

「山頂コース歴代最高記録保持者 2時間27分41秒（第64回2011年・H23年）」

静岡県 宮原 徹

☆成績：山頂コース：優勝3回歴代4位

第59回（2006年・H18年）優勝 2時間32分40秒

第62回（2009年・H21年）優勝 1時間15分15秒（五合目打ち切り）

第64回（2011年・H23年）優勝 2時間27分41秒（歴代最高記録）

山頂コース歴代最高位記録保持者 宮原 徹：2時間27分41秒

この度は歴史ある富士登山競走の記念誌に掲載させていただくことを大変光栄に思います。富士登山競走は私が個人として参加した初めての山岳レースであり、大変思い入れの深い大会です。富士登山競走には3回（06年・09年・11年）出場させていただきましたが、その全ての大会は今でも鮮明に記憶に残っています。大会（06年・09年・11年）に挑むまでの練習の流れや大会当日の流れを主に記載させていただきます。

2006年 59回大会

当時の滝ヶ原自衛隊陸上部コーチ安藤幸二さんに勧められ出場が決まりました。

当初の目標は優勝でしたが、現地で練習を重ねるにつれ、大会記録保持者である芹澤雄二さんの記録を意識するようになりました。

○主な練習記録

6/25 日体大長距離記録会 5000m

14分13秒

6/27 試走 5合目→本8合目 54分

7/6 試走 馬返し（34分49秒）→5合目（54分05秒）→本8合目（17分56秒）

→山頂（1時間46分50秒）

7/20 試走 吉田市役所→5合目 1時間24分40秒

○大会当日

初出場という事もあり、後ろのブロックからのスタート。

スタートラインまで20秒程を要しましたが1キロ手前で先頭に追いつきました。

5合目を1時間18分40秒で通過。

余力はあり、その後の山区間も辛い場面が思い当たらない程気持ちよく走れいて、あっという間のゴールでした。

初出場、初優勝、大会新と目標を全てクリアでき、非常に達成感のある大会になりました。

この時はまだ山の経験値不足。歩きの有効活用ができておらず、

8合目から山頂までの区間ではタイムに短縮できる要素を感じました。

2009年 62回大会

2時間30分切りという新たな目標が生まれ、それを達成する為に取り組みました。

○主な練習記録

6/14 東海大長距離記録会 5000m 14分19秒

6/16 試走 馬返し→5合目(35分58秒)→花小屋(21分00秒)

6/27 試走 馬返し→5合目(35分05秒)→本8合目(53分45秒)

7/4 試走 5合目→本8合目(53分21秒)→山頂(17分15秒) : 1時間10分36秒

○大会当日

雨、残念ながら5合目打ち切りとなりました。

2時間30分を切るイメージは出来ていただけに落胆しましたが、気持ちを切り替え5合目最高記録を出すことを目標に走りました。

浅間神社9分12秒 中の茶屋26分10秒 馬返し42分50秒 : ゴール1時間15分15秒(優勝)
馬返し以降腹痛で減速。雨による低温の中、水分を取り過ぎた事が原因と分析。

2011年 64回大会

再び2時間30分切りを目指して練習を重ねますが、現地練習で納得のいくタイムを出すことが出来ず、不安が残る中大会当日を迎えることとなります。

○主な練習記録

5/22 試走 吉田市役所→5合目 : 1時間21分20秒

6/5 試走 馬返し→5合目(36分31秒)→花小屋(21分20秒)

6/15 試走 馬返し→5合目(34分38秒)→花小屋(21分43秒)

7/1 試走 馬返し→5合目(36分06秒)→本8合目(54分48秒)

→山頂(17分38秒) : 1時間48分33秒)

○大会当日

大会当日までに調子が上向きになる事はなく、目標である2時間30分切りに対しても自信がないままスタートラインに立つことになりました。

しかし、不思議なものでスタートのピストルで不安な気持ちが一気に消え去り、積極的にタイムを狙うレースに頭が切り替わりました。

さらに、天候は曇り、例年より涼し目の気候に味方され暑さによる体力の消耗を抑えることに繋がりました。

- ・浅間神社9分58秒
- ・中の茶屋27分1秒
- ・馬返し43分08秒
- ・5合目1時間16分33秒(33分25秒)
- ・本8合目(53分06秒)2時間09分39秒
- ・山頂(18分02秒) : 2時間27分41秒

9合目以後、腿裏が攀りかけ、最後の最後でペースダウンしなければならなかったことは残念でしたが、そこまでは過去にイメージできていた通りの区間タイムで通過できました。

正直大会までの練習の流れからここまでの走りができるとは思っていませんでした。曇りで涼しい天候に味方されたのも好記録に繋がったと思います。

過去3回の大会を振り返ってみましたが、私はそれまでの大会記録保持者である芹澤雄二さんの記録を目標とし、更には2時間30分切りという目標に向けて富士山に挑んできました。

日本一高い山

誰もが知っている山

そこに聳え立つ一つの記録に魅力を見出し、己と対峙しながら記録を求めて自己の限界に挑んできました。

それは地味であり過酷なものではありませんが私の人生の中で大きな出来事の一つとなりました。

どんな事でもそうですが、一つの目標に向けて精一杯努力することの大切さ、そして大きな目標を達成することで得られる喜びを身をもって実感しました。

記録は破られるもの

世界にはとてつもない能力を持った選手が沢山います。

それは私自身、数々の世界のレースを経験したからこそわかることでもあります。

世界トップの選手なら2時間20分を切るペースで走ってしまうでしょう。

日本にも素晴らしい選手は沢山います。

私の願いとしましては是非日本の選手に私の記録を破ってもらいたいと思っています。

私が芹澤雄二さんを目標にした様に、誰かが私の記録を目標に挑むことが私にとっては最大の喜びです。

最後にこの歴史ある大会に一つの足跡を残すことができたことを嬉しく思うとともに、末永く“富士登山競走”が続いていくことを願っております。

令和3年（2021年）1月10日付