

選手たちの決意

近畿大会出場という大きな目標に向かって日々の練習に励む
淡路三原高校陸上競技部長距離パートの1・2年生部員の皆さんに抱負を伺いました。



感謝の思を届けたい

南あわじ市で開催される近畿高校駅伝も今回で最後となりました。淡路三原高校陸上競技部は「地元出場」を掲げ、この6年間取り組んできました。その目標は5年間達成できていませんが、最終年となる今大会に、何としても出場したい気持ちは選手ともども強く持っています。練習で道路を走っているときに、地域の方々が「頑張ってよ!」とよく声をかけてくださいます。地域の方々やOBへの感謝の思を、この地元・南あわじ路を駆け抜けて届けたいと思います。

淡路三原高校陸上競技部
顧問一同



10月19日に洲本市で開催された淡路地区予選で男女とも2位の成績を収め、兵庫県高校駅伝大会への出場が決定しました

出場選手の皆さんに温かい声援をお願いします!

思いを一つに

「南あわじ市」という慣れ親しんだ場所を仲間と共に駆け抜けたい。
陸上競技部長距離部門の男女部長を務める2人の共通の思いです。
大会への意気込みや陸上競技を始めたきっかけなど、2人の思いを聞くことができました。

陸上競技を始めたきっかけ

藤井 中学までサッカーをしていましたが、中学時代に学校対抗の駅伝大会に出て、その時に走ることが楽しいと感じました。高校から陸上競技を始めようか悩んでいたときに、高校駅伝で元西脇工業高校の長島



藤井 悠亜さん × 坂本 愛葉さん

幸宝さん(現旭化成陸上部)の走りを見て、憧れて始めました。
坂本 小学校のときから走るのが得意でした。当時のマラソン大会で1番を取ったことで自信がついて、もっと速く走りたい思いが強くなって、中学から陸上競技を始めました。

近畿高校駅伝大会出場に向けて、個人・チームとしての目標

藤井 チームの最大目標である近畿高校駅伝出場に向けて、チーム全体がやる気に満ち溢れています。全員が自分の力を最大限に発揮できるように準備をしたいと思っています。
坂本 今の気持ちとしては、みんなが勝つ気で臨みます。チームとしては、一人ひとりが自分の持っている力を最大限に生かせるように走ることに目標です。

今年が最後の挑戦

藤井・坂本 3年生の夏で引退なので、自分たちは今回が最後の挑戦です。地元開催も今年で最後なので、出たい気持ちの本音が強いです。今年こそはという気持ちを持っています。

練習で大切にしていること、意識していること

藤井 練習ではロングジョグや400メートルを15〜20本走るなど、大会を意識しながら練習を積み重ねています。日頃から、この練習が何を意図して

いるのかを意識しながら取り組んでいます。
坂本 駅伝に向けて、後輩たちと一緒に自己ベスト更新を目標に毎日違ったメニューをこなしています。

リフレッシュ方法

藤井 友達と楽しく話をしたり、ゆっくり体を休めることでリフレッシュしています。そうすることで、次の練習も頑張ろうと気持ちを切り替えることができます。
坂本 友達と遊んだり、音楽を聴いてゆっくりしたり、お風呂にゆっくり入ることで、体も心もリフレッシュできています。

陸上競技を通して学んだこと

藤井 継続が一番大切だということです。練習はしんどいこともあるけど、毎日の努力の積み重ねが、最後に大きな成果につながると思います。
坂本 陸上は個人競技ではなく、みんなの支えがあるからこそ成り立つ競技だと思っています。特に長距離は長い時間を一人で走るけど、一人だけの力じゃなく、みんなの応援があるからこそ苦しい中でも走れています。みんなの協力や一人ひとりが相手と思う気持ちが大切だと思います。

将来の目標やチャレンジしたいこと

藤井 大学でも陸上を続けていきたい



いです。あと、OBの久我さんが記録した800メートルの記録(1分53秒)を更新したいです。
坂本 陸上を通して学んだことを糧にして、これからの自分の成長につなげていきたいです。
藤井・坂本 大会出場に向けて頑張ります。出場したときには、沿道から応援してもらえると嬉しいですよ。よろしくお願いします!