

COFFEE BREAK

■富士山 親子登山

中部ブロック／50歳目の会社員

8月26日(月)小5の息子と富士山登山にチャレンジした。親子そろって初めての富士山なので事前に真夏の竜爪山で練習を積んだ。

ルートは距離の短い初心者向けの富士宮ルートを選択。早朝4時半に自宅を出発、マイカー規制があるため、麓の水ヶ塚駐車場でマイカーからタクシーに乗り換え、5合目に7時到着。少し休憩を取り、レインウェア、飲み物500ml×2本、お菓子をリュックに背負い、息子はステッキ、私は5合目休憩所で購入した木の杖を片手に登山開始。5合目から6合目まではなだらかな斜面が続き40分程度で6合目に到着。少々息苦しくなる。軽い頭痛が始まる。高山病の始まりである。

休憩所で先ほど購入した木の杖に6合目焼印を200円で押してもらう。水分補給とお菓子で休憩したあと、出発。6合目から7合目にかけは急斜面と溶岩が所々で見かけられるようになる。息切れと軽い頭痛が続き、休憩を15分ごと取るようになる。1時間程度で新7合目に到着。新7合目焼印を押してもらい、軽い休憩後、新7合目出発。

ここからは急斜面と溶岩の連続。休憩の感覚が短くなる。1時間程度で元祖七合目到着。同行していた息子の友達の小4の男の子がここでリタイア。その父親と一緒に下山。息子も限界に近づいているのを感じて、ここで、元祖七合目の焼印を押してもらい出発。

元祖七合目からは、頭痛と息苦しさがさらに増し、

過酷な登山となってくる。5分くらい歩くと息子が「もうだめ」と悲鳴をあげる。そのたび休憩し水分補給とお菓子。そろそろ息子も限界か。元祖七合目から1時間ちょっとでなんと八合目到着。焼印を押してもらう。

ここで息子もリタイア。時刻は12時半。山頂まで順調なら片道2時間なので気力さえあれば山頂まで行けるところだがやむなく断念。予想はしていたものの富士山登山の過酷さを身にしみて感じる。

夕方帰宅したあと、すっかり元気になった息子は杖に刻まれた八合目までの焼印を眺めながら来年の再チャレンジを宣言。

また今回、富士山登山の、報道と現実のギャップも体験できた。その上で私なりの感想。

- ・週末は避けるべし、平日ならそんなに混雑しない
- ・過剰な冬装備はいらない(ただしレインウェアは必須)
- ・水分は1人あたり合計1000mlで充分(不足分は山荘で購入)
- ・休憩所で食べ物はあるものの食べたいものを持参した方がよいかも(気力体力が勝負なので好きな物を)
- ・親子での登山はリタイアを想定し親1人に子供1人の人数で。(弱者に合わせて行動を)
- ・弾丸登山は危険との報道があるが、早朝出発で夕方下山の方がベターかも。(宿泊施設、就寝時間、山頂渋滞を考慮)

親子で思い出に残るとても貴重な経験ができました。

■三つの旅

東部ブロック／仕事おやじ

昨年の秋号で沼津の千本浜にて25.75Kmの初トライアスロン完走の事を書いてから早一年。

今年7月は少しずつ練習してオリンピックディスタンスの51.5Kmに初挑戦しました。

場所は大井川。天気は快晴！距離はスイム1.5km、バイク40km、ラン10kmの合計51.5kmです。

最初のスイムは大井川港の1kmの周回コース。去年のスタート前のどきどき感から考えれば落ちついた入水だけど、早速やっちゃいました。

港は浜がありません。試泳といっても一度海に入るとスタートまで陸に戻れなかったのです。しろうとの浅はかさ、早々と入水したので定刻まで約20分間、ぶかぶかと浮かぶだけでした。

そして『水の旅』のスタートです。

潮の流れと海水温の違いを感じつつ、海に身を任せるように泳ぎ、途中、海草に突っ込み、方向を見失い、それでもなんとか泳ぎ切りました(0:39:45)。

次はバイクへのトランジット後、40kmのバイクスタートです。大井川沿いにはフルマラソンコースも利用される整備されたコースがありそれを周回するので。最初から完走目的のレースなので次に控えるランまで脚が持ってくれと考えながらのバイクでした。只でさえ暑かった今年の夏、周りは笑っちゃうほど早いけど、バイクで感じる『風の旅』を楽しもうと漕ぎ続けました(1:41:46)。

このときトップ選手がゴールする歓声を聞きランスタートです。脚には乳酸がたまり、もう自分の脚でないのですが、ここも我慢のスタートです。走ること5km、血行が良くなり、乳酸が消えたのか脚が軽く感じられてくる。こうなると気持ちも入り、灼熱の太陽の下、『光の旅』の始まりです。

遠くに見えたゼッケンが大きくなりやがて通り過ぎることになり、エイドステーションでは容赦なく頭から掛けられるバケツの水もクールダウンには足りないと思える程に。そして10kmが終了しゴール(1:04:28)。

こうして水と風と光の3時間半の旅は終わりました。旅も目的地が3つのあれば楽しさも3つある訳で、スポーツも3種目やればそれぞれの楽しさを味わうことができます。今回のレースでは自然に身を任せながら自分の事だけを考える時間がトライアスロンだということに気がつきました。これは日常あるようでないことです。だから楽しい！

体力もきついし、苦しいことも当然あるけど、自分と会話して先を目指す。締め切りが目の前の仕事のことも入り込めない時間なのです。こうして身体も頭もリセットできます。

そうはいっても家族でさえ「何が楽しいの？」と聞いてくる程だから、やらない人は理解できないでしょうね。トライアスロンはやるものだと思うから。

無礼句

■建築士試験の裏方

中部ブロック／シュークリーム

皆さんは建築士免許を持って入会されていますよね。今と昔ではだいぶ建築士試験内容が違うと思います。受験者の方も色んな方がいます。回りを見てもわかるように個性の強い方が多いですよ（笑）。木造・二級・一級建築士を受験申込する方の中には申込会場に来てから記入する方や学歴で受験するのに卒業証明書を忘れたり、困るのが代理申請で添付写真と本人確認が出来ない事です。この受験受付業務も一昨年までは月曜日から金曜日までの5日間の申込期間でしたが、昨年は月曜日から月曜日までの8日間に延び、今年は木曜日から月曜日の5日間、しかも、昨年までは16時受付終了が17時までになりました。会社が休みであろう土日を入れて申込の行きやすさを配慮したと思うのですが、余り受験申込者は増えませんでした。

受験申込業務では記入漏れ、受験資格及び実務の内容等を3重、4重チェックし受験票（今年は受付票）を渡します（汗）。ですので、受付をしてから受験票を受け取るまで早くて20分位は掛かります。それでも、年々と会場設営から終了まで作業スピードが上がって来ています。

学科試験準備、製図試験準備も座席表作成から当日の受験者に注意事項の説明文の修正を行い、試験機構委員、試験監理委員のチームワークにより作業時間が短縮して来ています。試験当日は準備がしっかり出来ていますので、不正行為をさせないように監視し、無事に終わるとホッとします。その後の打ち上げを楽しみに頑張っている方もいるようです^^。

■スリッパ

西部ブロック／温泉好

温泉旅行に出かけた。朝風呂に入ろうと、義父と大浴場に向かう。ラッキーな事に他の客はまだなく一番風呂であった。大浴場玄関で、部屋から履いてきたスリッパを脱ぐ。いつものようになるべく目立たない場所に。そこには、休憩用か、座って履き物を履くためのものか、長椅子が用意されていたのでその下にスリッパを揃えて置いた。誰かが自分のスリッパを履いて帰らないようお願いを込めて。他愛のないことではあるが、一度所有が決まったスリッパを他人に履かれ、誰の物かもわからない履き物を履かされるのはどうも気持ちが悪い。

最近、ビニール袋に入れて持ち込んだり、入り口に用意してある番号付クリップで、自分の履いてきたスリッパを挟み、対の番号札を持って脱衣室に向う、等、工夫をこらしている旅館もある。この方法だと、番号がついた時点で自分の物という意識が芽生えるのか番号を確認せず、履き心地の良さそうなスリッパを履いていってしまう人はほとんどいないようである。当然ベストな体制は、鍵付きの上履き入れがあることだが、後から設置するには、場所の確保から予算までいろいろ大変である、その

中で、考案されたのが番号クリップ案だったのではないだろうか。簡単なアイデアはあるが、ビニールのゴミもでないし、実に合理的な方法である。ありがたい。

そんな細かなことを気にするやつがいるか〜。って言われそうであり話したことは無かったが、結構気にする人がいるってことがわかり安心。

気になると言えばもう一点、浴室から出たところに敷いてあるバスマット。大概湿っていて気持ちが悪い。まだ、快適さに逢ったことがない。なにか良い案はないのだろうか。

とにかく今回の旅館では、クリップ案の様なものは導入されていなかった。

幸いなことに、朝風呂利用者は少なく、私が上がる頃に入ってくる客が数人いただけだった。私のスリッパは無事だ。確信して玄関に向かうとアレレ無い。あんなに注意深く、むしろ隠しておいたのに〜誰が？先に出たのは、温泉好きではあるが入浴時間がチョ〜短い、まさに「カラスの行水」の義父だけである。
おとうさ〜ん！