



We Run for Investment in our Future

未来への投資のために走る

【R I F プロジェクト立ち上げの経緯と第4回大会開催概要】

<ランニング&ビーフフェスタ in 段戸山>

第4回大会を開催するにあたって。

段戸山（だんどさん）：地図上では鷹ノ巣山と表記されています。

愛知県北設楽郡設楽町、段戸山麓駒ヶ原・沖の平地区があまりにも良いところなので、私たち（私と家族）は、とても気に入っています。ここで走ること・歩くこと・自転車に乗ること・運動すること・ただ来て呼吸（息＝生き）することが、エネルギー充電（気が高まる）になります。来た人達がみんな元気に且つ笑顔になったらいいな、そんな思いから2021年に第1回ランニング&ビーフフェスタin段戸山を企画しました。目的の一つに、地域活性化を掲げています。時に厳しい自然と対峙しつつこの地に入植した人たちは、今もここで生活しています。時代の変化と共に、かつてあった駒ヶ原分校は閉校しました。その分校跡を受付会場に利用させてもらいます。参加される方々には、地元の人たちの「想い」「エネルギー」「歴史」に触れて・感じてもらえればと思います。

「水」と「空気」そして「森」、ここでの当たり前が、町で暮らす私たちには、とても貴重で有難いことを、ここで暮らす人たちに改めて気づいて理解して欲しいと思っています。

この大会が、そのきっかけになれば幸いです。

また過疎化・高齢化の問題を含む、日本の地方集落の「これから」に「何を」「どうすれば」より良い社会になるのか、それを考えるきっかけにもしたいです。

そして、この地にある「千年の森」の考え（受け継ぎ・引き継ぐ）に共感する人を増やすのも目的の一つです。

2021年6月12日（土）参加者50名で行った第1回大会は、愛知県下に緊急事態宣言が出された中でした。感染症対策を徹底し、参加人数を少なくするなど厳しい状況下でしたが、参加されたランナーの方々には大好評でした。たけうち牧場の竹内氏始め多くの方々のご協力の下、無事終わることができました。感謝の気持ちでいっぱいです。

2022年は5月28日（土）に設楽町後援の下、第2回大会を開催し63名が参加しました。2023年の第3回大会は5月27日（土）に開催し68名が参加、お陰様で年を追うごとに参加人数も増えていきます。

2024年は5月25日（土）に第4回大会を開催します。参加される皆様には、気持ち良く運動して、美味しい食事をいただいて、清浄な水と空気の中、心身ともにリフレッシュ。この地域の「良さ」を発見すると共に、「生命力」を上げて欲しいと願っています。

まず『何故ここを選んだか？』

そもそものきっかけは、アウトドアコーディネーターの洞口健児氏から、「段戸山の近くに

良いところがあるから一度行ってみない？」とお誘いを受けたから。それは私たちが企画・運営をする「青森一周サイクリング：650km」の相談を兼ねて、初めて岐阜の洞口家を訪ねた時（2020年2月）のこと。洞口氏は、アウトドアコーディネイターという仕事を通じて、クロスカントリー・自転車・ラン・カヌーなどのイベントを開催。その土地の自然環境に相応しい楽しみ方を提言、具体化してきた方。乗鞍スカイラインヒルクライムを始め、白山スーパー林道サイクリング、サロモンクロスアドベンチャー、ツアー・オブ・ジャパン全8ステージのうちの3ステージ（飯田、美濃、いなべ）等々、アウトドア関連の仕事のプロフェッショナル。そんな洞口氏は、私の妻が勤めている保育園の庭の造成・管理もされていて、氏が庭の管理に保育園を訪れた際、たまたま妻との何気ない会話の中で私のことが話題になりました。というのは、私が2003年の「さくら道国際ネイチャーラン」（名古屋城～兼六園250kmのウルトラマラソン）で優勝したことを妻が話したら、偶然にも洞口氏もその大会に関係していたことがわかったからです。その話で盛り上がり、私も「洞口さんに一度会ってみよう！」というきっかけになり、ご縁がつながりました。その洞口氏が公的機関から派遣されて出向いた先が、段戸山麓駒ヶ原。竹内氏経営のたけうち牧場とステーキハウス「ばんじゃーる駒ヶ原」の経営指導（？）に伺ったのが、お二人のご縁だそうです。

以下、洞口氏のお話。

「何度か、たけうち牧場にお邪魔して、段戸牛ステーキを食べながら色々なお話をさせていただき、また周辺の森も案内していただきました。そして、この駒ヶ原一帯が魅力ある自然空間であることを知りました。特に黒田湖の外周道路は自転車やランニングのいいコース

になると直観、閃いた次第です。」

こうしてご縁がつながっていきます。洞口氏から、たけうち牧場の竹内氏（駒ヶ原地区の区長さん、ばんじゃーる駒ヶ原のオーナー）を紹介していただきました。そして洞口氏同伴のもと、駒ヶ原を訪れ「ばんじゃーる駒ヶ原」でステーキを食べ、黒田湖周辺を案内してもらいました。11月という紅葉の季節に重なったこともあり、「名古屋の近郊にこんないいところがあるんだ」とすっかり気に入ったのです。大好きな牛サーロインステーキ350gの力も行動を加速させ、次の週末に時間を作り車にロードバイクを積んで再訪問。黒田湖の周りを自転車で回りました。車で案内された時以上に「良いコースだな」と実感。但し大会・イベントをするのに、自転車（特にロードバイク）はスピードが速いため、交通規制をしないと難しいと感じました。そこで、まずはランニングのイベントをやろうと考えました。いずれは自転車を使ったイベントも視野に入れつつ。

大まかな構想を竹内氏に聞いてもらい、賛同を得られたので実際に行動開始。まず地域の人たち（駒ヶ原・沖の平地区の人たち）に話す機会を設けてもらいました。12月8日に最初の顔合わせ。早めに現地入りし、GoPRo（ビデオカメラ）を頭に付けて、動画撮影しつつ黒田湖を1周走る（今回はランニング）。途中で日が暮れてしまい（そのお蔭で、オレンジ色の太陽の日の入りに遭遇、得した気分）、後半の映像は暗くて見えなくなりましたが、実際に走ってみるとアップダウンが多く、結構ハードなコースでした。チャレンジするには良いし、トレーニングにも最適と改めて実感し、個人的にとっても気に入りました。

その後の駒ヶ原・沖の平地区の人たちとの最初の顔合わせでは、私の自己紹介から始まり、

私が今までやってきたことのうち、アメリカ大陸横断自転車レースやオーストラリア横断マラソンの話と、カイロプラクティック整体院を始めたきっかけなどを聴いてもらいました。それからこの地区でランニング大会を開催したいという思いを伝えました。特に強調したのは、単発のイベントで終わらずに、長く続くものにしたいこと。「千年の森」という植林地帯がこの地にあります。その森の前を走った時、これこそが「キーワード」だと閃きました。1世代は約60年くらいだから「千年」は10世代以上、そこまで見据えたら凄いことになる。そのくらいの熱意を持てば、地元の人にも、走るランナーにも「何か」感じてもらえるのではないかと考えたのです。昨今は、物事が簡単に短時間で出来てしまうことを重視する傾向があるように感じます。その対極の「時間をかけて熟成させることだって大切だよ」というところを見て欲しいと思っています。ウルトラマラソンは、「時間をかけて」自分と対話する側面があり、千年の森との親和性は高いと感じます。

私がレースに頻繁に出ていた頃（1990年代・20年以上前）、この近隣の茶臼山高原や、大多賀・津具村・設楽町の一部には、よくトレーニング（バイクライド）に来ていました。ですが、幹線道路から少し離れている段戸山麓には来たことがありませんでした。私と同じようにここ段戸山麓まで足を運ぶアスリートは、それほど多くないと思います。そんな人たちが立ち寄る「きっかけ」になれば良いです。大がかりな大会をやる前に、まずはトレーニング拠点としての段戸山麓の紹介をしつつ、先々は奥三河全体を巻き込んだイベントに育てるのが目標、一步一步前進していきます。

「主催 RIF・櫻井から一言」

この大会は、レースのようにスピードを上げて走るのも良いし、風景を見ながらゆっくり走るのも良いです。各ランナー独自の楽しみを見つけて欲しいです。但し、交通規制はしていません。車・オートバイ等には十分注意し、左側通行をお守り下さい。(何回か試走していますが、交通量は極めて少ないです。が、時に大型トレーラーが荷物搬送のため通ります。)

「決まっていること」

- ・黒田湖の周回 9.2 k m のコース（反時計回り）
- ・ソロの部は 1 人で 5 周 4 6 k m。
- ・リレーの部は 5 人で 1 チーム、1 人 1 周ずつ計 5 周 4 6 k m。ランナーの交代は設置されたリレーゾーン（「スタート&ゴール地点」に設けます）内で行うこと。
- ・ファンラン&ウォーキングの部は 1 人で 1 周 9.2 k m を走る、もしくは歩きます。1 人で 2 周、3 周走りたいという方、事前に言ってもらえれば対応します。
- ・制限時間は 6 時間（記録は手動計測します）
- ・制限時間の 6 時間を越えた時点で、周回途中を走っている場合、そのまま走り続けてゴールまで自力で到達すればゴール記録は残ります。（巡回車ピックアップも可）
- ・4 周目終了時点で 5 時間経過していた場合、5 周目には入れません。（カットオフタイム）
- ・エイド（補給地点）はコース上に 3 カ所、スタート&ゴール地点のぼんじゃー前（水・スポーツドリンク・バナナ・塩・一口羊羹）、3.4 k m 地点の千年の森前（水・スポーツド

リンク)、5.2 km地点黒田湖周回分岐(水・スポーツドリンク)に設置します。スペシャルドリンク等必要があれば、各自ご用意下さい。ばんじゃーる前に置くスペースを設けます。

取り間違いを防ぐため、ゼッケン番号記入をお願いします。

・地域内の方々の協力の下、開催しています。年中行事として定着することを願っています。

参加するにあたり、今後の地域交流・地域活性を念頭に置いていただければ幸いです。

・エイドで提供する水は地下102 mから汲み上げた湧水です。入れ物を持参いただければ、持ち帰り可能です。

・開会式の時にお楽しみ抽選会を行います。当選確率高いです。(100%)

・走った後のBBQは、ばんじゃーる駒ヶ原で行います。

・前泊のキャンプも可能です。希望の方は事前にお知らせください。

・トイレは、受付会場の分校跡、近隣の遊べる花屋さん、ばんじゃーる駒ヶ原、千年の森のエイドにあります。

・駐車場は受付会場の分校跡地です。参加人数によっては場所が変わる可能性があります、その際はスタッフが誘導します。

・全体で集まるのは開会式までです。走り終わってBBQを堪能した後、自由解散です。

・記録証を用意します。できる限り当日お渡ししますが、後日郵送になる場合もあります。