

## マラソン日本記録保持者 設楽悠太選手と東洋大学駅伝部 酒井監督が参加

走る楽しさ、教育について親子にレクチャー！  
第2回「**スーパーかけっこアタック**」  
Supported by 健康ミネラルむぎ茶

2018年9月30日（日） 新豊洲Brilliaランニングスタジアムにて開催

ランニングをライフスタイルの一部として定着させ、全ての人々が健康になることに貢献したいという理念のもと活動している一般社団法人日本ランニング協会（代表理事：小林 渉）は、株式会社伊藤園（社長：本庄 大介）と共催で第2回「スーパーかけっこアタック Supported by 健康ミネラルむぎ茶」を9月30日（日）に新豊洲Brilliaランニングスタジアムで開催しました。前回に引き続きスプリントコーチとして先日2018世界マスターズ陸上400mハードルで7位を獲得した秋本真吾氏が登場し、今回は特別ゲストとして、マラソン日本記録保持者である設楽悠太選手と、設楽選手の大学時代の監督でもあった東洋大学駅伝部酒井俊幸監督が登場しました。設楽選手と酒井監督は、設楽選手が東洋大学を卒業して以来初の共演となります。参加した子どもたちは、設楽選手や酒井監督から直接指導をしてもらうことで

走る楽しさを体感しており、設楽選手や酒井監督も子どもたちに走り方のアドバイスをしたり、接することで、イベントを非常に楽しんでいる様子でした。



▲子どもに教える設楽悠太選手



▲「速く走るコツ」を直伝する酒井監督

## スポーツの汗にも大切な水分&amp;ミネラル補給

最近涼しくなってきましたが、涼しくなったことにより体内から水分が失われていることに気づきにくく、体内の水分、ミネラル不足を引き起こす可能性があります。当日は、健康的に体を動かすことを楽しんでもらうために、汗によって失われる水分やミネラルの補給にオススメの「健康ミネラルむぎ茶」が配布されました。設楽選手や酒井監督も子どもたちに水分補給の呼びかけをおこないました。



▲水分&amp;ミネラル補給をする設楽選手



▲水分&amp;ミネラル補給の大切さを学ぶ

## 最後にはサプライズも！設楽選手の応援メッセージ

トークセッションの際には、「駅伝で1区に起用したかったが、朝が弱いため起用できなかった。」と酒井監督が設楽選手の東洋大学時代の話をしたり、子どもたちからの質問に設楽選手と酒井監督がなごやかな様子で答えていました。

設楽選手は、「持久走大会で長い距離を速く、疲れないように走るにはどうしたら良いですか？」という質問に、「僕も持久走は得意じゃなかったです。後ろから教えたほうが早いくらい。自分の限界を決めないこと、諦めないこと、目標を持つこと、その日に向けた準備をしっかりすることが大切だと思います。」と回答し、酒井監督は親御さんからの「来年のお正月の箱根駅伝、ズバリ総合優勝は？」という鋭い質問に対し、「やるからには優勝を狙っています。目標を常に優勝として、そこに向けて生活しています。王座奪還を狙っています。」と答えていました。

さらに、子どもたちから設楽選手へのサプライズとして、参加者の子どもたちからの応援メッセージが貼られた巨大パネルをプレゼントしました。これには設楽選手も「子どもたちから元気もらったので、今度は自分が感動を与えられるように頑張ります。」と、喜んでいる様子でした。

最後には、設楽選手と酒井監督がお互いに「1億円の男と呼ばれているが、（お金の）無駄遣いはしないように頑張ってください。また、日本記録も更新をして欲しいなと思います。」（酒井監督）、「来週から大学生は駅伝シーズンが始まりますが、今年は3冠目指して頑張ってください。」（設楽選手）とエールを送り合いました。

**スーパーかけっこアタック** とは・・・

かけっこアタックは、子ども向けかけっこ指導のプロによるかけっこ教室です。走り方の「コツ」を分かりやすく教えるだけでなく「走るのが楽しい！」と思っていただけるように、講師がサポートします。

## ■ イベントの様子



▲レクチャーを受けた後に25mの記録測定をする子ども



▲設楽選手・酒井監督・秋本氏・小林氏によるトークセッション



▲子どもの質問に答える設楽選手



▲子どもたちからのサプライズメッセージ



▲水分&ミネラルを補給する子どもの様子



▲左から、講師 秋本真吾氏/設楽悠太選手/酒井俊幸監督/一般社団法人日本ランニング協会 小林渉氏/(株)伊藤園 麦茶・紅茶ブランドマネージャー 相澤治氏

## ■ ゲストプロフィール紹介



### 特別ゲスト

### 酒井俊幸氏

(さかい としゆき)

生年月日：1976年5月23日  
出身地：福島県石川郡石川町出身  
所属：東洋大学陸上競技部駅伝監督

東洋大学経済学部卒業。

コニカミノルタ、学校法人石川高等学校教員を経て、東洋大学陸上競技部駅伝監督。「その1秒をけずりだせ」は東洋大学陸上競技部駅伝でのスローガンであり、同タイトルの書籍も執筆している。



### 特別ゲスト

### 設楽 悠太氏

(したら ゆうた)

生年月日：1991年12月18日  
出身地：埼玉県大里郡寄居町出身  
所属：Honda

東洋大学経済学部卒業。双子（二卵性双生児）であり、日立物流所属の設楽啓太は兄。東洋大学時代は酒井監督の指導のもと、箱根駅伝での優勝を果たす。現在は、フルマラソンおよびハーフマラソンの日本記録保持者。



### 講師（スプリントコーチ）

### 秋本 真吾氏

(あきもと しんご)

生年月日：1982年4月7日  
出身地：福島県大熊町  
所属：POLYVALENT

2012年まで400mハードルの陸上選手として活躍。

オリンピック強化指定選手にも選出され、当時、特殊種目200mハードルではアジア最高記録、日本最高記録を樹立した。2016年全日本マスターズ陸上選手権において100mで優勝。2018世界マスターズ陸上400mハードル7位。

## ■ 共催・株式会社伊藤園

### ■ 水分だけでなくミネラルが一緒にとれる！

汗をかくと水分だけでなく、ミネラルも同時に失われます。「健康ミネラルむぎ茶」は、手軽に水分とミネラルを補給することができます。

※「健康ミネラルむぎ茶」のミネラルとは、リン・マンガン・ナトリウムのことです。

### ■ 無糖、カロリーゼロでスポーツにオススメ！

無糖で、カロリーが含まれていないため、健康的です。しかも、カフェインも含まれていないため、お子様にも安心です。

### ■ 後味スッキリ、ゴクゴク飲めるおいしいむぎ茶！

## 汗をかく“スポーツ”では、ミネラルが不足しがち！

汗をかくと、水分だけでなくミネラルも同時に失われるため、発汗量が増えるスポーツではこまめな水分&ミネラル補給が必要です。



ミネラルとは からだの健康を維持する、5大栄養素のひとつ。しかし、人体では合成できず、食事で摂取しづらいため、意識的な補給が必要で、不足すると腎臓病・骨硬化病・ヒトリン・ミネラル