

いつまでも“生き生きとした青春”をスポーツとともに



随筆

中西康夫*

Sports play an important role in my social life after retirement.

Key Words : Ujiyamada high school, Inchon, high school baseball, marathon

大学生生活 44 年間の表の顔

私は 1959 年に名古屋大学に入学し、2003 年に定年で大阪大学を退職するまで 44 年間も大学にいた。重化学工業の勃興期で化学を勉強して頑張ろうと入学した私だが、私が選んだ分野は理学部化学科の生物化学研究室のテーマである複雑な糖と硫酸基が結合し細胞の外側に存在する奇妙な物質群であった。いまでもその生理的役割はごく一部しか分からず、主戦場は依然として“グリコサミン、コンドロイチンやコラーゲン”などとしてのサプリメントの世界である。

実はその時代は日米安全保障条約締結問題などで社会が混乱し、社会の基盤である大学のあり方も問題視された。そして若く鋭い感覚を持つ学生から辛辣な批判が浴びせられ、私自身“教育・研究の意味は？”などへの答えを模索せざるを得なかった。そのお陰で後の人生全体に必須なことを学んだ。それは、社会、科学、その中にいる自分などを見えにくくしている幾重もの色眼鏡を、ひとつひとつ取り外すことの大切さであった。その結果私はそれまで霞がかかって見えていなかった細胞外物質の幾つかの側面を自在に検討し、一応世界の最先端の成果を挙げることはできた。それが私の表の顔である。

もうひとつの私の顔

人は幾つもの顔を使い分けているが、他人にもよくわかる私のもう一つの顔は父親譲りのスポーツをする顔である。父は 1899 年三重県生まれで、富山薬専を出て 26 歳のとき朝鮮仁川府で仁川公立商業学校教諭となり、「化学」、「博物」そして「商品」を教えていたらしい。スポーツ万能だった父は中学時代三重県立山田中学（現在の宇治山田高校）の野球部で活躍し、1917 年に主将を務めていた（図 1）。写真は当時の雰囲気伝えるもので、後列一番左が父である。この山田中学を有名にしたのは豊中球場での第 1 回中等学校野球大会（1915 年）の数少ない出場校であったことである（資料 1）。これについて面白いエピソードがある。当時の出場校は秋田中、早稲田実、山田中、京都二中、神戸二中、和歌山中、広島中、鳥取中、高松中、久留米商の 10 校。このうち山田中と広島中（現在の国泰寺高校）はその後全国規模の大会に出場していない。高校野球連盟はそれを考え 2009 年第 91 回夏の大会に第 1 回大会出場功績を讃えて面白い招待をした。それは、宇治山田高校の主将を入場式の先導役に（図 2）、国泰寺高校の主将には開幕試合の始球式を委ねたのである。高野連には文句の多い私だが、心温まる運営であった。

父はその仁川商業で野球部監督を務め、同校を 1936、38、39 年の三度も朝鮮代表として遥か日本本土での全国大会に連れてきた。その父は 1944 年に陸軍司政官としてジャワに出征し、幸い敗戦後の 1946 年に復員した（資料 2）。

私は 1939 年に仁川で生まれ、1944 年に父の出征と同時に三重県多気郡の山村に引き揚げた。小学校高学年頃には兄と野球三昧の毎日を送り、遊びすぎて父にグローブを金庫に隠されたりもしたが、野球のことははじめ多くのことを教わった覚えがある。



* Yasuo NAKANISHI

1939年10月生
名古屋大学大学院理学研究科化学専攻
(1963年)
現在、大阪大学名誉教授 理学博士
生物化学・発生生物学
TEL : 072-688-4529
FAX : 072-688-4529
E-mail : yasuon@unique-runner.com



図1. 1916年の三重県立山田中学野球部員。後列左端が父である。



図2. 第91回全国高校野球選手権大会の入場式で行進の先導を務めた宇治山田高校野球部主将高橋俊平君。写真を提供してくれた石川三雄氏に感謝。

そしていつのまにか高校は越境入学までして、父の山田中学の流れを汲む宇治山田高校に入った。しかし当時私の家は太台ヶ原へ最も近い国鉄三瀬谷駅のそばで、紀勢東線と参宮線を乗り継いで2時間近い通学時間では野球部に入るなど論外で、2年近くは悶々と通学した。しかし諦めきれなかった野球部からの勧誘もあって下宿して入部し、勉強もせずにまた野球ばかりの毎日を送った。これについてもエピソードがひとつ。当時伊勢市内(旧宇治山田市)には普通科高校はひとつだったが、私が入学してから新しく伊勢高校ができ、男女共学問題のもつれから我が高校に男子が入らなくなったのである(資料3)。それで野球部の人数が激減し、だから私をも必要としたのであろうか。

後に東京六大学野球の歴史に燦然と輝く「早慶六連戦」(1960年)を投げ抜いた角谷隆投手を擁した我々は夏の三重県大会を快進撃で優勝したが、当時は三重県と岐阜県で1校しか出場権がないため三岐大会を戦い、無念にも多治見工業高校に敗れて甲子園への夢を絶たれた。そして受験した大阪大学などは予想通りすべて不合格で、仕方なく名古屋の河合塾で勉強した。翌年、幸いにも名古屋大学に合格できた。

私には新しいスポーツ、サッカーとの出会い

大学院修了後教職に就いて数年後からの20年間、「自由が丘キラーズ」という軟式野球チームに所属して多くのことを学んだが、一方子供の相手をするだけでも面白い展開が待っていた。

私には男の子2人女の子1人の子供がいて、男の子とはいつもボール遊びに興じていたが、どのスポーツをやるのかと親は悩んでいた。その頃勝利至上主義に走る高校野球を疑問視していたので(資料4)、ワールドカップなどで日本でも流れになりつつあったサッカーに私の興味は移っていた。そして二人の男の子をサッカー少年団に入れ、その後選手育成に重点をおく愛知FCユースに育成をお願いした。彼らはその後同志社大学に進み、後に長男はJリーグ名古屋グランパスエイトに入団してプロサッカー選手になった(現在は引退してスポーツ解説をしている)が、次男は怪我の多さもあって選手を諦めコーチングを目指して筑波大学大学院に進んだ。この過程で私は、日本のスポーツ文化や運動生理学について

て様々な角度から勉強する機会を得た。

では、娘はどうしたかと言えば、驚くほどの独自性をもってスキーからマウンテンバイクへの道を歩み、数年後には日本でのマウンテンバイクのトップライダーに成長した。さらにダイエットも狙ってマラソンを走り始め、これが後に我が家に大きな影響を与えることになった。

体重減らしに始めたランニングが・・・

そのころ私は名古屋大学から大阪大学に移り高槻市の国家公務員宿舎に移り住んだ。20年ほど在籍した草野球チームから離れての単身赴任生活で80kg近くまで肥満が進み、やむなく食事制限をしながら走ることにした。驚いたことに、わずか3か月でおよそ8キロの体重減が確認された(図3)。さらに徐々に長距離を走れるようになり、3年後の1996年に高槻シティ国際ハーフマラソンを2時間03分で走った。2時間切りは簡単と甘く見たのが間違いで、その後3年間進歩なしは私の好奇心に再び火をつけた。ジムでの脚筋力などの強化トレーニングで図4のように直ぐにタイムの短縮が始まり、禁煙もそれを支えた。そして66歳での京都ハーフマラソンでベストタイム1時間41分を達成した。また1999年頃からレースのタイムや月間走行距離、また様々な身体計測データを平常時のデータとして記録し続けており、そのうち心拍数データの一部を図5に示す。そして娘のフルマラソンを見習い

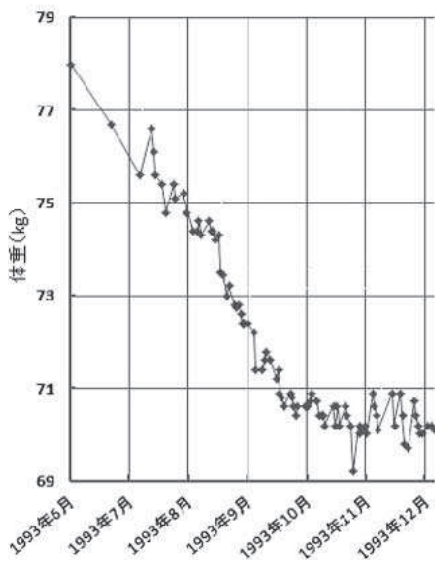


図3. ランニングと食事制限による体重変動。現在も70キロ台。

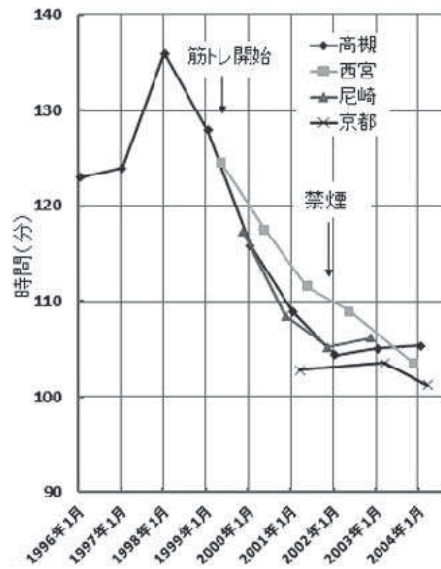


図4. ハーフマラソン大会での記録の変遷。グラフ中の地名は開催された都市名である。

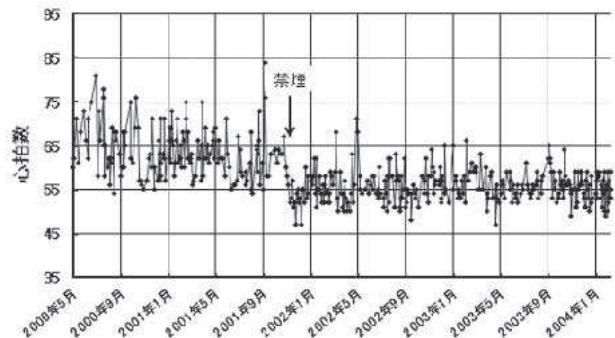


図5. ランニング・筋肉トレーニング・禁煙などによる心拍数の変動。1999年当時の70-80/分からトレーニングなどで徐々に、また2001年の禁煙日その日のうちに50台に下がり、現在もそのままである。いかにタバコが心拍数を上げているかが分かる。

2002年4月長野オリンピック記念長野マラソンに挑戦し、初マラソンで3時間57分01秒の“サブフォー”を達成し、まさに感無量であった(図6)。

この進歩の過程では多くの方の助けを借りた。当時同じ公務員宿舎にいた京都大学の運動生理学者との議論を契機に、私が30年以上お世話になっている愛知県小牧市のスポーツマッサージ師、さらにシューズのトップメーカーの技術者3名の計6名のグループでランニング、運動生理学そしてシューズなどについて丁寧な議論を重ねた。それが私のランニングの質的向上に資するとともに、足趾(指)の自由な動きを支援する新しい構造のシューズを開発した。これは私が唯一「生産と技術」に関係した場面



図6. 初フルマラソン挑戦の第4回長野オリンピック記念長野マラソンでのゴール。

である。その議論の内容は部分的ではあるが本や雑誌に記載され（資料5、6）、長距離を走るという行為は余暇の遊びではなく、真に私の生活そのものとなった。

これからも面白いことは一杯ある・・・

定年後私は主たる目標を大きく転換し、マラソンを通じて自らの精神的肉体的限界を突破しようとしてきた。現在も非常勤講師を続けながら友人や子供たちと切磋琢磨している。マラソンを含めあらゆる事が私の生活そのもので、そのチャレンジを前進させるものはもちろん、阻害的になる病気や怪我のことも含めて全力でその理解に努めた（前立腺がんと不整脈の治療については資料7、8、骨折については資料9）。物事を“理解できる”というのは“自分のものになる”ことで、その上に新しいものを築いてゆくのは本当に“楽しい”。それは生き生きと生きるための源泉であるとともに、生きていることの証であり、それがあれば人は苦しくとも頑張れるのである。

1986年の夏、私は名古屋市内110チーム参加の名古屋市中学サッカー選手権大会で次男のチーム「名東クラブ」の監督を勤めた。最初にメンバーに飛ばした檄は“遊びくらいはよく考えて真面目にやろうよ”だったが、驚いたことに優勝してしまった。もちろん、いま日本のスポーツ界の恥部と指摘されている体罰やいじめやみせしめの世界とは無縁であった。優勝決定の直後、決勝戦を見てくれた名古屋サッカー界の重鎮が私に語ってくれた言葉は忘れられない。“中西さんのチームが優勝してくれて本当に良かった”と。それがなにを意味していたかは私には分かっていた。

資料

1. 「高校野球甲子園優勝物語」、ベースボール・マガジン社、2007。
2. 「母からの伝言」、
<http://www.unique-runner.com/mother.htm>。
3. 「崩れゆく男女共学」、サンデー毎日、4月6日増大号、毎日新聞社、1958。
4. 「日本のスポーツの限界（未完）」、
<http://www.unique-runner.com/book.htm>。
5. 「身体運動における右と左」、小田伸午著、京都大学出版会、1998。
6. 「ターンオーバーを感じて走る」、中西康夫、雑誌「ランナーズ」、アールビーズ社、12月号、2001。
あるいは、「新春第一弾新しい走法に挑む!」、
<http://www.unique-runner.com/blog/diary.cgi?no=127/>。
7. 「前立腺がんに対する『高線量率組織内照射』治療の体験」、
<http://www.unique-runner.com/zenritsusen4.htm>。
8. 「『経皮的カテーテル心筋焼灼術』による発作性上室性頻拍の根治に挑む」、
<http://www.unique-runner.com/catheter1.htm>。
9. 「第42回法隆寺マラソンで好記録を出すも余計な転倒劇の付録も!」、
<http://www.unique-runner.com/blog/diary.cgi?no=188/>。