(C)十勝毎日新聞社

福島 進化見せた

陸上日本選手権

200メートル 6年ぶり日本新

自らが持つ日本記録を更新、22秒88の記録表示を指して笑顔を見せる福島千里（大賀章好撮影）

【愛知】ブラジル・リオデジャネイロ五輪代表選考会を兼ねた陸上競技の第100回日本選手権大会（日本陸上競技連盟主催）最終日が26日、名古屋市のパロマ瑞穂スタジアムで行われ、女子200㍍で福島千里（北海道ハイテクAC―帯南商高出）が2010年に自身が樹立した日本記録を0秒01更新する22秒88で6年連続7度目の優勝を果たし、100㍍に続くリオ五輪切符をつかんだ。追い風1・8㍍の好条件だった。連覇と優勝の回数は歴代最多タイ記録。女子短距離の6年連続2冠も新井初佳（ピップフジモト、1998～2003年）に並ぶ歴代最多タイ。このほかの十勝関係選手は男子ハンマー投げの宮内優（モンテローザ―日大、帯農高出）が50㍍77で10位、女子同は寺井沙希（国士舘大3年―帯農高出）が41㍍12で15位だった。（松村智裕）

男子200㍍は飯塚翔太（ミズノ）が日本歴代2位の20秒11で3年ぶり2度目の優勝を果たし、2大会連続の五輪代表に決まった。高瀬慧（富士通）が2位で、連覇を狙った藤光謙司（ゼンリン）は6位。追い風1・8㍍の条件だった。

女子5000㍍は尾西美咲（積水化学）が15分19秒37で4連覇を遂げ、初の五輪代表に決まった。同400㍍障害は34歳の久保倉里美（新潟アルビレックス、旭川市出身）が2年ぶり9度目の優勝で3大会連続の代表入り。

男子5000㍍は大迫傑（ナイキ・オレゴン・プロジェクト）が13分37秒13で制し、1万㍍と合わせ2冠。両種目での五輪代表入りとなった。同110㍍障害は矢沢航（デサント）が3年ぶり3度目、同走り高跳びは衛藤昂（ACF）が優勝。共に初の五輪出場を決めた。

【女子200㍍決勝】日本新記録で優勝した福島千里の走り

信じ続けた2246日「長かった」

「長かった。本当にうれしいって心から思えます」。2010年5月3日の静岡国際以来、実に2246日ぶりの日本記録更新だ。雨が上がり、ようやく青空が広がった大会最終日。暗雲はもうない。女子200㍍を走り終えた福島千里に晴れやかな笑顔が広がった。

悪条件の100㍍でしっかり五輪切符を奪い、絶好のコンディションとなった200㍍は「大会新を出そうと思って走った」。抜群のスタートから最初の50㍍をスムーズに加速すると、ホームストレートに向かうコーナーの出口で2位以下の選手を置き去りにした。美しい走りで推進力は衰えない。

ゴールへ飛び込むと、横目で電光掲示板のタイムを確認した。22秒86。喜びのあまり、両手を羽のように広げ、笑顔がはじけた。その後、22秒88の正式タイムに修正されたが「日本新記録です」の場内アナウンスに右手でガッツポーズをつくった。

「正直、トレーニングはうまくいっていた」というシーズン当初。理由が分からないまま、脚のけいれんや違和感に襲われ、迷っていた。「それでも監督をはじめチームは全く焦っていなかった。それに救われた」。仲間を信じて、自分を信じてたどり着いた。「きょうが良かったというより、日々のトレーニングの積み重ねです」ときっぱり。わずか100分の1秒の記録更新でも心血を注いだ6年間の努力が報われた。3日間で4レースを走り、途中棄権の不安も払拭（ふっしょく）した。

大正2年（1913年）に始まった大会は戦争による中止を挟んで100回目。歴史を塗り替えた短距離界のヒロインは「昔の自分に戻れたのではなく、日々進化している。リオでは過去最高のレースをしたい」と言い切った。27日が28歳の誕生日。どんなプレゼントにも代え難い大きな自信を手にし、最高の舞台へ羽ばたく。

32歳宮内（帯農高出）10位

男子円盤投げ「考え過ぎた」

【男子円盤投げ決勝】投てきの後に雄たけびを上げる宮内優（大賀章好撮影）

男子円盤投げは宮内優が10位に終わった。昨年までの5年間は2012年と14年の3位など、全て1桁順位の安定した成績だった。「きょうは風もよくコンディションは抜群だった。記録を狙うあまり考え過ぎたかもしれない」と首をひねり、悔しさを押し殺していた。

最初の2投は50㍍に届かず、意地の3投目で50㍍77をマークしたが、その時点で上位8人に残れないことが決まった。そのままスタンドに駆け寄り、優香夫人（31）や小学1年生の長女、2歳の次女に「応援ありがとう」「ごめんな」と声を掛けた。

「ここ数年で全体のレベルが上がっている」と宮内。今月13日に32歳となり、出場した中では2番目の年長選手だった。「自分の中では5年前に出した自己ベストの54㍍20をもう一度出したい気持ちが強い。次のステップを考えるのは今年1年やってからにしたい」と意欲をにじませた。

寺井（帯農高出）及ばず15位

女子円盤投げ「競技続ける」

女子円盤投げの寺井沙希は41㍍12で15位と初出場した一昨年に続き、8位以内に食い込めなかった。

「自己ベスト（49㍍04）が出れば表彰台も狙える」と1回目の投てきから果敢に狙ったが3投目がファウルになるなど力を発揮できず。「投げようという思いばかりが先走って、円盤に力が伝わっていなかった」と大舞台で気持ちをうまくコントロールできなかった。

今月の日本学生個人選手権は7位。9月の日本学生対校選手権では表彰台を狙う。2013年のインターハイ女王は来年度が大学の最終学年。「卒業後も競技を続けていきたい。できるところまで頑張ります」と力を込めた。

【女子円盤投げ決勝】寺井沙希は41㍍12で15位となる（大賀章好撮影）

歴代2位20秒11 主役を取り戻す

男子200㍍・飯塚

エース候補の久々の復権だった。有力選手が顔をそろえた男子200㍍は、飯塚が日本歴代2位の好記録で3年ぶりの制覇。会心の走りで五輪切符を手にし、「1番というのはいい」と満足感を浮かべた。

前半は20秒14の自己記録を持つ高瀬が飛び出したが、動じなかった。カーブの終わりあたりから勢いを増し、直線で185㌢の長身ならではの大きなストライドを駆使して後続を一気に離した。

昨年20秒13をマークした藤光や高瀬が躍進し、高校生のサニブラウンが台頭する一方、自身はけがに苦しんだ。世界ジュニア選手権金メダル、21歳でロンドン五輪出場の実績がありながら、存在感は薄らいでいた。「食らい付かないと置いて行かれてしまう」。食事を見直し体脂肪率は4％台に低下。動きに力みが出ると練習をすぐにやめる工夫をして、理想のフォームを体に覚え込ませた。「今回はリラックスして走れた」。大一番で1年間の努力の成果を実感した。

次の目標は未続慎吾が持つ20秒03の日本記録の更新と、8月のリオ五輪での決勝進出になる。

苦境からはい上がり、充実する大型スプリンターは「今回は勝負するつもり」と誓った。

久保倉復活示す

女子400㍍障害

▽…女子400㍍障害は久保倉が勝負強さを見せた。終盤まで目立たない位置につけた後、残り100㍍で一気にスパートして先行する走者を逆転。「そういう展開になるかなと思っていた」と、ベテランらしいレース運びで3大会連続の五輪出場を決めた。

昨年は日本選手権で9連覇を逃し、世界選手権出場も果たせなかったが、見事な復活。8月の大舞台に向け、「どこまでできるかは分からないけど、精いっぱいやりたい」と話した。

尾西31歳で五輪

女子5000㍍

▽…女子5000㍍は尾西が鮮やかなラストスパートで4連覇。残り300㍍ほどで猛然とスピードを上げた。2位の鈴木に5秒以上の差をつけ、「私は5000㍍一本だったので、負けられなかった」と意地を強調した。

31歳で手にした初めての五輪切符。「入賞は難しい。だからこそ思い切り走りたい」と気負いなく挑む。

【男子】▽200㍍ ①飯塚翔太（ミズノ）20秒11②高瀬（富士通）20秒31③原（スズキ浜松AC）20秒33 ▽5000㍍ ①大迫傑（ナイキ・オレゴン・プロジェクト）13分37秒13②上野（DeNA）13分39秒23③大六野（旭化成）13分39秒52 ▽110㍍障害 ①矢沢航（デサント）13秒48②増野（モンテローザ）13秒51③金井（法大）13秒61＝以上追い風参考 ▽3000㍍障害 ①潰滝大記（富士通）8分36秒39②塩尻（順大）8分36秒45③山口（愛三工業）8分41秒90 ▽走り高跳び ①衛藤昂（ACF）2㍍29②佐藤（東海大）2㍍25③高張（日立ICT）2㍍20 ▽三段跳び ①山本凌雅（順大）16㍍52②長谷川（日立ICT）16㍍41③石川（長野吉田AC）16㍍27 ▽砲丸投げ ①畑瀬聡（群馬綜合ガードシステム）18㍍53②中村（チームミズノ）17㍍81③武田（日大）17㍍50 ▽円盤投げ ①堤雄司（群馬綜合ガードシステム）60㍍00②知念（ゼンリン）58㍍36③湯上（トヨタ自動車）56㍍66⑩宮内優（モンテローザ―日大、帯農高出）50㍍77

【女子】▽200㍍ ①福島千里（北海道ハイテクAC―帯南商高出）22秒88＝日本新②斎藤（岡山・倉敷中央高）23秒46＝ジュニア日本新③市川（ミズノ）23秒86 ▽800㍍ ①福田翔子（松江北高）2分5秒92②山田（東学大）2分6秒83③大森（ロッテ）2分6秒83 ▽5000㍍ ①尾西美咲（積水化学）15分19秒37②鈴木（日本郵政グループ）15分24秒47③関根（日本郵政グループ）15分24秒74 ▽100㍍障害 ①木村文子（エディオン）13秒23②安部（福島大）13秒38③青木（環太平洋大）13秒38＝以上追い風参考 ▽400㍍障害 ①久保倉里美（新潟アルビレックス）56秒62②吉良（アットホーム）57秒26③石塚（東大阪大）57秒88 ▽円盤投げ ①坂口亜弓（STT）53㍍89②中田（西国大ク）53㍍21③藤森（順大）50㍍46⑮寺井沙希（国士舘大3年―帯農高出）41㍍12