

中央学院大学 学友会

「らしさ」を磨き、

中央学院大学から二人で世界の舞台へ！

細谷恭平・市山翼の挑戦

Contents

- ② 細谷恭平選手・市山翼選手インタビュー
- ④ 我孫子市連携プロジェクトの紹介
- ⑤ my 社会保険労務士制度を活用してみよう/退任される先生
- ⑥ CGU川柳/学友会活動/学校創立125周年を迎えて
- ⑦ ご寄付のお願い/卒業生親睦会助成金制度
- ⑧ プレゼント企画/総会/懇親会

会報

Vol. 51

2025
October

「らしさ」を磨き、

中央学院大学から二人で世界の舞台へ！

細谷恭平・市山翼の挑戦

中央学院大学の卒業生である細谷恭平さん（2017年度卒）と市山翼さん（2018年度卒）は、いま実業団ランナーとして国内トップレベルの舞台で活躍しています。細谷さんは大阪マラソンで2時間05分58秒を記録し日本歴代8位に、市山さんは東京マラソンで日本人トップ・日本歴代9位という快挙を達成しました。その成果を学友会顕彰事業にて、表彰の対象ともなっています。学生時代から切磋琢磨してきた二人が、社会人として働きながら「自分らしく」結果を出している姿を取材させていただきました。



— まずはお二人から自己紹介をお願いします。

細谷…中央学院大学法学部を2017年度に卒業し、2018年に黒崎播磨株式会社に入社しました。現在は同社陸上競技部に所属しています。

市山…同じく法学部法学科を2018年度に卒業し、現在は株式会社サンベルクスに所属し、草加青柳店で勤務しながら競技を続けています。

— 直近のレースを振り返っていただけますか。

細谷…大阪マラソンで2時間05分58秒、日本歴代8位の記録を残すことができました。ただこれは、特別なことをしたわけではなく、いつも通り必死に走った結果です。ただ、嬉しさと同時に世界選手権（東京2025世界陸上）を逃した悔しさも残りました。今は次点競技者として待機していますが、常に世界を見据えて、いつ走ることになっても良いように準備しています。

トップ、日本歴代9位という結果でした。これまでなかなか準備が整わなかったのですが、今回は丸一年しっかり練習を積めたことが大きかったです。2月に行われた全日本実業団ハーフマラソン大会で優勝したと共に、細谷さんに勝つことが自信につながり、その勢いで臨めたことも結果を出せた理由のひとつだと思っています。

— 中央学院大学から日本歴代8位、9位と連続しているのはすごいことですね。

— 続いて、お仕事と競技の両立について伺います。

細谷…自分は遠征や合宿で会社を空けることも多いのですが、出社時には一般社員と同じように日中はデスクワークを行い、前後の時間を練習に充てさせていただいています。企業に属している以上、競技だけでなく仕事にも取り組むことが大切だと思います。現役生活の先を見据えても、社会人としての経験は必要だと感じています。

市山…自分はスーパーベルクスにて品出しや発注、接客などが主な業務です。重い荷物を扱うことは体への負担にもなりますが、逆に筋トレになると前向きに捉えています。地域のお客様から「頑張つてね」と声をかけていただけることも励みになり、仕事と競技が好循環で結びついていっていると感じています。

— 大学時代の経験は今にどうつながっていますか。

細谷…大学時代は故障が多く、レースに出られない時期が長くありました。その経験から、今は体の声を素直に聞き、練習量を調整する術を身につけたことが大きいです。

市山…川崎監督のもとで礼儀や謙虚さを学び、人としての成長につながりました。競技面では、主力でなかった分、我慢強さを養えたことが、今のマラソンの粘りに直結していると感じています。

— 「自分らしさ」について伺います。

細谷…私の「自分らしさ」は、常に「出し切る」ことです。マラソンやトラック、あるいは補欠としての経験など、状況はさまざまですが、全力を尽くす姿勢が私の軸です。

市山…私も同じで、練習でもレースでも最後まで出し切ることが自分らしさです。後は、頑張る時と抜く時の温度差を大切に、走ることが「仕事」になら



学友会顕彰事業

令和6年度は顕彰事業の初年度として、挑戦と努力を重ね、すばらしい成果を収めた学生・卒業生を顕彰いたしました。

市山 翼 【銀賞】：東京マラソン2025 10位（日本人1位）

細谷 恭平 【銀賞】：大阪マラソン2025 4位（日本人2位）、世界選手権東京2025 マラソン日本代表次点競技者に選出

近田 陽路 【銅賞】：立川シティハーフマラソン2025 生徒・学生の部 優勝

古矢 聖人 【銅賞】：IBKO第2回ワールドカップ空手道選手権（組手・一般男子78kg以上 重量級）優勝



市山 翼



細谷 恭平



近田 陽路



ないよう楽しむ姿勢を守っています。

― 学生時代からお互いをどう見ていましたか。

細谷…市山は真面目ですね。正直、華やかなタイプではなかったのでもっと出てきたかという印象です。ただ学生時代から補強をきっちりやる選手でした。自分は筋トレとか苦手なんです笑

地道な努力で力をつけ、大舞台に出てきた姿は本当にすごいと思います。

市山…細谷さんは怪我が多い中でも、本番に強いと言いますか、勝負強さを持った選手でした。箱根駅伝でも怪我明けで調整もままならない中で、山登り区間3位と結果も出していて本当にすごい先輩でした。今は年齢も近く、一緒に練習してきた存在でもありますし、目標でありライバルです。

― 次の挑戦に向けての思いを聞かせてください。

細谷…今は世界選手権（東京2025世界陸上）でいつ出番が巡ってきてても良いように準備をすることに全力を注いでいます。その先でどういう競技者になっていくかはわからないですが、来年にはアジア大会、その先にはロス五輪も視野に入れています。自分はタイムだけでなく順位にもこだわっているの

走りをしていきたいです。

市山…代表をギリギリで取る選手ではなく、「いなければ困る選手」になることを目指しています。細谷さんとともに、中央学院大学から世界の舞台に立つことを夢見ています。

― 母校や後輩へのメッセージをお願いします。

市山…今回学友会顕彰事業に選んでいただき、また取り上げていただきありがとうございます。自分は卒業生の皆さんや在学生の皆さんに応援していただいているからこそ頑張れています。これからも成長した姿を届けられるよう努力を続けていきます。

細谷…今回このような賞をいただきありがとうございます。自分はもちろん一番は駅伝部ですが、中央学院大学の後輩たちの活躍が一番の楽しみです。自分も目標にされる選手になれるよう、さらに力を尽くしていきます。

― 終わりに

「自分らしさ」を大切にしながら挑戦を続ける細谷恭平さんと市山翼さん。中央学院大学出身の二人が、同じ舞台で切磋琢磨しながら世界を目指す姿は、多くの在学生・卒業生に勇気を与えてくれることでしょう。

細谷 恭平（ほそや・きょうへい）

1995年8月31日生まれ、茨城県出身。水城高校から中央学院大学法学部へと進み、箱根駅伝では2年次から3年連続で出走。いずれも区間3位と安定した強さを見せ、大学長距離界を代表する選手となった。卒業後は黒崎磨磨株式会社に入社し、同社陸上競技部に所属。ケガに悩まされながらも粘り強さを武器に力を磨き続け、2021年福岡国際マラソンでは日本人トップの走りでもGC出場権を獲得。さらに2025年大阪マラソンでは2時間05分58秒をマークし、日本歴代8位にランクインした。5000m13分38秒、10000m27分54秒、ハーフマラソン1時間00分43秒とトラックからマラソンまで幅広く高水準の記録を持ち、現在も日本のトップランナーとして世界大会を見据えている。

市山 翼（いちやま・つばさ）

1996年4月8日生まれ、埼玉県出身。大宮西高校から中央学院大学法学部へ進み、2018年度に卒業。在学中は駅伝部に所属し、全日本大学駅伝や箱根駅伝に出場。主力ではなかった時期もあったが、粘り強い走りと着実な努力で力をつけていった。卒業後は株式会社サンベルクスに入社し、店舗勤務と競技を両立。業務で重い荷物を扱うことも「筋トレになる」と前向きに捉え、地域の人々からの声援を力に変えている。2025年2月の全日本実業団ハーフマラソンでは優勝を飾り、続く東京マラソンでは自己ベストを大幅に更新する2時間06分00秒を記録して日本人トップに。日本歴代9位に名を刻む快走で一躍注目を集めた。常に「楽しむ姿勢」を忘れず、確かな成長を続ける次世代マラソンランナーである。

箱根駅伝応援バスツアーについて

2025年1月2日に行われました第101回箱根駅伝において、学友会の応援バスツアーには総勢130名の方が参加され、熱い声援を送りました。本学駅伝部は、過去最高記録である11時間00分13秒でゴールしましたが、出場21チーム中14位という結果となりました。各大学ともすごレベルが上っており、来年度のシード権を確保することが難しくなっています。今年も2025

年10月18日(土)に行われる箱根駅伝予選会で10位以内に入り、箱根駅伝本戦への出場権を確保することを目指しています。出場が決まりましたら、学友会WEBサイトに箱根駅伝応援バスツアーの募集要項を掲載し、申し込みを開始する予定です。ガンバレ！！中央学院大学駅伝部の後輩諸君。来年も熱い正月を過ごさせてくれ！



我孫子市連携プロジェクトの紹介

我孫子市と中央学院大学による共催で、我孫子の施策提案事業の1回目の施策提案発表会が2024年11月23日に開催されました。この事業は、**学生が我孫子市に関する施策について企画検討・提案することにより、地域社会への愛着と関心を深め、我孫子市の発展に寄与すること**を目的としています。

第1回目のテーマは、「**我孫子の魅力アップ**」です。我孫子市では、進学・就職・結婚などをきっかけに10代から30代の転出が多く、この年代の方に住み続けてもらうことが課題となっていることから、学生ならではの新たな視点、柔軟な発想を活かした取り組みの提案に期待して開催されました。全部で6団体のチームが中央学院大学内においてプレゼンテーション形式で提案を行いました。それぞれのチームが我孫子市の魅力アップのために次のようなタイトルで発表しました。

チーム名	提案タイトル
チューイリズム	中央学院大学を中核としたご朱印巡り
学生消防団	機能別消防団員制度の導入
一番星	ドローン人材育成の町としてのブランディング
Avid Men	ABIKOCIETY5.0 ～ 自然豊かでハイテク我孫子
じゅんこうかい 尊羹鱸膾	我孫子スカイランタン
あびらぶ!	我孫子の魅力発見ツアー



この中から金賞1件（副賞3万円）、銀賞1件（副賞1万円）、銅賞2件（副賞5千円）が受賞され、見事金賞にはスカイランタンイベントを提案したチーム「尊羹鱸膾」（じゅんこうかい）が選出されました。

このような企画を我孫子市と中央学院大学が連携して進められていることは学生にとっても我孫子市にとっても大変有意義な事業になります。学友会としても是非応援していきたいと思っています。このスカイランタンのイベントは今年の12月20日（土）に市政施行55周年フィナーレイベントとして実施されることになりました。是非、見に来てください。また、今年も2回目の施策提案が10月25日（土）に中央学院大学で実施されます。素晴らしい企画提案がプレゼンテーションされることを期待しましょう。

詳しくは我孫子市役所の
ホームページをご覧ください。



硬式野球部複合施設の完成



学校創立125周年記念事業の一つである「硬式野球部複合施設」の竣工式が令和7年5月27日に行われました。学友会からは会長の須山健司の代理として副会長の宮入昇（テープカットの一番左）が参列しました。テープカットのセレモニーが行われた後に複合施設（室内練習場、ミーティングルーム、ウエイトトレーニングルーム、クラブハウス）の見学会も実施され、学友会からお祝いとして贈呈したトレーニング機器やバッティング用人工芝マット（170万円相当）も活用されていました。

硬式野球部の益々の活躍を期待したいと思います。

my 社会保険労務士制度を活用してみよう

—— 田辺芳忠先生に聞く、社労士の役割と講演会のお知らせ ——



2025年2月より中央学院大学学友会で始まった「my社会保険労務士制度」。卒業生が労務に関する悩みを専門家に無料で相談できる新制度について、社会保険労務士である、田辺芳忠先生に伺いました。

Q. 社会保険労務士は、一般的には助成金や入退社手続きの専門家という印象がありますが、実際にはどのようなお仕事なのでしょう？

田辺：確かにそうしたイメージが強いかもしれませんが、私自身は「組織のトラブル解決」に重点を置いて活動しています。弁護士と連携しながら、法律を守りつつも現場のリアリティとどう折り合いをつけるか——つまり、「紛争が起きにくい組織づくり」をサポートするのが私の役割です。法律と現実とのギャップに悩む経営者や従業員を支えることが、社労士の重要な使命だと考えています。

Q. その相談は経営者の方に限らず、一般の従業員の方も可能なのでしょうか？

田辺：もちろん可能です。実際、「経営者の弱点」を理解しているからこそ、従業員の立場でも適切なアドバイスができと思っています。現在、毎月第3水曜日に30分枠を2つ設けて対応しています。短時間ではありますが、ご希望に応じて対面相談などにも柔軟に対応しています。

10月の総会で講演会を開催！



現実と理想のはざまで — 社会の変化とキャリアを考える

この制度の開始を記念し、2025年10月25日（総会当日）には田辺先生による講演会を実施予定です。法律論にとどまらず、世代間の価値観の違いやハラスメント問題についても触れられるなど、経営者・従業員の垣根、老若男女問わず役立つ話が展開される予定です。在学生も参加可能です！

日時 10月25日(土) 14:00~15:00
(中央学院大学学友会総会当日)

対象 卒業生・在学生・学友会関係者

会場 中央学院大学30周年記念館 (6号館) 621教室

参加費 無料 **申込** QRコードよりお申し込みください



Q. 効果的な相談をするためには、どのような準備が必要でしょうか？

田辺：何よりも「ありのままの事実」をお持ちいただくことが大切です。相談者自身が解釈した内容ではなく、事実を時系列で整理していただくと、より正確なアドバイスが可能になります。たとえば、いつ・どこで・誰が・何をしたか、というレベルで十分です。

Q. 田辺先生が日々の業務で大切にされていることや、モットーはありますか？

田辺：私は会社側の顧問として契約をいただいておりますが、だからこそ「言うべきことは言う」という姿勢を崩しません。厳しいことを伝えることで、実際に顧問契約を解消されたケースもありますが、それでも「最後まで正直でありながら、リアリズムで対応」が私の信念です。労務管理には正解がありませんから、常に自分自身を律しながら接するようにしています。

Q. どういった方に、my社会保険労務士制度を活用してほしいとお考えですか？

田辺：職場での人間関係に悩んでいる方や、労働条件について疑問がある方など、どなたでもご相談いただければと思います。「ちょっと聞いてみたい」レベルの軽い悩みでも構いません。制度を通じて、少しでも前向きに働ける環境づくりに貢献できたら嬉しいですね。

田辺芳忠プロフィール



資格

特定社会保険労務士
1級DCプランナー

役職等

平成 6年1月	田辺社会保険労務士事務所を開設
平成 8年6月～8月	近畿大学国家試験研修所 非常勤講師
平成10年4月～ 平成28年3月	全国公益法人協会 常任講師 講演回数は100回超
平成20年3月	特定社会保険労務士 付記
令和 7年2月	中央学院大学学友会 労務顧問

来春に 退任される先生方

①学部 ②在籍期間 ③専門分野



大澤 一雄 教授

①商学部
②1993年～
③原価計算論



谷川 尚哉 教授

①法学部
②1997年～
③人文地理学、地理教育論、
漁業地理学（捕鯨問題）



柴田 優子 教授

①法学部
②1997年～
③英文学



山本 憲志郎 教授

①商学部
②2001年～
③自然地理学、地形学、
第四紀学



寺戸 節郎 教授

①商学部
②2005年～
③会計学（管理会計）



五百田 俊治 教授

①法学部
②2017年～
③民事・商事事件



中川 淳司 教授

①現代教養学部
②2019年～
③国際経済学



木村 健登 准教授

①法学部
②2020年～
③商法（会社法・保険法）

第3回 CGU川柳結果発表！！

テーマ
「思い出」

最優秀賞

同窓会 誰だかわかる？ 聞かれても、、、

優秀賞

遅くまで 学べたあの頃 今は無理

優秀賞

ラー定は 大学時代の 母の味

ペンネーム：キャラメル 様

同窓会での“あるある”を巧みに詠み、共感と笑いを呼ぶ一句。時の流れや人の記憶のあいまいさを笑いに表現しています。

ペンネーム：おたつくん 様

あの頃は朝までだって平気だったのに…と今のギャップにうなずく人も多いはず。懐かしさと、あの日々が今の自分を支えてくれている気がします。

ペンネーム：タツノオトシゴ 様

懐かしい味が、大学生生活の思い出とともに蘇る一句。青春の温かさ感じられ、日常の小さな幸せを教えてください。

学友会活動について（2024年9月～2025年8月）

同窓会(各支部)や懇親会の開催

- 学友会総会／懇親会
- 教育職員会支部の総会・教育研修会・卒業生親睦会制度



駅伝等のスポーツイベントの応援

- 第101回東京箱根間往復大学駅伝競走(箱根駅伝応援バスツアー)



在学生への支援

- 課外活動助成金
(軟式野球部、バドミントン部、ゴルフ部)
- あびこ祭実行委員会100万円
- 箱根駅伝出場お祝い
(クラウドファンディング)100万円
- 硬式野球部複合施設竣工のお祝い(トレーニング機器、バッティング用人工芝マット)170万円相当



その他

- 会報50号発行
- my 弁護士制度
- my 社会保険労務士制度
- 学友会顕彰事業
- 入学・卒業記念品贈呈
- あびこ祭での食券と飲み物の配布
- 会議・委員会開催(理事会10回、その他委員会31回)



125周年を迎えて ― ご寄付とご支援への御礼



学校法人中央学院は、おかげさまで2025年10月1日に学校創立125周年を迎えました。皆様にご恵賜いただきました周年記念事業寄付金は、113,993,218円（現物寄付37,531,309円含む）（2022年7月1日～2025年7月31日）となりました。厚く御礼申し上げますとともに、今後もよろしくお願い申し上げます。今年度も学友会様のご協力により、周年事業メモリアルレポートvol.2を同封させていただきました。施設整備の進捗等ご覧いただけますのでご一読いただけますと幸いです。今年も法人事務室は10月25日(土)、26日(日)開催予定のあびこ祭に『ちゅーいんcafé』の出店を予定しています。毎年ご好評いただいているコーヒーの提供やイベント等の企画を予定しております。是非、今年もちゅーいんcaféにお立ち寄りください。引き続き、中央学院の発展のためにご卒業生の皆様のお力添えを賜えますよう、お願い申し上げます。

本件に関する
問い合わせ先

学校法人中央学院 法人事務室
Tel : 04-7183-6565 / Mail : kifu_hojin@cgu.ac.jp



学友会寄付のお願い

学友会では、学友会規約第四条、第一項の「会員相互の親睦を図ること、母校の発展に寄与すること」を目的として活動しています。つきましては、毎年のお願いとなりますが、学友会活動にご賛同いただき、多くの方のご協力を賜れますよう、よろしくお願い申し上げます。

※寄付金は、学友会の「寄付金取扱規程」に則り、有効に活用させていただきます。

● 中央学院大学学友会 寄付者 芳名

学友会の一般寄付として、会員の皆様より令和6年度は、61件、479,000円のご寄付を賜りました。皆様の温かいご支援に心より感謝申し上げます。ここに感謝の意を込め、ご芳名を掲載いたします。

※匿名希望や未記入の方は、除かせていただいております。

青木 貞久 様	佐藤 浩司 様	七木田 賢一 様
青島 正義 様	里見 節雄 様	登 正弘 様
浅井 裕樹 様	部 直行 様	廣幡 隆 様
朝原 邦夫 様	鈴木 一己 様	福田 豊 様
足立 勇貴 様	鈴木 義幸 様	福村 直人 様
井山 等 様	高橋 佳弘 様	藤川 博規 様
岩佐 正見 様	達曾部 智幸 様	前原 秀光 様
大熊 正利 様	塚原 新太郎 様	宮本 貴文 様
大山 喬司 様	都井 一洋 様	望月 敏江 様
小倉 義夫 様	永島 宏一 様	吉田 和生 様
河村 龍成 様	長沼 幸三郎 様	渡辺 守 様
佐川 健一郎 様	永森 英男 様	(五十音順)

● 寄付金振込先

金融機関名	ゆうちょ銀行
口座番号	00160-8-551187
口座名義	中央学院大学学友会

※お振込みの際は、同封の払込取扱票（手数料負担なし）をご利用ください。

※振込取扱票の通信欄にお名前、ご住所、卒業年度等のご記入をお願いいたします。またお名前と寄付金額につきましては、必ず掲載の可否にチェックをお願いいたします。

学友会オリジナルバッジ

累計1万円以上のご寄付にご協力いただいた会員様に学友会オリジナルバッジを配布しております。



能登半島地震 義援金募集のご報告とお礼

皆さまの温かいご支援のおかげで189,500円の義援金が集まりましたこと、心より感謝いたします。お寄せいただいた義援金は、全額を石川県令和6年能登半島地震災害義援金に寄付し、被災された方々の支援に役立てていただきます。皆さまのご厚意に深く感謝するとともに、被災地の一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。ありがとうございました。

卒業しても、つながり続けたい。

そんな想いをカタチにしてくれるのが卒業生親睦会助成金制度です。

卒業生個人で開催された小規模な集まりでも申請でき、さまざまな形の「つながり」を応援しています。

「昔話に花が咲いた!」「申請も簡単だったよ」そんな声もいただいています。

ちょっとした同窓会やランチ会としてでも、ぜひお気軽にご活用ください。

5名～9名まで

15,000円

10名以上

30,000円



中央学院大学
体育会十七期会



中央学院大学
卒業生の集い



94 年卒同期会



あの頃のシャブスパイスを
もう一度食べたい会



悠々会



中院大大同窓会



よなよな楽しむ会

抽選で

30

名様に

プレゼント企画 第6弾!

母校をPR・応援しよう!!

中央学院大学学友会は、会報読者の方にご愛読を感謝して、抽選で30名様に素敵なプレゼントを用意しました! 皆さま、ふるってご応募ください。



読者プレゼント企画
申し込みフォーム

A 10名様



ちゅーいんこぬいぐるみ
(高さ20cm×横幅15cm×奥行15cm)

B 10名様



学友会オリジナル文房具セット
クリアファイル、手帳カバーノート付き、ボールペン1本

C 10名様



ちゅーいんこ便利グッズ※
洗濯ネット・フードクリップ3本セット

※学校法人中央学院 寄付金返礼品

応募期間

2025年10月1日(水)
～2026年5月29日(金)

応募方法

- 会報に貼付しているハガキまたはQRコードよりご応募ください。
- ご応募はお1人様1回限りとさせていただきます。
- 発送は締切から約1ヶ月半を予定しております。



「ちゅーいんこ」とは

2016年に大学創立50周年を記念して、誕生した大学マスコットです! 中央学院(ちゅういん)とインコを合わせて、「ちゅーいんこ」という愛称で親しまれています。(LINEスタンプもチェック!!)

懇親会へのご案内

日時 2025年10月25日(土) 17:30～19:30

参加費 無料(卒業生ご本人様のみ参加いただけます)

会場 はなぜん我孫子北口駅前店
千葉県我孫子市我孫子1-11-8

申込方法 2025年10月1日(水)
～2025年10月17日(金)まで

- ① 下記QRコード
- ② 会報に貼付しているハガキ

先着
30名!

学友会事務局

TEL: 04-7185-1563

FAX: 04-7182-8504

Mail: gakuyukai@cgu.ac.jp



懇親会の
出欠連絡票

学友会総会のご案内

日時 2025年10月25日(土) 15:00～

会場 中央学院大学30周年記念館(6号館)
621教室

- 審議内容
- ① 令和6年度 事業報告・決算報告
 - ② 令和6年度 監査報告
 - ③ 令和7年度 事業計画(案)・予算(案)
 - ④ 役員改選

- 申込方法
- ① 下記QRコード
 - ② 会報に貼付しているハガキ
- 欠席の方は、添付されているハガキの[委任状]にご記入いただき、返信をお願いします。

大抽選会(卒業生本人限定)

総会に出席し、ちゅーいんこグッズが当たる抽選会に参加しよう! 総会受付時に抽選番号をお渡しし、総会内で当選番号を発表します。

あびこ祭当日、学友会受付(6号館1F)に
右下のチケットを持っていこう!

食券500円と飲み物がもらえます!!
さらにお子さま向けミニコーナーも
用意! 遊びに来てください!
(※1日/1回まで)



学友会総会の
出欠連絡票

※1日/1回まで

食券500円
・飲み物

引換チケット