



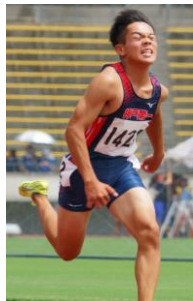
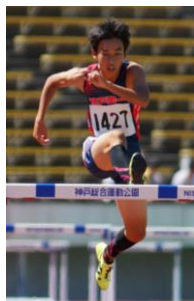
神戸第一高等学校陸上競技部 顧問 山崎 大樹

平成 30 年度 夏・増刊号

神戸第一高校陸上競技部

●県ユース大会にて3種目の入賞の活躍、4×100m 準決勝進出!

8月20日～22日にユニバー記念陸上競技場にて行われた第70回兵庫県ユース大会に11種目9名が出場し、1年男子ハンマー投にて長谷川君が第4位、1年男子砲丸投は立花君、2年男子110mハードルは吉本君が6位にそれぞれ入賞。また男子4×100mでは準決勝に進出。準決勝は全体の13番目の記録で決勝には進めなかったが、来年に向けて楽しみなレースができました。大会に出場できなかった選手は裏方にまわり、チーム一丸となってそれぞれの役割を果たしてくれました。



★選手の戦績

吉本 知史	(明石・野々池中)	2年男子110mH	15秒87 (-2.7)	決勝6位	
立花 元希	(明石・大蔵中)	1年男子砲丸投	11m81 (PB)	決勝6位	
長谷川 拓海	(明石・魚住中)	1年男子ハンマー投	30m51 (PB)	決勝4位	
下里 淳司	(高砂・荒井中)	1年男子100m	11秒78 (-1.7)	予選4位	
川本 源一郎	(神戸・桜が丘中)	1年男子100m	11秒61 (-0.7:PB)	予選4位	
河村 颯志	(神戸・長坂中)	1年男子400mH	61秒72	予選5位	
津山 裕生	(神戸・押部谷中)	1年男子三段跳		出場	
田中 友貴	(加古川・中部中)	リレー		出場	
浅田 仁太	(小野・小野南)	リレー		出場	
リレー種目		男子4×100m	43秒41 (SB)	男子4×400m	3分39秒04

★県ユースを振り返って

1年 川本 源一郎 (神戸・桜が丘中出身)

特に印象に残ったのは100mと4×100mリレーです。100mは予選から周りのレベルが高く目標としていた準決勝に惜しくも届きませんでした。改めて練習から頑張ろうと思ったし、出場できない選手のことを考えると上のステージで勝負できなかった悔しさが残りました。リレーは予選・準決勝と1走で出場しチームベストも更新できました。来年はリレーで6位以内に入り、近畿大会に出場します。

今後に向けた課題は、日々の練習からチーム内で競い合い、高め合うことです。競争の中で相乗効果を生み出す練習をします。またレース動画を分析・修正し、マイルリレーも考えたロングスプリントの練習も積極的に取り入れたいです。

1年 長谷川 拓海 (明石・魚住中出身)

今大会は悔しさしかありません。砲丸でのTOP8進出、ハンマーでの3位入賞し近畿大会出場という2つの目標を達成することができなかった。勉強になったのは「ランキングは関係ない」ことです。そのとき、その瞬間に良い記録を残した選手が強い、大舞台で大きく記録を伸ばすメンタル面も必要だと学びました。

今後に向けた課題は2つ、ハンマーの遠心力に逆らわずに回す、フィニッシュを決める。そのためにモスイングから大切に、ローポイントの位置を統一させフィニッシュまで繋げる…とにかく練習が必要だと感じました。来年は県インターハイから近畿大会の出場権を取りに行くつもりで、日頃から取り組みます。

