会員だより

会派活動がもたらした「業界への視点」と「かけがえのない交流」



谷　水　浩　一（ＰＡ会）

1．はじめに ～会派の活動を始めた経緯～

私は2014年に弁理士登録をしましたが、その後しばらくの間は会派の活動をしていませんでした。茨城県に住んでいることもあり、地元の弁理士仲間を作るために日本弁理士会関東会の茨城委員会に参加し、こちらは現在も継続しています。

そんな私が会派の活動に足を踏み入れるきっかけとなったのは、2021年のことでした。PA会で当時研修部会幹事をされていた生塩智邦先生から「研修委員をやりませんか」とお誘いをいただいたのです。当時はPA会や会派という仕組みが全くわからない状態のまま、ただ年に1回の研修を担当するという業務を行っていました。正直に申し上げますと、最初の2～3年くらいはPA会のことも、他に様々な会派があることもよく分かっておりませんでした。

転機が訪れたのは2024年です。再び生塩先生から「研修部会の幹事になりませんか」とお声がけいただき、これまたよく分からないままお引き受けしたところ、月に1回の幹事会に出席することになりました。幹事会に参加して初めて、弁理士会の運営には実に多くの弁理士が関わっていることを知りました。さらに、同年度の常議員選挙にPA会からの推薦を受けて出馬させていただき、2025年度からは常議員として常議員会に参加しています。そこでは、弁理士会の活動に対する議案について、弁理士たちが非常に活発な議論を交わしています。

これらの活動を通じて、様々な弁理士のボランティア活動によって弁理士会が支えられていることを知り、これまでの自分の無関心さを深く反省しました。今では、自身の事務所の発展だけでなく、「日本の弁理士業界の発展に貢献できないか」という広い視点を持って日々の業務に向き合っています。

2．日本弁理士クラブ（日弁）のイベントでの交流

会派活動を始めて得られた最大の財産は、弁理士同士の交流が劇的に増えたことです。委員会のような公式な活動だけでなく、旅行会や同好会といったイベントを通じて、多くの先生方と親睦を深めることができました。ここでは、これまで参加した楽しいイベントの数々をご紹介します。

■ 2024年4月：鬼怒川温泉旅行

私にとって初めての参加となった日弁旅行会は、鬼怒川温泉への旅でした。ホテルのチェックイン前には、PA会のメンバーと一緒にSLを見学しました。チェックイン後は夕食までの時間を利用して心地よいハイキング（お散歩）を楽しみ、温泉で汗を流した後は大宴会へ。2次会のカラオケ大会では各会派の幹事長による素晴らしい歌声が披露され、3次会ではラーメンをすする充実ぶりでした。合間には鬼怒川の夜空を彩る美しい花火も堪能でき、大満足の初旅行となりました。





■ 2025年7月：浅草花やしき貸切企画



浅草の花やしきをまるごと貸し切ってアトラクションに乗り放題という、非常にユニークな企画が開催されました。多くの弁理士の先生方がご家族を伴って参加されており、私も妻と息子を連れて参加しました。普段は仕事で厳しい表情を見せる大人たちが、童心に帰ってとても楽しそうにはしゃいでいる姿が印象的でした。

■ 2026年6月：岐阜県長良川温泉旅行

伝統ある長良川温泉での旅行会では、1次会の大宴会を終えた後、名物の「鵜飼い見学」へと向かいました。当日はあいにくの雨模様でしたが何とか開催され、川面に揺れるかがり火の幻想的な光景を目にすることができました。見学後は温泉に浸かって冷えた体を温め、再び2次会へと合流して夜遅くまで語り合いました。



3. PA会アウトドア同好会での大自然とハイキング

また、年に1回ほどのペースで、PA会のアウトドア同好会の活動にも楽しく参加しています。

■ 2025年7月：八甲田山・奥入瀬渓流

八甲田山と奥入瀬渓流の豊かな自然をハイキングで楽しむツアーです。初日は八甲田山から名湯・酸ヶ湯温泉まで歩を進め、同温泉に宿泊。翌日は奥入瀬へと移動し、美しい渓流のせせらぎに沿って十和田湖まで歩ききりました。大自然のエネルギーを全身に浴びてリフレッシュできた素晴らしい2日間でした。



■ 2026年5月：碓氷峠の遊歩道「アプトの道」

トロッコ列車の廃線跡を歩くハイキングツアーに参加しました。当日は見事な快晴に恵まれ、絶好のハイキング日和となりました。歴史あるレンガ造りの構造物やトンネルの中を仲間と共に歩き、途中で温泉に立ち寄って心地よい疲れを癒した後は、高崎へと移動して賑やかな宴会で締めくくりました。



4. おわりに

いろいろと振り返ってみましたが、かつては全く無関心だった私が、一歩足を踏み出したことでこれほど多くの素晴らしい仲間や諸先輩方と出会うことができました。

弁理士という資格で繋がったこの日本弁理士クラブというコミュニティは、仕事のモチベーションを高めてくれるだけでなく、人生をより豊かにしてくれる大切な場所だと実感しています。この会報誌を読んでくださっている先生方とも、いつかどこかのイベントやお仕事でお会いした際には、ぜひ旧知の友のようにお話しさせていただければこれほど嬉しいことはありません。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

会員だより

私の音楽の楽しみ方

小　野　康　成（春秋会）

1. はじめに

この度は、本誌に寄稿の機会をいただき、ありがとうございます。今回は私の長年の趣味である「音楽」の楽しみ方について、ご紹介してみようと思います。音楽は、心を豊かにしてくれたり、昔の記憶を鮮やかに思い出させてくれたり、不思議な力を持っていますよね。私にとって音楽は、学生時代に夢中になった「弾く」楽しみが中心でした。しかし最近、子どもたちの成長を通して、演奏を「支える」という新しい関わり方を発見し、日々新鮮な気持ちでいます。今回は、そんな私の個人的な音楽遍歴を少しだけお話しさせていただきます。気楽にお付き合いいただけますと幸いです。

2. バイオリンとの出会い

私が好きな楽器といえば、バイオリンです。ピアノ教室の先生をしている母の影響で、小学生のときにバイオリンを習い始め（させられ）たのがきっかけでした。「ピアノじゃないんかい！」そんな声が聞こえてきそうです（もちろんピアノも、泣くほど練習させられました）。中高では一度中断したものの、大学入学後、サークル紹介での演奏に感銘を受けてオーケストラ部に入部し、再びバイオリンを弾き始めました。学生時代は、多種多様な楽器が互いに音を合わせて一つの曲を作り出すオーケストラに魅了され、我ながら真面目に活動していました。

バイオリンを弾くには、楽器を顎と肩で挟み、左手は楽器を支えつつ指板上で自由に動かさなければなりません。その姿勢は、日常生活にはない不自然なものです。また、右手の弓の使い方は、その圧力、速さ、使う場所（駒寄りか、指板寄りか）の組み合わせで音色や音量が無限に変化するため、非常に繊細で奥が深いです。演奏はとても難しいのですが、それだけに上手く弾けた時の達成感は格別です。今は、個人でひっそりと弾いて楽しむ、そんな楽しみ方をしています。

ところで、私のバイオリンは、大学で再び楽器を弾き始めたことを喜んだ母がプレゼントしてくれたものでした。故郷・鹿児島の「クロダバイオリン工房」の黒田義雄先生に制作していただいた、大切な一本です。楽器本体は艶のある美しいキツネ色で、テールピースの枕部分が白くなっているのもお気に入りポイントの一つです。特に高音の響きが美しく、オーケストラの中でも気持ちよく音を奏でることができました。

黒田先生は、鹿児島県出身の弦楽器製作者で、日本では数少ないバイオリン製作家の一人でした。芸術家の家系に生まれ、リバースエンジニアリングから独学で楽器制作を始め、何度も海外に足を運んで技術を磨かれたそうです。並々ならぬ情熱をもって楽器製作に取り組んでおられました。実は黒田先生は、私が小学生の頃にバイオリンを習っていた恩師でもあります。子どもの私にとっては、いつも煙草の匂いがして、少し不機嫌そうで、ちょっと怖い、まさに“職人”という印象の先生でした。後年、母が私のバイオリン製作を依頼した際、私が大学で再

び楽器を始めたと聞いて大変喜んでくださった、という話を今でも覚えています。三年ほど前にお亡くなりになりましたが、先生のバイオリンは私の宝物です。

現在は、娘さんの黒田印南（くろだ いなみ）さんがバイオリニストとして活躍され、黒田先生の楽器の音色を多くの演奏会で披露されています。機会がありましたら、ぜひ印南さんの演奏を聴いてみてください！



マイバイオリン

3. そして、子どもたちとピアノ

とここまで、バイオリン愛を語ってきましたが、我が子たちにはピアノを習わせています。「バイオリンじゃないんかい！」そんな声が聞こえてきました。

これには理由があります。ピアノは一台でメロディーと伴奏をこなせます。また、88鍵で約7オクターブという広い音域をカバーできるため、オーケストラに匹敵するほどの表現力を生み出せる楽器と言われたりします。一般に数十人で編成されるオーケストラで弾くバイオリンより、ある意味“お得”なのです（冗談です）。

きっかけは、妻の実家で誰も弾かなくなり眠っていた古いアップライトピアノでした。このままにしておくのはもったいないと考え、修理・調整して、子どもたちに使ってもらうことにしたのです。

先日、小学生の娘がピアノのコンクールに出場しました。ピアノを始めて3年目、真剣に練習する良い機会だと考え、先生からのお誘いを受けて挑戦させました。3か月ほど、彼女なりに課題曲と向き合い本番を迎え、立派に弾き切りましたが、結果は予選通過ならずでした。娘にとってはほろ苦い経験となりましたが、親としては、レッスンに付き添い、家での練習を見守る中で、曲が少しずつ形になっていく過程を間近に感じ、大きな成長を見ることができました。こんな音楽の楽しみ方もあるのだなと、新鮮な気持ちになったひとときでした。

上の息子は、秋に開催されるピアノ教室の発表会に向けて、ドラゴンクエストの曲を練習中です。私にとっては懐かしい曲ですが、彼にとっての“初ドラクエ”はゲームではなく、なかなか手ごわいピアノ曲となったようです。今のところ、最後までたどり着けず毎回「ゲームオーバー」ですが、彼がどんな「クリア」の瞬間を見せてくれるのか、今からとても楽しみです。

4. さいごに

拙い音楽話にお付き合いいただき、ありがとうございました。自分で楽器を弾く喜び、素晴らしい演奏を聴く感動、そして子どもの挑戦をそばで見守る楽しみ。音楽との関わり方は一つではなく、人生の時々で様々な彩りを添えてくれるものだと感じています。皆さんも、ご自身のスタイルで、音楽のある暮らしを楽しんでみてはいかがでしょうか。最後までお読みいただき、ありがとうございました。

会員だより

ユーロビジョン

森　　貴　信（南甲弁理士クラブ）

1．はじめに

毎年5月になると、前回大会から1年が経過したことにいつも驚きます。そう、欧州の歌の祭典「EURO VISION SONG CONTEST（ユーロビジョン）」のシーズンです。読者の皆様は「ユーロビジョン」をご存じでしょうか？言うなれば、欧州版「紅白歌合戦」です。我が国の「紅白歌合戦」では紅組と白組に分かれて歌唱を競い合います。一方、「ユーロビジョン」では、各国の代表者がこの大会のためのオリジナル曲を引っ提げ、優勝を目指して歌唱・演出を競い合います。まさに国の威信を懸けた真剣勝負です。

私が「ユーロビジョン」の視聴を始めたのは4年ほど前です。語れるほどの知識はありませんが、とっても面白いイベントなので、紹介させていただきます。

2．ユーロビジョンとは

その歴史は古く、1956年の第一回大会から続く長寿イベントです。欧州放送連合加盟放送局の下、原則毎年開催されています。各国の代表アーティストが生放送で自らの楽曲を披露し、他の参加国の審査員及び視聴者の投票による得票数で優勝を争います。

大会の参加国は欧州放送連合の正加盟局であるため、必然的に欧州の国々が多くなります。ただし、欧州国であることは参加の要件でないので、欧州以外の欧州放送連合国である、オーストラリアやトルコなども参加しています。

参加国は自国を代表する1曲を選びます。このプロセスとして、通常各国で国内選考大会が行われます。国内大会の優勝者は、自国の代表者として準決勝に相当する、通称「セミファイナル（Semi－Final）」に出場する権利を得ます。参加国は2グループに分けられ、2回のセミファイナルが行われます。各セミファイナルの上位10か国が決勝に相当する、通称「グランドファイナル（Grand－Final）」に出場する権利を得ます。ここで特殊なのは、フランス、ドイツ、イタリア、イギリス、スペイン（通称「ビッグファイブ」）は、自動的にグランドファイナルへの出場権を得ます。大会への最大資金拠出国である、というのが理由だそうです。

グランドファイナルでは、セミファイナルを通過した20か国、ビッグファイブ、及び開催国の総勢26か国が順次楽曲を披露していきます。視聴者は、グランドファイナルの生放送中に、各国へ投票することができます（お金がかかります）。また、各参加国の審査員は自国以外の参加国へ、持ち点を振り分けて投票します。これらの投票による総得点数により順位が決まります。

優勝国は、次回大会の主催国となります。主催国にとっては、特に観光面で自国をアピールする絶好の機会になるわけです。ちなみに、2025年大会の優勝国はオーストリアだったので、2026年大会は首都ウィーンで開催されました。ただ、主催するにも相当の費用を要するため、その権利を放棄したケースもあったようです。

3．ユーロビジョンの知名度

さすが長寿番組だけあって、欧州ではなかなかの知名度を誇ります。個人的な話で恐縮ですが、先日INTAロンドンに参加した際、パーティやレセプションで出会った現地代理人が「ユーロビジョン」

のファンということで、思いがけず話が盛り上がったりしました。我が国では、お正月に家族全員で「紅白歌合戦」を見るといった光景が一般的で、一種の文化のようにも思えます。一方、「ユーロビジョン」は好みが分かれるようで、欧州圏で必ずしも皆が知っているというわけではないようです。

ところで、「ユーロビジョン」で活躍すると、歌手としてのキャリアが開ける、ということもあり、新人の登竜門的な側面もあるようです。私も、かの世界的歌手が実は「ユーロビジョン」出身だった、という事実に驚きました。例えば、「ABBA」がスウェーデン代表として1974年大会、「セリーヌ・ディオン」がスイス代表として1988年大会で優勝しています。一方で、国内の有名人がその人気を背景に自国代表に選出される、というパターンもあるようです。

4. 様々な楽しみ方

たくさんの視聴者が様々な方法でこの歌の祭典を楽しんでいます。オーソドックスな楽しみ方は、セミファイナル、グランドファイナルの順で視聴し、推しの楽曲を見つけ、応援することかと思います。自国代表を応援すべく、国内大会からじっくり見る視聴者もいるようです。そのほか、私の驚いたものをいくつか挙げてみます。

まず、YOUTUBEでは、「ユーロビジョン」を専門に扱ったチャンネルが沢山存在します。何を配信するかというと、開催国の紹介や優勝者予想は勿論のこと、参加国アーティストのゴシップなど、実に多様です。コアなファンは、これらのチャンネルを駆使して新鮮な情報を得つつ、大会当日まで気持ちを高めていくようです。

参加国の順位が決まる、ということは、当然これを予測する人々が現れるわけで、自然と「ユーロビジョン」を賭け事として楽しむ人々が現れます（注意：日本国外です）。オッズを公開するウェブサイトが多数あり、かなり詳細に分析しているようで、優勝候補の予想は比較的高い精度で当たることも多いようです。

ところで「ユーロビジョン」は政治的要素の強い大会といわれることがあります。参加国同士の政治的対立がある場合に、一方が参加を取りやめたり、あるいは複数国が大会をボイコットすることがあるようです。また、地理的・言語的関係性により、特定国同士で相互に投票がされることもあると聞きます。多数の国から票を得るために、楽曲に複数の言語を織り交ぜる、といった戦略も存在するようです。このような政治的要素に興味を持つ視聴者もいるようで、上記のYOUTUBEチャンネルなどでも盛んに取り上げられているトピックの一つです。

5. アジア版ユーロビジョン

2026年、ビッグニュースが舞い込んできました。なんと「ユーロビジョン」のシステムを持ち込んだアジア版の開催準備を進めているそうです。正式名称は「EURO VISION SONG CONTEST ASIA」です。欧州発「ユーロビジョン」のアジア版であれば「アジアビジョン」が良いのでは？と思ったのですが、命名には様々な事情があったようで、ここでは割愛します。一人の「ユーロビジョン」ファンとして残念なのが、本原稿執筆時点で、日本の参加が未定であることです。日本のコンテンツ力を、アジアだけでなく、膨大な視聴者を抱えるオリジナル版の欧州に広げるチャンスと思い、是非前向きに検討してほしいところです。なお、タイのバンコクで2026年11月14日開催予定とのことです。

6. おわりに

音楽の催し物といえば、有名バンドの○○さん、人気アイドルの××さん、など、誰もが知るアーティストが集結するイメージがあります。一方で「ユーロビジョン」は、一部の例外を除き、ほとんどの各国代表者は無名アーティストで、楽曲も知られたものではありません。よって、「初めて聴く楽曲ばかりで楽しめるのだろうか」と思うかもしれません。しかし、各代表者の工夫を凝らした演出・衣装などを見ているだけでも、各国の文化的背景などが垣間見えてなかなか面白いものです。また、前述のように、YOUTUBEなどで様々な情報が提供されているので、生放送当日だけでなく、数か月続くお祭りのように、気長にゆるく楽しむことができます。
読者の皆様に少しでも興味をもっていただけると嬉しいです。

会員だより

「サロマ湖 100km ウルトラマラソン」に挑戦してきました!



千　葉　哲　也（無名会）

「ウルトラマラソン」をご存じでしょうか。

一般的には、フルマラソン（42.195km）以上の距離を走る競技を指すようです。50km や 100km のレースが日本や世界各地で開催されています。

2026 年 6 月 28 日に北海道で開催された「サロマ湖 100km ウルトラマラソン」に参加してきました。

それまで本番どころか練習においても 50km 以上連続で走ったことがなく、100km ウルトラマラソンは初めてです。未知の世界への挑戦になります。

朝 5 時のスタートで、午前 3 時前後のゴール地点発スタート地点行きのバス（約 60 分間）に乗るため、レンタカーの車中泊にトライしてみました。

レース前日の午後に女満別空港に着いて、少し時間があったので観光。レンタカーで網走監獄、そして、サロマ湖の展望台に向かいました。

展望台までの道は舗装されていない細い山道で、苦労しながら進み、残り 400m ぐらいのところで、100m ぐらい先に、なんとヒグマを発見！

ヒグマはずっとこっちを見ていて、しばらく見つめ合っていました。

ヒグマと遭遇するかもしれないと思って鈴のようなものは持ってきていましたが、車なので車が襲われると危ない。

一瞬、かわいいとも思ったのですが、すぐに我に返って狭い一本道を U ターンできるところまで鬼バック。



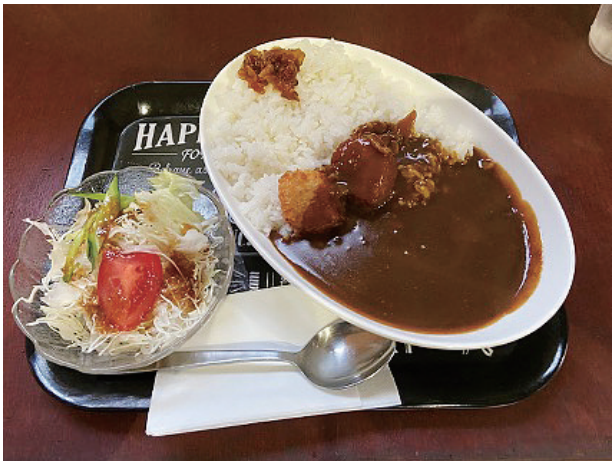
何とかヒグマは追いかけてこなかったので、難を逃れました。ほっとしました。

その後、気を取り直して山道を降りて、サロマ湖沿い 60km 地点で写真撮影。

明日はここをどんな状態で通過するのか、と想像しながら。

夕食は早めに 6 時前には、ゴール地点近くの定食屋さんで、ホタテフライカレーをいただきました。ホタテがプリップリで美味しかった。

お店のおかみさんも、明日、がんばってね、と応援してくれました。



借りた車は、ホンダ･フィットで小型車でしたが、リアシートをフラットにできるので、そこでスーツケースを広げて睡眠は助手席をフラットにして寝ました。

ゴール会場のトイレに行って、7 時半ぐらいには就寝。

午前 1 時半頃には起きる予定なので 6 時間睡眠確保目標。

ただ、あまり眠れない。時間が早いのもあるし、環境の問題もある。

ある程度、想定していたので、この 1 週間は普段よりも睡眠時間の確保に努めていたので、最悪、寝れなくても大丈夫と覚悟していました。

幸い、半分ぐらい3時間ぐらいは気を失っていた模様。

予定通り午前1時半に起床して、朝食。

最後の支度をして、午前2時40分頃にはバスの列に並びました。

既に長蛇の列になっていたが、バスも次々に来るので、それほど待たずに3時前には乗れました。



バスの中では、睡眠。30分以上は寝れたかな。

スタート地点に到着して、トイレに並びながら預け荷物の整理と軽くストレッチ。



昨年は30度超えだった気温は今年は12度～14度ぐらいと絶好。

ただ、台風の影響で当日朝までしっかりと雨が降って、当日も前半はほぼずっと霧雨みたいな感じで、湿度が高く、路面の水溜まりが沢山あって、少し走りづらかったです。

予定では、4分30秒/kmペースで行けるところまでいこうというプラン。

このペースについてはかなり悩みましたが、色々と調べて、フルマラソンの自己ベスト（2時間42分42秒（約3分50秒/kmペース））＋40秒/kmぐらいの設定にしてみました。

スタート直後、高揚感でペースが速くなるのをグッと抑えつつ、慎重に進み始め、数km走ったところで、4分25秒～30秒/kmぐらいのペースを維持する10人前後の集団に混ざりました。女性が2人いて、ペースが安定してそうだったのでしばらくこの集団にいることに決めました。

ただ、そのグループの先頭の方が少しペースがアップダウンする感じで、これだとかえって疲れてしまうかなと思って、自分が前に出て引っ張ることに。

台風の影響で、向かい風区間は結構辛かったけど、普段の練習会でやっているペーサーだと思って、4分27秒/km前後のペースを維持しました。

ただ、結構寒かったので、トイレに行きたくなり、良い集団だからこのまま進みたい、フルまで行ったら立ち寄るかなと思っていたのですが、かなり気になるレベルになったので、仕方なく、26kmぐらいで立ち寄り（結局、トイレはこの1回だけで残り74kmは立ち寄らずに走り切りました）。1分ちょっとタイムロス。

その後は、基本、単独走になったので、そこまでと同じペースで前を追いかけました。

サロマ湖はフラットなコースと聞いていましたが、30km過ぎたあたりから60km過ぎまでのアップダウンは意外と厳しく、ペースのコントロールが難しく、足腰へのダメージも徐々に蓄積されました。

普段であれば、それほど気にならない坂でも、50kmも走ると、かなりの坂に感じました。人間というのは本当に不思議。

そんな時、給水ポイントやところどころでの沿道の応援は本当に力になりました。

60kmあたりからは、精神的にも呼吸的にも全然大丈夫なのに、徐々に足腰の動きが悪くなり、重くなり、自然とペースが落ちていきました。

ようやく大きめのアップダウンも終わり、80km以降、ワッカ原生花園に入ると、今度は向かい風になる区間が多く、ついにキロ5分を超えてくるようになりました。

時々、意識が飛びそうな感じもありました。この区間が一番苦しかったです。

ただ、ここはスライドできる区間なので、ランニング友達とハイタッチや声がけなどやりながら、これ以上、ペースを落とさないように頑張りました。

そして、このままではサブ8（8時間切り）も危なくなると自分に発破をかけて、力を振り絞りました（ただし、リラックスしながら）。

幸い、折り返した89kmからは追い風基調だったので、少しペースを戻すことができるようになり、よし、いけるぞ、と思っていたら、今度はお腹が空いてきました。

それまで計画どおり（お腹が空いてなくても）、おおよそ 10km 置きごとにエネルギージェルを摂って、合計 8 本摂取したのですが、それでもお腹が減るとは。

ウルトラマラソンの恐ろしさを肌身を持って感じました（結果的にトータルの消費カロリーは、5,322kcal。成人男性の 2 日間分に近い量）。

幸い、ハンガーノック（エネルギーが不足して身体がしびれたり、意識朦朧としたりして動けなくなること）までいかずに最後まで走り切れて良かったです。

当初は、54km ぐらいにあるエイドステーションである程度しっかりと止まって休んでから走り出そうと思っていたのですが、足腰の動きは悪いものの、精神的にも呼吸的にも元気で、吐き気とかも全然なかったので、休む必要なしと判断して、さっと通り過ぎていくことにしました。

結局、最後まで吐き気とかもなく、なので、胃腸は強いのだと思いました。普段から毎晩のお酒で鍛えているからでしょうか。

そして、最後の 100m、係員の方やゴールの MC の皆さんの声が聞こえてきて、そして、ほんの後少しだと思ったら、スタート時のような元気が再び出てきて、しっかりとガッツポーズしながらゴールすることができました。

結果は、7 時間 47 分 51 秒（実際のスタート地点からのタイム：7 時間 47 分 46 秒）（平均ペース：4 分 39 秒 /km）

総合順位で 39 位でした。また、M55（男性 55 歳～ 59 歳ランク）では 1 位、2026 年の M55 世界ランキングでは 3 位でした。

初ウルトラで、サブ 8、サブ 748 を達成できてとても嬉しいです。

それにしても、まさか自分が 100km ウルトラマラソンを走ることになるとは。7.5 年前、48 歳のときに赴任先のスイス・ジュネーブにて本格的にランニングを始めた頃には全く想像すらしていなかったことです。

ただ、自分自身のコツコツ性格がマッチしているのか、今回も計画立てて準備してきたことが成果に結びついて本当に良かったです。

ところで、私は今、56 歳なのですが、IAU 国際ウルトラランナーズ協会の情報によれば M55（男子 55 ～ 59 歳クラス）で 2026 年の世界ランク 3 位になりました。そして、M60（60 歳～ 64 歳）の世界記録が 7 時間 29 分 35 秒。4 年後以降に、18 分ちょっとタイム縮めれば世界記録更新できるのかということがわかったので、今後の目標感が出てきました。

私は通信事業者にいた 23 年前に国際標準化会合に出席し、他社と協議交渉している際、知財と標準化をうまく絡めて自社ビジネスの拡大に真剣に取り組んでいる海外企業の姿に衝撃を受けて、これでは日本企業が負けてしまうとの危機感を持ち、帰国後、図書館にて吉藤氏の特許法概説を片手に取って弁理士を目指し始めました。

弁理士の資格取得後、通信事業者では、本務である新規事業立上げ、事業・技術の戦略・企画、国際標準化と兼務的に知財業務にも携わりました。そのうち 2 年間は知財専任になり、権利化から紛争・ライセンス交渉まで企業における知財業務を一通り経験しました。

その後、もっと知財の世界に入りたい思いから 50 代になってから弁理士事務所に転職し、現在は、これまでの経験を活かして、従来の弁理士業務のみならず、経営戦略や事業戦略とも連携させた知財経営コンサルティング業務をメインに、グローバルに羽ばたこうとしている中小企業やスタートアップ企業等の伴走支援等を担当させていただいております。

仕事においても走りながら、そして、プライベートにおいても、今後、少なくとも 60 歳を超えるまでは世界記録を目指して 100km ウルトラマラソンに挑戦し続けたいと思います。

以上


第41回
サロマ湖100kmウルトラマラソン
2026.6.28 SUN
記録証
CERTIFICATE
下記の成績を残したことを証明します
氏　名：　千葉 賢也
種　目：　１００Ｋ登録男子
ナンバー：　649
総合順位：　39　位
記　録：　7:47:51
（ネットタイム 7:47:46）
種目別順位：　39　位
この記録は速報（参考記録）です。
SAROMA 100km ULTRA MARATHON JUNE 28, 2026
2026 年 6 月 28 日
一般財団法人北海道陸上競技協会 会長　畠田 吉博
HOKA



会員だより

山手線一周ラン

小 池 圭 二 郎（稲門弁理士クラブ）

1. 山手線を、自分の足で一周する

「山手線一周ラン、やりませんか」

そう言われたとき、私は少し考えた。

山手線の一周は、およそ40キロある。電車に乗れば1時間ほどで戻ってこられる。しかし、自分の足で戻ってくるとなると、話はかなり違ってくる。電車は疲れないし、膝も痛めない。少なくとも、たぶんそうだ。

私は今でこそランニングを趣味の一つにしているが、もともと長距離を走るのは得意ではない。普段走るのは、週に数回、1回5キロほどだ。10キロを超えることは、ほとんどない。

だから、40キロという数字は、私にとってかなり現実味の薄いものだった。5キロなら、どのあたりで苦しくなるかは分かる。10キロなら、少し慎重に走ればよい。しかし40キロとなると、その先に何があるのか、ほとんど想像できなかった。それでも、面白そうだとは思った。また、普段のランニングでもたまに10数キロを走るときもあること、たまに行く山行の距離を考えると、「なんとかなるか」という思いもあった。

こうして2026年5月31日（日）、私は稲門弁理士クラブの筆宝先生が企画された「山手線一周ラン」に参加することになった。

50歳になって、自分の足で山手線を一周する。少し前の私なら、そんなことをする人を見て、ずいぶん物好きだと思ったかもしれない。が、今は私自身がその物好きになっている、と思うと不思議な気持ちがする。

2. 長距離走≒退屈な苦行

私は、小学校1年生から大学を卒業するまで、剣道を続けていた。

剣道には、相手との間合いを読み、一瞬の隙を捉える緊張感がある。相手との駆け引きが生まれ、勝負が決まる明確な瞬間がある。私には、そういう競技のほうが向いていた（向いていると思っていた）。

一方、一人で黙々と走り続ける長距離走は、何とも退屈な運動に思えた。小学生の頃の冬の持久走は、できることなら避けて通りたい行事の代表格だった。

「なぜ、わざわざ苦しい思いをして、同じ場所を何周も走るのだろう」

それが、私の長距離走に対する初期設定だった。

ただ、長距離走に対する固定観念以前に、私は大学卒業とともに剣道から離れ、弁理士として仕事を始めてからも、身体を動かす機会も次第に減っていった。机に向かい、特許明細書や拒絶理由通知書を読み、考え、文章を書く。頭はそれなりに動いている。しかし、身体はほとんど動かない。

気がつけば、「慢性的な運動不足」。気づいていても、それを修正しようとはなかなか思わなかった。長距離走は退屈だという初期設定が、まだかなり強く残っていたからだ。

3. Garminとの出会い

私が走り始めたきっかけは、登山用に購入したGarminのスマートウォッチ（epix（Gen 2））だった。

登山の際にGPSの記録を残すため、バッテリー性能や機能を比較して選んだ時計である。ところが、その時計には、私には不要なはずのランニング計測機能が搭載されていた。高性能な機能が目の前にあると、一度は使ってみたくなる。

「せっかく買ったのだから、少し走ってみよう」

そんな軽い気持ちで近所を走ってみた。結果は、わずか2キロほどで息が上がった。

「やはり、自分には向いていない」そう思った。しかし、Garminには、走力に応じた練習メニューを提案する機能があった。せっかくなので、時計の指示に従ってみることにした。

週に何度か、画面に表示されたメニューをこなす。

速く走る日もあれば、ゆっくり走る日もある。時計の指示に従っているだけなのだが、しばらくすると、少しずつ走れる距離が伸びていった。

やがて５キロを走れるようになり、稲門弁理士クラブの練習会にも参加させていただくようになった。そこで初めて知ったのが、誰かと一緒に走る楽しさだった。一人では長く感じる距離も、先生方と話をしながら走ると、不思議と足が前へ進む。もちろん、実際に足を動かしているのは自分だ。それでも、一人で走る５キロと、誰かと走る５キロとでは、距離の感じ方が違う。速く走ることだけではなく、同じ時間と景色を共有することにも、ランニングの魅力がある。

私は少しずつ、長距離走に対する認識を書き換え始めていた。

4. ５月31日、山手線一周ラン

当日は、山手線の各駅を巡りながら、東京の街を進んだ。

普段は電車で何気なく通り過ぎている場所も、自分の足で訪れると、まったく違う景色に見える。にぎやかな繁華街があり、落ち着いた住宅街がある。駅を一つ通過するごとに、街の表情が少しずつ変わっていく。

いつも見ているはずの東京が、走る速度になることで急に立体的に感じられた。

序盤の私は、比較的余裕があった。周囲の景色を見ながら、楽しんでいた。しかし、距離を重ねるにつれて、少しずつ足が重くなっていった。

後半は、「次の駅まで」「あの交差点までは行こう」と、小さな目標を一つずつ積み重ねるように進んだ。この頃になると、脚のいろいろな部分が順番に限界を訴え始めていた。ふくらはぎも、太ももも、今にも攣りそうだった。身体の各部門から、そろそろ業務を終了したいという申請が出ているような状態だった。

そんなときに力になったのが、ご一緒してくださった先生方の存在だった。何度も声を掛けていただいた。私に気を遣わせてしまったことは申し訳なく思うが、その言葉に励まされたことは間違いない。

一人だったなら、途中でやめていたと思う。

今回の企画を立ててくださった筆宝先生には、心より御礼申し上げたい。また、ご一緒してくださった大貫先生、遠藤先生、安永先生、松橋先生、栗下先生、千葉先生にも、深く感謝している。

なお、参加者８人のうち、３人はフルマラソンを３時間以内で完走する、いわゆる「サブスリー」（！）のランナーである。

長距離走が苦手だった私が、そのような方々と山手線を一周している。人生は分からないものだ。もちろん、先生方と私とでは走力に大きな差がある。それでも、皆様に声を掛けていただきながら、参加者全員で東京駅までたどり着くことができた。それぞれのペースも、苦しさも違っていたと思う。それでも最後は、全員で東京駅に戻ってこられた。

振り返ってみると、それがこの山手線一周ランのいちばん良かったところだったように思う。

5. 走り終えて

もっとも、「最後まで走った」と書くと、少々正確さを欠く。

大塚を過ぎたあたりからの私は、走っているというより、ほとんど歩いているに近い状態だった。それでも先生方に声を掛けていただきながら、何とか東京駅までたどり着いた。

ゴール後、東京駅丸の内駅舎前で、全員そろって記念写真を撮った。

写真を見る限り、私も達成感のある笑顔で写っている。約40キロを終えた人間としては、それなりに満足そうに見える。



ゴール後、東京駅前にて撮影。写真左から、大貫先生（稲門）、遠藤先生（春秋）、安永先生（PA）、松橋先生（稲門）、栗下先生、筆宝先生（稲門）、小池、千葉先生（無名）

しかし、写真ではわからないだろうが、足元では、右足の土踏まずの外側と左膝の外側が、かなり強めに抗議の声を上げていた。ゴールまでは何とか進めた。しかし、終わったと思うと、今度は歩くことさえつらくなった。山手線一周は何とか終えたものの、東京駅に着いたときには、私の脚はほぼ終了の状態だった。

運が良いことに、筆宝先生がバンテリンを持ち歩いていたので、それをお借りし、痛むところに塗っ

て応急処置をし、何とか反省会の会場まで移動した。

完走後のビールは、やはり格別だった。

ただし、痛みは翌日になっても消えなかった。その後も右足と左膝に残り、結局、約2週間弱ランニングを休むことになった。ただ、約40キロを自分の足で移動できたことは、大きな自信になった。

一方で、課題もはっきりした。

長い距離を走るための筋力をつけること。そして、体力だけではなく、走り方そのものを見直すことだ。

疲れてくると姿勢が崩れ、足の運びも乱れる。普段の短い距離では表に出ない癖が、長い距離ではごまかせなくなる。単にゴールへ着くだけではない。故障せずに帰宅し、翌日から普通に仕事ができるところまでが、大人のランニングなのかもしれない。

その意味で、今回の山手線一周は完走であると同時に、かなり長い実地試験でもあった。

6.「陸上競技は究極の団体競技」

私は、4人の子どもがいる。

4人が同じスポーツをしているわけではない。それぞれが違う競技や活動に取り組んでいる。そして、子どもたちの活動、取り組みから学ぶことが意外に多い。

そのうち長女は、陸上競技の短距離選手である。

高校では県内上位の成績を収め、インターハイの南関東地区予選まで進んだ。中学生のときには、4×100メートルリレーで全国大会にも出場している。

短距離走は、競技時間そのものは短い。しかし、そのわずかな時間の中に、それまで積み重ねてきた練習や努力が凝縮される。

スタートの反応、走る姿勢、その日の体調。リレーであれば、バトンの受け渡しもある。ほんの少しの違いが、百分の一秒単位の結果となって表れる。ごまかしの利かない、厳しい競技だと思う。

そんな長女が所属していた陸上部のスローガンに、「陸上競技は究極の団体競技だ」
という言葉があった。以前の私には、その意味がよく分からなかった。陸上競技は、一人で走り、自分の記録と向き合う個人競技だと思っていたからだ。

しかし、今回の山手線一周ランを経験し、その言葉の意味が少し分かるようになった。

実際に足を前へ出すのは自分である。苦しくなったとき、もう一歩を踏み出すのも自分だ。しかし、そこまで導いてくれる人がいる。練習に付き合う人がいる。声を掛ける人がいる。ペースを合わせる人がいる。道を示す人がいる。私の山手線一周も、自分一人で成し遂げたというより、皆様に東京駅まで連れてきていただいたという感覚のほうが強く残っている。

競技の水準も、走る距離も、長女とはまったく違う。それでも、長女がトラックで教わってきた言葉を、私は50歳になって、山手線沿いの道の上で実感することができた。物事の意味は、ずいぶん時間がたってから分かることがある。今回も、その一つだった。

7. 何歳からでも、仕様変更はできる

子どもの頃の私は、長距離走を「退屈で苦しいだけの運動」だと思っていた。

しかし今では、走ることで街の景色を発見し、人と話し、自分の身体について考えることに面白さを感じている。今回の経験では、「走れば走るほどよい」というものではないことも学んだ。自分の身体の状態を知ること。無理をしないこと。負担の少ない走り方を身につけること。そうした調整も、走ることの一部なのだと思う。

自分の身体は、最も身近な存在でありながら、意外なほど分からないことが多い。少し走る。身体の反応を見る。問題があれば原因を考える。そして、次の走り方を少し変える。そう考えると、ランニングは意外なほど知的で、奥深い。

50歳を迎えた私が、かつて苦手だった長距離走で山手線を一周した。もちろん、かなり歩いた。それでも、自分の足で東京駅まで戻ってきた。人間の仕様は、何歳からでも変更できるのだと思う。ただし、仕様変更には、十分なテストと慎重な調整が必要である。そのことも、今回の大切な教訓だった。

また、この年齢で新しいことに挑戦できるのは、ありがたいことである。自分の健康があってこそできることだし、その機会を作ってくださる方、一緒に取り組んでくださる方がいてこそ成り立つ。今回の山手線一周ランを企画してくださった筆宝先生と、ご一緒してくださった先生方に、改めて感謝申し上げたい。

稲門弁理士クラブでは、今回のようなランニングイベントや練習会を行っている。記録や速さだけを競うのではなく、参加者同士で声を掛け合いながら進む、和やかな活動である。

運動に興味のある方は、このような活動に一度参加してみてはいかがだろうか。

ランニングに限ったことではないが、まずはスタート地点に立ってみる。そこから、これまでとは少し違う景色が見えてくるかもしれない。