
東北大学陸上競技部 OB・OG通信

2021年 No.1 (2021.4)

- | | |
|---------------------------|---------|
| ・ 今年の抱負及び近況報告 | 2～6 ページ |
| ・ コロナ禍における陸上競技部のこれまでの活動報告 | 6～7 ページ |
| ・ 令和2年度三秀会卒業祝賀会 | 7～8 ページ |
| ・ 自己ベスト更新者 | 8 ページ |
| ・ 今後の予定 | 8 ページ |
| ・ 編集後記 | 8 ページ |

東北大学陸上競技部三秀会
〒980-0815 仙台市青葉区花壇2-1
東北大学評定河原グラウンド内
hukumu_tohoku_ob2sin@yahoo.co.jp

会員の皆様におかれましては、感染症拡大の影響を受け、大変な日々をお過ごしのことと拝察いたします。このような状況ではございますが、陸上競技部の今年の抱負をお伝えするとともに、陸上競技部、三秀会の最近の活動を報告いたします。

本年も変わらぬご支援を賜りますよう、何卒宜しくお願い申し上げます。

○主将、女子主将、各 PC より今年の抱負及び近況報告

◆主将 諸田 直樹

主将を務めております、跳躍4年の諸田直樹です。

昨年度は新型コロナウイルスの影響により、満足に大会出場や練習すらできない状態でした。そしてまた、この抱負を書いている4月頭においても、宮城県には緊急事態宣言が発令され、非常に不安定な情勢が続いています。長期にわたり、自主練習や大会出場禁止を強いてしまっている部員の皆さんには、苦しいとは思いますがもう少しだけ我慢していただければと思います。早期の再開を果たせず、本当に申し訳ございません

またOBOGの皆様、コロナ禍におきましても、交通費補助など我々の活動の支援をしてくださり本当にありがとうございます。

さて、前置きはこれくらいにして本題の今年度の抱負です。今年度は「七大戦代替試合での総合優勝」これを新年度の部の目標としたいと思います。

昨年の主将就任時に、主将として七大戦総合優勝を目標として掲げました。残念ながら正式な七大戦はすでに中止が発表され、この目標は叶わぬものとなりましたが、現在検討されております代替試合にその思いを引き継ぎたいと思います。

部員の皆さんもご存じの通り、他の6大学は着実に記録会に出場し、シーズンインを決めております。たしかに、不安になる気持ちもわかります。ですが、大丈夫。「ハンデをくれてやった」くらいに考えましょう。たしかに不利かもしれませんが、厳しい戦いになるでしょう。では、もしここから巻き返したらカッコよくありませんか？七大学の中で圧倒的に不利な状況から優勝したらワクワクしませんか？私は想像するだけで楽しみで仕方ありません。このどん底から、3か月後京都の地で、みんなで最後に優勝旗掲げて集合写真でも撮ろうじゃありませんか！多くの皆さんにとって今は出口の見えないトンネルにいるような日々かもしれません。ですがどんなに長い信号機でも必ず青に変わります。どんな悪夢の夜でも朝は来るのです。きたる部活動再開、そして七大戦代替試合という夜明けに向けて、今できることをとにかく全身全霊でやりましょう！

1日でも早く皆さんと評定河原グラウンドで会えるように引き続き大学との交渉を進めていきたいと思います。今年度もどうぞよろしく申し上げます。

◆女子主将 小川 明音

女子主将の小川明音と申します。コロナ禍における、OB・OGの皆様の多大なる応援に感謝申し上げます。

総合大会としての七大学戦が中止となった今、代替試合の開催に向け準備を進めております。チームの目標は変わらず七大学戦（代替試合）での優勝とし、できる限りの練習を継続しています。

我々女子部員は、定期的な練習報告やミーティングを通しチームワークを強めて参りました。お互いに目標を確認し、練習状況を共有することで鼓舞しあえる環境が生まれてい

ます。集合ができない時だからこそ、チームとしての結びつきがいかに重要であるか気づかされました。

今年度の代替試合はチームにとって大きな意味を持ちます。来年、再来年と七大学戦で勝ち続ける強いチームを築いていくための大切なステップとなるからです。だからこそ、限られた環境の中で最大限の努力を積み重ねていきます。今後とも変わらぬ応援をよろしくお願いいたします！

◆短距離 PC 平井 嘉人

短距離 PC の平井です。現在、コロナウイルスの影響で合同練習が出来なくなっており、部員の大会参加もままならないという厳しい状況下ではありますが、今年度の抱負を述べさせていただきます。

短距離パートの目標は去年述べた通り「七大戦で正選手全員入賞」です。これがとてもハードルの高い目標であることはパートのメンバー全員が存じていることですので、このような状況下においても個々がいまできる事を真剣に取り組んでいます。また、これによる短距離パート内の走力向上、競争激化をねらいとしています。これまで主力となっていた多くの上級生の方が卒業してしまいましたが、今後も高いレベルの競技力をパート全体で維持できるよう努めていきたいです。

加えて近況報告ですが、短距離パートは個々が評定以外の競技場を利用して練習していたり、オンラインで補強をしたりするなど、各々が今季を見据えながら走力向上を図ってきました。これからも、今季一人一人が PB を出せるように練習の呼びかけや練習状況のチェック等を積極的に行っていく次第です。

◆ハードル PC 中村 祐貴

現在ハードルパートは七大戦パート優勝を目標に練習しています。

コロナ禍で練習環境もままならない状況ではありますが、できる範囲の練習に各々が工夫を加え記録向上に励んでいます。

新入生の情報もちらほら入ってきていますのでパート一丸となって尽力したいと思えます。応援のほどよろしくおねがいします。

続いて近況報告ですが昨年末、評定河原グラウンドが閉鎖されて以降、オンラインでのミーティングを定期的に行っていました。互いの近況について報告することで、部員のモチベーションの維持を図りました。

◆中距離 PC 阿部 柚佳

中距離 PC の阿部柚佳です。

中距離パートの目標は、①東北 IC 複数種目優勝 ②七大戦代替試合全種目入賞 ③全員 PB 更新 です。中距離パートは院進して競技を続けている人が多く、また、種目数に比べてパートの人数が多いと言えます。そのため、全員が意識できる目標を立てようと考え、上記の 3 つを目標にしました。昨シーズンは七大戦をはじめとして多くの大会や記録会が中止となりました。それぞれが悔しさややるせない気持ちを抱えたことと思います。現 M1 の先輩方には特に、そのような気持ちを今シーズン目一杯ぶつけてほしいと思っています。パート内の正選手争いは激化することが予想されます。ライバルでありながら切磋琢磨しあえる関係を築き、中距離パートの力の底上げを図りたいと考えています。そのために目

標を見失うことなく、そして陸上の楽しさを忘れることなく活動できるよう、中距離 PC 及び一部員として尽力していけたらと思います。このような関係と雰囲気の中距離パート内に実現することにより、上記の 3 つの目標を達成できると考えています。中距離パート全員でこれらの目標を達成するために、これからも日々鍛錬していきますので、引き続き応援よろしくお願い致します。

続いて近況報告です。中距離パートは活動停止期間中、個人や少人数グループでの練習を行っています。練習メニューを場所に合わせて考えたり、人数を調整したりしながら日々活動しています。また、練習日誌や月毎の目標及び反省の記入を継続して行っています。練習日誌は互いに練習内容や感想などを共有すること、月毎の目標と反省の記入はそれぞれが掲げている最大の目標を見失わずに練習することや、部員同士が互いの目標を知ることが目的としています。活動停止期間が長期間にわたり、練習場所の確保や気持ちの維持などが大変な状況ではありますが、パート全体で乗り越えていければと思っています。また、そのために PC として自分ができることに精一杯取り組んでいきたいと考えています。今後も予測できない厳しい状況が続くと思いますが、陸上を楽しむ気持ちや共に頑張る部員の存在を大切に、一生懸命練習に励んでいくつもりですので、引き続き応援よろしくお願い致します。

◆長距離 PC 八鍬 佳紀

長距離 PC を務めております八鍬佳紀です。

長距離パートでの 2021 年度の目標は、昨年成し遂げられなかった「全日本大学駅伝での部記録 5 時間 41 分 20 秒の更新」です。これを達成する為には更なるチーム力の底上げが必要です。

そこで新チームでは、一人の競技者として自分がすべきことを考える力をより大事にしたいと思っています。その為に新たに目標シートとそれを用いたミーティングを始めました。一人一人が小さな課題を見つけ、自分の中の大目標の実現に結びつけることができればパート目標の実現も近づくと信じています。

昨年はコロナ禍の中の困難を乗り越えて 2 年ぶりの全日本大学駅伝の出場を果たしましたが、ここ数ヶ月コロナによる猛威で取り巻く環境はより厳しいものとなっています。ですが、私たちは感染防止に努めながら私たちが出来ることを続けていきたいと思っています。多くの支えて下さっている方々への恩返しの為にも部記録更新、必ず達成します。今年度も長距離パートをよろしくお願い致します。

評定河原グラウンド閉鎖後の取り組み

評定河原閉鎖後も、毎週のオンライングループミーティングにより、チームとしての形を保ちつつ、個々の陸上に対する考えもより高められていると感じています。

ここ最近は各競技場の閉鎖又は受け入れ拒否にランニングコースの工事が重なり、まともに練習できる場所がないという状況ですが、練習方法を工夫しながら十分なトレーニングは積んでいると感じています。いつレースに出れる状況になってもいいように各々準備を進めています。

◆競歩 PC 辻本 隆文

今年度の競歩パートの目標は全員が PB を更新することです。今年度も大会や記録会に出場できる機会はあまり多くはないかもしれませんが、少ないチャンスで結果を出せるように頑張りたいと思います。目標を達成できるように PC として頑張ります。

現在は、部活が再開された際にしっかりと練習ができるように各自が可能な範囲で練習しています。練習場所なども限られている状況ですが、できることを行っている状況です。

◆跳躍 PC 西川 亜連

8 月より新たに跳躍 PC を務めさせていただいております、西川亜連です。

跳躍パートの来シーズンの目標は、「全員 PB 更新」、「東北 IC、北日本 IC の跳躍種目全種目で 1 人以上入賞」、「七大戦出場者全員入賞」です。そして私の PC としての目標は「パートメンバー全員に競技自体を楽しんでほしい」ということです。陸上の練習はどうしても厳しいものが多くなります。その中で結果を残していくには一つ一つの練習を楽しむこと、主体的に考えることが大切だと思います。その成果として上記の目標の達成に近づくと考えています。現在の跳躍パートは、ほぼ全員が各大会でギリギリ入賞できないという状況です。言い換えれば全員 PB を更新したら大量入賞の可能性があるとということです。

その目標達成のために、パートを上げて跳躍技術はもちろんのこと、加えて走力の底上げをしたいと考えています。現在の跳躍パートの課題として、地面に力を伝える効率を改善することがあります。それを改善することで走りだけでなく、跳躍にもつながってくると思います。ドリルなどでフォームを見直し、短距離パートを脅かすほどの走力を身につけたいです。

もちろん、これらのことを成し遂げるには私だけでなくパートメンバー全員に頑張ってもらう必要があります。そのためにも私が先頭を切り、全員が部活を楽しみにくるようなメニュー、雰囲気を作ることを目標としていきたいと思います。現在は陸上競技を行うことが大変厳しい状況になっておりますが、パート全体で声をかけ合い目標達成のために地道に前に進んでいけるよう頑張ります。応援よろしくお願いいたします。

<部活動停止後のパートの取り組み>

跳躍パートでは、集合した練習ができないため練習日には 20 分程度のオンライン補強を行っています。基礎筋力向上を目的として、本練習の導入となるようにしています。

また、LINE グループで練習ノートの記入をしています。お互いの練習状況や内容を確認することで士気の向上を図っています。

◆投擲 PC 畠山 千果

投擲 PC を務めています、畠山千果です。

投擲パートの目標は、「七大戦代替試合で男子 10 点、女子 10 点を獲得すること」と「全員が PB を更新すること」の 2 つです。1 つ目の七大戦代替試合の得点目標については、少々高めに設定しました。現状、投擲パートはかなり人数が少ないですが、各自が持てる力を発揮したり、他パートも兼ねている部員の力を借りたりすることで実現可能だと考えています。また、2 つ目の目標である全員が PB を更新することについては、七大戦代替試合で得点するためにも、部を盛り上げていくためにも必要だと考えています。

投擲パートは、先にも述べたように人数が少なく、共に練習できる人数も少ないのが現

状です。実力を上げることはもちろん、モチベーション維持のため、そして何より楽しく活動するために、PCとして何が出来るのか日々考えながら頑張りたいと思います。応援よろしくをお願いします。

<部活動停止後の取り組み>

投擲パートは年末に活動が禁止されて以降、個人での練習をメインに継続しています。人数が少なく、各学年・学部によって予定などが異なるため小集団での練習も叶っていないのが現状です。しかし、それぞれが自分で出来ること、自分に必要なことを考え一生懸命取り組んでいます。評定河原や県内の競技場が利用できず、本来であればとっくに開始している投擲練習も出来ない状況ではありますが、お互いにアイデアを交換しあい、この状況を乗り越えていればと思っております。難しい状況ではありますが、常に向上心を持って練習に取り組んで参りますので応援の程よろしくをお願いします。

○コロナ禍における陸上競技部のこれまでの活動報告（文責 H9 卒 吉田）

2020年3月30日に大学より全課外活動に対し全面禁止令が発令されてから今日に至るまでの間の陸上競技部の活動の様子を報告させていただきます。第67号「三秀」における監督挨拶においても2020年末までの活動の様子について詳しく述べてありますので、ここでは年が明けてから新年度が始まるまでの活動についての的を絞り報告させていただきます。

文末に大学より発令された課外活動に対する制限についてまとめて示しています。昨年12月29日以降、再び課外活動が全面禁止となり、その間、学内施設（評定河原グラウンド）も利用できない状況が続いております。一年を通して一番辛い冬季練習の期間に、多くの活動制限がある中においても、部員達が士気を高く保ち続けられるよう二人の主将やPC達が工夫をこらし努力してきました。しかしながら、春になり県内に緊急事態宣言等が発令され、部員達はその練習の成果を試すための競技会への出場もままならず、昨年以上に苦しい状況にさらされています。当然ながら、大学の行動指針に対する不満も多くの部員が抱くようになり※1、私達顧問は部員への説明に追われる日々がしばらく続きました。他大学に目を移せば、北海道大学を除き、他の5大学は毎週末のように春季の記録会へ出場し、その結果がツイッター等で流れてきます。それをどのような心境で現役部員がみているかを考えると胸が痛みます。

学内施設の利用が許可されていない状況下において、現役部員は比較的近場にある外部施設の競技場を利用して質の高い練習を積むよう取り組んで参りました。タイミングが悪く自転車で通える宮城野原の競技場は改修工事のため利用できず、利府や岩沼の競技場まで足を運び競技活動を続けていました。これが宮城県内に緊急事態宣言が発令される前までの様子です。現在は県内の競技場は全て閉鎖されており、河川敷等の広場を利用した練習を余儀なくされています。今後、県内の感染状況が収束し外部施設が利用できるようになったタイミングにおいても学内施設が利用できないようであれば、外部の競技場までの交通費や使用料を部として支援したいと考えております。その際、三秀会の皆様より頂戴しています寄付金を是非活用させていただきたいと思っております。このような形での現役部員の支援につきましてご理解のほど宜しくお願い申し上げます。

※1 主将達が部内でアンケートをとった結果、95%の部員が大学の行動指針に対する説明が不足していることに不満を感じると回答がありました。特に、県外の都道府県にお

ける緊急事態宣言と学内の課外活動の制限とが連動していることについて多くの不満が寄せられました。このことを受け、主将の諸田君が中心となり周囲の学生団体とも声を掛け合い、18団体の連名による課外活動の制限緩和に向けた要望書を体育部へ提出することになりました。その成果もあり、また体育部部长の永富先生のご尽力により、4月1日の東北大学の行動指針改正において、県外で宣言があった場合にも許可が下りた団体は活動が認められる内容に見直されました。そのよう大学の理解が得られた最中、宮城県内の感染者が爆発的に増大し続け、活動中止のまま現在に至るといった状況です。いまは宮城県内ならびに学内の感染者の数が減少していくことが活動再開に向けた条件となっています。(大学から発令された課外活動の制限の内容)

2020年

3/30 大学より課外活動禁止令が発令、評定河原グラウンドが閉鎖

7/6 大学より段階的な個人・少人数による活動再開の許可が出る

・評定河原グラウンドにおける個人・少人数による練習再開

8/1 大学より大会出場の許可が出る(事前申請による許可制)

・8月より悲願の大会出場が認められ、一部の部員は早速8/1青森、8/2岩手開催の記録会へ出場

12/22 大学よりに団体活動の許可が出る

・12/26に本年度初となる評定河原グラウンドにて対面による全体ミーティングを開く

12/29~1/17 学内で数件のコロナ感染の事例が立て続けに見られたことを背景に、大学より課外活動の一時活動中止令が発令

2021年

1/8~3/20 大学の一時活動中止令が解除される前に、他の都道府県において緊急事態宣言が発令されたことを受け、これに伴い学内の課外活動は全面禁止

3/18~4/11 県外の宣言解除がなされる前に宮城県内に独自の緊急事態宣言が発令され、引き続き課外活動は全面禁止

4/5~5/5 宮城県にてまん延防止等重点措置が適用され、課外活動が禁止のまま現在に至る。

○令和2年度三秀会卒業祝賀会(文責 H9 卒吉田) …オンライン

本会は現役部員が卒業後に三秀会会員として活躍することを期待し、今春学部を卒業する部員を招待し、お祝いするという形式で開催されています。平成24年より大学生協の食堂を利用して対面で実施してきた三秀会の恒例行事ではありますが、本年度は新型コロナウイルス感染拡大の影響により、対面での開催を中止とせざるを得なくなりました。それでも4年間陸上競技部で活躍してきた卒業部員を何らかの形で労いたいという会長、幹事長の強い要望があり、オンラインでの開催を決行しました。料理はフードデリバリーサービスを利用して各参加者の自宅へお届けし、またオンライン会議ツールには自由に話し相手を選択できるSpatial Chatを利用しました。

オンライン開催は初の試みであり不安な部分も多々ありましたが、卒業生16名、大学院生5名、OB・OG11名が出席し、例年と同等数の参加者を迎えることができました。

はじめに、稲見会長(S49 卒)から祝辞を賜りました。そして、柴田幹事長(S52 卒)の乾杯にて開宴となりました。暫く歓談した後、卒業生一人一人が、4年間の競技生活を振り返るとともに、今後の進路および豊富を語りました。また、参加したOB・OGの方々にご挨拶いただき、最後に、佐藤部長(S55 卒)が中締めをしました。祝賀会後もバーチャルな空間を利用しての会話が弾み、ツールの利用可能時間を超過した分の請求が後から届く、というエピソードもありました。

出席いただいたOB・OG(敬称略)

稲見文雄、柴田清、佐藤健二、大浦譲、佐藤源之、真山隆徳、村橋光臣、彦坂幸毅、久保正樹、吉田真人、千葉智史

寄付の申し出をいただいたOB・OG(敬称略)

石井孝、及川拓郎、尾本俊、大原綾、菅野均志、石原武雄

○自己ベスト更新者(12/1~3/31)

- | | | | |
|------------|------------------|------------------|------------------|
| ・男子 5000m | 工藤 大介(2) | 32'54"04(仙台大競技会) | |
| 八鍬 佳紀(2) | 15'35"36(仙台大競技会) | 井上 大輝(2) | 32'55"27(仙台大競技会) |
| 矢嶋 由弦(1) | 16'17"25(仙台大競技会) | 黒須 大地(4) | 34'32"11(仙台大競技会) |
| ・男子 10000m | 臼井 駿斗(4) | 35'29"44(仙台大競技会) | |

○今後の予定

- ・5月15日(土) 東北大学陸上競技部部員総会(仙台)
- ・6月4日(金)~6日(日) 2021日本学生陸上競技個人選手権大会(レモンガススタジアム平塚)
- ・6月12日(土)~14日(月) 第74回東北学生陸上競技対校選手権大会(秋田県立中央公園陸上競技場)
- ・6月19日(土) 北海道大学対東北大学陸上競技定期戦(苫小牧市緑ヶ丘公園陸上競技場)
- ・7月3日(土)~4日(日) 第43回北日本学生陸上競技対校選手権大会(新潟)

○編集後記

首都圏の緊急事態宣言発出を受け昨年末に部活動禁止となっははや4か月、今度は宮城県での感染拡大を受け未だ活動再開の目途は立っておりません。それでも、活動再開に向け主将、女子主将を中心として各パートで練習を行ってきました。競技場も封鎖され大変厳しい状況ではありますが、オンラインでのミーティングなどを通じ部員同士で励まし合いながら練習に打ち込んでいます。今年も三秀会員様に良い報告ができるようこの厳しい時期を乗り越えていこうと思います。

本年も東北大学陸上競技部の応援をよろしく願いいたします。

文責 副務 竹田康人

三秀会会費納入先

会費 正会員：年額一口1000円3口以上
卒業後50年を経過した会員、陸上競技部部費を納入した陸上競技部員：免除

振込先 りそな銀行仙台支店 普通口座
口座名義：三秀会 稲見文雄(サンシュウカイ イナミフミオ)
口座番号：1305830 (店番号：433)

通信欄には、卒業年度、氏名を明記ください。(例) S52シバタキヨシ

- ・過去2年間会費納入の無い会員の方への三秀送付を見合わせております。
- ・ご入金は全て当該年度として扱います。会計年度は11月1日から10月31日です。
- ・特別な場合を除き、全て「三秀会費」として扱います。