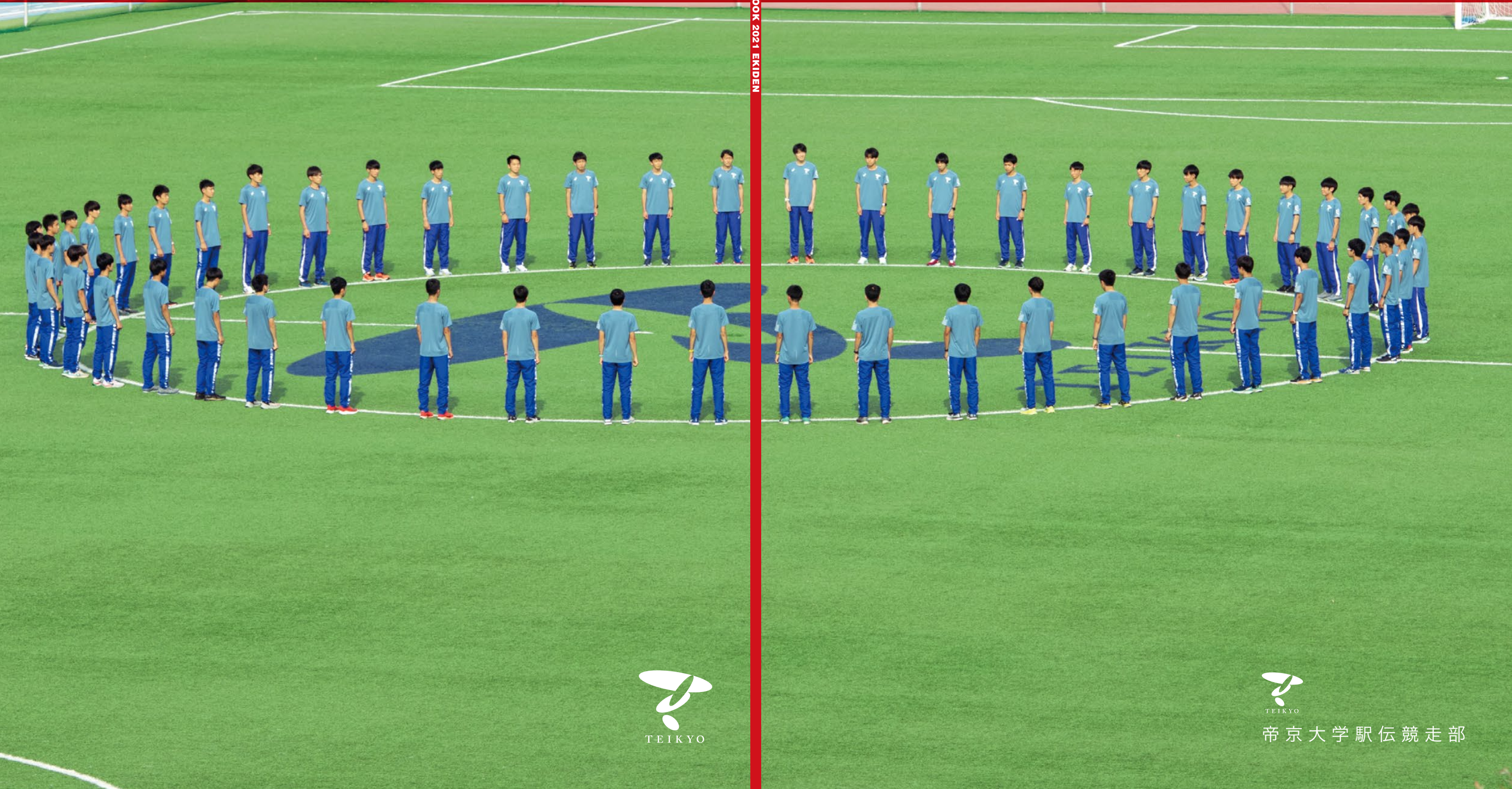


TEIKYO UNIV. EKIDEN

SPORTS
OFFICIAL
YEARBOOK
2021

TEIKYO UNIVERSITY SPORTS OFFICIAL YEARBOOK 2021 EKIDEN



帝京大学駅伝競走部



「世界一、諦め悪く」

失敗を恐れることなく、挑戦しよう。
失敗は、そこで諦めるから失敗なのだ。
諦めない限り、失敗で終わることはない。

最後まで決して諦めずに、挑戦を続けよう。
それがいつの日か、成功につながるのだから――。

帝京大学駅伝競走部 イヤーブック発刊に寄せて

学校法人帝京大学 理事長
帝京大学 学長

冲永 佳史

本学における指定強化部の活躍が近年頼もしくも目立っておりますが、このような流れを形作るに当たっては近道はなく、日々の積み重ねの結果として表立ってくるものであります。強化に向けたあらゆる努力を地道に続けてきたからこそ、めざましい実績につながっているのです。

しかしながら、目立つことが目的になってはいけないと考えております。大学におけるスポーツはプロスポーツと異なり、あくまでも教育機関が行っている活動であり、必要な知識や技術を客観的に見つめ吸収し、現在そして将来において、競技力向上の下地をつくるということもさることながら、人としての構えを身に付け、多様な人とかわりながら仕事を進めて行ける知恵や社会性を醸成することに重点を置いています。

各練習施設やトレーニング施設の拡充はもちろん、競技力向上のために必要なトレーニング方法や食の管理、けがの際の適切な治療などを施す、大学付設のスポーツ医科学センターや接骨院のバックアップ体制などのほか、普段の授業すべてが学生の育成を目的として存在しています。

よって、指定強化部で活動している学生諸君につきましては、これら本学における支援体制を存分に活用し、教職員をはじめとしたさまざまな人々とかわり、経験を積んで社会の中で活躍できる人材へと成長していただけることを心から期待しております。

帝京大学八王子キャンパス 事務次長
強化クラブ室 室長

黒瀬 博明

昨年は、世界中で「コロナウイルス」と「人類」の闘いの年となりました。

日本国内では、4月に「緊急事態宣言」が発出され、本学としても臨時休講などの取組が行われました。

本学の各指定強化部におきましても、さまざまな大会が中止となるだけに留まらず、普段当たり前のように行っていた練習すらできない時期が続いた年でもありました。

このような境遇の中で、学生たちは目標にしていた大会が開催されることを信じ、それに向け今できることをひたすらに探究し模索を続け、感染対策を施しながら活動を続けてまいりました。

帝京大学では、「自分流」を教育理念として掲げています。自律的に自分の進むべき道を見出し、自分の個性を最大限生かすべく知識と技術を修得し行動する。その結果に自らが責任を負い、学びを深め、専門性を備えた社会に貢献できる人材の育成をめざしています。

新型コロナウイルス感染症は、今なお社会に大きな影響を及ぼしており、学生個々も一昨年までの競技活動が当たり前ではなく、尊いことであったことをかみしめていることと思います。学生の皆さんが「自分流」を身につけていくうえで、クラブの仲間と共にこの経験を大切に今後の競技や学生生活に生かし、今年はコロナウイルスの終息を見据えながらも、力を最大限に発揮していただき、いままで以上に邁進してくれることを願っています。





撮影は6月7日に実施。この日は駅伝競走部OBの島貫温太（GMOアスリーツ）が練習に参加した

「本気度を試された年だった」と、中野監督は昨季を振り返る。「私自身、本気で指導しているのか、自らを省みる機会になりました。制限があるからできないと、諦めてしまうことは簡単です。でも、それは言い訳。制限がある中でも、自分で考えて工夫すればできることは必ずある。そして、何かに本気で取り組んでいる人は、必死にその方法を探したはずなんです」

「夏前によく全体練習が再開できたものの、ベースができていなかったため、夏の合宿では選手の状態がバラバラ。中止になった出雲駅伝の代替として昨年10月に開催した、多摩川五大学対校長距離競技会でも5位と低調でした。ここでようやくスィッチが入ったようで、全日本は7位と好調。11月の記録会ではタイムも伸びていました」

「ただ、本来は箱根駅伝に向けて練習を積み重ねているタイミングで好記録が出たため、それが過信になってしまった面はありました。12月の最終合宿では追い込んだのですが、シーズン前半に走り込めていなかった分、ここで疲れが出てしまった。結果的に、箱根駅伝に万全の状態では臨めなかったのは反省点です」

「万全な状態ではなかったとはいえ、往路は好調だった。3区の遠藤大地（四年）が8人抜きの快走で6位に押し上げ、初出走となった細谷翔馬（四年）が帝京大学初となる5区区間賞に輝き、4位でゴール。「総合3位以内」の目標に手が届くかと思われたが、山下りの6区でま

さかのアクシデントに見舞われ、総合順位は8位だった。「これまでチームの課題だった5区で細谷が見せた快走は、大きな収穫でした。レース後にインタビューに応じた細谷が『帝京大学に入学してから3年間、ずっとこのためにやってきました』と答えたのはしびれましたね。本気で強くなりたいという気持ち、そしてそのための準備が何よりも大事なのだと、彼を見ていて改めて感じました」

失敗の先に成功が待つ

今季は主将・橋本尚斗（四年）がチームを率いる。「チームカラーが出るのは、例年夏以降。今季はどんなチームになるのか、楽しみます」。そう言って中野監督は目を細める。「監督である私のカラーが濃くてはいけません。学生が自主的に考えて、主体的に取り組むのが大学スポーツです。選手は決められたことに従う方が楽かもしれませんが、それではいつまで経っても自立できません。まずは自分で考え、納得した上でトライしてみよう、選手たちにはいつも伝えています」

選手の自主性を尊重するというのが、中野監督の徹底したスタンス。日々の練習においても提示するメニューは最小限に留

め、そこからの上乗せは選手に委ねている。しかし、そんな中野監督もかつては「教え魔」だったと、自らを省みる。

「素直な選手は手取り足取り教えると、すぐに吸収します。でも、自分で考えないから応用が効かず、成長が頭打ちになってしまふんです。そんな経験から、選手を自立に導くために、ティーチングからコーチングへと手法を変えました。指導者は我慢の連続です。あのやり方では失敗しそうだと思っても、言いたいことをグツと飲み込んで、まずは見守る。それは、実際に失敗してみないとわからないことがあるからです」

「失敗は必ず成長の糧になります。そして失敗を恐れると、人は挑戦しなくなります。だから選手にはドンドン失敗してもらいたい。その先に大きな成功が待っていますから」

世界一、諦め悪く

今季、選手たちが掲げた目標は「箱根駅伝往路優勝・総合3位以内」。昨季成し遂げられなかった目標を、本気で狙いに行く。「正直、現時点でのチーム力で目標をクリアすることは難しい。では、可能性がないかという点、決してそうではない。つまり、例年以上の覚悟を持って、本気

でチャレンジしないといけないということ。箱根駅伝に向けて、ここから全員で強いチームを作り上げていきます」

逆境をさらなる成長のチャンスと捉え、成功するまでチャレンジを繰り返す――。これこそ、「世界一諦めの悪いチーム」をめざす、中野監督の真骨頂だ。

「懸命に走ってたすきをつなぐ。駅伝はとてシンプルな競技ですが、人を大きく成長させる競技だと思えます。そして、駅伝は勝ち負けだけが全てではありません。箱根駅伝への出場をめざして仲間と切磋琢磨すること自体が、将来的に人生の糧になると、私は確信しています」



失敗を成長の糧に

INTERVIEW

帝京大学駅伝競走部 監督

中野 孝行

選手の失敗を見守り、その先にある成功を掴むためにさらなる挑戦を促す。選手と共に世界一諦めの悪いチームをめざす中野監督に、指導にかける思いを聞いた。



Profile

なかの たかゆき
1963年生まれ。北海道出身。帝京大学スポーツ医科学センター准教授。国土館大学で箱根駅伝に4年連続出場。卒業後は、雪印乳業に入社して、選手として活躍。引退後に三田工業女子陸上競技部コーチ、特別支援学校の教員、NEC陸上競技部のコーチを務める。2005年に帝京大学駅伝競走部の監督に就任、現在に至る。著書に『自分流 駅伝・帝京大の育成力』（ベースボール・マガジン社）。

中野孝行監督の著書
『自分流 駅伝・帝京大の育成力』

高校時代に目立った実績を残していない選手を、帝京大学の4年間で育て上げる「育成の帝京」の指導方法を紹介。中野監督流の選手とのコミュニケーション術や箱根駅伝における采配など、著者の駅伝にかける思いが詰まった一冊。

ベースボール・マガジン社 1,500円＋税



全員でチームを作り上げる

—— 主将として、どのような思いでチームを率いていますか？

まさか僕が主将に選ばれるとは思っていなかったのですが、最初は戸惑いもありましたが、任されたからには主将の役目を全うしたいと考えています。

5月の関東インカレでは残念ながら思うような結果を残せませんでした。が、「帝京大学の主将」として注目されていることを感じ、改めて主将としての自覚が芽生える良い機会になりました。これから箱根駅伝に向けて、四年生の力も借りながら、チームをひとつにまとめていきたいと思っています。

—— チームの今の状態は？

主力の選手は目標と自覚を持って練習ができていますが、現状のチーム全体の戦力は昨年よりも低く、選手層も薄いので、これから全体を底上げして強いチームにしていく必要があると感じています。

強いチーム作りに不可欠なのが、全員のモチベーションを高めること。下級生はたとえ今季箱根駅伝のメンバーに選ばれなくても、来季以降もチャンスがあります。それを見据えて今から覚悟を持って気力と体力を高めてもらいたいし、逆にそうしなければ箱根駅伝を走ることが

できない。下級生にはこういうことも伝えながら、チームを鼓舞しています。

—— どのようなチームを作り上げていきたいですか？

一人ひとりがチーム作りを他人事ではなく、自分のこととして捉えられるチームです。そのためにも、上級生が自覚を持って行動し、ミーティングでは上級生と下級生混合のグループになって話し合うなど、下級生の意見を積極的に取り入れるようにしています。

学年を超えてコミュニケーションをとる中で、チームに今、何が足りないかを明らかにして、それをみんなで埋めていく。そんな意志のあるチームを作り上げていきたいですね。

箱根駅伝総合3位以内をめざす

—— チームとして掲げている今季の目標は？

「箱根駅伝往路優勝・総合3位以内」がチームの目標です。昨季の箱根駅伝では往路は4位と健闘したものの、復路は11位で総合8位に。目標だった3位以内には届かず、とても悔しい思いをしました。

今季はなんとしても目標を達成する。そんな強い思いから「月間目標シート」と「年間目標シート」をブラッシュアップ。チー

INTERVIEW

主将の決意

橋本 尚斗

初出場となった昨季の箱根駅伝では、復路のペース区間である9区で区間3位と好走。4年連続となるシード権獲得に、多大な貢献を果たした。中心選手として覚醒し、主将としてチームを引っ張る橋本(四年)に、今季にかける思いを聞いた。

ムとしても個人としても明確な目標を立て、それに向けて日々練習や行動ができるよう工夫しています。

—— 個人の目標は？

昨季は初めて出走した箱根駅伝で復路のペース区間・9区を走り、区間3位と予想以上に良い走りができました。これまで長い距離を任されたことがなかったのですが、僕が9区を走るという中野監督の采配には驚きでしたが、リラククスして快走できたことは、大きな自信につながりました。

今季の目標は、トラックでは5kmと1万mで帝京大学記録を更新すること。駅伝では箱根駅伝で2区を走って他大学のペースと競い合い、できるだけ前でたすきを渡すことです。最後まで粘って「勝つ」ことにこだわりたいと思っています。

先述の目標シートでは、①達成できそうな目標、②努力してクリアしたい目標、③最終的にめざす目標の3段階で目標を設定しています。

僕は①「5kmで14分切り、1万mで28分30秒切り、三大駅伝で区間8位以内」、②「5kmで13分50秒切り、1万mで28分20秒切り、三大駅伝で区間5位以内」、③「5kmで13分40秒切り、1万mで27分台、三大駅伝で区間3位以内」と目標を設定。

自信を持って本番に臨み、目標を確実にクリアしていけるよう、日々の練習一つひとつを大事にしていきたいです。

—— 目標の選手はいますか？

旭化成の相澤晃選手、Hondaの伊藤達彦選手です。最後まで粘る我慢強い走りが僕のポリシーで、普段のトレーニングでも、最後まで踏ん張って力を出し切ることを意識しています。

—— 最後に、帝京大学をめざす高校生にメッセージを。

選手の自主性を尊重するのが、帝京大学の特長です。中野監督の指導も僕たちに答えを与えてくれるのではなく、まずは自分で考えることが前提です。いつまでも受け身では成長することはできません。

一方、食事やトレーニング施設といった練習環境はどこよりも整っているのが、強くなりたいたい、自ら追い込んで練習をする選手は、どんどん伸びていきます。実際、僕は高校時代、全国大会では目立たない選手でしたが、大学に入ってからタイムが大きく伸び、自分の走り自信が持てるようになりました。強い意志を持って日々の練習に臨むことで、4年間で人間的にも成長できたと感じています。仲間と切磋琢磨しながら強くなりたいたいと思う高校生に、帝京大学をぜひめざしてほしいです。



箱根駅伝で3年連続3区を走る遠藤

目標はあくまで区間賞

中村 昨季の箱根駅伝では4区を走って区間9位。悪い走りではなかったが、後半にタイムも順位も落としてしまい、区間3位以内という個人目標も達成できず、悔しい思いをした。今季もまだ力不足を感じているので、これから調子を上げていきたい。

遠藤 僕も箱根駅伝では「8人抜き」の快走」と評価されたものの、目標だった3区区間賞には届かなかった。なので満足はしていない。昨季に比べると今季は練習ができていくけど、まだ十分ではない。中野監督が僕たちに提示する練習メニューは「これだけはやっておこう」という必要最低限のもので、中野監督は選手自身ももっと追い込むことを期待しているはず。受け身にならず、

選手層にもっと厚みを

中村 今季は、これまで不定期だった全体ミーティングを毎月開いて、各自の月間目標と照らし合わせながらその月のことを振り返る機会を設けている。個人目標は3段階で具体的に設定

プラスアルファの練習を積み上げていきたい。

細谷 箱根駅伝では5区で区間賞をとることができたが、チーム目標だった総合3位以内は達成できず、まだまだ力不足だと感じた。その後のクロスカントリーやハーフマラソンでもラストで負けてしまったことが多かった。今、今は最後まで粘り、力を出し切ることを意識して練習している。

小野 昨季は全日本大学駅伝で1区を走りまわした。決して満足できる結果ではなかったですが、とても良い経験になりました。今季は目標となる試合があり、強い後輩も入ってきたので、かなりモチベーションが上がっています。目標である箱根駅伝に向けて、今の時期から戦略的に組み立てていきたいです。



4区・中村から5区・細谷への中継

する、先輩・後輩混合のグループで話し合うなどやり方も工夫して、例年よりも内容が濃いミーティングができています。

細谷 ミーティングでは、「箱根駅伝往路優勝・総合3位以内」という今季のチーム目標に向けて、全体の意識を統一することも大事にしている。箱根駅伝に絡む選手とそうでない選手との間にまだ温度差があるので、一人ひとりがチームにおける自分の役割を認識することが大事だと思う。

遠藤 四年生が中心になってチームを引っ張っている一方、下級生が受け身になりがちで、全員

がもっと積極的に練習に取り組んでいく必要があると感じる。チーム一丸となって上をめざせる雰囲気になりたい。

中村 選手間に力量差と意識の差があるのは事実。駅伝シーズンに向けて、しっかりと底上げをしていきたい。選手層を厚くすることが、勝てるチーム作りにつながると思う。

小野 四年生のリーダーシップは頼りになる反面、きつと負担になっていると思うので、下級生の代表として僕もチーム作りを支えたいです。二年生全員が積極的にチーム作りに関わることで、チーム全体に刺激を与え、モチベーションを高めたいです。

4代目山の神に名乗り

中村 僕と遠藤、細谷は最終学年。箱根駅伝では再び4区を走って区間3位以内に入り、昨季のリベンジを果たしたい。トラックでの目標は、帝京大学記録の更新。昨季は練習量が足りていなかった。今季はしっかりと距離を走り込み、走力に磨きをかけていきたい。

遠藤 箱根駅伝に出場することを目標に帝京大学に入学したので、今季は100%力を出し切るつもりで取り組む。目標は、3区を二年生のときに出した自分の記録よりも早いタイム

で走ること。希望は3区だけでも2区を走れるレベルの練習を重ね、力をつけたい。

細谷 箱根駅伝では今季も5区を走り、69分台の区間新記録と往路優勝を本気で狙っていく。「山の神」と称されるような選手になりたいけど、山だけの選手とは思われたいので、今季は出る大会すべてで確実に結果を出したい。

小野 昨季は箱根駅伝を走ることができずに悔しい思いをしたので、今季は絶対に出場したいです。僕の希望は1区です。周りの選手と競り合いながらレースを展開することが得意なので、1区で活躍してチームに貢献したいです。また、トラックでは1万mで28分40秒を切り、ハーフにも挑戦したいです。



帝京大学初の5区区間賞に輝いた細谷

中村 風馬 × 遠藤 大地 × 細谷 翔馬 × 小野 隆一郎

CROSS TALK

主力選手の決意

昨季の箱根駅伝では3区～5区を任された遠藤、中村、細谷(四年)。主力としてチームを支え続けた彼らもついに最終学年を迎えた。ルーキーイヤーの昨年、全日本大学駅伝で1区を走り、さらなる飛躍が期待される小野(二年)と共に、チームの課題と目標を語り合った。

P11写真提供: 関東学連



Sports Science & Medicine

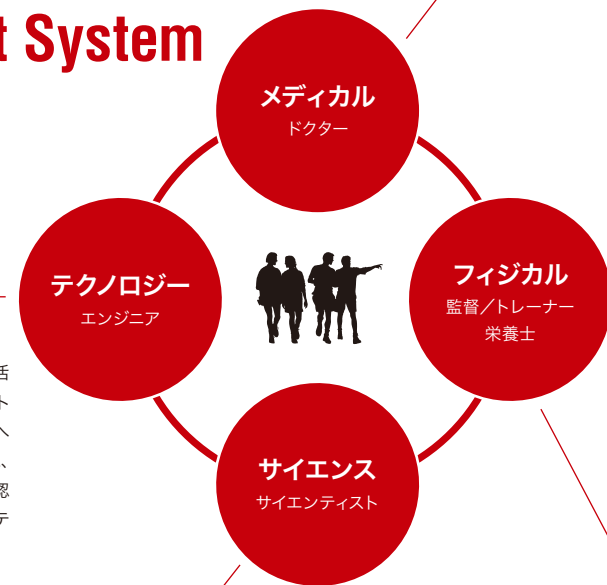
帝京大学スポーツ医科学センター

スポーツ医科学をさらに究め、 学生たちを安全に、健康に、強くする

帝京大学スポーツ医科学センターは、「メディカル」「フィジカル」「サイエンス」「テクノロジー」の各分野の専門スタッフがチームを結成し、分野を超えた連携をしながら各クラブをサポートしています。“うちかつ強さを”をスローガンに掲げ、学生アスリートの希望を叶えられるように多角的なサポートをしています。

Total Support System

各クラブを4方面から支える
トータルサポートシステム



Technology Support

テクノロジーサポート

テクノロジー部門では、情報処理技術を活用し、サポートに必要な情報を管理するソフトウェアサービスの開発を行うことで、選手への効率的なサポートを実現しています。また、練習や試合の映像をいつでも、どこでも確認できる情報収録 & 映像データベースシステムも構築しています。

Science Support

サイエンスサポート

サイエンス部門では、選手に関するさまざまなデータを測定・分析し、それらを検証して科学的根拠に基づく新しい測定法・評価法の開発を行っています。駅伝競走部では環境制御室を使用して、最大酸素摂取量や乳酸、心拍数など、選手の基礎的なデータを計測。監督やコーチにフィードバックして、練習の強度に反映しています。



Medical Support

メディカルサポート

メディカル部門では、超音波やMRI、高気圧酸素治療室などを備えたスポーツ医科学クリニックを八王子キャンパス内に開院し、スポーツ傷害に対する診療を行っています。また、クリニックでの診療にとどまらず、練習・試合・合宿にも帯同し、アスリートとの日常的なかわりを通じてスポーツ傷害の早期発見・予防を行っています。



Physical Support

フィジカルサポート

栄養

栄養グループは管理栄養士により構成され、各測定や調査に基づく個々の栄養状態から競技特性を考慮したうえで、コンディション維持・向上を目的とした栄養サポート（栄養指導・食教育、食事提供等）を行っています。

トレーナー

トレーナーグループにはアスレティックトレーナーとフィジカルコーチが所属し、選手に対する傷害の予防とコンディショニング、スポーツ傷害からの早期復帰支援などの専門業務に加え、選手の自立を促す活動に取り組んでいます。



撮影=川本聖哉 取材・文=外山武史

国内屈指のスポーツ医療でアスリートを守る

帝京大学スポーツ医科学センターは、国内有数の充実した医療設備を備え、スポーツ傷害の予防と治療に取り組んでいます。スポーツ医療を推進する「メディカルチーム」の強みのひとつは、エコー（超音波）による診療です。スポーツ医科学センターの1階にあるスポーツ医科学クリニックでは、選手は診察室に入ってから、わずか数分で適切な診断を受けられます。また、けがを早期発見して悪化を防ぐことや、けが予防のためにトレーニングを見直すことも可能です。さらには、学内外の医療機関と連携しているため、状況に応じて各分野の権威とされる医師を紹介することもできます。ありとあらゆる手段で選手を守ることが私たちの役目です。

サポートスタッフ紹介

大学最高水準と言われる帝京大学のサポート体制。今季は新たに5人のメンバーが加わり、その体制はより盤石なものに。スタッフを紹介しよう。



杉本 昇三 コーチ

帝京大学八王子キャンパス広報グループ

今季からチームの一員として加わりました。帝京大学八王子キャンパス広報グループの業務と並行して、駅伝競走部のコーチとして選手のスカウトと育成を行っています。今年度のチーム目標を達成するために何が出来るかを常に考えながら選手への声掛けを行い、日々の中でのちょっとした変化に対応できるよう、心がけていきます。選手が目標に向かって歩みを進められるよう、しっかりサポートしていきます。



野尻 康太郎 コーチ

今季からコーチに就任しました。チーム目標である「箱根駅伝往路優勝・総合3位以内」を達成するべく、日頃の練習から選手の体調などを確認。中野監督やスタッフと連携をとりながら、選手が競技会や大会で最大限力を発揮できるよう務めています。生活面では主務・マネージャーと密に連絡を取り合い、選手にとってより良い練習環境を作ることをめざして、マネジメントを行っています。



加藤 基 アスレティックトレーナー

帝京大学スポーツ医科学センター

けがをしている選手が競技に復帰できるよう、アスレティックリハビリテーションを行います。このリハビリは損傷が癒えるのを待つだけではなく、けがの原因を除去し、パフォーマンスを高めるために必要な能力を向上させることが目的です。私は選手自身がよく考えることが大切だと考えており、ただ単にこうしたいと願うだけでなく、そのために必要なことまで選手自身で考えられるよう、サポートしていきます。



大桃 結花 理学療法士

帝京大学スポーツ医科学センター/日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー

主に選手のアスレティックリハビリテーションを担当しています。他にもパフォーマンスを高める動き作りや補強、体の使い方などの指導、医師・管理栄養士と連携して障害予防の取組も行っていきます。けがの原因を取り除き、今後再発や他のけがをせず、元気に走れる状態にして復帰させることを重視しています。選手が自分の体のことを知り、状態に応じて必要なことを選択できるよう、サポートしています。



葛西 真弓 助教

帝京大学スポーツ医科学センター/管理栄養士

駅伝は貧血などのコンディション不良や体重管理が競技成績を左右しますが、そこには日々の食事が大きくかわります。選手には栄養レクチャーや日々のコミュニケーションを通して、食に関する知識を伝えています。駅伝競走部を担当して7年目ですが、食を大切にすることが当たり前になり、とても頼もしいです。選手にアドバイスをする際は選手の個性に合わせ、科学的根拠に基づいた指導をしています。選手の可能性を広げられるよう、共に戦ってまいります。



大西 朋 講師

帝京大学スポーツ医科学センター/サイエンスチーム

私の専門は運動生理学で、最大酸素摂取量や乳酸値など、選手の測定データ分析やトレッドミルを用いたトレーニングを行っています。測定結果は監督やコーチ、スタッフと共有し、選手にもフィードバックをしています。自分がどういう傾向にあるのかを知ることで、トレーニングの目的や意味の捉え方も変わってきます。そして、自分の伸びしろがどこにあるのかも考えることができる。それを伝えることを大切にしています。



山田 剛 顧問

帝京大学医真菌研究センター准教授

今季から顧問として加わり、中野監督の席巻のサポートを行っています。具体的には、学内での調整や書類作成、広報などの事務的な部分を担い、中野監督が選手の指導やスカウトなどの監督業により集中できるよう務めています。選手を直接指導することはありませんが、練習にもできるだけ顔を出して選手やスタッフとコミュニケーションをとり、円滑な部の運営に貢献したいと思っています。

サイエンスサポート 帝京大学スポーツ医科学センター

駅伝競走部の選手たちは、帝京大学スポーツ医科学センターが提供する科学的根拠に基づいたサポートを受けることができます。フローチャート形式で、選手の有酸素能力測定の様子を紹介します。



Step1 測定前のコンディション確認

駅伝競走部の選手個々の有酸素能力測定は、帝京大学スポーツ医科学センター内にある環境制御室で行います。測定する項目は、最大酸素摂取量、乳酸値、心拍数など。測定は選手のコンディションが整った状態で行うことが前提になるので、測定前には必ず当日の体調などの確認を行います。



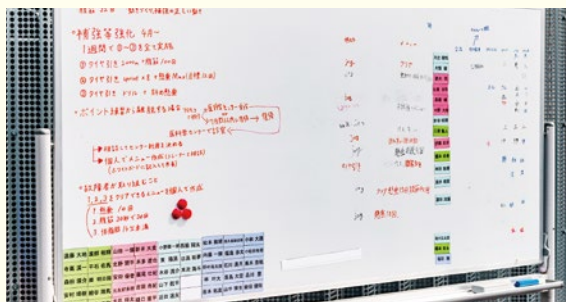
Step2 測定器具の着用

選手のコンディションに問題がないことが確認できたら、測定器具を着用して準備を進めます。選手は汗が流れ落ちるのを防ぐため、競泳用の帽子を着用。非常時にすぐに測定を中止できるように、同室で使用しているトレッドミルには安全装置が付いています。



Step3 測定スタート

選手はトレッドミルを3分間走った後、1分間立位で静止した状態で乳酸値を測定。これを繰り返していきます。トレッドミルの速度は毎分250m（1km換算4分ペース）からスタートし、3ステージで毎分290m（同3分27秒ペース）、5ステージで毎分330m（同3分02秒ペース）と、1ステージ20m/分ずつ負荷を上げていきます。



Step4 結果をフィードバック

測定した選手のデータは分析、検証を行った上で、選手、監督、コーチにフィードバックを行います。レースにおけるペース設定や日々の練習の強度に反映させています。

What's 環境制御室?



環境制御室では、①通常気圧で酸素濃度の調節を行い低酸素の環境をつくること、②温度と湿度をコントロールすることで、高地環境（0～4500m）や暑熱環境でのトレーニングが可能です。常圧環境で酸素濃度のみを低下させるため、安全にトレーニングや測定を行うことができます。

低酸素トレーニングは酸素運搬能力や筋の酸素消費能力の改善をもたらすこ

とが主目的ですが、高地トレーニングの前に実施することで、高地環境に順応する準備をすることもできます。さらに、低酸素環境は傷害からの復帰段階にあるアスリートに対し、運動強度を無理に上げることなく、呼吸循環機能に負荷をかけることができます。

気温は0℃～45℃、湿度は30%～80%の範囲で環境をコントロールできるため、遠征前の暑熱対策も可能です。

アスリート栄養サポート 帝京大学スポーツ医科学センター

駅伝競走部の選手たちは、朝食、夕食を帝京大学スポーツ医科学センター内にある食堂でとります（昼食は希望制）。管理栄養士が考える毎日のメニューは、栄養バランスが整っているだけでなく、おいしくてバリエーションが豊富と好評です。ハードな練習後や暑い季節でも、自然と食が進みます。

主務・樋口が撮影!

帝京大学スポーツ医科学センター 1週間の夕食レポート!

Mon.



白身魚と彩り野菜の照り焼き/レバーの唐揚げ/サラダ/フルーツ/鉄分葉酸ヨーグルト/強化米・ゆかりご飯/味噌汁

Tue.



牛おろし焼肉/五目ひじき/茄子の揚げ浸し/フルーツ/ダノンデンシアヨーグルト/強化米・炊き込みご飯/味噌汁

Wed.



チキンときのこのマヨ焼き/じゃが芋のカレー炒め/ほうれん草の五色和え/フルーツ/鉄分葉酸ヨーグルト/強化米・発芽米/コンソメスープ

Thu.



鶏肉のチリソース/刻み昆布と枝豆の煮物/花野菜マリネ/フルーツ/ジョア(マスカット)/強化米・麦ご飯/味噌汁

Fri.



ポークソテー・ジンジャーソース/大根と里芋の田楽/サラダ/フルーツ/ダノンデンシアヨーグルト/強化米・いりご飯/味噌汁

管理栄養士
葛西真弓先生監修!



科学的知見に沿った食事メニュー
リラックスできる空間づくりにも配慮

帝京大学スポーツ医科学センターで提供している食事のエネルギー・栄養素摂取目標量は、科学的な知見に沿って算出しています。特に、貧血や疲労骨折に関連する栄養素の摂取に力を入れています。また、食事は選手がリラックスできる大切な時間なので、快適な空間づくりにも配慮しています。



EKIDEN

TEIKYO UNIV.
SPORTS OFFICIAL
YEARBOOK 2021



撮影：志賀 由佳 (P18)、佐藤 凌平 (駅伝競走部OB/P18-19) 写真提供：Ryo.O (P18)、関東学連 (P19)



四年生

PLAYERS LIST 2021

2021年 帝京大学駅伝競走部 プレーヤーズリスト

Profile 氏名 / 学部・学科 / 出身高校 / 出身地 / 身長・体重
 ①目標 ②座右の銘 ③ 5000m、10000mの自己ベストタイムと目標タイム

4th Grade

PLAYERS LIST
2021
Ekiden
4年生



安村晴樹

YASUMURA Haruki
 医療技術学部スポーツ医療学科
 西京高/山口県/173cm・63kg
 ①全種目自己ベスト更新②笑う門には福来る
 ③5000m (14:28.85/14:10)
 10000m (31:07.05/29:15)



平石佑馬
副主将

HIRAISHI Yuma
 教育学部教育文化学科
 桂高/京都府/170cm・58.5kg
 ①副主将としてチーム目標に貢献する②One for all ALL for one③5000m (14:38.89/14:30)
 10000m (29:48.16/29:15)



寺島溪一

TERASHIMA Keiichi
 医療技術学部スポーツ医療学科
 前橋育英高/群馬県/177cm・59kg
 ①箱根駅伝総合3位以内②やればできる
 ③5000m (14:01.98/13:30台)
 10000m (30:09.59/28:30台)



渡部裕輝

WATABE Hiroki
 教育学部教育文化学科
 清風高/大阪府/182cm・64.5kg
 ①偉大な先輩の記録を越す②常にストリート
 ③5000m (14:56.14/14:09)
 10000m (-/29:25)



細谷翔馬

HOSOYA Shoma
 医療技術学部スポーツ医療学科
 東北高/山形県/173cm・56kg
 ①箱根駅伝総合3位以内②どこへ行っても自分次第
 ③5000m (13:55.77/13:50)
 10000m (28:53.90/28:30)



仲亀京助
マネージャー

NAKAGAME Kyosuke
 経済学部経営学科
 加藤学園高/静岡県/168cm・56kg
 ①勝つチームへと成長させる②獅子博魂



遠藤大地

ENDO Daichi
 医療技術学部スポーツ医療学科
 古川工業高/宮城県/174cm・59kg
 ①箱根駅伝総合3位以内②愛は勝つ
 ③5000m (13:55.97/13:45)
 10000m (28:34.88/28:15)



高橋峻

TAKAHASHI Ryo
 医療技術学部スポーツ医療学科
 武蔵越生高/埼玉県/168cm・54kg
 ①箱根駅伝出走②毎日が楽しいなんて毎日楽しくないのと同じ③5000m (14:50.27/14:05)
 10000m (31:34.15/28:59)



北野開平

KITANO Kaihei
 医療技術学部スポーツ医療学科
 須磨学園高/兵庫県/161cm・45kg
 ①箱根駅伝6区5位、10000m28分台②人生一度きり③5000m (14:24.68/13分台)
 10000m (30:05.84/28:40)



伊藤圭介

ITO Keisuke
 経済学部観光経営学科
 鳴門高/徳島県/166cm・53kg
 ①箱根駅伝に出走し、チーム目標に貢献する②得意淡然 失意泰然
 ③5000m (14:38.15/13:45)
 10000m (30:41.70/28:20)

3rd Grade

PLAYERS LIST
2021
Ekiden
3年生



中野大地

NAKANO Daichi
 医療技術学部スポーツ医療学科
 国学院久我山高/東京都/168cm・55kg
 ①自己ベスト大幅更新②明珠在掌
 ③5000m (14:56.37/14:10)
 10000m (30:47.03/28:50)



鈴木究

SUZUKI Kiwamu
 法学部法律学科
 加藤学園高/静岡県/176cm・58kg
 ①箱根駅伝出走②挑戦
 ③5000m (14:40.60/14:09)
 10000m (30:30.46/29:20)



大花将太

OHANA Shota
 経済学部経済学科
 中越高/新潟県/172cm・56kg
 ①箱根駅伝出走②迷った時は困難な道に進め
 ③5000m (14:35.77/14:10)
 10000m (30:09.42/29:10)



新井大貴

ARAI Hiroki
 医療技術学部スポーツ医療学科
 前橋育英高/群馬県/167cm・54kg
 ①箱根駅伝5区区間3位以内②枯れても戻るな
 ③5000m (14:13.45/13:55)
 10000m (30:35.08/28:30)



三原魁人

MIHARA Kaito
 医療技術学部スポーツ医療学科
 洛南高/京都府/178cm・55.5kg
 ①箱根駅伝総合3位以内②人生はアート
 ③5000m (14:17.90/14:00)
 10000m (30:36.40/29:00)



中村風馬
寮長

NAKAMURA Fuma
 医療技術学部スポーツ医療学科
 草津東高/滋賀県/169cm・52kg
 ①帝京記録更新②挑戦
 ③5000m (13:56.43/13:50)
 10000m (28:52.37/28:20)



國本尚希

KUNIMOTO Naoki
 医療技術学部スポーツ医療学科
 出水中央高/熊本県/171cm・59kg
 ①箱根駅伝出走②努力は報われる
 ③5000m (14:25.61/14:00)
 10000m (30:20.73/28:59)



森田瑛介

MORITA Eisuke
 教育学部教育文化学科
 前橋育英高/群馬県/178cm・59kg
 ①箱根駅伝区間5位以内②人生はアト
 ③5000m (13:53.28/13:45)
 10000m (30:32.59/29:15)



橋本尚斗
主将

HASHIMOTO Naoto
 教育学部教育文化学科
 鳴門高/徳島県/185cm・62kg
 ①箱根駅伝総合3位以内②念ずれば花が開く
 ③5000m (13:57.93/13:45)
 10000m (28:52.73/28:10)



郷明日翔

GO Asuka
 教育学部教育文化学科
 九州学院高/熊本県/165cm・50kg
 ①5000m自己ベスト更新②笑顔で謙虚に懸命に
 ③5000m (14:19.85/14:10)
 10000m (30:24.22/29:59)



水谷 滉介

MIZUYA Kosuke
医療技術学部スポーツ医療学科
日立工業高/茨城県/175cm・61kg
①10000m29分50秒切り②栄光に近道なし
③5000m (14:41.50/14:10)
10000m (31:02.63/29:20)



林田 海輝

HAYASHIDA Kaiki
医療技術学部スポーツ医療学科
東北高/宮城県/167cm・57kg
①三大駅伝出走②石の上にも三年
③5000m (14:44.36/14:10)
10000m (32:07.11/29:30)



近田 達矢

KONDA Tatsuya
医療技術学部スポーツ医療学科
豊川高/愛知県/172cm・56kg
①箱根駅伝9区出走②ムリではなくムスカシである
③5000m (14:23.76/13:59)
10000m (31:58.17/28:59)

2nd Grade
PLAYERS LIST
2021 Ekiden
2年生



吉岡 尚紀

YOSHIOKA Naoki
教育学部教育文化学科
桂高/京都府/167cm・58kg
①怪我を減らし継続した練習を行う②努力の上に
花が咲く③5000m (14:37.37/14:10)
10000m (30:04.12/29:10)



元永 好多朗

MOTONAGA Kotaro
医療技術学部スポーツ医療学科
宇部高専/山口県/167cm・53kg
①箱根駅伝出走②努力は無限、才能は有限
③5000m (14:29.04/13:59)
10000m (29:45.82/28:59)



藤尾 壮紀

FUJIO Shoki
医療技術学部スポーツ医療学科
伊賀白鳳高/三重県/174cm・55kg
①自己ベスト更新②1000年経っても藤尾
③5000m (14:44.12/14:20)
10000m (-/29:20)



比嘉 良悟

HIGA Ryogo
経済学部国際経済学科
那覇西高/沖縄県/170cm・55kg
①ハーフマソン65分30秒②初志貫徹
③5000m (14:51.75/14:25)
10000m (-/29:50)



山下 航平

YAMASHITA Kohei
経済学部経済学科
白鷗大足利高/栃木県/174cm・54kg
①14分35秒切り②因果応報
③5000m (14:53.88/14:10)
10000m (-/28分台)



針谷 咲輝

HARIGAI Shoki
経済学部国際経済学科
白鷗大足利高/栃木県/171cm・54kg
①箱根駅伝出走②挑戦
③5000m (14:28.54/13分台)
10000m (29:56.64/28分台)



塩井 広太郎

SHIOI Kotaro
医療技術学部スポーツ医療学科
九州学院高/熊本県/173cm・58kg
①箱根駅伝出走、5000m自己ベスト更新②夢・
挑戦③5000m (14:38.96/14:10)
10000m (-/29:10)



大辻 頌悟

OTSUJI Shogo
医療技術学部スポーツ医療学科
水城高/茨城県/168cm・57kg
①自己ベスト更新②THE SHOGO MUST GO
ON③5000m (14:28.61/14:25)
10000m (-/30:00)



小川 果梨
関東学連常任幹事

OGAWA Karin
医療技術学部スポーツ医療学科
福岡講倫館高/福岡県
①積極的に行動する②因果応報



山田 一輝

YAMADA Kazuki
経済学部観光経営学科
白石高/佐賀県/169cm・51kg
①箱根駅伝出走②失敗は成功の過程
③5000m (14:19.58/13:59)
10000m (29:53.27/28:35)



本多 遼也

HONDA Ryoya
経済学部経済学科
藤沢翔陵高/神奈川県/171cm・57kg
①ハーフマソン64分切り②勇猛果敢
③5000m (14:43.46/14:00)
10000m (30:52.85/29:00)



樋口 雄平
主務

HIGUCHI Yuhei
医療技術学部スポーツ医療学科
帝京高/東京都/168cm・56kg
①箱根駅伝総合3位以内②率先垂範



東陽 晃

HIGASHI Hikaru
教育学部教育文化学科
西条農高/広島県/172cm・54kg
①箱根駅伝出走②雨垂れ石を穿つ
③5000m (14:53.56/14:10)
10000m (32:15.10/29:00)



末次 海斗

SUETSUGU Kaito
経済学部経済学科
鳥栖工業高/佐賀県/170cm・53.3kg
①箱根駅伝出走②才能がないからといってそれが
努力しない理由にはならない
③5000m (14:29.07/13:55)
10000m (31:46.76/28:50)



大吉 優亮

OYOSHI Yusuke
医療技術学部スポーツ医療学科
市立船橋高/千葉県/174cm・59kg
①箱根駅伝出走②一心不乱
③5000m (14:15.07/13:50)
10000m (31:45.22/28:30)



日高 拓夢

HIDAKA Takumu
医療技術学部スポーツ医療学科
鶴崎工業高/大分県/165cm・52kg
①箱根駅伝出走②彼も人なり予も人なり
③5000m (14:39.69/13分台)
10000m (31:44.30/28:30)



西脇 翔太

NISHIWAKI Shota
医療技術学部スポーツ医療学科
名古屋経済大学高蔵高/愛知県/168cm・49kg
①覚悟②逃げるな、逃がしている
③5000m (14:01.07/13:59)
10000m (30:36.47/28:59)



大類 駿

ORUI Shun
医療技術学部スポーツ医療学科
報徳学園高/兵庫県/171cm・50kg
①箱根駅伝出走②積小為大
③5000m (14:45.22/13分台)
10000m (31:02.60/28分台)



深井 琉聖

FUKAI Ryusei
医療技術学部スポーツ医療学科
那須拓陽高/栃木県/173cm・60kg
①箱根駅伝出走②今日が人生で1番若い日
③5000m (14:40.06/14:10)
10000m (-/28分台)



濱田 洸誠

HAMADA Kosei
法学部法律学科
藤枝明誠高/静岡県/167cm・54kg
①箱根駅伝出走②技術は一生の宝
③5000m (14:33.67/14:00)
10000m (-/29:30)



小野 隆一朗

ONO Ryuichiro
医療技術学部スポーツ医療学科
北海道栄高/北海道/172cm・51kg
①箱根駅伝1区出走②「ありえない」なんて事は
ありえない
③5000m (14:04.47/13:40)
10000m (28:59.41/28:00)



三年生



松本 敦靖

MATSUMOTO Nobuyasu
医療技術学部スポーツ医療学科
水島工業高/岡山県/175cm・58kg
①三大駅伝出走②走魂一生
③5000m (14:32.90/14:09)
10000m (-/29:19)



福島 渉太

FUKUSHIMA Shota
医療技術学部スポーツ医療学科
小林高/福岡県/172cm・54kg
①三大駅伝出走②笑顔
③5000m (14:09.52/14:00)
10000m (-/28:00)



野村 祐太郎

NOMURA Yutaro
経済学部経済学科
拓殖大学第一高/東京都/175cm・63kg
①5000m14分20秒切り②七転び八起き
③5000m (14:41.02/13分台)
10000m (-/28分台)



内藤 一輝

NAITO Kazuki
医療技術学部スポーツ医療学科
洛南高/京都府/175cm・53kg
①三大駅伝出走②置櫃は第二の天性なり
③5000m (14:10.39/13:49)
10000m (-/28:40)



山中 博生

YAMANAKA Hiroki
文学部社会学科
草津東高/滋賀県/181cm・53kg
①5000m、10000m自己ベスト更新②臥薪嘗胆
③5000m (14:29.51/14:10)
10000m (33:58.07/29:20)



福田 翔

FUKUDA Sho
医療技術学部スポーツ医療学科
世羅高/広島県/166cm・51kg
①箱根駅伝出走②現状維持は後退
③5000m (14:26.59/13:59)
10000m (-/28:59)



林 叶大

HAYASHI Kanata
医療技術学部スポーツ医療学科
小豆島中央高/香川県/176cm・57kg
①箱根駅伝出走②難雑沓を玉にす
③5000m (14:39.10/13:45)
10000m (-/28:30)



西久保 雄志郎

NISHIKUBO Yujiro
医療技術学部スポーツ医療学科
鹿児島工業高/鹿児島/170cm・56kg
①怪我をしないで練習をしっかりとこなしていく
②得意淡然 失意泰然
③5000m (14:30.33/14:09)
10000m (-/29:20)



二年生



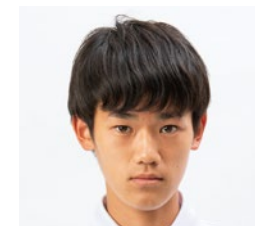
一年生



柴田 健佑

マネージャー

SHIBATA Kensuke
経済学部経営学科
流通経済大附柏高/千葉県/174cm・60kg
①1年生から箱根駅伝2人出場②臥薪嘗胆



小林 大晟

KOBAYASHI Taisei
医療技術学部スポーツ医療学科
鎮西学院高/長崎県/170cm・51kg
①箱根駅伝出走②栄光に近道なし
③5000m (14:24.33/13:50)
10000m (29:35.05/28:50)



岩本 拓真

IWAMOTO Takuma
医療技術学部スポーツ医療学科
西脇工業高/兵庫県/173cm・56kg
①5000m14分20秒切り②継続は力なり
③5000m (14:41.44/13分台)
10000m (-/28:40)

1st Grade
PLAYERS LIST
2021
Ekiden
1年生



高島 大空

TAKASHIMA Kanata
医療技術学部スポーツ医療学科
流通経済大附柏高/千葉県/173cm・61kg
①チームに良い影響を与える選手になる②報恩謝徳
③5000m (14:29.62/13:50)
10000m (-/28:50)



品川 慧

SHINAGAWA Kei
医療技術学部スポーツ医療学科
慶誠高/熊本県/169cm・57kg
①安定感のある選手になること②一年後の成功を想像すると、日々の地道な作業に取り組むことができる③5000m (14:57.27/14:30秒切り)
10000m (-/30分切り)



黒木 浩祐

KUROGI Kosuke
医療技術学部スポーツ医療学科
小林高/宮崎県/172cm・55kg
①5000m14分30秒切り②努力しても成功するとは限らないが、成功しているものは、皆努力している③5000m (15:21.11/14:30)
10000m (-/29:30)



石川 湧月

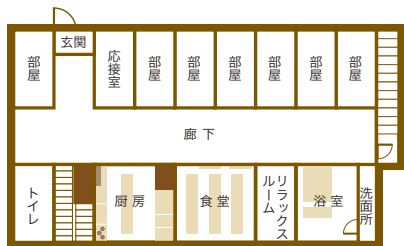
ISHIKAWA Yuzuki
経済学部経営学科
市立船橋高/千葉県/177cm・59kg
①5000m、10000m自己ベスト更新②二者三様
③5000m (14:41.12/13分台)
10000m (31:13.21/28分台)



帝京大学駅伝競走部 合宿所紹介

帝京大学八王子キャンパスと陸上競技場から徒歩10分程度の場所に位置する、駅伝競走部の合宿所。選手が4年間、寝食を共にするこの合宿所は、寮長の中村風馬を中心に選手だけで管理している。施設を紹介しよう。

1F



■ 食堂



■ 厨房



■ リラックスルーム



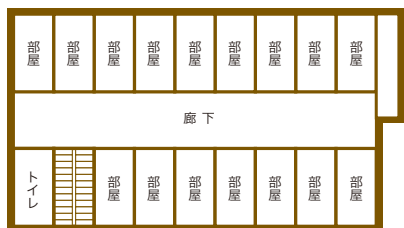
■ 洗面所



■ 浴室



2F



■ 部屋(寝室)



【1F】

厨房には大きな業務用冷蔵庫と調理器具が揃う。料理上手な選手が自炊することも。リラク্সルームにはマッサージ用のベッドやバランスボールなどがある。

【2F】

選手の部屋(寝室)が並ぶ。先輩との相部屋なので、わからないことはなんでも聞いてみよう。

陸上競技場



駅伝競走部が練習を行う陸上競技場は、日本陸上競技連盟より第4種公認陸上競技場として認定されており、競技会や記録会にも使用できる。特長を紹介しよう。

陸上競技場

400m×6レーンのトラックには、国際陸上競技連盟IAAFオフィシャルサプライヤーのMONDO社製(イタリア)のスポーツフレックス・スーパーXを使用。全天候型のトラック材で、グリップ力、衝撃吸収力、反発力に優れている。オリンピックではリオ大会を含め7大会連続、世界陸上など多くの国際大会で実績がある。



人工芝
モンドターフ



スポーツフレックス・
スーパーX

公認陸上競技場とは

公認陸上競技場とは走路数や観客席の収容人数、トラックとフィールドの舗装材など、さまざまな規定条件を満たした陸上競技場が日本陸上競技連盟によって認定されるもので、第1種から第4種までの区分がある。本学の八王子キャンパス陸上競技場は、2016年3月に日本陸上競技連盟の公認検定を受け、4月に第4種公認陸上競技場として認定された。

更衣室&シャワー室

デスクやトレーニングマシン、マッサージベッドなどがあり、着替えはもちろん、ミーティングルームとしても活用され、選手たちの交流の場にもなっている。また、シャワールームが6つ備えつけられており、練習を終えた選手たちが頻りに活用している。



意識を高めるオリジナルグッズの数々



箱根をめざす選手たる者、準備を怠ってはならない！合宿所でも熱くなれ！

寮長・中村 風馬

■ 日めくりカレンダー



■ マガジンラック



2020年後半～2021年前半の主な大会記録

2020年10月4日(日)

多摩川五大学対校長距離競技会

裾野市運動公園陸上競技場

名前	学年	タイム	種目	順位	備考
針谷 咲輝	1	14:33.24	5000m	C組5位	自己新
近田 達矢	1	14:41.57	5000m	C組8位	
境 勇樹	4	15:01.62	5000m	C組14位	
末次 海斗	1	15:20.08	5000m	C組16位	
東 陽晃	1	15:40.29	5000m	C組17位	
山根 昂希	4	14:18.54	5000m	B組6位	
遠藤 大地	3	14:34.37	5000m	B組12位	
吉田 律哉	4	14:56.22	5000m	B組21位	
山田 一輝	2	30:11.38	10000m	B組10位	自己新
三原 魁人	3	30:36.40	10000m	B組14位	自己新
北野 開平	2	30:37.84	10000m	B組15位	自己新
安村 晴樹	3	31:07.05	10000m	B組19位	自己新
元永 好多朗	2	31:45.40	10000m	B組20位	
小野寺 悠	4	13:50.65	5000m	A組2位	自己新
小野 隆一郎	1	14:07.19	5000m	A組10位	自己新
谷村 龍生	4	14:25.31	5000m	A組15位	
橋本 尚斗	3	14:30.31	5000m	A組18位	
鳥飼 悠生	4	29:10.10	10000m	A組8位	自己新
増田 空	4	29:26.46	10000m	A組11位	自己新
細谷 翔馬	3	29:42.34	10000m	A組16位	自己新
森田 瑛介	3	30:39.48	10000m	A組19位	

2020年11月1日(日)

秩父宮賜杯第52回全日本大学駅伝対校選手権大会

熱田神宮西門前(愛知)～伊勢神宮内宮宇治橋前(三重)

チーム成績	タイム	順位	順位	備考
帝京大学	5:14:40	総合(106.8km)	第7位	帝京新

名前	学年	タイム	区間	順位	備考
小野 隆一郎	1	27:34	1区(9.5km)	区間18位	帝京新
小野寺 悠	4	32:08	2区(11.1km)	区間9位	
鳥飼 悠生	4	33:54	3区(11.9km)	区間4位	帝京新
遠藤 大地	3	34:56	4区(11.8km)	区間12位	帝京新
橋本 尚斗	3	36:42	5区(12.4km)	区間8位	
増田 空	4	37:43	6区(12.8km)	区間3位	帝京新
星 岳	4	52:14	7区(17.6km)	区間5位	帝京新
細谷 翔馬	3	59:29	8区(19.7km)	区間9位	

2020年11月23日(月)

10000m記録挑戦競技会

相模原ギオンスタジアム

名前	学年	タイム	種目	順位	備考
水谷 滉介	1	31:02.63	10000m	2組8位	自己新
日高 拓夢	1	31:44.30	10000m	2組17位	自己新
大吉 優亮	1	32:38.20	10000m	2組27位	
東 陽晃	1	32:15.10	10000m	3組22位	自己新
大花 将太	2	32:27.02	10000m	3組25位	
新井 大貴	2	31:09.91	10000m	4組5位	
甘崎 勝	4	29:53.81	10000m	5組2位	自己新
境 勇樹	4	29:58.09	10000m	5組6位	自己新
元永 好多朗	2	30:59.79	10000m	5組14位	自己新
三原 魁人	3	31:02.66	10000m	5組15位	
末次 海斗	1	31:46.76	10000m	5組18位	自己新
西脇 翔太	1	31:14.47	10000m	6組11位	
國本 尚希	3	31:14.75	10000m	6組12位	
近田 達矢	1	31:58.17	10000m	6組14位	自己新
小野 隆一郎	1	29:19.57	10000m	7組2位	
山田 一輝	2	29:59.24	10000m	7組11位	自己新
谷村 龍生	4	30:27.51	10000m	7組16位	
星 岳	4	28:20.63	10000m	9組1位	自己新・帝京新
小野寺 悠	4	28:30.17	10000m	9組4位	自己新・帝京新
鳥飼 悠生	4	28:51.64	10000m	9組14位	自己新
中村 風馬	3	28:52.37	10000m	9組15位	自己新
橋本 尚斗	3	29:10.20	10000m	9組20位	

2021年1月2日(土)・3(日)

第97回東京箱根間往復大学駅伝競走

大手町読売新聞社前(東京)～箱根町芦ノ湖駐車場入り口(神奈川)

チーム成績	タイム	順位	順位	備考
帝京大学	11:04:08	総合(217.1km)	第3位	
	5:30:39	往路(107.5km)	第4位	
	5:33:29	復路(109.6km)	第11位	

名前	学年	タイム	区間	順位	備考
小野寺 悠	4	1:03:35	1区(21.3km)	区間13位	
星 岳	4	1:08:16	2区(23.1km)	区間12位	
遠藤 大地	3	1:02:56	3区(21.4km)	区間4位	
中村 風馬	3	1:04:00	4区(20.9km)	区間9位	
細谷 翔馬	3	1:11:52	5区(20.8km)	区間1位	帝京新
三原 魁人	3	1:03:11	6区(20.8km)	区間20位	
寺嶋 溪一	3	1:04:28	7区(21.3km)	区間10位	
鳥飼 悠生	4	1:05:06	8区(21.4km)	区間6位	
橋本 尚斗	3	1:09:25	9区(23.1km)	区間3位	帝京新
山根 昂希	4	1:11:19	10区(23.0km)	区間11位	

2021年2月27日(土)

第104回日本陸上競技選手権大会クロスカントリー競走

国営海の中海浜公園クロスカントリーコース (福岡県)

名前	学年	タイム	種目	順位	備考
細谷 翔馬	3	29:44	10km	第14位	

2021年3月14日(日)

第24回日本学生ハーフマラソン選手権大会

陸上自衛隊立川駐屯地滑走路

名前	学年	タイム	種目	順位	備考
中村 風馬	3	1:03:42	男子ハーフマラソン	第11位	
細谷 翔馬	3	1:04:10	男子ハーフマラソン	第19位	
寺嶋 溪一	3	1:07:07	男子ハーフマラソン	第83位	

2021年5月5日(水)

北海道・札幌マラソンフェスティバル2021

東京オリンピックマラソンコース

名前	学年	タイム	種目	順位	備考
西脇 翔太	2	1:04:40	ハーフマラソン	第38位	自己新
新井 大貴	3	30:38	10km	第3位	入賞
西久保 雄志郎	1	31:18	10km	第6位	

2021年5月20日(木)～23日(日)

第100回関東学生陸上競技対校選手権大会

よみうりランド敷地内周回コース・相模原ギオンスタジアム

■1日目/20日(木)

名前	学年	タイム	種目	順位	備考
細谷 翔馬	4	1:02:12	ハーフマラソン(20.8km)	第4位	入賞
中村 風馬	4	1:03:49	ハーフマラソン(20.8km)	第17位	
元永 好多朗	3	1:05:02	ハーフマラソン(20.8km)	第30位	
橋本 尚斗	4	28:54.13	10000m決勝	第16位	
遠藤 大地	4	29:37.19	10000m決勝	第26位	
小野 隆一郎	2	29:40.73	10000m決勝	第29位	

■3日目/22日(土)

名前	学年	タイム	種目	順位	備考
安村 晴樹	4	9:03.14	3000mSC予選	1組4位	
林 叶大	1	9:29.26	3000mSC予選	2組12位	
大吉 優亮	2	8:57.83	3000mSC予選	3組5位	自己新・決勝進出

■4日目/23日(日)

名前	学年	タイム	種目	順位	備考
大吉 優亮	2	9:27.24	3000mSC決勝	第12位	
森田 瑛介	4	14:34.53	5000m決勝	第25位	
西脇 翔太	2	14:42.28	5000m決勝	第30位	

2021年6月6日(日)

2021 日本学生陸上競技個人選手権

レモンガススタジアム平塚

名前	学年	タイム	種目	順位	備考
大吉 優亮	2	9:05.50	3000mSC決勝	第6位	入賞

帝京大学 歴代50傑

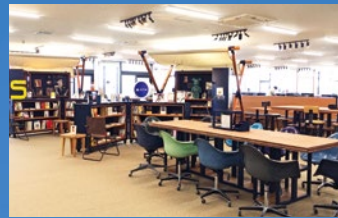
5000m 歴代50傑

順位	名前	タイム	大会名	場所	日付	は現役部員
1	柳原 貴大	13:50.45	第239回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2014/9/28	
2	小野寺 悠	13:50.65	多摩川5大学対校長距離競技会	裾野市運動公園陸上競技場	2020/10/4	
3	熊崎 健人	13:52.44	第236回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2014/4/13	
4	森田 瑛介	13:53.28	第5回順天堂大学競技会	順天堂大学さくらヶ丘陸上競技場	2021/7/3	
5	島貫 温太	13:53.32	第273回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2019/10/6	
6	北島 吉章	13:53.57	延期記録会	西階陸上競技場	2000/5/3	
7	戸村 将幸	13:54.70	第152回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2003/9/23	
8	西村 知修	13:55.00	第193回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2008/4/19	
9	安藤 慎治	13:55.47	第273回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2019/10/6	
10	細谷 翔馬	13:55.77	第5回順天堂大学競技会	順天堂大学さくらヶ丘陸上競技場	2021/7/3	
11	遠藤 大地	13:55.97	第273回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2019/10/6	
12	中崎 幸伸	13:56.04	春季延期記録会	西階陸上競技場	2000/4/29	
13	中村 風馬	13:56.43	第5回順天堂大学競技会	順天堂大学さくらヶ丘陸上競技場	2021/7/3	
14	谷川 嘉朗	13:57.34	春季延期記録会	西階陸上競技場	2000/4/29	
15	中村 亮太	13:57.36	第207回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2010/5/2	
16	小森 稜太	13:57.87	第273回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2019/10/6	
17	橋本 尚斗	13:57.93	第1回世田谷陸上競技会	世田谷総合運動場陸上競技場	2021/6/12	
18	田村 丈哉	13:58.25	第273回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2019/10/6	
19	清水 健司	13:59.28	第185回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2007/4/15	
20	横井 裕仁	14:00.18	第3回世田谷陸上競技会	世田谷総合運動場陸上競技場	2018/9/29	
21	岩佐 杏誠	14:00.42	第1回世田谷陸上競技会	世田谷総合運動場陸上競技場	2019/4/6	
22	西脇 翔太	14:01.07	第5回順天堂大学競技会	順天堂大学さくらヶ丘陸上競技場	2021/7/3	
23	谷村 龍生	14:01.89	第273回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2019/10/6	
24	寺嶋 溪一	14:01.98	第5回順天堂大学競技会	順天堂大学さくらヶ丘陸上競技場	2021/7/3	
25	久保 芳斗	14:02.26	第119回東海大学長距離記録会	東海大学湘南校陸上競技場	2009/4/18	
26	境 勇樹	14:02.96	第282回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2020/12/6	
27	井上 泰加彦	14:03.10	第152回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2003/9/23	
28	難波 幸貴	14:03.47	第219回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2011/10/30	
29	竹下 凱	14:03.89	第3回世田谷陸上競技会	世田谷総合運動場陸上競技場	2016/7/9	
30	星 岳	14:04.23	第37回法政大学競技会	法政大学多摩校校地陸上競技場	2019/5/5	
31	小野 隆一郎	14:04.47	第5回順天堂大学競技会	順天堂大学さくらヶ丘陸上競技場	2021/7/3	
32	鳥飼 悠生	14:05.30	第281回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2020/11/15	
33	姥名 聡勝	14:05.45	第219回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2011/10/30	
34	山根 昂希	14:05.52	第273回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2019/10/6	
35	中尾 誠宏	14:05.67	第158回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2004/4/29	
36	佐藤 拓也	14:05.87	第158回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2004/4/29	
37	中尾 勇生	14:06.19	第82回関東学生陸上競技対校選手権大会	横浜国際総合競技場	2003/5/18	
38	日野原 智也	14:06.62	第85回平成国際大学長距離競技会	鴻巣市立陸上競技場	2020/12/26	
39	高橋 裕太	14:06.77	第243回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2015/4/26	
40	大脇 佑介	14:07.25	第186回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2007/4/30	
41	早川 昇平	14:07.40	第222回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2012/4/15	
42	馬場 圭太	14:07.58	第197回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2008/9/28	
43	佐藤 辰彦	14:08.36	第197回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2008/9/28	
44	酒井 将規	14:08.46	第186回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2007/4/30	
45	新関 友基	14:08.48	第4回世田谷陸上競技会	世田谷総合運動場陸上競技場	2016/10/1	
46	飛松 誠	14:08.80	第68回中央大学長距離記録会	中央大学陸上競技場	2002/10/6	
47	甘崎 勝	14:08.97	第85回平成国際大学長距離競技会	鴻巣市立陸上競技場	2020/12/26	
48	福島 渉太	14:09.52	第286回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2021/4/25	
49	大沼 睦	14:09.96	第209回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	2010/6/13	
50	安生 充宏	14:10.40	第104回日本体育大学長距離競技会	日本体育大学健志台陸上競技場	1998/4/26	

10000m 歴代50傑

最新の施設と設備で学生生活をバックアップ!

ACT 3



主体的な学習をサポートするために、グループ学習など多様な学習スタイルに対応したアクティブラーニング施設。ピアサポーター（先輩学生）による支援が行われている。

キュリオシティホール



席数は1005席（1F 801席、2F 204席）を有し、小ホール1.5倍分の広さを誇る。

メディアライブラリーセンター



蔵書75万冊、1800席の快適な読書・学習空間。PCステーション、グループ学習室は、多くの学生がレポート作成やグループワークに活用。

少人数教室



教員と学生が一体感を持てるような授業展開ができる教室が、およそ90室設置されている。

小ホール



500名を収容できる大きな講堂。大学のイベントをはじめ、各種シンポジウムや講演会などでも使用。

SORATIO KITCHEN



ソラティオスクエアに登場した都心まで展望できるお洒落で美味しいキャンパスレストラン。生涯の思い出になる憩いの場に。

アリーナ



バスケットボールコート3面、バレーボールコート3面、バドミントンコート4面、ハンドボールコート1面を設置。観客席も備えている。

ACT 2



Active Learning & Creative ToolBox、通称 ACTでは、グループ学習など多様な学習スタイルへの対応、マルチメディア設備の充実を図り、学生の主体的な学習をサポート。

帝京大学総合博物館



多摩地域の自然を写真や実物資料、映像を交えた常設展示コーナー、短期間で内容が変化する企画展示コーナーで、帝京大学の歴史を学べる。

キャリアサポートセンター



「就業力育成」「生涯サポート」「キャリアデザイン演習」による大学トップレベルのキャリア形成支援プログラムで学生一人ひとりのキャリア実現をサポート。

SORA RATIO 宙×理性 = 可能性

SORATIOとは…

果てしない大空、宇宙のように無限に広がる空間を表す「宙=SORA」とラテン語で「理性」を意味する「RATIO」を組み合わせた造語。帝京大学の学生一人ひとりの可能性が無限に広がっていく様を表現しています。また高層部・低層部からなる建物群をSQUARE（広場）として捉え、「SORATIO SQUARE（ソラティオ スクエア）」と名づけました。

キミの広がる無限の可能性

充実した学びの環境 SORATIO SQUARE

帝京大学八王子キャンパスのリニューアルで誕生した校舎棟 SORATIO SQUARE。免震構造の地上22階/地下2階建ての省エネにも配慮した校舎です。多摩丘陵の豊かな景観や地形と一体化したデザインは帝京大学の教育理念や伝統ある学問の積み重ねを表しています。



帝京大学駅伝競走部 イヤーブック 2021

2021年7月発行
編集：柴山 高宏 (threelight)
取材・文：笹原 風花
撮影：志賀 由佳、佐藤 凌平 (駅伝競走部OB)
デザイン：村上 一哉 (threelight)
発行：帝京大学本部 広報課
東京都板橋区加賀2-11-1

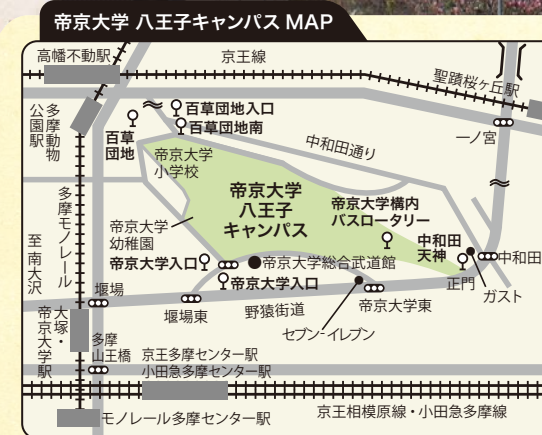


帝京大学 駅伝競走部 公式ホームページ

最新の試合結果やニュースをはじめ、部員紹介や動画まで、さまざまな情報をお伝えしていきます。

<https://www.teikyo-sports.jp/ekiden/>

帝京大学 駅伝競走部



全国に広がる 5つのキャンパス

- 八王子キャンパス
- 板橋キャンパス
- 宇都宮キャンパス
- 福岡キャンパス
- 霞ヶ関キャンパス

「八王子キャンパス」で学べる学部学科

- 経済学部
 - 経済学科
 - 国際経済学科
 - 経営学科
 - 観光経営学科
 - 外国語学部
 - 外国語学科
 - 教育学部
 - 教育文化学科
 - 初等教育学科
 - 医療技術学部
 - スポーツ医療学科
 - 文学部
 - 日本文化学科
 - 史学科
 - 社会学科
 - 心理学科
- ※健康スポーツコース/トップアスリートコースのみ

帝京大学
TEIKYO

<https://www.teikyo-u.ac.jp/>

本誌掲載記事、写真等の無断複製・転載を禁じます。
©TEIKYO UNIVERSITY 2021