

# Challengers

中央発條陸上競技部

2020.11

Vol.4

## 中発陸上部2.0



### 中部実業団駅伝特集

11月15日[日]9:00号砲

[特別対談]

亀鷹律良監督 × 坂田昌駿(技術管理部)

[特別企画]

中発陸上部～古今の襷～

23年ぶりにニューイヤー駅伝出場(2013年)

OB 水越大輔(IT企画部)

取材・文

堀正人(総務室)

編集

佐藤雄治

## PROFILE

亀鷹律良(かめたかただよし)

1962年3月3日生まれ

出身：岡山県

尊敬する人：瀬戸内寂聴

好きな言葉：一隅を照らす

趣味：散歩

### ■選手歴

1980年 旭化成陸上部

### ■指導歴

1991年 芙蓉 陸上部 監督

1997年 トヨタ紡織陸上部 監督

2012年 NTN 陸上部 監督

2017年 キヤノン陸上部 監督

2018年 中央発條陸競部監督就任

# 特 別 対 談

## 監督 亀鷹律良 × 主将 坂田昌駿

～ 中部実業団駅伝 11月15日[日] に向けて～

## PROFILE

坂田昌駿(さかたまさとし)

1994年8月17日生まれ。三重県出身。

伊賀白鳳高校-法政大学。

尊敬する選手：高橋尚子

好きな言葉：無我夢中

趣味：ドライブ

### ■主な戦績

2016年 箱根駅伝7区 16位

2017年 箱根駅伝3区 11位

2017年 中部実業団対抗駅伝 1区 5位

2018年 ニューイヤー駅伝 1区 35位

2019年 ニューイヤー駅伝 3区 35位

2020年 ニューイヤー駅伝 1区 15位



# レースでの悔しかった思いが、 今に繋がっています。

▲中部実業団選手権10000mで中発記録を更新した坂田(128)と三輪(132)

19月26日の中京大記録会では5000mの中発記録を、10月9日の中部実業団選手権の10000mでは中発記録を更新。昨年、今年と大きく記録を伸ばしていますが、坂田選手自身に何か変化はあったのでしょうか？

**坂田** 昨年から亀鷹監督が就任し、それに伴い練習に対する考え方や姿勢は大きく変わったのですが、それに加え、今年は練習の設定ペースが上がリ、質の高いトレーニングを与えられたなか、一つひとつ消化できました。練習でこれだけできるのだから、大会では大きく記録を伸ばせるという感覚はありました。レースペースより速いペースでの練習もしてきたので、レースが速いペースになっても怖くないと思っています。

**亀鷹** 就任して1年半、練習を見てきました。特に就任直後は皆、私の出す練習メニューに対して、こなせるかどうかという部分も含めて疑心暗鬼だったと思います。練習量は多いですし、巷で流行りの練習メニューでもないですし(笑)。私の練習メニューは強くするための練習メニューですから、**坂田** はじめは疑問も多かったです(笑)。ただ、自分が変わるには練習をやるしかない。覚悟を持って取り組んでいました。

**亀鷹** びわ湖マラソンが終わってからは練習を完璧にこなせるようになった。びわ湖からの成長は著しいですね。びわ湖で同じ練習をしてきた吉岡が坂田に先着した事は坂田自身も悔しい思いがあったのだと思います。トラックシーズンで巻き返してやろうという強い思いは感じました。それが相乗効果として、吉岡の中発記録再更新や竹内の成長にも表れています。

**坂田** レースでの悔しかった思いが今に繋がっています。今年は記録を狙うレースだけではなく、順位を狙うレースでも先頭でフィニッシュする事ができました。いろいろな状況に合わせて対応できた事も収穫だと感じています。この練習をしたら必ず結果に繋がるといふのを、僕が示さなければならぬと思っています。チーム全員で亀鷹監督についていくという意識を持っていますね。

**亀鷹** 坂田はレース結果だけではなく、チームをまとめてリーダーシップも執ってくれています。今はチーム内に皆で強くなろうという空気が蔓延しています。指導する側が指導しやすいですね。我々のチームは大学で活躍した強い選手を集めてきているチームではありませぬので、全員が成長する必要があります。全選手、中発で強くなりたいという気持ちを持って日々を過ごしてくれています。



息子たちはやってくれると信じています。

▲夏の御嶽合宿では40km上り走を実施。ゴールする雨海選手(技術管理部)と迎え入れる亀鷹監督

## ■ 中部実業団駅伝成績

| 大会   | 開催年   | 順位   |
|------|-------|------|
| 第59回 | 2019年 | 7    |
| 第58回 | 2018年 | 7    |
| 第57回 | 2017年 | 6    |
| 第56回 | 2016年 | 7    |
| 第55回 | 2015年 | 6    |
| 第54回 | 2014年 | 6    |
| 第53回 | 2013年 | 途中棄権 |
| 第52回 | 2012年 | 6    |
| 第51回 | 2011年 | 出場せず |
| 第50回 | 2010年 | 9    |
| 第49回 | 2009年 | 10   |
| 第48回 | 2008年 | 9    |
| 第47回 | 2007年 | 10   |
| 第46回 | 2006年 | 9    |
| 第45回 | 2005年 | 10   |
| 第44回 | 2004年 | 9    |
| 第43回 | 2003年 | 10   |
| 第42回 | 2002年 | 9    |
| 第41回 | 2001年 | 10   |
| 第40回 | 2000年 | 11   |

■ 中部実業団駅伝(11月15日)が近づいてきました。今年は参加9チームに対して与えられる本戦(ニューイヤースタート)出場への切符は6枚。ここ20年で最高順位は6位。過去20回のうち16回は7位以下の成績です。現在のチーム状況を教えてください。

**亀鷹** どのチームも必死に走っているので簡単なレースにはなりません。楽しみにしていってください。昨年と比較して確実にチーム力は上がっています。チームの平均タイムはもちろんですが、タイムだけでない、選手個々に強さが備わってきました。昨年は「ただ出場しただけのチーム」でしたが、今年はニューイヤースタートである程度戦えるチームだと感じています。4月から、ニューイヤースタート15位以内を目標に準備してきました。以前指揮を執っていたチームで8位になった時より、今のチームの方が強いです。本戦で15位以内に入れる手応えはあります。

**坂田** ほぼ全員の選手が自己ベストを出しています。自己ベストに届いていない選手も着実に力をつけていますし、状態もあげてきています。一年間、ニューイヤースタートで戦うために全員で練習を積み重ねてきました。僕は今のチームで結果を出したいですし、掴み取りたい。その為にも、中部実業団駅伝では、今まで勝てていなかったチームに臆することなく挑戦し、結果を出したい。ニューイヤースタートに繋がるレースをしたいですね。

**亀鷹** 9月、10月とトラックレースでタイムを伸ばしていますが、我々の練習はトラックレースのタイムを伸ばす練習ではない。皆、やる事をやれば強くなれる事を証明してくれました。全員で厳しい練習を乗り越えてきてくれました。息子たちはやってくれると信じています。



# 中発らしい粘り強い走りで 3位以内を目指す。

「チーム状況はとても良さそうです  
ね。中部実業団駅伝に向けて坂田選  
手の役割や強み、チームとしての目  
標を教えてください」

**坂田** 僕はタイムを持っていますし、  
チームのエースとして前半区間を担  
わなければならぬと思っています。  
そして、それを想定して、4月から  
色々なシチュエーションを意識して  
レースや練習を取り組んできました。  
しっかりと前の選手についていきたい。  
ラストでリミッターを外せるのが僕  
の強み。フォームが崩れても速く走  
れた方が勝ちなので(笑)

**亀鷹** 走りが良くなった。去年と今  
年では全然違う。ワンランク上の走  
りになった。速いペースで走ってい  
てもラストで切り替えができるよう  
になった。

**坂田** ラストスパートで引き離し、  
後続の選手に勢いをつけれるような  
走りをしたいです。チーム全体とし  
ても、10000m 28分台が5人  
揃いました。他の選手も自己ベスト  
を更新するなど、着実にチームの底  
上げは出来てきています。中部実業  
団駅伝では中発らしい粘り強い走り  
で3位以内を目指し、挑みたい です。

「監督から見た今のチームの特徴や  
強み、そして中部実業団駅伝の目標  
や意気込みを教えてください」

**亀鷹** 中発の選手たちは全員が前向  
きで、とにかくチャレンジしようと  
いう気持ちでトレーニングの中から

見えます。それが、自己記録の連発  
に繋がっているように思いますし、  
チームの強みです。

今年は6チームしか本戦のニューイ  
ヤー駅伝に出場できません(昨年の  
出場権は7チーム)。熾烈な争いにな  
ると思います。その中で、我々は  
3位以内で通過して、ニューイヤー  
駅伝で皆さまの期待に応える走りを  
したい。全力で中部実業団駅伝を  
戦ってきます。

「最後に従業員や応援してくださる  
方々に向けて一言お願いします」

**亀鷹** 選手たちが頑張れる源は従業  
員の方をはじめ、皆様からの熱い応  
援です。私たちは、従業員の皆様や  
応援してくださる全ての方々と一緒に  
なって駅伝を戦いたいし、チャレ  
ンジしたい。中発をもう一度、全国  
区のメジャーなチームにしたい。応  
援よろしく願います。そして、  
中部実業団駅伝を共に戦いましょう。  
行くぜ、中発!!!



# 第 6 0 回 中 部 実 業 団 対 抗 駅 伝

1 1 月 1 5 日 [ 日 ] AM 9 : 0 0 号 砲



**吉岡 幸輝**

品質保証部

去年は思うような走りが出来ず悔しい思いをした。今年では自分が貯金を作り、チームに貢献したい。



**三輪 晋大郎**

人事総務部

どういう状況でも自分らしい走りをして、チームの勢いを加速させるような走りをしたい。



**竹内 颯**

三好工場生産管理部

チームの流れを止めない走りをしたい。本戦の出場権を獲得するだけではなく、勝負の駅伝をする。



**矢嶋 謙悟**

技術管理部

この一年間で蓄えた力を余すことなく発揮し、チームの目標達成に貢献する。



**小川 和也**

品質保証部

去年は中部、ニューイヤ駅伝共に順位を落とした。今年では順位を上げる走りでご貢献したい。



**雨海 智大**

技術管理部

怪我の影響で走る事はできないと思いますが、チームに勢いをつけれるようサポートしたい。



**JAMES RUNGARU**

人事総務部

今年のチームはとても良いチームです。練習もしっかりできている。皆で栄光を掴み取りたい。



**SAIDIM SIMON**

人事総務部

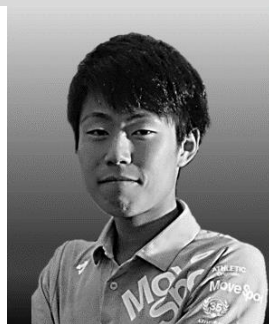
調子は良いです。区間賞を獲れるような積極的な走りをしたい。頑張ります。



**冨田 直樹**

本社工場工務部

任された区間で区間3位以内を目指し、チームの目標達成に貢献できる走りをしたい。



**原嶋 湊**

人事総務部

中央発條のチームワークの良さと強さを体現できるよう、自分の役割を全力で尽くしたい。

# 古今の櫓

～今への道を築いたレジェンドたち～

水越 大輔 IT企画部

## 23年間閉ざされた、 ニューイヤー駅伝の扉。 2013年、再び動く。

全日本実業団駅伝第1回大会、そこに中央発條の姿はあった。第3回大会では4位、第4回大会では6位と、実業団駅伝黎明期を彩った。

しかし、出場チームの増加に伴い苦戦が強いられるように。

1990年、扉が閉ざされる。

今回は、その重たい扉を23年ぶりに動かす原動力となった水越大輔さんの“当時”と“今”の活躍に迫る。



### ■ 23年ぶりとなるニューイヤー駅伝出場を決めた中部実業団駅伝の成績

第52回中部・第42回北陸実業団対抗駅伝競走大会結果

伊良湖クリスタルポルト ～ たはらはなとき通り

平成24年11月18日(日)

【中部実業団】

総距離：85.7 km

〔線：線り上げ -：棄権〕

|    |    | 上段：区間順位・記録<br>下段：経過順位・記録  | 大会記録<br>記録なし | 区間記録                                 | 記録なし                                       | 区間記録                                    | 記録なし                                     | 区間記録                                     | 記録なし                                     | 区間記録                                     | 記録なし          | 区間記録          | 記録なし           | 区間記録           | 記録なし           | 区間記録           | 記録なし           |
|----|----|---------------------------|--------------|--------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| 順位 | No | チーム                       | タイム          | 1区<br>11.2 km                        | 2区<br>8.3 km                               | 3区<br>10.0 km                           | 4区<br>17.4 km                            | 5区<br>11.9 km                            | 6区<br>13.3 km                            | 7区<br>13.6 km                            | 8区<br>13.6 km | 9区<br>13.6 km | 10区<br>13.6 km | 11区<br>13.6 km | 12区<br>13.6 km | 13区<br>13.6 km | 14区<br>13.6 km |
| 1  | 2  | トヨタ紡織<br>(愛知)             | 4' 18' 22"   | 塩田 好彬<br>(2) 34' 20"<br>(2) 34' 20"  | ミカ ジェル<br>(4) 22' 52"<br>(2) 57' 12"       | 椎谷 智広<br>(1) 28' 54"<br>(1) 1' 26' 06"  | 山本 芳弘<br>(1) 52' 42"<br>(1) 2' 18' 48"   | 柴田 尚輝<br>(2) 36' 50"<br>(1) 2' 55' 38"   | 白柳 智也<br>(3) 41' 12"<br>(1) 3' 36' 50"   | 田口 裕弥<br>(3) 41' 32"<br>(1) 4' 18' 22"   |               |               |                |                |                |                |                |
| 2  | 1  | トヨタ自動車A<br>(愛知)           | 4' 18' 51"   | 大石 港与<br>(2) 34' 20"<br>(2) 34' 20"  | ジョン ツォー<br>(5) 22' 54"<br>(4) 57' 14"      | 藤本 拓<br>(4) 29' 37"<br>(4) 1' 26' 51"   | 高林 祐介<br>(4) 54' 05"<br>(3) 2' 20' 56"   | 尾田 賢典<br>(1) 36' 25"<br>(3) 2' 57' 21"   | 外丸 和輝<br>(1) 40' 41"<br>(3) 3' 38' 02"   | 井上 翔太<br>(1) 40' 49"<br>(2) 4' 18' 51"   |               |               |                |                |                |                |                |
| 3  | 3  | 愛知製鋼<br>(愛知)              | 4' 18' 59"   | 宮川 尚人<br>(4) 34' 25"<br>(4) 34' 25"  | ワンジュキ ジャコブ<br>(2) 22' 48"<br>(3) 57' 13"   | 安田 昌倫<br>(2) 29' 11"<br>(2) 1' 26' 24"  | 竹下 正人<br>(2) 53' 14"<br>(2) 2' 19' 38"   | 住田 直紀<br>(4) 37' 33"<br>(2) 2' 57' 11"   | 池田 麻保呂<br>(2) 40' 46"<br>(2) 3' 37' 57"  | 石田 康雄<br>(2) 41' 02"<br>(3) 4' 18' 59"   |               |               |                |                |                |                |                |
| 4  | 4  | NTN<br>(三重)               | 4' 24' 07"   | 笹沼 悠司<br>(1) 34' 19"<br>(1) 34' 19"  | エドワード ワウエル<br>(1) 22' 35"<br>(1) 56' 54"   | 吉村 光希<br>(6) 29' 55"<br>(3) 1' 26' 49"  | 梅枝 裕吉<br>(5) 54' 40"<br>(4) 2' 21' 29"   | 田中 貴章<br>(5) 37' 37"<br>(4) 2' 59' 06"   | 山下 直紀<br>(7) 42' 59"<br>(4) 3' 42' 05"   | 山下 洸<br>(5) 42' 02"<br>(4) 4' 24' 07"    |               |               |                |                |                |                |                |
| 5  | 5  | 愛三工業<br>(愛知)              | 4' 24' 29"   | 松越 大輔<br>(7) 34' 56"<br>(7) 34' 56"  | ハトリック ムワカ<br>(3) 22' 51"<br>(6) 57' 47"    | 阿宗 高広<br>(5) 29' 49"<br>(5) 1' 27' 36"  | 鈴木 卓也<br>(6) 54' 49"<br>(5) 2' 22' 25"   | 尾関 誠<br>(6) 37' 43"<br>(5) 3' 00' 08"    | 藤井 輝<br>(4) 41' 58"<br>(5) 3' 42' 06"    | 中元 健二<br>(7) 42' 23"<br>(5) 4' 24' 29"   |               |               |                |                |                |                |                |
| 6  | 9  | 中央発條<br>(愛知)              | 4' 26' 17"   | 長坂 公靖<br>(5) 34' 33"<br>(5) 34' 33"  | アガト ヤシン ハッサン<br>(6) 23' 11"<br>(5) 57' 44" | 坂井 俊介<br>(7) 30' 02"<br>(6) 1' 27' 46"  | 河南 耕二<br>(8) 55' 45"<br>(6) 2' 23' 31"   | 水越 大輔<br>(3) 37' 12"<br>(6) 3' 00' 43"   | 佐藤 大貴<br>(9) 43' 24"<br>(6) 3' 44' 07"   | 前田 貴史<br>(6) 42' 10"<br>(6) 4' 26' 17"   |               |               |                |                |                |                |                |
| 7  | 6  | トーエネック<br>(愛知)            | 4' 26' 23"   | 井上 裕彬<br>(6) 34' 46"<br>(6) 34' 46"  | 中村 智春<br>(9) 25' 11"<br>(7) 59' 57"        | 丸林 祐樹<br>(8) 30' 05"<br>(8) 1' 30' 02"  | 阿部 哲史<br>(3) 53' 58"<br>(7) 2' 24' 00"   | 森 雅也<br>(7) 38' 51"<br>(7) 3' 02' 51"    | 北川 昌史<br>(5) 42' 00"<br>(7) 3' 44' 51"   | 下條 誠士<br>(3) 41' 32"<br>(7) 4' 26' 23"   |               |               |                |                |                |                |                |
| 8  | 10 | 柳河精機<br>(三重)              | 4' 29' 47"   | 川崎 英哉<br>(8) 35' 13"<br>(8) 35' 13"  | 醍醐 大介<br>(8) 24' 59"<br>(8) 1' 00' 12"     | 天野 正治<br>(3) 29' 35"<br>(7) 1' 29' 47"  | 中田 剛司<br>(7) 55' 19"<br>(8) 2' 25' 06"   | 上村 康成<br>(8) 39' 01"<br>(8) 3' 04' 07"   | 三谷 泰之<br>(8) 43' 03"<br>(8) 3' 47' 10"   | 河合 祐介<br>(8) 42' 37"<br>(8) 4' 29' 47"   |               |               |                |                |                |                |                |
| 9  | 7  | 陸上自衛隊富士教導団<br>(静岡)        | 4' 36' 46"   | 平田 英規<br>(9) 36' 13"<br>(9) 36' 13"  | 宮原 徹<br>(7) 24' 53"<br>(9) 1' 01' 06"      | 日向 嘉紀<br>(9) 31' 31"<br>(9) 1' 32' 37"  | 山下 伸一<br>(9) 55' 53"<br>(9) 2' 28' 30"   | 高瀬 裕之<br>(9) 40' 14"<br>(9) 3' 08' 44"   | 平田 繁聡<br>(6) 42' 57"<br>(9) 3' 51' 41"   | 豊後 拓也<br>(9) 45' 05"<br>(9) 4' 36' 46"   |               |               |                |                |                |                |                |
| 10 | 8  | 守山35普連<br>(愛知)            | 4' 47' 18"   | 石田 啓<br>(10) 36' 39"<br>(10) 36' 39" | 幸田 竜治<br>(10) 26' 20"<br>(10) 1' 02' 59"   | 辻 智史<br>(10) 33' 09"<br>(10) 1' 36' 08" | 鍋田 祐樹<br>(10) 59' 01"<br>(10) 2' 35' 09" | 佐野 寛幸<br>(10) 42' 18"<br>(10) 3' 17' 27" | 内村 浩二<br>(10) 44' 15"<br>(10) 4' 01' 42" | 松葉 広司<br>(10) 45' 36"<br>(10) 4' 47' 18" |               |               |                |                |                |                |                |
|    | 11 | トヨタ自動車B<br>(愛知)<br>オープン参加 | -            | -                                    | -                                          | -                                       | -                                        | -                                        | -                                        | -                                        |               |               |                |                |                |                |                |



▲中部実業団駅伝で襷を渡す水越さん(ゼッケン9-3)

水越大輔さんは2008年、箱根駅伝の常連校である大東文化大学から中央発條陸上部に入部。エースとしてチームを牽引し、2013年に23年間閉ざされたニューイヤ駅伝の重い扉を再び開ける原動力となる。

しかし、入部した時はチーム内の意識差に戸惑いを隠せず、思うように走れなかった。

「今まで僕の周囲には意識の高い人しかいなかった。中央発條に入った頃は、選手それぞれの意識にばらつきがあり、正直なところやり辛さを感じる事がありました」

高い意識を求めて、トップ選手達が集う、実業団の選抜合宿に参加。これが転機となる。

「北海道での合宿でした。この合宿を指揮していたのが、現在中発で監督を務める亀鷹監督。当時から厳しい練習でした。この合宿には、マラソンの日本代表だった尾田選手(トヨタ)をはじめ、錚々たるメンバーが参加。きつと、私を見て『誰やねんこいつ』と思っていました。うね(笑)ただ、この合宿で行った40km走で離れる選手や苦しも選手がいる中で私は生き残り、大きな自信になった。

10マイル(16km)では勝負にならないが、長い距離なら負けない。泥臭い練習を取り組めることが私の強みだと気づかせてくれた合宿でした。ニューイヤ駅伝出場が明確な目標になりました」

2012年11月、最大のチャンスが訪れる。ニューイヤ駅伝の常連であった八千代工業が関東に移ったのだ。

「今年はなんとしてもニューイヤ駅伝に出場しなければならぬ」と思いました。自分たちで道を切り拓くのだと。チームも良い雰囲気がありました」

予選当日は荒れた天候となった。5区の水越さんに6位で襷が渡る。後続との差は、29秒。

「台風並みの風が吹く悪いコンディションでした。ただ、私にとって追い風になりました。泥臭い練習を重ねてきましたから」

他チームの選手が苦しむ中、区間3位。後続との差を2分弱に広げ、23年ぶりとなるニューイヤ駅伝出場を決定づけた。この時の会社の盛り上がりは今でも忘れられないという。

「多くの人に声をかけて頂き、職場の方も一緒になって喜んでくれた。僕たちは時間を貰って走っているが、長い間仕事を果たせていなかった。ようやく結果で返すことが出来ました」

引退後は社業でも活躍。現役中も評価が高く、当時の上司の松永さん(現総務室)は「まじめにコツコツと業務に取り組み、色々な仕事为重なった時も優先順位を考えて仕事に向き合っていた」と語る。現在はIT企画部でプログラムを組む。陸上部での経験は仕事でも活かしているという。

「はじめは嫌で仕方なかった。しかし、『陸上部は使えない』とも思われたくなかった。苦しい時は練習の40km走を思い出しました。『練習の方がキツイやん』と思えたら、どんな仕事も乗り越える事が出来た。競技も仕事も自分次第ですね。引退後も自分を活かせる場所があるのは中発の魅力です」

中部実業団駅伝に挑む、現選手達への思いを聞くと、嬉しそうに答えてくれた。

「今の選手達の活躍は、私とは比較にならないぐらい本当に凄い。皆、1秒を削るために練習だけでなく、見えない努力も重ねてきたと思います。今まで通りの走りをして、力を出し切ってほしい。亀鷹監督は駅伝の勝ち方を知っている監督なので、信じていれば必ず結果はついてくる。中央発條陸上部の新しい時代を切り拓いて欲しいです」