

～陸上競技を支えるプロフェッショナルを徹底紹介！～

陸上のトラックレースは「オン・ユア・マークス」で準備し、合図の号砲でスタートします。部活に一生懸命なみなさんも、世界で活躍するトップアスリートもそれは同じ。そして、そのスタートの合図を出すのが「スターター」の方々です。今回は身近なようで意外に知られていないスターターのお仕事について、東京陸協の本橋郁子さんに話を聞きました。

文・M高史

陸上競技ナビ



号砲で選手を見送るスターター！
オンユアマークの裏側をご紹介します！

No.11 スターター



本橋 郁子さん

高校から福岡大学1年まで陸上部に所属。1983年に審判活動を開始し、最初は出発係、その後スターターとして日本選手権や東京国体等に参加した。2010年に中国・珠海での国際陸連（現・世界陸連）女性スターターセミナー受講。2019年の世界リレーではスターター主任、2021年の東京オリンピック、パラリンピックではスターターを務めた。馬術競技歴は20年で、2010年全日本馬術選手権7位に入った経験もある。

その他の一般的な大会では、スターターが目視で判断。「スターター同士のチームとしての信頼感がとても大事になってきます」と本橋さんは話していました。

公正なスタートではないと判断した場合には、リコーラのピストルを鳴らして選手を止めます。そのため、「メインのスターターはメインピストルと、リコーラーピストル（スタート後に選手を呼び戻すための合図を出すピストル）の2丁を持っています」。

このピストル音にも、テクノロジーの進化とともに変化があるそうです。以前はピストルに入れた紙雷管の音で行われていたのが、現在はスターターのメインピストルは中長距離種目以外は音が出ません。短距離は各競技者から等間隔に置かれた信号器から音が鳴り、音の伝達時間に時間差がないように配慮されています。

「その音も紙雷管から電子音へと変化してきました」と本橋さん。電子音を使うことで雨の日に火薬が濡れるなどの不安がなくなるんですね！スターターのみなさんも現状打破されています。

また、聴覚に障がいのある競技者の場合、光刺激スタートシステムという色が変わるス

加えて出発係、アナウンサー、写真判定、風力、監察員たちとのスムーズな連携も大切。「スタートの準備が完了し、出発係がアナウンサーに連絡します。アナウンサーによる選手紹介があって、スターターの台に上がります。この一連の流れに対して、誰かがその都度声をかけてくれるわけではありません。そのため、いろいろな部署の連携が必要になってきます」。そうしてはじめて、「オン・ユア・マークス」のかけ声をかけることができるそうです。

スターターにとって最も重要な役割が、不正スタート（通称・フライング）があったかどうかを見極めることです。

東京五輪をはじめ国際大会や日本選手権などの大きな国内大会では、スタートインフォメーションシステム（SIS）という装置が使われます。「より確実なスタートの判定のための装置」で、スターティングブロックの圧力の変化を感知し、リアクションタイム（号砲から動き出すまでの時間）が0.1秒未満でリコール信号が出るという仕組み。スターターは数値と波形をチェックして不正スタートなのか、警告や注意の対象となる動きなのかを判断します。

スターターはチームワーク！

「スターターはチームワークが大事です！」と話すのが、東京陸協の本橋郁子さん。年間50試合はスターターを務め、東京五輪から小学生の大会まで、トップアスリートから子供たちまで、本当にたくさんの選手をスタート台から見送ってきました。

「スターターの仕事で最も大切なことは『公平・公正』に尽きます。しかし、スターター1人でレースをスタートさせているとイメージされている人が多いと思いますが、実はそうではありません。スタートの一瞬のために、その裏では機材チェックをはじめ山ほど作業があり、たくさんの人が関わります」

スタートへの一連の流れを、4×100mリレーを例に説明してくれました。

「まずはメインのスターターが1人、正しいスタートが行われたかをチェックするリコーラーが3人、写真判定との連絡員が1人、信号器という装置を使うのでその担当が2人、合計7人のスターターがそれぞれの配置について、1つのレースをスタートさせます。アイコンタクト、阿吽の呼吸で動くチームワークが必要です」

オール陸上競技チャレンジ記録会の分担表 2022.3.27 駒澤

開始時刻	種目	組	人数	A	B	C	D	E	F	G
9:00	3000m	男	1	9	R1	S				I
9:15	400m	男	1	3	R2	SIS	I	S	R1	
9:20	400m	女	1	7	R2	SIS	光	I	S	R3
9:25	400m	男	1・2	30	SIS	R2	I	光	R3	S
9:35	400m	男	3・4		SIS	R2	I		R3	S
9:45	車いす400m	女	1	3			R3	R2	I	R1
9:50	車いす400m	男	1	7			R3	R2	I	R1
9:55	1500m	女	1	1	S	I				R1
10:05	1500m	男	1	2	S	I				R1
10:15	1500m	女	1	8	I			R1	S	光
10:35			1・2		I		R1		S	
10:45	1500m	男	3・4	39				S		I
10:55			5・6		昼食	S				I
11:05	車いす1500m	男	1	2		R1	I			S*
11:15	200m	女	1	1		R1	I	R2	SIS	S
11:20	200m	男	1	3		R1	I	R2	SIS	S
11:25	200m	女	1・2	11	R1		R2	昼食	SIS	I
11:35	200m	男	1・2	30	光	I	S		R1	R2
11:45	200m	男	3・4		光	I	S		R1	R2
11:55	車いす200m	女	1	1	I	昼食	R1		S	R2
12:00	車いす200m	男	1	2	I		R1		S	R2
12:05	800m	女	1	3	R1		光	S	昼食	I
12:15	800m	女	1	9	R1		昼食	S		I

S: スターター（*印は50mまで監察、S光は手首に器材装着）
R1: 直線内側後、200.400後、長距離外
R2: 直線外側前、200.400前
R3: 直線外側後、400中(7レーン横、車いすフィールド内)
I: インカム担当
光: 光刺激システム担当
SIS: オートリコール担当
5組-2.6⇒5組目の2レーンと6レーン
2組-3GR⇒2組目の3レーン ガイドランナーあり
118-GR⇒ナンバーカード118にガイドランナーあり

すればよいのかを聞きました。「まずは審判資格を取得していただくことから始まります。最初からスターターを希望される人もいますが、私は出発係をまず経験しました。その後、東京陸協から『スターターをやってみないか』と声をかけていただきました。最初は中長距離種目から始めて、徐々に短距離種目も担当できるようになっていったのです」

短距離種目のスタートは選手の間合い、見極めが難しく、タイミングは細心の注意を払う必要があります、それだけ経験が求められるということなのです。そんなスターターのやりがい、流儀について、本橋さんはこう話してくれました。

「スターターにとっての究極は、選手にとって公平で公正なスタートをしてもらうこと。きれいに、そろってスタートしてもらえた時はうれしいですね。あとは、1日が終わって、スターターの仲間『今日無事に終わったね！ありがとう！お疲れさま！』と笑顔で言い合えた時にも充実感を味わうことができます。失格(※)を宣言する権限を有する部署で、(精神的に)重いものを背負っています。でも、それを乗り越えられるのはチームワークがあるからです。スターターは決して個人プレーをして務められるものではありません。(技術面など)職人的な部分もあるのですが、チームワークが大切。そしてスターターは、選手に最高のパフォーマンスをしてもらうための裏方なのです」

今後の目標について「女性スターターが少ないので、増えてほしいですね」と話す本橋さん。リレーでバトンをつないでいくことで、また選手のみなさんが号砲とともに記録に挑戦することができるんですね！

※2016年に混成を除き一度不正スタートで失格となった。

トロボの光でスタートの合図を送ります。「車いすレースでは前輪の接地面がスタートラインに触れないようにセットするなど、障がいの種類や程度によって静止する角度やポジションが異なるので、状況を確認して、静止したのを確認した瞬間に号砲となります」。さまざまな知識や経験が必要となってくるんですね。

スターターの1日

まずは1日の作業分担表を作成し、交代しながら進めていきます(上表参照)。非常に細かいスケジュールになっていて、初めて見た人には解読できないほど。競技開始の2時間前には会場入りして、競技開始後も担当部署を分刻みで行ったり来たりしていきます。「スターター、写真判定との連絡、光システムなど種目ごとに移動しつつ、自分の担当も変わりつつ、競技場の中を1日中動き回っていますね」

ちなみに、表の空欄は空き時間ではなくて次の番目に向けての移動や準備作業も。常に頭はフル回転ですね！

「注目されたレースがあっても、目の前のレースのスタートに向けて集中力を研ぎ澄まさせています。無事にスタートが切られたら、すぐ次の種目のことに頭が切り替わるので、レース結果や誰が勝ったのか知らないことも多々あるんですよ(笑)」

特に印象的だったのは東京五輪だそうですね。「貴重な経験ができて感謝です。出発係、スターター歴を長く積み上げたことで、素晴らしい機会をいただきました。本橋さんは、「これまでスターターとして育てていただいたということで東京陸協にもすごく感謝しています」と笑顔で話していました。

スターターになるには？

部活の練習で、スタートの合図に紙雷管を鳴らしたことがある人だと思います。実際に、競技会でスターターを務めるにはどう

JAAF大会 Info

「日本グランプリシリーズ」
いよいよ最終戦！シリーズチャンピオンが決まる！

山口大会
「第19回田島直人記念陸上競技大会」
大会ページ
<開催日>
10月15日(土)・16日(日)
<開催場所>
山口
維新百年記念公園
https://www.jaaf.or.jp/competition/detail/1673/



「第16回U18/第53回U16陸上競技大会」

将来多くの国際大会で活躍したり、さまざまなカテゴリーで陸上界をリードする選手たちが出場するジュニアカテゴリー最高峰の大会が開催！

大会ページ
<開催日>
2022年10月21日(金)～23日(日)
<開催場所>
愛媛県総合運動公園陸上競技場
https://www.jaaf.or.jp/competition/detail/1671/



読者アンケート

回答いただいた方の中から抽選で5名様へ陸連グッズをプレゼント！
今後の掲載内容の参考にさせていただきたいと考えておりますので、ぜひ下記アンケートへのご協力をお願いいたします。
https://forms.gle/S497nNJKFxrHwaJGA

