

東北大学陸上競技部

OB・OG 通信

2024 年 VOL.4(2024.10)

- ≫全日本 IC・男子 1500m 予選にて渡邊優典(2)が 3:50.00 で部記録を更新し、準決勝進出
- ≫北日本 IC・男子 110mH 予選にて齋藤晃汰(4)が 14.32 で部記録を更新し、決勝進出
- ≫北日本 IC・男子 4×400m R 決勝にて東北大学が 3:10.76 で部記録更新かつ全日本 IC の A 標準突破
- ≫全日本 IC・男子棒高跳びにて島村惟葵(3)が 5m10 を跳び部記録更新かつ全日本 IC の B 標準突破
- ≫全日本 IC・男子十種競技にて根本大輝(M1)が 6824 点で部記録を更新
- ≫全日本大学駅伝東北地区予選にて優勝し、2 年ぶりの伊勢路へ

目次

| | |
|---|----------------|
| ●第 46 回北日本学生陸上競技対校選手権大会(8/12-14) | -----2-4 ページ |
| ●天皇賜杯第 93 回日本学生陸上競技対校選手権大会(9/19-22) | -----5-7 ページ |
| ●第 37 回国公立 27 大学対校陸上競技大会(9/28-30) | -----7-13 ページ |
| ●秩父宮賜杯第 56 回全日本大学駅伝対校選手権大会東北地区選考会 兼第 17 回東北学生女子駅伝対校選手権大会 兼第 42 回全日本大学女子駅伝対校選手権大会東北地区選考会(9/29) | -----13-15 ページ |
| ●自己ベスト更新者 | -----15-16 ページ |
| ●今後の予定 | -----16 ページ |
| ●編集後記 | -----16 ページ |

清秋の候、会員の皆様にはますますのご発展のほどお喜び申し上げます。

今号では、第46回北日本学生陸上競技対校選手権大会及び天皇賜杯第93回日本学生陸上競技対校選手権大会、第37回国公立27大学対校陸上競技大会、秩父宮賜杯第56回全日本大学駅伝対校選手権大会東北地区選考会兼第17回東北学生女子駅伝対校選手権大会兼第42回全日本大学女子駅伝対校選手権大会東北地区選考会の計4つの大会を中心に、各大会における選手たちの活躍をお伝え致します。

◎第46回北日本学生陸上競技対校選手権大会(8/12-14)

開催地：石川県金沢市西部緑地公園陸上競技場

8月12-14日の3日間にわたって、石川県金沢市の西部緑地公園陸上競技場にて第46回北日本学生陸上競技対校選手権大会が開催されました。出場人数は少なかったものの、選手一人ひとりが日ごろの練習の成果を十分に発揮し非常に収穫のある大会となりました。以下、大会リザルトと観戦記を紹介致します。

●選手報告

☆トラック

男子 100m 予選

6組6着 平井嘉人(M2) 11.22(+1.3)

スタートの反応は良かった、二次加速がうまくいかず、不甲斐ない結果で終わってしまった。

DNS 白田蓮希(2)

DNS 齋藤晃汰(4)

男子 200m 予選

7組5着 神近凜太郎(2) 22.97(+1.4)

アップの時点で調子はそこまで悪くないようだったが、スタートで体に力が入らなかった。

9組5着 平井嘉人(M2) 22.55(+1.5)

50m付近までを加速に使い、コーナーを抜けるところまでは悪くなかった。そこからは練習不足が響く結果となり5位。

DNS 西尾陸大(3)

男子 400m 予選

DNS 佐藤千仁(M2)

女子 400m 予選

1組3着 白井千晴(1) 59.70

前半スピードを出すことができなかった。

2組8着 加賀谷美結(3) 1:02.86

スタートから100mで周りの選手が自分よりも速かったため200m地点までは慎重に追う。200m地点から少しずつピッチを上げて追いつこうとするもラスト100mで力尽き、一定のペースのまま8位でゴール。

女子 400m 決勝

6位 白井千晴(1) 59.62

2本走るのは久しぶりで後半思うように走りきれなかった。

男子 1500m 決勝

3組4着 日引英舜(2) 4:06.75

1.2組と牽制のレースが続いたため、着取りとプラスで拾われるという両方を狙って先頭を引っ張る。800mで他の選手に前に出られ、その後ラスト1周のスパート合戦で競り合い組4着でプラスで拾われ決勝進出。

DNS 上原佑太(M1)

男子 1500m 決勝

10位 日引英舜(2) 4:15.36

超スローペースでスタート。2周目以降次第にペースが上がり、1000m手前で集団がばらけはじめる。暑さと1日に2本走ることへの疲労も相まって脚があまり残っておらず、反応が遅れ、ラスト1周は手元で63秒ほどでカバーするも周りは更に速く、10着でゴール。

男子 3000mSC 決勝

4着 阿部圭宏(6) 9:58.68

引退レースと位置付けて挑んだ。スタート直後から4番手で1000mを通過した。徐々に3位の選手との差を詰め2000m過ぎまで競り合いになった。ラスト2周で離され4位でゴール。

女子 5000m 決勝

DNF 木村瑞葉(4)

男子 110mH 予選

2組4着 西里碧澄(3) 15.00(+3.6)

十分な調整ができず、不安が残る中の試合を迎えた。しかし、競技場のタータンとの相性が良かったのかアップの段階で体がよく動いた。試合本番もスタートが決まりスムーズなアプローチをすることができたが追い風が強くなりインターバルが詰まり気味になって失速してしまった。

3組5着 岡田幹太(4) 14.71(+2.4)

前の選手を意識しすぎて、終始冷静さを欠いたレース。5台目でバランスを崩し、そのまま3着。

4組1着 齋藤晃汰(4) 14.32(+1.6)

2年ぶりの110mHレース。予選から部記録を更新する覚悟で試合に臨む。スタートから頭ひとつ抜け出し、ハードルを越えるごとに加速する。1台も当てることのない完璧なハードリングでフィニッシュ。大幅に自己ベストを更新し、レース直後は全身が痙攣するほど力を出し尽くした走りであった。シーズン序盤に培ったスプリント力と、ウエイトで注力的に強化した臀部が力強い踏

切と安定した着地を生み出し、本記録に繋がったと考察する。

男子 110mH 決勝

DNS 齋藤晃汰(4)

ラウンド間で万全のケアを施したが、予選の疲労を回復することができずに棄権を決断する。

男子 400mH 予選

1組2着 岡田幹太(4) 53.56

終始落ち着いてレースを進められた。9台目でやや減速し、2着。わずかにPB更新。

3組4着 水澤大地(2) 55.73

得意の外側8レーンからスタート。スタートは練習通り上手くいった。しかしバックストレートの向かい風に煽られ減速。そのまま挽回出来ず4着でゴール。レベルの高さを思い知らされた。

4組4着 池谷駿(4) 55.63

7台目まで14歩で、それ以降は15歩でまとめられたが、全体的に締まりのないレースになってしまった感じがある。ただ、今できる精一杯の走りができたと感じている。恐らくこれが学生として挑む最後の400mHになるが、楽しく走りきれて良かったと思う。

男子 400mH 決勝

6着 岡田幹太(4) 53.82

バックストレートで向かい風に煽られ、力を使ってしまった。後半巻き返すも6着。

女子 400mH 予選

DNS 建部亜美(1)

男子 4×100m リレー予選

DNS 東北大学

男子 4×400m リレー予選

1組2着 3:15.02

齋藤(M1) - 菅野(3) - 齋藤(4) - 千葉(6)

1 走の斉藤は、決勝に向けて出力を出しつつも、脚を温存しリラックスした走りをみせた。2 着でバトンパス。2 走の菅野は、無理のないペースで前の東海大北海道との差を詰め、ラストまで安定した走りをみせた。2 着でバトンパス。3 走の齋藤は、持ち前のスピードを活かし前半 200m 地点でトップに立った。最後は疲れたものの、崩れずに 2 着でバトンパス。4 走の千葉は、前後の差を把握しながらレースを進め、スパートはかけず 2 着でゴール。

男子 4×400m リレー決勝

4 位 3:10.76

斉藤(M1) - 菅野(3) - 千葉(6) - 佐藤(M2)

各走者のラップ(400m 地点の線): 48.05 - 47.75 - 47.61 - 47.35 1 走の斉藤は、後半を意識しつつも、走力を活かし前半からとばした。最後まで動きを崩さずに勢いをもって走り切り、2~3 着付近でバトンパス。4 人中最速の走りだった。2 走の菅野は、他チームが前半をオーバーペースで入る中、冷静な走りを見せた。ラストまで 2 位集団につけ、5 着でバトンパス。3 走の千葉は、スピードのある他チームに対し、出遅れないペースでついていった。後半に持ち前の体力とスパートで前との差を詰め、4 着でバトンパス。4 走の佐藤は、ラスト勝負を前提に前半をゆったりと入った。後半は切り替え、前との差を詰めたものの、わずかに届かず 4 着でゴール。

☆フィールド

男子 走高跳 決勝

11 位 嶋崎雄飛(M1) 1m85

全く納得できる記録を出せなかったです。

男子 棒高跳 決勝

1 位 島村惟葵(3) 5m00

朝早くかつ長時間の試合ということもあり、試合展開は難しかったが、目標としていた 1 位となり、C 標準を獲得できた。コンディションが良くポールが柔らかくなってしまい、調整に苦労したが、その分空中に意識をもってくことができ過去一番の跳躍ができた。

男子 走幅跳 決勝

2 組 10 位 細島慎友(M2) 6m77(+2.8)

1 本目、2 本目共に踏切直前で踏切板を気にしてしまい、身体を反ってしまったため記録につながらなかった。3 本目についてはその課題を多少緩和出来たが、スピードに負けて踏切で潰れてしまったため、記録につながらなかった。最初から攻めた跳躍ができればよかったと思う。

女子 ハンマー投 決勝

5 位 平谷めるも(3) 43m19

良い流れとフォームでターンができた。全カレに向けてスピードを意識していきたい。

男子 十種競技 決勝

11 位 大泉宥太(2) 4973 点

自分の課題が明確に見えた試合だった。今後全日本インカレの標準突破に向けて努力したい。

8 位 金岡有途(3) 5400 点

100m ではゴール寸前にバランスを崩すも、セカンドベストの好記録で全体のスタートを切ることができた。しかし、転んで大きな擦り傷を作ってしまった、若干の影響があった。その後も順調に競技を進め一日目で勢いをつけることができた。二日目の 110mH では念願の 15 秒台へ突入することができた。円盤投げはイマイチだったものの、棒高跳び、やり投げでベストを更新。最後の 1500m もベストに迫るタイムを記録。全体で大幅にベストを更新し 8 位入賞することができた。今後も目標を高く持ち、頑張っていきたい。

◎天皇賜杯第 93 回日本学生陸上競技対校選手権大会(9/19-22)

開催地：神奈川県川崎市等々力陸上競技場

各地区の予選を勝ち抜いた選手や、ハイレベルな参加標準記録を突破した選手など全国の猛者が集うこの大会に、東北大学からも 12 名の選手が出場しました。以下、大会リザルトと観戦記を紹介いたします。

●選手報告

☆トラック

女子 200m 予選

3 組 5 着 白鳥名花(1) 24.73(-1.0)

組 5 着となってしまう、準決勝に進むことはできなかったが、全カレという憧れの舞台で向かい風の中ベストを更新できたことは自分にとって自信になった。多くの方にサポートしていただいたおかげで出せた自己ベストだと思う。

女子 400m 予選

1 組 7 着 白井千晴(1) 58.34

シーズンベストを出すことができ良かったが、ラストはエネルギー不足になってしまい思うように走ることができなかった。

男子 800m 予選

1 組 5 着 渡邊優典(2) 1:52.09

0~400m 56.56 外側レーンということもあり、押し出されて先頭に出ないように細心の注意を払ってブレーク。7人中4、5番手につける。そのまま少し牽制しながら一周目を通過。400~800m 54.94 バックストレートでレースが動き、私もそれに対応するが、スピードが上がりきらずにそのままゴール。1:52.09 で、部歴代三位相当の記録ではあったが、予選敗退となった。

女子 800m 予選

5 組 3 着 菅田理乃(4) 2:09.55

1 番自信のあるレースプランで挑んだ。先頭が突っ込み全体的にペースが速かったため、無理をせず 500m 手前まで 6 番手で待機した。その

後、スパートをかけ 600m 通過時点で 4 番手になる。着順(3 着以内)で準決勝にいきたかったためもう 1 段階ギアをあげる。途中無理をしていることに気づくも強行し、ラスト 10m で 1 人抜き 3 着でゴール。2nd ベスト。

女子 800m 準決勝

3 組 8 着 菅田理乃(4) 2:22.19

予選で疲れた。トップレベルで結果を出している選手のすごさをしみじみと感じた。

男子 1500m 予選

3 組 9 着 渡邊優典(2) 3:50.00

0~400 60.82 最後尾にならないように注意しながらやや攻めたペースで走る。400~800 62.08 私が走っていた集団が前を走る選手を吸収しようとペースをやや上げ、ついていくのがきつくなってくる。800~1200 62.11 垂れてきた人を 1 人ずつ食っていきながら懸命に前を追おうとしたが、それ以上に前を走る集団のペースは速かった。1200~1500 44.73 前とはかなり差が開いていたので、ここからは自分と記録との勝負と考え直してスパートを展開。1300 通過でタイマーに目をやると部記録更新可能なタイムだったので、とにかく頑張ることに。最後の直線、中央大の寺田向希を差してゴール。タイムは 3:50.00。部記録更新+当時の B 標準突破でした。

男子 400mH 予選

6 組 7 着 阿部竜胆(3) 1:43.36

6月頃からハムの怪我に悩まされ、全カレでなんとか走れる状態まで戻したが、冬季に痛めた腰の痛みがアップ中に再発し、情けないレースをしてしまった。勝負すら出来ず、悔しい気持ちも湧かないが、来年こそはこの舞台で戦いたいと強く思った。まずは怪我を治し、就活と両立させながら東北学生記録を目標に練習に励みたいと思う。応援ありがとうございました。

男子 4×400m リレー予選

5組6着 3:12.38

齊藤(M1)-佐藤(M2)-千葉(6)-菅野(3)

1走の齊藤は、前半から力みを抑えつつも、リズムを上げた走りで他チームと並走した。300m以降は減速しながらも粘りの走りをみせ、6着付近でバトンパス。400mSDのラップは48秒前半。2走の佐藤は、ストライドを広げ、後方から集団に追いつき、前半200mを21秒前半で通過。300m以降の減速により集団から離され、6着でバトンパス。ラップは47秒後半。3走の千葉は、前方チームから離されないよう、前半からダイナミックな走りをみせる。後半も大きく減速せず、6着でバトンパス。ラップは47秒後半。4走の菅野も、減速を恐れずピッチを上げて走りきる。ラップは47秒後半。はじめに、本大会参加まで、三秀会のOBOGの皆様にご多大なるご支援をいただきましたこと、心より感謝申し上げます。マイルチームは、2021年、2022年の本大会に出場し、全国の強豪との差を感じ続けてきました。加えて、昨年の2023年に標準記録が3:10.80となり出場を逃したことで、真に全国で戦えるチームを目指し、1年間発破をかけて走力強化に取り組んできました。8月の北日本インカレで標準を突破したときからレースが始まるまで、メンバー全員が、自信をもって強豪と渡り合うつもりでいました。しかし、組最下位かつ東北インカレ以降最も遅いタイムを残す結果となりました。今、マイルチームは、最大の挫折を味わっています。同時に、最大の覚悟をもって、来シーズンへの強化を開始して

います。ある意味我々はようやく、真に日本インカレのスタートラインに立つことができたのだと思っています。これからも、質の高い悔しさを置き土産にM2とB6が去り、高い練習水準の中にB1が入るサイクルは、東北大マイルチームの伝統として残り続けます。改めまして、本大会参加までのご支援に心より感謝を申し上げます。どうか今後とも、マイルチームへのご声援をお願いいたします。

☆フィールド

男子 棒高跳び 決勝

12位 島村惟葵(3) 5m10

4.90から跳び始め一本目でクリア。ポールを硬く長いものに変え部記録となる5.10に挑戦するも一本目は立ちが甘く失敗。2回目も立ちは甘く空中も乗り切れずバーに当たり跳ね上がったが運良く残り成功。調子は悪くなく、5.20に挑戦したが空中で反発をもらいきれず失敗。5.20を跳ぶと8位入賞であり、2025年の学生個人、全日本インカレの出場が決まっていたことを考えると非常に悔しい。この悔しさをバネに冬季練習に励みたい。

女子 ハンマー投げ 決勝

25位 平谷めるも(3) 42m73

周りの雰囲気にならされず、自分の投げをすることができた。ターンのリズムや振り切り角度が良く、綺麗な投擲ができたと思う。周りの強い選手と比べると、スピードやパワーの無さが顕著であったので、今回の経験や感じたことを忘れず、今後も練習に励みたい。応援ありがとうございました！

男子 十種競技 決勝

9位 根本大輝(M1) 6824点

1日目 100mで自己ベストの11"23で810点を獲得。また5種目目の400mでもベストの51"10で765点を獲得し、1日目を3516点の

自己ベストペースで折り返した。2日目 6種目目の110mHではセカンドベストの15"34で809点を獲得した。7、8種目目の円盤投と棒高跳で思うような記録を残せなかったが、9種目目のやり投では自己ベストの60m49で745点

を獲得し種目別2位の好記録をマークした。総合6824点の自己ベストで9位に終わった。

◎第37回国公立27大学対校陸上競技大会(9/28-30)

開催地：茨城県・笠松運動公園陸上競技場

今年は、茨城県の笠松運動公園陸上競技場にて開催されました。PB更新や入賞する選手もおり、多くの選手が活躍いたしました。以下、大会リザルトと観戦記を紹介致します。

●選手報告

☆トラック

男子 100m 予選

3組5着 白田蓮希(2) 11.22(+1.1)

以前怪我した部分に不安があったが、いい状態で試合に臨めた。スタートはうまくいきスピードに乗れたが、60m付近で接地がつぶれてしまいバランスを崩して失速した。そのまま挽回できず5着でゴール。

7組8着 新田琥太郎(1) 11.47(+1.5)

今回は怪我明けということで酷いタイムになってしまったが、痛みを感じずに走れてよかつた。走りのなかに課題が多く見つかったので冬季練習の中で修正して来シーズン以降に繋げる機会としていきたい。

DNS 片山颯大(1)

女子 100m 予選

3組1着 白鳥名花(1) 12.58(+1.6)

予選はミスなくレースを行うことを心がけたが、前半他の選手に先行されてしまい、追いかける形で一着でゴール。

5組7着 古閑詩季(1) 13.94(+1.4)

スタート直後の加速が上手く出来ず終始後方で置いていかれていた。動画をよく見直すとスト

ライドが昨年時よりも狭く後半は空回りしているような走りだった。

女子 100m 準決勝

1組3着 白鳥名花(1) 12.52(+1.3)

スタートが上手く切れず、その後の加速にも影響が出てしまい、組3着でのゴールとなった。決勝にはプラスで拾われる形となってしまった。

女子 100m 決勝

4位 白鳥名花(1) 12.37(+1.3)

アップよりもストレッチや体幹への刺激入れなどを心がけて、前のラウンドよりは修正することができた。結果4位となり、今季ワーストの記録となってしまったが、3本走る中で少しずつ修正できたのは良かったと思う。

男子 200m 予選

1組7着 吉田陸人(M2) 23.40(+2.6)

脹脛の痙攣があり、恐る恐るスタート。50m付近から徐々に走りを切り替えたが、カーブ抜け時点では8番手。ラスト50mで1人を抜いて7着でゴール。

2組4着 西尾陸大(4) 22.62(+1.9)

足の重さが響いた。

7組7着 堀航太朗(1) 23.16(+1.1)

スタートから加速は練習通りにできたが、80m地点で他の選手が目に入った時に力んでしまい、カーブ抜けからの走りが固くなってしまった。また、直線部分ではオーバーストライドになり後半のスピード維持ができずにゴールした。

女子 200m 予選

2組1着 白鳥名花(1) 25.46(+2.0)

予選は前半しっかり入って、後半に余裕を持つというレースプランであったが、前半にあまり勢いに乗ることができなかった。決勝に向けて課題の残るレースとなった。

女子 200m 決勝

1位 白鳥名花(1) 24.91(+1.9)

予選よりはスタートからの流れを改善できた。入りの100mは横一線だったが、後半抜け出すことができ、一着でゴールできた。恵まれた条件の割に記録を出せず課題の残るレースではあったが、対校戦で優勝できたことはとても嬉しかった。

男子 400m 予選

2組3着 岡田幹太(4) 50.57

大外のレーンだったため、スタートから淡々と自分のリズムで走った。バックストレートで大向かい風に煽られるも、冷静にレースを組み立てられた。最後に内から刺されるもPBでゴール。

3組1着 斉藤宥哉(M1) 51.17

予選は前半の250mで他選手と差をつけ、残りではできるだけ流そうというレースプランで走った。バックストレートが強風向かい風で、その分力を使ってしまった。

4組3着 西尾陸大(4) 51.85

風が強いのと練習不足が響いた。

男子 400m 準決勝

3組5着 岡田幹太(4) 51.40

予選から1時間程度しか休みがなく、予選の疲労がそのまま残っており、終始力が入らなかった。ただ、人生最後の400mということで、最後まで振り絞り、清々しく5着ゴール。

1組2着 斉藤宥哉(M1) 49.12

前半を22秒後半で通過し、48秒後半でゴールする予定だったが、やはりバックストレートの強風に阻まれ、力を使ったにもかかわらず23.1で通過し、その差が最終的なタイムに遅れとしてあらわれた。

男子 400m 決勝

DNS 斉藤宥哉(M1)

右ハムに違和感があり棄権。

女子 400m 予選

2組4着 加賀谷美結(3) 1:03.47

6レーンでのスタート。100m時点で加速にうまくのれずに出遅れる。後半にピッチを上げて切り替えるも300m地点で前と1秒以上の差がついてしまい、埋められずにゴール。

男子 800m 予選

3組3着 富田綾人(M1) 1:58.97

後方からスタート。2周目を以降徐々に前に行き、3番手でゴール。

6組1着 縣昌幸(1) 2:00.04

なるべく消耗しないように1周目は抑えて2周目から上げて最後は流して終わった。

DNS 錦戸昴雅(2)

男子 800m 準決勝

1組1着 縣昌幸(1) 1:57.80

決勝に行けるとはあまり思ってなかったのでタイムを出したいと思い、最初の100mを早くすることで周りも早くさせてそれについて行こうと思っていたが200付近でみんな牽制し始めたので仕方なく前に出て走った。抜かれるかもしれないプレッシャーでどんどんあげて最後はあまり伸びきらなかったが何とか1着だった。

3組5着 富田綾人(M1) 2:00.10

120mのブレイク後、先頭を走る。2周目のバックストレートで抜かされ、前を追うも5番手でゴール。

男子 800m 決勝

3位 縣昌幸(1) 1:55.13

走る前に今まで先頭で集団を引っ張って失敗したレースがないことに気づき、前半は突っ込んで行くレース展開を思い描いていた。実際はかなりそれ以上に突っ込んだ人がいたのでそれに付き2周目からペースを上げた。600m付近で接触があり、転びかけたが何とか耐え、足をかなり持ってかれたが出し切って3着でゴール。

女子 800m 予選

1組4着 越後谷苑葉(1) 2:30.53

序盤から突っ込み耐える展開を予定していたが、位置取りで躊躇し集団後方に下がる。その後も前の選手に合わせてペースを落としてしまった。慎重さが仇となるレースだった。

2組4着 松本葉那(1) 2:27.50

8レーンから落ちてスタートし、金沢大学さんに付く。余裕を感じたが抜くのを躊躇い結局500mあたりで抜かず。スパートの加速も遅れ、展開には反省が多いが、大学初の800mでPBを更新できたのはよかった。

3組2着 喜多和奏(2) 2:24.11

前日の1500m2本の疲れもあって、レース直前の流しの時点で足が重かった。2'20切るということだけ考えて、とにかくタイムを狙ってむりやり一周目飛ばしたが、後半になるにつれ足が徐々に止まって行ってしまった。レース後は悔しかったが、ぎりぎりタイムで拾われたので、リベンジは明日だと切り替えることにした。

女子 800m 決勝

7位 喜多和奏(2) 2:22.84

1日目の1500m予選と決勝、2日目の800m予選で今までにない心身の疲労を抱えてしまっ

ていた。アップの時点で体感的に正直走るのもきついと思っていたが、昨日のプラン通り前半突っ込む(前につく)ことだけ考えてできるだけましなタイムを出すことを考えた。スタート直後、確かに足が重かったが、始まる前にひたすら考えていた「オーバーペースでも無理して前につく」という意識だけで足を動かした。そのおかげで600mくらいまでは前を追うことができた。前半に前についていたおかげで垂れはしたが3rdベストを出すことができた。また、3日間全力走り通しでPBやそれに近い記録をここまでそろえられたことで、来シーズンもっと記録を出していけるという展望や自信が生まれた。

男子 1500m 予選

2組4着 北嶋僚大(2) 3:59.81

始めに飛び出た人に着いていき、ペースダウンしてきたところで前に出た。集団を引いた後ラスト勝負になり、バックストレートで1人、ホームストレートで2人に抜かされてフィニッシュ。

3組6着 日引英舜(2) 4:05.60

スタートから集団中盤に位置し前を伺う。ラスト500m付近でのペースアップに少しずつ離されスパートもふるわず6着でゴール。

4組2着 渡邊優典(2) 4:04.68

先頭には出ずに、2位の着取りで決勝に行くことだけを意識する。最後、ホームストレートで後続との差が開いていたため余裕を持ってゴール。

男子 1500m 決勝

1位 渡邊優典(2) 3:58.57

スタートから2着でレースを進め、750m地点で先頭に躍り出る。それからそのまま一度も先頭を譲らずにゴール。

9位 北嶋僚大(2) 4:06.70

スタートは中盤に着いたが、一度最後尾まで行ってしまった。そのあとはもう一度順位を上げたが、ラストスパート手前で再び後方になって

しまった。予選の疲れもあり、そのままペースが上がりきらず、9着でフィニッシュ。

女子 1500m 予選

1組6着 塩見薫(2) 5:08.08

スタートから1000m過ぎまで集団について走った。1000m通過後から集団に着いていけずペースが落ち、スパートをかけられずゴールした。

2組6着 江口真央(3) 5:02.10

序盤先頭を引くも徐々にペースが落ちてしまい、後半の切り替えについて行かずにゴールとなった。

3組3着 喜多和奏(2) 5:03.69

想定よりもスローペースで始まり、終始ペースが変動し続ける難しいレースだった。後半ペースを上げて決勝に着で残ることができたが、4年ぶりの1500mでペース感覚や力感がつかめず、気づいたら終わってしまっていた。

女子 1500m 決勝

10位 喜多和奏(2) 5:08.69

予選よりさらにスローなペースで戸惑ってしまい、600mまでずっと最後尾で走る消極的なレースになってしまった。その後無理やり上位まであがるも、時すでに遅く、無駄に神経と体力を消耗してしまい、予選の疲れも残っていたのもあって、大きく垂れてしまった。入賞も4分台も狙えただけあって悔しいレースになった。

女子 5000m 決勝

5位 江口真央(3) 19:05.42

序盤は予定通りのペースで押し進めたが、後半にペースダウンし最後はなんとか維持してゴールした。

10位 塩見薫(2) 20:01.75

初めての5000mのレースだった。序盤に速めのペースで入ってしまい後半にかけて垂れてしまった。次のレースでリベンジしたい。

男子 110mH 予選

1組1着 齋藤晃汰(4) 14.91(+1.3)

北日本インカレでの反省を活かし、程よい力感で予選に臨んだ。スタートは出遅れたものの、意識して取り組んだ1台毎のリズムアップを活かして先頭に出る。8台目以降は脱力し、楽にフィニッシュ。

3組3着 西里碧澄(3) 15.21(+1.8)

今回は珍しくスタートで出遅れてしまった。1台目を4位で通過して幸先が悪かったが、後半少し巻き返し1人追い抜いてゴール。今シーズンを象徴するようなレース内容だった。切り替えて、来シーズンはさらに飛躍したい。

4組3着 岡田幹太(4) 14.97(+1.8)

前日の400m2本の疲労が残る中でのレースだった。思うようにキレが出ず、1台目で大きくハードルにぶつけて減速。巻き返そうと焦り、終始冷静さを欠いたレース。3着で無念の予選敗退。

男子 110mH 決勝

4位 齋藤晃汰(4) 14.54(+2.3)

良いスタートを切ったものの、序盤で先頭から遅れを取ってしまった。5台目以降は焦りからハードルにぶつけることが増え、スピードに乗り切れずにフィニッシュ。歯痒い結果となったが、2本走り切れたことに悔いなし。応援ありがとうございました。

女子 100mH 予選

1組8着 建部亜美(1) 19.52(+2.6)

スタートから加速できず遅れた。逆足のハードリングで大きくタイムロスし、そのままスピードを上げられず、8着でゴール。

2組7着 加賀谷美結(3) 17.69(+1.0)

アプローチで勢いよく加速し、1台目から好スタート。7台目まで勢いのあるレースを展開するも隣の選手にくらいつくためにスピードを上

げる。9 台目、10 台目でバランスを崩してしま
いもがくようにゴール。

男子 400mH 予選

3 組 1 着 水澤大地(2) 55.55

力強いスタート、力みない走り、ラストのねば
り。大学初の 1 着でゴール。心安らかなり。

男子 400mH 決勝

7 位 水澤大地(2) 55.36

力強いスタート、しかし隣の選手が速すぎて置
いていかれる。ラストのハードル跳び終わった
あとに 1 人かわして 7 着でゴール。悔しい。

女子 400mH 予選

3 組 4 着 建部亜美(1) 1:14.86

一台目までで力が入ってしまい、出力を上げず
ぎってしまった。5 台目以降足を合わせるこ
とができず、ロスが発生してしまい 4 着でゴール。

男子 4×100m リレー予選

2 組 5 着 42.93

細島(M2)-島村(3)-小南(2)-坂元(4)

跳躍選手 4 人での出場だった。基本的な走力は
低くはなかったが各走者が後半で失速してしま
い 2 走と 3 走、3 走と 4 走間のバトンパスにか
なり乱れが生じた。今後最大スピードを強化し
て短距離選手に対抗できるようになっていかな
ければならないと感じた。

男子 4×400m リレー予選

3 組 3 着 3:21.95

水澤(2)-奈良(1)-岸本(1)-鍵山(1)

水澤(2)-奈良(1)-岸本(1)-鍵山(1)と若手の起用
を計った。途中岸本が力走を見せるも組で 3 着、
全ての組を合わせて 9 番手と悔しい結果になっ
た。

☆フィールド

男子 走幅跳び 決勝

5 位 早藤海音(1) 7m08(+2.9)

ファールが多く、助走の安定性を見直したほう
がいいと思った。足首を早く治して走練を積み
ます。

6 位 小南慧馬(2) 7m06(+2.1)

100m で PB を更新し、強い追い風の影響もあ
って全体を通して過去最高に助走の速度が速か
った。しかしその結果今までの踏切板の距離の
感覚に乖離が生じ、ファールを連発する結果と
なった。また速度が上がった踏切によって生じ
る前方回転に空中で対応することができず着地
もうまくいかなかった。来季ではダブルシザー
スを習得し着地に入れるようにフォームを改造
するとともにさらなる助走速度のアップとそれ
に対応できる足合わせの技術を磨いていきたい。

31 位 坂元泰(4) 6m17(+2.3)

1 本目でファールしてしまい、2 本目でビビリか
なり手前の踏切になり力を入れることができな
かった。3 本目は攻めた結果またファール
となってしまい、3 本で試技終了。1 本目に記録
を残すことの重要性を実感した試合だった。

女子 走幅跳び 決勝

21 位 大槻真優(1) 4m90(+2.7)

帰省して 1 人で練習していたため足合わせがし
っかりできていない状態で出場することになり、
踏切位置で大幅に記録をロスしてしまった。調
子はよかったため実測では自己ベストが出せる
距離を跳び、来年の試合に向けて良いイメージ
を作ることができた。

28 位 古閑詩季(1) 4m61(+0.9)

1 本目 4m54(+0.6) 助走が詰まって踏切直前に
刻んだため、高さは出たが、距離は出なかった。
2 本目 4m53(+0.4) 助走スピードは 1 本目より
も出たが、踏切で潰れてしまった。
3 本目 4m61(+0.9) 3 本の中では 1 番良かった跳
躍。2 本目と同様に踏切は潰れたが、1,2 本目を

修正してまとめることができた跳躍だった。どの試技も PB には程遠く納得のいくものではなかった。踏切時のパワーポジションが定まらず、スピードを跳躍に生かしきれなかった。冬季は助走の見直しやスピード耐性をつける練習をしたい。

29位 末岡由衣(2) 4m53(+3.6)

風が強く、足が合うか不安であまり思い切り飛べなかった。また、そもそもの助走の改善がまだまだできるので、冬期で頑張りたい。

男子 走高跳び 決勝

12位 細島慎友(M2) 1m80

180cm からスタートだったので、序盤は踏切位置の調整に苦労していたが、3 回目の跳躍で 180cm をクリアすることができた。しかし、その際に足首を痛めてしまったため、途中棄権した。まだ跳べる余力はあっただけに残念な結果になってしまった。

NM 柴田駿吾(2)

今回は 2 週間前のシーズンインした試合を含めシーズン 2 試合目でしたが、肉体と技術、そして試合感がまだまだ戻ってきていないなという感触でした。冬季では、負傷離脱することなく、練習量を確保し続け、自己ベスト更新を狙っていきたいと思っています。

NM 鍵山弘樹(1)

風邪を引いたりするなどして、2 週間ほど跳躍練習ができなかった結果、助走のリズムがバラバラになってしまいうまく踏み切れなかった。対応力の無さを自覚させられる試合だった。しかし、課題をたくさん再認識できたので総じて有意義な試合ではあった。

男子 棒高跳び 決勝

4位 島村惟葵(3) 4m80

全日本インカレの次の週ということもあり疲労が抜けきれてない中、集中できずに試合に望むことになった。4m80 は安定して跳べたものの 5m00 はポールに合わせることができず失敗。ア

ベレージが高くなってきたのは良いことではあるが、来季はより高いレベルで安定させたい。

9位 倉部彰士(3) 3m50

PB を更新できたが、3m70 はバーを越えたもののポールで落としてしまった。空中姿勢を修正し、必ず次の混成では 3m80 を跳ぶ。

男子 三段跳び 決勝

3位 大谷航平(M1) 14m31(+2.6)

8 月から足の故障でまともに三段跳の練習ができていなかったため、今回は復帰戦という位置付けで出場した。万全の状態とは程遠いコンディションではあったが、跳躍練習ができない期間に走りを強化していたためか、助走から良い流れを作ってまとまった跳躍を行うことができた。記録は PB マイナス 17cm ではあるが、8 月の状態を考慮すると悪くは無い結果であり、ポジティブに捉えている。課題はいくつか見つかったが、どれも長期的に修正していきたいものであるため、今後の冬季練習にて改善を図り 15m に向けて鍛錬していこうと思う。

5位 久保田大聖(4) 14m03(+4.8)

試合全体を通して、1 本 1 本課題を見つけ、修正をかけることを試みた。その結果 1 本目から 3 本目にかけて徐々に記録を伸ばし、13m86 でエイトに残ることが出来た。後半は助走スピードを上げて低く、より速い跳躍を試みた。6 本目、強い追い風に押されてスピードが出て、追い風参考ながら PB を上回る記録を残すことが出来た。

24位 根本陽大(2) 12m38(+2.9)

当日は追い風が強かったのと、風の強さが逐一変化していたこともあり、足合わせに苦労した。ステップで潰れてしまったり、前捌きが出来ていなかったりなど技術的な課題が多く見つかる試合だった。

女子 三段跳び 決勝

19位 古閑詩季(1) 9m93(+3.7)

1 本目 9m62 助走を結構抑えて入ったため 3 歩とも潰れず綺麗に跳ぶことができた。

2 本目 9m88 先ほどより助走スピードを上げて跳んだ。1 本目と特にフォームの変化もなく良かった。

3 本目 9m93 更に記録を伸ばそうと力んでしまった。スピードはあったが、ステップでバランスを崩し、ポップで前に跳ぶことが出来なかった。着地は後傾してしまったため 10 cm ほど損をしていると思う。

3 本とも 13 歩の短い助走だったが、それなりに上手く跳べることが出来た。助走を伸ばすことでスピードが出るようになればもっと記録が出せると感じた。三段跳が専門の選手と比べて上に跳ねていることが気になったので三段跳を意識した跳躍ドリルを取り入れて練習したい。

男子 円盤投げ 決勝

24 位 倉部彰士(3) 21m20

練習投擲で崩れてしまった感覚を修正できないまま、酷い記録で終わってしまった。

男子 やり投げ 決勝

2 位 増田併介(2) 58m67

助走の減速が気になるので冬季で下半身を強くしたい。

14 位 鍵山弘樹(1) 45m69

満身に練習できていないので、怪我をせずにやりきれればと、気楽に出場した。たくさん練習して今より体が強かった頃の PB が 47m であるから、1 投目の結果には正直驚いた。一投目が思いの外よかったので欲張ってしまい、2 投目は槍を引き増してしまいバランスが崩れて投げられなかった。3 投目は落ち着いて投げたが伸びなかった。

DNS 川内蒼馬(4)

男子 十種競技 決勝

2 位 小出寿啓(5) 6297 点

走高跳までは PB を大幅に上回るペースだったが、400m で両足を攣ってしまった。そこからペースが落ちてしまい、目標であった日本インカレ B 標準突破とはならなかった。

9 位 大泉宥太(2) 4967 点

3 種目でベスト更新という結果だった。課題が明確になったという意味で有意義な試合だったと思う。冬季練習に励みたい。

◎秩父宮賜杯第 56 回全日本大学駅伝対校選手権大会東北地区選考会兼第 17 回東北学生女

子駅伝対校選手権大会兼第 42 回全日本大学女子駅伝対校選手権大会東北地区選考会

開催地：宮城県・名取サイクルスポーツセンター

昨年に引き続き、宮城県の名取サイクルスポーツセンターにて全日本駅伝出場をかけた予選会が開催されました。男子は 16 km と 10 km に各 4 人ずつが出走し、計 8 人のロードレースの合計タイムを競いました。今年は見事 1 位を奪取し、伊勢路への切符を手に入れました。昨年度に引き続き今年も長距離パート以外の部員も現地で応援をしました。男子のリザルトと対校戦に出場した男子選手の観戦記、長距離 PC からの予選会の総括を紹介します。

●リザルト

・男子総合結果

| 順位 | 大学 | 記録 |
|----|--------|-----------|
| 1位 | 東北大学 | 5時間31分40秒 |
| 2位 | 東北学院大学 | 5時間38分16秒 |
| 3位 | 山形大学 | 5時間40分47秒 |

| 部門 | 氏名(学年) | 記録 |
|---------|----------|-------|
| 16 kmの部 | 向田祐翔(4) | 49:51 |
| | 杉山大輔(3) | 52:08 |
| | 千葉航太(3) | 50:49 |
| | 出田義貴(1) | 50:36 |
| 10 kmの部 | 工藤大介(M2) | 32:09 |
| | 上原佑太(M1) | 32:01 |
| | 深澤昇悟(4) | 32:25 |
| | 照内優允(2) | 31:41 |

●全日本駅伝予選会選手報告

16 kmの部-----

向田祐翔(4) 49:51 (全体 1位)

スタートから先頭集団に着き、前半は他大学の選手と集団を引き合いながら、3'15/km 前後のペースで試合が進んだ。一旦ペースが落ち着いたところで他3人の東北大学の選手がいる集団に吸収され、3年生の千葉が先導する形となった。10km を通過するあたりで東北学院大の選手との一騎打ちとなり、12km 通過後ラスト1周となった所で相手のペースが落ち、ペースを上げて引き離しそのままゴール。

杉山大輔(3) 52:08 (全体 11位)

スタートから先頭が3'00切るペースで進んだため、1km 手前で少し離れて千葉と3'10付近で押して行った。6km あたりで先頭集団に追いついたが、すでにだいぶキツくそのまま集団から離れてしまった。その後は単独で刻んでいき、学院3番手との差を維持し、4番手に追いつかれないことだけを意識して走った。最後はスパートをかける余裕すらなくラップを落としたままゴール。予選会が近づいていくにつれて調子を落としてしまったので、本戦では調整ミスせずにチームに貢献できる走りをしたい。

千葉航太(3) 50:49 (全体 7位)

スタートして学院がかなり突っ込んで入ったので、落ち着いて少し下がった位置で第2集団を引っ張った。6km 通過ぐらいで前の集団に追いついたので、レースを動かすために前に出た。

ここで主導権を握る動きができたのがよかった。そこから10km 通過ぐらいまで向田さんと引っ張り、そこからは徐々に垂れていった。ラスト1週の踏ん張りが効かず、ただゴールするだけの甘いレースになってしまった。個人的なタイムにはあまり満足していない。本戦こそ良いレースができるようにもう1段階調子をあげていきたい。

出田義貴(1) 50:36 (全体 5位)

はじめは落ち着いて走り、第二集団で進めた。その後体が動く感覚があったので1位集団に追いつき、10km までは先頭で走ることができた。しかし、10km を過ぎたところから体が動かなくなり少しずつペースを落としてしまった。ラスト1km までは3位をキープしていたものの切り替えることができず最後に二人に抜かれ、5位でゴールした。最後に詰めの甘さが出るようなレースとなってしまったが、5000m以上をレースで走るのは初めてだったのでとても良い経験となった。本戦では部記録更新に貢献できるように頑張りたい。

10 kmの部-----

工藤大介(M2) 32:09 (全体 5位)

16km の部が終わった時点で、3分以上の差をつけて1位だったので6km までは集団走して大きく崩れる選手が出ないようにする作戦だった。

予定通り 6km まで東北大学の選手 4 人で一緒に走り、余力があまりなかったため自分はそのまのペースを維持してゴールを目指した。ラスト 1km で東北学院の選手と上原に離され、5 位でゴールした。6km の時点で余裕がなく、実力不足を感じたので本戦までさらに走力を向上できるように頑張りたい。応援ありがとうございました。

上原佑太(M1) 32:01 (全体 3 位)

追いかける展開を想定していたが、16km メンバーが 4 分以上の貯金を作ってくれたので、落ち着いてレースに臨むことができた。スタートから数人飛び出した展開になったが、こちらは焦ることなく事前に設定したペースでレースを進めた。私以外の 3 人のメンバーが集団の先頭付近に位置していたので、最後尾に下がり、時折後ろから集団の状況を伝えたことで、4 人全員が落ち着いて走ることができたと思う。6 km 給水で、集団が崩れ始めたところで照内(2)が飛び出したため、崩れた集団の先頭に出て工藤さん(M2)と前を追わせないようにコントロールする走りに切り替えた。この時点で他大学の 3 番手以下は見えなかったが、最後まで油断せずにスパートを仕掛け、照内に続いて全体 2 位でゴ

ールした。結果として、10km においてもさらに 5 分以上の差をつけて本戦出場を決めることができた。

深澤昇悟(4) 32:25 (全体 8 位)

6km までは集団でレースを進め、残り 4km からはペースを維持できずじりじりと離されゴールとなった。離されつつも前の集団は視界にあったため、失速は最小限に抑えられた。

照内優允(2) 31:41 (全体 2 位)

レースプランとしては前半 6km までは集団で 3'15/km で走り、そのあとはそれぞれの調子で動くという形だった。当日はスタート直後 2 人の選手が飛び出したが、自分たちは予定通り前半レースを進め、ペースが落ちて他大の選手が前に出なかったため 6km までは落ち着いて走った。6km 過ぎの給水で上原さんに声をかけていただいて、スパートをかけ先頭の選手を追いかけた。オープンの選手まで追いつけなかったが、結果は 2 位でゴールする形になった。この 2 年間でもっとも良いレースができたと思う。たくさん応援とサポートをしていただき、ありがとうございました。

●全日本大学駅伝東北地区予選会総括

長距離パートキャプテン：杉山大輔(3)

OBOG の皆様、日頃よりご支援、サポート誠にありがとうございます。

先日 9 月 29 日に行われました全日本大学駅伝東北地区選考会の総括をいたします。結果は 5 時間 31 分 40 秒で総合 1 位、全日本大学駅伝への出場権を掴むことが出来ました。2 位のチームに約 7 分差をつけ、昨年よりタイムを約 10 分縮める結果となりました。16km の部では、エースの向田さんが 1 位でゴールし、1 年生ながら 16km で好走をみせた出田の活躍もあり、2 位に約 4 分の差をつけて 10km の部を迎えました。10km の部は誰も大崩れすることなく安定した走りをみせ、さらに差を広げる走りをしてくれました。本戦までの時間は限られていますが、ここからさらに走りに磨きをかけ本戦での目標を達成できるように日々の練習に励んでいきます。

今後ともご支援、ご声援のほどよろしくお願い致します。

◎自己ベスト更新者一覧(8/12~9/30)

男子 100m

小南慧馬(2) 11.18(+1.1) 27 大戦 OP(9/30)

| | | |
|-----------------|-----------------|----------------|
| 岸本醒知(1) | 11.19(+1.6) | 27 大戦 OP(9/30) |
| 稲谷将幸(2) | 11.37(+1.0) | 27 大戦 OP(9/30) |
| 男子 400m | | |
| 星川昂太(2) | 51.91 | 27 大戦 OP(9/28) |
| 男子 800m | | |
| 縣昌幸(1) | 1:55.13 | 27 大戦(9/30) |
| 女子 800m | | |
| 松本葉那(1) | 2:27.50 | 27 大戦(9/29) |
| 男子 1500m | | |
| 渡邊優典(2) | 3:50.00 | 全日本 IC(9/19) |
| | ▲部記録更新!! | |
| 北嶋僚大(2) | 3:59.81 | 27 大戦(9/28) |
| 大崎海斗(1) | 4:23.52 | 27 大戦 OP(9/28) |
| 女子 1500m | | |
| 喜多和奏(2) | 5:03.69 | 27 大戦(9/28) |
| 塩見薫(2) | 5:08.08 | 27 大戦(9/28) |

| | | |
|---------------------------|-----------------|--------------|
| 男子 110mH | | |
| 齋藤晃汰(4) | 14.32(+1.6) | 北日本 IC(8/12) |
| | ▲部記録更新!! | |
| 岡田幹太(4) | 14.97(+1.8) | 27 大戦(9/29) |
| 男子 400mH | | |
| 岡田幹太(4) | 53.56 | 北日本 IC(8/14) |
| 男子 4×400mR | | |
| 斉藤(M1)-菅野(3)-千葉(6)-佐藤(M2) | 3:10.76 | 北日本 IC(8/14) |
| | ▲部記録更新!! | |
| 男子棒高跳 | | |
| 島村惟葵(3) | 5m10 | 全日本 IC(9/20) |
| | ▲部記録更新!! | |
| 男子十種競技 | | |
| 根本大輝(M1) | 6824 点 | 全日本 IC(9/21) |
| | ▲部記録更新!! | |

◎今後の予定

- ・ 10 月 27 日 第 41 回全日本大学女子駅伝対校選手権大会(仙台市)
- ・ 11 月 3 日 秩父宮賜杯第 54 回全日本大学駅伝対校選手権大会 (愛知県名古屋市～三重県伊勢市)
- ・ 11 月 23 日 秋保マラソン代替行事(※現在協議中・中止の場合も有)
- ・ 12 月 1 日 東北学連競技会(仙台市)

◎編集後記

今年は北日本インカレ、全日本インカレ、27 大戦と大会が続く中で、部記録更新や PB・UB を更新する選手も多く、個々の活躍が光りました。また、先日の予選会では 2 年ぶりに全日本駅伝への出場を決め、昨年の雪辱を果たしました。また、この度は全日本駅伝出場にあたって、OB・OG の皆様からの多大なるご支援大変ありがとうございました。

ここからは、トラックシーズン最終盤、そして冬季練に入っていきます。各部員が自分自身をはじめ、部活動全体のために日々練習を積んでいきます。OB・OG の皆様、引き続きたくさんのご声援を宜しくお願い致します。

文責 OBOG 通信担当 宮下尚文
編集補助 大村将伸、安藤彩澄

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