

地元九電工選手として「新しくなった福岡に名を刻む」と意欲

●MGC 出場資格獲得は当たり前

福岡を拠点とする赤崎 暁（九電工・24）が、「2時間08分00秒以内で日本人トップ」を目標に福岡国際マラソン2022に挑む。

MGC 出場資格は日本人1～3位と2時間09分00秒以内、あるいは2試合平均が2時間10分00秒になる2時間10分43秒以内で得られるが、「MGCを取るのは当たり前」と考えている。

「そこを目標にしていたら、本来やらないといけない目標に届きません。2年前の福岡国際マラソンで大塚（祥平・九電工）さんが出した九電工記録（2時間07分38秒）を抜きたいと考えています」

目標を高くしたもう1つの理由は、「2度目のマラソンが大事」と認識しているからだ。初マラソンだった今年2月の別大は2時間09分17秒で7位。初マラソンとしては合格点が付けられた。

その頃、日本陸連の瀬古利彦長距離マラソン強化リーダーが、「初マラソンはよくても2度目が走れない選手が多い」と繰り返し問題提起していた。

「そこは自分も気になっていたので、2回目的大事だと意識しています。別大に優勝した西山 雄介（トヨタ自動車）選手は、2度目の世界陸上オレゴンでも素晴らしい走り（13位。2時間08分35秒の世界陸上日本人最速タイム）をしていました。自分も2度目のマラソンで自己ベストを更新する走りをしたいな、と思っています」

その走りができれば「新しくなった福岡国際マラソンの歴史に名を刻む」ことも可能になる。地元・赤崎のモチベーションが上がっている。

●初マラソンとその後のトレーニング

初マラソンは入社2シーズン目、今年2月の別大を選んだ。1km3分00秒ペースの集団にしっかり加わっていた。だが30km過ぎに仕掛けた選手に即座に反応して、そこで力を使ってしまった。

結局35kmでは7人の集団に戻ったが、余力のある選手たちは35kmから勝負に出ることができた。赤崎はそこに加われなかったのだ。40kmまでの5kmは16分14秒、最後の2.195kmも7分26秒までペースダウン。2時間9分台に終わった。

「レース展開の拙さもありましたが、最終的には走力が足りなかった」

その後の練習ではジョグを60分だったところを70分に増やしたり、レースがない時期には週200kmを下回らないように走り込んだり、スピード練習のメニューでは「一番キツイところでさらに追い込む」ために、最後の1本を設定より速く走ったりした。

スタミナ重視のトレーニングが多くなったが、トラックでは13分46秒99の自己新をはじめ、5000mで好タイムを続けることができた。その理由に「（動きづくりの）ドリル練習を取り入れたこと」を挙げる。「接地の仕方や、地面からの力の伝わり方」が変わってきた。

その練習を取り入れたのは、今年4月から九電工チームのキャプテンになった舟津彰馬だという。元旦のニューイヤー駅伝1区区間賞選手で、トラックでは1500mで3分40秒を切る日本トップ

レベルのスピードを持つ。「舟津が一番勉強している」と赤崎は信頼を寄せる。

「選手たちが（指示を待つのでなく）しっかり考えて行動しないと強くなれない。チーム内でそう話し合っています」

九電工というチーム自体に、躍進の下地が出来上がっている。

● 2年前の先輩超えを達成できれば

赤崎がマラソンを走りたいと思い始めたのは拓殖大3年時。実業団入りを考え始め、「実業団に行くならマラソンを」という思いが強くなった。それ以前から「トラックよりロードの長い距離の方が走りやすい」と感じていたのだ。

大学4年時にトラックの10000mでも28分27秒90を出し、スピード面でも進境を示した。全日本大学駅伝3区を区間新（区間3位）で走り、将来マラソンでの日本代表もイメージするようになった。大学時代の恩師の言葉にも背中を押されたという。

赤崎自身は熊本県出身ということもあり、沿道から福岡国際マラソンを見たのは20年だけ。九電工の先輩の大塚が、7～8kmで転倒しながらも2時間07分38秒の自己新、九電工記録で2位に入った。大塚は前年の19年9月のMGCで4位に入り、コロナ禍で21年に延期された東京五輪に向け、長い補欠代表期間を送る間に福岡で地力を見せた。

「マイペースな人で競技の真面目な話はほとんどしませんが、努力している姿は一番身近で見て尊敬できる存在です。その大塚さんの記録を、同じコースで抜きたいと思っています」

20km過ぎに勤務する九電工社屋の前を通る。「ここ最近、コロナ禍で応援自粛が続いていましたが、今年は応援していただけそうです」と楽しみにしている。

だが30kmまでは「集団の中で力を使わない」でレースを進める。そして「一番キツイ35km以降で仕掛けがある」とイメージする。初マラソンでは勝負できなかったが、その後の練習で成長を感じられている局面だ。

先輩の大塚は2年前、35km以降を参加選手中最速タイムで走り優勝した選手を追い上げた。赤崎が同じ走りができれば、先輩ができなかった優勝（日本人トップ）を実現させることができるかもしれない。

赤崎暁マラソン全成績

回数	年	月日	大会	順位	日本人	記録
1	2022	2.06	別大	7	7	2.09.17.