

2010年度
7月10, 11
上柚木陸上競技場
東京都中学校総合体育大会 **男子総合優勝!**

桐朋中学陸上競技部として19年ぶりに東京都総合体育大会で総合優勝を果たすことができました。7月10、11日の2日間、様々なことがありましたが、昨秋より目標にしていた「都大会総合優勝」を成し遂げることができたことは、指導する側にとっても、選手にとっても大きな喜びと自信を与えてくれました。ここまで決して順調にこれたわけではありませんでしたが、一つ一つ問題や課題をクリアしながらやってきました。大雨の為、全員で閉会式に出席することはできませんでしたが、その後部員全員で撮った記念写真を見ると、数日たった今でもあの時の感動を呼び起こします。陸上競技は個人競技ですから、部全体としての目標は見出しにくいものかもしれませんが、しかし、一人ひとりが自分のためだけに頑張るだけでは今回の結果は成し得なかったと思います。部として、総合優勝に向かい努力していく過程があったからこそ引き出された力があるはずで、自分ひとりでは決して感じるこのできないものをみんなで共有することができました。忘れることのない思い出となっていくことだと思います。

ここでは、入賞した選手を中心に、大会の様子を報告したいと思います。



新川選手

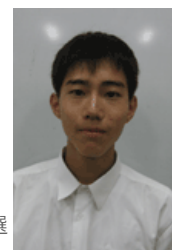
最初の得点となったのは初日の走高跳に出場した新川将弘選手でした。新川選手は大会前のランキングではトップの1m82をクリアしていました。しかし、大会数週間前に踏み切り足の捻挫でほとんど練習ができない状態でした。試合当日も出場できるかどうかかわからない状態でしたが、テーピングを施し、本人の気持ちを確認した上で、出場することを決めました。跳躍練習をしていないので低めの高さから跳躍を開始しましたが、調子の良いときの踏み切りではありません。しかし力がありますので、1m73までは1回でクリアしました。しかし次の1m76をクリアできず、6位となってしまいました。本人としては1m85の全国大会標準記録を突破すること、優勝が目標だったのだらうと思いますが、精一杯取り組んだ結果だったと思います。ただ、大会前にランキングトップだったのは新川選手だけでしたから、総合優勝に関しては厳しい状況でした。

次は110mHに出場した中野選手が頑張ってくれました。中学1年生の秋頃からハードルに取り組んできましたが、毎年都大会では結果を残してきませんでした。都の強化指定選手にも選ばれ、日々黙々と努力し続けてきました。自己ベストは15秒54。ランキングとしては上位5位以内には位置していました。予選は強い向かい風の中、15秒70。しかし、決勝では15秒40と記録を伸ばし2位に入賞しました。決勝も向かい風の中のレースとなりましたが、勝負強さを発揮してくれました。全国大会の標準記録は15秒24ですから、十分手が届くはずで。

→中野選手

初日はこの2名の入賞となりました。

この時点では、正直に言えば、総合優勝は厳しいかなという思いが強くなっていました。この2名以外にも活躍が期待された選手達がいきましたが、なかなか思うような結果がでていなかったからです。



片岡選手

2日目、400mに出場した片岡将選手は頑張ってくれました。前日の200mでは予選落ちとなりましたが、自己ベストを大きく更新する23秒69で走っていましたから、身体の調子は良さそうでした。朝一で行われた予選は53秒62の6位で通過。決勝は53秒46で5位入賞となりました。決勝進出者がほとんど記録を伸ばせない中、彼は最後の最後までしっかり走りきり、予選より良い記録を出すことができました。このあと90分後に行われる共通400mRでも彼はアンカーとして素晴らしい走りをしてくれました。

400mを終えた時点の総合得点14点。2日目も活躍が期待された選手達が残念な結果に終わっていましたから、この得点はまったく意識しておらず、最後に残された低学年と共通のリレーには、ただ頑張ってもらいたいと思っていました。結局その頑張りが総合優勝につながったわけですが・・・。

最後に行われたのは低学年と共通のリレーです。前日の予選では、低学年は47秒81でトップ。共通は45秒53で6位。共通のリレーに関してはなんと優勝を目指していましたので、予選の結果は個人の走り・バトンパスともに課題の多いレースだったようです。

まずは低学年リレーが行われました。予選はトップでしたが、上位3チームは0.1,2秒の間にいましたので、決勝はどうなるかわかりませんでした。0.06秒差で優勝を果たしました。タイムは47秒71で、このタイムはここ10年の都大会では最高のタイムでした。低学年リレーが終了し、その後すぐに共通のリレーが始まります。一走の選手がスタブロをセットしている間に放送が流れました。

「現在までの総合得点トップは・・・桐朋で22点」

一時はあきらめていたので得点計算などはまったくしていません。この放送にはびっくりしました。心臓の鼓動が急激に速まりました。共通のリレーは優勝して全国大会出場を目標にしていたから、この放送が選手のプレッシャーにならないかと思っていましたが、スタートしてから各バトンパスは予選とは見違えるようなものになっていました。アンカーにバトンが渡った時には、若干先頭のチームから遅れていましたが、残り30mくらいから一気に追い上げ、最後は追い抜いたように見えたのですが、結果的には0.02秒差で2位でした。この時は一位になれなかった悔しさと、総合優勝が決まった喜びで、なんとも言えない気持ちでした。

昨年の秋よりリレーに関しては完全に有村先生にお任せしていました。以下は有村先生からのコメント。

「昨秋、私が中学のリレーを中心に担当することになって以降、4×100mRは絶対的なエースがいなくても勝負できる種目である、と繰り返してきました。今回の低学年優勝、共通2位という結果は、部員みんなにどのような印象を与えているのでしょうか。どちらのリレーも満点のレースではなく、まだまだタイムを伸ばす余地があるし、特に共通は追い越さなければならないチームがあるわけで、満足しきってからは困ります。しかし、ここまで自分たちのやってきたこと・自分たちの力に自信をもつことができたのではないのでしょうか。

冬期練習に入る前、全員にリレー競技の理屈を説明し、冬期練習初期はメンバーを固定せずにバトン練習を続けてきました。リレー競技は、個人個人の走力に加えて、スムーズなバトンパスが鍵を握っています。いかに両者がスピードにのった状態でバトンを受け渡せるか。これによって、意外なほどにタイムを伸ばすことができるのです。最初は、ただ渡せれば良いといった練習をしていましたが、練習を積み重ねるうちに大事なポイントが理解さ

れていったように思います。そして、試合直前の練習時には、私が言いたいことを選手たちも同じように感じるようになっていました。リレー競技に限ったことではありませんが、1つ1つの構え・動きには、そうしなければならない理由が必ずあります。限られた時間・エネルギーの中で練習をするのなら、その効果を最大に得られるよう、しっかりと頭を使って考えながら練習をしてほしいものです。

都総体のレースでは、両リレーともに、予選で見た欠点を翌日の決勝でうまく修正し、大雨というコンディションの中、予選タイムを上回ってゴールすることができました。力の拮抗したチームとのレースで、しっかりと集中力を発揮できたと思います。通信大会では、今回の試合で見た欠点を修正し、さらにタイムを短縮することを期待しています。」



←低学年リレーのメンバー

左より

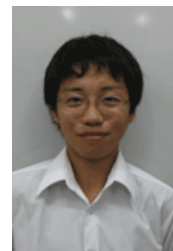
- 1走 益田 一毅選手 (中2)
- 2走 中谷 正希選手 (中1)
- 3走 飯田 智大選手 (中1)
- 4走 真壁 俊選手 (中2)

共通リレーのメンバー

→

左より

- 1走 塔下 剛至 (中3)
- 2走 中野 秀俊 (中3)
- 3走 八重樫 将之 (中3)
- 4走 片岡 将 (中3)



総合優勝の喜びとは、正直想像をはるかに超えるものでした。個人競技の陸上競技でこのような感覚になったことは、自分自身が選手だった頃から一度もありません。

ただ、今回の試合に向けて2つの目標を掲げました。

- ①全国大会に出場する
- ②総合優勝する

目標の1つは達成することはできましたので、数日後に行われる通信大会で全国大会への出場権獲得を目指さなければなりません。出場する選手は気を緩めることなく、戦い抜いて欲しいと思います。

最後に、キャプテンとして昨年よりチームを牽引した塔下キャプテンにコメントしてもらいました。

「今回、見事都総体で男子総合優勝することができました。実はこの大会を迎えるまで、僕は悩みがありました。それはキャプテンとしてチームをいい雰囲気に向けているかどうかということです。

今の桐朋中学校陸上部は実力がとても高く、顧問の先生方からも大きな期待をかけられ、僕たちも中学3年を筆頭に都総体優勝、そして全国大会出場に向けて頑張っていました。しかしそんな中僕はチームの雰囲気に少し不満また不安を抱いていました。一部にその目標に向かって真面目に頑張っている人がいる中、それを絵空事と思い、あまり真剣でない部員がいて、部としての雰囲気が乱れていたということです。自分の実力に自信がなくても、それでもその目標に一歩でも近づけられるように真剣に練習をして欲しいと思っていました。なので、キャプテンとして自分から雰囲気作りを心がけ、雑用も積極的にこなすようにしました。その僕の心配は都総体が近づくにつれてなくなっていきました。先生方の熱心な御指導、お話などに影響を受け、確実に部としての雰囲気が良くなっていきました。例えば雑用を全くしなかった部員がしてくれと頼むと快く仕事してくれ、練習中の皆の集中力は今までより良くなっていきました。

残念な事に数人がけがをしましたが、それ以外は、コンディションの良い状態で都総体を迎える事が出来ました。今回、僕がとても良かったと思ったのは、都総体に出られなかった部員、また種目が終わった部員が、種目のある選手に対してしっかりサポートしてくれた事です。早朝から会場に入ってからテントの設営や応援、また、マッサージやビデオ撮りなど悪天候の中とても大変だったと思います。周りの人が心配りをしっかりしてくれたおかげで部の雰囲気はとても良い感じになり優勝に大きくつながったと思います。

僕は個人種目ではふがいない結果に終わってしまったものの、この桐朋中学陸上部のキャプテンで本当に良かったと感じる事が出来ました。

今回総合優勝したこの部の雰囲気そして勢いなどを今後の桐朋中学陸上部の世代に引き継いでいって欲しいです。そして、是非都総体優勝して下さい。

また、この都総体で成し遂げられなかった全国大会出場という目標を次の通信大会で達成しよう！」

