

LEADERS NOW!

20th Asian Games Aichi-Nagoya 2026

世界へ駆ける ラストスパート



日本一、アジア大会入賞、その先へ
800mランナーの飽くなき挑戦

●社会学部 3年次生
萬野 七樹 さん (体育会陸上部)

「優勝を目指していました」。第95回日本学生陸上競技対校選手権大会(日本インカレ)男子800m決勝に臨んだ萬野七樹さんには、その言葉を裏付ける確かな理由があった。怪我を乗り越えて磨き上げたラストスパートという強み、切磋琢磨する仲間たち、そして積み重ねてきた努力。支えてくれた人々への感謝を胸に、日本の頂点からアジアへ、そして世界へと挑戦の舞台を広げている。トラック2周のドラマに魅せられたアスリートの現在地と、その先の目標に迫った。



萬野 七樹 — まんの ななき

■2005年大阪府生まれ。大阪府立大塚高等学校卒業。2026年に開催された、第110回日本陸上競技選手権大会、第95回日本学生陸上競技対校選手権大会で、ともに優勝。第20回アジア競技大会陸上男子800mで7位入賞。リフレッシュ方法は銭湯やサウナで汗を流すこと。好きな食べ物はラーメン。



▲アジア大会 陸上男子800mで7位入賞

●勝つことにこだわったレースで日本一に

2026年6月。愛知県名古屋市のパロマ瑞穂スタジアムには、全国から陸上競技の精鋭たちが集結していた。第110回日本陸上競技選手権大会。13日は、800m決勝の日だった。優勝に加え、所定のタイムをクリアすれば、同年9月中旬から開催される第20回アジア競技大会への参加資格が得られる重要な一戦。萬野さんは、5月のレースですでにアジア大会の派遣設定記録を突破しており、日本選手権では優勝を目標に臨んだ。

戦い方は決まっていた。「序盤は先頭集団の後方に付け、ラストでスパートをかける」。前日の予選も同じ戦術で臨み、2着。「予選より早めに仕掛けようと思い、距離感を保っていました」。

号砲が鳴った。予選と同じく、1周目は4番手につける。レースが終盤に差しかかるにつれ、萬野さんを含む4人が後続を引き離していく。会場の熱気が高まる中、ラスト150m付近で萬野さんが動いた。3番手に浮上すると、力強く腕を振り、直線で一気に加速。残りわずか。ゴール直前で2人をかわし、そのまま先頭でフィニッシュした。記録は1分46秒45。レース直後は「優勝の実感はありませんでした」と振り返ったが、目標通りの結果だった。

●怪我を経て磨いた新たな武器

今シーズン、萬野さんは主要大会で結果を重ねている。4月の日本学生陸上競技個人選手権大会で優勝し、5月の第103回関西学生陸上競技対校選手権大会(関西インカレ)でも頂点に立った。同月の日本グランプリシリーズMDC (Middle Distance Circuit)では、自己ベストにして日本学生歴代2位となる、1分45秒31を記録した。「磨いてきたラストスパートが、自分の武器になったことが大きいです」。

新たな武器に目覚めたのは、1年ほど前のこと。怪我がきっかけだった。「夏にくるぶし付近を傷めてしまい、2、3カ月の間、満足のいく練習や走りができなくなりました」。回復したと思って練習を再開すると、再び痛みが走る。監督やチームメイトに励

The 110th JAAF Athletics Championships



▲日本選手権 男子800mで初優勝した萬野さん。この優勝でアジア大会内定を手にした(写真提供:早稲田スポーツ新聞会)



▲2026年MDCで関西学生新記録をマーク



▲2026年関西インカレで萬野さんが大会新記録で優勝

まされながらも、焦りは募った。一方で、自分の走りと向き合う時間にもなった。「勝てる選手は、ラスト150m付近から伸びてくる。自分もその力を身につけたい」。痛みも落ち着いてきた冬頃から、ラストスパートの強化に重点を置いた練習を重ねた。「最後にギアを上げるために、300mや400mの本数を増やし、レース終盤まで余力を残すため、持久力をアップするトレーニングに取り組みました」。その成果はすぐに表れた。

●ライバルから刺激を受けて成長

自身の性格を「効率的」と話す萬野さん。本格的に陸上を始めたのは中学1年生の時。しかし、当初は800mには興味がなかったという。「100mが好きでした。でも、ライバルも多い種目ですし、彼らに勝てるほどの力は僕にはないと思っていました」。自らの適性を見極めながら、短距離から距離を伸ばした。その後、1500mや3000mにも挑戦したが、「持ち味のスピードを生かせない」と感じていた中学3年生のとき、800mに出合った。

関西大学陸上競技部への入部も、シンプルな理由に基づいた選択だった。「実家から通える強豪校への進学を考えていました。高校時代から知っていた、高梨有仁さんが所属していたことも大きかったですね」。入部後は高梨さんをはじめとする先輩たちから刺激を受ける毎日。「皆さん速くて強い。練習についていだけで、タイムが伸びていく実感がありました」。実際、部内の競争は激しい。今年の関西インカレでは、萬野さんを含む関大勢3人が800mの決勝に進んだ。「多くのライバルの存在が、関大陸上部の魅力。普段はめちゃくちゃ仲が良いですけどね」。

●世界の舞台を見据え、更なる進化を

萬野さんは、2026年9月5日から7日に行われた日本インカレでも優勝を果たした。2番手から最終コーナーで一気に抜き去るスパートでの勝利だった。主要大会で好成績を残す萬野さんだが、

自身をストイックに律しているわけではないという。「食べたいものを食べますし、練習でも息を抜くところは抜く。心身のバランスを大切にしています」。ただ、主要大会の2週間前からは、好物のラーメンや甘いものを控えるなど体調管理に努める。自分の状態を見極め、整える姿勢が強さを支えている。

日本選手権と同じ名古屋で開催されるアジア大会は、萬野さんにとって初の国際大会。それでも気負いはなかった。「楽しみたいです。普段どおりを心がけて、まずは決勝進出を目指します」。その言葉通り、アジア大会では決勝へ進出し、世界レベルの強豪選手たちと競い合い7位入賞を果たした。「来年はユニバーシアード、更には北京で世界陸上も開催されます。派遣設定記録は1分43秒台と厳しいですが、結果を残せば出場が叶う可能性もある。頑張ります」。萬野さんは更に先の世界の舞台を見据える。

アジア大会でもう一つの目的があった。「800mの魅力を、たくさんの人に知ってもらいたいです」。萬野さんは「これほどドラマチックな競技はない」と語る。「トラック2周のなかに、スピード勝負もあれば駆け引きもあり、さまざまなドラマが渦巻いています」。800mに懸ける情熱を胸に、萬野さんの挑戦は関西大学からアジアへ、そして世界へと続いていく。

