



ねんりんピック体験談



ねんりんピック体験談

ねんりんピック秋田2017『秋田からつなぐ！つらなれ！長寿の輪』のウォークラリーで準優勝した静岡県代表『富士山っち』チーム。富士の麓、裾野市、三島市のメンバーで構成された5人です。

写左から監督兼選手の渡邊英機さん(73才)、上野真さん(68才)、体験取材の加藤孝(70才)、白井義博さん(70才)、最年長の山下三男さん(79才)。ウォークラリーは県予選と今回と2回目の経験で、優勝チームと2点差のこの結果、満足して良いのか否か複雑な心境でした。

三島市の激励会で市長から期待の言葉を頂きました。それだけに準優勝の喜びが複雑になったのでしょうか？まだ、課題をクリアできていないと宿題を貰ったと思いました。

僅差で県代表になり、優勝チームに2点届かず、優勝を逃しました。この悔しさは次回へ挑戦のエネルギーになるでしょう。足腰を鍛え、脳トレをして次を目指そうとメンバーが自然と口にししました。健康を維持しなくては挑戦できません。これが、ねんりんピックの目的に繋がります。

写真右の首にかけて貰った銀メダル、メダルのデザインは「白神のシンボル～400年ブナ～」に秋田県の魚と言え、バタハタです。背景には県の木である秋田杉の「年輪」。約300年と言われるブナの寿命と秋田杉の大木は長寿のシンボルとして最適である。そして、お腹に卵を抱え勢いよく泳ぐ姿に私たちの味来への願いと、参加者のはつらつとした姿を投影したと記されていました。自然豊かな秋田を十分に表現されています。



ねんりんピック体験談



ねんりんピック体験談

朝食を食べホテルを出発、「いよいよ始まるな！」と少し緊張感が走る。ウォークラリーの会場は仙北市角館。枝垂桜、染井吉野桜、武家屋敷で有名な観光のスポットである。

開会式会場は角館高等学校駒草キャンパス体育館(写真左右)。ウォークラリーの魅力は観光スポットを巡るコース設定が多いのです。今回のコースは監督会議で6～7kmと事前に告知されています。

ご存知無い方が多いので、ねんりんピックのウォークラリーについて、簡単に紹介します。

日本で考案された野外レクリエーションです。コース図(コマ地図)に従い、途中で出題される課題を解決しながら、ゴールを目指し、設定時間とゴール時間の差による「時間得点」と「課題得点」の合計を競います。設定時間は、歩く速さや課題解決の時間を考慮して設定されるため、体力差や年齢等に関係なく誰でも参加することができる種目です。



[ねんりんピック体験談](#)



[ねんりんピック体験談](#)

開会式場の体育館の壁に貼ってあった出場全チームのポスターに感激。地元の小学生が作った最強静岡ガンバレ。どうして「最強と知っているの？」なんちゃって、冗談言いながら、緊張感が解れ、ポスター前で記念写真を撮り、監督一同ベストを尽くすと誓いました。

そして、選手の控えのテーブルには参加賞のメダル、地元の漬物の元「寒こうじ」こいくちしょうゆ「別撰」、ウォークラリーに使えるひも付き2色ボールペンといたれりつくせりで『真心を込めたおもてなし』を頂き、感謝するばかりでした。

その中に、写真右の神代小「Hiroki」サイン入りの応援うちわが有りました。これには感動しました。『世代を超えた交流』ができました。このうちわの風で最後まで歩くことができ、準優勝につながる追い風となりました『有難う！ Hiroki君』。



[ねんりんピック体験談](#)



[ねんりんピック体験談](#)

開会式では体育館の屋根を激しく打っていた雨、遠くでの稲妻もスタートの10時には止み、天も仙北市のウォークラリーを応援しているようでした。

我が『富士山っち』チームはゼッケンナンバー13の奇数组、染井吉野コースです。10時から1分おきにスタートします。合図とともにスタート(写真左)、ゲートでは手を振り余裕のスタートです(写真右)。

角館高校の千葉さんがアテンダーとしてついてくれました。多分迷子防止の為でしょう。5人が離れ離れになると必ず、一番後ろの人を見守ってくれました。



[ねんりんピック体験談](#)



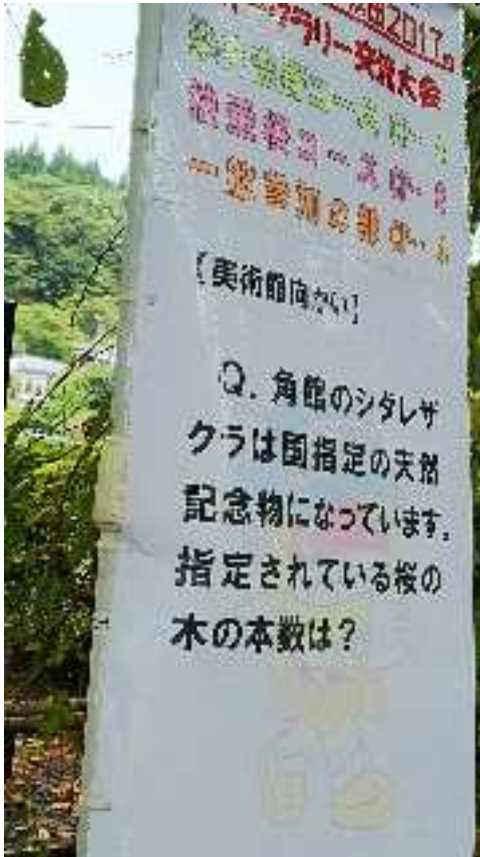
[ねんりんピック体験談](#)

コマ地図を取り出し、最初のCPを探します。1分間隔しか無いので、直線が長いと前の組がみえまですの迷子になりません。

角館祭りのやま行事が昨晚終わったばかりですが、住民の方が家の前で挨拶してくれました。仙北市挙げてのおもてなしです。スタート時着ていた雨合羽も不要となりました。

CP1、2と順調に来ていたのですが、CP3のゲームで大きく失点してしまいました。インディアカボールを小さくした羽根つきボールを投げ、点数の多いところに投げるゲームです。初めての体験です。羽の抵抗

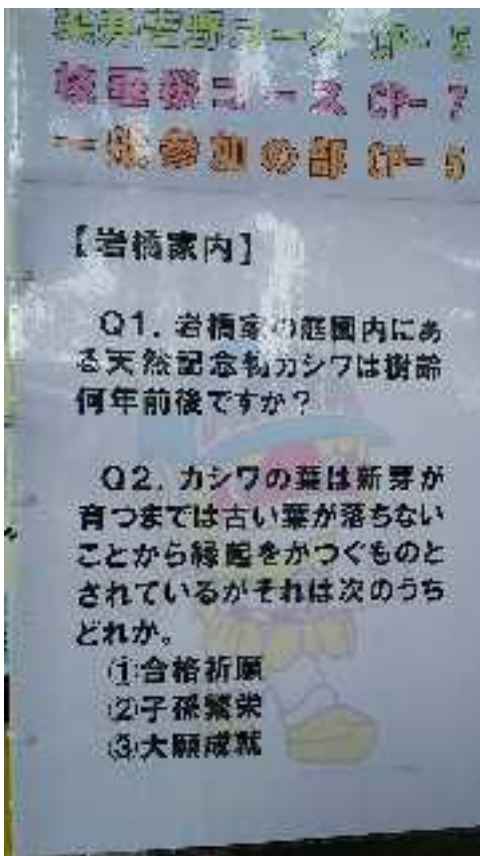
が分かりません。私は届かず0点。50点満点中10点と大きく出遅れました。
 ここからが逆境に強い?『富士山っち』チームの立て直しです。何せ、最強静岡チーム、最後まで歩け
 と地元小学生の応援が有ります。アテンダーの高校生に最後までベストを尽くす姿を見せないと人生の
 お手本になりません。



[ねんりんピック体験談](#)

[ねんりんピック体験談](#)

CPの出題事例を紹介しします。写真左が問題です。角館で国指定のシダレザクラは何本ですか？答えは写真右の様に説明板を読めば分かります。



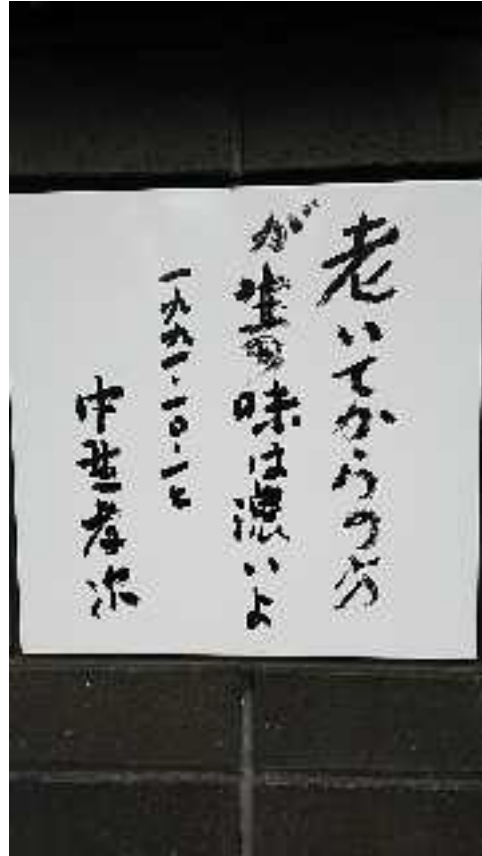
[ねんりんピック体験談](#)

次に、引っかけりそうな問題を紹介します。写真左の問題はカシワの樹齢は何年前後ですか？この問いは岩橋家の庭に答えが記されています。しかし、Q2が引っかけりそうな出題です。新芽が育つまでは古い葉が落ちないことから縁起をかつぐもの、と書いてあります。落ちないを読むと合格祈願だと考えてしまいます。端午の節句のかしわ餅が頭に浮かべば、子孫繁栄となります。

また、写真右の様に、樹木の1.5mの高さの太さは？の間に、参加経験が豊富なチームはメジャーを持っていました。我々は両腕を広げた長さを知っている渡邊さんが、自信を持って4mだと言いました。手のひらサイズ、歩幅は事前に知っておくと役に立ちます。



[ねんりんピック体験談](#)



[ねんりんピック体験談](#)

コマ地図に観察ゾーンの印が有りました。同時にCP8のクイズも有りました。経験が浅い、我がチームは、まずクイズの答えを探しました。

Q1は簡単です。Q2は少し難しい問題です。作家の陶板(写真右)は何枚有りますか？入り口付近の目に付くところ以外にもありました。建物全部を手分けして探し回りました。そしたら目立たないところにも有りました。

そして、観察ゾーンです。CP8の問題とは別にゴール直前に観察ゾーンに関する出題がされます。県大会は観察ゾーンで失敗したので、慎重に中まで入って調べました。

今日は入場料はいりませんと受付の人に言われ、いよいよ怪しいと感じました。トイレを借り、用足しをして、展示物も見て回りました。現在開催されている展示会のパンフレットも頂戴してきました。なんとなく出題されそうだと予感したからです。

速めにゴールして観察ポイントの回答に時間の余裕を取る作戦に切り替えましようと言った監督から提案が出る。前のチームを次々追い抜いていきました。

出発ゲートの中に最後のCP12が有りました。観察ゾーンの出題です。クイズの予測がピッタリと当たりました。後はゴール時間です。主催者の設定時間を決める為に全員で相談する。

他のチームがぞくぞくゴールする。ゴールしたくなる気持ちをグッと抑える。ゴール前で役員がゴールしますかと聞く、いやまだですとやり取りして、決めた時間でゴール。所用時間は主催者しか分かりません。後は結果発表を待つのみ。

監督の万歩計は1万2千歩を越えていました。後半の疲れが出るところで約100段の階段が有りました。結構ハードなコースでした。常日頃から歩いていないと少し辛いかも知れません。『富士山っち』チームは常日頃から鍛えています。また、このコースを予感したかのような「最後まで歩け！」の小学生が作った応援うちわのお蔭かも知れません。



ねんりんピック体験談



ねんりんピック体験談

表彰式の前に美味しいお弁当が用意されました。そしてアテンダーの千葉さんが乳頭温泉鶴の湯名物の「山の芋鍋」を持って来てくれました。お弁当を食べながら、団子の形をした芋、何ともいえぬ美味しさでした。

舞台では幼子の演技(写真左)、そして角館高等学校飾山囃部の郷土芸能が披露されました(写真右)。クラブ活動で伝統を守るとは立派な事です。

仙北市挙げての歓迎に、チーム全員が喜んでいました。他の参加チームも競技結果に余りとらわれる事もなく和やかでした。隣合わせのチームと色々交流しながらウォークラリーの真の魅力を満喫しました。



ねんりんピック体験談



ねんりんピック体験談

準優勝の女神となった千葉さん、有難う。そして、ご苦労様でした。無事ゴールして得た、準優勝のメダルとトロフィーは千葉さんを初め(写真左)、全チームに付き添ってくれたアテンダーの皆さんに捧げます。『有難う、そして一日ご苦労様でした』。

また、主催した仙北市を中心とした大会関係者のおもてなし無くして味わえない体験をさせて頂きました。有難う御座いました。桜の季節に来たいと思います。

チームメンバーは角館名産の樺細工製品や、秋田名物のバター餅をお土産に購入して、多少なりともねんりんピックの経済効果に協力させて頂きました。

角館駅で「こまち」を待つ参加選手、撮影は渡邊監督。少し、疲れているようですが、会場から歩いて角館駅まで行くほど元気でした。

ねんりんピックに出場して、競技以外にも多くの感動を体験出来て良かったと参加者は言っていました。健康でなくては参加できません。日頃の健康管理の大切さと仲間づくりの大切さ、ねんりんピックに出てこんなにも元気な高齢者がいるのかと驚いて、まだまだ頑張れると思われた方もいます。ねんりんピック出場が病みつきの予感がします。

ねんりんピック静岡県代表の私たちに対し、出発から、出陣式、開会式、本大会とサポートして下さった「しずおか健康長寿財団のスタッフの皆さん」お世話になり有難う御座いました。

また、渡邊監督を始めチームの仲間と県予選と一緒に競った皆さんにも感謝しております。お陰様で、非常に貴重な体験をさせて頂きました。静岡県のレベルの高さが結果に繋がったと思います。

最後にチームメンバーの好きな言葉を紹介します。

- ・人が集まってくることが始まりであり、
 - ・人が一緒にいることで進歩があり、
 - ・人が一緒に働くことが成功をもたらす。
- ねんりんピックにも当てはまりそうだと思いました。