

月刊 襷(たすき)新聞

復刊 第一六一号



二〇二二(令和三)年十一月発行

法政大学陸上競技部駅伝チーム

襷新聞の会

「第五十三回全日本大学駅伝」

「チーム一丸」

強豪校相手に上位争いで見せ場作るも 入賞・シード(八位)に三十三秒届かず!

十一月七日(日)、愛知県名古屋市の熱田神宮前から三重県の伊勢神宮外宮を繋ぐ伊勢路を舞台に大学三大駅伝の第二戦目、全日本大学駅伝対抗選手権大会が開催された。

全長一〇六・八キロの八区間で行われるこの大会は区間を追うことに距離がのび、最終区の八区は箱根駅伝同様二十キロ近い距離になるため、最後までどのチームが勝つかわからない。昨年優勝した駒澤大学も最終区の田澤選手が前を走っていた青山学院大と東海大学を抜き去り、見事逆転優勝を果たした。そんな最後の最後までチーム力が問われるこの大会では、例年どの大学も箱根を見据えたオーダーを組んでくる傾向がある。そんな中、本学は一区の内田(三年)から順に、鎌田(四年)、小泉(一年)、松本康(三年)、川上(三年)、宗像(二年)、中園(三年)、河田(三年)の若い戦力で伊勢路に挑んだ。

午前八時〇五分の号砲と共に、全二十五チームが一斉にスタートした。前半から第一工科大の留学生選手が飛び出し、ペースはややハイペースとなった。内田はそのすぐ後ろの集団の中で軽快な走りを見せていた。

ラスト二キロを切ったあたりから徐々に集団のペースも上がっていくが、内田もしっかりと対応し、トップと十一秒差の五位で二区の鎌田へと襷を繋いだ。各大学エース級の選手が集う二区では、鎌田がエースらしい冷静な走りをみせ、先頭集団に食らいついた。

十キロ過ぎで順天堂大の三浦がラストスパートを任掛けて差が広がったが、鎌田もその差を少しでも縮めようと懸命にスパートし、二位で襷を繋いだ。その後、三区、四区、五区と強豪校が続々と追い上げてくるも、目標であるシード権内の順位をしっかりとキープする粘りの走りを各選手が見せた。七区終了時点で、本学のチーム順位は九位で、シード権内のある八区を区間七位の好走で必死の追い上げを見せるも、順位変わらず総合九位でシード権を逃す悔しい結果となった。

今大会は、主力である清家や稲毛が出場できず、チームとしては若い戦力でのみ戦えるかというある意味テスト的なレースでもあった。また、二週間前の予選会で思つよつな結果が出ず、選手全員が調整力の甘さを痛感したため、今回の全日本大学駅伝に向けては一人一人がいつも以上に集中して調整を行ってきた。今回のレースを受けて、目標に届かなかった悔しさはある一方、沢山の収穫があったように思う。箱根駅伝総合五位以内という目標の達成に向けて着実に前進している。

あとは、今回の結果を踏まえた上で、選手全員がこの目標を現実的と捉えて、ピークを箱根駅伝当日にもっていきのみであると感じている。残された時間は有限である。生かすも殺すも自分達の取り組み次第であるので、一日一日を大切に過ごしていきたい。

【記事 清家 陸



2区で先頭集団のトップに立つ鎌田



中継所を目指してスパートする1区の内田

〔レース詳報〕

二年振りの出場となった本学駅伝チームの成績は目標順位の八位達成には僅か三十三秒及ばず悔しい結果となった。しかし、一面既報の通り、前半から積極果敢にレースを進めて、この駅伝大会の全八区間で個人成績が、区間一桁順位の選手が七名と早稲田大学と並んで一番多く、このレースでの各選手の安定感の特筆に値する。以下に、一区から八区までの全区間のレース展開をお伝えする。【記事 一区↓四区 山本 恭澄 五区↓八区 細迫 海気】

【一区 … 内田 隼太】

この駅伝で流れを決める一区を任されたのは三年の内田。内田は、この大会が学生三大駅伝での出走が初めてとなるが、高校時代で培った一区の経験や今シーズンの調子、スピードなどを評価されて、一区を務めることとなった。

レースは序盤からハイペースで大きな集団のまま進んだ。内田も余裕を持って集団の真ん中に位置を取りリズムを刻んだ。中盤に少しペースが落ち着いたときもレースの流れをうまく掴み終盤に向けた位置取りに対応しながらトップから送れないよう必死にレースを進めた。そして、終盤ラスト二キロメートルを通過すると同時に集団がペースアップしたが、このとき内田は位置的にも少し遅れた反応となったものの、先頭に喰らいつき、粘りの走りでトップと十一秒差の五位で二区の鎌田に襷を渡した。



【二区 … 鎌田 航生】

各校のペースが集う二区を走るのは四年の鎌田。鎌田は、二年前もこの二区を走り、この区間で区間新記録を更新する力走でチームに勢いをつけた経験や、前回の箱根駅伝一区区間賞といった実績から今回も二区に抜擢された。先頭と十一秒差とトップを狙える位置で襷を受け取った鎌田は積極的な走りで前を追いかけ先頭で襷を繋ぐイメージを持って臨んだ。襷を受け取ると、前方の先頭グループが集団となっているのを確認し、そこへ追いつき後方で先頭集団のリズムに乗った。前半は様子見といった形で進み、中盤へと移った。中盤からはスパート勝負を避けるため、鎌田は少しずつ揺さぶりをかけた。終盤へ差し掛かり、順天堂大学の三浦選手がスパートをかけて先頭集団から抜け出して周りを引き離れた。スピードに優る三浦選手には離されたものの、鎌田もキレのあるスパートで食らい付いた。そして、中継地点では順天堂大学に先を許してしまったが、二位で襷を繋ぎ、先頭との差も十秒とペースらしい力強い走りですらにチームに勢いをつけた。



【三区 … 小泉 樹】

スピード区間と呼ばれる三区を任されたのは一年の小泉。内田、鎌田がいい流れを作った後、その流れをさらに加速させるため、夏合宿では質の高い練習を積み、その成果を、この大会の二週間前に行われた箱根駅伝予選会で発揮した小泉が抜擢された。小泉は、鎌田から襷を受け取ると予選会での走りの疲れも見せずアップダウンが続くコースの中、周りに左右されない自分のペースで

前を追った。そのペースは落ちることなく中間点を通過した。中間点を過ぎてさらさらにギアを入れて前を走る選手を追い、一度も振り返ることなく、勢いのあるレースを行った。この結果、前の順天堂大学との差がつまり、結果的には区間新記録で走った東京国際大学のヴィンセント選手と早稲田大学のエースの中谷選手に先を許したものの、各項のエースクラスが集まったこの区間を六位で好走し、通過の総合順位を四位で四区の松本選手に襷を渡すと云う、脅威の駅伝デビューを果たした。



【四区 .. 松本 康汰】

四区は松本が出走した。この区間は、若干アップダウンのあるコースだ。ここまで好走の走りで、四位で襷をもらった松本は前を追うか、失速しないように走るか、難しい選択が求められるレース展開であったが、前を追いかける積極的な展開でレースを進めた。しかし中間点を超え、後半に向けて周りの大学がペースを上げる中、前半の攻めた疲労がきてしまい、後半に入ると少し失速ぎみになってしまった。そして、後ろから追ってきた明治大学に先を許してしまふ展開となってしまう。しかし、それで闘志に火が付き、持ち味である粘りの走りを発揮した。そしてラストにかけては得意のスパートをかけ他大の選手を圧倒し、先日の箱根駅伝予選会で、発揮できなかった力を出し切り五位で襷を渡した。



五区の区間距離は一二・四キロメートル。中盤から後半に入るここからはシード権を視野にして走ることが求められる。この区間は三年の川上が務めた。川上が襷を受け取ったときは、目の前に順天堂大学、すぐ後ろに青山学院大学という強豪校に挟まれてのスタートとなった。川上は、襷を貰って直ぐに順大に追いつき、その前を走っていた明治大学にも追いついて序盤から早い入りとなった。しかし、後方で襷を受け取った青山学院大学が集団を吸収したが、川上は青学にはついて行かず、序盤の落ち込みを最小限に抑えて自分のペースの立て直しを図って走った。そして、レース終盤では、東洋大学に抜かれはしたものの明大を捉え、六位で六区の宗像に襷を渡した。

【五区 .. 川上 有生】



六区は十二・八キロメートル。コース全般を通じて比較的直線が多く、フラットなコースである。三大駅伝のデビュー戦となった宗像は、序盤で前を走る東洋大学に追いつき、この二校でレースを進める。中盤に後ろから明治大学に追いつかれたが、ここでは無理せず自分のペースで走り、終盤には後ろを走っていた駒澤大学が追いついてきたが残りの距離も考えて一緒にレースを進める。宗像はフォームを乱しながらも粘りの走りで青山学院大学に追いつき、駒大、青学と、ほぼ同時に中継所に流れ込み、七区の中園に襷を繋いだ。

【六区 .. 宗像 直輝】



【七区 .. 中園 慎太郎】

七区は十七・六キロメートル。全八区間の中で二番目に距離の長い区間だ。この区間は三年の中園が務めた。中園は、宗像から襷を受け取ると、青山学院大学と駒澤大学とほぼ同時にスタートした。この区間の青学は、エースの近藤選手、また、駒大は日本人大学生ナンバーワンと云われている田沢選手と云う、両チームの大エースとの同時スタートとなった。その様な状況でのスタートであったことも有り、中園は序盤からその二校に離されてしまう。中園は、二人には付いていかないで自分のリズムで走るように切り替えてレースを進めてが、中々いつものようなリズムに乗った走りが出来ず、その立て直しを図ると云うもがく展開となった。



そして、レース中盤過ぎに後ろ

から来た中央大学に抜かされ、順位を落として九位で襷をアンカーの河田に繋いだ。中園本人にとってはとても厳しく、悔しい結果となってしまったが、ここから箱根駅伝本戦でのリベンジに期待したい。

【八区 .. 河田 太一平】

レースもいよいよ最終区間の八区。この区間は全八区間の中で一番長い距離となる十九・七キロメートル。この区間は、ここでの結果が全てであるため、優勝争いあり、シード権争い有り、順位結果を求めての激戦が繰り広げられてきた区間である。この最終八区は三年の河田が務めた。怪我明けからの復帰となった河田は、レース序盤はやや余裕を持って走る、レースプランを立て、その通りの走りをしたものの、常に向かい風が吹き続けており、前半は、すぐ

後ろから来た東洋大学の選手と共にレースを進めた。しかし、シード権外の九位と云う事もあり、中盤では東洋大学を引き離し、そこからシード権獲得のため前を行く中央大学を追ってのレースとなり、最終盤にはロングスパートをかけたが、前を走る中央大学に追いつくことは出来ず九位でのゴールとなった。怪我明けからの復帰で、かなり不安なところも多かったが、調子がある程度戻ってきたことが確認出来た点は、箱根駅伝本戦に向けては一つの収穫点であった。しかし、チームが目標として目指したシード権獲得に一步及ばない次点の九位でのゴールに悔しさが残る結果となった。来年の全日本大学駅伝は、関東予選からの出発になる。しかし、選手は今回のレースの悔しさを箱根駅伝の本戦にぶつけて、今季最後で最大の目標である、箱根駅伝総合五位入賞をチーム一丸となって、取りに行きますので、引き続き応援の程お願いします。



先頭集団で力走する1区内田



2位で3区の小泉に襷を渡す鎌田



「頑張れ! 法政!」

【個人成績】

区間	氏名(学年)	出身高校	区間	距離	記録	通過順位
1	内田 隼太(3)	法政二高	5位	9.5 km	27:05	5位
2	鎌田 航生(1)	法政二高	4位	11.1 km	31:49	2位
3	小泉 樹(1)	国学院久我山高校	6位	11.9 km	35:02	4位
4	松本 康汰(3)	愛知高校	9位	11.8 km	35:02	5位
5	川上 有生(3)	東北高校	7位	12.4 km	37:12	6位
6	宗像 直輝(2)	農大二高	6位	12.8 km	38:07	6位
7	中園 慎太郎(3)	八千代松陰高校	15位	17.6 km	54:13	9位
8	河田 太一平(3)	葦山高校	7位	19.7 km	59:52	9位

【チーム成績】

順位	チーム名	総合成績	備考	順位	チーム名	総合成績	備考
1	駒沢大学	5:12:58	20年振り優勝	9	法政大学	5:17:39	関東地区推薦
2	青山学院大学	5:13:06	シード権獲得	10	東洋大学	5:17:58	前回大会6位
3	順天堂大学	5:14:20	シード権獲得	11	中央学院大学	5:19:09	関東地区推薦
4	國學院大学	5:14:53	シード権獲得	12	東海大学	5:19:10	前回大会2位
5	東京国際大学	5:15:13	シード権獲得	13	帝京大学	5:19:51	前回大会7位
6	早稲田大学	5:16:29	シード権獲得	14	拓殖大学	5:22:31	関東地区推薦
7	明治大学	5:16:46	シード権獲得	15	日本体育大学	5:27:58	関東地区推薦
8	中央大学	5:17:06	シード権獲得	16	関西学院大学	5:31:01	関西地区推薦

頑張れ！法政大学駅伝チーム！

はしば寿司

コロナ感染対策万全な当店で！

多摩方面にお出かけには是非、

足をお運びください



住所：〒206-0812
東京都稲城市矢野口 1770



電話：042-377-1408
営業時間：11:00～13:30
16:30～22:00
休業日：毎週水曜日



「はしば寿司」は新鮮なネタを提供する寿司店として地元で愛されております。
真心を込めて握った「はしば寿司」の寿司を是非とも、お召し上がりください。

【交通アクセス】

京王よみうりランド駅 下車
弁天通りを歩いて徒歩3分

「出場選手のコメント」

第五十三回大会は、コロナ禍の中、大会関係者の努力により、前回に続いて開催された。しかし、大会には欠かせないセレモニーも最小限にし、また沿道での出場校への応援を廃して無観客対応の開催となった。本学チームは、この大会の二週間前に行われた箱根駅伝予選会出場者が多数出場し、その疲労での調整不足が懸念されたものの、戦前の予想を覆して序盤から上位でレースを進める健闘に全国でテレビの前で応援している在校生、卒業生、保護者などの大学関係者を沸かせた。結果は九位と目標の八位にはあと一歩及ばなかったものの、チームが今季最大の目標とする箱根駅伝総合五位に向けて手応えを掴んだレース展開であった。以下に、出場選手のコメントを紹介する。【襷新聞の会】



一区 内田隼太

日頃より多大なるご支援、ご声援有難うございます。全日本駅伝一区を走りました。三年内田です。今回が初めての三大駅伝出場となりましたが、一区は中学・高校での経験があったので緊張せず楽しく走れました。結果も五位と最低限の秒差で二区の鎌田さんに襷を繋ぐことが出来ました。ただラストで区間賞争いに絡めなかったことは課題として残るので改善に努めたいと思います。箱根では今回の二倍以上の距離にはなりますが、後半しっかり戦えるような準備をして、チームの勢いをつけられるような走りをお願いします。今後とも応援の程宜しく願います。



二区 鎌田 航生

今回のレースを振り返ると前半は先頭が集団で固まっております。また、気候コンディションは少し暑く風があったことも影響して集団のペースが上がらない展開となりました。その様なレース展開でしたので、中盤に少し揺さぶりをかけてレース

を進めました。そして、終盤はスピード勝負になった中、何とか粘り切ることで出来ました。走り終えてレースの感想を述べると、牽制の多い展開であったもののスピードも入り、揺さぶりに少しきつさを感じました。また、後半のスピードにまだまだ課題があると感じたので、箱根駅伝までには修正できるようにしたいです。



三区 小泉 樹

僕自身今回の全日本大学駅伝が三大駅伝デビュー戦となりました。走る前は緊張はしていましたが、物怖じせず堂々と走ることが出来ました。レースでは順位を二つ落とす結果となってしまいましたが、最低限の繋ぐ走りではできたのかなと思っています。今回強い選手が多く揃った三区を走り、現段階で自分の実力がどこまで通用するのか確認することが出来ましたし、大学トップレベルの選手との差も実感出来ました。箱根駅伝では鎌田先輩のように少しでも順位を上げる走りをしてチーム目標である総合五位以内に貢献していきたいと思っています。テレビなどからの沢山の応援ありがとうございます。



四区 松本 康汰

四区を走らせていただきました三年の松本康汰です。チームの目標としていた八位以内のシード権まで、あと一つ届かず非常に悔しい結果となってしまいました。一から三区まででかなりいい流れを作ってくれ、それを繋ぐ事が出来たのは良かったです。その点は、箱根駅伝予選の走りから多少立て直せたものの、自分のところで順位も落としてしまったり、途中踏ん張りきれなかったりなどの課題の多いレースとなってしまいました。しかし、チームとしての収穫もあったと思うのでそこを自信に変え、ここから箱根駅伝までの一ヶ月半の期間で、しっかりと仕上げたいと思っています。応援ありがとうございました。



五区 川上有生

五区を走らせて頂いた三年の川上有生です。総合九位と、目標であったシード権の八位は達成する事は出来ませんでした。先頭が見える位置での駅伝は箱根駅伝に向けていい経験であり自信となりました。箱根駅伝まではあと一ヶ月ほどとなり、一つ一つの練習を大切にしていきたいと思います。応援ありがとうございます！



六区 宗像直輝

全日本駅伝六区を走りました。二年の宗像直輝です。結果は、チーム九位、個人では区間六位という結果になりました。今回の駅伝はチームとしても個人としても、収穫と課題が多かったレースだと思っています。個人としては、他大学を利用しながら粘りのある走りができたと思いますが、後半のフォームや自力などまだまだ足りないところが多かったです。これから、自分の強みをどう伸ばすかを考え、そして自分の足りないところを見つめ直し改善して箱根駅伝に望みたいと思います。応援よろしく願います。



七区 中園慎太郎

今回七区を走らせていただきました。二キロメートルから足に力が入らなくなり、襷を渡すまでもがく走りになってしまい、結果としてはチームの足を引っ張る形となりました。本心に申し訳ない気持ちでいっぱいです。様々な要因がありますが、七区を走る心構えや強い大学と同時にスタートする想定、そつ言ったプレッシャーの中でも自分の走りをする覚悟など含め全て私自身の準備不足です。今回の結果を重く受け止め、箱根駅伝ではチームが目標を達成できるように貢献する走りをします。



八区 河田太一平

箱根駅伝予選会には直前の怪我で出場できず、復帰直後での全日本大学駅伝、かつ最長区間である八区に選ばれ、心身ともに不安な面が多かったものの個人の走りとしてはシード権を獲得するためにはもっと攻めた走りをしなければいけなかったという反省もありますがそこそこなところでまとめることができました。チーム全体を通して見ても一昨年や去年より全員で他校と戦えているという感覚があり、それぞれ自信がついた試合になったと思いました。本戦まで残り時間はありますが、残りの富津での合宿等をしっかりこなして調子を上げていきたいです。

今回の全日本大学駅伝は、目標のシード権獲得に至りませんでした。残る箱根駅伝こそ、チーム一丸となって目標達成に邁進致します。



【お詫び】

先月号の箱根駅伝予選会での細迫海気選手のコメント欄に河田選手のコメントをダブって掲載しました。つきましては、お詫びして細迫選手のコメントを改めて御紹介致します。

細迫海気(二年)

今回、箱根駅伝予選会の出走メンバーに選んで戴きました。夏は無事に合宿も行われ、怪我無く練習を継続する事が出来ました。個人結果は目標には程遠く、納得のいくレースとはなりませんでしたが、無事にチームは箱根駅伝本戦の出場権を得ることが出来ました。個人としてもチームとしてもまだまだ課題は多いですが、箱根駅伝本戦に向けてこれから準備を進めていくと共に、今回得た様々な経験をこれからの競技生活に必ず還元していきたいと思えます。沢山のご支援、ご声援有難うございました。

「マーチ対抗戦開催」

対抗戦成績は四位！

各自が箱根を見据えての走りに徹す！

中園が二十八分台で自己記録更新！！

十一月二十四日(水)に明治大学(以下、明大)、青山学院大学(以下、青学)、立教大学(以下、立大)、中央大学(以下、中大)、法政大学の五校による「MRACH対抗戦2021」が町田GIONスタジアムで行われた。この大会は、青学の原監督を中心に企画し、今年が第一回目の開催となった。対抗戦のルールは、五大学の選手による二万メートル(以下、二万M)のレースを五組行い、各校上位十人の合計タイムで順位を決める方式で行なわれた。その他にも個人総合一位の選手、チームの順位に応じて贈られる報奨金や全レースのLIVE配信に各大学の応援団も参加し、競技場のライトアップの演出を施して嘗てない新しいスタイルでの大会開催となった。以下に本学選手のレースをお伝えする。【記事 一組 細迫海気 二組・三組 山本森澄 四組・五組 清家 陸】

【一組目】

一組目には、本学から齋木、山田、長橋、加藤、上飯屋、横井が出場した。三十一分から二十九分五十秒がターゲットタイムで、レースは序盤から青学の選手が一人飛び出したが、それ以外の選手は一つ集団を形成して進めた。飛び出した青学の選手を追う集団も中盤から縦長となり遅れる選手も出てきた。この組の一位は青学の選手で、申請タイムを大幅に短縮する二十九分三十一秒と、二位の選手を三十秒以上も引き離す大差でゴールした。本学選手のトップゴールは齋木で、この組の六位、七位で山田が続いた。齋木は世田谷ハーフからの二週連続となったが、このレースでの健闘が光った。また、一年生の二人は初の一万mであったが、



前から山田 横井 加藤

このレースが次の一万m、更にはハーフマラソン等の大学での長距離走に繋がるきっかけとなることを期待したい。

【二組目】

この組は二十九分三十秒を目標に設定された。本学からは田中、中光、山本燦、河野、松永、三原、安澤、永島、宮岡が出場した。スタートからややスローペースでレースが進められた。1kmを三分切りで入ってからペースが上がった。序盤はペースの変化が若干あるものの山本燦、松永、安澤、宮岡が余裕を持って五千mを十四分五十秒前後で通過した。中盤から後半にかけてペースは変動することなく、三分を少し切るペースで集団が進んだ。先頭集団に食らいつく四人だったが、六千mを通過した後、安澤が集団のペースについていくことができず後退。その後八キロメートルで松永も安澤同様後退した。ラスト一キロまで先頭を争う山本燦と宮岡だったが、山本燦が四年の意地のスパートをかけ宮岡を離し全体の三位でフィニッシュした。宮岡も山本燦に続き五位でフィニッシュ。後退後持ち味の粘りと意地で松永が六着フィニッシュ。続いて安澤、河野、中光、三原、田中、永島の順でフィニッシュした。



前から河野 田中 松永 山本燦 宮岡

【三組目】

この組は二十八分五十秒を目標に設定された。本学からは清家、守角、徳永が出場した。三組目からはペースメーカーがペースを途中まで作ってくれる。三組目は立大の上野監督がレースを牽引した。スタートから設定ペースより少し早いタイムに入ったがそのペースメーカーの後ろにヒッターと清家が位置取り。集団真ん中に守角、後方に徳永と続いた。前半は設定のペースより少し早いタイムで千mごとの距離を通過し、清家は五千mを十四分二十五秒で通過。徳永は三千、守角は四千m付近で集団につくことができず後退した。中盤から後半にかけては、前半少し早く速いペースに入った疲労からか、集団の流れに乗ることが難しくなり、清家は離れて走ることとなった。しかし意地の走りで粘り、二十九分三十秒の十二着でフィニッシュした。また守角も厳しいレースとなったが、最後の千mは残りの力を出し切り、二十四着でフィニッシュ。徳永は二十五着でフィニッシュした。



清家(先頭はPMの立教上野監督)

【四組】

この大会の十日日程前に行われた世田谷ハーフマラソンの優勝者や全日本大学駅伝でも活躍した選手達が多くエントリーしたこの組に、本学からは中園(三年)が出場した。この組のターゲットタイムは二十八分三十秒〜二十八分五十五秒であった。スタート直後から外国人の実業団選手がハイペースで引つ張り、集団は終始縦長の状態であった。中園もその中でしっかりと食らいつき粘りの走りを見せていたが、五千メートル手前で集団から離れて、その後は単独走の展開となった。本人は単独走を課題としていたが、しっかりと自分のペースを刻み、見事二十八分五十八秒と自己ベストを更新した。先頭争いは青学の三選手が集団を作り、最後のラストスパートで青学の一年生である若林選手が抜け出し、二十八分二十七秒の二着でゴールした。そして、この日が誕生日であった中園にとって、レース内容、タイム共に素晴らしいパフォーマンスとなった。



28分台でPBを更新した中園

最終組のこの組には、全日本大学駅伝七区で駒大のエース田澤選手とヒートヒートを繰り返して区間二位の近藤選手(青学)や手嶋選手(明大)など各大学のエース級の選手が集った。本学からも鎌田(四年)や内田(三年)、松本康(川上、河田、小泉(一年)と主力級の選手が出場した。この組のターゲットタイムは二十八分十五秒〜二十八分三十秒であった。最終組ということもあり、会場は下派手な演出に加え、独特な緊張感に包まれていた。号砲とともにペースメーカーの実業団選手が飛び出しハイペースがスタートした。五千mの通過は十四分十秒前後。そこに、内田や松本康などが食らいつき、順調にレースを進めていた。川上と河田は集団の後方に位置取り、他大学の選手のリズムをもらいながらペースを進めていた。後半になっても先頭集団のペースは落ちることはなくそのまま流れていく一方で、少しずつ本学の選手は離れていく展開となった。それでも各選手が粘りの走りを見せ、鎌田がチーム内トップの二十八分三十六秒でゴールした。その後も松本康、内田と続いた。この組の全体のトップは青学の近藤選手で持ち前の勝負強さを発揮し、二十八分十四秒でゴールした。

【五組】

最終組のこの組には、全日本大学駅伝七区で駒大のエース田澤選手とヒートヒートを繰り返して区間二位の近藤選手(青学)や手嶋選手(明大)など各大学のエース級の選手が集った。本学からも鎌田(四年)や内田(三年)、松本康(川上、河田、小泉(一年)と主力級の選手が出場した。この組のターゲットタイムは二十八分十五秒〜二十八分三十秒であった。最終組ということもあり、会場は下派手な演出に加え、独特な緊張感に包まれていた。号砲とともにペースメーカーの実業団選手が飛び出しハイペースがスタートした。五千mの通過は十四分十秒前後。そこに、内田や松本康などが食らいつき、順調にレースを進めていた。川上と河田は集団の後方に位置取り、他大学の選手のリズムをもらいながらペースを進めていた。後半になっても先頭集団のペースは落ちることはなくそのまま流れていく一方で、少しずつ本学の選手は離れていく展開となった。それでも各選手が粘りの走りを見せ、鎌田がチーム内トップの二十八分三十六秒でゴールした。その後も松本康、内田と続いた。この組の全体のトップは青学の近藤選手で持ち前の勝負強さを発揮し、二十八分十四秒でゴールした。



先頭は鎌田 後方は内田

【本学選手の成績一覧表】

種目	順位	選手名	記録	備考
(1組)	6着	齋木 淳人(4)	30' 39"48	初 初 初 初
	7着	山田 直樹(3)	30' 39"54	
	13着	加藤 幸一郎(1)	31' 06"12	
	18着	上原屋 雄太(1)	31' 18"83	
	19着	長橋 悠真(2)	31' 23"15	
(2組)	20着	横井 嵩洋(1)	31' 47"10	PB
	3着	山本 燎(4)	29' 38"05	
	5着	宮岡 幸大(1)	29' 40"79	
	6着	松永 怜(2)	29' 51"95	
	17着	安澤 駿空(1)	30' 37"01	
	19着	河野 祥哉(4)	30' 43"48	
	21着	中光 捷(4)	31' 00"76	
	22着	三原 伶王(2)	31' 08"89	
(3組)	24着	田中 大稀(4)	31' 19"87	PB
	26着	永島 悠平(1)	31' 42"25	
	12着	清家 陸(4)	29' 30"94	
(4組)	24着	守角 隼(4)	30' 27"55	PB
	25着	徳永 裕樹(3)	31' 01"52	
	14着	中園 慎太郎(3)	28' 58"54	
(5組)	8着	鎌田 航生(4)	28' 36"27	PB
	16着	松本 康汰(3)	28' 52"82	
	20着	内田 隼太(3)	29' 04"01	
	22着	川上 有生(3)	29' 11"92	
	23着	川田 太一平(3)	29' 13"83	
	25着	小泉 樹(1)	29' 24"61	



齋木



中光 田中 河野 安澤



川上 河田



松本康汰

【総括】

今回のMARCH対抗戦は豪華な演出やペースメーカーなど普段の記録会とは一味違う雰囲気の中で走ることができ、貴重な経験であった。また、大学対抗戦ということもあり、箱根を見据えた上で、現状のチームがどれくらいの上り下りなのかということも再確認できる良い機会となった。今回本学の選手は練習の流れの中の一万メートルではあったが、積極的なレースや粘る走りを見せる選手が多かったことは良かったと思う。しかし、箱根駅伝総五以内の目標達成に向けてはもっと仕上げていかないといけないことも実感した。今日の反省を次に生かし、選手一人一人が最終目標に向かって調整してかなければならない。

「第九八回 法政大学対関西大学陸上競技定期戦」

安澤（一年）対校戦史上

初の二種目（千五百m・五千m）制覇！

十一月六日（土）に今回で九八回目を迎えた、法政大学対関西大学の陸上競技定期対校戦が行われた。関大との対校戦は、毎年交互に当番校になって行われている。昨年は関大が当番校であったが、今年は法政大学が当番校となり、開催も法政大学多摩キャンパスの陸上競技場となった。長距離は千五百mと五千mが行われた。以下にレースの様様をお伝えする。（記事 細迫海気）

中・長距離種目最初のレースの千五百mには本学から緒方（二年）、安澤、永島（一年）と関大の三名の対校戦出場選手との六名で行われた。レースは風が強い中で行われ、序盤は関大の選手が集団をリードし、法政の三人が後方に位置して進められたが、ラスト一周で地方のある安澤が関大の選手を引き離して優勝した。二着には関大の選手が入り、緒方が三着、永島が四着でゴールした。このレースは本学の三人ともスピード練習を積んでいない中でこのレースとなったが、全員が三分台を記録し、特に安澤はこのレースの後に五千mが控えている中で三分五十一位秒台を記録したことは収穫も多いレースになった。

五千mには、正選手で安澤、富岡、小茂田（一年）の三人が出場し、オープン参加として山本、人見、守角、山田、河野、中光（四年）、扇、徳永（三年）、松永、蛭田（二年）、横井、富山、下山、夜久、加藤（一年）が出場した。正選手の安澤は千五百mに続いて二種目目の出場である。レースは序盤に人見が飛び出し、それに扇が付き、すぐ後に守角、富岡、安澤が続いて三千mを通過した。



前から二冠達成の安澤、永島、緒方

【対校戦種目成績表】

1500m		5000m	
1位	安澤 駿空 3' 51" 56	1位	安澤 駿空 14' 28" 79
3位	緒方 春斗 3' 54" 94	2位	宮岡 幸大 14' 38" 43
4位	永島 悠平 3' 57" 12	3位	小茂田 勁志 14' 56" 44

順位	選手名	記録
2着	扇 育(3)	14' 33" 06
4着	守角隼(4)	14' 40" 79
5着	人見昂誠(0)	14' 51" 95
6着	松永 怜(2)	14' 37" 01
7着	山田直樹(3)	14' 33" 06
8着	中光捷(4)	14' 40" 79
9着	山本 燎(4)	14' 51" 95
10着	夜久幸之助(1)	14' 37" 01
11着	蛭田哲平(2)	14' 51" 95
12着	横井崇洋(1)	14' 37" 01
14着	河野 祥哉(4)	14' 33" 06
15着	下山翼(1)	14' 40" 79
16着	徳永裕樹(3)	14' 51" 95
19着	加藤幸一郎(1)	15' 37" 01
20着	富山大智(1)	15' 51" 95
22着	石川凌羽(2)	16' 37" 01

【五千メートル・オープン記録一覧表】



開会式と選手宣誓



積極的にレースを進める扇と人見



5000m優勝の安澤と4着の守角

三千mから若干の中だるみがあり四千mを十一分四十秒で先頭集団が通過。ここから扇ペースを上げて引つ張ると先頭集団のペースが上がり、ラスト三百mでスピードに優る安澤がレースを牽引していた扇を抜いてトップに立つと、そのまま扇以下の後続を引き離して十四分二十八秒でゴールし、本対校戦史上初の二冠達成をした。また、二着には、長らく故障で戦線から離脱していた扇選手が積極的な走りで復活の兆しを見せつけた。尚、各選手の記録は別表の記録表による。

【十一月の記録室】



【第十六回世田谷246ハーフマラソン大会】

久納が学内トップでゴールし、自己ベスト更新！

【世田谷246ハーフマラソン選手成績】

順位	選手名	記録	備考
30 着	久納 碧 (4)	1'04"31	PB
92 着	田中 大稀 (4)	1'07"42	
102 着	守角 隼 (4)	1'08"10	
108 着	斎木 淳人 (4)	1'08"46	
途中棄権	徳永 裕樹	—	

十一月十四日（日）、駒沢オリンピック公園陸上競技場を発着点とする世田谷246ハーフマラソンが二年ぶりに開催された。この大会は箱根駅伝の最終選抜宿泊のメンバー選考における重要なレースの一つであり、箱根駅伝までにハーフマラソンの距離を走れる最後の機会でもある。更に、この大会のコースは前半から急なカーブや小刻みなアップダウンなどかなりタフなコースとしても知られている。そのため、選手たちの地方や後半の粘り強さなども試され、箱根駅伝に向けてロードの感覚を養うにはうってつけのコースである。例年、青山学院大や駒沢大学の選手が上位にくる傾向があり、そこで上位になった選手は箱根駅伝でも活躍している印象がある。箱根駅伝総合五位以内という目標を掲げている本学にとっても勝負しないといけない相手となっているため、現状の差を知れる良い機会として捉えていた。そんな中、本学から出場したのは久納（四年）、田中、守角、齋木、徳永（三年）の五名である。午前八時三十分、晴天の空に号砲が鳴り響き、一斉にスタートした。スタート直後から、青字や駒大などの有力選手が先頭集団を引っ張り、ハイペースなレースとなった。5kmあたりまで、久納、守角、田中、徳永が先頭集団からリズムをもらい、冷静な走りを見せていた。しかし、5km過ぎからペースが上がると同時に集団から離れてしまいい、その後はそれぞれが自分のペースを刻む形となってしまった。本学の中でトップを走っていた久納は、集団から離れるも三分三秒前後のリズムを刻み、順調に15kmを通過した。しかし、このコースの最大の難所である最後の二箇所の坂ではそのリズムをキープすることが出来ず、ややペースダウンしてしまった。しかし、持ち前の粘り強さで最後の公園内では何とか持ち直し、六十四分三十一秒の自己ベストを更新した。その後、田中がゴールし、後に守角、齋木と続いた。久納は長い間故障に悩まされていたが、今回の結果が彼にとって試合感を取り戻す良いきっかけとなったと思っ。ここから更に調子を上げて、ラストイヤーを最高の形で締めくくって欲しい。また、今回の本学の結果は箱根駅伝総合五位以内という目標から考えると少し物足りない結果であったと思っ。

タフなコースではあるが、他大学の結果を見てみるとまだまだ差があることが確認できた。この差を埋める時間はあと四十日しかない。チームとしてこの現状をしつかりと把握し、チーム一丸となって箱根駅伝に向けて仕上げていきたい。【記事 清家 陸】

「富津海浜公園二十km T・T(帝京大学合同練習会)」

扇 山本恭澄が復活途上示す六十分台記録！

十一月十三日に千葉県富津市に於いて二十kmのタイムトライアルが行われた。今年も上尾ハーフが中止となった為、その代替えとして帝京大学との合同練習会という形で行われ、本学からは河野中光、山本燎（四年）、扇、山本三年、緒方、松永、三原（二年）、安澤、武田（一年）が出走した。このT・Tは、入りの10kmを三分四秒前後で設定してスタートした。スタートからペースは設定通りで進み、誰も離れることなく5kmを十五分二十一秒で通過した。そこから少しずつ集団のペースが上がっていき、三分ペースでレースが進んだ。集団は少しずつ分かれ始め、松永、中光、三原、河野が集団から後退し、各々のペースを刻んだ。先頭の集団はそのまま10kmを三十分二十秒で通過した。未だ大きな集団のままではあるが十二〜十五kmにかけて安澤、武田、緒方が少しずつ先頭がkmへと向けた。ここまで後半は三分ペースと安定したペースで進んだが十六km地点で山本燎が集団のペースから離れてしまった。その後先頭集団は後半の3kmにかけてペースが少しずつ上がった。山本恭、扇の順に前を走る帝京大学の選手を追いかけ、扇が六十分三十五秒でフィニッシュした。その後山本恭が六十分四十四秒で続いた。続いて、後半離れてしまったがラストに四年生の意地をかけたラストスパートで山本燎が六十分四十四秒でゴール。その十秒後、中盤から粘り続けた緒方がゴールした。今回の富津T・Tが初めて

の二十kmとなった選手は後半に失速してしまっ。しかし、この場で経験して見つけた課題を修正し箱根に向けた良い機会となったに違いない。今回の結果を受け、箱根駅伝までは後少しの期間しか残されていないが、その中で何が出来るか各々が考え、自分ができることをこの一月行っ。全員で箱根駅伝に向かっていく準備が整った一日となった。【記事 山本 恭澄】

【富津20kmT・T学内成績】

学内順位	選手名	記録
1 着	扇 育	1'00"35
2 着	山本 恭澄	1'00"44
3 着	山本 燎	1'01"47
4 着	緒方 春斗	1'01"53
5 着	安澤 駿空	1'02"54
6 着	松永 怜	1'03"34
7 着	中光 捷	1'03"40
8 着	三原 怜王	1'04"09
9 着	河野 祥哉	1'04"57
16km迄	武田 和馬	46"29

「マネージャールーム」 #3

マネージャー 西沢康平 (二年生)



失礼します。二年の西沢康平と申します。今年の一月に選手を引退し、現在はマネージャーとして活動させて戴いております。男子マネージャーは三年生がいないので、次の箱根駅伝後には、僕はマネージャーになって一年にして先輩のいない環境となります。まさしく、僕に与えられた試練とも言えます。

ここで、これまで四年間マネージャーとして選手に寄り添ってこられた松本さんと阿部さんを僕なりの言葉で紹介したいと思います。まず駅伝主務の松本さんは、背が高く、短く刈った髪、まさしく「威厳」のある人だと思えます。常に選手のことを観察し、少しの変化にも気づき、それを選手に還元していく。そして、選手の考えを第一に尊重しつつも、良くないと思った行動には説得力のある言葉で指摘をしていく。そして運転が恐ろしく上手いんです。そして阿部さんは、多くは語らないものの、とてつもなく頭が良く、パソコンを使いこなし、どんな事務作業も効率的にこなしていきます。今の〇〇選手には何がなくて、目標を達成するためにどんな過程を進んでいくべきか、阿部さんの頭の中には全て入っています。整理すると、松本さんと阿部さんはお互いの苦手分野を補い合いながら常にほぼ完璧なサポートを展開しているのです。実際、他大のマネージャーさんと関わる機会では、毎回法政のマネージャーはサポートのレベル・意識が高いと実感しています。

まだ僕がマネージャーになりたての頃に、松本さんから「俺の先輩たちはこんなもんじゃなかった」と言われ衝撃を受けました。後輩が先輩を見習い、尊敬し、そして引き継いでいく。法政大学陸上競技部が一〇〇年以上の歴史を誇るその裏の姿が垣間見えたような気がしました。



左から山下 西沢 松本 阿部



マネージャーを引き継ぐにあたって、実際にただ松本さん阿部さんの真似をすれば良いわけではなく、毎日変わる状況の中で、様々な選択肢の中から一〇〇点により近いであろう一つを選択して、それを実行しなければいけません。マネージャーに一〇〇点満点の正解は無いのです。松本さん、阿部さんから与えていただいた選択肢、そして自分で生み出した選択肢も整理し、西沢が、実行しなければいけません。

みんなの広場

法政スポーツオンライン

箱根駅伝特設サイト 十二月七日開設決定！

今大会のオンラインネット中継の解説者は、

関口さん(初代法政の山男)と中西さん(ホンダマネージャー)に決定！

二〇二二年一月二日・三日に開催の第九十八回箱根駅伝はコロナ禍により前回大会と同じく主催者の要請により沿道での応援が禁止されました。そこで、前回と同じく「HSC」による、箱根駅伝応援企画として、「法政大学スポーツオンライン」に、箱根駅伝応援特設サイトを十二月七日に開設致します。又、一月二日、三日の二日間、昨年と同じく「第九十八回箱根駅伝応援チャンネルをYouTube・Liveで放送します。解説者は、昨年と同じく、法政の初代山男として箱根駅伝五区で活躍した関口頌悟さんに本田技研工業陸上競技部マネージャーの中西正明さんを加えてのダブル解説になります。詳しくは、法政大学箱根駅伝応援特設サイトを御覧下さい。



十一月の練習風景

「法大多摩グラウンド」



十月の箱根駅伝予選会を六位通過した長距離ブロックの選手は、予選会の疲れを完全に抜く間もなく、その二週間後には全日本大学駅伝（今号で特集）に出場し、その二週間後にはMarch対校戦やハーフマラソン出場等が続きました。今月の練習風景は、このようにON・OFFの切り替えが特に大事な時期のOFFの練習をお伝えします。



復調著しい稲毛



スタート前のミーティング



10月努力賞の高須賀と齋木



ジョグする選手たち



松本康汰



細迫 扇



山本燎（4年）



小茂田（1年）



松本一晟 河田

エール



「応援メッセージの募集」

選手に応援のエールを届けよう！

「今回も多くのメッセージをお願いします」

十月二十三日に行われた第九十八回箱根駅伝予選会に於いて八位で本戦への出場権を獲得した「駅伝チーム」に、いつも応援してくださいる皆様からの**応援メッセージ**を募集します。

来年一月二日・三日に行なわれる箱根駅伝は、今年も無観客での開催が通知されて沿道から応援が禁止されました。直接沿道から届けられない皆様、熱い思いを是非！メッセージに込めてお送りください！

メッセージは下覧の連絡先に**十二月二十日**までにお送りください。

近年の箱根駅伝は、毎年のように競技レベルが上がリ、今回の大会も史上最速での競争が予想されます。本学チームも先月行なわれた全日本大学駅伝の成績を上回る総合五位の目標達成に向けて視界も良好です。目標達成の追い風になるようメッセージをお待ちしております。

皆様からお寄せ頂きました**応援メッセージ**は、年末発行の襁新聞百六十二号で紹介致します。【襁新聞の会事務局】

【応援メッセージ連絡先】

FAX 03-5614-0988

E-Mail srbea@jasper.dti.ne.jp

【編集後記】

読者の皆様、日頃よりご愛読いただきありがとうございます。今月も無事原稿を書き上げることができました。私がこうやって原稿を書くのも残すところあと一回となりました。時が経つのは本当に早いです。それと同時に自分の競技人生も終わりを迎えようとしています。今思い返せば、誰になんて言われようともただがむしゃらに人生を走り続けてきたなと感じています。そんな自分にとっての集大成の舞台が箱根駅伝であるようにあと少しだけがむしゃらに走り続ける予定です。自分の競技人生を箱根という最高の舞台で表現できるよう頑張りますので、法政大学の応援の程よろしく願いいたします。

編集長 清家 陸

近頃は朝晩になるとかなり冷え込むようになり、真冬の到来を感じさせる季節となってきました。そんな寒い季節にはやはり温かい食事で体を芯から温めるのが一番ですね。私は、先日の休養日に恵比寿駅で用があり、食事に迷っていたところ「人類みな麺類」というお店の前にかかなりの列ができていたのを見かけました。独特の店名と行列に目を引かれ列の最後尾に並び、入店しました。ミストルの曲がリピートされ続ける店内で席につき、一番人気の醤油ラーメンを注文しました。さっぱりとこってりがミックスしたようなスープに太麺がマッチし、極めつけは極太チャーシューが体に沁みしました。皆様も一度チェックしてみてください。

副編集員 山本 恭澄

今年も早いもので、もう師走。皆様はお変わりなくお過ごしでしょうか。さて、皆様はE. キプチヨゲという選手をご存知でしょうか。現男子マラソン世界記録保持者(2' 01" 39)であり、2019年には非公認の記録ながらもフルマラソンで人類初の2時間切りを達成した選手です。そんなキプチヨゲ選手は、「意欲+克己心=一貫性」という言葉を大切にしているそうです。意欲や欲望、自身の様々な感情をセルフコントロールしていくことで、自分自身に一貫性が生まれ、目標や課題に集中して取り組むことが出来るそうです。現在キプチヨゲ選手は37歳。高いレベルを維持し、走り続けることが出来ている一つの大きな理由だと感じます。箱根駅伝本戦も残り少ない日数ですが、それぞれが目標や課題に取り組んでいきましょう。

編集員 細迫 海気

【第162号予告】

- ◎ 第98回箱根駅伝直前特集
 - ・合宿・エントリー情報
 - ・応援メッセージ
 - ・みんなの広場、練習風景ほか



【榊新聞の会 事務局】

〒103-0025

東京都中央区日本橋茅場町2-17-6

いづみハイツニュー茅場町511号

Mail: : srbea@jasper.dti.ne.jp

☎ 03-5614-0977 Fax 03-5614-0988

【161号掲載の主な内容】

- ・第53回全日本大学駅伝特集
(レース総括・詳報・選手コメント)
- ・MRACH対抗戦、11月の記録室
- ・マネージャールーム
- ・11月の練習風景ほか

【編集】 阿部 一夫 清家 陸

山本 恭澄 細迫海気

【写真】 鶴巻 豊起 鶴巻 みつえ

阿部 一夫 月刊 陸上競技

【イラスト】 平野 由紀子