手　記　・　感　想

全国大会に出場して

鳴門渦潮高等学校
女子ラグビー部主将　松　井　香保里

私たちは10月24，25日に埼玉県熊谷市熊谷スポーツ文化熊谷公園ラグビー場で行われた第3回U 18女子セブンズラグビーフットボール大会に出場しました。

今回はコロナ禍という事もあり，大会は無観客試合で各チームの選手は12名までという制限の中での開催となりました。

私たち女子ラグビー部は総勢20名なので残念ながら全員で行くことはできませんでした。

大会に行く12名は，残ったメンバーの分まで後悔なく全力で闘いきること，『笑顔』を忘れないことを約束し全国大会に挑みました。

予選リーグの2試合は，大会2連覇中の中国地区代表島根県石見智翠館高校と去年トーナメント戦で戦った東北選抜との試合でした。

1試合目の石見智翠館戦では，相手チームのプレーに圧倒され，自分たちのプレーができないまま一度もトライをすることなく，試合を終えてしまいました。2試合目の東北選抜戦では，1試合目では出来なかった渦潮のプレーをすることを目標に挑んだ結果渦潮のリズムにもっていくことができ，勝利する事ができました。

2日目のカップ，プレート，ボウルに分かれたトーナメント戦で渦潮は，真ん中の2位グループのプレートに入りました。

1試合目は，今まで対戦経験のない相手福岡レディースとの試合でした。

試合は，前半に渦潮が先制点を取り渦潮の流れに持ち込めたと思いましたが同点に追いつかれ，最終，ワントライ差で負けてしまいました。しかし，福岡レディース戦は今回の試合の中で一番みんなが生き生きとし，楽しめていた試合だったと思っています。その分悔しい気持ちはすごく大きかったです。

2試合目の3位決定戦では，これまでにも予選リーグで戦ったことのある追手門学院高校との対戦になりました。泣いても笑っても今大会の最後の試合。後悔することなく楽しく笑顔で試合をしようと声をかけ試合に挑みました。

結果は，自分たちの流れに持ち込めず，思うような試合ができないまま敗戦してしまいましたが，みんな最後まで自分の精一杯の力を出し切って走りきることができました。

これで，3年生は高校でのラグビーの公式の試合からの引退となります。私達の代が始まり，3月からは新型コロナの影響で約3ヶ月の休校と，ラグビーができない状況に置かれましたが，その期間があったからこそ，今大会はみんなそれぞれが目標を持ち最後まで諦めることなく走り切れたんじゃないかなと思っています。そして，最高の同期とチームメイトに恵まれたことに心の底から感謝しています。最後まで指導してくださった先生方ありがとうございました。

家から出て寮生活になる私を送り出し，見守ってくれた親にも感謝でいっぱいです。私は大学でもラグビーを続けるので，この大会で得たものを，大学ラグビーでも生かせるようにしたいと思っています。

後輩達は私たちの代で達成できなかった目標を達成すると誓ってくれたので，この思いを託したいと思います。

全国高校通信記録会第4位に入賞して

徳島科学技術高等学校　平　岡　大　河

今年の7月に行われた徳島県高等学校総合体育大会代替大会で55kg級に出場しました。左足首を疲労骨折していて痛みがある中で，スナッチとトータルで徳島県高校新記録を出せたことは，ひとつの自信になりました。そして，この記録は，全国高校通信記録会でスナッチ3位，トータル4位となりましたが，昨年の10月に茨城県で行われた国民体育大会では，スナッチ2位，トータル5位だったので，トータルで順位を上げたものの，得意のスナッチで順位を上げられなかったことが悔しかったです。大会前に怪我をしてしまい，思うように重量を触ることができなかったので，これからの課題は，体調管理をしっかりし，怪我をしてしまうまで練習をしないようにすることです。どこまで追い込んだら怪我をしてしまうかを感覚で覚え，自分の身体と相談しながら，無理のない体力強化・筋力強化に取り組みたいと思います。

今年は，私の高校3年間全てがかかった全国高校選抜大会，インターハイ，国民体育大会が，新型コロナウイルスの影響で全て中止になりました。3月に行われる予定であった全国選抜大会が中止になったことを知ったときは，落ち込まずに「インターハイで優勝する」という目標にすぐ切り替えることができましたが，インターハイが中止になったことを知ったときは，かなり焦っていました。国民体育大会も中止になるかもしれないという心配やストレスの中で練習していたので，練習の質も落ちていたと思います。そして，恐れていたことが現実になり，国民体育大会が中止になった報告を受けたその日は全く実感がありませんでしたが，日が経つにつれて「自分は今まで何のために努力してきたんだろう」と考えるようになっていました。落ち込んでいた時，顧問の橋本先生の教えである「自分に降りかかることは全てプラスにとらえる」という言葉のおかげで，悔しい気持ちすらも練習意欲に変えることができるようになりました。これからは，お世話になった方々への感謝の気持ちを忘れず，大学で日本一を取るという目標に向かって日々の練習に励んでいきたいと思います。

全国高等学校陸上競技大会 2020 で３位入賞して

生光学園高等学校　安　岡　若　葉

私には今年どうしても叶えたい夢がありました。それは，全国大会で後輩の川口，三田と共に表彰台に上がることです。今年は新型コロナウイルス感染の影響で数々の試合が中止となりました。目標にしていた最後のインターハイや国体も次々と中止になるなか，吉報が入ったのが８月中旬でした。『10 月に全国陸上が開催される』しかし，出場する為にはいくつかの条件があり，まずは参加標準記録が高いこと。そしてその条件に達した選手の中から上位 30 名しか出場できないということでした。なんとかその条件をクリアした私は，次は同じ試合で一緒に出場することになった三田や川口の三人で，入賞したいと思うようになりました。試合は通常ならば予選３投，決勝３投ずつ投げられるはずのところ，今回はコロナ感染予防のため予選２投と決勝２投の計4投しか投げられないことになりました。ただでさえ決勝に進むことはとても難しいことなのに，その上２投でベストパフォーマンスをしなければいけないと思うと不安がよぎりました。勝負強くもなく自信がなかった私でしたが，先生が２投で投げ切る練習方法を何度も繰り返しさせてくれました。その気持ちに応えたい，１本で決めたいと思うようになり，その成功率も次第に上がってきました。

試合当日は緊張感や少しの不安感もありましたが，今までやってきたことを信じて挑みました。練習の成果があり１投目から 13ｍ台にのせることができ，不安感はなくなりました。川口や三田も絶好調で２投目の途中まで，１位，２位，３位という場面がありました。二人が頑張ってくれている。そばにいてくれていると思いすごくモチベーションが上がりました。３投目には他選手にぬかれ順位は下がりましたが，私の中で「３年生最後の全国大会で最後の投げ。勝負はこの１本しかない。ファールをしてでも思い切って投げる」と自分を奮い立たせサークルに入りました。思い切って突き出したその砲丸は，13ｍ65 に落下。大ベストのうえに３位に入賞することが出来ました。スタンドからは大きな歓声があがり，自分がやりきれたことに安堵したとともに，嬉しさがこみ上げてきました。２位との差はわずか２㎝で少し悔しさは残りますが，何より川口が大ベストでの優勝，三田もベストを大きく更新し８位に入り，３名全員が表彰台に立つことができたことが本当に嬉しかったです。陸上競技は個人競技ではありますが，多くの方に励まされ，支えられているからこそチームとして一致団結し最高のパフォーマンスができるのではないかと思います。この貴重な経験を生かし進学しても仲間を大切にし，感謝の気持ちを忘れないようにしていきたいと思っております。そしてまた全国大会で仲間たちと会えるよう努力していきたいです。

全国高等学校陸上競技大会 2020 で８位入賞して

生光学園高等学校　三　田　樹梨香

今回の「全国高校陸上競技大会 2020」で８位に入賞することができたのは，指導者の先生方や先輩方，保護者の方々のサポートや応援があったからだと思っています。

全国高校総体が中止になり，全国高校陸上競技大会で生光学園から女子砲丸投げに出場する３名全員が入賞することを目標に練習に取り組んでいました。しかし，私は８月，９月頃に投げ方がわからなくなり，全く投げることができませんでした。動きを意識しても全く投げることができず，気持ち的にも「試合に間に合わない」と焦っていました。そんなときに，距離を意識せず動きだけを意識できるネット投げで，先生が１から砲丸の投げ方を指導してくださいました。投げ方を少しずつわかってきて投げられるようになりましたが，それでも予選通過できるかギリギリのところにしか投げることができませんでした。そのときに「少しずつ動きが良くなってきている，三田なら大丈夫」と先生方や先輩方が声をかけてくださり改めて頑張ろうと思えました。

現地に入り，初日から先輩や同期が良い流れをつくってくれました。試合当日，不安があるなかで試合に挑みました。１投目から安岡先輩が入賞を決める記録，川口が優勝を決める記録を投げ良い流れをつくってくれました。自分が投げる順番が近づき，先生方や先輩方の応援してくださる声が聞こえてきて１投目から投げなければいけないと思いました。１投目のことはほとんど覚えていませんがサークルに入ったときにすごく緊張したことを覚えています。投げ終わりスタンドから聞こえてきた，先生方や先輩方の声で良い記録を投げることができたのだと思いました。記録を見るとベスト記録で入賞できる記録でした。今回は，２投の試合でランキング上位の人達が投げられず，普段から２投で投げきる練習をしていた私達は，練習通りの結果を出すことができたと思います。

１投目に投げた記録から伸ばすことができず，悔しい気持ちにはなりましたが，すごくいい経験をすることができたと思います。これからは，今回の経験を踏まえ，自分がしてもらったサポートや応援をできるようにしていきたいです。

一投に賭けない者は　一投に泣く

生光学園高等学校　上　中　ひかる

今年はコロナウイルスが流行し，高校３年生にとって最後のインターハイが中止となりました。しかし，コロナが落ち着いたら試合が開催されるかもしれないと期待をし，私たちは変わりなく練習に励むことにしました。先生方は，私たちに絶えず希望を持たせてくださいました。コロナが落ち着いた頃，公式戦も少しずつでき，チャレンジ記録会や，校内記録会なども実施していただき，私たちのモチベーションも下がることなく目標を持って練習することができました。そのような中，全国高校陸上2020大会が開催されることを知り，「やっと投げられる，やっと全国大会に出場できる」ととても嬉しかったです。しかし，今までの全国大会とは違い，申込するときからコロナウイルス感染拡大防止のため，高い標準記録に出場希望者上位30名しか出場権がないという狭きもの。さらに予選試技２投，決勝試技２投という規制に愕然としました。そこから試合に向けての練習内容も変わってきました。毎日の練習で２投の試合形式を行うようになりました。私は，１投目に集中し全力で投げ切るように心がけました。また生活面では試合当日が９時から競技開始だったため毎日４時に起床を心がけました。

本番当日３時に起床し，体を起こすために朝練でたくさん汗をかきました。温かいお風呂にも入りました。この日のためにあらゆることを準備しました。試合では１投目から良い流れを作ろうと思い，ほどよい緊張感でピットに立つことができました。全力で振り切ったハンマーは48ｍ53に落下し，まずまずの入りができました。２投目も48ｍ58と記録を伸ばせ決勝に進むことができました。3，4投目は記録をもっと伸ばしたいと思い挑戦しましたがそれが力みとなり，２投目の記録を伸ばすことができませんでした。しかし，この記録が決め手となり，私は高校で初めて５位に入賞することができました。この要因は何だったのか。それは，２投の試技，９時からの試合，前日が雨だったことが重なり，50ｍ以上の持ち記録の選手が失投やファールをし，次々と予選敗退をしたためだと思います。しかし私たちは日頃から１投目から投げきる試合形式を行ってきたため，練習の成果を発揮することができたのです。だから，私は入賞することができたのだと思います。自分の入賞も嬉しかったのですが，今回の大会で一番印象に残っているのは，同校の女子砲丸投げの３名の選手が投げ合いの末，優勝，３位，８位と全員が入賞してくれたことです。私たちの横断幕には「一投に賭けないものは　一投に泣く」という言葉があります。この度つくづくとその言葉の重みを感じました。このような結果を得ることができたのは，私たちのことを常に考え指導してくださった先生方やサポートしてくださった先輩方，励ましてくれた仲間がいてくださったからだと思います。本当に心から感謝しています。

全国高等学校陸上競技大会2020 第１位になって

生光学園高等学校　川　口　由　眞

今年は，新型コロナウイルスの流行により，目標としていた全国大会が立て続けに無くなってしまいました。その分，「全国高校陸上競技大会2020」に懸ける思いは強かったです。

試合の２週間程前から先生方が本番を意識した試合形式の練習をしてくださいました。私は全国大会の重圧からか思うような投げができないことが多かったのですが，先生方は諦めず熱心に指導してくださいました。試合会場のある広島に向かってからも不安はありましたが，大会１日目に先に試合のあった先輩が入賞されて，とても良い流れを作ってくださいました。「入賞しなければならない」という気持ちが「挑戦者として，失敗しても良いから頑張ろう」という気持ちに変わりました。試合当日，直前の投擲練習ではとても良い投げをすることができました。同じ試合に出場する先輩二人も調子が良かったので，大きな自信になりました。試合本番では，１本目から自己ベストを投げることができ，その記録で入賞することができました。同じ試合に先輩方がいてくださり本当に安心したとともに，互いに刺激を与え合うことができたと思います。三人で声を掛け合い，そしてその結果，「女子砲丸投げで先輩方と三人で全国入賞する」という大きな目標を達成することができてとても嬉しかったです。このような結果を出せたのは，日々ご指導してくださる先生方，先の試合で良い流れを作ってくださった先輩方，同じ試合で支えてくださった先輩方，サポートや応援をしてくださった方々，そして家族のおかげだと思います。全国大会を終えて，自分が多くの方々に支えられているということを改めて感じました。

今回は優勝することができましたが，この結果に驕らず，これからも感謝を忘れず挑戦者の気持ちで何事にも取り組んでいきたいと思います。そして今度は自分が仲間を支え，引っ張っていけるようになりたいです。来シーズンの目標が達成できるように，これからも練習頑張ります。

JCSPAジュニアサイクルスポーツ大会 全国大会スプリント競技６位に入賞して

小松島西高等学校　小　川　将二郎

私は，９月11日から13日に開催されたJCSPAジュニアサイクルスポーツ大会全国大会にスプリント競技出場し，６位に入賞しました。まず，スプリントとは，自転車競技のトラックレースの一つで，短距離のレースです。瞬発力や高度な技術，頭脳的な作戦力も要求されます。最初にフライング200ｍに出場した選手が１人ずつ走り，タイムを計ります。そして，出場人数にもよりますが，基本的には，８人から18人程度の選手が勝ち上がり，対戦していきます。勝ち上がった選手は，１対１でトラック２周で戦います。そして選手同士でゴール手前200ｍくらいまで仕掛けのタイミングを巡って様々な駆け引きが行われます。スプリントの見所は，その駆け引きとゴールまでのスプリント合戦です。

私は，昨年のインターハイで入賞することを目標に練習してきましたが，出場することもできずに終わりました。インターハイ予選が終わり。「このままでは終われん，絶対強くなる」と言う気持ちになりその年の冬に猛特訓しました。今までにない悔しい気持ちを練習に変え風の強い中も「絶対にいいことがある」と思いもがき続けました。その特訓をするのには２つの理由がありました。まず一つは，インターハイで入賞すること，そして，競輪選手養成所に一回で合格すること。その目標をずっと持ち続け，競輪選手養成所の合格を第一に考え日々練習に励みました。そして，新型コロナウイルスの影響でインターハイが中止になりましたが，養成所の試験に向けて練習を続けていたときに，全国大会に参加しました。

私は，予選８位で通過し，５位から８位決定戦に進むことができました。決定戦では，外から相手の動きを見て仕掛ける作戦でしたが，インからのスタートとなりアウトを取ることが難しくなったので，相手の隙を見て先行する作戦に切り替えましたが，アウトから来た選手に進路をふさがれ先行することもできませんでした。そして，残り400ｍでスピードが上がり，ラスト200ｍで捲りに出たのですが，最後にさされてしまいました。そして総合６位という結果になりました。

約１年間いろいろな意味で自分と勝負し，ようやく全国で名を刻めることができました。強い自分になるため厳しい練習を重ねてきた時間は今までで一番自分を変えられたのでこの財産を大切にしていきたいです。そして，自分だけの力ではなく，家族や友人そして先生方いろいろな人の支えでここまで来れたことに感謝したいです。これからは幼い頃からの夢である競輪選手になっていろいろな人に恩返しをしていきたいです。