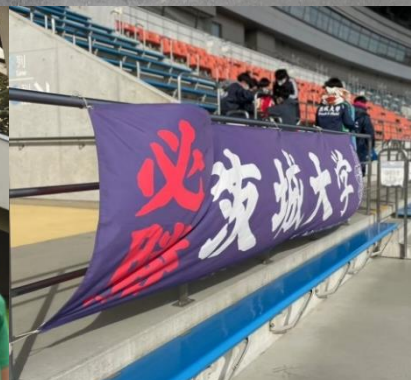


PERSPIRATION



目次

I. 2021 年度シーズンを振り返って	1
II. 2021 年度活動報告	5
i) 大会後記	6
茨城県選手権/関東甲信越代替大会/北関東五大学対校戦/国公立 27 大学対校駅伝	
ii) その他の活動	10
協力審判員/冬季合同合宿	
III. 2022 年度シーズンの抱負	11
IV. 2022 年度活動予定	14
V. 卒業生・修了生より	15
VI. OB/OG 近況報告・現役部員へのメッセージ	27
VII. 記録集	39
茨城大学記録・男子/茨城大学記録・女子/2021 年度ランキング/対校戦順位一覧	
VIII. 部員名簿	44
編集後記・連絡先	45

I. 2021 年度シーズンを振り返って

主将反省

前主将 小滝丈慈

陸上部は今年度も昨年度と同様、新型コロナウイルスによる多大な影響を受け、思うように活動できない日々が続きました。

全体を振り返ると、運営面では先が見えず、手探りで物事を進めていく状況が長く続き、前例のないことについて、0 からたくさんのご取り組みでございました。そのような状況の中でも、スタッフで協力をしながら、目まぐるしく変わる環境に迅速に対応できていたのではないかと思います。

一方で、昨年に引き続き、部員のモチベーションや競技力の維持向上は 1 年を通した課題になりました。この課題に対する新しい試みとして、交流の活性化のためのオンラインの動画共有や、モチベと競技力の向上のための茨大記録会などを行ってきました。しかし、シーズンが終わってみると、結果を残せた人とそうでない人の差がはっきりと分かれてしまい、さらに、苦しいシーズンとなった人がそうでない人よりも多く見受けられました。スタッフには、部員の皆さんが部活や練習に対して前向きになれるような環境を作ることが求められていましたが、この役割を十分に果たすことが出来なかったものと考えられます。

これから部を引っ張っていく後輩の皆さんには、私たちの教訓を活かして、部をより良い方向に導いて頂きたいと思います。私たち前スタッフも、サポートをしながら部のさらなる発展に寄与していきたいと思います。

最後になりますが、1 年間スタッフとして部を引っ張れたのは、常に親身になって協力してくださった先生方をはじめ、課外活動の再開・継続のためにご尽力いただきました大学関係者の皆様、状況が二転三転する中、急な要望にも応えてくださった部員の皆様、関わってくださったすべての方々のおかげです。この場を借りまして、厚く御礼申し上げます。

主将としてこの部に関われたことは、とても貴重な経験でした。1 年間ありがとうございました。

主務反省

前主務 野本菜奈

昨年の北関東五大学対校戦で前主務の山本から引き継ぎ、一年間主務として運営に携わってきました。主務を務めるにあたってご支援頂いた皆様に、この場をお借りしてお礼申し上げます。本当にありがとうございました。

さて、主務として一年間を振り返ると、昨年に続き、新型コロナウイルスの影響で課外活動の制限があったり、大会等が中止・延期になってしまったりと、例年と同じように活動するのは難しい一年でした。課外活動自粛期間もあり、改めて大学のグラウンドや競技場を利用して集合練習ができることの喜び、支えてくださる方・応援して下さる方のありがたみを身に染みて感じました。このコロナ禍の状況で、対校戦や競技会等を開催していただくにあたりご尽力くださった各大学の皆様はじめ関係者の方々には心より感謝申し上げます。主務として求められていることと私自身の力量に差があり、苦勞する場面も数多くありましたが、多くの方々の温かい励ましとサポートを頂きながらなんとか乗り越えることができましたと感じています。この一年間で培った経験や学びの全てを現主務の藤沼へ引き継ぎ、次期スタッフをしっかりサポートしていきたいと思います。

主務を務める上で支えてくださった皆様、一年間ありがとうございました。

短距離ブロックの反省

前短距離ブロック長 滝本康生

今年度、短距離ブロックは新たに一年生を8人加え、総勢15人で活動してきました。

短距離ブロックの人数が増えたことで、行える練習の選択肢が増え、また、ブロック員同士で教え合い、高め合う姿勢が以前よりも多く見られるようになったと感じています。新型コロナウイルスの影響による、部活動自粛期間で集まって練習が行えない時でも、ブロック員の自主性とモチベーションの高さにより、継続して練習を行うことができ、シーズンを通して記録会に参加するブロック員が多かったことも良かった点として挙げられると思います。

反省点としては、シーズンを通して自己ベスト・大学ベストを更新できた人が少なかったことが挙げられます。これは私のメニュー作りの不十分さに大きく関わっていることです。また、ブロック長である私自身がシーズンを通して怪我をしまい、練習でブロック員を引っ張ることができなかったこともあり、ブロック長としての役割を十分に果たすことができなかったと感じています。

11月から短距離ブロック長を大塚に引き継ぎました。来年もブロック員全員で部活動を盛り上げ、対校戦で一番貢献できるブロックに成長できるよう下から押し上げていきたいと思っています。

中長距離ブロックの反省

前中長ブロック長 平山広大

本年度の中長距離ブロックは、新たに1年生5名を加え総勢17名で活動してきました。今シーズンを振り返り、良かった点と良くなかった点について挙げていきます。まず良かった点を二つ挙げます。一つ目は、全体練習ができなかった状況の時期も声掛けなどを行い、モチベーションの維持に努められたことです。今シーズンも新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、全体練習が行えない時期がありました。その中でも各自考えて練習を積み、声を掛け合って練習することができました。来シーズンもこのような状況になった際は、お互いにモチベーションの維持に努め高め合っていけるようにしたいです。二つ目は、対校戦が少ない中でも自己ベストを更新できた部員や対校戦で上位に入る部員がいたことです。特に北関東五大や27大駅伝では、各部員の活躍する姿が見られ、次のシーズンにつながる走りがありました。良かった点は来シーズン以降へつなげていきたいです。次に、良くなかった点を二つ挙げます。一つ目は、怪我人が多く出てしまったことです。年間を通して怪我人が多く見受けられました。部員同士で身体の状態をきちんと把握して、先輩が後輩をサポートする体制を強化していく必要があると感じます。二つ目は、自己ベストを更新する部員が少なかったことです。先程良かった点として対校戦が少ない中で自己ベストを更新できた部員がいたことを挙げましたが、全体的に見ると記録を更新できた部員は少なかったです。来シーズンは部員全員が自分の目標を達成できるように、お互いに切磋琢磨し合い高め合えるようなブロックにしていきたいです。

10月より野宮に中長ブロック長、中村に中長男子パート長を引き継ぎました。より良いブロックにしていけるように、自分もしっかりとサポートしていきます。来シーズンは今シーズンの反省を生かして、競技力向上・活気ある雰囲気作りに努めていきます。

跳躍ブロックの反省

前跳躍ブロック長 中野雅弥

今年度は、1年次1人、2年次1人、3年次1人を加え、総勢13人で活動してきました。

昨シーズンの跳躍ブロックの目標は、「自分の納得する結果を出す」でした。この目標は、多くのブロック員が達成できたと思っています。対校戦や記録会、試合が少ない、とても難しいシーズンになりました。しかし、そんな中でも7名の選手がPBを出すことができました。また、ベストが出せなかった選手に関しても、けがからの復帰、驚くほどの吸収力による成長、長いブランクからの脱出などこれからにつながる成果が出せていると思います。全体練習ができず、個人練習が続く中でのこの結果です。これは、各個人が自分の目標に向かい、自主的にトレーニングを積んできた成果だと思っています。ブロック長として、自分は不甲斐ない点多すぎたと思いますし、自分がブロック員に何かをしてあげられたとは思いません。これは、ブロック員みんなの目標に向かう姿勢が生み出した結果だと思っています。

11月にブロック長を津崎に引き継ぎました。津崎は自分と違って責任感が強くとても頼れるブロック長です。何も心配はしていませんが、1年間ブロック長を任されていた経験を通してサポートしていきたいと思っています。まだコロナウイルス感染症の収束が現実になる日は遠いかと思います。しかし、我々がすべきことは、今できることにただただ全力に取り組むことです。それは、昨年もこれからも変わらないことであり、それができるのが跳躍ブロックです。これからの跳躍ブロックも次期ブロック長津崎と共に精進していきますので楽しみにしてください。

投擲ブロックの反省

前投擲ブロック長 鈴木万裕

今年度は1年生が2人加わり、昨年より多い人数で練習できる日が多かったように思います。昨年に引き続き、新型コロナウイルス感染症の影響で全体練習ができない期間がありましたが、一人一人が自分の課題と向き合い、各自で考えて練習することができていたように思います。これに関しては、今年度に投擲スローガンとして掲げていた、「Let's act! (行動しよう)」を達成することができたのかなと思います。しかし、やるべきことは何か各々で考えて練習することはできていたのですが、その練習量が足りなかったなと感じます。その結果、大学ベストや自己ベストを出す人がほとんどおらず、対校戦や競技会でもあまり良い結果が出せませんでした。これはブロック長であった私の声掛けや配慮が足りなかったからだと反省しています。また、練習においても気が緩んでしまう場面があり、仲が良いのはいいことですが、それで終わってしまったということについても反省しています。投擲ブロック長として、ブロック員にもチームにもほとんど貢献することができなかったのを申し訳なく思います。それでも私についてくれたブロック員には感謝しかありません。次年度は今年度の反省を活かし、高みを目指していけるようなブロックにしていってほしいと思います。そのためにも、現ブロック長の渡部をサポートしていけたらなと思います。

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代理 奈良日花里

今年度のマネージャーブロックは、1年生を1名加え総勢6名で活動してきました。コロナウイルスの影響によって大会が少なかったため、一度で多くの仕事を覚えてもらうこととなりました。しかし、1年生は仕事の理解も早く2・3年生と協力しながら活動してくれました。また昨年度あまり発行することができなかったマネージャー通信を、1・2年生を中心に発行することができました。マネージャー通信が部員同士のコミュニケーションのきっかけの一つとなればうれしいです。

この1年全員がそろって部活に参加できる機会は少なかったですが、それぞれがコミュニケーションを取りながら活動することができました。それぞれが得意な分野を生かしながら、様々なマネージャー業務に取り組むことができたと思います。今後も得意分野を生かしながら、それぞれの苦手な分野にもチャレンジしていければよいと思います。

私自身は全体練習に参加する機会が少ないですが、ブロック長の真木をはじめとしてブロック員全員が頼れる存在であるので安心して活動することができています。マネージャーの人数が比較的多いため、来年度はこの人数を生かした活動ができるとよいと考えています。より一層成長したマネージャーブロックとして選手の皆さんをサポートできるよう、できることを考え努力していきます。選手の皆さんもぜひマネージャーを活用してください。

日立ブロックの反省

前日立ブロック長 小堀優太

今年度日立ブロックは、2年次の6人と3年次の1人が加わり、計15人で活動してきました。

新型コロナウイルスの影響でいくつか制限のある中での部活動でしたが、限られた大会の中で、多くのメンバーがそれぞれ活躍したと思います。これは、限られた時間の中で、各自が自分の足りないところを自覚し、自分なりに工夫して練習を積むことが出来たからだと思います。また、2年次が多く加わったことで、日立ブロックが全体に与える影響というのが大きくなったのではないかと思います。

日立ブロックは各自で練習するという機会が多くあります。その分各自のモチベーションが重要視されるブロックでもあると思います。新型コロナウイルスの影響により、モチベーションを保つという事はより難しかったと思います。そんな状況に対して、私が日立ブロック長としてやれたことはほとんどありませんでした。そんな中、第72回北関東5大学対校陸上競技大会では、4年次小林を筆頭に4年次、M1、M2が多く活躍しました。研究活動で忙しい中、競技面及び競技面以外でも日立ブロックを引っ張ってくれた上級生にはとても感謝しています。

日立ブロック長は鬼澤に引き継ぎました。日立ブロックがより活躍できるように今年度の反省を活かし、来年度サポートしていけたらと思います。また、各自が向上心を持ち、目標とする記録を達成できるような環境というものを作れたら良いなと思います。

Ⅱ. 2021 年度活動報告

2021 年度活動報告

日程	大会名	場所
7/2～4	第 76 回茨城県陸上競技選手権大会	笠松運動公園陸上競技場（茨城）
10/16～17	関東甲信越陸上競技大会代替試合	筑波大学陸上競技場（茨城）
10/30	第 72 回北関東五大学対校陸上競技大会	上尾運動公園陸上競技場（埼玉）
1/15	第 18 回国公立 27 大学対校駅伝大会	熊谷スポーツ文化公園陸上競技場（埼玉）



i) 大会後記

2021年 茨城県選手権大会

(2021/7/2~7/4 笠松運動公園陸上競技場：茨城)

昨年度の茨城県選手権は、新型コロナウイルスの影響で中止となりましたが、今年度は感染症対策に配慮した上で、開催されました。直前まで様々な協議を重ね、茨城大学の学生が無事に出場できましたこと、大会関係者の皆様をはじめ、学生支援課の担当者様、ご尽力いただきました先生方、スタッフの皆さんに改めて感謝申し上げます。

今年度初めての大きな大会でしたが、自粛期間の過ごし方が競技結果に大きく表れていたように思います。想像していたよりも体が動かない、結果が出ない選手が見られた一方で、全体練習が規制されていた中でも、自分自身の課題と向き合い、コツコツ練習を継続することができていた選手の活躍が目立ちました。出場した全員が、良くも悪くも現状を再確認し、練習内容等を見直す良いきっかけになったと思います。

県選手権は、他の対校戦と異なり、茨城大学の実力を県全体に発信することができる貴重な機会です。今後も様々な規制の中での活動が予想されますが、部全体で活動しているという意識を忘れず、日々の練習を積み重ね、来年度は、より多くの出場者・入賞者が出ることを期待しています。(文責：関口りょう)

茨城県選手権(2021)8位入賞者

種目	記録	氏名	順位
男子 100m	10.61(+4.5)	滝本 康生	6位
男子 200m	21.89(+1.3)	滝本 康生	4位
男子 110mH	15.59(+1.9)	澤畑 英介	7位
男子 棒高跳	4m50	小滝 丈慈	3位
	4m30	小谷野 陽平	5位
女子 800m	2.19.66	中原 千尋	5位
女子 5000m	18.14.10	小林 亜由佳	4位
	18.15.39	野宮 寧々	6位
女子 10000m	39.31.07	小林 亜由佳	4位
女子 100mH	15.23(+4.2)	藤澤 真由	6位
女子 三段跳	11m13(+1.5)	藤澤 真由	5位
女子 円盤投	33m21	野本 菜奈	5位
女子 ハンマー投	45m64	今野 真唯	2位
女子 やり投	42m41	鈴木 万裕	4位
女子 七種競技	3415点	関口 りょう	3位
	3335点	神原 彩花	4位

関東甲信越陸上競技大会代替試合

(2021/10/16~17 筑波大学陸上競技場：茨城)

当大会は本来、8月末に開催が予定されるものですが、東京オリンピック開催、新型コロナウイルス感染拡大の影響を受け、大会は中止を余儀なくされました。しかし、筑波大学陸上競技部様が主催校として代替試合を10月に開催していただき、我々も一部の部員がこの大会に出場し、貴重な経験を得ることができました。

結果として、全体の出場者数は少なかったものの、以下の表で示す通り、多くの選手が入賞し、対校得点を獲得することができました。特に、男子100mで3年の滝本が優勝、男子走幅跳で4年の小林が2位で茨城大学記録を樹立などと好成績を収めることができた者もいたことでチームとしての存在感を示すことができました。総合順位としても、男子フィールド2位、女子フィールド3位とトップ3に入る成績を収めることができた部分もあり、この後の北関東5大学対校陸上競技大会に向けて弾みがつけられた大会になったのではないかと思います。

今回の大会は急遽開催して下さったものだったので、チーム全員が参加することはできませんでしたが、出場した選手は力を出し切ってくれたと思います。最後になりますが、大変なご時世にもかかわらず、急遽大会を開催して下さった筑波大学陸上競技部の皆様に感謝申し上げます。(文責：小林 洋大)

関甲信結果(3位入賞者)

種目	記録	氏名	順位
男子 100m	10.98(+0.1)	滝本 康生	1位
男子 走幅跳	7m11(+0.2)	小林 洋大	2位
女子 ハンマー投	45m44	今野 真唯	3位



第 72 回北関東五大学対校陸上競技大会

(2021/10/30 上尾運動公園陸上競技場:埼玉)

今年度の北関東五大学対校陸上競技大会は、埼玉県上尾運動公園陸上競技場で行われました。対校順位は、男子総合 4 位、女子総合 3 位という結果でした。また、トラックの部では、男子 5 位、女子 2 位、フィールドの部では男子 2 位、女子 2 位という結果でした。優勝者数はのべ 7 人でした。新型コロナウイルス感染拡大防止のための制限があり、状況の変化が激しく見通しが立たない中ではありましたが、スタッフを始め部員一同で工夫し協力して活動し、大会へ臨むことができました。しかし順位をみるとどの部門も昨年度より下がっています。優勝杯奪還をめざし、男女トラックフィールド全ての部門でチーム一丸となって競技力を向上していければと思います。(文責：藤澤真由)

北関東五大学対校結果(優勝者)

種目	記録	氏名
男子 100m	10.88(+0.5)	滝本 康生
男子 走幅跳	6m81(-0.4)	小林 洋大
男子 三段跳	14m21(-0.7)	小林 洋大
女子 800m	2.16.40	中原 千尋
女子 100mH	15.53(+0.1)	藤澤 真由
女子 400mH	1.08.40	山本 紗生
女子 三段跳	11m79(+1.2)	藤澤 真由



第 18 回国公立 27 大学対校駅伝大会

(2022/1/15 熊谷スポーツ文化公園：埼玉)

第 18 回国公立 27 大学対校駅伝大会には、男女共に対校 1 チーム、そしてオープン 2 チームが参加しました。去年の大会は新型コロナウイルスにより中止になってしまいましたが、今年は例年より開催時期が早かったため、無観客ではありましたが出走することが出来ました。大会を開催するためにご尽力いただいた皆様、ありがとうございました。

結果については、対校男子は総合 12 位でした。中長男子は怪我人の増加によりベストメンバーが揃っている状態ではありませんでしたが、その中でも 1 人 1 人が自分の役割を全うし、現状のベストを尽くしてしっかり走りぬくことが出来ました。対校女子は総合 3 位入賞でした。昨年までは他ブロックの力を借りなければ走ることが出来ませんでしたでしたが、今年は中長女子が 4 人揃って出場することが出来たので、このような結果を残すことが出来ました。来年は、1 人以上中長女子を入れて、ぜひ 1 位を取ってほしいです。

今後の後輩たちの活躍を祈っております。(文責：中原千尋)

27 大駅伝結果(38.54km) 対校男子 総合 12 位

	1 区(9.85km)	2 区(3.12km)	3 区(7.57km)	4 区(5.00km)	5 区(5.00km)	6 区(8.00km)
氏名	本村 吉	鬼澤 大地	小堀 優太	北條 大地	中村 天嶺	小野瀬 樹
記録	31.31	10.22	24.39	15.55	17.29	25.58
順位	(区間 14 位)	(区間 15 位)	(区間 11 位)	(区間 8 位)	(区間 17 位)	(区間 8 位)
総合	31.31(14 位)	41.53(14 位)	1:06.32(13 位)	1:22.27(11 位)	1:39.56(13 位)	2:05.54(12 位)

27 大駅伝結果(16.24km) 対校女子 総合 3 位

	1 区(5.00km)	2 区(3.12km)	3 区(3.12km)	4 区(5.00km)
氏名	小林 亜由佳	中原 千尋	山内 鈴	野宮 寧々
記録	18.14	11.20	12.01	19.41
順位	(区間 1 位)	(区間 1 位)	(区間 3 位)	(区間 6 位)
総合	18.14(1 位)	29.34(1 位)	41.35(1 位)	1:01.16(3 位)

オープン B 茨城大学

	1 区(5.00km)	2 区(3.12km)	3 区(3.12km)	4 区(5.00km)
氏名	鷺 一晴	八木 奎伍	飯島 一史	羽鳥 貴博
記録	17.14	11.19	12.26	19.07
総合	17.14	28.33	40.59	1:00.06

オープン B せきぐち一む

	1 区(5.00km)	2 区(3.12km)	3 区(3.12km)	4 区(5.00km)
氏名	藤澤 真由	関口 りょう	山本 紗生	安達 宗次郎
記録	23.31	14.54	15.34	22.37
総合	23.31	38.25	53.59	1:16.36

ii) その他の活動

協力審判員

茨城大学陸上競技部は、競技者として活動するだけでなく、協力審判員としても陸上競技に携わっています。協力審判員としての活動を通して、大会の裏方の役割を理解し、その後の陸上競技に役立てることができました。今年度は、茨城県で「第48回全日本中学校陸上競技選手権大会」が開催され、茨城大学は補助員を務めさせていただきました。

今年の11月には北関東五大学対校戦で茨城大学が主催を務めます。そのため、事前に多くの競技会で審判員を務めさせて頂くことになると思いますので、主催に向けて多くのことを勉強させて頂きたいと思います。協力審判員の活動を通じて、大会を支えていただいている皆様への感謝の気持ちを忘れることなく、審判員としても陸上競技に携わりながら、陸上競技に取り組んでいきたいです。(文責：津崎柊人)

主な審判員活動の内容

跳躍審判、投てき審判、監察員、周回記録員、風力計測員、記録員、競技者係、出発係、スターター・リコーラー

月日	大会名
5/1～2	第155回茨城県中学校陸上競技記録会
6/5	第156回茨城県中学校陸上競技記録会
6/12	第157回茨城県中学校陸上競技記録会
6/13	日清カップ
6/20	笠松スポーツフェスティバル
6/26～27	第67回全日本中学校通信陸上競技茨城大会
7/3～4	第76回茨城県選手権大会
7/10	県民総合体育大会中学校大会
8/16～20	第48回全日本中学校陸上競技選手権大会

冬季合同合宿

12月25日と26日に2日間にかけて、阿字ヶ浦クラブ・阿字ヶ浦海岸にて冬合宿が行われました。茨城大学、宇都宮大学、群馬大学、高崎経済大学の4大学と、竜ヶ崎一高で、約130人の合同合宿となりました。昨年度は新型コロナウイルスの影響により、開催することは叶いませんでしたが、今年度は感染対策を講じながら開催することができました。例年と同様に、阿字ヶ浦の砂浜や、ひたち海浜公園、村松を中心に練習を行いました。1日目の午前には砂浜で全大学と高校、またブロックの交流を目的とした練習を行い、2日目の午後には砂浜でエンドレスリレーを行いました。今回参加した大学とは、対校戦などで顔を合わせる機会が多いですが、この2年間、他大学との交流の機会は限られていたため、このような合同メニューは、仲良くなることのできる良い機会になったと思います。普段、大学内で練習する時とは違った雰囲気の中で、互いが刺激し合い高いモチベーションの中で練習に取り組み、新たな発見があったと思います。シーズンが始まると、交流した他大学とはライバル関係になりますが、お互いを高め合いながら切磋琢磨していきたいです。

(文責：津崎柊人)

Ⅲ. 2022 年度シーズンの抱負

主将抱負

主将 津崎柗人

前主将の小滝から引き継ぎ、主将を務めさせていただきますことになりました。跳躍ブロック 2 年の津崎です。

今年度は、部のスローガンを「ONE TEAM」にさせて頂きました。2 年ほど前から続く新型コロナウイルスの影響による結束力の低下と、チーム力向上があつての競技力向上という考えから、チームとして活動しているということの意識を今まで以上に持ちながら活動していくために、このスローガンに決定しました。新チームが始動して約 3 か月経ちましたが、「ONE TEAM」を達成するに向けて、様々な取り組みをしてきています。前年度に引き続き、新型コロナウイルスの影響によって、多くの制限がかかることが予想されますが、チームの結束を今よりも高めるために、チーム作りをしてまいりたいと思います。

今年の 11 月には、北関東五大学対校戦の主催を控えております。主催校として、総合優勝を今年度の大きな目標に掲げました。競技面はもちろん、運営面でも一人ひとりが自分のすべきことを考えて行動し、大会を盛り上げていけるように、準備してまいりたいと思います。

今年度のスタッフは 11 人と、例年と比べて人数が多くはありません。しかし、その人数の少なさが私たち 2 年生の強みだと思っております。心優しい同期に恵まれ、週に 1 度行っているスタッフ会議には 11 人皆が出席してくれます。この同期と一緒に運営できることに感謝をしながら、よりよいチームを目指していきます。至らない点も多くあると思いますが、部が円滑に活動できるよう努めてまいります。個人としても、主将が津崎でよかったと皆さんに言って頂けるように、役目を果たすために尽力してまいりますので、一年間よろしく願いいたします。

主務抱負

主務 藤沼奈璃

前主務の野本から引き継ぎ、主務を務めさせていただくことになりました。マネージャーブロック 2 年次の藤沼です。

昨年 11 月から主務として本格的に始動し、約 3 か月が経ちました。不慣れな点多々ありますが、先生方をはじめ、頼れる先輩方や同期のスタッフ、後輩達に支えられながら何とか部を牽引している状態です。練習ができることの有難みや今まで部の活動のために尽力して下さった先輩方の偉大さを痛感するとともに部を運営していく難しさを日々感じています。

私の目指すチーム像として、応援されるチームというものがあります。競技力が高いだけでは、応援される選手やチームには成長できません。部の代表として、たくさんの方々から応援していただけるようなそんなチームを創っていきたく考えています。そのためにも、周りの人に支えてもらうばかりの現状から自立し、先生方や部員の皆さん、外部の陸上競技関係者の皆様からの信頼を得られるような主務に成長しなくてはならないと強く感じています。主務としての自覚と責任をもち、同期のスタッフと力を合わせながら、より良い部を創り上げられるよう、この一年間精進して参ります。

また、今年度は北関東 5 大学対校陸上競技大会の主催が控えています。新型コロナウイルスの影響も懸念されますが、この状況下でどのような大会にしていくのか、チーム力が試される重要な場になると思います。主催校として円滑な運営を行うことももちろんですが、競技面でも結果を残せるよう、マネージャーとしての立場も利用しながら、チームのために一生懸命努力していきたくと思います。

至らない点も多くあると思いますが、精一杯努めて参りますので、どうぞよろしく願い致します。

短距離ブロックの抱負

短距離ブロック長 大塚泰地

2022年度の短距離ブロックの目標の1つとして“全員マイルリレー候補”を掲げています。

要するに、選手層を厚くすることです。今年度は力のあるブロック員が多いため、怪我せずしっかりとした練習を継続して積んでいけば強いチームになるはずですが。

今年度もいつ記録会が中止になるか分かりません。“記録会は出られるうちに出る”の気持ちで積極的に参加し、自身の実力を把握して、競技力向上につなげていきたいと思っています。

1年間よろしくをお願いします。

中長距離ブロック長の抱負

中長距離ブロック長 野宮寧々

今年度の中長距離ブロックはまずブロックとしての基本的な体制を整えなくてはなりません。密に連携をとり、前向きに競技に取り組むことができるブロックを作り上げていきます。人間力、競技力共に部に貢献できるブロックとなれるよう精進していきます。1年間よろしくお願ひいたします。

跳躍ブロックの抱負

跳躍ブロック長 津崎柊人

今年の跳躍ブロックのスローガンは、「意見を共有し、互いに高め合える関係を作る」としました。

跳躍ブロックの特徴として、学部1年生から院生までが所属していることや、陸上競技歴に開きがあること、専門種目がそれぞれであることが挙げられます。これらの特徴は、跳躍ブロックならではの強みであると、私は考えております。色々な特徴を持ったブロック員がいることは、競技力向上はもちろん、学年関係なく人として成長することのできる環境が整っているように感じています。

代々引き継がれている跳躍ブロックのアットホームな雰囲気大切に、練習や競技面では、跳躍ブロックが他のブロックを引っ張っていけるように、ブロック長として精いっぱい尽力したいと思います。一年間よろしくお願ひいたします。

投擲ブロックの抱負

投擲ブロック長 渡部善貴

今年の投擲ブロックのスローガンは「Let's enjoy(楽しもう)」としました。周りの選手と競い合い、高めあうことや、自らの記録に挑戦する楽しさを今一度確かめられるようにと思い、このスローガンにしました。

昨年に引き続きブロック員が少ないことに加えて、ブロック長である私自身が日立キャンパスに在籍していることもあり、1人1人の練習への意識が重要になると考えられます。全ブロック員が集まる機会は少なくなると考えられますが、その機会を大事にして互いに高め合い、頼もしいブロックにしていけるよう頑張ります。

マネージャーブロックの抱負

マネージャーブロック長 真木和泉

マネージャーブロックの目標は「出来ることを増やす」です。現在5人と比較的人数が多いので、選手のため、部のために出来ることが増やせると思ったからです。既存の仕事に加えて、この1年で新しい仕事にたくさんチャレンジし、仕事の幅を広げ、来年度以降につなげていきたいです。仕事は緊張感を忘れずに、それ以外は明るく楽しく、先輩方が作ってくださったマネージャーブロックをさらに良いものにすべく、みんなで頑張っていきます。

日立ブロックの抱負

日立ブロック長 鬼澤大地

日立ブロックでは、選手の実力の向上と選手間の交流を深めることを抱負とします。工学部は学業が忙しく、アルバイトや部活を両立することが難しい。それに加え、新型コロナウイルスの影響で大会等が中止となり、ますます厳しい状態です。このような背景を言い訳にすることなく、活動できるようブロック全体に働きかけていきます。

来春からは新たに新2年生3名が日立ブロックに合流することとなり、さらに活気溢れることが期待されます。微力ではありますが、ブロック長として精一杯努めていきます。日立ブロック共々よろしくお願ひします。

IV. 2022 年度活動予定

2022 年度活動予定

日程	大会名	場所
4/15～17	2022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(神奈川)
5/19～22	第101回関東学生陸上競技対校選手権大会(関東インカレ)	国立霞ヶ丘陸上競技場(東京)
6/4～5	第106回日本陸上競技選手権大会	秋田県営陸上競技場(秋田)
未定	第77回茨城県陸上競技選手権大会	
未定	第95回関東陸上競技選手権大会	
9/9～11	第91回日本学生陸上競技対校選手権大会(日本インカレ)	たけびしスポーツ京都(京都)
未定	第53回関東理工系学生対校陸上競技大会	
未定	第33回関東学生新人陸上競技選手権大会	
9/20～22	第37回国公立27大学対校陸上競技大会	上尾運動公園陸上競技場(埼玉)
未定	第28回関東大学女子駅伝対校選手権大会	
10/6～10	第77回国民体育大会	カンセキスタジアムとちぎ(栃木)
未定	第99回東京箱根間往復大学駅伝競走予選会	
11/3	第73回北関東五大学対校陸上競技大会	笠松運動公園陸上競技場(茨城)
未定	第77回三浜駅伝競走大会	ひたちなか(那珂湊)
未定	第23回荒川河川敷大学対校駅伝競走大会	
未定	宇都宮・千葉・群馬・高崎経済大学合同合宿	阿字ヶ浦海岸
未定	第70回勝田全国マラソン	ひたちなか
未定	第20回国公立27大学対校駅伝大会	
未定	第32回楮川ダム駅伝競走大会	楮川ダム(水戸)
未定	関東学連春季オープン競技会	

V. 卒業生・修了生より

小谷野陽平「2年間を振り返って」

こんにちは。マメがなくなり柔らかくなっていく手の平と、ぷにぷにになっていく脇腹を見て陸上競技部を引退したことを実感しております。

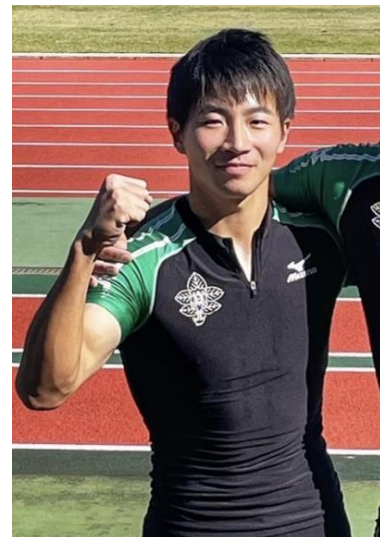
院でも競技を続ける決意をしてからの2年が経ちましたが、後悔は一切ありません。とても充実した2年間でした。時間と体力は有限であることを痛感し、練習時間の密度は明らかに高くなりました。いつもできるわけではないからこそ、一本を大切に明確な目標をもって練習することができるようになったと思います。練習で同期がいない寂しさ・辛さはありましたが、OB・OGの方々や同期からSNSを通してコメントを貰う度に、自分でも何か影響を与えられているんだと嬉しく思っていました。結果的に自己ベストを出すことはできませんでしたが、学部の自分に固執せず、今の自分を見つめて努力した経験は社会に出ても役に立つと確信しています。

現在、新型コロナウイルスの第6波がやってきていて、在学生の皆さんは大会の有無や全体練習の存続など不安なことも多いと思います。ですが、与えられた環境の中でやり方を工夫し、周りの人の力を積極的に借りることで自分の望む結果を出して欲しいなと思います。応援しています。

最後になりますが、上地先生、渡邊先生、先輩方、後輩の皆さん、同期のみんなのお陰で他の経験では代えがたい充実した6年間を過ごすことができました。心の底から感謝いたします。練習や対校戦に顔を出させていただこうと思いますので、暖かく迎えていただきますと幸いです。お世話になりました。

理工学研究科/都市システム工学専攻/跳躍

棒高跳・4m70cm 10種競技・5460点



安達宗次郎

「陸上、何が楽しいん？」で聞かれたら困りますか？まず、ちゃんと楽しんでますか？自己ベストを更新するときに喜びを感じる、仲間と苦しい練習を乗り越えるのが楽しい、自分自身を成長させてくれる、大義名分は人それぞれあると思います。僕の場合は、「ダッシュした時のあの風を切る感じ、地面を蹴ってはねるあの感じが何かとても気持ち良い」です。それだけでも十分なのに、上述した諸々もついてくる、最高です。4年間続けても自己ベストには及びませんでした。何がモチベーションになってもいいですが、最後まで全力でやり通すことができたこと、これだけは自分をほめてあげられると思います。

部活動に所属するという事は、たくさんの楽しいことと一緒に、納得いかないことがたくさんあるものです。それを飲み込むのか、陰で愚痴るのか、自分から変えていくのか。どんな成功も失敗も、「反省」することで初めて大きな経験となり、自分を成長させてくれます。4年間しかない大学生活、もっと積極的に挑戦したかったなという後悔はありますが、本当に様々な経験をすることができて、幸せでした。

10年以上続けた陸上で変わらなかったものの一つは、「走練習が嫌い」ということですが、達成した時この上なく気持ちがいいのは、やはりともに練習する仲間がいたおかげでした。大勢部員がいる中で、こんな自分にもしっかりと向き合ってくれた先生方、練習でもプライベートでも優しく接してくれた仲間達には本当に感謝しています。皆さんのこと、いつでも応援しています。Good luck!!!

教育学部/保健体育科/短距離ブロック

100m 11”50



飯島一史

4年間陸上競技部に所属し、競技者として一人前の人間にはなれませんでした。陸上競技にまぐれはありません。陸上競技において、良い結果には見えない努力が隠れているようです。逆も然りです。大抵のスポーツにはまぐれがあります。下馬評を覆す大金星というのはよく聞く話です。特にアマチュアのスポーツでは下剋上がよく起こります。ただ、陸上競技は相手がいるようで自分との戦いです。相手のレベルが少しでも違えば同じトラックを走っていても競っているとは言えず、基本的に下剋上はありえません。陸上競技のように単純な身体能力を競う競技では特に、長期的な努力の先に良い結果を望むことができるのでしょうか。僕は努力ができず当然結果も出ませんでした。同学年の仲間たちは結果を見るに多くが努力していたようです。おそらくそういった姿勢は社会に出た時に大いに役立つのだと思います。僕はといえば、中途半端な才能に頼り努力することを知らず、いかなる状況でも許容ラインのギリギリを攻めるように生きてきました。高校を卒業し大学に進学するタイミングでは、ここまで言語化はできていないにしても何となく自分の姿勢に問題があることは分かっていたので、そんな自分を変えるために陸上競技部に入部しました。努力をする仲間と努力をしない自分を比較し、より明確に自分の不誠実な部分が浮き彫りになったというのが4年間を終えた今の段階です。世間には未だにそんな問題を抱えている22歳がいるのか疑問ですが、人生は長いのでこの4年間で学んだことをポジティブにとらえ成長していく所存です。



渡邊先生、上地先生、先輩後輩の皆さんとは4年間でいろいろな関係を築きました。ここまで濃密な関係は貴重な財産だと感じています。大変お世話になりました。ありがとうございました。

人文社会科学部/法律経済学科/中長距離

1500m・4分32秒

石井達之

4年間お世話になりました。振り返ると本当に様々なことがあった陸上人生だったと思います。中学までバスケをやり、高校から本格的に陸上競技をやり始め、これまで多くの経験をしてきました。チームスポーツが性格上合わず、もともと興味があった陸上を始めました。陸上競技は基本的に個人競技なのでこれまでの努力が試合に結果として現れます。普段から真面目に真剣に考えて練習していたかどうか、試合の結果のよし悪しは全て自分の責任であることを感じました。努力が必ず成功に結びつくわけではありませんが、努力をしなければ、結果も出ないのもまた至極当然のことです。限られた練習時間の中でいかに効率よく自分の体に動きを覚えさせるのか、ただがむしゃらに取り組むのではなく各練習の見かた、考え方が大事であると感じました。そこで今回自分が練習に取り組む際に意識していたことを紹介しようと思います。



練習のときに意識していたことは「自分の体がどのように動いているのかを感じる」ことです。これは走っている時、投げているとき、跳んでいるとき、自分の体がどのように動いているのかを頭の中でイメージすることです。例えば、走っているときに足首がどの位置を通過して、足の裏のどの位置で接地できているか、投げているとき腕が体周りのどこら辺を通過して前に出ているのかなど細かいところまで自分の意識を向けることです。実際に技術練では同じような感覚で行っていると思いますが、ウエイトや流しなど普段から意識して行うことは簡単そうに思えてかなり難しいと思います。このことを意識して体を動かすとかなり疲れますが、練習効率は格段に上がると思います。ぜひ些細な動作でもいいので練習のとき試してみてください。

「考えること」これが練習の効率を上げる一番のスパイスだと思います。考えることを止めず、これからも頑張ってください！
理学部/理学科/投擲

やり投

上山翔大 「なぜ走るのか」

4年間お世話になりました。私は茨城大学陸上競技部での4年間を含め10年間陸上競技を続けてきました。これだけ長い期間陸上競技を継続できたのは、家族や周りの人々の支え、充実した環境によるものだと強く思います。

「なんでそんなに走るん？疲れるだけやん。」、長距離をやっていると伝えると多くの人に言われてきた言葉です。私は10年間この言葉に対して、走ることが好きだからと伝えてきました。しかし、陸上競技を離れて4ヶ月が経った現在、私の回答は少し変わりました。今の私なら「走ることが楽しいから走る」と伝えます。何が違うのか分からない人も多いと思います。正直これを書いている私自身もまだよく分かりません。確実に言えることは、私が陸上競技としてタイムを気にしながら走ってきた10年間は、走ることを楽しめていなかったということです。これは10年間感じてきたということではなく、陸上を止めて初めて感じた事です。私がこの考えに至った経緯をお伝えします。私は陸上部を引退して3ヶ月が過ぎた1月末に不意に走り出したくなりランニングを開始しました。最初は1kmで息がきれて、2kmもjogができない状態でした。しかし、なぜか楽しかったです。その後も毎朝、毎晩走れる時間を探して走るようになりました。走り始めてから1ヶ月が経ち、私は人生初のハーフマラソンに出場しました。結果は84分28秒でした。タイム自体は速いものではありませんが、私の人生で一番楽しいレースでした。速く走る必要が無くなったことで、走ることを楽しむことが出来たのだと思いました。以上が先述の考えに至った経緯になります。皆さんはもちろん好きで陸上競技をやっているのだと思います。もちろん私もそうでした。しかし、記録を突き詰めていく過程で楽しむことを忘れていませんか。結果が出ない人、やる気が出ずに練習に身が入らない人、怪我が多くて焦っている人、様々な人がいると思います。そんな時は記録や結果は二の次にして楽しむことを優先してみてください。

最後に私事になりますが、4月から茨城大学大学院に進学します。あと2年間は日立にいます。走る相手が欲しい等ご要望がありましたら遠慮なく連絡してください。あまりにも連絡がない場合はこちらから連絡し強制的に走らせませす。

工学部/物質科学工学科/中長距離ブロック

1500m・4'23/ハーフ・84'28



神原彩花「4年間で学んだこと」

私がこの4年間で学んだことは「縁」と「時間」です。

まず「縁」について。茨城大学陸上競技部に所属して、多くの先輩方、同期、後輩たち、先生方、そして他大学の選手と知り合うことが出来ました。大学は中学、高校とは違い、多くの地域から人が集まっています。そのため、今まで出会った人たちと出会ったこと自体が奇跡に近いことだと思っています。多くの方たちと出会えて、本当に嬉しいのと、これからも大切にしていきたいと思います。皆さんもこれまで出会った人達と、これから出会うであろう人達との「縁」を大切にしていってください。

次に「時間」についてです。大学生活で陸上を続ける上で思ったことは、学年が上がるにつれ時間が無くなっていくということです。学年が上がるにつれて、授業はもちろんのこと、実習、実験、研究、就活などやらなければならないことがたくさん増えてきます。しかし、人に与えられている1日の時間は24時間です。特に最後の1年はこの制限の中で、時間をどう使っていくかが試されていると思いました。正直言ってしまえば、時間をうまく使えたとは思っていないので、アドバイスはできません。なので、皆さんには私を反面教師にして、時間を有効活用して、学業面でも競技面でも充実した成績を残してください。

最後になりますが、4年間お世話になりました上地先生、渡邊先生、同期や先輩後輩の皆様、本当にありがとうございました。そして、今後の茨城大学陸上競技部の活躍を心から願っています。

農学部/食生命科学科/跳躍ブロック

七種競技・3585点/走幅跳・5m12



小林洋大

私は大学院に進学し、まだあと2年この陸上競技部に所属いたしますが、ここでは4年間の感謝を記させていただきます。

まず4年間、陸上競技部で本当にたくさんの方にお世話になりました。特に、同期の皆さんと仲良くさせてもらった時間は一番長く、本当に楽しい日々でした。大学2年生の冬、私はいわゆる「とがった」人間でした。同期がスタッフとして運営に尽力している中、私はほとんど協力せず、自身の競技だけに集中していました。子供だったと、今では本当に反省をしています。しかし、これは逃げていた行動ではなく、「結果で示す」という、学年の中での私の役割を果たすための行動であることをここで明言させていただきます。2年生のシーズンが終わった時、我々の学年が「不作の年」と陰で口にされていたことに気づきました。当時、関東インカレに出場する選手も対校戦で常に上位にいる選手も私の学年にはいなかったため、言い返すこともできませんでした。同期の頑張りや練習や話しを聞く中で知っていたので、不作の年という事実には悔しいという感情を抑えきれませんでした。だからこそ、私は嫌われてでも強くなるという覚悟をもち、自身の競技に集中するという行動に出ました。私の役割は果たせたかはわかりませんが、こうして今の自分があるのは、同期がスタッフとして部の運営に力を尽くし、私を受け入れてくれたからだと思っています。本当にありがとうございました。



また、先生方にも大変お世話になりました。私が走幅跳で茨大記録を更新する2本前、上地先生から踏切が悪いと助言をいただいたにもかかわらず、私は試合中だったせいか、助走が原因だと強く反論し、場が凍りついたことは今でも忘れません。このまま悪い記録で終われば切腹されるというプレッシャーのおかげで大学記録が出せたのかも今は前向きに捉えています。上地先生には本当に感謝すると同時に、あの時強く反論したことをお詫び申し上げます。渡邊先生は、私が日立にいて、なかなか練習状況がわからないにもかかわらず、「小林洋大はちゃんと練習できている」と私の頑張りや練習を認めてくれていたことが励みになっていました。自己ベストを出した時に渡邊先生と交わしたグータッチがとても嬉しく、また次も頑張ろうと、先生の優しさが私の原動力の1つでした。本当に4年間ありがとうございました。

後輩の皆さんからは私がどう見えているのでしょうか。多分「怖そう」という回答が一番多いのでしょうか。練習中はあまり感情を出さない方ですからね。ですが、私は後輩の皆さんのことをとても優秀で、明るく、頼もしい人たちだと思っています。そんな後輩たちをものすごく尊敬しているし、陸上競技をする私の励みになっていることは間違いありません。中には、メディシン腹筋が異常に下手な私をいじってくる奴やお酒を無謀に飲ませてくる生意気な奴もいますが、そんな人たちも含めて、こんな私と関わってくれたことに心から感謝しています。

ここまでたくさんの感謝を述べさせていただきましたが、私はあと2年間、部に在籍いたします。卒部する人にとっては「本当はない2年」です。私はこの2年を無駄にはしません。後世のためになることは全て行い、自分自身のためにも最後まで結果を追い求めようと思います。

最後になりましたが、陸上競技を行う中でここまで関わってくださった方全員に感謝いたします。本当にありがとうございました。

工学部/物質科学工学科/跳躍

三段跳・14m63/走幅跳・7m11

関口りょう

「当たり前はいつも当たり前ではないこと」を痛感した4年間だったと思います。私はスタッフではなかったものの、部の運営に携わせていただき、1人の選手が大会に出るために、どれだけの労力が必要なのかを知りました。コロナウイルス流行禍では、大会が開催されることすら、当たり前ではないことを知りました。見えないところでも、たくさんの人たちに支えられ、最後まで陸上競技を楽しむことができました。後輩たちにも、このことを忘れずに、感謝の気持ちを持って、競技に取り組んで欲しいと思っています。

小学校の同級生は7人、人間よりもたぬきの人口(?)が多い、特別豪雪地帯で育った私にとって、日本全国から集まった、70人を超える大所帯での部活動は、未知の経験ばかりでした。全体練習が規制されても、外に連れ出してくれた跳躍ブロックの仲間、選考で勝ちたくて、必死に追いかけた女子リレーのメンバー、仲良くしてくれた皆様、本当にありがとうございました。そして、これまで熱心にご指導いただきました上地先生、渡邊先生に深く感謝申し上げます。

私事ではありますが、来年度から筑波大学大学院に進学します。競技会でのビデオ撮影やタイム計測のお手伝い、また、5大の主催も控えているとのことなので、審判など、お役に立てることがありましたら、いつでもご連絡ください。スミノフさん、洋大、直人、後輩の皆さんの活躍をお祈り申し上げるとともに、近状報告をお待ちしております。

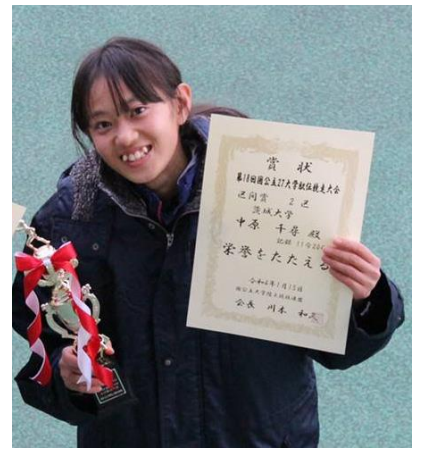
教育学部/保健体育選修/跳躍ブロック

七種競技・3415点



中原千尋

私は大学に入学した時から専門は 800m ですが、中学生から高校 1 年生までの専門は 1500m でした。それは、800m という種目自体が私の通っていた中学校で馴染みがなく、長距離と言えば 1500m！という雰囲気があったからです。そんな私が 800m を専門にしたきっかけは高校 2 年生の春に疲労骨折をしたことでした。その時はしっかり練習が積めていたので、自己ベストが出る状態であったのに、「もっと速くなりたい」という気持ちだけが先走ってしまったことで、この結果を招いたのだと思います。それから約半年たって練習も少しずつ再開し始めた時に当時の顧問の先生から「800m をやってみないか」という提案があった。この時まで 1500m でやってきた私にとっては不安しかなかったが、とりあえず記録会に出てみたらいいタイムで完走することができ、それからは、800m を専門で陸上を続け、北関東 5 大学で大会記録に迫る自己ベストを出し、最高の終わり方でトラックシーズンを締めくくることが出来ました。高校 2 年生の春に疲労骨折をした時はとても悔しかったし、怪我をした自分を責め続けてきましたが、今考えるとあの時怪我して良かったと思っています。



私は今、陸上競技部を引退して部活がない生活を送っていますが、引退して思ったことは、陸上競技部で学んだことが日常生活でも役に立っているということです。引退された先輩方がよく「陸上競技部での経験が役に立っている」と話している姿を何度も見てきてその度に「役立つことなんて何もない」と思っていたのですが、いざ引退して生活していると、本当にその通りだと今では思っています。

最後に、約 4 年間ご指導してくださった上地先生、渡邊先生、そして笑いを届けてくれた先輩方、同じ時間を過ごしてきた同期のみんな、可愛くて頼もしい後輩のみなさん、本当にありがとうございました。

教育学部/数学/中長距離

800m・2分16秒40

藤澤真由

小学4年生から続いた陸上競技生活も、一区切りです。今、陸上競技をやってよかったな、陸上生活楽しかったな、と心から思えることがとっても嬉しいです。

私は欲張りです。陸上もしたいしやるからには記録だしたいし、遊びたいし夜更かしとか飲み会もしたいし旅行も行きたい、ほかのスポーツもやりたい、いろんなもの食べたいしいろんなところ行ってみたい。高校までは陸上が最優先だったけど、大学では1番がたくさんになりました。部活して遊んでバイトして、やりたいことを我慢せず詰め込んだ生活は、体力と気力がとても必要だったけど、とてもとても楽しく充実していました。こんなに楽しい日々を送れたのは、まわりに最高の仲間友達がいだからだと思います。本当に感謝でいっぱいです。

今まで、先輩たちがたくさん言葉を残してくれました。しかし正直、心に残るものはあんまりありませんでした。引退した、卒業するという今、先輩たちと同じ境遇になった今、改めて先輩たちの言葉を見ると、初めて理解することがたくさんありました。だからこの文を見ている後輩たちもきっとさらっとながれていくんだろうと思います。だからひとつだけ、伝えるとしたら、いろいろなことをたくさんたくさん経験してほしいということです。経験したからわかることがたくさんあります。時間は限られています。今お布団でごろごろ部誌を眺めているそこのあなた。今日挑戦できることまだまだあるんじゃないですか？さっさとお布団たたんでやりたいことをみつけに出かけよう！！

最後になりますが、4年間ご指導くださった渡邊先生、上地先生、一緒に頑張った同期、先輩、後輩、そして私の陸上人生に関わってくれた全ての人に感謝申し上げます。本当にありがとうございました。後輩の皆さん院生の皆さん、ずーっと応援してます！！

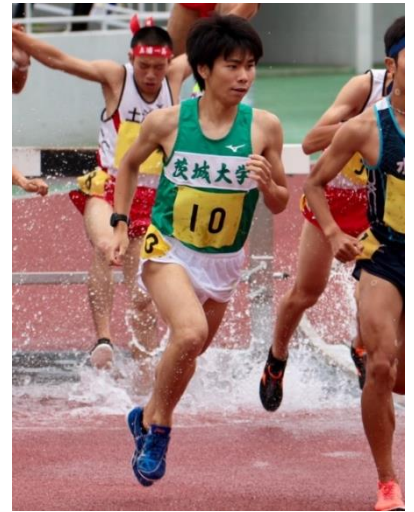
教育学部保健体育選修/跳躍

三段跳・11m78/100mH・14秒98



北條大地

茨城大学陸上競技部で過ごした4年間を振り返ると競技力向上はもちろん、人間的にも大きく成長することができたと感じます。4年次の6月頃、私は、公務員試験、卒論の本実験開始、大学の授業、そして、シーズンインが重なり、周りを見る余裕はなく、“気づき”などありませんでした。当然、レースでも最低の走りをしていました。そんな時、上地先生から「忙しい中での工夫が自分のCapacityを大きくしていくから是非トライしてほしい」という言葉をいただきました。実際、時間の使い方次第では、走ることが全くできないほどの状況ではなく、時間の使い方を工夫することで様々な面で余裕が生まれ、少しずつ調子を戻すことができました。私は、周りがよく見える、“気づき”のある、できる、人は心の余裕がある人だと思っています。そして、“自分のCapacity”を大きくすることで心の余裕が生まれるとも思っています。まだまだ、心の余裕があるかっこいい人間には程遠いですが、陸上競技部に所属し、真剣に競技に取り組み、必死にもがいたことで人間的に成長することができたと感じます。この経験を活かし、いつか必ずかっこいい人間になりたいです。



最後に、ご指導いただいた先生方、ともに陸上競技に打ち込んだ同期、先輩方、後輩の皆さんに心より感謝申し上げます。ありがとうございました。

農学部/地域総合農学科/中長距離

800m・1分59秒 90/1500m・4分08秒 08/3000m・8分50秒 93/3000mSC・10分06秒 30/
5000m・15分34秒 43/10km・31分42秒

松本直人

最初に、4年間でお世話になった先生方、先輩方、同期の皆、後輩にお礼を言いたいです。ありがとうございました。そして、院生としてこの先2年間部活に残るので改めてお世話になりますと言いたいです。

私は、この先も陸上競技を継続するので今回は競技歴全体ではなく学部の4年間を振り返ってみようと思います。

大学での陸上競技は1年時に負った肘の怪我とずっと隣り合わせでした。練習ができなくなるような怪我をしたのが初めてだったため、自分の身体とどう付き合っていけばいいのかわずと試行錯誤していました。しかし、怪我の影響もあって技術的な要素をより深く、多角的に検討することができるようになったのがこの4年間での成長であり、この先の2年にも活かせるものだと考えます。

最後に何か伝えるとするならば、モチベーションっていう便利な言葉をあんまり使わないで欲しいです。何かに向き合わなければいけないとき、どうしてやる気があるのか、どうして面倒くさいと思うのかその理由を明確にしてください。やる気がどうしてあるのかが明確であれば目標がぶれません。また、やりたくないのをモチベが低いって言葉で片付けるのは思考放棄と逃げだと思えます。これは自分にも最近言い聞かせていることなのですが、頭の隅にでも留めておいていただいたら幸いです。

工学部/電気電子システム工学科/投擲

やり投げ・47m55/砲丸投げ・9m00



山本紗生「引退して感じたこと」

陸上競技部を引退して4か月ほど経ちました。自分が現役の頃は部活動は生活の一部、ぐらいに思っていました。しかし、今考えると生活の多くの時間を部活動に使っていたし他の大学生とは少し変わった生活を送っていたのかも、と思います。引退して外から陸上部を見る立場になったときに、大学の部活動に所属して何かに取り組むってすごいことだなと初めて感じました。実際、部活動を引退してもなんだかんだやりたいことはあるし、一瞬で時間は過ぎていきます。恐らく部活動に入っていないなくてもそれなりに楽しい生活を送ることができていたと思います。しかし、私も皆さんも陸上部に所属することを選び、多くの時間をかけています。だからこそこの時間を大切に、夢中になって、一生懸命部活動に取り組んで欲しいと思います。これは、私が達成できたから言っているのではなく、できなかった時期があったから伝えたいことです。一生懸命取り組む、ということは決して良い記録を出すとか優勝するとかそういうことだけではないと思います。もちろん、競技部に所属している以上、競技力向上が1番です。しかし、部活のために働いたとか、これだけは毎日欠かさなかったとか、誰かの助けになったとか、そういったことでも良いと思います。皆さんがこの陸上部で過ごす時間の中で何か1つでも、頑張ったと胸を張れるようになって卒業してほしいと思います。



最後になりますが、ご指導して下さった上地先生、渡邊先生、支えて下さった先輩方、同期、後輩の皆さん、今まで本当にありがとうございました。お陰で充実した4年間を過ごすことができました。まだまだ不透明な状況が続きますが、皆さんの健闘を陰ながら祈っています。

教育/保健体育/短距離

400mH・67.74/400m・62.41

VI. OB/OG 近況報告・現役部員へのメッセージ

木内祥太

お久しぶりです。昨年度大学院を修了しました木内祥太です。現在は群馬で自動車関係の設計者として働いています。また、社会人になってからは職場の先輩方の影響でゴルフにはまり、打ちっぱなしやラウンドなどに奔走しています。話は変わりますが、この場を使って企業が就活生に求める能力で常に話題に上がるコミュニケーション能力について、なぜそこまで重要視されるのか、社会人として経験したことからコミュニケーション能力の重要性について考えたことを伝えたいと思います。



陸上のトラック競技においてゴールといえば不動のものですが、仕事におけるゴールは顧客の意見一つで動いてしまう厄介なものです。もちろんゴールが動けば、それに合わせるように作業量が増えていき、常に後手に回ってはいつになっても仕事は終わりません。そこで重要になってくるのが「コミュニケーション能力」とりわけ「質問力」です。顧客からこちらの欲しい情報(ゴールがどう動くかなど)を上手く引き出すためにも「質問力」が必要だと感じるようなことが何度かありました。この経験から社会人となる皆さんに「質問力」を高めるアドバイスです。

①自分が理解している範囲と質問したい範囲を明確に伝える。

②相手がこちらの求める回答を答えやすいように誘導する。(YES・NOで答えられるようにするなど)

この2点を意識して積極的に質問していけば必ず周囲の人々が助けてくれます。これから社会人になるにあたって不安なこともあるかと思いますが、卒業生の皆さんには残り少ない自由に使える時間を有意義に過ごしていただけたらと思います。

最後になりますが、皆さんのこれからのご活躍とご健闘をお祈りしております。

理工学研究科/機械システム工学専攻/跳躍

三段跳・13m98

木内智也

お久しぶりです。20年度卒業の木内智也です。昨年はコロナ禍ということもあり、なかなか皆さんの活躍を直接見に行くということが難しかったのですが、SNSなどを通じて日々刺激を受けております。

さて、今年度を振り返ったとき、どのような1年だったのでしょうか？私自身は社会人1年目ということもあり、大変目まぐるしい1年だったというのが正直な感想です。学ぶべきことも多く、様々な人・価値観に触れ本当に密度の濃い1年でした。せっかくですので、陸上競技で培った経験をどのように社会で活かしていけるかについて、書かせていただこうかと思います。

陸上競技というのは大きく分類すると個人競技になります。ゆえにいかに記録を伸ばすかと考えたときに自分主体で考えることが多いと思います。しかしビジネスというのはお客様ありきで成り立つため、相手が何を望みそれに対していかに最良のサービスを提供かが重要となります。そこでは相手を思い自分の考えを言語化し的確に伝える必要が生じてきます。一見すると考え方の異なるもの同士ですが、部活だからこそ実行し、社会人になってからも生きてくる要素があります。それは“教える”という行為です。練習メニューの意図やポイント練習の際に意識的に取り組んでいることをアウトプットすることでチームの意識が向上すると共に、自らの理解も深まると思います。社会人になると答えのない問題をたくさん扱っていくこととなります。そんなとき自分の考えを相手に教えるという行為は必ず生じてきます。ブロック長は練習メニューの意図を、上級生は自分が行なっているオススメの練習法を部員に“教える”という行為をぜひ実践してほしいと思います。

最後になりましたが、4月移行東京への異動が決まりましたので、都合が合えば是非とも大会等に顔を出させていただきたいと思っております。皆さんの更なるご健闘をお祈り申し上げます。

理工学研究科/機械システム工学専攻/跳躍ブロック

棒高跳・4m80

池田風香

こんにちは。昨年度卒業しました、池田風香です。現在は千葉県内の小学校で3年生の担任をしています。周りの先生方や子どもたちに支えられながら毎日を過ごしています。

先日、初任者の研修で、近隣の小学校に勤める茨大陸上部の大先輩にお世話になりました。その先輩のもとで学ばせていくことが決まったのも、私が茨大出身というのが理由でした。とても素敵な先生で、たくさん勉強させてもらおうと同時に、茨大話に花が咲きました。茨大がつなげてくれた出会いに感謝したいと思います。

社会人になると、自分のために使える時間が本当にないと感じます。みなさんには、今ある時間を大切にしてほしいと思います。部活に打ち込める時間も貴重です！

最後になりますが、みなさんの今後の活躍を心より祈っております。

教育学部/保健体育/跳躍

棒高跳・3m50

石崎浩太郎

こんにちは。私は社会人1年目が終わろうとしているところです。みなさんはいかがお過ごしでしょうか？世界では病気に争いに、マイナスが蔓延していますね。私は、健康で、明るい毎日を過ごせるよう心がけています。

私ごとですが、競技は大学三年生の県選手権でほぼ引退していました。しかし、社会人になったときにいつの間にか走っていて、復帰しました。復帰して4か月、10月頃に100mの自己ベストを出して嬉しいです。どんなことであれ一生懸命になれることがあるのは幸せかなと思います。

大学で陸上から離れる人も、そのまま続ける人も関わり方はそれぞれだと思いますが、できることなら楽しく一生懸命に陸上ができることを願っております。

最後に、私はこれからもよく学んで、食べて、運動して、遊んで、休んで、毎日をしっかり生きようとおもいます。とてもおすすめですのでみなさんも良ければどうぞ。

理学部/理学科/跳躍ブロック

走り幅跳び・6m85/100m・11.34



稲葉恵莉

陸上競技部のみなさん。お久しぶりです。稲葉恵莉です。現在は石岡市の中学校で数学を教えています。石岡のイメージってなんとなくやんちゃなイメージありませんか？わたしはそんなイメージをもって今の学校に勤務し始めましたが、生徒たちはとてもかわいいし大好きです。とても小さな学校なので教員が少なく、ときには全学年の数学の授業に出ることもあります。3学年分の数学を教えることはかなりしんどいです。それでも、生徒の一生懸命頑張る姿や、「分かった！」と目をキラキラさせる瞬間、「俺できたぞ！」とニヤニヤしながらアピールしてくる姿をみてしまうと、「しんどさくやりがいい」になってしまうんですね……。こうやって教員の沼にはまってしまうのかな？



社会人になって改めて感じたことがあります。それは、周りの人に支えられて自分がいることです。職場での先生や生徒はもちろん、プライベートでは家族や友達や恋人。そして茨陸の同期と休日に会う時間も元気をチャージする大切な時間です。周りの人がいないとわたしはなにも乗り越えられていません。振り返ってみると部活をやっていた時も同じでした。部活で先生や仲間に支えられて、他大学の陸上仲間に支えられて、部活を離れば学科やバイトの友達に支えられていました。

「自分の周りの人を大切に。」これからも忘れずに生活していきたいです。

最後に茨城大学陸上競技部をこれからも応援しています！

教育学部/数学/中長距離

800m・2分30秒44

木村香穂

昨年度卒業しました、木村香穂です。今は、つくば市にある研究所で共同研究に係る業務を担当しています。知的財産に関する法律とにらめっこし、企業や大学との契約書調整に必死の毎日です。大学まで触れてこなかった分野に四苦八苦していますが、新しい学びの毎日は新鮮で楽しく、研究者のやりたいことを支援する構図はまるで陸部マネージャーの業務みたいだな、なんて思いながら仕事しています。

現役の皆さんは昨年度に引き続き、コロナ禍での活動になり、かなり制限された大学生活を送っていることと思います。このような環境で陸上を続け、モチベーションを保つのは正直しんどい時もあると思いますが、様々な選択肢がある中で、「部活に参加する」、「自分の記録に挑戦し続ける」という選択をしたことは、将来必ず力となります。と、こんなこと言われたって正直ピンと来ない気持ち、わかります。大体の大人は同じようなこと言いますよね(笑)しかし、組織の中で動くという意味を理解し、大人（たまに見習わない方が良い人もいます、見極めてください）と会話する能力、嫌だなど思うことを上手く交わす・乗り越える力を身につけるには部活が手っ取り早く、実際のところ、そういった能力を兼ね備えた人の方が世の中上手くいったりするものです。

陸上競技部での4年間であなたをたくましくしてくれています。これからも自信をもって活動してください。最後になりますが、皆さんの大学生活が楽しく、実りのあるものなることを祈っております。

教育学部/理科選修/マネージャー



木村琴音

皆さん、こんにちは！昨年度卒業した木村琴音です。現在は、茨城県立水戸豊学校で教員をしております。手話や指文字でのコミュニケーションにも慣れ、実家から職場が近くせに始めた一人暮らしにも慣れ、子どもたちと毎日楽しく充実した日々を過ごしています。昨年1度だけ、部活動にお邪魔させていただきましたが、グラウンドのあの雰囲気や空気が懐かしく、陸上を全力で楽しみ、練習に打ち込んでいる皆さんのキラキラした姿を見て、自分も鼓舞されました。私は現在、陸上競技とは無縁の生活を送っていますが…毎週末は千波湖を歩き、年齢に負けて太らないようにだけは気を付けています。学校では日々子どもたちを追いかけまわし、戦いの毎日です。休み時には全力で鬼ごっこやサッカー、50m競争をし、大人気ない姿をしっかりと見せつけています(笑)

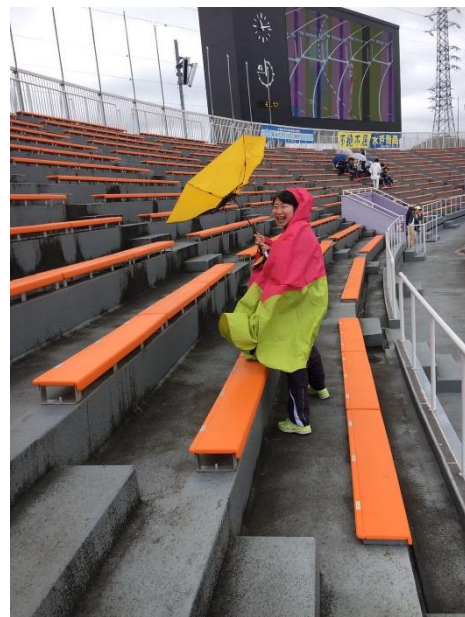
さて、今回は私が教員として1年間を過ごしてみて感じたことについてお話ししたいと思います。それは「自分から動く重要性」です。4月から教員生活が始まり、いくら初任とはいえ、こちらから聞かずとも声をかけてくれたり、教えてくれたりする時間に余裕のある先生方はいないことを実感しました。悩んで考え込んでいる時間があつたら積極的に声をかけ、学びに行く。それが今の私の働く上でのモットーです。分からないことはすぐに相談をしたり、他の先生方の授業を見させていただいて、自分に足りない技術は盗み、授業でアウトプットしたりの日々です。幸い皆さんの周りにはたくさんの頼れる仲間と、的確なアドバイスをくださる先生方がいます。その恵まれた時間と環境を活かせるだけフルに活かして、競技力向上につなげてください。

そろそろシーズンに向けて最終調整をしていく時期になると思います。今の自分に必要なものはなにかを明確にし、1分、1秒、1cmでもいい記録に結びつけてほしいと思っています。怪我にだけは気をつけて、限られた時間と今の環境を有効活用して納得のいくシーズンにしてください。なかなか直接皆さんの応援に行くことは難しい状況ですが、SNSを通して練習風景や皆さんの活躍を目にすることを心から楽しみにしています。

最後になりましたが、皆さんのこれからのご活躍とご健闘をお祈りしています。

教育学部/特別支援教育コース/短距離

100m・13秒74/200m・28秒59



小久井健将

茨城大学陸上競技部の皆様お久しぶりです。昨年卒業した小久井です。

私は、現在大阪市で建設コンサルタントという職種の仕事をしています。建設コンサルタントとは、社会インフラサービスを「調査・調査・設計・管理」の側面からプロデュースする仕事です。社会インフラは、私たちの生活の基盤を支えるもの、つまり道路、公園、橋梁、トンネルなどの生活全てを取り巻くもののことを指します。とてもやりがいのある仕事ですが、初めての経験も多く、日々上司の方に教えてもらいながら試行錯誤を繰り返す日々です。

茨大陸上競技部で学んだ人間関係の構築や、考える力、忍耐力等は、必ず仕事に活かされると思います。また、部活の仲間との繋がりは大事にしてください。今後、生きていく中で辛いことなどがあつた時に必ず手を差し伸べてくれる存在になります。

コロナ禍で大変な環境下ではあると思いますが、皆様の活躍を遠くから応援しています。また機会があれば大会等にお邪魔しようと思いますので、その時はよろしくお願いします。

工学部/都市システム工学科/中長距離

1500m・4'04"49/800m・2'00"41



小澤舜

ご無沙汰しております。昨年度茨城大学を卒業しました小澤舜です。現在は取手市の桜が丘小学校で5年生の担任をしています。昨年度は残念ながら教員採用試験に落ちてしまったので、今年度もう一度採用試験を受けて合格することができたので、来年度から本採用となります。今年度卒業で教師になる方は、同期になるのでよろしくお願いします。

さて、講師で5年生の担任をしているのですが、面白いことに教員は人が足りないらしく、採用試験に落ちても先生になれる制度があります。一年目の新採の先生とやることは変わらず、むしろ指導に入ってくれる先生もいない中、いきなり二十数人の子どもの前に放り込まれ、面倒見てねという状態にさらされました。初めは、むしろ5年生に学校のことを教えてもらいながら、なんとか生活しているような感じでした。1年たった今でもかなり頼ってしまっていますね。それでも、1年間も一緒にいたり、ひとつの事に向き合ったりしていると、それなりに成長できた部分もあるかなと思います。これからの教員人生はとても長いので、あまり気負い過ぎず気楽にやっていくことも大事かなと思います。

しかし、自分の教員生活はまだまだ長くても、児童にとってはたった6年しかないうちの貴重な1年間な訳で、その1年が無駄になってしまわないようにしなくてはいけないと思っています。その中で、やはり問題になっているのがコロナウイルス感染症だと思います。今年度は小学生も大学生さながらのオンライン授業が合わせて2か月ほどありました。正直、オンラインの授業でまじめに勉強できる児童なんて本当にわずかです。それ以外の児童にとっては意味があるのかどうかわかりません。実際学校が始まってテストをしてみると、とてつもない差が生まれてしまっている状況です。なんとか学校に来てから補填はしていますが、できることに限りがあります。

みなさんも、たった4年しかない大学生活です。1日1日がとても大切な時間です。オンラインだから、コロナだからと言って諦めてしまっていることはありませんか？気分が乗らず、頑張れていないことはないですか？社会人、時間はほとんどありません。今のように全力で何かに打ち込めるのはもう長くないんです。みなさんが大学生活悔いが残らないように、今できることに全力で取り組んでくれることを願っています。

教育学部/理科選修/短距離

400m・52"91

坂根領斗

皆さんお久しぶりです。令和2年度卒業生の坂根領斗です。今はエンタメ系企業でメカエンジニアとして働いています。

学生時代はろくにバイトをしていなかったのですが、1日の半分を労働に費やすなんて考えられませんでした。毎日そこそ楽しく働いています。社会人になることに不安のある4年生は安心してください。案外なんとかなります。

私は不真面目でGPAは最優秀防御率でした。なので偉そうなことは言えませんが、大学生が押さえるべき3つのポイントをお伝えしようと思います。

1つ目は"何事にも積極的に関わるべし"です。部活で役職に就くのもその一つです。失敗した時の不安や、自信の無さから避ける人もいますが、積極的に行動した結果の失敗は、後に似た状況を打開する時の足掛かりになる事が多いです。また、学生時代の失敗は大体リカバリーが効くので、当たって砕ける！の精神は大切だと思います。

2つ目は"必死になれるモノを見つける"です。小学生の頃は休み時間のドッジボールの勝敗で一喜一憂できますが、年を重ねるにつれてその感情が薄れてきます。熱意を持って何かを成し遂げる経験はなかなか得られるものではないので、自分がこだわりをもってできるモノを探してみてください。

3つ目は"就職活動"です。お祈りされると傷つくし、ESを書くのは面倒ですが、新卒で入社した会社には長い期間勤めることになります。沢山の選択肢があるので雇用条件や業務内容を吟味し、自分のやりたいことは何なのかしっかり考えて就職活動をしてください。何をしたらいいかわからない時はOB、OGを頼ってください。

2つ目が凄いな寄り臭いですが、私は部活を引退してから興味のあるモノが無くなってしまい、小久井と無駄な時間を過ごしたので入れてみました。あの時に生産的な生活が送れていれば、、、

今年度は5大学対校と27大駅伝にお邪魔させていただきましたが、コロナ禍で多くの障壁がある中でも高いパフォーマンスを発揮し、自己ベストや大学記録を更新する選手がいることを誇らしく感じました。今後も応援しています。

工学部/機械工学科/中長距離ブロック

笹崎美公

皆さん、お久しぶりです。昨年度卒業しました、笹崎美公です。現在は、地元の市役所の高齢福祉課で介護保険の特別会計を担当しています。介護保険の制度や市の予算・決算の仕組みなど、日々勉強で、あっという間に1年が経ちました。デスクワークが多いせいか、休みの日は、自然と体を動かしたくなります。何か新しいスポーツを始めようとしたのですが、続かず、今は週に1、2回のジョグとテニス気分転換になっています。

私は働いてみて、休むことの大切さを実感しました。平日に5日間働くと、自分でも気づかないうちに疲れが蓄積し、時々、魔の金曜日が訪れます。魔の金曜日は、自分に余裕がなくなっているので、ミスをしたり、人と上手くコミュニケーションを取れなかったり、嫌なことが起きてしまいます。しかし、休日の2日間で心も体もリフレッシュすることで、魔の金曜日を避けられるし、月曜日からまた元気に働ける気がします。陸上競技部で活動する皆さんは、上手に休めているのでしょうか。休むといっても、練習後に体のケアをする、練習をしない日をつくる、気分転換できる趣味を楽しむなど、いろいろあると思います。学生時代の私は休むのが下手でした。常に無駄な力が入っていたため、肝心な時には疲れていたり、けがをしていたりして、力を発揮できなかったと思うのです。皆さんには、自分のなりの休み方を学生の間に見つけて、陸上を楽しみながら、自分の望むところで力を発揮してもらえたらうれしいです。

最後になりますが、SNSなどを通して発信される皆さんの日常のがんばりに、力をもらっています。これからも、応援しています。

教育学部/保健体育/短距離

400m・61秒 49/200m・27秒 20

谷口寧那

皆さんお久しぶりです。昨年卒業した谷口寧那です。現在、池袋にて、IT 企業の営業マンとして働いております。

私のお客様の業界が建設業ということもあって、街中の工事現場を見ると、どこの会社が工事しているかチェックする、謎の職業病(?)を発症しております。

さて、突然ですが私の漢字一文字は覚えていますでしょうか？私は「起」という漢字を選びました。理由は 2 つあり、①何回も失敗して転んだけど仲間がいたから「起」きあがれたから、②「起」という漢字の構造は「走」の中に「己」があって、走っていく中で「自分の強み・大事にしている軸・自分らしさ=己」をもち続けることが大事だから、という発表をしました。(おそらく...)

現在陸上競技は続けないものの、仕事をしていくうえで、この「起」という考え方は今でも大事にしております。

まず①について、まだまだ失敗の多い日々ですが、先輩方・同期と協力し合い何とか仕事をこなしております。仕事はみんなで協力して成し遂げるものなので、陸上部という組織の中で活動を行った経験がすごく活かされています。後輩の皆さんは組織で活動する難しさにぶつかることもあると思いますが、必ずその経験が生きてくるのでめげずに立ち向かってください。

また、②について、「己」となる自分の強みを現在模索中です。営業の先輩を見ていると、各々が自身の個性や得意分野に合わせた営業スタイルを確立し、仕事を行っております。陸上競技も、自分の強みに合わせたパフォーマンスを行うと思います。陸上競技でも仕事でも、最高のパフォーマンスを発揮するためには、まず自分の強みを模索する「自己分析」が重要になってくると考えています。皆さんも自分らしさ・自分にしかない強みを研究し続けて頂ければと思います。

最後になりますが、茨城大学陸上競技部のご活躍を心より祈っております。

人文社会科学部/法律経済学科/短距離

100m・13 秒 19/200m・27 秒 78



中島康太

近況報告と現役生に向けたメッセージという事で、まずは近況報告から。今年度は大学院に進学し、新たに大学院の単位取得や学会発表、Ta 業務などで過ごした 1 年となりました。新型コロナウイルスの影響もあり、ほとんどの講義はオンラインでの受講、学会発表も同じくオンラインで、といった様な状況が続く一年となりました。様々な行動が制限される 1 年になってしまいましたが、上手く対応して過ごしております。ただ歓迎会や打ち上げのような催しが殆ど行えなかった事を寂しく感じています。

現役生の方々もやはり新型コロナウイルスの関係で様々な行動に制限がかかり、もどかしい 1 年になったかと思われます。ここから数年間は少なくとも With コロナ、良くて After コロナ辺りで推移していくことと思われます。ありきたりですが、その時その時に出来ることを全力で行い、悔いのない部活動を行えるようにしていってください。あと、体調にはくれぐれも気を付けてください。最後の年で入院してまともに部活出来ないのかなったらホントに悲しいので。最後に、これからの皆さんの部活動生活が充実したものになることを願っています。大学 4 年間は思ってるよりもきっと短いですよ！がんばれ！

工学部/情報工学科/短距離

100m・11.40

古川裕隆

皆さん、お久しぶりです。現役1年生の皆さんは初めまして。昨年度卒業しました元教育学部保健体育の古川裕隆です。先日は27大学駅伝大変お世話になりました。昨年3月に大学を卒業し、現在は地元の福島に戻り、新米消防士として勤務しております。勤務体制も関係していますが月の3分の2は休みなので、もう一回頑張って走ろうかな～、ファンランでいいかな～と思いつつビール腹にならないように身体を動かす日々を送っております。

さてと、例年先輩方OB ぼいことをここでいうのが習わしになっているようですから私も少しだけ、新米下っ端社会人ですが一言、二言書かせていただきます。失礼します。

といっても私程度の立場から皆さんに言うことは特にないので感謝の言葉を、、、インスタグラムやツイッターを通じて皆さんの活躍、元気な姿を見る度に若いっていいな、私も若返りたいなと、明日を頑張る活力になっております。ありがとうございます。SNS関連の中の人ありがとうございます。(更新が頻繁になっていいなーと外から見て思いました) きっと未来のいばだい陸上部生も見ているでしょうから頑張ってください。

大学生という期限のあるかけがえのない時間の一部を競技に費やすことができること、部活動ができる環境があるということに感謝し、これからも身体に気をつけて頑張ってください。皆さんの活躍はいろんなところからOBOGの方々に伝わり、我々は元気をいただいております。これからもOBのひとりとして陰ながら応援しております。皆さんの来シーズンのご活躍を心から祈っております。

茨城大学陸上競技部万歳。

PS. 現役生、OBOGの方々へ。春スキー、ボードをする際は雪面堅くなってるので怪我だけには気をつけてください。同僚が全治3か月の怪我をしました。

教育学部／保健体育／中長距離ブロック

100m・12秒9(手動) フルマラソン・3時間7分20秒(非公認)



前川凜太郎

お久しぶりです。昨年度卒業しました前川凜太郎です。現在は水戸市の中学校で二年生の担任をしています。個性的で明るい生徒たちから元気もらったり、逆にとられたりしながらも楽しく毎日を過ごしています。また、走ることも健康のために頑張っています（笑）

今年度も新型コロナウイルスの影響を大きく受けたシーズンであったと思います。その中でも困難に負けず、一生懸命競技に取り組んでいる皆さんを、Instagramを通じて見させていただき、元気もらっています。

さて、私から皆さんにお伝えしたいことは、「楽しみを作ろう」ということです。社会人になると残念ながら自由な時間が減ることが多いです。好きなことをしたり、いろいろなところに出かけたり、お酒を飲みに行ったり…。今まで何気なく過ごしていた楽しい時間が思うようにとることができなくなります。だからこそ、好きなことをして、日々の楽しみを作り、心豊かに過ごしていくことを大切にしてくれたらと思います。

最後になりますが、茨城大学陸上競技部のさらなる活躍とますますの発展を祈っております。

教育学部/保健体育/中長距離

800m・1分56秒 94/1500m・4分02秒 12/3000m・8分53秒 05/5000m・15分30秒 08/10km・31分59秒/
ハーフマラソン・70分41秒



牧原大信

みなさん、こんにちは。昨年度卒業した牧原大信です。現在は茨城大学大学院に進学して研究と就活をしています。部活動を引退してからも気の向くままにジョギングしたり、フルマラソン走ったりと大学時代とは違う形走ることを楽しんでいます。

私が引退してから走って思うことは、部活動で走るからこそ得られる体験を大切にしたいと思います。走ることは1人でもできますが、やはり過程や達成感を共有できる仲間がいることは競技人生をより豊かにしてくれます。チームでこれだけ苦楽を共にできる経験はなかなかないと思うので、その恵まれた環境の中で走れることを大切にしたいです。

最後になりますが、茨城大学陸上競技部のますますのご活躍を心より応援しています。

工学部/情報工学科/長距離

10000m 33分21秒38 / ハーフ 72分49秒



山形菜々子

みなさんお久しぶりです。はじめましての方、昨年度卒業しました山形菜々子です。現在は茨城大学大学院教育学研究科の1年生です。水戸キャンパスにいます。なので、みなさんの活動の様子は日頃から目にしています。知っている部員の方が少なくなりましたが、たまに陸上部のウィンブレで大学にいと挨拶されます。「誰だこの人」って感じの人もいると思うのに、ありがとう。



わたしは大学院に進学するにあたり、陸上競技を続けるか悩みませんでした。学部3年の冬に右膝前十字靭帯を断裂し、ラストシーズンが絶望的な状況で手術、1年間のリハビリをしました。「このまま試合に出られずに引退することになったら院でも続けよう」とは思っていました。リハビリを頑張ったら9月の27大、10月の関カレ、11月の五大に出ることができました。なので、今は続けていません。わたしは中学1年から大学4年まで“部活第一”の生活を送ってきました。大学院の2年間研究はもちろんですが、わたしは1つのテーマを決めました。それは「インスタで見ていたような生活を送る」です。最初は『大学生らしい生活』としていたのですが、部活に全力だった学生生活も『大学生らしい』に当てはまらなくなったので、練習後インスタを見て「いいな～うらやましいな～」と思っていたようなキャッキョワハハした生活を送ろうと決めました。わたしは今、毎日化粧をして私服（ジャージじゃない服）で大学に行ったり、放課後に友達と遊んだり、全休の日に旅行に行ったり、陸上以外のスポーツを趣味でやったりするような生活を送っています。これは、4年間やろうと思えばできたのかもしれませんが、わたしにはできなかったことです。せっかく人生の夏休みが2年間延長されたのだから、小学校で働き始める前にやりたいこと全部やってみようと思います。

現スタッフからは今の陸上部についてよく相談を受けます。部員の皆さんには、陸上競技部の一員であることを忘れずに活動してほしいなと思います。自分一人が困るのは良いですが、周りのみんなに迷惑をかけるような行動は良くないって、皆さんなら分かっていると思います。分かっても実行するのが難しいことなんて世の中にはたくさんあります。だけど、皆さんには周りのみんなを大切にしてほしいです。そうすれば自ずとお互いを尊重して活動することができると思います。

わたしが4年間で経験したことが役に立つのならば、いくらでもお話します。なので気軽に教育学部D棟207に遊びに来てね～。最後になりましたが、皆さんの益々のご活躍をお祈り申し上げます。国立で開催される関カレに多くの人が出場できますように。

教育学部/保健体育/投擲

円盤投・42m02/砲丸投・10m75/ハンマー投・26m28

Ⅶ. 記録集

茨大記録【男子】

種目	氏名	記録	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	伊藤 太一	21.14(0.0)	2011/9/11	日本インカレ	KKWING
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	1:53.9	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	小野 隼太	8:38.17	2016/4/2	世田谷記録会	世田谷
5000m	小野 隼太	14:30.75	2019/12/22	平成国際大記録会	鴻巣
10000m	小野 隼太	30:09.21	2018/12/23	松戸市記録会	松戸
110mH	立林 和歩	14.85(+0.1)	2018/11/3	北関東五大学	笠松
400mH	神尾 伸也	52.53	1994/8/23	関東選手権	笠松
3000mSC	小野 隼太	9:06.71	2017/5/26	関東インカレ	日産
5000mW	小向 瑞樹	24:40.48	2009/8/24	国公立22大学	千葉県総合
10000mW	小向 瑞樹	49:38.28	2010/5/16	関東インカレ	国立競技場
4×100mR	伊藤(林)・伊藤(太)・李家・沖崎	40.49	2015/8/8	順大記録会	順天堂大学
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
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
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
走高跳	小沼 祐希	2m03	2017/9/16	国公立26大学	正田醤油
棒高跳	岡山 進也	4m90	2001/5/26	リレー選手権	笠松
走幅跳	小林 洋大	7m11(+0.2)	2021/10/16	関東甲信越	筑波大
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	中浦 凌馬	41m77	2016/10/30	北関東五大学	正田醤油
ハンマー投	小林 朋寛	47m61	2013/8/3	千葉対校	笠松
やり投	中浦 凌馬	71m93	2017/05/27	関東インカレ	日産
十種競技	渡邊 將司	6676点	1999/7/17・18	栃木県選手権	宇都宮
5km	富井 一仁	16.18	2011/2/20	結城シルクカップ	結城
10km	千葉 雅昭	31.20	1981/2/11	勝田マラソン	ひたちなか
20km	渡辺 雄馬	1:03.29	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	1973/2/17	青梅マラソン	青梅
ハーフマラソン	小野 隼太	1:06.59	2018/11/18	上尾ハーフ	上尾
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	北関東五大学	宇都宮
200m	鈴木 麻理	24.52(+0.1)	2010/10/24	北関東五大学	宇都宮
400m	肥田埜里枝	56.04	2013/8/10	N.S.S.U オープン	日体大
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	石澤ゆかり	9:41.49	2010/11/20	日体大競技会	日体大
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	黒澤 夏楠	33:35.75	2013/11/23	10000m 記録挑戦競技会	国立競技場
100mH	石川ちひろ	14.07(+1.5)	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
3000msc	高野 美幸	11:24.53	2015/7/4	茨城県選手権	笠松
4×100mR	酒井・山口・鈴木(麻)・肥田埜	47.67	2012/7/5	茨城県選手権	小吹
4×200mR	黒川・大内・長谷川・呉	1:48.72	1994/5/29	リレー選手権	笠松
4×400mR	林田・鈴木(麻)・肥田埜・小島	3:49.50	2012/9/9	日本インカレ	国立競技場
4×800mR	深谷・飯嶋・小林・柴	9:42.31	1994/5/29	リレー選手権	笠松
スウェーデン R	黒川・呉・長谷川・柴	2:22.05	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	山内 裕香	3m52	2012/7/6	茨城県選手権	小吹
走幅跳	山口 真未	5m81(-1.3)	2013/8/10	N.S.S.U オープン	日体大
三段跳	遠藤 園子	12m80(+0.7)	2013/10/14	国公立 23 大学	町田
砲丸投	神山 結衣	12m52	2017/6/4	栃木県選手権	宇都宮
円盤投	梅原 由香	45m84	1997/8/23	国体予選	笠松
ハンマー投	弓削真理子	51m33	2010/5/3	日体大競技会	日体大
やり投	島田 夏純	48m78	2016/10/30	北関東五大学	正田醤油
七種競技	山口 真未	4934 点	2013/9/6・7	日本インカレ	国立競技場
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	黒澤 夏楠	1:14.06	2013/3/17	まつえレディース	島根
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

2021 年度ランキング

【男子】

種目	順位	氏名	記録
100m	1	滝本 康生	10.66(+1.9)
	2	中野 雅弥	11.30(+1.8)
	3	大場 有志	11.53(-0.2)
200m	1	滝本 康生	21.89(+1.3)
	2	大場 有志	23.01(+0.2)
	3	大塚 泰地	24.74(-1.3)
400m	1	宮地 歩夢	52.57
	2	千田 優貴	55.08
	3	大塚 泰地	56.05
800m	1	中村 天嶺	2.07.15
1500m	1	北條 大地	4.10.55
	2	鬼澤 大地	4.31.20
	3	羽鳥 貴博	4.54.95
3000m	1	鷲 一晴	10.12.37
	2	羽鳥 貴博	11.03.15
5000m	1	北條 大地	16.31.74
	2	小堀 優太	16.38.29
	3	鬼澤 大地	16.39.29
10000m	1	小堀 優太	33.44.25
	2	平山 広大	34.31.98
	3	小野瀬 樹	34.50.74
100mH	1	澤畑 英介	15.59(+1.9)
	2	住田 光駿	15.66(+1.6)
400mH	1	宮地 歩夢	58.96
3000mSC	1	小堀 優太	10.11.18
	2	北條 大地	10.16.82
	3	鬼澤 大地	10.31.74
4×100mR	1	安達・滝本・中野・大塚	43.48
	2	安達・滝本・中野・大塚	43.52
4×400mR	1	宮地・鹿野・大場・千田	3.33.40
	2	安達・小滝・松本・住田	3.46.15
棒高跳	1	小滝 丈慈	4m50
	1	小谷野 陽平	4m50
走幅跳	1	小林 洋大	7m11(+0.2)
	2	津崎 柊人	6m31(-2.8)
	3	大塚 泰地	6m11(+0.5)
三段跳	1	小林 洋大	14m63(+0.0)
	2	津崎 柊人	13m01(+0.5)
砲丸投	1	渡部 善貴	9m35
	2	松本 直人	9m00
円盤投	1	美山 翔汰	16m88
やり投	1	渡部 善貴	51m88
	2	美山 翔汰	48m30
	3	松本 直人	47m31

【女子】

種目	順位	氏名	記録
100m	1	國府田 千明	13.55(-1.5)
200m	1	國府田 千明	28.66(-0.9)
	2	関口 りょう	28.97(+1.8)
	3	神原 彩花	29.04(-2.4)
800m	1	中原 千尋	2.16.40
	2	関口 りょう	2.32.86
	3	神原 彩花	2.59.70
1500m	1	小林 亜由佳	5.06.47
	2	野宮 寧々	5.16.21
3000m	1	小林 亜由佳	10.48.40
	2	野宮 寧々	10.59.46
	3	山内 鈴	11.12.42
5000m	1	小林 亜由佳	17.57.72
	2	野宮 寧々	18.15.39
10000m	1	小林 亜由佳	39.31.07
100mH	1	藤澤 真由	15.29(+1.8)
	2	関口 りょう	17.71(+1.3)
400mH	1	山本 紗生	1.08.40
4×100mR	1	高村・藤澤・國府田・山本	51.97
	2	國府田・藤澤・神原・山本	52.13
	3	國府田・藤澤・山本・関口	52.74
4×400mR	1	藤澤・中原・山本・関口	4.13.02
走高跳	1	神原 彩花	1m45
	2	関口 りょう	1m40
走幅跳	1	神原 彩花	5m08(-0.4)
	2	高村 茜	4m92(+0.2)
	3	関口 りょう	4m79(±0)
三段跳	1	藤澤 真由	11m79(+1.2)
	2	高村 茜	10m16(+0.3)
砲丸投	1	鈴木 万裕	9m53
	2	今野 真唯	9m15
	3	神原 彩花	7m33
円盤投	1	野本 菜奈	33m21
ハンマー投	1	今野 真唯	45m80
	2	野本 菜奈	23m79
やり投	1	鈴木 万裕	42m41
	2	神原 彩花	27m38
	3	関口 りょう	21m70
七種競技	1	関口 りょう	3415点
	2	神原 彩花	3335点

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
関東甲信越大会 代替試合 (男子総合5位・女子総合5位)						
1	筑波大学	筑波大学	筑波大学	筑波大学	筑波大学	横浜国立大学
2	横浜国立大学	横浜国立大学	茨城大学	横浜国立大学	横浜国立大学	筑波大学
3	群馬大学	群馬大学	都留文科大学	都留文科大学	都留文科大学	茨城大学
第72回北関東5大学対校陸上競技大会 (男子総合4位・女子総合3位)						
1	群馬大学	埼玉大学	群馬大学	宇都宮大学 埼玉大学	埼玉大学	宇都宮大学
2	埼玉大学	高崎経済大学 群馬大学	茨城大学	茨城大学	茨城大学	茨城大学
3	高崎経済大学	宇都宮大学	埼玉大学	群馬大学	群馬大学	埼玉大学

VII. 部員名簿

学年	氏名	出身校/出身地	ブロック	学部/学科
院2	小谷野陽平	成田/千葉	跳躍	工/都市シス
院1	住田 光駿	安佐北/広島	跳躍	工/知能シス
4年	安達宗次郎	高崎/群馬	短距離	教/保体
4年	飯島 一史	栃木/栃木	中長距離	人/法経
4年	石井 達之	名古屋南/愛知	投擲	理/化学
4年	上山 翔大	三田学園/兵庫	中長距離	工/物質工
4年	神原 彩花	並木中等/茨城	跳躍	農/食生命
4年	小林 朗人	帯広柏葉/北海道	跳躍	人/法経
4年	小林 洋大	木更津/千葉	跳躍	工/物質工
4年	関口りょう	小千谷/新潟	跳躍	教/保体
4年	中原 千尋	伊奈/茨城	中長距離	教/数学
4年	藤澤 真由	竹園/茨城	跳躍	教/保体
4年	北條 大地	磐城/福島	中長距離	農/地域総合
4年	松本 直人	浜松南/静岡	投擲	工/電電
4年	山本 紗生	牛久栄進/茨城	短距離	教/保体
3年	小野瀬 樹	緑岡/茨城	中長距離	人/現社
3年	國府田千明	下館一/茨城	短距離	教/教育実践
3年	小滝 丈慈	佐和/茨城	跳躍	人/法経
3年	小林亜由佳	佐原/千葉	中長距離	教/教育実践
3年	小堀 優太	市立銚子/千葉	中長距離	工/都市
3年	西條 友博	水城/茨城	マネージャー	人/現社
3年	澤畑 英介	茨城高専/茨城	跳躍	工/機械シス
3年	鈴木 万裕	日立北/茨城	投擲	教/保体
3年	滝本 康生	水海道一/茨城	短距離	教/保体
3年	中野 雅弥	日立一/茨城	短距離	教/保体
3年	奈良日花里	三本木/青森	マネージャー	工/物質
3年	野本 菜奈	水海道一/茨城	投擲	教/保体
3年	原 龍生	日立一/茨城	短距離	工/都市
3年	平山 広大	岩見沢東/北海道	中長距離	理/生物
2年	大塚 泰地	八戸/青森	短距離	工/情報
2年	鬼澤 大地	鉾田一/茨城	中長距離	工/機械工
2年	高村 茜	市川/千葉	跳躍	工/都市
2年	津崎 柊人	竜ヶ崎一/茨城	跳躍	教/数学
2年	中村 天嶺	帝京長岡/新潟	中長距離	理/地球環境
2年	野宮 寧々	匝瑳/千葉	中長距離	教/理科
2年	藤沼 奈瑠	水城/茨城	マネージャー	教/国語
2年	真木 和泉	竜ヶ崎一/茨城	マネージャー	教/国語
2年	宮本 佳汰	竜ヶ崎一/茨城	短距離	工/情報

学年	氏名	出身校/出身地	ブロック	学部/学科
2年	本村 吉	都城泉ヶ丘/宮崎	中長距離	工/物質工
2年	渡部 善貴	会津学鳳/福島	投擲	工/物質工
1年	石川 暖	静岡市立/静岡	短距離	工/物質工
1年	大場 有志	古川/宮城	短距離	工/電電
1年	岡 奎一郎	小樽潮陵/北海道	短距離	人/現社
1年	鹿野 義士	旭川西/北海道	短距離	理/化学
1年	今野 真唯	霞ヶ浦/茨城	投擲	教/保体
1年	鷺 一晴	磐城/福島	中長距離	農/地域総合
1年	丹野 綾	磐城/福島	マネージャー	教/養護
1年	千田 優貴	柏陽/神奈川	短距離	教/英語
1年	遠井 奏楽	牛久栄進/茨城	短距離	理/地球環境
1年	西脇 真輝	土浦日大/茨城	中長距離	理/生物
1年	羽鳥 貴博	下妻一/茨城	中長距離	理/化学
1年	美山 翔汰	緑岡/茨城	跳躍	教/保体
1年	福嶋 風杜	下館一/茨城	投擲	教/保体
1年	松下 侑生	姫路西/兵庫	短距離	工/電電
1年	宮地 歩夢	市立千葉/千葉	短距離	理/学際理学
1年	八木 奎伍	我孫子/千葉	中長距離	人/人間文化
1年	山内 鈴	会津学鳳/福島	中長距離	教/数学

編集後記

今年も部誌を作成するにあたって、ご協力いただいた皆様に感謝申し上げます。皆様のおかげで、部誌を無事に発行することができました。2021年度を振り返りますと、関東甲信越大会では、4年次の小林が男子走幅跳で半世紀以上ぶりの茨大記録の更新、北関東五大学対校戦では、4年次の藤澤が女子最優秀選手賞を受賞するなど、最上級生である4年次の活躍が目立ちました。しかし、2020年度に引き続き新型コロナウイルスの影響から、茨城大学内でもクラスターが発生した関係で、関東学生陸上競技対校選手権大会は棄権を余儀なくされ、他にも多くの競技会が中止になりました。2022年度も引き続き新型コロナウイルスの影響が少なからずあるとは思いますが、その中でも競技力向上のために部員間の結束を絶やすことなく、チームとして様々な大会で活躍していきたいと思っております。(文責：津崎柊人)

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・渡邊 将司

〒310-8512 水戸市文京2-1-1

茨城大学教育学部

Tel & Fax: 029-228-8477 (研究室)

e-mail: masaru.ueji.he@vc.ibaraki.ac.jp

茨苑ACに関するお問い合わせ

〒310-8512 水戸市文京2-1-1

茨城大学教育学部

Tel: 029-228-8453

e-mail: masashi.watanabe.1978@vc.ibaraki.ac.jp

渡邊 将司

茨城大学陸上競技部 部誌「Perspiration」第16号

令和4年 3月 16日発行

編集責任者

鬼澤大地・津崎柊人

発行者 茨城大学陸上競技部