



あきみつ
寺上 明光さん(3年)
種目：円盤投

た。そしたら、ライバル達の顔が浮かんできて、へこんでいる場合じゃない、練習しなきゃと自分を奮い立たせていました。本当に辛かったです」と笑う寺上さん。彼の努力が生半可なものではなかったことは想像に難くありません。自身の強さについて「メンタルの強さが持ち味です。挫折しても、何度失敗しても、ここまでこれたからです」と分析します。高校の全国大会に出場するのは、今回が最初で最後。「自分らしい戦いをして、表彰台を狙います。良い報告を家族や先生、学校に持つて帰りたいです」と語り、夢の全国大会では全力を出し切りました。



「中学生の時に担任の先生から周りと比べて体が大きかったため、陸上に誘われました。小学校から空手をやっていたんですけど、中学に入ってから陸上をやりたいという気持ちが強くなったので、タイミングが重なったんだと思います」と陸上との出会いを語りました。中学3年間は砲丸投げを専門としていましたが、高校入学後、円盤投げに転向。「3年間で全国大会出場」と目標を掲げ、練習に打ち込みました。

しかし、不運にも1年生の時に骨折を経験し、2年生の北部九州大会まで練習に専念出来ず、成績も振るいませんでした。その状況から全国大会出場を叶えられたのは「いつも、頭には全国大会に出場するという目標を忘れずに生活していまし

陸上部の4人にインタビュー



やの
矢野 ふうがさん(2年)
種目：ハンマー投げ

ばしてやるって気持ちを高めるよう意識しています。先輩や友達の支えもすごく大きいですね」と自身を鼓舞し、チームメイトの存在がプレッシャーを乗り越える起爆剤となっていました。

日々の練習では「ミスを減らすために基礎を大事にしています。あとは、どんなにきつい環境でも最後までやりきることです」と過酷な状況に自身を追い込みながら目標に向かってひたむきに努力しています。

大会の目標は「自己ベストを出したいです。大会の雰囲気をしつかり味わって来年にもつなげたいと思います」と語り、その結果、全国大会では予選64人中の35位と来年につながる成績となりました。

中学生から陸上を始めた矢野さん。「最初は短距離で、中学3年生の7月に顧問の先生からの勧めで、砲丸投げに転向しました。おかげで、今の高校から声をかけてもらうことが出来ました。感謝しています」と自身の転機を語ります。「高校からはハンマー投げ専門になりました。やっていくうちに自分が成長していくことを実感できるので、どんどん好きになっていきました」と話します。

しかし、成長の楽しさとは裏腹に、「自分はメンタルがすごく弱いので、いつもプレッシャーとの闘いです」と自身の弱さについて悩みを抱えています。弱気になつてしまったとき、「周りがどれだけ強くても超えてやる、40メートルじゃなくて50メートル飛





ひめか さら
日影 紗羅さん(3年)
種目：ハンマー投げ

きずつてしまいがちなので、不安になったときは顧問の佐々木幹夫先生の言葉を思い出すようにしています。練習は試合のように、試合は練習のように、という言葉です」と話します。大会では繰り返し呪文のようにつぶやき、気持ちを整えていきます。

今回の大会で陸上は最後になる予定だという彼女は、「今までの集大成としてみんなに不安なんて感じさせないかっこいい姿を大会でみせたいです」と語り、全国大会4位という輝かしい成績で、集大成を飾りました。



陸上を始めたきっかけを聞いてみると、「小学校の記録会の選手として出たくて、始めたことがきっかけです。それが、小学校4年生のときです。中学校からは走ることを専門にして取り組みました。中学校の顧問の先生の勧めで高校からは、投擲種目に切り替えました。最初は円盤投げだったんですけど、1年生の1月にハンマー投げに転向しました」と様々な種目を経験し、今回、全国大会の切符を掴みました。

「とてもメンタルが弱いんです」と話す日影さん。大会中に失敗が続いてしまうことがあり、不安になることも多々あるといいます。何度も訪れる逆境にどのように打ち勝ってきたのか、二度でも良い動きができれば、崩れなくなるんです。失敗を引

熱闘を制し、全国大会出場を果たした



くどう みゆの
工藤 実幸乃さん(2年)
種目：砲丸投、ハンマー投げ、円盤投

ここで結果を出せたのは今までの経験があったからだと思います」と分析し、大きな舞台での経験が逆境にも負けない自信につながっていました。

普段の練習から、意識しているのは記録ではなくフォーム。「短い時間で質の高いものにするにはどうしたらよいか」といつも自問自答しながら、取り組んでいます」と語りました。

全国大会では砲丸投で出場し、「先輩たちが安心して引退できるような姿を見せたいですし、自分自身、来年につながるような大会にしたいです」と、先を見据えています。全国大会は予選64人中の21位と、来年につながる成績となりました。



自身の強みは、「中学校時代で、人より大きな大会を経験してきた自信と、誰よりも負けず嫌いなところだ」と語る工藤さん。「前回の大会では練習してきたハンマー投げを失敗してしまいました。けれど、先輩達の最後の試合と一緒に出場して見届けたかったので、すぐに気持ちを切り替えて砲丸投げに臨みました。そ