

## 曾野政男先生（田徑）



### — 參加「世界老將運動會」的契機為何？

老將運動會的廣告文案「大人的奧運」深深吸引了我，是我參加比賽的契機。

我迷上田徑是在 1964 年的東京奧運。10 歲的我親眼看見壯觀的大會比賽，為了實現在奧運獲得金牌的夢想，一直堅持運動競技比賽的人生。但是我的時代敵手眾多，無法實現參加奧運的夢想。

然後，在國際比賽有機會獲得獎牌，卻仍覺得心裡缺了一塊。那就是在我心中殘留的奧運夢想。而讓我再次重燃起希望的就是「世界老將運動會」。

一直以來都是完美主義的我，總是朝著爭取第一的目標前進。但是在這個大會，讓我了解到長久持續運動的重要性。

### — 實際參加了世界老將運動會的感受如何？

開幕式帶給我的衝擊難以用言語形容。全世界各種各樣競技的選手齊聚一堂，大家一起慶祝開幕。能夠親身經歷那個瞬間，讓我難掩激動，感到無比興奮。

世界老將運動會的開幕式，讓渴望尋找目標的我看見了全新的世界，朝著未來邁進。

另外，開幕式在夜晚舉行，我剛好隔天早上有比賽。本來為了調整狀態，打算中途離場，但不知不覺居然全程參加到最後。

半夜回到家也睡不著，隔天早上也處於亢奮狀態，就這樣參加比賽，在 10 公里馬拉松的競賽項目獲得了金牌。

## — 參加了世界老將運動會，獲得了金牌，有沒有什麼變化？



在 2017 奧克蘭世界老將運動會和新認識的朋友一起拿著簽名旗幟拍照留念

有企業看到我贏得金牌的那場比賽，獲得了企業的贊助。以 65 歲的年齡還能獲得贊助的選手大概只有我了。

再加上，因為參加了世界老將運動會，讓我認識了世界各地的朋友。旗幟上寫滿了比賽認識的朋友所寫的隻字片語都見證了一段又一段的友誼。要是我參加了奧運，選手之間大概只會有競爭，應該不會成為夥伴吧。

## — 請問您有什麼秘訣讓您無懼年齡增長繼續運動下去？

簡單來說，持續下去很重要。不要加太多訓練的項目，在自己作得到的範圍內不急不躁地慢慢累積。我現在的狀況是最好的。穩紮穩打一點一滴堅持訓練所得到的結果，身體維持了近年來最高的肌肉量。

支持我的動力就是對世界老將運動會的熱誠。我覺得體力和肌肉量因年齡增長而衰退，但我實際感受到只要有熱忱就能夠超越身體的極限。

## —有沒有話想要告訴想要參加「2021年關西世界老將運動會」的朋友？

世界老將運動會沒有親自參加，就無法完整了解它的魅力。不想大家錯過參加的機會而後悔。大家如果報名參加的話，希望能夠好好享受開幕閉幕儀式以及與其他選手之間的交流。在第一線時期注重結果，成績就是一切，根本沒有心力好好享受大會的氣氛。

另外想要告訴所有人，運動並不是限定一個時期才能去做的事，就算曾經放棄再重新開始，無論幾歲都能從零重新出發再次挑戰。

我能夠如此樂觀積極向前，仰賴跑步這項運動。打從心底感到幸運能夠活出這樣的人生，今後也想繼續跑下去。希望我自己能夠成為一個榜樣，繼續跑下去，讓大家了解擁有目標前進的人生是多麼美好。希望能讓更多人去感受到終身運動的喜悅。

