



# 飯能ロータリークラブ会報

桜の中央公園と天覧山

© photo by Hiroyuki Maejima

## “世界へのプレゼントになろう”

RI会長 K.R.ラビンドラン

2570地区ガバナー 高柳 育行

第3グループ  
ガバナー補佐 吉田 譲二

### 「ロータリーの心を実践しよう」

第2701例会 2016. 5. 25

例会場：ホテル・ヘリテイジ飯能sta.

☎(042)975-1313 〒357-0038 飯能市仲町11-21

事務局：飯能商工会議所内 〒357-0032 飯能市本町1-7

☎(042)974-3111(代) FAX (042)973-1662

http://www.hanno-rc.org/ E-mail: hannorc@hanno.jp

天候 曇 (NO. 52-48)

会長 間邊元幸 幹事 土屋 崇

例会日 水曜日(12:30~13:30) 当番 中山君、大木君

- ・点鐘 間邊会長
- ・ソング 手に手つないで
- ・卓話 徳本一善様

#### 【会長報告】

先週、飯能RCはS39年創立以来、2700例会を迎えました。4年後、2回目の東京五輪の頃には2900例会を迎えていると思います。地道に繋げていけたらいいと思います。

例会後「熊本地震」に対する義援金を飯能市に届けます。まだまだ仮設住宅で苦勞されている人がたくさん居ると聞いています。少しでも役立てばいいと思っております。

#### 【幹事報告】

第13回役員理事会開催のお知らせを配付。間邊年度も1か月ちょっと。最後の理事会です。

#### 【委員会報告】

◎会報・広報委員会 杉田君  
「飯能新緑ツーデーマーチ」9時、中央玄関前。私か矢島(高)委員が居ります。参加賞等を入れるためナップサック等ご用意下さい。

◎環境保全委員会 大野(康)君  
ゴミ袋1000枚を環境緑水課に届けました。先週土曜、秩父「ロータリーの森」で奉仕活動。50周年記念で石碑を造ったそうです。飯能は「スギ」。参加されていない他所のクラブの分まで綺麗にしました。これが証拠写真です。

【出席報告】 伊澤出席委員

会員数		当日		前々回修正 出席率
全数	対象	出席数	出席率	
55名	6名	44名	80.00%	96.30%

#### 【M U】

5/21(地区) 大野(康)君

#### 【SAA報告】

◎ニコニコBOX

・ようこそ!! 徳本様。本日は卓話よろしく  
お願いします。 間邊君、和泉君、小川君  
土屋(崇)君、吉田(行)君

・早退 田辺君、服部君、大野(康)君、森君  
本日計9,000円、累計額1,084,041円。

◎1日例会当番は大附、小川会員です。

#### 【卓話】

講師紹介 中里(忠)プログラム委員長  
「モンテローザ」に駅伝の陸上競技選手として登録。  
1979年、広島市生まれ。中学から陸上を始め、広島市立沼田高等学校に入学するとメキメキと力を発揮、いろいろな大会で優勝。高校最後の試合、どうしても日の丸をつけて走りたいとの思いから、日程の重なった卒業式には出ず福岡国際クロスカントリー大会に出場、見事優勝し、世界クロスカントリー選手権に日本代表として出場。13大学、4実業団から勧誘があり法政大学に入学。00年、静岡国際陸上競技大会1500m優勝。01年、ユニバーシアード北京大会10000m銅メダル、日本学生陸上競技種目別選手権大会1500m優勝。02年、日清食品に入社。03、04年、日本陸上競技選手権大会5000m連覇。他。

### 箱根駅伝と時代

駿河台大学駅伝部監督 徳本一善様

お話を頂いた時、「やらせて下さい」と返事しました。高度経済成長の荒波を駆け抜けてきた先輩方

から叱咤激励、アドバイスを頂くにはこれ程いい環境は無いと思いましたが、聞き苦しい事もあると思いますが、夢に向かって協力して頂ければと思います。[映像併用] 2014年、ベルリンマラソンで自己ベストを出しました。今は真面目なおじさんみたいですが昔はとにかく目立ちたかった。アスリートとしての理想は「有言実行」[見てもらって感動してもらおう事]。大学1年で茶髪に。監督に怒られるような事しながら、自分で責任はとる、結果は絶対残すというプライドの中、お陰様で6タイトル、関東インカレ、学生選手権、全日本インカレ、出雲駅伝(三大駅伝の1つ)、全日本大学駅伝、箱根駅伝で1番をとる事が出来ました。ものすごく食欲で、人から吸収する事が好き。「畑違い」の先輩、為末大、川畑伸吾選手に四六時中くっついて話を聴いていた。僕は天才肌ではないので「トントンとやったらこんな感覚で行くんだよ」とか、その感覚は分からないながらも聴いて実践する事を繰り返した。彼らの考えや姿勢から学んだ。短距離の彼らは朝10時から夜10時まで何かしらグラウンドに居た。長距離は朝練2時間、午後練2時間でだいたい終わり。短距離はいろいろなトレーニングを取り入れているので時間がかかる。それで僕は「長距離の選手の中で一番最後までグラウンドに居よう」、練習だけでなくその場に居る事で何か吸収出来るものがあるんじゃないかと思った。大学4年でユニバーシアード銅メダル、目標は大きくなり、箱根で「優勝」という気持ちに駆られてトレーニングを積んだ。けれども他の選手がついてこない。彼らは「出たい」。その差を強烈に感じて苛立っていた。選手とほとんどうまくいかなかった。苦い経験でした。(2区でリタイアした)第78回大会の1週間前、アキレス腱に違和感があつたが走り切れると思っていた。肉離れするとは思わなかった。仮に10人目の選手が僕の代わりに走ったとしても僕の方が絶対速いという驕り。仲間が見えていなかった。一人で戦っていた大学時代だった。

「成功者」からの講演をいつも聴いていらっしやると思うが僕の場合は「失敗した選手」。何故そういう選手がここに居るのか? そういう選手は「どうやって生きていくのか」。ほとんど大半の(失敗した)選手はそこに行きつく。スポーツ界ではすごく問題。活躍した選手でも、1つの事を突き詰め過ぎると周りが見えなくなる。1つの事が無くなった時、何も残らない。箱根が終わった時はまだオリンピックという目標があつたので立ち直る事が出来たが、オリンピックに1秒で行けなかった年はどうしようもなかった。自分が全部否定され、努力が全部踏みにじられた気がして、何をやっていけばいいのか? というのがあつた。そんな中でも生きていかなければいけない。それから6年間は日清食品で陸上をやっていたが、実は空っぽだった。戦力外通告を受けた時は何となくほっとした。次の夢は何だろう? と探した時、駿河台大学のお話を頂いた。今度はプレーヤーとしてではないが、指導者というところで新たに夢が見つけれ、人生の歯車にまた火が灯せたのかなと思っています。

駿河台大学駅伝部は6年前に発足。僕が監督になった5年前、大学が箱根を目指して強化しようという事でスタートしました。目標は箱根駅伝出場、選手にもそう言っていますが、出場すれば何でもいいというわけではなく、大学スポーツなので、「役割を理解しているか」「自律して積極的に参加しているか」「情報共有出来ているか」そして「規律」を重視しています。これはビジネスでも一緒なのではないか。予選会36校中36位からのスタート。僕が(監督になる



以前から)関わった第88回大会ではスポーツ推薦等の学生をとった事もあり一気に1時間近く短縮。今年第92回予選会は「10時間28分30秒」で19位(49校中)でした。箱根を目指す大学も増え、大学の経営戦略になっている事が顕著に表れています。巨大化した「箱根駅伝」。今後

ますます、学生募集や広報・宣伝をスポーツに落とし込んでいくようになる。乗り遅れないように力を入れて、ここまでようやく来ているところです。「あと15分」縮めないと行けない。それ位レベルは上がってきている。僕が学生の時は「10時間28分」で行けていた。今は「10時間10分」が目安。どれだけ過激化しているか分かって頂けるかと思います。

練習は、走ればいいというものではなく、心拍数やペースまで全部時計が教えてくれるような時代で、それらを活用しながら強化しています。僕に勝てる選手がまだ居ません。北海道で3週間、山形で2週間、計5週間の夏合宿を予定しています。10月中旬の予選会、20kmのために1か月で1000kmを走破します。是非、予選会を見に来て頂きたいと思います。一緒に箱根駅伝の切符をとる瞬間を味わっていただけると最高だなと思っています。

今年(第92回)、うちの選手が1人、7区を走りました。見事5人抜き、区間6番。初箱根ながら立派な走りをしてくれて勢いがついているので、この勢いが途絶えないよう一生懸命やって、来年も区間賞を狙える力をつけて勝負させたいと思っています。課題として、1つはトレーニング(の内容)。運動生理学をしっかり僕が勉強して選手に落とし込めるようにしたい。自分自身が被験者になって試しています。もう1つはトレーニング場所の確保。飯能グリーンカントリークラブの大崎様にご協力を頂き、朝練で走らせてもらったり、飯能市長のご協力で岩沢公園も使わせてもらったりしています。恩返し出来るよう結果を残せたらと考えています。そして、合宿の充実。5週間の莫大な費用の捻出と栄養。去年から栄養士を入れてメニューを作っています。地産地消で、応援してくれる農家の方とも連携、選手もお手伝い等してWINWINの関係が出来ればと考えています。

指導理念として、選手の夢が叶うよう環境を整えてあげて、僕自身が理論や知識を学び、経験を含めて選手に伝えられればと考えています。彼らは4年間やって社会人になる。そのためには僕と選手との信頼関係が何より大事。僕は大学の時に失敗しているので重点的に取り組んでいます。大学側、選手側、保護者、地域の協力無くして出場はありません。力をお貸し頂きたい。人生をかけて勝負したい夢が見つかったので、応援して頂ければと思います。

(質問に答えて) 優秀な選手は強い大学に取られる。伝統校ではない高校で頑張っている選手の素質を見抜く作業をしている。伝統校にも勧誘に行く。補欠の悔しさがある選手は伸び、無い選手はどうすれば休めるかを知っている。それを見分けています。高校の先生からお願いされた選手を4年間見て、ちゃんと育てる事をやっている強い選手を送ってくれるようになる。そこが信頼関係の1つです。始めからドンとは行かない。地道にやっていく事で良い選手を頂ける。予選会は10月15日9時過ぎ〜昭和記念公園。是非応援に来て頂ければと思います。