

第4回教員推薦図書（2023年10月）

スポーツ科学部専任講師 宮内 育大 先生

◆『一投に賭ける 溝口和洋、最後の無頼派アスリート』

上原善広著

KADOKAWA

今も残るやり投男子日本記録保持者、世界の第一線で戦い続けた溝口和洋さんの競技人生を描いたノンフィクション作品。昨今、卒業生の北口榛花が優勝し、話題となった陸上競技選手の世界転戦（WGP：ワールドグランプリ、現在はDL：ダイヤモンドリーグ）を日本人として初めて実行し、当時の世界記録まであと数センチと迫った日本陸上界の伝説的な人物。競技に対する姿勢や考え方、トレーニングの取り組み方など他の競技スポーツの選手にも参考になるエピソードが物語テイストになっていて読みやすい一冊です。競技スポーツ選手だけでなく、何か1つの目標に向かって頑張っている人にも参考になる書籍だと思います。