



PERSPIRATION

2010 年

茨城大学陸上競技部 部誌

第 5 号

目次

I. 2010 年度シーズンを振り返って	2
II. 2010 年度活動報告	6
i) 大会後記	7
関東インカレ／千葉対校／関東甲信越体育大会／日本インカレ／国公立 22 大学対校／ 北関東五大学対校／三浜駅伝／荒川駅伝／勝田全国マラソン	
ii) その他の主な競技会の結果	15
茨城県選手権／関東選手権・その他	
iii) その他の活動	16
審判、補助員／宇都宮大学合同合宿	
III. 2011 年度シーズンの抱負	17
IV. 2011 年度活動予定	20
V. 卒業・修了生より	21
VI. OB/OG 近況報告・現役部員へのメッセージ	28
VII. 記録集	37
茨城大学記録・男子／茨城大学記録・女子／2010 年度ランキング／対校戦順位一覧	
VIII. 部員名簿	41
編集後記・連絡先	42

I. 2010年度シーズンを振り返って

主将反省

前主将 小向瑞樹

今年度は部活動全体の目標を「日進月歩—全員自己ベスト—」と決めました。一人一人が日々一つの動作にしても考えながら行動し、また周りの人たちに感謝をしながら練習をしていき、大学生として、そして社会人として成長していくことを目標に一年間を取り組みました。

今年は、春合宿から関東インカレ、千葉対校など様々な対校戦を通じ、個人またはチーム全体で成長をしたと思います。特に、千葉対校では主催校として総合優勝を果たし、22大学では女子が優勝を果たすなど飛躍があった年でした。そこには、新戦力の1年生、最終学年の4年生が切磋琢磨し、そこに2・3年生が刺激を受けさらに伸びたことが要因だと感じました。

しかし、運営面に関しては、改善すべきことがたくさんありました。また、私自身度重なる体調不良によりチーム全体に迷惑をかけてしまいました。細かいミスを重ねることにより大きな失敗につながることを実感した年でした。今年度は、例年と違い1月の勝田マラソンではなく、10月の5大で幹部交替と大きな節目を迎えました。この経験を次に伝えることがこの茨城大学陸上競技部のさらなる発展に繋がることになると思います。

最後に、2011年3月11日に東日本大震災が発生しました。東北出身の選手も多い中、部全体で協力し合い励まし合いながら今練習をおこなっています。例年と違い春合宿が中止になり、スケジュールの変更もある中でも、一人一人が臨機応変に対応し、他大学に負けないうっかり頑張りたいと思います。

主務反省

前主務 城所 舞

今シーズン主務をつとめさせて頂きましたが、一選手だった私が運営する側に周り、多くの貴重な経験をさせて頂きました。選手の登録や補助員の派遣、会議など、今まで自分一人の世界だった陸上競技が、大勢の手で成り立っているということを実感し、この競技に対する視点、視野が大きく変化したと感じています。今年一番の大仕事となった千葉大学との対校戦では、多くの方のお力添えにより、無事開催することができました。当日まで不安で仕方ありませんでしたが、大会を終えた時の達成感は何事にも代え難いものでした。未熟な私をサポートして下さった茨城陸協の方々、先生、先輩方には感謝の念が耐えません。今年度は、幹部が例年よりも早めのバトンタッチとなり、双方不安を抱えながら新体制がスタートしました。急な交代だったにもかかわらず、2年生は昨年までの反省をもとに運営に尽力してくれています。自分たちの運営に反省点が多かった分、それらを後輩に伝え、サポートすることが私たちの役割であると考えています。

幹部を終えて私が一番悔しかったのは、自分たちで掲げた「全員自己ベスト」の目標を、私自身が達成できなかったことです。今シーズン主務の仕事を通じて培ったパワーを、来シーズンは自分の競技と、後輩のバックアップに注いでいきたいと思っています。

短距離ブロック長の反省

前短距離ブロック長 松村 俊

前年度の短距離ブロックを振り返ると、良いところも悪いところも多かった一年だったと思います。良いところでは、多くの選手が自己ベストを出すことができた、各対校戦ではほとんどの種目で入賞を果たした、日本インカレで入賞した点が挙げられます。

悪いところでは、結果を出している選手がほとんど同じであった、シーズン後半にけが人が多かった点が挙げられます。前者は二番手、三番手の選手がなかなか出なかったことが原因です。メニューをもっと全員に合うように組んだり、あるいはアドバイスできていれば、より多くの選手が良い結果を出せたのではないかと思います。後者は、夏の合宿で強度を上げ過ぎたことが原因です。選手一人一人と話をし、選手の状態を考えて合宿のメニューを組み、合宿が終わった後も状態を把握してメニューを調整していれば、けがを防ぐことができたかもしれません。

今年度は四年生が抜けて、今まで以上に一人一人が結果を残さなければならない年です。新一年生にももちろん期待はありますが、それに頼らず、上の学年が意地をみせていかなければなりません。現短距離ブロック長の南部もそのことを良く理解して、ブロックを引っ張ってくれています。自分も影から南部を支えて、さらに強い短距離ブロックにしていきたいと思います。一年間ありがとうございました。

中長距離ブロック長の反省

前中長距離ブロック長 小向瑞樹

今年度4月に新入生男子三人、そして待望の女子を二人加えた中長距離ブロックは、部の目標である「全員自己ベスト」そしてトラックでは22大、駅伝では荒川駅伝を目標に取り組んできました。

今年は、前半で記録を残しはしたものの、その後上手くいかなかった人、前半こそ出せなかったが、対校戦に入るにつれ記録を出していった人、一年を通じ振るわなかった人と様々でした。また、関東インカレ・日本インカレに何人か出場し大きな活躍をしたことでブロック全体に良い刺激となりました。対校戦では、2・3年生が頑張らなければならないところ、4年生や院生、はては1年生に頑張ってもらい結果となってしまう、チームの核となるべきところがまだまだありました。

私、ブロック長個人として、本当にチームに迷惑をかけてしまいました。本来なら荒川駅伝までやるべきところ自分のメンタル面の弱さのせいで5大で現ブロック長に代わってもらい、自分は一選手としてやらせてもらいました。周りのことも考えず、一人よがりになら自分で全てやろうとした結果であり、一番に反省すべき点でした。

現ブロック長に代わってから5カ月経ちました。少しずつですがブロック全体でしっかり練習の中・その他でも走りについて調べ、語り合うことで勝ちにいく意識はできてきていると思います。まだ、個々人は弱いですが今年の荒川駅伝までには強いチームとなるために頑張りたいと思います。

跳躍ブロック長の反省

跳躍ブロック長 逆井智也

今年の跳躍ブロックの反省は男子の競技力不足が挙げられます。女子は対校戦でも上位に入り記録もよかったです。男子は青柳以外対校戦で思った以上の結果を出すことができず、チームの足を引っ張ってしまいました。

原因として挙げられるのは、基礎体力の低さ、特に「バネ」といわれる部分です。これを鍛えることが跳躍種目の結果に直結するので、プライオメトリックトレーニングなどをもっと積極的に取り入れていきたいです。それに加えて走力の強化も必要だと思います。

今年の目標の一つでもあった「全員自己ベスト」は達成できませんでしたが、メンバーの半数以上が自己ベストを出すことができました。シーズンを通して練習の雰囲気は明るく、各自での練習もメンバー全員が目的を持ってやっているので良いと思いました。このような練習を続けていけば結果はきつとついてくると思うので、今後はより練習の意義や目的を明確にして取り組んでいきたいです。

投擲ブロックの反省

投擲ブロック長 ホアン テ ウェン

前ブロック長の弓削からブロック長を引き継ぎ、新たに星野と小林が投擲ブロックに入り、総勢7名で活動をしてきました。前半戦では関東インカレに4名の選手が投擲ブロックから出場し、弓削がハンマー投で2位、私が円盤投で3位、やり投で5位という結果を残すことができました。また惜しくも入賞には届きませんでした。また、砲丸投で出場した城所やハンマー投で出場した鈴木(香)も力を出し切ってくれたと思います。また千葉対校では男女アベック優勝に大きく貢献することができました。

普段の練習の中でもお互いにポイントを指摘し合いながら、その中でも楽しく練習が行えていると思います。また各選手が向上心を持っており、新しいことに日々挑戦しています。しかし後半戦では前半と比べ失速してしまい、目標としていた結果を残すことが出来ませんでした。

なぜこのような結果になってしまったのかを振り返ると、私の中では大きく分けて3つの原因が考えられます。1つ目は夏に練習計画の下で十分な鍛錬をつむことができずに、基礎的な体力の部分でどの選手も低下してしまったということ。2つめに対校戦の中で他種目に出場するにあたり、自分の専門性を見失ってしまい、自分たちの専門種目で納得のいく結果を残すことが出来なかった事。3つめに私の力不足以外の何物でもないのですが、ブロックの中で方向性や意識の差が目立つようになってしまい、ブロックとして全員が同じ方向に向いていなかったのではと反省しています。

投擲ブロックは個性的な人ばかりです。一人ひとりすばらしい考えを待っていることもあれば、間違った考え方をしていることもあるかもしれません。ブロックとして普段から活動していますが、まだまだお互いに知らないこと、気がついていないことがたくさんあります。今後はお互いの考え、方向性を確認してみんなで1つの目標に向かっていくために、お互いに話し合いながら、より良い練習、より良い部活動にするためにはどうすればよいのか考えていきたいです。投擲ブロックの良いところはみんなが仲良しなところですが、ただの馴れ合いの集団としてではなく、競技者の集まりとして、お互いに高めあっているような集団になれるようにこれからしていきたいです。私はこの個性派集団がひとつにまとまったときの爆発力はすごいと信じています。今年のシーズンに向かって全員一丸となってこれからも頑張っていきたいと思います。

ハードルパート長の反省

ハードルパート長 小島恵梨香

2010年度ハードルパートは対校戦では「決勝に進出して積極的に点数をとりに行く」ということを目標にしてやってきました。試合では攻めのレースをみせてくれる選手が多かったのが良かったと思います。その反面で自分の目標に手が届かず、自分の力を100%発揮できないレースになってしまった人もいました。パート内ではコミュニケーションをとり1人1人の目標を把握し、切磋琢磨し活動できました。

パート長としては4年生の先輩方に頼ってしまうことが多かったと思います。試合でもハードルパートを活気づけるようなレースをしたかったです。1年間、パート長として活動し、まだまだ知識不足であることや、もっとするべきことがあったなど反省点が多々あります。来シーズンも引き続きパート長として活動するので、反省点を生かして頑張りたいです。

マネージャーブロックの反省

前マネージャーブロック長 荻生めぐみ

今年のマネージャーブロックは、昨年より多い人数で活動することができました。人数が増えて余裕を持って仕事ができるようになった反面、あるサポートに人数が偏りすぎて、+αの仕事ができなかったこともありました。この反省を踏まえて、タイムの計り方、ノート書き方など、今までのやり方に固執していた部分を新しくすることができたのはよかったです。

毎年1年生が戸惑いやすいマッサージに関しては、試行錯誤しながらも一生懸命取り組んでくれて、サポートの幅が広がったように思います。近年はマッサージ人口が増加して選手のケアに貢献できるようになったと思うので、現状に甘んずることなく今後も技術向上を図りたいと思います。マッサージをすることによって、いいパフォーマンスができたと言われることが、私たちマネージャーにとって本当に励みになりました。

2年間やってきたブロック長も現在は宮岡に引き継ぎました。頼りないブロック長ではありましたが、お世話になった先生方、部員みなさんに本当に感謝しています。今後は後輩たちがどんどん活躍してくれることを期待しつつ、私自身も後輩たちに何か残せるように頑張っていきます。

日立ブロック長の反省

前日立ブロック長 松村 俊

前年度の日立ブロックは、前期に土曜授業があったため、練習時間を確保するのが難しい状況でした。しかし、その中でも時間を見つけて練習し、大会で入賞したり、自己ベスト、あるいは大学ベストを出したりと、結果を残した選手が多かったのは良かったです。また、日立では自分たちだけでなく、高校生や一般の方など様々な人たちが練習しているので、お互いに練習を教えあったり、あるいは会話をしたりと、普段の練習から地域の人たちと交流を深めることができたと思います。

反省点としては、夏休みなど時間のあるときに、もっと積極的に水戸キャンパスに行って一緒に練習すれば、さらに良い結果に結び付いたのではないかと思います。

現在の日立ブロック長である栗原は、水戸ブロックとの一体感をより一層深めていこうと頑張っています。その姿勢を支えるために、自分もこの一年間で学んだことをしっかりと伝え、共によりよい日立ブロックになるように頑張っていきます。一年間ありがとうございました。

Ⅱ. 2010 年度活動報告

2010 年度活動内容

日程	競技会名	場所
5/15～16 22～23	第 89 回関東学生陸上競技対校選手権大会 (関東インカレ)	国立競技場
6/18～22	2010 日本学生陸上競技個人選手権大会	平塚市総合公園平塚競技場 (神奈川)
7/2～4	第 64 回茨城県陸上選手権大会	笠松
8/7	第 45 回千葉大学茨城大学対校陸上競技定期戦 (主催校)	笠松
8/8	茨城県陸上競技国体予選	笠松
8/19～20	第 59 回関東甲信越大学体育大会	松本平広域公園陸上競技場 (長野)
8/20～22	第 83 回関東陸上競技選手権大会	熊谷スポーツ文化公園陸上競技場 (埼玉)
9/10～12	第 79 回日本学生陸上競技対校選手権大会 (日本インカレ)	国立競技場
9/18～19	第 21 回関東学生新人陸上競技選手権大会	国立競技場
9/24～26	第 25 回国立 22 大学対校陸上競技選手権大会	三ツ沢公園陸上競技場 (神奈川)
10/1～5	国民体育大会	千葉
10/24	第 61 回北関東五大学対校陸上競技大会	栃木県総合運動公園陸上競技場
12/5	第 65 回三浜駅伝	ひたちなか
12/19	第 11 回荒川河川敷大学対校駅伝競走大会	荒川河川敷
12/25～28	宇都宮大学合同合宿	栃木海浜自然の家
1/30	第 59 回勝田全国マラソン	ひたちなか
3/14～17	春合宿 (中止)	埼玉
3/20	第 21 回楮川駅伝 (中止)	楮川ダム (水戸)



i) 大会後記

第 89 回関東学生陸上競技対校選手権大会

(2010/5/15~16、5/22~23 国立競技場、日本大学陸上競技場)

今年度も関カレは、東京都の国立競技場で開催されました。天候にも恵まれ、出場した選手一同、全力を尽くしました。今回の関カレは、フィールド種目を中心に点数を稼ぐ形となりました。女子ハンマー投に出場した 4 年次弓削は、タイトルを懸けた試合でしたが、惜しくも 2 位という結果でした。しかし弓削は、4 年間連続入賞という素晴らしい成績を残し、私たち後輩の目標となりました。男子やり投・円盤投に出場した 2 年次ホアンは、本調子ではなかった中で共に 5 位・3 位という好成績を残しました。来年の活躍が期待されます。女子三段跳びに出場した 3 年次遠藤は、力を十分に発揮することができ、自己新で 8 位に入賞しました。インカレ B 標準も突破し、飛躍の大会となりました。また茨大新も男子 10000mW・女子三段跳び・七種競技の 3 種目において更新することができました。

全体的には良い結果を残せませんでしたでしたが、周りから刺激をたくさん受け、得るものは多く、印象深い試合だったのではないのでしょうか。来年度も最初にある公式戦は関カレなので、チーム一丸となって盛り上がっていきたいと思います。(文責：山口真未)

関東インカレ結果 (出場者)

種目	記録	氏名	備考
男子 200m 予選	22.29(-0.4)	和田 和幸	
男子 200m 準決勝	22.51(+1.4)	和田 和幸	
男子 110mH 予選	15.76(+0.4)	後藤 雅彦	
男子 400mH 予選	54.25	上杉 明弘	
男子 400mH 予選	55.38	川部 優太	
男子 10000mW 決勝	49.38.28	小向 瑞樹	
男子 4×100mR 予選	43.10	伊藤・上杉・後藤・和田	
男子 4×400mR 予選	3.21.97	川部・上杉・伊藤・和田	
男子円盤投 決勝	38m86	ホアン テ ウェン	3 位
男子やり投 予選	56m93	ホアン テ ウェン	
男子やり投 決勝	55m82	ホアン テ ウェン	5 位
女子 200m 予選	25.50(+0.4)	鈴木 麻理	
女子 800m 予選	2.17.69	石澤ゆかり	
女子 1500m 予選	4.42.09	石澤ゆかり	
女子 10000m 決勝	36.42.96	黒澤 夏楠	
女子 4×100mR 予選	49.09	吉原・林田・鈴木・遠藤	女子 5 傑
女子 4×400mR 予選	4.04.00	鈴木・林田・小島・石澤	
女子走高跳 決勝	1m60	林田 麻由	
女子走幅跳 決勝	5m35(+0.4)	吉原 友理	
女子三段跳 決勝	12m03(+0.6)	遠藤 園子	8 位
女子砲丸投 決勝	11m86	城所 舞	
女子ハンマー投 決勝	49m74	弓削真理子	2 位
女子ハンマー投 決勝	31m23	鈴木 香織	
女子七種競技 決勝	4119 点	山口 真未	



後藤 (110mH)



黒澤 (10000m)



和田 (200m)

第 45 回千葉大学茨城大学対校陸上競技定期戦

(2010/8/7 笠松：茨城)

昨年に引き続き、2年連続で茨城県の笠松運動公園で開催されました。男女そろっての総合優勝を目指し臨む大会の中で、2年次以上の活躍もさることながら、新入部員の活躍も目立ちました。チーム全体として、総合優勝に向けて一致団結して盛り上がることができました。また、複数の種目にエントリーし、優勝、大会新記録や茨大新記録なども飛び出し、とても素晴らしかったです。団体の面でもリレー種目において、女子が4×100mR、4×400mRにおいて大会新記録で優勝したことは大変喜ばしい結果でした。そして、今年は男女ともに総合優勝をすることができました。男子は久々の優勝ということもあり、とても嬉しく、目標を達成できたのは良かったと思います。今後の対校戦に向けて勢いのついた大会だと思います。

また、試合が円滑に進み、良い環境のなかで行うことができたのは茨城陸協の皆さん、OB・OGの先輩方のご協力があったからだと思います。本当にありがとうございました。このような協力に対して感謝の心を忘れずに、今後も邁進していきたいです。

来年は千葉にて大会が開催されます。来年もまた男女で総合優勝を目指し、これからも頑張っていきたいと思います。(文責：伊藤太一)

千葉対校結果 (優勝者)

種目	記録	氏名
男子 100m	11.21(-2.9)	伊藤 太一
男子 200m	22.47(-4.1)	和田 和幸
男子 400m	49.50	和田 和幸
男子 800m	1.59.45	井川 勝彦
男子 110mH	16.11(-0.9)	後藤 雅彦
男子 400mH	54.54	上杉 明弘
男子 4×400mR	3.22.47	伊藤・川部・上杉・和田
男子砲丸投	10m93	ホアン テ ウェン
男子円盤投	40m84	ホアン テ ウェン
女子 100m	12.56(-1.8)	鈴木 麻理
女子 200m	25.67(-2.1)	鈴木 麻理
女子 800m	2.15.80	石澤ゆかり
女子 100mH	16.01(-3.6)	山口 真未
女子 4×100mR	48.73	山口・林田・鈴木・遠藤
女子 4×400mR	4.03.93	林田・小島・鈴木・石澤
女子走高跳	1m60	林田 麻由
女子走幅跳	5m43(+2.0)	遠藤 園子
女子三段跳	12m40(+3.8)	遠藤 園子
女子砲丸投	11m86	弓削真理子
女子円盤投	36m06	星野 千恵
女子やり投	32m46	遠藤 園子



茨城大・千葉大集合

第 59 回関東甲信越大学体育大会

(2010/8/19～20 松本平広域公園陸上競技場：長野)

今年度の関甲信は長野県、松本平競技場での開催となりました。長野県ということで慣れない場所での競技となりましたが、天候にも恵まれ、よいコンディションで試合に臨むことが出来ました。

今年は、男子総合 4 位、女子総合 3 位と昨年の成績を男女共に上回ることができ、女子フィールド部門では、筑波大学を抑え、1 位を勝ち取るという素晴らしい結果になりました。怪我で出場できない選手もいる中で、4 年の鈴木麻理が 1 日目から、100m で全カレ標準を突破し、茨大陸上部に大きな勢いをもたらしてくれました。そのおかげもあり、数多くの茨大新、自己ベストをだすことができました。また、1 年生の活躍もみられ、上級生へのよい刺激を与えられたように思います。

強豪校も参加している関甲信ですが、男女とも一つでも総合成績が伸ばせるよう、来シーズンも頑張っていきたいと思います。(文責：川部優太)

関甲信結果(入賞者)

種目	記録	氏名	順位等
男子 100m	11.00(-0.2)	伊藤 太一	4 位
男子 400m	50.74	川部 優太	6 位
男子 800m	2.22.81	井川 勝彦	8 位
男子 1500m	4.08.56	高野 和文	4 位
男子 400mH	55.30	上杉 明弘	5 位
男子 400mH	54.24	川部 優太	2 位
男子 4×100mR	42.74	後藤・上杉・川部・伊藤	6 位
男子棒高跳	4m20	青柳 達也	3 位 男子 7 傑
男子円盤投	38m08	ホアン テ ウェン	1 位
男子やり投	54m56	ホアン テ ウェン	4 位
女子 100m	12.25(-2.1)	鈴木 麻理	2 位
女子 200m	24.62(+0.3)	鈴木 麻理	1 位
女子 800m	2.17.77	石澤ゆかり	2 位
女子 3000m	10.04.02	黒澤 夏楠	2 位 女子 3 傑
女子走高跳	1m60	林田 麻由	1 位
女子走高跳	1m50	山口 真未	3 位
女子走幅跳	5m33(+0.5)	吉原 友理	7 位
女子走幅跳	5m43(+1.0)	遠藤 園子	3 位
女子砲丸投	11m57	城所 舞	2 位
女子砲丸投	11m47	弓削真理子	5 位
女子砲丸投	9m71	鈴木 香織	8 位
女子円盤投	35m21	星野 千恵	3 位
女子円盤投	35m01	鈴木 香織	4 位
女子円盤投	35m00	城所 舞	5 位
女子やり投	36m99	山口 真未	5 位
女子やり投	35m19	遠藤 園子	8 位



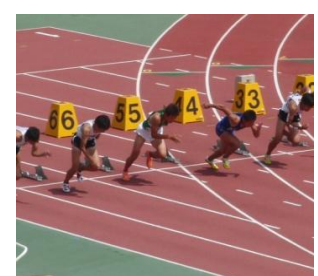
青柳 (棒高跳)



城所 (砲丸)



伊藤 (100m)



第 79 回日本学生陸上競技対校選手権大会

(2009/9/10～12 国立競技場、日本大学陸上競技場)

9月10～12日に国立競技場と日本大学陸上競技場で日本インカレが行われました。茨城大学からは、4年次の弓削・鈴木・石澤、3年次の遠藤、2年次の吉原、1年次黒澤の計女子6名が出場しました。弓削が出場したハンマー投は1日目に予選、2日目に決勝が行われました。弓削は49m75で初の決勝に進出しました。しかし、決勝では3回ファールという満足のいく結果は得られませんでした。あと一步で入賞が手に届く位置にいただけに悔しい結果となりましたが、彼女はこの4年間で決勝に進出するまで実力をあげ、確実に成長しました。

鈴木は1日目に100m、2日目・3日目に200mに出場しました。個人種目で初の全国舞台でありながら、100mでは12秒18で準決勝にまで進出し、200mでは24秒61の自己ベストで決勝7位入賞という素晴らしい結果を残しました。この結果は、彼女が、苦しい時期も自分の可能性を信じて試行錯誤し、積み重ねてきた努力の表れと言えるでしょう。彼女の今後の活躍がとても楽しみです。

石澤は2日目・3日目に800mに出場しました。彼女も初めての全国の舞台でした。彼女は1年前、この日本インカレの舞台に立つはずだった日に腰を痛め、緊急入院し、出場することが出来ませんでした。その悔しさをバネに、自己ベストで準決勝に進出する素晴らしい走りを見せてくれました。彼女も来シーズンは社会人として、更なる活躍をしてくれることでしょう。

遠藤は2日目に三段跳びに出場しました。結果は、12m10で入賞にはあと一步届きませんでしたが、彼女は今シーズン日本インカレのA標準突破や、日本選手権のB標準を突破するなど、驚異的な成長を遂げました。来年も、今回の経験をもとに、素晴らしい成績を収めてくれることでしょう。

走り幅跳びで出場の吉原と5000mで出場の黒澤は3日目に出場しました。結果は悔しい結果となりましたが、2人はまだ1・2年ということで、今回の悔しさや経験をもとに、来年は活躍してくれることでしょう。(文章：黒澤夏楠)

日本インカレ結果 (出場者)

種目	記録	氏名	備考
女子100m 予選	12.31(-2.5)	鈴木 麻理	
女子100m 準決勝	12.18(-0.6)	鈴木 麻理	
女子200m 予選	24.63(-0.8)	鈴木 麻理	
女子200m 準決勝	24.49(+3.0)	鈴木 麻理	
女子200m 決勝	24.61(+0.8)	鈴木 麻理	7位
女子800m 予選	2.11.45	石澤ゆかり	
女子800m 準決勝	2.11.73	石澤ゆかり	
女子5000m	17.37.54	黒澤 夏楠	
女子走幅跳	5m37(+0.4)	吉原 友理	
女子三段跳	12m10(-1.1)	遠藤 園子	
女子ハンマー投 予選	49m75	弓削真理子	
女子ハンマー投 決勝	記録なし	弓削真理子	



4年生女子 (石澤・鈴木・弓削)



遠藤 (三段跳)



石澤 (800m)

第 25 回国公立 22 大学対校陸上競技大会

(2009/9/19～20 三ツ沢公園陸上競技場：神奈川)

今年度、第 25 回国公立 22 大学対校陸上競技大会は 9 月 24 日から 3 日間、神奈川県の大磯で行われました。今大会、女子は初の総合優勝、男子は総合 3 位以内を目標に掲げました。例年以上の激戦が予想される中で、部員一同持てる力を存分に発揮し、女子はフィールドの部で 1 位、総合の部で 1 位と念願の目標を達成しました。男子は総合 6 位と目標には届きませんでしたが、多くの選手が自己ベストを更新しました。中でも最終学年である 4 年生の力が大きく、自己ベストを出したり、素晴らしい試合を見せたりなど、部員全員に大きな勢いをもたらしてくれました。結果としては目標を達成したり、目標に近づくことができましたが、あと一步のところまでタイムが出せなかったり、得点の取りこぼしなどもありました。この悔しさをバネに日々精進して参りたいと思います。また、来年度の今大会は茨城開催ということもあり、主催校としての役割をきちんと果たし、良い大会になるよう努力していきたいと思います。

(文責:遠藤園子)

22 大学対校結果 (入賞者)

種目	記録	氏名	順位等
男子 200m	21.84(+1.2)	伊藤 太一	4 位
男子 400m	49.39	和田 和幸	3 位 男子 7 傑
男子 400m	50.88	川部 優太	7 位
男子 400mH	53.27	上杉 明弘	2 位
男子 400mH	54.76	川部 優太	5 位
男子 4×100mR	41.90	山本・上杉・和田・伊藤	4 位
男子 4×400mR	3.18.70	川部・上杉・山本・和田	2 位
男子円盤投	38m31	ホアン テ ウェン	4 位
男子ハンマー投	39m20	小林 朋寛	8 位 男子 2 傑
女子 100m	12.04(+2.7)	鈴木 麻理	3 位
女子 200m	24.62 (+1.5)	鈴木 麻理	1 位
女子 400m	59.03	鈴木 麻理	3 位
女子 400m	60.88	肥田埜里枝	6 位
女子 800m	2.10.95	石澤ゆかり	1 位
女子 1500m	4.33.79	石澤ゆかり	1 位
女子 1500m	4.54.48	黒澤 夏楠	4 位
女子 5000m	17.30.76	黒澤 夏楠	1 位
女子 5000m	19.44.93	木村 世奈	8 位
女子 400mH	72.49	小島恵梨香	8 位
女子 4×100mR	48.41	遠藤・林田・山口・鈴木	2 位
女子 4×400mR	3.56.51	肥田埜・鈴木・林田・石澤	3 位
女子走高跳	1m65	林田 麻由	2 位
女子走高跳	1m59	山口 真未	4 位
女子走幅跳	5m45(+2.1)	吉原 友理	5 位
女子走幅跳	5m43(+0.2)	遠藤 園子	6 位
女子三段跳	12m24(+0.8)	遠藤 園子	1 位
女子砲丸投	11m39	城所 舞	1 位
女子砲丸投	11m35	弓削真理子	2 位
女子円盤投	34m53	星野 千恵	4 位
女子円盤投	33m67	城所 舞	5 位
女子やり投	33m63	遠藤 園子	5 位
女子ハンマー投	49m64	弓削真理子	1 位
女子ハンマー投	35m27	鈴木 香織	2 位
女子七種競技	4506 点	山口 真未	2 位

第 61 回北関東 5 大学対校陸上競技大会

(2010/10/24 栃木県総合運動公園陸上競技場)

10月24日に今シーズン最後のトラックレースとなる北関東5大学対校陸上競技大会が行われました。

結果は男子が昨年から一つ順位を上げて総合2位、女子が4年連続で総合優勝という素晴らしい結果でした。この結果は私たちの力だけではなくこれまで先輩方が積み重ねてきた努力の歴史があって得られたものだと思います。このことを肝に銘じて来年は男女で総合優勝を飾れるように日々精進していきたいと思います。トラックシーズンの締めくくり、多くの4年生の方の最後の対校戦ということで心に残る試合となりました。

この大会を行うに当たって尽力してくださいました主催の宇都宮大学、大会関係者の方々ありがとうございました。

(文責：奈良圭佑)

5 大学対校結果 (優勝者)

種目	記録	氏名	順位等
男子 400mH	52.69	上杉 明弘	1位 男子2傑
男子 4×100mR	41.89	山本・上杉・和田・伊藤	1位 男子9傑
男子 4×400mR	3.20.06	川部・上杉・山本・和田	1位
女子 100m	12.10(+0.8)	鈴木 麻理	1位
女子 200m	24.52(+0.1)	鈴木 麻理	1位
女子 400m	56.88	鈴木 麻理	1位
女子 800m	2.16.56	石澤ゆかり	1位
女子 1500m	4.59.72	黒澤 夏楠	1位
女子 3000m	10.01.13	石澤ゆかり	1位
女子 400mH	68.09	小島恵梨香	1位
女子 4×100mR	48.44	遠藤・林田・山口・鈴木	1位
女子走高跳	1m60	林田 麻由	1位
女子走幅跳	5m40(-0.4)	遠藤 園子	1位
女子砲丸投	11m65	城所 舞	1位



男子 4×100mR



黒澤 (1500m)



堀越

第 65 回三浜駅伝競走大会

(2010/12/5 ひたちなか)

1区高野、2区富井、3区浅川、4区和田、5区秋庭、6区小向のオーダーで一部復帰を目標に臨みました。後半区間の頑張りで見事には一部復帰を果たすことができました。反省点としては、全員が三浜駅伝に調子を合わせられなかった、昨年度よりタイムが悪かったなどがあります。

しかし目標を果たすことができ、現状のチームとしては収穫あるレースとなりました。(文責:富井一仁)

三浜結果 (33.9km) 一般男子一部:5位

	1区(6.1km)	2区(7.5km)	3区(3.3km)	4区(6.8km)	5区(4.5km)	6区(5.7km)
氏名	高野 和文	富井 一仁	浅川 瞭	和田 明久	秋庭 寛文	小向 瑞樹
区間	19.32 (区間4位)	25.14 (区間5位)	10.32 (区間2位)	22.38 (区間6位)	15.10 (区間5位)	18.32 (区間5位)
総合	19.32	44.46	55.18	1:17.56	1:33.06	1:51.38



秋庭 (5区)



和田 (4区)



小向 (6区)

第 11 回荒川河川敷対校駅伝大会

(2010/12/19 東京 荒川河川敷)

12月19日に荒川の河川敷で駅伝大会が行われました。1区から順に富井、浅川、高野、和田、加藤、小向のオーダーで走りました。タイムは2時間22分02秒、順位は18位でした。1区の21位から3区までで順位を3つ上げますが、4区で2つ落としてしまいました。5区で再び順位を4つ上げますが、最終6区で2校にかわされてしまいました。

今回は終始低い順位のレースとなり、タイム自体も去年より約2分落ちてしまい、他大学の成長を感じた駅伝となりました。(文責:加藤俊介)

荒川結果 (42.195km) :18位

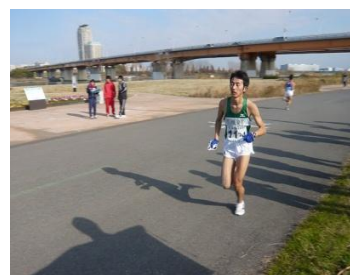
	1区(10km)	2区(3km)	3区(8km)	4区(8km)	5区(5km)	6区(8.195km)
氏名	富井 一仁	浅川 瞭	高野 和文	和田 明久	加藤 俊介	小向 瑞樹
区間	33.25 (区間21位)	9.36 (区間13位)	26.21 (区間19位)	27.59 (区間22位)	16.07 (区間7位)	28.34 (区間17位)
総合	33.25	43.01	1:09.22	1:37.21	1:53.28	2:22.02



富井 (1区)



浅川→高野 (2区→3区)



和田 (4区)

第 59 回勝田全国マラソン

(2010/01/30 ひたちなか)

毎年、4年生がフルマラソンを走ること恒例の全国勝田マラソン大会が1月30日に開催されました。茨城大学陸上競技部からも、4年生11名、中長距離ブロックから5名が参加しました。さらに、OB、OGの参加もありました。

雲一つない青空の中、大勢の選手が一生懸命走る姿は感動的でした。沿道の応援からは地域と一体になっているような感覚があり、清々しさもありました。

卒業を間近に控えた4年生にとってはフルマラソンが素晴らしい思い出になったことでしょう。4年生の健闘をたたえるとともに、これからのさらなるご活躍を期待したいと思います。(文責:木村世奈)

勝田全国マラソン結果

男子 (フルマラソン)					
氏名	記録	順位	氏名	記録	順位
小向 瑞樹 (3)	2:55.24	228	後藤 雅彦 (4)	5:18.03	6435
秋庭 寛史 (3)	3:18.48	908	片岡 龍治 (4)	5:30.27	6725
井川 勝彦 (4)	3:45.15	2228	和田 明久 (4)	5:53.16	7199
和田 和幸 (4)	4:22.58	4339	上杉 明弘 (4)	(7:18)	完走
渡邊 学 (4)	4:56.20	5777			
男子 (39歳以下 10km マラソン)					
高野 和文 (4)	36.41	56			
女子 (フルマラソン)					
石澤ゆかり (4)	(6:50)	完走	鈴木 麻理 (4)	—	—
弓削真理子 (4)	(7:07)	完走	生井 美有 (4)	(?)	完走
女子 (39歳以下 10km マラソン)					
黒澤 夏楠 (1)	35.58	5	木村 世奈 (1)	39.33	11



4年生女子



木村 (10km)



4年生集合

ii) その他の主な競技会の結果

茨城県選手権(2010) 8位入賞者

日時	種目	記録	氏名	順位等
6/26	女子 10000m	37.59.87	黒澤 夏楠	第3位
	女子 10000m	41.37.68	木村 世奈	第5位
7/2	男子 4×100mR	42.35	後藤・和田・川部・伊藤	第2位
	女子走高跳	1m63	林田 麻由	第2位
	女子ハンマー投	32m55	鈴木 香織	第4位
7/3	男子走幅跳	6m63 (-1.0)	逆井 智也	第5位
	男子やり投	37m26	ホアン テ ウェン	第7位
7/4	男子 200m	21.82 (+0.7)	和田 和幸	第1位
	男子 800m	2.00.49	井川 勝彦	第7位
	男子 400mH	55.56	川部 優太	第6位
	男子 4×400mR	3.20.53	伊藤・川部・柴・和田	第2位
	女子 200m	24.76 (+0.8)	鈴木 麻理	第2位
	女子 800m	2.15.34	石澤ゆかり	第1位
	女子 4×400mR	3.57.97	小島・鈴木・石澤・林田	第2位
	女子 5000m	17.45.38	黒澤 夏楠	第8位
	女子三段跳	10m78 (-0.4)	山口 真未	第3位
	女子円盤投	35m33	星野 千恵	第6位
	女子円盤投	33m70	鈴木 香織	第7位
	女子七種競技	4390点	山口 真未	第1位



女子 4×400mR



和田 (200m)



男子 4×400mR

その他の競技会 (入賞者のみ記載)

大会名	日時 (場所)	種目	記録	氏名	順位等
第89回関東選手権	8/21~23 (熊谷)	女子砲丸投	11m27	城所 舞	第1位
		女子ハンマー投	48m89	弓削真理子	第1位
宮城県選手権	7/10	女子走幅跳	5m42	遠藤 園子	第3位
栃木県選手権	5/28	女子ハンマー投	24m68	城所 舞	第3位
	5/30	女子砲丸投	11m55	城所 舞	第2位
千葉県選手権	6/26	女子ハンマー投	48m81	弓削真理子	第1位

iii) その他の活動

協力審判員活動について

私たちは茨城大学陸上競技部の選手として競技だけではなく、茨城県の陸上競技に貢献していく活動もしています。その活動の一つとして協力審判員活動というものに積極的に参加しています。協力審判員活動をすることで、より陸上競技のことを理解することができ、小学生や中学生などのさまざまな世代の選手とも交流することもでき、とても得るものが多く、また楽しい活動であると思います。今後も積極的に協力審判員活動をしていきたいです。

(文責：逆井智也)

主な審判員活動の内容

跳躍審判、投擲審判、監察員、周回記録員、風力計測員、写真判定員、記録員、競技者係、出発係、光波計測員

平成 22 年度審判補助員活動一覧

年月日	大会名
2010/4/10	茨城県リレー選手権大会
5/5	中学記録会
6/5	中学記録会
6/12	中学記録会
6/13	笠松スポーツフェスティバル陸上記録会
6/26	全日本中学通信陸上競技大会
7/3～4	茨城県選手権大会
7/10	第 26 回全国小学生陸上競技交流大会茨城県選考会茨城県陸上競技記録会
7/11	笠松スポーツフェスティバル陸上記録会
9/24～25	国公立 22 大学対校陸上競技選手権大会
10/17	笠松スポーツフェスティバル陸上記録会

茨城大学・宇都宮大学千葉大学合同合宿

12月25日～27日に、とちぎ海浜自然の家（茨城県鉾田市）で、茨城大学・宇都宮大学・千葉大学の合同合宿という形で3日間行いました。短距離・中長距離・フィールド（跳躍・投擲）の3ブロックに分かれて、砂浜練習、坂練習、クロスカントリー、朝練習など、それぞれ練習をやりました。

練習中は勿論、食事中や部屋などでも活動を共にすることで、大学や学年を越えた交流ができたので良かったと思います。それぞれの大学の練習メニューや補強、考え方など有意義な情報の交換もできました。

練習内容は合宿らしい厳しい練習が多かったですが、それぞれのブロックが声を出して励ましあっているのがとても印象的でした。あとは他大学もいるせいか気持ちが緩んでいるシーンも見られたので、個人がそれぞれ考えて練習に取り組んでいけばもっとよかったと思いました。

(文責：逆井智也)



Ⅲ. 2011 年度シーズンの抱負

主将抱負

主将 ホアン テ ウェン

昨年の五大学対校戦後に前主将の小向から主将を引き継ぎ、新たに主将を勤めさせていただくことになりました。冬季練習をはじめ、この5ヶ月間は先生方や他のスタッフのみんな、部員のみんなに支えてもらいながら、私の中でも学ぶことが多く、日々新たな発見と成長を感じながら部活動に取り組んでおります。

今年の活動目標は各部員が自立して活動するのはもちろんのこと、お互いに刺激しあい、一緒に成長していけるような活動にしていくことです。私は陸上競技という個人競技の中で、私たちが茨城大学の陸上競技部に集い活動する意義は、お互いに切磋琢磨し成長できる場であるからだと考えます。この目標を達成するために今年のスローガンは「有言実行」と決めました。自分の目標は何なのか、自分たちにとって何が大切なのか、どのようにしたら競技力を向上させることができるのかなど、私の考え方も含め、各自で悩みながらも、それぞれ考えていることはあると思います。それを考えただけでとどめるのではなく、実行に移していける力を身につけたいのです。部員の数だけ異なった考え方、目標、意見があると思います。それらを思いとして留めておくのではなく、表現することが大切です。お互いの考え方や、目標とすることなどを理解することは、お互いに切磋琢磨し成長していくための第一歩です。私の好きな言葉で「みんなは一人のために、ひとはみんなのために」という言葉があります。茨大陸上競技部をこのような部活にすることが私の最終目標です。

さてこのような活動目標に対して私には主将として何ができるのか考えたいと思います。お世辞にも私は事務的な仕事が得意な方ではありません。またみんなをまとめるリーダーシップがあるとも現段階では思いません。私ができることといえば練習で部員を引っ張ること、試合でチームを盛り上げることしか思い浮かびません。自分にできないことについて嘆くのではなく、私は自分ができることを最大限に発揮していきたいと思います。他の人に出来ないことは自分が補う、逆に自分ができないことは他の人が補ってくれるはずですが、この陸上競技部はひとつのチームです。私自身シーズンに入るにあたりこの大役を果たせるか不安な部分もありますが、それよりも今シーズンを終えた後のチーム、そして自分自身がどのように変わっているのか、その興味と期待のほうが大きいです。今シーズンを終えるときに今年はいいいシーズンだったと思えるように頑張っていきたいと思います。OB・OGの皆様、保護者の皆様、先生方は是非応援よろしくをお願いします。

主務抱負

主務 鈴木香織

主務として、まずはきちんと仕事をこなしたいと思います。一人で抱え込むことなく、主将・副務をはじめ学年のみんなと協力して、先生方・部員のみなさんと情報交換やコミュニケーションをとりながら、競技に集中できる環境づくりをしていきたいです。

また、今年は22大学対校戦の主催校として大会を運営していくことになりました。主催にあたり、さまざまな困難もあると思いますが、やるからには成功させたい気持ちでいっぱいです。OB、OGの方々には大変お世話になるかと思いますが、ご協力よろしくお願いします。競技面でも運営面でも、部活を引っ張っていけるようにしたいです。

至らぬ点も多々ありますが、精一杯頑張ります！1年間よろしくお願いいいたします。

短距離ブロック長の抱負

短距離ブロック長 南部智彦

今年の短距離は良い流れを作る原動力となっていきたいと思います。それは試合においても、練習においても、です。そのために言うことは簡単ですが、やはり試合で勝つこと。特にリレーにおいてはチーム力というものに問われてくる競技だと思うので、リレーでの活躍を通して良い流れを作っていきたいと思います。練習においては、互いに負けないという意識を持ちながら練習して質を高め、ブロック内だけでなく、他ブロックに「短距離頑張ってるな」と刺激を与えられるようにしたいと考えています。練習中は常に、明るく・元気に・声を出し、また、全員がシーズンを通してケガなく終えるためにもコミュニケーションを密にとり、個人の状態を把握しながら日々練習していきたいです。

短距離一丸となって頑張っていくので、今後も変わらぬご支援のほどよろしくお願いします。

中長男子ブロック長の抱負

中長ブロック長 浅川瞭

今年の目標は「一人でも多くの入賞者を出す」ことです。昨年までは井川や石澤といった卒業生の活躍・入賞が目立ちました。しかし、今年度からは私たち一人一人のさらなる努力が必要となります。対校戦では22大・駅伝では荒川に標準を合わせて取り組んでいきます。

中長が対校戦で点を取れること……。これは茨城大学陸上競技部というチーム単位での活躍に大きく貢献すると私は思っています。「一人でも多くの入賞者を出す」ために日々の練習に意味を持って取り組んでいきます。

そして、シーズンが終わったころ、「今年の中長は違った」と思われるよう、口先だけではないところを見せたいです。そして、いい流れで次世代へと託していきたいです。

『今年一年は勝負の年！』

跳躍ブロック長の抱負

跳躍ブロック長 逆井智也

今年の跳躍ブロックの第一の目標は当然ですが競技力の向上と試合で勝つことです。これは当たり前のことですが、昨年は特に男子が試合で活躍できなかったのも、このような悔しい思いはもうしたくありません。そのためには、個人で何が足りていないのかを考え、自分に必要な練習を積極的にやっていけるような練習にしていきたいです。特にスピードとバネ、この二つは跳躍において不可欠な要素なので、これらを中心とした練習を積んでいきたいです。

一人でも多く関東インカレ出場者、自己記録の更新ができるように試合、練習共に全力で取り組んでいきたいです。

投擲ブロック長の抱負

投擲ブロック長 ホアン テ ウェン

投擲ブロックの今年の目標は対校戦において、多種目で上位入賞を果たすことです。投擲ブロックでは自分の専門種目の記録の向上はもちろんのこと、その他の種目においても、各自の専門性に通じる部分を発見しながら、体力と技術の向上を目指して日々練習に取り組んでいます。

昨シーズンの反省で、シーズン後半で基礎体力の低下やケガなどによって、私たちが目標としていた結果を得ることが出来ませんでした。冬季練習では基礎体力の向上、ケガをしない身体作りなどを目的に、日々辛い練習をみんなで

楽しく乗り切ることが出来たと思います。シーズンに入る直前のこの時期では、冬季練習で培ってきた体力的な部分をいかにパフォーマンスに繋げていけるか、各自技術的な部分を考えながら練習を行っています。

また練習場面においても声を出し合いながら、チーム全体を盛り上げることの出来るブロックを目指して活動したいと思います。

ブロック長としての目標は、今年の長い対校戦シーズンの中で、一つひとつの大会に各部員のコンディションを合わせることが出来るコンディショニングと、シーズンを通して戦い抜くことが出来る体力作り、技術的なアドバイスなどを総合的にサポートしていけるように頑張りたいと思います。今年も投擲ブロックをよろしくお願ひします。

ハードルパート長の抱負

ハードルパート長 小島恵梨香

前年度に引き続き、パート内ではコミュニケーションをとっていききたいです。練習に関してはハードル練に片寄りすぎず、走練もしっかりとこなしていきたいと思います。個人で走練が必要だったり、ハードル練が必要だったりするので1人1人がよく考えて練習をしていききたいです。ハードルパートは、全員が短長選手なので、試合では400m・400mH・マイルをこなすアクティブなパートでありたいです。ハードルパート全員自己ベストをねらって頑張ります。人数は少ないですが、茨大陸上部の中でチームを引っ張れるくらい存在感のあるパートでありたいです。2011年度もよろしくお願ひします。

マネージャーブロック長の抱負

マネージャーブロック長 宮岡仁美

マネージャーブロックは、選手の皆さんがより良い環境・コンディションで、練習・パフォーマンスができるようサポートをする事を目標に活動していきたいです。昨年度の活動から出てきた反省点や、選手や先生方の意見、そして自分たちがこうした方が良いのではないかというものを積極的に取り入れ、より良いサポートに向け、工夫を重ねていきたいです。そのために、コミュニケーションを大切にし、判断力を磨き、協力し合いながら臨機応変に活動していきたいです。

日立ブロック長の抱負

日立ブロック長 栗原航介

来年度の日立ブロックは、院生1名、四年生2名、三年生3名に、新たに二年生1名を加えて、計7人での活動になります。しかし、研究室や課外活動に時間を割かれ、さらに少人数での練習になることが予想されます。そんな中ではモチベーションも下がり、しっかり練習できるのかと思われがちですが、日立にはいい面もあります。たとえば、毎日競技場で練習できます。雨で地面がぐちゃぐちゃになることはありません。このようないい面を活かしながら練習し、全員が、競技会、大会で満足のできる結果を残せればと思います。

また、今年から日立ブロックノートを作成し、練習でのタイム等をこまめに書くようにしました。自分自身や他のメンバーの、成長を確かめたり調子の良し悪しを把握したりすることにも繋がると思います。このように、全員が全員の事を見ながら日立ブロック一丸となって頑張ります。

IV. 2011 年度活動予定

2011 年度活動予定

日程	大会名	場所
5/14～15・21～22	第 90 回学生陸上競技対校選手権大会（関東インカレ）	国立競技場
6/17～19	2011 日本学生個人選手権大会	平塚（神奈川）
7/1～3	第 65 回茨城県陸上競技選手権大会	笠松
8/6	第 46 回千葉大学茨城大学対校陸上競技定期戦	未定
8/12	茨城県陸上選手権国体予選	笠松
8/19～21	第 84 回関東陸上競技選手権大会	栃木県総合運動公園
8/26～27	第 60 回関東甲信越大学体育大会	栃木
9/9～11	第 80 回日本学生陸上競技対校選手権大会（日本インカレ）	KKWING：熊本
9/18～19	第 22 回関東学生新人陸上競技選手権大会	国立競技場
9/17～19	第 26 回国公立 22 大学対校陸上競技大会	未定
10/7～11	国民体育大会	維新百年記念公園（山口）
10/22	第 62 回北関東五大学対校陸上競技大会	敷島：群馬
10/	関東学連秋季オープン競技会	国立競技場
10/	第 88 東京箱根間大学往復駅伝競走予選会	昭和記念公園
11/	第 9 回国公立 22 大学対校駅伝大会	昭和記念公園
12/4	第 66 回三浜駅伝競走大会	ひたちなか
12/18	第 12 回荒川河川敷大学対校駅伝競走大会	荒川河川敷
12/	宇都宮大学合同合宿	未定
1/29	第 60 回勝田全国マラソン	ひたちなか
3/	春合宿	未定
3/	第 14 回日本学生ハーフマラソン選手権大会	昭和記念公園
3/	関東学生春季オープン競技会	国立競技場
3/18	第 21 回楮川駅伝競走大会	楮川ダム（水戸）



V. 卒業・修了生より

井川勝彦 「5年間を振り返って」

自分は不幸なのか幸運なのか分かりませんが、茨城大学陸上競技部に5年間お世話になりました。5年間でしたが、長いようで短くてあっという間だったと感じています。それでも密度の濃い5年間であったと思います。大学での競技生活を振り返ってみると、とにかく練習はしっかり取り組んでいたと思いますが、なかなか結果に結びつくことが出来ずに、何度も悔しい思いをしていました。心が折れそうになり、投げ出したくなったこともありました。そんなつらい思いをしたことがありましたが、陸上競技部の支えがあり、それを乗り越えることが出来ました。そのおかげで、より一生懸命練習するようになり、いい結果を残せるようになり、とてもうれしかったです。仲間の支えがあつて残せた結果であるので、とても感謝しています。



陸上競技部の活動を通して、多くの仲間に会えたこと、色々な経験が出来たことが自分の中ではとてもいい思い出になりました。

最後になりましたが、多くのご指導を下された、上地先生、渡邊先生、また、ともに練習し、学生生活を過ごした陸上競技部の皆さん、本当にありがとうございました。

今後の後輩たちの活躍に期待しています。

工学部/メディア/中長距離

800m・1分57秒75 / 1500m・4分11秒65

石澤ゆかり 「大学の陸上を振り返って」

私にとって大学時代の陸上は、自分の人生を大きく変えるものになりました。私は大学卒業後、実業団という世界に進みました。現在は西日本で競技を続けています。高校から始めた陸上競技。関東大会は記念出場で満足し、インターハイなんて目指しもせず、ただ「走るのが好き」の気持ちだけでやってきた私でしたが、茨城大学の陸上競技部に入部してから気持ちが変わりました。有名体育大でなくても、関東、全国レベルで戦っている多くの部員に刺激され、「全国は夢じゃないのかも知れない」と思うようになりました。全国の舞台に立てる選手は最初から「雲の上の存在」と決めつけず、限界を決めないで挑戦する楽しさを知ったのは、この陸上競技部のおかげでした。



実業団としての生活が始まってちょうどヶ月経ちますが、大学時代の経験がとても支えになっています。350mの土トラックでの練習、一人暮らし生活、授業との両立…。学生の中に苦労した経験が、社会に出たときにこんなに力になるとは思いませんでした。練習メニューを自分で考え、なぜその練習が必要なのか。厳しい環境の中で、いかに工夫するか。忙しい毎日の中での自己管理。また、基本的な挨拶や報告・連絡・相談など、「あ、部活でも習ったことだな」と思うことが何度もあります。そしてその度に、「本当にいい部活に入っていたな」と感じます。

私が茨城を離れた後、東日本大震災の地震のニュースを知りました。茨大のある地域も大変な状況であった中、自分は西日本で何一つ不自由のない生活をして、毎日変わらず練習を積む一方、何もできない自分自身が嫌で、悔しくて、とても苦しく感じていました。それでも、毎日送られてくる茨大陸上部のメーリングリストや連絡を見て、遠くで支えあつてがんばっている部員たちの様子が伝わり、何度も涙しました。本当にいいチームだと思います。

まだまだ大変な状況が続くと思いますが、どうかこれからも元気に陸上競技生活を楽しんで行ってほしいです。私はこの茨城大学陸上競技部に所属してきたことを誇りに思います。

これからも遠くからずっと応援しています！

ゴーゴーレッツゴーレッツゴーいばだい！！

教育学部/情報文化/中長距離

800m・2分10秒95 / 1500m・4分33秒79 / 3000m・9分41秒49

上杉明弘「陸上競技部での4年間」

この4年間では、本当に多くのことを考え、本当に多くのことを学びました。大学の部活動はきっと、自由な時間に好きなように練習をし、自分のペースで自分任せな感じで進めていくのだろう、と勝手に想像して入部したため、実際に茨城大学に入学した時にはちょっと驚きました。何これ…想像と違う…って。実際の茨城大学陸上競技部は、ルールや団体行動の意識もしっかりしていて、とてもきっちりした雰囲気でした。挨拶から行動の仕方まで、はじめは、厳し過ぎではないか？とか、そんなことまで？と感じてしまうことも多かったです。（いまさ



らだから言っちゃいますが…) ですが、だんだん学年が上がっていき、ただ部員としているだけでなく陸上競技部のことを考えていかなければならなくなってくると、今まではそんなこと、と感じていたような事柄も重要になってくることを実感しました。さらに、他大学の人が「茨大は、挨拶とか応援とかしっかりした感じで雰囲気いいよね」と言ってもらえたことは本当に嬉しく思いましたし、他の大学などから見られているのだから、という意識が強くなりました。そのほかでも、たとえば「先を見据えて行動すること」や「率先して行動すること」（これは社会人になって使うと上司のポイント高いです）、「自分たちの環境をよくしていくために考え、工夫して行動していく」などは社会に出たときの基本ツールとして大変重宝しています。これらが習慣的に意識しなくても出来るようになると社会に出た時にとっても役に立ちますし、挨拶や元気のいい返事なども、普段応援や練習などの声だしをしていれば全然大変なことではありません。ぜひ、普段からめんどくさがらずに行なって今から慣れておくといいと思います。

今シーズンは地震の影響などが練習や試合に出て、これからも予期せぬ事態に遭遇するかも知れませんが、一丸となって団結して頑張ってください。私は、東海勤務になって、職場から笠松がめっちゃめっちゃ近いので、気が向いたら顔を出します。（M1の変な新入部員を見に）

最後に、上地先生、渡邊先生をはじめお世話になったすべての方に感謝いたします。本当にありがとうございました。

教育学部/スポーツ/短距離

400mH・52秒69 / 110mH・15秒88

片岡龍治「茨城大学陸上競技部との出会い」

季節の移りは早いもので、気がつけば外には梅の花が咲き始めています。草木にも緑が感じられるようになりました。そんな春の訪れを感じる一方、4年間の大学生活は終わりを迎えようとしています。新たな始まりの前には必ず終わりがあると分かってはいても、実際に自分がその身になると思うと寂しい気持ちになります。出会いと別れ。出会わなければ別れることもないのですが、その出会いによって人生が変わったりするからまた面白いですよ。今回は陸上部との出会いをほんの少しだけ振り返ってみたいと思います。



2007年11月21日。この日は初めて陸上部が活動するグラウンドに顔を出した日でした。陸部ジャージを見かけては、話そうと心が揺れ、しかし話しかけることはできず。ようやく話しかけたのは3日前の茨苑祭。気づけば入学して半年以上経っていました。半年も経てば競技力は差が開く一方で、何より人間関係が出来上がっているだろうと思いつても不安でした。しかし、入ってみるとそんな気持ちとは裏腹に、陸上部の方々はとても快く迎えてくれました。このときの気持ちは今でも忘れません。初めて話しかけた方が後に自分のブロックの方であったのも偶然とは思えない何かを感じました。こうして出会って3年、出会いと別れを繰り返し、少しずつ変わりつつあるけれども、人の温かさは変わっていない気がします。年度が替われば人も代わるけれど、そういうところは変わらないで欲しいと思います。

さて、厳しい冬が明け、もうすぐ次のシーズンが始まりますね。冬季練で培った力を存分に発揮し、去年の自分を越えていけることを祈っております。去る身ではありますが、これからはOBとして陰ながらサポートしていけたらと思います。ではまた会う日まで。

工学部/生体分子/中長距離

800m・2分3秒71 / 1500m・4分26秒42 / 5000m・17分3秒07

後藤雅彦

私は、入学し、この陸上競技部の一員となるにあたって、物語のように『起（一年）承（二年）転（三年）結（四年）』ドラマティックな競技生活、キャンパスライフをすごそうとしました。

この物語のような四年間を過ごし、一番心に残る感想は、なかなか物語というものにはドラマティックでハッピーエンドなものばかりでないというものです。この気持ちを表すのは、難しいですし、順々に辿っていくほど詰まらないものはないと思いますので、今思っている事柄を挙げたいと思います。



- ・ 110mHで茨城大学記録を塗り替えたかった。
- ・ リレーでインカレ出たかった。
- ・ 主将をやらせて頂いたことは、一生の糧になる体験でした。
- ・ 同級生、先生方、先輩、後輩に恵まれました。
- ・ 家族に感謝。
- ・ 小学校から高校までとは、違う視点を持ちつつ、競技を行えた。
- ・ やっぱり陸上競技は、楽しいね。

最後に、この四年間は、良かったのか、悪かったのか判断できませんが、この部を、自分自身をどのようにすれば良い方向性に進めることができるか、先生方、先輩方、同期、後輩と真剣にぶつかって考え、行動することができました。この事は、今後人生の大きな力になると確信しています。

先日の東日本大震災でこの国は、文字通り国が傾く課題、不安が渦巻いています。私たちの世代に託された問題は大きく、私たちがどうにかしていかななくてはなりません。私は、この不安定な日本を立て直していくためのヒントを、この部で学べたと思います。なので、自分のために、日本のために頑張ります。

在校生のみなさん、これから社会から強いられる責任や使命は大きくなっていくと思います。この陸上競技部での体験を社会で生かし、邁進していけたら幸いです。これから一緒に、貪欲に頑張っていきましょう。

教育学部/保健体育/短距離

110mH・15秒35 / 100m・11秒48

生井美有「4年間の思い ～部活参加期間約2年～」

卒業してから学生生活を振り返ってみると、意外と「呆気なかったなあ」という感じです。卒業式やその少し前、4年次になった時、3年次になった時、2年次になった時、・・・4年間の中にあつた節目節目で感じたような充実感や後悔、思い入れが今となっては薄らいできています。「呆気なかった」とは少なくともその時々で決して思うことはありませんでした。沢山の時間を使い、人と出会い話をし、部活では選手から運営までを経験し、得るものは沢山あつて満たされているはずなのに、今ではこんな気持ちになっています。



部活には1年次の春から2年次の勝田マラソンの時期までは割と積極的!?!に参加していました。試合の結果はともかく楽しく過ごす事が出来たし、出会いと経験は2年間でほぼ満足できています。

恐らく「呆気なかった」4年間で積み上げた経験や思い出は、もう既に私の中であつて当然の財産になってしまっているからだと思います。この財産を劣化させることなく、生かし(活かし)続ける為にも感謝で磨き続けていこうと思います。

私の中に蓄積している財産の協同構築者(両親・先生方・友人・先輩・後輩・出会った多くの人たち etc...)に感謝します。

教育学部/スポーツ/短距離

100mH・14秒46

鈴木麻理

あっという間に過ぎ去った4年間。陸上競技を通して大学の内外を問わずたくさんの仲間に出会い、多くの人に支えていただきながら、貴重な経験を数多く積むことが出来ました。この場をお借りして、私に携わってくださった全ての方々に御礼申し上げます。

右も左も分からなかった1年次、大学生活や部活動にちょっとずつ慣れた2年次、主務としても活動した3年次、夢だった全国の舞台を経験した4年次。どの年も日々、学びの連続でした。1つ1つの学びが、私を少しずつ成長させてくれました。私という人間は「陸上競技」で造られているのではないかとさえ思ってしまう今日この頃です。



私はあと2年間、茨城大学陸上競技部の一員として競技を続けていきます。それぞれの場所で新しい一步を踏み出す同輩に負けないよう、院生として私が部に何が出来るのか模索し、行動を起こしながら生活していきたいです。これからも、よろしくお願ひ致します。

教育学部/スポーツ/短距離

100m・12秒10 / 200m・24秒52 / 400m・56秒88

弓削真理子「《感謝》4年間を振り返って」

4年間は長いようであつという間でした。大学に入って、陸上競技部に入部した4年間、生活の中心はいつも「陸上」で、私にとって陸上部が大きな存在でした。

4年間の思い出はどれも忘れられないものばかりです。砂を食いながら頑張った冬期、黒焦げになるまでターンした夏合宿、強風の中で吠えて投げまくった春合宿、夜まで重いウェイトと格闘したり、投げに満足いかずに夜中に誰もいないグラウンドにこっそり投げにきたこと。若気の至りで怒られたこと。夢にまで出てきたマイルやフルマラソンの恐怖。…話し出したら、明日になってしまうのでこの辺で…楽しいことも辛いことも陸上部での思い出がほとんどを占めています。



競技成績は、4年目最後にして悔やんでも悔やみきれない悔しい大会ばかりでしたが、大学に入って8メートル自己ベストを伸ばせたことは誇れることだと自負しております。(体重も8キロ増…笑)しかしながら悔やまれる4年目。この自己ベスト更新も、大会入賞も、私一人の力では得られなかったものです。陸上部に在籍し、その中でたくさんのお会いがあり、かけがえのない貴重な時間を過ごしました。

私が、ここまで陸上に身を投じてこれたのも、くじけず前進してこれたのも、たくさんの支えがあったからです。陸上競技を続けていたのはもちろん自分のためですが、結果を残すことで、お互いを高めあうことで、感謝の気持ちで恩返しができたら…という思いが自分をここまで熱くさせていたのではないかと考えています。嬉しい時はともに喜んでくれ、悔しい時はともに悔しんでくれた、たくさんの人のために、もっともっと恩返しできる結果を残したかったと悔やむ気持ちが残るばかりです。

しかしながらもう、楽しかった4年間、嬉しかった4年間、悔しかった4年間はもう戻ってきません。ならば前に進もうではないか。時は待ってはくれない！

大学の陸上では大変充実した貴重な時間を過ごすことができました。

今は新生活が始まり、まだまだ仕事がこなせず、自分の時間が作れていませんが、落ち着いたら鉄球回せる機会を作りたいなと思ってます！(投げないと禁断症状でるので)夢はでっかく海外進出♪(生涯のうちで…笑)去年のK先輩の名言…「できるか、できないか、ではなく。やるか、やらないか。」を心に、陸上魂の灯を消さずに持っていようと思います。

私は、フルマラソンを走ることはありません(笑)市民ランナーにも化けません(笑)

これからは、OGとして茨城大学陸上競技部の更なる繁栄、たくさんのご活躍を祈っております！卒業したこれからもずっと茨大陸部を陰ながら支えていきたいと思っています。

最後になりましたが、ご指導していただいた、上地先生、渡邊先生、小川コーチには深く感謝致します。

また、とんちんかんな私を可愛がって下さいました先輩方、面倒臭い私を慕ってくれた後輩達、個性豊かな豊かすぎる同期のおかげで、素敵な日々を過ごせました。ありがとうございました。

今まで本当にありがとうございました！そしてこれからもOG-YUGEをよろしくお願い致します。

茨大一！ファイオー！

教育学部/保健体育/投擲

ハンマー・51m33 / 砲丸投・11m86

渡邊学

時間の流れというものは早いと感じている今日この頃。卒業されていく先輩方を見送る側だった自分たちが、早いもので、卒業生として文章を書く立場になりました。陸上競技を続けてきた時間を振り返ってみると、本当にたくさんの思い出を作ることができたと感じます。そして、引退試合の際にも言いましたが、今まで陸上競技を続けて出会ってきた人たちへの「ありがとう」と「ごめんなさい」の感謝の気持ちでいっぱいです。たくさんの人たちにご迷惑をおかけしました。



ほとんどの人が理由は違いますが、自分で選択して陸上競技を始め、そして続けているのだと思います。私は走ることが好きです。走れることが幸せでした。しかし、単に好きなだけで続けることができたわけではないと、とくに大学4年間はあらためてそう強く感じました。一から指導してくださった、先生・コーチ・先輩方。少ない人数ながらも突っ走って、多くの時間を共に過ごした同期の仲間。切磋琢磨しあった後輩たち。そして、中学のころから常に部活を応援してくれていた両親、家族の存在。たくさんの人の支えがあったからこそ陸上競技を好きでいられて、続けていられたのだと思います。

感謝の気持ちを言葉や行動に移せず、反省点もたくさんあります。今後は、今まで培ってきた力や感謝の気持ちを、陸上競技から他のことへ、社会へ貢献する力にしていきたいです。本当にお世話になりました！ありがとうございました。

教育学部/健康/跳躍

三段跳・13m39 /走幅跳・6m12

和田明久「陸上競技部に入って」

思い返せば怪我に始まり怪我に終わったこの3年半でした。とにかく怪我が多く、しかしそんななかでも最後に記録は多少ですが伸び、そして良い思い出も、それ以上にたくさん悔しい思い出も、多くのことを学ぶことができた3年半だったように感じます。かなり意固地で、ジメジメしたオーラを発していた時期もあったかもしれません。もともとマイナス思考な人間でしたが、しかし今こうして振り返ってみるとそれも良かったのかもしれません。



陸上競技部に所属し走るなかで、ネガティブ感に残りながらも今までになかった考え方もできるようになり、狭いなりにも視野は広がり、未熟ながらも以前よりは人前で話もできるようになったような気がします。

それもこれもみんな茨城大学陸上競技部の皆さんのおかげだと思います。競技力も高く、我もやたら強い同期をはじめ、先輩方や後輩たち、そして先生方にも、とても恵まれてたんだなあと思う今日この頃です。たったの4年間、これまでの人生の6分の1にも満たない時間ですが、短く感じた分だけとても充実したものだだと思います。もう一度大学の1年からやり直したい気すら起こさせてくれます。ですがそう言ってもいられませんので、ここで得たものを糧に、これからも走り続けていきます。主に精神的な部分で、ですが。

最後に、この4年間で関わってきた全ての方にお礼を言いたいです。ありがとうございました。そして、これからもよろしくお願いします。

理学部/地球環境/中長距離

1500m・4分14秒95 /3000m・9分49秒72 /5000m・16分46秒05 /10000m・34分27秒91

和田和幸「大学での陸上競技生活を振り返って」

高校 1 年生の頃は、体育系の学科がある大学に入って、バイオメカニクスをやって短距離の走りを突き止めたいなーんて考えていました。高校 3 年生の時、数学の「ミレニアム問題」に魅了されて数学をやりたいと進路変更をし、入学したこの茨城大学。体育系の学科の人に負けてたまるかという思いや、本州最北端のド田舎から来た人間が関東の人に負けてたまるかという思いで陸上競技部に入部した事は今でもまだ覚えています。新入生歓迎会の時、上地先生の所に挨拶に行き「数少ない大型新人だから頑張れよ」という言葉を頂きました。自分は「大型」を「0 型」だと勘違いし、「上地先生、自分は B 型です。」と発言し、苦笑いされた事を今でも覚えています。



4 年間で振り返れば、ずーっと考えっぱなしだった気がします。一本一本走るにしても、誰かの動きを観察してみるにしても、自分の行動を振り返るにしても。3 年生の時は特に運営に関わり、毎日頭の中はハリケーン・カトリーナでした。しかし、4 年生になってからは、色々な方々のアドバイスの意味が少しずつ理解できるようになり、その時パッと眩しい日差しが自分に差し込んだ感じがして、ちょっと成長できたかなと思うととても楽しかったです。数学でいう、難しい定理の証明方法を色々考えてもなかなか上手くいかなかったのに…ある日パッと閃いて証明が完成できた時とよく似ています。茨城大学陸上競技部で、競技する陸上競技だけでなく、裏方の陸上競技を覗き、経験しました。これらの経験を始め、悩み、考えた 4 年間は一瞬として無駄ではなく、これから生きていく為の自分の大切な財産となりました。

自分は訛りや性格のクセがとても強い存在でしたが、上地先生、渡邊先生、小川コーチの手厚いご指導を始め、OB・OG の皆様、先輩、後輩、同期 9 人に出会えて本当に良かったです。こんなに素晴らしい方々に囲まれて陸上競技が出来て良かったです。何度感謝しても感謝しきれません。

幸い後 2 年間は陸上競技を続ける事が出来るので、更に極寒の地から茨城大学陸上競技部を応援しつつも、今度はライバルとしてお互いに切磋琢磨出来たらと思っています。これからもよろしくお願いします。

理学部/数理/短距離

100m・11 秒 14 / 200m・21 秒 82 / 400m・49 秒 39

VI. OB/OG 近況報告・現役部員へのメッセージ

佐藤伸行

皆様、お久しぶりです。新入生で読まれる方ははじめまして。去年、大学院を修了した佐藤です。社会人になって1年たち、近況報告+後輩の皆さんにアドバイスをしたいと思います。

大学院を修了した時点では、社会人になってからも陸上を続けよう、時間を見つければ続けられると思っていました。仕事が始まって数カ月で挫折しましたが……。去年度は、走るより疲れを取るために身体を休ませようという生活を送ってしまい、仕事以外の面ではグダグダな1年間だったかもと少し反省しています。

社会人1年目で思ったことは、茨城大学陸上競技部で活動した6年間で本当に貴重だったと感じました。忙しくても時間を見つけて練習することができたことや、一緒に陸上ができる仲間が近くにいた事が本当に貴重だと思いました。

後輩の皆さん。茨城大学陸上競技部で活動できる4年間(or6年間)は時間を無駄にしないでください。勉強やバイトと部活の両立の方が楽だと今なら思えます。社会人になると学生時代の様に自由時間がほとんどありません。陸上競技部での活動をとことん楽しんで下さい。

大学院/理工学研究科都市システム工学専攻/中長距離

10000m・34分29秒54



高藤清人

こんにちは。2010年4月に卒業した高藤です。

まず初めに、震災の影響で大変なことも多いと思いますが、今は自分達に出来る事を精一杯頑張っていきましょう。また、原子力業界に携わる者として、福島での事故は大変残念に思うとともに、多くの方にご迷惑・ご心配をお掛けして申し訳ない気持ちです。報道やうわさに振り回されずに、冷静な判断をして頂ければと思います。もし、何か質問などがあれば連絡下さい。

近況報告ですが、現在は、上記のように茨城県内の原子力関連の会社で働いております。この一年を振り返ると、仕事とは言いながらも、日々勉強の毎日でした。専門知識や仕事の進め方に関する事、人間関係等の社会勉強などなど、学ぶことは山ほどあります。そんな時、陸上部で培った経験が物凄く役立っているのを感じます。例えば、先輩や上司との人間関係や外部の方との連絡・交渉のやり方などです。加えて、東京出張では駅で迷わないとか、愚痴をこぼせる大学の仲間がいるとか…etc。最終的には体力と根性!!がものを言う(はずです)。なので、現役の皆さんも自信を持って部活に励んで下さい!!頑張った経験は必ずその後生きてきます。そして、陸上以外にもいろいろなことに挑戦して、多くの経験をして欲しいと思います。

余計なお世話ですが、アドバイスのことも一つ。それは、「頭(脳ミソ)を使う」ということです。これは2つの意味で、一つは感覚を磨くということで、運動してるときには、常に筋肉と会話をして下さい。(声は出さないで)。感覚を磨き筋肉の声が聞こえるようになれば、効率的にパフォーマンスの向上、怪我の防止が期待できます。野生動物のような鋭い感覚を持って下さい。もう一つは、常に自身の変化=向上を考えて欲しいということで、目標、技術、練習方法、練習内容を考えに考え続け、一つに固執せず、進化して下さい。出来るだけ多くのところから情報を入手し、分析・吸収・実行すれば、成長できるのではと思います。すげーおせっかいなこと書いていますが、ちょっと考えて見て頂けると幸いです。



震災の影響で満足した練習が出来ていないとは思いますが、シーズンはこれからが本番です。辛い経験を糧に、ますますの飛躍を期待しています。時間があれば今年も千葉対校に参加したいと思っていますので、時々部活に顔を出すかも知れません。そのときはよろしく!!

頑張ろう、日本!! 頑張っぺ、茨大陸上部!!

大学院/理工学研究科/短距離

100m・11秒25 / 200m・22秒95 / 400m・51秒00

荒木千尋

お久しぶりです。上地先生、渡邊先生、そして部員の皆さんお元気でしょうか?行こう行こうと思ってなかなか大学に顔を出せずに1年が経ってしまいました・・・。

大会にもあまり顔を出せなかった分、皆さんの活躍は掲示板で結構頻りにチェックしていますよ^^

私はというと、髪をぱっさりと切り、旅立って行ったあの日からもう1年。。社会人も2年目に突入しましたが、1年目の去年は事件や震災など、非常に盛り沢山の年となりました。4月1日からは早くも異動があり、少し忙しい日々を送っています。何と言っても、方向音痴で道を覚えるのに一苦勞ですf(^_^;職業柄ピンチですね。ちなみに今は取手駅前におります☆近くをお立ち寄りの際はぜひ(笑)

今年はどうなるかわかりませんが、落ち着いたらまた顔を出したいと思います。何ら変わっていない私です。お邪魔した際にはお声をかけていただけるとありがたいです。

今は震災でいろいろと苦勞もあると思いますが、まずは元気に!そして前向きに活動してほしいと思います。社会人になると本当に運動をする頻度が減ってしまいます。したくてもなかなか時間が確保できないものです。ぜひ、学生である今という時間を大切にください。陰ながら応援しています。掲示板の更新の方もお願いしますね^^意外と楽しみにしているので。では、これからも頑張ってください♪

教育学部/健康/跳躍

走幅跳・4m70 / 円盤投・24m12



小川純

皆さんお元気でしょうか。

早いもので卒業してから1年がたってしまいました。今年度は、回りも見えずにただただ社会人として突っ走りました。

時に辛いこともありましたが、みなさんの勇姿を噂で聞くたびに励まされました。みなさんと走っていた頃が懐かしいです。

大変な時期だと思いますが、好きなことができることは本当に素晴らしいことです。チーム一丸となって頑張ってください。

教育学部/理科選修/短距離

100m・11秒43 / 200m・23秒84



尾崎友美

だいぶご無沙汰しておりました。みなさん。お元気でしょうか！

私は、卒業後、東京医科歯科大学大学院に進学し、今は、研究室での研究(体内時計を研究しています!)と就職活動に追われる日々です。毎日、実家のある八王子から大学まで1時間半の間、満員電車で通っています。都会での生活は疲れます。大学まで10秒のところに住んでいた学部時代がホント恋しいです。もう卒業して1年が経とうというのに今でも茨城に戻りたいと思ってしまいます。就職活動をするにあたって今までの人生を振り返りました。楽しかったことも辛かったことも思い出されるのはほとんどが茨大陸上競技部での出来事です。大学時代の仲間という、真っ先に陸上部の同期を思い浮かべます。茨大陸上競技部で過ごした日々が私にとってとてもかけがえのないものだったのだと、卒業した今、改めて思います。



卒業して、その場を離れてからはじめて愛着が沸いたり、良さを知ったり、誇りに思ったりすることがたくさんあります。まだ、それが何なのか現役の皆さんには分からないと思います。今は、嫌っている人だったり、当たり前になっているものなのです。後から、後悔しないためにも、今、目の前にあることを精一杯取り組んでください！！

なかなか試合の応援にも行けないので、名前の分からない後輩も増えてしまいました。それでも、ホームページで後輩が活躍する報告を見るのはとても嬉しく、私も負けてられないと勇気をもらっています。最後になりましたが、4年生の皆さん、卒業おめでとうございます。そして、1、2、3、M1の皆さん、更なる茨城大学陸上競技部の活躍を応援しています。

工学部/生体分子機能工学科/跳躍

走高跳・1m55

鈴木晴香

はじめに、東北関東大震災では茨城も被害を受け、大変であったことと思います。また、出身地が大きな被害を受けた方もいらっしゃると思います。心よりお見舞い申し上げますとともに、一日も早く元の生活に戻ることができるようお祈りしています。



さて、早いもので卒業してから一年が過ぎようとしています。現在私は全校児童20名(23年度からは18名!)の、自然に囲まれた小さな小学校で養護教諭として、楽しく勤務しています。子どもたちは素直で優しい子たちばかりです。職員の数も少ないため、部活指導(!!)をしたりピアノを弾いたり…と何でもします。

学生時代、素晴らしい仲間や先生方、先輩、後輩に出会い、今もかわいい子どもたち、温かい地域や保護者の方々、先生方に囲まれています。自分は周りの方々に恵まれているなあ、とつくづく感じています。

今、皆さんは、毎日自分の目標を達成するために様々な努力をされていると思います。常によりよいものを目指して努力することは、学生でも社会人になっても変わらず必要なことだとあらためて感じます。いくつになっても成長し続けることができるのだから、そのための努力を惜しんではいけない!と自分自身に言い聞かせ、日々努力している皆さんに負けないように頑張りたいと思います。

長いと思っていても4年間はあっという間です。一日一日を大切に過ごしてください。今後も茨城大学陸上競技部のさらなる活躍を楽しみにしています。

教育学部/養教/マネージャー

鈴木遼

大学を卒業し、1年が経ちました。社会人として仕事をしていく中で、公休の前の夜はお酒がすすみ、仕事以外のときになかなか運動する気にもなれず、気づいたらとうとう自分のベスト体重から3キロ増加してしまいました・・・体重が増えるって怖いものです二見姉さん。体重が増加した分、膝が悲鳴をあげ、最近には腰にまで負担がかかっているように感じる今日この頃です。社会人1年目、色々苦戦しましたが、元気にやっております。



東北地方太平洋沖地震後、メーリングリストでの部員のやりとりをみることができました。部員が連携し合い、自分達の今できるベストをつくしている姿に、素直にいいチームだなと感じました。皆さんの行動力、団結力は今後の茨城大学陸上部の原動力になると思います。今後、思い通りに時間や施設を使えない環境で練習することもあるかと思いますが、みんなで工夫をし、チームの士気を高め、対校戦に挑んでください。

私事ですが、3月26日に大学時代から交際していた人と入籍しました。妻は皆さんも知っている人なので、ご報告させていただきます。ハンドボール部なのになぜか卒業前、陸上部と一緒に勝マラを走り、昨年度の千葉対校で補助員をしてくれた人です。今年は、二人でひとつでも多くの対校戦に応援に行きたいと思っています。去年は千葉対校しか行けなかったのが今年2回以上行くことが目標です！

今シーズンのみなさんのご活躍を楽しみにしています。練習がんばってください！

教育学部/保健体育/短距離

400m 52秒38

鶴見彩

みなさんこんにちは！卒業して早1年。卒業生として部誌の原稿を考へるべく、4年間を振り返りながらパソコンに向かっていたことがつい先日のような気がします。本当に時が過ぎるのは早いですね。

私は昨年の9月末から、村の中学校で特別支援学級の担任として勤務しています。（ちなみに茨城県に村は2つしかありません！覚えておきましょう。）「教育の原点」とも言われている特別支援教育に、初めての勤務で携われることをとても有難く思っ



ています。この半年は自分にとって、1日1分1秒すべてが生きる教材であったと言っても過言ではありません。それぐ

多い
多くのことを経験し、学びました。

また幸運なことに、赴任してすぐに「駅伝の練習にぜひ！」と誘っていただき、1ヶ月半駅伝部を持つことができました。（陸上部がないため期間限定で。）生徒と一緒にインターバルをやって誇らしげな顔ができるのもいつまでだろうか・・・なんて考えながらも、毎日楽しく活動させてもらいました。駅伝メンバーに選ばれても、本気で「速くなりたい」と思って練習に取り組む生徒は極わずか。それでも、全員が記録に一喜一憂し、目標に向かって少しずつ足並みがそろって行く姿がとても嬉しく、陸上競技をまた違った形で楽しむことができました。半年前までは本気で中学生に間違えられていた私が、教育という現場で中学生を相手にしているなんてびっくりですよ。あ、もちろん今でも間違えられますが・・・。

部員のみなさんに何かメッセージをということで色々と考えたのですが、結局行き着く答えはいつも同じでした。「仲間を大切に！！」この1年で自分を取り巻く環境、生活はがらりと変わってしまいました。でも辛い時や苦しい時に支えてくれるのは、変わらず陸上部の仲間でした。最高の仲間と共に、陸上競技を思いっきり楽しんでください！！

教育学部/健康/中長距離

5000m・18分54秒16 / 3000m・10分56秒30 / 1500m・4分53秒53 / 800m・2分25秒98

手倉森洋人

こんにちは。茨城大学大学院に進学しました手倉森です。

まず、今回の東日本大震災、大丈夫だったでしょうか？「大丈夫」という言葉自体が適切なものかわかりませんが、多くの方は何らかの形で今回の地震で被害に遭われたのではないかと思います。みなさんが、そしてその周りの方が無事であることを祈っています。

近状報告ということですが、私は就職活動真っ最中です。しかし、地震の影響もあって就職活動が更に後ろの方になだれ込みそうで、内心焦りを感じながらの日々を送っています。そんな中で、気付いたことをメッセージとしたいのですが、みなさんは今までの生活で一番頑張ったことや成長できたことを考えた時、何が浮かびますか？私は真っ先に陸上部での活動が浮かびました。普段は全く考えたこともありませんでしたが、就職活動を通じて改めて茨城大学陸上部が、こんなにも自分を形成する核になっているのだと感じました。みなさんは、これからも部活を通じて、苦しいことや辛いこと、いろいろ経験すると思いますがその全てが社会に出るための糧になると思うので、失敗することを恐れずに全力で困難にぶつかって行ってください。また大学生活、今しかできないこともたくさんあると思うので、様々なことにどんどん挑戦して自分の幅を広げて行ってください。

最後に、私が茨城大学陸上部にいられるのもあと1年(最低)になりました。就職活動の関係でいつからまともに練習の方に参加できるのかわかりませんが、やる気はありますし、二度目の集大成ということで若いみんなに何かを残すことができましたらとも考えていますので、今後ともよろしくお願いします。

やるからには絶対に負けたくないの、負けるなよ現役生！（・・・これって負けフラグ？）

工学部/物質/中長距離

5000m・15分31秒80 / 1500m 4分09秒12 / 3000mSC・9分36秒96



蓮田大樹

こんにちは。ちょくちょく対校戦とかにお邪魔しております、蓮田大樹です。

このたびは、いつも何気に楽しみにしていた「先輩の卒業後を垣間見れる部誌のこのコーナー」に自分が登場するというので、うれしいような、恥ずかしいような気持ちです。

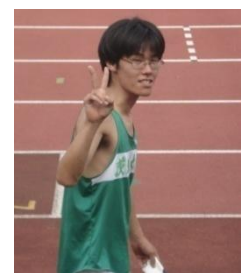
早速、近況報告ですが、現在、私は「茨城県立中央青年の家」という青少年教育施設で嘱託職員として勤務しています。仕事内容は、宿泊学習で来た小学生に野外炊飯の指導をしたり、主催事業をいくつか担当して起案～運営をしたり。楽しさの中に、しんどさや苦しさ、ちょっぴり切なさも含みつつ、結局おもしろいものであります。

そんな私がしみじみ感じることは、自分はまだまだ若造なんだということ。

やっぱり実は本当にいろいろな人や設備に守られていた自分は、守る立場・設備を整える立場に立つと知らないことだらけです。

「そーんなことも知んねーのか、ぼっちゃん。しゃーないなあ、こーやんだよ。」と、日々ベテランの先輩方に怒られながら、楽しくやっています。

さて、私自身の話はこのくらいにしてみなさまへ。まず、4年次の方々は卒業おめでとうございます。この4年間で得られたものは、きっと沢山あると思います。それは、いま自分で気付いているものから、まだ気付いていないものまで。大切にしていきましょうね。



そして、現役で頑張っているみなさん。

月並みで、そして当たり前のことですが、ここぞという時には必ず「全力」を出してください。人は何をしたとしても、その結果として反省を得ます。その反省が「また全力を出せなかった」では、もったいないし、本当にほしい反省ではないですもんね。

ちなみに某ドラマでは、

‘Why don’t you do your best!’

なんて言葉が使われておりましたが、個人的にとっても好きです。

私に言えることなんて、こんなもんです。

最後になりますが、私は茨城大学陸上競技部を応援しています。みなさんが「またこんなレース／試技をしてみたい」と思える試合を、一つでも多くできることを祈っております。

教育学部/保健体育/中長距離

5000m ・ 15分 26秒 38 / 1500m ・ 4分 09秒 64

早坂菜央

皆さん、お久しぶりです。

わたしは現在、地元仙台市のスポーツ振興事業団の嘱託職員として、新田東総合運動場というところに配属され、勤務しています。オープンしてまだ4年目のとても大きくてきれいな施設です。

この1年、毎日のように新しいことを教わり、たくさんのことを覚え、失敗し、色んなことを経験しました。そして少しは成長できたかな？なんて勝手に思っていました。

しかしわたしは社会人としてはまだまだ未熟で、ひとりでできることなんて本当に限られています。あの日、3月11日を境に特に痛感しています。

わたしが勤務している施設には2つのアリーナがあるのですが、震災から3週間たった現在も1つは区のボランティアセンターとして、もう1つは避難所として使用されており、なんだか落ち着かない日々が続いています。茨城も大変な被害を受け、みなさんも思うように練習できない日が続いているかもしれませんね。でもこういう時こそチームワークを発揮するときであり、またより一層強めるチャンスでもあると思います。

幸いわたしはとてもいい先輩方や仲間たちに恵まれ、大変な状況も協力して乗り越えることができています。日常を取り戻すにはまだかなり時間がかかるかもしれませんが、お互い頑張りましょう！！

仙台と水戸を結ぶ常磐線が一日も早く復旧しますように…☆

教育学部/健康/マネージャー



二見有紀乃

お久しぶりの人も、そうでない人も……お元気ですか？度々水戸に出現しているので、初めましての方ははいないよね？

卒業してからあっという間に1年経ってしまいました。昨年までの生活とは一変し、最高学年から新人へ、年寄扱いから若者へと変化を遂げ、さらに、市民ランナーと化しました。まさか本当に市民ランナーになるとは…(笑)。今シーズンは、数回のハーフと1回の10キロに出場。ゴルフも過去3回ラウンドしましたが、ハンマーのくせがうまく上達に歯止めがかかっておりません。こんな具合で今までとは全く違った目標ではありますが、アクティブな日々を送っています。

部誌や写真を見返し、思い出を振り返ってみると、4年間で本当に色々あったなあ～と思います。あれだけ自分の好



きなことに時間を費やせること、同じ“陸上競技”に目標をおく仲間との絆を深められること、あんなにアツくなれること…もうこれから先、ないだろうなあと思います。現役部員の皆さんには、今ある当たり前の生活を大事にして欲しいと思う次第であります。

昨年4月からは、特別支援学校で勤務をしています。自分が本当にやりたいことが何なのかわからなくて、自分がやっていることに自信が持てなかったり、社会の厳しさや、自分の小ささを痛感したり…たかだか1年ですが、逃げ出しなくなることもあったり…。ありきたりですが、そんな苦しい時やそれ以外の場面でも、部活で培った色々なことが、活きているなど感じるものがたくさんありました。先日ある先輩と連絡をとる機会がありまして「なんか考え方変わったね、1年間仕事してきて色々学んできたんだろうなってかんじがするよ」と言われ、こうして今日までやってきてよかったと思っています。それだけでなく、卒業学年を見ていたので、卒業生を送り出す時には感慨深いものがありました。

3月に大学を卒業する皆さん、これから先、違った環境の中で戸惑い、悩むことがあるかもしれない。シーズンに入ると、記録が伸びずに悩んだり、ケガ続きで悩んだり、自分の役割がわからなかったり、陸上を続けていることに疑問を感じたり…色々な「壁」にぶつかることがあるかと思います。そんなふうにもがいている時は、きっと成長の前ぶれなんだろうなあ…と思います（思うようにしています）。

たとえそれが実を結ばなくても、「やっていることに意味がないことはない」！！1年経って、やっと昨年の答えが見つかったような気がします。

茨大陸上部員のみんな！Now is best time ファイト！！(^o^)

教育学部/スポーツ/投擲

ハンマー投・48m62

森あゆ美

卒業して一年が経とうとしています。早いものですね。

私は現在、筑波大学大学院で陸上競技部に所属し、競技を続けています。この一年は全てが新しい事だらけで、フレッシュな気持ちで競技や大学生活に取り組めた一年間だったと思います。特に競技面では、自己ベストの更新や世界のトップ選手との試合を経験したりと、ありがたいことにとっても充実した一年となりました。

新しい環境に慣れるため積極的に色々な事に取り組んだ事、失敗してもイイからどんどんチャレンジする事、負けたくないという心…そんな思いがこの一年を作り上げたのではないかなと思います。

まだまだ成績を伸ばしていけるように頑張りますので、茨城大学のみなさんも頑張って下さい！！良い報告を期待しています。

教育学部/保健体育/跳躍

走高跳・1m73



山本悠輔

OBOGの皆さん、お久しぶりです。平成22年3月に卒業した山本悠輔です。現在は茨城大学大学院教育学研究科に在籍し、6年目の茨大生活がスタートしました。陸上競技部の最長老として、若者から多くの刺激をもらいつつも、彼らに負けないように奮闘しています。いよいよ私もラストシーズンです。



卒業生の皆さん、ご卒業おめでとうございます。皆さんと過ごした4年間には楽しかったこと、うれしかったこと、辛かったこと、悔しかったことなど数え切れない思い出があり、どれも忘れられないものばかりです。社会人として、これからは大変なことも多くあると思いますが、陸上競技部で培った力を糧に頑張ってください。4年間お疲れ様でした。そして、ありがとう。水戸に来るときは連絡してください。

いつも会っていて照れくさいですが、現役部員にメッセージを贈りたいと思います。3月に起きた大震災の時、安否を確認し合ったり、生活情報を共有し合ったりと助け合うみんなを見て、頼もしさを感じました。みんなの力が結集したときのパワーはものすごいと思います。ぜひ、それを競技面や運営面に活かして行ってください。しかし、運営や競技をしていると良いことやうまくいくことばかりではないと思います。みんなはマジメなので、行き詰まってくると考えすぎて余裕がなくなって笑顔が少なくなるような気がします。でも、そんな時こそ仲間とともに思い切り笑顔で乗り切りたいと思います。そして最後に「みんなでやりきれてよかった」と笑顔で言えるようになってください。それを目指していけば、自然と部全体も明るくなって、結果もついてくるのではないのでしょうか。

現役部員の一人として、一番近くで応援しています。頑張れ！！

教育学部/保健体育/短距離

100m・11秒39 / 200m・23秒29

吉原さゆり

今年度から、初めての一人暮らし&小学校での教員生活が始まりました。新しい環境、小学2年生、担任・・・なにがなんだかわからない状況に、校舎のすみっこで隠れて泣くなんていう、私が小学生かっていうこともありました。

せっかくの近況報告なのに、こんな現況ではなにも自慢できるものがないのですが、昨年度は富士登山と2回目の勝田マラソンを経験できました。特に富士登山は、高山病にかかり、楽しむ余裕など全くないというなかなかの状況だったのですが、どんなにつらい状況でも、1歩1歩、足を前に出していけば、必ずゴールに辿り着けるという思いを体感することができました。その信念が今の私を支えてくれているのかなと感じています。



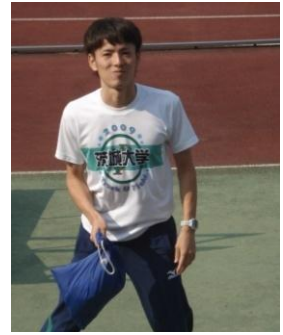
真っ暗闇なトンネルにしか思えなかった新生活は、まだ先は見えないけれど、足元くらいは見えるようになってきたという状況です。今は1日1日を、体当たりで乗り切っていこうと思っています。

教育学部/教育基礎/短距離

100m・13秒43 / 200m・27秒45 / 400m・62秒71

涌井遼平 「思慮思考」

昨今の情勢は、東日本大震災の影響により、戦後最大の混乱状況にあると思います。東北の方々の被災は、想像を絶するほど厳しいものですが、我々茨城県民も多大な被害を受けました。現状足元を見ても、私の職場では建屋の損傷が激しく、本来すべき業務を全くできない状態となっています。また福島原発の事故により、社会または行政の視線は、我々のような職業に対し厳しくならざるを得ないでしょう。ただしこの状態を打開する上で、仕事へのモチベーションを低下させてはならないと思っており、卓上にて今後の方向性を熟慮しているところです。



一方、陸上の方に関してですが、地震以降の大会の自粛という言葉をよく目にします。これは陸上に限った事ではなく、地震の影響がない地域ですら、多くの行事が中止に追い込まれました。果たしてその判断は賢明であったのか？経済的な側面から考えると、社会はお金が動くことにより、経済が成り立つのです。しかし自粛してしまっただけでは元も子もありません。自粛することで非難の声をなくす意味合いもあるのでしょうか。陸上に限った上でも、マラソンプームと言われている今日の流れを、陸上関係者自らの手で削いでいると言っても過言ではないと思います。私の好きな陸上選手、徳本一善、為末大、横田真人選手は、ブログ上にてロ々に述べています。走ることにより勇気を与え、勇気を貰う。そして「自粛を自粛せよ」と。

人それぞれ考え方があります。私はこれを機会にみなに情報を正しいのか自分で調べ、そして考え論ずるという作業をしてほしいと思います。噂を鵜呑みにしてしまうのではなく、健全な情報を得て、根拠を基に考察をする。これは重要なことです。私は社会人になり、職場の影響からか、常にその問題への背景を迫及するようになりました。

「自らの発言には、信憑性への責任を持つ」

これが正しいかはわかりませんが、参考までにご拝読下さい。

工学部/中長距離

1500m・4分13秒02 / 5000m・15分58秒10 / 10km・33分42秒

Ⅶ. 記録集

茨大記録 【男子】

種目	氏名	記録(風速)	期日	大会名	会場
100m	杉崎 弘周	10.51 (+1.9)	1998/9/11	日本インカレ	国立競技場
200m	杉崎 弘周	21.42 (+2.0)	2001/9/2	新潟国体選考会	中条
400m	今村 明彦	48.06	1994/9/9	日本インカレ	国立競技場
800m	今井 英明	1.53.09	1990/4/7	学連競技会	筑波
1500m	秋山 陽祐	3.56.42	2007/9/15	関東新人	国立競技場
3000m	秋山 陽祐	8.52.10	2009/4/12	県記録会	笠松
5000m	秋山 陽祐	14.52.16	2009/9/21	国公立 22 大学	千葉県総合
10000m	秋山 陽祐	30.35.03	2007/12/22	松戸記録会	松戸
110mH	中山 雄策	15.30 (-1.0)	2003/10/4	国公立 22 大学	長野
400mH	神尾 伸也	52.53	1994/8/23	関東選手権	笠松
3000mSC	岡崎 浩樹	9.07.37	2008/8/24	関東選手権	笠松
5000mW	小向 瑞樹	24.40.48	2008/8/24	国公立 22 大学	千葉県総合
10000mW	小向 瑞樹	52.33.55	2008/8/24	平成国際大学競技会	平成国際大学
4×100mR	成石・杉崎・大久保・佐藤	40.75	1996/9/6	日本インカレ	国立競技場
4×200mR	浅井・佐藤・大久保・神尾	1.27.38	1995/5/28	リレー選手権	笠松
スウェーデン R	浅井・成石・大久保・岡	1.57.44	1996/5/26	リレー選手権	笠松
4×400mR	開・上杉・山本・和田	3.14.60	2008/5/25	関東インカレ	国立競技場
4×800mR	中村・飯塚・林・神尾	7.54.72	1994/5/29	リレー選手権	笠松
4×1500mR	滝沢・根本・千葉・金沢	16.38.08	1981/4/18	リレー選手権	笠松
走高跳	青木 博光	2m00	1985/9/8	関東選手権	小瀬
棒高跳	岡山 進也	4m90	2001/5/26	リレー選手権	笠松
走幅跳	佐藤 良雄	7m09 (?)	1958/7/19	茨城県選手権	土浦
三段跳	吉野 学	14m81 (+1.6)	2005/5/13	関東インカレ	国立競技場
砲丸投	海老原大輔	15m02	2005/8/20	関東選手権	敷島
円盤投	ホアン テ ウェン	40m84	2010/8/7	千葉対校	笠松
やり投	渡邊 將司	66m94	2000/10/19	国公立 22 大学	小瀬
ハンマー投	海老原大輔	43m26	2002/9/22	北関東 5 大学	敷島
十種競技	渡邊 將司	6676 点	1999/7/17.18	栃木県選手権	宇都宮
10km	千葉 雅昭	31.20	1982/2/11	勝田マラソン	勝田
20km	渡辺 雄馬	63.29	2006/10/21	箱根駅伝予選会	昭和記念公園
30km	鈴木徳次郎	1 : 41.12	1974/2/17	青梅マラソン	青梅
ハーフマラソン	秋山 陽祐	1 : 09.27	2008/3/9	日本学生ハーフ	昭和記念公園
フルマラソン	秋山 陽祐	2 : 24.46	2008/1/27	勝田マラソン	ひたちなか

茨大記録 【女子】

種目	氏名	記録(風速)	期日	大会名	会場
100m	鈴木 麻理	12.10 (+0.8)	2010/10/24	北関東5大学	宇都宮
200m	鈴木 麻理	24.52 (+0.1)	2010/10/24	北関東5大学	宇都宮
400m	鈴木 麻理	56.88	2010/10/24	北関東5大学	宇都宮
800m	石澤ゆかり	2.10.95	2010/9/26	国公立22大学	三ツ沢
1500m	野田 春香	4.33.51	2007/9/28	国公立22大学	緑が丘
3000m	野田 春香	9.55.39	2008/8/26	関東甲信越	熊谷
5000m	野田 春香	16.28.82	2008/7/13	ホクレンディスタンス	北海道
10000m	野田 春香	34.29.10	2008/6/28	茨城県選手権	笠松
110mH	石川ちひろ	14.07	2006/6/10	日本インカレ	日産スタジアム
400mH	石川ちひろ	61.34	2005/ 9/18	国公立22大学	国立競技場
4×100mR	山口・林田・鈴木・遠藤	48.26	2010/8/20	関東甲信越	松本
4×400mR	肥田埜・鈴木・林田・石澤	3.56.51	2010/9/26	国公立22大学	三ツ沢
4×800mR	深谷・飯嶋・小林・柴	9.42.31	1994/5/29	リレー選手権	笠松
走高跳	森 あゆ美	1m73	2008/8/26	関東甲信越	熊谷
棒高跳	長久保佳子	3m20	2001/6/29	茨城県選手権	笠松
走幅跳	吉原 友理	5m80 (+1.6)	2009/7/4	茨城県選手権	笠松
三段跳	遠藤 園子	12m31 (+2.0)	2010/8/7	千葉対校	笠松
砲丸投	城所 舞	12m07	2009/5/2	日立記録会	日立
円盤投	梅原 由香	45m84	1997/8/23	国体予選	笠松
やり投	高村理恵子	41m76	2000/6/18	北関東5大学	水戸
ハンマー投	弓削真理子	49m49	2009/10/31	北関東5大学	上尾
七種競技	山口 真未	4506点	2010/9/26	国公立22大学	三ツ沢
10km	野田 春香	34.16	2008/1/27	勝田マラソン	ひたちなか
ハーフマラソン	野田 春香	1:15.58	2008/2/10	守谷ハーフ	守谷
フルマラソン	野田 春香	2:42.19	2009/1/25	勝田マラソン	ひたちなか

2010年度ランキング

【男子】

種目	順位	氏名	記録
100m	1	伊藤 太一	10.79
	2	和田 和幸	11.24
	3	山本 悠輔	11.39
200m	1	伊藤 太一	21.82
	2	和田 和幸	21.82
	3	山本 悠輔	23.29
400m	1	和田 和幸	49.39
	2	川部 優太	50.50
	3	柴 俊博	52.97
800m	1	井川 勝彦	1.57.75
	2	加藤 俊介	1.59.81
	3	高野 和文	2.00.56
1500m	1	高野 和文	4.05.61
	2	加藤 俊介	4.09.90
	3	井川 勝彦	4.11.65
3000m	1	高野 和文	9.10.90
	2	富井 一仁	9.15.74
	3	小向 瑞樹	9.21.32
5000m	1	手倉森洋人	15.41.90
	2	富井 一仁	15.44.88
	3	高野 和文	15.58.23
10000m	1	富井 一仁	32.39.86
	2	秋庭 寛史	33.58.37
	3	和田 明久	34.27.91
110mH	1	後藤 雅彦	15.68
	2	上杉 明弘	16.16
	3	和田 和幸	16.78
400mH	1	上杉 明弘	52.69
	2	川部 優太	54.24
	3	柴 俊博	57.91
3000mSC	1	手倉森洋人	9.42.55
	2	和田 明久	9.49.72
	3	高野 和文	10.24.50
5000mW	1	小向 瑞樹	25.45.86
10000mW	1	小向 瑞樹	49.38.28
4×100mR	1	山本・上杉・和田・伊藤	41.89
	2	後藤・和田・川部・伊藤	42.32
	3	後藤・上杉・川部・伊藤	42.74
4×400mR	1	川部・上杉・山本・和田	3.18.70
	2	伊藤・川部・柴・和田	3.20.53
	3	川部・上杉・伊藤・和田	3.21.97
走高跳	1	堀越 成志	1m75
	2	栗原 航介	1m60
	3	逆井 智也	1m55
棒高跳	1	青柳 達也	4m20
	2	栗原 航介	2m80
走幅跳	1	逆井 智也	6m63
	2	山本 悠輔	6m31
	3	渡邊 学	6m03
三段跳	1	渡邊 学	13m39
	2	逆井 智也	13m27
	3	栗原 航介	12m05
砲丸投	1	ホアン テ ウェン	11m95
	2	小林 朋寛	10m54
	3	後藤 雅彦	7m23
円盤投	1	ホアン テ ウェン	40m84
	2	小林 朋寛	28m07
	3	青柳 達也	21m55
やり投	1	ホアン テ ウェン	56m93
	2	山本 悠輔	45m79
	3	小林 朋寛	37m68
ハンマー投	1	小林 朋寛	39m20
10km	1	富井 一仁	33.29
	2	高野 和文	33.43
	3	和田 明久	34.43
フルマラソン	1	小向 瑞樹	2:55.24
	2	秋庭 寛史	3:18.48
	3	井川 勝彦	3:45.15

【女子】

種目	順	氏名	記録
100m	1	鈴木 麻理	12.10
	2	遠藤 園子	13.18
	3	林田 麻由	13.18
200m	1	鈴木 麻理	24.52
	2	肥田栞里枝	26.11
	3	林田 麻由	26.88
400m	1	鈴木 麻理	56.88
	2	肥田栞里枝	58.81
	3	石澤ゆかり	61.06
800m	1	石澤ゆかり	2.10.95
	2	黒澤 夏楠	2.28.38
	3	山口 真未	2.34.16
1500m	1	石澤ゆかり	4.33.79
	2	黒澤 夏楠	4.45.97
	3	木村 世奈	5.13.24
3000m	1	石澤ゆかり	9.41.49
	2	黒澤 夏楠	10.04.02
	3	木村 世奈	11.21.46
5000m	1	黒澤 夏楠	17.17.65
	2	木村 世奈	19.44.93
10000m	1	黒澤 夏楠	36.42.96
	2	木村 世奈	41.37.68
100mH	1	山口 真未	15.41
	2	小島恵梨香	16.43
	3	久保 美春	19.94
400mH	1	小島恵梨香	68.09
	2	久保 美春	72.60
4×100mR	1	山口・林田・鈴木・遠藤	48.26
	2	遠藤・林田・山口・鈴木	48.41
	3	吉原・林田・鈴木・遠藤	49.09
4×400mR	1	肥田栞・鈴木・林田・石澤	3.56.51
	2	林田・鈴木・小島・石澤	3.57.49
	3	小島・鈴木・石澤・林田	3.57.97
走高跳	1	林田 麻由	1m65
	2	山口 真未	1m59
走幅跳	1	遠藤 園子	5m43
	2	吉原 友理	5m37
	3	山口 真未	5m37
三段跳	1	遠藤 園子	12m31
	2	山口 真未	11m11
	3	吉原 友理	10m60
砲丸投	1	城所 舞	11m86
	1	弓削真理子	11m86
	3	山口 真未	10m07
円盤投	1	城所 舞	36m74
	2	星野 千恵	36m06
	3	鈴木 香織	35m01
やり投	1	山口 真未	39m21
	2	遠藤 園子	35m19
	3	鈴木 香織	32m06
ハンマー投	1	弓削真理子	51m33
	2	鈴木 香織	36m94
	3	星野 千恵	28m50
七種競技	1	山口 真未	4506点
10km	1	黒澤 夏楠	35.58
	2	木村 世奈	42.15

対校戦順位

順位	男子			女子		
	総合	トラック	フィールド	総合	トラック	フィールド
第25回国公立22大学対校陸上競技大会（男子総合6位・女子総合1位）						
1	横浜国立	横浜国立	横浜国立	茨城大	都留文科	茨城大
2	東京学芸	東京学芸	新潟大	都留文科	茨城大	新潟大
3	新潟大	一橋大	山梨大	横浜国立	横浜国立	山梨大
第61回北関東5大学対校陸上競技大会（男子総合2位・女子総合1位）						
1	群馬大	茨城大	群馬大	茨城大学	茨城大学	茨城大学
2	茨城大	埼玉大	高崎経済大	宇都宮大	宇都宮大	埼玉大
3	埼玉大	群馬大	宇都宮大	埼玉大	埼玉大	宇都宮大
第65回三浜駅伝競走大会 一般男子の部【1部】（茨大4位）						
1	東電茨城					
2	那須塩原					
3	石巻RC					
第11回荒川河川敷対校駅伝競走大会（茨大18位）						
1	学習院			千葉大		
2	東京理科			防衛大女		
3	横浜国立			女子連合		



Ⅷ. 部員名簿

学年	氏名	出身校/出身地	ブロック	学部/学科
院1	手倉森洋人	八戸西/青森	中長距離	工/物質
院1	山本 悠輔	下田北/静岡	短距離	教育/保健体育
4年	井川 勝彦	大垣東/岐阜	中長距離	工/メディア
4年	石澤ゆかり	鉾田一/茨城	中長距離	教育/情報文化
4年	上杉 明弘	水戸桜ノ牧/茨城	短距離	教育/スポーツ
4年	片岡 龍治	緑岡/茨城	中長距離	工/生体分子
4年	後藤 雅彦	那須拓陽/栃木	短距離	教育/保健体育
4年	鈴木 麻理	水戸第三/茨城	短距離	教育/スポーツ
4年	生井 美有	聖徳/茨城	短距離	教育/スポーツ
4年	弓削真理子	佐原/千葉	投擲	教育/保健体育
4年	渡邊 学	郡山/福島	跳躍	教育/健康
4年	和田 明久	太田/群馬	中長距離	理/地球環境
4年	和田 和幸	木造/青森	短距離	理/数理
3年	秋庭 寛史	秋田中央/秋田	中長距離	農/資源生物
3年	遠藤 園子	利府/宮城	跳躍	教育/保健体育
3年	荻生めぐみ	呉羽/富山	マネージャー	教育/健康
3年	城所 舞	真岡女子/栃木	投擲	教育/保健体育
3年	小向 瑞樹	久慈/岩手	中長距離	人文/人コミ
3年	高野 和文	盛岡第三/岩手	中長距離	工/情報
3年	堀越 成志	茨城キリスト/茨城	跳躍	工/機械
3年	松村 俊	緑岡/茨城	短距離	工/電気電子
2年	青柳 達也	佐原/千葉	跳躍	理/物理
2年	浅川 瞭	伊奈/茨城	中長距離	人文/社会
2年	小島恵梨香	牛久/茨城	短距離	教育/健康
2年	久保 美春	松阪/三重	短距離	工/都市システム
2年	栗原 航介	石橋/栃木	跳躍	工/都市システム
2年	逆井 智也	春日部/埼玉	跳躍	教育/スポーツ
2年	鈴木 香織	水戸第二/茨城	投擲	教育/健康
2年	辻 はるか	高松第一/香川	投擲	教育/スポーツ
2年	富井 一仁	常葉菊川/静岡	中長距離	教育/社会
2年	南部 智彦	矢板東/栃木	短距離	人文/社会
2年	林田 麻由	鹿島/茨城	跳躍	教育/健康
2年	ホソ テ ウェン	龍ヶ崎第一/茨城	投擲	教育/スポーツ
2年	堀 千都	酒田東/山形	マネージャー	人文/人コミ
2年	吉原 友理	下妻第一/茨城	跳躍	教育/国語
1年	石津美阿里	波崎柳川/茨城	マネージャー	教育/養護教諭
1年	伊藤 太一	水戸桜ノ牧/茨城	短距離	教育/保健体育
1年	加藤 俊介	日立第一/茨城	中長距離	教育/スポーツ
1年	川部 優太	水戸桜ノ牧/茨城	短距離	工/都市システム
1年	木村 世奈	太田第一/茨城	中長距離	教育/心理
1年	黒澤 夏楠	茨城キリスト/茨城	中長距離	教育/健康
1年	小林 朋寛	旭川西/北海道	投擲	教育/スポーツ
1年	齋藤 圭介	水戸桜ノ牧/茨城	中長距離	人文/社会
1年	柴 俊博	下妻第一/茨城	短距離	教育/理科
1年	城石 俊朗	富山南/富山	中長距離	理/物理
1年	宮岡 仁美	水戸第一/茨城	マネージャー	教育/養護教諭
1年	肥田埜里枝	竜ヶ崎第一/茨城	短距離	教育/数学
1年	星野 千恵	竜ヶ崎第一/茨城	投擲	教育/保健体育
1年	山口 真未	聖徳/茨城	七種	教育/健康
1年	山屋 瑛美	緑岡/茨城	短距離	教育/社会

編集後記

このたびは東日本大震災で被災された方々にお見舞いを申し上げます。それに伴い、部誌の発行が大幅に遅れましたことにお詫びを申し上げます。

我が茨城大学陸上競技部は、部員の中に震災で実家の方が被害にあったり、家族の方が怪我をされた方もいましたが、全員無事で、今は日常をほぼ取り戻し、活動もいつも通り行われています。

まだ困難なことはたくさんありますが、人と人のつながりを大切にして、記録会や試合に向けて部一丸となって取り組んでいきたいと思っています。

今後ともご指導、ご支援のほどよろしく申し上げます。 (辻はるか)

茨城大学陸上競技部に関するお問い合わせ

陸上競技部に関するご意見・ご質問は、ホームページ内の掲示板、もしくは、顧問の上地までよろしくお願いたします。皆様からの情報をお待ちしております。

ホームページ URL

<http://18.pro.tok2.com/~ibadaitandfclub/>

顧問 上地 勝

〒310 - 8512 水戸市文京 2-1-1

茨城大学教育学部

Tel: 029-228-8477 (研究室)

Fax: 029-228-8478 (体育事務室)

e-mail: mueji@mx.ibaraki.ac.jp

茨苑 AC に関するお問い合わせ

〒310 - 0852 水戸市笠原町 979-16

Tel: 029-244-1036

益子 雄行

茨城大学陸上競技部部誌「Perspiration」第5号

平成 23 年 4 月 30 日発行

編集責任者

辻はるか・逆井智也

発行者 茨城大学陸上競技部