

牧之原市の挑戦

郷土の誇りをかけて選手たちが1本のたすきをつなぐ「しずおか市町対抗駅伝」。牧之原市代表チームの強化を市から委託されているNPO法人牧之原市体育協会陸上競技部の部長が、12月1日に開催される第13回大会に向けた取り組みなどについて、語ってくれました。



村田 良明 部長 (坂部区)

皆さん、こんにちは。市体育協会陸上競技部では、約20人の部員がコーチとなり、昨年のチーム記録の更新を目標に、子どもたちのそれぞれの競技レベルに合わせた指導を行っています。今回は、チーム力の強化に向けた取り組みや、今年の展望について紹介します。

取り組み① 施設の有効利用

市内では総合運動公園「ぐりんぼる」を中心に練習を行っています。昨年度からは波津の「小堤山公園」を利用した練習を取り入れています。この公園は、適度なアップダウンがあることに加え、足に優しいウッドチップが敷かれているので、練習環境として最適です。外周1キロメートルのコースを設定し、脚力の強化に取り組んでいます。また、散歩などを楽しむ市民の皆さんから「頑張って」と声を掛けてもらえるのも、励みになります。毎週、月曜日と金曜日に小堤山公園、水曜日にぐりんぼるで練習をしています。



ぐりんぼるでの練習の様子。選手が着ているのは、出来上がったばかりの2012年のチームTシャツです



小堤山公園。山頂からは相良市街や駿河湾を一望できる自然豊かな公園です



小堤山公園の起伏に富んだコースは、走力を鍛えるのに最適。上り坂(写真右)や下り坂(写真左)を駆け抜ける選手たち

明るい展望 ～ チームの戦力分析 ～



岡村選手(左)と片瀬選手(右) 宇田選手 (中体連県大会にて) 佐々木選手 (ぐりんぼるにて)

最後に、今年のチームについて話したいと思います。

- ① 戦力は昨年より確実にアップ**
目標は高く「市の部・15位」「2時間23分00秒」(昨年より1分22秒アップ)を目指します。
- ② 高校生の充実**
男子は、今年の高校総体県大会5000mで5位入賞、東海大会に出場した増田真也選手(島田高2年・神奈川)をはじめ候補選手が4、5人いるため、選考に頭を悩ますほどです。女子は、レースの鍵を握る第1区がポイントとなります。

取り組み② 陸上教室



参加者全員で大きな声を出しての準備体操



取材協力：NPO法人牧之原市体育協会陸上競技部

グラウンドでの練習以外にも「各種大会への参加(年5～6回)」や「夏の強化合宿」、「水泳教室」などの活動を行っています。これらの活動を通して、学校間・小中学生間の交流が深まっていることを、私たちスタッフも嬉しく思っています。



6月24日、草薙陸上競技場で行われた「全国小学生陸上競技交流大会県選考会」に出場した選手たち

陸上教室が休みになる8月には、相良B&G海洋センターで毎週水曜日に水泳教室を実施しています

大宮の古民家「奥の家」をお借りしての1泊2日の夏合宿。毎年、1日目は「静岡県ジュニア陸上クラブ選手権大会」に出場、2日目は海岸でのトレーニングなどを行っています。写真左は夕食風景、写真右は砂浜をランニングする子どもたち

取り組み③ 小中学校との連携

ぐりんぼるで毎年行われている「榛原地区南地域小学校陸上競技大会」の運営に、昨年度から陸上教室のコーチがボランティアスタッフとして協力しています。また毎年、各小学校へ市町対抗駅伝の選手の推薦依頼をしていますが、今年は過去最高となる10人もの選手を推薦いただきました。高い潜在能力を秘めた選手ばかりで、さらなるレベルアップにコーチの責任も重大です。中学生についても、相良・榛原両校の部活動の顧問の先生と連携を取りながら、一緒に練習しています。



7月に行われた小学生陸上大会では18人の陸上教室コーチが運営に協力

小学校から推薦いただいた男女5人ずつの選手たち。互いに切磋琢磨しながら、一生懸命に練習に励んでいます

相良・榛原両中学校陸上部の合同練習の様子。(8月11日・小笠山総合運動公園「エコパ」にて) 良きライバルとして、また良きチームメイトとして、選手一人一人がそれぞれの目標を持って練習に取り組んでいます

- ③ 大学生の参加表明**
箱根駅伝の常連校に進学した岡村拓哉選手(細江区)と片瀬祐樹選手(川崎区)が、参加を表明してくれました。スケジュールの調整が難しいところですが、出場できれば目標の「15位」が、かなり現実味を帯びてきます。

- ④ 小中学生選手の発掘、育成システムの確立**
小中学校との連携が円滑になり、大勢の選手が練習に参加してくれることを、本当に嬉しく思います。特に中学生では、中学男子800m種目で静岡県ランキング・第10位(8月31日現在)の宇田匠吾選手(榛原中3年・細江区)のスピード溢れる走りに期待しています。

チーム一丸となって、日々の練習を重ねています。選手たちを見かけたら、気軽に声をお掛けください。



9月1日の「県中部地区中学校新人陸上競技大会」で、チームの選手たちに声援を送る村田部長