



の いる 風 景

高 浜 香 澄 さん



【たかはま かすみ さん】北光

●千歳市の友好親善都市の一つ、中国東北部の長春市で行われたハーフマラソン大会に招待選手として派遣され、女子総合優勝を果たす

走ることは生きる活力

「走ることに考えていない日はありませんね」と屈託なく笑うのは市民ランナーの高浜香澄さん。

高浜さんは9月10日に行われた「中国長春浄月潭国際友好都市ハーフマラソン大会」に出場し、女子ハーフマラソンの部で見事優勝。

開催地の長春市と千歳市は、平成16年10月に友好親善都市となり、農業研修生の受け入れなどの交流を行っている。同大会には一般参加者のほか、日本、韓国、ロシアなどの友好都市から男女あわせて約4千人が参加した。高浜さんは慣れないアップダウンの激しいコースに苦戦したが、沿道からの温かい声援のおかげで走る力が湧いたという。後半は1人の中国人選手と競り合うレース展開となった。

「中国語だったので正確には分かりませんが、最後は彼女から『先に行ってください』というような言葉を掛けられた。そこで奮起し、ラストスパートをかけた

ました」と話す。足を痛め、2カ月間の休養明けのレースだったため、ゴール後は「無事に走り切れてほっとした」と笑顔を見せる。

フルマラソンでは、2月に参加した東京マラソンで2時間47分の自己ベストを記録した。6月の函館マラソンでも優勝している高浜さん、実はマラソンを始めてまだ4年ほど。

「幼少期からスポーツは得意でした。4年前、スポーツジムに通い、ランニングマシンで走っているとき、ジムの方から『駅伝に出てみないか』と声を掛けられたのがマラソンを始めたきっかけ。実際に出場してみたら、意外と走れてしまっ」と笑う。「練習をすればタイムが縮まる。その変化が面白かった」と走ることに魅了されていく高浜さん。

「平成26年6月の千歳JAL国際マラソンが初めてのフルマラソン。そこで入賞し、勢いによって北海道マ

ラソンに出場しましたが、熱中症でリタイヤ。本当に悔しかったです。でもその経験が私のマラソンの起爆剤になった」と話す。その後は同じマラソンランナーで、はり師・きゅう師でもある夫が考案した練習メニューに取り組み、アスリートとしての自覚も芽生えたという。その成果がタイムに表れ、今年の成績につながった。

「ただ走るだけではなく、身体のケアについても積極的に考えるようになった」という高浜さんは、現在、はり・きゅうの専門学校に通う学生でもある。「筋肉や神経の仕組みを学ぶこともトレーニングの一つ。今はいろいろなことを吸収して、今後の走りに生かしたい」と話す。

「来年の東京マラソンで自己ベストを更新することが目標です。私にとって、走ることは生きる活力。これからも走り続けていきたい」と目を輝かせた。