万年企業を目指して
中里製塩所 しお
管理センター ☎000-0052

新人県大会報告
市高はこんなとこ
今後の予定

THE YUUOU MAISIN
勇往邁進
2023年（令和5年）
10月 2日 月曜日
Ver.52
発行所 さいたま市浦和区元町1丁目28番17号 ☎(048)886−2151

新人県大会報告

秋シーズンは、クライマックスへ

9月25日（月）から27日（水）まで、熊谷スポーツ文化公園で、新人県大会が開催された。例年は防寒具を用意するが、今年は半袖、短パンなど、熱中症対策をする姿勢で、昨年までとは趣が異なる大会となった。機材のトラブルで、多少進行が遅延する場面もあったが、3日間天候にも恵まれ、充実した大会となった。市高は、男やり投げと女1600mRで5位に入り、関東選抜への出場権を獲得した。学総シーズンを終えた時から、この舞台に向けて、新人県大会に向けて、目標に向けて、その結果は、評価ではなく、態度に表れていたと思う。

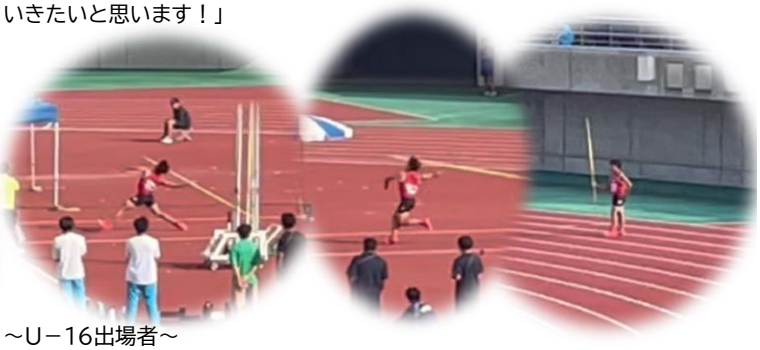
U-16の走高跳（男女1名づつ）と合わせて、今シーズンの締めくくりとして、今年の競技を準備をしっかりとしていきたい。

前に出場が決まった大会と、課題が多い選手が残る。

月21日・22日で開催される上位大会は、常に我々の変わらないこと。

男やり投げ 5位 48m77
中島

中島（男やり投げ5位）：「初めての県大会の決勝でしたが、あまり緊張せず、自分の投げをして大幅ベストで関東進出を決めることが出来ました。
決勝最後の一投で今までで1番の投げをできたことはこれからの勝負につながる自信になったので関東の舞台で50mを投げて、まだまだステップアップしていきたいと思います！」



～U−16出場者～
津里（男走高跳）：「U16全国大会という大きな舞台で少しでも良いパフォーマンスをするために、残された時間の中で今の自分に1番必要なことは何か、何をすべきなのかということを考え1回1回の練習をコンディションの向上に繋がるものにしていきたいです。新人戦に出場できなかった悔しさをバネに、大きな舞台に自信を持って勝負ができる自分を作り上げ、195cmを跳び入賞を勝ち取ることを目標に今できる最大限の準備をしていきます。」
高橋（女走高跳）：「U16では初めての全国での大会なのでいつもと雰囲気が違うと思います。しかし、大会本番まで自分の課題がたくさんあるので、それを改善して全力で踏切り、自信を持って大会に挑めるようにしたいです。」

～新連載～ 「市高はこんなとこ＆おススメ勉強法」

久しぶりのこの企画 1年生男子より
【市高はこんなとこ！:生徒がとにかく生き生きとしていて、行事はみんな全力で楽しんでいます。また、勉強や部活と、文武両道な校風なので、多忙な毎日を送っている人が多いです。おススメ勉強法:英語に限るのですが、英単語をとにかくやっておくと良いです。文法が苦手な人でも、単語力が上がれば、格段に英語に強くなるはずです。】

女1600mR 5位 3分58秒36
石塚→鈴木→樽角→蔵野

石塚：「決勝では、1位でバトンを渡すのを目標にして走りました。予選は乗り込み不足で全然スピードに乗れなかったので、乗り込みをしっかりして最初から出すようにしました。しかし気持ちが入りすぎたのもありとばしすぎて、ラストの減速が大きくなり、少し遅れてバトンを渡すことになってしまいました。レースの組み立てを見直し、前半の200がもっと後半に繋がるようにして、ラスト身体をしっかり動かせるようにしないといけないなと思いました。また予選は自分が望むような走りをできなかったせいで、3･4走の負担を増やしてしまったことをすごく後悔しました。自分の走りが常にできない精神面の弱さをはっきりと実感しました。関東はそれに上手く向き合って対処していこうと思います。そしてラップタイムでベストをだしてチームに貢献します。」
鈴木：「腰の怪我のため、思うように練習ができていない中でのレースになりとても緊張しました。でも1走の石塚の入りの走りに鼓舞されて不安も少なく走り出すことが出来ました。バトンが上位で渡らなかったので先陣を切って走ることは出来ませんでしたが、入りのスピードをとにかく出して前に食らいつきました。しかし、200通過辺りから練習不足もあって減速局面に入り、意識しても体がついてこない状態になってしまいました。納得のいくレースにできなかったのと目標タイムも出せなかったのが悔しい点でした。関東には進出することができたので、まずは自己管理を徹底して大舞台で自分の力を発揮できるような準備を心がけていきたいです。」
樽角：「予選は初めての緊張感と周りに流されてとても納得のいかない走りをしてしまいました。反省は多かったですが決勝のときは予選は予選と切りかえてとにかく速くを目標に、中盤には前の選手を抜かすと決めて走りました。ただ最後抜かし返されたのが非常に悔しい点です。ここで抜かされないことが私としても強くなるうえで重要な点だと思うので、関東では1本目からスピードのあるベストな走りをするのを前提に、何度抜かされても抜かし返す力のある走りをするようにします。」

蔵野：「予選は、予想していたよりも遅いタイムでバトンを貰ったため、より入りのスピードを速くすることを意識して走りました。結果は、ラップタイムで58秒台を出すことができ、予選を通過することができましたが、次の学総も同じような状況が予想されるので、マイルメンバー全員が1人で走れるようになる必要性を改めて感じました。決勝は、0.02秒差で抜かすことができず、悔しい気持ちが残りました。最後余裕を持って抜かせるように、これからの練習を頑張りたいです。今回、チームの目標タイムとラップタイムの目標をどちらも達成出来なかったので、関東選抜ではどちらも達成して春の学総に繋げたいです。」
芳川（予選出場）：「今回のマイルは周りに人がいない中、一人で走らなくてはいけない状況で、最初のペースを掴むのが難しかったけど前半は結構しっかり入れたのではないかと思います。しかし、200mを過ぎてから一気に体が重くなってカーブで崩れてしまったので、後半が苦しいレースでした。後半を最後までしっかりと走り切るために、腕振りのタイミングを合わせ、大きく走れるようにしていきたいです。関東選抜までの時間はあまりないですが、できる限りのことをしてチームに貢献出来るようになりたいと思います。」

今後の予定

- 十月九日（月）
- ○スポーツの日
- ○23年駿台模試
- 十月十四日（土）
- ○学校説明会
- 十月十七日（火）～二十日（金）
- ○中間考査
- 十月二十日（金）～二十二日（日）
- ○U−16陸上競技大会
- 於：愛媛・松山
- 21日：女走高跳
- 22日：男走高跳
- 十月二十一日（土）～二十二日（日）
- ○関東選抜陸上競技大会
- 於：熊谷
- 22日：男やり投げ
- 22日：女1600mR
- 十月二十四日（火）
- ○さいたま市駅伝大会
- 於：荒川河川敷
- 十月二十八日（土）
- ○学校説明会
- 十月二十九日（日）
- ○記録会
- 於：上尾運動公園