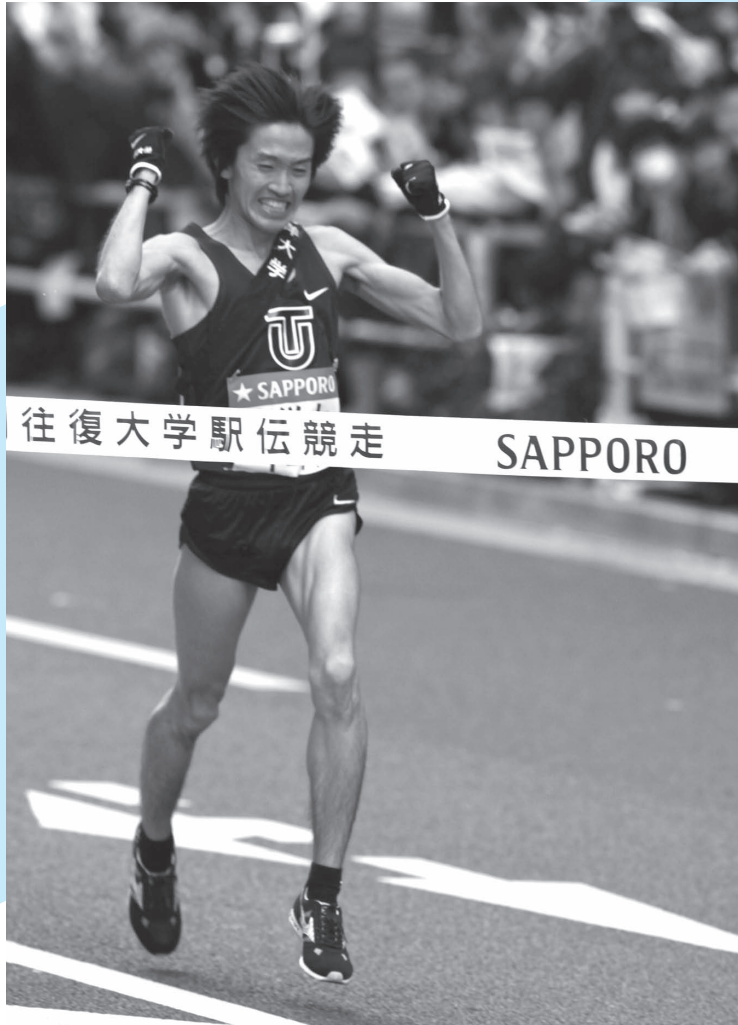


2年連続2度目の  
総合優勝の瞬間  
高見諒選手(3年)  
東洋大学提供



# 東洋大学 箱根駅伝二連覇!!

表通り  
裏通り

毎年正月、全国から注目が集まる東京箱根間往復大学駅伝競走。連覇への重圧をはねのけ、見事総合優勝を成し遂げた東洋大学。陸上競技部の寮がある同大学川越キャンパス(鯉井)は、選手たちのホームグラウンド。ここで、日々の練習が行われています。



「普段の生活と練習が結果に結びつく」と語る酒井監督



市教育委員会主催「トップアスリートふれあい事業」で、子供たちに指導しながら一緒に走る選手



インタビューに応えてくれた、左から、柏原選手、工藤駅伝主将、釜石陸上競技部主将、酒井監督  
「監督の考えを部員に浸透させるのが主将の役目」と釜石慶太さん(4年)

練習は金曜日を除く毎日、朝夕それぞれ二時間。朝は、午前5時から始まります。取材した日の夕方は、十六キロメートルを集団で一定の速度で走る練習。日々の練習は、グラウンドのトラックのほか、外周道路も使います。

4月に就任した酒井俊幸監督が最初に着手したのは、自分も含め部員全員での整理整頓。「雑然とした宿舍で生活したり、トラックに石が落ちていたりする環境で練習をしても、決して強くならない」が監督の信条です。選手の起用方法は、競争意識を高めるため、レギュラーという考え方を無くし、部員全員にチャンスを与えました。試合に合わせてコンディションを最適に調整できた部員を選手に選抜しています。更に、食事メニューを改善し、体づくりや体調管理に配慮しました。その結果、故障する選手が減り、貧血が治った選手もいたと聞きます。



健闘をたたえ、川合善明川越市長から感謝状の贈呈



東洋大学提供



第86回 東京箱根間往復大学駅伝競走 ★ SAPPORO

往路のゴール  
柏原選手が区間新記録。自身が  
出した昨年の記録を更新  
東洋大学提供



### 優勝の秘訣はここにも

寮生活をしている運動部生徒の胃袋を支えているのは、川越キャンパスの近くに住む市内在住の人たち。食堂では、朝食と夕食を4、5人のスタッフで、多いときには200食も作ります。陸上競技部選手のメニューは、栄養士からの指示で作ります。献立は、競技に適したもので、なるべく脂肪分を控え、鉄分を多く摂取できるように工夫されています。

「みんな残さず食べてくれるので、とてもうれしいです。箱根駅伝ではテレビに映る選手たちの頑張っている姿に、私たちも元気をもらいました。是非、3連覇してほしいです。これからも、部員を食事面で支えていきたいです」とチーフの板垣恒夫さん(写真=右下)。



その日の練習メニューを確認して、開始!



3連覇に向け、既に厳しい練習が始まっています

日々の走りと、監督の教えを実践すれば勝てる、と信じて迎えた箱根駅伝。「走っているときは、無心なんです」と九区の工藤正也駅伝主将(4年)。「山を上っているときも、平地を走っているときと変わりません」と言い切る五区の柏原竜二選手(2年)。

「早く走るコツは、毎日楽しくジョギングをすること、そして良いイメージを持つて走ること」と工藤さん。同陸上競技部の監督、コーチ、部員が小学校に出向き、走り方の基本指導を行っています。

選手を支えたのは、応援してくれたたくさんの人たち。沿道の声援だけでなく、選手たちの日々の生活を支えてくれた見えない力が一緒に勝利を導きました。