

挑む!

公務員ランナー

坂本 隆哉さん(38)

練習にメリハリ もつと速く



和歌山で生まれ、千葉、埼玉で育つ。2002年に総務省へ。07～09年に勤めた兵庫県姫路市で15年創設の世界遺産姫路城マラソンの構想を推進した。

埼玉県職員の川内優輝さん(31)を追う公務員ランナーだ。「レベルが違います」と謙遜するが、フルマラソンに59回出場して7回優勝。2時間19分25秒の自己最高記録を持つ。「生涯現役。当面は100回出場が目標です」

総務省のキャリア職員で、今年4月から堺市財政局長。週6日、午前5時から自宅近くの大泉緑地を走る。メニューは自己流だ。「強め」「軽め」と日ごとに練習の強度を変えている。中学で長距離走を始めた。だが早稲

田大では箱根駅伝を目指す選手たちとの実力差を感じ、同好会で過ごした。

転機は熊本県に出向した2002年。上司の勧めで出場した2度目のフルマラソンで自己最高を大幅に更新した。「メリハリをつけて練習すれば、もつと速くなれる」と確信した。

仕事や家庭は犠牲にせず、夜のつきあいも拒まない。「睡眠時間が2時間を切った時だけ、練習を休みます」

12年の北海道マラソンでは3位に入り、優勝した川内選手と表彰台で並んだ。管理栄養士の妻も食事面で支えてくれ、13年の福岡国際では念願だった2時間20分切りを達成した。

他の市民ランナーに声をかけられることが増えてきた。「誰かにとって参考になる存在になれば」

文・写真 加戸靖史

記者から

「仕事も走りも段取りが大切」ときっぱり。その引き締まった姿と比べ、だらけた己を恥じた。