

マスターズを彩るレジェンドたち(19)

弥生の3月は早春。3日のひな祭、5日は冬ごもりしていた虫が外に出てくる日とされる啓蟄だ。春はそこまで来ている。関西地区では二月堂お水取りや、彼岸の春分もこの月だ。今月号のマスターズ・レジェンドは式町龍雄さんと中村紀子さんにご登場を願った。式町さんは全日本マスターズ陸上競技選手権に40回連続出場のベテラン・マスターズ戦士。中村さんは、若いときからなじみのあった短距離を思い出し、「昔取ったかねづか」と42歳からマスターズの仲間となり、80歳代の今も継続している。

写真／式町龍雄さん・中村紀子さん

式町龍雄さん(82歳・佐賀)
連続出場40回 今後も絶やさず

初レースは1980(昭和55)年の第1回全日本中高齢者(現・全日本マスターズ陸上)。会場は日本マスターズ発祥地の和歌山市だった。ここから毎年変わる開催地を転戦し、最後は2019(令和元)年に群馬県前橋市であった第40回記念国際・全日本マスターズ陸上競技選手権大会へ。

ここからコロナ禍で2020、21年と全日本マスターズ陸上は実施されていない。式町さんはマスターズ40周年記念大会まで40年間、全日本大会に出場したことになる。

40回大会の式町さんはM75・砲丸投に出て7位。記録は重さ4kgの鉄球を7m44突き出した。しかし砲丸投

が得意種目かといえば、そうではない。もともとは中距離が得意なのだ。

佐賀県唐津市に住む式町さんは高校時代、自宅から4km余り離れた通信制の高校に通いながら陸上を続けていた。通信制高校の大会で、東京・国立競技場などでも走った。全国大会の800mで1位、1500mで2位、4×400mRには4走で出場し、3位になった経験もある。

当時からコーチなしの独自の練習方法でやってきた。マスターズ陸上をやり始めてからもそうだが、練習は自分自身でスケジュールをたて、黙々と続けている。マスターズ陸上を知ったのは、ある陸上の専門誌。マスターズ陸上が始まることを知ると、若い頃の血が騒ぎ出した。

「よーし、私も出てみよう」と決心し、

練習を再開。そして和歌山大会に出たのが不惑の40歳だった。式町さんの2人のお子さんからは「おみやげはメダルだよ」とねだられた。だが、初陣はM40・800m 2分09秒5で2位、1500m 4分27秒2での4位と、1位のメダルには届かなかった。

「それでは」と山梨県での第2回大会ではM40・800mで2分06秒8と、念願の1位のメダルを獲得して、子どもたちとの約束を果たした。区切りの第5回沖縄大会ではM40・800m 2分04秒0の大会新でトップ。400mでは、55秒1の2位となった。

元気なころの40歳代(M40、45)に獲得した賞状を数えてみると、18枚あった。その後、50歳代では体調不良で成績を残せず、2012(平成24)年に両側総腸骨動脈瘤で3週間の入院



40歳代のころに獲得した賞状は18枚の式町さん。病氣やケガを乗り越え、中距離で完全復活を目指す。

式町龍雄さん 全日本マスターズ陸上競技選手権大会1～10回大会記録 記録提供／式町龍雄

大会数	開催日	場所	クラス	種目	記録
第1回	1980年10月18日～19日 (S55年)	和歌山県 紀三井寺陸上競技場	M40	800m	2位／2分09秒5
			M40	1500m	4位／4分27秒2
第2回	1981年10月3日～4日 (S56年)	山梨県	M40	800m	1位／2分06秒8※大会新
			M40	1500m	
			M40	5000m	
第3回	1982年10月2日～3日 (S57年)	東京都 国立競技場	M40	400m	3位／55秒93
			M40	800m	1位／2分07秒2
第4回	1983年10月22日～23日 (S58年)	長崎県	M40	400m	3位／56秒6
			M40	800m	2位／2分06秒9
第5回	1984年10月6日～7日 (S59年)	沖縄県	M40	400m	2位／55秒1
			M40	800m	1位／2分04秒0※大会新
第6回	1985年10月12日～13日 (S60年)	徳島県	M45	400m	6位／58秒4
			M45	800m	1位／2分10秒5
第7回	1986年10月18日～19日 (S61年)	東京都 国立競技場	M45	400m	4位／58秒5
			M45	800m	2位／2分08秒75
			M45	1500m	5位／4分29秒35
第8回	1987年10月17日～18日 (S62年)	広島県	M45	400m	2位／57秒32
			M45	800m	2位／2分10秒25
第9回	1988年7月30日～31日 (S63年)	秋田県	M45	400m	2位／57秒92
			M45	800m	1位／2分09秒36
第10回	1989年10月14日～16日 (H元年)	和歌山県 紀三井寺陸上競技場	M45	400m	
			M45	800m	3位／2分17秒00

を経験。回復後も全日本マスターズ大会には出場を続け、体調を考えて競歩や砲丸投をやり始めた。

60歳を過ぎた頃にハードな練習を重ねたのがたたったのか、ヒザを痛めてしまった。砲丸投などのデビューはM70での第33回岡山大会。3000m Wに21分48秒68の7位、砲丸投が7m 37で12位だった。

マスターズ40周年前の第39回鳥取大会のM75・砲丸投では7m 72で5位へ上がった。現在は筋力トレーニングや、もも上げの訓練を中心に練習を継続しているが、式町さんは「もう一度、中距離を力いっぱい走りたい。完全復活を目指します」と力強く話している。

うれしかったのは「2001年の第22回静岡大会で400mと800mに入賞、2000m SCでは8分17秒56で優勝でき、鴻池会長から賞状とメダルを授与されたとき。思わず笑顔になりました」と、ほほえんだ。

中村紀子さん(82歳・神奈川) 記念の40回大会で短距離三冠

群馬県前橋市での第40回記念国際・全日本マスターズ大会の女子W80クラスの短距離に挑んだ中村紀子さん。60mを11秒10(−0.6)の日本新、大会新で走り、100mは18秒03(+0.5)で、200mは39秒14(−0.5)と日本新、大会新で制し三冠を達成した。

中村さんがマークしたW80・60mと200mの従来の日本記録は、60mが11秒29(2016年)、200mは40秒78(03年)だ。なお、20年度現在の日本記録で中村さんの名前があるのは、W80・60mで11秒10、W65・100mが14秒91(05年)、W80では17秒68(19年)で、200mはクラス別日本記録を多数保持している。

その200mは、W60・29秒92(02年)、W65・30秒74(04年)、W70・32秒74(10年)、W75・35秒11(14年)、W80・38秒16(19年)となっている。

このうちW80は第40回大会で39秒14の日本新と発表されたが、同年の東京マスターズ混成五種競技で出した38秒16が上なので、こちらが日本記録として登録されている。

また、リレーでは04年にバンコクで行われた第13回アジア・マスターズでのW65・4×100m Rの4走を務め、1分09秒11の日本新で1位となった。65歳のときの同大会ではリレーのほか、100mでもW65・15秒08、200mで32秒12の両種目に優勝、リレーと合わせ三冠だ。

この年はアジア大会前に鹿児島で第25回全日本大会があり、ここでも中村さんはW65クラスで100m 14秒95(±0.0)、200m 31秒30(+1.9)と快勝している。同年ではないが、中村さんが全日本マスターズ大会で女子優秀選手に選ばれたのが第16回(1995年)と、第22回(2001年)の2大会だ。

神奈川マスターズの理事を務めたこともある中村さんは、長野県松本市の県立蟻ヶ崎高時代から短距離を始めた。インターハイにも出たものの「予選止まりでした」。が、1960年(昭和35年)、61年の関東学生の200mに入賞、4×100m Rでは3走として、上位3位以内へ。当時は東教大(現・筑波大)の学生だった。

卒業20年後、新聞でマスターズ陸上を知り、42歳で入会した。W50クラスのときに、宮崎での第10回世界ベテランズ(現・マスターズ)大会に出場し、100m 15秒07、200m 30秒51、80m H17秒26をいずれも準決勝で出した。300m Hでは56秒93で2位に食い込んだ。

中村さんの大学の母校、現・筑波大陸上部OB・OG会報の編集者で、ハードラーとして活躍した小松邦江さんは、「マスターズ陸上の大会でお会いする機会がありますが、若いときのお元気なお姿と変わらず、がっちりした体格で『健康のために楽しくケガに気をつけて、生涯スポーツとして続けて



60歳を過ぎてから世界マスターズに活躍の場を広げ、多くのメダルを獲得した中村さん。

いきたい』とのこと」と話す。

60歳を過ぎてから海外へも足を延ばした。何回か参加した外国遠征のなかでも、古希である70歳のときにフィンランドで開かれた、第18回世界マスターズでは、W70・200m 33秒37(+0.7)、200m H39秒26(−0.3)と金2、三段跳7m 10(+0.7)で銀1、100m 15秒97(+0.4)、走幅跳3m 26(+1.2)で銅2と計5個のメダルを獲得した。

2年後にアメリカで開催された第19回世界マスターズではW70・200m 35秒14、200m H41秒87、走幅跳3m 36で銀3、100m 16秒57の銅1をゲットした。

また節目の傘寿、80歳で迎えた2019年、マレーシアで行われた第21回アジア・マスターズではW80・100m 17秒98、200m 38秒83、走幅跳2m 67、三段跳5m 52と4種目を制覇。まさに「傘寿の記念」にぴったりだ。

現在、神奈川県藤沢市に住む中村さんは、「マスターズ陸上は楽しい。大会に出掛けると、友人ができることもプラスです。W85クラスになれば、また同クラスの記録を目指したい」と張り切っている。