

ひのき舞台で感動の100m走 感謝を忘れずにゴールへ

1年を通じて最も暑さを感じる葉月。8月は6日が広島、9日は長崎の「原爆の日」だ。現在の平和の下にマスターズ陸上を楽しめることを認識しよう。暦の上で秋に入る日とされる立秋は8日だが、まだまだ暑さは続く。熱中症には気をつけて。今月は8月号の後を受けて、日本選手権のマスターズの男子と女子のレースを振り返る。

写真／毛受亮介、中野英聡

女子1組優勝は復帰3年目の 松江沙夜香さん(岡山)

さすがにW35クラスの人は元気だ。トップは12秒75(+0.3)で駆け抜けた。岡山の松江沙夜香さんだ。大学4年生まで陸上をしていたが、主婦となって疎遠に。だが、子どもたちが陸上クラブに入ったのを機に、松江さんも14年ぶりに再開。学生時代を思い出してやり始めてまだ3年目、ただ今仕事と家事、子育ての時間をうまく使いながら「マスターズ陸上をしっかりと楽しみたい」と。

2位につけたのはW40クラスの渡辺かおりさん(鳥取)で13秒08だった。渡辺さんが日本選手権前にレースに出たのは23年前。当時、小学生だった娘さんが陸上クラブに入会して、渡辺さんがそのクラブのコーチをさせてもらったのがきっかけだ。コーチの傍ら家事そのほかの雑用のなかで、暇を見つけての練習は、松江さんの立場と同じ。日本選手権への出場については「夢ではないかと。本当に感謝の気持ちでいっぱいです」と礼賛しきり。

W40で長野から出場の高畑志野さんが13秒32で3位。そして13秒83

で7位となった進藤温美さん(兵庫)はこの組たった1人のW50クラス。お二人とも渡辺さん同様、日本選手権の舞台に立てたことへの感謝と、今後につなげる活動を続けていくことの決意を語った。高畑さんは22年ぶりのひのき舞台だった。

W40で13秒44の4位は沖縄の新崎千春さん。続いたのはW35の佐々木友美さん(京都)で13秒55。佐々木さんはテレビの番組でマスターズ陸上を知り、産後3年してマスターズ陸上に登録。家族の協力、応援に支えられてひのき舞台に。「あきらめない気持ちを伝えられる選手を目指して頑張る」と張り切っている。

この後、堤由美さん(佐賀)が13秒57で6位に。8、9位は大阪コンビの塩田真央さんと後邊有希さんが14秒台で続いた。お二人とも元は陸上の経験があったが、人生半ばにして「若い頃の夢」に逆戻り。「しっかり頑張りました」の後「これからも生涯スポーツとしての陸上の魅力を伝えていくため、走り続けていきます」と、明るい表情で口をそろえた。

女子2組を制したのは 沖縄の儀間由紀美さん

女子2組は先に出場したW50の進藤さんを除く50～60歳の9人が健脚を競った。沖縄の儀間由紀美さんが快走、13秒64(+1.2)でトップへ。W50の儀間さんは34歳で4人目のお子さんを出産した年に、地域の陸上大会の30代100mで1位になったのをきっかけにマスターズ陸上へ。2017

年には和歌山での国際・第38回全日本マスターズ大会のW45・200mで28秒06(-0.6)のタイムで1位に。陸上コーチの資格を持ち「神奈川の杉崎さんご夫婦と出場できることがうれしい」。ベストを尽くして走り切った儀間さんは満足げだった。

儀間さんが話した杉崎百合子さんはW60クラス。「このような舞台で走ったことは、今後の励みになります」と前向き姿勢。16秒31で走り切った。順位は9位とご主人の拓さんの7位には及ばなかったが「悔いなく走りました」。

儀間さんを追って13秒90で2位に食い込んだのは千葉の池内美知子さんだ。27年ほど前に佐倉陸友会に入って、今ではトレーニング・リーダー。小学校の先生だけあって、指導は満点。レコードには満足のような様子。

惜しくも13秒台には届かなかったが、14秒02で3位だったのは片貝夕起さん(神奈川)。洋裁研究家として著作本を出版している片貝さんは「運動不足を解消しよう」とジム通いを始めたが、マスターズ陸上にも入り「二刀流」を。今はW50クラスだが「80歳まで100mの大会に出続けることが



女子1組優勝 松江沙夜香さん



女子2組優勝 儀間由紀美さん

目標です」と言う。本格的に陸上を習ったのは「マスターズに入会してから」の片貝さんに期待。

片貝さんに続く4位の山田亜妃子さん（岐阜）は14秒16でゴールへ。次女が陸上少年団に入り、そこで手伝っているうちに、自身もマスターズ陸上に入り、スパイクを履いて走るようになった。山田さんは次女の声援を背に全力で走り切った。

5、6位はW60クラスの國府谷幸香さん（三重）と、本間明子さん（兵庫）。國府谷さんはマスターズ陸上を始めて5年。始めた年に大ケガをしたものの「マスターズ仲間と、家族に心配を掛けましたが、皆さんの励ましで立ち直りました」で楽しく走って14秒45。本間さんは子育てが落ち着き、47歳で始めたマスターズ陸上。中・高・実業団では経験ありで、14秒52で走り切った。

65歳以上が出場の女子3組 山崎和子さん(奈良)が快走

女子3組はW65クラス以上の皆さん。1位になったのはW65の山崎和子さん（奈良）。「19年から100mを走り始めました」と、あまり経験は積んでいないが、15秒99（-0.1）とダントツの速さだった。山崎さんは一昨年となる21年のデータでは16秒36で、全国ランクでは5位に座っている。37歳だった。

山崎さんと同じクラスの夏原かず子さん（滋賀）が16秒60で続いて2位。50歳以降に大会役員や競技審判をしている夏原さんは「64歳のときに400mに挑戦したことも」と。1年前に体調を崩して入院したりしたが、レースに

は「体調に合わせて懸命に走りました」と元気なところを見せた。女子最高齢で京都駅ビル大階段駆け上がり大会に参加したエピソードの持ち主だ。

W70クラスの長崎ひな子さん（広島）が16秒87で3位に入った。長崎さんについては7月号で紹介した通り、今年3月にポーランドのトルンであった世界マスターズ室内大会に出場。W70の60m・200m・400mで各4位となり、男女混合4×200mRで3走を務め、1位となる活躍をした。その長崎さんは「いやあ、やっぱり若い方は速いですね」と言いながら、W70クラス以上では最高の順位だった。世界室内大会の雰囲気触れた長崎さんだが、日本選手権については「また別の雰囲気ですね。身の引き締まる思いでスタートラインに立ちました。いい思い出をつくれ、ありがとうございました」と謝礼を述べた。

この組の最高齢は石川から参加した福田外枝さんで、ただ1人のW85クラス。タイムは23秒台だった。03年に石川県で行われた第24回全日本マスターズ大会を手伝ったことがきっかけでマスターズ陸上へ。「こんなに素晴らしい大会があるなんて。私も参加して走ってみたい」と、19年の第40回記念国際・全日本マスターズ大会に出て、60mと100mのW80クラスで入賞している。

男子4組は80歳以上のレース 川端忠義さん(千葉)が1位に

M80～90クラスの5人がエントリーしていたが、1人が欠場。4人が争ったが、やはりクラス順で下のM80の川端忠義さん（千葉）が15秒72（-1.7）の1位でゴールした。川端さんは70歳の古希の記念ではないが、12年11月に台湾であった第17回アジアマスターズ選手権のM70・100m13秒52、200m28秒65と4×100mRの2走を受け持ち、54秒12と3種目で金、400m1分10秒57で銀と4つのメダルを得たことが一番の思い出だ。

当たり前のように国内の全日本マス

ターズ選手権でも活躍してきたが、最近では19年に群馬で行われた第40回記念国際・全日本マスターズの200mで30秒57（-1.8）とM75クラスでタイトルを取っている。とにかく練習は熱心。独自のプランで進め、瞬発力を養うため、または持久力を付ける負荷のトレーニングなどを励行。新型コロナ流行後はもっぱら体幹強化と心肺強化のための練習を続けてきた。「マスターズ陸上についての話題は尽きることがありません」と川端さん。

2位は17秒21だったM85の飯島繁さん（茨城）。元は野球をやっており、還暦野球の全国大会で3回の優勝を誇る。ご自身は1番打者で活躍。体力維持のため、30歳半ばからジョギングを励行。今年3月現在で144,321kmと、およそ地球3周半を達成。そのほか、週4回は筋力トレーニングのため、スポーツセンターに通う熱心さだ。

19秒80で3位だったM90で奈良の北良夫さんは、マスターズ陸上だけでなく、スポーツ分野において存在感の大きな人だ。M65・100mでは97年大分での全日本マスターズ選手権で12秒92の日本新記録で走り、アジア地区での大会などでも活躍してきた。このような活動が評価され、2018年に日本スポーツグランプリ賞を受けた。

同じM90の横山汎さん（神奈川）は21秒30で4位。日々自己流の練習でひのき舞台に立てた。マスターズ入会のきっかけとなったのは84歳のときだった。新聞紙上に85歳の田中博男さん（青森）がマスターズ陸上男子100mで世界記録を打ち立てた紹介記事を読んで感動したそう。スポーツは人を感動させる事例だろう。



女子3組優勝 山崎和子さん



男子4組優勝 川端忠義さん