

加古川南高等学校

陸上競技部

令和6年4月、兵庫県立加古川南高等学校陸上競技部は、新入生の加入を含め、男子16名、女子11名、マネージャー1名の合計28名でスタートしました。2・3年次は、昨年の冬季練習から継続してきた基礎練習や走り込みを中心に、フォーム改善や動きの意識、筋力トレーニングと1つ1つ丁寧に行ってきたことで、多くの生徒が自己ベスト記録を更新し、良いスタートを切ることができています。1年次も春休みから練習に参加しており、レベルの高い練習を継続して行っています。

【今年度（R6）の競技日程】

月・日・(曜)	大会名	開催場所
3月31日(日)	2024年 兵庫陸上競技春季記録会	神戸ユニバー記念サブ競技場
4月6日(土)	高校春季地区別記録会(東播地区)	加古川運動公園陸上競技場
4月13日(土)	2024年 兵庫陸上競技春季記録会	神戸ユニバー記念競技場
14日(日)		
4月20日(土)	第72回兵庫リレーカーニバル	神戸ユニバー記念競技場
21日(日)		
4月28日(日)	令和6年度 加古川記録会	加古川運動公園陸上競技場
5月3日(金)	第76回群市区対抗陸上競技大会	神戸ユニバー記念競技場
5月11日(土)	第65回東播高等学校陸上競技 対校選手権大会(東播IH)	加古川運動公園陸上競技場
12日(日)		
5月31日(金)	第77回兵庫県高等学校陸上競技 対校選手権大会(兵庫IH)	神戸ユニバー記念競技場
～6月2日(日)		
6月8日(土)	第77回加古川市陸上競技選手権大会	加古川運動公園陸上競技場
9日(日)		

7月 6日 (土) 7日 (日)	第92回兵庫陸上競技選手権大会	神戸ユニバー記念競技場
7月20日 (土) 21日 (日)	兵庫県高等学校ユース対校選手権大会 地区予選会 (東播ユース)	加古川運動公園陸上競技場
8月 3日 (土)	加古川ナイター陸上競技記録会	加古川運動公園陸上競技場
8月20日 (火) ～22日 (木)	第76回 兵庫県高等学校ユース 対校選手権大会 (県ユース)	神戸ユニバー記念競技場
9月 7日 (土) 8日 (日)	第33回 姫路選手権大会	姫路市陸上競技場
9月13日 (金) ～15日 (日)	第57回 近畿高等学校ユース 対校選手権大会 (近畿ユース)	滋賀県 平和堂HATOスタジアム
9月21日 (土) 22日 (日)	第76回 東播高等学校総合体育大会 陸上競技大会	加古川運動公園陸上競技場
10月5日 (土)	2024年度 兵庫県高等学校 秋季記録会 (高校の部)	神戸ユニバー記念競技場
10月12日 (土) 13日 (日)	2024年 兵庫陸上秋季記録会	神戸ユニバー記念競技場
10月19日 (土)	兵庫県高等学校駅伝競走大会 地区予選会 (東播駅伝)	西脇市総合市民センター
11月3日 (日)	男子第79回・女子41回兵庫県高等学 校駅伝競走大会 (県駅伝)	大正ロマン館前 ～立金～篠山鳳鳴高校
11月30日 (土)	令和6年度 第74回加古川市民 ロードレース大会	加古川運動公園陸上競技場



【第72回兵庫リレーカーニバル】



<競技結果>

種目	名前	順位	記録
男子 4×400m	1走 堀之内 駿 2走 御所野 快飛	予選3組	3' 27" 73
	3走 中田 朝陽 4走 好井 寛人	4着	(新記録)

4月20日(土)、21日(日)に神戸ユニバー記念陸上競技場にて兵庫リレーカーニバルが行われました。3年生を中心とし、新戦力の1年生をメンバーに加えて挑みました。目標は準決勝進出。昨年度のタイムを考えると十分にチャンスがあり、十分な調整を行って当日を迎えることができました。結果は、あと0.4秒で予選落ち。レベルが高かったこともあります。記録的には十分に走れただけに、悔しいレースとなりました。



【第64回 東播高等学校陸上競技対校選手権大会】

5月11日(土)、12日(日)に加古川市陸上競技場にて実施された、第64回東播高等学校陸上競技対校選手権大会に出場しました。今シーズンの個人目標を掲げ、そのための努力を惜しまず行い、ベスト記録更新や近畿大会、全国大会出場という、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、第1関門である県IH出場を目指して東播総体に挑みました。

大会当日は、強風の向かい風と雨という厳しいコンディションの中で行われ、十分に力を発揮することができなかった生徒が多かったように感じました。男子7位以内、女子6位以内で県大会出場を決めた2名と、男女2種目のリレーでさらに良い結果を残せるように、県大会まで頑張ります。

<競技結果> 男子結果(入賞者)

種目	名前	順位	記録
100m	御所野 快飛	8位	11" 32
200m	御所野 快飛	4位	22" 59 (県出場)
4×100m	1走 門野 隼斗 2走 松山 瑠希 3走 堀之内 駿 4走 御所野 快飛	5位	42" 18

女子入賞

種目	名前	順位	記録
砲丸投	楠本 れんげ	6位	8m 75 (県出場)
円盤投	楠本 れんげ	4位	31m 81 (県出場)

【第77回 兵庫県高等学校陸上競技対校選手権大会】

5月31日（金）、1日（土）、2日（日）にユニバー記念陸上競技場にて実施された、第77回兵庫県高等学校陸上競技対校選手権大会に出場しました。東播総体で個人種目の出場を勝ち取った男子1名、女子1名と、男女の4×100mリレーと4×400mリレーに出場しました。3年次にとっては、冬季練習からの練習の成果を発揮する勝負の大会で、緊張感を持ちながら、チーム加古川南として強い意志で挑みました。個人種目・男女のリレーも、加古川南高校陸上競技部の横断幕「力戦奮闘」の言葉通りに、最大限の力を注ぎこみ、今持っている全ての力を発揮することができました。

結果としては、近畿大会へ出場することができず悔しい結果となりましたが、「あと一步」という所までチーム力は上がってきていると思います。これからは、予選通過や決勝進出などライバルに勝ち切れる集団になることを目標に、それぞれが結果に満足できる試合を増やしていきたいと思います。

<競技結果> 男子出場者

種目	名前	順位	記録
200m	御所野 快飛	予選2位	22" 51
		準決勝7位	22" 41
4×100m	1走 門野 隼斗 2走 松山 瑠希	予選1位	43" 07
	3走 堀之内 駿 4走 御所野 快飛	準決勝6位	42" 67
4×400m	1走 堀之内 駿 2走 御所野 快飛	予選4位	3' 29" 51
	3走 中田 朝陽 4走 好井 寛人		

女子出場者

砲丸投	楠本 れんげ	記録なし	NM
円盤投	楠本 れんげ	決勝7位	31m 11
4×100m	1走 橋 里紗 2走 小川 楓乃	予選8位	56" 21
	3走 三浦 菜都美 4走 山本 夢羽		
4×400m	1走 小川 楓乃 2走 三浦 菜都美	予選6位	4' 34" 29
	3走 松尾 美穂 4走 日坂 心海		



【第76回 兵庫県高等学校ユース陸上競技対校選手権大会 東播地区予選会】

7月20日(土)、21日(日)に加古川市陸上競技場にて実施された、第76回兵庫県高等学校ユース陸上競技対校選手権大会 東播地区予選会に出場しました。男女1年・2年に分かれて全競技が行われ、上位男子7位、女子6位入賞者は県ユース大会の出場が決定します。新チームとして初めての対抗戦となり、チーム加古川南として全力で挑みました。

大会当日は、猛暑と向かい風という厳しいコンディションの中で行われ、強い精神力が必要な二日間でした。十分に力を発揮することができた生徒と、苦戦した生徒がいましたが、今の自分の実力を知ることができたので、前向きに考え次の試合で結果を残すことができるよう、この夏しっかり練習に取り組みたいと思います。

男子7位以内、女子6位以内で県ユース大会出場を決めた7名と、+αで出場を決めた3名、男女2種目のリレーで県大会に出場します。

<競技結果> 男子結果 (入賞者)

種目	名前	順位	記録
1年400m	好井 寛人	2位	52"70
1年400m	石川 琉聖	6位	54"33
1年800m	好井 寛人	5位	2'05"38
1年5000m	吉元 洸人	7位	17'31"23
1年 走幅跳	佃 紘喜	8位	5m73

女子結果 (入賞者)

種目	名前	順位	記録
1年 走高跳	橋 里紗	6位	1m10
2年400m	小川 楓乃	5位	1'03"81
2年400m	三浦 菜都美	6位	1'07"52
2年 走高跳	前田 風夏	7位	1m35
2年 砲丸投	楠本 れんげ	3位	8m74
2年 円盤投	楠本 れんげ	2位	32m31

【+α出場者 4名】

- ・1年 男子 1500m 吉元 寛人
- ・1年 男子 走幅跳 佃 紘喜
- ・2年 女子 800m 松尾 美穂
- ・2年 女子 走高跳 前田 風夏



【第76回 兵庫県高等学校ユース陸上競技対校選手権大会】

祝 2年女子 円盤投 第2位 楠本 れんげ（近畿ユース大会出場）

8月20日（火）、21日（水）、22日（木）にユニバー記念陸上競技場にて実施された、第76回兵庫県高等学校ユース陸上競技対校選手権大会に出場しました。東播ユース大会で個人種目の出場を勝ち取った男子4名、女子6名と、男女の4×100mリレーと4×400mリレーに出場しました。東播ユース大会からの1か月、1・2年生にとっては一番のビッグイベントであり、夏の暑い中でも必死で練習に取り組んできました。自分の殻を破り、最高の結果を残すことができるように、チーム加古川南として挑みました。

結果としては、2年女子円盤投で楠本さんが第2位となり、近畿ユース大会の出場を決めました！昨年度から悔しい思いをしてきたので、今回こそはと挑み、近畿大会出場を勝ち取ることができました。全体的には、県総体で感じた「あと一步」という所からの前進は厳しく、もっと練習を行う必要があると感じた県ユース大会でしたが、実力以上の力を発揮できた生徒もいたので、チームとして常に上を目指しながら、継続して日々努力を続けていきたいと思えます。

<競技結果> 男子結果

種目	名前	順位	記録
1年 400m	好井 寛人	予選4着	54" 01
1年 400m	石川 琉聖	予選4着	55" 04
1年 800m	好井 寛人	予選3着	2' 04" 49
1年 1500m	吉元 洸人	予選15着	4' 41" 44
1年 5000m	吉元 洸人	棄権	DNS
1年 走幅跳	佃 紘喜		NM
4×100m	1走 藤原 竜真 2走 飯田 輝人 3走 川西 実憲 4走 佃 紘喜	予選5着	45" 06
4×400m	1走 石川 琉聖 2走 好井 寛人 3走 内藤 佑翔 4走 橘 奏	予選3着	3' 37" 44

女子結果

1年 走高跳	橘 里紗	決勝22位	1m 28
2年 400m	小川 楓乃	予選7位	1' 04" 00
2年 400m	三浦 菜都美	予選8位	1' 07" 77
2年 800m	松尾 美穂	予選5位	2' 35" 81
2年 走高跳	前田 風夏		NM
2年 円盤投	楠本 れんげ	決勝2位	31m 68

2年 砲丸投	楠本 れんげ	決勝5位	9 m 0 9
4×100m	1走 前田 風夏 2走 小川 楓乃 3走 三浦 菜都美 4走 山本 夢羽	予選6着	5 5" 3 6
4×400m	1走 小川 楓乃 2走 三浦 菜都美 3走 山本 夢羽 4走 松尾 美穂	予選3着	4' 2 8" 7 8

【第57回 近畿高等学校ユース陸上競技対校選手権大会】

9月13日（金）～15日（日）に「滋賀県平和堂HATOスタジアム」にて実施された、第57回近畿高等学校ユース陸上競技対校選手権大会に出場しました。県ユース大会で、2年女子円盤投第2位となった楠本さん1名が出場しました。楠本さんにとって初の近畿大会ということもあり、期待と不安の中での練習が続きましたが、何とか調子も上向きで当日を迎えることができました。

前日や当日も異常な暑さ、また初めての競技場ということで多くの選手が苦勞するのでは、と思いましたが、近畿大会出場者ともなると、どの選手も焦る様子もなくいつも通り平常心で、しっかり準備してきていることが伝わりました。楠本さんも、強い精神力で何事にも動揺することなく、準備してきたことを信じて競技を行うことができ、**7位入賞**という結果を残すことができました。多くの方々の応援と支援があつての結果だと思えます。本当にありがとうございました。

2年 円盤投	楠本 れんげ	決勝7位 入賞	3 2 m 1 6
--------	--------	---------	-----------



「周りの人に支えられて自分が存在する」

令和6年度の競技も残り少なくなってきました。現在は今年度の目標記録の更新と自己記録の更新を目指し、日々練習を頑張っています。

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。日常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います。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。応援、よろしくお願いします。

加古川運動公園陸上競技場
Kakogawa Sports Park Athletic Field

