

明石北高校 (明石市大久保町松陰)

体操部



メモ 1972年創立。2010年度にスーパーサイエンスハイスクール(SSH)の指定を受けた。普通科と自然科学科がある。部活動は運動系15、文化系13、ボランティアなど特別部が5ある。ウエイトリフティング部は13年連続で全国大会に出場するなど、強豪として知られる。体操部は明石市で唯一。本年度は県総体で女子団体が6位に入った。

選手同士で互いにアドバイス

体育館の半面に、鉄棒 やつり輪、平均台、トラ ンポリンなどが所狭しと並ぶ。選手たちは互いに補助し、アドバイスを合 しながら、体に動きを覚 え込ませていた。

現在部員は2年生7 人、1年生11人。男女一緒 に汗を流す。体育館は各 部でシェアしており、平 日に半面使えるのは週1 回のみ。4分の1割り当 てられている週3日は、 マットを敷いて筋力トレ ーニングするなど工夫を 凝らす。器具の準備や片 付けもあり、平日の練習 時間は冬場1時間半、夏 でも2時間ほどしかない が「けじめがつけられる チーム。個性的な部員が 多く、みんなで楽しく活 動している」と武内萌恵



主将(17)。週末も含め、 集中して励んでいる。 もその一人。「技ができ 大半が高校入学後には るようになっていくのが 楽しい。意識して自分を 美しく見せる競技。筋力、 柔軟力がアップし、姿勢 もよくなった」とほほえ む。女子の現チームの目 標は「県総体5位」だ。

一方、男子は現在1人 のみ。小松寛弥君(16)は 「上手な先輩のようにな りたいなど頑張ってきた。ぜひ男子もたくさん 入部して」。3年生で前 主将の木下英一君(18)も 「習熟度に合わせて目標 を立てて一つずつクリア していくのは、勉強など にも生きる。多くの新入 生に体操の魅力を体感し てほしい」と熱望してい る。(金山成美)

ポーズを決める体操部 員 明石北高校

技を覚える楽しさ共有