回　想

31期　森　　孝弘

昭和58年４月１日

防衛大学校学生を命ずる。防衛大学校入校を命ずる。(学生手当月額57,900円)

これが、私のスタート地点です。以来、防衛大学校学生として陸上競技部に所属し、周囲に多大な迷惑をかけながらも、何とか４年間を過ごすことができたことを、まずは諸先輩方を初め多くの関係者の皆様に31期を代表しましてお礼申し上げたいと思います。

さて、この４年間の思い出を書き記すとなると、中々難しいもので何を書いてよいやら非常に悩んだ次第です。

同期を代表して書くことは、自分自身の思い出だけでは失礼であろうし、はたまた、同期全員の思い出話を書くには私の記憶力が追いつきません。しかし、何も書かないわけにはいかないので、同期へのお礼も込めて思うところをつらつら書き記していきたいと思います。

昭和58年４月入校後、真っ先に私のところに来てくれたのが、中学高校の先輩でもある30期の俵坂さん（陸）でした。当然陸上部に入るんだぞという、半ば脅しとも取れる先輩の訪問に、私はあえなく撃沈し、以後陸上部で４年間を歩んでいくことになった次第です。

最初のうちは、中にホッケー部、空手部という異様な環境の中ひた走ることに少々戸惑いを感じてはいたものの、その内に慣れてくると、陸上部でよかったという安堵感が沸き起こったものです。

また、慣れてくると人間楽をしようと考えるもので、様々な作業員、特に弁当食作業と重なったときは、クラブに行かないでいいようにと、わざとゆっくり作業を行い、「時間切れ！クラブには行けなーい。」と姑息な手段を使ってさぼったものです。誰もが通過した点ではないでしょうか？

私自身、４年間400、1600R、400Hと400を基準にした種目ばかりにしか参加しませんでしたが、よく走れたものだと我ながら思い起こすたびに関心します。

また、１度だけ（多分２年生の頃だったと思いますが）幅飛び、三段飛びで試合に出場した記憶があります。もともとこちらが好きであったのが、何故か中途半端な距離を走ることになっていました。

さて、31期で大活躍をしたのは野田君（陸）ではなかったでしょうか。

彼の練習量とそれに伴っての記録は敬服に値するものであるとともに、31期の誇りですらあるように思えます。(防大10傑をお持ちの方はそれを是非見てください。）当時の彼の800、1500の記録は、すばらしいものでした。しかし、それにもまして、私が学生当時から関心していたことは、どんなにきつい練習量をこなしても、彼に声を掛けると必ず、顔には笑顔（に見えたのですが）が伴っていたということです。「お～い大丈夫か～。」に対する彼の「きついけどさー。」と返してくれた姿は今でも忘れえない、私の記憶の奥底に潜んでいます。

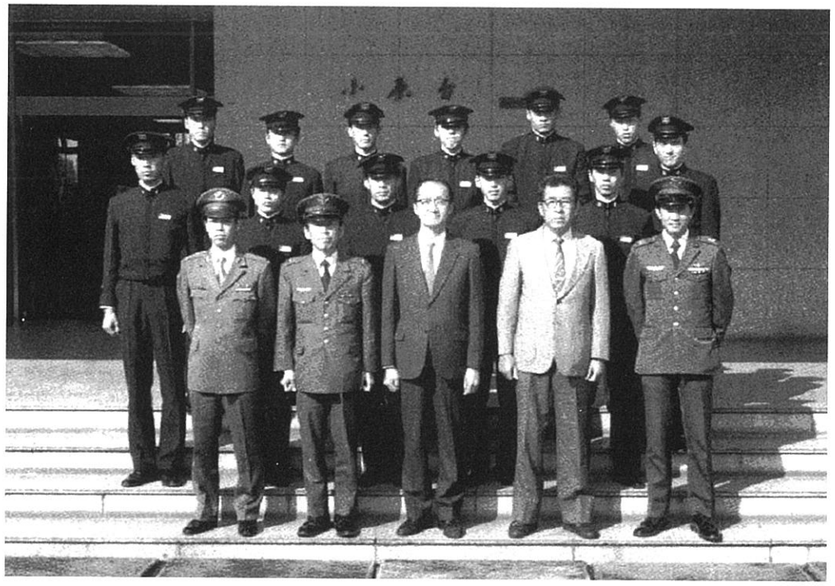
陸上部を通じて学んだことは、指導する立場、指導される立場の両方を経験させてもらい大変感謝していると言うことです。今から考えれば、間違った指導をしたと思うことも沢山あり、はたまた、先輩を困らせたりするなど、行儀のよいほうではなかったことについては、皆さんに深くこの紙面をお借りして陳謝させていただきたいと思います。しかしながら、その経験は私の中では非常に意義のあるもので、卒業後の勤務に大いに役立ったものだと思います。さすがに体力だけは、21歳頃が最高だったようですが、様々な経験は、ピークと言うものが無く永遠に心に残り続け、厳しい勤務に活かされるものであります。

最後になりましたが、防大を卒業し、十数年が経つわけですが、防大10傑から31期を残さず吐き出すような後輩の活躍に大いに期待したいと思います。何となくですが、その時初めて陸上部OBとなれるような気がします。

後輩諸君よろしく頼みます。

(追伸)

最後に時効でしょうから、話しておきたいと思います。私は大の愛煙家です。この始まりは、何を隠そう３年生の春からであり、30期の先輩方にはばれぬようこっそり吸っていたものです。しかし、唯一ただ１人だけ、私の喫煙姿を学生時代見つけてくれた先輩がいます。恐らく、その方は、30期を代表してこの紙面に思い出を書き記しておられることと思います。



長距離パートの伝統「井の中の蛙になるな」

32期　木原　進

最初に、32期陸上部の紹介から。三井高茂先生（部長）、井坂恵裕先生（監督）、木原進（主将、長距離）、西林伸樹（副将兼短距離責任者）、佐々木俊哉（副将兼投てき責任者）、毛利敏郎（長距離責任者）、岡田俊和（棒高跳責任者）、滝口俊治（競歩責任者）、山見英生、木曽雅樹、横川知道（以上短距離）、村上喜良、松永俊彦、諸石正弘、坂本正義、岩田信幸（以上長距離）。

32期の成績（昭和62年度）は、個人では西林が関東インカレ十種競技３位（5819点）、110MH６位（15”86）と孤軍奮闘したものの、関東理工系大会は総合２位と全体的に見れば今一歩という結果であった。

この年の関東インカレではこんなエピソードがあった。1500M予選で、坂本が４’01”88の防大歴代３位（当時）の好タイムを出した時のこと。国立競技場の電光掲示板に映し出された結果は意に反して決勝進出ならず。レースを間近に見ていた私と走った当人はこの結果が信じられず、二人で決勝ブースに駆け込む。が、見せてもらった録画ビデオの映像には確かに100分の数秒差でかわされている姿が。ほんの少し流すのが早すぎたのだろう。気付かなかった敵に最後の最後に逆転を許してしまったのだった。関東インカレ1500Mでの決勝進出となればまさに快挙であったが、今思い出しても非常に残念なレースであった。

さて、私が知り得る29期から31期までの主将は全て短距離パートの出身者であるため、私からは当時の長距離パートのことをまとめて紹介することとしたい。

29期長距離パート責任者、片岡利幸さんの「防大生たるもの、井の中の蛙ではいけない」との強い信念の下、河口湖マラソンに初挑戦したのは、昭和59年（1984年）11月25日のことである。それまでは少なくとも陸上部としてはフルマラソンに参加したことがなかったのであろう、「走跳投歩」にマラソンの項目が追加されたのは、この大会が初めてである。当時１学年（19才）であった私は、このマラソンが初のフルマラソン。まずは３時間を切るのが目標だったが、片岡さんからは「とにかく30kmまでは飛ばすな」との指示、これを忠実に守り設定タイムどおり２時間58分43秒でゴール。初マラソンでサブスリーランナーの仲間入りを果たすことができた。この時の記録が掲載された日刊スポーツ新聞は、今も初マラソンの記念として大事に取ってある。新宿に向かう帰りのバスの座席が非常に狭く、両膝がとても痛かったことを覚えている。

30期の長距離パート責任者は諏訪敏久さん、31期の長距離パート責任者は藤沢勲充さん。二人は今なお「走跳投歩」の防大10傑に名を留めている名ランナーであり良きライバルであった。諏訪さんがパート責任者をされたこの年から長野県と新潟県の県境にある黒姫高原スキー場での夏合宿がスタートした。28期以前に校外合宿が行われていなかったとすれば、この伝統は30期から始まったことになる。黒姫高原のコスモス農園の中を駆け上る坂道ダッシュ、陸上競技場を使っての1000m×10本のインターバル、そして合宿のメインイベント野尻湖１周30kmの野外走。この夏合宿は、防大時代で最も楽しかった思い出の一つである。



現役防大生は、今でも防大10傑の更新を目標に練習に励んでおられることと思うが、当然のことながら、当時は今以上に防大記録が身近な存在であった。しかしながら、その当時はレース機会が非常に少なく、力はあっても公認記録を出すというのはなかなか難しかった。そこで我々32期では、各自の記録更新、モチベーションの向上を図るため、関東学連記録会、神奈川マラソン等々、各種の対外試合や記録会に積極的に参加することにした。



夏合宿　黒姫高原



夏合宿　陸上競技場

この効果は絶大で、かく言う私も日体大記録会10000Mでは、32’43”９の防大歴代５位（当時）の記録を作り、４年間では長距離５種目で防大10傑入りを果たすことができた。

40才を目前に控えた今年３月、佐賀県祐徳ハーフマラソンを１時間13分52秒で走破。今でも現役時代とほとんど変わらない記録で走れるのは、この防大４年間での走りがあってこそである。「井の中の蛙になるな」を胸に走り続けた４年間は、私の一生の宝物である。



防大陸上部で学んだもの

33期　牛嶋　築

防大陸上部50周年おめでとうございます。伝統、そして輝かしい実績のある陸上部において、4年間血と汗を流すことができたことを光栄に思っております。

防大陸上部で学んだことは数多くありますが、卒業後、改めて振り返ってみますと、「自らの限界に挑戦し続けること」及び「仲間との絆」、この二つの大切さを学んだことが、特に人生の役に立っております。

まずは、「自らの限界に挑戦し続けること」ですが、皆さんもご承知のとおり、陸上競技は、競技である以上勝ち負けが伴います。しかしながら、それ以上に、自己との戦いにいかに克つかが重要な意味を持ちます。我々は防大卒業後、それぞれの場において、部下を持つことになります。自衛隊はいざというときのための備えであり、いざというときに、幹部は適切な判断ができなければなりません。そのような意味で、自らの限界を高めること、及び極限状況においても適切な判断ができることは、必要不可欠なことです。陸上部で、毎日同じことを繰り返し、諸先輩に怒鳴られ励まされながら、血と汗を流し、自己の記録を一秒でも一ミリでも破った感動は、今の我々の原点になっていると思います。

次に、「仲間との絆」ですが、この絆の強さは、他大学の陸上部と大きく違うところだと自負しております。防大卒業後も同じ陸上部出身だというだけで（学生時代、どのくら真剣に交友会に取り組んだかは別として・・・）、仲間意識ができます。また、同期であれば、何年も会っていなくても、会った瞬間にいつも会っていたような気持ちで接することができます。ともに楽しみ、苦しみ、時にはケンカした陸上部の仲間は一生の宝物であります。

防大陸上部に所属できたことに感謝するとともに、これからも発展し続けることを祈念しています。









陸上部創立50周年によせて

34期　五十嵐　淳

一般に、陸上競技は個人競技というイメージがあると思いますが、「陸上競技は団体競技である。」と私は考えています。個人より先にチームとしての目標があり、その目標を達成するためにチームの皆が切磋琢磨し、厳しい練習を積むことによって、競技会での勝利や個人の好記録が生まれるものと思います。卓越した選手は、卓越したチームが育てるものです。私は、高校から本格的に陸上を始めましたが、陸上部で一緒に練習した先輩・同期・後輩との絆は学生時代に留まらず、自衛官としての人生の宝となっています。防大陸上部は、名実ともに一流のチームだと確信します。

私の原隊は、秋田第21普通科連隊ですが、一人で赴任する際、なんとなく心細く不安感がありました。その不安な部分を取り除いてくださったのが防大の先輩方であり、防大陸上部の先輩からは、公私にわたり大変お世話になりました。現在まで７回転属していますが、転属先に必ず防大陸上部の先輩・同期・後輩がおり、本当に心強く感じます。

「光陰矢のごとし」とよくいいますが、我々34期が平成２年に防大を卒業してから、既に約15年が経過しています。当時から現在まで「変わらないもの」は、「防大陸上部の絆」であり、防大陸上部での経験や先輩・同期・後輩とのつながりは自衛隊における勤務でも大きなプラスとなっています。防大陸上部の絆を今後も大事にしていくとともに陸上部の今後の益々の活躍・発展のため微力ながら、協力していきたいと思います。



防衛大学校陸上部の思い出

35期　奈良岡　信　一

昭和62年度に入校した35期は、短距離から投擲パートまで約25～30名在籍しておりました。当時の部長は三井先生、監督は井坂先生、顧問として小隊指導教官であった小瀬２陸尉（当時）、渡邊２空尉（当時）であり、防大４年間の陸上部生活においては、陸上競技技術の指導体制が充実していたことは勿論のこと、何でも話せる家庭的な雰囲気があり、また、良き先輩・後輩にも恵まれたこともあり、非常に充実したものであったと今振り返っても思い出せます。

特に印象深かったことは、施設の充実であります。グランドは全天候型で照明も付いており、全く申し分のない練成環境でありました。しかしながら、フィールドは、ホッケー部と共有しており、我々がトラックを走っているとよくホッケーのボールが飛んできて、ボールを気にしながら（時には、ボールに当たりながら）走っていたものです。当時の練成目標は、陸上部全体として関東理工系大会優勝、加えて長距離として箱根駅伝参加であり、皆、土日も惜しまず練習したものですが、結果は惜しくも関東理工系準優勝、箱根駅伝予選敗退でありました。

しかし、練成目標こそ達成できなかったものの、防大４年間の陸上部生活は、じ後の自衛隊生活に大きな自信（体力・精神面）を与えてくれたものと確信しており、また、感謝しています。

最後に、35期陸上部主将に代わり中距離責任者でありました奈良岡３佐が投稿することに対し、この場を借りてお詫び申し上げます。

また、現役防大陸上部学生のご活躍並びにOB各位のご健勝を祈念致します。



36 期 陸 上 部

36期　和 田　　靖

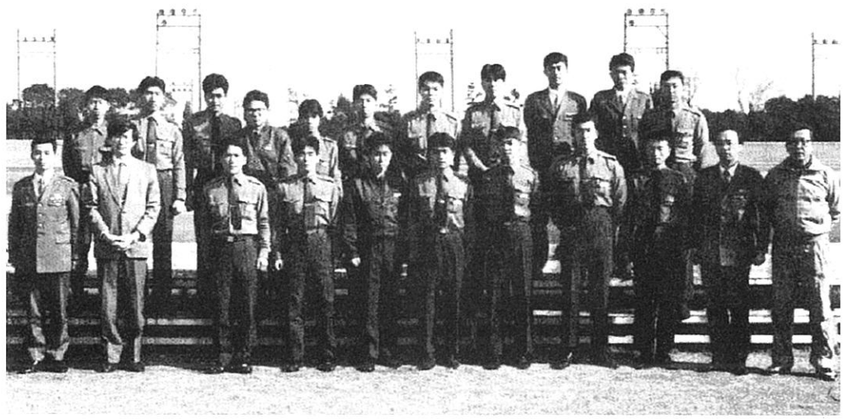
陸上競技部OB各位の皆様におかれましては、益々御壮健にて隊務等に御活躍のことと推察し、お慶び申し上げます。

我々36期が４学年として活動した平成３年度は、新田学生（現海幹校ＣＳ課程）が関東インカレの円盤投げで44m58の記録で２部校優勝を果たし、竹迫学生（現山武ビルシステム勤務）が中央大学記録会の200mで22秒５、私（和田）が関東学生新人選手権大会の3000m障害で９分29秒90の当時の防大記録を樹立し、個人の成績としては良かったものの、防大陸上競技部としては、関東理工系大会で優勝できず、箱根駅伝予選会においても10人目があと数秒で75分以内にゴールできず順位が着かないという残念なものでありました。

当時の思い出としては、井坂部長（当時）にアロエやバニラアイスが良いと薦められみんなでアロエを生で食べたことや、北海道マラソンで女子のトップの後ろを走りテレビに映ったこと、新婚の顧問である小瀬２尉（当時）の官舎にお土産も持たずに伺いご馳走になったことをよく覚えております。

最後に、防大陸上競技部の益々の御発展とOB各位の皆様の御健勝を祈念するとともに、遠くはゴラン高原から日本各地の各分野において元気にやっている36期17名を紹介して終りとします。

短距離	陸上	機械	１大隊責任者	徳永　勝彦
短距離	海上	電気	安全係	青木　　操
短距離	海上	電気	記録係	脇　　博隆
短距離	陸上	機械	短Ｂ責任者	鎌田　良和
短距離	陸上	応物	主務（外）	笹川　豊秀
中距離	陸上	応物	中距離責任者	貴島　康二
長距離	航空	電気	長距離責任者	泉山　正司
競　歩	海上	電気	主務（内）	橘　　太
長距離	陸上	航工	２大隊責任者	志賀　浩介
短距離	陸上	航工	短Ａ責任者	廣　　巌
長距離	陸上	航工	会計係	池田　通隆
長距離	陸上	国関	主　将	和田　　靖
長距離	航空	国関	３大隊責任者	山口　英樹
短距離	海上	応物	副　将	竹迫　雅史
投　擲	海上	国関	副　将	新田　　洋
短距離	陸上	国関	短Ｂ責任者	高下　勝次
投　擲	陸上	機械	投擲責任者	堀　　友昭



我ら37期　青春の回想

37期　藤 本 康 彦

我々37期生は、34期生の指導のもと、小原台の競技場でその活動を開始した。井坂先生や小国先輩を始めとした諸先輩方の指導、支援を受け、35期、36期生の背中を見ながら練習に励んだことを覚えている。当時、先輩方は校友会のみならず、勉学や訓練においても優秀な方々が多く、かつ面倒見もよく、学生舎での生活面でも、よくフォローして頂いた。

個人的には、小学校から高校までサッカーをしていた私にとって、彼ら先輩方の動きは極めて美しく、トラックで、フィールドで、その姿をずっと追っていたように思う。

一方、我が37期においては、(短距離)：美しい走りの泉と伊豆原、タフな坂本、相談役の佐藤、気合いの中里、庶務で奮闘してくれた福田、ハイジャンにも挑戦した児島、華麗なロングジャンパー町中、いい味出してる丸尾、(中距離)：粘りの増田、根性の中路、癒しの友永、(長距離)：強く美しいフォームの渡辺、粘りと気合いの久田、(投擲)：沈黙の超人の西田、ムードメーカーの大宅　等々、「精神面」、「技術面」の両面に渡り素晴らしい面々が、我らの活動を大いに盛り上げてくれた。

合宿においては、一学年時は灼熱の太陽の下、浦賀の坂を、トラックを、ポンド坂を、必死に先輩の背中につ いていった。２年、３年とやがて後輩をリードする様になり、４学年時には合宿全般の動きに気を配り、背中を追われる立場になっていた。真夏の練習後、食欲のない中で、なんとか昼食をかきこみ、練習に臨んだことを今でも鮮明に覚えている。

成績については、防大10傑に見る通り、個人では、短距離の丸尾、中距離の増田、長距離の渡辺、久田、投擲の西田、大宅　等が優れた記録を残すとともに、関東インカレ等の大会においても、入賞を果たした。特に、４学年時においては、38期、39期、40期生の奮闘も相まって、関東理工系大会で総合優勝を勝ち取ることができた。

箱根駅伝予選においては、中、長距離だけでなく、全員で現地に駆けつけ、我が部員の走りに声を嗄らして応援したことを思い出す。予選突破はならなかったが、寒風吹きすさぶ中、一部校にも負けない気迫と走りは、今も胸に焼き付き、伝統に恥じない好成績を残すことができた。

現在、全国の陸、海、空自衛隊、あるいは民間企業等において活躍する諸先輩方、後輩諸君、そして同期の皆に感謝の意とエールを贈るとともに、今後もこの絆を大切にし、いつかまた、元気な姿で再会できることを祈念して、50周年にむけた回想とする。



陸上部創部50周年に想う

38期　中村泰三

陸上にあまりにも熱中しすぎ、防衛大学校卒業後、一体自分は何をしたら良いのか分からなくなったことを思い出します。

今、任官して10年になりますが、あの時の心の空白と言いますか、虚無感と言いますか、それを抱えて生活していたことをまるで昨日の事のように思い起こします。

その虚無感を感じたとき、私は丁度、幹部候補生学校におりました。

陸上部に所属したあの４年間は、正に「青春」でした。部活動の時には勿論、朝起きてから夜寝るまで、いや、夜寝ても陸上のことで頭が一杯でした。歩くときは基本走の歩きに準じて歩き、食事は余分な脂肪や糖分は摂取せず飲酒も控え、体育学教官の所に行っては最新の体育理論の資料を頂き、鉄枠のベッドの天井部には丁度横たわると目の前に理想とする選手の連続写真を飾ってイメージトレーニングをしたものでした。当時、私は単に好きで、陸上をしていました。しかし、それは学年が上がり、立場が変わる度に少しずつ変化していったように思います。同期の皆も、競技に集中する者、体を動かすためだけに来ている者様々でした。しかし、それぞれ役職に就くと、自らの足と時間を皆のために使い、活動の届けの作成や担当指導官との交渉に従事してくれました。

全ての部員が知っているわけではない。でも、決して不満を漏らす事もなく、黙々とそれぞれの仕事をこなしてくれた。私はそんな部員達一人一人にただただ感謝したものでした。

今から想うと、陸上部の活動は、現職務の縮図だったように思います。それぞれの立場でそれぞれが自分の職務に誇りを持って取り組む。当時の私はそんな事を知る由もありませんでしたが、今から思うと当時を微笑ましくさえ思えるほど熱中していました。

陸上は基本的に個人競技のため、サボる事は出来ます。しかし、それは自らの記録となって正直に現れます。また、練習をしたからといって全てが報われるわけではありません。しかし、努力しなければ決して結果は出ません。そんな、誰でも分かっていながら、納得できない現実を多感な学生時代に学ばせてくれた陸上競技とそれを支えて下さった先生方に感謝の念は絶えません。

そして陸上にはもう一つ大切な事がありました。練習メニューで揉め、「練習は合同でやるべきだ。」という声があったときこんな事を言って反論した者がいました。「練習は別々でいいんだ。でも、試合の時には心を一つにしてリレーや駅伝に臨むんだ。それが陸上だ！」誰も反論する者はいませんでした。防大で生活しているととかく形に拘り、本質を見失いがちな私達の目を覚まさせる一言でした。試合の時には、肝心なときには、種目を跨いで力を合わせて記録の達成に挑戦し、苦しみと、喜びと悲しみを共有する心を学ぶことができました。防大を卒業し、陸海空別々の道を歩む私達ですが、事が起こったときには同じ思いで心を一（いつ）にして仕事が出来る心持ちは陸上部OBとしての財産に違いありません。

最後に、志し半ばにして自ら命を絶ってしまった三宅君、いつも明るく、まじめで、陸上部内で揉め事があった時にも「泰三、大丈夫、自信を持ってやれよ。」と言ってくれた三宅君の分も生き抜くことを38期の陸上部の皆でここに誓い、陸上部の益々の発展を祈念するものであります。





「ネイビーシールズ教官」風？

39期　織邊浩之

1　在学間の社会世相

平成３年１月、高校数学の先生が黒板に「U･S Air Force began air bomb attacks!」と英語でスラスラ。湾岸戦争勃発の同年４月小原台へ。それからソ連邦崩壊、卒業前後には阪神淡路大地震と地下鉄サリン事件。衝撃的出来事が次々と。陸上界では、カール・ルイスが９秒86の当時世界新で世界選手権３連覇。防大１年の夏はTVに夢中でした。

2　学業優秀？服務事故皆無？十人十色の部員

(1) 弾丸ロケットスタート（永田・陸）：やや小太り、いや筋肉質！一見重量挙げ選手。若干鹿児島訛り。本職100mを10秒少々で疾走。

(2) 淡々黙々飄々（古賀・陸）：練習ひたむき、口数少。300m過ぎからの粘りが魅力。400m49秒台。専門を800mにすれば和泉に勝てた？夜「酒豪」に変身。酒も「粘り」あり。

(3) 弾丸スタート（西野・陸）：ダッシュ力有り。弾丸風スタート！30m過ぎて・・あら？ロケット噴射が足りない！先ずは禁煙から？

(4) 遅咲きハードラー（織邊・陸）：短距離パート、だがスプリント力低。生きる道を模索、110mHへ！監督のアメムチ指導に「まな板の鯉」状態。

(5) 日本人離れした容姿と走り（山下・海）：身長190？cmのストライド走法で北欧系のスマイル。ヘビーメタルを好む７mジャンパー！一人で砂場を整備する姿は、哀愁。

(6) 縁の下の力持ち（吉弘・空）：一見印度系、中味は関西系、ロシア語堪能な主務。学生課の手強い校友会担当者を見事な「理由付け」で正当化、試合出場枠をサポート！自らも棒高跳に挑戦。本来持つ野生的身体能力を400mHで開花（56秒台）。

(7) えっ？アイルランド？（門倉・空）：「天性のバネ」「魔性の右手」でハンドボール世界選手権へ出場。永田の次に速い！だが、「溜まりバネ」だけでは難あり。ゲレンデではプロスキーヤーに！

(8) 温厚誠実なスプリンター（谷口・空）：腰位置が高い走りは、理想的なフォーム。歯を食いしばってのフィニッシュスタイルが特徴。休日は生活派カメラマンへ。

(9) コツコツ黙々（国島・陸）：Mr「長距離」。3000m障害～マラソンまでこなすマルチ選手。戦績の陰には「絶対的練習量が成果に比例する」という陸上哲学が。

(10) 熱血漢、断行金分隊（新田・陸）：車でいうと「ディーゼル車」。燃費がよく馬力もある。厳冬の中、蒸気をあげて走る。情熱家ギターリスト。

(11) 優しい笑顔が魅力的（中尾・海）：入校当初、長距離陣の徒党についていけず。だが、４年間の試練を経て熟成ランナーへ。彼もまたベースを愛する軽音マン。

(12) すべてにトライ！投擲道一直線（内田・海）：当初砲丸投、次にハンマー・円盤投へ挑戦。遂に槍投選手に。ウエイト重視で見事に（横に）筋力増強。彼の投擲道は「ナゲ槍」ではなかった。断言する！

3　陽陰で支えて頂いた首脳陣

入校当時は井坂部長、在学間に戸部部長就任。小川３陸佐、小國３空佐、渡部１陸尉、畠野１海尉、伊藤２海尉、大塚２陸尉、坂本２空尉、廣野２陸尉、岡部２陸曹が監督・顧問。夕暮れのトラック、「まだいけるぞ～！これから！」とストップウォッチ片手に長距離陣と伴走する坂本２尉、岡部２曹。研究の傍ら、現役と肩を並べて走る大塚２尉。OBアスリーターは健在でした。

4　本当に伝えたかったこと

４年春に伊藤２尉が監督として着任。何故か陸上競技場にサングラス・短パン・竹刀（らしきもの）携行（一見、ネイビーシールズ教官風？）。「スパイク底のピンで、トラック（金鉱）から鉱脈を掘り出す気持ちで走っていた」。これは伊藤監督が日体大時代にオリンピック候補選手（400mH）として、陸上に心魂を傾けていた当時の心境を表した言葉。指導当初「何のために走るの？」「走る意志の無き者はやめろ！」「皆でアップ？必要なし！」「スタート前、敵選手にプレッシャー！」「疲れたら？酒だよ！」など、慣例に溺れず、精神教育から技術・心理面に至るまで包み隠さず手ほどき。科学的手法を主体に日体大式「アメムチ術」（もちろんムチ主体）の練習内容。

週末のネオン街、海軍士官色溢れる「アフター５」指導。

しかし「陸上道を極めた人が見てくれているという安心感」がどこかにあり、その走りに関するノウハウ・情熱・ユーモア（ブラック含む。）に魅了。

卒業後「走跳投歩」で次の一文を発見。「勝つための手法を体感したのでなければ価値がない。それは日本でただ一つ、勝つ方法を学ばなければならない学校だから」。伊藤監督が、防大生に陸上を通じて伝えたかった本質はこれだなと。同期後輩が、より真摯に競技に取り組むようになったのは、Navy Seals風（流）監督のお陰です。





青春の回想　～苦しさと喜びと後悔～

40期　筒渕紀之

在学時代のことを思い返すと毎日の苦しい練習と大会での勝つことの喜び、そして若干の後悔の念が思い出されます。

私が１学年の後半くらいの時期からだったと思いますが、海上自衛隊の制服を着た人が、陸上部の練習を頻繁に見に来られるようになりました。「一体この人は何だろう？」と疑問に思いながらも練習をしていました。

３月定期異動の時期を迎え、その次の日練習に行くと、そこには今まで練習を見に来られていた人がトラックに立っていました。それが陸上部の監督として来られた伊藤監督（日本体育大学で400mH走者、しかもソウルオリンピック候補者？）でした。

それからの練習は、今までのものとは全く異なったものでした。

それまでは、ある程度の知識を基に作成したメニューに基づき、インターバル、レペ、筋トレ等を淡々とこなす毎日でしたが、伊藤監督が来られてからは、「走る」ことに関しての総合的な知識・技能・体力・精神力を向上するための練習内容・要領でした。

まず、「走る」ことの概念に始まり、各人の身体特性に応じたフォーム改善、筋力トレ方法、インターバル及びレペの回数・目標タイムの管理、休養の要領から故障の対処まで、我々が知らなかった知識・要領であり、かつ、これまでの練習とは比較できないほど苦しい練習でした。

極度の乳酸と酸欠で嘔吐する者、故障する者、夜中に腰痛で病院に搬送される者等いろいろ在りましたが、伊藤監督の教え・指導を信じて日々練習に励みました。私が４学年になる頃には、部員の記録も飛躍的に伸び、防大記録（歴代十傑）も次々と更新されるようになり、伊藤（鬼）監督の指導によるものだと実感しました。私としては、主に400mを走っていましたが、後輩の支えもあり関東理工系でのマイルリレーで優勝できたことが一番の喜びとなりました。

改めて防大時代のことを回想すると４年間の全てが陸上部にあったような気がします。

私は練習嫌いで、何らかの理由を付けてさぼったことが多々在りますが、あの時練習していれば、「さらに記録を伸ばせたのではないか」、「もっと充実した防大生活が送れたのではないか」などと後悔することがあります。

もしこれを読まれた防大在学生がいましたら、今一度校友会の意義を考えられ、日々精進していただき、納得のいく防大（陸上部）生活を送り、今後の人生の糧として頂きたいと思います。





平成16年に作成された応援用ののぼり