

勝負のシーズン開幕。 渡辺、西田ともに大会新、Vは渡辺！

長い冬季練習を3人の部員で乗り越えてきた安芸高校陸上競技部。春となり9名の新入部員が加わり、にわかに活気づいてきました。練習や記録会では3月までとはずいぶん変わったチームになってきています。1ヶ月が経ち、いよいよインターハイにつながる地区総体が始まりました。三日間の戦いでは様々なドラマがありましたが、このチームにとって貴重な第一歩が踏み出せた大会だったと思います。

【第一日目】

大雨が心配された初日は時より小雨がぱらつく程度で競技には影響のない範囲でスタート。安芸高校にとっての第1種目でもあるハンマー投はぬかるんだ土のサブグラウンドで行われました。サークルは雨の影響で濡れていましたがこれは渡辺にとっては好都合、雨に強い渡辺はこの好条件を味方に付けて大会新での優勝を勝ち取りました。先制し、逆転され、その直後に再逆転での優勝は大きな意味があります。技術的には発展途上でこれからどれだけでも伸びる可能性を持っているので、これからの試合の度に成長していこう。私は全国の表彰台がはっきり見えています。西田は筋力アップが一回転のスピードアップにつながり自己新を更新し6位入賞はしたが、2回転は…？ 1年生の篠原はスイング投げながら練習も含めての自己新記録を投げた、今後の活躍に期待したい。

続いて行われた男子砲丸投、予選の3投ではエンジンのかからなかった西田が決勝に入り先行する西農の作田を追いかけ、追い越し、逆転され、また逆転し、最後は逆転され結局2位となりました。記録は予定していた13m50を上回り13m75でよしとしたが逆を言えば実力は計り知れないということを証明したことになります。西田自信も私も目標設定のレベルを変えて今後に臨みたい。篠原と片岡は力不足、練習不足、準備不足・・・安芸高の投擲選手としての心構えをもって毎日を過ごそう。

男子砲丸投と平行して行われた女子槍投、新人2名が出場。国体強化記録会の投げで肘を痛めてしまい槍投の練習を控えていた酒井は振り切りに不安を抱えて恐る恐る振り切った感じで槍に力を加えることが出来ませんでした。肩の力はあるもののクロス走からのリズムとクロスでの間が作れていない森田はフェールを気にせず投げたトライアルの投げが出来ず、「トライアル・ガール」に・・・

【第二日目】

入学前から短距離1人の練習に参加してきた佐々木が100mに登場、号砲が鳴って一人出遅れてスタートを切り最初の10mでついた前との差がそのまま変わらずゴールインしてしまった。タイムも12秒60で納得のいかない結果でした。中間疾走の走りは確実に



よくなっているのでスタートからの加速を磨いていくことで結果は変わってくるだろう。“短距離一番星”佐々木の今後の活躍に期待だ！

今シーズンまだベストの出ていない槍投の宝積、この地区総体は何としてもベスト記録それも50m越えが欲しい試合だったので一週間前からある程度の調整をして臨みました。しかし、結果はクロスのリズムで助走スピードを殺してしまい上体が突っ立ったまま肩を振り回してしまい、槍に力を加えることが出来ずに失速する投擲を繰り返してしまいました。調整はしたものの、腰に不安がありながらベルトを忘れるなど明らかに準備不足、気持ちが入っていなかった結果でしょう。県での巻き返しを期待します。渡辺の槍投についてはノーコメント、怪我がなくてよかった・・・



広島スタジアムでは日中は海側から風が吹き円盤投にとっては条件の良い向かい風となることが多いが、この日の風は強すぎました。強い向かい風は力のある選手が低く鋭く振り切ることで円盤を風に任せ好記録を出すことが多いのですが、力のない選手にとっては不利な条件となります。その中で経験の浅い新人が参加しました。森田は円盤投の練習量が少ないうえに試合での集中力に欠け不発。逆に酒井はトライアルから一投一投私が出した指示に集中して取り組み結果を作り出した。普段の練習では20mいくかいかないかの距離しか投げていないが、ここ一発で25m近くに持って行きベ

スト・エイト（入賞）まであと一步だった。大会できっかけを掴み大会後の練習では25m越えの投げも出来た。「考えること」「集中すること」で結果を創っていく好例でした。県総体までにターンにもチャレンジしますが、30mを超えて中国大会（6位以内）と「強く思う」ことでさらに大きな結果を創っていこう。

【第三日目】

100mでは自己記録を更新できなかった佐々木は200mでの雪辱を図った。スタートからの流れもよく、取り組んできたコーナーからの加速もスムーズにいったように見えたが、中盤から上体が上がり後半には肩もぶれて、最後まで力を地面に伝え切ることが出来ませんでした。後半ばらばらだった割にタイムは自己記録にあと僅かだったので後半対策の練習にも取り組むことで一気に24秒前半に入ることも可能だと思います。まあ、じっくりやってみましょう。秋には23秒台を狙おう！

新人投擲娘2名が3種目目となる女子砲丸投に登場。砲丸投は数回しか練習していない酒井は明らかに力不足でした。砲丸投は円盤や槍にとっても練習となる種目なので補強的意味でも取り入れていきましょう。ここまで県総体出場を決めていない森田が一番取り組んできた砲丸で決めるしかなかった。レベル的にみて力を出せば十分入賞することが可能だったが、結果は3投とも力強く砲丸を突き出すことが出来ず予選落ち。何とか県への出場権は得たものの他の種目同様投げへの集中や身体コントロールに大



きな課題を残した。翌日の練習で9mラインを超える投げがあったことをみても潜在能力は凄いものがある。県総体では本気で10mを越え中国大会に出場すると「強く思って」取り組もう。

最後の種目男子円盤投、他の投擲3種目で21点取っていたのでこの円盤投で得点を上乗せし総合順位を一つでも上げておきたいところだった。そろそろ35mに乗せておきたい渡辺と今シーズン素人ターンながら35mを超えている西田は十分入賞を狙うことも出来たが、結果は散々でギリギリ18位と19位で県の切符を手にしたに過ぎなかった。練習不足とはいえ、最後の最後で二人ともポカをしてしまった。片岡はまだ円盤が手に馴染んでいない。回数をこなして慣れるしかない。

男子総合の部は0.5点差で7位(賞状を逃す)。フィールドの部も0.5点差で4位、「なつてはならない2位、4位、7位」にはまってしまった。円盤投のポカや槍投宝積の不調が響いた結果だと思う。残念ではあるが、一気に爆発するより、もっと肝心なところで結果を出したほうがいいので、今回の悔しさはとっておこう。

県・中国と二段階ロケットに！

第114回広島地区高等学校陸上競技選手権大会

平成19年5月1~3日
広島スタジアム

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	100m	佐々木 祥之	1	12" 60	- 1.1	予5		晴れ
男	200m	佐々木 祥之	1	25" 25	+ 1.1	予5		晴れ
男	砲丸投	西田 直樹	2	13m75		決2	自己新・大会新	晴れ
男	砲丸投	篠原 颯	1	ショート				晴れ
男	砲丸投	片岡 克一	1	ショート				晴れ
男	円盤投	渡辺 辰徳	3	28m37		決18		晴れ
男	円盤投	西田 直樹	2	28m29		決19		晴れ
男	円盤投	片岡 克一	1	ショート				晴れ
男	ハンマー投	渡辺 辰徳	3	53m28		決1	自己新・大会新	曇り
男	ハンマー投	西田 直樹	2	42m81		決6	自己新	曇り
男	ハンマー投	篠原 颯	1	24m98			自己新	曇り
男	槍投	宝積 孝誌郎	3	46m22		決6		晴れ
男	槍投	渡辺 辰徳	3	ショート				晴れ
女	砲丸投	森田 真由美	1	7m95		決13		晴れ
女	砲丸投	酒井 香織	1	6m88		決24	4k初出場	晴れ
女	円盤投	酒井 香織	1	24m83		決10	自己新	晴れ
女	円盤投	森田 真由美	1	20m20		決21	自己新	晴れ
女	槍投	森田 真由美	1	20m02		決30	初出場	晴れ
女	槍投	酒井 香織	1	21m91		決25		晴れ

男子総合 第7位 [21点]

男子フィールドの部 第4位 [21点]



賞状までいっしょ

県総体、初日に目立った安芸高校。本物の新聞記事になっちゃったよ～

【男子ハンマー投】

なぜか、総体の初日は雨が多い。昨年の県、今年の前地区、そして今年の前地区は土砂降り。雨に強いハンマー投の渡辺にとっては願ったり叶ったりの恵みの雨であった。回転する競技ではファールを恐れて一投目を慎重に入る選手が多い。ましてや雨で滑りやすいサークルを考えれば、力のある選手ほど安全策を取ることが多い。しかし、中国大会以上の大会では一投目の入りで決めるくらいの投げをしないと通用しない。地区総体同様、渡辺は一投目から4回転でしっかり投げていった。一回転目の入りは幾分ゆっくり目に見えたがそれはヘッドが外に対して引っ張られていった証拠、実に安定したターンで加速し50mラインを大きく超えた。(但しフィニッシュで潰れいまいとつ伸びを欠いた) 中国大会であれば、これで6位以内はほぼ決まる位置だ。幸先の良いスタートで上の大会でのリハーサルとしても成功の形をつくった。2投目以降の記録の伸びが楽しみな入りだったが、この日のいいところはこれまで、2投目に突っ込んで入り雨で滑るぶん早くトップスピードになってリズムが狂ってからその後の投げも修正がきかず伸びがなかった。結局、西農の作田に逆転されて2位。一投目の感じであれば55m以上も十分可能であったので残念である。中国大会は広島ビッグアーチ、室伏仕様の高速サークルなので渡辺にとっては有利であるが、リズムが狂ったらリスクもある。今回の結果は中国大会に向け必要な課題を与えて貰ったと言っていいだろう。中国に向け、課題解決に取り組もう。そして栄冠をつかもう。

3種目中国大会出場を目標にしていた西田は1種目目のハンマー投で不発、渡辺とは逆に雨で滑るサークルを気にしてスピードが鈍り本来の投げをすることが出来なかった。結果は7位、悔しいが今年の中国ではまず砲丸投で勝負したいので「初日は砲丸投に集中できる」ということ。

県初陣の篠原は試合でターンすることが出来ないレベルのままだったので30mの計測ラインを超えることが出来なかった。練習あるのみ。

【男子砲丸投】

ハンマー不発の西田が気分を変えて臨んだ砲丸投。雨を想定し前日にはサークルと砲丸を濡らして投擲練習を行い準備してきた。この日は中国大会を意識して一投目で確実に13m50以上投げて流れをつかむことを課題としたが、その一投目は13mラインに届かずその後もライバル選手達の不調に付き合っただけの入りで投擲を繰り返した。5投目に神辺旭の井上に逆転されトップを奪われるとやっと火がついた。5投目に14mラインに乗せ、躍進した地区大会の自己記録も更新して大会新Vを達成した。投げとしては砲丸の残しも甘く決しているものではなかったが、気持ちで勝った感じだった。翌日の中国新聞にも取材された内容が記事になり“安芸”の名を高めた。中国大会は県の結果が全く通用しない世界、「本気でインターハイ行きたい者、本気で勝りたい者が勝つ世界」だ。課題の1投目に勝負を決める決意で練習に励もう。今年の砲丸はレベルが高く混戦が予想される。やっつけようじゃないか、本気で狙おう15m!!

【男子槍投】

地区総体後持病の腰痛が悪化しまともな練習が出来なかった宝積、痛みをこらえての投擲はそれまでの蓄えもありベスト8に残ることを可能にしたが、自己新にも及ばず中国大会を逃した。普通の状態であれば自己記録を更新して中国大会への切符を掴むことも十分可能だったと思うので非常に残念であるが、これも勝負事の定め、結果が出せなかったのには何かの原因があったのだろう。本人もそうだが私もこの結果を謙虚に受け止め次に向かって進んでいきたい。

【1年女子】

入学間もない投擲娘酒井と森田だが、この県総体、本気で中国大会を狙っていた。酒井は本番に強いところを見せ自己新、ただエイトには届かず敗退。森田はまたしても結果を創ることが出来なかった。結局二人とも県を突破する力はなかったわけだが、中国を本気で狙って取り組んだ練習は今後に活かされるだろう。秋の新人戦で中国(県新人3位以内)に再チャレンジ、そしてゲットだ!

第60回広島県高等学校総合体育大会陸上競技

平成19年5月25～27日
広島スタジアム

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	砲丸投	西田 直樹	2	14m00		決1	自己新・大会新	曇り
男	円盤投	西田 直樹	2	39m38		決7	自己新	晴れ
男	円盤投	渡辺 辰徳	3	シヨート				晴れ
男	ハンマー投	渡辺 辰徳	3	50m38		決2	自己新・大会新	雨
男	ハンマー投	西田 直樹	1	42m17		決7		雨
男	ハンマー投	篠原 颯	1	シヨート				雨
男	槍投	宝積 孝誌郎	3	46m54		決8		晴れ
女	砲丸投	森田 真由美	1	シヨート				晴れ
女	円盤投	酒井 香織	1	26m70		決14	自己新	晴れ

男子フィールドの部 第5位〔20点〕

石本・開内初陣、県高校記録会

平成19年度広島県高等学校陸上競技第1回記録会

平成18年6月3日
びんご運動公園陸上競技場

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	100m	開内 健士郎	1	14"00	-1.1	7	初出場	晴れ
男	円盤投	石本 亮太	1	18m69		30	初出場	晴れ
男	円盤投	片岡 克一	1	15m63		32		晴れ
男	ハンマー投	石本 亮太	1	18m93		16	初出場	晴れ
男	ハンマー投	篠原 颯	1	記録なし				晴れ
女	砲丸投	森田 真由美	1	8m55		7		晴れ
女	円盤投	酒井 香織	1	25m69		8		晴れ
女	槍投	森田 真由美	1	23m03		12	自己新	晴れ

中国一週間前の刺激で課題と収穫あり、1年も色々経験の県投擲記録会

平成19年度第3回広島県投擲記録会

平成18年6月10日
西農陸上競技場

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	砲丸投	西田 直樹	2	13m27		1		晴れ
男	ハンマー投	渡辺 辰徳	3	52m60		2		晴れ
男	ハンマー投	篠原 颯	1	17m09		8		晴れ
男	円盤投	石本 涼太	1	23m07		5	自己新	晴れ
男	円盤投	片岡 克一	1	18m09		6	自己新	晴れ
女	円盤投	酒井 香織	1	23m88		5		晴れ
女	槍投	森田 真由美	1	23m78		3	自己新	晴れ
女	ハンマー投	森田 真由美	1	18m92		2	初出場	晴れ

思わぬ苦戦、渡辺6位通過。急成長西田4位でインターハイ！！

第60回中国高等学校陸上競技対校選手県大会

平成19年6月14日
広島ビッグアリーナ

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	ハンマー投	渡辺 辰徳	3	52m34		決 6		雨・曇り
男	砲丸投	西田 直樹	2	14m40		決 4	自己新	曇り



インターハイが決まりました。やっと、やっと・・・の思いです。しかも2人、渡辺と西田。ともに中学校時代は無名の選手が安芸高校に入り、インターハイ出場を決めました。この陸上競技部通信も23号になりますが、第1号を書いたときにこの日がくることは正直言って半信半疑でした。私としては「インターハイ出場、そこで勝負、優勝」することを前提に人生を過ごしているの、「生徒がいれば何とかしてやる」という思いを持って安芸高校での指導を始めたのですが、着任当時の学校の雰囲気は私自身の自信を喪失させていました。しかし、やればできるのです。今回の結果を客観的にみて、やはり「学校は生き物だ」「生徒のエネルギーは凄い」と感じます。安芸高校ではかつて剣道部が隆盛を極めインターハイ・国体の常連でしたが、学校の変化とともに全国から姿を消し、今年実に17年振りにインターハイ出場となったわけです。二人は入学以来努力し成長してこの結果を創り出したのですが、学校を見守り支えてくださった多くの関係者、先生方、そして何より毎日の生活を支えてくださっているご家族の方々のおかげでこの結果をいただいたのだと思います。インターハイではその方々への感謝の気持ちを胸にベストを尽くしましょう。おめでとう！そして、本当の勝負に向かって進化しよう！



安芸校では17年ぶり
念願のインターハイ出場

結果を残したのはまた西田、大学生に混じって4位で中国選手権へ

第60回広島県陸上競技選手県大会

平成19年6月23～24日
広島スタジアム

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	ハンマー投	渡辺 辰徳	3	46m08		7	一般初出場	雨・曇り
男	砲丸投	西田 直樹	2	12m58		4	一般初出場	雨・曇り
女	円盤投	酒井 香織	1	3F				曇り
女	砲丸投	森田 真由美	1	8m28		9		雨・曇り
女	ハンマー投	森田 真由美	1	19m71		4	初出場	雨・曇り

この夏は暑いぞ、熱い心で自分を変えよう！

広島県立安芸高等学校陸上競技部
平成19年度夏季活動計画表

私は変わる！ 今、ここで！！

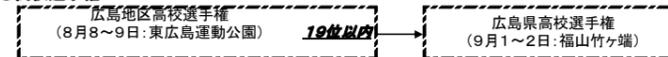
「暑い夏こそ、自分の心を平常に保ち、生活をコントロールする力を養うチャンスです。一カ月後の成長した自分をイメージし、今、ここでやれることをする。」

7月				8月				9月				10月			
日	曜	行事等	活動時間	場所	日	曜	行事等	活動時間	場所	日	曜	行事等	日	曜	行事等
1	日		自主トレーニング		1	水	インターハイ	8:00~11:00	安芸高	1	土	県高校選手権 オープンスクール (福山竹ヶ端)	1	月	代休日予備①
2	月		自主トレーニング		2	木	砲丸投(予選・決勝)	8:00~11:00	安芸高	2	日		2	火	代休日
3	火	期末考査	自主トレーニング		3	金	ハンマー投(予選)	8:00~11:00	安芸高	3	月		3	水	
4	水	福木中体験授業	自主トレーニング		4	土	ハンマー投(決勝) サタデー	9:00~12:00	スタジアム	4	火		4	木	
5	木		自主トレーニング		5	日		Rest		5	水		5	金	秋田国体
6	金	温品中体験授業	自主トレーニング		6	月		8:00~11:00	安芸高	6	木		6	土	サタデー
7	土	通信陸上	8:00~11:00	安芸高	7	火		8:00~11:00	安芸高	7	金		7	日	
8	日		Rest		8	水	地区高校選手権 (スタジアム)	試合(終日)	スタジアム	8	土	地区新人 (スタジアム)	8	月	体育の日
9	月		16:00~18:30	安芸高	9	木	地区高校選手権 (スタジアム)	試合(終日)	スタジアム	9	日		9	火	
10	火		16:00~18:30	安芸高	10	金	投擲合宿 西農合宿	合宿(午後)	西農	10	月		10	水	
11	水		16:00~18:30	安芸高	11	土	(西農)	合宿(終日)	西農	11	火		11	木	
12	木		16:00~18:30	安芸高	12	日		合宿(午前)	西農	12	水		12	金	
13	金	地区選手権プロ編成	16:00~18:30	安芸高	13	月		Rest		13	木		13	土	中国高校新人
14	土	県投擲記録会	終日	西農	14	火		Rest		14	金		14	日	(下関)
15	日	投擲強化練習	9:00~17:00 短距離 R	西農	15	水		Rest		15	土		15	月	
16	月	サタデー	9:00~12:00 投擲 R	スタジアム	16	木		8:00~11:00	安芸高	16	日		16	火	1・3年試験発表
17	火		16:00~18:30	安芸高	17	金		8:00~11:00	安芸高	17	月		17	水	2年中間試験
18	水		16:00~18:30	安芸高	18	土	中国選手権	8:00~11:00	安芸高	18	火		18	木	
19	木		16:00~18:30	安芸高	19	日	西田・森田参加	Rest		19	水		19	金	
20	金	クラスマッチ 終業式	16:00~18:30	安芸高	20	月		8:00~11:00	安芸高	20	木		20	土	全日本ユース(大分)
21	土	九州共立合宿	8:00~11:00	安芸高	21	火		8:00~11:00	安芸高	21	金		21	日	
22	日	渡辺・西田参加	Rest		22	水		8:00~11:00	安芸高	22	土	県新人	22	月	2年結団式
23	月		8:00~11:00	安芸高	23	木		8:00~11:00	安芸高	23	日	(東広島運動公園)	23	火	
24	火		8:00~11:00	安芸高	24	金	地区委員会 新人プロ編成	8:00~11:00	安芸高	24	月		24	水	1・3年中間試験
25	水		8:00~11:00	安芸高	25	土	世界陸上合宿	8:00~11:00	安芸高	25	火		25	木	2年修学旅行
26	木		8:00~11:00	安芸高	26	日	西田参加	Rest		26	水		26	金	
27	金		8:00~11:00	安芸高	27	月	始業式	14:00~17:00		27	木	体育大会予行	27	土	県高校記録会(東広島)
28	土		8:00~11:00	安芸高	28	火	課題テスト	14:00~17:00	安芸高	28	金	体育大会準備	28	日	
29	日		Rest		29	水	午前授業	14:00~17:00	安芸高	29	土	体育大会	29	月	
30	月		8:00~11:00	安芸高	30	木	通常授業	16:00~18:30	安芸高	30	日	体育大会予備日①	30	火	
31	火	佐賀出発	8:00~11:00	安芸高	31	金	通常授業	16:00~18:30	安芸高	31	水		31	木	

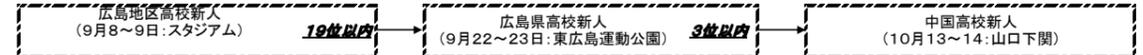
※夏季休業中の活動は猛暑を考慮し、朝8時からトレーニングとします。
※あくまでも予定です。変更がある場合はできるだけ早めに連絡します。

大会について

◎高校選手権



◎高校新人



インターハイ出場、大きな反響、感謝・感謝・・・

安芸高校にとって17年振りに出場が決まったインターハイ、学校では早速横断幕を目立つ場所に2ヶ所張っていただきました。その効果もあり地域の方々や卒業生、過去安芸高校に勤務されていた教職員の方々にも広く知っていただくことになったようです。「すごいですね。」「やったね。」「本当にうれしいよ。」「快挙だ!」・・・私の耳にも激励の言葉が多く届いてきました。

それだけではありません。同窓会、安芸高校を育てる会の方々、教職員の方々からも喜んでいただき激励を受けました。感謝の気持ちでいっぱいです。

さらに驚いたことには、約20年前の陸上競技部OBの方が突然来校され激励を受けました。現在の部員や生徒とは全く面識もない方々が渡辺と西田のインターハイ出場に対して喜びと激励の気持ちを代表して現していただいたのです。本当にありがとうございます。歴史が中断されているとは言え、同じ学校の同じクラブに所属していたという繋がりとは時間が経っても強いものなんだと改めて感じました。インターハイに出場する2人をはじめ現在の部員達は先輩方の気持ちを受け止め安芸高校のユニフォームに誇りを持って欲しい。今後はさらに先輩方が誇りに思ってもらえるチームにしていこう。

このように今回のインターハイ出場は内外の関係者や地域の方から大きな反響がありました。競技面での成功は本人達の努力もありますが、多くの方々の支えがあつてのことだと改めて感じました。喜んでいただいた全ての方々への感謝の気持ちを持ってインターハイでは堂々と戦っていこう。

勝負にいったインターハイ、経験となったインターハイ。

高校生アスリートの最高峰インターハイへの出場を決めてから一ヶ月半、この夢の舞台でいかに戦い結果を残すかを考え様々な準備をしてきた。渡辺、西田にとっては初めての全国大会となる今年のインターハイでは「インターハイで成長する。」ことをテーマに本番で実際に感じる感覚を力にして現段階での最高の投げが出来るようあせらずじっくりと仕上げてきた。

【男子砲丸投 西田】

決勝進出の14m90を大きな壁と感じさせない雰囲気を持ってきた2年生の西田。現地に入り本番前日の練習では我を忘れたかのような状態で投げがバラバラであった。本人は緊張したわけではないようだったが、明らかに気持ちの浮つきがあり精神状態が身体の動きに影響する悪いパターンになっていた。そのことは夜のミーティングでも確認し当日は落ち着いて自分の投げを取り戻すことが出来た。トライアルでは思い切りのいい突き出しで「これはいける」と感じさせた。一投目の入りもトライアル通りにいけばよかったのだが、若干の焦りが上体を起こし13m台のスタート。2投目には落ち着いて力をつくったが腰が左に開く癖は修正されず14m26、ベストに近い記録ではあるがまだ物足りなさがあつた。期待した3投目も2投目と同じよう



な投げで記録を伸ばすことが出来ず通過記録を超えることが出来なかった。後で聞くとトライアルの2投目は15mライン付近までいっていたということ、確かに成長が確認できる投げが会場内で出来たわけだがトライアルでは記録は残らない。非常に残念で悔しい結果だが、本人は手応えも感じたようだ。台風で翌日に延期された決勝を観て来年の自分の姿をイメージ出来たようだ。本気になれば！来年の舞台で17m越えは可能だ。西田自信の目標に『日本一』という文字が出てくる日も近いだろう。

【男子ハンマー投 渡辺】

「インターハイは何が起こるかかわからない。」「インターハイには魔物が住んでいる。」など、インターハイの怖さは毎年言われながら毎年その怖さを見せ付けられている。特に回転競技であるハンマー投は優勝候補が予選落ちすることすらある。ということは、8位入賞ラインを考えると出場する者は自己新を出していけば誰しも到達する可能性があるということだ。



渡辺はインターハイに向け徐々に調子を上げ、予選と決勝の二日間で成長し57m以上のアーチを描くことを前提に準備を進めてきた。一週間前くらいから55mラインに届く投げも出来るようになり現地入りしてからも調子は上向きで予定通り予選を迎えられる状況になってきた。

予選は前日の台風の影響で遅れて開始のはずが、アップ途中から今度は大雨雷雨でかなり待たされたうえ翌日順延となった。しかも翌日は全員による一発決勝、かつて経験したことのない「一投投げでは1時間待つ長丁場の試合」である。まさに「何が起こるかかわからないインターハイ」になってきた。渡辺はインターハイの魔物を味方につけて「会場で成長」するはずだったが、トライアル（2投のところが急きょ1投のみとなる）でポイントをずらしたまま試技に入り良い変化をもたらすことはなかった。予選が終わってみれば8位入賞ラインは54m前半で渡辺にとってもどうにでもできた記録ではあつた。日程的な悪条件に加え滑りにくく足に引っかかる難しいサークルだったこともあって全体的に記録が低調で渡辺同様多くの者が悔いの残る試合でもあつた。まあ負けは負けである。インターハイで決勝に残るには力がなかった。

負けの要因の一つには昨年の中国大会の失敗があると思う。魔物が住むインターハイを一度経験出来ていれば今回の展開も違っていただろう。決める時には決める真の勝負強さを身に付けることが今後の競技人生、そして人間としての成長をも左右するだろう。この経験を活かし大きくなるよう。

第60回全国高等学校陸上競技対校選手県大会

平成18年8月2～6日
佐賀県総合運動公園陸上競技場

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	砲丸投	西田 直樹	2	14m26		予組10		曇り
男	ハンマー投	渡辺 辰徳	3	51m52		決19		晴れ

全国の空気はわかった。次は全国で結果を出す！

自己新連発。開内が100m12秒台、佐々木は追参ながら1175。

第115回広島地区高等学校陸上競技選手権大会

平成19年8月8～9日
広島スタジアム

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	100m	佐々木 祥之	1	11 75	+ 2.6	予 4		晴れ
男	100m	開内 健士郎	1	12 99	+ 1.4	予 5	自己新	晴れ
男	200m	佐々木 祥之	1	24 35	+ 3.0	予 5		晴れ
男	走幅跳	開内 健士郎	1	ショート				晴れ
男	砲丸投	西田 直樹	2	14m55		決 1	自己新・大会新	晴れ
男	円盤投	西田 直樹	2	38m78		決 5		晴れ
男	円盤投	石本 涼太	1	26m70		決14	自己新	晴れ
男	ハンマー投	渡辺 辰徳	3	53m84		決 2	自己新・大会新	曇り
男	ハンマー投	石本 涼太	1	22m64		決11	自己新	曇り
女	砲丸投	森田 真由美	1	8m29		決 9		晴れ
女	砲丸投	酒井 香織	1	8m05		決12	自己新	晴れ
女	円盤投	酒井 香織	1	26m32		決 8	初入賞	晴れ
女	槍投	森田 真由美	1	29m39		決 5	自己新・初入賞	晴れ

男子フィールドの部 第6位 (19点)

インターハイ期間中は1年生のみで練習してきた。その練習の成果を発揮するのが夏の選手権である。黙々と練習してきた佐々木と開内は成果がタイムになって現れてきた。開内は100m12秒台に突入、佐々木は追い風参考ながら100m11秒75、200m24秒前半、共に春の地区総体から大幅にタイムを縮め、これまでの練習の成果を確認できた。今後の飛躍に期待したい。1年投擲陣も自己新や初入賞と活気付いた。安芸高陸上部はインターハイに出場した渡辺・西田だけではないぞ、これからは1年生、君達の出番だ！

酒井、県初入賞！ 1年生の存在感が出てきました。

第57回広島県高等学校対抗陸上競技選手権大会

平成19年9月1～2日
竹ヶ端運動公園陸上競技場

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	砲丸投	西田 直樹	2	14m74		決 1	自己新・大会新	晴れ
男	円盤投	西田 直樹	2	38m88		決 5		晴れ
男	円盤投	石本 涼太	1	28m69		決20	自己新	晴れ
男	ハンマー投	渡辺 辰徳	3	54m11		決 3	自己新・大会新	晴れ
男	ハンマー投	石本 涼太	1	28m34		決20	自己新	晴れ
女	砲丸投	森田 真由美	1	8m50		決12		晴れ
女	砲丸投	酒井 香織	1	8m23		決16	自己新	晴れ
女	円盤投	酒井 香織	1	28m30		決 6	自己新・県初入賞	晴れ
女	槍投	森田 真由美	1	27m70		決20		晴れ

男子フィールドの部 第4位 (18点)

地区で結果を出してきた1年生、県ではどうか？ 県で結果を示したのは円盤投の酒井、小柄で今はどう見ても投擲選手には見えない体型ではあるが、ターンから振り切りのタイミングは非凡なセンスがある。この大会もまともな投擲が1投だけだったようにターンの安定性には欠けるが、ターンの直線的な勢い・振り切り強さを身に付ければ早い段階で35m以上の投擲も期待できるであろう。頑張れ！！ 他の1年生も後に続け！！



石本、初入賞。渡辺の後は任せたぞ！

第33回広島地区高等学校新人陸上競技選手権大会

平成19年9月8～9日
広島スタジアム

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	100m	佐々木 祥之	1	12 26	- 2.1	予 2		晴れ
男	100m	佐々木 祥之	1	12 40	- 2.3	準 8		晴れ
男	100m	開内 健士郎	1	13 38	- 2.6	予 6		晴れ
男	200m	佐々木 祥之	1	24 89	- 1.1	予 5		晴れ
男	走幅跳	開内 健士郎	1	5m49	+ 2.5	決24		晴れ
男	砲丸投	西田 直樹	2	14m56		決 1	大会新	晴れ
男	円盤投	西田 直樹	2	38m36		決 1	新規格初出場	晴れ
男	円盤投	石本 涼太	1	22m11		決20	新規格初出場	晴れ
男	ハンマー投	石本 涼太	1	29m58		決 8	自己新・初入賞	晴れ
女	砲丸投	森田 真由美	1	8m49		決 8	初入賞	晴れ
女	砲丸投	酒井 香織	1	8m62		決 7	自己新・初入賞	晴れ
女	円盤投	酒井 香織	1	27m88		決 4		晴れ
女	槍投	森田 真由美	1	27m74		決 7		晴れ

男子フィールドの部 第6位 (17点)

女子フィールドの部 第8位 (10点)

森田、砲丸でやっと結果を出した。酒井は30mラインに迫る。

ともに1年生ではトップ！

第46回広島県高等学校新人陸上競技選手権大会

平成19年9月22～23日
東広島運動公園

男女	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	砲丸投	西田 直樹	2	14m54		決 1	大会新	晴れ
男	円盤投	西田 直樹	2	37m20		決 1		晴れ
男	ハンマー投	石本 涼太	1	27m29		決15		晴れ
女	砲丸投	森田 真由美	1	8m93		決 8	自己新・県初入賞	晴れ
女	砲丸投	酒井 香織	1	8m61		決12		晴れ
女	円盤投	酒井 香織	1	29m82		決 5	自己新	晴れ
女	槍投	森田 真由美	1	27m38		決12		晴れ

男子フィールドの部 第5位 (16点)

大雨、肉離れ、3投目棄権、苦すぎる国体デビュー

第62回国民体育大会

平成19年10月8日

秋田県立中央公園県営陸上競技場

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	砲丸投	西田 直樹	2	13m83		決19		雨

インターハイに続き国民体育大会に出場を決めた西田、9月の試合では14m50以上を連発しており、ビッグゲームが続く10月では15m台に乗せ県高校記録をも狙っていきたくところだ。ビッグゲームの最初がいきなり国体。秋田で開催された今年の国体は好転に恵まれていたが、少年男子A砲丸投が行われる10月8日は大雨、しかも前日までとはガラッと変わって温度も低くなった。国体前ポイント崩していた西田は当日の練習でいい感じに戻り会場に入った。雨の中一投目を13m83でスタート、二投目は投げ急いでショート、3投目に入る前に寒さで動かなくなった身体を動かすため意欲的に動いていたその途中、右脚大腿部裏側を肉離れしてしまった。3投目は無念のリタイア、県の代表として選んでいただいたのに力を出せないばかりか怪我をして競技を全うすることもできなかった。残念というより「申し訳ない」気持ちでいっぱいになった…。



この結果は気象条件も大きく影響しただろうが、日頃からのウォーミングアップに対する意識の低さが原因にあると思う。国体直前の練習でもこのことで私から大目玉を食らっていたのだ。慢心・怠慢・惰性・無知・・・今シーズンの飛躍の影で知らず知らずのうちに芽生えていた負の部分が一気に噴出したのがこの大事な国体の場面だったように思う。この反省と悔しさ、責任は必ず来年の大分国体で晴らそう。国体は都道府県対抗の総合競技、西田の力で広島県に8点のポイントを加算できるよう精進していこう。

心配を吹き飛ばし、中国新人2冠に輝く

第16回中国高等学校新人陸上競技対校選手権大会大会

平成19年10月13～14日

下関市営陸上競技場

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	砲丸投	西田 直樹	2	14m18		決1	大会新	晴れ
男	円盤投	西田 直樹	2	38m75		決1		晴れ

男子フィールドの部 第4位 [16点]



国体でのアクシデントで一時は不参加も考えていた中国新人、奇跡の針治療によって脅威の復活を遂げ、下関の地を踏むことが出来た。しかし、次週の日本ユースのこともあり少しでも違和感があれば“帰る”つもりで臨むことにしていた。初日の砲丸投では不安のためか下半身が十分使えない投げを繰り返していたが、最終6投目で最低限の目標であった昨年の大会記録を僅か5cm超えて優勝！2日目の円盤投は「優勝か、40m超えて海鮮丼！」という私との約束を意識してこれまた6投目に大逆転V！！大会前の不安を吹き飛ばし結果的には予定通りの展開になった。勝負強くなった証しであろう。試合後は約束通り唐戸市場で‘海鮮丼’うまかったな～来週は3度目の全国大会、しかも2年生と1年生のみの勝負、国体の反省と中国新人の勢いをこの勝負にぶつけよう。

全国初入賞はならず、5cmに泣く。力をつけて来年勝負！

第1回日本ユース陸上競技選手権大会

平成19年10月21日

大分九州石油ドーム

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	砲丸投	西田 直樹	2	14m56		決9		晴れ

来年の国体会場となる大分九州石油ドームで第1回日本ユース大会が行われた。西田にとっては3度目の全国大会で練習会場でも全国の砲丸仲間と気軽に会話できる程慣れてきた。これまで何度か挑戦してきた15m超えを達成すれば上位入賞も可能となる最高の舞台、1投目はセカンド記録となる14m56で順調に滑り出したものの以降が気負いすぎで13m台、終わってみれば5cm差でエイト入りを逃した。技術的には右足が動かず上体に頼る投げの欠点があるということだが、上位の選手に比べ明らかに突き出しのスピードが違う。また、脚さばきもメリハリがなく体幹部の粘りもない。今後の強化ポイントが見えてきた。3cmに泣いて中国新人を逃した昨年から全国に躍り出た今シーズンだったが、一冬越えたときには全国頂点を狙う身体と意識に変身しよう。



突き出し直前の局面、1位2位の選手に比べ、西田の体幹の粘りがなく、砲丸と頭の位置が前方にあることが一目瞭然。姿勢も西田は直立、1位2位選手は後傾しているように見える。

平成19年最後の投擲記録会

平成19年度第6回広島県投擲記録会

平成19年11月23日
西農陸上競技場

男女	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	砲丸投	西田 直樹	2	14m13				曇り
男	円盤投	西田 直樹	2	33m50				曇り
男	ハンマー投	渡辺 辰徳	3	50m39				曇り
男	ハンマー投	石本 亮太	1	35m08			自己新	曇り
女	砲丸投	森田 真由美	1	8m72				曇り
女	円盤投	酒井 香織	1	30m82			自己新	曇り
女	ハンマー投	森田 真由美	1	19m73				曇り

吉備路記録会

平成19年度第1回吉備路陸上競技大会

平成19年11月25日
総社市総社北公園陸上競技場

男女	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	砲丸投	西田 直樹	2	13m99				晴れ
男	円盤投	西田 直樹	2	35m95				晴れ
男	円盤投	石本 亮太	1	26m47			自己新	晴れ
男	ハンマー投	石本 亮太	1	37m18			自己新	晴れ
女	円盤投	酒井 香織	1	29m29				晴れ
女	槍投	森田 真由美	1	28m35				晴れ

平成19年度最後、平成20年最初の投擲記録会

平成19年度第8回広島県投擲記録会

平成20年3月23日
西農陸上競技場

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
女	砲丸投	酒井 香織	1	8m69			自己新	雨
女	槍投	森田 真由美	1	27m17				雨
女	円盤投	酒井 香織	1	30m73				雨
女	ハンマー投	森田 真由美	1	28m39			自己新	雨

平成19年度種目別最高記録

2007年種目別最高記録

種目	男子				男子			
	名前	学年	記録	風力	名前	学年	記録	風力
100M	佐々木 祥之	1	12" 25	- 1.2				
200M	佐々木 祥之	1	24" 89	- 1.1				
400M	佐々木 祥之	1	57" 80					
800M								
1500M								
3000M								
5000M								
100MH								
110MH								
400MH								
3000MSC								
4×100MR								
4×400MR								
走幅跳	開内 健士郎	1	5m26	- 1.2				
走高跳								
三段跳								
棒高跳								
砲丸投	西田 直樹	2	14m74		森田 真由美	1	8m93	
円盤投1.0 kg					酒井 香織	1	30m82	
円盤投1.5 kg	西田 直樹	2	39m38					
円盤投1.75kg	西田 直樹	2	38m75					
ハンマー投	渡辺 辰徳	3	54m11		森田 真由美	1	28m39	
槍投	宝積 孝誌郎	3	46m54		森田 真由美	1	29m39	
混成8種競技								
混成7種競技								
一般砲丸投	西田 直樹	2	12m85					

2007年種目別ランキング
男子1

性	種目	順位	名前	学年	記録	風力	競技会名	期日	場所
男	100m	1	佐々木 祥之	1	12" 26	- 2.1	第33回広島地区新人	2007.9.8~9	広島スタジアム
男	100m	2	佐々木 祥之	1	12" 38	+ 1.9	平成19年度国体強化記録会	2007.4.14~15	広島スタジアム
男	100m	3	佐々木 祥之	1	12" 40	- 2.3	第33回広島地区新人	2007.9.8~9	広島スタジアム
男	100m	4	佐々木 祥之	1	12" 60	- 1.1	第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム
男	100m	5	開内 健士郎	1	12" 99	+ 1.4	第115回広島地区高校選手権	2007.8.8~9	広島スタジアム
男	100m	6	開内 健士郎	1	13" 20	- 0.7	第2回広島市記録会	2007.10.6	広島スタジアム
男	100m	7	開内 健士郎	1	13" 38	- 2.6	第33回広島地区新人	2007.9.8~9	広島スタジアム
男	100m	8	開内 健士郎	1	14" 00	- 1.1	第1回広島県高校記録会	2007.6.3	びんご運動公園
男	100m	参考	佐々木 祥之	1	11" 75	+ 2.6	第115回広島地区高校選手権	2007.8.8~9	広島スタジアム
男	100m	参考	佐々木 祥之	1	11" 77	+ 3.4	第2回広島県高校記録会	2007.10.27	東広島運動公園
男	100m	参考	開内 健士郎	1	12" 62	+ 2.3	第2回広島県高校記録会	2007.10.27	東広島運動公園
男	200m	1	佐々木 祥之	1	24" 89	- 1.1	第33回広島地区新人	2007.9.8~9	広島スタジアム
男	200m	2	佐々木 祥之	1	25" 25	+ 1.1	第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム
男	200m	参考	佐々木 祥之	1	25" 77	+ 2.1	平成19年度国体強化記録会	2007.4.14~15	広島スタジアム
男	200m	参考	佐々木 祥之	1	24" 35	+ 3.0	第115回広島地区高校選手権	2007.8.8~9	広島スタジアム
男	400m	1	佐々木 祥之	1	57" 80	-	第2回広島市記録会	2007.10.6	広島スタジアム
男	走幅跳	1	開内 健士郎	1	5m26	- 1.2	第2回広島市記録会	2007.10.6	広島スタジアム
男	走幅跳	2	開内 健士郎	1	シヨート	-	第115回広島地区高校選手権	2007.8.8~9	広島スタジアム
男	走幅跳		開内 健士郎	1	5m49	+ 2.5	第33回広島地区新人	2007.9.8~9	広島スタジアム
男	走幅跳		開内 健士郎	1	5m32	+ 3.2	第2回広島県高校記録会	2007.10.27	東広島運動公園
男	砲丸投	1	西田 直樹	2	14m74	-	第57回広島県高校選手権	2007.9.1~2	竹ヶ端運動公園
男	砲丸投	2	西田 直樹	2	14m56	-	第33回広島地区新人	2007.9.8~9	広島スタジアム
男	砲丸投	3	西田 直樹	2	14m56	-	第1回日本ユース	2007.10.21	大分九州石油ドーム
男	砲丸投	4	西田 直樹	2	14m55	-	第115回広島地区高校選手権	2007.8.8~9	広島スタジアム
男	砲丸投	5	西田 直樹	2	14m54	-	第46回広島県新人	2007.9.22~23	東広島運動公園
男	砲丸投	6	西田 直樹	2	14m40	-	第60回中国高校陸上	2007.6.14	広島ビッグアーチ
男	砲丸投	7	西田 直樹	2	14m31	-	第4回広島県投擲記録会	2007.7.15	西農陸上競技場
男	砲丸投	8	西田 直樹	2	14m26	-	第60回全国高校総体	2007.8.2~6	佐賀県総合運動公園
男	砲丸投	9	西田 直樹	2	14m18	-	第16回中国新人	2007.10.13~14	下関市営
男	砲丸投	10	西田 直樹	2	14m13	-	第6回広島県投擲記録会	2007.11.23	西農陸上競技場
男	砲丸投	11	西田 直樹	2	14m00	-	第60回広島県高校総体	2007.5.25~27	広島スタジアム
男	砲丸投	12	西田 直樹	2	13m99	-	第1回吉備路陸上競技大会	2007.11.25	総社市総社北公園
男	砲丸投	13	西田 直樹	2	13m83	-	第62回国民体育大会	2007.10.8	秋田県中央公園
男	砲丸投	14	西田 直樹	2	13m75	-	第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム
男	砲丸投	15	西田 直樹	2	13m27	-	第3回広島県投擲記録会	2007.6.10	西農陸上競技場
男	砲丸投	16	西田 直樹	2	13m26	-	第1回広島県投擲記録会	2007.4.21	西農陸上競技場
男	砲丸投	17	西田 直樹	2	13m15	-	平成19年度国体強化記録会	2007.4.14~15	広島スタジアム
男	砲丸投	18	西田 直樹	1	12m67	-	平成18年度第8回広島県投擲記録会	2007.3.21	西農陸上競技場
男	砲丸投	19	篠原 颯	1	7m69	-	平成19年度国体強化記録会	2007.4.14~15	広島スタジアム
男	砲丸投	20	篠原 颯	1	7m62	-	第1回広島県投擲記録会	2007.4.21	西農陸上競技場
男	砲丸投	21	片岡 克一	1	6m47	-	第1回広島県投擲記録会	2007.4.21	西農陸上競技場
男	砲丸投	22	片岡 克一	1	5m94	-	平成19年度国体強化記録会	2007.4.14~15	広島スタジアム
男	砲丸投	23	片岡 克一	1	シヨート	-	第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム
男	砲丸投	24	篠原 颯	1	シヨート	-	第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム
男	円盤投	1	西田 直樹	2	39m38	-	第60回広島県高校総体	2007.5.25~27	広島スタジアム
男	円盤投	2	西田 直樹	2	38m88	-	第57回広島県高校選手権	2007.9.1~2	竹ヶ端運動公園
男	円盤投	3	西田 直樹	2	38m78	-	第115回広島地区高校選手権	2007.8.8~9	広島スタジアム
男	円盤投	4	西田 直樹	2	35m24	-	平成19年度国体強化記録会	2007.4.14~15	広島スタジアム
男	円盤投	5	西田 直樹	2	35m12	-	第1回広島県投擲記録会	2007.4.21	西農陸上競技場
男	円盤投	6	西田 直樹	1	33m20	-	平成18年度第8回広島県投擲記録会	2007.3.21	西農陸上競技場
男	円盤投	7	石本 亮太	1	28m69	-	第57回広島県高校選手権	2007.9.1~2	竹ヶ端運動公園
男	円盤投	8	渡辺 辰徳	3	28m37	-	第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム
男	円盤投	9	西田 直樹	2	28m29	-	第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム
男	円盤投	10	宝積 孝誌郎	3	26m74	-	平成19年度国体強化記録会	2007.4.14~15	広島スタジアム
男	円盤投	11	石本 亮太	1	26m70	-	第115回広島地区高校選手権	2007.8.8~9	広島スタジアム
男	円盤投	12	石本 亮太	1	24m94	-	第4回広島県投擲記録会	2007.7.15	西農陸上競技場
男	円盤投	13	石本 亮太	1	23m07	-	第3回広島県投擲記録会	2007.6.10	西農陸上競技場
男	円盤投	14	石本 亮太	1	22m11	-	第33回広島地区新人	2007.9.8~9	広島スタジアム
男	円盤投	15	片岡 克一	1	18m09	-	第3回広島県投擲記録会	2007.6.10	西農陸上競技場
男	円盤投	16	片岡 克一	1	14m89	-	第1回広島県投擲記録会	2007.4.21	西農陸上競技場
男	円盤投	17	渡辺 辰徳	3	30m76	-	平成19年度国体強化記録会	2007.4.14~15	広島スタジアム
男	円盤投	18	西田 直樹	2	25m86	-	第4回広島県投擲記録会	2007.7.15	西農陸上競技場
男	円盤投	19	石本 亮太	1	18m69	-	第1回広島県高校記録会	2007.6.3	びんご運動公園
男	円盤投	20	片岡 克一	1	15m63	-	第1回広島県高校記録会	2007.6.3	びんご運動公園
男	円盤投	21	片岡 克一	1	シヨート	-	第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム
男	円盤投	22	渡辺 辰徳	3	シヨート	-	第60回広島県高校総体	2007.5.25~27	広島スタジアム

2007年種目別ランキング
男子2

性	種目	順位	名前	学年	記録	風力	競技会名	期日	場所
男	円盤投1.75	1	西田 直樹	2	38m75	-	第16回中国新人	2007.10.13~14	下関市営
男	円盤投1.75	2	西田 直樹	2	38m36	-	第33回広島地区新人	2007.9.8~9	広島スタジアム
男	円盤投1.75	3	西田 直樹	2	37m20	-	第46回広島県新人	2007.9.22~23	東広島運動公園
男	円盤投1.75	4	西田 直樹	2	35m95	-	第1回吉備路陸上競技大会	2007.11.25	総社市総社北公園
男	円盤投1.75	5	西田 直樹	2	33m50	-	第6回広島県投擲記録会	2007.11.23	西農陸上競技場
男	円盤投1.75	6	石本 亮太	1	26m47	-	第1回吉備路陸上競技大会	2007.11.25	総社市総社北公園
男	円盤投1.75	7	石本 亮太	1	22m87	-	第2回広島県高校記録会	2007.10.27	東広島運動公園
男	円盤投1.75	8	佐々木 祥之	1	20m14	-	第2回広島県高校記録会	2007.10.27	東広島運動公園
男	ハンマー投	1	渡辺 辰徳	3	54m11	-	第57回広島県高校選手権	2007.9.1~2	竹ヶ端運動公園
男	ハンマー投	2	渡辺 辰徳	3	53m84	-	第115回広島地区高校選手権	2007.8.8~9	広島スタジアム
男	ハンマー投	3	渡辺 辰徳	3	53m38	-	第60回広島県高校総体	2007.5.25~27	広島スタジアム
男	ハンマー投	4	渡辺 辰徳	3	53m28	-	第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム
男	ハンマー投	5	渡辺 辰徳	3	52m60	-	第3回広島県投擲記録会	2007.6.10	西農陸上競技場
男	ハンマー投	6	渡辺 辰徳	3	52m34	-	第60回中国高校陸上	2007.6.14	広島ビッグアーチ
男	ハンマー投	7	渡辺 辰徳	3	51m52	-	第60回全国高校総体	2007.8.2~6	佐賀県総合運動公園
男	ハンマー投	8	渡辺 辰徳	3	50m39	-	第6回広島県投擲記録会	2007.11.23	西農陸上競技場
男	ハンマー投	9	渡辺 辰徳	2	50m37	-	平成18年度第8回広島県投擲記録会	2007.3.21	西農陸上競技場
男	ハンマー投	10	渡辺 辰徳	3	50m02	-	第4回広島県投擲記録会	2007.7.15	西農陸上競技場
男	ハンマー投	11	渡辺 辰徳	3	49m34	-	第1回広島県投擲記録会	2007.4.21	西農陸上競技場
男	ハンマー投	13	西田 直樹	2	42m81	-	第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム
男	ハンマー投	14	西田 直樹	1	42m17	-	第60回広島県高校総体	2007.5.25~27	広島スタジアム
男	ハンマー投	15	石本 亮太	1	37m18	-	第1回吉備路陸上競技大会	2007.11.25	総社市総社北公園
男	ハンマー投	16	石本 亮太	1	35m08	-	第6回広島県投擲記録会	2007.11.23	西農陸上競技場
男	ハンマー投	17	石本 亮太	1	29m58	-	第33回広島地区新人	2007.9.8~9	広島スタジアム
男	ハンマー投	18	石本 亮太	1	28m34	-	第57回広島県高校選手権	2007.9.1~2	竹ヶ端運動公園
男	ハンマー投	19	石本 亮太	1	27m29	-	第46回広島県新人	2007.9.22~23	東広島運動公園
男	ハンマー投	20	篠原 颯	1	24m98	-	第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム
男	ハンマー投	21	石本 亮太	1	22m64	-	第115回広島地区高校選手権	2007.8.8~9	広島スタジアム
男	ハンマー投	22	篠原 颯	1	21m98	-	第1回広島県投擲記録会	2007.4.21	西農陸上競技場
男	ハンマー投	23	石本 亮太	1	20m85	-	第4回広島県投擲記録会	2007.7.15	西農陸上競技場
男	ハンマー投	24	石本 亮太	1	18m93	-	第1回広島県高校記録会	2007.6.3	びんご運動公園
男	ハンマー投	25	篠原 颯	1	17m09	-	第3回広島県投擲記録会	2007.6.10	西農陸上競技場
男	ハンマー投	26	篠原 颯	1	シヨート	-	第60回広島県高校総体	2007.5.25~27	広島スタジアム
男	ハンマー投	27	篠原 颯	1	記録なし	-	第1回広島県高校記録会	2007.6.3	びんご運動公園
男	ハンマー投7.24kg	12	渡辺 辰徳	3	46m08	-	第60回広島県選手権大会	2007.6.23~24	広島スタジアム
男	槍投	1	宝積 孝誌郎	3	46m54	-	第60回広島県高校総体	2007.5.25~27	広島スタジアム
男	槍投	2	宝積 孝誌郎	3	46m22	-	第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム
男	槍投	3	宝積 孝誌郎	3	43m20	-	第1回広島県投擲記録会	2007.4.21	西農陸上競技場
男	槍投	4	宝積 孝誌郎	2	42m70	-	平成18年度第8回広島県投擲記録会	2007.3.21	西農陸上競技場
男	槍投	5	宝積 孝誌郎	3	40m70	-	平成19年度国体強化記録会	2007.4.14~15	広島スタジアム
男	槍投	6	石本 亮太	1	25m58	-	第2回広島県高校記録会	2007.10.27	東広島運動公園
男	槍投	7	渡辺 辰徳	3	シヨート	-	第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム
男	一般砲丸投	1	西田 直樹	2	12m85	-	中国選手権	2007.8.17~18	島根浜山陸上競技場
男	一般砲丸投	2	西田 直樹	2	12m58	-	第60回広島県選手権大会	2007.6.23~24	広島スタジアム

2007年種目別ランキング
女子

性	種目	順位	名前	学年	記録	風力	競技会名	期日	場所
女	円盤投	10	酒井 香織	1	30m82		第6回広島県投擲記録会	2007.11.23	西農陸上競技場
女	円盤投	11	酒井 香織	1	29m82		第46回広島県新人	2007.9.22~23	東広島運動公園
女	円盤投	12	酒井 香織	1	29m29		第1回吉備路陸上競技大会	2007.11.25	総社市総社北公園
女	円盤投	13	酒井 香織	1	28m30		第57回広島県高校選手権	2007.9.1~2	竹ヶ端運動公園
女	円盤投	14	酒井 香織	1	27m88		第33回広島地区新人	2007.9.8~9	広島スタジアム
女	円盤投	15	酒井 香織	1	26m70		第60回広島県高校総体	2007.5.25~27	広島スタジアム
女	円盤投	16	酒井 香織	1	26m32		第115回広島地区高校選手権	2007.8.8~9	広島スタジアム
女	円盤投	17	酒井 香織	1	24m83		第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム
女	円盤投	18	酒井 香織	1	23m88		第3回広島県投擲記録会	2007.6.10	西農陸上競技場
女	円盤投	19	酒井 香織	1	22m64		第4回広島県投擲記録会	2007.7.15	西農陸上競技場
女	円盤投	20	森田 真由美	1	20m20		第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム
女	円盤投	21	酒井 香織	1	28m13		第2回広島県高校記録会	2007.10.27	東広島運動公園
女	円盤投	22	酒井 香織	1	25m69		第1回広島県高校記録会	2007.6.3	びんご運動公園
女	円盤投	23	酒井 香織	1	21m88		第1回広島県投擲記録会	2007.4.21	西農陸上競技場
女	円盤投	24	森田 真由美	1	21m29		第2回広島県高校記録会	2007.10.27	東広島運動公園
女	円盤投	25	森田 真由美	1	15m57		第1回広島県投擲記録会	2007.4.21	西農陸上競技場
女	円盤投	26	酒井 香織	1	3F		第60回広島県選手権大会	2007.6.23~24	広島スタジアム
女	ハンマー投	1	森田 真由美	1	19m73		第6回広島県投擲記録会	2007.11.23	西農陸上競技場
女	ハンマー投	2	森田 真由美	1	19m71		第60回広島県選手権大会	2007.6.23~24	広島スタジアム
女	ハンマー投	3	森田 真由美	1	19m50		中国選手権	2007.8.17~18	鳥根浜山陸上競技場
女	ハンマー投	4	森田 真由美	1	18m92		第3回広島県投擲記録会	2007.6.10	西農陸上競技場
女	砲丸投	1	森田 真由美	1	8m93		第46回広島県新人	2007.9.22~23	東広島運動公園
女	砲丸投	2	森田 真由美	1	8m72		第6回広島県投擲記録会	2007.11.23	西農陸上競技場
女	砲丸投	3	酒井 香織	1	8m62		第33回広島地区新人	2007.9.8~9	広島スタジアム
女	砲丸投	4	酒井 香織	1	8m61		第46回広島県新人	2007.9.22~23	東広島運動公園
女	砲丸投	5	森田 真由美	1	8m55		第1回広島県高校記録会	2007.6.3	びんご運動公園
女	砲丸投	6	森田 真由美	1	8m50		第57回広島県高校選手権	2007.9.1~2	竹ヶ端運動公園
女	砲丸投	7	森田 真由美	1	8m49		第33回広島地区新人	2007.9.8~9	広島スタジアム
女	砲丸投	8	森田 真由美	1	8m29		第115回広島地区高校選手権	2007.8.8~9	広島スタジアム
女	砲丸投	9	森田 真由美	1	8m28		第60回広島県選手権大会	2007.6.23~24	広島スタジアム
女	砲丸投	10	酒井 香織	1	8m23		第57回広島県高校選手権	2007.9.1~2	竹ヶ端運動公園
女	砲丸投	11	森田 真由美	1	8m15		第4回広島県投擲記録会	2007.7.15	西農陸上競技場
女	砲丸投	12	酒井 香織	1	8m05		第115回広島地区高校選手権	2007.8.8~9	広島スタジアム
女	砲丸投	13	森田 真由美	1	7m95		第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム
女	砲丸投	14	森田 真由美	1	8m67		第1回広島県投擲記録会	2007.4.21	西農陸上競技場
女	砲丸投	15	酒井 香織	1	6m88		第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム
女	砲丸投	16	森田 真由美	1	シヨート		第60回広島県高校総体	2007.5.25~27	広島スタジアム
女	槍投	1	森田 真由美	1	29m39		第115回広島地区高校選手権	2007.8.8~9	広島スタジアム
女	槍投	2	森田 真由美	1	28m35		第1回吉備路陸上競技大会	2007.11.25	総社市総社北公園
女	槍投	3	森田 真由美	1	28m10		第2回広島県高校記録会	2007.10.27	東広島運動公園
女	槍投	4	森田 真由美	1	27m74		第33回広島地区新人	2007.9.8~9	広島スタジアム
女	槍投	5	森田 真由美	1	27m70		第57回広島県高校選手権	2007.9.1~2	竹ヶ端運動公園
女	槍投	6	森田 真由美	1	27m38		第46回広島県新人	2007.9.22~23	東広島運動公園
女	槍投	7	森田 真由美	1	23m78		第3回広島県投擲記録会	2007.6.10	西農陸上競技場
女	槍投	8	森田 真由美	1	23m03		第1回広島県高校記録会	2007.6.3	びんご運動公園
女	槍投	9	森田 真由美	1	22m72		第4回広島県投擲記録会	2007.7.15	西農陸上競技場
女	槍投	10	酒井 香織	1	21m91		第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム
女	槍投	11	酒井 香織	1	21m12		平成19年度国体強化記録会	2007.4.14~15	広島スタジアム
女	槍投	12	森田 真由美	1	20m02		第114回広島地区高校総体	2007.5.1~3	広島スタジアム

広島県立安芸高等学校陸上競技部
平成20年度春季活動計画表

結果は創るもの

念ずれば、花ひらく

4月				5月				6月							
日	曜	行事等	活動時間	場所	日	曜	行事等	活動時間	場所	日	曜	行事等	活動時間	場所	
1	火	辞令交付・諸会議	9:00~12:00	安芸高	1	木	遠足 地区総体	7:30集合完了	スタジアム	1	日		Rest		
2	水		9:00~12:00	安芸高	2	金	代休日 地区総体	7:30集合完了	スタジアム	2	月		16:00~19:00	安芸高	
3	木		9:00~12:00	安芸高	3	土	憲法記念日	9:00~12:00	安芸高	3	火		16:00~19:00	安芸高	
4	金		9:00~12:00	安芸高	4	日	地区総体	7:30集合完了	スタジアム	4	水		16:00~19:00	安芸高	
5	土	サタデー	9:00~12:00	スタジアム	5	月	こどもの日	Rest		5	木		16:00~19:00	安芸高	
6	日				6	火	振替休日	9:00~12:00	安芸高	6	金		16:00~19:00	安芸高	
7	月	始業式・入学式	自主練習		7	水		16:00~19:00	安芸高	7	土	投擲記録会	終日	西条農高	
8	火	1年大島合宿	16:00~19:00	安芸高	8	木	生徒朝会	16:00~19:00	安芸高	8	日		Rest		
9	水		16:00~19:00	安芸高	9	金		16:00~19:00	安芸高	9	月		16:00~19:00	安芸高	
10	木		16:00~19:00	安芸高	10	土	県総体前強化練習	終日	安芸高	10	火		16:00~19:00	安芸高	
11	金	クラブ紹介	16:00~19:00	安芸高	11	日	サタデー	9:00~12:00	スタジアム	11	水		16:00~19:00	安芸高	
12	土	県国体強化記録	7:30集合完了	スタジアム	12	月		Rest		12	木		16:00~19:00	安芸高	
13	日		7:30集合完了	スタジアム	13	火		16:00~19:00	安芸高	13	金	安芸高祭	16:00~19:00	安芸高	
14	月		16:00~19:00	安芸高	14	水	1年産社講演会	16:00~19:00	安芸高	14	土		15:50~17:00	安芸高	
15	火	体験クラブ	16:00~19:00	安芸高	15	木		16:00~19:00	安芸高	15	日		Rest		
16	水		16:00~19:00	安芸高	16	金		16:00~19:00	安芸高	16	月	代休日	9:00~12:00	安芸高	
17	木	体験クラブ	16:00~19:00	安芸高	17	土	授業参観・PTA総会	14:00~17:00	安芸高	17	火		16:00~19:00	安芸高	
18	金	地区総体プロ編成	16:00~19:00	安芸高	18	日		Rest		18	水		16:00~19:00	安芸高	
19	土	投擲記録会	終日	西条農高	19	月	試験発表	16:00~17:00	安芸高	19	木		16:00~19:00	安芸高	
20	日		Rest		20	火		16:00~17:00	安芸高	20	金	中国大会【岡山】	16:00~19:00	安芸高	
21	月		16:00~19:00	安芸高	21	水	生徒朝会	16:00~17:00	安芸高	21	土		9:00~12:00	安芸高	
22	火	クラブ集会	16:00~19:00	安芸高	22	木	生徒総会 (県総体社行式)	16:00~17:00	安芸高	22	日		Rest		
23	水		16:00~19:00	安芸高	23	金	県総体	7:30集合完了	スタジアム	23	月		16:00~19:00	安芸高	
24	木	生徒朝会	16:00~19:00	安芸高	24	土	県総体	7:30集合完了	スタジアム	24	火		16:00~19:00	安芸高	
25	金		16:00~19:00	安芸高	25	日	県総体	7:30集合完了	スタジアム	25	水	試験発表	16:00~17:00	安芸高	
26	土	3年合同模試 2年進路マップ	14:00~17:00	安芸高	26	月	中間考査	Rest		26	木		16:00~17:00	安芸高	
27	日		9:00~12:00	安芸高	27	火		自主練習		27	金		16:00~17:00	安芸高	
28	月		16:00~19:00	安芸高	28	水		14:00~17:00	安芸高	28	土	サタデー 広島市選手権		ビッグアーチ	
29	火	織田記念陸上	Rest		29	木	生徒会役員選挙	16:00~17:00	安芸高	29	日	広島市選手権		ビッグアーチ	
30	水		16:00~19:00	安芸高	30	金		16:00~17:00	安芸高	30	月		自主練習		
					31	土	県高校記録会	終日	びんご						

※以上はあくまでも予定です。変更がある場合は事前に連絡します。

大会概要

- 広島地区総体 各種目 19位以内が県総体への出場権を得る
- 広島県総体 各種目 6位以内が中国大会への出場権を得る
- 中国大会 各種目 6位以内がインターハイへの出場権を得る

オープン戦で酒井が大きな狼煙を上げる。西田は反省からのスタート。

平成20年度国体強化記録会

平成20年4月12~13日
広島スタジアム

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	100m	佐々木 祥之	2	12" 04	+ 2.1	組4		晴れ
男	200m	佐々木 祥之	2	24" 45	+ 0.0	組3	自己新	晴れ
男	400m	佐々木 祥之	2	56" 36		組2	自己新	晴れ
男	走幅跳	開内 健士郎	2	5m25	+ 0.9	57		晴れ
男	三段跳	開内 健士郎	2	12m17	+ 0.3	18	初出場	晴れ
男	砲丸投	西田 直樹	3	13m29		1		晴れ
男	砲丸投	高野 郷史	1	9m61		11	6kg初出場	晴れ
男	円盤投	西田 直樹	3	36m43		2		晴れ
男	円盤投	厚見 幸	1	27m13		15	初出場	晴れ
男	円盤投	石本 涼太	2	23m84		19		晴れ
男	円盤投	高野 郷史	1	21m95		23	初出場	晴れ
男	槍投	石本 涼太	2	38m33		16	自己新	晴れ
女	砲丸投	酒井 香織	2	9m25		4	自己新	曇り
女	砲丸投	森田 真由美	2	8m72		9		曇り
女	円盤投	酒井 香織	2	35m16		1	自己新	晴れ
女	槍投	森田 真由美	2	31m30		15	自己新	晴れ

長く苦しかった冬季練習も終わりいよいよ試合で冬の成果を出す時がきました。昨年大活躍の西田は大きな反省からのスタート。逆に好スタートを切ったのは酒井、何と35mのラインを超えるアーチを描き県のトップに躍り出ました。例年ならインターハイもこれくらいで決まるところですが中国地区は今年史上最高のベル、最低38m以上はいる。だからこそレベルアップできる！ やってやろうじゃないか！

森田のハンマーは今年の隠し玉、いける予感が・・・

平成20年度第1回広島県投擲記録会

平成20年4月19日
西農陸上競技場

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	砲丸投	西田 直樹	3	14m15				曇り
男	砲丸投	高野 郷史	1	10m83			自己新	曇り
男	円盤投	西田 直樹	3	34m57				曇り
男	円盤投	厚見 幸	1	27m28			自己新	曇り
男	ハンマー投	石本 涼太	2	42m20			自己新	曇り
男	ハンマー投	高野 郷史	1	22m63			初出場	曇り
女	円盤投	酒井 香織	2	34m83				曇り
女	槍投	森田 真由美	2	26m21				曇り
女	ハンマー投	森田 真由美	2	32m30			自己新	曇り

開幕戦、地区総体

第116回広島地区高等学校陸上競技選手権大会

平成20年5月1~4日
広島スタジアム

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	100m	佐々木 祥之	2	11" 99	+ 1.6	予5	自己新	曇り
男	100m	開内 健士郎	2	12" 75	- 1.7	予5	自己新	曇り
男	200m	佐々木 祥之	2	24" 16	+ 1.6	予5	自己新	晴れ
男	400m	佐々木 祥之	2	56" 39		予6		曇り
男	走幅跳	開内 健士郎	2	シヨート				曇り
男	三段跳	開内 健士郎	2	12m51	+ 3.2	決12		晴れ
男	砲丸投	西田 直樹	3	14m80		決1	自己新・大会新	曇り
男	砲丸投	高野 郷史	1	10m36		決10		曇り
男	砲丸投	石本 涼太	2	9m49		決17	初出場	曇り
男	円盤投	西田 直樹	2	38m26		決4		晴れ
男	円盤投	厚見 幸	1	30m17		決13	自己新	晴れ
男	円盤投	高野 郷史	1	22m18		決31	初出場	曇り
男	ハンマー投	石本 涼太	2	42m33		決4	自己新	曇り
男	ハンマー投	西田 直樹	3	41m32		決6		曇り
男	ハンマー投	高野 郷史	1	23m76		決19	自己新	曇り
男	槍投	石本 涼太	2	39m08		決17		晴れ
男	槍投	厚見 幸	1	シヨート				晴れ
女	砲丸投	酒井 香織	2	8m57		決8		晴れ
女	砲丸投	森田 真由美	2	8m87		決7		晴れ
女	砲丸投	高間 栄子	1	シヨート			初出場	晴れ
女	円盤投	酒井 香織	2	34m46		決2		晴れ
女	円盤投	森田 真由美	2	19m65		決18		晴れ
女	円盤投	高間 栄子	1	シヨート			初出場	晴れ
女	槍投	森田 真由美	2	31m52		決7	自己新	晴れ

男子総合 第8位 [23点]
男子フィールドの部 第3位 [23点]
女子フィールドの部 第7位 [12点]

【短距離】

力をつけている佐々木は100mでは11秒台に入る自己新、200mも23秒台に迫る自己新を出したにもかかわらず、悔しい悔しい大会となった。取り組んできた400mではアップでの刺激が足りなかったのか、硬さが目立つ走り精彩を欠いた。だが、何より悔しかったのは自分以外のチームメイトが当たり前のように県総体出場(19位以内)を決めていく中で一人取り残されていくことだった。大会後も感



情的になり冷静さを欠く言動もあった・・・ 気持ちはわかる。県に行ける、行けないという基準で見れば確かに「自分だけ、」と思ってしまうだろう。広島地区のレベルを考えるとこの先頑張って県に行けるようになるか不安だということもわかる。一人で頭を抱えて悩んでいる間に色々考えたのだろう。今は吹っ切れて次に向かってスタートを切っているね。そうです。やるしかないのです。今回の結果にしても「やるべきこと」はまだまだあったはず。地区でもレベルの高い短距離だからこそ高い壁に向かって努力し実力を高めることも出来るのです。頑張ろう。

【跳躍】



昨年全くの素人から陸上を始めた開内、三段跳に標準を絞って冬季練習を頑張ってきた。サタデー陸上や合宿で専門の先生から教わるとそのことに集中的に取り組んだ。特に朝練習は開始時間がだんだんと早くなり6時30分にはピットに立つようになった。まさに“病み付き”状態！ さて、大会としては初めての参加となった今回の地区総体、12m50以上であわよくば8位入賞をと思っていたが入賞はそう簡単なものではなかった。ただ、追風参考とは言え目標の12m50を超えたことは高く評価できる。踏み切って三歩進める過程で上体が前に突っ込んでいる点やジャンプから着地の空中動作で四肢がバラバラな点を少しでも改善することで13mは確実なものとなる。来年は優勝するつもりでもっともっと“病み付き”になろう。

【投擲】

インターハイ・国体で勝負の年を迎えた西田の開幕戦、記録会での不甲斐ない結果からどうも調子を上げ切れないまま臨んだ。序盤は投げがまともならず不調は長期的なものになるか、試合での集中力によって試合毎にレベルを上げていくことになるか、境目となった6投目、パワーポジションで右軸に残されるべき砲丸の位置が身体中心部に移動していた投げであったが14m80の自己新。試合での集中力で今後のきっかけをつかんだ。今回はこれよし、ただ全国の勝負は見えてこない。技術的なことも体力的なことも全て自分の“意識”が左右すること、冬季練習開始時点で全国の頂点を目指したであろう30人のうち6月下旬には候補者は半数以下になるだろう。西田はどこにいるか？ 西田の意識が決めることだろう。

3月の九州共立合宿でハンマー投の原理を学び40m台後半の感じをつかんだ石本、試合時期に入り原理を忘れハンマーを自分で回そうとする感覚に支配されている状態になっている。今回もそれに加えスイングの軌道も崩れ散々の結果、悔しさは本人が一番感じているだろう。ハンマーは身勝手では飛ばないもの。ハンマーに引っ張ってもらい、ハンマーと身体の一部感を維持しながら加速する、そのためには・・・ 考えて練習しよう。考えて試合で戦おう。

記録会で結果を出した酒井、勝負にこだわり優勝で次のステップに進みたいところだった。だが、前回の記録会で他校の3年生達に火を付けてしまったことは間違いない。3年生は「下級生に負けてはならじ」と意地をみせてくる。序盤からリードを維持していたが結局3年生の安芸南秋本に逆転された。この悔しさは県総体で、中国大会で、晴らそう。

試合でことごとく結果を出せなかった昨年とは違い今年に入り試合で自己新という結果は出している森田、本業の槍投でブレイクしたいところだったが、今回は“ちょい伸び”筋力と精神的な力についてはついてきているが技術的なシャープさが足りない。槍投は一点集中。一本の槍の真下にもぐりこんで弾く感じをつかめば40mだって夢じゃないよ。



【投擲1年生】

1年生で出場したのは高野、厚見、高間。高野は陸上を始めた時期といい中学校での実績といい西田に似ており、しかも筋力面を考えてもまさに「未完の利器」である。専門は本人の意向もありハンマー投ということになるであろうが、砲丸投でも実は非凡なものがある。今回は痛めていた足のため十分な準備ができなかったこともあるが試合での力の発揮の仕方に問題もあり、どれも不満足な結果に終わった。「未完の利器」が未完の凡人になるか利器になるか、まずは本人の心が決めることです。自らの力で利器・大樹になろう。

2年前・・・ だから本人が中2の時から安芸高校陸上競技部の練習には参加していた厚見、安芸高に入学して大好きな円盤投が思う存分できる環境に身を置いていることになる。線は細くてもリーチの長さが厚見の武器、それに力がないことが幸いし円盤の重みに身を委ねることが出来るうまさもある。今回は最低限の目標であった30mは超えた。試合で強いことは最大の武器になる。今後の活躍に期待したい。

中学時代砲丸投をやっていたという高間は今回砲丸投と円盤投に出場、まだまだ力不足、経験不足です。入学後素人



から陸上を始めた藤井とともに0から取り組み一人前の選手となっていこう。頑張ろう。

10名の部員で5名が中国大会！ 快挙！ 県総体。

第61回広島県高等学校総合体育大会陸上競技

平成20年5月23～25日
広島スタジアム

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	三段跳	開内 健士郎	2	12m68	+ 1.7	決15	自己新	晴れ
男	砲丸投	西田 直樹	3	15m21		決1	自己新・大会新	晴れ
男	砲丸投	高野 郷史	1	10m77		決14	自己新	晴れ
男	砲丸投	石本 涼太	2	10m03		決25	自己新	晴れ
男	円盤投	西田 直樹	3	41m13		決1	自己新	晴れ
男	円盤投	厚見 幸	1	33m70		決5	自己新	晴れ
男	ハンマー投	石本 涼太	2	45m90		決2	自己新	晴れ
男	ハンマー投	高野 郷史	1	33m02		決14	自己新	晴れ
男	ハンマー投	厚見 幸	1	ショート			初出場	晴れ
男	槍投	石本 涼太	2	ショート				晴れ
女	砲丸投	森田 真由美	2	9m50		決6	自己新	晴れ
女	砲丸投	酒井 香織	2	9m47		決7	自己新	晴れ
女	円盤投	酒井 香織	2	32m82		決3		雨
女	円盤投	森田 真由美	2	22m90		決15	自己新	雨
女	槍投	森田 真由美	2	28m03		決18		晴れ

男子総合 第7位 [27点]
男子フィールドの部 第3位 [27点]
女子フィールドの部 第7位 [11点]

【第一日目】

男子ハンマー投

毎年ハンマー投から始まる安芸高の県総体、今年は県総体には初顔となる3人が出場。50mに近づけて2位以上を狙っていた石本は一投目に45m付近に落とし無難で確実なスタートを切った。しかし、その後はターンの入りで力みが現れそれを修正することもできず不完全燃焼に終わった。トライアルの2本目で非常にリラックスした投げで49m位飛ばしていたので「もったいない」の一言。順位は予定通り2位であったが、それが唯一の救い、まだツキはある。中国大会で一気に記録を伸ばし、一気にインターハイだ！

ハンマー投を第一種目として取り組んできた高野は35m超えを目標にしていたがこれもあと一步。ただ、今の時期から軸を持って回れる感覚には非凡なものがある。今後は2回転以上も経験し加速感覚を見に付けていこう。



厚見のハンマー投は今のところ補強の一環であるがヘッドとのバランスの取り方などうまさはある。夏頃に力強く振り切れるようになるだろう。暇を見てはまわしておこう。

女子槍投

石本の2位に続き中国大会を決めたい森田の槍投、練習で35m近く飛んだこともあったが今年のレベルは厳しい。練習も含めてのベストが出なければ確実ににはならない状況だった。そうであるなら果敢に攻めていかなければいけないのにこの日の森田は完全に守りに入った投げになっていた。助走の勢いも振り切りの勢いもなく手投げ状態、結果は散々・・・悔し涙で終わった。今回は守るものなど何もなかったはず、一気に大台に近づけるくらいの気持ちで攻めなきゃ。攻めて散るなら後の気持ちも出てくる課題も違ってくる。この悔しさを砲丸にぶつけよう。

男子砲丸投

「全国勝負へ」いよいよ実践モードに入った西田、15m35の県高校記録を更新しさらに15m50の日本ジュニア標準を突破して全国に狼煙を上げることが目標であった。グライドのスピードは抑えて右足軸から長く突き出すことを心がけたが予選では右足の引き付けは良かったものの頭が浮いていた。決勝に入り少し抑えられた位置から一気に移動した砲丸は15mを超えた。最終6投目今回の目標をクリアする絶好の場面になったが、右足の引き付けが僅かに遅れ上体が立ち肩も左に開く悪循環の投げになった。残念、今回は「こうすれば、こうなる」という技術的なポイントが確認できたことが一番の収穫だろう。15mを超えた4・5投目も左肩が開き気味で「真っ直ぐなレーン」を通した訳ではない。スピードもこれから。全国では16mを超えてからが本当の勝負、これから2ヶ月での変化が答えとなる。まだまだ変わる。身体も技術も心が・・・



地区以降ハンマー投に時間をかけてきた高野はグライドに自信が持てないまま試合に臨み、ノーグライドで記録を狙った。一投目、腰は折れていたものの最後まで突かれた砲丸は11m近くまで飛んだ。その後は勢いがなく11m超えはなかった。技術は試合で覚えるもの、グライドで攻めていく気持ちが何かを変えたかも知れない。一年生の今、西田の投げを間近で見れる環境はおいしい。頭ではなく感覚で覚えよう。

砲丸はほとんど練習していない石本、見よう見まねで投げたが10mを超えた。力がついているのでしょね。長い腕を活かせばまだまだいきますね。重心移動を身に付けるには最良の種目、ハンマー投げのヒントもあるぞ。

【二日目】

女子円盤投

前日の晴天とは違って変わって朝から降ったりやんだりの天候。雨を想定し強化練習では雨の中でも投げ、直前の調整でもサークルに水をまき濡れたサークルに慣れてきた酒井、雨はしてやったりのはずだが朝から表情は硬かった。入りで円盤を残すイメージに変えたことで左足に乗る感覚に安定感を欠いていたこともあるが、「滑る」という怖さが全体のリズムを崩していった。「木を見て森を見ず」の諺の通り、一つのこだわりが気持ちの余裕まで奪い悪循環を生み出していった。結局今の酒井の武器である振り切りを活かすことが出来ず32m台の記録で3位。酒井はこれまで練習でも細かなポイントも感じながら投げることが出来る“感覚の良さ”でレベルを上げてきた、今回の試合ではその感覚のズレが仇になった感じだ。試合においては状況に応じて細かなことは置いて全体の流れを重視することも大事、入りでは体重が左脚に乗ってもすぐに

投擲方向に移動する。バランスの取れた状態から崩れた状態になる時のエネルギーを利用するので動作を始めてからの変化に対応しながら振り切りにつなげる余裕が必要になる。中国に向け投げまくろう。目指す投げは一つではなく幾通りもある。練習でも一投一投に一喜一憂するのではなく、変化に対応しながら進化していこう！

円盤はほとんど握っていない森田はそれでも自己新。力がついてきている証拠、明日の砲丸で勝負。

男子槍投

無謀にも雨の中アップシューズで槍投に出場した石本。トライアルでは見事な転倒、ご愛嬌にしては肝を冷やした。怪我なく無事に終了してよかった。出場するなら準備が必要と言うことだろう。



【三日目】

女子砲丸投



いよいよ最終日、この日はまず女子円盤投と男子円盤投が同時進行で展開され私も応援やビデオ係も忙しい日程になる。森田と酒井は副種目とは言え、どちらもベスト記録を突き出せば中国大会も十分可能性あり、特に森田は槍投の悔しさを砲丸で晴らしたいところだった。試合は有力選手が力を発揮できないこともあり9mラインを挟みペグがひしめき立つ混戦状態に、3投終了後予選通過のペグを確認すると9mラインを超えた8本で決まり。7番目と8番目は同記録で6番目のペグに1cmで並んでいた。それが何と酒井と森田のペグであった。決勝には残ったものの記録を伸ばさなければ2人とも中国への切符を取り損ねることにもなる。逆に2人とも笑うことも出来る。決勝はまさにシーソーゲーム、決勝開始時の6位ラインは9m07であったが選手が投げるとそのラインは引き上がっていった。抜いたら抜き返され、また抜かれ・・・最終6投目まず酒井がうまく乗せ9m47で5位浮上、すかさず森田が維持の一発9m50で抜き返す。これで5位6位、しかし次の神辺旭高田がこのラインを大きく超え9m71、酒井は7位に・・・怖かったのは府中の一年生宮崎、力強く突き出された砲丸は9m50付近、息を呑んで記録を聞いた。9m42で森田はセーフ、6位に滑り込んだ。終わってみれば安芸高同士が3cmの差で明暗を分けた形になった。でもこの日の森田はこれまでの森田とは違って勝負強さを発揮した。堂々と勝負に勝った！負けた酒井も円盤が勝負。2人で中国大会に進めることは2人にとってプラスになることだろう。

順位	選手名	記録
1	アリス ミ アイ	10.55
2	アキモト ワカ	10.15
3	カマイ シホ	10.14
4	タカタ マスキ	9.71
5	カベガワ トモコ	9.54
6	モリタ マユミ	9.50
7	サカイ カヨリ	9.47
8	ミヤギ キトモミ	9.43

(見るほうは疲れた、胃が痛くなった・・・)

男子円盤投

女子砲丸が熱戦を繰り返している最中、男子円盤予選もドラマが起こっていた。優勝で2種目制覇を狙っていた西田は順調に一投目を滑り出し、3投目で自己新の39m44でライバル高陽寺田に離されず付けていた。ミラクルは1年生の厚見、1投目30m71・2投目31m05と順調に記録を伸ばしていたが3投目、腕が円盤にきれいに引っ張られたターンから投げ出された円盤は大きく30mラインを超えた。33m70の大アーチ、一気に5位浮上。決勝では記録を伸ばせなかったものの下位の上級生も伸びずそのまま中国大会出場を決めた。大したものです。ウェイトの力は女子の先輩酒井・森田にも遠く及ばない非力な厚見だが、長いリーチを活かす円盤投のセンスは大きな武器、中国大会まで今より少しでも体幹が使えるように鍛え35m以上を狙おう。



優勝争いは最終6投目まで持ち越された。6投目に強い西田はいつもの腕の力みもなく頭の後ろに大きく残された円盤をしっかりと振り切った円盤は40mラインをはっきりと超え、寺田のペグと同じような距離に落下。41m13、僅か14cm差で首位に立った。寺田は記録を伸ばせず西田の2冠が決定した。勝負強い男です。これで来年のプログラムには砲丸投・円盤投の大会新記録は西田の名前が載ることになる。この大会記録を破るのも安芸高生であって欲しいものだ。(高野、厚見には期待しているぞ・・・) (ついでにハンマー投55m38も塗り替えて欲しいな・・・ 石本、高野に期待)

男子三段跳

唯一投擲以外の種目で出場した三段跳の開内、投擲勢の活躍を引き継ぎビッグな記録で大会を締めくくりたいところ。13m台の記録が今後の道を開くことになる。今回はしっかり調整し大会に臨んだ。1回目、助走に力みが見られ半足長ファウル。2回目、スタート位置を下げたが追い風に乗ってうまく助走できたことでまた詰まり、3歩前から足を合わせたが僅かにファウル。実測で12m80くらいはいていた。もう一度リラックスを心がけた最後の3回目、今度は助走は合ったがホップからステップの切り替えしが若干遅れ気味、ジャンプで今一歩前へ力をつくることができなかった。それでも12m68の自己新、2回目も足を合わせたことでホップが上方に上がり過ぎていたのに12m80くらい跳んでいたのだからまず助走を安定させることで13mのラインは見えてくるだろう。まだまだ細かなところはこたわらずダイナミックな跳躍を心掛け来年の飛躍に備えよう。安芸校は投擲だけじゃない！ 跳躍だって、短距離だっているぞ！

安芸陸上
次にあ
次は中国だ



新人4人、揃い踏み。次の時代へ第一歩。

平成20年度広島県高等学校陸上競技第1回記録会

平成20年5月31日
びんご運動公園陸上競技場

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	走幅跳	開内 健士郎	2	5m37	+ 1.8			晴れ
男	砲丸投	西田 直樹	3	14m84				晴れ
男	砲丸投	高野 郷史	1	10m02				晴れ
男	円盤投	西田 直樹	3	37m91				晴れ
男	円盤投	厚見 幸	1	31m74				晴れ
男	ハンマー投	石本 亮太	1	43m51				晴れ
男	ハンマー投	高野 郷史	1	34m01			自己新	晴れ
男	槍投	石本 亮太	2	35m32				晴れ
男	槍投	厚見 幸	1	34m64			自己新	晴れ
女	円盤投	酒井 香織	2	35m09				晴れ
女	円盤投	藤井 真紀子	1	18m45			初出場	晴れ
女	円盤投	高間 栄子	1	15m05			自己新	晴れ
女	ハンマー投	森田 真由美	2	32m29				晴れ

県総体の一週間後、少し緊張感がなくなる時期の記録会だが、次の時代を狙う1年生にとっては格好の力試しの舞台。厚見の円盤はちょっとお休み、代わりに槍投でちょっとした可能性を見せた。高野は着実に記録を伸ばしたが練習の勢い(40m近く)は出せず。大舞台は厚見に先を越されたが、ここからが大物の証明を見せる時、来年の今頃は・・・

まじめでコツコツタイプの高間はこの先多くの自己新を刻んでいくことだろう。今は全くパワーがないが逆に力をつけた時には一気にいきますよ。元気印の藤井、初出場ながら練習通りの記録を出した。この度胸を今後も続けていつかは度肝を抜く記録を出そう。

記録会、そして中国に向け投げ込み合宿。

平成20年度第3回広島県投擲記録会

平成20年6月8日
西農陸上競技場

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	ハンマー投	石本 亮太	2	46m13			自己新	晴れ
男	ハンマー投	高野 郷史	1	36m99			自己新	晴れ
男	円盤投	厚見 幸	1	30m89				晴れ
女	円盤投	酒井 香織	2	34m05				晴れ
女	円盤投	藤井 真紀子	1	18m97			自己新	晴れ
女	円盤投	高間 栄子	1	16m51			自己新	晴れ
女	ハンマー投	森田 真由美	2	31m32				晴れ

優勝の砲丸投西田のみインターハイ決定！ 1・2年生の経験は生きる！

第61回中国高等学校陸上競技対校選手県大会

平成20年6月20～22日
岡山県陸上競技場

性	種目	名前	学年	記録	風力	順位	備考	天候
男	砲丸投	西田 直樹	3	15m28		決1	自己新	曇り・雨
男	円盤投	西田 直樹	3	37m29		決8		曇り・雨
男	円盤投	厚見 幸	1	32m17		決23		曇り・雨
男	ハンマー投	石本 亮太	2	43m78		決17		曇り・雨
女	砲丸投	森田 真由美	2	9m98		決16	自己新	曇り・雨
女	円盤投	酒井 香織	2	33m20		決12		曇り・雨

大雨が心配された中国大会の三日間、幸い競技に差し障りのある雨は回避され時折雨が降る中での競技であった。初日は石本のハンマー投から挑戦が始まった。石本は昨年の夏からハンマーを専門としてどんどんと伸びてきた選手である。長い腕を武器に大きな半径で自然に加速することが出来る。練習ではリラックスした投げで50m近く投げたこともあるが試合で出せないタイプでもある。今回も全く良さを発揮できず惨敗。

「負けに不思議の負けなし。」原因は色々あるはず、今後も経験を積んで来年勝負しよう。



「大会新で優勝」を目指した西田は身体の調子が良すぎて逆に気が上ずり手投げとなった。予選では全く「らしさ」がなかったが決勝でやっと力を伝えるポイントを出し6投目で15mを超える投擲を見せた。西田は勝負強いが、周囲の注目を集める時に結果を出す時が多い。インターハイではまず自ら結果を出して決勝の舞台で注目を集めるしかない。今回のもたつきはインターハイでの歓喜につながるはずだ。今からが真の戦い。

本当の“本気”が問われる戦いに身を投じることで“自分を変え”結果を創り出そう！



二日目、安芸高は酒井の円盤のみ。春先の好調から地区・県へと進化を試みながら記録的に足踏みを続けてきたが、中国を前に原点に戻り勢いを戻してきた。現地に入って初日の練習では37～38mの投擲も見られ「予定通り」の仕上がりで本番を迎えたはずだった・・・結果は2投ファールの後、何とか記録を残したものの33mで12位。常々、「その時、その場所」でしか感じられないことがある。」と言ってきたが、初の大舞台で感じたことは今後の競技人生の節目でもあり幹にもなることだろう。

「悔しさ」「無念さ」ここから始まる人間のエネルギーは、本物だ！



三日目、まずは県以降新境地を拓きつつある森田の砲丸投。昨年は試合に“めっぽう弱い”存在であった。しかし、今年は違う。着実に結果を出し専門外であった砲丸投で中国にも出場することが出来た。逆にこのチャンスを転機として“今出来ること”に集中して砲丸投に取り組んだことが一投目に出て10mに迫る投擲を見せた。何が起こるか分からないのが陸上競技の面白さでもあり奥深さでもある。特に高校生はとにかく化ける。毎日が変化である。



「**競技人生、万事塞翁が馬**」ハンマー投も準備してきた。ひょっとするとひょっとするよ・・・

円盤投では珍しい1年生の中国大会選手厚見、あの県総体の投げは非凡さをうかがわせる。今年から1,75kgに変わった重さには中学校時代から対応すべく取り組んできたわけだが、身体(体幹)が出来る(使える)ようになるにつれて投げの感覚も出来てきた。1,5kgであったら全く違った結果になったとも思える。今回の中国では結果よりも経験、「本気の勝負」を挑んだ先輩達と共に生活した4日間は貴重な時間だったはず、セカンド自己ベストはとりあえずOK。



「**未開の荒野を切り開く**」1.75kgのパイオニアになってやろうじゃないか。

2種目優勝を狙った西田は惨敗。原因は技術的なことより精神面の弱さ、いや「本気の気持ち」がなければ勝負には勝てない。」という“勝負の鉄則”を円盤投を専門にしている者たちから教えてもらったということだろう。終わってみて思うことは、この円盤投は西田も私も“勝負”にしていなかった。守りに入っていた。ということだ。情けないが事実だと思う。だから負けた。“勝負”とはそういうもの・・・

そして、勝負のインターハイへ

西田は強くなって結果が出だした頃から試合では勝ってきたが、“勝負に勝った”わけではない。全国での“大勝負”を前に“勝負の鉄則”から学んだことは大きい。

全国の精鋭たちと戦う日は着実に近づいている。高いレベルの戦いでは「その時、その場所」で自分の力を最大限発揮させることができても“勝負”には勝てない。戦いの場に行くまでに「本気で勝負準備」をしておかないと勝てない。具体的に言えば、今までのベストを出しても記録によってはエイトに残ることはできないということ。

「本気で16mを投げる準備をする」そして「その時、その場所で勝負する」インターハイまでの日々、“勝負の鉄則”を踏んでいこう。結果は自ずとついてくる。

暑く、熱く変わる夏だ！

夏休みが近づいてきた。休みに入って早々7月中にインターハイがあるが、皆の夏本番はそれから。暑い夏こそ自分を変えるチャンス。自ら生活をつくり、陸上競技にどっぷりつかってみよう。

暑く変わって、秋には大きな収穫を！！

広島県立安芸高等学校陸上競技部 平成20年度夏季活動計画表

私は変わる！今、ここで！！
『暑い夏、しかも自分で自由に使える時間が多い夏休み、だからこそ自分の心を平常に保ち、生活をコントロールする力を養う期間です。一カ月後の成長した自分をイメージし、今、ここでやれることをする。』

7月				8月				9月				10月			
日	曜	行事等	活動時間	場所	日	曜	行事等	活動時間	場所	日	曜	行事等	日	曜	行事等
1	火		自主トレーニング		1	金	学校説明会	8:00~11:00	安芸高	1	月		1	水	
2	水	期末考査	自主トレーニング		2	土	サタデー	8:00~11:00	安芸高	2	火		2	木	
3	木	温品中体験授業	自主トレーニング		3	日		8:00~11:00	安芸高	3	水		3	金	大分国体
4	金	福木中体験授業	自主トレーニング		4	月	地区高校選手権	試合(終日)	スタジアム	4	木	生徒朝会	4	土	
5	土	県選手権	自主トレーニング		5	火	(スタジアム)	試合(終日)	スタジアム	5	金		5	日	サタデー市記録会
6	日	(スタジアム)	自主トレーニング		6	水	投擲合宿 西農合宿	合宿(午後)	西農	6	土	地区新人	6	月	2年修学旅行
7	月		14:00~16:00	安芸高	7	木		合宿(終日)	西農	7	日	(スタジアム)	7	火	1・3年
8	火		16:00~19:00	安芸高	8	金		合宿(午前)	西農	8	月		8	水	中間考査
9	水	生徒朝会	16:00~19:00	安芸高	9	土		Rest		9	火		9	木	
10	木		16:00~19:00	安芸高	10	日		Rest		10	水		10	金	
11	金		16:00~19:00	安芸高	11	月		8:00~11:00	安芸高	11	木		11	土	中国高校新人
12	土	通信陸上	8:00~11:00	安芸高	12	火		8:00~11:00	安芸高	12	金		12	日	(スタジアム)
13	日				13	水		8:00~11:00	安芸高	13	土	国体強化合宿 サタデー	13	月	
14	月		16:00~19:00	安芸高	14	木		Rest		14	日	(スタジアム)	14	火	
15	火		16:00~19:00	安芸高	15	金	中国合宿	Rest		15	月		15	水	
16	水		16:00~19:00	安芸高	16	土	(鳥取)	8:00~11:00	安芸高	16	火		16	木	
17	木		16:00~19:00	安芸高	17	日		8:00~11:00	安芸高	17	水	生徒朝会	17	金	全日本ジュニア・ユース
18	金	クラスマッチ・終業式 地区選手権プロ編成	16:00~19:00	安芸高	18	月		8:00~11:00	安芸高	18	木		18	土	(鳥取)
19	土	投擲記録会 九州共立合宿		西農	19	火		Rest		19	金		19	日	
20	日		Rest		20	水		8:00~11:00	安芸高	20	土	県新人	20	月	
21	月		8:00~11:00	安芸高	21	木		8:00~11:00	安芸高	21	日	(東広島運動公園)	21	火	
22	火		8:00~11:00	安芸高	22	金	地区委員会 新人プロ編成	8:00~11:00	安芸高	22	月		22	水	
23	水	県中学選手権	8:00~11:00	安芸高	23	土	中国選手権	Rest		23	火		23	木	
24	木		8:00~11:00	安芸高	24	日	(スタジアム)	Rest		24	水		24	金	
25	金		8:00~11:00	安芸高	25	月	始業式	15:00~18:00	安芸高	25	木	予行演習	25	土	県高校記録会(東広島)
26	土		8:00~11:00	安芸高	26	火		15:00~18:00	安芸高	26	金	前日準備	26	日	
27	日	埼玉移動	Rest		27	水		15:00~18:00	安芸高	27	土	体育大会	27	月	
28	月		8:00~11:00	安芸高	28	木		Rest		28	日	体育大会予備日①	28	火	
29	火	埼玉インターハイ 男子砲丸投	8:00~11:00	安芸高	29	金		15:00~18:00	安芸高	29	月	代休日	29	水	
30	水	備広	8:00~11:00	安芸高	30	土	県高校選手権		福山竹ヶ端	30	火		30	木	
31	木		8:00~11:00	安芸高	31	日	(福山竹ヶ端)		福山竹ヶ端	31	金		31	土	

※夏季休業中の活動は猛暑を考慮し、朝8時からのトレーニングとします。
※あくまでも予定です。変更がある場合はできるだけ早めに連絡します。

大会について

