

2023.4.22 京機会中部支部総会 特別講演会

## 「競歩を通して見る世界」

山西 利和

愛知製鋼株式会社 陸上競技部 競歩選手

「歩く」という極めて基本的な動作を、普段どれほど意識しておられるだろう？ あるいは「歩く」という動作を定義するとすれば、それは何となるだろう？

最近の社会的なウェルビーイングの流れ、またコロナ禍でさらに高まっている健康志向において、ウォーキングやランニングをされる方も多くおられるだろう。ゆっくりでも、リズム良くでも、一人でも、誰かと一緒にでも、それぞれのペースで楽しむことが良きなのではないか。

さて、そんななかでこの「歩く」ことを突き詰めているのが、私の取り組む”競歩”というスポーツである。実は現在、競歩というスポーツにおいて日本は世界屈指の強豪国である。2015年以降、世界選手権とオリンピックでメダルを取り続けており、昨年の世界選手権でも2種目で3つのメダル（金1、銀2）を獲得した。競歩にはそのフォームについて明記された2つのルールが有り、それを守って選手は速さを競う。持久的要素、フォームの研究、そこに要求される忍耐力を考えると、まさに日本人が狙うべき種目といったところだ。

この講演では、競歩の解説を通してその面白さを感じていただくとともに、一般的な歩く・走るに絡めた話、そして私という選手が世界一とその先を目指していくなかで思うこと、感じることをお伝えできればと思う。京機会の後輩としては、ぜひ先輩方には競歩ファンになっていただき、今年の世界選手権、そして来年のパリ五輪に向けての応援団となっていただきたい。

### 【略歴】

京都市立堀川高校在学時に競歩を始める。高校3年生で出場したU18世界選手権10000m競歩で日本人初の優勝。

2014年 京都大学工学部物理工学科に入学。4年次に出場した大学生のオリンピックと言われるユニバーシアード競技大会20km競歩で優勝。

2018年 愛知製鋼株式会社に入社。世界選手権で2度の世界一(2019年、2022年)を達成。2021年の東京五輪では銅メダルを獲得。

～自己記録～

5000m 競歩：18分34秒

20km 競歩：1時間17分15秒（世界歴代5位）