



中大
OB **飯塚翔太**さん (ミズノ)

リオ五輪陸上男子400Mリレー第2走者

歴史的快拳の

今夏のリオデジャネイロ五輪陸上男子400メートルリレー決勝で、第2走者の飯塚翔太選手(25歳、ミズノ)=中央大学法学部2014年卒=らが銀メダルを獲得した。日本男子リレー陣では史上最高成績となる歴史的快走。チームを支えたのは最年長の中大OBだった。

飯塚選手・銀メダル獲得誌面

リオ五輪感動シーン	2
母校凱旋	8
後輩はインカレリレーV4	9
学生記者5人の目	12

銀メダル

2016年8月19日金曜、午後10時40分(日本時間20日土曜、午前10時40分)。リオ市北部、マラカナン地区にそびえたつ五輪スタジアムは陸上競技男子400メートルリレー決勝を控えていた。

風がぴたりと止んだ。スタンドの声援は2レーンに登場するブラジルチームに集中し、大音響となっていく。

日本チームは勝負の舞台のトラック入場口に4番目で登場した。4人がさっと並び、右手で左腰から刀を抜くしぐさを見せた。「いざ、勝負だ」

25歳で最年長の飯塚選手が明か

リオ五輪400メートルリレー、力走する飯塚選手
(写真提供=共同通信社)



レース後、ボルト選手(左から4人目)らジャマイカチームと記念撮影(写真提供=共同通信社)

した。「僕が独断で。日本らしく、侍スタイルでやりました」。メンバーの緊張を和らげる気配りだった。

レース後も4人そろっての記念撮影や日の丸を掲げたメダルショットで、第1走者から走った順に並ぶようメンバーをさりげなく誘導した。大型の記録表示板の前では、報道カメラマンに記念撮影をそっとお願いした。「若いけれど、一応、最年長なんで」と照れた。

ボルト選手から握手求められた

後生まで語られるメダル獲得。最年長といえども、その直後は感無量

だった様子。他のメンバーとはやや違っていた。

ケンブリッジ飛鳥選手(23)は世界王者のボルト選手(ジャマイカ)に次ぐ2位でゴールイン。電光掲示板で順位を確認すると第3走者の桐生祥秀選手(20)と抱き合っただけで大喜びした。ガッツポーズの連続だ。

第1走者の山県亮太選手(24)がやや遅れて駆け寄り、両手を大きく広げながら歓喜の輪に加わった。

飯塚選手といえば、全速力で駆け抜けた後はゆっくり走って、立ち止まった。そしてリオの夜空を見た。

銀メダルタイム・37秒60は日本新記録であり、アジア新記録だ。18日の予選で出した37秒68を更新。大

舞台でぐいぐい記録を伸ばす4人。日本陸上界トラック種目での銀メダルは、88年前の1928(昭和3)年アムステルダム大会女子800メートルの人見絹枝さんまでさかのぼる。

「うわあ、取ったという感じ。夢が叶った。この景色を目に焼き付けておきたくて」

深くて大きな喜びが、体中に伝わっていく。感傷を隠すように、のちのインタビューではこう言った。

「みんな、ゴール付近にいたと思ったのに、2走スタート地点にいるから」

歓喜の輪に合流するまで、ほぼ1周かかった。観客席の関係者から大



熱戦VTR

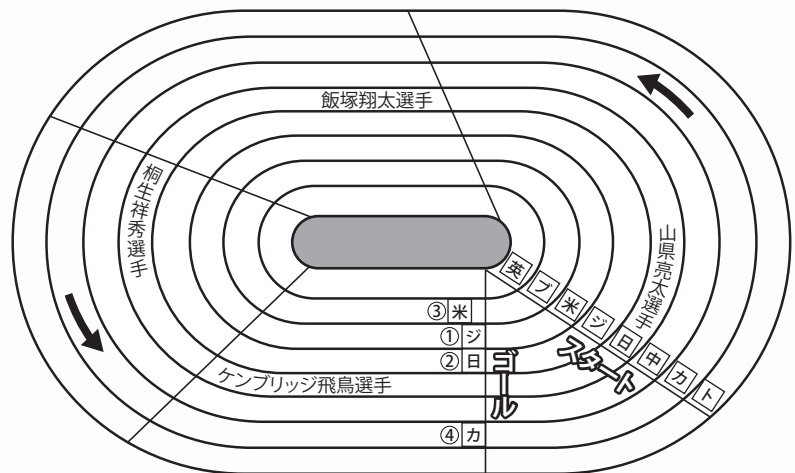
きな日の丸を渡された。肩にかける。背中が赤い丸ですっぽり包まれた。4人による銀メダルウォークの始まりだ。

しばらくするとボルト選手らジャマイカチームに近づいた。最強スター選手が握手を求めてきた。

先ほどまでバトンを握っていた、この種目3連覇を達成した手だ。陸上王国・米国を退け、メダル争いをした実力を認めてくれたのだろうか。

ぶ厚い手で桐生、山県、飯塚、ケンブリッジ各選手の手を1人ずつ、しっかりと握り、健闘を称えてくれた。

直後、飯塚選手がボルト選手に話しかけた。すると、「金・銀」2チーム8人による記念撮影が実現した。報道



[英] 英国 [ブ] ブラジル [米] 米国 [ジ] ジャマイカ [日] 日本 [中] 中国 [カ] カナダ [ト] トリニダード・トバゴ

日本は5レーン。1走・山県選手が素晴らしいスタートを見せ、100分の前世界記録保持者のパウエル(ジャマイカ)を引き離れた。2走・飯塚選手は200分の専門としながらも今回五輪100分銀メダルのガトリン(米国)らと互角の快走。

3走・桐生選手が見事なコーナリングでジャマイカとほぼ並んでアンカー勝負。4走・ケンブリッジ飛鳥選手がボルトに食らいつき、2位でフィニッシュした。3位の米国がバトンミスで失格となり、カナダが銅メダルを獲得した。

各チーム4人の100分合計タイムでは、日本は金のジャマイカ、銅のカナダ、4位・中国に及ばなかったが、総合力で表彰台へ上がった。

TV視聴率27%

8月20日土曜日午前(日本時間)にNHK総合テレビで中継された陸上男子400メートルリレーの瞬間最高視聴率は、銀メダル獲得直後の27.0%だった(ビデオリサーチ調べ)。



中大陸上競技場で、撮影に応じる

カメラマンが意外な状況に慌てる。ボルト選手が撮影に快く応じ、飯塚選手も笑顔だ。

陸上短距離を席卷していたアフリカ系選手に一太刀浴びせられたか。肩を並べるまでに力をつけた、そういう象徴的なシーンである。

「日本人にも走る才能があると少しは分かってもらえたかと思います」。飯塚選手が静かに話した。



仲間を信じて

ボルト選手とは前回五輪の2012年ロンドン大会400メートルリレー決勝でアンカー勝負をした。「練習で

軽く走っても速い。レースではもっと速かった」。優勝はジャマイカで世界新記録。日本は5位だった。

2013年モスクワ世界陸上では200メートル準決勝で同組となり、再び間近でトップランナーを見た。「速く走るには体の筋肉を動かすことが大切。185センチの僕でも大変なのに、あれだけ(196センチ)の長身なのに、できるなんて」

衝撃を受けてからというもの、研さんを重ねた。筋力トレーニングのほか、体のしくみを知ろうと「解剖学」を独学で学んだ。練習の合間には静寂を求めて「庭園巡り」をした。

大型選手でありながら、瞬発力の

素晴らしさから『和製ボルト』と命名されたのは2010年7月だ。世界ジュニア選手権(カナダ)200メートルを日本人として初制覇した。以来、そう呼ばれ、自身もボルト選手を目標にしてきた。

初出場したロンドン五輪後、積極的に海外へ出た。チェコを拠点に欧州各地を転戦。単身のときもあった。

競技場を間違える異常事態があった。宿泊先の隣に競技場があり、そこが試合会場だと思い込んでしまった。

ある時は競技場行きのバスが来ない、発車時刻なのに1時間半待っても来ない。急ぎょタクシーでかけつけて、ホッとする間もなく、「すぐにレー



銀メダルです

■ 陸上男子400メートルリレー 銀メダルメンバー(スタート順)

名 前	年齢	出身校、所属先	身長、体重	100m	200m
山県 亮太	24	慶大―セイコーHD	176、70	10.05	20.41
飯塚 翔太	25	中大―ミズノ	185、80	10.22	20.11
桐生 祥秀	20	東洋大	175、69	10.01	20.41
ケンブリッジ飛鳥	23	日大―ドーム	179、79	10.10	20.62

(注) HDはホールディング、タイム(秒)は自己ベスト

■ リオ五輪個人種目成績

名 前	100m	200m
山県 亮太	準決10.05 ☆	—
飯塚 翔太	—	予選20.49
桐生 祥秀	予選10.23	—
ケンブリッジ飛鳥	準決10.17	—

(注) ☆は自己ベスト更新

すだ」と言われた。

主要な試合を観戦するつもりで行くと、出場選手リストに自分の名前があってびっくりした。

ハプニングに巻き込まれても打開策を考え、もがきながら対処しているうちに精神力が鍛えられたという。機転がきくようにもなった。

英会話は中大2年から、知人の米国コーチ宅でのホームステイを機にさらに勉強。リオ五輪競技場でボルト選手と英語で話し、レース直後のインタビューエリアでは外国メディアの質問に通訳なしで答えた。

「ロンドン(五輪)は出場できただけ

で、どこかで満足してしまい、自分がこの舞台に立っているのが不思議でした。世界陸上では決勝へ行くという強い気持ちを持って、(ロンドン)オリンピックより余裕がありました」

経験の大切さを口にして、こうも話した。

「今までの国際大会では僕が最年少でしたから。(リオでは)みんなにノビノビやってほしかった」

代表メンバーにはメダル獲得という明確な大目標があった。各人が持つ高い能力を最大限に発揮できれば、世界へ斬り込める。そのためのノビノビ作戦。

最年長となり、立場が変わった。自

らの試合経験を話す、失敗談も伝えた。合宿や遠征先では後輩たちに毎日話しかけ、寝食をともにするなかで個性や感性が分かり、相互理解を深めていった。結束を急がず、時間をかけた。

「飯塚さんに後ろから支えてもらっている感じでした。話しかけやすいんですよ」。帰国直後、テレビ報道で桐生選手が明かした。

「リレーは仲間を信じて走ります」と飯塚選手。「僕は一步下がって、見守っていただけです」

“リオも1日にして成らず”である。



母校に凱旋 9・12

飯塚選手は9月12日、中大多摩キャンパスに深澤武久理事長、酒井正三郎総長・学長らを訪ねて、リオ五輪銀メダル獲得の報告をした。

入構時には1号館玄関ロビー付近に集まった職員・学生ら約200人から大歓迎を受けた。祝賀の垂れ幕、銀メダル獲得を知らせるポスター、特製祝賀うちわ、大きな花束…。

深澤理事長、酒井総長・学長が「日本中が勇気をもらい

ました」と称えると、飯塚選手は笑顔で「喜んでいただいて私もうれしいです」と応えた。

その後のマスコミ取材では、好成績の要因を問われ、「気持ち が9割、胸を張ってレースに臨むことでしょうか」と話した。

これに先立つ学内メディア対応では、打ち解けた雰囲気の中、学生記者らの質問に答え、リオ発成田行きの帰路航空機は「ビジネスクラスへ格上げしていただいた」などと話していた。



酒井総長・学長(左)、深澤理事長(中央)にメダル獲得の報告をする飯塚選手

後輩は4連覇

日本インカレ4×100メートルリレー

第85回日本学生陸上対校選手権大会・男子4×100メートルリレー決勝は9月3日、熊谷市内で行われ、中大が38秒92で優勝、大会4連覇を果たした。先輩・飯塚選手時代から始まった学生チャンピオンの座を守った。2位は筑波大、3位が日大だった。

走順は川上拓也(法3)、谷口耕太郎(商4)、諏訪達郎(法4)、竹田一平(経2)各選手。予選第3走者の日吉克実(文3)選手がサポートに回った。

9月12日午前、飯塚選手が中大陸上競技場を訪れ、後輩選手5人と対面した。

各選手のコメントは次の通り。

川上選手 「飯塚先輩の銀メダルが僕らを奮い立たせてくれました。ベルギー、モナコなど先輩の欧州遠征に1週間ほど同行させてもらい、生活面から勉強させていただきました」

谷口選手 「1～2年生のころ、飯塚さんと全日本インカレリレーと一緒に走らせてもらいました。『俺まで回してくれたら何とかする』という言葉覚えてます。優しく温かい人。上を目指せるようになってくれます」

諏訪選手 「高校のころからお世話になっていました。あの銀メダル

が僕らの刺激になりました。僕らも最高のパフォーマンスを出そうとしたのがリレー優勝です」

竹田選手 「飯塚さんに憧れて中大に入りました。飯塚さんのようになりたい。そのためには全日本インカレでしっかり結果を出したいと思っていました。優勝できてよかったです」

日吉選手 「銀メダルの歓喜にわいて、力をもらいました。鼓舞されました。全日本インカレ優勝は、飯塚さんの力が入っています。僕には静岡出身の先輩でもあります。よく面倒みていただきました」



五輪メダリストと優勝メンバーがそろった。

左から日吉、川上、竹田(手前)、飯塚先輩、諏訪、谷口各選手＝中大陸上競技場



取材を終えて
学生記者5人

皆から愛されるヒーロー

学生記者  野村 睦 (法学部4年)

陸上競技場に行くと、スーツをピシッと身にまとい、光を反射させるほど真っ白な靴を履いた選手が目に飛び込んできた。

首からは一層まぶしい光を放つ銀メダルがかかっている。この選手こそが2016年の夏、日本中に感動と歓喜を与えてくれた飯塚選手だ。

すらっとした身長に、凛々しい背中。後ろからでも、ひと際目立って見えた。誰もが好感を持つのが、飯塚選手の人柄と雰囲気の良い良さである。

一番驚いたのは精神力の強さだ。400メートルリレー決勝では海外のスーパー選手、注目選手が顔をそろえる。

前大会のロンドン五輪では観客の数に圧倒されてしまったと苦笑いを浮かべた。今回は「侍ポーズ」でスタジアムをワッとわかせ、歓声を味方につけた。周りの面々に臆することなく、良い雰囲気でおくでレースに臨んだ。

トラックに入ってから、バトンのミスにつながらないように自分のレーンに集中し、一点だけをしっかりと見て

いた、という。

今回、「勝負めし」である鰻は海外事情により食べられなかったが、3日前から米や麺、フルーツばかりを食べ、体のコンディションを整えた。

試合前日は試合用ユニホームを着て、ガッツポーズをしてみたり、インタビューのコメントを考えてみたりと勝利のイメージトレーニング。こうして心のコンディションも整えた。

「下を向いては進まない」といった言葉から、心の強さがうかがえた。けがをしたときは、自らの復活ストーリーをイメージするなど、常に前を向き、前へ進むという。

憧れるのはリオ五輪3冠を達成したボルト選手だ。皆から愛され、勝利を望まれる、そんな選手になりたいという。

ボルト選手とはレース後、同じ舞台に並び、しっかりと握手を交わした。

皆から愛されるヒーロー、さらなる活躍が期待される飯塚選手から、目が離せない。

声援をエネルギーに

学生記者  山田 亮太郎 (法学部2年)

これが海外に衝撃を与えた400メートルリレー「銀メダル」の輝きなのか。

メダル獲得後、世間の反響が大きく変わったという。海外メディアを含む取材が増えた。街を歩くと話かけられることが多くなった。祝福メールは前回・ロンドン五輪出場時の「3倍、3桁くらいになりましたね」

「銀」は母校・中大にも大きな影響を与えた。先輩のメダル獲得に刺激されたリレーチーム5人は、日本学生陸上対校選手権(インカレ)400メートルリレーで4連覇を達成した。

歴代連覇選手には飯塚選手の名前も刻まれている。先輩の背中を追

うことで自らを奮起させてきたと中大チームは言った。次回東京五輪ではオリンピック選手となっている学生もいるだろう。

取材の中で、はっとさせられた言葉がある。「後ろ向きに考えても何も生まれませんからね」。競技場の声援をエネルギーにする飯塚選手は、けがや不調でも前向きに物事を考えるそうだ。

負傷を乗り越え、結果を残すというストーリーを思い浮かべ、気持ちを切り替える。競技前にイメージトレーニングをして自分に対するインタビューの内容まで考える。

朝早く起きるのが苦手というが、

「1日が長くなる」とポジティブに考え、頑張って起きる。

私は失敗や悩み事をうじうじ考えってしまう傾向にある。これからは五輪選手を見習うことにする。

取材後にメダリストと握手をさせてもらった。リオ五輪決勝で桐生選手から渡され、ケンブリッジ飛鳥選手へ託したバトンを握ったあの手だ。そして銀メダルを触れた手である。

その手はたくましく、ストイックな毎日を体現しているようだった。

4年後の新国立競技場。飯塚選手がトラックを走る姿が、ふと脳裏に浮かんだ。



有名になった「侍ポーズ」



メダル以上の人柄

学生記者  野口 真莉子 (法学部2年)

中央大学多摩キャンパス陸上競技場。飯塚選手は現役選手との話が弾んでいるようで笑顔が絶えない。優しげな表情の中にリオで活躍された、熱いエネルギーを感じた。

小麦色に焼けた精悍な顔、白い歯がきれいだ。次第に後輩選手^{せいばん}の顔もほころび始めてきた。「降水確率80%」、当初予報では雨だったが、五輪メダリストを歓迎するかのように、陸上競技場には日が差し始めてきた。

撮影用に首にかけている大きな銀色のメダルが、日を浴びていっそう輝きを増す。私はテレビでみた五輪選手が目の前にいることに興奮を隠せなかった。

学内メディアのインタビューで、飯塚選手の「強さ」を知った。精神面の強さは鉄より何倍も強いと思われた。

強さのスタートは米国だったという。中大時代、年に1度の米国留学で徐々に強くなっていった。

「何をどう、したいのか。自分から気持ちを伝えることが大事。黙っていても誰かが気にかけてくれる日本とは違います」

最高のパフォーマンスをするには、気持ちが9割とのことだ。もちろんトップレベルの技術があつてのことだろう。隣レーンに世界のトップ選手がいたとしても、負けるものかと胸を張り、自信を失わない。

リオ五輪で見せた侍ポーズは雰囲気

気に飲まれない、会場を味方にした思いがあった。気持ちが前面に出たこの“作戦”こそ、中大在籍のころからメンタルを鍛えてきた結晶といえよう。

銀メダル獲得という好成績を残すのは簡単ではないだろう。飯塚選手は、いつも陸上競技やレースのことを意識し、生活しているという。

食事はレースの3日前から米、パン、麺類、フルーツ中心に変える。

飯塚選手は自分の走りだけでなく、後輩の成長も気にかけている。悩んでいる若い選手がいたら、まず一緒に走ろうと声をかける。走り終わると後輩が「実は…」と打ち明ける。

私は手を挙げて質問した。〈苦手なものはありますか〉

飯塚選手は「うーん」としか言わない。しばらくして、「朝起きるのが得意ではなくて…、でも1日を長く使えると思えば起きられますね」

何事も前向きに、プラスになるようにしている。加速を止めない大きな要因と感じた。

強さ、心遣い、温かさ。誰からも好かれる人柄は、メダル以上のものがあると思われる。

強い人は優しい人でもあるという。競技場で見せた後輩への笑顔は、優しさにあふれていた。

究極のプラス思考

学生記者 ♡ 中村 亮士 (商学部4年)

皆さんは、失敗したとき、またはスランプに陥ったとき、どのように考えるだろうか。

私は、物事を深く考えてしまいがちな性格で、ミスをしたらそれを引きずってしまい、立ち直るまでに時間を要してしまうことがある。ただし時間は止まってくれないので、いつまでも気持ちが沈みっぱなしではられない。

飯塚選手は、どのようにしてスランプを乗り越えたのか。答えはこうだ。

「前向きに考えることが大事だと思う。例えば、昨年の日本選手権の時に肉離れをしてしまって、日本代表を逃したことがあった。でも前向きに考えてみると、リオデジャネイロ五輪でいい結果が出せれば、『復活』という形でストーリーができ上がると思った。そのストーリーの第一章が完成した、と捉えることにしました」

究極のプラス思考だと思った。アスリートがけがをするのはあり得ることかもしれないが、それが原因で代表になれなかったとすると、誰しもが気持ちを切り替えるのは難しいと思っていたが、そうではなかった。飯塚選手はいつでも前向きだ。

私は来年度に社会人となる。仕事や私生活で多くのことを経験し、うまくいくこともあれば失敗することもあるだろう。でも、考え方をひとつ工夫してみることで、どんどん前に進むこ

とができるのだと感じた。プラス思考を私も心掛けていきたい。

飯塚選手の取材をするのは、4年生だった2013年以来でこれが2度目。そのとき、リオデジャネイロ五輪について「人生で一番勝負する試合」と語った。本当に素晴らしい結果を出した。まさに有言実行である。

2020年東京五輪については、200メートル走で決勝進出、400メートルリレーで再びメダルを取ると公言した。「声援は自分にとって本当に大きな力になる」そうだ。

自国で開催される五輪で躍動できるよう、全力で応援し続けようと思う。これからの4年間でどのようなストーリーが描かれるのか、今からとても楽しみだ。

私も、メダリスト並みの前向き思考を身に付けられるように、ポジティブ精神を大切にしてこれからの人生を駆け抜けていこう。私にだって、できるはずだ。



中大在学中の2013年 少年らに陸上教室で教える

取材を終えて
学生記者5人

自ら動き自ら考える

学生記者  森 真優 (法学部3年)

「将来、国体やオリンピックに出て、有名な陸上選手を目指します」

小学生の頃の作文に、こう書かれていたという。思い描いた夢を叶えられる人はそう多くないが、誰よりも努力を重ねてきた飯塚選手だからこそ、夢をつかみ取ることができるのだと、取材を通して感じた。

学生記者として初めて質問した。尋ねたのは、ロンドン五輪からリオ五輪までの4年間の気持ちの変化について。

事前に読んだ「中央大学学員時報」(白門OBの情報紙=発行・学員会本部事務局)に載っていたインタビューに「自分自身が相当変わった」

とあった。それが印象的だった。

回答は「ロンドン五輪では、走る直前まで観客に圧倒されていて、このままではいけないと思い、舞台慣れするためにも海外の試合に積極的に出場するようにしました」

「ここで戦わなければ」との思いを強くし、海外を転戦することで、リオ五輪ではボルト選手が隣にいても、動じることがなかったという。この4年間は海外へ積極的に出て、試合や様々な経験を重ねたことが銀メダル獲得につながったという。

私がなぜ、この質問を選んだのか。就職活動を控えた大学3年生の夏、自分のメンタルの弱さが気に

なった。オリンピックに代表される国際舞台で、活躍してきた中大の先輩に気持ちのありようを聞いたかった。

自分から積極的に動くことで、自分自身を変えられる。今回の取材で学んだ。

経験を一つひとつ積み、どんなに厳しい状況に置かれても、気後れすることなく、その場で力を発揮できるよう心掛けたい。

それにしても、学生記者として初めての質問が、リオ五輪メダリストだなんて、今でも信じられないくらいだ。一生忘れることのない貴重な体験の一つになった。

学生記者に なりませんか?



『HAKUMON Chuo』は中大生が取材・編集する大学広報誌です。現在、学部在学学生を対象に学生記者を募集しています。

- 元新聞記者のプロや先輩の学生記者に、取材方法・原稿の書き方をはじめ添削指導を受けることができます。将来どんなキャリアを目指すにも文章力が重要です!
- 取材を通して、さまざまな人に出会うことができます。出会いの数ほど思い出ができることでしょう。
- 記者活動を通してコミュニケーション能力など「社会人基礎力」を身につけることができます。

【お申し込み・お問い合わせ】

中央大学広報室『HAKUMON Chuo』 編集担当:久保田茂信 Phone:042-674-2048(直通) E-mail:hc@tamajs.chuo-u.ac.jp