

中央発條陸上競技部

Challengers

May
2024 . 5

Vol. 11

■【特集】大会レポート

- ・中部実業団新和薬品
- ・激走の裏側に迫る

中発の新時代へ。

戦い挑み続ける。歴史を変えるために

■【連載】～Another History～

ーシリーズ第3弾ー

橋本 峻

Ryo Hashimoto

覚悟の移籍から早一年

悩み、苦しんだ
昨シーズンからの
復活のシーズンへ

～ Training Photo gallery ～



Playback 10000m

大会1日目。1500mにルーキー内野。
10000mに富田、樋口、町田が出走し
た。気温23℃、風速5m/s。悪条件の中
のスタートとなったが、集団は序盤からハ
イペースでレースが進んだ。

富田は3000m過ぎで外国人選手から
は遅れるものの、中盤以降は日本人トップ
集団でレースを進めた。MGCや日本選手
権に出場するトップ選手たちとの並走、ラ
ストの入賞争いに競り勝つなど確かな成
長を感じさせるレースをみせた。

一方、樋口、町田は苦戦。2000m過ぎ
で第2集団へ。集団から離れてから粘りの
走りをみせるものの、ペースを維持できず
後退し、そのままゴール。悔しいレースと
なったが、今回、ハイペースの展開を経験
できたことは、必ず次回以降のレースに活
きてくるはずだ。

外国人選手への挑戦
ハイペースでも粘り切り
主将の意地をみせる

富田「8位入賞」

2024.5.11

中部実業団対抗陸上競技大会

Day.1



樋口

29'19"80



町田

29'36"14



富田

28'58"03

Playback 5000m

13'40"26

中発歴代2位の好タイム
先頭集団に食らいつき
強さと存在感を見せつける
浅岡「6位入賞」

13'36"81

3週連続レースの最終戦
疲れが残る中での気迫の走り
サイモン「準優勝」

2024.5.12

中部実業団対抗陸上競技大会 // Day.2

Rookie



中発デビュー戦
内野李彗

14'08"19

大会2日目は小雨の降る好条件。
2組に分かれレースが行われた。
まず1組目に浅岡、サイモンが出走。
10000m同様、外国人選手に引っ張られる形で集団はハイペースで進んだ。後方から集団の様子を伺っていた浅岡だったが、レース中盤には、こぼれてくる選手たちを上手くかわす巧みなレース運びでトップ集団へ。サイモンもラストの競り合いで惜敗したがW入賞で存在感をみせてくれた。

2組目には橋本、小野田、内野が出走。
3000m過ぎで橋本、4000m過ぎで内野が集団からこぼれてしまう。内野はラスト1周で盛り返し、14分08秒でゴール。橋本はラストに課題が残るも、復調の兆しがみられるレースとなった。



新加入
小野田

14'46"37

橋本

14'25"44

- Comment -

今回は、前半ケニア選手についていくことを決めて、レースに臨みました。10000mのレースで初めて5分30秒を切るペースで入りましたが、動揺せずにいつもの感覚で走れたことは成長を感じています。ハイペースで前半突っ込んだ分、後半の苦しい部分での我慢ができずに、集団からこぼれてしまったことラスト勝負に課題が残りました。今回のチャレンジして得た経験を大切にして駅伝に繋げていきたいです。



主将

富田 直樹

Naoki Tomita

日本人3位以内を目標に、最低でも28分台で走りたいと思っていました。しかし、先頭集団でレースを進めなければという気持ちが強すぎて焦りが出てしまい、結果的にタイムも順位も到底及ばず、力不足を痛感しました。調子も良く、力が付いてきたことを実感していただけに悔しさが大きいです。ただこれで終わりではないです、次へのスタートはもう切られているのでこれからも継続して練習に取り組んでいきたいと思っています。

副主将

樋口 大介

Daisuke Higuchi



町田 康誠

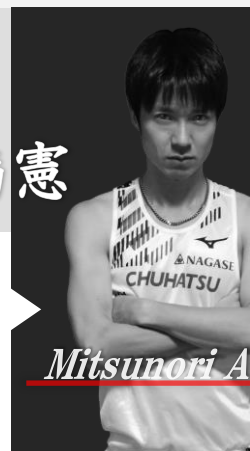
Kosei Machida

当日はレースに集中して走ることだけを考えて臨みました。スタートは上手く集団の流れに乗って走ることができましたが、連戦の疲労感から序盤からペースに余裕がなく、中盤以降きついレースとなりました。先月、脚に違和感があったことで練習が途切れてしまった部分が大きかったです。もう一度基礎的な部分を積み上げてホクレンに合わせていきたいと思っています。

浅岡 満憲

チームとして、富田や町田が春先で記録を出していたのがとても刺激になっていました。後輩たちには負けられない。気持ちはまだまだ若手です(笑)。練習では求めている強度の練習ができていなかったのも、ハイペースの展開は捨てて、中盤から勝負できる準備をしてきました。思った以上に走れたのが正直なところ。次は日本選手権の標準を狙えるようにしていきます！

Mitsunori Asaka



サイディム サイモン

Saidim Simon

2位でゴールできましたが、ラスト50mの競り合いに負けたので、悔しいです。スタッフミーティングで、ラスト400m勝負だと勝ち切るのが難しいので、800~600mで仕掛けるようにアドバイスをもらっていましたが、勇気が足りませんでした。どんな展開でも勝ち切るように、スプリント力をつけていきます。

副主将
橋本 峻

Ryo Hashimoto



今回は14分10秒切りを目標に掲げていました。春先は悔しいレースが続いていて、まず持てる力を全て出し切ることに集中して走りました。結果としては目標を達成できませんでしたが、3400mまでは集団につけたことは1つ練習の成果を形に残せたのでよかったです。これからも諦めず、少しずつ前進して、秋には駅伝でチームに貢献できるよう頑張ります。

復帰明けということもあり、キツイところで我慢して走ることを意識していました。後半、我慢してペースを維持しているつもりでしたが、思っている以上にペースダウンしてしまいました。ラストは振り絞ってスパートできた点は良かったですが、まだまだ筋力不足を感じたので、今後の取り組みで改善していきたいです。



Risei Uchino

新人

内野 李彗

新加入

小野田 勇次

Yuji Onoda



春先から勝負レースとして、目標にしていた大会でしたが、直前の練習で脚を痛めてしまい、走ることができませんでした。練習も順調だっただけに悔しいですが、この経験を次に活かせるように切り替えて頑張りたいと思います。

2日間たくさんの

応援ありがとうございました

穴澤 友崇

Yutaka Anazawa



- Summary -
from the staff

監督

佐藤 雄治

3月から取り組んできた基礎練習とスピード強化の成果が見られました。特に10000mでは畠田がケニア選手に果敢に挑戦し、新たなチームの姿勢を示してくれました。5000mではサイモンが準優勝、浅岡がセカンドベストの走りで見事に6位に入賞し、新人の内野も期待に応える走りを見せてくれました。総合評価として70点を付けるも、さらなる進化を遂げるためには、個々の成長・改善が求められます。次なる大会では、これらの経験を糧に、更なる高みを目指します。引き続き皆様の温かいご声援よろしくお願いいたします。

いつも応援頂きありがとうございます。当日、現地まで足を運んで頂いた方、ライブ配信で応援して頂いた方、皆様のお陰で選手は今、持っている力を発揮する事が出来ました。ありがとうございました。結果として良かった選手、まだ目標に到達していない選手はいましたが今の課題を一つずつクリアしニューイヤー駅伝20位と言うチーム目標に向けチーム一丸となって取り組んで参ります。今後とも応援よろしくお願いいたします。

コーチ

山本 芳弘

Hashimoto

Ryo

橋本 峻

人事総務部
総務室・総務G

2023年入社

(撮影：原口雄二さん)



PROFILE

1993年9月26日生まれ 大分県出身
身長172cm 体重57kg A型
大分西高校 → 青山学院大学
意識していること：プロとしての行動
陸上/駅伝の魅力：表情・迫力
自分の武器：後半ペースを上げる
陸上とは：勝負ができるもの
目標：チームの戦力になる

中発との出会いも「運命」だった

・自己記録

5000m	13分51秒71
10000m	28分35秒37
ハーフマラソン	1時間01分56秒
マラソン	2時間09分12秒

・主な戦績

2016年	防府読売マラソン	優勝
2017年	Gold Coast マラソン	4位
2019年	別府大分マラソン	5位
2019年	MGC	5位

～Another History～



心熱き、中発の「闘将」

プロフィール

「将来はマラソンランナーで成功するぞ!」マラソン好きの父親の影響で、地元歴史ある大会「別府大分毎日マラソン」を幼いころから見てきた橋本少年が、小学生ながら描いた大きな夢。まさに今、その夢を体現している。防府マラソン優勝。MGCに2回出場するなど、マラソンで数々の実績を残してきた。ただここまでの道のりは険しかった。大学は青山学院、実業団はGMO。現在は強豪チームとして有名だが、橋本が入部した当初は、青学は箱根8位、GMOも創部1年目と「強くなる前」のチームだった。チームの変革期という荒波にもまれながら「時代の分岐点」を幾度と乗り越えてきた。ここではそんな橋本の陸上人生を振り返る。

文武両道の学生時代

今や誰もが知る箱根駅伝の強豪校「青山学院大学」出身の橋本。高校もスポーツバリの強豪校出身かと思いきや、実は地元の進学校「大分西高校」に進学した。教師である両親の薦めもあって、陸上も勉強も頑張ろうと進学を決めたのだが、この高校選択が後の運命的な出会いへと繋がった。高校の目標は、5000mでインターハイ出場。「今まで長距離種目でインターハイ出場した人がいませんでした。だからこそ本気で狙いにきました」九州地区は全国的に見てもレベルが高い激戦区。地区予選のスタート前は手が震えるほど緊張したが、見事4位入賞でインターハイの出場権を勝

ち取った。進学校出身の異色のランナーは九州でも名が知られるようになった。

そんな時、ある方がスカウトで九州に。橋本の話が耳に入ると、その経歴が目にとまり、直接会いに来てくれることになった。そう、今や誰もが知るあの名監督。青山学院大学の原晋監督だ。

「急な話だったので驚きました。監督から『君、良い表情してるね。すごいいいよ』と言ってもらったことを今でも覚えています。運命を感じましたし、とても嬉しかったですね。走りや記録について触れられなかったところは不安でしたけど(笑)」

名監督の目には、競技以外にも橋本の光る部分が見えていたのだらう。両親の後押しもあり、青学に進学を決めた。まるでジェットコースターのような波乱万丈の競技人生はこの運命の出会いから始まることとなる。

厳しさを乗り越え、成長へ

大学1年目。当時の青学は箱根で8位と、これからのチームだったこともあり、橋本自身、勝負できる自信を持って入部したが、まず競技以外の部分で苦労したという。当時は、寮生活も厳しかった。寮の仕事に関しては全学年で行うものの、やはり1年生がメイン。食事当番や夜の寮清掃、洗濯などを与えられる役割も多かった。「シソの小さな汚れや洗濯物の畳み方など細かい点まで注意されながらやってました。勉強もしないといけない中で、食事当番やトイレ掃除など夜に仕事がある日もあって、かなり大変でしたね」

看板学部の「国際政治経済学部」に進学した橋本。勉強も難しく、1週間学校もある中で、練習に加えて仕事もある生活は相当タフだっただろう。しかし、大変な日々にしつかり向き合って乗り越えられた経験は、人としても大きく成長できたという。こうした競技以外の経験が、橋本の苦しい時にぐっと我慢できる心の強さをより育ててくれたのかもしれない。

規格外の練習量で進化した夏合宿

青学を卒業して約10年たった今でも原監督から「橋本は大学の時、めちゃくちゃ練習していたよ」という話を聞いた。大学の中でも練習量が多い青学。その中で、原監督が印象に残っているという橋本の練習量。一体どんな練習をしていたのだろうか。競技についても聞いてみた。「一年目は、合宿で距離を踏みました。勉強や仕事で忙しく、普段の走り込みが難しかったので、こそこしかチャンスがないと思っていました。監督にもたくさん

走るように言われていたので、かなり張りましたね(笑)」

夏合宿は選手の中でも練習に対する弱音が出るほど厳しい練習が課せられていた。そんな中、フリーの時間で練習着で外に走りに行く橋本の姿があった。その光景に先輩たちも驚いたという。

「そんなに走ってきつくないの?」と聞かれると「今はきついんですけど、このままでは駅伝走れないんで」と答えた。

高校時は多い時でも月間500キロ。今の橋本からは想像がつかないが、高校では長い距離も苦手意識があったという。そんな自分を変えるため、休養日にも3部練習をするなど、課せられたメニュー以上に練習をこなし、大学では月間1000キロ以上という距離を走りこんだのだ。こうした直向きに努力できる力を兼ね備えているのが、橋本の強さなのだ。

橋本の練習の姿勢は、卒業するまで変わらなかった。今年4月に移籍で新加入した小野田は同じ青学の先輩。当時の橋本についてこう話してくれた。

「橋本さんはめちゃくちゃ走ってましたね。そんな走る!?ってぐらい(笑)」。僕が1年時に同部屋の先輩が橋本さんで、生活の面でもよく助けてもらいました」

4年間で故障や挫折もあった。良い事ばかりではなかったけれど、競技に対する直向きな姿勢はずっと変わらなかった。橋本は誰もが認める「努力の天才」だ。

近いようで遠い箱根駅伝

勝負の世界は残酷だ。周りが認めるほどの努力をしたからといって、主役になれるとは限らない。むしろ日の目を浴びずに4年間を終える選手ばかり。橋本もその一人だった。箱根駅伝に1度も出走できずに卒業しているのだが、なぜ橋本は走ることができなかったのか。その真相についてこう答えてくれた。

「実は1年目、2年目、4年目と3回も

Pick up!

【橋本の夏合宿をフレイバック】

- 大学時代 練習内容の一例 -

1日目	○ 朝練習 集団走 12km	○ 本練習 25km走 25km
2日目	○ 朝練習 集団走 15km	○ 本練習 AM 補強+坂ダッシュ 5km PM 100分ジョグ 20km
3日目	○ 朝練習 集団走 12km	○ 本練習 30km走 30km
4日目	○ 朝練習 集団走 15km	○ 本練習 AM 補強+30分ジョグ 5km PM 1km×10 20km
5日目	○ 朝練習 50分ジョグ 12km	○ 本練習 AM 補強+坂ダッシュ 5km PM 100分ジョグ 22km
6日目	○ 朝練習 集団走 12km	○ 本練習 30km走 30km
7日目 休養日	○ 朝練習 自主練 16km	○ AM PM 自主練習 16km

8月	9月
1	1
2	2
3	3
4	4
5	5
6	6
7	7
8	8
9	9
10	10
11	11
12	12
13	13
14	14
15	15
16	16
17	17
18	18
19	19
20	20
21	21
22	22
23	23
24	24
25	25
26	26
27	27
28	28
29	29
30	30
31	31

週間総走行距離

256 Km

本社工場 * 三好工場
約4往復の距離相当!!



1年目 12月	甲佐10マイルロードレースで好走。箱根メンバー候補となり、9区を想定された。しかし、大会直前の体調不良でメンバーから外れる。	3年目 12月	故障の影響で年間通して練習が積めず、メンバーに絡むことなく箱根を迎える。
2年目 8月	夏合宿で実施された「上りトライアル」でチームトップでゴール。同期で山の神、神野大地さんにも勝った。5区候補の1番手になる。	4年目 前期	トラック種目で4回、自己記録を更新。3年目の不調から復活する。
10月	5区、試走へ。例年の区間5位相当のタイムで走っていたので、出走はほぼ確約された。	11月	前年度、山の神となった神野大地選手が故障が癒えず、5区出走の1番手として準備。前期の好調もキープし、4年間で1番良い状態。
11月	全日本大学駅伝で6区に抜擢される。区間5位と好走。箱根駅伝に向けて弾みになる駅伝デビューを果たした。	12月	神野大地選手が故障から復帰。2週間の調整で、橋本より速いタイムで試走を走る。5区起用が神野選手となり、橋本は補欠に回る。
1月	故障が長引き、3年目に入るまで長期間の離脱。	1月	最後の箱根は5区のサポート。一度も箱根出走できずに学生生活を終えた。

走るチャンスはありました。1年の頃は2週間前に体調不良、2年の頃は11月中旬に故障。出走がほぼ決まっていた状況で自らチャンスを潰して・・・その反省を生かして、4年の最後の箱根前は、4年間で一番いい状態で迎えることができました。しかし、直前に故障から復帰した選手に実力で負けて補欠に回りました。3回とも掴みかけていたチャンスを直前で失ってしまいました。悔しすぎましたね。2年の時は特に落ち込みました。でもそこで投げ出さずに、もう一回、もう一回と前に進めたことがその先の実業団での競技生活に繋がったと思います。これほどまでに陸上の神様は、橋本に試練を与えたのか。想像するだけで心苦しい経験だ。しかし、その挫折を乗り越えたからこそ、のちにマラソンランナーとして日の目を浴びることになったのだろう。

感謝の気持ちで次のステージへ

橋本は幼いころからマラソンで活躍する夢ずっと持ち続けていた。箱根駅伝ももちろんだが、マラソンへの思いは誰よりも強かった。大学での走り込みも将来のマラソンを見据えていたから。しかし、夢の舞台で戦うためには、まず実業団への道に進むことが必要だ。大学4年の5月に実業団に行きたいと原監督に直談判。駅伝の実績がなかったため、初めは断られてしまったが、諦めずに何度もお願いした。橋本のその強い思いと覚悟は、原監督の心を動かした。いくつかチームに掛け合ってくれて、なんとか受け入れ先を見つけてくれたのだ。

「原監督には本当に感謝しています。『いい選手だから。絶対に伸びるから』と実績のなかった僕を後押ししてくれました。GMOを紹介してもらった時、陸上部を創設する時だったので、実績をとっても重視されていました。箱根駅伝も未経験で、正直厳しかったですが、原監督の後押しのおかげで次のステージに進めました。箱根を走ることではできなかったが、目標に向かって、どれだけ地道に泥臭く努力をしてきたか。そんな橋本を原監督はしっかりと見てくれて、評価してくれたのだろう。結果がすべて

恩師が繋げた運命の出会い



ての厳しい世界だが、原監督には実業団で花開く橋本の可能性を見抜いていたのかもしれない。箱根の最後には「4年間大変だったな。本当にありがとう」とねぎらいの言葉をもらったという。

「ここまで頑張ってきて良かったと思います。それと同時に改めて、実業団こそは絶対に結果を残すぞという気持ちになりました」

いよいよ夢の挑戦が始まった。実業団での目標は「マラソンで東京オリンピックに出場する」そのためにまず、13分台、28分台を1年目で絶対に出すとして決めてスタートした。橋本の中で、そのタイムを出すことができればマラソン2時間8分台はいけると踏んでいた。

「今はレベルが上がってしまったけど、当時だと日本代表を狙えるタイムでした。自分にもチャンスは十分にあると思っていました」

さらに橋本にとって追い風だったのは、GMO時代の監督、花田さんとの出会いだ。GMOの前には



【実業団】～GMOでの7年間で時系列で振り返る～

1年目 6月	5000m 13分59秒99で初めて13分台で走る
11月	10000m 初めての28分台
12月	防府読売マラソンで「優勝」2時間11分20秒
2年目 7月	ゴールドコーストラソン 4位 初めての海外レースを2時間10分19秒で走る
3年目 2月	別府大分毎日マラソン 6位 2時間9分29秒でサブ10達成 青学卒で初めてMGC出場権を獲得した。
4年目 7月	10000m 自己記録更新 厳しい暑さの中、28分35秒で走る
9月	東京五輪マラソン代表選考会 MGCで5位。代表補欠になる。残暑の厳しい過酷なレースだった。

4年目 2月	丸亀ハーフマラソンで自己記録 1時間01分56秒で走る。
5年目 11月	5000mで自己記録 13分51分71秒で走る。
1月	ニューイヤー駅伝に初出場 5区 区間22位で走破
6年目 11月	東日本実業団駅伝 4区 区間7位で走破
3月	監督が交代 花田監督から亀鷹監督へ
7年目 12月	防府読売マラソンで3位 2時間9分12秒で自己記録更新 パリ五輪マラソン代表選考会 MGCの出場権を獲得。



マラソンで実力を開花させる

「優勝という確かな実績を手に入れたことが自信になりました」
大学では何度も跳ね返され、表舞台に立てずに悔しい思いばかりしてきた。実業団1年目の12月。とうとう橋本の努力が結果に繋がった。「防府マラソン優勝」2回目のマラソンでいきなり初めてのタイトルを勝ち取ったのだ。

こうしてマラソンランナーとしての大きな一歩を踏み出し、人生が動きはじめた橋本。その後も東京マラソンや海外マラソンにも挑戦。失敗や成功を繰り返す中で、3年目の2月。別府マラソンでこれまで積み上げてきた成果を発揮した。しっかりとした走り込みで後半の失速を克服し、5位入賞。青学卒で初のMGC出場権を獲得した。

「原監督も努力が実ったと喜んでくれました。少しは恩返しできたかな

上武大学で学生を指導。箱根駅伝、初出場から8年連続出場に導いた名将であり、選手時代には日本選手権5000mで優勝するなどの実績を持つ名ランナーでもあった。

「花田監督の出会いが大きかったです。花田監督の指導と原監督のもとで学んだことを上手く掛け合わせられたらもっともっと強くなれるとワクワクしました」

その思い描いていたイメージが見事にはまった。6月に13分59秒99で初めて13分台を出すとその後ほとんどん拍子、13分台を立て続けに出した。11月には10000mでも28分台が出せた。花田監督の下でメキメキと力を伸ばした。そして12月に出場した防府マラソンが橋本の運命を大きく動かし

人生をかけた大一番に挑む

4年目の夏。MGCで東京五輪の代表を本気で狙いに行った。MGC当日は、気温30度を超える過酷な条件。そんな激闘のレースを橋本はこう振り返った。

「勝負はラスト3kとっていきました。冷静な判断でレース後半まで力を貯めることができたので、作戦通りロングスパートを仕掛けましたが、勝ち切ることができませんでした。前の3選手に力の差を見せつけられましたね。全ての力を出し切りましたが、代表の座は掴み取れませんでした」

最大の目標にしていた東京五輪。代表を逃したことは本当に悔しかった。

と思えました。また会社でも声をかけてもらえるようになってとても嬉しかったですね。大学の実績がなかったもので、周りの人たちの見る目は変わりました」

実業団選手なら箱根駅伝に出ているのが当たり前。世間一般的に見たらそう思うのも無理はない。「箱根を走れなかった人」というレッテルを「マラソンの橋本」に自らの力でイメージを書き換えた。努力はすぐには実らないかもしれない。でも諦めずに努力し続けた者には、その先にある大きな成果を掴むことができる。橋本の生き様がそれを証明してくれている。



RESULT

MGC マラソングランドチャンピオンシップ 2019

2019年9月15(日)：東京都内

順位	出場選手	記録	5k	10k	15k	20k	25k	30k	35k	40k	42.195k	備考
1位	中村 匠吾	2:11:28	15:58	31:37 (15:39)	47:13 (15:36)	1:02:00 (14:47)	1:17:23 (15:23)	1:33:00 (15:37)	1:49:12 (16:12)	2:05:10 (15:58)	2:11:28 (6:18)	東京五輪 マラソン代表
2位	服部 勇馬	2:11:36	15:57	31:37 (15:40)	47:12 (15:35)	1:02:00 (14:48)	1:17:21 (15:21)	1:33:00 (15:39)	1:49:12 (16:12)	2:05:14 (16:02)	2:11:36 (6:22)	東京五輪 マラソン代表
3位	大迫 傑	2:11:41	15:57	31:37 (15:40)	47:12 (15:35)	1:02:00 (14:48)	1:17:22 (15:22)	1:33:00 (15:38)	1:49:12 (16:12)	2:05:15 (16:03)	2:11:41 (6:26)	東京五輪 マラソン代表
4位	大塚 祥平	2:11:58	15:59	31:38 (15:39)	47:18 (15:40)	1:02:25 (15:07)	1:17:31 (15:06)	1:33:00 (15:29)	1:49:12 (16:12)	2:05:21 (16:09)	2:11:58 (6:37)	東京五輪 マラソン代表 補欠
5位	橋本 峻	2:12:07	15:58	31:38 (15:40)	47:17 (15:39)	1:02:23 (15:06)	1:17:32 (15:09)	1:33:00 (15:28)	1:49:13 (16:13)	2:05:22 (16:09)	2:12:07 (6:45)	東京五輪 マラソン代表 補欠

「入社時の目標が東京五輪だったので、5位という順位に対して、堂々と振舞えない自分がいました。でも社長や会社の皆さんもたくさん応援してくれて、5位という順位でもすごく喜んでくれて、頑張ってたんだと心の底から思いました」

結果だけではない。MGCで見せてくれた橋本の走りに多くの人が勇気づけられた。心を動かす走りができる。泥臭く努力し続けてきた背景があるからこそ、橋本の走りに多くの人が魅了されたのだ。

覚悟の移籍と新たな挑戦

橋本の好きな言葉「運命」。まさにこれまで運命的な出会いが橋本の陸上人生を大きく動かしてきた。そして2022年の夏に、その運命が再び訪れたのだ。佐藤監督との出会いだ。「亀鷹監督がGMOに来たことや色々なタイミングが重なって、中央発條を紹介してもらいました。佐藤監督からの『橋本の経験とマインドをチームに浸透させてほしい。そして一緒に中発の歴史を動かそう』という熱い言葉で心を動かされました。これは自分自身をさらに進化させるチャンスだと思って移籍を決めました」

今までは自分自身の競技とひたすら向き合ってきた。しかし、中発では競技の期待とチーム作りでの期待。大きなタスクが1つ加わった。新たな挑戦となった移籍に覚悟を持って挑んだ。

まずはチームを変えるために積極的に選手たちとコミュニケーションをとった。その姿にチームメイトの樋口もこう話す。

「橋本さんは、僕がまだ経験できていない世界で戦ってきました。そういった実体験やトップ選手の取り組みなどの話をよくしてくれるので、すごく刺激を受けますし、とても参考になりますね」

樋口の目標もMGC出場。大きな舞台を漠然ではなく、イメージできるものとして捉えられるのは、橋本の影響が大きい。チームが目指すレベルも自然と高まり、チームの意識改革は少しずつ進んでいった。

チーム中発にかける熱い思い

その一方で、橋本自身の競技の方は伸び悩んでしまった。期待されたMGCでも爪



痕を残すことができなかった。

「昨年は期待されたことをうまく両立することができませんでした。自分の不器用さが情けないです。でも昨年の失敗から、今年はチームのために全力を注いでいます。もう迷いはないです。副主将の責任を今年こそ果たせるように覚悟を持って取り組んでいます。まだ移籍して1年ですが、中発での思い出はすごく濃いです。みんなで工夫しながらみんなで乗り越える。僕はそんなチーム中発が好きです。だからこそ今年の駅伝は、全員で目標を達成したいと思っています」

橋本の全ベクトルがチームに向かった2024年。まだ始まったばかりだが、スタートは順調にきている。主将の富田も橋本の存在が大きいという。

「普段はもちろん、選手間でもミーティングをする時は、率先してサポートしてくれて本当に助かっています。橋本さんがいることで自分も迷わず、チームを引っ張れていると思います」

富田の好調の裏には、橋本の支えがあるのかもしれない。

最後に橋本から意気込みが、

「今年はニューイヤーク伝だけを考えて、これまでの全てをこのチームに注ぎます。練習でも生活でも責任を持ってチームを引っ張っていきたいです。MGCの時のように、社員の皆さんに喜んでもらえる1年にできるように全力で頑張ります」

中発の運命を変えられるのは橋本しかない。橋本はそう思わせてくれる心熱き中発の闘将なのだ。

【橋本峻 1日タイムスケジュール】

5:00	起床
5:10-5:50	準備、ストレッチ(1日で1番丁寧に)
5:50	寮出発 → 3km離れた大高緑地へ走って移動
6:15	大高緑地公園 13km集団走 (アップとダウンでtotal18km)
7:30	帰寮 → シャワー、ストレッチ
8:00	朝食
9:00	出社→本社
9:30-14:30	勤務 (人事総務部 総務Gの一員として働く)
14:50	帰寮
15:10	ストレッチ、アップ
16:00	本練習 (16K走 1000m×10 など)
17:30-18:20	帰寮し、筋力トレーニング。その後にシャワーへ
18:30	夕食、サプリメント摂取 (ボディメンテゼリー、酪酸菌)
19:30	動画見ながらストレッチ
20:20	長風呂や足のケア (足つぼや超音波、オイルマッサージ、ストレッチボール、バランスボールなどで行う)
21:00	練習日誌 寝る準備
21:50	就寝



【Q&A】

- Q 中発に来てから一度も体調不良になっていませんが、体調管理でいつも心がけていることは何ですか？
- A 外出中はマスク、寮では換気や手洗い、うがいは必ずやります。手洗い、うがいは毎日10回以上しますね(笑)。やる事は徹底的にやろうと心がけています。
- 食事面では、夕食後にR1を飲んでます。免疫力が落ちないように気を使っていますね。あと納豆をめちゃくちゃ混ぜてから食べるようにしています。「ねばねばが白くなるまで混ぜると腸内環境を整える成分が出る」と聞いてからずっと実践しています。皆さんもぜひ試してもらいたいですね。
- Q プライベートについて、休日はどう過ごしていますか？
- A 休日というより、治療日という感覚ですね。練習や補強もいつも通り行います。その後、治療に行くという流れが多いです。たまに治療終わりにカフェに行ったり、友人とご飯を食べたりして、リフレッシュしています。今は陸上が最優先なので、休日のルーティーンは崩れたくありませんが、引退したらいつでもどこでも行きたいですね(笑)。
- Q 最後に、橋本選手の宝物は何ですか？
- A 「競技を通じての出会い」ですね。陸上を続けてきたからこそ、僕にとって大切な出会いがたくさんありました。その多くの出会いのおかげで、成長することができ、今の自分があると思っています。これから人との出会いとその「運命」を大切にしていきたいと思っています。



CHUHATSU 2024.05
~ Photo gallery ~

