



株式会社 BEAT SOCIAL SPORTS 代表取締役
専修大学陸上競技部コーチ

五ヶ谷宏司さん

スポーツの基本「走る」を通して、
子供の可能性を広げ、日本を元気に

世田谷区立大蔵公園陸上競技場にて

大学時代、4年連続で箱根駅伝に出場し、卒業後はマラソンランナーとして活躍してきた五ヶ谷宏司さん。2020年3月に引退し、子供向けランニングスクール「BEAT AC TOKYO」を立ち上げた。運動が得意な子も苦手な子も、走ることが好きになる。そんな指導を通して日本のスポーツ界、さらには日本全体を元気にしたいと目を輝かせる。

2020年にマラソンランナーとしての競技人生にピリオドを打った。現在は、自ら立ち上げたランニングスクール「BEAT AC TOKYO」で子供たちの指導に情熱を注ぐ。

「全てのスポーツに必要な『走る』という基本動作を正しく身に付け、『運動神経』を高めていくことで、子供たちの様々なスポーツでの活躍の幅を広げる」

神経系が発達し、運動能力が著しく成長するゴールデンエイジの子供たち。指導するのは、五ヶ谷さんをはじめとした、陸上競技の一線で活躍してきたアスリート。

東京の世田谷でスタートして、この春4年目を迎えた。現在では東京を中心に6つのスクールを展開。さらには本格的に陸上に取り組む小中学生向けのクラブチームの指導もスタートしている。

■ ■ ■
成長する喜びで、夢中になった陸上競技
■ ■ ■

千葉県我孫子市出身。中学ではサッカー部だった。

ごやか こうじ

1988年生まれ。千葉県我孫子市出身。専修大学松戸高校卒、2010年専修大学経営学部卒業後、JR東日本ランニングチーム所属。2020年3月引退。同年4月、株式会社 BEAT SOCIAL SPORTS を起業。今は仕事が忙しくて飼えないが、無類の犬好き。

それが、学校対抗の駅伝大会に駆り出されたことから陸上を始めることに。大会での走りが、専修大学松戸高校陸上部監督の目に留まりスカウトされた。

「せっかく声をかけてもらったのだから、高校3年間は陸上をやってもいいかな」。最初はそのくらいの考えだった。でも、やり始めれば「負けず嫌いな性格」に火が付いた。

「1番になりたくて、部活の帰り道、一人途中下車してジムに通いました。筋トレやって、水泳して、いつも12時近くに帰宅していました」

やればやるだけ成長するのが楽しかった。

「まだまだ自分は伸びる」。そう思い、大学でも体育会陸上競技部に所属し、箱根駅伝を目指した。入学時は、チーム20番目くらいの実力だったが、1年次の箱根駅伝予選会ではチーム3位に。大学時代は、4年連続で箱根駅伝本戦を走り、4年次には1区で区間3位となった。



↑ 2010年1月、大学4年次、箱根駅伝1区を走り区間3位



↑ 2011年10月、シカゴマラソンで日本人トップの7位入賞

大学卒業後は、実業団選手としてJR東日本に入社。1年目からマラソンに挑戦し、2011年びわ湖マラソンで新人賞を獲得。2011年シカゴマラソンで7位(日本人1位)。2013年北海道マラソンで優勝。2015年ベルリンマラソン9位(日本人1位)。2015年東京マラソンでは日本人3位の2時間9分21秒でサブテン(2時間10分以内)を達成した。

設定した目標を一つ一つクリアして、成長することができた選手生活。唯一かなわなかったのは、東京オリンピック2020への出場だった。

「東京オリンピックを目標にしてきて、ダメってなったとき、自分の中に次のパリへ挑戦する気持ちはなかったです」

新たなチャレンジが始まった。

輝く世代を育てる

引退を決めたとき、実業団で指導者としてのオファーもあったが、断った。

「トップチームにいるのは15人。新しい選手を2

人とれば、誰か2人がクビになる。そうした場での指導者よりも、ピラミッドのすそ野を育てるほうが、日本のスポーツ全体にも影響力は大きいと思う。そこにチャレンジしたかった」

「失敗するからやめておけ」という人もいた。しかし、成功へのビジョンはあった。入念に事業計画書を作成し、それをもって同期を口説き仲間に入れた。

2020年4月、コロナ禍の中での船出。事業を始めると、想定外のことが次々に起こった。そのたびに対応策を考え、軌道修正する。ただし、ぶれなかったのは「将来活躍する子供を育てる」という目標だ。

毎回レッスンの終わり、子供達にスピーチをさせている。身に付けてもらいたいのは、「走る技術」「運動神経」だけではない。しっかりと人の話を聞き、自分の言葉で話すといった「人間力」が大事と考える。

「陸上選手を育てているわけではないです。ランニングをツールに、将来活躍できる子を育てています。活躍する場はどんなスポーツでも、スポーツでない他の分野でもいい。人前で話すのが全然怖くなくなったとか、自分に自信を持てるようになったとか、そういう成長があれば、このスクールで学んだ意味があると思っています」

2020年からは専大の陸上競技部のコーチも務める。学生時代の先輩、長谷川淳監督(H19経済)からオファーを受けたとき、正直言うと「専大は7年も箱根駅伝から遠ざかっていて、どうやって行くの?」と思った。だが、心配はなかった。こちらにも「磨けば輝く原石」が揃っていた。この3年間、連続して箱根駅伝出場を果たしている。



↑ BEAT AC TOKYOの生徒、コーチ陣と(後列右から3人目が五ヶ谷さん)