

新シリーズ

輝く先輩①

# 夢へ向かって駆け続ける サラリーマンアスリート

福島学院大学職員 眞船 孝道さん (文化情報学部 2000年度卒業)



## トレイルランニングを始めたきっかけ

大学卒業後、福島県郡山市の私立高校に勤務しました。情報系の授業、クラス副担任を務める一方、部活動では、陸上競技部(長距離)の顧問として生徒たちを指導しながら、自身も現役のマラソンランナーとして日々汗を流していました。

社会人2年目に国体(山岳競技:縦走)の福島県代表として選ばれました。国体の縦走競技とは、鉄板・鉛を入れた「17kg」のザックを背負い、登山道を駆け上がる、非常に過酷な競技です。当時、私のコンプレックスでもある、大きく発達した筋肉質な体型・体質は、マラソンランナーとしては、重りにしかならずマイナス要因と考えていました。ところが、過酷な山岳競技においては、自身の生まれ持った体型(能力)を最大限に活かすことができ、2002年~2007年までの6年間、国体優勝2回・準優勝2回という成績を収めることができました。

しかし、2007年、国体の縦走種目が廃止。ぽっかり心に穴が開いた感覚とともに、翌年は山岳地帯を訪れる回数が減りました。しかし、雄大な大自然の中を駆け回る魅力が忘れられず、再び2009年から、山岳地帯を駆け回る「トレイルランニング」へ活動する舞台を移行したのです。

## トレイルランニングの魅力

私にとってのトレイルランニングは、相手と競い合う楽しみや、結果として表彰されることだけが喜びではありません。なんとと言ってもその魅力は「雄大な大自然からいただけるパワー」。何千年も何万年もかけて作られた空間に身を置き、大地を踏みしめると、自身を客観視でき、心をリセットすることができます。空気がキリリと冷たく引き締まった高地で、風の音、小動物の声、大地を踏みしめる足音と呼吸音を耳にすると、自然界の中で「生かされている」実感が生まれます。それは、感謝の気持ちであったり、生きる活力・原動力へと結びつきます。

春夏秋冬、四季折々の様々な表情を持つ日本の大自然。時に厳しく、時に優しくもある。人生のような、山あり、谷ありの大自然。その中を駆け回るからこそ、感じ得る魅力があります。

## 現在の生活、練習の様子

2004年から福島市の福島学院大学で勤務しています。トレーニングは、狙ったレース(大会)から逆算して、計画を立てますが、決して計画通りには進みません。突発的に会議、残業が入ったりしますので、一社会人としてのライフスタイルを過ごす上で工夫が必要となります。

夏場は日の出とともに、早朝から標高が高い山岳地帯へ向かい、3時間ほどトレーニング。その後、マウンテンバイクで出勤と、限られた時間をフルに活用して体づくりをしています。

また、家族(妻と3才の子ども)と過ごす時間も大切にしようと思っています。ノー残業&ノー練習の日を積極的に設けたり、朝食は家族と一緒に「いただきます」が言えるように、朝練習の時間帯を工夫。休日には家族ぐるみでのトレーニングを計画。ザックに子どもを背負って、登山道の階段を昇り降りしたり、妻には給水の

補助をサポートしてもらい、みんなで温泉に入って帰宅します。

そんなライフスタイルを評価していただき、趣味の領域を超えた「サラリーマンアスリート」として、物品提供(サプリメント・ウェア等)といった形で、サポートをしていただける企業ともご縁があり、多方面から支援していただいております。

よく「いつまで走るの?」「大変じゃない?」と訊ねられますが、あくまでもプロではないサラリーマンアスリートに「引退」という言葉はありません。今後も家族・仕事を第一に、向き合っていきたいと思っています。生涯現役マウンテントレイルランナーとして!

## 学生時代の思い出

小学校から高校まで10年間、野球をやっていました。

大学に入学してから、陸上競技の長距離を始めました。

当時は、陸上競技部員数が少人数で駅伝には取り組めず、個人競技のフルマラソンが目標になりました。その目標を与えて下さったのが、当時、大学職員であった越智房樹さんでした。越智さんは、早稲田大学出身で箱根駅伝で6区を走り、優勝したメンバー。仕事の後も、現在の私のようにサラリーマンアスリートとして、練習をしておられました。越智さんは、ただ走るのが好きで強くなる為の練習方法も知らない私に夢を与えてくれました。それは、在学中に「東京国際マラソン」に出場しよう!

現在の「東京マラソン」の前身である「東京国際マラソン」の出場資格、「2時間30分」を切ることを目標に特訓が始まりました。越智さんの交友関係の広さもあり、地元飯館市の実業団チームの練習に参加したり、毎週のように大会へ連れて行ってもらいました。

大学3年の時、「つくばマラソン」にて「2時間26分(6位入賞)」で走り、在学中の最大目標であった「2000東京国際マラソン」出場の切符を獲得。まさに翌年開催される「シドニーオリンピック」の日本代表選手選考会を兼ねていたレースとあり、メディアでしか拝見したことがない、国内外の豪華な有名マラソンランナーの方々と同じスタートラインに立ち、大東京のど真ん中を駆け抜けることができたことが在学中の一番の思い出です。

## 世界大会出場について

海外のレースに参戦するのは初めてです。楽しむことを忘れず、今その場に立てること、家族をはじめ私を取

り巻く方々に感謝の気持ちを忘れずに、3年後、5年後、10年後の明るい未来をイメージしながら、夢を膨らませながら異国の大地を駆け抜けたいです。

また、私が生活をしている福島県は、大きな問題を抱えています。東日本大震災からの復興だけでなく、目に見えない「放射能」とも、すべての福島県民が戦っています。今回、スポーツ選手として「日の丸」を付けて世界の舞台に立たせていただく以前に、福島県人として、福島県で子育てをする親として、福島県で働く者として、「福島県人」であることを誇りにスタートラインに立ちたいと感じています。その姿を通して、福島県民の一人でも復興への「勇気と元気」といったパワーを感じてもらえたら幸いです。

## 在学生へのメッセージ

「夢みることはできること」私の座右の銘であります。「夢」に向かう過程、それこそが人として成長させてくれると感じます。

誰しもが、結果をすぐに求めがちです。満足した結果を残すには、時間が掛かります。しかし時間が掛れば掛かるほど、たくさんの出会いがあるでしょうし、その出会いがどんどん枝分かれし、可能性が広がります。夢に向かう過程の中での出来事は、無駄なこととはひとつもありません。その時、失敗したと感じても、後々、姿や形を変えて気付かされることもあります。

どこか「一生懸命」「無我夢中」になることが、恥ずかしい、格好悪いと思われがちな風潮を感じる現代ですが、夢、目標を掲げ「一生懸命」になることは、素晴らしいことです。格好いいことです。

熱い気持ちで、「夢をつかむチャンス」を呼び込んでくれるはず。

## Profile

### ■ まふねたかみち

[マウンテントレイルランナー]

1978年、福島県西郷村生まれ(福島県立白河高校出身)。

文化情報学部文化情報学科2000年度卒業生。

昨年8月に群馬県で開催された「XTERRA(エクステラ)ジャパン日光白根丸沼大会」で優勝。12月4日に米国・ハワイで開催された世界大会「XTERRAワールドチャンピオンシップ」に日本代表として出場した。



福島県福島市吾妻連峰(2011年5月撮影)

「XTERRA ジャパン2011トレイルランニング 日光白根丸沼大会30km」優勝(2011年8月)