

一般財団法人

和歌山陸協 広報

第9号

発行日 令和2年5月10日
 発行元 一般財団法人 和歌山陸上競技協会
 〒641-0014 和歌山市毛見200
 紀三井寺競技場内
 TEL/Fax 073-444-3662
 HP: <http://wariku.com/>



先行き不透明で2020年度がスタート

一般財団法人和歌山陸上競技協会
 専務理事 山本 宜史

令和2年、今年もよろしくお願いたします。新型コロナウイルスの蔓延で日本中に異常な状況が出てきました。陸上界も大変な状況に陥って来ています。

日本陸連からの指示を受け6月末まで各府県で全ての大会が中止になり、先行きが見えない中で選手達は三密を避けながら個人々で身体を動かしていることでしょう。

競技会の運営側としても先行きが見えない中ですが、終息した時点で、対応がすぐに出来る様に準備が必要になります。また、競技場や都市間の情報を密に取り、計画して行かなければなりません。昨年度は、陸上界では高速レースと言う表現が飛び交う時代に入り和歌山でも県新記録の更新が多数生まれました。

新記録や選手名は、2020年度の陸上競技年鑑や和歌山陸上協会ホームページに掲載されますのでそちらで確認下さい。

和歌山県内で開催されている各地方の競技大会の充実、県陸

上界に良い影響を与えて頂いています。これからも大会運営に今まで以上に尽力いただき、素晴らしい選手の発掘と育成に関わって頂けますよう、よろしくお願い致します。

また、昨年度は和歌山陸上協会の90周年に沢山の皆さんにご協力頂き、祝賀会も関係者の皆さんに参加頂き盛大に終了出来ました。

90周年の記念誌も多くの方から資料の協力をして頂き発行することができ素晴らしい財産になりました。100周年に向け今後も陸上競技協会の歴史を積み重ねて参りたいと思います。

最後に、例年は5月に開催されます春季選手権大会において、前年度に活躍された選手ならびに、審判員及び指導者として功績のあった方々に和歌山陸協栄章授与式を挙げておりましたが、今年は春季選手権大会が中止となりましたので受章者の皆様方には大変申し訳ございませんが記念品を郵送とさせていただきますのでご理解のほどお願い申し上げます。

和歌山陸上競技協会90周年記念祝賀会を開催

2019年5月12日、ホテルグランヴィア和歌山で開かれ、1956年のヘルシンキ五輪の男子四百メートルに19歳で出場した的場諄吉さん（桐蔭高OB）や1964年の東京五輪で男子100メートルと4×100メートルリレーに出場した蒲田勝さん（田辺高OB）ら世界で活躍したレジェンドを迎え、林会長は、挨拶の中で協会設立に尽力し、また陸上競技の普及に努めた先人たちに敬意を表し、次代を担うジュニア世代の育成を誓い、昭和から平成へとつないできたバトンを、新たな時代の令和へと引き継いだと話さ

れました。

日本陸上競技連盟からは、瀬古利彦理事が祝福に駆けつけ、華やかな会場をより和やかに彩った。

90年の歴史を回顧する記念誌も完成、15人のメンバーで構成した編集委員会の立ち上げから3年をかけた力作は、素晴らしい記録だけでなく、陸上競技を通して繰り広げられた素敵なドラマも収録、審判員をはじめ関係者に配布された。



挨拶される林会長



現役時代のエピソードを披露する蒲田さん



3年かけて完成した記念誌



編集委員のみなさん

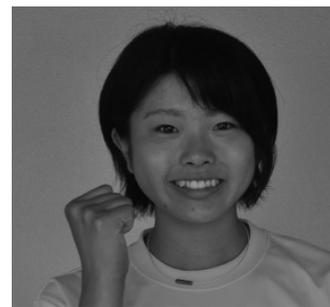
記録が多く更新された2019年



日本中学新記録を樹立した桐蔭中学校リレーチーム
写真提供：陸上競技マガジン



県新 県高校新記録を樹立した星林高校リレーチーム



走高跳県高校新記録を樹立した
松本万鈴選手（和歌山北）

本年は本陸協登録選手の活躍により、トラック&フィールドでは県新記録が男子4種目と女子4種目で県高校新記録が男子4種目と女子3種目で、県中学新記録が男子4種目と女子4種目、ロードでは県新記録が女子2種目で樹立されました。

なかでもヤンマースタジアム長居で開催された第46回全日本中学校陸上競技選手権大会において女子4×100mリレー決勝レースで桐蔭中学校チーム（岡稚奈選手・福井有香選手・稲荷未来選手・藤木志保選手）がテレビ中継のなか47秒04の日本中学新記録をマークして優勝したのは記憶に新しいところです。

他にも、福岡市博多の森陸上競技場で開催された第103回日本陸上競技選手権大会では、手平裕士選手（オークワ）が走幅跳

で2018年までの集計による日本歴代26位相当の7m97をマークし、国士舘大学多摩陸上競技場で開催された第2回国士舘大学長距離競技会では、岩井和也選手（和歌山北高）が5000m競歩で2018年までの集計による高校歴代36傑相当の20分27秒82を、ヤンマースタジアム長居で開催された第72回近畿高等学校陸上競技対校選手権大会では星林高校チーム（飯村太一選手・村松駿選手・水波航輔選手・福山斗偉選手）が4×100mリレーで同じく高校歴代22傑相当の40秒23をマークするなど素晴らしい記録を樹立しています。

本陸協登録選手の皆さんが今後も大いに活躍されることを期待します。

県中学校体育連盟の取り組みについて

1 令和元年度を振り返って

(1) 発掘について

3年前に強化選手の底辺の拡大のために強化A、B標準を設定し、各校での強化標準記録の掲示をお願いした。強化A標準を突破した選手には、優先的に近畿合宿に参加する権利を与える、Bを突破した選手は強化練習に参加することができるとした。

また、強化標準を切りそうな有望な生徒については、顧問が引率して、強化練習の午前中のみ参加を可能にしたりするなど、弾力的に行っている。本年度も同様に、発掘を行っている。また、京都府で行っていた強化記録会を参考にいろんな種目に出場できる記録会を合宿の3日目に設定した。これにより選手の可能性をさらに広げ、多種目で活躍できるきっかけを作りたいと考えている。

(2) 発掘の成果と課題

強化標準を二段階にしたことで、数年前まで30名程度だった強化選手が、昨年度で150名ほどに増加することができた。

しかし、本年度は120名となり、減少している。特に1年生の強化選手が顕著に少ない。これを受けて、強化記録会を有効に使って行きたい。今までやってきていない種目の可能性を広げるとともに、多種目の生徒も参加できたり、小学生も参加できるような発展の仕方を考えている。

(3) 育成について

今年度も強化練習と強化合宿、近畿合宿などを中心に育成に取り組んだ。今年度も競技場使用が限られ強化練習会は、4回しか行えなかった。しかし、各パートで、中心になる先生の学校などで、定期的に強化選手を集めた練習会や、合同練習などを呼びかけ、数校で練習を行っている。

最近では、大阪の強豪校との合同練習も増えてきている。今年度から、ゴールデンウィークに強化選手のみ合宿も行っており、さらなる競技力や意識の向上を図った。また、冬季合宿にはシューズコンサルタントを招き、シューズの選び方や履き方の見直しや障害のリスクについての講義をしていただいた。本年度は県外研修として、神河中学校へ視察に行き、兵庫の先生方と交流し、指導方法を学び、意見交流もしっかりと時間をとることができた。また、京都市の強化記録会も視察した。

(4) 育成の成果と課題

強化練習会などで生徒の意識は数年前と比べ格段に向上した。現在では、強化選手の目標は、全中出場から、入賞へ変わりつつある。その成果として、全中入賞者も4年連続へと伸ばすことができた。そして、桐蔭中学校の日本中学新にもつながった。

また、今年度も県新記録が7種目となった。その多くが2年生での更新となり、来年への飛躍へ期待をすることができる。

2 令和2年度に向けて

(1) 発掘の取組及び目標

- ① 現在120名の強化選手を150名まで増やす。
- ② 強化記録会（非公認）を実施し、多種目、多競技の中学生の可能性を広げる。
- ③ 陸上競技が好きとなるような練習会を行っていき、高校でも続けたいと思えるようにする。

(2) 育成の取組及び目標

- ① 強化練習会を1カ月に1回行う。強化合宿、近畿合宿を充実させる。
- ② 強化練習会や合宿、特に専門の先生以外に来てもらうよう呼び掛けていく。
- ③ 県外研修を行い、参加していただく先生の数を増やす。

<2020年目標>

- ・全中出場者30名、入賞数6名。
- ・ジュニアオリンピック入賞8名。男女リレー決勝進出。
- ・和歌山県記録の更新も5種目以上。

第46回 全日本中学校陸上競技選手権大会 女子4×100mリレー

開催日 2019年8月21日(水)～24日(土)
会場 ヤンマースタジアム長居

優
勝

桐蔭中学校
47秒04 =全国中学記録

チーム一丸となり
日々成長そして快挙達成！！

選手の一言



「On your mark Set」これを聞いた後、「走る」ただそれだけを考えていました。勢いよく飛び出し、2走へ上手くバトンパスが成功した時は喜びでいっぱいでした。

2走から3走、3走から4走へバトンが上手く渡りました。4走がゴールした瞬間、「47.04」と表示されたタイムを見て嘘じゃないかと思いました。もともと全国優勝を目指していましたが、日本中学新記録までタイムが縮まるとは思っていませんでした。それでも今回このようなタイムを出すことができたのは、顧問の先生方や家族、応援してくださった方々のおかげだと思います。これからも感謝の気持ちを忘れず一生懸命陸上に打ち込みたいです。

第1走者 岡 稚奈選手 (3年)



4走がフィニッシュした後、スクリーンに表示された自分達のタイムを見て私は「夢じゃないか」と思いました。この1年を思い返すと、最初の目標は「全中出場」でした。その目標は練習を重ね、結果を出すごとに次第に「全中入賞」そして「全中優勝」という目標に変わっていきました。目標を達成する為に6人で一生懸命頑張った分、日本中学記録で優勝できた時は本当に嬉しかったです。私にとって初めて出場した全中で、このような素晴らしい結果をおさめることができたのは、一緒に走り支えてくれた先輩方や先生や友達、家族のおかげです。リレーで優勝し、6人で喜びあったことは私の一生の宝物です。

第2走者 福井 有香選手 (2年)



トラックに立つと緊張は自然と消え、この大舞台上で走れることが、とても楽しみになりました。バトンもらってからは、4走に1位でつなぐこと、3人分の想いをつなぐことだけを考え、無我夢中で走りました。そして4走がゴール、電光タイマーには、47.04の日本中学新記録。

信じられず驚きしかありませんでした。大きな舞台になればなるほど緊張する私がいつも以上の力を発揮できたのは、目の前のスタンドで応援してくださった和歌山・近畿ブロックのみなさん、そして3年間一緒に頑張り続け、当日もサポートをしてくれた2人のメンバーのおかげです。

本当に応援・サポートありがとうございました。

第3走者 稲荷 未来選手 (3年)



決勝直前、心臓がとびでるほど緊張していました。あまりの緊張で水分をとってもすぐに乾いてしまうほどでした。しかし、いざトラックに入ると、緊張はなくなり逆にワクワクした気持ちの方が強くなりました。走っている最中は無我夢中で走っていたので、あまり覚えていませんが、ゴールした直後の47.04という電光タイマーを見た時の驚きは、はっきりと覚えています。このような結果を出すことができたのは、普段より互いに切磋琢磨し練習している仲間やいつも支えてくださっている先生や家族のおかげだと思います。

これからも、感謝の気持ちを忘れずに、陸上に取り組んでいきたいと思っています。ありがとうございました。

第4走者 藤木 志保選手 (3年)

2019年度を振り返って

和歌山県高校体育連盟陸上競技

専門部委員長 吉田 克久

平成から令和に年号も変わり、今年度は高体連陸上競技専門部も大きく飛躍した年であった。全国インターハイでは、昨年の三重インターハイに5名しか参加できなかったが、本年度沖縄インターハイには3倍の15名の選手が出場することができた。特に星林高校の4×100mRでの出場は近畿代表の中でもインパクトがあった。女子走高跳の松本万鈴選手(和北3年)の2位、男子八種競技の眺真空選手(熊野3年)の5位に入賞し、表彰台に立つことが出来た。その後、松本選手については日・韓・中対抗陸上大会に日本代表として参加した。また長距離種目では智辯和歌山や和歌山北勢が活躍した。特に和歌山北の家吉・小久保選手が5000m、3000mSCでそれぞれ決勝に進み、和歌山県の勢いを沖縄の地で示すことができた。跳躍・投てき種目においても全国大会に出場する選手が増えてきている。入賞ラインにあとわずかの選手が多く今後に期待したい。

秋の国体では、インターハイに活躍した松本選手が成年の部でありながら5位入賞を果たし、また少年Bの砲丸投で紀央館の小林 聖選手(1年)が3位に入賞するなど、来年度以降に期待を持たせる活躍であった。また、競歩競技も岩井和也選手(和北3年)が4位入賞と頑張ってくれた。高校駅伝では男子智辯和歌山が創部三年目で全国大会出場という快挙を成し遂げ、全国本番

でも県大会より1分早い2時間8分台という素晴らしい記録を残した。女子については和歌山北が3年連続出場で、特に1区小倉稜央選手(和北3年)が区間賞にあと1秒の区間2位で走り和歌山県民に感動を与えた。

本年度は競技成績だけを見ても、ある程度の実績を残すことはできたが、競技人口が少ない和歌山県で、いくつかの課題も浮き彫りになった。指導者の育成や学校間連携及び、実績のある指導者を外部から招へいするなど、斬新な取り組みも今後は必要と考えている。県、和歌山陸協、中体連との強化体制を確立し、競技力向上に努めたいと考えている。また、競技人口を増やす手段も工夫していくよう専門部一体となり取り組む方向である。

その中で今年度、和歌山ろう学校と和歌山信愛高校が加盟していただきありがたかった。また高校駅伝ではいくつかの学校が合同チームを作り参加していただき大会を盛り上げる結果となった。沿道の応援も年々増え、日高川町の方々の協力もあり、毎年行わせていただける事にあらためて感謝する気持ちになりました。

様々な取り組みの中で高い意識の指導者の育成とともに競技力の向上を当面の目標とし、和歌山の発展につなげていきたいと思ひます。

<県外成績>

【全国大会】

■令和元年度 第72回全国高等学校陸上競技選手権大会

期日：8月4日～8月8日 場所：沖縄市 タピック県総ひやごんスタジアム

<入賞者>

女子走高跳	第2位	松本 万鈴 (和歌山北3年)	1m73
男子八種競技	第6位	眺 真空 (熊野3年)	5521点

■令和元年度 男子第70回・女子第31回全国高校駅伝競走大会

期日：12月22日 場所：京都市・西京極陸上競技場付設マラソンコース

『男子』 智辯和歌山高校 第48位 2時間8分39秒
(折口雄紀・岡田朋也・山崎寛太・北山諒太・橋本結登・下津開生・池本篤史)

『女子』 和歌山北高校 第19位 1時間10分50秒
(小倉稜央・吉田藍・鈴木杏奈・福岡真悠莉・鹿嶋仁渚)

<県外成績>

【近畿大会】

■令和元年度 第72回全国高等学校陸上競技選手権大会近畿地区予選会

期日：6月13日～16日 場所：大阪市 ヤンマースタジアム長居

<各種目6位入賞者>

男子5000m	第5位	家吉 新大 (和歌山北3年)	14分37秒66
男子3000mSC	第4位	小久保星音 (和歌山北3年)	9分7秒76
男子3000mSC	第5位	折口 雄紀 (智辯和歌山3年)	9分8秒42
男子4×100mR	第5位	星林高校	41秒22

(飯村太一3・村松駿2・水波航輔3・福山斗偉3)

男子棒高跳	第3位	井辺 敬太 (近大和歌山3年)	4m80
男子走幅跳	第4位	栗本 昌磨 (近大和歌山3年)	7m06 (+2.5)
男子やり投	第5位	稗田 敦也 (田辺3年)	62m79
男子八種競技	第5位	眺 真空 (熊野3年)	5567点
女子走高跳	第2位	松本 万鈴 (和歌山北3年)	1m72
女子棒高跳	第4位	田畑奈都希 (桐蔭3年)	3m60
女子三段跳	第4位	南方 美羽 (和歌山北2年)	12m06 (-1.4)
女子円盤投	第4位	森 美優 (紀央館3年)	40m46

以上15名 全国高校総体出場

■令和元年度 第52回近畿高等学校ユース陸上競技選手権大会

期日：9月13日～15日 場所：紀三井寺公園陸上競技場

<各種目6位入賞者>

男子1年 5000mW	第6位	岩本 侑羽 (田辺工)	23分41秒89
棒高跳	第1位	水口 智貴 (近大和歌山)	4m50
棒高跳	第1位	福井 誠大 (近大和歌山)	3m90
砲丸投	第1位	小林 聖 (紀央館)	14m13
砲丸投	第6位	久木 一星 (和歌山北)	12m79
ハンマー投	第3位	奥村 夏生 (和歌山北)	43m77
やり投	第3位	川口 翔 (紀央館)	53m52
男子2年 走幅跳	第5位	坂部 海太 (桐蔭)	6m68 (-0.7)
砲丸投	第4位	井戸 良 (日高)	14m65
砲丸投	第5位	大前 敬信 (和歌山北)	14m50
ハンマー投	第4位	畑原 涼汰 (日高)	48m99
女子1年 なし			
女子2年 100m	第6位	堂西 愛加 (和歌山北)	12秒22 (+2.2)
100mH	第3位	城 まなみ (那賀)	14秒52 (-0.4)
走幅跳	第4位	稲谷 凧紗 (桐蔭)	5m45 (+1.6)

■令和元年度 近畿高等学校駅伝競走大会

期日：11月24日 場所：南あわじ市近畿高校駅伝特設コース

【男子・第70回大会】

第12位	和歌山北	2時間11分25秒	(家吉新大・中村光稀・小久保星音・上北阿槻・石井裕真・向井空海・上田大誠)
第14位	智辯和歌山	2時間12分14秒	(折口雄紀・花本達紀・下津開生・岡田朋也・久保亮太・北山諒太・山崎寛太)
第26位	田辺工	2時間16分04秒	(井潤翔太・中山友哉・水井翔哉・井潤洸太・塩路悠耀・安部広大・有本輝)
第33位	日高	2時間22分03秒	(宮井康貴・渡部正基・大江智也・柏木光月・栗林慶・小山智成・福居志斗)
第34位	和歌山工	2時間22分33秒	(吉見侑輔・和久谷瑠風・樋瀬翔希・片畑弥憇・山本祐也・谷本大祥・宮井一篤)
第35位	南部	2時間23分33秒	(栗山和也・由良勇人・西谷太一・松本凧流・中原悠人・溝口倫生・松本虎和)

【女子・第35回大会】

第5位	和歌山北	1時間12分21秒	(吉田藍・小倉稜央・福岡真悠莉・松尾萌花・鈴木杏奈)
第18位	智辯和歌山	1時間15分49秒	(福居夏帆・八幡羽生・楠本凧・瀬戸朱莉・濱田あかり)
第37位	和歌山商	1時間27分42秒	(森下日和・碓愛華・御前絢加・西井華心・水野葵)
第38位	日高	1時間28分04秒	(池本華澄・加納絢菜・武内優希・中本ひらり・若崎晴菜)
第39位	和歌山信愛	1時間34分35秒	(辻本梨乃・重黒木瞳・得能菜未・前中由祐・横出京香)

区間記録上位者 (6位以内)

男子1区 (10.0km)	家吉 新大 和歌山北	区間2位	30分23秒
男子7区 (5.0km)	山崎 寛太 智辯和歌山	区間4位	15分06秒
女子2区 (4.0975km)	小倉 稜央 和歌山北	区間1位	13分09秒
女子5区 (5.0km)	鈴木 杏奈 和歌山北	区間4位	17分19秒



5000m 県高校新記録を樹立した家吉新大選手
(和歌山北)



八種競技 県高校新記録を樹立した
眺 真空選手(熊野)



県高校駅伝スタート風景 (男子)



創部3年目で県高校駅伝初優勝した
智辯和歌山高校



県高校駅伝スタート風景 (女子)



3年連続で県高校駅伝を優勝した
和歌山北高校



2019年ジュニア部について

和歌山陸上競技協会
普及部 内田敏夫

新国立競技場が完成し、東京オリンピック、パラリンピックの開幕に向けて気運が高まりつつある。

このような中、本年度は大きな改革のうねりに翻弄された1年だった。

ジュニア部では、元号が「平成」から「令和」に変わる時代の1つの節目に沿った改革で、大きくは全国大会開催の種目に変更されたり、全国小学生クロスカントリー大会(全国小学生駅伝)が、今回で幕を閉じたりと、指導者や選手にとっては大変な1年になったと感じた。

全国大会の種目変更では、800mハードルと走高跳の得点合計で競う「コンバインドA」に、走幅跳とジャベリックボール投の得点合計で競う「コンバインドB」、さらに4×1000mリレーが男女2名ずつの「混合リレー」となった。混乱を回避するため、各クラブチームや学校に周知徹底を図った。

新種目で開かれた県予選会では、コンバインドAに男子が6名エントリーし、渡辺敦紀選手(和歌山陸上クラブ)が2035点で、女子では13名エントリーし、堀井琉杏選手(紀の国AC)が1825点で、それぞれ初代チャンピオンに輝いた。また、コンバインドBは男子が37名エントリーし、岩井晃成選手(和歌

山市和佐小)が2245点で、女子は34名エントリーし、郡司香々菜選手(紀の国AC)が1704点でもに栄冠を手にした。

男女混合リレーは、紀の国ACが見事優勝した。これらの結果から、35回目を迎える全国小学校陸上競技交流大会には、県から14名の選手が出場した。

全国大会は、コンバインドBで上位入賞が期待された岩井晃成選手が、走幅跳の記録が伸びず2129点で12位に留まった。混合リレーの紀の国ACは、絶妙のバトンパスを見せ、県予選の記録を大幅に更新する52秒44で、B決勝3位と健闘した。他の出場選手の記録は、男子5年1000mの龍本瑛太選手(GOBOクラブ)が13秒86=予選5位落選、同6年1000mの林龍雅選手(29SA)が12秒90予選6位落選、女子5年1000mの山本愛莉選手(松江小)は14秒71予選7位落選、同6年1000mの保田美羽選手(藤並小)が13秒90=C決勝8位=だった。コンバインド競技では、渡辺敦紀選手が1948点で42位、堀井琉杏選手が1896点で33位、郡司香々菜が選手1615点で37位だった。

全国小学生クロスカントリーリレー大会は、22回の歴史にピリオドを打つ最後の大会で、県代表はGOBOクラブが出場、32分54秒で26位だった。

第15回県小学生タスキリレー研修大会

第15回県小学生タスキリレー研修大会は、10月14日、日高川町の南山陸上競技場&周辺コースで開かれ、GOBOクラブAが8年ぶり5回目の優勝を飾った。県内唯一のブルーのトラックが、選手たちのユニホームを一段と鮮やかに彩り、6区間9*の熱いレースを盛り上げた。奇数区間を女子、偶数区間を男子が走り、1区では田辺AC-Aが、2区では紀の国AC-Aがトップを快走した。3区でGOBOクラブAが首位を奪い、4区、5区と中盤から終盤へでしっかりリードを広げた。アンカー区間でも、8連覇を狙う紀の国AC-Aの追い上げを許さず、3分2秒35秒でフィニッシュテープを切り、うれしい全国切符をつか

だ。2位は紀の国AC-Aで3分32秒、3位には田辺AC-Aが3分17秒で続いた。

この大会は、第22回「日清食品カップ」小学生クロスカントリーリレー研修大会」和歌山県予選会と兼ね、2005年からクラブ対抗の選考方法に変更し開催してきました。

しかし、1998年から万博記念公園（大阪）で開催された全国大会は、今回で幕を閉じることになった。

2020年からは和歌山陸協独自でタスキリレー研修大会を継続し、中・長距離種目の普及に努めていきます。



県小学生タスキリレー スタート風景



区間賞の選手達



県小学生タスキリレーで優勝したGOBOクラブ

2020年 活躍が期待される選手 (中学生)

ランキングは陸上競技マガジン
2019年記録集引用



110 mH (全国 37 位)
須佐見 容平選手
(吉備中)



砲丸投 (全国 26 位)
桑添 喬偉選手
(西脇中)



100 m (全国 11 位)
坂本 実南選手
(貴志中)



100 m (全国 11 位)
100 mH (全国 25 位)
福井 有香選手
(桐蔭中)



100 m (全国 53 位)
成川 咲菜選手
(下津二中)



走高跳 (全国 28 位)
前西 咲良選手
(紀之川中)

2020年 活躍が期待される選手 (高校生)

ランキングは陸上競技マガジン 5月号引用



400 m (全国 20 位)
村松 駿選手
(星陵)



800 m (全国 12 位)
堂本 颯斗選手
(橋本)



棒高跳 (全国 17 位)
水口 智貴選手
(近大和歌山)



砲丸投 (全国 14 位)
小林 聖選手
(紀央館)



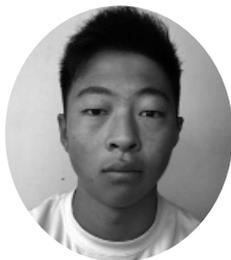
砲丸投 (全国 16 位)
円盤投 (全国 23 位)
大前 敬信選手
(和歌山北)



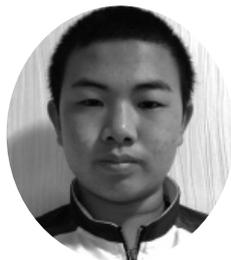
砲丸投 (全国 18 位)
円盤投 (全国 30 位)
井戸 良選手
(日高)



ハンマー投 (全国 26 位)
畑原 涼汰選手
(日高)



ハンマー投 (全国 31 位)
古井 颯汰選手
(和歌山北)



やり投 (全国 16 位)
川口 翔選手
(紀央館)



100 mH (全国 50 位)
城 まなみ選手
(那賀)



走幅跳 (全国 44 位)
稲谷 凧紗選手
(桐蔭)



三段跳 (全国 6 位)
南方 美羽選手
(和歌山北)



砲丸投 (全国 12 位)
垣内 優里選手
(海南)



ハンマー投 (全国 31 位)
山原 優選手
(和歌山北)



やり投 (全国 34 位)
野間 名津巳選手
(和歌山北)

医事委員会

和歌山陸上競技協会

医務部長 平林直樹
(日本スポーツ協会公認スポーツドクター)

1. 貧血について

成長期のアスリートは、時に貧血によりパフォーマンスが低下することがある。鉄分が不足による鉄欠乏性貧血のことが多く、重度の場合、鉄剤の処方が必要な場合がある。これまで中長距離走を専門とする競技者に、鉄剤注射が安易に行われている事実が明らかになった。これを踏まえ、日本陸連の医事委員会は『不適切な鉄剤注射の防止に関するガイドライン』を作成し、啓発活動に努めてきた。また令和元年度の全国高校駅伝大会後に、登録選手の血液検査を義務付けた。過剰な鉄剤の注射により、肝機能障害や腎機能障害、頭痛、発熱、悪心、嘔吐などの急性鉄毒症や、色素沈着、糖尿病、心不全、性機能低下、心筋症、不整脈などの慢性鉄毒症を引き起こす場合がある。貧血が疑われるなら、まず医療機関を受診し、血液検査などの適切な診断

のもと、薬物治療が必要なら、副作用で内服ができない場合等を除き、注射ではなく、まずは経口の鉄剤で治療しよう。

日本陸連が掲げている、『アスリートの貧血対処7か条』

1. 食事で適切に鉄分を摂取。(赤身の多い肉や魚、あさり、ほうれん草や小松菜などの緑黄色野菜は鉄分豊富)
2. 鉄分の摂りすぎに注意。
3. 定期的な血液検査で状態を確認。
4. 疲れやすい、動けないなどの症状は医師に相談。
5. 貧血の治療は医師と共に。
6. 治療とともに原因を検索。
7. 安易な鉄剤注射は体調悪化の元。を参考に、正しい体調管理を行ってほしい。

2. サプリメントについて

現在アスリート向けに、パフォーマンス向上を目的とした様々なサプリメントが販売されている。「サプリメントを摂取しておけば、バランスのとれた食事を摂らなくても穴埋めができる。」という誤った考えをしてはいけない。サプリメントはあくまでも日常で摂り切れなかった栄養素を補うものだ。

まずは食事内容を見直してみよう。またサプリメントを摂る目的と使い方を間違えてはいけない。競技や練習内容により推奨するサプリメントの内容が違う。

日本陸連が啓発している『サプリメント摂取の基本8か条』

1. サプリメントを摂る前にまずは“食事の改善を”。
2. 確かめよう！サプリを摂る“目的と使い方”。
3. サプリの摂りすぎはむしろ“健康へのリスク”あり。

4. 「これ効くよ」と言われたサプリに要注意。
5. “絶対に安全” そんなサプリはない。
6. 気をつけよう！“海外サプリ”の安易な使用。
(ドーピング禁止物質の混入のおそれ)
7. サプリによるドーピングは“自己責任”。
8. サプリを摂る前に医師・栄養士・薬剤師へ“相談”。を参考にしてほしい。詳しくは、日本陸連のホームページから医事委員会スポーツ栄養部にアクセスすると上記に加え、『陸上選手のためのスポーツ栄養コンセンサス』、『アスリートのエネルギー不足予防10か条』、『疲労骨折予防10か条』など、アスリートのスポーツと栄養について詳細な情報が閲覧できる。医事委員会のページでは『不適切な鉄剤注射の防止に関するガイドライン』やドーピングに関する冊子が閲覧可能だ。他に『メディカル質問箱』と呼ばれる質問コーナー（医学的な諸問題に関する質問に、専門家が回答してくれる。）も設けている。選手、指導者、保護者を問わず、活用を願う。

◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇ 地方陸上競技協会だより ◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

【橋本市陸上競技協会】

2019年度は、中学・高校生を対象とした合同練習会を、年間を通して4回、運動公園多目的グラウンドで開いた。

11月から2月まで、同グラウンドで長距離走をテーマに、小学生の冬季陸上競技教室も開催した。市民総合体育大会の陸上競技の部や橋本マラソンでは、主管として運営に携わった。

橋本マラソンに関しては、ここ数年参加者が1300人から1500人とやや減少傾向にあり、様々な課題もあるが、中学や高校で陸上部だった子供たちが、成長して地元に戻ってきているので、これからは若い力に期待したい。

【紀の川市陸上競技協会】

2019年度は、9月に第2回紀の川市記録会が開かれ、長距離は小学生は1000㍎、中学生は1500㍎、短距離は小中学生ともに100㍎を実施。市アスリートクラブの会員をはじめ会員外の選手も多く参加した。

11月には第10回桃源郷駅伝大会が開かれ、那賀地方の小学校21校と高野山小や妙寺小など伊都地方からも参加もあり、盛況だった。陸協として、会員の高齢化が進み、組織全体の若返りが急務の課題であり個々にできる限り若い人の入会を働きかける。

【岩出市陸上競技協会】

岩出市は審判員も少なく、陸上競技協会が主催する競技会は実施していません。

しかし、岩出市が主催する岩出マラソン大会への運営協力や、教育委員会が主催するいわでアスリートクラブ事業への指導に関わっています。

いわでアスリートクラブ事業は、小学3年生から6年生の児童の希望者を対象として、4月から3月まで、毎週土曜日の午前中に中央小学校又は、大宮緑地総合運動公園で陸上教室を行っています。

この活動を通じて、中学、高校の全国大会で活躍する選手も出

てきています。

今後は、審判員の増員や陸上競技の普及・発展に取り組んでいきたいと考えています。

【和歌山市陸上競技協会】

新型コロナウイルスの影響で2019年度最後の3月記録会が中止となり2020年4月からの競技会をスタートができない状況になりました。更に、TOKYO2020オリンピックの延期に始まり、全国高校総体、全日本中学総体の中止が決定し、競技関係者・選手ともに混乱をしている状態です。一刻も早く混乱が収まり、競技が再開できることを願いたいと思います。

さて、2019年度は、中学の短距離のレベルが高く、特に女子においては高校生にも勝るとも劣らない記録を出しています。その中でも特に目立ったのが、大阪の長居ヤンマースタジアムで行われた全日本中学総合体育大会において、桐蔭中学校が4×100mRで、日本中学新記録を更新したことです。和歌山の競技人口からすると単独競技で全国上位に入ることは多々ありますが、リレーで優勝するということは簡単なことではありません。ましてや日本中学新記録ということですので和歌山県にとってもビッグニュースとなりました。顧問の田中先生は陸上競技については初心者ですが、陸上競技について熱心に勉強をしたそうです。生徒とともに学んで生まれた結果だと思えます。今後、リレーメンバーの4人中3人が桐蔭高校に進学となりますので、高校に進学をしてからの活躍にも期待するとともに、和歌山県全体の競技レベルが向上することも期待したいと思います。

【海南海草地方陸上競技協会】

1 本年度の取り組み

本協会の主催行事は、海南海草地方陸上競技選手権大会(9/16)と海南クロスカントリー大会(3/21)であった。選手権大会は第50回の記念大会だったので、管内の小・中学生及び高校生は無料とし、のべ428名が出場した。クロスカントリー大会は、例年12月開催だが、参加者が集まりにくい状況であっ

たので、本年度は日程を3月に変更して開催となった。協力・主管行事としては、海南市民スポーツ大会(4/27)、海南ランニングチャレンジ(12/8)、紀美野ふれあいマラソン(12/15)、海南市駅伝大会(1/13)、また、海草地方の中学総体(7/15)と新人大会(9/23)等であった。

各大会とも、大きなトラブルなく開催することができた。

本協会では、強化部の取り組みとして海南アスリートクラブ(現在、部員数は14人)の運営を行っており、海南・海草地方(原則)の小学生・中学生を対象に、育成・指導・選手作りを目的に活動している。今後は全国大会でも活躍できる選手の育成と低学年のレベルアップを目指したい。

本年度を振り返ると、海南海草地方の小・中学生、高校生の多くが近畿大会・全国大会へ出場した。県中学校駅伝では、男子は海南中学校、女子は第三中学校が優勝し、全国大会出場。女子に関しては上位4チームが海南市内の中学校という素晴らしい結果であった。また、全国高校駅伝に出場した智辯和歌山高校男子チームと和歌山北高校女子チームに海南海草地方出身の選手がたくさん所属し、活躍した。

2 次年度への展望

次年度は、本年以上の選手の活躍を期待して、今までの取り組みを踏襲して、大会の企画、運営、協力していきたい。今後は、陸上競技に少しでも興味を持って、積極的に大会等に出場してもらえよう活動にしたい。

さらに、陸上競技の面白さに気づいてもらって、生涯を通して取り組めるようになってもらえればと考える。また、強化部としてもジュニア期から「陸上競技が楽しい」「もっと記録を伸ばしたい」と考えられるような活動にしたい。

【有田地方陸上競技協会】

2019年度は、10月5日に第16回有田地方学童陸上記録会を開催した。オールウェザーの直線コースがある吉備中学校のグラウンドで、17校、190名の小学生が、100㍓や走り幅跳びなど5種目に、自己記録更新に挑戦した。毎年200名近い小学生の参加があり、盛況な記録会となっている。

協力行事として、7月の有田地方中学総体と3月の有田川駅伝大会に参加しているが、今年度は新型コロナウイルス感染症のために、3月の有田川駅伝大会が中止になった。

今後地元陸上競技がより普及するよう取組を考えていきたい。

【日高地方陸上競技協会】

1 2019年度の取り組みとして、本協会主催・共催の3大会を開催した。

日高地方選手権大会は中学・高校・一般マスターズが一同に集まり4月に大会を実施した。例年は高校の阪奈和大会と重なっていたが、今年は重ならず盛り上がりのある大会となった。昨年度からマスターズの普及にも力を入れているが参加人数が増えていない。

第37回日高地方小学生ちびっ子マラソン・記録会が11月に実施され約200人の参加があった。日高地方の各市町の陸上教室や各小学校からの出場があったが、よく練習している陸上教室の選手の活躍が目立った。

日高地方市町村対抗駅伝競走大会は1月に実施され、小学生6区間大人3区間で特に大人の区間でふるさと選手が採用さ

れ素晴らしい走りを披露してくれた。この大会は美浜町の大変なご協力の下メイン通りで多くの観衆の中実施できた。

また、中体連の協力の下、7回の記録会を予定し2回天候が悪く実施できなかった。各記録会は他都市からの参加もあり盛況に行われているが、雨天時実施するための施設が十分でなく、素晴らしい南山競技場ではあるが生かし切れないのが残念で、今後もより一層日高川町に雨天時も開催できるよう働きかけていきたい。

2 今後の取り組み・課題

最大の課題は、陸上人口の拡大である。そのため、小中高の参加できる記録会の実施や指導者の力量を高める講習会などを実施してきているが、

審判員が固定の役割しかできないので、大会開催時不足するパートがあり困る場合(情報関係等)があり、そのための講習会を行う予定である。

【田辺・西牟婁地方陸上競技協会】

2019年度は、4月の春季選手権大会で幕を開け、7月には中学校総合体育大会、9月は中学校新人総合体育大会、10月は小学校陸上競技大会が、いずれも田辺スポーツパークで開かれ、小中学生がトラック、フィールドの各種目で練習の成果を発揮した。

記録会は年間3回としていたが、6月と3月に実施できたものの、9月の第2回が近隣中学校の体育祭や近畿高校ユース大会と日程が重なり、やむなく中止となった。今後の日程調整で課題を残した。ロード競技では、龍神で恒例となった11月の関西実業団対抗駅伝競走大会や12月の木の郷マラソン大会をはじめ、年末に上富田町で開かれた中学校駅伝競走大会、2月の紀州口熊野マラソン大会、3月の熊野古道近野山間マラソン大会と、いずれも盛況だった。

【東牟婁地方陸上競技協会】

2019年度は、4月に当協会の総会から始動。6月には第38回紀南選手権が、新宮市民運動場で開かれ231人が参加した。

9月には第41回智勝浦町民総体が木戸浦グラウンドで、10月には第48回新宮市民スポーツ祭典が市民運動場で催され、いずれも100人を超える参加者で盛況だった。

11月には短距離の陸上競技教室が、三重県の紀南高校で開かれ、東牟婁からもスポーツ少年団や中高生が参加した。講師には元100㍓日本記録保持者の中道孝之さん(三重県出身)を招き、ロス五輪チャンピオンのカール・ルイスと一緒にトレーニングした逸話を披露。参加者も興味津々で実り多いひと時だった。



2020 強化指定選手が決まりました

※強化指定選手の選出方法は以下の通りです。

成年は2019年日本ランキング50位以内の選手

少年A・共通は3年生を除いた50位以内の選手 少年Bは中学ランキング50位以内の選手

		氏名	所属	種目	2019年度記録	ランキング
成年男子	1	有松 瞳	筑波大学3年	800m	1' 49" 70	25位
	2	寺内 将人	愛知製鋼	5000m	13' 42" 90	29位
	3	橋詰 大慧	SGホールディングス	5000m	13' 46" 15	39位
	4	手平 裕士	(株)オークワ	走幅跳	7m97	8位
	5	鈴木 孝尚	(株)オークワ	砲丸投	16m91	9位
	6	阪上 拓真	鹿屋体育大学4年	砲丸投	15m45	44位
	7	湯川 棕盛		円盤投	51m24	15位
	8	北亦 将成	和歌山陸協	ハンマー投	60m26	36位
	9	横堀 雅孝	新潟アルビレックス	やり投	75m05	11位
	10	谷口 健太	和歌山陸協	やり投	72m30	29位
成年女子	11	橋本 奈津	積水化学	1500m	4' 18" 05	12位
				5000m	15' 44" 02	39位
	12	松本 万鈴	甲南大学1年	走高跳	1m76	8位
	13	大上 七海	和歌山陸協	走高跳	1m70	50位
	14	漁野 理子	早稲田大学4年	走幅跳	6m12	16位
	15	酒井 梨々華		円盤投	48m93	7位
	16	桑原 翠	九州共立大学4年	ハンマー投	55m29	19位
	17	助永 仁美	(株)オークワ	やり投	57m37	6位
18	長 麻尋	国土館大学3年	やり投	54m89	16位	
少年A男子	19	村松 駿	星林高校3年	200m	21" 71	50位
				400m	48" 15	20位
	20	堂本 楓斗	橋本高校3年	800m	1' 53" 87	11位
	21	水口 智貴	近大和歌山高校2年	棒高跳	4m70	20位
	22	小林 聖	紀央館高校2年	砲丸投	14m92	15位
	23	大前 敬信	和歌山北高校3年	砲丸投	14m83	16位
				円盤投	42m80	26位
	24	井戸 良	日高高校3年	砲丸投	14m71	18位
				円盤投	41m78	32位
	25	永岡 新大	日高高校3年	円盤投	40m72	44位
	26	畑原 涼太	日高高校3年	ハンマー投	51m60	24位
27	古井 颯太	和歌山北高校3年	ハンマー投	51m17	30位	
28	川口 翔	紀央館高校2年	やり投	56m58	38位	
29	松場 文哉	熊野高校3年	八種競技	5005点	18位	
少年A女子	30	城 まなみ	那賀高校3年	100mH	14" 50	50位
	31	稲谷 凧紗	桐蔭高校3年	走幅跳	5m66	40位
	32	南方 美羽	和歌山北高校3年	三段跳	12m06	6位
	33	垣内 優里	海南高校2年	砲丸投	12m62	11位
	34	山原 優	和歌山北高校3年	ハンマー投	42m93	30位
	35	野間 名津巳	和歌山北高校3年	やり投	43m28	34位
少年B男子	36	岡本 悠弥	和歌山工業高校1年	100m	11" 02	45位
	37	林 久遠	和歌山工業高校1年	400m	50" 40	26位
	38	須佐見 容平	吉備中学3年	110mH	14" 51	37位
	39	大島 ブルースリー	海南高校1年	砲丸投	14m29	6位
				円盤投	37m93	13位
	40	桑添 喬偉	西脇中学3年	砲丸投	14m02	26位
	41	岩城 結太	紀央館高校1年	砲丸投	13m85	28位
	42	古川 貴進	箕島高校1年	円盤投	36m38	19位
	43	津田 響己	和歌山工業高校1年	四種競技	2421点	45位
44	尾崎 奎太	日高高校1年	ジャベリックスロー	56m40	43位	
少年B女子	45	坂本 実南	貴志中学3年	100m	12" 16	11位
			貴志中学3年	200m	25" 40	42位
	46	福井 有香	桐蔭中学3年	100m	12" 16	11位
			桐蔭中学3年	100mH	14" 24	25位
	47	前西 咲良	紀之川中学3年	走高跳	1m61	28位
	48	酒井 喜与	紀央館高校1年	砲丸投	13m92	22位
	49	阪本 海月華	紀央館高校1年	円盤投	33m40	7位
50	永江 そら	紀央館高校1年	円盤投	31m30	18位	
51	上野山 真白	和歌山北高校1年	四種競技	2766点	19位	

2019年度 和歌山陸上競技協会 栄章受賞者

日本陸連中学優秀選手

氏名	所属
大島ブルースリー	城東中学校

日本陸連高校優秀選手

松本万鈴	和歌山北高等学校
------	----------

勲功章

手平裕士	オークワ
松本万鈴	和歌山北高等学校
家吉新大	和歌山北高等学校
橋本奈津	京都産業大学
小林聖	紀央館高等学校
助永仁美	オークワ
岡稚奈	桐蔭中学校
福井有香	桐蔭中学校
稲荷未来	桐蔭中学校
藤木志保	桐蔭中学校
鈴木孝尚	オークワ
横堀雅孝	大阪教育大学
小倉稜央	和歌山北高等学校

指導者功績章 (3名)

氏名	所属
辻本晃輔	紀の川市陸上競技協会
小島潤一	和歌山市陸上競技協会
前岡剛至	和歌山市陸上競技協会

審判員功労章 (10名)

氏名	所属
古谷直城	和歌山市陸上競技協会
南方孝俊	和歌山市陸上競技協会
藤田純江	海南・海草地方陸上競技協会
石本ゆかり	有田地方陸上競技協会
川嶋英嗣	有田地方陸上競技協会
田上耕司	有田地方陸上競技協会
出口登志夫	有田地方陸上競技協会
林隆史	日高地方陸上競技協会
中平久永	田辺・西牟婁地方陸上競技協会
大石元則	東牟婁地方陸上競技協会

2020年審判員退任者表彰

氏名	所属
脇坂幸宏	東牟婁地方陸上競技協会

県記録章

	氏名	所属	種目
◇県記録 (7種目10名)	南方斗喜	岐阜協立大	200m
	手平裕士	才一クワ	走幅跳
	横堀雅孝	大阪教育大	やり投
	酒井梨々華	東京女子体育大	円盤投
	橋本奈津	京都産業大	1500m、5000m
	漁野理子	早稲田大	走幅跳
	飯村太一	星林高	4×100mR
	村松駿		
	水波航輔		
	福山斗偉		

	氏名	所属	種目
◇県高校記録 (6種目11名)	家吉新大	和歌山北	5000m
	岩井和也	和歌山北	5000m競歩
	咄眞空	熊野	八種競技
	飯村太一	星林高	4×100mR
	村松駿		
	水波航輔		
	福山斗偉		
	鈴木杏奈	和歌山北	5000m競歩
	松本万鈴	和歌山北	走高跳
	南方美羽	和歌山北	三段跳

	氏名	所属	種目
◇県中学記録 (7種目20名)	林久遠	明和	400m
	須佐見容平	吉備	110mH
	水口智貴	近大和歌山	棒高跳
	福山琉雲	明和	4×100mR
	林久遠		
	三木湧吾		
	中村心之輔		
	藤谷颯良	明和	4×100mR
	林久遠		
	三木湧吾		
	中村心之輔		
	林昇矢	向陽	4×100mR
	竹村誉仁		
	松村泰知		
	宮崎雅貴	和歌山選抜	4×100mR
	須佐見容平		
	岡本悠弥		
	長谷川倅生		
	宮崎雅貴	貴志	100m、200m
	坂本実南		
福井有香	桐蔭	100m、100mH	
川端美珠生	東和	100mH	
岡稚奈	桐蔭	4×100mR	
福井有香			
稲荷未来			
藤木志保			
坂本実南	和歌山選抜	4×100mR	
福井有香			
稲荷未来			
藤木志保			

	氏名	所属	種目
◇道路県最高記録 (1名)	山本明日香	大阪芸術大	10km、20km