

再スタート3年目の“Fukuoka”、世界へ走り続けるランナーたち

参加日本人選手中唯一の2時間5分台の自己記録。 ハイアベレージが特徴の其田が勝負重視で福岡初参戦

一昨年、再スタートした福岡国際マラソン。その3回目の大会が12月1日、福岡市平和台陸上競技場を発着点とする42.195kmのコースで行われる。今年は来年9月開催の東京世界陸上代表選考競技会の1つに指定されている。

●1km3分00～02秒ペースのマラソンから2分58秒ペースのマラソンへ

日本人招待選手中最も良い2時間05分59秒の記録を持つ其田健也（JR東日本）は、高いレベルのタイムを出し続けていることが特徴の選手。だが本人がこだわってきたのは勝負だった。其田は福岡国際マラソンには初めて出場するが、「歴史のある大会で、昔から出たいと思っていました」と、以前から出場意欲を持っていた。

表のような戦績を残してきたが世界陸上とMGC（マラソン・グランドチャンピオンシップ。五輪代表3枠のうち2人が決定）以外では、2時間5～7分台を4レース続けている。記録が高いレベルで安定していることが特徴だが、レースに臨むスタンスは勝負重視。福岡国際の目標も「シンプルに勝負をしたい。日本人トップでなく優勝です」と強調する。

駒大出身。箱根駅伝は2年時が10区区間2位（チーム2位）、3年時が9区区間3位（チーム2位）と、復路の長い距離を受け持った。4年時は1区区間13位（チーム3位）。駒大のチームメイトだった中村匠吾（富士通。21年東京五輪マラソン代表）や村山謙太（現旭化成。15年世界陸上10000m代表）、西山雄介（トヨタ自動車。22年オレゴン世界陸上マラソン代表）のように、学生駅伝で目立った選手ではなかった。

JR東日本入社2年目の終わりに初マラソンに出場。マラソンに対する適性を見ることが目的だったが、2度目はサブテン、3回目は自己新を目標に走った。「1km3分00～02秒で余裕を持つ」ことを意識して練習していた。42.195kmに換算すると2時間06分36秒～2時間08分00秒になる。「それ以上の負荷はかけなかった」という。

しかし3回目のマラソンで優勝した鈴木健吾（富士通）が、2時間04分56秒の日本新を出した。其田も目標としていた2時間8分台を出したが、「最初から第2集団で行った後悔が大きかった」と、勝負に加われなかったことに不満を感じた。「練習メニューを全て変えました。2分58秒ペースを意識して、40km走も1kmのインターバルもペースを上げましたね。ジョグのペースは色々な組み合わせで行いますが、1回の距離は多くしました。例えば1日3回に分けて走っていた距離を、2回の練習にして走ったりしました」

4回目からは国内では東京、海外はベルリンと、ハイペースで進む大会に出場し始めた。表からもわかるように、中間点通過が明らかに速くなっている。4回目の東京は、後半のタイムは3回目のびわ湖とほとんど同じだが、6回目の東京は前半だけでなく後半が速くなっている。後半のタイムが上がれば、勝負に加わっていける。

だが其田本人が考えている“順番”は逆だ。終盤まで上の順位の勝負に加わっていくから、タイムがついてきている。それが一番表れたのが6回目の23年東京だった。「駒大の後輩の山下（一貴。三菱重工）には負けたくない、日本人トップは取りたいと思って走っていました」

36km付近で山下と大迫傑（Nike）から50mほど後れたが、あきらめずに2人を追い、大迫を41km過ぎで抜き去った。その結果が2時間05分59秒と、日本人4人目の2時間6分切りとなった。

●福岡で強さを見せて来年の東京世界陸上へ

東京の結果で、昨年の世界陸上代表に選ばれブダペストを走った。初めての夏のマラソン。練習のタイムなども異なってくるが、準備は上手くできたと感じている。失敗の原因はレース本番の暑熱に対応できなかったこと。だが山下が終盤までメダル争いをしたことで、自分も戦えると考えている。

パリ五輪代表には届かなかったが、今年の東京でも2時間06分54秒の自己セカンド記録で日本人2位。記録を安定して出せることは示したが、やはり駒大の後輩の西山雄介（トヨタ自動車）に敗れ、自身がこだわってきた勝負強さに課題を残した。

だからこそ福岡国際でも、勝つことに強い意思を見せる。参加選手で2時間5分台を持っているのは其田と2時間05分53秒のビダン・カロキ（トヨタ自動車）の2人だが、福岡国際で優勝経験があるマイケル・ギザエ（スズキ）と吉田祐也（GMOインターネットグループ）、昨年のアジア大会金メダルの何傑（中国）、今年の東京で日本人1位の西山雄介とライバルは多い。

「ペースメーカーが外れるまでは付いていくだけですが、充実したメンバーなので、そこからはサバイバルレースになると思います。みんなで協力じゃないですけど、競り合っていけばタイムも自然とついてきます」

2時間06分30秒の来年の東京世界陸上参加標準記録を、この冬の選考レースで破った選手たちの中から代表が選ばれる。突破者が3人以上になったときは、選考レースで強さを感じさせた選手が選考される。勝負を重視する其田としては望むところだろう。

「ブダペストは特別なものを感じました。もう一度代表になって、次はブダペストで経験したことで対策もできると思います」

だが、強さとタイムは密接に関係し合う。其田はハイレベルの勝負に加わるために、練習の設定タイムを上げてきた。其田のコメントにあるように、レベルの高い選手同士が競えば結果的にタイムも上がる。

「ここ数年は2分57～58秒ペースでマラソンを走るための練習をしてきましたが、今年は楽にできるようになっています。直前の調整練習もすごくよかった。勝負をした結果として2時間5分台前半や、ペースや展開によっては2時間4分台も出ると思います」

強さが一段と増した其田の走りに注目したい。

■マラソン全成績＝其田 健也

回数	年	月日	大会	全体順位	日本人順位	記録	中間点通過
1	2018	3.04	びわ湖	13	5	2.14.53.	1.05.41.
2	2020	3.08	びわ湖	8	4	2.09.50.	1.03.34.
3	2021	2.28	びわ湖	19	18	2.08.11.	1.03.22.
4	2022	3.06	東京	7	2	2.07.23.	1.02.40.
5	2022	9.25	ベルリン	7	1	2.07.14.	1.02.55.
6	2023	3.05	東京	8	2	2.05.59.	1.02.11.
7	2023	8.27	世界選手権	34	2	2.16.40.	1.06.07.
8	2023	10.15	MGC	DNF	DNF	DNF(10～15kmの間)	
9	2024	3.03	東京	11	2	2.06.54.	1.02.55.