3人の3年生が通過している（三枝愛・平川晶子・平瀬弘美）。セレクションに出れなかった幡野淑子（4年）も実は健在（一昨年の団体メンバー）。3年生次第では新たなスタートが切れるのかもしれない。

関東ではその他、馬場慶子（東京農大3年）・加藤直子（専修大3年）・木原幸子（東工大2年）が通過した。

専修の加藤は、信州の中込裕子や津田塾の伊藤晶子と同期の国分寺高OG。オリエン活動は、早大OCの中で行っている（同じ国分寺で共立大の星真由美もOCにいる）。早稲田が好きなのだろう。

# 関西の動向～京都橘の行方～

関西圏外の大学が関西で気になるのは、唯一、京都橘女子大学であるはずである。5年前の埼玉インカレからずっと入賞を目指し、一昨年の滋賀でついにその悲願を遂げた。続く昨年度もアンカー高木貴美江の活躍で5位入賞。2年連続の5位入賞となった。今年はエース高木が抜け、一般的には戦力downとみられがちだ。しかし4年生の芦田由美子（今年は、足の故障でセレクションに落ちたが、過去2年間は、個人DEを走っている）、3年生の金沢麻衣（今年度Jr.WM遠征。）など入賞を狙うに充分な戦力をそろえている。芦田の足の調子や、3人目となるであろう青柳紀子ら他のメンバーがどれほどの走りを見せれるかは気掛かりなところだ。しかし、どちらかといえば、高木という絶対的エースの抜けた精神的な穴をどう埋めるのか。オフィシャルとなる高木貴美江監督、寺嶋一樹・元監督の采配こそ注目されよう。

関西内部では、橘とともに、奈良女の評価が高い。個人戦では関西9人の枠のうち3人を占めている（橘は、金沢ただ一人）。2年のときからエリートを走っている梅本敬子（4年）。梅本は、滋賀インカレ団体戦1走で、3位帰還の実績を持つ。昨年DA3で優勝した田中典子（4年）。もう一人は部長の中村夕里子（3年）である。他の4年生も加え、団体戦のメンバーはまだ決まっていない。井上健太郎（奈良インカレchamp。大阪大OB）・橋本裕志（第16回全日本H21E2位。神戸大OB）のオフィシャルに加え、小長井信宏（滋賀インカレ2位・昨年度全日本H21E3位。京都大OB）ら豪華なコーチ陣のいることも付け加えておこう。

関西のエース澤地未来（4年）を擁する大阪大と、SQUAD　Jr.強化選手・河合志穂（4年。体調を崩して個人戦セレクションには落ちた）を擁する大阪市立大は、あとのメンバーが続かない。大阪大は、2年次から入部した澤地が大阪大として初の女子部員。今年は1年生も入り、初めて団体戦に参加する。1年生への期待が高く、関西内での活躍も華々しい。ちょうど、昨年の北海道大学を彷彿させるものがある。今後が楽しみである。

関西で、ダークホース的に存在するのが、古豪・京都女子大学。昨年度DA1優勝（一昨年度もDA1を3位）の奥田裕子（4年）と高畑加奈子（2年）が個人エリートを走る。3人目はおそらく4年生から出るであろうが、団体戦のメンバーはまだ決まっていない。最近、奥田の調子がいいだけに、阿部由紀子監督は自信ありげだ。

個人戦では既に名前をあげた7名のほか、久保田あゆ子（神戸大4年）、松本知佐子（関西大4年）が出場する。2人とも団体戦DEは走らない（部員がいない）。個人も初出場で、4年生としての花が咲いている。

関西のエース・澤地未来。2年生からOLを始める。3年生の昨年は、2年目にしてエリート出走。京大OB・鈴木康史（SQUAD強化選手）のコーチを受ける。卒業後の活躍も期待されよう。

# 会内の争い・東大OLKの厚い層

5大学、合計90人近くの女子部員を抱える東大OLK。構成する、津田塾大学（13人）東京女子大学（14人）実践女子大学（40人）ICU（10人）お茶の水女子大学（14人）は、いずれも将来にわたって入賞を狙っていけるポテンシャルとコーチ陣を持つ。個人エリートにも関東28人中10人を輩出。あの関東の1/3強を占めるといえばインパクトがあろう（ちなみに筑波をたすと全体の2/3になる）。

彼女たちにとって会内でのトップ争いがそのまま入賞争いとなりそうだ。

過去2回の入賞経験を持つ、津田塾大学。監督は東大OBの佐藤信彦（第8回champ）である。4年生のエース千葉あかねと三宅朋美、3年生の伊藤晶子が主力メンバー（個人通過は、千葉と三宅のみ）。2年生にも池田有紀子ら伸び盛りの部員がいる。一昨年、渡辺寿理（当時3年）ー伊藤ー千葉のメンバーで6位入賞。新人の、元インターハイchamp伊藤晶子の2走12人抜きが光った。伊藤は国分寺高校1年のとき、当時川和高校2年で前年champだった志村聡子を抑えてインターハイを優勝。志村に悔し泣きの雪辱を与え、長らくライバル視されたおもしろい経歴を持つ。しかし2年時よりあまりオリエンテーリングをやっていない。昨年はメンバーからはずれ、三宅が走って結局12位に終わった。今年の鍵を握るのも伊藤であろう。

昨年16位に終わった東京女子大学。昨年の団体戦メンバー乗松裕子（3年）・佐藤由布子（4年）・青木美樹（4年）はすべて残っている。個人は、この中では佐藤が通過（青木は負傷していた模様。昨年は通過している）。加えて、エース級で2年生の大西真理子（前述）、4年生の吉沢由実子（一昨年度DA2で2位）が通過した。メンバーは、まだ決まっていないらしいが戦力は充分。監督の杉本光正（国学院大OB）は、今年も入賞を目標にしてくるのではないかと思われる。

最大勢力の実践女子大学は、昨年9位。入賞の見えるところまで迫っていた。エース上村紀子は抜けたが、あとの2人、伊藤準子（3年）・中尾あずさ（3年）は健在。個人エリートはこの2人に加えて、松本歌織（3年）も出場する。去年よりはパワーアップしているはずの3年生が、どこまで力を発揮するか。ボートの元国体選手・白水上枝（4年）の存在も気になる。

OLKの中では比較的新しい勢力であるICU（国際基督教大学）。昨年（25位）のメンバー横川裕子（3年）・山本康世（3年）・西村真理子（3年）が、やはりすべて健在。実践同様、3年生になった彼女たちが、どれほど成長しているのかが見所。2年生の橋田千里も新しい戦力だ。個人戦は山本だけが通過した。山本は、今年ユニバーで活躍した、あの山本英勝（東大5年）の妹。関東では（他でも？）その存在は古くから知られている。滋賀インカレDFA1の優勝者でもある。

かつての御三家、お茶の水女子大は長い低迷期が続いている。個人エリートを走るのは、笠原恵美（4年）ただ一人。梅津牧子ら2年生の成長が今後に期待される。

東女のみなさん（93/12関東インカレ会場）
左から、吉沢由実子（4年）乗松裕子（3年）大西真理子（2年）。

## 短大とインカレ

インカレで一つの成果を出すには時間的に厳しい短大生。武蔵野女短だった田島利佳（第14回大会2位）ももう少し時間があればchampになれたかもしれないし、京都女子短の阿部由紀子（第13回DE）や静岡県短の立花純子（第16回DE。SQUAD Jr.強化選手）は、いつか入賞できていたかもしれない。しかし卒業後も活躍する彼女たちにとって、インカレは結果として一つの通過点に終わっているはずだ（かの高野由紀さんも学習院女子短大だった）。そして本来OL界もそうあるべきである。

短大生としては、静岡県短の様に純粋な短大もあれば、京都女子大や宮城学院の様に短大と4大の混成大学もある。短大から4大へ編入する学生も多いようだ。宮城学院で今年の個人戦に通過した稲岡綾子（3年）は、オリエンを続けたくて編入したという噂。今の1年生にもそう言っている人がいるらしい。オリエンのためではないが、今年初めて個人に通過した京女の奥田裕子（4年）も編入組みである。

編入という訳にはいかない静岡県短は、3人の個人戦通過者を出した。1月のSQUAD女子合宿にも参加をしたらしく、筑波や東北大からいいプレッシャーを得てきたそうだ。卒業した立花は、「2年になって、もう今年しかないんだあ、と思うとそれがいいプレッシャーになる。エリートになったからというより、最後だからいいレースをしようということばかり考える。それがよかった」と語っている。今年の3人にもいいレースをしてほしい。

ユニバー補欠選手だった筑波大の林ゆかりも、正確には筑波大学医療技術短期大学部という3年制の短大生。今年が最後のインカレになる。今後の活躍も併せ、注目をしておこう。

## 宮城学院、大会を開催

**95.10.21** 翌日は東北大大会（2days）

活動が活発な宮城学院。単独での開催は立派だ。記念すべき第1回大会のテレインは青葉山。仙台市の青葉山開発計画に反対する住民運動の一貫として大会を位置付けているのだという。当日署名運動もするそうだ。4年の菅野美世は、早大OC大会の規模にしたいです、と大きな抱負を語っていた。

## シード選手の抱負

### 松沢俊行

ショートインカレは暴発に終わりましたが、秋のシーズンを通して実力が向上しているのを感じています。春のインカレではそれ相応の結果が出るはずです。その結果は1つしかないと信じているのですが…。

自分以外の89人を倒さなければ覇者にはなれません。そして幸か不幸か、89人の中には入江崇が含まれています。入江に勝つのがどれだけ難しいことか…。

しかし、入江の強さ・凄さ・恐ろしさを一番よく知っている自分だからこそ勝つことも出来ると思っています。他大学の有力選手の中にも結構親しく付き合っている者が何人かいますが、残念ながら誰も本気で入江に勝とうとしていないようです。自分がやるしかないでしょう。

入江とて昨年のように「2〜3分の貯金」などという余裕が通用しないことは感じているはずです。もちろん、入江ならそういう状況でも本来のOLを狂わすことはないと思いますが。そうでなくてはいけません。不出来の入江に勝っても嬉しくはないですから。

侮りがたい敵は他にもいます。でも、やはり「入江特集」になってしまいました。林に入ってしまえば自分のOLをするだけですが、それまでは徹底的に結果に、「優勝」という結果にこだわっていこうと考えています。同じ男に2年間、秋春通じて6枚のインカレ金メダルを独占されるような学生OL界はとても健全とは言えません。

でも、5枚なら許す。

### 入江崇

早いものであれからもう4年。運と流れでここまで来た気もすれば、延々と道草をしてきたようでもある。しかし振り返ってみると、過去3度のインカレがこの学生生活にいかに大きな影響を及ぼしていたかは、はっきりと分かる。意味を見つけてそれぞれのインカレを迎えれば、確実に可か不可かの答えを出してくれた。実は今回のインカレは、意義を見い出すことに少々苦心したのだが、すでに心の準備はきっちり済ませている。みなさん、いい勝負をしよう。

### 岡安隆史

日本学連より正式な話を受けていないのでシード選手の話が本当のことなのかわかりませんが（ドッキリカメラじゃないでしょうね）、本当ならうれしいかぎりです。

初めてインカレというものに出会ってから、いつかきっと私もあの壇上にのって選手紹介をうけたいと思っていました。（今年のシード選手は人数が多いので何もやらないかもしれませんが）とりあえず現在はインカレに向けてチャームポイントのヒゲをのばしています。

個人戦では、1人抜けた人がいるようですが、彼も生身の人間ですし、1%の可能性を求めてがんばります。OLの良いところは、陸上のトラック競技とちがって、何があるかわからない所ですから。

団体戦では今年の千葉大はやりますよ。

### 安良和寿

**がんばる！**

シード選手になるとは思ってもいなかったので、まったく実感がありませんが、取り合えず、同じ筑波のサル藤城君と共に入賞できればいいなと思っています。

### 藤城公久

全力でいきます。

「あれだけ鍛えて、この成績か…」なら素直に負けを認めます。そして来年に向けてがんばります。でも負けたくないので必死でトレーニングしています。とにかく後悔などという言葉は、大嫌いなのでそれだけの努力は続けていきます。

### 田中裕子

ただ楽しくオリエンテーリングをしていただけなのに予想外の出来事ばかりいっぱいおきた1年でした。シードなんてことになってしまいましたが、別にだからどうしなきゃということでもありません。本セレがおわってめでたく目標としていたエリートになれてから、ICが楽しみで楽しみで、早く走りたくてたまりませんでした。ICに向けてのトレーニングは夏頃から計画的に行ってきましたし、だから不安や緊張は全くなく、今はホントに楽しみっていうことしかありません。今年はもうただ思いっきりやるだけです。とぶことを怖がらずにレースにのぞみたいと思います。

ICまでもうあとわずかですが、まだまだ走ります。びっくりばかりだったこの1年。最後もびっくりでおわれたらいいんですけれどね。

Short−ICに優勝してから、ICの目標は決めていました。でも今は明かしません。自分のレースができたときに明かそうと思っています。

ではみなさま、ICでお会いしましょう。

千葉大大会会場。左から、田中・右近まゆ美（筑波2）・安良

## 野中俊樹

もう最後のインカレ。目標は「一生の思い出を作ること」です。順位にはこだわるつもりはなかったのですが、予想外にシード選手に選ばれたので、最低でも11位には入らなければと思っています。

さて、東大の現状ですが、学内セレクションが大波乱。おそらく外部の方には名前すら知られていない者たちの大躍進。さらに新人の意外な伸びなどにより、予想外の結果になりました。どうやら（太田と共に）個人戦に専念できそうです。

最後になりましたが、運営して下さる方々並びに関係者の皆様ありがとうございます。まだ、これから大変だと思いますが、よろしくお願い致します。

## 千葉あかね

過去3年間のインカレでは私はいつも程度の差こそあれ、悔しい思いをしてきましたが「来年こそは」と思うことで、また1年間頑張ることができました。だけど今年は最後のインカレで、「また来年頑張る」とは言えなくなってしまいます。もう後がない、ということをプレッシャーとしてとらえるのではなく、ツボった時や苦しい時に自分を叱咤激励するものとして常に頭の中においておきたいです。

最近調子が悪いせいもあって弱気になりがちなのですが、そんな時は「これまでインカレではずっと悔しい思いをしてきたんだから、きっと最後ぐらいはいい思いができるに違いない」と楽天的に考えることにしています。もちろん、努力もしないのにそう上手くいくわけはないので、これだけ頑張ったんだから、それだけの結果も出るはずだ、と自信を持って言えるように、最後まで気を抜かずに万全の準備をしてインカレをむかえたいです。

千葉あかね（8月のSQUAD合宿会場）

## 太田晃弘

正直なところ、昨年のインカレでは「早くこのインカレが終わってほしい」と思っていました。インカレの日程がはじまってからというもの「あの時こうしておけば」という後悔ばかりしていたように思います。

シード選手になれたということで素直によろこんでもいるのですが、今から“インカレ直前、シード選手ということで昨年以上に緊張している自分”も簡単に想像できるので、多少こわくも思います。

ただし昨年の二の轍だけはいやなので、“わくわくできるインカレ”になるよう努力するつもりです。

なにか思っていることを次々と書いていったらまとまりのない文章になってしまったようです。

## 矢萩靖

昨年度個人戦・最終コントロール

1年のときにステージ上で紹介されている先輩を見て、すごいなあと思ったことぐらいしかシード選手に対する思い入れはなかったので、今現実に自分がそういう立場に立ってもこれといった感激はない。だが今年度の自分の成績が客観的に評価されたと考えれば喜ぶべきことなのかもしれない。

インカレでは自分は他のシード選手ほどこれまで活躍してきてないので気楽な気持ちで臨みたいと思う。でもあんまり恥ずかしい成績は残したくないのでインカレまで準備だけはしっかりやっていきたいと思います。

## 志村聡子

「○○に向けての抱負は？」と聞かれると、私はいつも悩んでしまいます。今回もとても悩みました。4回目のインカレエリート、3回目のシードということで、「2度あることは3度ある…で、昨年まではダメだったけれど、今度こそ（シード）3度目の正直！で頑張ります」－という具合に簡単に終わらせようかとも思ったのですが、そうもいかないのでもう少しつけ加えます。

私が今、インカレに対して思っていることは、「私に出来ることだけを確実にやろう」ということです。消極的な印象を受けるかもしれませんが、これ以外はあまり考えていません。

1年ちょっと前、あるレースで私は睡眠不足で調子が悪かったのに結果だけは良かったということがありました。レース後に某先輩に「今日のレースはどうだった？」と聞かれた時、私は「何だかエンジンブレーキがかかったままレースをしていたような気がしました。」とこたえました。すると先輩は「もしインカレの時に、今日みたいなエンジンブレーキがかかった状態になったらどうする？」と聞くので、少し考えてから「もう少しガンガン行くと思います。」とこたえました。すると次の瞬間、「だからダメなんじゃないのか？」という言葉が返ってきました。過去3回のインカレの失敗を思い出してみると、「だから、ダメだった」ということが、たしかによく分かります。

今年のインカレは、いつものペースで私に出来ることだけを確実にこなしていきたいと思います。

## 吉村年史

ショートインカレでは残念ながら入賞できず、東日本大会ではパッとした成績が残せず、西日本大会は運営と、あまり大会には出ていなくて、かつそのレースもいい成績が残せなかったので今年はシード選手に選ばれるのは無理だと思っていました。最後のインカレを非シード選手としてがんばろうと思っていた矢先、シード選手の連絡があり非常に驚いています。シード選手に選ばれたからには、その名を汚さぬ様がんばりたいと思います。目標は最低でも昨年より上の成績、できれば入賞といったところです。

## 稲村仁美

自分が今持っている力を全部出し切れるようにがんばろうと思っています。毎年いろんな思いで迎えたインカレも今年で最後。一番心に残るインカレにしたい。卒論やら何やらで精神的につらい時期でもありますが、はやく乗りこえてベストな状態でインカレを迎えたいです。

## 植田佳子

とうとう最後のインカレになってしまいました。自分がどんなレースをするのか、できるのか楽しみな毎日ですが、やっぱりみんな（ひとみちゃんや三明ちゃん）と走れる最後のレースだと思うと、まだまだ来てほしくない3月です。しかし、1年生の時にはすごい人達なんだろうとながめていた中に自分も選ばれたのだから、きおいはありませんが、それに答えられるようなレースにしたいと思います。目標は団体戦再優勝ですかね、やっぱり。

稲村仁美（左）と植田佳子（右）（ｺﾆｼﾞｰｼｱｰﾄﾞの壮行会）
2人の区別がつかない人が案外多い。（写真提供：稲村仁美）

## 小林哲

何の因果か今年も昨年に引き続きシード選手になったようです。今年度は昨年のインカレが終わってからというものずーっと公務員試験の勉強をしていて、久しぶりに走ったレースがショートインカレといったあり様で、これといって良い成績も残していなかったのですが…。まあとにかく来年就職することができるようになったので最近やっと一息ついています。

トレーニングは9月から再開して最近やっとまともに走れるようになってきました。やはり半年もトレーニングをしていなかったツケは大きなもので「継続は力なり」という言葉の意味を改めて感じています。また地図もずーっと見ていなかったので最近ではますます頭を使わないオリエンテーリングに磨きがかかっています。（しかし芸にはほとんど磨きをかけていません。）

でもってインカレへの抱負ですが、大学の間に積み上げてきたものの集大成の場でありオリエンテーリングを続けていくうえでも1つの区切りの大会（レース）となることは間違いないと思います。過去のインカレの2回のレース（1年のときは走ってないんだなこれが…）ではそれなりの目標をたてて取り組んだのですが、目標以上の成績をとることはできませんでした。（当然といえば当然ですが…）かといって目標を下回る成績でもありませんでした。つまり目標通りの成績をきちんととることができました。僕はいつもハッタリをかましているのですが、本当は地道な努力はしています。で、あんまり人に話したことはないのですが、最後のインカレでメダルをとれればいいなあと思っていたので、まあ今回のインカレも予定通り（目標通り）になると思います。あんまりがんばると疲れてしまうので今まで通りマイペースで無理せずケガせず飲みすぎずにインカレに望みたいと思います。

## 金田収子

東海学連のセレクションを1本目で通れなかった私が、シード選手とは恐縮しています。

毎年この時期になると、4年生の最後のインカレに対する気迫に圧倒されていました。あっという間に自分がその立場になり、先輩方の気持ちがやっとわかってきたような気がしています。今までのインカレを振り返ると、成績だけは出ているようですが、内容的に満足しているレースはごくわずかです。最後のインカレとなった今年は、結果はともかく、自分で納得のいくレースが目標です。

おりしも静岡でのインカレです。思いを形にしたいと考えています。

## 山口純子

昨年のインカレは文字通り最低だったけど、今年はもう少し進歩しているでしょうか？悔いのない楽しいレースができるといいですね。

小林哲と金田収子（昨年度インカレ団体戦会場）

取材にご協力をいただいた方々（敬称は略させていただきます）。取材は主に電話によりました。
【理事】山岸倫也・筆谷敏正　【北東】松澤俊行・菅野美世・上島通浩　【関東】吉澤由実子・千葉あかね・三宅朋美・福士淑子
佐藤信彦・太田晃弘・高橋正樹・佐々木順・若梅友則・長岡敏・久保田伸子・大西真理子・林ゆかり・渡辺寿理・加賀屋博文
田島利佳　【北信越】中込裕子　【東海】金田収子・稲葉英雄・立花純子・木俣順　【関西】寺嶋一樹・池上理俊・田中秀樹
伊藤孝剛・橋本裕志・澤地未来・坂本正憲・谷村正樹・藤中知成・阿部由紀子・奥田裕子・久保田あゆ子・一瀬建日
片山保子・森岡裕起　【中九四】稲村仁美・吉村年史
お忙しい中、ありがとうございました。

インカレ94　展望とシード紹介（完）

投稿記事

# 東日本大会を運営して

コース責任者　宇野裕人

11月6日（日）神奈川県南足柄市において、第20回東日本OL大会が開催された。あいにくの雨の中での大会となり、翌週の西日本大会がおだやかな晴天に恵まれたのとまったく対照的であった。

今回私はこの大会で主にコース設定者として運営に携わった。まず大変だったのは地図調査で、神奈川と言う地の利にもかかわらず、地図調査をやっていただける方があまり集まらず、無理をしたしわ寄せが最後の地図の出来にまで影響した。学生・クラブ主催の大会と違って協力体制の弱い県協会・JOA主催大会の難しさを運営当初から見せつけられた。

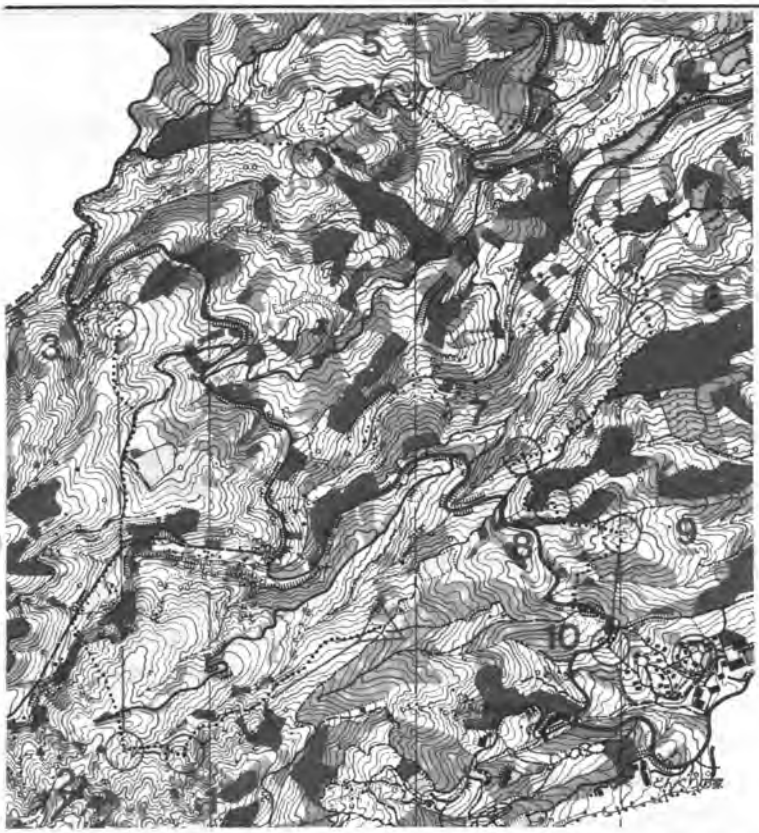
また、JOA主催大会というのは、どうも主管県の権限が極めて限定されるらしく、大会要項・プログラムからコース分けに至るまで、外に見える部分はJOAのなすがままとなった。例えば、５月に決定してJOAにも報告したはずのクラス・コース分けが、９月（大会の１ヵ月前！）になって変更させられるということもあった。

さて私の担当したコース設定であるが、今回は来年度から施行される「日本オリエンテーリング競技規則」を試行できる部分は試行するということで、優勝設定時間についてはこの規則にならう原則でコース設定を行った。この規則の中で、特にH21Eは90分、D21Eは75分、H21Aは80分と従来の大会に比べて長めの優勝設定時間を要求された。中でもH21Aの80分は、難度を上げずに時間を伸ばすという点で苦労したが、結果としてはH21Aを含め、大部分のコースで設定に近い優勝時間を得ることができた。

もう一つ、コースに関して苦しんだのがルートチョイスの多様性である。オリエンテーリングのおもしろさの一つはここにあると思っており、Ｅクラスのみでなく Ａ・Ｂクラスでもこの点に留意した。しかし優勝者のルートを見ると、Ｅ・Ａクラスはほぼコース設定者の思惑通りのルートになっているのに対し、Ｂクラスでは考えもしなかったルートをとって優勝された方もおり、Ｂクラス出場者が少なかったことを差し引いても、少し難しくコース設定してしまったかと反省しています。（ちなみに、個人の部全１９コース共コース設定は私がやりました。）

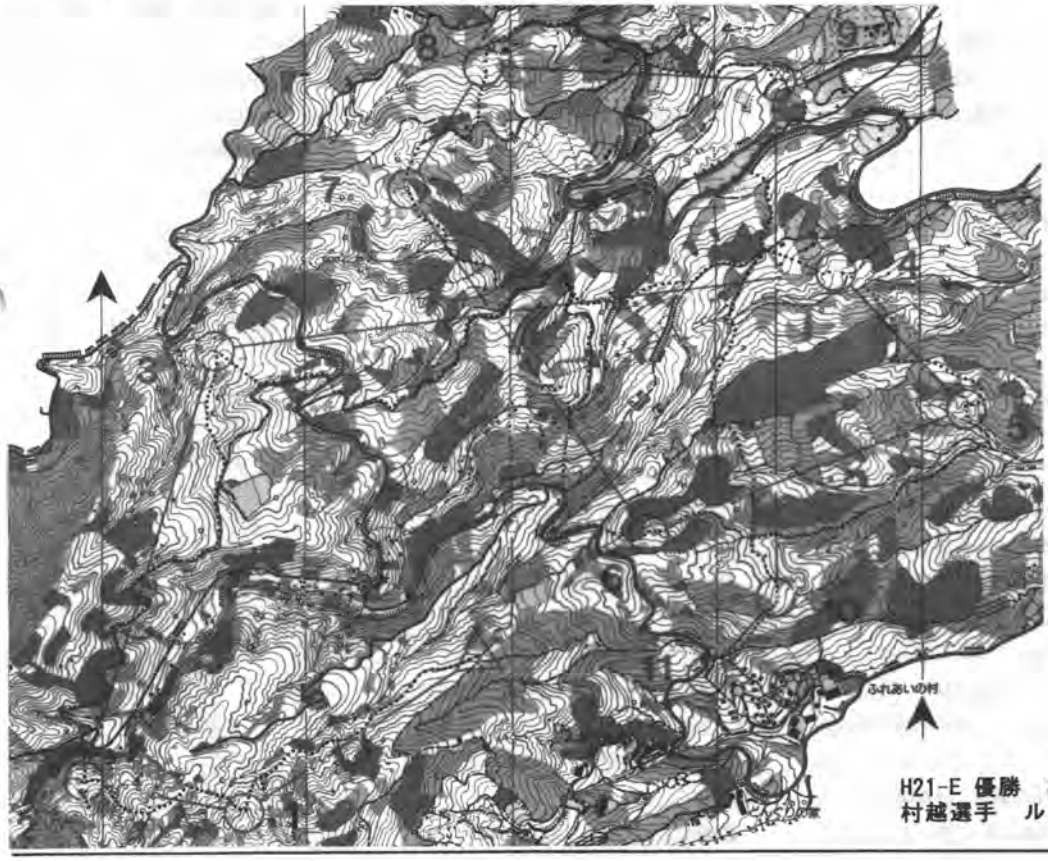
最後に雨にもかかわらず参加してくださった皆様に心から感謝します。

# 大雄の鉄人



0　500

D21-E 優勝　76′ 25″
宮川選手　ルート図




H21-E 優勝　86′ 48″
村越選手　ルート図

# オリエンティアのための Medical Advice

OLCレオ　愛場　庸雅

## ⑦ 故障について =その１=

寒い時期は長距離ランニングの季節です。オリエンティアの皆さんの中にもロードレースなどに出場したりする方も多いと思いますが，この時期はまた故障の起こしやすい時期でもあります。今回はランニング，特に長距離走によって起こる，さまざまな故障とその対策についての話です。ここで故障というのは，転倒や打撲などの短時間の外力，外的要因によってもたらされる「外傷」ではなく，どちらかというと慢性的な内因性の障害を指します。また，今回は整形外科的な運動器官の障害についての話で，内臓の障害についてはまたの機会にしましょう。

### 故障の種類，部位と頻度

今回はまずどんな場所にどんな障害が起こり易いかをお話しましょう。

#### ・障害を受ける器官による分類

器官別の分類では (1)筋肉，筋膜，腱 (2)関節，靭帯 (3)骨，骨膜　位に大別できます。

(1)の筋肉，筋膜，腱の障害で多いのは「肉ばなれ」です。これは，急激な，限度を超えた筋肉の伸展や収縮，あるいは予期せぬ筋肉の運動の際の共同運動の失調で，筋肉が断裂するものです。どちらかというと，ＯＬのような長距離走者より短距離走者に多い故障です。起こる場所は大腿の裏側（ハムストリング），次に大腿の前面（大腿四頭筋），ふくらはぎ（下腿三頭筋），大腿の内側（股内転筋）の順に多いといわれていますが，短距離走では大腿の裏側，長距離走では下腿後面（ふくらはぎ）に多いといわれています。(1) で次に多いのは，アキレス腱炎ですが，肉ばなれより平均年齢が１０歳位上で，腱の老化により起こり易くなるといわれています。三番目は膝蓋靭帯炎という，膝のお皿の下の腱の炎症です。これはジャンパー膝といわれます。四番目は腸脛靭帯炎で，膝の外側の少し上が痛くなります。腸脛靭帯という名前がついてはいますが，正確には大腿筋膜張筋という筋肉の腱の炎症です。五番目は鵞足炎といわれるもので，腸脛靭帯炎とは逆の，膝の内側の腱が痛くなる故障です。

次に (2)の関節，靭帯の障害ですが，この障害の起こる機序としては，①走ることにより起こる衝撃を和らげるために働く筋肉の疲労，②走ることにより関節面に繰り返し圧迫力がかかり，障害を生じる，③繰り返す屈伸による摩擦で炎症を生じる，などがあります。部位として最も多いのは膝関節，次いで足関節（足首），そして股関節，腰でしょう。

(3)の骨，骨膜の障害では，骨膜炎と疲労骨折があります。骨膜炎は筋肉が骨に付着する部分での炎症です。疲労骨折は，骨の一定の部位（筋肉付着部）に負担がかかりすぎて，骨折にまでなってしまったものです。起き易い場所としては，下腿や中足骨（足の甲の骨），膝関節の周囲の骨などがあります。

#### ・障害を受ける場所による分類

ランナーに対するアンケートでは，多い順に①膝関節，②下腿後面，③足関節部，④腰部，⑤アキレス腱部，⑥大腿，⑦下腿前面，⑧足部，⑨臀部　という結果が出ています。

膝関節で多いのは，膝蓋骨周囲，次いで外側，内側の順です。病名としては，変形性膝関節症，腸脛靭帯炎，膝蓋軟骨軟化症，膝蓋軟骨炎，鵞足炎などがありますが，診断のつかないものも結構多いようです。膝は単純な構造に見えますが，そこにおける障害はいろいろあるようです。その後に続くものは，下腿後面，足関節，足底，腰と，いずれも体の側に集中しています。ランナーは体の裏側に疲労がたまることが多く，注意しなければならないようです。

次回は故障の原因についての話です。

# オリエンティアのための本棚

## 第１５回：川島誠「８００」マガジンハウス

文：村越　真／カット：早川喜代美

「大きく息を吸って、止めて・・・」というのはおなじみ胸部レントゲン撮影の手順だが、そのままどれくらい息を止めていられるのだろうか。私の場合１分半もしていると頭がぼっとなってきて限界に達する。京大ＯＬＣ出身のＫはこの息こらえが趣味だ。職場の会議で暇な時にやったりするそうだ。公式記録は２分２０秒。非公式には２分２８秒が記録だという。このＫは車の運転中で、助手席の人から「ドクターストップ」がかかってしまったのだという。生命を維持するのに必要な呼吸をこらえるのだから、相当に「抑制的な」趣味である。こんな変なことを趣味にしているなんてさすがと思ったら、東北大学のＩもやはり息こらえの趣味を持っているのだそうだ。暇な授業があると、息をこらえているという。彼らはこうして自己をコントロールし、短期間に高い競技力を身につけていったのだろうか？

この「８００」という小説の主人公の一人広瀬も、息こらえが趣味である。その彼が、８００ｍを評してこういう。「８００メートルっていう種目は、結局『抑制』なんだって思う。自分のからだ中の筋肉に気をつかって、コントロールして抑える。どれだけうまく抑えて、無駄なエネルギーを使わなかったが、最後の勝負にひびいてくる。」

８００がコントロールのスポーツであることもヨーロッパで人気があることの要因になっているのかもしれない。トップスピードで走る時には酸素を利用してグリコーゲンからエネルギーを作っていたのでは間に合わない。かと言ってこうして生成される無気的なエネルギーには限界がある。８００ではその無気的なエネルギー供給の限界を少しだけ越えた能力を要求され、スピードのコントロールがもっとも重要な役割を果たすのだ。だいたいヨーロッパ人っていうのはなにごとにつけコントロールしたり、バランスをとったりするのが好きだからね。

実際日本では８００とか１５００とかは影が薄いけれど、陸上の本場ヨーロッパでは中距離こそがもっとも人気のある種目である。オープンコースで、しかもトップスピードに近いレース展開の中距離種目は「トラックの格闘技」ともいえる。メアリー・デッカーとゾーラ・バットの死闘は、まだ多くの人の記憶に残っているだろう。

本来もっている欲求を抑えるという意味で息こらえが不自然な行為だとすれば、オリエンテーリングだって８００ｍだって、不自然な人工的なスポーツであろう。オリエンテーリングでは、速く走りたい現在の衝動を抑え、将来を計算に入れた全体として最適なナヴィゲーションを目指す。８００ｍでは、残されたエネルギーを常に考えながら、最適なエネルギー消費を目指す。

実はこの小説、スポーツ小説としては異例の「不健全さ」なのである。もう一人の主人公中沢のお父さんはほとんどやくざで、中沢自身「陸上よりも女！」って感じ。でも本当に「不健全」なのは一見（いや心底）優等生の広瀬の方で、それが妙にリアリティーがある。同性愛、近親相愛など、きわどい描写が随所に登場するが、そこには、スポーツを「爽やかさ」や「根性」の呪縛から解き放とうとする作者の思いが感じられる。対照的な二人の主人公も、この点では共通に作者のスポーツ観の体現者である。こういうスポーツ小説がどんどん登場し、共感をもって読まれるようになった時、日本のスポーツはもっとおもしろくなり、強くなるような気がする。昨年の夏に映画化された注目されたが、残念ながら興業成績はよくなかったようだ。

# パーマネントコース

## りぽ～と

□１９９４年７月１０日（日）
三重県　No. 17　～大高 94-15～
「赤目」

［距離］　　１０ｋｍ
［ポスト数］　１１本　PC･O-MAP

近鉄大阪線「赤目口」駅下車。駅前がスタート地点で売店「東屋」にマップがある。外のマスターは明瞭。山裾と耕作地を巡る平坦な易しいコースで舗装道路を延々と歩くが，酷暑のなか却って木陰がなく辛かった。ポストはＦＲＰだが記号の色落ちが進んでいる。①「一の口公園」。④は不明。造成地に隣接している分岐点周辺にポストは見当たらなかった。⑤「八幡神社」。⑦「多宝山青山寺公園」は石段の往復。⑨⑩⑪と池の側にある。三重県下では珍しく通年利用可能なコース。
（三重県ＯＬ協会　☎0592-24-2404）

□１９９４年７月３１日（日）
栃木県　　～大高 94-16～
「黒磯板室温泉」

［距離］　　１０ｋｍ
［ポスト数］　１１本

東北本線「黒磯」駅より東野バス「板室温泉」行きで「幾世橋」下車。那珂川の西岸沿いに歩いていくとかつての国民宿舎「幾世荘」の跡地に着く。現在は整備中であるが案内板は健在。ただしマスターの読み取り不能。現在コースは閉鎖されているが，ポストはそのままになっているのでコース入りのマップがあれば回ることができる。私は以前富田さんより頂いたコピーマップで踏破した。マップは古い１：25000。 コース自体はそれほど難しくないが，大部分のポストが道から奥に入っているため探すのに時間がかかる。それでも，閉鎖されるまでは良く整備されていたようで，今でも赤い色は鮮明に残っている。スタートから西へ急坂を登るルートは見つからず，大通りを大きく迂回した。②は道からは全く見えないので慎重に探すこと。③もうっかりしていると見過ごすかもしれない。④は富田さんが回られたときはどうしても分からなかったとのことで入念に探した。③から来る道と⑤へ向かう道との分岐近くの筈だが全く見つからず，結局諦めて⑤へ向かったのだが，分岐から 250 m 程行ったところに左に入る道があり，念のため覗いてみた。するとその奥の分岐近くにポストは立っていた。⑤も奥にあるので見つけづらい。問題は⑨。このポストも富田さんがどうしても分からなかったというところ。④のこともあるので広範囲を徹底的に探し回った。しかしこの日は確認できず，心残りな箇所もあったので10月１日に再度調査に訪れたが，結局このポストは確認できずに終わった。正確なポスト位置が知りたいところである。⑩も難しい。橋の架け替えで撤去されたようにも思えるが，実は道から全く見えないところに埋まるように立っている。マップの取扱所さえ確保できればすぐにでも再開できそうだが，このようにポストが奥に入っているコースは正確なマスターが不可欠になる。このまま閉鎖しておくには惜しいコースである。
（黒磯市教育委員会　☎0287-63-2772）

□１９９４年８月５日（金）
大阪府　No.16　　～大高 94-17～
「大泉緑地」

［距離］　　５　ｋｍ
［ポスト数］　２０本　PC･O-MAP

地下鉄御堂筋線「新金岡」駅下車。東に徒歩15分の大泉緑地公園中央休憩所前がスタート地点で「花と緑の相談室」にマップがあり，一緒に利用ガイドもくれる。このガイドのなかにもマスターが掲載され，外にも案内板がある。因みに案内板のマスターとガイドのマスターでは⑮⑮が入れ替わっていた。私はガイドのマスターに従った。また，一覧表のコース距離は 5kmとなっているが，ガイドには 3.8kmと記載されている。コースは言うまでもなく入門編で易しいが，林のなかの直進の練習もでき，楽しめる。普及には最適のコース。１時間弱で終了した。
（大阪府ＯＬ委員会　☎06-942-5146 ）

□１９９４年８月６日（土）
大阪府　No.19　　～大高 94-18～
「長居公園」

［距離］　　６　ｋｍ
［ポスト数］　２０本　PC･O-MAP

地下鉄御堂筋線またはJR阪和線「長居」駅下車。公園入口近くがスタート地点でマスターがあり，横の売店でマップを扱っている。１：5000の大縮尺。ここも園内を隅々まで巡る平易な入門コース。長居公園はスポーツの盛んな公園で，陸上競技場，野球場などがあり，コースを歩いてもひっきりなしにジョギングやウォーキングを楽しむ人達と出会った。この公園コースのほか⑮近くからスタートする植物園内を巡る９ポストのショートコースもある。各々独立したコースとなっており，植物園コースは入園料が必要。⑩は頭が落ちていたが，昨年新設されたコースのためポストは新しく気持ちが良い。
（大阪府ＯＬ委員会　☎06-942-5146 ）

□１９９４年９月１６日（金）
大阪府　No. 4　～大高 94-19～
「くろんど池」

［距離］　　１０ｋｍ
［ポスト数］　７本　PC･O-MAP

京阪電鉄交野線「河内森」駅下車。駅前がスタート地点で案内板があるが，マスターの判読不能。マップは踏切を渡ってすぐのベークショップ「パンの森」で扱っている。同一ゲレンデに設置されている「私市」駅前スタートの「府民の森」コース（２ポスト共通）と共通マップで，タイトルは「私市府民の森」となっている。ここにはマップがあるだけでマスターは置いていない。従って現地ではコースを知る術がない。今回は富田さんよりいただいた府ＯＬ委員会発行の「体力つくりのしおり・オリエンテーリング」から転記した。大雨のなかスタートしたので，④の「くろんど池」までは舗装道路をひたすら辿った。この夏の水不足のため池の水位は低く，地肌剥き出しだった。④は奥まったところにあるので地図をしっかり読むこと。⑥～⑦がこのコースのクライマックス。「獅子窟寺」への尾根道はダイナミックな岩石地でスリル満点。この日はあいにくの曇天であったが，晴天時の景色は素晴らしいことだろう。ゴールへは参道を下る。ポスト，ルートの整備状況は満点なので，マスターをしっかりしたものに取り替えてもらいたい。
（大阪府ＯＬ委員会　☎06-942-5146 ）

□１９９４年９月２３日（祝）
宮城県　No. 5　～大高 94-21～
「村田」

［距離］　１０ｋｍ
［ポスト数］　１０本　PC·O-MAP

東北本線「大河原」駅より宮城交通バス「村田」行きで「小泉」下車。徒歩３分程の「小泉公民館」前がスタート地点であるが，ここにはマスターがあるだけでマップはない。マップを扱っているのは役場の南にある「村田中央公民館」で大分離れており不便。スタートのマスターは明瞭。コースは程よい起伏のある丘陵地を巡る。ポストは更新され，やや小型。③～④への破線の道は立派な舗装道路になっている。大問題だったのは⑦からすぐの川越え。地図によると一旦川上に戻って渡るようになっているが，この小径は消滅している。それに替わって今は川を飛び越えて渡るように対岸に道が続いている。ところがこの日は直前までの大雨の影響で増水しており，流れも速くとても渡れる状態ではなかった。他に迂回する道もないので暫く考えてから，藪に閉ざされ完全に消滅したマップ上の小径を強引に進み，川上にあるお情け程度の丸太一本の橋を目指した。これも濡れてぬるぬるになっており非常に危険な状態であったが，渡らないことには先には進めないので，意を決してバランスを取りながらゆっくりと歩を進めた。幸い何とか渡り切ったが，大変な苦労をした。そうして辿り着いた⑧が見当たらない。マスターと南から来る小径との分岐を少し過ぎた辺りの筈だがない。夕暮れの薄暗いなかで，しかも藪の濃いところであるので探し切れなかったが，草が枯れればひょっこり顔を見せるのかもしれない。記号のパターンからここがＰであることは予測がつくのだが。⑩ではすっかり日も落ち，かつポスト位置がマスターより西にずれていたため時間を食った。⑧はもう一度ゆっくりと探してみたい。
（村田町中央公民館　☎0224-83-2023）

□１９９４年９月２４日（土）
山形県　No. 10　～大高 94-22～
「蔵王温泉」

［距離］　７　ｋｍ
［ポスト数］　８　本　PC·O-MAP

奥羽本線「山形」駅より山形交通バス「蔵王温泉」行きで終点下車。バスターミナル横の「蔵王温泉観光協会」にマップとマスターがある。外の案内板は私が中学２年の昭和58年に林間学校へ行くバスで通りかかった際にはあったのだが今は無い。コースもかつては10ポスト設置されていたようだが，大幅にコース変更され今は８ポストとなり，比較的楽な設定になっている。①は「酢川温泉神社」。②はスキーのゲレンデを直登する。ポストは倒れていた。ここから③へは雰囲気のよい静かな森のなかを歩く。緩やかな下り坂で爽快な区間。⑤は道路の分岐にあるが，倒れているため道からは見えにくくなっている。⑥のある「鴨の谷池」までの最短ルートの小径は見つけられず，主要道路を迂回した。⑧へ向かう途中に川を渡る箇所があるが，ここの道端に何と露天風呂があり，丸見え。但し男風呂なのでご安心を。⑧へもスキーのゲレンデを登る。このポストも倒れていた。ポストは塗り分けもはっきりした鮮明なものであったので，倒れているポストだけでも直してもらいたいもの。
（蔵王温泉観光協会　☎0236-94-9328）

□１９９４年９月２４日（土）
山形県　No. 12　～大高 94-23～
「蔵王坊平」

［距離］　４ｋｍ
［ポスト数］　６本　PC·O-MAP

奥羽本線「かみのやま温泉」駅または「山形」駅より山形交通バス「刈田駐車場」行きで，「蔵王坊平」下車。徒歩５分程の「ヒュッテハイジ」にマップとマスターがある。かつては 7.1kmで10ポストのコースであったが，スキーのゲレンデの再開発の影響で東側が使えなくなり，現在は「坊平園地」の中だけにコース変更されて存続されている。スタート地点は特に決めていないとのことだったので，「坊平高原荘」をスタートにした。本来のスタート地点は「管理センター」前で，今でも案内板は放置されているが，建物の裏側に現在の①が設置されているため，敢えてここはスタートにしなかった。コースはいたって簡単であるが，②と④は案内地図の裏に隠してあるので探してしまう。一覧表によると４kmとなっているが，実際は２kmもない。その証拠に，歩いてもたった24分しかかからなかった。東側に設置されていた，かつての④⑤⑥は既に撤去されて今はない。ＰＣにしては短過ぎるコースではあるが，こういった形でも廃止せずに残してくれることに感謝したい。ここだけ回るのにわざわざ遠路出向くのはもったいないので，「蔵王温泉」コースと組み合わせると良いだろう。
（ヒュッテハイジ　☎0236-79-2042）

□１９９４年９月２４日（土）
山形県　～大高 94-24～
「慈恩寺」

［距離］　１０ｋｍ
［ポスト数］　１０本

左沢線「羽前高松」駅下車。徒歩20分の「慈恩寺」山門前に案内板があり，マスターは辛うじて判読可能。社務所には既にマップはなく，富田さんから以前いただいたコピーマップを使用した。蔵王の２コースが早く終了したので初の１日３コース踏破に挑戦。①は「山王台公園」で 271m まで登るが，以降はそれほど起伏のない楽な道のり。東北らしい長閑な景色のなかを歩く。⑤がマスター位置のずれからなかなか見つけられないようであるので心して取りかかった。マスターでは道から外れた尾根筋にあるように記されているが，右に入る道の奥にあるとの情報を頂いていたので，道以外は探さなかった。結果としてそれほど苦労せずにここは発見できたのだが，この道の入口というのが荒れ果てていて，余程のことがない限り覗いてみようとは思わないだろう。私の場合，疑わしきは全て調査してみるつもりだったので見つけられたが，なるほど難しい。ポストも色褪せ真っ白なので近くまで来て初めて分かる。一度確認してしまうと④からの道を歩いているだけで見えるのだが，いきなりは無理だろう。問題は⑧。田沢川沿いにある筈なのだが，いくら探しても全く分からなかった。⑨は三面ほぼ真っ白で，記号は辛うじて確認できる程度。⑩は「三重塔」前。さて，以上が私が回った際の報告であるが朗報がある。10月に入り，マップの所在を確認しようと「寒河江市民体育館」に問合せをしたところ，マップは新しくなり10月23日から再び社務所に置かれ，使用開始されるとのこと。更に話を伺ってみると，どうやら私が踏破した翌週にポストを更新して新コースが誕生したそうである。事前に問合せをしなかったことが悔やまれたが，嬉しい報せである。一度踏破された方もこの機会に再訪してみたらいかがだろうか。
（寒河江市民体育館　☎0237-86-5113）

□１９９４年９月２５日（日）
秋田県　　～大高 94-25～
「湯沢・
山田勇ヶ岡」

［距離］　　９ｋｍ
［ポスト数］　９本

奥羽本線「湯沢」駅より羽後交通バス切畑線で「山田小学校前」下車。バス停前の「山田公民館」がスタート地点だが何もない。マップを求めて公民館を訪ねたが，当日いた宿直の方では全く話が分からず，結局入手できなかった。仕方なく，今回は秋田県ＯＬ協会の山内武美さんから頂いたコピーマップでスタートした。マップは古い１：25000。 ①は頭が落ち，しかも三面完全に真っ白で記号判読不能。②は神社の境内の片隅に倒れている。②から⑥の直前までは林道が拡張され，③④⑤と不明。④はその林道から⑨へ通じる道へ入った所にある筈だが，確認できなかった。⑥も倒れており，道からは見えないが健在。⑦⑧は老朽化はしているものの比較的しっかりと立っている。⑨はどういうわけか固定ポストではなくフラッグが掛けられていた。このような現状ではとても回れる状況ではない。特に危険箇所はなく，道もしっかりしているので，ポストとスタートさえしっかりしていれば十分に再開できる。惜しいコース。
（湯沢町教育委員会　☎0183-73-2111）

□１９９４年９月２５日（日）
秋田県　　～大高 94-26～
「羽後町 -
五輪坂」

［距離］　　１２ｋｍ
［ポスト数］　１０本　PC-O-MAP

奥羽本線「湯沢」駅より羽後交通バス大沢線，仙道線，西馬音内線で「西馬音内」下車徒歩25分。「羽後中学校」がスタート地点だが，何もない。ここも送って頂いたコピーマップでスタートした。ゲレンデ内では大造成が行なわれていてコースにも影響が出ている。先ず，②が地図通りには進めない。この日はたまたま日曜日で工事も休みだったので，こっそり現場のなかを通らせてもらい，何とか到達した。ポストはバラバラになって倒れており，記号もＥかＦかの判読が付かない。③へもやや遠回りのルートしか残っていない。このポストは真っ白。④は池にあるがこれも壊れている。⑤も錆が進みＰかＲか分からず。⑦もバラバラ。⑧以降は大問題。⑧の手前から急に荒れはじめ，ポストへの小径はほぼ消滅↗

□１９９４年１０月２３日（日）
岐阜県　No. 6　　～富田 94-14～
「飛騨高山」

［距離］　　１０ｋｍ
［ポスト数］　１０本

JR高山本線「高山」駅下車。駅前からタクシーで５分の「城山公園管理事務所」がスタートだが，マップもマスターも無く，駅近くの「飛騨体育館」体育課（☎0577-32-4118）で入手した。双方とも土日は休業なので要注意。マップは１万分の１の白黒地図のコピーである。かつてのコースとは違って「城山公園」と市郊外をぐるりと回る趣きあるコース。①から③は「城山公園」内でマップにない道が多い。④の付近は工事中で少し遠回りする。⑤の道は夏草が生い茂っていた。高山は「高山陣屋」，「飛騨の里」など観光箇所にこと欠かない。
（飛騨体育館　　（☎0577-32-4118）

ﾘﾎﾟｰﾀｰ：〒225 横浜市青葉区あざみ野
1-12-13-303
富田　徹
☎045-902-1354

↗している。藪もきつく，雨のなかだったので大変苦労した。このポストも壊れている。更に困難を極めたのがその先。ポストから先は藪で閉ざされ，殆ど進めない。しかし，他に迂回は全くできないので，何とか歩ける斜面を登っていき，造成が終わって整地されたところに脱出した。抜け出した場所はまるで別世界。山も崩され，地図とは全く違ってしまっている。⑨へはすんなり下れず，大回りして⑩から戻った。しかし⑨は確認できず，⑩も棒しか発見できなかった。造成の影響が余りにも大きく，現状での再開は無理であろう。残念なコースである。
（羽後町教育委員会　☎0183-62-2111）

ﾘﾎﾟｰﾀｰ：〒344 春日部市武里団地5-23-503
大高　竜亮

◆大高氏のリポートNo. 94-20がスキップしていますが，編集部のミスで先月号に先に掲載してあります。

□１９９４年１１月２３日（水）
茨城県　　～吉田 94- 6～
「麻生」

［距離］　　１０ｋｍ
［ポスト数］　１０本　PC O-MAP

東京駅からJR総武本線・鹿島線経由の鹿島神宮行き直通に乗り，２時間10分で「潮来(いたこ)」駅に着く。同駅から繁昌行きのバスに30分ゆられて「白浜入口」で降り，東に20分余り歩いてスタート地点の「県立白浜少年自然の家」に行ける。バスは一日７～８本で，昼間は正午頃に一本だけなので，タクシーがよい。潮来駅から一つ先の「延方(のがた)」駅からは11～12kmの距離である。自然の家で縮尺１：15000 のマップを無料で貰えるが，祝日・休館日があるので，予め連絡をとること。地図は17年前に歩いた時と同じであった。出発点近くに県立婦人教育会館や大和第三小学校ができ地図とは違うが，他はまあ大丈夫である。オレンジ色に白字のポストは小型だが完備していた。

出発点付近の変化が激しいので，①への道が判らず，逆回りをした。小学校北側の道（そのすぐ北の崖下を広い舗装道路が平行している）を西に行き⑩を見つけた。⑨から 200m で北上する近道は無かったので，さらに西に大回りして⑧に行った。⑦を過ぎ⑥目前で，県道を横断する所に「うどん・そば」の看板を目にしたので入って昼飯を摂った。⑤からは注意深く地図を見て④（薬師様）に来たが，オレンジ色ではなく赤色の地のポストしか発見できなかった。②を過ぎ，先の小学校下に通じる舗装道路に出たが，それを南西に 100m 行き，舗装道路を左折し 500m で鳥居のある山道に入ると，小さな神社の右手に①が倒れていた。庭と北浦の眺めが美しい婦人教育会館を右に，その駐車場を左に見て出発点に戻った。一周２時間余，のんびりしたコースである。
（県立白浜少年自然の家
☎0299-73-2345）

ﾘﾎﾟｰﾀｰ：〒272 市川市北方町 4-1844
吉田　勉
☎0473-39-2257

# VINCIAL PARK

Semi-open: distinct boundary

Indistinct boundary

Forest

Fight

The Printing Of This Map Was Made Possible By Grants From Dome Petroleum Ltd., Recreation Parks And Wildli Foundation And Aetna Canada.

Trans-Canada Highway

Location

1A

22

Highway 1

Bow Valley Park

40

Calgary

ORIENTEERING is a recreational activity that involves navigation through unfamiliar terrain using a map and compass. The Alberta Orienteering Association (A.O.A.) holds a series of meets throughout the province. Participants in these events are invited to orienteer their way from one control point to the next, around a preset course, by running or walking. Details of scheduled meets and other information is available from: A.O.A., Box 88, Calgary, Alberta T2P 2G9.

**ALBERTA ORIENTEERING ASSOCIATION**

**SCALE: 1:15,000**

0 500m 1km

Meridians drawn to Magnetic North

**CONTOUR INTERVAL 3m**

1980 Fieldwork: Ted de St. Croix, Leif Akerblo
Leo Larsson, Jan Samuelsso

1985 Fieldwork: Kitty Jones
1985 Redrawing: Kitty Jones
1985 Printing: Graphic Press Service (Calgary) Ltd.

[本誌掲載のため約９３％に縮小]

## ■阪神大震災（兵庫県南部地震）義援募金について

編集部

先月（９５／１）号において，義援募金をお呼びかけいたしましたところ，２月１０日現在つまり１週間あまりで５５万円を超える皆様の暖かいご芳志が，窓口とさせていただいた本誌編集部まで届けられております。真にありがとうございます。

早速，本誌版下作成終了後，来週（１３日の週）にでも兵庫県のオリエンテーリング関係者とご相談のうえ，お送り申し上げる所存です。

なお，お呼びかけの際に書きましたように，募金は更に３月末まで続けさせていただく予定です。それまでの主要な大会会場でも申し受けておりますので，よろしくご協力のほどお願い申し上げます。郵便局での手続きは下記のＯ－ＪＡＰＡＮ口座へ「兵庫県南部地震義援金」とお書き添えのうえお払い込みいただければ幸いです。

<3ページからつづく>

続け，時間と競いながら航行する――は多くの異なったテレイン，気候，文化に適合できうる可能性を持っている。オリエンティアはたくさんの環境のなかでこのスポーツを楽しむことができる。森に覆われたスカンジナビアの国々では複雑な地形での古いかたちのフットＯ，雪降るころにはオリエンティアはスキーＯで上機嫌となり，カナダではカヌーＯ，南ヨーロッパでは山道でのバイクＯ＝ＭＢＯ＝，障害者のための車椅子Ｏ＝TRAIL Ｏ＝が行なわれ，街なかに限るなら公園とその周辺でレースができる。オリエンテーリングは多方面にわたって精神と肉体の両面から独特の人間的な満足感を味わうことのできるスポーである。それぞれ全てに最も適合した場所と環境で，はなやかに多種のオリエンテーリングがかたち作られることが期待される。

From: ORIENTEERING WORLD 1995 No.1
Translated by: Hajime Taguchi

<訳：編集部>

## カナダ・オリエンテーリング ツアーについて

Ｏ－ＪＡＰＡＮ編集責任者・田口　肇

昨年末の本誌で２か月連続で，“CANADA '95 ORIENTEERING FESTIVAL”のＰＲをさせていただきました。それによって２０名近くの仮申し込みをいただき，他にも関心をお持ちの方が数名おられます。

１月に入り，お申込み者の数や年齢・性別等を考えながら，現地のツアー手配業者との打ち合わせ・見積りを行ない，ほぼスケジュール等を確定し，先月 95/１月号に発表するつもりでおりましたところ，17日に阪神大震災が起きてしまいました。被災された方々にとって，オリエンテーリングどころではない大変な状況を拝察し，掲載を取り止めました。一時的には，ツアー計画そのものの中止を考えました。しかし次に掲げるような理由で，計画を実行に移すこととといたしました。

・お申し込みいただいた方は，年配者が多く，またカナダでのこの地域で，今後少なくとも５年ほどは大きな大会が計画せれそうもない，と考えられます。
・編集者の私ごとになりますが，今後の勤務先での在籍期間を考えますと，現地手配や費用の面での皆様へのサービスをさせていただける機会は恐らくもうないと思われます。
・特に，今回は鉄道を利用するなどを計画していますが，カナダのあの大陸横断鉄道も今は貨物輸送用と観光用に週に何本というように少なくなりつつあって，次のビッグ大会の際には利用するとしても，うまくスケジュールに合うかどうか疑問です。

いろいろと言い訳がましいことを書きましたが，特に被災地の方々にはご理解をお願いいたします。

□

さて，そのようなことで本号「オリエンテーリング・カレンダー」裏面に，大会要項やツアー旅程表や費用などを掲載させていただきました。先ず，最初のＡコース案ではカムループスでの３日間大会に参加することを考えていましたが，前記のように特にＡコースご希望の向きにはご年配の方，それも人数が少なく，会場への交通手段などに費用が嵩み大会参加ツアーが成立しませんでした。かなりの気温差のなか，トータルで10日も砂漠のようなところを無理して走るより，前半を思いきって列車利用も含めた観光旅行を組み入れました。宿泊のグレードも比較的高く，要所にガイドを配して戸惑いのないご旅行，必ずメモリアルな旅になるようデザインしました。絶対お薦めです。

それに引きかえ，Ｂコースはほとんどオリエンテーリングを中心にした忙しい日程となっております。期間も短く，費用も抑えています。前半，時差ボケのなかでいきなりトレーニングというキツイものですが，中休みではゆったりしたロッキー観光も考えています。編集者のコースに同行しますが，健康に自信がなく，また仕事上何時でも帰国できるよう，両コースとも日本語ガイド付きという日を多くしました。

３月10日締切というのは，出発日が航空運賃の関係で予約が込みそうなことと，早期にエントリーした者のうち抽選で参加料無料という特典を，皆様に楽しんでいただこうと考えてのことです。

締切後，フライトと鉄道の予約，そして現地手配，大会エントリーなどを３月いっぱいで行ないます。もちろん，締切後も座席などに余裕があればお申込みをお受けいたしますので，ぜひ皆様お誘い合わせください。人数によってはさらに費用の割引が可能です。

いろいろな準備を進めた後，中部・近畿方面の方のため５月21日・京大大会で，また関東以北の方には６月４日・東大大会で編集者による旅行説明会を行ないます。ひとつお断りしておきたいことは，今回の計画はいわゆる旅行代理店を通していません。Ｏ－ＪＡＰＡＮは旅行企画，旅行の主催はあくまで皆様ひとりひとりであるとお考えください。

◆池ケ谷悦朗氏の「大会運営学」（最終回）は今月も休載させていただきます。　［編集部］

## ＜編集部より＞

◆２月の連休は山にこもり，周囲の美しい雪景色には目もくれず，まる２日間みっちりとＯ－ＪＡＰＡＮの編集作業に没頭しました。インカレ等に多量のページを埋めていただいた桐田さんのご苦労のお陰で，ほとんど完成に近いかたちで東京に戻ってまいりました。◆ところが，札幌農学校ＯＬＣの石田桂子さんから FAX で，「植林参加者募集のお知らせ」という興味ある情報をいただいておりました。次週の早大大会までにこの号は仕上げる，という積もりでおりますので，組み替えて差し入れる時間が無く，やむなく次号（３月１０日までに発送完了を目標）にお載せします。◆山形の武石さんからはスキーＯの講習会の申込みや準備状況を知らせていただいております。３月号には，またスキーＯのことを少し書かせていただき，講習会資料の一助としていただけるようお送りしたいと思います。◆池ケ谷さんの休載はスペースの関係です。それにしては「カナダ・ツアー」のことばかりに貴重な紙面を使って…，というお叱りを受けるかもしれません。実はこの航空会社は私の長年の勤務先で，本誌に時間や資金をつぎ込んでいる私のメシのタネは，ここからいただいています。一種のスポンサーです。

流　人

Ｏ－ＪＡＰＡＮ　発行人／田口　昭子
〒233 横浜市港南区日野南7-9-5
TEL.045-891-7004 FAX.045-891-2500
分室=Annex TEL.0287-77-1977
NIFTY-Serve ID VYE01053　郵便振替口座（番号）00270-9-46870（加入者名）Ｏ－JAPAN 編集部

：購読料
：'95. 2月～'96. 3月=14か月分　¥4,200
：（高校生以下）来年度１年分　¥2,400
：１部あたり頒布価格　¥300

：編集責任者／田口　肇
：Chief Editor: Hajime Taguchi
：Editorial Address:
：7-9-5, Hino-minami, Kohnan-ku
：Yokohama, 233 Japan