颯走

（さっそう）

寝屋川高校
陸上競技部
ＯＢ・ＯＧ会

会報 第２９号
2024年7月1日発行

https://www.neyagawa-rikujyo.net

スマホで写すとホームページが見られます

「平和の祭典」

会長　奥田　一三夫（22期）

ＯＢ・ＯＧ会の皆様には益々ご清祥にてご活躍のこととお喜び申し上げます。

長く苦しめられてきたコロナパニックからようやく解放され日常の生活が戻りました。しかし現在の世界情勢を見ると、ロシアによるウクライナ軍事侵攻が収まりを見せず、中東紛争も解決できないまま、今も世界のどこかで戦闘が起こっています。そんな状況の中で、今年は「平和の祭典」であるオリンピックがパリで開催されます。古代ギリシャ時代のようにオリンピックの為に何ヶ月も休戦できないにしても、せめて大会期間中は何事も無く意義ある祭典を楽しみたいものです。

その本番に向けて様々な種目で代表選考が始まっています。陸上競技も6月末の日本陸上競技選手権大会で最終選考が行われますが、すでに内定となっている選手もおります。マラソンは男女共決定しており、他にもやり投の北口榛花選手、１００ｍのサニブラウン選手、５０００ｍの田中希実選手などがニュースで報道されていますが、地元大阪からも現時点で3名の選手が内定しています。１０ｍＨの泉谷駿介選手、20Ｋｍ競歩の濱西　諒選手、マラソンの前田穂南選手です。皆、メダルの可能性があり本番がとても楽しみです。

＊　＊　＊　＊　＊

さて、母校の近況をお知らせしますと今年も3年生を中心に好成績を残してくれています。大阪ＩＨ直前にエースの岩本さんが故障したのは痛かったですが、他のメンバーが頑張ってくれました。女子２００ｍと女子４００ｍで河原さん、女子円盤投で木村さんがそれぞれ近畿ＩＨ出場を果たしてくれました。また惜しかったですが、男子３０００ｍＳＣで陣川君が7位、女子４×４００ｍで7位と入賞してくれました。母校陸上競技部が毎年のように近畿大会へ駒を進めることができているのは、顧問の先生のご指導のお陰と感謝しております。

そして、今年もフレッシュで有望な1年生が入部していると聞いております。充実してきている2年生と共に、夏の大会や駅伝、さらには来年に向けての向上を期待しています。

今年も8月4日に恒例のＯＢ・ＯＧ戦を開催します。多数のご参加をお待ちしておりますが、昨年から対抗戦の前にＯＢ・ＯＧ総会をさせていただいておりますので、開始時間厳守でお集まり下さい。

最後に前号でも書かせていただきましたが、母校陸上競技部への支援の為、年会費納入を重ねてお願いしまして挨拶とさせていただきます。よろしくお願い致します。

新ＯＢ・ＯＧ

卒業式前日の２月28日に「ＯＢＯＧ会入会式」を行い、新たに76期の16人を迎えることができました。

その後、「卒部式」があり１・２年生に送られて、最後に新ＯＢ・ＯＧが顧問の先生に感謝の気持ちを伝えていました。

寝屋川高校歴代初！

女子３種目で近畿ＩＨ進出

5月24日から開催された大阪インターハイで、女子200m5位・400m5位入賞の河原奈杏さん、女子円盤投5位入賞の木村美優さんが近畿インターハイに進出しました。女子3種目の近畿ＩＨ進出は寝屋川高校陸上競技部で今まで記録されていませんので「歴代初」の快挙です。

河原さんは個人種目・リレーで合計8本走り昨年2百m7位の雪辱を果たし、円盤投の木村さんは昨年の中世さんに続いての近畿インターハイ進出です。

他に、女子マイルリレーで寝屋川高校歴代初の3分台を記録して7位入賞し、対校得点で女子総合15位に入りました。毎年の対校得点は保存しておりませんが、今回の入賞数から考えると「女子歴代最高順位」ではないかと思われます。（男子は昭和56年に総合3位、昭和63年に総合6位の記録あり）

男子3000m障害で7位入賞した陣川くんは2年生ですので来年に期待します。

＊　＊　＊　＊

6月13日から開催された近畿インターハイでは、2人ともベスト記録の更新はならず全国へは行けませんでしたが、「よく頑張った！お疲れ様でした！」

大阪ＩＨ女子マイル決勝　後方3走柳田さん(53)、1走大崎さん(50)、4走河原さん(51)

近畿ＩＨで力投する木村さん

顧問の挨拶／現役生のことば

顧問　山口　周先生

OBOGの皆様、日頃の本校陸上競技部の活動にご支援、ご協力をいただき本当にありがとうございます。

今年度はインターハイまで届かず、悔しい思いをしました。1分1秒でも長く、1つでも上のステージで戦うことをめざし、チーム一丸となって取り組みました。しかし、現3年生77期は、個人ではなくチームとして戦う（応援する）ことを体現し、またリレーでは2年次のユースでは近畿大会で勝負をし、そして今年の大阪インターハイでは決勝で勝負をしてくれました。公立高校の1つの大きな目標を実現してくれたことに感謝しています。1・2年生も当然、更なる成長をしています。すでに1年生ながら2・3年生と変わらないトレーニングを積んでおり、今年の大阪ユース（総体）が非常に楽しみです。

また、本校のカリキュラムが変更されて3学期制になったことで、平日の練習時間は合計6時間（月曜なし、火曜木曜が2時間、水曜金曜が1時間）になりました。しかし限られた時間を工夫し、部活動に励む姿勢を育てている途中です。同時に、個々の夢も、僕の夢も育っているように感じます。

近くに立ち寄られた際には、ご覧いただけますと幸いです。お会いできる日を楽しみにしています。

主将　沖　春希

この度、寝屋川高校陸上部の主将になりました沖です。主将として活動していく中で、日々成長につながる経験を得ていると実感しています。自分たちが陸上競技部として活動できていることに感謝し、初心を忘れず、より高い舞台で活躍するチームを目指します。そして、先輩方からの伝統を大切にし、さらに自分らしく主将としてチームの成長に貢献していきます。

副主将　藤田　優花

私は寝屋川陸上部をメリハリがあり、日々成長でき、多くの人から応援されるような部にしていきたいと思っています。そして、副主将として私の長所を生かし、メンバー全員から信頼されるような存在になりたいです。今まで先輩方から教わったことを後輩たちにしっかりアドバイスし、部活体が大きく成長できるよう、キャプテンとともに精一杯頑張ります。

副主将　古賀　雄大

副主将を務めさせていただくことになりました古賀雄大です。先輩方に引っ張っていただいていた昨年度から、部を引っ張っていく立場に変わり少し緊張しておりますが、楽しみでもあります。キャプテンを支え、「部員全員が成長することのできる部」を作るため、個人としても成長し、邁進していこうと思います。

現役生の記録

2023年11月18日
東大阪市11月記録会／花園

女子4×100m		
大崎　春菜(3)	49.66	
河原　菜杏(3)		
横田　遥香(3)		
岩本　莉心(3)		

2024年1月8日
駅伝／長居公園周回コース

男子 駅伝		
陣川 拓己(1)	29位 1:40:03	
高瀬 陽向(2)		
久保 颯人(2)		
池田 昊成(1)		
森脇 武(2)		
女子 駅伝		
藤田 優花(1)	22位 1:39:49	
横田 遥香(2)		
大崎 春菜(2)		
河原 菜杏(2)		
柳田 樹花(2)		

1月27日
東大阪市1月記録会／花園

2月10日
東大阪市2月記録会／花園

男子砲丸投		
守屋　浩睦(3)	13m05	★

3月9日
東大阪市3月記録会／花園

3月20日
第22回大阪教育大学AC記録会／枚方

女子2000mSC		
藤田 優花(1)	8:36.42	★

3月29日
第6回奈良市記録会／鴻ノ池

3月30日
東大阪市第3回混成記録会／花園

4月7日
第1回大阪記録会／万博

4月13・14日
第2回大阪記録会／長居

4月20・21日
地区別春季記録会／万博

4月27日
二地区第1回記録会／枚方

4月28日
大阪カーニバル／長居

男子3000m		
陣川　拓己(2)	9:03.99	
男子300mH(0.914m)		
宮武　快翔(2)	43.30	
男子4×100m		
岩崎　翔(2)	43.20	
中本　匠真(3)		
大久保　圭人(2)		
長尾　颯太郎(2)		
女子300m		
河原　菜杏(3)	42.14	★
大崎　春菜(3)	42.96	
女子100mH(0.840m)		
岩本　莉心(3)	15.26(−0.0)	
決勝	15.26(−1.4)	
岡山　歩未(2)	16.26(−0.0)	
女子300mH(0.762m)		
柳田　樹花(3)	49.06	★

5月4・5日
地区IH／万博

男子100m		
中本　匠真(3)	11.42(−0.8)	
決勝	11.75(−3.9)	
岩崎　翔(2)	11.77(+0.9)	
山下　晋平(1)	11.90(−1.7)	
男子200m		
大久保　圭人(2)	23.12(−2.3)	
決勝	23.09(−2.6)	
長尾　颯太郎(2)	23.14(−0.1)	
決勝	22.97(−2.5)	
中本　匠真(3)	23.35(+1.2)	
決勝	23.50(+0.0)	
男子400m		
大久保　圭人(2)	50.96	Q
山川　翔汰(2)	52.07	
廣瀬　蒼和(2)	54.66	
男子800m		
森脇　武(3)	2:01.39	
西脇　悠徒(2)	2:17.45	
西川　義仁(1)	2:19.82	
男子1500m		
森脇　武(3)	4:19.41	
西脇　悠徒(2)	4:39.69	
傍島　遼人(1)	4:44.76	
男子5000m		
陣川　拓己(2)	16:07.11	Q
久保　颯人(3)	18:17.29	
池田　昊成(2)	18:48.65	
男子110mH(1.067/9.14m)		
宮武　快翔(2)	16.89(−0.6)	Q
沖　春希(3)	20.39(−0.1)	
村上　結真(1)	23.67(+0.2)	
男子400mH(0.914/35m)		
宮武　快翔(2)	1:01.01	Q
関野　悠(1)	1:05.05	
男子3000mSC(0.914m)		
陣川　拓己(2)	9:52.86	3位
久保　颯人(3)	10:33.35	Q
高瀬　陽向(3)	11:27.25	
男子4×100m		
岩崎　翔(2)	42.96	Q
中本　匠真(3)		
大久保　圭人(2)		
長尾　颯太郎(2)		
男子4×400m		
中本　匠真(3)	3:31.25	Q
山川　翔汰(2)		
長尾　颯太郎(2)		
大久保　圭人(2)		
男子走高跳		
廣瀬　蒼和(2)	1m60	Q
男子走幅跳		
長尾　颯太郎(2)	6m68(+1.4)	5位
山下　晋平(1)	6m34(+0.8)	Q
岩崎　翔(2)	6m27(−1.9)	Q
男子三段跳		
沖　春希(3)	12m57(+2.3)	Q
鈴木　順斗(3)	12m15(+0.7)	Q
男子円盤投(1.750kg)		
山下　颯太(2)	31m59	4位
男子砲丸投(6.000kg)		
山下　颯太(2)	9m08	Q
男子やり投(0.800kg)		
浦辺　斗希(3)	39m67	Q
女子100m		
大崎　春菜(3)	13:20(−0.4)	
決勝	13.26(−1.4)	Q
池田　莉緒(1)	14.00(−1.0)	
後藤　藍(1)	14.26(−0.0)	

女子200m		
河原　菜杏(3)	26.10(−1.8)	
決勝	26.53(−2.7)	6位
岩本　莉心(3)	26.41(−1.6)	
決勝	26.71(−2.5)	Q
大崎　春菜(3)	27.21(+0.7)	
決勝	27.08(−2.2)	
女子400m		
河原　菜杏(3)	58.78	4位
横田　遥香(3)	1:00.21	5位
柳田　樹花(3)	1:01.95	Q
女子800m		
陰山　楓(2)	2:37.76	
女子1500m		
藤田　優花(2)	5:19.30	
陰山　楓(2)	5:35.51	
女子3000m		
藤田　優花(2)	11:47.20	
女子100mH(0.838/8.5m)		
岩本　莉心(3)	15.12(−1.6)	6位
岡山　歩未(2)	15.74(+0.0)	Q
女子400mH(0.762/35m)		
柳田　樹花(3)	1:08.10	6位
岡山　歩未(2)	1:17.47	Q
女子4×100m		
大崎　春菜(3)	49.95	Q
河原　菜杏(3)		
横田　遥香(3)		
岩本　莉心(3)		
女子4×400m		
横田　遥香(3)	4:04.16	3位
柳田　樹花(3)		
大崎　春菜(3)		
岩本　莉心(3)		
女子走幅跳		
横田　遥香(3)	5m26(+1.4)	2位
原田　心音(1)	4m75(−1.2)	Q
福本　友愛(1)	4m51(+0.0)	
女子三段跳		
横田　遥香(3)	10m34(−0.5)	Q
原田　心音(1)	10m07(+0.8)	
女子円盤投(1.000kg)		
木村　美優(3)	29m40	4位
女子やり投(0.600kg)		
木村　美優(3)	23m19	Q

5月11日
東大阪市民大会／花園

5月12日
木南道孝記念／長居

男子4×100m		
山川　翔汰(2)	43.61	
中本　匠真(3)		
大久保　圭人(2)		
長尾　颯太郎(2)		
女子4×100m		
大崎　春菜(3)	50.39	
河原　菜杏(3)		
横田　遥香(3)		
柳田　樹花(3)		

5月24～26日
大阪IH／長居

男子400m		
大久保　圭人(2)	51.00	
男子5000m		
陣川　拓己(2)	15:54.73	
男子110mH(1.067/9.14m)		
宮武　快翔(2)	16.52(−0.7)	
男子400mH(0.914/35m)		
宮武　快翔(2)	59.70	
男子3000mSC(0.914m)		
陣川　拓己(2)	9:50.05	
決勝	9:35.71	7位
久保　颯人(3)	11:15.93	
男子4×100m		
岩崎　翔(2)	予戦 42.57	
中本　匠真(3)	準決勝 42.75	
大久保　圭人(2)		
長尾　颯太郎(2)		
男子4×400m		
長尾　颯太郎(2)	3:28.73	
大久保　圭人(2)		
山川　翔汰(2)		
森脇　武(3)		
男子走幅跳		
長尾　颯太郎(2)	6m58(+1.8)	
岩崎　翔(2)	6m14(+1.8)	
男子三段跳		
鈴木　順斗(3)	12m02(−0.9)	
男子円盤投(1.750kg)		
山下　颯太(2)	29m95	
男子やり投(0.800kg)		
浦辺　斗希(3)	41m96	
女子100m		
大崎　春菜(3)	13:07(−0.4)	
女子200m		
河原　菜杏(3)	25.67(+0.7)	
準決勝	25.65(+1.0)	
決勝	25.27(+4.6)	5位★
岩本　莉心(3)	26.94(+1.5)	
女子400m		
河原　菜杏(3)	1:00.07	
準決勝	58.91	
決勝	57.71	5位★
柳田　樹花(3)	1:02.09	
女子100mH(0.838/8.5m)		
岡山　歩未(2)	15.73(−0.5)	
準決勝	15.44(−0.7)	
女子400mH(0.762/35m)		
岡山　歩未(2)	1:14.31	
女子4×100m		
大崎　春菜(3)	予選 50.09	
横田　遥香(3)		
柳田　樹花(3)		
岩本　莉心(3)		
大崎　春菜(3)	準決勝 49.55	
河原　菜杏(3)		
横田　遥香(3)		
岩本　莉心(3)		

6月13～16日
近畿IH／長居

女子200m		
河原　菜杏(3)	25.84	
女子400m		
河原　菜杏(3)	58.78	
準決勝	58.96	7位
女子円盤投(1.000kg)		
木村　美優(3)	29m44	28位

女子4×400m		
岡山　歩未(2)	予選 4:04.16	
横田　遥香(3)		
柳田　樹花(3)		
大崎　春菜(3)		
大崎　春菜(3)	準決勝 3:59.47	★
河原　菜杏(3)		
横田　遥香(3)		
柳田　樹花(3)		
大崎　春菜(3)	決勝 3:59.52	7位
横田　遥香(3)		
柳田　樹花(3)		
河原　菜杏(3)		
女子走幅跳		
横田　遥香(3)	5m06(+1.5)	
原田　心音(1)	4m98(+0.5)	
女子円盤投(1.000kg)		
木村　美優(3)	31m82	5位
女子やり投(0.600kg)		
木村　美優(3)	21m93	
男子総合	37位	
トラック	26位	
女子総合	15位	
トラック	12位	
フィールド	16位	

6月1・2日
関西実業団／長居

男子4×100m		
岩崎　翔	43.71	
中本　匠真		
大久保　圭人		
山下　晋平		
男子走幅跳		
長尾　颯太郎	6m31(−0.3)	
女子400m		
河原　菜杏	59.27	
女子100mH		
岩本　莉心	15.82(−0.2)	
岡山　歩未	16.07(−0.6)	
女子4×100m		
大崎　春菜	49.70	
河原　菜杏		
横田　遥香		
岩本　莉心		
女子走幅跳		
横田　遥香	5m34(−0.1)	

6月8日
二地区第2回記録会／枚方

男子2000mSC(0.914m)		
陣川　拓己(2)	6:19.47	★
女子100m		
河原　菜杏(3)	12.48(+1.0)	★

※記録の横の「★」は寝屋川高校歴代最高記録です
（記録は事務局独自調べで、風は考慮していません）

※記録会は、歴代最高記録以外は紙面サイズの都合で省略

※QRコードをスマホで写すと、陸上競技部のブログが見られます
他にインスタグラムでも情報を発信されています neyagawa_tf

Mt.富士ヒルクライムレース

古津　嘉伸（42期）

先日、富士山５合目を目指してスバルラインを自転車で駆け上がるＭｔ富士ヒルクライム（以下、富士ヒル、https://fujihc.jp/）に参加しました。富士ヒルは富士山０合目付近（標高１０５１ｍ）をスタートして５合目(標高２３０６ｍ)までの距離24Ｋｍ（標高差１２５５ｍ）の登り坂を自転車で走る、参加者が約８千人を超える有名なサイクルレースの一つです。

ゴール後の５合目にて

私は中学・高校と陸上競技部では短距離と走幅跳を専門としていましたが、大学では一旦陸上競技から離れて競技スキー部でクロスカントリースキーに励みました。社会人になってからはマウンテンバイクで草レースに参加したり、冬はスキーに行ったりしていましたが、35歳をきっかけに寝屋高陸上競技部の同期生と陸上競技を再開し、今でも年に数回１００ｍ走に参加しており、毎年13秒切りを目標にボチボチ練習しています。

そんな私がロードバイクに乗ることになったのは、２年ほど前に当時中学生の息子が欲しいと言ったことがきっかけでした。私もロードバイクに少し興味があったのと、自転車整備は基本自分でできたので、レース参加も想定して中古バイクを購入しました。スポーツ系バイクは購入後にカスタムして自分仕様に仕上げるのが楽しみの一つで、最近ではもっぱら息子より私がほとんど乗るようになりました。ロードバイクの魅力は、やはり楽に速く走る疾走感で、慣れてくると１００Ｋｍほど走るのも苦にならなくなり、普段だと車で行くような距離でもロードバイクで行って楽しむことができました。

そのような中、徐々に自転車レースにも興味を持ち、転倒のリスクが低いヒルクライムレースの中でも有名な富士ヒルに参加してみることにしました。富士ヒルでは完走時間によって色の異なるリングがもらえますが、多くの人の目標が１時間30分切りでもらえるブロンズリングで、私も初参加ながらブロンズ獲得を目標とし、数カ月前から長距離ランニングを中心としたトレーニングを積んで本番に臨みました。

レース当日の天気は曇りでレース中は時折晴れ間も見られ、気温も高くなく、コンディション的には上々でした。序盤から飛ばすと後半持たなくなるという先人の対策を参考に、心拍数が上がりすぎないようにコースの４分の３を登り、残りは気力でペダルを踏み込みました。結果は１時間37分36秒で残念ながらブロンズリング獲得はできませんでしたが、練習内容や体重管理などを工夫すればブロンズに届く手応えを感じたので、来年も富士ヒルに挑戦しようと考えています。

駆ける！ＯＢ・ＯＧ

若松くん（74期筑波大）が関東インカレ男子１部十種競技に出場しました。

成田くん(74期同志社大)が関西インカレ男子１部やり投に出場しました。

南くん（68期）が関西実業団男子４００ｍに出場して６位入賞しました。

白川さん(46期旧姓山崎)の息子陽大くん（中央大）が関東インカレ男子１部ハーフマラソンに３位入賞して、６月12日読売ＴＶ「１億人の大質問!?笑ってコラえて！」でインタビューの様子が放送されました。

（事務局独自調べ）

事務局より

ＯＢ・ＯＧ会は皆様からの会費・寄付で現役生への援助や会運営・会報発行を行っております。郵便振替用紙を同封しておりますので、令和６年度会費・寄付の納入をお願いいたします。

「颯走」では自薦他薦を問わず記事・情報を募集しております。

記事・情報のほか、住所変更や問い合わせ等は事務局までご連絡ください。

スマホで写すとメールソフトが開きます

事務局メール：info@neyagawa-rikujyo.net

編集後記

ホームページを暗号化対応しました。

女子リレーは惜しくも近畿ＩＨを逃しましたが、３年生を中心として出場選手・走順を変えた好記録を次々出して、女子歴代20傑に４継で12通り、マイルでは14通りも記録しています。