

TRAIL RUN

トレイルランニングをこよなく愛する人たちに贈るディープな情報

144回

SEPTEMBER

文/吉本 亮

トレイル通信

トレイル通信主催 第10回トレイル検定

トレイル検定は、ついに今年で10回目。各界でいくつも誕生した検定が消えても、トレイル通信はブレずに開催！ 難問・奇問もたまにあるが、30分で半分以上の正解ならピギナー卒業だ!? では、スマホは機内モードにして検定スタート!

雑学

「後片付け」能力テスト

【問題A】

ネコが暴れて大会パンフレットの箱がごちゃごちゃになりました。a~iの各大会のパンフを、1~5の適切な箱に戻してください。

- | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---------------|----------|--------------|------------|-------------|--------------|--------|------------|-------|---------|--------------|--------|----------|
| i | h | g | f | e | d | c | b | a | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| レース | 信越五岳トレイルランニング | 霧島登山マラソン | スカイライントレイル菅平 | 奥久慈トレイルレース | 斑尾フォレストトレイル | 大雪山トレイルジャーニー | ハコネ50K | 大峯早駈 | 石川弘樹箱 | ファンランド箱 | ユニバーサルフィールド箱 | フィールズ箱 | パワースポーツ箱 |
| | | | | | | | | 西米良スカイトレイル | | | | | |
| | | | | | | | | 大峯早駈 | | | | | |

【問題B】

従業員が暴れて靴箱がごちゃごちゃになりました。a~hのシューズを、1~4の適切な箱に戻してください。

- | | | | | | | | | | | | | |
|-----|-------|-----|-----|-------|----------|------------|---------------|-----------|----------|-------|--------------|---------|
| 4 | 3 | 2 | 1 | h | g | e | c | a | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 四阿山 | 大和葛城山 | 瑪瑙山 | 武尊山 | オリンパス | アルパインFTG | キング f プシドー | マファテ d スティンソン | バハダ b アキラ | ラスポルティバ箱 | アルトラ箱 | コロンビアモントレイル箱 | ホカオネオネ箱 |
| | | | | | | | | | | | | |

国語

次の山の名前の読みを、ひらがなで書きなさい。

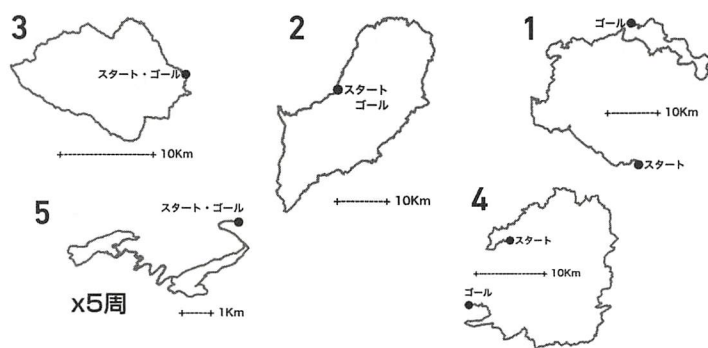
- | | | | |
|-----|-------|-----|-----|
| 4 | 3 | 2 | 1 |
| 四阿山 | 大和葛城山 | 瑪瑙山 | 武尊山 |
| () | () | () | () |

算数

富士登山競走は、スタート地点の標高が750m、ゴール地点は3710mとなっている。スタート地点の気温が24℃の場合、ゴールの気温は約何℃になるか計算しなさい。

社会

次の1~5図はa~eの各大会のコースである。コースと大会名を合わせなさい。



理科

次の文は、アウトドア用バーナーの燃料について語っています。「」の中に入る適切な語を、次のa~eから選びなさい。

- | | | | | |
|-----------------|--------------------------|------------------------|------|------------------|
| e | d | c | b | a |
| OSJ KOU MI 1000 | UTMB (ウルトラトレイル・デュ・モンブラン) | UTMF (ウルトラトレイル・マウントフジ) | ハセツネ | ART (阿蘇ラウンドトレイル) |

英語

1~5の略称と関係の深い日本語を、次のa~eから選びなさい。

- | | | | | |
|----|-----|------|-------|-------|
| c | a | 5 | 3 | 1 |
| 会社 | 電池 | ITRA | ITJ 4 | MSR 2 |
| d | b | | OSI | AA A |
| 大会 | 飲み物 | | | |
| e | 団体 | | | |

雑学

【問題A】

◎解答・解説

1〜5は各大会の主催・運営、プロデュース者を表す。

1→c、f

ハコネ50Kは1度開催されただけだが、運営やゴールの演出など世界のスタンダードを感じた伝説の大会。

2→d、g

大雪山は4年後に100km以上の規模になる予定で、他にも養老溪谷や美ヶ原などで開催されている。

3→a、h

西米良のほかに、熊本や鹿児島など九州がメイン。

4→b

京阪を中心に通が好むルートを使ったアットホームな大会が多い。

5→e、i

石川氏はプロトレイルランナー兼プロデューサーとして、各地で活躍している。

【問題B】

◎解答

1→c、d／2→a、g

3→e、h／4→b、f

◎解説

1〜4は主要なトレイルシューズブランドを表す。種類が少ないので取り上げてないが、アディダスのアウトドアブランド「テレックス」は契約ランナーに奥宮俊祐氏が

迎えてバックも出しているの、この先の展開が興味深い。ナイキも昔はアウトドアブランド「ACG」でトレランシューズも出していたが、今季はベガスシリーズから発売になった。

国語

◎解答

1→ほたかやま

2→めのうやま

3→やまとかつらぎさん

4→あずまやさん

5→こもつるしやま

6→おおやま

◎解説

1は上州武尊山スカイビュートレイルで、名前は聞いた人も多いはず。2は信越五岳の終盤で通り、隣の飯縄(いづな)山とともに難読だが、宝石名で見覚えがあるかもしれない。3はダイヤモンドトレール上にあり、大阪と奈良の境に位置している。4は菅平スカイライントレイルランで通る。

5は道志村の大会で通り、真新しい避難小屋が魅力的。6は鳥取の「だいせん」もあるが、トレイル通信なので「大山登山マラソン」から(おおやま)を正解にしたい。「登山」だからトレランと思って申し込む人(含む筆者)もいるが、実はほとんどロードレースなので注意が必要。

算数

◎解答:6℃

◎解説:標高差は約3000mで、100mごとに0.6℃下がるため、 $(3000 \div 100) \times 0.6$ で18℃低くなる。

大ざっぱな体感温度は風速1mごとに1度下がるが、正確に知りたいならミスナールの計算式を使う。気温6℃で風速3m、湿度を30%とすると、マイナス1.1℃になり、雨天で湿度が100%の場合はマイナス4.8℃になる。下着が汗で濡れると気化熱を奪われて体感温度が低くなるので、汗をかく前にどんどん脱いでトラブルを防ごう。

社会

◎解答

1-c／2-d／3-b／4-a／5-e

◎解説

4のARTは阿蘇山のカルデラをぐるっと回るが、スタートとゴールは離れている。初期のUTMFは富士山の麓を1周していたが、2016年から自衛隊の演習場を通らないコースになった。小海は32kmを5周する。リタイアしたくなるチャンスが4度あるので、精神力も試されるコース設定となっている。

理科

◎解答

1-b／2-e／3-d／4-c／5-a

◎解説

トレランで調理をするならガス、使わないけど規則のために携行するなら固形燃料、といった使い分けで構わない。安価なブタンガスの沸点はマイナス0.5℃、プロパンガスはマイナス42℃。氷点下ではブタンガスは出なくなるので、プロパンガス入りが安心だ。もっともガス缶をウェア内に入れて温めておき、着火後は燃焼の熱で冷えないように使えばOK。

英語

◎解答

1-c／2-a／3-d／4-b／5-e

◎解説

AAAは単4型乾電池で、単1はD、単2はC、単3はAAと表される。ITJは伊豆トレイルジャーニー。近年は大会名をイニシャルで表す傾向が強くなってきている。OS1は経口補水液で、脱水症状のときに威力を発揮する。M S RはMountain Safety Researchの略で、アメリカの登山用品メーカー。ITRAは国際トレイルランニング協会。現在、日本の正式な団体は日本トレイルランナーズ協会、日本トレイルランニング協会ではないので注意すべし。



吉本 亮

よしもと・まこと

2002年に富士登山競走に出るも8合目手前で失格。同年の初マラソンは福知山で4時間。4年ぶりに出場した大菩薩峠の鬼ゴッコは10時間走って温泉へ。結果にこだわらない大人のランになりました。