

次代をはぐくむ 産業創造都市 まつうら



# Matsuyama まつうら



市の花 つばき



特集

## 都大路を駆ける — 松浦高校陸上部の挑戦 —



あこがれは やがて現実に！  
松浦高校陸上部 都大路を駆ける！！

# 都大路を駆ける

第63回全国高校駅伝大会（男子）は、京都市右京区にある西京極陸上競技場をスタートし、京都国際会館を折り返して同陸上競技場をゴールとする7区間42・195<sup>キ</sup>で行われました。初出場となった県立松浦高等学校陸上部。あこがれの「都大路」を全力で駆け抜けました。



（長崎新聞社提供）

【総合順位】 33位 2時間10分24秒  
【個人成績】

1区 (10 <sup>キ</sup> )	坂本 竜平 (3年)	30分49秒	③5
2区 (3 <sup>キ</sup> )	阿比留和弘 (1年)	8分49秒	②9
3区 (8.1075 <sup>キ</sup> )	宮本 仁徳 (2年)	25分7秒	③0
4区 (8.0875 <sup>キ</sup> )	恋塚 斗貴 (3年)	25分30秒	③9
5区 (3 <sup>キ</sup> )	大石 凌 (2年)	9分25秒	④3
6区 (5 <sup>キ</sup> )	松村 脩平 (2年)	15分33秒	②8
7区 (5 <sup>キ</sup> )	久枝 大寛 (3年)	15分11秒	②0

※○は区間順位

## 意気揚々と京都に集結！

高校駅伝を走る選手にとつてあこがれの舞台となる京都「都大路」。今年も各県の代表校が集まりました。

全国高校駅伝大会の開会式がレース前日の12月22日、京都市体育館（ハズアリーナ）で開催されました。

松浦高校陸上部は、女子代表校の諫早高校陸上部と共に、力強く堂々と入場行進を行いました。



## 心強い郷土の応援団も参上

松浦高校陸上部を応援しようと、本市からたくさんの方が京都に駆け付け、選手たちに熱い声援を送りました。



レース当日は本市からもたくさんの方が応援に駆け付け、陸上競技場や沿道などで、旗を振ったり、大きな声で声援を送ったりしながら、選手たちを応援しました。

## つなげる襷 つなげる思い

初めて走る都大路。たくさん思いが込められた襷をつなぎ、懸命に走り抜いた7人のレースを振り返ります。

1区は全区間において距離が最も長く、各校のエース級が出揃う「花の1区」と呼ばれる区間です。

この区間には、主将の坂本君が出場しました。レース中盤までは快調な走りを見せ、全国の強豪チームと互角の走りを展開しました。6<sup>キ</sup>付近の上り坂で集団のスピードが一気に上がると、対応しきれず少しずつ遅れをとったものの、後に続く走者のために粘り強く懸命に走り抜きました。

2区は全体的に下りとなるスピード区間。この区間には阿比留君が出場しました。襷を受け取ると初出場チームとして1年生ランナーらしく思い切りのいい走りです。3区に襷をつなぎました。

3区は、全体的に上りとなる区間で、6<sup>キ</sup>過ぎには難所となる大きな跨線橋があります。

この区間には、宮本君が出場。6人を抜き去る積極果敢な走りでチームを盛り立て、次の走者に襷をつなぎました。

4区は、3区を逆に走る区間で、全体的には下りとなりますが、最後

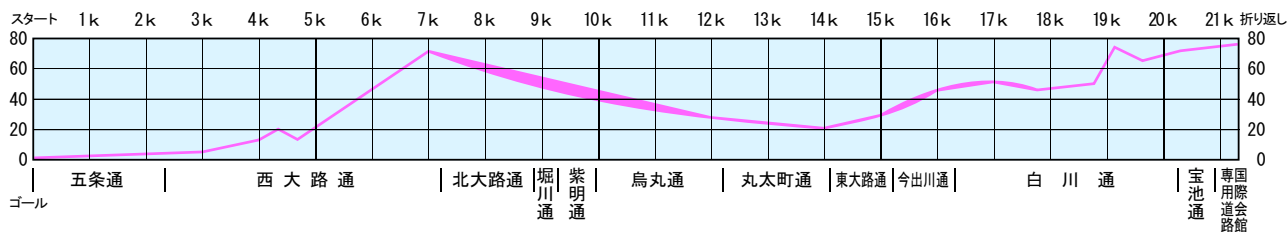
## 男子全国高校駅伝競走大会コース 42.195km

### ■区間と距離

第1区	10km
西京極陸上競技場 → 烏丸鞍馬口	
第2区	3km
烏丸鞍馬口 → 丸太町河原町	
第3区	8.1075km
丸太町河原町 → 国際会館前	
第4区	8.0875km
国際会館前 → 丸太町寺町	
第5区	3km
丸太町寺町 → 烏丸紫明	
第6区	5km
烏丸紫明 → 西大路下立売	
第7区	5km
西大路下立売 → 西京極陸上競技場	



### ■コースの高低図



に1キロの上りが待っています。  
この区間を走ったのは、恋塚君。レースの中盤を迎え少しでも流れを好転させようと、気持ちを前面に出した走りです。次の区間へ襷をつなぎました。

5区は、2区を逆に走る上りの区間。距離が短いので、どれだけ我慢してスピードを保てるかが重要です。この区間は大石君が走りました。2キロまでは順調な走りを見せ、最後の1キロで若干足取りが重くなりましたが、襷をつなぐために全力を尽くしました。

6区は前半の3キロが上りで、後半2キロを下る難コース。この区間には松村君が出演。襷を受け取ったあとは、しばらく数人の集団によるレース展開となり、なかなか自分のペースがつかめず、ラスト2キロの下りでは、思うようにはスピードに乗り切れなかったものの、最後の走者へ懸命に襷をつなぎました。



(長崎新聞社提供)

7区は、全体的に下りのスピード区間。順位が決まる最終区間であり、この区間を任せられた選手たちの勝負への執念が求められる区間です。この区間を走ったのは久枝君。チームのために「1秒でも早く」「1つでも前に」と懸命な走りを見せ、ゴール後に倒れこむほどの全力を尽くしました。

初めて出場した全国大会。これまでにない夢の大舞台を経験し、松浦高校陸上部の歴史に新たな1ページが加わりました。

今回の大会は、監督・選手にとって実力を出し切れた満足のものといえるかもしれません。チームメイトのために、そして皆さんの応援に応えるための最後まで諦めない懸命の走りは地域に感動と希望を与え、何より今後の陸上部の成長過程における大きな礎となったことは間違いありません。

この経験を糧に松浦高校陸上部は更なる高みを目指し走り続けます。

# 思いをつつなく 〜全国大会までの軌跡〜

念願の全国高校駅伝大会出場：その裏には部員一人ひとりの努力と苦楽を共にし励ましあってきた仲間たちの存在。そして、部員たちを見守る家族や友人、地域の人々の支えがあります。

## 臥薪嘗胆

近年、県内の高校駅伝大会では常に上位の成績を取めている松浦高校陸上部。しかし、あとわずかこのころで、常勝軍団諫早高校の牙城を崩すことのできない悔しい思いを続けてきました。

そこで、2012年度に掲げたチームのキャッチフレーズは「臥薪嘗胆」。あこがれの都大路を走るために、自らに試練を課し、厳しい練習にも耐え抜き、これまで以上に努力していくことをチーム全員で誓いました。

## 歴史が動く

松浦高校陸上部の歴史は、今から13年前の2000年に一人の先生が赴任してきたことから大きく動き出します。その人物こそ現在の陸上部の監督を務める澤田洋先生です。

澤田先生は奥さんと共に陸上部の寮を管理し、部員と寝食を共にしながら選手を育てていく指導スタイル

を実践しています。

その成果は赴任1年目にして早くも表れました。県高校駅伝競走大会において、前年28位だったチームが、5位入賞を果たし、翌年には準優勝。その後の大会も入賞を続け、駅伝以外の陸上競技でも九州や全国で活躍する選手を輩出するなど、瞬く間に県内高校陸上界の実力校へと成長しました。

## 小浜の借りは小浜で返す

県高校駅伝競走大会は、毎年、雲仙市小浜町で開催されています。

順調に実力を付けてきた松浦高校陸上部。2011年の大会では、優勝候補の筆頭とまで言われるようになりました。今年こそはと挑んだこの大会：ところが、主力選手の故障、チーム内の動揺、消極的な采配など負の連鎖が続き、不完全燃焼のまま3位という苦い結果に終わりました。このときチーム内に一つの合言葉が生まれました：「小浜の借りは小浜で返す」。陸上部は熱い思いを胸に1年後の大会に向けて動き出しました。

## 雑草集団の意地

自らを雑草集団と呼ぶ松浦高校陸上部。泥くさく、粘り強くひた向きに練習に励みました。

部員たちは全員が寮で共同生活を送っています。部員たちの一日は午前

5時20分の起床から始まります。練習は毎日早朝と放課後に行い、寮に帰宅してからも夕食後のミーティングを日課とするなど、努力を惜しまず、人一倍に練習を積み重ねてきました。

目指すは全国大会、あこがれの京都「都大路」を走るために。

## 我ら松高いざ出陣！

11月6日に行われた県高校駅伝競走大会には、豊富な練習量に裏付けされた自信と最高のコンディションを保っての出場となりました。

1区のスタートラインに立ったのは主将の坂本君。区間賞の走りでもチームに勢いを付けるとその後の区間も他を寄せ付けない全区間区間賞の走りを見せ、完全優勝での全国大会出場を決めました。また、11月18日に行われた全九州高校駅伝大会では、県大会の記録を3分以上縮める2時間8分23秒の走り、強豪ひしめく九州地区で5位に入賞しました。



◀ 県高校駅伝大会で優勝のゴールテープを切る松村君 (毎日新聞社提供)

苦楽を共に — 寮での共同生活 —

現在、陸上部の部員は市外出身の部員はもちろん、市内出身の部員も寮で共同生活を送っています。そして、部員の生活において最も重要な食生活を支える「お母さん」の役割を果たしているのが、澤田監督の奥さんです。

澤田監督の奥さんに、部員たちの普段の様子などを聞いてみました。

Q 部員たちの普段の様子は？

A みんな素直で、食事の配膳なども当番で手伝ってくれますし、食事も全部残さず食べてくれます。

普段は本当に普通の高校生ですが、試合になるとガラリと変わりますね。

Q 部員たちの食生活で気を付けていることは？

A 夕食については主食・副食2品・お吸い物・果物で構成し、常に栄養バランスを考えて作っています。特に貧血は故障の原因になるので、鉄分は栄養補助食品も含め、よく取らせるようにしています。

また、毎日の練習量や季節ごとの気温の変化などを踏まえ必要なものを取り入れています。

例えば10月からは生姜湯を飲ませており、お陰で大きな風邪はひ

いていません。

Q 生活面でのアドバイスは？

A 両親や周囲の人へ常に感謝の気持ちを持つよう言っています。

全国大会出場を多くの人に喜んでもらい、たくさん応援や寄付をいただいたことで、部員たちも多くの人から支えられていることを身にしみて感じているようです。

Q 部員たちの健康管理で心掛けていることは？

A 健康面では万全の状態で行けるよう、できるだけ事をしめてあげたいと思っています。

そして、いつの試合でも悔いの残らぬように、気負うことなく自分の走りをしてもらえるよう願っています。



(松浦高校陸上部提供)

地域も応援！ — 陸上部をバックアップ —

今回の全国大会出場をバックアップしようとして、松浦高校陸上部には多くの寄付が寄せられました。

お米や栄養ドリンク、果物などが保護者・卒業生などから贈られたほか、JAながさき西海農協からは、ひのひかり米300<sup>キ</sup>と長崎和牛10<sup>キ</sup>が松浦高校陸上部へ贈られました。

また、志佐商工振興会は12月1日〜20日まで、まちなかワゴン参加店に「松高応援募金箱」を設置して募金を募りました。

12月7日には「キラリ松浦高校陸上部まちなか応援市」が松浦中央公園で開催され、応援市では1口100円以上の応援寄付をした人に温かいおでんやせんざいが配られ、会場には帰宅途中の高校生や会社員など多くの皆さんが駆け付けました。



保護者会会長  
宮本 秀徳 さん

今回の全国大会出場に、「良かったね」「頑張ったね」「寄付はどうしたらいいの？」と多くの市民の皆さま・卒業生から声を掛

市でも、教育委員会を中心に市民の皆さんと一緒に松浦高校陸上部を応援するための各種事業を実施しました。庁舎への懸垂幕設置や募金の受付、のぼり旗の作成と設置、スクリーンを使ったレース当日の駅伝観戦など、松浦高校および後援会と連携しながら陸上部の応援を行いました。



けていただきました。また、寄付についてもたくさんの方の声をいただき、地域のみなさんの期待と支援の心を強く感じました。ありがとうございました。

ご支援をいただいた皆さまのおかげで、選手たちも、あこがれの舞台上で全力を出し切れたと思います。



市報まつら 号外  
平成24年12月27日発行

編集発行／松浦市まちづくり推進課秘書広報係  
〒859-4598 長崎県松浦市志佐町里免365番地  
福島町からは47-3011  
ホームページアドレス <http://www.city-matsura.jp>

〒0956-1111 FAX 72-1115  
鷹島町からは48-3011  
Eメールアドレス [matsura@city.matsura.lg.jp](mailto:matsura@city.matsura.lg.jp)  
印刷／有限会社タイマイ印刷

# 感謝 — 全国大会を終えて —



松浦高校陸上部  
澤田 洋 監督

本来の力を出し切れなかったことを申し訳なく思います。選手たちが力を出せるコンディションを作るのは指導者の役割。指導者の力量も試される大会なので、私自身も勉強になりました。

選手たちはよく頑張ってくれました。今回の経験で全国大会に対する新たな強い気持ちが生まれたと思います。それを目標に1年間頑張っていきます。たくさんの人たちに応援していただき、大変心強く思いました。皆さまの応援があったからこそ生徒たちも頑張れたと思います。本当にありがとうございました。



松浦高校陸上部  
坂本 竜平 主将

多くの皆さんからたくさんの応援をいただき、楽しく頑張ることができました。感謝の気持ちでいっぱいです。

しかし、自分たちの力を出し切れず、良い結果を皆さんに届けられなかったのが残念に思います。

今回の大会であらためて全国の大きな壁を知ることができ、今の自分たちの実力を見つめ直すことができました。これを励みに頑張り、後に残る1、2年生には、また来年この舞台に帰ってきてほしいと思います。たくさんの応援本当にありがとうございました。

## 《選手たちから応援してくれた皆さまへ》

- 坂本 竜平 君 皆さんの応援のおかげでここまでこれました。本当にありがとうございました。
- 恋塚 斗貴 君 これから続く陸上大生の中でも皆さんへの感謝の気持ちを走りて表していきます。
- 久枝 大寛 君 たくさんの人に支えられ、たくさんの人に勇気付けられました。ありがとうございました。
- 宮本 仁徳 君 皆さんの期待に応える走りができなかったのが悔しい。来年も必ずここに帰ってきたい。
- 大石 凌 君 たくさんの応援ありがとうございました。来年もここに帰ってこれるように頑張ります。
- 松村 脩平 君 応援してくれた多くの皆さんへ感謝します。ここへ戻ってくるために頑張ります。
- 阿比留和弘 君 応援して下さった多くの人のおかげでここまでこれました。皆さんに感謝します。



## Message (メッセージ)



特別後援会 押淵 英展 会長

松浦高校陸上部の皆さん・澤田監督、全国大会お疲れさまでした。今回の全国大会への出場は、皆さん一人一人にとって大きな自信と経験になられたことと思います。皆さんの熱意のこもった力強い走りに、私たち支援する側も多くの感動をもらいました。そして全国大会出場に向け、多くの松浦市民・企業の皆さまから目標額を超えるほどのたくさんの寄付と温かいご声援をいただきました。おかげさまで安心して選手の皆さんを全国大会へ送り出すことができました。ありがとうございました。



松浦高校 松井 裕次 校長

市民の皆さま、本校陸上部への温かい応援、本当にありがとうございました。心よりお礼を申し上げます。選手は、「あこがれの都大路」で松浦の皆さまの思いを「襷」につなぎ、見事に走りきってくれました。皆さまの応援は常に選手と共にあり、まさに「松浦」が都大路を駆け抜けました。すでに陸上部は、来年を見ずして普段どおり早朝から走っています。都大路で最後まで立派に襷をつなぎ、勝負してくれた松浦高校陸上部を嬉しく、誇らしく思います。これからも応援よろしくお願ひします。

長崎 **がんばらんば** 国体 2014

第69回国民体育大会 君の夢 はばたけ今 ながさきから

松浦市は「なぎなた競技」の開催地です。



この広報紙は環境と自然保護のため再生紙（100%）を使用しています。