

# 世界マスターズ陸上 2024 イエーテボリ大会 報告

## 世界マスターズ陸上競技選手権について

World Masters Athletics (世界マスターズ陸上)主催のマスターズ陸上世界選手権は1975年に初開催。第25回となる本大会はスウェーデンのイエーテボリにて8月13日～25日に開催されました。

Q「誰が出場できるの？」

A「マスターズ陸上競技の世界では年齢は単なる数字に過ぎず、アスリートの真の尺度はスポーツに対する献身と揺るぎない情熱にある。35歳以上であれば経歴や過去の実績に関係なく誰もが歓迎され、対等な条件で自分の能力を披露することができる。世界選手権のタイトルをかけて、自分の限界に挑戦し、期待を裏切り、世界的な舞台で自分の可能性を実現するチャンスなのだ。初心者、ビギナー、エキスパート、プロ、ベテラン、エリート、マスター、そしてチャンピオン。イエーテボリへようこそ！」

<https://www.2024wmac.com/about> 和訳

2024年8月12日18時よりSlottsskogsvallenスタジアムにて本大会の幕が切って落とされました！ 大会HPにはオープニングセレモニーについて以下のように記されています。



「競技の枠を超えた力強い瞬間を体現する。選手、役員、観客が一体となり、スポーツマンシップと仲間意識を分かち合う場である。単なる儀式ではなく、文化交流の場であり、違いを称え、共通の価値観を受け入れる雰囲気醸成する」 <https://www.2024wmac.com/ceremonies> 和訳



本大会は世界111の国と地域から約8,000人の選手が参加されました。日本からは90名を超える選手が参加され、2週間にわたる熱戦が繰り広げられました。



### 3つの競技場と公園

本大会が開催された競技場と公園について

メインスタジアムである Slottsskogsvallen は1923年に建設され、第2回国際女性競技大会※や第2回世界マスターズ陸上競技選手権が開催された歴史ある競技場です。※第2回国際女子競技大会には日本から人見絹枝選手が出場されました。人見選手は100ヤード走3位、走り幅跳び1位、立ち幅跳び1位、円盤投げ2位。個人総合1位の成績で、名誉賞を受賞するという輝かしい成績を残されました。出典：笹川スポーツ財団HP。 <https://www.ssf.or.jp/knowledge/history/olympic/07.html>

第2スタジアムのUlleviは、1995年の世界陸上競技選手権が開催された競技場です。

第3スタジアムである Björlanda Athletics Center は本大会のために建設された真新しい競技場でした。毎日メインスタジアムから30分おきにシャトルバスが運行されました。

広大で緑豊かな Slottsskogen 市立公園でロード種目が行われました。



日本選手の中には初参加の方も多くいらっしゃいましたが、ベテラン選手が親切にいろいろと教えてくださったり、また選手同士で情報共有しながら、皆さんとても和やかな雰囲気で大いに挑まれ、楽しまれていました。

本大会の日本選手のメダル獲得数は、金メダル6個、銀メダル10個、銅メダル13個!! M50の4\*100mリレーでは世界記録(44.08)も樹立されました!! 日本選手のメダルセレモニーは Team JAPAN の選手・応援団皆で駆けつけて選手を讃え、声高らかに国歌を合唱しました。



本大会HPより「チームとは…」

“A team is not just a collection of individuals; it's a force that thrives on shared joy, commitment and the pursuit of unforgettable times.”

“チームとは単なる個人の集まりではなく、喜びを分かち合い、献身し、忘れられない時間を追求することで繁栄する力なのだ” <https://www.2024wmac.com/list-of-registrants>





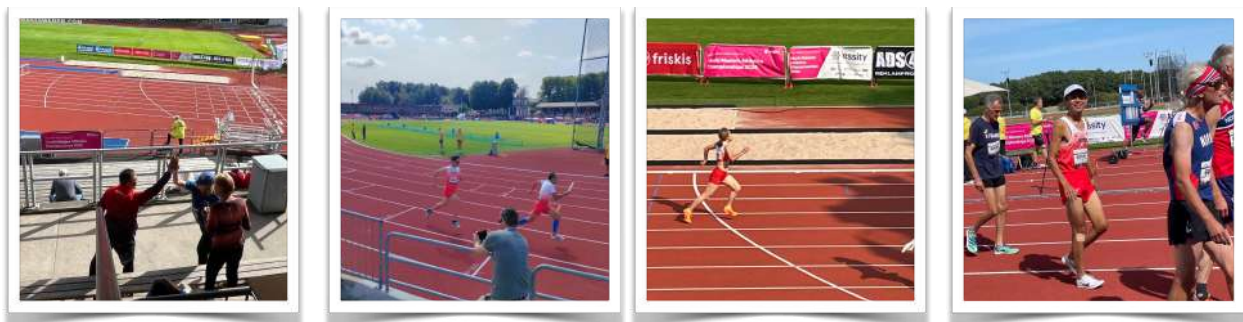
ここからは、選手が寄せてくださった大会レポートをご紹介します。ご協力くださった選手の皆さま、ありがとうございました！



● 国内の大会では味わえない経験ができました。

2000m S Cの銅メダルとw60リレーのアンカーを走れたことで競技続行のモチベーションが高まりました。

能登半島地震でたいへんな時もあり、参加を諦めそうになった自分が、再挑戦する気持ちにシフトできたことに感謝しています。

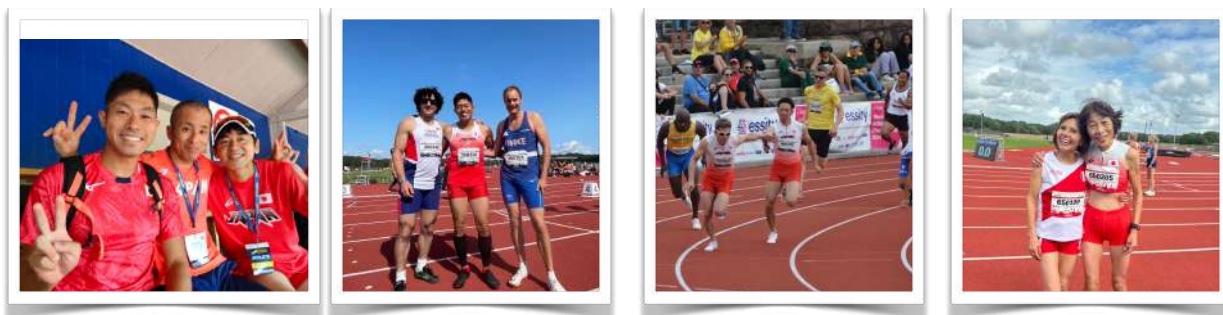


● ○**出場の動機** 高校生のとき、坂口さんがM40やり投で優勝され、その頃からマスターズ陸上を意識していた。また、大学時代にはM80十種競技の世界記録保持者、田中重治さんがおり、いつか自分も田中さんのようになりたい、という思いがあった。出られるときに、チャレンジしたかった。前々から、投てき五種に出たかった。だから、今回出るしかない、と思った。

○**準備** 一般で競技を続けるとともに、2年前にマスターズに登録。投擲を中心に、ほぼ毎月試合に出場。昨年全日本マスターズに初出場。平日、仕事後にトレーニング、週末は母校で高校生とトレーニング。昨年11月より、初動負荷トレーニングのジムに通う。

○**競技の様子や感想** 相手選手を称える精神や、選手たちの陸上競技への情熱に、心を大きく揺さぶられた。大きな感動を得るとともに、誰に対しても、心の底からの笑顔で接することができた。日本の先輩方の、競技に懸ける心には、本当に感銘を受けた。特に、最終日のマイルには、感動とともに大きな刺激を受けた。（来月、先輩方をみならい、400の試合に出ることにしました！）今回のような、目の前の全てが初めての経験という状況は、本当に、「素の自分が出る」ものだと思った。そして、（踊って歌って投げて、みんなを盛り上げるという）「自分の使命」や「自分は何者か」に気づくことができた。本当に、人生最高の時間となった。

○次回に向けて M35投てき五種、大邱の地で日本記録をなげ、優勝してみせます!!



● **動機** 日の丸ウエアは幼少期からの憧れでした。そして、M35で世界マスターズに出るのを楽しみに、M25からマスターズ陸上に参加したため、念願の大会でした。一方で、北欧と遠く不安でしたが、昨年アジアマスターズの日本選手団バスにて先輩方に背中を押して頂き出場を決断しました。

**準備** 昨年までは陸上競技部の無い中学校にて教諭をしていましたが、本年度の人事異動で陸上競技部のある中学校に異動し、5年ぶりに陸上競技部の顧問をつとめています。中学校駅伝の練習や、新人に向けた部活動の練習を夏休みに指導するなかで、自分自身の世界マスターズへの参加を生徒にも伝え、共に走り込んだ長期休暇でした。個人的な目標は16位以内というものでしたが、それを多くの生徒と保護者から応援を受けての日本出発でした。

**競技の様子や感想** 生まれてはじめてみる室内競技場や、会場が陸上競技一色となった雰囲気、心地よい日々でした。走高跳では、自分よりはるかに背が高く記録の良い選手達と過ごしましたが、無事に記録を残せ安心しました。また、競技終了後の集合写真では、大会に自分を受入れて貰えたような気持ちとなり、幸せでした。十種競技では、記録、順位共にベストを尽くすことができました。優勝した選手の大会新記録を目の当たりにしつつも、その選手に最後の1500mは勝てるなど、爪痕を残せたと感じました。2日間を共に過ごす中で、各国選手との仲も深まり嬉しかったです。夢のような2日間でした。帰国後は、日々の指導で、今回の遠征で深まった知見をいかそうと取り組んでいます。時々、世界マスターズのチームジャパンの記念シャツを着て授業をし、さりげなく生徒や職員室でアピールすることも欠かせません。

**次回大会へ向けて** 世界マスターズ大邱大会も楽しみにしています。また、その他にもチャンスがあれば、他国のマスターズ陸上競技大会への参加を挑戦していきたいと考えています。





● **動機** 尊敬と憧れ、そして仲良しの坂口先輩に強く誘われた事。お盆の長期間と費用面での躊躇はあったものの、これを逃すとなかなかヨーロッパ北欧に行くチャンスはないし、2年後ではまた歳を取る。と後悔しそうなので。チャレンジして正解だった。初めてのヨーロッパ北欧、世界大会は自己ベスト、3位という結果も出せたこともあり、ひと月経過してもあせることの無い、貴重でナイスで晴れやかな体験になった。世界チャンプ常連の坂口先輩と同行エントリー、さまざまな情報やらアドバイスもあって準備から試合までほとんど緊張することなく安心して試合に臨めたのはものすごく大きくプラスになった。

**試合** 当日は雨上がりの水たまりに浸かったヤリに苦戦し、世界大会なのに滑り止めが用意されて無いことには驚いた。そんな中、坂口先輩が他国の選手に頼んで譲ってもらった炭酸マグネシウムのお裾分けがとても大きかった。濡れて重く滑ったのがいい感じにグリップが決まり最終投擲での逆転に繋がった！また、世界のトップ級ヤリ投選手とも健闘を讃え合い、交流できたのはこの大会でしか出来ない素晴らしい事。余興として急遽参加した400mリレーのアンカーとしてブレーキをかけながらも全力で走り、際どくゴールテープを切れたことも思いがけず楽しい思い出となった。（悔しさも）

**次回** 大邱ももちろんエントリーし、もっと良い結果を出したい気持ちが高まっています。同じクラスのまま2つも老けますが…（泣）練習内容のブラッシュアップはもちろん、生活面、栄養面、技術研究、そして身体の手入れ…などなどまだまだ手を加えられる事は沢山ある！当面は先輩の持つ日本記録を目標として鍛えていきたい。



● 夏休みを使ったパリ五輪の観戦を計画していたところ、その直後に世界マスターズ選手権が開催されることを知り、休みを延長して参加することにしました。上位を狙えるような実力ではないため、順位や記録というよりは海外の競技会を経験して見聞を広げることが一番の目的でした。

出場した5000mはメインスタジアムとは別の会場となり、他に日本人の参加もなかったので、ウォーミングアップからレースまで一人で行うことになりました。勝手が分からずに不安もありましたが、招集などは係員が簡潔な英語で説明してくれ、無事にスタートすることができました。結果は満足できるものではありませんでしたが、1995年に世界選手権が開催されたスタジアムを走れて、とてもいい思い出になりました。また、スウェーデンは真夏とは思えないような涼しさで、こんな快適な気候の中を走れることに幸せを感じました。

自分にとって日本代表のユニフォームを着るのはいささか重すぎるようにも感じましたが、ユニフォームは他国の選手とのコミュニケーションツールとして機能し、「これが国際大会の醍醐味か」と実感しました。レース後には一緒に写真を撮ったりと、参加者同士で交流を深められたのも楽しかったです。

自身初の海外で不安もありましたが、日本チームとはLINEなどを通じて情報共有ができたため安心して過ごすことができました。2年後の大邱大会も状況が許せば参加したいと思います。



● ★参加前に思っていたこと 当初、自分の競技レベルを考えると世界大会参加は尻込みする気持ちも大きかったのですが「どんなレベルであってもこの場に挑戦すること自体が素晴らしい。自分との戦いが大事」と考え、エントリーすることにしました。

★参加してみて 参加者同士、最高の笑顔でフレンドリーであろうとする姿勢が見えて素晴らしい。やはり戦争してはならない。言葉が通じなくても外国の人とも仲良くできるじゃないの。レース後も陸上を愛する仲間として「一緒に走ってくれてありがとう。良いレースでした」という気持ちが自然と湧いてきて、これはやはり世界大会ならではの 実感しました。また国内では地域や年齢カテゴリが異なる方とはあまり交流機会がないですが、世界大会の場で新しいお知り合いが増え、応援しあえるようになったことが大変嬉しいです。

★その他 事前に大会ホームページで「OPEN10K」という市民ランナー向けレースがあることを知り、エントリー。「JAPAN」のシャツで参加したところ、沿道の声援も頂き楽しく走ることが出来ました。

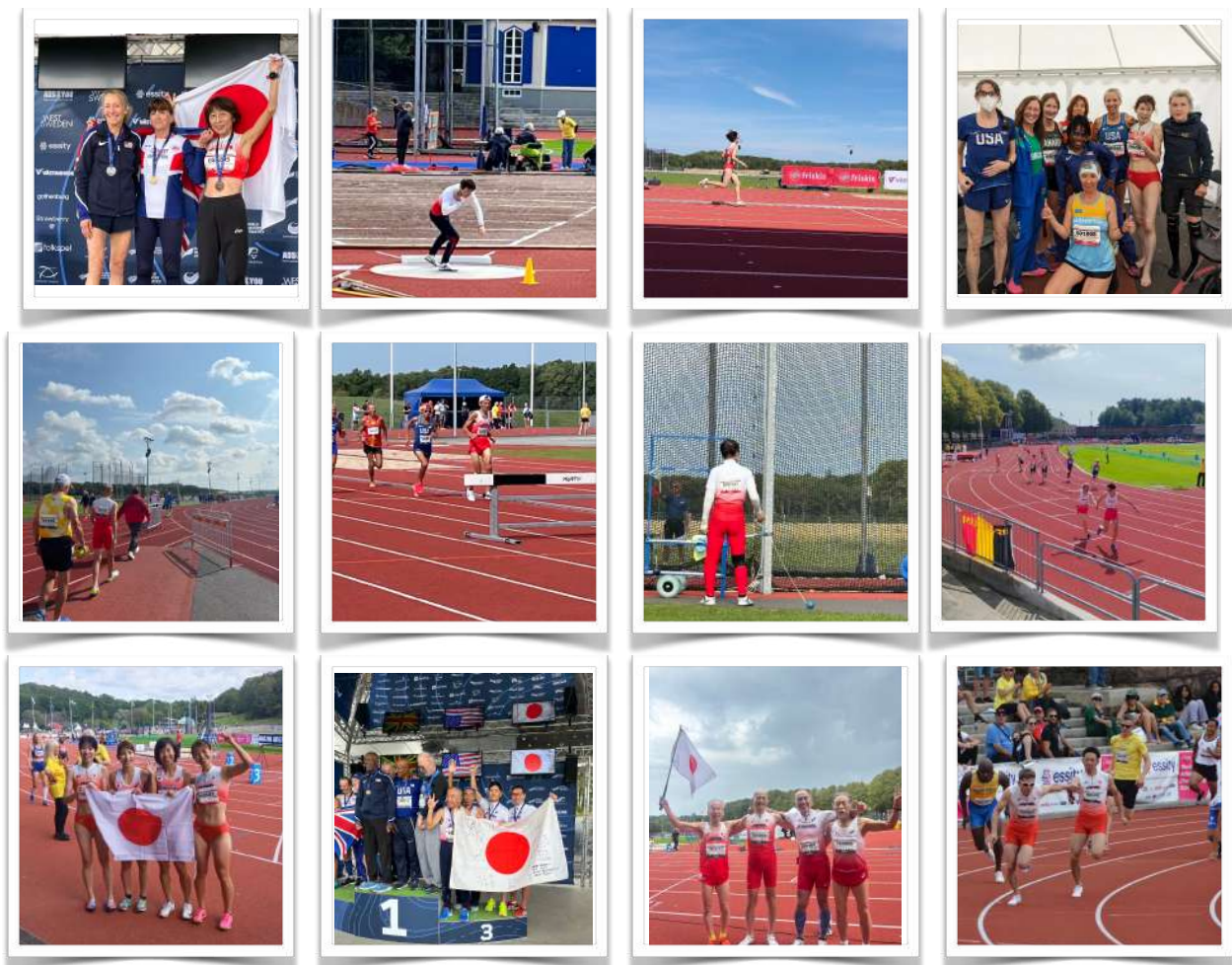






● 私はいつも「今を楽しむことで夢が叶う」と思って、人生の宝物である陸上競技を楽しんでいます。今年の世界イエーテボリ大会で個人で金メダルを取る為に昨年の暮れから鈴木義啓プロコーチの指導を受け、世界大会2ヶ月前から300ハードルに特化した練習メニューをこなしました。又密かに出場種目全てにメダルを取ることも目標に大会に臨みました。100mは14秒21で優勝、300mハードルも優勝することができました。しかし得意の200mでは、イタリア人のリブイオ選手に0.26秒差で敗れて2位になってしまいました。400mでもリブイオ選手が優勝、私は2位でした。リブイオ選手はとてつもない鉄人のようでしたが、表彰式では彼と強い握手を交わし、次回の大邱大会で元気に再会することを約束しました。もし私がイエーテボリ大会で4冠を達成していたら、次の目標を失っていたかもしれません。彼に勝てる日まで「100歳の金メダル」を目指して、これからも走り続けます！

5人の仲間とイエーテボリに入り 期間中 仲間との自炊で体力回復に努めた結果が出場種目全てのメダル6個を獲得出来たのも一緒に生活した 西村さん中山さん末吉さんのお陰でした。一生長い思い出になりました。3人には感謝してます。ありがとうございました！







M70・M75 クラス競技を終えて記念撮影



M70 棒高跳 表彰式



ヨーロッパの空の玄関口と称されるアムステルダム・スキポール空港の案内板。  
Transfer と all gates の表示に沿って向かう

スウェーデン・イエテボリにて世界マスターズ選手権大会（2024年8月13日～8月25日）が開催され、参加してきました。エントリー種目は14日棒高跳、15日300mハードル、17日・18日の混成十種競技の3種目でした。メインは混成十種競技ですが、練習のつもりで棒高跳を入れ、日程が開いているので、300mHも入れました。

成田を12日昼のKLM機12:35に出発。Amsterdam Schiphol Airport 経由 Goteborg（イエテボリ）Landvetter Airport 12日の真夜中の24:00 に到着でした。時差は7時間で乗り継ぎ時間を含め自宅から約23時間の長旅でした。ハブ空港の Amsterdam Schiphol 空港はヨーロッパの玄関口にあたり※シェンゲン協定でここで入国手続きをしたのみで、行きも帰りもスウェーデンでは出入国審査はありませんでした。乗り換えが一番の心配事でしたが、案内板が分かりやすく迷わずに乗り換えができました。搭乗する便は最終便でしたので、空港からはホテルまでタクシーを予約して行きました。

※シェンゲン協定 シェンゲン協定締結国（シェンゲン圏）の域内では国境管理をなくす一方で、対外国境では出入国管理に共通のルールを導入し、観光・出張などを目的とした短期滞在用の圏内共通の査証、「シェンゲン・ビザ」を発行していますが、日本国発行の旅券（パスポート）の保持者は同ビザが免除されています。シェンゲン・ビザ保持者および免除者はいずれも、シェンゲン圏内で90日以内であれば、原則的に出入国審査なしに自由に各国間を行き来することができます。





受付会場の室内競技場



十種の最終種目 1500mの様子



十種の9種目目のやり投げ

空港で待っているはずのタクシーがいまいませんでしたが、私の名前を探していたら、西アジア系のタクシーを手配している方が運転手を呼んでくれ5分程待ってタクシーに乗車出来ました。ここではほぼタクシーの運転手は西アジア系の方々でした。いずれ日本も人手がないと外国の労働者を受け入れることになると思うと日本の未来を見ているようでしたが、賃金が上がらなくては他国の人も来てくれませんか。

今回は朝食付きの4星のホテルに宿泊しました。ホテルに到着し、ドアを開けようとしたのですが片手では開きませんでした。強く両手で押さないと開かないのです。かなり頑丈に作られています。翌日、ホテルの朝食は7時からビュフェスタイルでした。どれもかなり美味しく頂きました。特にヨーグルトとクロワッサンは格別に美味しかったです。混成十種競技の日は朝が早いので、ランチボックスをお願いして早い時間に部屋で食べました。

イエテボリの初日(13日)はメインスタジアムの Slottsskogsvallen (スロツツスコグスヴァレン)の室内競技場が受付になっていました。アスリートビブスを受け取り、コールも事前にスマホでしていたものが登録されていました。

14日は棒高跳に出場。大会1ヶ月前に自身のポールが折れ、クラブのポールも折れ、大会でレンタルしたポールがなかったり、ポールに関してはアクシデントだらけでした。記録は低調でしたが銅メダルを頂きました。

15日は300mHの予選がありました。33名のエントリーでしたが、記録結果を見ると3組21名の出走でした。予選8番目の記録でFinalに進めることになり17日に決勝が行われます。

16日は中休みの競技が行われませんが、練習は出来るようにスケジュールになっていましたので、投てき練習をする目的で行きましたが、器具類が用意されていませんでした。

17日は混成十種競技の初日です。5種目にプラスして300mHの決勝がありました。1日目もどの競技もワースト記録のオンパレードでした。猛暑で思うような練習が出来てないと、時差ボケで体調も今一でした。唯一400mだけがなんとか普段の記録を出すことが出来ました。砲丸は日本のものより一回り大きいか小さいものがありました。イエテボリの気候は朝は気温12℃位で晴れた日中でも18℃前後でした。38℃の日本から急に運動するには快適な気候の所に来て、体がついて行けません。この日も明日のポールの確認に紙にスウェーデン語に書き込みして他の競技場にあるか確認するようお願いしました。

18日は混成十種競技の2日目です。競技途中から雨が降り出し、寒い一日でした。合羽を競技場に持って行くのを忘れました。棒高跳を始める直前にレンタルポールが届きました。マネージャーの話ではもう一ヶ所の競技場に行っていたとのこと。いつものルーティンが狂ってしまいました。練習開始時にテープ巻をするが雨で滑り、せっかく届いたポールもなじめず、記録なしに終わってしまいました。14日に使用したポールを使った方が良かったのか、全ては後の祭りでした。

今回の世界大会に向けて、投てき練習に時間を掛けてやってきましたが、まったく結果を出せずに終わってしまいました。砲丸・円盤は重さは同じでも大きさが違っていたりして、投げにくかったです。それでも最終種目の1500mでは日本では暑くて練習出来なかったのですが、気温が低いので、気持ちよく走ることが出来ました。1500mのスタート前にはもう一つの競技場で行われていたM35 DecathlonのHOSHI選手が駆けつけてくれました。M70のNAGATA・COSTELLO両夫人

と藤林マネージャーの大きな声援も頂き、大いに元気付けられ今シーズンのベストタイムでした。

この大会では混成十種競技をメインに練習の一環で棒高跳を入れ、日程が開いていたので、300m Hも入れましたが、決勝まで進めたのが災いして混成十種競技に影響してしまいました。次回参加種目は十種競技の後の日程の種目をエントリーするようにしたいと思います。また、リレーも終盤にありますので、走ってみたいと思っています。

この大会では良い成績ではありませんでしたが、世界大会でしか味わえない各国の選手と交流することが出来ました。111ヶ国の8,000人を超える選手が参加して行われたこの大会が、市民レベルでのスポーツ文化交流の場として、世界平和の礎と一助になることを願っています。

競技の無い日には市内を散策していました。イエテボリはスウェーデンのストックホルムに次ぎ大きな都市です。宿泊したホテルのそばにセントラルステーションがあり鉄道の大きな駅でした。市内にはトラム(路面電車)とバスが、かなりのルートがあり縦横無尽に走っていました。

20日の朝イエテボリから空港行きのバスに乗車、予約していたチケットでは乗れずクレジットカードで支払いを済ませる。トラブルがあるとスマホの翻訳アプリが活躍してくれました。運転手にスマホ画面のマイクをタッチしてスマホに話してもらいました。バスやトラムの交通機関では現金は使用出来ずクレジットカードやスマホに事前にチャージなどの対応でした。交通アプリは日本で事前にスマホに入れておいたのですが3日分をチャージしたら即カウントダウンが始まってしまい、また、現地でチャージをしようとしたらワンタイムパスワードを要求され、ソフトバンクの携帯で使用出来ず、コンビニで交通カードを購入しました。空港行きバスは20分程で空港へ到着。ホテルで航空券の事前チェックインを済ませていたので、荷物をカウンターで預けるだけでした。アジア系の搭乗者は帰りも私だけでした。アムステルダム Schiphol Airport 経由の成田行きでは、日本の方も大勢搭乗されていました。帰りの便では赤ちゃんの凄まじい鳴き声で眠ることが一時出来ませんでしたので、座席にあるビデオを見ることにしました。KLM機でしたので外国ものばかりでしたが、日本のものが唯一あったのが『窓際のトットちゃん』でした。アニメなど見たことがない私でしたが、昭和の話であること、忠実に時代背景を再現していること、映像の美しさに惹かれ、最後まで見てしまい大変癒されました。日本時間21日昼に無事帰国しました。

## イエテボリ市内



坂のある風景



橋の上から



ホテル付近の風景





坂の石畳



石畳



日本人の作品



ウレヴィ競技場の像



ウレヴィサッカー場の像



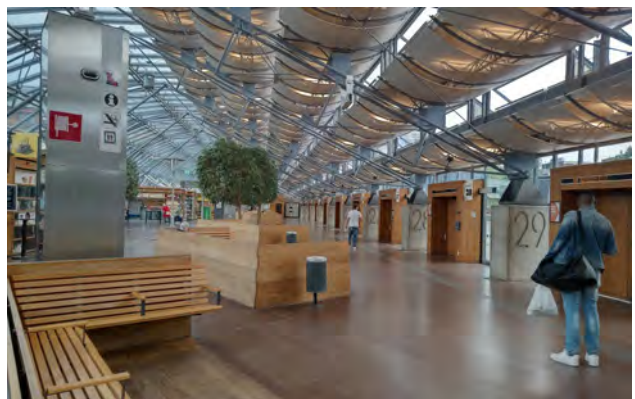
街中



海沿い地区



夜のセントラルステーション



バスターミナル待合スペース



セントラルステーションショッピング内・少女の像

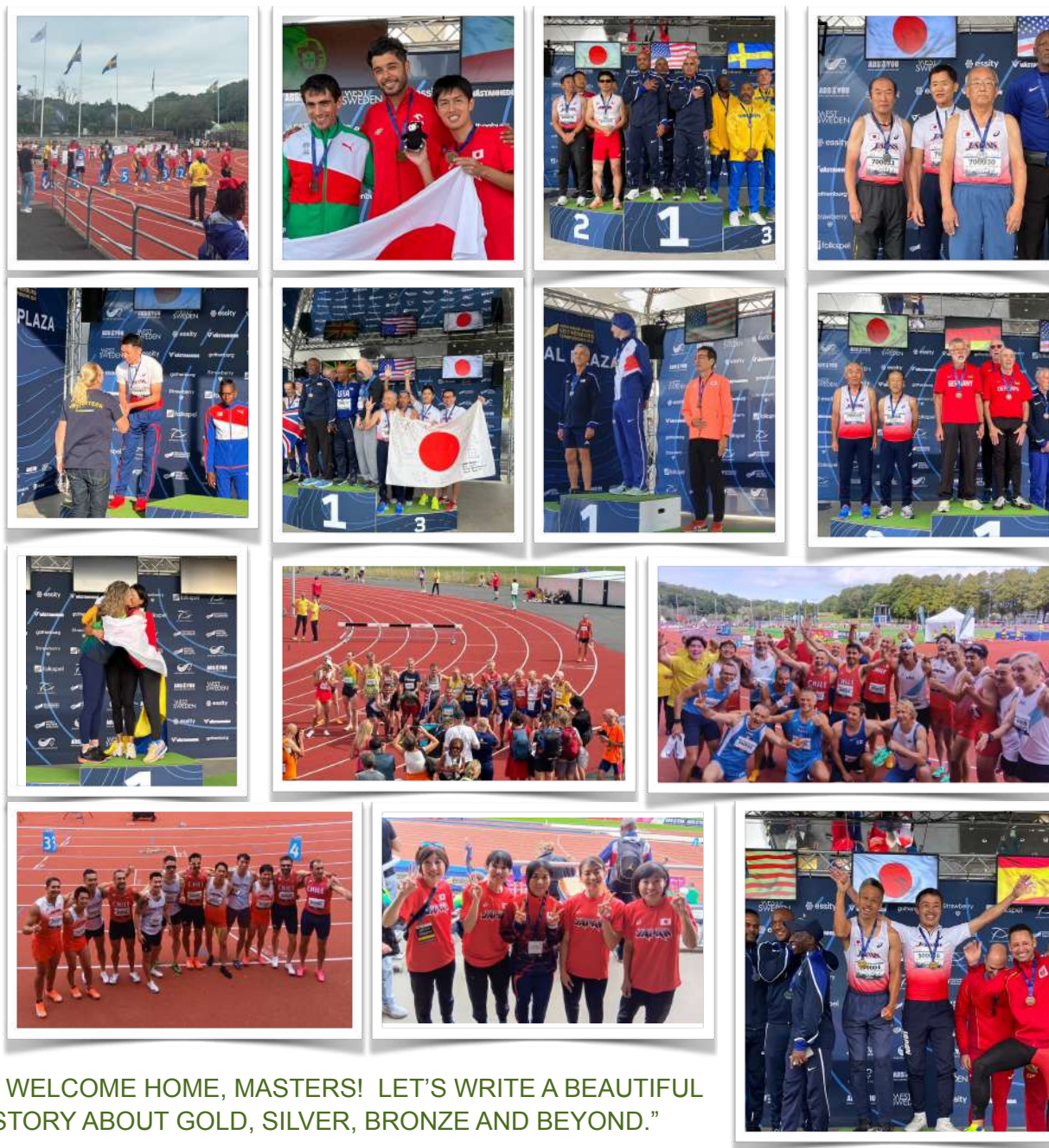


かなり長い路線バス(ボルボ製のEV車両)



ホームに停車中の鉄道車両、改札はありません





“ WELCOME HOME, MASTERS! LET’S WRITE A BEAUTIFUL STORY ABOUT GOLD, SILVER, BRONZE AND BEYOND.”

**おかえりマスターズ！ 金メダル、銀メダル、銅メダル、そしてその先の美しい物語を描こう。**

<https://www.2024wmac.com/content/documents/2024WMAC-COMPETITION-HANDBOOK.pdf>



イエーテボリ大会にご参加された皆さま、いろいろとご協力いただきありがとうございました。素敵な時間を共に過ごさせていただき、とても感謝しています。

次回第26回大会は、2026年8月25日～9月8日に韓国の大邱にて開催予定です。初心者、エキスパート、プロ、ベテラン、エリート、マスター、そしてチャンピオンの皆さま、その先の美しい物語をご一緒に描きましょう！ イェーテボリ大会チームマネージャー 藤林真美