

# 中本健太郎

## 攻めの走りで世界陸上5位入賞

2013年8月17日(土)15:30(モスクワ時間)にスタートを切った、第14回世界陸上競技選手権モスクワ大会の男子マラソンにおいて

当社陸上競技部の中本健太郎選手が見事5位に入賞しました。

ロンドンオリンピックから1年、今回も暑さと折り返しが多い難コースで「安定性」の中本選手が日本を感動の渦に導いてくれました。

ここに、この一年間の中本選手の取り組みを紹介します。

### ロンドンから、レースの場へ

ロンドンオリンピックが終わった直後、中本選手は応援くださった各団体への挨拶やメディアへの対応などで十分な練習が積めない状況が続きました。

このような中でも、比較的疲労回復が早いこと、またチームの一員として駅伝を大事にすること、さらに駅伝を利用した「スピード練習」を目的とし、早々とレースの場に戻って来ました。12年10月下旬に始まった九州一週駅伝、九州実業団毎日駅伝、ニューイヤー駅伝、都道府県対抗男子駅伝に出場し、積極的にスピード強化を図りました。

このようにスピードを強化した状況の中で迎えたのは第62回別府大分毎日マラソン。世界陸上の選考レースでもある今回のマラソンにおいては、同じ日本代表となった川内優輝選手(埼玉県庁)と13kmにも及ぶ激しいデットヒートの末2位、2時間8分35秒と自己記録を更新しました。残念ながら悲願の優勝はなりませんでした。が、見応えのあるレースでお茶の間を興奮させてくれました。

### 「最後の男」、さらなるスピード強化

この結果と過去の安定した実績を踏まえ、4月25日に世界陸上日本代表内定の連絡を受けました。

男子マラソン日本代表5名の中で、「最後の男」として選出です。中本選手は、国内選考レースにおいて3年連続「日本人2番目」のため、2011年の世界陸上テグ大会、2012年のロンドンオリンピックに続き、今回も「最後の男」としての選出ですが、マラソンでの結果は



九州実業団毎日駅伝



九州実業団陸上(10000m)

経験を積むにつれて上昇し、期待する声も日々増してきます。

「安定感」を真骨頂とする中本選手にとっては「スピード」が課題であるため、代表内定後もトラックでスピード強化に取り組みました。5月に、長崎ナイター陸上、九州実業団陸上の2回のトラック10000mレースに出場し、自己記録に迫るタイムを出しました。

その後も北海道など今回の開催地モスクワと類似した気象条件の中でこれまで以上にスピードを強化した調整を続け、キロあたりのタイムを2秒以上速くした状態で今回のレースを迎えました。体調は万全、あとは自信を持ってスタートを迎えるのみです。

### モスクワで、熱いサバイバル

暑さを敬遠する選手が多い中で、中本選手は暑いサバイバルの展開を望んでいました。それだけの自信を持って迎えた大会です。

ルジニキ・スタジアムをスタートした先頭集団は暑さと勝負を意識してか最初の5kmは非常に遅い出だしとなりました。冬場の速いマラソンを得意とするアフリカ勢にとって非常に判断が難しいレースとなったわけですが、中本選手にとっては「快適な暑さ」と「速すぎない」展開です。

世界陸上テグ、ロンドンオリンピックでは、早い段階で先頭から遅れ、その後追い上げという展開でしたが、今回は「攻めの走り」でメダルを射程圏内に捉えるレースです。

30キロ付近までは常に先頭集団の中で10位前後の絶好の位置をキープし、時には先頭に肩を並べるなど、落ち着きと風格のある走りを見せ、我々を興奮させてくれました。その後、一旦7位まで順位を落としましたが、得意の粘りを見せ35.5キロで再び先頭に追いつくなど、見せ場も十分です。

最後は自力の差でメダルにあと一歩の5位となりましたが、中本選手にとって完璧なレースを我々に見せてくれました。タイムも2時間10分50秒と、日本が夏場に出場した世界レベルの大会で最高の記録です。

### 復活、マラソン王国日本

アフリカ勢を中心とする冬場の「速い」マラソンよりも、タイトルがかかった夏場の「タフ」なマラソンなら、日本男子マラソンも十分に戦えるという足がかりを多くの陸上ファンに見せてくれるような熱い走りでした。

ロンドンオリンピックのゴール直後に「マラソン王国日本を復活させたい」と言って1年、中本選手が確実にその責任を果たしてくれました。