

2023-24

山梨学院大学陸上競技部

箱根駅伝への道



再出発の山梨院学大 「上昇軍団 甲斐進撃」



第100回箱根駅伝。厳しい逆風に押し返された山梨学院大だったが、「疾風勁草を知る」。強く根を張った選手の健闘から、高く背を伸ばしていく未来が感じられた。今はまだ地を這う雑草でも――。

新チームをけん引するメンバー。左から弓削征慶、ブライアン・キビエゴ、村上大樹、大西陸、和田瑛登



箱根駅伝第100回大会は山梨学院大には苦いものになったが、V字回復への手がかりをつかんでもいた。「約1ヶ月前の合宿でみんながいい感じに練習でき、距離への不安は小さいと感じていました。往路は練習通りの結果で、なかでも4、5区の1、2年生が期待以上の走りをしてくれました」と振り返るのは、新主将の村上大樹。

自身は11月のレース中、脚に力が入らなくなり途中棄権。その後回復したが、それまでの経過が優れていた他のメンバーに登録を譲った。村上が1区か3区あたりに入っていたら、もうワンランク上の往路になっていただろうか。

人数を絞る大学もあるなか、山梨学院大は「サテライト」や「育成」の仕組みを持ち、多くの選手に夢をつかむチャ

ンスがある。それゆえに「統一感」の醸成に歴代のキャプテンは苦心してきた。

2020年卒の森山真伍キャプテンが、下級生がのびのびと過ごせるようにと、学年の垣根を取り払うよう取り組んだ。その流れが息づいていて、前キャプテンの川原正輝も同様に尽力。1、2年生の活躍につながった。

「下級生たちの新しい力を、4年生で盛り上げていきます。伸び伸びとやってほしい」と村上。弓削征慶、和田瑛登、占部大和といった新芽が、ハツラツとグラウンドを走り回っている。

「情熱がやや低いと感じる子も含めて、どうしたら同じ方向を向いていけるか」。新主将

が感じる課題はそこに行き着く。

7区を走った徳田秋斗も「メンバー入りには遠いところの意欲が上がってこない、メンバーも上がっていけないと思います。コミュニケーションを取っていきなさい」と話す。

新チームテーマは「上昇軍団 甲斐進撃」。「上昇」には「常勝」への思いもかかる。「甲斐進撃」には、通常の「快」に代えて山梨馴染みの旧名を使い、「下位からの進撃」もそこ

に込めた。副主将の高田尚暉が世界クロカン代表をつかむなど、甲斐進撃は始まっている。



主将の村上は、競技者としての特徴はスピード。2023年に5000m13分48秒82をマークし、都道府県男子駅伝の青森代表も担った。13分40秒を突破し、日本人の山梨学院記録（13分40秒79）の更新が目標だ。自らの活躍で「山梨学院の名を前に、前に」。

2024 team spirits
上昇軍団
甲斐進撃

芽生える才能

高田尚暉 ▶ 世界大会代表！

高田尚暉が世界に飛び出した。2月25日の福岡クロカン男子2kmで1秒差の2位。セルビア開催の世界クロカン日本代表をつかんだ。旅行を含めても初の海外。別天地にも、「何日か過ごしたら落ち着いて試合に臨めました」と言う。シニア男女混合リレーの3走を担当。日本の巨星・田中希実(NewBalance)からバトン替わりのリストバンドを受けて大健闘。1つ順位を下げたものの6位でつなぎ、日本の7位入賞に貢献した。

学内ではブライアン・キビ

エゴと仲がよく、よくジェスチャーを使って会話している。そうした交流から、尻込みしなかった面もあるだろう。「英語は下手ですが、交流もできたと思います」と、競技成績以外の体験も貴重だった。「初めての舞台で自分の力を最大限に発揮できて自信になりました。言葉で伝えようとすると時間が足りな

が多かったです。体験をチームに還元し、走る姿で引っ張っていくと誓う副キャプテンだ。トラック期は1500mで勝

負し、箱根駅伝では「6区に限らず平地も含めどこを任されても、磨いたスピードを生かす走り」と高田。個性が輝き出した。



世界クロカン選手権でシニア混合リレーに出場し、3走を務めた高田尚暉(左から2人目)、田中希実(右端)らとリストバンドをリレーした

弓削征慶 ▶ 箱根のストロングポイント



いない。

中学時代に京都府の五指に入る選手だったが、洛南高進学以降、1年生の昨年度までケガ続き。佐藤圭汰(駒澤大)ら全国トップクラスの同期たちと過ごし、「自分も活躍したい」とその陰で闘志を持ち続けた。

小学生低学年の頃、父について行ってアップダウンのある場所をよく走った。高校時代に「上りで周りよりちょっと速く、向いているのでは」と意識し出す。

身体作りを怠らなかつたことで土台ができ、大学2年の7月からは順調。入学後初の「表舞台」が激坂王決定戦で、2位になり注目された。

「今はまだ『上りだけ』のイメージですから、これから平地の走りをがんばりたいと思います。トラックもハーフもがんばりたい」。箱根駅伝5区が山梨学院大のストロングポイントになっていきそうだ。

箱根駅伝の往路で「シードラインと48秒差」の希望を運んだのは、5区・弓削の活躍が大きかった。「48秒差と聞いた時は、少しは仕事ができただけかなと、ホッとしました」と言う。その一方、「73分台を目標にして結果が72分台だったので、結果は悪くはないのですが、レース内容がよくなかったんです。経験のなさが出てしまいました」と満足して

和田瑛登 ▶ 試練の4区で粘り



無名の1年生に4区は重荷だったはずだ。山梨学院大は前回大会で4区で好走した北村惇生を1区に移動。各校のエースが投入される4区は「抜かれ役」にならざるを得ない区間だった。

そこに抜擢された1年生の和田。「後ろから明らかに速い人たち。抜かれることはわかっていました。抜かれても、いかに粘るかがテーマでした」。

区間17位。区間6~17位の12人が35秒以内にひしめき、17位でも上位とのタイム差

が小さかった。周りには内容を評価されても、和田自身は「区間順位はすごく低いし、チームにまったく貢献できていません」と、悔しさの方が大きい。

長野から山梨学院高へ。学生と同じグラウンドを使いながら、「大学生は隙間時間を有効に使っているな」と観察していた。

1年生で出場を果たした占部大和とは、競技の話をよく交わす。「主軸を張れる選手になることが目標です」と活気ある学年を引っ張っていく。

大崎新監督が語る チーム再建策



大崎新監督。そこは我を出さない穏やかな性格の大崎氏らしいところであり、飯島氏が「もっと主張してくれてもよかった」と述べるところでもある。

大崎新監督は「トレーニングの構築が監督の醍醐味」と言う。指揮台に立ったからには、「私の理論で組み立てていきたいと考えています」と色を出していく構え。それは、飯島前監督こそ望んでいた変化だ(12ページでトレーニングの一端を解説)。

新監督が現役学生の頃に取り組んだ練習、フルタイム勤務時代の時間の使い方、マラソン充実期の練習、実業団コーチの経験、育成グループを充実させた練習方法……、様々な経験から編み出し、培った理論がその頭脳にある。

また、練習面だけでなく、寮生活の規則や、マッサージの取り組み方、暗黙のルールになっていた1年生の集合時間など、当初の意義を思い出しつつ学生が実態を検証し、合理的なものに変え始めた。

「上から押し付けたくはない」との思いが根底にある。何か1つ変えるのにも学生に働きかけて意見を求め、学生自らが考え、望む形を模索している。

「学生は箱根駅伝のシード権を取りたいと言ってくれていますので、そこに近づけるよう最大限の取り組みをしていきます。それが指導ですから」。

しかし、現状から一気にシード権を取ることは非常に難しいことと認識しています。その年の取り組みをして、歯車

が少しでも良い方へ回っていったら、4年後には着実にシードを取れるチームになるでしょう。その先に、優勝のチャンスもないわけではありません。箱根駅伝で優勝したいと思って山梨学院大に入学し、私の学生時代には優勝できなかった。その優勝を味わってやりたいし、私も味わいたい。

それから、大学で燃え尽きてほしくないですし、1人でも多く実業団に進める選手を増やしたい。そして、その選手たちの中からオリンピックに出てほしいですね」

箱根駅伝は大会数3桁のカウントを開始。山梨学院大も新時代へこぎ出していく。

■大崎悟史*プロフィール■

大阪府出身。清風高でインターハイ1500m5位。山梨学院大時代の箱根駅伝は3年時に10区区間賞、4年時に同2位。社会人時代、フルタイム勤務に従事しながらマラソンで成功する。NTT西日本陸上部を再興し、2007年大阪世界選手権6位、北京五輪代表入りとマラソン界をけん引した。同部コーチを経て、2016年に山梨学院大コーチ、2024年に駅伝監督に就く。

私たちの生活を もっと安心安全に

食品安全管理

住環境管理

ビルメンテナンス

感染対策

エコア株式会社は 安心安全な生活のために 環境改善施工・システムをご提供しています。

エコアオリジナル商品

害虫忌避ペストガード

除菌対策システム 超音波噴霧器 FOGX

香虫捕獲モニタリングOK フライゲットS

●エコアのe-shop
http://www.ecoreshop.com

エコア株式会社
本社/〒190-0021 東京都立川市羽衣町1-5-15
山梨事業所/〒400-0053 山梨県甲府市大里町2062 TEL:055-241-1755
http://www.ecore.jp



【箱根駅伝】	【全日本大学駅伝】	【出雲駅伝】
出場 37回	出場 31回	出場 21回
総合優勝 3回	3位以上 15回	優勝 6回
往路優勝 3回	シード獲得 12回	3位以上 14回
復路優勝 1回	(2001年からシード制)	区間賞 24回
3位以上 10回	区間賞 36回	
シード獲得 21回		
区間賞 34回		

山梨学院大が生んだマラソン日本代表

年	名前	卒業年(学年)	所属	大会	順位
95	中村祐二	現役3年	山梨学院大	世界選手権	12位*
03	尾方 剛	96年卒	中国電力	世界選手権	12位
05	尾方			世界選手権	3位*
06	大崎悟史	99年卒	NTT西日本	アジア大会	3位*
07	尾方			世界選手権	5位*
〃	大崎			世界選手権	6位
08	尾方			オリンピック	13位*
〃	大崎			オリンピック	欠場
14	松村康平	09年卒	MHPS	アジア大会	2位*
17	井上大仁	15年卒	MHPS	世界選手権	26位
18	井上			アジア大会	1位*

*印=日本選手最上位

飯島理彰前監督、大崎体制に期待

飯島理彰前監督が、今後は主にスカウトの任を担う。「これまで各地を飛び回っていましたが、あまり変わりません」と言う。留学生のトレーニングも受け持ち、引き続き現場に立つ。

「予選会へ向けた練習の時、教え子でもある阿部竜巳コーチから『タイム設定が私の現役時代とそんなに変わっていませんね』と聞いてはっとしました」と明かす。自らが退くことによって、チームに変化をもたらそうとした。

さっそく2月から大崎新監督のカラーが出始め、「大きく変えて取り組み始めていますね。見ていて楽しみです。思い切ってやってほしいです」と期待していた。

上田誠仁顧問(中央)が旗揚げし、2019年に飯島理彰前監督(左)、今年大崎悟史新監督へとタスキが引き継がれた。



山梨学院大 History

マラソン代表多数

山梨学院大は1985年、若き上田誠仁氏を監督に招へい。急速に力をつけ、箱根駅伝で3度の総合優勝を果たす(1992年、94年、95年)。

100回大会で、復路一斉スタートの数(16)が最多タイだったが、オリジナルは1994年で、往路優勝した山梨学院大が20校中16校に10分差以上をつけた時だった。

箱根駅伝では1996年以降も3位以上が8回あり、出雲駅伝は歴代最多の優勝6回、全日本

大学駅伝は2位を10回記録している。

また、多くのマラソン日本代表を送り出してきた。中村祐二の世界選手権出場(在学中)を皮切りに、尾方剛と大崎悟史による大阪世界選手権ダブル入賞や、井上大仁のアジア大会金メダル等々、その活躍は時代を横断して続く。

2000年からコーチを務めた飯島理彰氏が、2019年から上田誠仁氏を引き継ぎ駅伝監督に。この春、その後任に大崎氏が就いた。



① 2005年ヘルシンキ世界選手権でマラソン銅メダルを獲得した尾方剛く写真:月刊陸上競技>

② 中村祐二は山梨学院大3年時に1995年イェテボリ世界選手権マラソンに出場(日本人トップの12位)く写真:月刊陸上競技>

③ 新監督に就いた大崎悟史は2007年大阪世界選手権6位入賞を果たしているく写真:月刊陸上競技>

第100回箱根駅伝ドキュメント 食い下がった往路に見えた光明



1区の前村博生は第2集団で持ち前の積極的なレースを展開

箱根駅伝第100回大会。4年連続37回目の本戦出場を果たした山梨学院大はしんがりの総合23位で戦いを終えた。粘りに粘り希望の見た往路から反転、復路は引き潮に飲み込まれるようだった。突きつけられた結果の裏側に見えたチーム奮闘記。

シードラインから48秒の往路

予選会でわずか3秒差のしんがり通過を勝ち取り、「本戦は上がっていくだけ」とチームは燃えていた。

1区にエース格の前村博生(4年)をつぎ込み16位の発進。力のある北村にすれば悔しさが残るが、北村だからこの順位でつなぐことができた面が大きい。それほどに厳しい1区の戦いだった。

2区は留学生選手が2人とも好調で迷う選択だったが、12月の練習がより充実していたブライアン・キビエゴ(1年)に白羽の矢。区間9位ではあるが、1

時間7分22秒は、前回に活躍したボニフェス・ムルアとびつたり同タイムである。2区を終えて大混戦の中の12位。

3、4区での順位下降は、他校との戦力構造比較から、織り込んでいたこと。中でも北村を1区に回したことで空いた4区は覚悟していた。

その4区に1年生の和田。区間17位は見栄えしないものの、区間10位から22秒しか離されていない。中位勢の団子状態に納まる成績だったのだ。抜かれ時に見せた小さな抵抗が効いた。

5区は上りに減法強い弓削征慶(2年)。しかし初のビッグレースに身体が思うように動かず、序盤は次々と後続に抜かれてし

まう。反撃は12kmから。冷たい雨の中で足が鈍る他校を抜き、抜き返していった。

飯島理彰監督(2月からスカウト担当)が乗る監察車が、車列を前へ展開できず、弓削は山中のほとんどを孤独に戦った。その中での区間11位、往路15位フィニッシュである。

ここでシードラインである10位とのタイム差が知らされる。48秒。6~8区には、往路も経験した高田尚暉と新本駿、一番の成長を見せた徳田秋斗が控える。粘りに粘った結果、シード権が見える位置にいたのである。

明暗は紙一重

その希望は出足で崩れた。前回以上の快走が期待された高田にさしこみ(脇腹痛)が襲う。下りのリズムを作る場面に重なったことも痛かった。ストロングポイントでの手痛い失速。

7区の徳田にも、中盤あたりでさしこみが発生。6、7区で勢いをつける目論見が崩れた。こうなると、駅伝特有の悪い方の流れにはまる。8区終了時の戸塚中継所へ、実際の順位は21位ながら、悔しい繰り上げになった。実は、高田と徳田は12月上旬に、全国的に流行していたインフルエンザに罹患。とはいえ、たった1日で高熱が収まり、大事には至っていなかった。

夏以降の練習をトータルで見渡すと充実していた2人。ただ1点だけの曇り、12月上旬のインフルエンザ罹患が、箱根駅伝の結果と因果関係はあ

ったのかどうか。紙一重で表出した明暗に対し、「首脳陣の反省するところですよ」と、飯島監督は受け止めていた。

バックアップに川原がいた

野球では陰の守備プレーに、「バックアップ」がある。捕球す

第100回箱根駅伝予選会(2023/10/14) 総合13位 10時間39分47秒

J・ムトゥク	(2)	(3)	1.00.46
北村博生	(4)	(18)	1.02.23
徳田秋斗	(3)	(71)	1.03.37
村上大樹	(3)	(87)	1.03.48
新本 駿	(3)	(98)	1.03.53
高木翔瑛	(4)	(169)	1.04.33
塚本陸斗	(2)	(206)	1.04.49
平八重充希	(2)	(209)	1.04.53
大西 陸	(2)	(257)	1.05.26
高田尚暉	(3)	(277)	1.05.39
横山竜之介	(4)	(307)	1.05.56
砂川大河	(3)	(435)	1.08.09
占部大和	(1)	—	
B・キビエゴ	(1)	—	

第100回箱根駅伝(2024/1/2~3)

総合23位 11時間11分11秒
往路15位 5時間31分05秒
復路23位 5時間40分06秒

1区 北村博生	(4)	(16)	1.02.13
2区 B・キビエゴ	(1)	(9)	1.07.22
3区 高木翔瑛	(4)	(22)	1.05.24
4区 和田瑛登	(1)	(17)	1.03.07
5区 弓削征慶	(2)	(11)	1.12.59
6区 高田尚暉	(3)	(21)	1.01.20
7区 徳田秋斗	(3)	(23)	1.06.32
8区 新本 駿	(3)	(19)	1.07.17
9区 平八重充希	(2)	(22)	1.13.54
10区 占部大和	(1)	(19)	1.11.03
補員 川原正輝	(4)		
補員 島津裕太	(4)		
補員 横山竜之介	(4)		
補員 大西 陸	(3)		
補員 塚本陸斗	(2)		
補員 J・ムトゥク	(2)		

フィールドの開拓者。

すべてのアスリートのために。

MCCスポーツは、人工芝のパイオニア。スポーツフィールドのトータルコーディネーターとして、多彩なニーズにお応えする豊富なラインナップをご用意し、製造、施工からアフターサービスまでトータルにご提案いたします。

www.mcc-sports.co.jp

〒100-8251 東京都千代田区丸の内1-1-1 パレスビル
TEL:03-6748-7806 FAX:03-6685-4923

MCCスポーツ株式会社

<p>1区</p>  <p>北村 惇生 経営学部4年 広島・世羅高出身</p> <p>「15km以降、身体的にも精神的にもキツくなって、六郷橋で一気に離されました。5km通過が14分10秒で、僕にとっては速かった。10kmまでペースは落ちましたが、集団の中でぶつかったり、揺さぶられたりがこたえました」</p>	<p>2区</p>  <p>Brian KIPYEGON ブライアン・キピエゴ 経営学部1年 ケニア・カプカテット高出身</p> <p>「右足のケガがあり状態はそれほどよくなく、予定通りに進めませんでした。ムルア選手のタイムに追いつけました。チーム運営に努め、もっと練習して箱根駅伝で挽回します」</p>	<p>3区</p>  <p>高木 翔瑛 スポーツ科学部4年 熊本・熊本工高出身</p> <p>「大東大、法大と一緒に東海大を追いかけたのですが、復路を想定して1km3分0秒の練習をしてきたので、2分50秒が速すぎました。しかし一番遅い記録で入学して、粘り強くやって来たことは今後の人生の自信になります」</p>	<p>4区</p>  <p>和田 瑛登 法学部1年 山梨・山梨学院高出身</p> <p>「夏合宿から距離への準備ができ、調子も良かったです。明らかに強い選手に抜かれても、いかに粘れるかがテーマでした。チームにまったく貢献できていないし、他大学との差を知り、もっと頑張らなきゃと思いました」</p>	<p>5区</p>  <p>弓削 征慶 スポーツ科学部2年 京都・洛南高出身</p> <p>「序盤が思うように動かず、12kmから少しずつ動き始めました。タイムは想定以上でしたが、内容がよくなかった。そこは経験の差が出たと思います。シードとの差を聞いて、少しは仕事ができただのかと、ホッとしました」</p>
<p>6区</p>  <p>高田 尚暉 法学部3年 秋田・花輪高出身</p> <p>「上りの5kmまでは7位で入れたのですが、下りで自分の走りができませんでした。最後3kmで立て直して1人抜きましたが、区間10位で復路の先輩方に良い流れを作った昨年と違い、良い流れにできず反省しないといけない」</p>	<p>7区</p>  <p>徳田 秋斗 スポーツ科学部3年 福岡・福岡第一高出身</p> <p>「はじめは設定通りに走れていましたが、差し込みが早くき過ぎてしまいフォームが崩れました。原因ははっきりしているの、筋力をつけて根本的な対策していきます。メンバー外の士気を高めていきたい」</p>	<p>8区</p>  <p>新本 駿 法学部3年 兵庫・報徳学園高出身</p> <p>「10kmまでは1km毎3分切りに挑戦して、実際29分47秒で通過できたんです。しかし遊行寺坂を超えて大きく失速しました。残り1kmで繰り上げまで3分と聞き、あきらめずに頑張りました。50m先に見えていながら…悔しいです」</p>	<p>9区</p>  <p>平八重 充希 法学部2年 鹿児島・鹿児島実高出身</p> <p>「タスキが渡らず少し動揺しましたが、気持ちを切り替えました。体が動かず5kmは15分10秒。待ち時間が長かったのも一因で、もっと動いておくべきでした。緊張や焦りもあったと思います。この悔しさは最初で最後になりたい」</p>	<p>10区</p>  <p>占部 大和 スポーツ科学部1年 福岡・九産大九州高出身</p> <p>「18kmから失速しましたが、15kmまでは目標通りのタイムで、区間ヒト桁順位で走ることができました。残り8kmは1年生ということで23kmの距離に対応できなかったのだと思います。今年は自分が主力になり、練習も引張ります」</p>

る野手の背に回り、アクシデントに備えるプレーだ。駅伝にもバックアップがある。

出走が叶わなかった主将・川原正輝は、復路1月3日の当日変更届けが締め切られる6時50分まで、復路の出走に備えていた。

入学時の5000mベストは14分50秒。4年間、学生駅伝の出番はなし。歴代主将の中でも実績が目立たない1人だが、チームの

戦闘態勢に欠かせない柱だった。

7月、川原が教育実習からチームに戻り、練習で先頭に立つと、チームの雰囲気は上昇。ホクレンディスタンスチャレンジでの好結果を生み、充実した夏合宿につながっていく。

「風通しをよくしようと取り組み、下級生が学年の垣根なく話をしに来てくれるようになりました」。川原自身も夏合宿の中盤

以降、メインから離脱し予選会にはメンバー外に。

練習の場面では常に、副主将の高木翔瑛がけん引力を見せた。高木の駅伝成績には、チーム優先の姿勢が生んだ疲労が影響した面がある。

川原は上尾ハーフマラソンでチーム2位の成績をあげ、本戦の登録メンバー入り。万全の状態を作って本戦当日を迎えてい

た。「箱根駅伝へ向かう過程は、いろんな人から祝福や刺激をもらい、『支えられているんだな』と感じる時間でした」と川原。

そして出走しないことが確定する6時50分を過ぎた瞬間からサポートへ。沿道を回り、ゴールでは1年の占部大和を迎えた。タスキリレーの裏では、脇役が山梨学院大の財産があった。

≡ 同学年OB 3人が母校の再起を期待して

今年の箱根駅伝をどう見たか

阿部 今年の箱根駅伝を見た2人の感想は？

桃澤 山梨学院はいぶし銀じゃないけど、前半上位にいないけど、後半気が付いたら前にいる、みたいなことが昔は多かったと思う。昔話になっちゃいけないけど、今まで強みだった後半の部分がなくなっているのは少し残念だと思った。

阿部 桃澤が走った6区についてはどう思った？

桃澤 6区は適性がなければダメだったのが、今は厚底シューズの影響で走力があればいけると思う。自分の頃よりも全体的に1分は速い。その中でもやはり特殊区間なので、しっかり準備しておけば持ちタイムが下位でも、もっと上位で勝負できるんじゃないかな、と思った。

井上 自分は予選会の結果などから苦戦を強いられるだろうな、と思って見ていたけど、往路はシードが見える位置(10位チームと48秒差)で戦っていた。1区は自分が1年の時に走った時より1分良い。だけど周りももっと速くなっているから大変だろうな、と見ていて思った。

阿部 5区の弓削征慶や、箱根全体についてはどう感じた？

井上 高速化して自分たちの時代が全然参考にならない。その中でもしっかり戦えているところは戦えていた。今の大変な時代にシードが見える位置まで、善戦したことは自信にしている。そこからどう発展させていくか。今後やっていく上で大事な部分になると思う。

大舞台の経験不足解消のため

阿部 大きな舞台の経験不足がチームの課題と感じていて、現在は箱根1本に近い状況になっている。実業団など強い選手が出場する試合に参加して、上の舞台を知って意欲的になってもらい、それがチームにも波及することをやろうとしているんだけど。全日本大学駅伝に出られたらまた変わると思う。大崎監督も全日本の予選会に前半シーズンは注力して、全日本出場権をつかみ取ろうと進めている。

井上 自分の場合はレース経験より、1年時の夏合宿を越えて先輩と遜色ない走りができるようになって自信がついた。箱根を走ることは当たり前、エースになることも当たり前で、エースになったら留学生や他校のエースと勝負しないといけない。大舞台の経験は1年の時はそれほど多くなかったけど、そういう気持ちでやっていたら物怖じせず走れるようになった。

阿部 井上は気持ちがチーム内の誰よりも強かった。走る能力とは別で、こうなっていく、という明確な思いがあった。でも学生全員が井上みたいに自分で考え、行動できるわけではない。監督やコーチ、同期、同部屋の先輩後輩など、色々な関係の中で軌道修正をしていけたのが山梨学院大だと思う。桃澤がその代表だった。

桃澤の山梨学院大での成長

桃澤 自分は学生時代、大きな大会を経験して、ということまで達していなかった。10000

阿部竜巳 (山梨学院大コーチ)

「大きな舞台の経験不足がチームの課題と感じている」



途中棄権、15年9位。卒業後は小森コーポレーションで競技を4年間続け、ニューイヤー駅伝(全日本実業団対抗駅伝)1区に出場。4年間同チームのスタッフを務め、22年8月に山梨学院大コーチに

秋田工業高出身、2011年に山梨学院大入学。自己記録は5000m が14分09秒18(12年)、10000m は28分54秒94(14年)。箱根駅伝は2年時に7区区間13位、3年時には2区での途中棄権があったため公式記録にならなかったが、9区で1時間09分46秒と山梨学院大記録(1時間10分18秒=1994年・黒木純)を上回った。4年時は9区で区間14位。阿部、井上、桃澤の在学中の箱根駅伝は12年9位、13年11位、14年


m 30分切れない選手は出られる大会に限られる。それでも箱根の6区を絶対に走る気持ち、緊張感を持ってやっていた。帰省期間に6区を歩いて1km毎、場合によっては0.5km毎にポイントを覚えた。真似をしろとは言わないけど、その辺の意識が今の学生にあるのかな。

阿部 桃澤は卒業後市民ランナーとして大きく成長したけど、レースがきっかけになった？

桃澤 出るたびに全然ダメで落ち込むことも多かったけど、次へのモチベーションにはなっていた。戦うためにどうしたらいいかを考えるんだけど、大舞台を1回走ったから行動とかが全部変わったわけじゃないと思う。過程を含めた取り組み自体を見直すことがきっかけかな。

阿部 学生時代にはそういう経験がなかった？

桃澤 学生時代でいえば2年生の箱根駅伝は出場できると思っていなかった。意識の部分ではそれほど変わらなかった。3年生の時は周りの選手たちも自分に怒ってくれて(注意してくれて)、取り組みは変わったんだけど、貧血でまったく走れなかった。1回だけ練習で良い走りができて、2年連続6区に決まった感じだった。4年生に向けては箱根駅伝まで1年間ずつと、6区を走るにはどうしたらいいかを考え続けた。苦しんだ3年生のときに周りが自分のことを見放さないでいてくれたから、しっかり答えを出さないといけない思いが強かった。



ひとりひとりが、未来を灯す。

KANDENKO

https://www.kandenko.co.jp/

熱き語り合い

SNSに影響されないために

阿部 山梨学院大が30数年間つないできたことが全て、今の時代に通用するわけだと思っただけ、山梨学院大の強みはどこかで持っていないといけないと思う。しかし先輩方がやってきた習慣などが薄れてしまっただけ、その原因の1つがSNSで色々と出回っている情報の多さだと思う。自分たちの頃は先輩がやられていたことを1カ月、2カ月、3カ月と継続して自分に合うかどうかを判断していた。当時は他からの情報がなかったし、それをやるしかなかったというのがあるけど、それが今の学生は、色んな情報が溢れている中

で目移りしてしまっているように見える。そうするとトレーニングに継続性や一貫性が出ない。**桃澤** 経験を積んだ今ならSNSの対応もできるけど、大学に入ったときに今のようなSNS環境になったら今の学生と同じように、自分も左右されちゃったんじゃないかな。自分1人で管理できるかって言われたら難しいかもしれない。**井上** 選手が色々なことをやるのは自信が持てないからだと思う。三菱重工は(山梨学院大出身の)黒木純総監督が精神的な支柱になっていて、監督の言うことがすごく信頼できるので、目移りせずにやれている。自信が持てなかったり結果が出な

井上大仁 (三菱重工)

「夏合宿を越えて先輩と遜色ない走りができるようになって自信がついた」



長崎・鎮西学園高出身、2011年に山梨学院大入学、15年に三菱重工入社。5000mは学生時代に13分42秒74(14年)、自己記録は13分38秒44(18年)。10000mは学生時代に28分19秒28(14年)、自己記録は27分43秒17(21年)。マラソンは18年に2時間06分54秒、21年に2時間06分47秒と二度、2時間6分台をマークしている。箱根駅伝は1年時から1区区間10位、3区区間7位、5区区間8位相当、3区区間3

位。マラソンで実業団3年目にロンドン世界陸上に出場(26位)、翌18年のジャカルタ・アジア大会では金メダル(日本勢32年ぶり)と国際大会で活躍。ニューイヤー駅伝4区(当時最長区間)では18年と19年に区間賞を獲得し、チームの上位定着に貢献している

桃澤大祐 (市民ランナー)

「過程を含めた取り組み自体を見直すことで自分を変えてくれた」



長野・上伊那農高出身、2011年に山梨学院大入学。16年からのサン工業時代はフルタイム勤務の期間が長く、市民ランナーとして活動しながら記録を伸ばした。21~22年はサンベルクスで実業団ランナーとして走り、23年から長野に戻って農業をしながら再度、市民ランナーとして走り続けている。箱根駅伝は2年時から3年連続6区に出場し区間18位、区間10位相当、区間5位。5000mは学生時代に14分43秒33

(11年)、自己記録は13分44秒65(19年)。10000mは学生時代に29分53秒18(14年)、自己記録は28分09秒07(21年)。サンベルクス時代の22年ニューイヤー駅伝4区も走った。井上に勝つことを目標の1つに掲げて走り続けている

ったりした時は、周りが気になって色々手を出してさらに走れなくなっていた。阿部はコーチになって数年なので大変だと思うけど、選手との信頼関係を築くことが重要だと思う。

阿部 桃澤が言うように20歳前後の学生が、無責任な情報も多いSNSの中からしっかり選択していくことは難しいし、井上の言う通りで指導者が道を示すことも必要だと思う。以前は毎年日本人のエースがいて、その姿を追うことができた。今はエース的な選手を作り出せていない。指導者が指標を示していかなければいけないと、今すごく感じた。

井上 エースについて言えば、出てくるのを待ったらダメだと思う。そんなプロセスで現れても、おんぶに抱っここのチームになる。それよりも1人ひとりが、

箱根駅伝やインカレなど明確な目標を持つ。目標に対して要求されるレベルとのギャップを埋めるために、もうちょっと背伸びしてみようか、という意味を持つことが重要だと思う。1人ずつの意識が高まれば、全体に雰囲気盛り上がりが出ていく。そこに良い素材が入ってきて良い雰囲気にも助けられて成長して、じゃあ俺はこのチームのために一発頑張ろう、という気持ちになることでエースは生まれる。

日常生活と競技

阿部 日常生活でも最近、問題が表面化したんだ。ゲームに集中するあまり睡眠不足になり練習への集中力が下がったり、フリーの日に暴飲暴食をしまっただけで翌日の練習に支障が出たり。プライベートやフリーの日の過ごし方は尊重したいけど、競技

同学年OB3人が母校の再起を期待して熱き語り合い

に対してマイナスなことはしてほしくない。**井上** でも似たようなことは我々の頃もあった。あまり規則を多くして規律を厳しくすると、やる気のある選手にもストレスになってしまう。何をすべきかさえ明確になっていけば、ルールは決めなくても規律は生まれてくる。何をすべきかって言ったら、それは走る以外にないわけで、メニューをしっかり立てて絶対にそれをこなす。指導する側も毅然として、選手に合わせすぎないことが必要だと思う。なんでこれくらいできないの？遊んでいたから？じゃあできるまでは我慢しようか、という感じで説得できるようでないと。できるのなら多少羽を伸ばすくらいいいよ、ってなる。ぎちぎちに締めつけるのではなく、

やるべきことを提示して、選手がどう変わっていくかを見ることも大事だと思う。**桃澤** 自分は強制的に生活リズムを作っていた。これも真似をしるってことじゃないけど、自分はフリーの日も練習していた。前日早く寝るためには1限目の授業を入れて、朝早く起きるようにしていた。フリーの次の日にポイント練習を入れれば、フリーの日もだらだら過ごすことはない。**井上** 付け加えさせてもらえば、自分たちの代も好き勝手やっていた選手が多かった。阿部も桃澤も割と自由に動いて、縛られるのを窮屈に感じていたと思う。だけど集合時間と練習メニューと、食事はしっかり守っていた。やるべきことが本当にわかったら、ぎちぎちにやることは

「指導者が指標を示していかなければいけないと感じた」(阿部)

ストレスになる。やることさえはっきりしていれば、好き勝手やっても1つの目標にしっかり向かって行くと思う。**阿部** 今日話してくれたこと全部が選手のモチベーションアップのヒントになっていたと思うけど、最後に2人から今の学生に参考になる話があれば是非。**桃澤** 自分は大学3年のときに飯島理彰さん(当時コーチ。現スカウト担当)から『速い人からリズムをもらおう』とアドバイスされて、極力井上の後ろを走るようにしていた。最初はめ



大学3、4年時に箱根駅伝9区を走った阿部(写真は4年時)

「頑張りの範囲をもうちょっとだけ広げて、背伸びして、悔いのない大学4年間に」(井上)

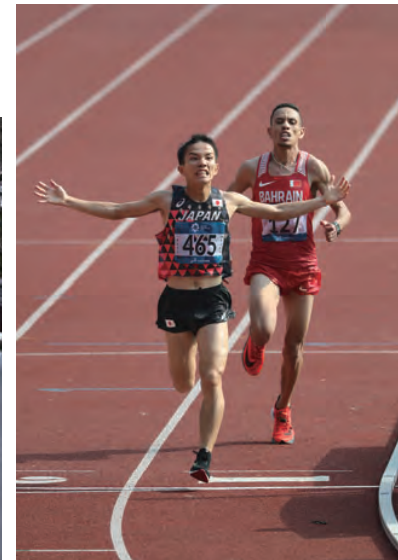
「1年間ずっと、6区を走るにはどうしたらいいかを考え続けた」(桃澤)



市民ランナーとして自己記録をどんどん伸ばし続け、長距離界の注目を集めた桃澤



箱根駅伝6区を区間5位で走った大学4年時の桃澤



18年のジャカルタ・アジア大会でバーレーン選手とのデッドヒートを制して金メダルを獲得した井上<写真:月刊陸上競技>

ちゃくちゃ速いと感じて嫌だったけど、後ろを走っていくうちに徐々にペースに慣れていったし、ポイント練習もできるようになった。モチベーションは高くて低くてもやっていたので、答えになっているかわからないけど、自分が3、4年でやったのはそういう部分だった。**井上** 先ほど話したようにやる気が出るのを待つんじゃなく、やり続けるしかないと。やり続ける中でできることが増えることも、絶対にある。山学の学生がやっていないわけじゃないこと、一生懸命頑張っている選手がいることはみんなわかっている。その頑張りの範囲をもうちょっとだけ広げて、もうちょっとだけ背伸びして、悔いのない大学4年間にしてほしい。

子どもたちに
誇れるしごとを。

SHIMIZU CORPORATION
清水建設

●がんばれ YGU●

私たちは、山梨学院大学陸上部を応援します。

空気と水で未来を築く

株式会社 新光設備工業

〒400-0814 山梨県甲府市上阿原町669-1 TEL 055-237-0297 FAX 055-228-5420

OB 4人がニューイヤー駅伝1区に集結



松倉唯斗

森山と松倉が区間ヒト桁順位!

森山真伍

ニューイヤー駅伝24年大会1区。森山(31)が区間7位、松倉(4)が区間9位と、山梨学院大OB2人が区間ヒト桁順位と好走した<写真:月刊陸上競技>

山梨学院大OBで活躍してきた双璧が、前ページ座談会記事に登場してもらった井上大仁と桃澤大祐(ともに15年卒業)だが、24年元旦のニューイヤー駅伝には卒業後数年の選手が多数登場した。

1区(12.3km)では森山真伍(YKK。21年卒業)が区間7位、区間賞選手と11秒差と健闘した。写真のように積極的に先頭を走るシーンもあった。森山は入社1年目の22年大会では1区区間2位と快走した。1区の上位

常連選手になりつつある。実業団2年目、ニューイヤー駅伝初出場の松倉唯斗(三菱重工。22年卒業)も区間9位と1区で好走した。森山も松倉も学生時代にブレイクの兆しは見せていたが、駅伝で区間上位になったことはなかった。山梨学院大で学んだことを実業団で応用し、ニューイヤー駅伝で区間上位に入るまでに成長した。以前の取材で三菱重工の黒木純監督が、以下のように話していたことがあった。

「山梨学院大のOBが伸びるのは、将来を見据えた教育をしてくれるからだと思う。競技への向き合い方、考え方、取り組む姿勢など、競技者として一番大切なところを在学中に教えている。実業団の指導者としては助かっている」

1区には永戸聖(ひらまつ病院。19年卒業)、伊東大暉(西鉄。23年卒業)も出場。永戸は区間28位と振るわなかったが、22年大会は区間5位、21年は区間6位と1区で活躍してきた。

森山、松倉、永戸は全員が山梨学院大でキャプテンだった。キャプテン、イコール競技力の高さではないが、黒木監督が言及した山梨学院大の長所を身につけているはずの選手たちだ。卒業1年目の伊東は区間40



21年1月の引き継ぎ式で、20年度キャプテンの森山(左)から、21年度キャプテンの松倉にタスキが手渡された



永戸 聖

18年度キャプテンだった永戸。写真は4年時1月の全国都道府県対抗男子駅伝に向けての練習

位と失敗したが、23年度のキャプテンだった選手。今後は先輩たちと同様の活躍が期待できる。

“育成の山梨学院大”を実現させている練習メニューと競技&生活環境



練習メニューの監督案を手渡し、選手の意見を聞く大崎監督

山梨学院大1週間のメニューとトレーニングの考え方

大崎悟史監督の練習に対する考え方が、表の練習スケジュールにも表れている。ジョグと朝練習はおおよそ固定し、基礎的な走力アップを図る。「ジョグは基本4分半~4分のペースです。それより遅くなる」とレースの動きとは大きく変わってしまい、使う筋肉も変わってしまう。朝練習も同様のペースですが、コースの起伏でペースは変化します。土のグラウンドやロード、緩やかな起伏と激しい起伏を組み合わせることで、脚作りはもちろん、効率の良い走りになっていき、平地での走力アップにつながります」

週に3回「ポイント練習」を行う。強度は大きくなるが、「7~8割くらいにして追い込み過ぎない」ことを意識する。具体的なメニューは目標とする試合や、選手の状態に合わせて判断

していく。「ポイント練習で波をつけていきます」と大崎監督。そして「休養と超回復」も大切にしている。日曜日の朝練習終了後、月曜日まではフリー。木曜日の本練習も補強だけとして、基本的には走らない。「筋肉の超回復(筋組織が以前よりも太く、強くなること)と、気持ちもリラックスする時間を作り、次の練習に向けて身体と気持ちの状態を高めていく」ことがその目的だ。大崎監督は練習メニューを2週間分提示して、選手たちの意見も聞く。そこで話し合うことで、監督の考え方をより深く理解することができる。押しつけられる練習ではなく、より能動的に練習に取り組める。これも気持ちの高め方の1つの方法だろう。特徴的なメニューとしては、

1週間の練習パターン

メニューと練習場所 ※練習場所の特徴、走り方など	
■月曜	終日 FREE
■火曜	朝練 12.7km(集団走)緑が丘競技場→荒川河川敷→緑が丘 ※前半緩やかに上り、後半は緩やかな下り 本練 ポイント練習(練習の流れに応じて決定。水曜日とセット)
■水曜	朝練 山梨大60分(前半40分集団 残り20分各自。13~15km) ※山梨大の土のグラウンド1周約500m 本練 ポイント練習(練習の流れに応じて決定。火曜日とセット)
■木曜	朝練 16km(個人走)緑が丘→昇仙峡→千代田湖→下りきつてゴール ※上りが緩やか→きつい上り→平坦→最後はきつい下り 本練 補強メイン(集合はするが各自に任せる)
■金曜	朝練 12km(個人走)緑が丘→スーパー奥周りに武田神社→奥周りに緑が丘 ※上って下ってまた緩やかに上って緩やかに下る 本練 8kmまではコースを決めて集団で走り、その後各自個人走 ※8km以降のコース、ペースを自由に調整できる
■土曜	朝練 山梨大60分(前半40分集団 残り20分各自。13~15km) ※山梨大の土のグラウンド1周約500m 本練 ポイント練習(練習の流れに応じて決定)
■日曜	朝練 26km(個人走)緑が丘→昇仙峡→千代田湖→愛宕山→寮 ※上りが緩やか→きつい上り→平坦→きつい下り→平坦→緩やかな上り→きつい上り→最後平坦 本練 FREE
本練習の例	
12000mペース走(1000m3分20秒)	
1000m×10(2分55秒~3分00秒)インターバル200m	
400m×10(64秒~66秒。力が付いたら62秒)インターバル1分00~30秒	
30km(1km3分40秒)	
800m×8(2分20秒)インターバル2000m(6分40秒)	
ジョグのペース	
4分半~4分のレースに近い動き ※それ以上遅くなるとレースの動きではなくなるとともに使いたい筋肉も変わってしまう	

日曜日の朝練習を起伏の激しいコース(昇仙峡)で26kmの個人走としていたことだ。これまでもこの難コースで練習してきたOBたちはいる。だが朝練習の固定メニューとして取り入れたのは、今回が初めてのこと。タイムを測ったり競わせたりすることはないが、「きっちりやればハーフマラソンを走り切る脚作りになる」と期待できる。距離走やペース走は後半でどんどん追い込んでいく走り方ではなく、前述のように「一定ペースで走り余力をもってこなす」ことを大崎監督は重視する。上記の考え方を練習スケジュー

ルに反映させていくことで、「ジョグの動きを、1kmあたり3分40秒前後の距離走でするのは難しくありません。3分20秒前後のペース走でもできるようにして、箱根駅伝などハーフマラソン(21.0975km)前後の距離の3分00秒前後のレース、10000mなど2分55秒前後のレースへとつなげていきます」朝練習とジョグで基礎的な走力を上げ、ポイント練習でレースのリズムに近づけていく。山梨学院大では「ジョグの延長でレースを走れるようにするトレーニング体系」の完成度が、どんどん高まっている。



この日は土曜日で1000m×5本(インターバルは200mジョグ)のポイント練習を、4グループ(2分46秒~3分00秒)に別れて行っていた

山梨学院大学和戸ラグビー場 DreamTurf PT2065RS+U

プレイヤーの足元をしっかりと支える
DREAMTURF

積水樹脂株式会社 スポーツ施設事業部

〒105-7110 東京都港区東新橋1丁目5番2号(汐留シティセンター10階) TEL.03-6758-1069 FAX.03-6758-1086

70th anniversary

ホームページでもご紹介しています
<https://www.dreamturf.jp/products/dreamturf/>

製品HPはこちらから

補強だけの日を設けた狙いは？

24年度キャプテンの村上大樹が、補強の1つとして行っているメニューが写真の「ドラム補強」(前後、横方向に足を踏み出すことで下半身を鍛えるランジの一種)である。「お尻周りの筋肉が弱くてケガをしていたので、補強の日を中心に行っています」。

木曜日は走るメニューは基本的に走らないが、走るための筋肉に刺激を与えることを目的に補強を行う。補強の種類は数多くある。その中からどのメニュー

を、どのくらいの時間行うかは選手たち自身が判断する。

第三者の意見も生かされるように、監督・コーチだけでなく、「グループ」のメンバーもアドバイスする。

山梨学院大では補強や朝練習の集団走をグループ(約10人)で行うが、学年も自己記録のレベルも、走りの特徴も異なる選手で構成される。選手自身の頑張りも、チームワークも生かされるやり方で補強の日の練習が行われている。



重さ20kgのバッグを持って「ドラム補強」を行う村上

山梨学院大は練習環境に恵まれている。特にロード練習は地の利を活かし、変化に富んだコースを多く設定できる。中でも写真の昇仙峡コースは起伏が激しく、日曜りと木曜日の朝練習で活用している。

弓削征慶(3年)は昇仙峡を走る狙いを次のように話した。「ポイント練習の翌日に、脚がキツイ状態でもアップダウンをやることで、脚づくりもできやすし、レース後半のキツイ状態をイメージして走ることができ

ます」どの区間も起伏が多い箱根駅伝対策にはうってつけだが、24年の箱根駅伝5区を走った弓削は「5区との共通点はあまり感じない」と言う。

「箱根の5区はずっと登り続けますが、昇仙峡は上ったり下ったり。人によってキツさは違うと思いますが、自分は昇仙峡の方がキツイです」

タイムは練習実績として残し

昇仙峡など地の利を活かした練習環境



昇仙峡コースを走る弓削征慶(右)と平八重充希。富士山や甲府市街を望める景観が走る意欲を高めてくれる

ではいるが、特殊コースでは以前の走りや、他の選手と比較することが目的ではない。24年箱根駅伝9区を走った平八重充希(3年)は、昇仙峡の走り方を次のように話す。

「アップダウンでもリズムの良いペースでしっかり走ることが目的です。登りのキツイところ

でペースは落ちてしまいますが、動きやフォームはあまり変わらないように走っています」

箱根駅伝5区を「平地と同じ感覚」で走った弓削でさえ、昇仙峡の練習は「好きではない」という。しかしそのコースを走ることが、強くなった要因の1つであることは実感している。

平八重も「達成感を感じられるコース」だと言う。2人とも、昇仙峡から逃げない気持ちの強さを持っている。

昇仙峡以外では平坦な荒川河川敷コース、緩やかな上り下りの武田神社コースなどを朝練習で使う。本練習のジョグでは川田グラウンドを発着点にでき、昇仙峡同様に起伏が激しいほったらかしコースなどを使う。

また車で少しの距離にある勅使河原南公園には、クロスカントリーに最適の1周2kmのコースを設定できる。

川田には400m6レーンの全天候舗装トラックに、1周1kmのコースもあり、トレーニング用のバイクや村上が補強を行っていたような各種トレーニング器具が備えられている。

キャンパスには体組成を計測する機械とシステム、高地と同じ環境でトレーニングができる低酸素室など、最新の科学トレーニング設備が整っている。

リラックスできる施設も多い生活環境

甲府市は自然と都会が混在し、日常生活を快適に送れる環境だ。寮とキャンパス、川田グラウンドは自転車移動。ほどよい距離に固まっている。

生活圏には健康ランド、超大型ショッピングモールもある。牧野海斗は健康ランドや温泉を「練習で疲労がたまっているときや、試合前にも疲労を抜くために」に活用している。1回500円程度で入ることができ、

温泉の多さは他大学の選手からも羨ましがられるという。

ショッピングモールは有名ブランドのショップや飲食店、カフェが軒を並べ、映画館も入っている。平井翼は「服を買いに行ったり映画を観たり、ちょっとスイーツを食べたりしています」と活用している。

飲食店チェーンや大型家電量販店ディスカウントストアなど、すべてが生活圏内にある。



巨大ショッピングセンターのイオンスタイル甲府昭和。映画館などもある娯楽センターでもある



石和健康ランドは大浴場やサウナなど、選手の疲れをいやす場所になっている。牧野海斗(左)と平井翼の2年生コンビ



大学スポーツセンター長とOB会会長が温かい言葉でサポートを確約

初の年で、6年目に初優勝しました。山梨学院大ができるならうちもできる、と他大学に火をつけてしまった。各大学の箱根駅伝のとらえ方が、その頃とは180度変わっています。

出場してきた37回も、簡単にできる数字ではありません。箱根駅伝に出ている重みを、大学としても大事にしています。しかし出場し続けるだけでいい、とは私は言いません。

スポーツセンターとしてはもう一度、箱根駅伝優勝を目指して取り組んでいきます。山梨学院大では21のクラブすべてが日本一を目指しています。最近では女子サッカーが全国優勝しましたし、レスリングは東京五輪に(卒業生を含め)3人の代表を送り出しました。

トップを目指すには大学を挙げてのサポートが必要です。こ

れまでも本気で支援してきましたが、さらに新しいプロジェクトを考えないといけない。

一昔前なら1人の指導者の頑張りで勝てましたが、今はそういう時代ではありません。複数の指導者で選手を、競技力の上から下までしっかり見て、生活指導もきちんと行う。学生のコミュニケーション能力を向上させ、人としての力を身につけさせる。指導者との相互理解も高まり、競技力も向上するでしょう。そうした魅力あるチームを作るため大学は惜しみなくサポートする。親御さんが何の愛いもなく送り出せる大学です。

山梨学院大は相手を思いやる指導者、学生からも尊敬される指導者を育成しています。そういう関係を作り上げることで、人としても競技としても「壁」を超えていけます。

「相手を思いやる指導者、学生からも尊敬される指導者を育成しています」(下田センター長)

第三者的に見れば今の箱根駅伝は、出場することすら大変で

す。山梨学院大が初出場した1987年がテレビの全国放映最

「苦しいときこそOBがサポートしてあげたい」

(伊東OB会会長)

OB会では新入部員のユニフォームを購入したり、会場近くのOB・OGたちが中心に応援に行ったり、合宿の栄養補助になるような差し入れをしたり、各地のOB・OGが地元選手の情報を提供したり、といった活動を行っています。

要望があれば合宿などに出向いて、学生の気持ちを高める話をさせていただくこともあります。

4年間、何をするために山梨

学院大にきたのか、自分にできることは何かと、学生に問いかけます。思うようにいかなくても、積み重ねればチャンスがあることも強調しています。

創部2年目の初出場時も最下位でした。そこから上昇していったことなど、初出場からつないできたものを、今の学生にも伝えたいですね。

苦しい戦いが続いている今こそ、OB・OGとして熱い気持ちでサポートしてあげたい。



24年の箱根駅伝を沿道から応援したOB会のメンバー。左から2人目が伊東宣明OB会会長。創部メンバーで3、4年時には箱根駅伝4区を走り、4年時には区間6位

箱根駅伝写真:山梨学院大広報 編集:オフィスT&F

FUJITA
Daiwa House Group®

フジタと描く、未来のカたち。

株式会社フジタ 東京支店/山梨営業所
400-0032山梨県甲府市中央4-8-2上杉ビルTel.(055)235-2968 www.fujita.co.jp



ガンバレ!山梨学院大学 陸上競技部! 大大大大

fujimak

業務用厨房機器総合メーカー

フジマックは、「フードビジネスのトータルサポート」を
企業理念に、生きる上で欠かせない「食」の存在を、
業務用厨房（キッチン）の提供を通して支えています。

株式会社フジマック www.fujimak.co.jp
本 社 / 東京都港区南麻布1-7-23 tel:03-4235-2200
甲府営業所 / 山梨県甲府市徳行1-4-5 tel:055-236-3351



YKK AP株式会社

ビル東日本統括支社 首都圏支社 山梨支店

山梨県甲府市下石田2-11-11 TEL.055-222-4134 <https://www.ykkap.co.jp/>

がんばれ!! 山梨学院大学陸上競技部

富士急トラベル 富士急バス株式会社 FUJIKYUBUS Inc.

自然の力で、人は輝く

ARSOA
from KOBUCHISAWA

ARSOA SkinUp Care



株式会社アルソア 慧央グループ 〒408-8522 山梨県北杜市小淵沢町2961 JR小淵沢駅から徒歩約7分 free call 0120-301-742 10:00-16:00 (土・日・祝日を除く)



真心と確かな技術
株式会社 早野組



本 社 ■ 〒400-0807 山梨県甲府市東光寺一丁目4-10 TEL.055-235-1111(代) FAX.055-235-1109	■ 東京支店 東京都八王子市千人町二丁目5-24 TEL.(042)667-8800 FAX 667-9497	■ 中部支店 長野県飯田市上郷飯沼1438*1 タンイナガキ1階 TEL.(0265)22-3969 FAX 52-2171
■ 営業本部 TEL.055-232-8686	■ 新宿営業所 東京都新宿区四谷二丁目11 アシストビル7階 TEL.(03)3352-8700 FAX 3352-8710	■ 静岡営業所 静岡県富士市外神岡2-1-1 リバーサイドビル2F 202号室 TEL.(0544)66-5454 FAX 66-5455

URL <https://www.hayano.co.jp>

がんばれ! 山梨学院大学



クレーン
杭打工事
各種土木工事
解体工事、他



株式会社坂本建運

山梨県甲府市富士見1-22-11
〒400-0027 055-253-1000

私たちは山梨学院大学陸上競技部を応援します!

スポーツ施設用器具メーカー

ティエヌネット株式会社

〒136-0071 東京都江東区亀戸4-45-15
TEL: 03-3637-3232 FAX: 03-3683-2580
URL: www.tnnet.jp E-mail: info@tnnet.jp