



I N T E R V I E W

東洋大学大学院社会学研究科博士前期課程

柏原 竜二さんに聞く

[聞き手] 川島 葵さん フリーアナウンサー

箱根駅伝優勝に導いた「山の神」 大学院に進学し 新たな学びの日々を送る

C L O S E U P

かしわばら・りゅうじ

1989年生まれ、福島県出身。高校卒業後、東洋大学経済学部に進学。1年次に出場した第85回箱根駅伝で5区を走り、区間記録を更新。初の総合優勝に貢献した。2年次にも5区の区間記録を更新して総合優勝。3年次には往路優勝して総合2位。4年次には大会新記録で総合優勝を達成。卒業後は富士通に入社し、陸上競技部に所属。引退後は、ラジオ番組などでパーソナリティも務めた。2024年に東洋大学大学院社会学研究科博士前期課程に進学。

持久走が得意だった少年時代

川島 今回お話を伺いますのは、現在、東洋大学大学院社会学研究科博士前期課程で学ばれている柏原竜二さんです。学部時代の箱根駅伝第85〜88回大会（2009年〜2012年）に4年連続で出場し、東洋大学を3度の総合優勝へ導く活躍を見せました。また、険しい山道が続く5区で4年連続区間賞の走りを見せたことから、「山の神」の異名が付けられたことをご存じの方も多と思います。早速ですが、柏原さんは幼少の頃から走るのが好きだったのでしょうか。

柏原 小学校の頃は兄の影響でソフトボールを4年間やっていましたが、チームプレイが苦手で、中学校に進学したら帰宅部になろうと思っていました。母は子どももの言うことを否定しない人だったので「帰宅部だけはやめなさい」と言われたので、持久走が得意だったこともあって陸上部に入部しました。

川島 子どもの頃から走るのが早かったのですね。

柏原 小学生の頃は、学年1クラスしかない小さな学校だったので、持久走大会で6年間連続1位でした。そ

れを知った中学校の陸上部顧問の先生から、兄を通じて打診されたのが入部のきっかけです。最初はすぐに辞めようと思っていたのですが、記録会があるからエントリーしておいたと先生から言われ、戸惑いながらも出場してみると県大会に行けるくらいの記録を出せたのです。周りからもすごいと褒められて、初めて陸上競技が楽しいと思えました。

記録の伸び悩みを克服した気付き

川島 顧問の先生が陸上競技に向けて、最初に背中を押してくださったのですね。高校時代は充実した競技生活を送れましたか。

柏原 正直、苦しかったですね。とにかく毎日がむしやりに練習したのですが、記録が全く伸びませんでした。

川島 そんな時期をどうやって克服したのでしょうか。



柏原 竜二さん

柏原 当初は顧問の先生が組んだメニューに沿って練習していたのですが、他の部員も含めてなかなか記録が伸びませんでした。そこで、先生から1カ月間のメニューを自分たちで考えて実践してみるように提案されたのです。最初はメニューを考えるのが楽しかったですし、モチベーションも上がったのですが、練習をしているうちにどんどん疲労がたまり、無理が出てきました。そんな時、先生が考えたメニューをあらためて見直してみると、とても良くできていることに気付きました。負荷をかける所と休むところのメリハリがはつきりしていましたが、何を目的とした練習か、それがどう次につながるのかということが考えられていたことが分かりました。ただがむしゃらに練習するのではなく、考えながら練習しなければいけない。高校3年生の春にそのことに気づき、部員全員が先生の練習メニューの意図を理解して真剣に取り組むようになりました。これを機に、目標に向かって進んでいく意識ができ、それぞれ記録も伸び始めました。

出会いとご縁で 今の自分がある

川島 高校時代にはすでに箱根駅伝への出場は意識されていたのですか。

柏原 高校1年生の時は全く考えていませんでした。正月も駅伝ではなく、バラエティ番組を見ていたくらいです。その後、僕と同じ福島県出身の今井正人さんという偉大なランナーが駅伝で活躍していて、地元ニュースでよく取り上げられているのを目にしてから、駅伝を見るようになりました。

川島 それは意外ですね。では、東洋大学への進学を決めた理由は何だったのでしょうか。

柏原 高校2年生の時に見た箱根駅伝で、現在、東洋大学陸上競技部のコーチをされている大西智也さんが1区でパッと飛び出す瞬間があったのですが、それがとてもかっこよかったです。それをきっかけに東洋大学を志望するようになりました。高校3年生の時、東洋大学出身で箱根駅伝出場経



川島 葵さん

験があり、福島県の学校法人石川高等学校で教員をされていた酒井俊幸先生にどうすれば入学できるか相談しに行ったところ、当時、東洋大学の長距離ブロックのコーチだった佐藤尚さんに話をつないでいただきました。いろいろな方とのご縁が重なり、東洋大学に進学することができましたが、酒井先生とはその後、東洋大学陸上競技部で長距離監督としてもお世話になりました。

川島 進学が決まった時はどんな気持ちでしたか。

柏原 うれしかったです。自分一人の力ではない、勘違いしてはいけないという思いとともに、プレッシャーもありました。周囲にはインターハイや国体、全国高校駅伝などで入賞経験がある名だたる選手がいる中で、僕には高校時代の実績がなかったからです。大学入学前になんとか実績を作りたくて、高校3年生の秋に開催された全国都道府県対抗男子駅伝競走大会に出場し、区間賞を獲得することができました。

5区の景色をこの目で見たい

川島 入学してからはどんな学生生活を送られたので



しよう。

柏原 とにかく結果を出さなければならぬというプレッシャーが大きく、部員はみんなライバルだと思っていました。正直に言えば、スポーツと学業の両立は大変でした。1年次、2年次の頃はユニバーシアードや世界ジュニア大会などの国際大会に代表として出場していたのですが、そうになると2週間近く大学を休まなければならぬ時もあり、授業についていけず、出席回数も足りない状況になります。そのため、1年次には随分単位を落としました。

川島 やはり高校に比べて大学の練習はハードでしたか。

柏原 当時は朝4時半に起床して、5時15分から朝練です。高校の朝練では、1km5分ペースで6kmを走っていましたが、大学では1km4分ペースで倍の12km。本当にキツくて慣れるまでに1年かかりました。また、高校時代の部活は少人数で和気あいあいとした雰囲気だったのですが、大学の部活は大所帯で縦社会。しかも、初めて実家を出ての寮生活だったので、ストレスからか入寮2日目で急性胃腸炎になりました。そんな感じでしたから、学生生活に全く余裕はありませんでした。

川島 5区で走りたいという思いは以前から持っていたのでしょうか。

柏原 先ほどお話しした、同郷のランナーである今井正人さんと、高校2年生の時にお会いする機会があったんです。その時、今井さんに「5区ってどんな区間ですか？」と尋ねると、「大変だけどやりがいがある区間だよ」と教えていただいた。それから、今井さんが見ていた5区の景色を見たいという思いが強くなりました。

川島 その思いを陸上競技部の新入生歓迎会で伝えられたそうですね。

柏原 1年生が並んで目標を発表する時間があったのですが、僕は「箱根駅伝5区を走るために東洋大学に来ました」と宣言しました。その時、5区を担当していたのは、現在は仙台育英学園高等学校の陸上競技部女子チームの監督を務めている先輩の釜石慶太さんでした。「お前が来てくれたから、俺はもう走らなくてよくなった」とちよっとうれしそうに言ってくれたんです。

自分の意志を貫き、勝ちにいく

川島 大変な思いをされながらも、1年次から箱根駅伝に出場されました。スタートラインに立った時はどんなお気持ちでしたか。

柏原 テレビで見ていた光景が目の前にあり、本当に箱根駅伝の舞台に立てたのだと喜びが湧いてきました。緊張よりもうれしさが先にありましたね。

川島 9位でタスキを受け取りましたが、どんな思いで走り始めたのでしょうか。

柏原 走る前に、当時の監督代行だった佐藤尚さんから「今日は3位までいこう」と伝えられたのです。しかし僕は「何のために1年間練習してきたんですか！僕は優勝したいんです」とたんかを切ってしまった。佐藤さんからは最初は落ち着いて走るように言われましたが、1位を狙って速いペースで走り始めました。佐藤さんには、あの時のことを今でも言われます。

川島 1年生でありながら監督代行の言うことを聞かないほどの強い意志は、どのようにして芽生えたのですか。
柏原 僕は当時、勝負は勝つか負けるかだと思っていました。

昔、兄に「野球やサッカーは勝つか負けるかだけど、順位がつくスポーツだと3位でも喜んでるのが不思議だよな」と言われ、僕は陸上競技をやっていたので、確かにそうだと思ったことがありました。その年の東洋大学は往路優勝を狙っていたので、3位で妥協していいわけない。そう考えて、1位になって勝つつもりで走ったんです。

川島 その結果、5区で8校をこぼう抜きにし、区間記録を更新して往路逆転優勝。総合優勝にも貢献されました。想定されていたような走りですが、本番でもできたということでしょうか。

柏原 僕は4年間を通して、勝つプランというものを描いてきませんでした。練習でさまざまにイメージしても、一度全てを捨てて試合に臨んできました。なぜなら、描いたプランと現実が違ったら、勝てないことになってしまいますから。本番では、天候や何位でタスキをもらうかといったことに左右されずに、自分のベストパフォーマンスを発揮しなければなりません。ですから、そうしたイメージは極力排除していました。

川島 その後、4年連続でハードな5区を走り、全大会首位でゴールされています。「山の神」とも呼ばれました



が、プレッシャーはなかったのでしょうか。

柏原 もちろんプレッシャーはありました。僕自身は次の大会でも結果を残せるようにどう頑張るかをシミュルに考えていたのですが、世間の期待値は違いました。柏原は勝つのが当たり前で、いかに圧倒的に勝つかを期待

しているのです。そうした僕自身の気持ちと世の中の期待とのギャップを埋める作業がとても大変でした。

川島 圧倒的な成績を残して優勝したことで、周りの見る目が変わったのですね。

柏原 本当に優勝した翌日から世界が変わりました。心理学では、「ハロー効果」と呼ばれるのですが、箱根駅伝で山の神と呼ばれるようになった途端に、柏原は毎日走って血のにじむような努力をしている」というイメージが勝手につくられていくのです。そうした状況になかなか順応できず苦労しました。学部時代に社会心理学を学んでいたらよかったな、と今は思います。

勝てるチームを形作る要因を 解き明かしたい

川島 柏原さんは2024年4月から、母校の大学院に進学して社会学を学ばれていますが、そうしたご経験も影響しているのでしょうか。

柏原 それも大学院に進学した理由の一つですが、一番大きな理由は、仕事をしていて達成感が全くなかったこ

とにあります。100回記念ということもあり、昨年は箱根駅伝関連の番組で学生にインタビューする機会が多くあったのですが、話しているとしても自分の経験値を基に考えてしまう。インタビュー相手の学生には良い方向に向かってほしいのですが、自分の感覚で話すことが果たして正しいのかと違和感がありました。そのうち、自分のスキルや知識に限界を感じるようになり、酒井監督をはじめいろいろな方に相談した結果、大学院で社会心理学を学ぶことを決意しました。

川島 箱根駅伝で活躍されていた時以来、10年以上ぶりに大学で学ばれているわけですが、何か発見はありましたか。
柏原 大学院にはさまざまな分野の専門家の先生方がいらっしゃいますし、さまざまな年代のさまざまな研究を行っている学生がいます。箱根駅伝を走っていた僕を知らない大学院生もいますよ。講義や学生の研究発表を聞いているだけで、今まで自分になかったエッセンスがどんどん入ってくるのを感じます。

川島 現在はそのような研究に取り組まれているのでしょうか。
柏原 良いチームと悪いチームがなぜ生まれるのかという

ことを、研究テーマの一つにしています。長く成果を上げ続けるチームがありますが、それには組織としてどのような要因が働いているのか探りたいのです。もちろん、指導者の存在は大きな要因になりますが、指導者が変わっても変わらなくても、勝てないチームは勝てないし、勝てるチームは勝てます。例えば、近年、原晋監督が率いる青山学院大学の駅伝チームが、何度も箱根駅伝で優勝を果たしています。しかし、原監督でも勝てない時期がありました。また、「原メソッド」と世の中ではいわれていますが、選手が入れ替わり、コミュニケーションの取り方も変わっているはずですが、それでもなお、勝ち続けるチームでいられる理由が分からないのです。勝てるチームというのは雰囲気に分かるのですが、それを社会学として言語化したいと考えてはいるものの、なかなかできずに苦心しているところですよ。

川島 ご自身の中で、それを理由付ける仮説のようなものはあるのでしょうか。

柏原 自分としては、キャプテンの存在が大きいのではないかと予想しています。勝てるチームの監督は、チームをまとめる素質のある人間を見抜いてキャプテンに選ん

でいるのではないかと。

川島 それはご自身の経験を基にして考えられている部分も大きいのでしょうか。

柏原 そうですね。僕自身、4年次の時にキャプテンを務め、選手と監督をつなぐ役割を果たしていました。各学年とミーティングを持ち、選手たちの様子や意見を監督に伝える一方、監督も僕をうまく使って選手たちのモチベーションを上げさせようとする。そうして相互理解を深めていったのです。キャプテンという立場は難しいのです。選手の側に立ち過ぎると一緒に不平不満を言うようになってチームが崩れてしまいますし、監督の意図をくんでチームを叱咤すると反感を買うこともある。また、リーダーシップを発揮し過ぎると監督以上に影響力を持ってしまう懸念もあります。そう考えると、キャプテンに向いているのは、たとえば大変でも反感を持たれてもチームのために頑張り、貢献できる、ある一面においては自己犠牲をいとわないタイプの人間



なのです。実際、そのような人選だと感じる人が多いです。しかし、これはあくまで自分の感覚だけで、客観的なデータはありません。現在は、有意性のあるデータをいかに取得するかを検討しているところです。

川島 お話を聞いてみるととても充実した大学院生活を送っていることが伝わってきます。

柏原 大学院での学びが、すぐに何かの役に立つわけではないでしょう。しかし、学び始めたことで人生は間違いなく豊かになっていると感じています。今はそれだけで十分です。大学進学の際は自分で考えて、意志を持って学部選択ができていなかったと思います。学生時代の4年間、本当にいろいろな経験をさせてもらいましたが、今はあの頃よりも学ぶことが楽しいです。学びは楽しくないと意味がないですからね。

川島 お話しさせていただきました、私もあらためて学びたいという気持ちが出てきました。本日はとても刺激なるお話をありがとうございました。