万年企業を目指して
中里記念館 祝100号
管理センター ☎000-0100

学総地区大会報告
（長距離・女マイル）
今後の予定

THE YUUOU MAISIN
勇往邁進
2026年（令和8年）
4月 30日 木曜日
Ver.100
発行所 さいたま市浦和区元町1丁目28番17号 ☎(048)886－2151

学総地区大会報告
長い学総シリーズの始まり

４月２４日（金）から２６日（日）に上尾運動公園陸上競技場で、学総南部地区大会が開催されたいよいよ、夏まで続く長い学総シリーズの始まりだ。市立浦和としては、当面の目標を学総県大会におき、県大会でいい競技をすることを前提に、地区大会を戦った。当日は、多少気温が低い日もあったが、概ね天候にも恵まれ、選手それぞれが、自分の競技に集中することが出来た。結果の詳細については、選手の声を中心に、別に記すが、新１年生も含めての活躍も有り、県大会に向けて、いい準備が出来つつある。地区大会を経たことで、課題も出てきたはず。例年のことだが、世の中の「ゴールデン」とは異なる５月上旬を過ごし、県大会に向けていいの準備を進めていく。強い市立浦和であり続けるために、チーム一丸となっての戦いが続く。県大会は、５月１３日（水）から１６日（土）に熊谷スポーツ文化公園にて開催される。中間考査も近いことから、その両立に苦慮することが予想されるが、市立浦和は、どちらもやり抜かなければならない。

女子マイル
堂々と、挑む！

一昨年の女子、昨年の男子に続き、今年は女子マイルが伝統の継承に挑む。地区大会では、県大会での戦いをにらんで、その確認をしたかたち。記録も想定内で、準備が整いつつある。プレッシャーに打ち勝ち、必ず県大会を笑顔で終える。

〇西村（2･1走）：「今回のマイルは400mのレースで上手く出来なかった最初の加速を長めにとることと、再加速を始める位置をもっと早くするという部分をしっかり修正できたと思います。再加速が上手くいったことでホームストレートではほぼピッチを落とさず、減速を小さく抑えることが出来ました。この地区大会で400mの走りの組み立て方を掴むことができたので、県大会に向けて、もっと自分のトップスピードを上げ、400mフラットでもマイルでもここから1秒縮めて、関東大会に出場します。」

〇奥澤（2･2走）：「前半から飛ばして走ったけれど、前を走る人についていけなかったので、県では前を走る集団について行くようにしたいです。また、残り150m辺りからしっかり力を伝えていくことを意識して再加速し、できるだけ上の順位でバトンを繋いで関東大会へ進みます。」

〇佐藤（3･3走）：「スタートから落ち着いて自分の走りをし、冬季の練習の成果を発揮することができました。ラップタイムをやっと60秒台にのせることができたので、うれしかったです。自分に適した各区間の走りの流れも明確になり、県大会に向けていい準備をすることができました。県大会ではさらにラップタイムを縮めて、今までの悔しさを晴らすレースをします。」

〇藤原（2･4走）：「バトンをもらった時点で、近くに人がいなかったので、前半は自分の走りができて、突っ込むことができた。ラストの100mに入ったところで、タイミングを合わせ直すことを意識したけれど、全身がまったく動かなくて、かなり失速が大きくなってしまい悔しい。県大会までに後半の動きを改善して、ぜったいに60秒を切って戻ってくる。」

昨年に続き･･･
長距離の活躍が目立つ（入賞以外でも）

昨年と同様に、長距離陣の活躍が目立つ大会となった。800mから5000mまで入賞者がでて、また1･2･3年生のそれぞれの代から、満遍なく入賞者･県大会の出場権獲得者がおり、チームの充実ぶりがうかがえる。

県大会でも、4日間とも競技が予定されており、地区大会以上の活躍が期待できる。

〇幕田（3）5000m3位：「今回の南部地区予選では大幅に自己ベストを更新し、初の入賞で3位を取ることができました。しかし、優勝できる可能性があったレースだったので悔いがのこりました。県大会ではラストの勝負でまけないスピードと強い志をもち、関東大会の出場権を目指します。」

〇菅原（3）3000m7位：「ポイント練習がほとんどできないまま地区大会を迎えてしまい不安が大きかったですが、2種目とも県大会の出場権を得ることができて安心しました。地区大会では現状を知ることができ、スピード持久力が戻っていないといった課題が明確になったので、県大会までにやれる準備はやり尽くしてベストを更新したいです。」

〇福田（2）800m4位：「予選では1周目をゆっくり入りすぎてしまってあまり良いタイムではなかったけれど、再レースではしっかり気持ちの面でも切り替えて挑むことができました。前の人を抜かしずらい位置で途中はペースが落ちてしまったけど、ラスト200mでペースを上げて最後まで足が動いていたので良かったです。県大会ではさらにベストを更新し、準決勝に進めるように頑張ります。」

〇牛王田（1）800m7位：「高校初戦でしたが、1500mと800mで決勝に進め県大会を決められてとても良かったです。しかし、決勝ではまったく勝負にならなかったので、県大会では2,3年生に負けないように積極的に勝負したいと思います。」

〇その他の県大会出場権：菅原（3･女1500m）･小坂（2･男5000m）･福田（2･女1500m）･芦澤（2･女3000m）･牛王田（1･男1500m）･石井（1･女1500m）

今後の予定

日付	予定
五月一日（金）	〇さいたま市民の日 〇生徒臨時休業
五月三日（日）	〇憲法記念日 〇陸上競技部保護者会
五月四日（月）	〇みどりの日
五月五日（火）	〇こどもの日
五月六日（水）	〇振替休日
五月七日（木）	〇B週火曜日授業
五月八日（金）	〇B週水曜日授業
五月十日（日）	〇3年校外模試
五月十三日（水）～十六日（土）	〇学総県大会　於：熊谷