
東北大学陸上競技部 OB・OG 通信

2020年 No.2 (2020.8)

- ・ 新入部員紹介
 - ・ 部全体とパート間での取り組み
 - ・ 長距離パート学内タイムトライアルの結果
-

- | | |
|-----------------------|---------|
| ・ 新入部員紹介 | 2～3 ページ |
| ・ 部全体での取り組み | 4 ページ |
| ・ パート間での取り組み | 5～7 ページ |
| ・ 長距離パート学内タイムトライアルの結果 | 8 ページ |
| ・ 今後の予定 | 8 ページ |
| ・ 編集後記 | 8 ページ |

残暑の候、会員の皆様にはますますご健勝のこととお慶び申し上げます。今号では、部の現状を中心にお伝えしてまいります。

◎新入部員紹介

本年度は感染症対策によりオンライン上での新歓活動に制限された中、18 人の新入部員が入部してくれました。以下に紹介文を掲載します。

- | | |
|--|--|
| ① 氏名 | ① 大谷航平 |
| ② 出身高校(出身県) | ② 能代高校(秋田県) |
| ③ 専門種目(PB) | ③ 三段跳(13m70) 走幅跳(6m44) |
| ④ 一言 | ④ 毎日元気に頑張ります！ |
| ① 山中勇利 | ① 嶋崎雄飛 |
| ② 宇都宮高校(栃木県) | ② 宝塚北高校(兵庫県) |
| ③ 走幅跳(6m60) | ③ 走高跳(1m95) |
| ④ 7m ジャンパーになって東北インカレで入賞するのが目標です！ | ④ 1年間浪人していたので少しブランクがありますが、早く全盛期の頃に戻れるように頑張ります！ |
| ① 根本大輝 | ① 渡辺喬介 |
| ② 白河高校(福島県) | ② 高崎高校(群馬県) |
| ③ 混成(8種：5243) | ③ 1500m(4'05"62) |
| ④ よろしくお願ひします | ④ 中距離上がりですが長い距離にも対応していきたいと思ひます。 |
| ① 斎藤宥哉 | ① 大久保有世 |
| ② 竹園高校(茨城県) | ② 新潟高校(新潟県) |
| ③ 100m(10"89) 400m(49"29) | ③ 400m(49"89) |
| ④ これからよろしくお願ひします！ | ④ 大会やタイムは気にせずに気楽に楽しみたいと思ひます。 |
| ① 澤田翔太 | ① 阿部綺星 |
| ② 彦根東高校(滋賀県) | ② 宮城第一高校(宮城県) |
| ③ 800m | ③ マネージャー |
| ④ まだ陸上を始めて間もないですが、4年間頑張りたいです。よろしくお願ひします。 | ④ 高校時代、陸上がとても楽しく大学でも何らかの形で |
| ① 江口実 | ① 日向野航希 |
| ② 浦和高校(埼玉県) | ② 県立太田高校(群馬県) |
| ③ 5000m | ③ 800m 1500m |
| ④ チームに貢献できるよう頑張ります。 | ④ 少しでも速くなるために、先輩方を見ていい練習をして頑張ります！ |
| ① 坂本順 | |
| ② 浦和高校(埼玉県) | |
| ③ 5000m(15'12"60) | |
| ④ 自己ベスト更新と駅伝での活躍を目標に頑張ります。 | |

- ① 伊藤未空
- ② 古川高校(宮城県)
- ③ 走幅跳(5m02) 三段跳(9m92)
- ④ 大会で活躍できるように、日々精進していきたいと思います。よろしくお願いします。

- ① 小谷蒼
- ② 稲毛高校(千葉県)
- ③ 110mH(15"80)
- ④ 七大戦で活躍できるように頑張ります！

- ① 佐藤陸斗
- ② 横手高校(秋田県)
- ③ 棒高跳(3m80)
- ④ 雄物川北小学校では陸上部主将を務めていました。それ以降重役にはついていません。誠実に行きます。高校では重度のスランプと大失恋に泣きました。つらい過去を払拭すべく、初戦にはPBを更新します。熱く頑張ります。

- ① 富田綾人
- ② 私立太田高校(群馬県)
- ③ 800m(2'00"93)
- ④ よろしくお祈りします。

- ① 鹿野祐介
- ② 石巻高校(宮城県)
- ③ 400mH(57"64)
- ④ 部活の先輩とも同級生ともまだ1度も会えていませんが、一緒に練習できる日を楽しみにしています！これからよろしくお願いします！

- ① 和高尚夢
- ② 石巻高校(宮城県)
- ③ 100m(11"02) 200m(22"08)
- ④ スパイクはいたら肉離れしそうなくらいなまっています。よろしくお願いします。

◎部全体での取り組み

主将と女子主将に部全体での現状について伺いました。

○主将 芦田周平

お世話になっております、一年間主将を務めさせていただきました芦田周平です。例年とは大きく異なる状況下で、難しいことも多くあった中で役職を全うできたことを嬉しく思います。支えて下さった部長や副部長、監督やOBOGの方々に厚く御礼申し上げます。現状部員は規制の中で、それでも折れずに練習を積んでおります。徐々に大会への参加が認められていく中で、各々が目標をもって動き出しているなど感じております。これからもより選手の活動が広い範囲で認められるよう、次期役職者たちと協力して動いていく所存です。最後になりますが、平素よりお世話になっております三秀会の皆様に、この場を借りて御礼を申し上げます。これから後半シーズンが始まりますが、きっと多くの選手が活躍すると思います。ぜひご期待ください。今後とも何卒宜しくお願い致します。

○女子主将 泉屋咲月

昨年8月より1年間女子主将を務めさせていただきました、泉屋咲月です。至らぬ点多々あったことと存じますが、皆様の支えの元役職を最後まで全うできたことを嬉しく思います。主将期間では、ここでしか得られない貴重な経験をさせていただきました。格別のお力添えを賜りましたこと、厚く御礼申し上げます。

8月現在の部の活動としては、集団練習が停止中のため個人それぞれで練習をしている状態です。自宅周辺の公園や競技場に出向くなどし、工夫して練習を続けています。これからもこのような困難な状況が続くことが予想されますが、部内で対策ガイドラインを作成するなど感染対策を徹底し、安全への配慮と競技力向上との両立を目指して日々練習に励んでまいります。また、8月から一部の大会への出場許可がおりています。徐々に大会への参加が実現していること、非常に嬉しく思います。この貴重な機会において日々の練習の結果を十分発揮していけるよう、選手の皆様のご検討をお祈りしております。

最後になりますが、日頃より東北大学陸上競技部に多大なるご支援をいただいております三秀会の皆様に、この場を借りて心より御礼申し上げます。今年度は合宿や大会が中止になるなど、選手一同苦しいシーズンインとなったことと思います。しかし後半シーズンの大会や来年度七大戦が開催された際には、精一杯の結果でご期待に応えられるよう活動을続けてまいりますので、これからも変わらぬご支援のほど、よろしくお願い致します。

◎パート間での取り組み

パート間での取り組みを各 PC に伺いました。

○短距離 PC 上村赴之

短距離は新型コロナウイルスの影響を受け、部活動として集まっての練習が禁止されているため、個人練習での練習を継続しています。それぞれの住む地域に都合のいい場所で練習を行なっていると報告を受けています。個人練習のメリットは自由度の高さがあり、自分のコンディションや目標に対して練習内容や練習強度を調整しやすい一方、対面で競うような練習ができないため、強度はある程度以上引き出せなくなり、走力や体力が低減しやすいというデメリットもあります。実際、最近になってようやく大会に出場できるようになりましたが、多くの選手はあまりいい記録が出ないのが実状です。この現状を解決するためには、コロナ騒動の早期収束及び大学側の柔軟な対応が求められると考えます。我々は自分達にできる最大限の努力を継続していきます。

○ハードル PC 二ノ神遼

ハードル PC を務めさせていただいております、二ノ神遼です。

ハードルパートとしては、3月末に課外活動が禁止されて以降、他パート同様に個人で場所を見つけて練習してきました。特に陸上競技場が開かない時期は、ハードルを使用した練習が行えずそれぞれ苦勞したと思います。しかし練習日誌の記入を通してお互いの練習状況を知ってモチベーションを保ったり、制限が徐々に解除されてからは少人数で集まって練習したりと、ようやく始まるシーズンに向けて各自準備を重ねてきました。

シーズンインが8月となったことで先に代替わりとなり、私個人としては PC として向かえる大会がなくなってしまったこと、またチーム全員でシーズン初戦を迎えられないことは残念ではありますが、この様な状況の中でも大会に出場できることへの感謝を忘れず、また新体制を良い形でスタートできるよう、パート一同尽力してまいります。応援の程、よろしくお願い致します。

○中距離 PC 金田大輝

中距離 PC を務めさせていただいております、金田大輝です。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、練習を個人のみで行う形になってから、中距離パートでは毎日の練習日誌を記し、月ごとに練習の振り返りと練習計画を書いて共有してきました。それによってメンバー間の交流を生み、モチベーションを保って練習を継続しています。また少人数での練習が許可されてからは、個人で互いに声を掛け合って小グループでの練習を行っています。

練習環境が失われ、大会も延期や中止となりモチベーション維持が難しいなかでも、多くの部員が諦めず練習を積んできました。今後、大会に出場できるようになったとき、その成果を発揮できるように精一杯励んでまいりますので、どうか応援よろしく願いいたします。

最後に、日頃から東北大学陸上競技部を応援してくださっている OB・OG の皆様には大変感謝申し上げます。これからも温かく見守っていただけたら幸いです。

○長距離 PC 石垣雅生

最初に新型コロナウイルスの感染が広がっている中、陸上競技部のためご尽力して下さっている監督をはじめとした多くの方々に長距離パートを代表して深く感謝申し上げます。私達も今後の活動拡大に寄与できるよう最善の感染症対策に努めてまいります。

現在長距離パートは東北大学陸上競技部感染対策ガイドラインに則り、感染対策に最善を尽くしながら最大限の練習に励んでいる形です。4月当初は個人練習のみとなり練習強度を保つのが難しい人もいましたが、仙台での感染者が減少していき BCP が徐々に下がっていった結果、少人数での練習は許可されました。宮城野原競技場や評定などを利用して設定タイムや時間帯などで少人数に分け、練習を積むことができています。

また新型コロナにより部員同士の関わりが減ってしまう中でも、チームの目標である全日本大学駅伝に出場し部記録更新することを全体でのオンラインミーティングを通し皆で共有・議論してきました。その他、長距離パートでは毎日の練習日誌の共有、毎週末に行われる小グループでのオンラインミーティングという取り組みを行っています。この取り組みを通して、お互いの練習状況の把握や、悩みなどに対するアドバイスや情報共有が積極的に行われ、部員同士高めあえる環境作りができています。

全日本大学駅伝まで残り 3 ヶ月となりました。今年は全日本大学駅伝で部記録である 5 時間 41 分 20 秒を更新することを目標として掲げており、それを達成出来るチームであると信じています。まだまだ大変な状況ではありますが、逆境を力に変えて、チーム一丸となり目標に向かって鍛錬を続けていきます。OB・OG の皆様の温かいご支援宜しくお願いします。

○競歩 PC 山岸忠相

競歩 PC を務めさせていただいております、山岸忠相です。コロナウイルスの影響を受けて活動の制限が続いていますが、パートの状況と取り組みについて報告します。

まず、パートの状況ですが、個人練習を続けて行なっています。トラック練習が満足にできない期間が長く続いています。澱のロードコースをメインに使って各自練習しています。

また、競歩パートで行なっている取り組みは、以前から続けている練習日誌です。ミーティングはあまり頻繁に行なっていませんが、練習日誌をメインに各自モチベーション維持に努めています。

最後に競歩関連のレースについてお話しします。数々のトラックレースが中止になると同時に、毎年パート全体で出場していたロードレースの高畠競歩も中止になりました。しかしこうした状況のなか、山形競歩主催でオンライン TT が開催されたことは競歩競技者にとって大きな救いとなりました。私も参加者の一人として、陸上競技を通じた繋がり有り難さと大切さを実感しました。

私の PC としての役職はこれで最後になりますが、これからも競歩パートをよろしくお願ひします。

○跳躍 PC 佐藤大斗

跳躍パートは西川亜連(2)を PC とした新体制になり、数少ない試合に向けてそれぞれが工夫して個人練習に取り組んでいます。現在特に大きな怪我を抱えている部員はおらず、評定や民間の競技場利用も可能になったことで以前より質の高い練習ができています。

パートの取り組みとしては、PC の亜連が週毎に設定した種目を各自普段の練習に加えて家や競技場で取り組み、その距離やタイムを競いながら自分の走力、筋力、体の使い方などの弱点を把握するというものです。今後の練習で意識すべき点などを併せて書くことで自分自身への FB が可能なので、各自の成長につながる良い取り組みだと思います。

先の見えない状況でもお互いに刺激しあって尽力できるのが跳躍パートの強みです。決して腐らず、焦らずに、今自分たちができることを全力でやっていきます。

○投擲 PC 大野誠尚

投擲パート前 PC の大野誠尚です。

未曾有の事態となりましたが、投擲パートを中心に多くの部員や OB.OG の皆様の協力のおかげで任期を無事に終えることができ大変感謝しております。ありがとうございました。

今回は投擲パートの現場と取り組みについて簡単に書かせて頂きます。恐らくご存知の方が多く存じておりますが、投擲パートは良くも悪くも非常に人数の少ないパート構成となっております。その良い点について取り上げれば、パート間でコミュニケーションの取りやすさが挙げられます。投擲パートのメンバーは、非常に陸上に対する意欲が高いので、私はある程度メンバーの自主性を尊重したメニューづくりを意識づけてきました。その延長として、未曾有の事態ではありますが決まったメニューは設定しない代わりに、練習日誌のパート内での共有を行って参りました。練習日誌の共有によって、コミュニケーションはもちろん、以前より限られた環境での新たなメニューの発見や、モチベーション低下時のセーフティーネットとして役立ったのではないかと考えております。そのおかげか、この限られた環境にも適応しパートメンバー共々、意欲的に日々練習を続けさせて頂いております。

8月の第1週付けで私は投擲パートキャプテンでは無くなりましたが、ぜひこのような取り組みは今後も続けて行きたいと考えています。

最後になりますが、OB.OG をはじめとした皆様にはこの1年間様々な面で大変お世話になりました。この場をお借りして御礼申しあげます。ありがとうございました。

◎長距離パート学内トライアルの結果

7月18日に学内での5000mタイムトライアルが行われました。8:30頃、宮城野原公園総合運動場でスタート。天候に恵まれ多くの選手がPBを更新しました。その結果を掲載します。

柚木友哉(M2)	14'56"81	PB	木村秀(4)	16'02"51	
斎藤寛峻(D3)	15'22"69		八鍬佳紀(2)	16'14"41	
石垣雅生(3)	15'34"76	PB	伊藤祐希(2)	16'22"57	
長田公喜(4)	15'41"85	PB	酒井健(3)	16'58"71	
牧野雅紘(3)	15'44"85	PB	宮本周(3)	17'09"13	PB
工藤大介(2)	15'46"04	PB	坂本順(1)	17'11"45	
田沼怜(4)	15'51"38		渡辺喬介(1)	17'17"58	
三浦大樹(M1)	15'53"45	PB	桑原健輔(2)	17'39"36	
臼井駿斗(4)	15'54"45		児玉健太(2)	18'07"11	

◎今後の予定

- ・8月22～23日 第75回宮城県陸上競技選手権兼宮城県民体育大会（宮城・利府）
- ・9月11～13日 第89回日本学生陸上競技対校選手権大会（新潟）
- ・9月28日 全日本大学駅伝東北地区予選会（岩手・北上）

◎編集後記

今シーズンは新型コロナウイルスの影響により、たくさんの大会が延期、中止になりました。しかし8月に入り少しずつ大会が開催され、多くの部員が参加できる状態となりました。今後はOBOGの方々に良い結果が報告できるよう部員一同精進していきます。応援よろしくお願いいたします。

文責 副務 牧野雅紘

東北大学陸上競技部三秀会
〒980-0815 仙台市青葉区花壇2-1
東北大学評定河原グラウンド内
hukumu_tohoku_ob2sin@yahoo.co.jp