

Honolulu Marathon 2023

今年もTDJの皆様とホノルルマラソンに参加しました。全国から**27名**のTDJ仲間（5～75歳）が参加されました。（フルマラソン20名、10km5名、応援2名）青森、東京、神奈川、愛知、山口、福岡、熊本から集まったTDJのメンバーが前日の12月9日に、ワイキキのレストランで懇親会を行いました。

12月10日朝5時、天候は晴れ、風もなくやや蒸し暑い気候でした。例年のことながらスタート時の豪華な花火が気分をさらに盛り上げてくれました。スタートして**10km程**のところから空が少しずつ明るくなりますが、今年はずでにこの時点で少し疲れを感じていました。ダイヤモンドヘッドの坂道を過ぎハイウェイに入ると、TDJの仲間ですぐに折り返してきます。永遠と続くハイウェイでは、心が折れそうになった時にTDJの仲間とハイタッチするとなぜか元気が湧いてきます。例年はこのあたりでTDJの仲間と抜きつ抜かれつになるのですが、今年はずでにほとんど仲間にも合わず黙々と走り続けました。8時を過ぎると気温も上昇し、**33km**を過ぎた頃から急に吐き気を催し走れなくなりそこからずっと歩き続けました。残りの**9km**はほぼ歩きでしたが、最後はTDJの応援部隊に元気をもらい、無事に**ゴール**することができました。

今年はずでに天気が良すぎて気温も少し高かったせいか、熱中症になった方も多く、救急車のサイレンが例年よりも多く聞かれました。そんな中、初めてフルマラソンに挑戦したTDJの仲間も含め**全員無事**に完走することが出来ました。

最後に10kmウォーク参加の方も一緒にダイヤモンドヘッドをバックに笑顔で写真を撮りました。参加された皆様、応援いただいた皆様、本当にありがとうございました。

私にとっては、還暦での**20回目**のホノルルマラソンを無事に完走出来、今年も1年無事に健康で過ごせたことに感謝します。

南 昌江



今年も12月に開催されるホノルルマラソンに**2年連続**参加してきました。水曜からハワイ入りし、ダイヤモンドヘッドへの登頂、アラモアナショッピングセンターでお買い物、ハワイ出雲大社への参拝など、毎日10000歩以上歩き回り、走る前からすでに足はパンパンで疲労困憊の状態でした(笑)

今年のホノルルはとても気温が高く、毎日28度ほどありました。前日は全国から集まるTDJのメンバーで懇親会をして、マラソンへの意気込みをみなさん思い思いに語っていました。マラソン当日も朝からとても暑く、そのせいなのか、疲れのせいか走り始めて**10キロ**ほどですでに身体が重く、足も思うように動きません。**18キロ**付近では去年痛めた右膝に激痛が走り、完全にストップしてしまいました。

もう完走するのは無理かな。リタイヤしようかなと何度も思いました。でもせっかくハワイまで来ていて、高い参加料も支払っているのに、そう簡単には諦められません(笑)

そこから膝の様子を見ながら歩いたり、走ったり、膝をアイシングしたり、頭から水を被ったりしながら、ひたすらゴールを目指します。

ハワイ海を折り返し、**30キロ**、**40キロ**とゴールに近づきます。気持ちは前に出ても足思うように進まないのです。

どうにかゴールすることが出来、**6時間28分**でフィニッシュすることが出来ました。去年より**8分**遅いタイムです(涙)後から参加したみなさんの話を聞くと、同じように今年のホノルルは過酷だったようです。

TDJのメンバーが無事に全員何事もなく完走できたことが一番良かったです！私自身も手首を骨折している状態で、今年のマラソンは何度も諦めようかと思いましたが、せっかくこのために練習してきたので、ここで負けたくない！と自分を鼓舞して頑張りました。諦めず挑戦して本当に良かったなと思えました。みなさまもいつかチャレンジしてみたいはいかがでしょうか？一緒に頑張りましょう！

米本 愛