

第68回 男鹿駅伝競走大会イベントレポート（第5回：5区）



入道崎（写真提供：男鹿なび）

【第5区】

レースは後半戦に突入、トップ学生チームに37秒差の全体2位で5区へ。

5区は昨年までのコースではアンカー区間にあたり、従来のコースと距離に変更は無く、4区とは反対に高低差150mを約5kmを使って緩やかなアップダウンを重ねながら下ってくる。

下り切ると中継所のある入道崎まではほぼ平坦だが、下った後の平坦は上っている様な錯覚に陥るため、思っている以上に選手としては精神的にも肉体的にも厳しい。

今年、5区を任された群馬県出身で入社4年目の佐野は、工場管理部工場総務課に所属し、固定資産管理やリース管理を担当、最近では社内の安全衛生に関わる業務も担当している。

レースは、トップ学生チームとの差を4区で若干詰め、トップを視界に捉えて展開する。

今年のレポートは、この後、走った選手の直筆感想からレースのリアルな実況をお届けする！！

ShinDengen



5区：8.2km（八望台～入道崎）

<< 佐野選手レポート >>

昨年に遡るが、私はこの時期に体調を崩し入院を経験した。

当然練習はNGで、日常生活すら辛い状況の中、陸上競技へ復帰が出来るのか不安で一杯だった。

それから約4ヵ月の期間を経て、軽い運動が出来るまでに回復したが、復帰レースのことなど考える余裕は無く、普段の生活を取り戻すことだけを考えていた。

練習復帰当初は、軽いウォークから始まり、次は20分のジョギング、次は40分、60分と徐々に時間を延ばしながら、自分のペースでひたすらロングジョグを繰り返した。

その期間をマイナスには捉えず、むしろ一から土台作りが出来る良い機会とプラスに考え取り組んだ。

その後、チームに合流してポイント練習を開始したのが今年の4月。

合流した理由はロングジョグに慣れてきた(若干飽きてきたのもある)ことに加え、スタッフから男鹿駅伝でそろそろ復活して欲しい感がひしひしと伝わってきたこと・・・

とは言え、私自身も男鹿駅伝を復帰レースとして考えて練習していたので、駅伝で勝負をするための練習へシフトした。

久しぶりの合同練習の感想は、自分の好きなペース、走りやすいリズムで黙々と走っていた状況から一変して、ペースもリズムも他人に合わせながらの練習となり、更に勝負の駆け引きが起きるため、キツさや苦しさを感したが、何よりも「競い合う感覚」や「速く走る感覚」に対する楽しさが勝っていた。



今大会が復帰レースとなった佐野の前半の走り

復帰してから間もなくは調子が良かったものの、レースで勝負するために合同練習の回数を2週間に1回⇒週1回⇒週2回と増やしていくうちに疲労が溜まっていき、駅伝の1週間前には疲労困憊であった。

出発の前日に行った調整練習も1km 3分10秒を切るのが精一杯。

あまの調子の悪さに「これ、当日終わったわ」くらいのモチベーションの中、秋田へ向けて出発することとなった。

そんな状態に不安がある中、約1年半振りのレースということもあり、宿舍出発前にはかなり緊張していた。

同部屋に宿泊していた同期の加藤からは「どうしたん！緊張とか、らしくないじゃん！」と爆笑されながら、チーム一安定感のある男、石原さんはその横で2人のやり取りを仏のような優しい笑顔で見守るのであった・・・

そんなやり取りで気持ちを紛らわせ、今年も秋田新電元の方々にサポート頂き、スタート地点へ到着した。

空には雲がかかり、動かないと少し肌寒く感じる気温の中で、「試合前って、確かこんなことしていたな・・・」などと思い出しながら、好きな音楽を聴きウォーミングアップまで気持ちを高ぶらせていた。



入道崎（写真提供：男鹿なび）

事前に、先頭を走る東洋大学を40秒差で追っている展開であるという情報を受けていたため、予定時刻に合わせてウォーミングアップと着替えを済ませ、前の走者が来るのを待っていた。

待機場所では大会側の「先頭通過まであと10分」のアナウンスが流れた。

その後、「先頭の東洋大学の通過まであと5分」とのアナウンスが流れたことを確認し、足に付けるサポーターを付け忘れていたため、時間的にまだ余裕があると思いシューズの両紐をほどいた。その瞬間、あと5分で到着予定の東洋大学が私の目の前を通過した。

「・・・え??」急に現れた東洋大学に驚き、一瞬訳が分からなくなった。

ほどいたばかりの両紐を縛り直し、着ていた上着を脱ぎ捨て中継所に駆け込むと、前方には傾斜のキツイ坂を上り切った小原さんが見えていた。

残り80m程先の中継所にいるはずの私を確認出来なかった小原さんは、監督車両について行ってしまいコースから一瞬フェットアウトしてしまった。

そんなアクシデントもあったがギリギリ間に合い、無事に襷を受け取った。

襷を受け取り、走り出した前半、アクシデントのせいか、レース特有の感覚なのか、体がふわふわと浮くような感覚がしていた。

スタートから2km手前程の地点で、監督車から「先頭の東洋大学から離されてるよ！」と声が聞こえた。

「いや、そもそも襷を受け取った時の差が分からないし、まだアップダウンも多い前半だし…」と心の中で呟きながら、前回走った記憶と感覚を頼りに前半は自分のリズムを崩さずに走った。



下りが続くコースを軽快に走る佐野

中盤は下りが続くため、終盤のことを考えてオーバーペースに気を付けたいところではあるが、前の走者の頑張りや、次の走者のことを思えば無理をしてでも追いかけなければならないという気持ちになり、夢中で駆け下りた。

すると、前方を走る東洋大学の姿が徐々に近づいてくるのが分かった。その瞬間から、更にピッチを上げ追いかけた。



入道崎（写真提供:男鹿なび）

下り終えた後半は、フラットな道に見えて少し上っているコースとなっており、急な坂を下った足には、少しの斜面すら急な上り坂に感じる程であった。

少しペースが落ちた様子の私に気づいた監督車から、「駅伝は楽しいだろ！」であるとか、「前に追いつくぞ!」「休ませねえぞ!オラぁ!」といった様々なタイプの熱い声援を受けながら一心不乱に中継所を目指して走った。

上る最後の直線では、秋田新電元の方々の声援を受けながら持てる力を振り絞ってスパートをかけ、次の走者の石原さんに襷をつないだ。

自分のレースの総括としては、約1年半振りのレースは、1本の走りに全力を出すことのキツさや、レースでしか感じられない感情や経験を思い出すことが出来、復帰戦として十分な内容のレースであった。

レース前は「大した練習出来てないし、調子下がってるし・・・」と不安要素ばかりが先行して、良いイメージが浮かばない状況だったが、駅伝という環境やチームメイトの走り、周囲の応援、サポートのおかげで自らの役割を果たすことが出来た。



5区 佐野 ⇒ 6区 石原へのタスキレ

今年は、新電元より持ちタイムの速い強豪チームも出場したことで、レース前はプレッシャーに感じている選手が多かったが、結果を見れば強豪チームを抑えて一般の部で優勝出来たことは素直に嬉しく思うのと同時に、今まで練習内容などに対して受動的であったが、選手達が自主的に考えて活動してきた成果が表れたレースだったと思う。

今後については、今年は体調を崩さないことを第一目標として業務と競技に励んでいく。
また、次の駅伝は11月に行われる東日本実業団駅伝となるが、昨年苦しんだ長期に渡る足底の痛みが完治した訳ではないため、今年こそ走れるよう油断せず取り組んでいく。

最後になりますが、今回総合優勝とはなりませんでしたが、目標としていた「一般の部 優勝」という結果を残すことが出来ました。

当日、早朝より現地まで駆け付けて頂きました皆様や、日頃より応援頂いている皆様に、この場をお借りして厚く御礼申し上げます。

今後とも変わらぬご支援・ご声援を賜りたく、何卒、宜しくお願い致します。

(終)

※ 佐野選手のレポートいかがだったでしょうか。

体調不良による入院から競技に復帰し、走れる喜びがひしひしと伝わってくるレポートで、同じように故障等で競技復帰を目指している方々の励みにもなる内容でした。

今後、更なる飛躍が期待される佐野選手とチームの益々の活躍をご期待下さい！！

【5区成績】一般の部

距離 : 8.2km

順位 : 1/41位 (大学を含む全体順位 : 2/52位)

タイム : 24分49秒 (目標タイム : 24分50秒)

以 上

※ イベントレポート (第6回 : 6区) へ続く