



台湾ランニング事情 第7回

2016 太魯閣峡谷マラソン

石原忠浩 (台湾・政治大学日本研究プログラム 助理教授)

(元 (財) 交流協会台北事務所専門調査員)

11月上旬、台湾で最も美しいルート(「台湾最美的赛道」)を走るロードレースと言われて久しい「2016 太魯閣峡谷マラソン」に参加した。

1. 太魯閣国立公園

はじめに

太魯閣峡谷が位置する太魯閣国立公園は花蓮、台中、南投の三縣市にまたがる国立公園であり、その前身は日本当時時代の「次高太魯閣国立公園」(1937-45年)に遡る。同公園の範囲は東西横貫道路沿線に広がり、東西約41キロ、南北約38キロで総面積は9万2千²となっている。同公園は標高2千メートル以上の山地が全体の半分を占め、台湾第二の高山で標高3884Mの雪山など27の3千M級の高山を有し、その圧倒的な峡谷美を擁する太魯閣峡谷は台湾観光のハイライトの一つでもあり、中国人観光客が台湾一周旅行で必ず立ち寄る場所になっている。

筆者も1990年の初訪台時は、大型ザックを担ぎ太魯閣から天祥までの約18キロを半日かけて歩いたが、そそり立つ断崖絶壁、青々とした清流、時折溪谷から吹き込むそよ風?は記憶に新しい。その時は、天祥に1泊の予定が、翌日には台風による豪雨でバスが運休、更に翌日には道路が寸断され、天祥一帯は停電にもなり、陸の孤島と化し現地には3泊することを余儀なくされた。当時宿泊したのは教会が経営するドミトリーだったが、「孤島脱出」の如く年配の神父や従業員の方々と徒歩で太魯閣まで戻ったが、道中は土砂崩れや冠水した道路を余震に警戒しながら歩く「印象深い旅」となった。



図1 太魯閣国立公園の位置

2. 太魯閣峡谷マラソンの概要

歴史沿革

太魯閣マラソンの歴史は、花蓮県政府の資料によると2000年から開催されたとの記述が散見されるが、正式な記録がネット上で確認できるのは台湾のロードレースの老舗組織である「中華民國路跑協會」が主催者となった2005年以降である。2005年から2013年の間は、毎年ほぼ42K、21Kの2種目のみ実施されていたが、昨今の「ランニングブーム」を反映してか2015年以降は初心者、ファミリー向けの12K、5Kの部が加わっている。レース全体の参加者は2016年のレースが12000人と台湾では大規模の範疇に入る大会と

なっている。

同レースは台湾でも人気が高く少々大げさに「秒殺レース」(直訳すれば、数秒で申し込みが締め切られる人気レース)とされてきたこともあり、2013年から、抽選制度が導入された。2013年のレースは筆者もフルマラソンに応募し、無事に当選した。台湾ではハーフがフルより人気が高く当選確率は、フルが2倍、ハーフが4倍弱であった。なお、2016年の抽選では筆者は補欠当選となった。

2013年ハーフマラソンの回顧

筆者は以前、2013年のレースに出場したが、このレースも台湾東部の災害に脆い姿を実感することとなった。レースの二日前に花蓮県を震源地とするM6規模の地震が発生し、その後も1日30回以上の余震が断続的に起こり、コース上に落石も確認され、レース開催か中止かを花蓮県政府と主催者、スポンサーの間で折衝が行われるなどレースの開催自体が危ぶまれた。筆者はレース前日の午後3時過ぎに、花蓮へ移動する自強号の車内で「参加者の安全を考慮し、フルマラソンは全てハーフマラソンに変更して開催」とのメッセージを主催者から受け取った。翌日のレースは、幸いにも小規模な余震はあったが、体感するほどの

揺れを感じることはなかった。しかし、大雨のせいで、レース中に小規模な落石に遭遇した。この時の教訓は、太魯閣という場所は、大雨、地震など自然の力の前では脆弱であり、「このような場所で走らせていただくことに感謝すべき」という想いを強くし、大会関係者や完走経験者が「フルマラソンでないとこのコースの醍醐味は味わえない」と異口同音で語っていたことから、「今度はフルマラソンを」との決意を抱く機会になった。

3. 花蓮への移動

台湾のロードレースは、冬でも温暖過ぎる気候や交通事情の問題から、7時前の早朝スタートが多い。したがって、台北はじめ北部地域からの参加者は必然と前日に花蓮入りを強いられる。「レースのついでに観光も」と欲張るのであれば、土曜レース、日曜観光と2泊3日の日程を立てるのが望ましい。いずれにしろ、金曜日の午後から夜にかけての花蓮への移動手段の確保は喫緊の課題となる。

事実上空路しか移動手段の無い金門島など離島への移動手段と比べると、陸地の花蓮は選択肢がある。台北からだとは飛行機50分(1490元)、特急列車の太魯閣号2時間弱、自強号3時間(440元)が有力な選択肢である。なお、長距離バスだと台

表1 過去四年の太魯閣峡谷マラソンの種目と出場者数一覧

	フルマラソン	ハーフマラソン	小マラソン 12K	ミニマラソン 5K
2013	4000人	8000人	—	—
2014	4000人	8000人	—	3000人
2015	4000人	8000人	2500人	5000人
2016	2500人	5000人	2500人	2000人

表2 2016太魯閣マラソンの種目、参加費用等

	フルマラソン	ハーフマラソン	小マラソン 12K	ミニマラソン 5K
出場者数	2500人	5000人	2500人	2000人
費用	1100元	1100元	1000元	900元
制限時間	7時間	4時間	2.5時間	1時間
スタート	0700			0740

北から花蓮の直行便が無く、宜蘭などで乗り継ぎが必要で、4時間前後の覚悟が必要であるところ、時間、費用を勘案すると電車が最も人気のある移動手段になっている。

普段から、週末の花蓮、台東など東部方面の列車は座席が取りにくいのだが、今回のような大規模なロードレースが開催となると争奪戦は一層激しくなる。筆者も前売り券が販売される2週間前の深夜にパソコンの前に座りネット予約に挑んだが、所用2時間の太魯閣号、普悠瑪号は正に「秒殺」で売り切れ、それでも所用3時間の自強号を確保できた。宿の方は、比較的余裕があり、花蓮駅付近の民宿を確保できた。

レース前日は19時前後に花蓮着の列車を利用したが、花蓮駅のホームに降り立った乗客の多数がレースの際に荷物預け用カバンとして使用する「中華民国路跑協会」のえんじ色のかばんを担いでおり、旧知の友と再会し嬌声をあげる者、記念写真に興じる御揃いの服を着たランニング同好会の集団などホームにいる7-8割がレース参加関係者と推測でき、すでに「お祭り」が始まったかのような雰囲気になり、気分も自然と高揚する。

今回、筆者は観光せず、フルマラソンを走るためにだけ花蓮に来ていることから、花蓮駅から徒歩圏内の民宿に宿泊した。



太魯閣マラソン参加商品



花蓮駅のホームの様子



満員の臨時列車車内の様子

4. 当日のレース

太魯閣への移動

太魯閣界隈の宿泊施設は限られているため、ほとんどの参加者は花蓮から移動する。太魯閣への移動は、主催者が提供する、臨時列車とシャトルバスを乗り継ぐことになるが、片道37元と良心的である。大会パンフには花蓮発3時20分、50分、4時15分、40分発の臨時列車が紹介しており、7時スタートの42K、21K参加者は3時代の列車での移動を指定していた。筆者は、3時15分起床、テーピング、宿提供のバナナ2本とおにぎり1個を詰め込み、4時に宿を出発し、4時15分発の満員列車に乗り込む。耐えること15分で最寄りの新城駅に到着、ここでシャトルバスに乗り替える。駅前のロータリーには数百人が行列をなしているが、バスの台数はかなり多く、スムー



シャトルバスに乗り込む参加者



太魯閣国立公園管理所内で休む人々

ズな流れで4時40分には無事乗車し、10分で現地に到着した。すぐに、参加者のために当日は特別に早朝開放されている公園管理所内へ他の参加者となだれ込む。中では、多くの参加者がすでに想い想いの恰好で横になっている。筆者も気おくれせず、どうにか自分のスペースを確保し、40分ほど仮眠し、6時に起きだし、行動食を流し込み、トイレと荷物預けを済ませ6時半には移動を開始し、号砲20分前にはスタートラインへ到着。日本と異なり、台湾のロードレースの多くがスタート時に個人のベスト記録によるブロック分けがされていないほか、今レースでは、種目別の区分もされていないため、早い者勝ちで前方の位置を陣取ることができる。

コース紹介

太魯閣マラソンのレースは図2を参考にする。約450M上って下ってくるのだが、正確にはスタート地点の太魯閣(標高60M)から、3キロほど立霧溪沿いを下り、太魯閣大橋を渡り、対岸の立霧溪沿いに上り、スタート地点近くに帰り、ハーフマラソンの折り返し地点までは、緩やかな上りが続く。観光客の散策者も多い燕子口付近から勾配がきつくなり、折り返し地点の天祥(標高480M)まで上ることになる。標高差のある本レースは、台湾では12月以降に到来するフルマラソンシーズンを控えた時期であるところ、絶景を楽



立霧溪を臨む

しみ、坂道練習を兼ねた42K練習の位置づけとして、1キロ平均6分、4時間12分での完走を目安にスタートラインに立った。

レースの状況

スタート前の気温は20度、快晴。暑さが少々心配だが、3年前の大雨に比べれば感謝すべきであろう。開催前の挨拶で傅焜萇花蓮県長は、「来年3月に兩岸第一回太魯閣マラソンを開催する」との発言があった際には、出席者からは驚きの声もあがっていた。民進党政権成立後、中国人観光客が減少していることへのテコ入れなのかもしれない。

号砲からスタートラインまでの通過は約40秒の位置取りであったが、道幅が狭いこともあり、ペースはあがらず最初の1Kは6分で通過、しかし、緩い下りなので徐々にペースもあがってい



図2 2016 太魯閣マラソンコースの標高図

き1キロ5分半前後のペースに落ち着くと、太魯閣大橋では写真を撮る余裕もあった。スタート地点近くまで戻ると、7時40分スタートのミニマラソン参加者の歓声と走り出しを遠目に見ながら進む。長春祠を過ぎた辺りから、本格的な上りとなり、13K地点でペースも1キロ6分台に落ちる。ハーフの折り返し地点の溪畔は標高240Mとあり、ここから、200M以上も登らざるえを得ない現実を意識する。

15Kを過ぎると谷が深くなり、トンネルも増え

始めたせいか、16K以降は1キロのラップタイムが2分台を計測するなど、GPS腕時計による距離計測が不可能になる。当初気にしていた気温は、25℃近くまで上昇していたようだが、日影が多く風もひんやりと冷たく、極めて快適であった。燕子口、錐麓斷崖、九曲洞など観光スポットを通過し上って行くが、ランナーたちも足を止め絶景を背景に互いのスマホで記念写真に興じている。この時、筆者のスマホは撮影機能が一時的に使用できなくなっており、黙々と歩を進める。慈母橋を越え



スタート前の様子



太魯閣大橋の上を走るランナー



緩い上り坂を走るランナー

1990年に立ち寄った緑水管理所のエイドでみかんを頬張りながら、かなり辛くなっていたこともあり、年配の職員に「折り返しまであと何キロあるんですか？」と尋ねると、「1キロはないだろう。頑張れよ」と勇気づけられたが、実際の距離は2キロ以上もあった。心が折れかかりかけたところで「天祥 480M」の標識を確認したところで、念願の折り返しとなる。

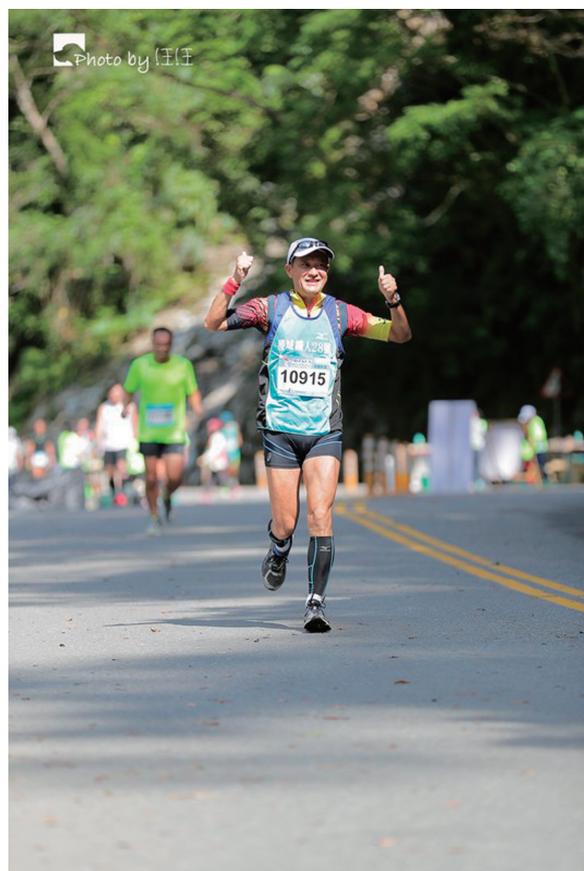
「復路」の下りは、上りと異なる風景を楽しみながらというほどの余裕はなかったが、平地のレースとは異なる筋肉箇所へのダメージを気にしながら、いまだに？記念写真に興じるランナーたちを尻目に黙々と下る。ハーフの折り返し地点まで下り、残り7キロという距離を把握できたことで当初の目標であった4時間12分切りを確信して、欲を出して10分以内に目標を上方修正したが、最後のトンネルを抜けた時点で10分台の表示が結局、公式タイム4時間11分39秒、ネットタイム4時間10分49秒のゴールとなった。

今回のレースはマイペースを心がけたせいかわ、疲労困憊することもなく、淡々と走り切り、静かな満足感を感じるものとなった。しかし、ゴール後の感動？を記念撮影しようと、スマホを再起動させようとしたが電池切れになっており、コースの絶景に続き、ゴール写真も撮り損ねる残念な結果となった。GPSによる計測は不可、携帯電話の

電池の消耗の激しさも教訓となったレースであった。レース後は、「配給」されたという表現がぴったりの鶏腿便當を寂しく一人でかき込み、簡単な着換えをすませ、12時にはシャトルバスで現場を離れた。

なお、レースの結果は台湾の賞金レースの定番となっているケニア勢が、男女ともフル、ハーフとも制し、賞金8万元（ハーフは1万元）を獲得した。優勝タイムは男子2時間24分5秒、女子2時間53分17秒ということからも好記録は出ないレースであることがわかる。

太魯閣マラソンは、個人的には3年超しの希望が実現したものであったが、1泊2日で当日は3時起きが必要で、時間的、金銭的負担も大きいレースだが、それに見合う満足度の高いレースであることを確認できた。今後も状況が許せば毎年参加したい。



ゴール前3キロ地点の筆者