やまもと　　よしこ

山本　佳子

元女子マラソンランナー
（元女子日本記録保持者）
ジョグ＆ウォーク アドバイザー

日本女子マラソン 元最高記録保持者で女子マラソンの黄金期を牽引し、数多くの海外レースでも優勝。世界へ挑戦し続け、戦ったトップランナー！

生年月日　　１９７０年６月６日　兵庫県生まれ
出身地　　兵庫県神戸市/神戸市在住
出身校　　滝川第二高等学校
家族構成　　夫　（シスメックス陸上部　監督）
　　娘２人

初マラソンは1989 年に高校生で出場した大阪国際女子マラソン。
９位という成績であったが、日本人では２位でゴール。
この年より新設されたフレッシャーズランナーズカップ賞を受賞した。
ゴールタイムの２時間 38 分 10 秒は高校生としては
増田明美に次ぐ歴代２位の記録であった。
（現在は同マラソン大会で高校生の出場は不可）。
92 年の大阪国際女子マラソンから'93 年のアムステルダム
まで、連続５レースで２時間 30 分の壁を突破。
これはロザ・モタ（ポルトガル）クリスチャンセン（ノルウェー）につぐ３人目の快挙であった。'92 年のボストンマラソンで記録した２時間 26 分 26 秒は、当時日本女子最高記録。
1995 年の阪神・淡路大震災は、神戸市に生まれ、神戸を本拠地とするダイエー陸上部に所属していた彼女の陸上競技生活に、大きな影響を及ぼした。そして足底筋膜炎にも悩まされ、1996 年のアトランタオリンピックの選考レースへも出場出来ず、結局念願のオリンピック代表入りは果たせなかった。名古屋国際女子マラソンからわずか１年の間に、５回もフルマラソンを出走するという計画の下、選手生活を燃え尽くす決意をしたという。そして1998 年の大阪国際女子マラソンの完走を最後に、27 歳の若さで現役引退となり、現在は、講演・レース解説・ゲストランナーなどで活動中。また２人目の出産を終えた後、マタニティー・ウォーキングの本を出版し、陸上選手として経験したことと、２ 児の母親としての経験を活かし活動を続けている。

◇主な記録（マラソン）◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

1990 年	パリマラソン	優勝	２時間 35 分 11 秒
1992 年	大阪国際女子マラソン	４位	２時間 27 分 58 秒
1992 年	ボストンマラソン	２位	２時間 26 分 26 秒
1992 年	ニューヨークシティマラソン	３位	２時間 29 分 58 秒
1993 年	アムステルダムマラソン	優勝	２時間 29 分 12 秒
1997 年	シカゴマラソン	５位	２時間 33 分 55 秒

◇主な出演メディア◇◇

フジテレビ系	大阪国際女子マラソンリポーター
毎日放送ラジオ	福間運動通信社・和泉修のスポーツシャッフル
関西テレビ	昼上がりどまんなか　ジョギングアドバイザー
東海ラジオ	名古屋国際女子マラソン　解説
ラジオ関西	神戸マラソン　解説　など

◇マラソン教室・ゲストランナー◇◇

「京都マラソン 2013」　ランニング講座　（財）京都市体育協会主催
「ラジオ関西　笑顔で KOBE ランニング」　ランニング講座
「2013 森脇健児リレーマラソン in 京都」　ランニングアドバイザー
「グンゼスポーツGスポーツステューディオ神戸ハーバー」　女性のためのランニング講座
「2014　第 50 回越前大野名水マラソン」ゲストランナー/陸上教室　　など

◇講演・マラソン教室・マタニティ・ウォーキング教室◇◇

●健康と安全は日々のウォーミングアップから～仕事につなげる7UP 健康法～
●自分でつくろう心とカラダ～今日から始める 7UP 健康法～●私のマラソン人生
●歩いてステキなマタニティ　他

株式会社 Creative one's　大阪市北区天神橋二丁目 5-26 ギャラリービル 1003　TEL06-6356-6788