

## 2 Strengthening Construction 道程 (みちのり) ▶ マラソン強化策として実業団からの提言

2014年日本実業団陸上競技連合（以下、日本実業団連合）会長に西川晃一郎氏が就任された。同氏は日本陸上界の現状、特にマラソン界の低迷を憂い、その要因について筆者にレポートを求めた。以下が実業団強化副委員長として2015年に西川会長へ送った内容である。

「マラソン界はオリンピック選手でも年収2000万円を超える選手は皆無。一方実業団選手（主に駅伝選手）は高卒1年目でも給料ベースで200万円以上、強化費を含めると500万円は支払われている。トップ選手に薄く、駅伝選手の育成には厚く処遇している現状から、世界に通用する選手の育成は、指導者と選手の『高い志』に委ねるしかないのだろうか。」  
注力すべきは以下の3点と考える。  
①マラソン選考要項が世界に通用する強化とリンクする事（陸連）  
②指導者のプロ化⇒その後選手のプロ化（チーム運営方法の検討：実業団）  
③マラソンレースの新設（記録挑戦）、駅伝実施方法の見直し（区間距離、出場チーム数、予選方法など）  
※2020年にはとても間に合わないが・・・手を付けないとこのままダメになっていくのを待つだけになってしまう気がする。

上述のレポートを受けて、西川会長を中心とするワーキングメンバーが立ち上がり、「東京2020でメインポールに日の丸を掲げる」ことを目標に、まずは男女マラソンの日本記録更新に対して報奨金を出す仕組みを作り上げた。いわゆる「マラソン日本記録樹立に1億円。チームに5000万円」というスキーム「Project EXCEED®」である。その概念は以下の通り。

プロジェクト名“EXCEED”には超える、超越するという意味がある。

ここには、12年前に打ち立てられた男子マラソン2時間6分16秒、9年前に打ち立てられた女子マラソン2時間19分12秒の日本記録を超えるという意味合いをはじめ、通常を取り組みでは超えられないものを超える、既存概念を打破するというような思いと希望が込められている。

本プロジェクトの目指すところは、多くのトップアスリート擁する日本実業団陸上競技連合が、マラソン日本記録を超える複数のスター選手を輩出し、その勢いをもって東京2020時メインスタジアムにマラソンで日の丸を掲げることである。

この活動を通じて、日本陸上界全体の盛り上がりというレガシーを残していきたい。

この取り組みが「Project EXCEED®」である。

参照：Project EXCEED：実業団マラソン特別強化プロジェクト

プロジェクト資金は、日本実業団連合の基金と加盟会社の協賛金によって拠出された。日本記録に「1億円」という金額に賛否両論あったが、陸上界だけでなくスポーツ界はもとよりお茶の間のお話となり、大会ごとに注目されるようになった。

また、選手、コーチは日本記録への挑戦意欲が湧き、大きな動機付けになったことは間違いない。まずはマラソン界に大きな「飴」、ご褒美を用意したのである。

### マラソングランドチャンピオンシップ (以下MGC) 創設

2016年リオデジャネイロオリンピックの長距離・マラソンは惨敗に終わった。成績もさることながら、メダル争いに加わることなく戦えていない結果に、東京オリンピックに向けての希望が見い出せない状況であった。

その打開策として、日本陸連は「マラソン強化特別対策プロジェクト」を立ち上げ、リーダーに瀬古利彦氏を指名。筆者を含む坂口泰、山下佐知子男女マラソン強化コーチがプロジェクトメンバーとなり、2020年に向けての強化がスタートした。

「日本マラソンの復活」を託された瀬古リーダーは、戦える状況にするためには労を厭わない覚悟を我々に示し、まず現状分析を行った。

1990年～2000年代初めまで世界のマラソン界と対等に戦っていた「日本マラソン」が、近年低迷している。男女マラソンの日本記録は、高岡寿成が2002年に樹立した2時間6分16秒、野口みずきが2005年に樹立した2時間19分12秒と、いずれも10年以上更新されていない。

東アフリカ勢の台頭もあるが、日本の長距離界が「駅伝が主」「マラソンが従」となっている現状が要因とも言われている。オリンピック前後のマラソンの記録を分析してみると、オリンピックイヤーは記録の向上および一定レベルの結果を残しているが、それ以外の年は限られたメンバーしかマラソンに取り組んでいない状況にある。

つまり、オリンピック選考に関わる年以外は本格的にマラソンに取り組む選手が少なく、「選考レースのための強化」となり「オリンピックで戦う強化」にはなっていない。

分析をもとにさまざまな議論を重ねた結果、選考レースの形骸化による選手の取り組み意識の低下を招いていることがレベルアップしない要因として挙げられ、選考レースのあり方を見直し、早期に取り組む意識づけと勝負強い選手を選ぶ仕組みづくりが不可欠であるとの結論に達した。

「選考方法の見直し」は日本陸連の事業的観点、大会主催者のこれまでの貢献を踏まえると、納得を得ることは容易ではなかったが、これまでと同じ手法ではオリンピックを戦えないことは共通理解され、従来の選考方法を尊重しつつ「強化」と「選考」が連動する新たな選考システムを構築することで合意が得られた。以下は2017年3月、日本陸連理事会への提言である。



# 東京2020を継承した今後の強化策と陸上の価値向上を目指して

元強化委員長距離・マラソンディレクター  
河野 匡 KAWANO Tadasu

## 1 Start to TOKYO 2020 はじめに

東京2020オリンピック（以下、東京2020）が2021年に無事終了した。開催決定からこれほどまでに変更が生じた大会は、過去になかった。1964年東京大会から56年を経て前回以上の盛り上がり期待し、インフラ整備をはじめとする近未来のオリンピックになるだろうと楽しみにしていたが、最終的には1年延期した上に無観客開催という誰も想像できない結末となった。

陸上界に関わる一人として、2016年リオデジャネイロオリンピックまでは、60歳を迎える自国開催のオリンピックに向けて代表選手を輩出することに頭を巡らせていた。しかし、想いは裏腹に日本陸上競技連盟（以下日本陸連）強化委員会、長距離・マラソンディレクターへの就任要請があり、日本代表強化のマネジメントをする重責を担うことになった。

東京2020までの道のりを『後世に形として残す』という目的

で、改めて強化プロセスを時間軸で整理し、次世代の財産となるように以下の項目に従ってまとめてみたい。

2015年：マラソン強化策として実業団からの提言

2017年：マラソングランドチャンピオンシップ (以下MGC) 創設

2019年：MGC、MGCファイナルチャレンジ

2017年～2020年：さまざまな変更により翻弄され、対応に追われた強化委員会

2020年：新型コロナウイルス世界的感染拡大による開催1年延期

2020～2021年：東京（札幌）オリンピックまでの準備と戦いを振り返って

2021年9月：オリンピックレガシーとして・・・長距離・マラソン強化の未来

東京2020のマラソンでのメダル獲得は、国民のみならず、選手・指導者・チームが総力を挙げて目指す崇高な目標である。そのために日本陸上競技連盟は、育成から選考、さらに選手強化にわたって、最善の体制をとる決意をした。

限られた時間の中で、まず取り組むべきことは何か。その第一歩として、選考のあり方を見直すことを提言する。世界の潮流を見誤ることなく、これまでの選考方法をこの先も踏襲するのか。過去の選考方法の優れたところを生かし、なお時代に即した選考はどうあるべきなのか。

日本陸連では、「すべての競技者が早い段階からマラソンに取り組む手だてを探る」これこそが「今最も重要である」との結論に達した。

そこで提言するのが、今回の新・選考レース案である。

理事会承認を経て2017年8月からMGC（図1）がスタートした。

選考過程、求められる代表選手のイメージ（図2、図3）が明確となり、選手、コーチはオリンピック代表選考レースとなるMGC出場権獲得を目指し、必死に戦うようになった。

MGCは言わば「鞭」である。記録を出せば報奨金が得られる「Project EXCEED®」が「鉛」の役割を果たし、「鉛」と「鞭」が相乗効果となって各大会は期待以上に盛り上がり、記録向上が目に見えて表れてきた。

### MGC、MGCファイナルチャレンジ

2019年9月15日、「MGC」は歴史の残るレースとなった。

MGC出場権を獲得したのは男子34名、女子15名。大会前から特別番組が作られ、当日の沿道には50万人を超える観客が集まった。東京オリンピックとほぼ同じコースが設定されたレースは、男子TBS、女子NHKがコラボし、2局同時生放送というこれまでにない枠組みで日本中に伝えられた。最終的にスタートラインについたのは、10月開催のドーハ世界選手権代表を選出した男女各3名および故障欠場者を除く男子30名、女子10名であった。

上位2名に与えられる代表内定を勝ち取ったのは男子が中村匠吾（富士通）、服部勇馬（トヨタ自動車）、女子が前田穂南（天満屋）、鈴木亜由子（日本郵政グループ）。完走者は男子27名、女子9名。激しい戦いもさることながら、レース終了後に選手とコーチ、プロジェクトメンバー、関係者で開催したフェアウェルパーティーは至極のひと時であった。内定を勝ち取った選手と、敗れた選手の、深く清々しい表情が印象的だった。

代表残り1枠は、MGC 3位もしくはMGCファイナルチャレンジにおいて設定記録を突破した選手が選ばれる選考要項としたが、選手のオリンピック代表に懸ける思いが爆発し、想定以上の盛り上がりとなった。男子はMGC 3位であった大迫傑（ナイキ・オレゴン・プロジェクト）が自身の日本記録（派遣設定記録）を短縮する2時間5分29秒で代表権を獲得。女子は大坂国際女子マラソンで松田瑞生（ダイハツ）が2時間21分47秒で設定記録を突破して優勝。代表決定かと思われたが、一山麻緒（ワコール）が名古屋ウィメンズマラソンでさらにその記録を上回る2時間20分29秒の女子単独レースアジア記録で優勝し、見事代表に決定した。

MGCシリーズは大成功に終わったが、この仕組みは「東京2020」という御旗がなければ生まれなかっただろうと思う。そ

れと同時に、マラソンがいかに国民に愛され、思い入れの強い競技であるかを痛感し、オリンピック本番で活躍しなければならないと感じた次第である。

MGC導入がもたらした成果を挙げると、

- MGC出場権獲得が新たなステータスとして認知
- MGCレースは沿道に50万人以上が駆けつけ、改めて一発選考のおもしろさ、醍醐味が認識された→MGCが流行語大賞にノミネート

- MGCファイナルチャレンジがさらにヒートアップ
- 日本記録は男子がシリーズ期間中3度更新（設楽、大迫2回）
- 一山麻緒が2時間20分29秒の女子単独アジア記録更新
- 男子において記録向上が顕著に表れ、実業団駅伝・箱根駅伝の強化とマラソン強化が連動するようになった。

以上からも、「MGC」が日本マラソン界にとって大きな分岐点になったことは間違いのないと言える。

図1 MGC概要

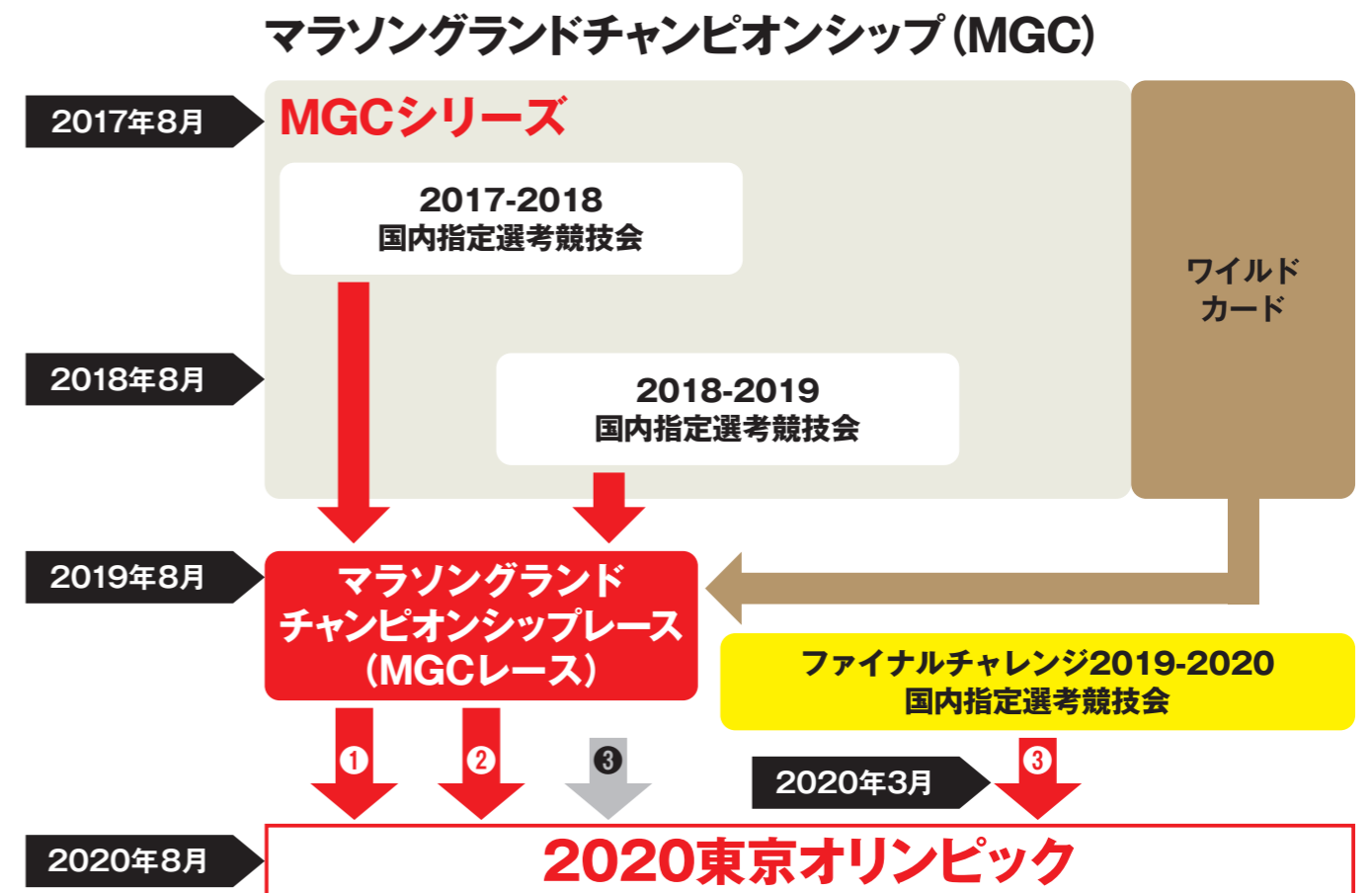


図2 代表選手像

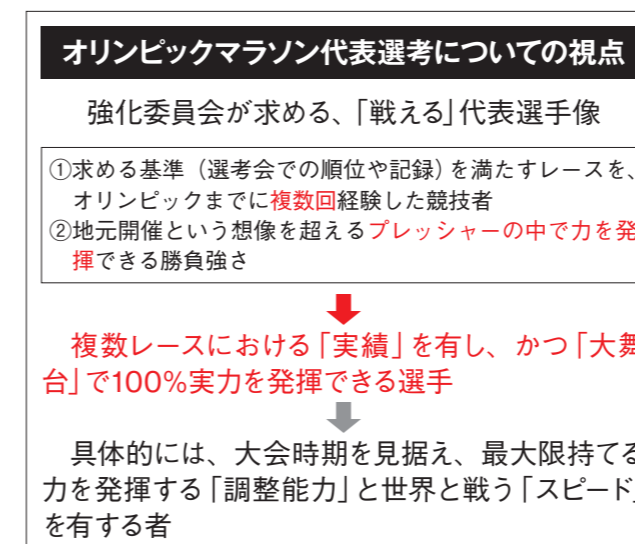
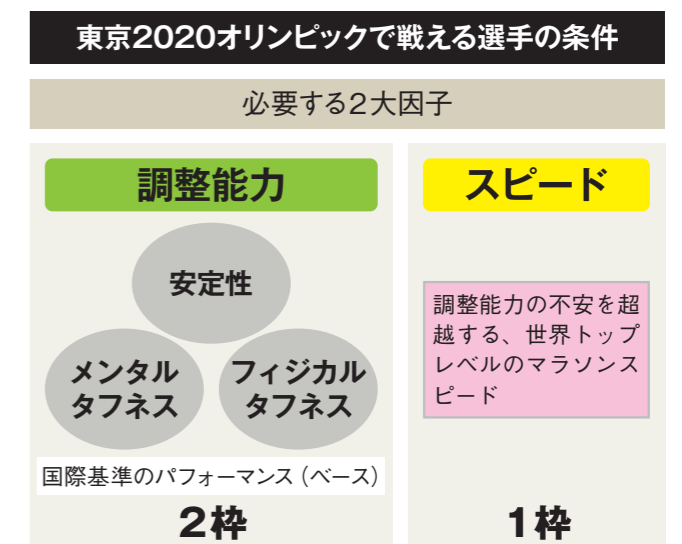


図3 戦える選手の条件



# 3 Responding to repeated changes

## 度重なる変更への対応 ▶2017年~2020年:さまざまな変更 に翻弄され、対応に追われた強化委員会

開催決定から終了まで、陸上競技だけにとどまらず、これほどさまざまな変更がなされたオリンピックは過去になかったであろう。大会規模、予算、開催場所、施設建設計画、人事、エントリールール、競技規則等、数え上げればきりが無い。その中で、長距離、マラソンに関係する変更についての対応をまとめてみた。

- ワールドランキングの導入及び対応・・・参加資格変更
- シューズの進化とルール改正
- マラソン・競歩のみ開催場所が札幌へ変更

オリンピック、世界選手権の参加資格は、これまで標準記録を突破し、選考大会の結果により選ばれるのが通例であったが、国際陸連〔2019年から世界陸連（WA）に名称変更〕は2018年から世界ランキング制度を導入することを2017年11月に決定した。大会レベルに応じた順位ポイントと記録テーブルを用いたポイントを合算し、種目によって必要なパフォーマンスの平均したポイントをランキング化し、参加資格が得られるシステムに変更を行った。

このことにより、オリンピック代表選考における強化戦略の変更を余儀なくされた。ただ単に記録を出すことだけでは意味がなく、大会レベルを考慮しての出場が求められ、それに伴い国際大会への派遣、国内大会の整備などシステムに合致した対策が必要となった。また、そのシステム自体が見切り発車な部

分もあり、2019年に一部制度変更がなされるなど度重なる変更にも苦慮したが、そのような中でも麻場一徳強化委員長を中心に日本陸連事務局と協働し、丁寧に対応していった。

MGC開催が発表されたと同時期に「シューズの革命」とものに評される画期的な長距離専用のシューズがナイキ社から発売された。「厚底シューズ」と称され、ソールにはカーボンプレート装着し、使いこなす選手の記録が飛躍的に向上した。

あまりの記録向上にWAはシューズの厚さに対して規制を打ち出し、トラックレースは25mm、ロードレースは40mm以内と定められ、併せて申請されたシューズのみに使用許可を出し、オーダーメイド（カスタム）のシューズは使用できなくなった。主だった日本選手はオーダーシューズを使用していることもあり、ナイキ社以外を使用している選手にとっては新たにシューズ探しが必要となってその対応に追われた。WAからの情報収集に努め、選手、コーチへの情報共有や大会開催規定の即時変更など出来る限りの迅速な対応を行った。

さらに、何と言っても驚いたのが、2019年のMGCが成功裡に終了し、オリンピックに向けての強化が本格化し始めた時に、マラソン、競歩の開催場所が東京から札幌への変更が決まったことである。この件については、決定までのプロセスに未だ納得していないが、我々の力ではどうしようもなかった。「オリンピックは誰のためにあるのだろうか」と思いながら、代表選手のサポート体制を充実させることに傾注した。

### 2020年:新型コロナウイルス世界的感染拡大による開催1年延期

2019年12月に中国・武漢市から発生したとされる新型コロナウイルスが世界中に感染拡大し、2020年3月に東京2020の開催が1年延期されることが決定された。感染状況からして仕方ないと頭では理解しつつ、開催まで4ヵ月を切った中での延期は我々にとっては戸惑いでしかなく、さらに本当に1年後に開催されるのだろうかという疑念と不安が消え去ることはなかった。

我々スタッフでさえそうなのだから、選手は相当な不安とプレッシャーを背負わされた中での準備になってしまった。今できることを、それぞれの役割に応じて精一杯やることしか方法はなかったが、なぜこんなに何度も変更があるのだろうかと恨めしく思った。

唯一、この間に良かったことを挙げるとしたら「リモート（web）会議の普及」である。これまで関係者が集まって実施していた会議が、感染対策としてリモート会議が主流となり、移動ロスの解消および経費削減につながった。ただ、お陰で30分でも時間があれば会議が設定され、以前より会議の回数が増えたことには閉口した次第である。

大会開催まで本当にいろいろなことが勃発したが、改めてこのメンバーだからこそ乗り切れたと実感しているとともに、高い志を持って臨めたことは誇りである。



### 2020~2021年:東京(札幌)オリンピックまでの準備と戦いを振り返って

東京2020開催延期が決まり、2020年4月~6月末まで緊急事態宣言が発出された。その間、大会はすべて中止となり、トレーニングもままならない状況が続いた。

7月になって感染状況が落ち着き始め、日本陸連はいち早く大会を再開した。練習不足を懸念していたが、選手たちは大会開催に感謝し、鬱積されたエネルギーをレースで爆発させてくれた。

1年延期はつらく、重苦しいものであったが、2020年に開催していたら代表に選ばれなかったと思われる若手が急成長し、トラック種目で世界と戦える選手が続出した。結果としてオリンピックまでに男子10000m、3000mSC、女子1500m、3000m、5000m、10000mで日本記録が更新され、長距離種目すべてに代表選手を送り込むことができた。

筆者がオリンピックで担当した種目の成績は男女マラソン、男子3000mSC、女子1500m、10000mで入賞。メダルには届かなかったが、2016年リオデジャネイロオリンピックの入賞者ゼロからV字回復できたことと評価している。

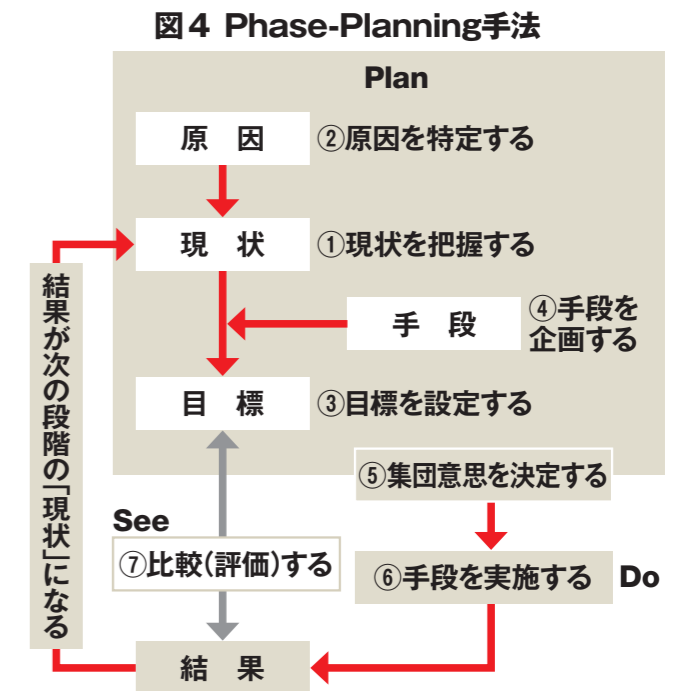
### レガシー(まとめ) 2021年9月:オリンピックレガシーとして…… 長距離・マラソン強化の未来

東京2020までを振り返って、継承すべき具体的なものは正直浮かばない。なぜならば強化策というのはその時々背景、状況によって柔軟に対応する必要があるからである。選手という

「なまもの」相手に、そのコーチとともに世界と戦う気概と可能性を求めて準備していくしかないと思う。プロセスでの正解はなく、すべて結果によって評価される世界なので。

最後に、筆者が5年間に渡るオリンピック強化プロジェクトおよび強化委員会のマネジメントにあたる中で、日本オリンピック委員会（JOC）ナショナルコーチアカデミーで岡本薫氏（政策研究大学院大学教授）から学んだ「Phase-Planning手法」（図4）を念頭においてさまざまな事案に対応したことを紹介する。この手法は、物事を論理的に組み立てて実行していくのに非常に役立ったので、参考にできれば幸いである。

参考）MGC設立にあたってのフェイズ&プランニングは以下の通り。



- ①リオ五輪惨敗（入賞0）
- ②選考形骸化、選手の意識低下
- ③メダル&世界のトップへ
- ④早期取り組みを意識づけ
- ⑤三方一両損
- ⑥MGCの運営と意識づけ
- ⑦選手・コーチの意識変化
- ⑧結果⇒男女入賞、レベルアップ

2016年11月から2021年9月まで濃密な時間を過ごさせていただいた。地元開催のオリンピック強化に深く関わったことは、一生の思い出となった。お世話になったすべての方に感謝申し上げます。

そしてともに戦い、同志である麻場一徳強化委員長、山崎一彦ディレクター、坂口泰男子マラソン強化コーチ、山下佐知子女子マラソンコーチ、綾部健二男子長距離強化コーチ、野口英盛女子強化コーチ、日本陸連事務局メンバーに深く御礼申し上げます。

