

# 陸上クラブ紹介 No.9

## 長野高校陸上班

長野高校陸上班は、3年生6名が引退し、1・2年生25名で活動しております。普段の練習は、長野市営陸上競技場を使用させていただき、週に1回本校にてウエイトトレーニングを行うことを基本にしています。

本校はウエイトトレーニングの器具が充実しており、恵まれた練習環境のなか



活動できることをありがたく思っております。

また、ここ2年程で部員数が増え、活気ある練習が少しずつではありますが、できるようになってきたと思われま。周辺の高校に比べ、比較的部員数が多くなってきているのは、昨年度より導入されました前期選抜入試と関係があるかと思われま。今後1学年に10名以上の部員が確保できていたらと願っています。

本校の陸上班の生徒達は、学業とクラブ活動にバランスよく時間を使い、気持ちを器用に切り換えて充実した高校生活を送っています。このような高校生活を送るなかで、生徒達はよりよい競技成績を得るためにはどんなことが必要なのか、自分なりの考

えをしっかりと持ち、クラブ活動に取り組んでいきます。また私自身、生徒達には自らの意志で練習し、「練習はやらされているのではない」という意識を大切にクラブ活動に取り組んでいって欲しいという思いがあります。そのため、練習内容は、パート長と話し合いながら決定していくようにしています。このことが、記録向上へ更には上位大会出場へとつながって欲しいと願っています。

最後になりましたが、長野市陸上競技協会の皆様には大会運営等、大変お世話になり、感謝申し上げます。部員共々皆様の期待に応えるべく練習に励んでいきたいと思ひます。今後ともよろしくお願ひいたします。長野高校陸上班 顧問 内山みのり

### 編集後記

平成17年度8月の要覧行事日程表等を確認しただけでも全国高校(千葉)8月2日(火)~6日(土)世界陸上(ヘルシンキ)8月6日(土)~14日(日)全国中学校体育大会(岐阜)8月19日(金)~22日(月)北信選手権(長野市)8月20日(土)~21日(日)東海選手権(松本市)8月27日(土)~28日(日)

まずは世界陸上。為末(400m障害)銅メダルを獲得。実力的には8位だと謙虚な態度。しかし、そのレース後半の追込みには感動した。次に男子マラソン。尾方(中国電力)が銅メダルを獲得。高岡寿成も後半頑張って4位に入賞した。女子マラソン、ラドクリフ(英国)に積極果敢に挑んだ原裕美子(京セラ)6位入賞。脈拍は普通の方でも60、原選手は1分間で30台後半とのこと。この鋼の心臓には、ただ驚くばかり、びっくりした。長野市民新聞を読んだら、松代中2年加藤未有選手(写真入)女子1500m、8/11付。広徳中3年佐々木健太選手(写真入)男子1500m、3000m。共にあるいは他の出場選手、全国大会でベストタイムが出る様に祈っている。8/13付。山本晴美選手、日本選手権で女子やり投優勝、2連覇達成。その中斐有ってアジア選手権(9/1~9/4)韓国の仁川、日本代表に決定したとのこと。リラックスしてベスト記録をねらって欲しいと期待する。9月になると秋の気配、まさにスポーツの秋晴れと続く。選手や競技役員の方々の益々のご健勝とご活躍を祈念致しております。平成17年9月吉日 広報部長 若松軍蔵

SHINANO MATE  
GENUINE BRAND



ATHLETIC UNIFORM

株式会社 **しなのメイト**

〒389-0606 埴科郡坂城町大字上五明992-2  
PHONE (0268) 81-1336  
F A X (0268) 81-1337



題字の“動き”は長野市陸協三代目会長 山浦保氏の書で、山浦会長の頃、市陸協会報紙として何号か発行されていました。

発行所 長野市陸上競技協会  
発行人 浦野義忠  
編集人 若松軍蔵

## 山本晴美選手日本選手権2連覇達成

第89回日本選手権大会が、6月2日から5日まで、国立競技場で行なわれ、山本選手が、やり投げにおいて、52m85の記録で3回目2連覇の偉業を達成されました。

誠におめでとうございます。この優勝で9月1日から4日まで韓国の仁川で行なわれる第16回アジア選手権大会の日本代表選手に選ばれました。ご健闘を心よりお祈り申し上げます。

### 日本陸上競技選手権2連覇を成し遂げて

長野市体育協会 山本晴美

やり投を始めてから16年目。もう31歳になってしまいました。始めた高校生の頃はこんな歳までするなんて想像もしていませんでした。

きっかけは、中学生の時に、ボール投げという競技のジュニアオリンピック大会で3位になったことで、自分の肩の強さが自信になったからでした。

やり投を始めるからにはインターハイで優勝することを目標に日々トレーニングに打ち込み、家に帰るのは寝るだけ?の毎日だったのを覚えています。

目標にしていたインターハイでの優勝は4位にとどまり、大学で今度こそ日本一になる決心をし、更なるトレーニングに打ち込みました。

大学では、インターハイで優勝した三宅貴子(日本記録保持者)と一緒に、常に三宅と比較されるようになり、いつか三宅を越えて優勝するようになればと思っていました。念願がかなって4年生の時にインターカレッジで優勝することができ、高校・大学と区別のない本当の日本一になることを目標に社会人になってからも努力を重ねてきました。

コーチがいない中、初めて日本選手権をとったのは社会人2年目でした。練習環境や心身ともに充実していたわけではないけれど、夢中でとった優勝だと思っています。

それからグングンと成長していくはずの体が悲鳴をあげはじめて、もうやめないといけないと思い始めた去年、最後のオリンピック挑戦だということもあり、何とか優勝だけはすることができました。オリンピックに行く夢は叶えられませんでした。これで第一線を退く気持ちになれました。

今年はまだ行なっているボブスレー競技がとても大事な年になるので、今シーズンはボブスレーより



で練習を進めていました。ボブスレー遠征中に怪我をした腰の調子がとても悪く、本格的にやり投の練習を始めたのは、4月に入ってからだったので、春先に行なわれる春季サーキットも出場するのはやめて、5月の試合から出場するというつもりでスタートになりました。日本選手権に出場する資格があるうちは出場しようと思っていたのでエントリーしましたが、優勝するつもりで出場はしませんでした。

試合に出るからにはもちろん、今の持っている力は全て出し切る気持ちでいました。しかし、今の体の状態では6投すべて良い状態で投げられるとはとても思えなかった。1投目で思いっきり投げてそれで駄目なら仕方ないと思っていましたが、その1投目が優勝記録になり2連覇となりました。

とても胸を張って2連覇したという記録でもないし優勝できるような気持ちで望んだわけでもないのでも複雑な気持ちですが「優勝は1人しかいない」と言う友達の言葉に、優勝と2連覇を素直に受け止めることにしました。

よく考えてみると16年の間で3回の優勝をしたのはとても信じられません。全てラッキーな優勝ですがこんなに長い間競技を続けてこれた上に3回も一番高い所に立てて、こんな幸せなことはないなあ〜って今になって思います。まだまだ競技は続けたいと思っています。これからも日々努力をかかずに練習をしていきたいと思ひます。いつでもどこでも常に応援してくれる両親や今まで私にご支援をいただいた全ての人に感謝しつつ、秋の国体は日本選手権でのラッキーな運を味方につけて一番高い所に立てよう頑張りたいと思っています。

### 市町村駅伝 市長表敬訪問

信州大学 本田高志

初めて出場させていただいた市町村対抗駅伝において、優勝という素晴らしい結果を残すことができ、その結果を市長へ直接報告できる機会を頂き、喜びを感じておりました。しかし、初めて市長のもとへ訪問するという事で、どのようなことが行われるのか緊張していました。しかし、市長は終始笑顔で、私たちの結果報告や個々の走った感想を聞いてくださり、また同時に行われた小学生駅伝の選手たちの微笑ましい姿を見て緊張も徐々に解けていきました。

これまで、私は市長のような目上の方とお会いした経験はなく、今回の訪問は、行政に身を置き、日々努力して下さっている方々を身近に感じる上でも、良い経験となったと思います。市長にこれからの目標として掲げさせていただきましたように、次は年内の県縦断駅伝において、同様の良い結果の報告ができますよう、日々練習に励んでいこうと決意し、それを実行していこうと思いました。

### 全国中学総体に出場して

松代中学校 2年 加藤末有

全国大会へ出場したいという夢が現実になったのは7月にあった通信大会のときでした。県大会で1位になり、標準記録を突破した3年生の小田切さんの頑張った姿に、私も全中に行きたい、絶対に行くぞ！という気持ちになりました。そして、つかんだ全国大会への切符。嬉しくて、嬉しくて、夢のようでした。しかし、嬉しさで迎えた全国大会は、大きなプレッシャーと緊張感で押しつぶされそうでした。全中で走れることが幸せなんだ、私は私らしく走ればいいんだ、そう

思いながらもどどん気持ちは落ちてゆきます。なんとか自分の気持ちを高めてスタートラインに立ちましたが、結果は自己ベストから7秒も遅い、予選3組目の中で11位の結果でした。もっと先頭についていきたかった、決勝にも進みたかった、みんな応援してくれたのにと、悔しさで一杯になりました。けれど、かけがえのない経験ができました。来年も全中に行き、今度こそ決勝のゴールを走り抜きたいです。

### 山本晴美選手女子やり投日本選手権2連覇達成 祝賀会盛大に開催

長野市陸協理事長 浦野義忠

第89回日本選手権チャンピオンに輝いた山本晴美選手の祝賀会が7月9日(土)長野県選手権の初日、50数名の参加者の中、盛大に開催された。

開会の挨拶で、城田長野陸協理事長が「良く頑張ってくれた。アジア選手権には日本代表に選ばれるだろう」と労をねぎらい、発起人を代表して恩師でもある長野市陸協伊藤会長が出席者へのお礼と山本選手のプロフィール、岡山秋季国体での活躍を期待する、暖かい挨拶をした。その後、小口副会長が長野陸協を代表して挨拶をし、轟市議の祝辞、大和副会長より祝金贈呈、長野陸協普及強化部春原夕子先生から花束贈呈、そして、山本選手が感謝とお礼のことばを言った。16歳から始めたやり投げが継続できているのは、中学時代の山田良徳先生の指導、特異な練習法で基礎トレーニングを中心とした高校時代、競技生活16年間継続してこれたのは、中・高校で基礎を築いてくれた先生のお陰と感謝を述べ、秋の国体では優勝を目指したいと、力強く宣言してくれた。

公用のため、遅れて見えた鷲沢長野市長が、祝いの挨拶の中で、「山本晴美さんには8月6日のびんずる祭りに善光寺からスタートする踊り連の先頭を歩いてもらいたい」と、コメントした。後に、6日(土)有言実行、祭りのセレモニーの中で、日本選手権2連覇のアナウンス



が紹介された。祝宴に入り、パンフレットを準備してくれた長野陸協掛川強化部長が進行を担当、山本市体協専務理事・伝田体育課長・藤本審判委員長・前玉城・有賀普及強化委員長等ユーマアある話をしていただき、和やかな雰囲気では盛り上がりを見せ、長野陸協千代副会長の万歳三唱、細田副会長が閉会をし、会は終了した。今後、山本選手はアジア選手権・国体・冬季オリンピック(ポプスレー)等を目標に、不撓の信念と乾坤一擲の思いで真骨頂を発揮してもらいたい。

## 第6回 ホープさん

長野吉田高校 山田ちなつ

### 「速い人」を目指して

やるからには高みを目指したい。8月2日には1Hに参加しましたが、初めて参加する高校生の頂点の大会だというのに私は、特に緊張するでも、落ち着いて自分の走りをするでもなく、「流れ」にのみ込まれてしまいました。あの大会では、自分の弱さに気付かされました。「ひょっとして勝てるかなあ」なんて思っていた自分に、全国の選手からというよりは、自分から負ける原因を生み出してしまったことが何よりやしいです。1Hに行ってもう1つ、長野県にはない「何か」があったこと、動き方が違う、走っている選手全員に「意識」があった。私自身と私が見てきた選手にはない走る時の「意識」。「この意識を皆が持たなくちゃ、強くなっていかないんだな」そう思いました。しかし人を待っていては何も始まらないことは、伝統ある誇り高き吉田の精神を、学校から、先輩から受け継いできたつもりです。むしろ私から変えてやればいいんじゃないか！と決心した・・・それが約1ヶ月前でした。

今の私は何か変わっていているだろうか？このままで来年は戦える？ホームの競技場でんびりと練習をする、楽しいし、何より楽だ。厳しい



走り込みをする、苦しい、自分の弱さが見える・・・辛い走り込みでも負けない強さ、自分から立ち向かってゆく強さ、私が欲しい強さを近くにいる仲間が持っている。少しショックでとてもやしいけど、もっとその仲間頼りにいいんだなあ最近気付いた。自分の弱さを叩いてもらいながら、私のできる限りを仲間と競う。そうしながら吉田を強く、自分自身を強く、ゆくゆくは長野県を強くしたい。

## 思い出の写真シリーズ

### 第8回

長野市陸上競技協会 副会長 山本晴雄

陸上競技との出会いは昭和26年、私が高校3年の時でした。

大学を卒業したばかりの若い先生が着任され、陸上部の顧問となられた。その時、私は他のクラブで活躍して成績を上げていました。ある日、あの若い先生が陸上部で走ってみたいかと話し掛けて来たような気がします。

将来は体育教師になると色気が有ったので、陸上競技で記録を出せば大学に行け、卒業できれば体育教師になれるだろうと思い、入部したのが、競技生活の始まりでした。

高校の大会は春と秋の2回行われていました。春は長野工業(現八十二銀行本店)、秋は須坂西(現須坂高)の300mのグラウンドでした。私は競技部に入部早々でしたが、100m、200m、400Hに出場することになりました。初めての大会でしたが、あまり緊張がありませんでしたが、1日の出場種目が多くて大変でした。3種目で予選・準



決・決勝と休む暇もなく昼食もできない程一日走っていました。26年の春の大会で、200m 24秒00、大会新記録で自分でも思ってもいない記録で優勝、これで人生競技生活に入ってしまった。

社会人になって数々の大会に出場して、思い出深い大会は、多々ありますが、特に思い出に残っている国体(北海道)実業団大会(大阪)勤労者大会(岡山)等(連続10回出場で表彰された)国鉄大会(平和台)での200m 22秒8の県記録を出した事など、また、北海道国体に出場のため専門種目でない400mを走って51秒5で勝って県記録でした。

選手生活15年位でしたが、短距離で過ぎ後に投擲(砲丸)でした。選手、審判員として過ぎた今日55年にもなっていました。長かったようで振り返ると昨日の事のような気がします。