

マスターズ陸上はライフワーク！

右田病院看護師 埴原正樹さんインタビュー

患者の命と健康を預かる医療従事者にはスポーツで積極的に体を動かし、体調管理に努めている人が多いです。右田病院(東京都八王子市)の看護師、埴原正樹さんもその一人。同院の駅伝部員として活動するかたわら、マスターズ陸上など数々の大会に出場し自らの限界に挑み続けている埴原さんに、スポーツに取り組む意義、今後の目標などを聞きました。



マスターズ陸上は同世代とハンディ無しで戦えるのが魅力

◆学生時代からずっと陸上競技を続けてきたのですか？

—小学生の時からクラブチームに所属し、800メートル、1,500メートル走を中心に競技を続けてきました。看護師になる時に少し休んでいたことはありますが、社会人になってからもずっと走り続けています。

◆マスターズ陸上などトラックレースにも積極的に出場していますね。

—全日本マスターズ陸上の1500メートルで入賞することを目標としています。全日本マスターズ陸上は年代別で競い合うため、年齢による筋力の衰えなどのハンディもなく、同世代のランナーと高いレベルのレースで戦えるのが魅力です。以前はマラソンや駅伝大会に参加していただけでしたが、知人に誘われマスターズ陸上に出場してから、競技場で勝負するトラックレースの面白さにはまりました。今ではマスターズ陸上はライフワークです。

◆記録はもちろん、順位を競い合い勝負するところがトラックレースの魅力でしょうか？

—そうですね。自己記録は毎年更新したいですし、記録へのこだわりはもちろんありますが、全日本マスターズのような高いレベルのレースで入賞に絡み、表彰台に上がることができれば、それはすごいモチベーションになります。また、地方の記録会などにも参加していますが、中高校生と同じ組でハンディ無しで競い合えることもトラックレースの魅力だと思います。

今ほど走ることに感謝しているときはない

◆コロナ禍で大変なご苦勞をされていることと思います。

—コロナ病棟で働いており、看護師をやってきた中で今が心身ともに一番きつい状態が続いています。仕事の帰りも遅くなりましたが、家に帰って、そのまま寝て、また翌日出勤するということが続いていると、心身ともストレスにやられてしまいます。走ることで、身体と頭をリセットして、新たな気持ちで次の仕事に向かうことができる。今は走ることで救われています。どんなに大変な状況でも全日本マスターズで入賞したいという気持ちはブレずにいたいです。

マスターズ陸上で蓄えた力を駅伝に

◆駅伝部の活動について教えてください。

—夜勤が多いため、月6回ほどの日勤のシフトにあわせてもらい午後7時頃から練習をしていました。現在はチームでの練習は自粛しており、自主練習に励んでいます。チームとしては、奥多摩溪谷駅伝(12月)、全関東八王子夢街道駅伝(2月)を目標にしています。

◆全関東八王子夢街道駅伝大会には他の病院チームも多く出場していますね。

—全関東八王子夢街道駅伝は公道を走る駅伝大会としては日本一の規模の大会で、病院チームも多いときは20チームぐらい出場しています。医療従事者の中には走っている人が多くおり、走るサークルやクラブを持っている病院はかなり多いと思います。

◆右田病院の影響で走り始めた病院もあるのではないのでしょうか？

—有り難いことに駅伝部の活動については積極的にメディア等で取り上げてもらっています。右田病院の活動を見て、クラブを立ち上げた病院もあるというような話も患者さんなどから聞いています。



◆日本メディカルスポーツ協会は病院対抗駅伝大会も実現したいと考えています。

—素晴らしいことですね。実現していただければ、アスリートとしても医療従事者としてもうれしいです。駅伝はスポーツをやった方でも気軽に参加できます。そのような大会があれば、医療従事者にとってもモチベーションが上がり前向きな気持ちになれるかと思います。ぜひ、参加して区間賞を目指して頑張ります。

◆最後に今後の目標を聞かせてください。

—駅伝部としては、6月に横田基地で開催される横田駅伝です。以前、男女混合の部で8位になったことがあり、メダルまであと数十秒というところまでいきました。アメリカの雰囲気を感じながら走ることができ、楽しみにしている部員も多くいます。また、個人としては4～10月までのシーズンは、関東マスターズ陸上、全日本マスターズ陸上などで良い結果を出し、蓄えた力を駅伝部に還元していきたいです。