



特集

自分だけの夢を抱き、北の大地を駆け抜ける TRANS・YEZO 北海道縦断遠足ジャーニーラン

シリーズ「北海道の天然記念物」⑥ 円山原始林〔札幌市〕

ほっかいどうの本 『カムイの生命 鼓動する野生』 北海道新聞社
『今日ばかり、明日は晴れ ~みんなが読める、高次脳機能障がい7人の物語~』
..... 北海道大学病院リハビリテーション部
『赤いテラスのカフェから フランスとアイヌの人々をつなぐ思索の旅』 共同文化社



特集

自分だけの夢を抱き、 北の大地を駆け抜ける

TRANS・YEZO 北海道縦断遠足ジャーニーラン

2022年7月31日から8月13日にかけて、26回目となる「TRANS・YEZO(トランス・エゾ)北海道縦断遠足ジャーニーラン」が開かれます。北海道を南北に縦走し、往復すると1,108*^{km}。毎年開かれるマラソン大会としては、世界最長の距離を走るもので、1997年から始まりました。旅をするように北の大地を駆け抜け、「自然との調和」「土地の文化」「人との出会い」を体感する——。大会を企画・運営する御園生維夫さんや参加者の方々に話を聞きました。

(文・片山健一 取材日2022年5月10日／写真提供・御園生維夫氏)

「この夏あなたも風となつてゆつくりと旅をするように走ってみませんか?」その呼び掛けに応じた20人のランナーが参加し、トランス・エゾの第1回大会は1997年8月10日に開幕しました。豪雨の中、日本最北端の稚内市宗谷岬を目標として、日高山脈の南端にあたる、えりも町襟裳岬をスタートしました。

7日間で走破する7つのステージの全長は555*^{km}です。最初の3日間は雨にたたられたものの、富良野・旭川間を走る第4ステージは晴天となり、色とりどりの花畑がパッチワークのように広がる美瑛の丘では「こんな景色のいい所を走るのもったいない」と、のんびり歩くランナーが続出しました。写真を撮ったり、名物料理に舌鼓を打ったりと「走り旅」を満喫しながら、15人が完走を果たしました。

呼び掛け人の御園生さんに届いた参加者からのメッセージには「トランス・エゾのコースは素晴らしい景色の所が多い。大自然の中をゆつくり走っていると、生きいきとした喜びが湧いてくる」「毎日、朝から晩まで走ることができる幸せな時間は何事にもかえがたく、

「この夏あなたも風となつてゆつくりと旅をするように走ってみませんか?」その呼び掛けに

「この夏あなたも風となつてゆつくりと旅をするように走ってみませんか?」その呼び掛けに

過酷さ乗り越え
完走目指す「走り旅」

とても充実した体験でした」といった感想が記されています。

大会に参加中、多くのランナーは、睡眠不足や疲労、関節痛、足裏のマメなどに悩まされ、各ステージに設けられた制限時間との闘いを強いられます。ジャーニーランに不慣れなランナーは、荷物の重みや、見知らぬ土地の地図読みに苦戦することも多いそうです。

トランス・エゾでは、食料や着替えなど必要な荷物は全てリュックサックに詰めて、各自が背負って走ります。手荷物を軽くするために、疲れていても毎日ウエアを洗濯しなければなりません。安全確保や体調管理も自己責任で、エイドステーション（補給地点）が無い道を翌日も走り切れるように自身をケアします。途中で棄権する場合も、バスなどの交通機関を使って自力でゴール地点となる宿泊施設にたどり着くことが基本ルールです。

しかし、その過酷さがジャーニーランの本質で、「走ることを通じた修行の場」と御園生さんは断言します。トランス・エゾの常連で、横浜市



昨年のアルティメイトに参加した中村磨美さん

在住の中村磨美さんは、初めて参加した2002年の大会は準備不足がたたり、「見知らぬ道をとぼとぼと走る、つらく苦しい毎日」が続き、完走できなかつた上に大会後は全身のむくみなど体調不良が1カ月続いたそうです。それでも毎年のように参加するようになったのは、その時に「たまっていた毒素のようなものが体外に放出され、全身がすーっと軽くなる」という、かつてない感覚を味わったことを理由に挙げます。今年で14回目の参加となる山口県

在住の南憲次さんは、「毎日のゴールに達成感があり、途中が苦しいほど大きな達成感が味わえます」とトランス・エゾの魅力を語ります。南さんも、初めて参加した2008年の大会で、ゴールした瞬間「白になった」という、58年間生きてきた中で感じたことのない感情が湧き起こり、「完全にはまってしまいました」と言います。

「参加しにくい大会」 それでも集まるリピーター

今年のトランス・エゾは、宗谷岬から南下して襟裳岬を目指す、約548キロの「toえりも」が7月31日〜8月6日の1週間で行われ、その翌日の7日には襟裳岬を出発して異なるルートで13日に宗谷岬に到着する約560キロの「toそうや」が開かれます。その両方に参加する2週間の「アルティメイト・ジャー

ニー」(1,100キロ)がある一方で、2000〜3000キロの一部区間だけを3・4日間で走る「Little・YEZO (リトル・エゾ)の部」を設けています。既に35人が参加を表明しており、随時追加参加者も受け付けています。

参加資格は、過去2年以内にジャーニーランの経験があること、自己責任を全うできること以外、細かい規定はありません。参加ランナーは、定年退職や子育てが一段落するなど、長期滞在できる50〜60代が中心で、歴代の最年長記録は85歳です。

参加費のほか、大会期間中の宿泊費、食費、会場までの交通費も含めると数万円から十数万円の費用がかかるなど「時間とお金のかかる、参加しにくい大会なんです」と御園生さんはおどけて言います。それでも参加者の約8割はリピーターになるそうです。見知らぬ人たちと、日常とかけ

がある一方で、2000〜3000キロの一部区間だけを3・4日間



中頓別町の牧場主が建ててくれたキャッチフレーズ「夢見る力ある限り！」の石碑前で住民と交流



呼び掛け人の御園生維夫さん (撮影・片山健一)

参加者全員で万歳をして2021大会は終了した



離れた空間で、共同生活に必要なルールを守り、共通のゴールを目指すし挑戦するという貴重な体験は、「大人の合宿」と参加者内では呼ばれています。

トランス・エゾが定着してくるにつれて、道内各地の企業や飲食店、漁業者、農場などがスポンサーとして協賛し、通過地点に食べ物や飲み物を用意してくれるなどの支援や、沿道から温かい声援が送られるようになり、地域住民との交流も深まってきました。「道中で応援してください」の方やボランティアスタッフなど、トランス・エゾで出会い、つな



がったご縁は、かけがえない財産です」と中村さんは言います。

北の大地を駆ける 非日常が感じられる大会を

高校時代にけがをして、陸上競技から遠ざかっていった御園生さんが、再びランニングにのめり込むきっかけとなったのは、商社勤務6年目で担当した北米大陸を横断するマラソン大会のサポート業務でした。約30人が出場して完走者は5人という64日間に及ぶ過酷なレースを目の当たりにする中で、「速さを追求するのではなく、自分を表現する方法としてマラソンができないか」と思い立ち、各地のマラソン大会に挑戦していくようになりました。

大きな転機となったのは、30歳の冬に参加した「東海道五十三次ジャーニーラン（呼び掛け人・田中義巳さん）」です。7日間で京都〜東京間535kmを走破するイベントで、腫れ上がった足首の痛みと極度の疲労の中で、御園生さんは「生きていくことへの感謝の気持ち」が湧き上がるのと同時に、「自分が探求していたランニングとはこういうものだ」と実感します。この感動を多くの人に味わってもらいたいと、自らジャーニーランの構想を練り始めます。

他人と順位を争う大会ではなく、「大きな夢や目標を持ち、日常生活では感じることでできないことに気付ける大会」をコンセプトに、それを実現する舞台は「自分がちっぽけだと感じられるほど壮大で、自然と気候に恵まれた北海道の大地が最もふさわしい」と、1995年からトランス・エゾの準備を始めました。

大阪市生まれ、埼玉県田市在住の御園生さんですが、少年時代にテレビドラマ『北の国から』で憧れ、旭川市内の大学で4年間を過ごした北海道は「第二の故郷」だと言います。

ジャーニーランを広め 長距離ランナーを育てる

たった1人で企画・運営したトランス・エゾが成功すると、全国各地からジャーニーランを開いてほしいという要望が御園生さんに届くようになりました。次々と開催していること、本業の片手間では対応が難しくなり、10年間勤務した会社を退職し、ランニング中心の生活へと切り替えました。

トランス・エゾ以外にもジャーニーランを多数手掛け、今年は沖繩縦断や鹿児島湾一周、伊勢街道、東京湾一周などの大会を企画しました。現地の下見と大会の運営で全国



宗谷丘陵の白い道を走る南憲次さん

各地を飛び回るため、「1年の3分の1以上は外泊です」と御園生さんは笑います。

他方で、御園生さんはジュニアランニングクラブも主宰し、2002年から埼玉県内の小中高生を中心に長距離走を指導しています。全国レベルのランナーが育っているほか、女子サッカーの日本代表「なでしこジャパ

ン」として東京五輪に出場した長谷川唯選手ら陸上以外のアスリートも輩出しています。「子どもの短距離は筋力に頼りがちになってしまいますが、長距離は努力することで速くなるし、成長を実感できる競技だから」と、ランニングを通じて一生懸命取り組むことの大切さを伝え、子どもたちの心の成長を促しています。

危機を乗り越え いざ26回目の冒険へ

コロナ下にも中止することなく続いているトランス・エゾですが、大きな危機もありました。2000年の大会で、1人の参加者が自動車との接触事故で亡くなりました。その時、御園生さんは「そもそも1日に80〜100キロも走るといふ大会は無謀だったのか」と反省し、「もうやめようかと悩みました」と打ち明けます。しかし、悩み抜いた挙げ句、「亡くなった方に報いるためにも続

けるべき」という結論に達しました。ランニングやマラソンのブームが続く中で、国内外でさまざまな大会が開かれています。「自分だけの価値観を見つける、生きる糧が得られるといった、普通のマラソン大会にはないトランス・エゾの価値が伝わらなければ、やがて淘汰されていくことになるでしょう」と御園生さんは考えます。

今年のトランス・エゾで4回目のアルティメイト・ジャーニーに挑戦する南さんは「規律を守り、社会と共生し、試練を乗り越え、仲間との絆を強めていく……。人生を凝縮したような時間の中を走ることができると、この大会への特別な思いを力説します。

御園生さんも「自分で作り上げた大会ですが、26年目を迎える今は、神様に与えていただいた役目だと思うようになりました。これからもその役目を全うしていきたい」と熱い思いをたぎらせています。

「夢と冒険、出会いと発見」（中村さん）を求めるランナーがいて、キャッチフレーズに掲げる『夢見る力ある限り！』、御園生さんは大会を続けていく決意です。

お問い合わせ先
TRANS・YEZO
呼び掛け人・御園生 維夫氏
電子メール no-miso@nifty.com



まるやま
円山原始林
〔札幌市〕

〔文〕写真・片山健一 取材日2022年5月13日・6月25日
※写真のモデルは、季刊アイワード編集委員会のメンバーです。全員が頂上をきわめました。

緑の島のように
浮かび上がる円山



大都市に残る貴重な植物相
市民に愛される標高225メートルの低山

円山は、札幌市中心部から3キロほど西にある標高225メートルの低山です。安山岩から成る山体はうっそうとした樹林に覆われ、頂上付近だけ岩盤が露出しています。自然歩道が山頂まで続き、カツラの木など多様な草木が見られる都会の貴重な天然林として、「円山原始林」は市民に親しまれています。

カツラ林などの天然林が覆う山

1869年、開拓使判官に着任した島義勇は、円山の麓にあるコタンベツの丘に登り、原野だった札幌に、現在の南一条通と創成川（大友堀）が交わる創成橋付近を基点とする都市計画の構想を描いたとされています。

その当時はまだ、円山はアイヌ語で小さな山を意味する「モイワ」と呼ばれていました。1871年、島の後任に就いた岩村通俊が、京都に倣って麓の



札幌市街が一望できる頂上



頂上にある山神の碑

村を円山村と名付けると、山も円山と呼ばれるようになりました。「モイワ」の名は、アイヌ語の「いつも遠くを見渡す所」という意味の「インカルシベ」と呼ばれていた隣接する山に使われるようになり、それが定着し、現在の藻岩山となったそうです。

円山原始林は、山麓にカツラ林が発達し、上部にはミズナラのほか、一部トドマツが見られ、山腹にはシナノキ、エゾイタヤなどが混生する冷温帯らしい天然林を形成しています。エゾエンゴサク、エンレイソウなど草木の種類が豊富なのも特徴で、390種の植物分布が見られます。

「原始林」と名付けられていますが、過去に伐採など人の手が入ったこともあるため、正確には原始林ではありません。暖房用の薪や建築用の木材が大量に必要だった開拓時代、札幌周辺の環境荒廃を防ぐ観点から、1873年に円山での伐採は禁止されました。1915年には北海道庁が原生天然保存林に編入し、1921年に43・9鈔の区域が国の天然記念物に指定されました。

多くの市民が訪れる身近な天然記念物

天然記念物区域内は、工事や樹木の伐採、動植物の採集などの行為が厳しく規制されています。円山の大部分は国有林で、管理する石狩森林管理署は「山林と住宅地が近接しているため、危険木の除去や枝払いが必要になります。文化庁に許可を得てから作業するなど、普通の国有林よりも管理が大変です」と話します。



カツラ古木の根が露出した自然歩道



登山口のある円山大師堂

円山原始林のエリア内で市民が自由に立ち入り、散策できるのは、札幌市が管理する自然歩道の部分だけです。この歩道は、1914年に円山村の開拓者たちによって開削されたのが始まりです。総延長2・7キロ、山頂までが1キロほどの「円山ルート」は、手軽なハイキングコースになっていて、多くの市民が訪れます。円山大師堂がある北登山口を起点とした山頂までの沿道には、四国八十八箇所にちなみ献納された、たくさんのお観音像が並んでいます。

札幌市円山地区

円山地区は、1870年に山形県から30世帯90人が入植したのが開拓の始まりです。当時は沼地のある原始林でした。現在は人気の高い住宅地として発展し、高層マンションも建つなど、人口が増え続けています。

ほっかいどうの本

このコーナーは北海道の出版社から発行された本を社員が読み紹介しております。お近くの書店にない場合は発行先へお問い合わせください。特記以外は税込価格です。

カムイの生命 鼓動する野生

978-4-86121-055-0

山本 純一 著
A4判 96頁 3,300円
北海道新聞社 発行 011・210・5744



知床の深い森で、著者である写真家の山本純一さんはヒグマと対峙しました。その瞬間、生命の危機を感じ心臓の鼓動が耳元ではっきりと聞こえた、とあとがきに記しています。

移りゆく季節とともに生きる動物たちのエネルギーが迸る瞬間を切り取った1001点の写真は、どれも臨場感に溢れ、野生とは何であるかを思い知らせてくれます。野生動物の世界に足を踏み入れた、五感を研ぎ澄まさなければいけない感覚に、ページを繰るのことに見る者も近づいていきます。厳しい自然の中で動物の親子が見せる子育ての姿や、表紙写真のヒグマがサケに喰らいついた瞬間のみならず、緑り返される生と死のドラマが独自のアンブルにより心に迫ってきます。

著者が述べているように、「自然への敬意と、自らも自然によって生かされているという事実を、より謙虚に受け止める必要性」について考えさせられます。北の大地に生きる野生動物達の思っかいを感じてみませんか。

(刷版部 水尾直治)

今日はいくもり、明日は晴れ

978-4-86121-055-0

生駒 一憲 監修 / 玉川 侑那 編著 / 伊藤 竜綺 イラスト
北海道大学病院リハビリテーション部 発行
A5判 192頁 送料・手数料込み 1冊 1160円
注文は、info@kokoro.orc.orc.ac.jp
011・7706・7010 (北大病院リハビリテーション部 玉川さん)



高次脳機能障がいとは、事故や病気によって脳の一部が傷つき、その後遺症によってこれまでの日常生活や社会生活が難しくなってしまう障がいのことです。

本書には、ある日を境に障がいをおつた7人が、紆余曲折しながらもそれぞれの目標に向かって人生を歩まれている実話が収められています。障がいが起こる前の生活や人物像、その後の生活における様々な困難が描かれていますが、本人が希望を持ち、努力して家族や事業所の支援に向き合う姿に胸が熱くなります。

様々な場面で異なる症状と向き合い、周りの人の力も借りながら、1歩進む日もあれば2歩戻る日もある。そのような特性を日々の変わりやすい天気为例え、「上手くいかない日があっても明日は上手くいくかもしれない」と当事者が前向きに捉えてくれることへの願いが、本のタイトルに込められています。

この本を通して、障がいへの理解が広まり、全ての人の生き方が尊重される世の中になることを願います。

(北海道営業部 酒井 隆)

赤いテラスのカフェから

978-4-8739-888-7

加藤 利器 著
共同文化社 発行 011・251・8078



本書は、著者が北海道新聞社パリ特派員として、パリ在住時代の経験に基づき、フランスとアイヌの不思議な結びつきについて書き綴った内容です。

本書サブタイトルにある「フランスとアイヌの人々をつなぐ思索の旅」は、道新パリ支局のあったシャンゼリゼ通り34番地の赤いテラスのある「カフェマドリガル」から始まりました。

文芸評論家として有名な菅野昭正さんとの出会い、そしてノーベル文学賞談義の中で話題となったギユスターブ・ル・クレジオ氏、さらにフランス東部ブザンソンにある美術考古博物館で見つかった蠣崎波響作「夷酋列像」から、著者は「人権」の観点からアイヌの歴史と文化に真摯に向き合うべきと語ります。

度を越えたナショナリズム、偏狭な国家観の押し付けなど問題が山積する現在だからこそ、本書を通して「人権」「多様性」そして「戦争放棄」を考える時ではないでしょうか。

(常務取締役 竹島正紀)

新刊情報

書名の下に数字は日本図書コード(JISBN)及び雑誌コード。特記以外は税込価格。お近くの書店にない場合は発行先へお問い合わせください。

北海道キャンプ場&コテージガイド
2022-23 978-4-86721-063-4

花岡 俊吾 著
A5変型判 336頁 1980円

見る感じる驚く！ 道東の地形と地質

前田 寿嗣 著
A5判 160頁 1760円

北海道大人の日帰りスポット480

花岡 俊吾 著
A5変型判 288頁 1870円

新夏山ガイド1 道央

長谷川 哲 著
B6判 304頁 2640円

七光星に輝きを
ニセコのキセキ・札幌集中のリアル

北海道新聞社 編
四六判 344頁 1980円

絶景 北海道の鉄道

番匠 克久 編著
B5判 176頁 2640円

増補新版
北海道爬虫類・両生類ハンディ図鑑

徳田 龍弘 著
B6判 104頁 1760円

わんにゃん 幸せのトリセツ

高橋 徹・南 佳子 著
四六判 256頁 1650円

道新プラス
道新受験情報2023大学・短大特集

北海道新聞社 編
B5判 290頁 880円

北海道新聞社

〒071 札幌市中央区大通西3-6
011-210-5744

講座 サニテーション学1
総論 サニテーション学の構築

山内 太郎・中尾 世治・原田 英典 編著
A5判 198頁 3520円

講座 サニテーション学5
サニテーションのしくみと共創

清水 貴夫・牛島 健・池見 真由・林 耕次 編著
A5判 412頁 4620円

ロシアにおける金融と経済成長
政策効果と金融市場に関する実証分析

大野 成樹 著
A5判 272頁 6820円

北海道大学出版会

〒000 札幌市北区北9条西8丁目
011-7447-23008

改訂版 二笑亭綺譚

式場 隆三郎・柳 宗悦・谷口 吉郎・五十嵐 太郎 著
A5判 137頁 3300円

中西出版

〒073 札幌市東区東雁来3条1丁目-34
011-785-0737

乳量・乳質向上のチエックポイント
「2021年版ホルスタイン・データファイル付き」

青木 康浩 監修
A4判 156頁 2530円

デーリイマン社

〒006 札幌市中央区北5条西14丁目
011-231-5261

士の力を引き出す

谷 昌幸 著
B5判 140頁 1466円

北海道協同組合通信社

〒005 札幌市中央区北5条西14丁目
011-231-5261

中皮腫とともに生きる

希少・難治性がん患者と家族の26の「ものがたり」
大島 寿美子 編
四六判 232頁 2200円

寿郎社

〒087 札幌市北区北7条西2丁目
011-708-8565

断面 北の昭和史

北海道ノンフィクション集団 著
四六判 336頁 2200円

柏鑪舎

〒002 札幌市中央区北2条西3丁目
011-219-1211

北方島文化研究 第14号

北方島文化研究会 編
A4判 40頁 2750円

明治期北海道地図の研究

高木 崇世芝 著
B5判 320頁 8800円

北海道出版企画センター
〒008 札幌市北区北18条西6丁目2-47
011-737-1755

志民協働による
景観と観光をつくる戦略と手法

志民がつむぐ地域の姿と物語
今野 久子・大下 茂 著
A5判 248頁 2200円

赤いテラスのカフェから

フランスとアイヌの人々をつなぐ思索の旅
加藤 利器 著
A5判 184頁 1980円

地域経済における
サプライチェーン強靱化の課題

地域産業連関分析によるアプローチ
阿部 秀明 編著
A5判 116頁 1650円

共同文化社

〒003 札幌市中央区北3条東5丁目
011-251-8078

紙のば
南茅部のコンブ漁

北海道のコンブは漁獲される地域毎に種類銘柄が異なり、利用方法も多岐である。道南の南茅部から噴火湾にかけて漁獲されるものは、江戸時代から真昆布・白口浜昆布として関西方面で珍重された。近年は養殖物も増えてきているが、高級だし昆布やおぼろ昆布として欠かせない。

南茅部町は2004年に函館市に編入されたが、白尻、尾札部など海岸沿いの集落にはコンブ干場が広がり、夏の日、家族総出の作業が見られる。

GEM木版画会 会員 札幌市在住

011-241-9341



※季刊アイワードのバックナンバーを
弊社ホームページよりご覧いただけます。

URL <https://iword.co.jp>