万年企業を目指して
中里学習塾 心
管理センター ☎000-0070

U18大会報告
関東選抜大会報告
駅伝県予選大会報告
今後の予定

THE YUUOU MAISIN
勇往邁進
2024年（令和6年）
11月 5日 火曜日
Ver.70
発行所 さいたま市浦和区元町1丁目28番17号 ☎(048)886−2151

秋の三大大会報告
全国・関東・県大会より来シーズンへ

　１０月下旬に、Ｕ１８、関東選抜に高校駅伝県予選会という秋シーズンのメイン大会が開催された。全国・関東・県大会という違いはあるが、その重要性に差はない。それぞれの成績は、別に掲載するが、今シーズンの集大成として、納得のいく競技が求められる。自己ベスト更新や駅伝での、素晴らしい走りも見られたが、トータルでは、力不足が露呈したようにも考えられる。今シーズンの総括をしっかりとすることが、次年度の活躍への近道であろう。

シーズンの締めくくりと来年度への課題と…

　U18の300mに蔵野が出場しました。3年生でここまで競技をしてきたことを尊敬します。目標のB決勝には、わずか1人及びませんでしたが、自己ベストを更新し、勝負強さはみせてくれました。
○蔵野：「私にとって人生で2回目の全国大会で、インターハイの悔しさから今回は絶対に悔いを残さない走りをするという気持ちでしっかりとした準備をすることができました。結果は目標としていたB決勝進出には17位とあと少しのところで届きませんでしたが、自己ベストで終わることができました。38位というターゲットナンバーギリギリのところから17位まで上げることができたのは自信になったし、この結果は今までご指導、サポート、応援してくださった方々のおかげです。陸上を始めた頃は全国なんて夢のまた夢で、早生まれだけど自分にはJOなんて関係ないと思っていたので、どちらにも出場することができて、まだ自分でも驚いています。こんな充実した部活生活を送ることができて本当に幸せです。感謝しかありません。ありがとうございました！市高陸上部最高！！」

　関東選抜には、津里と高橋がそれぞれ走高跳に出場しました。自己ベスト更新を最低限の目標に掲げましたが、それが叶わず、力不足を感じました。来年度に向けて、仕切り直しです。
○津里：「シーズン最終戦がこのような形で終わってしまったことは学総シーズンを自分の成長に繋げられていないことの現れだと感じた。自分なりに競技に対して考えて取り組んできたつもりでいたが、これからは少し取り組み方から見直そうと感じた。冬季は自分の弱さと向き合い、来年全国で戦うためには何が必要で何をすべきなのかを柔軟に、真摯に考え取り組んでいきたいと思う。」
○高橋：「今回の大会では体の調子も良く最初の高さから気持ちよく跳ぶことができていたがまだまだ基本的な踏切動作や内径ができていなかった。冬季では基本的な部分から自分の跳躍を見直して、来年の学総でしっかり納得のいく跳躍ができるようにし上のラウンドを目指していきます。」

飛躍のきっかけに！駅伝県予選会男17位・女9位

　男女共に、現状での力は発揮できたのではないか。それでも、目標に達していないことを考えると来年度への課題も多く、来年度に向けて、1年をかけて準備をしていきます。
○青木（1区）：「今回初めての1区を走りました。レースで10km以上を走ることはあまりなくとても不安でしたがチームの目標順位に近い位置で襷を繋ぐことができいい流れを作ることができたと思います。前半ハイペースだったこともあり途中失速してしまいましたがうまく立て直すことができ、ラスト3km粘ってペースアップすることが出来たので良かったです。この舞台に至るまで自分の中でどうすれば長く速く走れるのかを1番考えた時期でした。そして練習の量と質を工夫したり、ケガには細心の注意を払って練習に臨みました。何かに向かって努力するという経験は何をやるにおいても今後の人生に役立つと思います。来年自分は駅伝を走ることはできませんが前回よりもチーム順位を上げられたので後輩たちに貢献できたと思います。この勢いのまま冬季練習でたくさん走り、改善してシーズン初戦に良い結果が出せるよう期待しています。そして自分もさらなる高みを目指して頑張っていきます。ここまで応援ありがとうございました。」
○幕田（2区）：「高校駅伝に向けて夏から練習をしてきましたが、調子をうまく整えることができず、納得のいく結果を出すことはできませんでした。うまくいかなかったことを修正して来年リベンジを果たしたいと思います。」
○村賀（3区）：「目標のタイムに比べ1分以上も遅くロングの弱さを痛感しました。冬季怪我なくしっかり走り、貧血も治して5000mも走れる強い選手になります。」
○宮脇（4区）：「去年に引き続き8キロ区間を走りました。去年よりタイムは1分ほど縮まりましたが、目標タイムには遠く及びませんでした。来年は区間順位一桁を狙って頑張ります。」
○尾村（5区）：「駅伝の直前に怪我をしてしまい、思うような走りができずに終わってしまいました。ただギリギリの状況でもみんなでタスキをつなぐことができたことはとてもいい経験になったので来年は万全な状態で走りたいです。」
○高田（6区）：「前回の駅伝では距離感覚を掴めず最初が早すぎて後半潰れてしまいました。今回はそのこともあって前半遅めのペースでいった結果上手く出し切れずに終わってしまいました。満足いくタイムではなく仲間や応援してくれた人には申し訳ないですが、応援の力を受け楽しく走れました。感謝してます。」
○伊藤（7区）：「今回初めての駅伝で、かついつもと違うロードでのレースで新鮮さのある楽しいレースでした。しかし柔らかいタータンに慣れていなく、良い走りができず、課題の残るものでした。これからより一層の努力に励みたいと思います。」

○上杉（1区）：「今年の駅伝は大事なスタートの1区を任され、関東大会出場のラインである6位以内を目標に走りましたが、ラスト2キロというところで集団についていくことができず、自分の実力不足をはっきりと痛感させられました。これからは今までよりも距離を積むことを意識しながら、駅伝のような長い距離でもペースを上げていけるように練習に取り組んでいきたいです。」
○水野（2区）：「今回の駅伝ではチームの目標だった関東大会出場は達成することが出来ず、個人の走りでも順位を上げることが出来なかったのでとても悔しい結果で終わってしまいました。前の集団に追いつくことが出来ず、単独走となってしまったため、自分でペースを刻む必要があったにも関わらず、なかなかペースを掴めなかったのは、練習不足だなと感じました。今回の駅伝で感じた悔しさをこれからの練習に活かしていきたいと思います。」
○菅原（3区）：「今回の駅伝はチームとしても個人としても目標としていたタイムに届かず、悔しい結果となりました。しかし、多くの人に応援していただき、良い経験になりました。この駅伝を無駄にせず、自分に足りなかったことを補って、これからの駅伝に繋げたいです」
○菅野（4区）：「今回の大会はあと少しという所で粘り切れなかった気持ちの弱さに悔しさが残り、又、これからの課題だと思いました。このチームの1人として襷を繋げて本当に良かったです。今回の経験を来シーズンにつながる糧としてまた一から練習を積んでいきます」
○平井（5区）：「今回の駅伝で初めてアンカーを走ることになり、とても緊張しました。順位を下げることなく走り切ることができたけど、前の選手と差が開いてしまい、目標を失い、思うように走れませんでした。これからまだ駅伝もあるので、単独走でも自分の力を出し切れるような練習をしていきたいです。」

十一月四日（月）〜十日（日）
○７種競技会
於：青木＆駒場
【短距離ブロック】

十一月十三日（水）
○Ａ週木曜日授業

十一月十四日（木）
○県民の日
生徒臨時休業

十一月十六日（土）
○学校説明会
○土曜公開授業