

## 過去のヒーローを探る 至宝 最高齢最速の宮崎さんを惜しむ

水ぬるむ3月。弥生は例年どおりの四季の栞である3日のひな祭りをはじめ、6日の啓蟄、12日の深夜にクライマックスとなる奈良東大寺二月堂のお水取り、18日が彼岸入りで21日が春分の日と続く。このうち、お水取りが終わると春が来ると言われている。マスターズ会員の皆さんも春のシーズンに向けての準備を。今月号も先月号に引き続き、マスターズ陸上を飾ったレジェンドを紹介する。

### マスターズの宝 宮崎秀吉さん 100歳超えの勇姿に別れ

100歳を超えて、100mに挑戦する姿をメディアで紹介され、多くの人たちに勇気と活力を与えた京都市の宮崎秀吉さんが2019年1月23日、脳出血のため亡くなった。108歳だった。

100歳になった10（平成22）年に100mを29秒83で走り、30秒86の当時のM100（100～104歳）世界記録を破って、一躍クローズアップ。14（平成26）年には世界最高齢スプリンターとして「ギネスワールドレコーズ」に認定された。

さらに105歳の15年、M105（105～109歳）の100mを42秒22で快走、砲丸投で3m25を出し、当時の世界記録を成し遂げた。

宮崎さんが陸上のマスターズに入会したのは、02（平成14）年の92歳のときだ。その年に硬膜下出血を患い手術を受けた。だが手術にもめげず、翌93歳の春、第12回京都マスターズ選手権のM90（90～94歳）60mに初挑戦し、17秒20で走り切り、デビューレースを飾った。

翌年の94歳では大阪市であった第26回全日本マスターズ選手権のM90・60mに登場、17秒19で3位に入賞した。M90クラスでは不利な年齢だっ

たが、頑張って表彰台に上がったのだ。

95歳になった06（平成18）年の全日本マスターズ選手権宮城大会には、M95・100mに挑んだ。高齢者は宮崎さん一人だったが、27秒26で見事に金メダルをゲット。宮崎さんの誕生日は1910（明治43）年9月22日で、96歳になる直前のレースだった。ただ、このときの金メダルが宮崎さんのハートに火を付けた。

出生地は現在の静岡県浜松市。長女・聖之さんの住む京都市に移ったのは、72歳の1982（昭和57）年だった。マスターズ陸上を始めるきっかけとなったのは、90歳のころだったか、趣味の囲碁仲間が年齢的に他界していき、碁を打つ相手がいなくなったのが理由。宮崎さんは「困った。何か一人でできるものはないのかな」と思っていた矢先、娘さん4人のうちの三女・武子さんが思わぬ「助け船」を出した。「今、マスターズ陸上というスポーツをテレビでやっているから見て」の一言だ。宮崎さんが早速チャンネルをひねって、テレビに目を向けた。映し出されたのは、1932年ロサンゼルス五輪の三段跳で金メダリストとなった南部忠平さんの伴侶、久子さんが砲丸投で3m32を突き出し、W90（90～94歳）の世界記録を樹立した姿だった。

そのとき、南部久子さんは90歳。

南部さんの映し出された姿に、宮崎さんは奮い立った。「よし、これだ。南部さんが90歳なら、92歳の自分でもできる」と決めた。

以降、宮崎さんがマスターズ陸上にのめり込むきっかけになったのだが、ほかにも上寿（100歳）で初段となった囲碁は、101歳で二段、103歳で三段に昇段。碁のほか俳句や園芸にも親しむなどの多趣味の持ち主だ。

97歳のときには大腿骨骨折したり、競技人生前にも90歳で前立腺がんが見つかったり、20歳で胸の病も。こうした事故を克服しながら、世界一の最高齢スプリンターになったのだから大したものだ。敬服に値する。

宮崎さんは生前、数々の人生訓を述べてくれた。14（平成26）年には103歳で『103歳 世界最速のおじいちゃんスプリンター』（日本文芸社）と題した本を出版した。その本の初めに「杖要らぬ、両手両足、俺の武器」の一句を披露しているが、自身の足でいつまでも歩き、健康な人生を送る——皆



▶当時106歳で京都マスターズ秋季記録会に出場した宮崎さん

さんもどうぞと訴えている。

宮崎語録は著書のなかに述べられているが、いくつか紹介したい。

「人それぞれの考えで、楽しく暮らしていく」

「毎日、朝・昼・晩の3回、体操をする」

「三食は必ずいただき、夕食後は間食をしない。水分は十分に取る」

「早寝・早起きで心と体をリフレッシュ」

「病気は早めに病院へ。必要な薬は忘れないで飲む」

「借金はダメ、すべて現金」

「頭の体操も忘れない」

「三つの健康 体、心、経済に気をつける」

などなどだが、宮崎さんの存在はマスターズ陸上の至宝といってよかった。100mに、砲丸投に数々の功績（記録）を残した最高齢最速スプリンターの宮崎さんが天寿を全うした。ゆっくりお休みください。

## 殿堂入りのミスター・マスターズ 森田真積さん

宮崎さんは“古きレジェンド”でなくて、近年の“つわもの”なので長めに紹介させていただいた。元に戻って過去の“つわもの”に戻してピックアップすると、絶対不可欠な一人に森田真積さん（茨城）がいる。故人だが、生前はミスター・マスターズといわれていた。それほどの活躍を見せた人だ。

11年春に創設された「マスターズ陸上」の競技者表彰として“殿堂入り”を果たした。同殿堂はマスターズ陸上界に顕著な活躍をした選手の功績をたたえるもので、競技者表彰には森田さんと、田中重治さん（山梨）の二人が選ばれた。

森田さんはこのとき、93歳。現役として、マスターズのクラス別世界記録を樹立すること9回。M75（75～79歳）とM80（80～84歳）の走幅跳と三段跳の世界記録を（この時点まで）持っていた。金メダルの獲得は世

界マスターズ選手権で25個、アジア選手権では9個、全日本選手権に至っては実に58個の素晴らしさ。こうした活躍が評価され、第1回日本スポーツグランプリ（06年）を受賞した。

森田さんは東大出身。今なお、三段跳のM75・10m05（1988年）、M80・8m95（1993年）、M85・7m91（1998年）の記録は、国内では依然輝きを放っている。

昭和最後の1988（昭和63）年に秋田で行われた第9回全日本マスターズ選手権に出場、M75・棒高跳2m70の日本新、走幅跳4m78の世界新、日本新、三段跳10m05と活躍し、第4回大会に次いで最優秀選手に選出された。

大会終了後、「秋田大会に参加して」と題しての一文を会報第9号に寄せた。要点を抜粋すると、「私は競技会直前にM75クラスになる有利な条件に恵まれましたので、これが新記録につながった」の後、「私も日々、老化の進行を感じますが、少しでも長く競技できる身体を維持することを主眼として、健康生活と故障しないトレーニングに努力しようと思っています」と付け加えてある。森田さんは年齢に応じたトレーニングを、と強調しており、値千金の一石といえよう。

## 培った精神力がマスターズで 生きた川上春二郎さん

1983（昭和58）年に75歳の川上春二郎さん（奈良）が走高跳に1m20、棒高跳で1m90の年齢グループ別の日本記録をつくった。これだけではない。当時、マスターズ会報に掲載されていた年齢別（1歳刻み）日本記録によると、川上さんの偉業は――。

走高跳では1980年の72歳で1m20、1982年の74歳で1m15、75歳は前述の通り。76歳では1m10の日本記録を。走幅跳は72歳で3m64、74歳では3m67と記録を上げ、棒高跳において75歳は前述の記録、76歳で1m80を跳んだ。これらは全日本

▶森田さんは1988年の第9回全日本マスターズM75走幅跳で4m78の世界新、日本新をマークした



マスターズ選手権、講習記録会、近畿マスターズ選手権、全日本中高齢者陸上、和歌山マスターズ記録会、日本記録挑戦会の各競技会で出したものだ。

川上さんが77歳でM75・走高跳1m10、棒高跳1m90で第6回全日本マスターズ選手権のタイトルを取った。この後、M80クラスになった川上さんは、マスターズ会報でご自身の精神力の強さを『傘寿の正夢』（極限の世界に挑む）のタイトルでこう述べている。文中から必要な部分を抜き出してみると――。

『戦後、シベリアの流刑地で使役されていたときの思い出。零下30度の山中での伐採作業に従事していた。』

（中略）こんな所で死ぬるものか。今日も一日頑張るぞ！ と出掛けていくが、その日その日が死と背中合わせ。来る日来る日が死との対決である。足の指先をいつも動かさないと凍傷になる。涙がパチパチとまぶたに凍る。1分間が長い、1時間が恐ろしく長い。

作業から帰って眠るが、朝、目が覚めると生きている。頭がガンガンしてすごい熱だ。550人の収容所で2カ月の間に半分死んで、あとは病にたおれてしまい、動ける者は僅か16人。よくぞ生き抜いたものだと思う。自分にこんな精神力があったのかと不思議に思えてならない』

最後に長距離レースで頑張り通したことで結んであるが、すさまじいまでの精神力だ。シベリアの寒冷地での使役を生き抜いてきた精神力がマスターズ陸上に生かされたのだろう。