

1	2016年リオの歓喜	5
	北京大会	8
	リオデジャネイロの銀メダル	13
	ウサイン・ボルトからの称賛	19
2	「リレー侍」があらわれた	21
	僕たちサムライでいこう	23
	侍ポーズでリラックス	26
	コラム／算数の勉強からはじめよう	28
3	オーバーハンドとアンダーハンド	29
	オーバーハンドパス	31
	アンダーハンドパス	32
4	アンダーハンドへの道	35
	忍者のように	38
	国際大会での試み	39
	オリンピック・アテネ大会	42

5	新たなスタート	44
	先人たちの偉業	46
	「和」で磨いたアンダーハンド	49
	土江寛裕の想い	51
	3秒75	53
	失敗と前進	56
	鮮やかなリレー	58
	信頼の和	60
	朝原選手にメダルを	63
	日本代表のDNA	67
	心のバトンをつなぐ	69
	和の勝利	70
	個人選手の進化	72
6	「新リレー侍」	75
	群雄割拠	77

1

2016年リオの歓喜^{かんき}

桐生祥秀	82
陸上への転進	88
10秒01	92
9秒台の手応え	95
新時代の幕開け	98
サニブラウン・アブデル・ハキーム	101
ダイヤモンド・アシリート	106
目標はウサイン・ボルト超え	109
山縣亮太	118
山縣時代の幕開け	122
「動」と「静」	124
故障との闘いを乗り越えろ	127
小池祐貴	134
遅く走るより速く走る方が楽？	139
新しい風	146

南半球のブラジルは、日本から見たら地球の裏側。北半球にある日本の八月は夏ですが、ブラジルは冬。とはいえ、温暖な気候にめぐまれ、過ごしやすい。19日夜（時差があるため日本は20日朝）も、この国第2の都市、リオデジャネイロは快適な夜になりました。第31回オリンピック・リオデジャネイロ大会は南アメリカ大陸ではじめておこなわれたオリンピックです。

夜もすっかり深まった午後10時35分、1発の号砲が国立競技場に鳴り響きました。オリンピックの花形種目の1つ、陸上競技・男子400メートルリレーのスタートです。前日の予選を勝ち抜いた8つの国の第一走者が、ピクンとはじかれたように一斉にダッシュしました。スタートを得意とする日本の山縣亮太選手は素晴らしい跳び出しを見せました。上位で、2番手の飯塚翔太選手にバトンが流れるようにつながり、上位を保ったま

ま、3番手の桐生祥秀選手に渡されました。コーナーの走りを得意とする桐生選手は、メダル争いのライバル、ジャマイカ、アメリカとトップを争う力走を見せました。そして、3つのチームは、ほぼ同時にアンカーへとバトンを託しました。5レーンを走る日本の最終走者はケンブリッジ飛鳥選手です。その内側の4レーンには、ジャマイカのウサイン・ボルト選手がいました。100メートルに9秒58という世界記録を持つ世界の短距離王として、長い間、君臨し続けてきたスーパースターです。

やはり、ボルト選手の強力なエンジンがうなりを上げて全開になると、かなう人はいません。ホームストレッチであつという間に後続を引き離し、トップでフィニッシュラインを駆け抜けて行きました。

しかし、ボルト選手に食らいついた飛鳥選手の懸命の走りも見事でした。「格上」と見られていたアメリカのプロメル選手を振り切ると2着で