

▼毎日筋トレを行えるよう、自宅にトレーニング場を設けている



山近さんが陸上の短距離競技を始めたのは50歳を過ぎてから。若い頃から体を鍛えることが好きで、何かの競技で一番になりたいと、多くのスポーツ

今年9月にスペインで行われる世界マスターズ陸上競技選手権大会。75歳〜80歳クラス・男子100m走でのメダル獲得を目指し、日々トレーニングに励んでいるのは山近範久さんです。

に打ち込んできました。当時は長距離走で好記録を目指していましたが、なかなか成績が上がらなかったことから短距離走に転向。するといきなり中国地区大会で3位に入賞し、その後も成績はどんどん伸びていきました。

「大会新記録をいくつも出すことができ、夢中になりました。100mの自己ベストは13秒2。57歳の時です」

めとした国内の大会はもちろん、海外で行われた大会にも何度も出場している山近さん。印象に残っているのは、タイで行われたアジアマスターズ400mリレーのアンカーとして金メダルを獲得し、大歓声をもたらしたことだそうです。逆に悔しい経験も。初めて挑戦した世界マスターズでは

準決勝で敗退。雪辱を期した次の世界マスターズにはアキレス腱の故障で出場することすらできませんでした。「練習をしないと記録が出ませんが、やりすぎるとけがをしてしまいます。医師から引退を勧告されたこともあります」と挑戦し続ける難しさを話す山近さん。今もなおがんばり続ける理由は、記録や順位への欲求だけではありません。

「陸上競技のおかげで多くの出会いを得ることができました。海外の大会で知り合った選手と再会し、互いに涙を流して喜んだこともあります。また小学生に指導をしています。教えることによって子供たちから元気をもらっています。走るのをやめたらきつと一気に老けてしまうでしょうね。体が動く限り走り続けたいです」

世界マスターズでの活躍を思い描き、山近さんは今日も走り続けています。



▲優勝した台湾マスターズ陸上国際大会で力強く走る山近さん



▲アジアマスターズ男子100m(75歳〜79歳クラス)で銅メダルを獲得



いつも青春、

ずっと青春

Vol.108

山近 範久さん
(入野在住)

50歳で陸上短距離競技を始めると、数々の大会で優秀な成績を収め、77歳の今も現役選手として活躍中。英語が堪能で海外の選手との交流も楽しみの1つだそう。

