

# 動き

## 長野市陸上競技協会 会報 第36号

発行日 平成24年4月1日

発行所 長野市陸上競技協会

発行人 内山 了治 (編集・監修)

編集人 田島 康彦

URL: <http://nriku.jp/>E-mail: [info@nriku.jp](mailto:info@nriku.jp)

題字: 長野市陸協

三代目会長 山浦 保先生



おめでとうございます  
女子第23回 全国高校駅伝  
長野東高校8位 初入賞



### 新年度を迎えて

長野市陸上競技協会 理事長 内山 了治

例年になく寒さが残る今日この頃ですが、会員はじめ長野市陸協を支えて下さる皆様におかれましては、ますますご清祥のことと拝察申し上げます。新年度も昨年同様に皆様方のご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

さて、今年度はご承知のとおり「第96回日本選手権大会・第28回日本ジュニア選手権大会(混成競技)」が長野市営陸上競技場で開催され、これをなんとしても成功させ、ロンドン五輪へ代表を送り出さなければなりません。長野五輪以来、長野マラソンはじめ各種イベントで受け継がれている「おもてなし」の心を大切に、競技者が気持ち良くプレーし最高の成績が出せるよう、環境整備や競技運営にご協力をお願い申し上げます。昨年度は、残念ながら「北信越学生」「全国高専」などビッグ大会で、細かな審判ミスや運営ミスが目立ちました。私が申し上げるまでもなく、レースや試技は一生に一回限りのものであり、審判員も競技者の気持ちを共有し、緊張感を持った判定や運営が要求されます。規則を再確認し、競技者が最高のパフォーマンスを発揮し、記憶に残る大会になるよう一丸となって取り組みたいものです。混成競技の最終種目である男子1500mや女子800mは、力強い応援が得点に結びつくため、観客はスタンドからトラックサイドに移り応援することが通例とのことです。多くの皆様のご声援をお願いします。そしてこの大会が、長野県出身4人目の日本混成競技チャンピオン輩出につながるなど、陸上競技全般の競技力向上に結びつくことを信じております。

### 特別寄稿 日本選手権混成競技大会

「長野に期待するもの」—第2回—

日本陸上競技連盟強化委員会  
混成競技副部長 松田 克彦

本年、6月2-3日両日長野市営陸上競技場において混成競技日本選手権大会が開催されます。この大会は、混成競技の特性をより充実させ、選手の力を発揮させる目的で、日本選手権の本大会から2006年度より分離開催しています(2008,09年は本大会内で実施)。今まで石川、三重、川崎の会場にて行われて来ましたが、ロンドンオリンピックを迎える今年、私の生まれ育った長野(伊那地方出身)に舞台を移し、開催されることに感謝と喜びを噛み締めております。

混成競技を強くしたいという関係スタッフの思いを込めて、開催に至るまで様々な意見や要望をして参りました。その話を聞き入れて下さった、長野・長野市陸上競技協会の皆様、更



#### ☆☆ もくじ

- ▶新年度を迎えて ————— 1
- ▶長野に期待するもの ————— 1
- ▶日本選手権関連 ————— 2
- ▶市陸協を支えて下さる方々 — 3
- ▶Member's Corner\_6<sup>th</sup> ————— 3
- ▶全国高校女子駅伝長野東高一4

#### ☆☆

- ▶長野東高校特集 ————— 5
- ▶長野市陸協からのお知らせ — 6
- ▶Hopeさん ————— 7
- ▶北信陸協講習会 ————— 7
- ▶計報 ————— 8
- ▶連絡・編集後記 ————— 8

に地元関係者の心強いお言葉に、深く感謝申し上げます。

選手も、混成競技の醍醐味と、楽しさを多くの人に観てもらってほしい、混成競技に挑戦して欲しいと願っており、混成のメッカと言われるような良い大会に、またこの大会が開催されることで地元長野県の発展に良い環境が出来るようにみんなで協力して作り上げて行きたいと思えます。

では、今回出場する選手と、大会の見所をご紹介します。

昨年この大会で、世界の舞台で戦える念願であった 8000 点をクリアして日本記録 (8076 点) を樹立した右代啓祐選手 (スズキアスリートクラブ) が再び日本記録の更新とオリンピックへ向けての挑戦が注目されます。

右代選手 (25 歳) は身長 196cm と大型の選手ですが、各種目をすべてこなす万能選手で、得意な槍投げは 73m82 を記録しています。スプリントの出来次第で大幅に記録更新を期待できます。今年も 1 月にドイツ、2 月に中国の室内競技に挑戦し、室内日本記録までわずか 10 点に迫る成績 (アジア室内銀メダル) を残しています。現在、沖縄にて最終的な強化合宿を実施していますが、各記録が安定してきています。さらに苦手種目であるスプリントに大きな改善がみられ、非常に楽しみなシーズンになると感じております。

右代選手を追う筆頭は、中村明彦 (中京大学 4 年) 選手です。昨年 1 日目 (前半) の日本記録を樹立し、アジア選手権においても銀メダルを獲得しました。400mH でも 5 位 (50 秒 01) に入賞し、トラック中心に花を咲かせてくれる選手です。3 月下旬に行われた台湾遠征では、110mH において 14 秒 06 の自己記録をマークし好調です。また、音部拓仁 (平成国大学 AC) 選手は、昨年の全日本学生選手権で中村選手を破り学生 No. 1 を獲得。100m と走幅跳の 2 種目で波に乗ると台風の目になりそうな存在です。

この他に昨年の日本選手権 2 位と 3 位に入賞した田中宏昌 (モンテローザ) と池田大介選手がいます。大阪、ベルリン

の世界陸上を経験し様々な国際大会を経験している両選手の試合展開も注目してください。

女子は、昨年日本選手権 10 連覇を逃した中田有紀 (日本教育サービス) 選手のリベンジに注目が集まります。混成競技で初めてオリンピック (アテネ) の扉を開いた選手ですが、昨年、初優勝した桐山智衣 (中京大学 3 年) とは先輩後輩であり、対決が楽しみです。この 2 人に割って入るのが、今年社会人 1 年目の竹原史恵 (長谷川体育施設) 選手です。昨年アジア選手権 2 位の勢いを持って臨みます。

十種競技も七種競技も 2 日間という長丁場で競技を行います。皆さんの応援が非常に力になりますので、是非競技場に足を運び近くで選手に声をかけてください。

長野の地でロンドンオリンピック出場が叶えられるように願っております。

## 松田 克彦先生 Profile

### 競技歴

- 1987 年 十種競技日本記録樹立 (以降 3 年連続更新)
- 1987 年 ユニバーシアード ザグレブ大会 日本代表
- 1993 年 世界陸上シュツットガルト大会日本代表
- 1983 年 全国高校総体 5 種競技 優勝 (高校記録)  
(専門 走高跳 2m13, 110mH 14 秒 87)

### 職 歴

- 1990 年 富士通株式会社入社
- 1996 年 平成国際大学 助手就任
- 2011 年 ~名古屋学院大学 准教授

### 出 身

- 1965 年 上田市生まれ、上伊那郡宮田村育ち  
宮田小、宮田中、箕輪工業高校卒業
- 1984 年 順天堂大学 体育学部入学、88 年卒業

## 日本陸連 尾縣 貢 専務理事が表敬訪問

3 月 15 日、公益財団法人日本陸上競技連盟尾縣専務理事と森事業部長が、午前 11 時から信濃毎日新聞社、午後 1 時 30 分から市長室を訪れ、小坂信濃毎日新聞社社長と鷺沢長野市長に、第 96 回日本選手権大会 (混成競技) の共催依頼と、大会に関する情報提供等を行った。ともにご快諾を頂き、信濃毎日新聞社からは、多額な共催金を、長野市からは、ワイヤレス放送設備の新設 (3 月竣工)、ドーピングルームの設置、棒高跳マット・支柱台・運搬車、フィールド制限時間表示器など、大会運営に必要な設備及び用器具を準備して頂けることになった。ワイヤレスマイクはフィールド全てのエリアをカバーでき、ピットからの実況アナウンスも可能となった。



右から 2 番目が尾縣専務理事、4 人目が森部長

## 日本選手権サブイベント決定

去る 2 月 23 日に行われた日本陸上競技連盟との打ち合わせ会議において、サブイベントの内容が下記のとおり決定した。混成競技のトラック種目は、十種競技では 1 日目は 100m で開始し 400m が最終、2 日目は 110mH から始まり 1500m で終わる。この間トラックは空いてるため競技が可能となる。

名称：第 1 回 長野県選抜陸上・長野市大会

種目：小学生①100m、②4×100mR 男女各 3 組選抜

中学生①100m、②200m、④4×100mR 男女各 3 組選抜

高校・一般①100m、②200m 男女各 3 組選抜

実施日①: 1 日目、②: 2 日目

### 長野県出身の日本選手権混成競技優勝者

#### ◆十種競技

小林 敬和さん (丸子実業高校出身)

松田 克彦さん (箕輪工業高校出身) 7539 点 (長野県記録)

#### ◆七種競技

屋ヶ田 直美さん (大町高校出身) 5551 点 (長野県記録)

残念ながら長野市出身者はいない。この大会が将来の選手権者誕生等に結びつくことを期待したい。



## 第 8 回

## 市陸協を支えて下さる方々

(株)布屋ヤマウラ  
社 長 山浦 智暁 様練習も **Creative** に!!

今回は、駅伝・各種大会などに物心両面のご援助を賜る株式会社 布屋ヤマウラ社長 山浦智暁様にご登場願いました。お忙しい中、陸上競技への熱き思いをインタビューさせていただきました。

## □陸上競技に関わるきっかけは何だったのでしょうか？

父のことは極力伏せていました。権堂あたりで「山浦さん…」と声をかけられても否定することが多かったんですよ。

## □それはどうしてですか？

ご承知のとおり父は陸上競技界で大変お世話になりましたが、家には年間で2日ほどしかおらず、東京五輪(1964年)女子80mHで入賞した依田郁子さんはじめ多くの選手を指導しておりました。また、父は上田の細田紀一先生や浦野義忠先生の仲人でもあり、いわゆる顔が広がったんです。そんなことで、酔った場で「…あ、山浦先生の息子さん…」は避けなかった、競技場へも極力行かないようにしていました。

## □そうですね、お気持ちは理解できますが、お父様を知らない陸上競技人は50歳以上の方ならいないわけですし…

「きっかけ」に話を戻すと、H20年に開催された「市内高

校100回記念大会祝賀会」に呼ばれたことですね。伊藤利博先生に粘られたというか、ご熱意に負かされました…

## □本当に毎回ありがとうございます。ところで、依田選手はどんな練習をされていたのかご存じですか？

依田さんはおにぎり持参で上田から長野まで来られ、父の指導を受けていました。五輪後かなりたってから父に尋ねたところ、「膝があがっていないので、毎日山登り」をメニューに入れていたそうです。

## □山登りで踏切脚の使い方を指導されていたのでしょうか…。さて、会社はどのような業種ですか？

会社名から業務内容がわかりにくいと思いますが、布屋ヤマウラの創業は、当時勤務していた会社(信越ペプシコーラ)の本社に戻り「何か始めろ」という指示を受け、業務用の洗剤でディーラーの開拓を始め、2年目に現在の第1ルートイン長野様の開設準備室へ飛び込み営業に伺ったのがルートインジャパン様との取引の始まりで、その後S50年に独立し、有限会社ヤマウラを創業、後に株式会社布屋ヤマウラに社名変更し、今日に至っております。S40年代はコココーラ全盛期であり、ペプシの販売は厳しく比率で100:1くらいの差があったけど、地道な営業を繰り返しました。お陰で、私の担当エリアが全国で唯一、コココーラの販売比率を抜いていました。私はNEC伊那工場へ4年と10ヶ月訪問し開拓したこともあり、ここで商売の精神が鍛えられたわけです。苦しみ考えながら繰り返す、Creative Thinkingです。営業は総意工夫Creativeが必要。トレーニングも同じですね。

## □ペプシコーラで苦勞されたことが活かされてるのですね。

## □それにしても陸上競技界へのご配慮、本当に有難く存じます。

父がお世話になったことに対する感謝の気持ちですよ、陸上競技は「いい!!」スポーツから活力をもらえる。暮れの長野東高校女子駅伝の初入賞はまさしくそれで、力をもらいました。8位と9位では大きな差で全く違う結果でしたね。本当によかった。今年も大いにがんばって下さい。

## □本日はお忙しい中貴重なお話をありがとうございました。今後ともよろしくお願い致します(聞き手 理事長 1月5日)。

Member's Corner 6<sup>th</sup>

今回は未だに破られていない長野県高校・中学女子100m記録保持者

## 酒井 麻由美 先生 のご登場です

30年以上破られていないその記録は次のとおりです…

◆長野県高校女子100m 12秒09 S56/11/01 Jリレヱ大会 国立競技場

◆長野県中学女子100m 12秒29 S53/11/04 全日本ジュニア大会 国立競技場

- ① 審判員登録初年度:平成19年度
- ② 部署:アナウンサー
- ③ 楽しい瞬間:補助員のみなさんと活動をしている時、緊張する瞬間:アナウンスを始める時
- ④ 過去に取り組んだ競技種目:100m・200m・リレー
- ⑤ 現在のお仕事:長野市立東部中学校講師
- ⑥ コメント:役員の方にはいつもご迷惑をかけております。長野市陸協に少しでもお役にたてればと思っています。これからもよろしくお願い致します。



## 女子第23回全国高等学校駅伝競走大会 8位入賞 長野東高等学校 特集

日時 平成23年12月25日(日) 10時20分スタート  
会場 京都市西京極総合運動公園陸上競技場をスタート  
フィニッシュとする京都市西京極陸上競技場付設  
ハーフマラソンコース(女子全国高校駅伝コース)

距離・区間 21.0975km 5区間

結果 第8位 記録 1時間09分12秒

- 1位 1:07:29 豊川(愛知)  
2位 1:07:53 興譲館(岡山)  
3位 1:08:19 仙台育英(宮城)  
4位 1:08:25 須磨学園(兵庫)  
5位 1:08:29 立命館宇治(京都)  
6位 1:08:51 白鷗女(神奈川)  
7位 1:08:57 成田(千葉)



### 選手紹介

(写真・資料ご提供：玉城監督)

質問項目 ①1日の生活スケジュール(平日・休日)：省略 ②中学校時代のクラブ活動 ③陸上競技を始めたきっかけと開始時期 ④趣味 ⑤玉城良二監督の印象 ⑥全国入賞を果たしての感想

### 「ふたつのチーム」

#### 長野東高校監督 玉城 良二

5年連続5回目の出場となった都大路にて、6年前に女子駅伝チームが発足して以来の目標であった「8位入賞」を成し遂げることができ、改めて多くの皆様に御礼と感謝を申し上げます。

今年のチームの都大路までの道のりと入賞ができたことについて振り返ってみると、長野東高校の女子駅伝チームは目的を明確に持った二つのチームが力を合わせて「8位入賞」を獲得できたと思います。

一つのチームは都大路を走りたくて本校に入学してきた女子11名と、女子を支えながら共に走ってきた3名の生徒からなる「生徒のチーム」です。新チームのスタートとなった一昨年の都大路以降の出だしは決して順調ではありませんでした。2月の西脇駅伝はインフルエンザによる当日欠場、3月の伊那駅伝は大震災の影響により中止になり、駅伝の経験を積むことができませんでした。また、トラックシーズンも不調のままで終わってしまいました。そのチームが夏以降、6名の3年生を中心に非常にまとまりのある集団に成長を遂げて、県大会以降は体調を崩す生徒もなく、心身ともに健全な状態で都大路を迎えることができました。

もう一つのチームは「支えていただいた皆様」のチームです。競技力の向上と選手の人間の育成に力を注いでくださる長野市陸協の皆様。環境で私立高校より劣ると言わざるを得ない公立高校ですが、長野東高校には、選手の環境を整えてくださる同窓会やPTAの皆様。日頃から暖かいご声援をくださる地域の方々。生徒の活動に応援して下さる学校の先生方。さらには、ボランティアで心と体のケアをして下さるトレーナーやコーチなど、どこの学校よりも暖かで、選手にとって心強く、安心してレースに集中できる環境を整えていただいた皆様によるチームです。

2つのチームが力を合わせ、駅伝というスポーツを通じて、地方の高校生でも「やればできる」を発信できたと思います。そして今後、更なる精進を重ね、長野市陸協の発展に貢献できるよう活動していきたいと思っております。

### 第1区 6.0km 記録 19:58 区間順位：16位

真柳 亜美(2年) 更埴西中学出身  
①タイム ②バスケットボール部、陸上クラブ ③市町村対抗駅伝・中学校に入る少し前から ④寝ること・おしゃべり ⑤見ていないようで、すごく生徒1人1人を見ていて、知らないことをたくさん教えてくださいました先生です。⑥嬉しかった。自分たちだけの力じゃなくて、色々な方々からの見えないサポートなどもあってできたことだと感じた。嬉しかったけど、感謝の気持ちでいっぱいでした。



### 第2区 4.0975km 記録 13:20 区間順位：9位

安原 光(3年) 佐久東中学出身  
②陸上部 ③地元のマラソン大会で優勝したこと、中学1年生 ④寝ること・音楽を聴くこと ⑤人と人とのつながりをとても大切にしている、生徒のことをよく見ていてくれる先生です。選手である以前に学生としてしっかりした生活を送れていることが大事ということを教えて下さり、人間として成長できたと思います。⑥長野東で駅伝がしくて入学して、すごくつらい日もありましたが、8位入賞という夢をあきらめずに追いつけてきて、その夢を実現できて本当に幸せで、今まで頑張ってきて良かったと思えたし、ようやく周りで支えてくれている人達へ恩返しができるようになって良かったです。苦しいときも支えてくれたチームメイトや先生・コーチには感謝の気持ちでいっぱいです。キャプテンとして悩む時もありましたが、こんな貴重な経験ができるなんて長野東へ来て良かったと思っております。





第3区 3.0km 記録 10:06 区間順位：12位

満澤 茜 (3年) 飯島中学出身

②バスケットボール部 ③体力作りのためランニングクラブに通い始めた・中学2年の途中から ④よく変わるので特に決まっていない。⑤私たちに走る以外での生活面、行動面、これからの人生につながる色々なことをしっかりと伝えて下さいました。⑥私たち自身も都大路8位入賞ということにはこだわってききましたが、それを支えてくださった皆さんの方がいたからこそ入賞だと思っています。人とのつながりを大切にして都大路入賞という結果、長野東高校として陸上を続けられたことを今後の競技の自信としていきたいです。



鈴木 真綾 (3年) 浅間中学出身

②陸上競技部 ③バスケットをやっている走ることが好きだったから・小学5年生 ④走ること・食べること。⑤厳しさの中に優しさがある先生です。練習・合宿はとても怖いですが、普段は生徒のことを第一に考えてくれます。毎日練習に来て下さり、日記にもコメントを書いてくれます。進路に関して真剣に考えてくださいました。下宿では「父親」みたいな存在でとても楽しい毎日でした。⑥目標が達成できてとてもうれしく思います。たくさんの方の支えがあって8位入賞ができ、感謝の気持ちで一杯です。振り返ってみると苦しい場面が多くあり、また今年はチームで自分たちのことについて話し合う機会が何回もありました。9位と同タイムの8位、1秒遅ければ目標は達成できず悔いが残ったと思います。14人全員がほんの少しの妥協もしなかったことが結果につながったことと思います。長野東高校で玉城先生のもとでたくさんの方に支えてもらいながら、このチームでやれたことは私の一生の宝物です。



第4区 3.0km 記録 9:32 区間順位：1位

佐々木文華 (3年) 広徳中学出身

②陸上部 ③姉・兄がやっていた影響・小学6年生 ④読書⑤玉城先生は自分で考えることや自分たちのチーム作りを尊重してくれる先生です。また、応援・支えてくれている人たちを大切にしている先生だと思います。⑥昨年、都大路で8位入賞することができて、今まで長野東高校を支えてきてくれた方々、応援し続けてきてくれた方々に、結果として感謝の気持ちを表すことができたと思います。高校3年間、陸上に集中できる環境の中で、競技以外の生活の大切さや感謝すること、また感謝の気持ちを行動に表していく大切さを身をもって経験し、学びました。都大路では1年生の時に悔しい思いをしてその時に先輩たちの分も入賞すると心に決めました。3年の都大路当日は、とても緊張していたけど、楽しみな気持ちもありました。サポートに回ってくれた仲間や応援に来てくれた方たち、すべての人の力で8位になれたと思います。チームの目標が達成できて良かったです。



北澤 春香 (3年) 川中島中学出身

②陸上部 ③なんとなく陸上部に入部した・中学1年生 ④散歩。⑤生徒のことをよく見ていて、しっかり先のことを考えてくれる先生。陸上以外にも進路のことを真剣に考えてくれるよい先生(ちょっと忘れっぽいところもある)。⑥目標にしていた8位入賞が達成できてよかった。また、駅伝はチーム力が大切で、いくらベストタイムが良くても団結力が必要だと感じた。今まで支えてくれた方々に感謝したい。



細田 あい (1年) 長峰中学出身

②陸上部 ③学校のリレーの選手・小学3年生 ④音楽鑑賞・買い物 ⑤厳しいときは厳しいが優しく面白い先生 ⑥チーム目標としていた8位入賞が達成できた時はチーム一丸となってできたというのがあった。感じたことはたくさんあります。連続入賞できるように頑張りたい!



第5区 5.0km 記録 16:16 区間順位：8位

湯澤 ほのか (2年) 駒ヶ根東中学出身

②陸上部 ③小学校のマラソン大会・小学3年生 ④買い物 ⑤まじめ ⑥入賞した時はすごく嬉しかった。だけど来年はもっと大変だなという感じです。また、多くの方が応援して下さいるなど改めて思いました。



ある選手の1日のスケジュール (平日・休日)

Table with 24 columns (5:00-22:00) and 3 rows (平日, 休日, 項目別時間数). Columns show activities like 起床, 朝練, 朝食, 学校, 練習, 夕食, 入浴, 学習, 就寝. Summary columns show 練習時間 (3), 睡眠時間 (7), and 家庭学習時間 (0.5~1時間).

## 長野市陸上競技協会事務局からのお知らせ

### 1. 日本陸連登録・・・お済みでしょうか？

- ・団体登録しているチームは Web JAAF Start から登録
- ・個人は総務部長宛に郵送か Fax で申し込む
- ・締切：3 月末ですが、大至急登録をお願いします。

本年度はこのデータをもとに、要覧が作成されますのでご注意ください。

・登録データは、個人宛に発送済みです。届いていない方は、村田総務部長：下記までご連絡下さい。

#### (1) 変更点等

1) 本年度より登録番号が変わります。競技者・新規登録者を含め各支部で管理しやすい四桁の番号の前にアルファベットの大文字を付ける(各支部単位で登録番号を付ける)。

<例> 競技者・B 級新規登録予定者 9501 →(新) L9501  
審判員 2401 →(新) L2401

長野市陸協では、当面従前番号の前に大文字 L を付けるのみとする。新規登録者の番号については、現在県陸協と検討中。

#### (2) 大会時のナンバーカードについて

1) 競技者について今まで「登録番号」＝大会時の「ナンバーカード」でしたが H24 年度より一般競技者のみ(中体連・高体連・学連は従来通り)県大会に於いてその都度大会固有の番号を配布するようになりました。したがって大会出場申込書には、ナンバーカード記入欄は、空欄にしておいてください。

2) 北信地区陸上競技協会での対応については従来通り。

#### (3) 登録申請期限について：毎年 3 月末を原則としています。

競技者で長野県選手権大会・日本選手権大会出場者は、上記期限でないと大会出場ができない。やむ得ぬ事情で登録申請が遅れる場合、審判については、6 月末・競技者については、9 月の長野県選手権大会に間に合うよう 7 月末です。

#### (4) 住所変更及び勤務先等の変更：速やかに下記までご連絡ください。

(5) チーム登録について：この件を含め、不明な点も総務部長までご連絡ください。

\*\*\*\*\*

長野市陸上競技協会 総務部長 村田修一  
住所 〒381-0031 長野市西尾張部 532  
携帯電話 090-2531-8249 FAX 026-243-5631  
長野市陸協 E-mail: soumu@nriku.jp

\*\*\*\*\*

### 2. 長野市陸協総会が開催される

去る 3 月 3 日、長野市宮陸上競技場会議室に於いて、総会が開催されました。議事録および資料を個人宛に発送しましたのでご確認ください。事業報告、会計中間報告などの他に、規約を改正し、シニア部が新設されました。また、長野市陸上競技協会の旅費・諸手当に関する内規を新しく制定し、30 年以上日当が 1000 円とされていた北信選手権など、長野市陸協が直接主催する競技会の日当を 1500 円としました。会報に同封しましたので確認のほどお願い致します。

### 3. 長野市陸協新役員の紹介

◆シニア部長 土川 國人さん  
写真(理事を兼ねる)

◆新理事 内山 みのりさん  
(経理副部長を兼ねる)

任期は二人とも平成 24 年 4 月 1 日から平成 25 年 3 月 31 日(再任を妨げない)

シニア部の新設については、H23 年度は仮称の専門部として「シニア教室」を実施してきたが、「スポーツを行う権利」や「スポーツ基本法の制定」など生涯スポーツを推進する上でも、全県に先駆けて設置し、組織化を図りながら、生涯スポーツの振興に寄与していくことを目的とし新設しました(市陸協理事会・総会で決定)。



### 4. 指導者&参加者募集中

ジュニア教室とシニア教室の指導者を募集中です。ご協力頂ける方は、理事長または総務部長までご連絡下さい。各教室要項等は市陸協ホームページに Up しています。

#### ◎長野市陸上教室(ジュニア教室)

受付 4 月 7 日(土) 13 時より陸上競技場にて

夏季教室: 土曜日 2 1 回開催(14~16 時) 4 月 27 日~10 月 27 日、募集予定 70 名、会費 5,800 円(保険料込み)

冬季教室: 土曜日 5 回開催(14~15 時 30 分) 11 月 24 日~1 月 27 日、募集予定 40 名、会費 2,050 円(保険料込み)

#### ◎シニア教室：ゆっくり楽しく自分のペースで走ろう Run/Run-①(前期)、②(後期)

期間等：(前期) 4 月 24 日(火) ~ 6 月 26 日(火)

毎週火曜日 10:00~12:00 全 10 回

(後期) 9 月 25 日(火) ~ 11 月 27 日(火)

毎週火曜日 10:00~12:00 全 10 回

対 象：60 歳以上の健康な方 30 名

参加費：各 3,800 円(会場費・保険料込み)

申 込：締め切り前期 4 月 8 日(日)、後期 9 月 9 日(日)

### 4. その他

(1) 長野市陸協オリジナルマーク及びキャラクターを募集中です。年度末には決定したいと思います。日本陸連も変更されました。アイデアをふるって [info@nriku.jp](mailto:info@nriku.jp) まで、送信願います。

(2) 審判員の出席率向上にご協力下さい。また、昇格のため「審判員講習会」にご出席下さい。

(3) 通信費の削減のため、理事会、総会連絡は E-mail を活用する。[info@nriku.jp](mailto:info@nriku.jp) へ発信して下さい。

(4) 日本選手権大会(混成競技)プログラム広告収集にご協力下さい。広告の詳細について不明な方は、理事長・総務部長までご連絡下さい。



## 第 27 回 Hope さん



### 長野吉田高校 新 3 年 木田 真美子さん

H23 日本ユース 800m7 位入賞  
H23 全国高校総体 1600m 出場

昨シーズンは私にとって飛躍的な年でした。様々な合宿に参加させていただき、いつもとちがった客観的なアドバイスもたくさんいただいて自分の走りを見つめ直すことができました。また、初めて北東北インターハイに出場させていただき、大舞台で自分の力を出し切ることの難しさと 全国大会で走れる喜びを味わいました。その中で今までと大きく変わったのは精神面です。1 年生の時は「自己ベストを出したい」などと自分のために走っていました。しかし 2 年生になって先生方や家族、友達などたくさんの人に応援をして声をかけて頂き、「自分の走りでも周りの人に喜んでもらいたい」と思え苦しい時も頑張れるようになりました。

私は、「素直に楽しく」を心に留めて練習しています。今シーズンはそのモットーを大切にしながら走りの弱点と長所をはっきりさせ練習を意識したいです。そして、インターハイでは周りに左右されず自分の力を出し切れるレースをして表彰台に上がりたいです。



### 長野吉田高校 新 2 年 内山 成実さん

H23 日本シニア 400mH 4 位入賞  
H23 全国高校総体 1600m 出場

昨年、北信越大会に 400m・走り高跳び・4×100mR・4×400mRに出場させていただきました。個人種目では高いレベルの選手に負けて悔しい思いをしました。しかし、4×400mRでは、チームのために自分の力をしっかりと発揮することができ、インターハイへの切符を手にすることができました。残念ながら個人種目では出場できませんでしたが、リレーという種目で出場させていただいたことは、先輩方に感謝すると共に、私にとって良い経験になったと思います。

8 月に行われたインターハイでは全国レベルの選手を間近に見ることができ、来年こそは自分もそうした選手と勝負したいという気持ちになりました。また、10 月に行われた日本ユースでも自己ベストを出すことができ、良いシーズンの締めくくりができました。チームとして練習をし、多くの方に支えて頂きながら 1 年を終えることができたと思います。

いよいよ始まる今シーズンでは精神面も向上させ、大きな舞台でも結果を出せるような選手になるために、自分の目標を明確にして、日々の練習に打ち込んでいきたいと思います。そうした積み上げがインターハイという舞台で結果を出せる唯一の道だと思っからです。そして、毎日指導して下さる先生方、先頭になって手本を示して下さる先輩方、支えてくれる家族への感謝の気持ちを忘れないで日々の生活を送りたいと思います。

## 北信地区陸上競技指導者講習会開催

北信地区陸上競技協会主催による「陸上競技指導者講習会」が、2 月 25 日、26 日の両日、清田浩伸平成国際大学女子陸上競技部監督・埼玉栄高等学校女子陸上競技部総監督を昨年へ続きお招きし、開催された。25 日はホテルメトロポリタンにおいて、「成功するために」というテーマで、H23 年度高校総体女子総合優勝までの指導内容および女子 100m で優勝した土井杏南さんのスタート技術についてご指導いただいた。

それによると、ボルト選手のスタートと福島選手のスタートにおけるブロック後脚の引きつけ動作に共通点があり、内側に引き込む動作（下のスライド）が見受けられ、土井選手もこの動きを練習中とのことであった。

26 日は、長野市営陸上競技場に於いて、清田先生のご指導と土井選手のデモンストレーションによるクリニックが開催され、北信地区の中高生約 200 名が参加した。



左から  
ボルト  
福島  
土井

注) 後ろ脚  
↑に注目!  
(↑追加: 内山)

## 訃報

## 相澤 隆雄氏を偲んで



元篠更陸協事務局長 宮崎利幸  
長野市陸協副理事長 柴澤英男  
平成24年1月6日 相澤隆雄  
(71才)さんが、ご逝去されました。通称相ちゃんを偲んでありし日の姿をご紹介させていただきます。

相澤隆雄さんは昭和15年に現長野市更北町に7人兄妹の5男として生まれました。長野日本

無線に入社し、陸上部員となり各種大会に参加しました。篠ノ井更級チームの一員として県下縦断駅伝に出場、チームでは持ち前の明るさと熱心さで、好成績に貢献しました。そして長野市チームの監督も務められ、選手の育成・強化に尽力されました。

彼は何事にも熱心でやりだすと止まらない性格で、また一方では誰とも親しくお付き合いし、明るい性格の持ち主でした。地域においても青少年育成会の役員や少年野球チームの面倒もよく見ていました。陸協の審判員としても非常に誠実に熱心に取り組まれ、昨年11月の県下縦断駅伝の篠ノ井中継所の審判員として、一生懸命に頑張っていた姿が目につかびます。

ご家庭でも、3人のお子さんを立派に育てられ、東犀南に家を新築しました。地域の人々との付き合いも良く、地区の役員も率先して引き受け、公民館活動に貢献しました。盆栽をたしなみ、お酒も好きでよく楽しい酒を飲んだものでした。奥さんに先立たれ苦勞もしたようですが、まだまだこれからもっともっと活躍して頂きたかったところですが、誠に残念でなりません。残されたご家族の皆さんがお健やかに過ごされますことと相ちゃんのご冥福をお祈り申し上げ、相澤隆雄さんを偲んでの言葉とさせていただきます。 合 掌

## 訃報

## 早川 千吉郎さんを偲んで

長野市陸協理事 平出 勲



陸上大会が行われた時は、必ずといっていいくらい表彰席に顔を出して笑顔で会話をし、元気でいた早川さんが2月4日の理事会でお会いしたのを最後に突然天国へ旅立たれました。親しくしていただいた方がまたひとり天国へ召され、とても寂しく思います。心よりご冥福をお祈り申し上げます。

故人は、長野市陸協の機関誌「動き」の創刊号から8号までの広報部長として産みの苦しみがあつたと思います。「聞くは一時の恥・聞かぬは一生の恥」という思いで心血を注がれてすばらしい編集をなされました。創刊号の編集後記に「大会当日は、まずは、おはよう・こんにちはの軽い言葉から楽しく仕事に入りたいですね」。本当に気持ちの優しい、人を思いやる暖かい言葉が寄せられておりました。また、長野市陸協50周年史編集委員としても2年間携わって居られます。

理事としても長い間ご苦勞をいただきました。審判部署としては競技者係・監察係・出発係としてご活躍を頂きました。太陽が照りつける日はワイシャツの袖を下ろしたり、長袖の下着で日焼けを防いでいた姿が臉に浮かんできます。どうか安らかに眠り下さい。天上界から叱咤激励お守り下さい。平成24年2月11日ご逝去 享年82(歳) 合 掌



## ◆ 事務局から再度のお願い ◆

- ・登録内容(勤務先・住所等)に変更がある場合は、総務部長まで連絡をお願いします。
- ・第14回長野オリンピック記念長野マラソンが間近となりました。ご協力をお願いします。
- ・第96回日本選手権混成競技大会に向けて、広告のお願いを総会資料と同封致しました。特に、企業名(個人可能)のみの協賛につきましてご協力をお願いします。

## ◆ 編集後記 ◆

未曾有の大震災から1年。日本国内は「絆」を合言葉に、各地で復興支援活動が続けられています。

昨年12月に行われた女子第23回全国高等学校駅伝競走大会では 長野東高校が念願の8位入賞を果たしました。今回の会報「動き」でも特集を組み、選手を紹介しておりますが、各選手の感想に「周囲の方々の支え」が入賞の大きな要因のひとつとして挙げられていました。

間もなく、今シーズンが開幕します。スポーツ活動に打ち込める喜びと支えてくださる周囲の方々に感謝しながら、思う存分、陸上競技を楽しむ1年にしてほしいと思います。

広報部長 田島康彦



Track  
& Field

ATHLETIC UNIFORM

スクールのスポーツウェア専門  
しなのメイト株式会社

(本社) 〒389-0606  
埴科郡埴科町大字上五明992-2  
TEL. 0268-81-1336 FAX. 81-1337  
(新潟営業所) 〒950-0823  
新潟市東区東中島2-18-41  
TEL. 025-256-5215 FAX. 256-5216

THIS IS A CHALLENGE TO ME.