

# 瀨古利彦さんが語る 周りの人のために走る喜びを ランナーがチャリティ文化の先導役に

現役時代のマラソン戦績15戦10勝。  
文字通りマラソン界のレジェンドである  
瀨古利彦さんは現在、ランニングを通じての  
様々なチャリティ活動に尽力しています。  
その理由とやりがいについてうかがいました。



勝負の世界から離れ、改めて感じたランの魅力

現役時代は勝負のために走っていたので、ランニングを楽しむという感覚はありませんでしたが、引退後はプレッシャーもなく、純粹に走ることを楽しんでいます。かつてのように速く走ろうと自分を極限まで追い込む必要もありませんし、ランニング後のビールも楽しみます。仕事で忙しく走れない時期もありましたが、コロナ禍の影響で時間ができてからは、また走る時間が増えました。

私は現役時代、合計すると地球を3周半(約14万km)ほどの距離を走りましたが、今でもランニングには新たな発見があります。走らない時期があると体力も落ちて、最初は思うように身体が動きませんが、頑張ると続

けると、どんどん長い距離が走れるようになるし、身体もつらなくなっていくのです。何歳になっても練習をすれば、成果は出るんだと改めて思いました。ここにランニングの良さがあると思います。

チャリティで感じた新たな走る喜び

現役を引退し、指導者も退いて間もなく、「これまでの経験を生かして、社会貢献してみませんか」とチャリティ活動へのお誘いを受けました。勝負の世界にいた間はそうしたことを考える余裕はありませんでしたが、話を聞いてすぐ、「ぜひやってみよう」と思いました。それはUNHCR(国連難民高等弁務官事務所)が中心となって、タンザニアの難民

キャンプで平和や暴力の反対を訴えようというもので、ならば日本独自の文化である駅伝大会を開こうと提案したのです。資金を集めるために日本でチャリティ駅伝大会を実施し、2008年、「Ekipen for Peace」として開催(ご)ぎつけました。

最初は現地で「何のために走るの?」と聞かれ戸惑いましたが、「走ると気持ちいいよ」と話したところ、難民キャンプでは楽しみの場が少ないこともあって、すぐに皆さん、興味を示してくれました。そして大人から子供まで約2000人が笑顔を浮かべながらタスキをつないで走ったのです。またそれを見るために何と1万人もの人が集まってくれました。閉塞感の漂う難民キャンプが、その日はお祭りのように盛り上がる光景を見て、「やってよかったな」と心

から思いました。自分が走ってこれほどまでに周りが喜んでくれるという事実を目にすることができたのです。

タンザニアでの駅伝大会はその後も続けました。そして日本でも「富士山・山中湖チャリティ駅伝」を主催するようになり、そこに東日本大震災で被災した高校生を招待したり、大会の参加料の一部を病気の子どもとその家族が滞在できる施設「ドナ

ルド・マクドナルド・ハウス」に寄付するなどチャリティ活動を続けています。

ランとチャリティで日本をもっと優しい国に

市民ランナーの皆さんはそれぞれに目標を持って走っていることと思います。毎年、東京マラソンを見ていて思うのは、ランナーが皆、笑顔だということです。その満足は自分の中で完結するものがほとんどとは思いますが、これからはぜひ「周りの人ために走る」という喜びも味わってほしいと思います。

チャリティは誰もが良いことだと理解していますが、チャンスがなかったり、照れくさく感じたりと、なかなか足を踏み出しにくいかもしれません。しかし海外ではチャリティは当たり前で日常的に行われています。私はこれを日本でも文化にしたいのです。日本のランニング人口は900万人を越えています。市民ランナーが率先してチャリティに参加し、その文化の先導役になったらどんなに素晴らしいかと思えます。特にラ

<PR>



2009年にタンザニアで開催した「Ekipen for Peace」では瀨古さん自身も駅伝に参加。1万人が訪れ、難民キャンプがお祭りのように盛り上がった

**瀨古利彦さんが応援団長!**  
**参加無料のオンラインイベント**  
**チャリティラン&ウォーク ~めざせ日本10周35万キロ~**

預金でSDGsに貢献できる「応援定期預金」を取扱う大和ネクスト銀行が、開業10周年企画としてオンラインチャリティラン&ウォークを開催します。参加者の「累計走行・歩行距離×10円」を大和ネクスト銀行が寄付。距離の計測は無料のアプリ(TATTA)で行います。皆さんもぜひご参加ください!

【開催期間】2021年5月15日(土)~6月13日(日)  
【エントリー期間】2021年4月15日(木)~6月4日(金)  
※イベント公式サイトにて、瀨古さんの応援動画を公開中




参加特典として瀨古さんのサイン入りグッズやAmazonギフト券等の抽選プレゼントあり  
<https://www.bank-daiwa.co.jp>