

陸上競技の中長距離走に関する一考察

——記録の推移と現状について——

川崎 勇 二

- <目 次>
- 1 はじめに
 - 2 目的と方法
 - 3 結果と考察
 - 4 まとめ

1 はじめに

1991年8月23日から9月1日までの10日間、東京の国立競技場で第3回世界陸上競技選手権大会（以下、世界選手権とする）が開催された。開催期間中の観客数は、延べ58万人にものぼり、そのほかに男女のマラソン、競歩など道路競技の応援で沿道に繰り出した人は、延べ10万人を超えたと報じられ、東京の夏は、まさに陸上競技の話題一色に染まった感すらあった。

また、世界選手権においては、各国の一流競技者が多数出場し、男子100m競走（以下、すべての走種目の競走を省く）、男子走幅跳の世界記録をはじめとする好レース、名勝負が随所にみられ、日本選手の活躍も目覚ましいものであった。スポーツジャーナリズムのメディア効果もあって、これらの与える感動やその面白さは、陸上競技というものを、より身近なものに感じさせた。

世界選手権における日本選手の活躍をみると、表1で示すように、入賞は男子400m 7位、男子マラソン1位・5位、男子50km競歩7位、女子マラソン2位・4位の4種目6名で、また、日本新記録の樹立は男子110mH、男女4×400mR、女子4×100mRの4種目であった。しかし、開催国にもかかわらず、標準記録を突破せず出場できない種目も多々あった。特に女子においては、単独での出場種目（リレーを除く種目）が、3000m、10000m、100mH、400mH、マラソン、10km競歩、走高跳、円盤投、やり投の9種目だけにとどまった。

表1 第3回世界陸上競技選手権大会での日本選手の入賞者

入賞種目	氏名(所属)	順位	記録
〈男子〉 400m	高野 進 (東海大 AC)	7	45"39
マラソン	谷口浩美 (旭化成)	1	2'14'57"
	篠原 太 (神戸製鋼)	5	2'15'52"
50km 競歩	今村文男 (富士通)	7	4'06'07"
〈女子〉 マラソン	山下佐知子 (京セラ)	2	2'29'57"
	有森裕子 (リクルート)	4	2'31'08"

また、入賞種目は、男子400mを除いて、陸上競技の中で最も距離の長い2種目、すなわちマラソン、50km競歩のみであった。さらに、その他の種目で決勝に進出した選手をみると、表2で示すように、男子10000m 3名、女子10000m 2名、男子三段跳1名の6名だけにとどまった。

以上のように、日本における入賞種目及び決勝進出種目からみると、長距離種目が世界のレベルに最も近い位置にある種目⁽⁷⁾⁽⁸⁾といっても過言ではないように思われる。

表2 第3回世界陸上競技選手権大会での日本選手の決勝進出者

決勝進出種目	氏名(所属)	決勝の結果
〈男子〉 10000m	森下公一(旭化成)	28'13"71 10位
	浦田春生(本田技研)	28'18"15 11位
	池田克美(リクルート)	28'50"25 19位
三段跳	山下訓史(日本電気)	16m26 11位
〈女子〉 10000m	五十嵐美紀(リクルート)	32'44"62 16位
	真木和(ワコール)	33'27"84 20位

ところが、この長距離走種目も今や世界はスピード時代で、速いスピード維持能力がなければ、活躍が難しいのが現状である。現に今回の東京での世界選手権においては、男子10000mで、気温26°C、湿度66%という長距離走においては決して良くない条件の中で、ケニアの19歳のR. Cherimoは、途中の5000mを13分30秒27(5000m日本歴代8位相当、1990年度日本ランキング1位相当)の驚異的な記録で通過している⁽⁹⁾。さらに、5000mにおいても、ケニアのY. Ondiekiは、途中の3000mを7分46秒08(日本記録7分49秒92)という速いペースで通過して世界の強豪達を振り切っている。また、1500mに出場したモロッコのS. Aouitaは、5000mの世界記録保持者(12分58秒39)であるが、800mを1分43秒96(世界歴代26位)、1500mを3分29秒46(世界記録)、10000mを27分26秒11(世界歴代17位)で走る能力を持つオールラウンドなスピードランナーである。ちなみに、S. Aouitaの持つすべての中長距離走種目は、はるかに日本記録を上回っている(以上は、1991年9月時点のことである)。

今後、日本の長距離走種目が世界にさらに近づくためには、より速いスピード維持能力が不可欠な条件となるであろう。

表3は、世界選手権の中長距離走種目の日本選手の出場者数と競技結果をまとめたものである。

表3 第3回世界陸上競技選手権大会の中長距離種目における日本選手の出場者数とその結果

	男	女	結 果
800m	0人	0人	
1500m	1	0	男：準決敗退（13位）
3000m	—	1	女：予選敗退（11位）
5000m	1	—	男：予選敗退（11位）
10000m	3	3	男：決勝進出3名（10位，11位，19位） 女：決勝進出2名（16位，20位）
3000sc	1	—	男：予選敗退（8位）
マラソン	3	3	男：1位，5位，棄権 女：2位，4位，12位

表3でもわかるように、わが国においては、男女ともマラソンは世界のレベルにあり、10000mにおいても世界のレベルに近い位置にある。しかしながら、きわめて速いスピード維持能力を必要とする⁽⁹⁾800m，1500mにおいては、世界のレベルから大きく取り残されているのが現状である。特に男子の場合、1991年度現在、日本記録の更新が800m（1分47秒4 森本葵 64.6.11.）で27年間、1500m（3分38秒2 石井隆士 77.9.3.）で14年間成されていない。日本記録の中でも最も古い記録の2種目である。

そこで、日本国内に目を向けてみると、将来、日本の中長距離走を担うと思われる高校生は、800m，1500m，5000mをはじめとする男子中長距離走種目において、順調に記録を更新している（資料1。図1-2・4・6）。しかし、大学生・社会人を含む日本国内のレベルにおいては、800m・1500mが象徴するように、

記録の向上・全体のレベルアップが顕著に示されていない。では、なぜ、高校生はそれまでの上昇カーブ（記録向上）を保って向上に寄与しないのだろうか。

本研究では、800m、1500m、5000mの記録の分析を中心として、高校生を含む日本男子100傑在位者（以下、ナショナルクラスとする）と高校男子100傑在位者（以下、ジュニアクラスとする）とについて、比較検討し、その関連性や低迷の原因を探ることを試みた。

2 目的と方法

本研究では、今後の日本男子中長距離走の記録並びに競技能力の向上に寄与する有用な知見を求めることを目的として、以下の方法を用い、検討を進めた。

(1)記録の推移

800m、1500m、5000mの各種目について、ナショナルクラスとジュニアクラスのそれぞれの100傑平均記録と最高記録の変化を比較した（図1-1～6）。

(2)記録の伸び率

各種目（800m、1500m、5000m）とも1980年度の100傑平均記録を基準とした、1990年度までの11年間のナショナルクラス・ジュニアクラスの100傑平均記録の伸び率と、1980年度当時の各種目の日本記録・高校記録を基準とした、1990年度時点の日本記録・高校記録の伸び率を比較した（図2-1～2）。

(3)競技レベルの比較

1980年度から1990年度までの各年度における各種目の100傑平均記録によるナショナルクラスとジュニアクラスの差とその変化を比較した（表4-1～2，図3）。

(4)ジュニアクラス上位者の記録の追跡

ジュニアクラス800m、1500m、5000mの各年度（1980年度～1989年度）の10傑在位者を対象として、1年後から10年後までに（1981年度～1990年度）、ナショナルクラスの10傑及び100傑に入っている選手の実数と割合を種目別に算出した（表5-1～3，表6）。

なお、記録の収集にあたっては、陸上競技マガジン・月刊陸上競技の記録集計号（1980年度版～1990年度版）を用いた。

3 結果と考察

(1) 記録の推移

比較の対象を、ナショナルクラス、ジュニアクラスの2群とし、800mの100傑平均記録の変化を図1-1、最高記録の変化を図1-2、1500mのそれぞれの変化を図1-3、図1-4、5000mのそれぞれの変化を図1-5、図1-6に示した。

まずはじめに、800mをみると(図1-1・2)、100傑平均記録はナショナルクラス、ジュニアクラス双方において、緩やかな上昇傾向がみられたが、ジュニアクラスの方が上昇傾向が顕著であった。特にジュニアクラスの場合は、11年間記録の下降(低下)が一度も観察されなかった。また、最高記録はナショナルクラス、ジュニアクラス双方に大きな変動幅が認められた。この双方の上昇の要因となったのは、館義和(北陸高校→順天堂大学)の活躍によるところが大きいのと思われる。館は、1987年度から1989年度までの3年間、男子800m日本ランキング1位であり、館を除くとナショナルクラスの最高記録の変動幅は小さくなることが予想され、ジュニアクラスの最高記録も、1987年度のずば抜けたものがなく

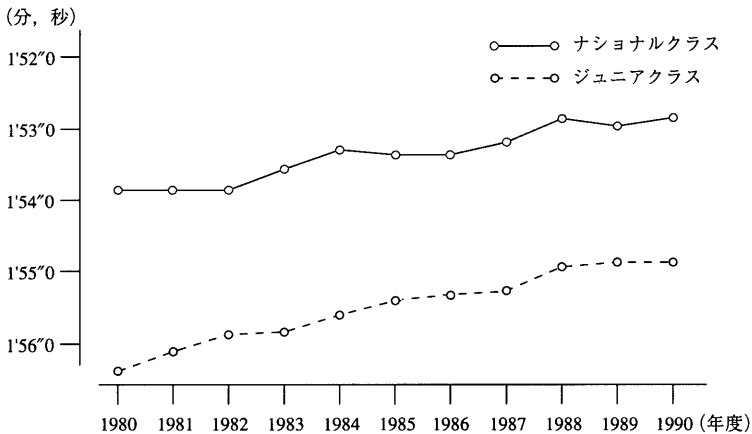


図1-1 800mの100傑平均記録の変化

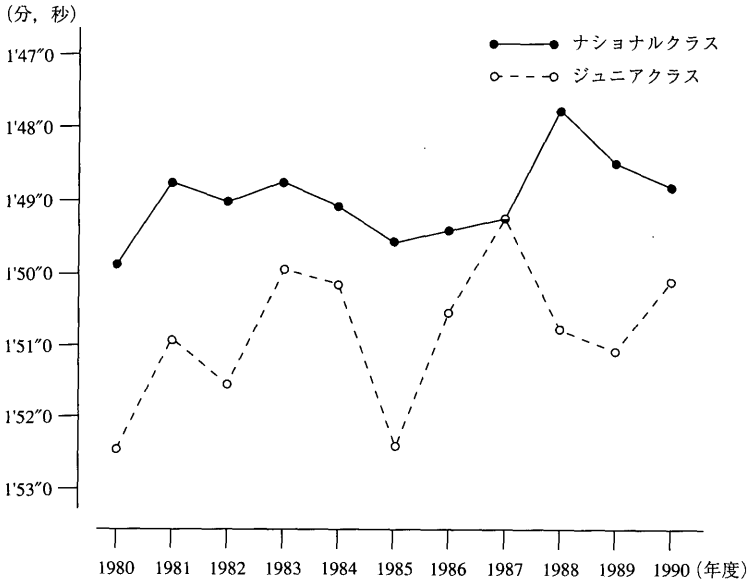


図1-2 800mの最高記録の変化

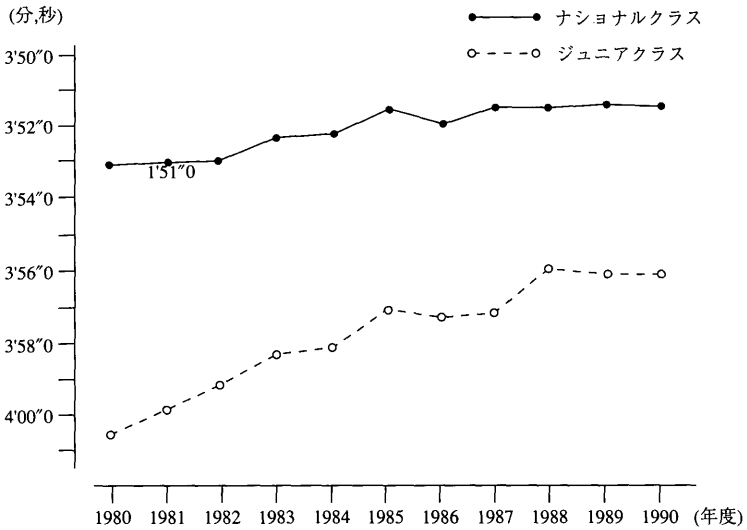


図1-3 1500mの100傑平均記録の変化

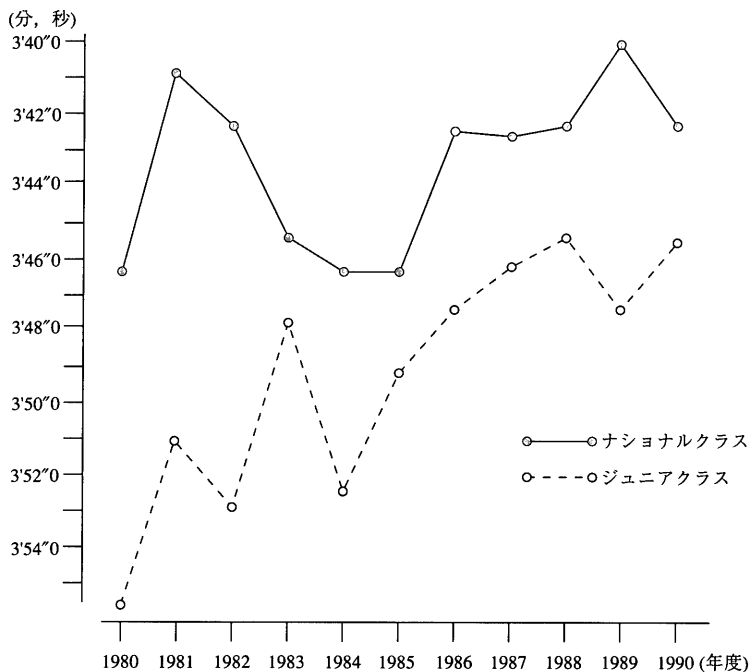


図1-4 1500m の最高記録の変化

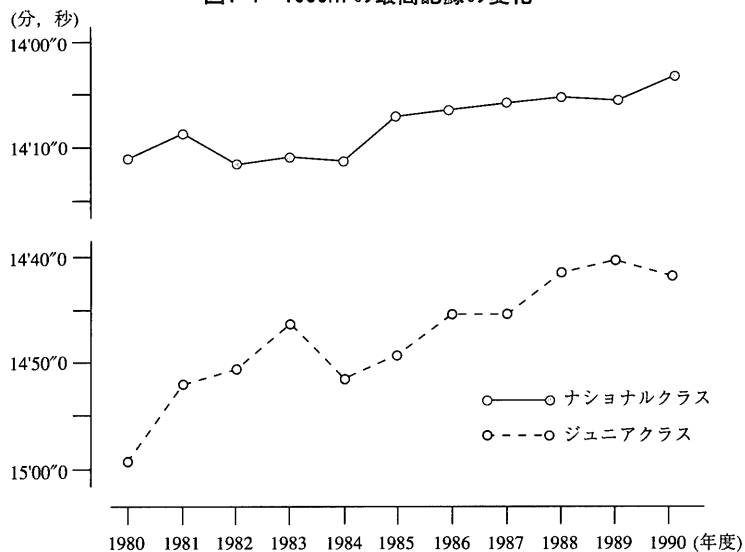


図1-5 5000m の100傑平均記録の変化

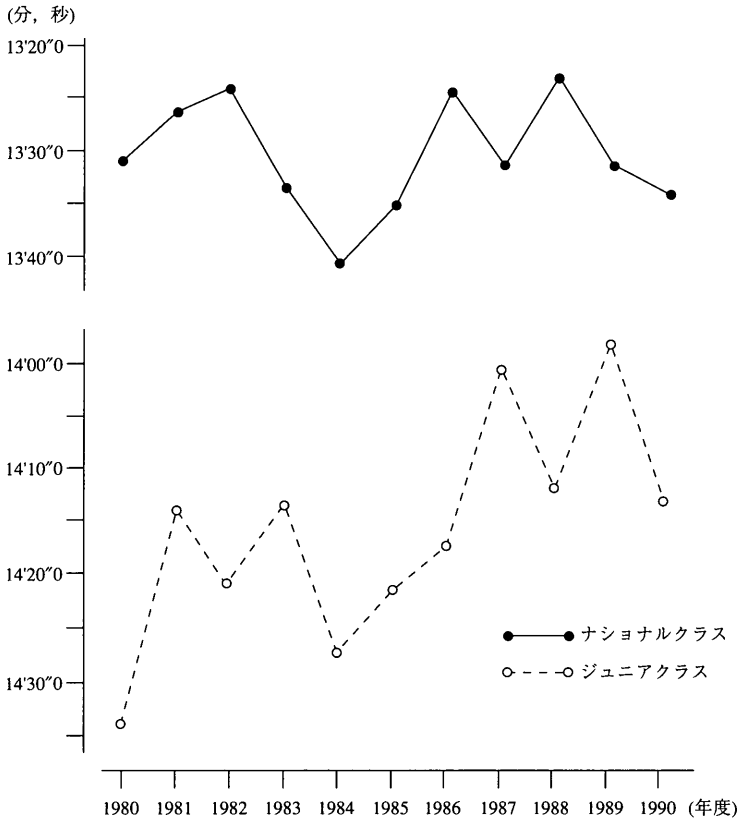


図1-6 5000mの最高記録の変化

なる。

また、ジュニアクラスの最高記録で1985年度に急落した原因は、1983年まで国民体育大会(以下、国体とする)において少年A(高校2・3年生)800mが行なわれていたが、1984年から少年A1500mに変更されたことと、1985年の全国高校選手権(以下、インターハイとする)における800mの決勝のレースが、勝負にこだわったスローペース(400m通過57秒⁽²⁾20)だったことなどが考えられる。以上のことより、高校生の2大イベントのインターハイ・国体において、ジュニアの

トップクラスの選手が高い記録を出すチャンスを逃がし、好記録に恵まれなかったと推察される。

次に、1500m をみると (図1-3・4)，100傑平均記録はナショナルクラス，ジュニアクラス双方において，緩やかな上昇傾向がみられたが，800m と同様に，ジュニアクラスの方が上昇傾向が顕著であった。ジュニアクラスの場合，1985年度と1988年度について，他の年度よりも若干上昇率が大きかった。これは，800m でも述べたように，1984年から国体において少年 A1500m が実施されることになり，1985年の国体においては，高校生だけの競技会では初めて3分50秒を破り⁽³⁾，このレベルの高いレースに出場した選手らによって，平均記録が上げられたと考えられる。1988年度については，インターハイ・国体の2大イベントにおいて予選から速いペースでのレースが行なわれた。特に双方の大会の決勝においては，インターハイが400m—58秒，800—2分00秒，1200m—3分03秒，国体が400m—60秒，800m—2分00秒，1200m—3分03秒⁽⁴⁾という速いタイムで通過し，かつて高校生だけの競技会では考えられない速いレース展開であり，この2つの大会に出場した選手らによって，平均記録が上げられたと推察される。

また，最高記録は，ナショナルクラスにおいては変動幅が大きく，顕著な上昇傾向はみられなかった。1981年度以降，記録は下降(低下)し，ようやく5年後に上昇し始め，8年後の1989年度にやっと追いついたが，1990年度には再び下降(低下)した。ジュニアクラスにおいては，1982年度，1984年度，1989年度に記録の低下がみられたが，11年間の上昇幅は大きく，記録は10秒以上も短縮された。

最後に，5000m をみると (図1-5・6)，100傑平均記録はナショナルクラスの場合，わずかな上昇傾向がみられたが，ジュニアクラスにおいては，1984年度に一度下降(低下)したものの，上昇傾向はナショナルクラスよりも顕著であった。ナショナルクラスの場合，11年間の平均記録の短縮は8秒程度だが，ジュニアクラスの平均記録の短縮は約19秒であった。1984年度のジュニアクラスの下降については，この年度から国体において少年 A5000m が少年 A10000m に変更されたことにより，高校生のトップクラスの長距離選手が，秋のシーズンに5000m で高い記録を出すチャンスを失なったことが要因の一つとして考えられる。

また、最高記録は、ナショナルクラスにおいては変動があるものの、横ばい状態で下降の傾向させ見受けられた。ジュニアクラスにおいては各年度の変動が激しいものの、上昇傾向がみられた。特に、1987年度の巽博和(埼玉栄)、1989年度の武井隆次(国学院久我山)の両名は、当時の高校記録を更新し、高校生としては、抜群の競技能力(記録)を持った選手であった。ちなみに、両選手と各年度2位の選手の記録は、1987年度1位巽博和14分00秒14、2位14分21秒8、1989年度1位武井隆次13分57秒90、2位14分18秒⁽⁶⁾70であった。

以上のように、ナショナルクラス、ジュニアクラス双方において、800m、1500m、5000mの100傑平均記録は上昇傾向がみられたが、ジュニアクラスの方が上昇傾向はいずれも顕著であった。一方、最高記録は、ナショナルクラス、ジュニアクラス双方において変動があるものの、ナショナルクラスにおいては上昇はあまり明確にみられず、反面、ジュニアクラスにおいては上昇傾向が認められた。

このような結果については、さまざまな要因が考えられる。例えば、中距離走種目(800m、1500m)の場合、トップクラスの選手が多数出場するようなビッグイベント(日本選手権、国体など)になるほど、勝負にこだわった遅いペースのレース展開が多く、果敢に記録に挑んでいくことが少ないという現実がある。また、そのようなレース展開により好記録が出せないため、海外への派遣の機会が減少し、世界の速いレースを経験できない結果となる。

長距離走種目の場合、今回取り上げた5000mは、高校生においては最も重要視するメイン種目であるが、ナショナルクラスにおいては必ずしもそうでない。特に、大学・実業団に進むと、駅伝競走やマラソンに目を向ける選手や、それを勧める指導者が多く、5000mよりも10000m及びマラソン重視の選手が多くなり、ナショナルクラスの5000mの100傑平均記録や最高記録の頭打ち(低迷)になる原因と考えられる。

(2) 記録の伸び率

1980年度の100傑平均記録を基準とした、1990年度までの11年間の100傑平均記録の伸び率と、1980年度当時の日本記録・高校記録を基準とした1990年度時

点での日本記録・高校記録の伸び率を800m, 1500m, 5000mのそれぞれについて算出し、ナショナルクラスとジュニアクラスの2群に分けて、図2-1及び図2-2に示した。

はじめに、ナショナルクラスとジュニアクラスを比較すると、100傑平均記録、最高記録の伸び率は、双方とも顕著な差がみられた。100傑平均記録の場合、ナショナルクラスについては、各種目とも1%弱の伸び率であったのに対し、ジュニアクラスは800mを除くと2%前後の伸びがあった。また、最高記録の場合、ナショナルクラスの5000mにおいて、0.3%のわずかな伸びがあったただけだが、ジュニアクラスについては、800m, 1500m, 5000mのすべての種目とも、100傑平均記録の伸び率を上回る伸びであった。

次に、種目別にみると、800mでは、100傑平均記録でナショナルクラスの上昇率が0.86%（記録にして0秒97）、ジュニアクラスが1.35%（1秒45）で、記録の上昇では0秒48の差があった。最高記録ではナショナルクラスの上昇率が0%、ジュニアクラスが1.47%（1秒61）で、日本記録と高校記録の差は着実に短縮され、1990年度時点で1秒89の差となった（日本記録1分47秒4、高校記録1分49秒29）。また、1500mでは、100傑平均記録でナショナルクラスの上昇率が0.93%（2秒14）、ジュニアクラスが1.95%（4秒60）で、記録の上昇では2秒46の差があった。最高記録では800mと同様、ナショナルクラスの上昇がなく、ジュニアクラスが2.59%（5秒84）で、1990年度時点で日本記録と高校記録の差は7秒26となった（日本記録3分38秒2、高校記録3分45秒46）。最後に、5000mでは、100傑平均記録でナショナルクラスの上昇率が0.98%（8秒09）、ジュニアクラスが2.14%（18秒88）で、記録の上昇では10秒79の差があった。最高記録ではナショナルクラスの上昇率が0.3%（2秒43）で、ジュニアクラスが2.33%（19秒5）で、1990年度におけるそれぞれの最高記録の差は34秒93となった（日本記録13分22秒97、高校記録13分57秒90）。

別の観点で、ナショナルクラスの最高記録だけに注目すると、1980年度から1990年度までの11年間に800mの伸びが0%（実際には27年間で0%）、1500mが0%（14年間0%）、5000mが0.3%（2秒43）であった。これを同様に、ワールドクラスの最高記録の伸び率を算出してみると、800m（1分42秒33→1分41秒73）

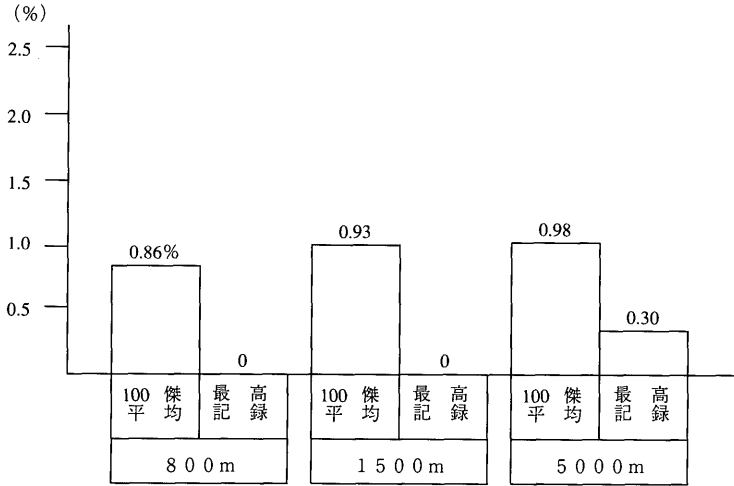


図2-1 ナショナルクラスの記録の伸び率
(1980年度を基準とした場合の1990年度の割合)

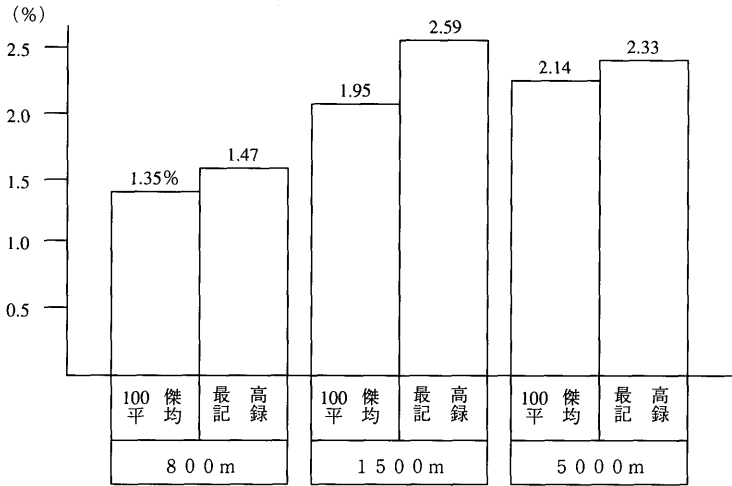


図2-2 ジュニアクラスの記録の伸び率
(1980年度を基準とした場合の1990年度の割合)

が0.5% (0秒6), 1500m (3分31秒36→3分29秒46) が0.91% (1秒9), 5000m (13分08秒4→12分58秒39) が1.29% (10秒01) であった。

以上の結果から、ジュニアクラスにおいては、全体的なレベルも向上し、最高記録についても着実に記録更新がなされているが、ナショナルクラスにおいては、わずかながら全体的なレベルは向上しているものの、記録更新は順調になされず、ナショナルクラスとジュニアクラスとの差は確実に縮まってきた。また、ナショナルクラスにおいては、3種目(800m, 1500m, 5000m)に限っていうと、ワールドクラスとの差は縮まるどころか、逆に拡がり、このままの状態が続くと、世界のレベルにますます取り残されていくことが予想される。

(3) 競技レベルの比較

1980年度から1990年度までの各年度の800m, 1500m, 5000mのナショナルクラス100傑平均記録を0基準とした、ジュニアクラスの割合を表4-1に表わし、その変動を図3に示した。また、表4-2は、1980年度から1990年度までの過去11年間の割合の平均と、最新(1990年度)の割合を比較したものである。

はじめに、表4-1及び図3をみると、各種目とも若干の変動はあるものの、総じて0基準に近づく傾向が見受けられた。また、表4-2から、11年間の割合の平均は、各種目とも1990年度の割合を上回る傾向が観察され、これらから、ナショナルクラスとジュニアクラスの競技レベルの格差が小さくなったことがうかがえる。種目別にみると、距離が長いほど、ナショナルクラスとジュニアクラスとの格差は大きいですが、反面、距離が短くなるほど、年々その差は徐々に縮まる傾向がみられた。

すなわち、ナショナルクラスとジュニアクラスの競技レベルの格差は、縮まる傾向にあるが、5000mにおいては、まだ記録にして40秒前後の差が認められた。このことから、より距離が長くなる走種目ほど、ナショナルクラスとジュニアクラスの差が大きくなることが予測される。なぜならば、ジュニアクラスにおける公式トラック種目は、1983年度までは、最長5000mであったが、1984年の国体から、ようやく10000mが実施されるようになったことも一因となっている。また、大学、実業団のように、駅伝競走で20km前後の距離を走ったり、

表4-1 ナショナルクラスの100傑平均記録を基準とした場合の
ジュニアクラスの割合

	1980年	1981年	1982年	1983年	1984年	1985年	1986年	1987年	1988年	1989年	1990年
<男子>	%										
800m	-2.15	-1.90	-1.72	-2.03	-2.18	-1.77	-1.90	-1.81	-1.78	-1.59	-1.66
1500m	-3.23	-2.94	-2.64	-2.54	-2.48	-2.29	-2.68	-2.43	-1.86	-2.11	-2.19
5000m	-5.65	-5.11	-4.52	-4.52	-4.74	-4.98	-4.59	-4.63	-4.38	-4.14	-4.67

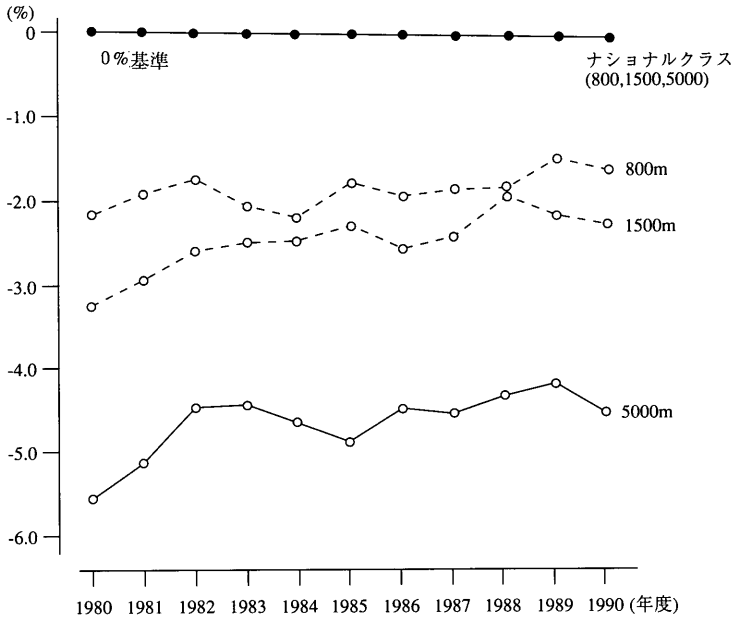


図3 ナショナルクラスの100傑平均記録を基準とした場合の
ジュニアクラスの割合の変化

表4-2 ナショナルクラスの100傑平均記録を基準とした場合の
ジュニアクラスの割合(2) (1980~1990年度の平均と1990年度の比較)

	11年間平均	1990年度
<男子>		
800m	-1.86%	-1.66%
1500m	-2.49	-2.19
5000m	-4.68	-4.67
平均	-3.01	-2.84

マラソンに参加したりすることは、高校生においては皆無に等しく、長い距離を走ることの慣れや、それに対処できるトレーニングも取り入れていないこともその要因として考えられる。

(4)ジュニアクラスの上位者の記録の追跡

ジュニアクラスの各種目(800m, 1500m, 5000m)の1980年度から1989年の10傑在位者を対象として、1年後から10年後(1981年度～1990年度)に、ナショナルクラスの10傑及び100傑に入っている選手の実数を調べ、表5-1～3に示した。また、表6は、各種目における1年後から10年後までの各年後におけるナショナルクラスの10傑及び100傑に入っている選手の実数と割合を示したものである。

表5-1～3をまとめた表6に注目すると、まずはじめに、各種目の10傑に入った選手の割合は、800mの場合、1年後から5年後までは10%を超え、10年間の平均は9.7%であった。1500mの場合、1年後から9年後まで10%弱の平均的な傾向で、10年間の平均は8.0%であった。5000mの場合、1年後から10年後まで分散的な傾向で、10年間の平均も4.3%と他の2種目よりも低いものであった。

次に、100傑に入った選手の割合をみると、800mの場合、1年後から4年後まで30%を超え、10年間の平均は21.5%であった。1500mの場合、800mと同様、1年後から4年後まで40%前後の高い割合で、10年間の平均は22.3%であった。5000mの場合、1年後から10年後まで平均的な割合だが、2年後から8年後までの7年間は30%前後の割合で在位し、10年間の平均は25.2%とわずかながら800m, 1500mの平均を上回った。

以上の結果から、ジュニアクラスの800m, 1500mについては、1年後より、ナショナルクラスのランキングに入る割合が、かなり高かったが、両種目とも4年後以降は激減する傾向にあった。一般的に、大学に進学した選手は、少なくとも4年間は中距離走に専念するが、その後は、そのまま日本の中距離走のトップを目指すか、あるいは、競技を断念(引退)するか、もしくは、距離を伸ばして長距離走種目に転向するかという3つの方向に分散されるものと考えら

表5-3 ジュニアクラスの10傑者の次年度以降におけるナショナルクラスでの
10傑および100傑在籍数(5000m)

(5000m)	1981年		1982年		1983年		1984年		1985年		1986年		1987年		1988年		1989年		1990年	
	10	100	10	100	10	100	10	100	10	100	10	100	10	100	10	100	10	100	10	100
1980年	0	2	0	4	0	6	0	5	2	4	0	6	2	3	1	4	2	2	1	2
1981年	—	—	0	0	0	2	0	2	1	2	0	2	0	2	0	2	0	2	0	1
1982年	—	—	—	—	0	2	0	2	0	1	0	1	0	2	0	2	0	2	0	2
1983年	—	—	—	—	—	—	0	1	0	2	0	1	0	2	0	3	0	1	0	2
1984年	—	—	—	—	—	—	—	—	0	1	0	0	1	0	4	0	4	0	2	
1985年	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0	2	0	7	1	6	1	5	3	4
1986年	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0	2	0	4	0	4	1	4
1987年	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0	2	0	3	0	1
1988年	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0	2	1	2
1989年	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0	3

表6 ジュニアクラス10傑者の次年度以降におけるナショナルクラスでの
10傑および100傑在位者数と在位率(1980年度～1989年度)

ジュニア クラス 10 傑 在 位 ↓	800m				1500m				5000m			
	10傑		100傑		10傑		100傑		10傑		100傑	
	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
1年後	15	15.0	40	40.0	8	8.0	44	44.0	0	0	17	17.0
2年後	13	14.4	36	40.0	9	10.0	37	41.1	1	1.1	26	28.9
3年後	11	13.8	33	41.3	6	7.5	29	36.3	1	1.3	25	31.3
4年後	9	12.9	24	34.3	6	8.6	26	37.1	3	4.3	23	32.9
5年後	6	10.0	13	21.7	5	8.3	11	18.3	5	8.3	19	31.7
6年後	3	6.0	9	18.0	4	8.0	9	18.0	0	0	13	26.0
7年後	3	7.5	5	12.5	4	10.0	4	10.0	2	5.0	9	22.5
8年後	2	6.7	2	6.7	3	10.0	1	3.3	1	3.3	8	26.7
9年後	2	10.0	0	0	2	10.0	1	5.0	2	10.0	3	15.0
10年後	1	10.0	0	0	0	0	1	10.0	1	10.0	2	20.0
平均	6.5	9.7	16.2	21.5	4.7	8.0	16.3	22.3	1.6	4.3	14.5	25.2

れる。また、大学に進学せず、実業団に進んだ選手については、長距離走種目に比べて、中長距離走種目の受け皿がきわめて小さく、したがって中距離走者としての活躍の場が少ない。実際に、高校卒業1年後から4年後までにナショナルクラスのランキングに入る選手は、大学生が多数を占める傾向にある。

一方、ジュニアクラスの5000mについては、ナショナルクラスの10傑及び100傑双方とも中距離走種目とは傾向を異にした。この5000mは、ナショナルクラスとジュニアクラスの最高記録、100傑平均記録の双方において、40秒前後の差があり、高校卒業後直ちにその差を縮めることはたいへん困難であることがその原因として考えられる。また、10傑に入った選手の割合が、他の2種目よりも少なかった原因は、ジュニアクラスの10傑在位者、すなわち、高校長距離トップ選手が、卒業後、特に実業団に進んでから、より長い距離(10000m, マラソンなど)へ移行したためと考えられる。

4 まとめ

本研究は、わが国における中長距離走の記録並びに競技能力の向上に寄与する有用な知見を求めることを目的に、ナショナルクラスとジュニアクラスの2群を対象として、比較検討を行なった。

ジュニアクラスにおいては、記録の伸びは順調であり、底辺の拡大・トップレベルの向上がうかがわれた。また、こうした記録の変動の要因は、国体実施種目の有無による影響がきわめて大きいと考えられる。毎年10月に開催される国体は、気温・湿度などの外的(天候)条件に恵まれ、また、その後の駅伝競走大会に向けての完成期(充実期)でもあるため、例年、好記録が誕生している。したがって、ジュニアクラスのトップランナーにとって、国体は記録を更新する絶好の大会だといえよう。

一方、高校在学中に上昇カーブを描いていた選手らは、大学・実業団(ナショナルクラス)に進むと、底辺並びにトップレベルの向上は頭打ち(低迷状態)となっている。この原因については、さまざまなことが推測できる。まず、高校生の中長距離走の中心種目である800m・1500m・5000mは、大学生・実業団に

においては必ずしもそうでないこと。次に、実業団においては、中距離種目を重要視せず、受け入れがきわめて少ないこと。また、日本国内において、マラソン・駅伝の人气が非常に高いことなどが考えられる。

現在、わが国におけるマラソン・駅伝の人气は、テレビ・新聞などにたいへん多く取り上げられ、そのマスメディア効果を企業(実業団)はうまく利用して、自社のPR及びイメージアップに努めている。したがって、企業は、トラック競技(800m・1500m・5000mなど)よりも、ロード競技(マラソン・駅伝など)を重視し、その企業戦略に応えることのできる選手を受け入れ、育成しているのが現状である。

また、先にも述べたように、より長い距離ほど、ワールドクラスに近く、特にマラソンは世界のトップレベルに位置する。したがって、ジュニアクラスのトップランナーが、大学・実業団、特に実業団に進んでから、ワールドクラスにより近い、長い距離に挑戦していくのも理解できよう。

以上のように、企業の戦略・個人の志向などにより、わが国における800m・1500m・5000mの強化は決して十分とはいえず、このような現状では、ナショナルクラスにおける記録更新やレベルアップも困難な状況にある。

今後、これらの種目のレベルアップを図るためには、中長距離走強化に取り組む企業や大学及び選手個人の意識改革や環境改善が望まれよう。

資料1

ジュニアクラス 800m

	1980	1981	1982	1983	1984	1985
Mean	1'56"25	1'55"93	1'55"78	1'55"73	1'55"58	1'55"3
S. D.	1.27	1.60	1.30	1.50	1.35	1.14
Max.	1'57"9	1'57"61	1'57"4	1'57"28	1'57"05	1'56"9
Min.	1'52"4	1'50"9	1'51"51	1'49"97	1'50"18	1'52"4

	1986	1987	1988	1989	1990
Mean	1'55"35	1'55"13	1'54"87	1'54"74	1'54"7
S. D.	1.29	1.29	1.07	1.09	1.33
Max.	1'56"72	1'56"39	1'56"1	1'56"06	1'56"13
Min.	1'50"57	1'49"29	1'50"79	1'51"06	1'50"04

ジュニアクラス 1500m

	1980	1981	1982	1983	1984	1985
Mean	4'00"65	3'59"88	3'59"17	3'58"36	3'58"06	3'57"0
S. D.	2.20	2.39	2.17	2.63	1.78	2.73
Max.	4'03"5	4'02"5	4'01"9	4'01"2	4'00"5	4'00"2
Min.	3'55"5	3'51"0	3'52"9	3'47"77	3'52"4	3'49"22

	1986	1987	1988	1989	1990
Meas	3'57"27	3'57"09	3'55"92	3'56"05	3'56"05
S. D.	2.32	3.03	2.58	2.13	2.16
Max.	4'00"0	4'00"2	3'59"1	3'58"7	3'58"56
Min.	3'47"46	3'46"02	3'45"46	3'47"43	3'45"67

ジュニアクラス 5000m

	1980	1981	1982	1983	1984	1985
Meas	14'59"44	14'52"19	14'50"5	14'46"49	14'51"88	14'49"63
S. D.	9.20	10.93	9.73	12.87	8.09	7.58
Max.	15'12"4	15'05"5	15'02"9	15'01"3	15'02"0	14'58"9
Min.	14'34"0	14'14"1	14'21"8	14'13"79	14'27"6	14'21"28

	1986	1987	1988	1989	1990
Mean	14'45"13	14'45"09	14'42"02	14'40"56	14'42"42
S. D.	7.16	8.97	8.95	9.03	9.44
Max.	14'54"0	14'55"5	14'53"0	14'50"4	14'52"96
Min.	14'17"3	14'00"14	14'12"2	13'57"9	14'13"9

資料 2

ナショナルクラス 800m

	1980	1981	1982	1983	1984	1985
Mean	1'53"8	1'53"77	1'53"82	1'53"43	1'53"11	1'53"29
S. D.	1.46	1.56	1.33	1.50	1.51	1.30
Max.	1'55"7	1'55"5	1'55"51	1'55"1	1'55"0	1'54"8
Min.	1'49"8	1'48"7	1'49"0	1'48"73	1'49"08	1'49"5

	1986	1987	1988	1989	1990
Mean	1'53"2	1'53"08	1'52"86	1'52"94	1'52"83
S. D.	1.25	1.38	1.46	1.39	1.31
Max.	1'54"6	1'54"7	1'54"51	1'54"5	1'54"49
Min.	1'49"42	1'49"29	1'47"67	1'48"44	1'48"82

ナショナルクラス 1500m

	1980	1981	1982	1983	1984	1985
Mean	3'53"12	3'53"04	3'53"01	3'52"46	3'52"31	3'51"7
S. D.	2.61	2.98	3.15	2.34	2.30	2.38
Max.	3'56"3	3'56"2	3'56"1	3'55"3	3'55"1	3'54"83
Min.	3'46"3	3'40"93	3'42"4	3'45"3	3'46"37	3'46"2

	1986	1987	1988	1989	1990
Mean	3'51"98	3'51"47	3'51"62	3'51"18	3'50"98
S. D.	2.88	3.00	2.69	3.12	2.85
Max.	3'55"6	3'55"0	3'54"4	3'54"44	3'54"1
Min.	3'42"42	3'42"69	3'42"3	3'40"19	3'42"38

ナショナルクラス 5000m

	1980	1981	1982	1983	1984	1985
Mean	14'11"3	14'08"81	14'11"96	14'11"38	14'11"52	14'07"46
S. D.	13.58	12.87	11.27	11.76	9.25	10.37
Max.	14'26"3	14'23"8	14'23"6	14'22"5	14'23"0	14'21"3
Min.	13'31"0	13'26"55	13'24"69	13'34"11	13'41"7	13'35"4

	1986	1987	1988	1989	1990
Mean	14'06"28	14'05"96	14'05"04	14'05"53	14'03"01
S. D.	11.71	11.82	10.00	8.57	8.72
Max.	14'18"29	14'19"6	14'16"4	14'16"8	14'13"8
Min.	13'24"29	13'32"42	13'22"97	13'31"74	13'34"8

〔引用・参考文献〕

- (1) 青木積之助：陸上競技のコーチング—中長距離走—，大修館書店，443-512，1976。
- (2) 広瀬豊(編)：月刊陸上競技，講談社，9月号，1985。
- (3) 広瀬豊(編)：月刊陸上競技，講談社，12月号，1985。
- (4) 広瀬豊(編)：月刊陸上競技，講談社，9月号，12月号，1988。
- (5) 広瀬豊(編)：月刊陸上競技，講談社，10月号，1991。
- (6) 池田郁雄(編)：陸上競技マガジン記録集計号，ベースボールマガジン社，1987，1989。
- (7) 金森勝也：中長距離走者の記録の限界，熊本商科大学論集7号，109-144，1968。

- (8) 三浦望慶, 金尾洋治: 陸上長距離選手のトレーニング効果に関する研究, 体力科学第34巻第6号, 478, 1985.
- (9) 中尾隆行, 黒田十三, 三浦望慶: 中距離トレーニングに関する研究第2報, 中京体育学論叢第15巻第2号, 81-92, 1973.
- (10) Tokyo Organising Committee (IAAF): 3rd IAAF World Championships in Athletics-Daily Programme • Programme Journalier, 1991.