

姫路別所高等学校 陸上競技部

第74回兵庫県高等学校ユース陸上競技対校選手権大会

男子2年 110mJH 本間涼司(東中学出身) 第7位入賞！！

姫路別所高校陸上競技部は、2020年の秋、シーズンが終了と同時に部員がゼロになり、活動はありませんでした。2021年度が始まり、新入生の入部希望者がゼロだと部として活動できず、厳しい状況になるところではありましたが、2名の生徒が入部し、3ヶ月遅れてもう1名の1年生が入部しました。少人数ではありますが、フォーム改善や基本運動、筋力トレーニングと1つ1つ丁寧に行いながら努力し、全員が自己ベスト記録を何度も更新し、充実した1年間が終了しました。

2022年度は、1年生3名、マネージャー2名を追加し、部員6名で活動しています。学校や学校周辺、姫路市陸上競技場や加古川市陸上競技場での練習も積極的に取り入れるなど、自己ベスト記録更新を目指し、日々、意識高く練習に取り組むことができています。今年度も基本練習を中心に体力や筋力の強化と、技術の向上に努めることで、今年度においても全員の生徒が自己ベスト記録を更新することができており、秋にある試合で更に更新することができるよう頑張っています。

「県IH（インターハイ）準決勝進出、県ユース大会 7位入賞」

日々の努力を惜しまず、自己ベスト記録更新という、個人やチームの目標を達成することができるように始まった今シーズン、県IH出場を目指して西播IHに挑みました。昨年度は人数が揃わず出場できなかった4×100mと4×400mのリレーにも出場することができ、チームとしても一歩前進することができました。個人では本間涼司くんが4位入賞で県IHに出場し、県IHで準決勝進出を果たしました。そこからも努力を続け、迎えた県ユース大会。本間くんにとっては、冬季練習からの練習の成果を発揮する良い機会の大会でした。個人種目の出場は、西播地区予選を突破しないと出場できず、本間くんは西播ユース大会4位で獲得。昨年度も県ユース大会に出場しましたが予選落ちでした。大会前のランキングでは10位でしたが、予選・準決勝とランキング上位者と好勝負を展開し、見事に決勝進出を果たしました。本間くんの今年の目標は「県大会で決勝に行く！」でした。見事に目標を達成でき、達成感に満ち溢れていました。結果は7位でしたが、決勝でも自己ベスト記録を更新することができ、成長を感じることができました。



「周りの人に支えられて自分が存在する」

陸上競技は自分との闘いです。天気や風によって戦術が変わり、今まで行ってきた練習や経験を武器に、強い精神力を持って自ら考えて行動しなければいけません。スタートラインに立ってからは、誰も助けてはくれませんが、日々の生活や学校生活にも妥協することなく、これからも努力を続けていきたいと思えます。一人でも多く県大会や近畿大会に出場することができるように、常に目標を持ち続け、与えられた環境の中で最大限の努力をし、支えてくださる方々への感謝の気持ちを忘れることなく、常に謙虚であり続け、頑張ります。

