



第 7 回

3度の五輪を駆けた青春

君原健二

kimihara kenji

42.195kmを走り抜く過酷なマラソンレースを35回走り、13回優勝。そのうち3度はオリンピックの舞台で、8位(1964年東京大会)、銀メダル(1968年メキシコ大会)、5位(1972年ミュンヘン大会)と非常に輝かしく、かつ安定した成績を残している。そのランナーの名は、君原健二さん。しかし君原さんの素顔はどこまでも謙虚だ。それどころか、子どものころから劣等感を持ち続けていたのだという。

そんな君原さんがなぜ「名ランナー」になり得たのだろうか。コーチ、ライバル、妻、さまざまな人との出会いが君原さんを包み、育てていった。そして創意工夫で走りの哲学を完成させていった。今でもフルマラソンに挑戦し、トレーニングを積んでいるという君原さんに、オリンピックの思い出、目標へのチャレンジなどについてお話を伺った。

聞き手/西田善夫 文/山本尚子 構成・写真/フォート・キシモト

## 中学で駅伝クラブに誘われる

— 「僕は足が遅かった」とよくおっしゃってられますが、本当ですか。

本当です。小学校のときに運動会で1等を取ったことはありません。走ることに興味も関心もありませんでした。運動だけでなく勉強も成績の悪い劣等生だったのです。もう何をやっても駄目という根本的なものが私の中にあり、そこが私の原点でした。



中学2年の時家族と  
(左から父・弟・母・私・兄・姉)(1954)

それが中学校1年生のとき、全校マラソン大会があり、200人中11位というとてもいい成績を収めることができました。劣等生の私には驚くべき好成绩で、2年生になり、クラスの友人に「駅伝クラブに入らないか」と誘われたのです。

— 走っているときの感覚を覚えていますか。

覚えていません。でも劣等感にさいなまれた私の価値観からすると、信じられないような出来事でした。自分では走ることは得意とは思えませんでした。気の弱い私は断ることができず、何の目標もなく走り始めました。でもそのことによって、私の人生はどんどんいいほうへ変わっていったのです。

— なるほど、友達のお陰ですか。

その後、辞める機会は何度もありましたが、その都度、いろいろな方と出会い、ちょっとしたアドバイスや説得、指導を受け、また励まされ、頑張ることができました。走り始めて58年、まさに多くの人に支えられ成長させていただいたことに感謝しております。

## 高校時代、主体的に自主性を持って練習

— 高校は陸上の強いところへ行かれたのですか。

いえ、私が入った福岡県立戸畑中央高等学校(現・ひびき高校)は、「指導」という面では恵まれてはいるとは言えませんでした。良かったのは、先生や先輩から「練習しなさい」と指示されることがないので、自主性や主体性が身についたことです。

— 具体的には何か？

九州工業大学のグラウンドで練習をしていた地元の陸上クラブ「戸畑陸協」

に、ときどき参加させてもらっていました。陸上の強豪チーム・八幡製鉄の最先端の練習方法を取り入れ、インターバル練習などを行って



九州工業大学グラウンドにて  
戸畑陸協のメンバーと(前列右端)(1957)

いたのです。これも「行け」と言われたのではなく、私が自主的に行っていたもので、その結果、高校3年のときにインターハイに出場することができました。1500mに出場して予選落ちでしたけれども、高校でスポーツに取り組んだのだという確かな証を残すことができた満足感がありましたね。

## 幸運に恵まれ 強豪・八幡製鉄に入社

— 高校卒業後は、八幡製鉄に入社されたのですね。

実は八幡製鉄には一般採用で蹴られ、3月になっても就職先がなくて困っていたところ、急ぎよ3人の選手を採用する方針が決まるという幸運に恵まれたのです。

— 陸上選手を3人ということですか。

ええ、長距離の選手をということでした。私が高校を卒業した1959年、4月10日に当時の皇太子さまと美智子さまがご成婚なさることになっていました。それを記念して大阪～東京間の駅伝大会が開催されることになり、チームを組むのに選手が足りない。



八幡製鉄入社。陸上部同期のメンバーと(左から2人目)(1959)

— ああ、それは君原さんにとってラッキーでしたね。

はい、当時、八幡製鉄にはオリンピック選手や日本記録保持者が何人もおられました。私はそのようになれるわけではないけれど、でも就職をさせていただいた感謝の気持ちを示したい。劣った人間なりに努力していることを認めてもらいたい。そういう思いで先輩を追って走っていました。

## スパルタの高橋進コーチに 反抗もした

— 君原さんの陸上人生を語る際に、高橋進コーチとの出会い抜きには語れないと思います。八幡製鉄陸上部に入った当時からずっと個人的に指導を？



モスクワにて高橋進コーチと(1990)

最初は全然。長距離選手だけで20数名いましたから、高橋コーチは全体を見ておられました。高橋コーチは、大きな目標に向けてそれを達成させるための指導プランを綿密にくみ上げる人でした。ですから私たち選手は、そのプランに沿って練習を詰めばよかったのです。しかしはじめは、そのノルマをこなすのも大変でした。私の初マラソンは入社3年目の朝日国際(現・福岡国際)でした。3位に甘んじたものの、2時間18分1秒8の好タイムで日本最高記録を上回りました。その実績を挙げたことで、初めて大きな目標を持つことができました。

— つまりそれは……。

1年10カ月後に迫っていた東京オリンピックです。極めて難しいとは思いましたが、わずかでも可能性があるのならそれを求めて頑張ってみよう。またそのころから、高橋コーチの私への期待感が膨らんでくるのがわかりました。私に対し、「東京オリンピック上位入賞」というゴールを設定し、そこまでのルールを敷きました。するとそうならなかったで、私はコーチに反抗するようになったのです。

— なぜでしょう。

高橋コーチは、それはもう厳格でスパルタ式の指導をする方でした。競技者としても実績がありましたし、非常に博学で、外国の練習法や栄養学についての勉強もされていました。そんな高橋コーチを尊敬していたものの、次第に「私はそんな大きな期待を寄せられるほどの器じゃない」と違和感や窮屈感を覚え始めたのです。

### — どんな反抗をしたのですか。

例えば、練習を「ここで止めなさい」と言われても、もっと走ってしまう。コーチの言うことを聞かずに練習のしすぎで故障したことが何度もありました。いずれにしても、私は高橋氏という指導者に会えなければ、一度としてオリンピックに参加できなかったろうと思います。素晴らしい指導者に巡り会えた私は、非常に幸運でした。

## 1964年 東京オリンピックは8位



東京オリンピックで8位入賞（1964）

### — 東京オリンピックの最終選考会の成績はどうでしたか。

私が1位、円谷幸吉さんが2位、寺沢徹さんが3位ですんなり決まりました。



開会式で東京の青空に描かれた五輪（1964）

### — 本選では、円谷さんは国立競技場に入ってきてからヒートリー選手（英国）に抜かれたものの銅メダルを獲得。君原さんも8位でトップ10入りされましたね。

はい、でも円谷さんが自己記録を2分近く更新しての銅メダルに対し、私は自己記録に3分30秒も及びませんでした。試合の結果は実力を正しく反映するもので、力を発揮できなかったわけではなく、それが私の実力だったのだとちょっと悔しさを感じず、納得してオリンピックを終えました。

## 退部届けを出す

### — 東京オリンピックが終わって、退部届けを出されたそうですね。



東京五輪陸上日本代表チーム（選手村にて。前列左から3人目）（1964）

はい、閉幕して5日後のことでした。オリンピック出場が決まったのが、大会の半年前。その半年間というもの、多くの方から温かい声援や励ましをいただきましたが、重いプレッシャーでもありました。あれほどの責任感はどうも負いたくないと思ったのです。

### — 退部届けは高橋コーチに？

はい、でも予想どおり、受理はされませんでした。それでも私は競技から離れようと思っていたので、約10カ月ほとんど練習に参加せずに、勝手気ままな生活を送りました。

## 円谷幸吉さんは 良き友・良きライバル

一方、円谷さんは、国民が皆見ている前で追い抜かれ、「申し訳ないことをした。そのお詫びをするために、次のメキシコ大会でもう一度メダルを取るんだ」と、東京オリンピッ

ク直後、すぐにトレーニングを始めていました。

- 君原さんと円谷さんは同じ時代に切磋琢磨されたわけですが、無口なお二人はどんなお話をされていたのでしょうか。



良きライバルであった円谷と（1964）

そうですね、そんなに話をしたわけではありません。それでも円谷さんが亡くなるまで、私たちは良き友であり、ライバルであり、励まし合った同志でした。初めての海外遠征となったニュージーランドにも一緒に行きましたし、オリンピックでも一緒でしたし、円谷さんとの間には共通の思い出がたくさんあります。高校3年で出場したインターハイに、実は円谷さんも出場していたのです。そして円谷さんは5000m、私は1500mに出場し、共に予選落ちでした。次に会ったのは、その3年後の秋田国体でした。

- 秋田国体は東京オリンピックの3年前、1961年の第16回大会ですね。

はい。2人とも5000mレースに出場し、デッドヒートになりました。優勝は地元の伊藤勝悦さん、円谷さんが少し遅れて2位、私は大分開いての3位でした。

- 「円谷幸吉メモリアルマラソン」というイベントがあるそうですね。

はい、円谷さんの功績を称え、第二の円谷さんを育てようと、毎年、故郷である福島県須賀川市で開かれ、私も参加しています。駅伝の山登りで有名になった柏原竜二（富士通）選手、今井正人（トヨタ自動車）選手は二人とも福島県出身。円谷さんの流れをひくランナーといえますね。

## 文通相手と結婚

- 君原さんのご結婚は、東京オリンピックの後ですか。

私には2年ほど文通をしていた女性がいました。佐賀県の人で、大会が終わって半年後、私の24歳の誕生日に初めて会いました。それからしばらくして結婚を前提としてつき合い始め、1年経った1966年、高橋コーチに仲人をお願いし結婚しました。実は円谷さんにも、結婚したい好きな女性がおられたのです。ご両親も乗り気だったのですが、勤務先の自衛隊の上官に止められたそうです。

- 理由は？

メキシコオリンピックという大切な目標を前にして、今は結婚どころではないからという強引な横やりが入ったということでした。円谷さんはとても真面目な方でしたから、上官に逆らうことができず、破談になってしまいました。結婚できた私と結婚できなかった円谷さん。ここに私と円谷さんの人生の大きな岐路があったような気がしてなりません。



新日鉄を退社。自宅夫婦でくつろぐ（1991）

- 腰に故障も抱えていたという円谷さんが自ら命を断ったのは、メキシコオリンピックの9カ月前、1968年1月9日のことでした。

その知らせを聞いたとき、ただただ「悔しい」という感想しかなかったですね……。

## メキシコシティーで 高地トレーニング

— 話が前後するかもしれませんが、退部届けを出していた君原さんが競技に復帰されたのはいつですか。



合宿風景 (1968)

1965年9月の国体福岡県予選の35kmレースに出場したときですね。頑なだった気持ちが徐々にほぐれてきたというか。でも単に力試しのつもりで、メキシコオリンピックを目指すという気持ちまでには至っていませんでした。



富士山五合目合宿 (左端。右から2人が宇佐美) (1968)

— では、その気持ちがメキシコ大会に向かったのは？

メキシコに高地トレーニングに行くことになったことからですね。メキシコシティーは標高2280mの高さです。酸素が薄い中での走りが人体にどう影響するか、日本陸上競技連盟がデータを取りたがっているという説明を高橋コーチから受けました。

— 人間モルモットということですね。

はい、高橋コーチは私の性格を見抜いていました。それ以降も東京大会前の強引さはなく、巧妙にといたらいいの

か、目標のハードルを少しずつ上げていくかたちで私の意欲を引き出していってくれました。メキシコ大会までにメキシコで都合4回トレーニングさせていただいた他、国内でも富士山や乗鞍でトレーニングをして本大会に備えました。

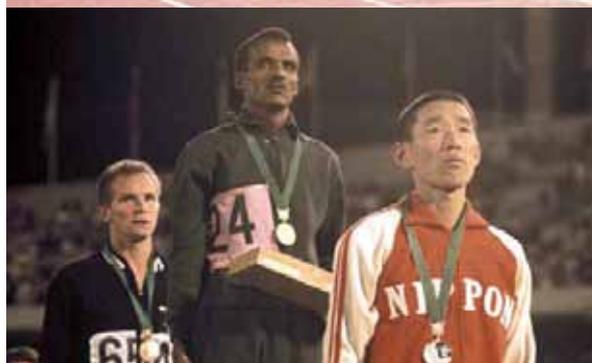
## メキシコ大会は選考会3位の 気楽さもあり銀メダル

— メキシコ大会の選手選考はちょっともめたそうですね。

はい、選考会の優勝は宇佐見彰朗さんでした。2位は采谷義秋さん、3位が私でした。ところが佐々木精一郎さんという世界最高記録をつくった強い選手が確定していたので、残りは実質2枠だったので、残りは実質2枠だったので。宇佐見さんはすんなり決まり、残る1枠で、私より選考レースの成績がよかった采谷さんか、采谷さんより経験のある私かもめたそうです。選んでいた私は幸運でしたし、采谷さんは不運だったと思います。



メキシコオリンピックでの激走 (1968)



メキシコオリンピックで銀メダルを獲得 (1968)

— 采谷さんは、次のミュンヘン大会のマラソンに出場されましたね。メキシコ大会にギリギリで選ばれた君原さんは、銀メダルを獲得。次のミュンヘン大会にも出場されて5位でした。オリンピックに3大会連続出場し8位、2位、5位という素晴らしい成績で、ご自身も誇りに思われるのではないですか。

オリンピックという大会に3度も出場させていただきで、大きな誇りです。メキシコでもミュンヘンでも、私は3番目の選手として選ばれていたの、気は楽でした。そのお陰でリラックスでき、好成績に結びついたと思っています。

## マラソンに緻密な計算を取り入れる

— 君原さんのお話を伺っていると、時間や年代が非常に正確に出てきます。君原さんは数字にこだわりでもあるのでしょうか。



合宿での食事風景 (1968)

私は小学校のとき、成績が本当に悪かったのです。5段階評価で一番良い「最も優れている」は一度も無く、6年生のときに2番目に良い「優れている」の評価を唯一受けたのが算数でした。そのことから算数が少しだけ好きになりました。

— 数字をマラソンに活かしたということですか。

そうです。42.195kmを走るエネルギーは、成人が24時間で消費するエネルギーに等しいとされます。エネルギーをいかに効率よく使うか。それにはスピードの上げ下げはあまりせずに、一定のペースを保つのがいいのです。例えば2時間20分のタイムを目標にして計算してみると、100mを約20秒で走り続ければいいことになります。

— 機械のような走りですよ。

ええ。ロスをなくすため、私はまず時計を外し、眼鏡を外しました。経過時間は気になりますが、100mで1秒遅れが生じるとそれはレース全体では7分もの誤差になります。計測よりスピードが大事と考えました。次に靴下です。練習で試して支障がないことを確認し、レースでも靴下は履きませんでした。

— 時計は練習のときには？

練習では時間管理が必要なので必ずしていましたよ。

## 練習で様々な創意工夫

— 数への緻密さは、他に生活面などでも活かされているのでしょうか。



富士山五合目合宿 (1968)

八幡製鉄に入ってすぐに指導を受けたのは、練習日誌をつけることでした。毎日の生活や食べたもの、体重の変遷、練習内容、走った距離などを書き記し、後々、私のとても大きな財産となりました。



首を振って走る君原(1968)

— それは今でも？

いえ、私は32歳で現役を退きましたので、練習日誌は32歳までです。以降は、手帳に大ざっぱにメモする程度です。ちなみに、これまで走り続けた述べ距離を計算してみたら、昨年かおととしあたりで16万kmを超えていました。

— 16万kmというと地球4周分ですよ。すごいなあ。練習でも、何かこだわりや創意工夫を持って取り組まれたというのはありますか。

例えば体のバランスを考えて、たまにグラウンドを反対回りしてみるとか。ジグザグに走る。インターバル・トレーニングを取り入れる。食事をとるタイミングも、「レースの4時間前」が通説でしたが、なぜそうなのか3時間前や2時間前にとって試してみました。他にも、腕の振り、前傾姿勢、足の上げ方など、練習ではいろいろ実験をしましたね。

— 君原さんにとって、満足のいく練習とはどのようなものでしょう。

トイレに行って血尿が出たときに、「今日はいい練習ができた」と非常に満足感を味わったことが何度もあります。

## 首振りとは最後のあがきだった

— 君原さんといえば、首を左右にかしげながら走る姿が強烈に印象に残っています。

首振りに秘訣があると誤解して、マネをした方がいると聞いて驚きました。あれは違うんですよ。最初から首を振っているわけではなく、苦しくなってからの最後のあがきです。小首をかしげたり、しかめっ面をすることで苦痛をしのいでいたのかもしれない。

— 東京オリンピックは、マラソンが初めて完全中継された大会でした。次のメキシコ大会は、初めてカラーで中継されました。そんなこともあり、テレビ中継でのゴールシーンの印象が強いということでしょうか。

多分そうですね。自分でも、自分の映像や写真を見て「こんなに首を振っていたのかな」と感じることはよくあります。

## スポーツ基本法を 浸透させる

— 君原さんにとって陸上やマラソンとはどんな存在  
でしたでしょう。

やりたいこともない、何をやっても成績の悪い駄目人間  
だった私が、陸上競技を通して大きく成長していったと思  
います。

— 日本のスポーツ環境はずいぶん様  
変わりをしてきています。スポーツ  
基本法が制定され、国民の誰もが  
スポーツをできる時代になって  
いこうとしている今、将来に向けて  
スポーツの道を志す若者も増えて  
いくでしょう。そういった人達へ何  
かアドバイスを。

スポーツ基本法のことは詳しくはわかり  
ませんが、今までは競技スポーツ中心で  
きていたと思うので、今後は一般の人や  
クラブチームなど、みんながスポーツの  
できる体制が整うといいと思います。クー  
ベルタンが言っています。「100人を鍛え

るために50人がスポーツをする必要がある。そのために  
は20人の専門家が要だ。そしてそのためには、5人の

優れた競技者が必要になる  
のだ」と。ですからスポー  
ツを通して100人を鍛える  
ために、素晴らしい5人のス  
ペシャリストが必要だとい  
うことです。今後、国際的に  
活躍できる優れたスポー  
ツマンを育てる一方で、地域  
住民の健康づくり、コミュ  
ニケーションづくりなど、ス  
ポーツ基本法がうまく浸透  
することで、日本全体のス  
ポーツのレベルアップが期  
待されますね。



近代オリンピックの創始者クーベルタン

— 世の中、マラソンブームでもありますね。

東京マラソンは出場するのに約10倍の競争率だと聞き  
ます。多くの人が走りに取り組むことによって、医療費の  
削減につながる効果を期待しますね。

## 教育委員として

— 君原さんは、北九州市の教育委員を  
なされたのですね。



還暦祝いに集まった親族・家族と(2001)

3期12年務めさせていただきました。成績が悪かった私  
が教育委員なんてびっくりしましたけれども。教育委員は、  
教育行政を担当します。例えば学校の先生の採用、教科  
書の選択、学校給食等教育全般についての決定機関で  
す。月に1~2度会議があり、私は体力低下についての対  
策をとってほしいといった発言をしていました。

— また、現在も大学で教鞭を執られているのですね。

新日鐵(旧八幡製鉄)に勤めながら九州女子短期大学の  
非常勤講師をしていました。50歳で新日鐵を辞めたあと、  
教授になり、9年間、60歳まで勤めました。4年ほど前か  
らは北九州市立大学の特任教授として、年に3回ほど講  
義を持っています。スポーツコーチ論や生涯スポーツ論に  
ついて話をします。

## 2020年東京オリンピック 開催の実現を期待

— 2013年9月には東京が立候補している2020年オリンピックの開催地が決まります。

私はね、何より東京オリンピックに参加できたことが大きな自慢なのです。本当に素晴らしい大会でした。太平洋戦争で焦土となった東京が困難に打ち勝って、日本の底力、美しさ、魅力を余すことなく世界に発信したのです。あのとき、日本中がどれだけ沸き立ち、感動、興奮したか。とくに青少年にとって、どれほど大きな人生の力になったか知れません。今の子どもたちにも、ぜひ2020年東京オリンピックを見てもらい、人生の大きな糧にさせていただきたいと願っています。またオリンピックの招致によって、東日本大震災からの復興もより早まると期待しています。



2020年オリンピック・パラリンピック開催都市決定1年前イベント(2012)

## ハーレー・ダビッドソン& パソコン

— なんでも、君原さんはハーレー・ダビッドソンに乗れるとか。

60歳になったら大学を辞めようと思っていましたので、58歳のときに大型自動二輪の免許を取得し、弘法大師さんが修業なさった四国の八十八カ所のお遍路の旅に一人で行けたりしました。でもバイク



ハーレーで四国88ヶ所めぐり(2001)

はやはり危ないですし、維持費もかかる。お酒を飲むほうがいいと思って、10年間乗って止めました。今は小さなバイクに乗っています。

— それから、ブログを書かれていますね。

62～63歳のころでしょうか、人からパソコンを勧められて。下手くそですが、チャレンジしてみて本当によかったと思っています。ブログは読んでくださる方から「ずっと見えています」と言われるので、そのプレッシャーでなるべく書くようにしています。

## 75歳での ボストンマラソンが目標

— 目標を立て、次々と実現されてきた君原さんの現在の目標は何ですか。

75歳で出場するボストンマラソンです。

— ボストンマラソンは、優勝者が50年後に招待されるそうですね。

はい、私は25歳のときに優勝したのであと4年になります。私は欲張りなのでただ招待されるだけでなく、レースに出場したいのです。小手調べとして60歳の還暦のときに久しぶりにフルマラソンを走ったら、3時間35分で完走できました。以来年に1～3回程度はフルマラソンを走るようにしています。



今でも走り続ける(40歳のころ出場した都道府県対抗全日本マスタース駅伝)

— トレーニングは毎日ですか。

いえ、今は週に2回程度、地元の中学生の部活動のお手伝いをしているのでそのときに。それからたまには自分の練習もしますので、月に150～200kmは走っています。

— フルマラソンのタイムはどのくらいですか。

今年の東京マラソンは3時間37分でした。4年後でも5時間以内ぐらいで走れそうな感触です。やはり目標があれば、たまにですが2時間程度の練習はできるのでね。

——君原さんの謙虚さ、その実直な人間性がどれだけ人を励ましているかわかりません。どうもありがとうございました。

## 「ゴール無限」

充実した人生を送るには、常に目標や夢・希望を持ち続けることが大事なポイントのような気がします。私には今、「4年後のボストンマラソン」という目標がありますが、これをクリアしたら、また新たな目標をつくり、そこに向かって走り続けるでしょう。私は「ゴール無限」という言葉が好きなのです。人生にゴールはない。生きている間は常に目標を持ち、そのゴールを目指して走り続けるという気持ちで日々を過ごしております。



ヘルムス賞を受賞 (1967)

- 1911  
明治44 大日本体育協会発足。わが国最初の陸上競技界の組織
- 1912  
明治45 スtockホルム五輪に三島弥彦(男子100m、200m)金栗四三(男子マラソン)が日本から初参加
- 1913  
大正2 第1回全国陸上競技大会(後の日本選手権)を陸軍戸山学校で開催
- 1924  
大正13 バリ五輪男子三段跳で織田幹雄が全競技を通じて日本人初の入賞となる6位
- 1925  
大正14 全日本陸上競技連盟が創設
- 1928  
昭和3 第9回IAAF総会で大日本体育協会に代わり全日本陸上競技連盟が、わが国の陸上競技界統括団体として加盟
- アムステルダム五輪男子三段跳で織田幹雄が金メダル(全競技を通じて日本人初)  
女子800mで人見絹枝が銀メダル(全競技を通じて日本人女子初)獲得
- 1929  
昭和4 競技場の公認、器具、機材の検定制度発足
- 1932  
昭和7 ロサンゼルス五輪男子三段跳で南部忠平が世界新記録で金メダル獲得
- 1936  
昭和11 ベルリン五輪男子三段跳で田島直人が世界新記録の金で日本人同種目3連覇
- 1941  
昭和16 東京・お茶の水に岸記念体育会館が完成  
**1941 君原健二氏、福岡県に生まれる**
- 1945  
昭和20 戦争で中断されていた本連盟の組織復活  
日本陸上競技連盟と称す  
**1945 第二次世界大戦が終戦**
- 1946  
昭和21 第30回日本選手権兼第1回国体(国体は以降毎年分離開催)を京都西京極競技場で開催  
**1947 日本国憲法が施行**

- 1950  
昭和25 IAAF総会(ブリュッセル)で日本の国際復帰承認  
第1回全国高等学校駅伝競走(大阪)、広島の世界羅高校が優勝  
**1950 朝鮮戦争が勃発**
- 1951  
昭和26 ニューデリーで第1回アジア競技大会開催、33種目中20種目に優勝  
**1951 安全保障条約を締結**
- 1955  
昭和30 日本陸連、創立30周年  
秩父宮章が制定され、三ツ沢で第1回受章者の平沼亮三他70名に秩父宮妃殿下から授与。  
平沼亮三がスポーツ界初の文化勲章を受章  
**1955 日本の高度経済成長の開始**
- 1958  
昭和33 第3回アジア競技大会、国立競技場を中心に開催
- 1961  
昭和36 東京五輪への選手強化のために日本陸連、実業団、学連、高体連、中体連の5団体が5者協定を結ぶ
- 1964  
昭和39 日本陸連事務局がお茶の水から渋谷区神南に移転  
東京五輪開催。男子52名、女子16名が参加、円谷幸吉がマラソンで戦後初のメダルとなる銅メダル獲得  
**1964 君原健二氏、東京五輪で8位入賞**  
**1964 東海道新幹線が開業**  
**1966 君原健二氏、ボストンマラソン大会で優勝**  
**1968 君原健二氏、メキシコ五輪で銀メダル獲得**  
**1969 アポロ11号が人類初の月面有人着陸**
- 1971  
昭和46 日本陸連が文部省より財団法人としての認可を受ける  
**1972 君原健二氏、ミュンヘン五輪で5位入賞**  
**1973 オイルショックが始まる**  
**1976 ロッキード事件が表面化**
- 1977  
昭和52 日本陸連がアマチュア規則を改正し、ナンバーカード広告を承認。  
10月、国内史上初の「CMゼッケン」が登場

## 陸上競技の歴史

1978  
昭和53

8カ国陸上(アメリカ・ソ連・西ドイツ・イギリス・フランス・イタリア・ポーランド・日本)開催。スポンサーの名称を冠する初の「冠(かんむり)大会」となった

**1978** 日中平和友好条約を調印

1979  
昭和54

第1回東京国際女子マラソンが初の国際陸上競技連盟(IAAF)公認の女子マラソン大会として開催

**1982** 東北、上越新幹線が開業

1983  
昭和58

第1回都道府県対抗女子駅伝が京都西京極競技場で開催、千葉県が優勝

世界初の国際駅伝競走となる第1回横浜国際女子駅伝を開催。ソ連が優勝

第1回世界陸上競技選手権大会(以下、世界選手権)がフィンランドのヘルシンキで開催

**1984** 香港が中国に返還される

1985  
昭和60

第1回ワールドカップマラソン、広島で開催

1987  
昭和62

IAAF評議員会にて第3回世界選手権の開催地を東京に決定

1988  
昭和63

第1回東芝スーパー陸上を国立競技場で開催

1991  
平成3

IAAF総会が東京で開催され青木半治陸連会長がIAAF副会長に選出される

1992  
平成4

第3回世界選手権を東京で開催。男子マラソンで谷口浩美が金メダル獲得。世界新記録が3種目で誕生

バルセロナ五輪女子マラソンで有森裕子が人見絹枝以来日本女子陸上選手64年ぶりの銀メダル獲得

1993  
平成5

第4回シュツットガルト世界選手権女子マラソンで浅利純子が金メダル獲得。五輪・世界選手権を通じて日本人女子初の金メダル

1995  
平成7

日本陸上競技連盟創立70周年

**1995** 阪神・淡路大震災が発生

1996  
平成8

アトランタ五輪女子マラソンで有森裕子が銅メダル獲得

1997  
平成9

福岡で日本初のIAAFグランプリファイナルが開催

1999  
平成11

第7回世界室内選手権を前橋で開催

2000  
平成12

シドニー五輪女子マラソンで高橋尚子が金メダル獲得  
日本陸上界女子選手として初の金メダル

2001  
平成13

第8回エドモントン世界選手権男子400mハードルで為末大が男子トラック種目初の銅メダル、男子ハンマー投で室伏広治が投てき種目初の銀メダル獲得

2003  
平成15

第9回パリ世界選手権男子200mで末續慎吾が男子短距離種目初の銅メダル獲得

2004  
平成16

アテネ五輪男子ハンマー投で室伏広治が投てき種目初の金メダル。女子マラソンで野口みずぎが金メダルを獲得し、日本女子マラソンは五輪2連覇

2005  
平成17

第10回ヘルシンキ世界選手権男子400mハードルで為末大が銅メダル獲得。エドモントンから2大会ぶり、トラック競技で同一選手2個のメダルは日本人初

2006  
平成18

第34回世界クロスカントリー選手権がアジアで初めて福岡市で開催。女子がシニアとジュニアの団体銅メダル獲得

2007  
平成19

第1回東京マラソン開催。エリートランナーと9万人を越す応募者から抽選で選ばれた市民ランナー3万人が参加

猛暑の大阪で第11回世界選手権開催、女子マラソンで土佐礼子が銅メダル獲得

2008  
平成20

北京五輪男子4×100mリレーで日本(塚原直貴、末續慎吾、高平慎士、朝原宣治)が3位となり、男子トラック種目初の五輪銅メダル獲得

**2008** リーマンショックが起こる

2009  
平成21

第12回ベルリン世界選手権男子やり投で  
村上幸史が同種目日本人初の銅メダル獲得

2010  
平成22

この年から全国都道府県対抗男子駅伝では  
天皇盃、女子駅伝では皇后盃が  
それぞれ優勝チームに授与された

青木半治名誉会長が94歳で逝去

第13回世界ジュニア選手権男子200mで  
飯塚翔太が日本人男子初の金メダル獲得

広州で第16回アジア競技大会開催  
女子100・200mの福島千里が2種目  
金メダル獲得

2011  
平成23

日本陸上競技連盟公益財団法人へ移行

第13回テグ世界選手権男子ハンマー投で  
室伏広治が男女マラソン以外での種目では  
日本人初となる金メダル獲得

2012  
平成24

ロンドン五輪、男子マラソンで中本健太郎が  
6位入賞男子ハンマー投で室伏広治が  
銅メダル獲得

## フォトギャラリー



中学2年の時家族と（左から父・弟・母・私・兄・姉）  
（1954）



戸畑中学3年（1955）



高校の修学旅行で友人等と（1957）



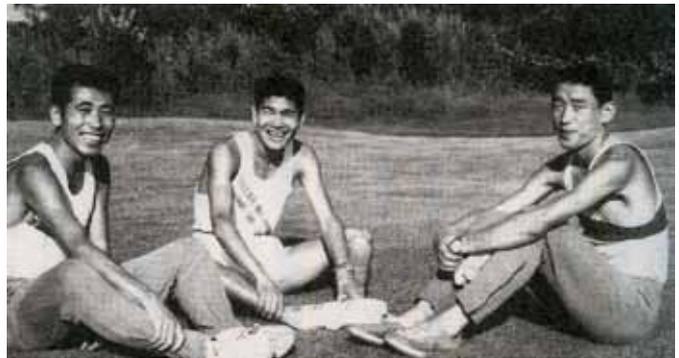
九州工業大学グラウンドにて戸畑陸協のメンバーと（前列右端）（1957）



八幡製鉄入社。陸上部同期のメンバーと（左から二人目）（1959）



東京五輪代表を決めた毎日マラソン（1964）



東京オリンピック直前合宿で（左が寺沢、中が円谷）（1964）



東京五輪陸上日本代表チーム（選手村にて。前列左から3人目）（1964）



開会式で東京の青空に描かれた五輪（1964）

## 3度の五輪を駆けた青春 君原 健二



東京オリンピックで8位入賞 (1964)



良きライバルであった円谷と (1964)



ヘルムス賞を受賞 (1967)



富士山五合目合宿 (左端。右から2人目が宇佐美) (1968)



合宿風景 (左は宇佐美) (1968)



東京オリンピック直前のスナップ (1964)



合宿での食事風景 (1968)



合宿風景 (1968)



メキシコ五輪へ出発 (1968)

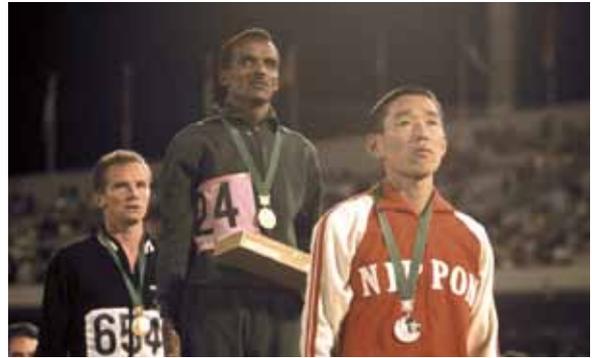


メキシコオリンピックでの激走 (1968)

## フォトギャラリー



メキシコオリンピック、ゴール前で首を振って走る君原 (1968)



メキシコオリンピックで銀メダルを獲得 (1968)



毎日マラソン (1972)



ミュンヘン五輪直前合宿 (1972)



3回目のオリンピックとなったミュンヘン大会 (1972)



メキシコ五輪帰国記者会見 (1968)



ロサンゼルス五輪に歴代五輪マラソンメダリストとして招待  
(右から3人目) (1984)



ミュンヘン五輪マラソン (5位) (1972)

## 3度の五輪を駆けた青春 君原 健二



モスクワにて高橋進コーチと(1990)



新日鉄を退社。自宅で夫婦でくつろぐ(1991)



還暦祝いに集まった親族・家族と(2001)



ハーレーで四国88ヶ所めぐり(2001)



今でも走り続ける(都道府県対抗全日本マスターズ駅伝)



2020年オリンピック・パラリンピック開催都市決定1年前イベント(2012)