

## 別大チャレンジ 2021 特別インタビュー

### 橋本峻選手 感謝を胸に「全集中」

大分県出身でGMOインターネットグループ（本社・東京）の橋本峻選手（27）は、2019年2月の第68回別府大分毎日マラソン大会（毎日新聞社など主催）で入賞し、出場権を獲得した東京五輪代表選考競技会「マラソングランドチャンピオンシップ（MGC）」（同年9月、東京）では5位に入って日本代表補欠候補となった。今シーズンは一時、新型コロナウイルス禍で十分な練習ができず試合もなかった経験から、毎日の練習や一試合一試合に向き合う気持ち、集中力の大切さを初めて学んだ。リモートマラソン大会「別大チャレンジ 2021」に参加を予定しているランナーには、「22年2月の次回別大の準備だと思って、楽しんで走ってほしい」とメッセージを送る。

【出来祥寿】



橋本 峻（はしもと りょう）

大分県由布市出身で、1993年9月生まれの27歳。中学時代から陸上を始め、県立大分西高、青山学院大では陸上部に所属。卒業後にGMOインターネットに入社。2019年2月の第69回別府大分毎日マラソン大会で5位（日本人2位）に入り、自己ベストの2時間9分29秒を記録した。同大会で出場権を得たMGCでは2時間12分07秒で5位となり、日本代表候補（補欠）入りを果たした。

#### ■全力を出せない制限下 初の「完全個人練習」

新型コロナウイルスの感染拡大のために4月初旬からチームは完全休止する形となり、5月終盤までの2カ月間は完全に個人練習になった。日本代表候補としての誇りを胸に毎日の練習に臨む一方、新型コロナウイルス感染予防のため、体力を完全に消耗して免疫力を落とすような厳しい練習はしないように花田勝

彦監督から指導を受けていたという。



第68回別大で、5位でフィニッシュする橋本選手

起床後の午前に約1時間半、練習し、平日の午前中はリモートワーク。午後から約3時間半、走り込みや自宅での筋肉トレーニングをこなした。しかし、監督もチームメートもそばにいない環境は「競技人生初めて」。やれることはやっていたつもりだが、練習がうまくできているか手応えがつかめなかったという。

また、全力を出し切ってはいけない練習方法も足かせになった。本来なら30キロ走り込みたいところを20キロに短縮し、速いペースでの1キロ走も、1日10本も15本もこなしたいが、力を9割に抑えて5本のみ。

「僕はきつい練習をしないと調子が上がらないので、この時期は本当に厳しかった」

## ■一試合、一試合を全力で

6月からチーム練習が再び始まり、徐々に陸上のトラック競技も再開された。だがコロナ禍後、初めて臨んだ7月8日のホクレンディスタンス（北海道・深川大会）の五千メートルでは結果が出せず「自分ってすごく甘いんだ」。監督がいて、チームメートと一緒に練習できる当たり前の環境に改めて感謝すると同時に、自分はきちんと全力で練習をやらないといけない、強くなれないと痛感した。

また、コロナ禍の厳しい時期を経て、いつまた大会が中止になるか分からない、実際に出場予定だった大会が中止となった現実を目の当たりにし、大会に臨む意識に変化があったという。「一試合、一試合のすべてで全力を尽くす気持ちの大切さ、一回の練習にかける集中力の大事さを初めて感じた」。学生時代からの座右の銘でもある「一意専心」への原点回帰。練習に臨む意識も変わり、11月4日の早稲田大競技会（東京）では五千円で13分51秒17と4年ぶりに自己ベストを更新した。今シーズン、1万円でも自己ベストはならなかったが28分台の好タイムを2度出すなど「今はとても充実している」と話す。

### ■大分からの応援「力になる」

地元・大分の人たちには「中学生のころからずっと応援していただいて、社会人になって地元を離れても応援し続けてくださり、力になっています」と感謝を述べる。「僕は自分でもう伸びないな、限界だなと思うまでずっと競技を続けていきたいので、今後も応援してくださるとうれしいです」

### ■次回別大への準備として

別大は、県立大分西高陸上部時代からコース歩道をジョギングしたり自転車で走ったりしており、「コースの風景はすべて頭の中に入っている」。初出場した第68回大会では、文字通り地の利と地元の大きな声援を追い風に2時間9分29秒の自己ベストを更新する5位入賞を果たし、MGC出場権を得た。

実は21年の第70回大会に出場予定だったという。「別大は大分ナンバーワンを決める大会でもあり、僕にとっても特別な大会。別大に向けて準備してきた市民ランナーも多く、残念だと思う」

そして、別大チャレンジに出場を予定しているランナーにこう呼びかける。「次回別大70回大会への準備となるいい機会。次回の別大を盛り上げるためにも、みんなで楽しんで走ってほしい」

