

☆成績：山頂コース優勝4回・歴代4位

第29回（1976年・S51年）2時間54分27秒

第30回（1977年・S52年）2時間50分06秒

第35回（1982年・S57年）1時間20分14秒（五合目打ち切り）

第38回（1985年・S60年）2時間48分20秒

参加した動機は甲府工業に入学し、校内マラソン大会で学年2位となると、駅伝部に入部することになり、私の陸上人生が始まった。卒業するとトキコ（株）に入社、陸上部に入ると県内外の大会に出るようになり、登山競走は、私の得意とするところであり、当然富士登山競走出場に迷いはなかった。

大会参加の感想、思い出についていくつかあげてみた。

私が初めて富士登山競走に出たのは、第24回大会（1971年）19歳の時。あの時から山頂コースは22回（悪天候で五合目打ち切り含む）で21回完走。山頂コース最後に出た時は、残念ながら八合目でタイムアウト。五合目コースは11回出場し全て完走。合計で33回出場した。今でも思い出すのは第24回大会、優勝候補の武井農さん（山頂コース優勝5回）に、六合目まで付いていき、黄疸にかかりながらも6位に入賞したこと。そして、昭和51年（1976年）甲府市役所に入った。

第29回富士登山競走（1976年）に臨んだ時のこと、大会は7月25日日曜日。7月17日（土）の練習で帯邦山まで折り返しコース（約25^{キロ}）左足すねが痛くなり、帰り半分歩いた。18日（日）は休み、月、火、水とはり治療に通った。水、木、金は、5～6^{キロ}をゆっくりジョッグ、前日は3^{キロ}軽くジョッグで大会に出場。走り出すと思ったより体は動き、念願の初優勝ができたこと。そして翌年は、昨年の教訓を生かし2連覇を達成できたことは大きな感動と喜びであった。

第35回大会（1982年）の時は、天候が悪く「五合目打ち切り」と聞きスタートを切った。家族と親戚のおじさん、おばさんが四合目～五合目で応援してくれ優勝できた。第38回大会（1985年）の時は、自己新で2位と思ったらトップがコールミスで繰り上げ優勝できた。複雑な気持ちではあるがうれしかった。また、父は30位で完走者の最後にゴール、みんな頑張った。

第50回大会（1997年）から、45歳以上の五合目コースに出場。第51回（1998年）、第53回大会（2000年）優勝、第54回大会（2001年）では優勝と全体10位に入賞できたのはうれしかった。

当時の練習では、4回目優勝の第38回大会（1985年）までは、登りの長く続くコースや山の中を走ったり、階段、高地での練習を取り入れた。そして、大会1～2カ月前から2～3回北口本宮浅間神社、または中の茶屋から五合目までを往復したこともあった。

当時の服装は、30歳まではランニングに短パンが殆ど。年齢を重ねてくると、半そで、天候によっては長袖で走ったこともあった。重ね着は殆どしなかった。食事は好き嫌いが無いのでなんでも食べますが、大事な大会の前には、ややカーボローディング的な食事をします。ちなみに第30回大会（1977年・2連覇）で優勝した時の朝食は、5時におむすび3コ、リンゴ、チーズ、たまご、バナナ、ハイシに飲み物でした。

私は、第 63 回大会（2010 年）において八合目でタイムアウトになった後、火祭りロードレースで左足膝下疲労骨折により走らなくなり、いろいろ重なって 7 年間走ることから遠ざかっていたのですが、2017 年秋田ねんりんピックに出場を打診され、一から始め 70 歳未満男子 5 キロメートルを走るも完走がやっとであった。その後やすんでしまい、年が明けて、一からまた始め特別枠で富士登山競走の参加申込書が来ると、登山競走へ血が騒ぎ、とりあえず申し込みトレーニングに励み、山頂コース出場資格を得るためには、五合目コースにおいて 2 時間 20 分以内で走らなければならない。7 年間のブランクは大きく、昔のようにいかない。やっとタイムをクリアしたが、翌年山頂コースに申し込むも体調悪く欠場した。

昨年、今年とコロナ渦の為中止。せつかく五合目コースに申し込んだのに。早くコロナ渦が終息し、大会が開催されることを祈りつつ、私も、もう一度山頂コースを完走できるよう、トレーニングを積んでいきたい。（令和 3 年 6 月 27 日記）