

金哲彦さん「リモート参加でリアル別大の応援を」

マラソン・駅伝の解説やプロランニングコーチとして幅広く活躍する金哲彦さん(56) =写真=は10月に「新型コロナ時代のランニング」(KADOKAWA)を出版するなど、コロナ禍のいまだからこそ知っておきたいランニングの健康効果や正しいランニング法などの伝授に力を注いでいる。現役時代には別府大分毎日マラソン大会(大分市・別府市)で3位入賞を果たしている金さん。別大の代替イベントとして実施されるリモートマラソン「別大チャレンジ2021」にエントリーしている、エントリーを検討しているランナーに「リアルの別大を応援する気持ちで参加してほしい」とメッセージを送っている。

【聞き手、出来祥寿】

——金さんは1987年の第36回別大マラソンで2時間12分35秒という自己最高記録で3位入賞を果たしておられます。北九州市出身で高校まで九州で過ごされていますが、別大に対しての思い出や何か特別な思いはありますか

■金さん 私の世代ですと別大は、1978年の第27回大会で宗茂さん(旭化成)が2時間9分5秒6の国内最高記録で日本人として初めて「2時間10分」の壁を破ったレースが印象に残っています。ちょうど私が陸上競技を始めたころだったということもあり、ものすごく強烈な印象が残りました。別大と福岡国際(福岡市)はテレビ中継でよく見ていましたので、いろいろ思い出はありますね。また別大は「新人の登竜門」と言われますが、その意味でも「社会人になって初マラソンに出るなら別大に」と思って別大を目指しました。



——出場されたときの思い出は

■別大に出たのはまだ23歳のときでした。初マラソンに出場したのは早稲田大

1年生のときの東京国際マラソン（東京、2006年に終了）。ただそのときは大学1年で、出ただけというかへろへろになって走っていましたが、「マラソンは長いな」という印象しかなかった。

皇居前を走る金哲彦さん＝東京都千代田区で
2019年8月、宮武祐希撮影



金 哲彦（きん・てつひこ）

1964年、北九州市門司区出身。九州国際大学付属高校（当時は八幡大学付属高校）から早稲田大に進み、競走部に所属。84、85年の箱根駅伝で優勝に貢献した。86年リクルートに入社後、リクルートランニングクラブを創設。現役時代は87年の第36回別府大分毎日マラソンで2時間12分35秒をマークし3位入賞するなど活躍した。92年にクラブのコーチとなり、故・小出義雄監督とともに有森裕子さんら多くのオリンピック選手を指導。2002年にNPO法人ニッポンランナーズを創設し、一般市民ランナーやプロアスリートの指導にあたっている。分かりやすい指導と表現で人気も高く、テレビやラジオのマラソン・駅伝解説者としても活躍中。

でも、別大には社会人になってそれなりにトレーニングして臨んで、周りの期待もありましたし、成績的には悪くなかった。景色がどうだったかまでは覚えていないのですが、現役時代に走ったマラソンの中ではよく走れたといえますか、思い出に残る大会です。東京からの応援もあり、また両親もずっと北九州在住でしたので親戚の人とかと一緒に応援に来てくれていた。別大は沿道を移動して応援しやすいコースですから、両親からも何回も応援の声をかけてもらって、とても思い出深い大会ですね。

——その別大ですが、次回21年2月の大会はコロナ禍の影響を受けて1年延期（2022年2月6日）になりました。他のマラソン大会も中止や延期に伴いリモートマラソンに移行していますが、リモートマラソンに参加する意

義についてはどうお考えですか

■難しいところですね。リモート大会といってもスマートフォンのアプリがあるだけで、結局あとは自分がいつも走っているところを走りますので、大会自体の雰囲気味わうことはできない。ただ、そのリアルの大会が主催しているリ

モートマラソンということで、「リアルの大会を応援したい」というランナーの気持ちを受け止めることができます。また次回にそのリアル大会が無事に開かれたときには、ランナーは大会が1年なくなったというより「あのときはリモートだけど参加していた」という気持ちにもなれます。次回の大会開催に備えておくというのかな、そういう意味合いはあると思います。単なるモチベーションになるというより、その大会自体に皆さんがちゃんと関わっていたんだよ、という証拠みたいなものになると思いますね。

――別大チャレンジについては大会前にTシャツとアスリートビブス（ナンバーカード）を送って、大会期間中にそれを着てもらうことで仲間意識を持って走ってもらいたいという狙いもあります

■市民ランナーの方には、参加資格の3時間30分を切らないと出られない別大に出るは、結構ステータスなんですね。第69回大会など2度出場された京都大iPS細胞研究所（京都市）所長の山中伸弥先生もそうですが、「別大に出るのはすごい」というステータスになっている。

今回のリモート大会では制限時間はないですけど、そのステータスのTシャツを一緒に着られるのはいいアイデアだと思います。ランナーの方がリモート大会参加時に実際にTシャツを着るかどうかは分かりませんが、ただ別大ファンの方は絶対に着ると思いますよ。

――最後に、別大チャレンジにエントリーしている方、エントリーを検討している方へメッセージを

■別大マラソンは、私が社会人として初めて走った思い出深い大会であり、伝統ある大会でもあります。そして、いま多くの市民ランナーにも門戸を開いており、私にとってもずっと続いてほしい大会という思いがあります。今回は「別大チャレンジ」というリモート大会ということですが、リモート大会が次回22年2月のリアル大会につながるように、参加する方にはぜひ別大を応援する気持ちで走っていただきたいですね。



(C)THE MAINICHI NEWSPARERS All right reserved