

陸上競技

監督・選手

江本 悟司さん
(50歳、森岡)



プロフィール

三菱自動車岡崎陸上競技部監督兼選手であり、男子マラソンマスタース陸上道路競技日本記録保持者。2021年の福岡国際マラソンでは、49歳で自己ベスト(2時間19分1秒)を更新。陸上人生38年目のベテラン選手。

「昔から負けず嫌い。『あきらめたくない』という気持ちで、陸上競技を続けてきました」と話すのは、監督兼選手として活躍し、今年の愛知駅伝でも、東浦町チームのメンバーに選ばれている江本悟司さん。

陸上競技を始めたのは中学生のとき。「何をやっても運動は苦手でした(笑)。例えば、短距離走は下位のほうでも、長距離だけは上位に行くことができて、小学校のマラソン大会などは『楽しい!』と思った記憶があります。それが陸上競技を始めたくっかけですね」。

印象的だったのは2021年の「福岡国際マラソン」での出来事だった。「自己ベストを出すという強い気持ちで調整を進めていた大会でした。体の調子もよい状態でも、大会の約1か月前に松葉杖が必要なくらいの捻挫をしてしまったんです。『もう無理だ』とすごくシヨックで…。でも、あきらめなくなかった。どこにか大会に出たいと、今自分が置かれた状況の中で何ができるかを考え、できることを練習し続けました。結果、自己ベストを更新し、それまで2時間20分というタイムを切ることができなかつた自身の記録を塗り替えた。「まさかケガの不安を抱えながら、自己ベ

ストが出るとは思いませんでした。私も驚きましたが、出場者最年長者の自己ベストの更新に、若い方はもっと驚いていると思います。年齢を重ねても結果を出すことができるというところを見せていきたいですね」。

今後の目標を尋ねると「生涯現役!体の衰えを感じることもありませんが、今まで以上に長い距離を走ることができるようになつてきました。自分の体と対話しながら陸上を続けていきたいです」。



提供：江本さん

