投目から全開

マラソン除く女子初の金

陸上

■女子やり投げ

過去に最終投で何度も逆転劇を演じてきたが、この日の北口は違った。陸上女子やり投げの世界女王は「いつもみたいに6投目までのんびりしていられない。周りに重圧をかけられるように絶対に1投目からいく」と決めていた。最大限に集中力を高め放たれたやりは65メートル80に到達。1投目の自身最高記録となった。

予選では6人が自分よりいい記録を出した。警戒心を強め「最初から6投目（と同じ）ぐらい集中した」という。試合前練習も隣接の補助競技場ではなく、本番会場のトラックと似た感覚の別の練習場を選び、念には念を入れた。2投目以降は伸ばせなかったが、誰にも抜かれず、最終投てきを待たずして歓喜の瞬間が訪れた。

幸せをかみしめながら「金メダルでもこの記録では満足できない」と言った。貪欲さの原点にあるのは、チェコへ拠点を移した2019年の3月5日の出来事だ。セケラク・コーチから「友達との練習」だと告げられて向かった先には世界記録保持者で08年北京、12年ロンドンと五輪を2連覇した憧れのシュポタコバさん（チェコ）がいた。

これまでで唯一の合同練習。練習から助走で投てきラインを越えるファウルをしない意識を徹底することなどを教わり「どんなに憧れていても、私と一緒じゃなくていい」とも言われた。今も自分の投てき以外の動画で一番目にするのはシュポタコバさんが08年に出した世界記録、72メートル28の1投。助走の力強さを参考に、しなりが特徴の自らの投げと融合させて五輪の金メダルを手に入れ、偉大な先達に少し近づいた。

5日のパリ入り後から毎日のように70メートルを投げる夢を見た。「次は夢の中ではなく、現実に70メートルを投げたい」。26歳の女王の挑戦はまだ終わらない。（共同）

福の時間

ナ決勝　競技の合間に食
コ榛花＝パリ郊外（共同）

陸上女子やり投げ

金 北口榛花　きたぐち はるか

東京五輪代表。
世界選手権2022年3位、23年優勝

- 1998年3月16日生まれ(26歳)
- 北海道出身
- 身長179cm

おいじまん

26

忘れる

基本的に捕食であり、狩りである。殺し合うことはあるが、優劣が決まれば片方の逃走などによって終息されるものだ。なのに人間だけはやめないし、やめたあと何代にもわたって憎悪と差別を繰り返す。

（漫画家）

れにくい体を
自身のペース
。（強度★★）

※動きの難しさや筋肉にかかる負荷などから、強度を3段階で示します。

踵かかと上げ）
幅より少し広めに足
開き、爪先を外側に向
て立つ。