

## 第8回神戸マラソン ランナーエピソード (つなぐ～神戸を走る私から被災地へ～)

お名前	都道府県	
福石 健一	兵庫県	私は東日本大震災で宮城県へ災害派遣になった。被災地の現状を見て愕然とした。無力感だけを抱え兵庫に戻った。遠く離れてはいるが東北のために何かしたいと思い、第1回神戸マラソンで被災地から参加されるランナーを応援するためランナーサポートのボランティアに加わった。翌年から家族で沿道応援することが家族行事になった。阪神・淡路大震災から20年目になる第4回神戸マラソンで新聞記者のコラム「運動音痴の42.195」を読み私も走りたいと思った。翌年、クオータマラソンで参加した。いつかフルマラソンも。思いは強くなった。それまでは宮城県のマラソンに毎年参加し続け、現地で知り合った方々と交流を続けてきた。私がマラソンを始めるきっかけになった記者さんに、昨年、今年と地元で取り組んでいる防災紙芝居と東北応援かるたを新聞で取り上げていただきご縁を感じている。東北の方々とは震災という深い悲しみの中で繋がったご縁ではありますが、まだまだ復興道半ばの被災地をこれから応援し、ご縁をつなぎ続けるために、あの時はありがとうと、今年はフルマラソンを走ってエールを送りたい。3.11、1.17忘れない。
もと	和歌山県	昨年もエピソードに載せていただきました者です。震災で東灘区から避難した祖父母が他界して、神戸に帰る家がなくなった母親に、初神戸マラソン完走してメダルを持って帰りました。見た母親は「ありがとう。ようやく(完走した)」と同時に震災当時を振り返り、涙ながらに「早よ、見せにいつやらな(祖父母に見せに行かないと)」と翌日お墓へ報告に行きました。「このメダルはね、一人では持って帰れなかったんだよ。神戸の沿道の方々、ボランティアの方々の支えがあってここにあるんだよ。皆で頑張って復興したから元気に活気溢れる街に戻ってたよ」とスマホ写真を見せて帰ってきました。昨年のボランティアの皆様、沿道の応援の方々、冷たい風の中、震えながらも私達ランナーの為に声を振り絞り応援してくださり有り難うございました。皆様の応援があったからこそ、メダルを持って帰れました。今年も走らせていただけることに感謝しています。元気なひまわりの笑顔で完走目指します。よろしく願いいたします。
姫路天使会koh	兵庫県	中学三年まで過ごした熊本。二年前の熊本地震でたくさんの知り合い、音楽仲間が被災しました。震災直後、自宅が半壊し避難生活を強いられた方、車中泊で余震に怯えた方。たくさんの仲間の現状をリアルタイムで聞いてきました。そして今日まで、自分にできることで、と熊本支援と熊本地震が忘れられないように、いろいろと活動しています。神戸マラソンには第1回から応募してましたが、今回初めて当選でき、今なお日常生活を取り戻せず、毎日を頑張ってる熊本の方々へ、自分も違う形だけど、頑張ってる姿を届けて、少しでも復興への力を与えられたらと思い、初マラソンですが完走を目指して神戸の街を走ります。そして一緒に走るランナーの方や沿道から応援してくれる方々にも、走る姿を見せることで、熊本を忘れないでと伝えたいと思います。私の故郷、熊本の為に完走目指して走ります！！
山下 誠	福岡県	当時、神戸市長田区で姉夫婦と熊本の姉の子(甥:下宿が2階で1階がつぶれた)が震災。今度は熊本で姉と私の子供(当時大学生)が被災に。子供は大学に避難しましたが、付近の住民が避難所と思い込んで大勢押しかけ、避難所状態に。その方たちのお世話をすることとなり、親元を離れた被災者の大学生たちが自分たちで役割を計画・分担し、水や食料の確保に奔走。トイレの水はプールから何度もくみ出し、避難所への誘導など。大学自治には市の行政が入らない為、被災はするは、被災者の世話はするはで大変だったと言っていました(ニュースにも取り上げられました)。私は北九州マラソンが初めて開催された2014年、50歳となり、その歳からマラソンを始めました。あれから5年、10回のフルマラソン完走を果たしました。双子の娘たちも、私に触発されフルマラソンを完走しています。昨年は、復興に願いを込めて熊本城マラソンを完走。今度は神戸の完走をと意気込んでいます。本当は双子の娘たちと共に走りたいのですが、今回一人参加します。また、第1回大会から姉夫婦が鉄人の公園前の給水所でボランティアとして参加しています。
森本 徹	奈良県	ランニングを始めて5年。フルマラソンに挑戦して4年。毎回自分のために走っているのは間違いが無いけれど、自分が走ることで周囲に勇気や感動を与えられることがわかったのはつい最近。「がんばれ」という言葉は簡単に使うけれど、以前は周囲が勝手に言っているだけで無責任な言葉だな、と思っていた。フルを走ると、毎回「がんばれ」の言葉で勇気付けられ元気をもらえる。昨年、東北みやぎ復興マラソンを走った。走ることで被災地の人に元気を与えられるかなと思ったから。でも実際走ると逆に沿道の人に勇気と元気と感動をもらった。マラソンはすばらしい。走ることの意味を考えて、被災地神戸でも勇気と元気と感動を沿道の人と共有したい。
遠藤 広之	東京都	今年度も、東北宮城→岡山→神戸→いわき→熊本と少しでも被災された方の力になれるよう沿道の皆さんに、『笑顔とありがとうと頑張ろう！』を連呼して届けます。頑張ろう！ニッポン！

## 第8回神戸マラソン ランナーエピソード (つなぐ～神戸を走る私から被災地へ～)

お名前	都道府県	
川崎 善幸	茨城県	私は学生時代に阪神・淡路大震災をTVなどの報道で見っていました。その当時は遠い地域であったこともあり、大変だという程度で考えておりました。しかし、東日本大震災を経験し、被災者となった経験から、みんなで一致団結し乗り切らなければならないものなんだと実感しました。最近でも熊本や大阪の地震、西日本の豪雨による氾濫など、全国で災害が起きております。被災した経験から、今こそ全員が一つなるといふ思いを込めて、そして被災地の方々に笑顔が戻ることを願って、神戸マラソンを走りたいと思います。
やすくん	大阪府	阪神・淡路大震災があった1995年1月17日午前5時46分、私は当時勤めていた三宮にある会社で寝ていました。ふと目が覚めると遠くから大きな地鳴りが近づいたと思いきや、突然の大きな縦揺れが数回、その後大きな横揺れに見舞われどうすることもできない数分間。このまま死ぬんでは、と思える大きな揺れ。地震が治まってからはしばらく起き上がれないほどの放心状態。神戸の街が復興するまでの間、たくさんの人たちの支援を受けて少しずつ立ち直っていく神戸で数年間を過ごしました。その後、神戸の街を離れ、神戸に行くこともなくなっていく日々を送っていましたが、今年、神戸マラソンに当選し、神戸の街を走ることになりました。完全に復興した神戸の街を走ります。先だっただけの大雨による甚大な被害を被った皆さん。時間はかかりますが、必ず街は復興します。皆さんも立ち直ることが出来ます。今は辛く大変でしょうが、ぜひ頑張って前へ進んでください。
のりちゃん	香川県	神戸市・愛媛県宇和島市は、阪神・淡路大震災、西日本豪雨の両災害の被災地です。阪神・淡路大震災の発生時には、自分は神戸から半年前に宇和島に引っ越ししており、被害は有りませんでした。今回の西日本豪雨の際も私達は10年前に香川県に引っ越ししており被害は有りませんでした。ただ今回の西日本豪雨では、10年以上過ごした宇和島吉田町のミカン農家や水産業者の友人の何人かとは連絡が取れていません。死者のリストに掲載されていないのが唯一の救いです。ボランティアにも参加せずに練習していいの？いつも自問自答しながら走っています。一刻も早く平穏な日々を過ごせる日が来る事を祈っています。
小口 登	神奈川県	私は横浜市立の中学校の教員として36年間勤務しましたが、修学旅行の引率で何度も神戸を訪れました。横浜の中学校の修学旅行の目的地は多くが京都や奈良の古い歴史をめぐるコースが多いのですが、最後に勤務した学校は阪神・淡路大震災で被災した神戸を訪れる震災学習が主たる目的でした。半年前から毎日の帰りのホームルームで被災者の手記を読み、ビデオを見たりして十分な事前の学習を済ませて現地に向かいました。長田では被災者に直接話を伺い、当時の悲惨な状況や復興に至るまでの仲間たちの協力の大切さなど多くをを学ばせていただきました。私は退職後に始めたランニングで今回が2度目のフルマラソンですが、是非何度も訪れた神戸の街を、お世話になった長田町の街を駆け抜けてみたいと思いました。鉄人28号、待っています！
目黒 裕一	神奈川県	阪神大震災が起きたとき、私は神奈川県内に住む中学校2年生。翌年度の生徒会会長をやるのが決まった直後の出来事でした。前々から兵庫県内の中学校と交流があり、生徒会でビデオレターを送ることになったのですが、事態の深刻さや復興の大変さを当時の私は十分に理解できていませんでした。ビデオレターの中で復興のことを簡単に話しすぎてしまったと、東日本大震災を初めとする災害を体験して痛感しました。今でも申し訳ない気持ちとともに思い出すことがあります。昨年末に神戸を訪れる機会があり、ルミネリエなどいろいろ見て回りました。そこで莫大なエネルギーを感じ、すごく感動しました。そんな街をマラソンという形で走り、またエネルギーを感じ取りたいと思っています。最近も各地で様々な災害が起きていますが、見事に復興を成し遂げた神戸のエネルギーを少しでも伝えられればと考えています。
渡邊 竜二	福島県	2011年3月11日東日本大震災で大災害にあった。全国各地からの支援、神戸からの温かい支援等に感謝。第1回神戸マラソン走りました。今度は西日本の被災地へ、私達が走ることで、元気・勇気を恩返し。体重100kgだけけどサブ5目指し、被災地の苦しんでる人に元気な走りを発信したいです。恩返しラン

## 第8回神戸マラソン ランナーエピソード (つなぐ～神戸を走る私から被災地へ～)

お名前	都道府県	
山本 将平	愛媛県	神戸は、亡くなったおじさんも居て、父も神戸に単身赴任で居て震災を経験してます。7月7日に西日本豪雨の被災地になってしまいました。実家と住んでるとこは大丈夫でしたが、知り合いの家が何軒も被災して亡くなったかたもおられました。今年で2回目ですが大好きな神戸で頑張っって完走して、サブ3.5達成するように地元の復興のために頑張りたいです
上田 桃子	兵庫県	何か目標を持ちたいという思いから5年前にはじめたフルマラソンですが、今年はそれに加えて被災地の方々への想いもこめて走ると決めています。私が高校生まで過ごした愛媛県は今回の豪雨で被災しました。地元も川が氾濫。隣の市の友人宅は床上浸水まで被害がありました。私は今、こうやって愛媛を離れ兵庫で働いていますが、故郷である愛媛県の、できる限り早い復興を願っています。私ができることはなにもないですが、今年のフルマラソン挑戦をもって、少しでも勇気が届ければと思っています。愛媛にいた両親、祖父母にも元気に頑張っていることを伝えたいです。
小野寺 憲一	宮城県	阪神・淡路大震災と東日本大震災をつないで走ります。私は現在、宮城県気仙沼市で東日本大震災からの復興まちづくりを担っています。阪神・淡路大震災の教訓も活かしながら、“わくわく”、“きらきら”のまちを作るべく、行政・市民・産業界・地域が一体となって頑張っています。
宮田 英典	大阪府	今年の6月、大阪高槻市を震源とする震度6弱の地震が発生しました。当時、震源地に住んでいた私は、子供を保育所に送り届ける途中でした。地面が揺れた後、電線が大きく揺れ、体もふらつき、一瞬で地震だと気が付きました。幸い家族や周囲の方々に大きな被害はなかったものの、ライフラインへの影響や余震の恐怖等、その余波は想像以上でした。この経験から、天災による被害はその時だけではないことを実感致しました。ましてや、ご家族やお知り合いに影響があった方のことを案ずると、辛くて仕方がありません。天災は、発生時が過ぎればほとんどマスコミに報道されることはありませんが、被災者はずっと心に刻まれます。実際には神戸マラソンを含め、被災者への配慮に関する取り組みも数多く存在しますが、そのような報道はあまり目に止まらない印象があります。毎年行われる、神戸マラソンでスタート前に行う参加者全員で黄色い手袋を着用した「しあわせ運べるように」の合唱は涙が止まりません。どうか災害時のみでなく、少しでも防災対策や被災者への苦痛軽減に対する取り組みにも光を当てて頂けたらと切に願いながら、全力で神戸マラソンを走ります。
チッピー	三重県	私はもともと幼い頃からマラソンは嫌いで体育の授業や学校でのマラソン大会は不参加したいくらいでした。しかし、2012年に大阪マラソンの記事を見つけて、参加された皆さんのメッセージを見て、自分もマラソンに挑戦したくなって、大阪マラソン2013のチャレンジランに初出場して、多くの人と一緒にマラソンを走ることの楽しさと喜びを理解しました。そしてこの第8回神戸マラソンが私にとって初めてのフルマラソンになります。私は阪神・淡路大震災が発生した時はちょうど5歳の誕生日でした。多くの人が犠牲になり、家を失った方もたくさん居られます。私は神戸の町が好きです。神戸ルミナリエも2012年から毎年欠かさずに行っています。そしてこの第8回神戸マラソンを完走して神戸の皆さんに勇気と希望を与えたいです。
乾 聖陽	大阪府	昨年に引き続き今年も出場することが決まったとき、真っ先に報告したのが震災で亡くなった祖父でした。祖父は自分が生まれる前に亡くなったので、どういう人だったのかは母から聞きました。震災で亡くなった祖父のためにいつかこの神戸で走ってみたいと思い昨年に引き続き出場する事に決めました。震災で亡くなった方々のためにも頑張っている姿を見てほしいと思います。
青柳 重信	福島	私は福島県須賀川市在住で3回連続の出場となります。須賀川市は東京五輪銅メダルの円谷幸吉氏の出身地でその名を冠したマラソン大会も毎年開催されます。数年前まで、ランニングコースの土手には放射線モニタリングポストが立ち、公園には仮設住宅もありました。東日本大震災後の運動不足からメタボリックシンドローム予備軍に認定されランニングを再開、その後、父親がなくなりお寺の総本山の長谷寺の参拝も兼ねて京阪神のマラソン大会に応募したのが、神戸マラソンとのご縁となっております。観音様のおみ足に触れ、その御利益がサブ4を達成することができました。現在勤務している会社はゴム菓を製造しておりますが、長田区はゴム製品メーカーが多くご支援をいただきました。レース終盤のユーザーさんの謀ベルトメーカーの塔が見えてくるとあと10kmの実感がわきます。7年前の被災地から出場して、23年前の被災地神戸を走りながら、私は「つなぐ」という積極的意思を持つに至っておりませんがいろいろな「つながり」を感じることは確かです。

## 第8回神戸マラソン ランナーエピソード (つなぐ～神戸を走る私から被災地へ～)

お名前	都道府県	
江藤 武	熊本県	<p>阪神・淡路大地震では親戚が被災し、私自身は平成28年4月に熊本地震を経験しました。その間に新潟中越地震や東北での大地震が起こり、その度に胸が痛みましたが、悔しいことに全国のニュースなどでは災害発生からしばらくは取り上げられていたのが、1年も経たないうちに風化してしまったかのように、多くの人に忘れられたことです。これは大地震に限ったことではありません。水害などの多くの自然災害に遭われた被災地についても同じです。起きてしまった事実はなかつたことにはできません。被災者はどんなに辛くても必死に前を向いて頑張るしかないのです。ただただいつ終わるのか分からない復興に向けて。だからこそ被災地以外の方々には忘れて欲しくないのです。被災地の教訓を次につなげて欲しいのです。</p> <p>忘れないでいてもらう為にも、私のような被災経験者が多くの人々の目に留まる場で、頑張っている姿を見せることが風化させない1つの方法だと思っています。だからこそ一生懸命に頑張って走ります。被災の事実を風化させない為、そして被災地に元気を届ける為。</p>
上松 敏治	兵庫	<p>神戸に生まれて50年。豊かな緑に包まれ、輝く海の美しい青を愛し続けてきました。震災で味わった恐怖と悔しさは、この街への愛情をさらに深いものへと。あの苦しかった日々に、父の故郷であり、私のもうひとつの心の故郷である熊本から、たくさんの励ましを頂きました。その熊本が、2年前に大きな地震に見舞われる。悲しみとやるせなさを感じつつ、自らにできることを探しても無力さが募るばかり。そんな中、開催決定から、いつの日かと思っていた神戸マラソンへの挑戦を決意。同時に、熊本城マラソンにもチャレンジしようとエントリー。2年の練習を経て、今年、神戸マラソンを走れる喜びでいっぱいです。そしてまだ発表はありませんが、熊本城マラソンも走れたら最高です。特別なふたつの故郷の景色を体中に浸透させながら、その場所に綴られた過去や、綴られるだろう未来にまで思いを馳せて走りたい。できるなら、絶えることなく起こる災害で苦しむ様々な地域の方々へ、エールも送りながら。本番に向けた練習は、楽ではありません。でも私を苦しめる坂道も、向かい風も、ゴールラインを越えたら優しく肩を抱き、「よく頑張った」と声をかけてくれると信じて走ります。</p>
ひろくん	兵庫県	<p>阪神・淡路大震災で罹災し住居も全壊となりました。 単身赴任先の東京で東日本大震災に見舞われ、営業先の福島県等に何度も足を運び、部下に激励に回りました。 今年も西日本を中心に災害が発生し、多くの方々が被害に遭われました。 罹災した家族・友人・同僚と完走を目指し、深い絆を結びたく頑張る決意です。</p>
ダイナマン	東京都	<p>去年、私の友人は神戸マラソンを走りました。 友人に誘われてエントリーしました。 友人は落ちましたが、私は当選しました。 コースがフラットだけでなく、神戸マラソンのコンセプトである「人々のために走る」ところに共感しました。 阪神・淡路大震災、東日本大震災、熊本地震、そして今年の西日本豪雨のニュースを見て胸がとても痛いです。 神戸だけでなく岡山マラソン、熊本城マラソンも走ります。</p> <p>この大会を走るのも何かの縁です。一生に一度、いや一走の神戸マラソンを楽しむだけでなく、天災の恐ろしさを忘れてはいけない、でも復興してから元気になったところも見せていきたい、そんなマラソンにしたいです!!!</p>
野口 仁	鹿児島県	<p>現在、鹿児島在住ですが、神戸市須磨区高倉台で阪神・淡路大震災に遭いました。 当時勤めていた明石仁十病院で、神戸市内で収容しきれない患者さんをできるだけ多く受け入れる仕事を担当。もっと急を要する人々を診たいというもどかしさもありましたが、それぞれに任された役割を果たすことで全体がうまく回転するのであり、貴重な経験をさせてもらったと今は思っています。 DMATや災害伝言ダイヤルが作られ、PTSDに対するケア・トリアージ・災害救助犬の重要性が認知され、危機管理・ライフライン・黄金の72時間と言う言葉が広まるきっかけになったあの震災。経験を活かし、鹿児島で事あるごとに自分の経験したことや日頃の備えの重要性を説いています。神戸では震災経験者も少なくなってきたと聞きますが、語り継ぐことは忘れないでほしいと思います。 神戸を離れ15年。被災地の変化も確かめながら走るのを楽しみにしています。</p>

## 第8回神戸マラソン ランナーエピソード (つなぐ～神戸を走る私から被災地へ～)

お名前	都道府県	
新田 智彦	兵庫県	7年前、私は36年6か月の公務員生活にピリオドを打ち、兵庫県の会社に単身赴任した。その年の第1回大会に当選して参加する機会を得た。神戸は今回で6回目の参加で、とても幸運の続く大会であり、また自己ベストを出した大会として思い出に残る大会である。神戸マラソンのイベント中、私にとって特に印象的な出来事は、開会式の時に歌われる「しあわせ運べるように」の合唱である。この曲は阪神・淡路大震災復興を祈念して作られた曲である。我が国は今年も大阪北部地震、西日本豪雨など各地で災害が発生しており、多くの方々が犠牲になっている。今私がこうしてマラソン大会に参加できているのは、本当に幸運に生かされて恵まれていると考えなければならない。今年も、この曲を聴きながら、周囲の人に隠れて涙を流して感動し、関西生活最後の神戸で有終の美を飾りたい。
若林 哲平	福岡県	私はマラソンが好きです。日頃ストレスを感じる生活をしていても、走ってる間は「きついけど頑張ろう」と思いながら走ることができます。そして、沿道からは子どもからお年寄りまで全然関わったことない人達が「頑張れー」と笑顔で手を振ってくれます。そんな人達にとっても感謝しながら走っています。 震災復興という目的でマラソンをするきっかけになった大会があります。「熊本城マラソン2016」です。なぜかという、この大会後に大きな地震が益城町を中心に起こったからです。私は福岡から初めて一人でバスに乗り、熊本に行き、走って、沿道の声援の途切れない熊本の人達の暖かさや優しさを感じた直後の出来事でした。ボランティアにも参加したりして、できることは小さかったのですがやったつもりです。神戸マラソンは出走前の阪神・淡路大震災の犠牲者を始め国内外の方に向けた黙祷や、ひまわり手袋の活動など震災復興への再認識として小さな事かもしれませんがとても大事なことだと思います。日本でも自然災害は増える一方です。神戸から日本と海外の被災地に「一緒に頑張りましょう」という気持ちを込めて走りたいと思います。
折捉 警備	東京	震災が起きる3か月前、初めて三ノ宮の駅を降りました、なんだか歪んだ道の町だなと思いながらホテルへ向かいました。街はけっして綺麗では無かったものの、見かけによらず町の人は親切でした。東京に戻りしばらくすると、あの忌まわしい震災が起きました。神戸に行くのが3か月ずれ込んでいたらどうなっていたらと思うと恐ろしくなりました。同時に神戸の被災者に何も出来ない自身の無力さも痛感しました、神戸に何が出来るのだろうか考えた時に、この街を走ろう、この歪みの無い街を走ってみたい、真っ直ぐな神戸を。
楠瀬 元彦	香川県	フルマラソンは神戸マラソンで2回目になります。 香川県からの参加となりますが、大阪北部地震、西日本豪雨のニュースを観て何かできないか考えていました。それは当日、私は早く走れる訳ではありませんが、神戸マラソンを全力で走り、被災した方たちに少しでも元氣と希望を与えたいと考えています。