

地元の期待を一身に集めてめざせ! 全国制覇

学法石川高校陸上競技部

10月24日、台風19号で被災した地元の皆さんを勇気づける嬉しいニュースが飛び込んできました。猪苗代町で催された「第64回県高校駅伝競走大会」「第37回県高校女子駅伝競走大会」での学法石川高校陸上競技部の男女アベック優勝。本大会で男子は大会新記録を更新し、9年連続11回目の、女子は4年連続6回目の全国出場を決め、12月22日に京都で催される全国高校駅伝競走大会(通称:都大路)へ向けた練習の日々が続いています。

全国大会連続出場を獲得 良い流れのまま、都大路へ

県大会を振り返り、「強い向かい風のなか、男女とも全国につながる走りを見せてくれました」と陸上競技部の松田監督。男子は1区からリードし設定タイムの1秒差という大会新で、女子は攻めの走りでレースを優位に進めてのゴール。男女とも全区间賞の安定した走りを受け、「県大会はあくまで通過点。本番はこれからです」と全国への意気込みを話します。

この大会の2週間前、石川町では台風の影響で北須川が氾濫。校舎は部室の冠水で済んだものの、町内は広く浸水し、通学の足であるJR水郡線もストップ。部員たちは、他の生徒といっしょにボランティアに参加しながらの練習となりました。それでも「モチベーションを保つため、大会に臨めた」と松田監督。この揺らぎのない気持ちの保ち方が、学法石川陸上競技部の強みだといいます。

伝統のチーム力と独自の練習法が「スピードの学石」を生む

松田監督が本校陸上競技部に着任し、まず感じたのは、部員一人一人の素直さと、目標意識の



高さでした。「中学時代からの走りを高めたいと入部する者だけでなく、高校で走り始め、頭角を現す部員もいます。長距離は一人では気持ち負けがちな競技ですが、ここは伝統的に集団力が高い。チームで励まし合い高め合う気風が、先輩から後輩へと脈々と受け継がれています。あまり私が細かく指示することはありません。」

とはいえ、指導者の方針はチームの成長を左右します。現在の陸上競技部が、「スピードの学石」といわれる理由は、監督自身の長距離経験をもとにしたスピード重視の練習法によるもので、全国から注目を集めています。また、経験や力量に合わせたフォームの指導に加え、「高校時代はメンタルが9割」との考えから学内レースを行い、一人一人に目標タイムを何度もクリアさせることで、自分の走りに自信が持てるようにしています。

プレッシャーを乗り越え めざすは男子3位、女子15位

さらに、強豪校のほとんどが専用トラックを持つなか、自校にトラックがない環境がプラスに働いているとも。ふだんは中学校のグラウンドや町のクロスカンントリーコース、土日は郡山や白河、栃木まで足を延ばし練習しています。が、「中学校のグラウンドは土で滑りやすい分、足が流れないフォームになり自然に力が付いていく。部員には、環境がすべてではないと話している。部員には、環境がすべてではないと話している。部員には、環境がすべてではないと話している。」

都大路のテレビ中継には、1区で先頭を切る走者がたすきを渡すシーンが必ず流れます。「今年の男子はエースに恵まれ、とてもいい状態が続いています。トップでたすきを渡す瞬間が映像で流れることを期待しているし、女子も誰がどの順位で走ってもそんな色のない粒ぞろい。12月22日は、地元の方々にテレビ観戦していただければ嬉しいです。」



陸上競技部監督 松田 和宏さん

1974年山形県生まれ。東海大学山形高等学校、中央大学卒。陸上競技選手として国内外を歴戦。2006年現役引退後、指導者の道へ。2009年に学法石川高校陸上競技部顧問に就任し、全国に誇る「スピードの学石」を育成。

「長距離に必要なのは『克己心』! 全員が最後まであきらめない心」で都大路に臨みます!



赤間陽菜主将(3年)

福島市出身  
一人一人が自分の力を最大限に発揮できれば結果はついてくると思います。都大路での入賞を目指して、全力で本番に臨みます。



田島洸樹主将(3年)

山形県米沢市出身  
昨年の3位を超える都大路での優勝を目標に掲げて1年間努力してきました。全国大会では自分たちが新たな時代をつくれるよう頑張ります。



現部員は男女68名。全国大会出場に向けて、自分の走りに集中!



▲被災後のボランティアで、住宅の片づけを行う学法石川の生徒たち



▲女子も県大会4連覇を達成。安定した走りでフィニッシュ



▲1区から独走で、県大会9連覇を飾った男子