



三重陸協たより

三重陸協広報部発行

第6号

平成17年10月1日

日本一の選手はこうして生まれた！ 指導された先生より

～選手が自分で育とうとする手伝いをするのが指導者の仕事～

全国高校総体 男子 1500m 優勝 町野 英二 先生（上野工業）

今回、高林の1500m優勝は、中学時代の顧問の先生のご指導と、本人の3年間の積み重ねで成し得た成果であると思っています。集中力が非常に高い生徒でありますので、今回のように大きな大会ではレースに集中しすぎ、周りが見えなくなることが多いため、指導者としては後ろから心と身体と道具の準備の忘れ物を拾ってあげて、本人にタイミングをみて手渡してあげるだけでした。選手は自分自身で育つものであり、育てる（つくる）ものではないと思っています。選手が自分で育とうとする手伝いをするのが指導者の仕事と考えています。ただ、競技者としての姿勢・意識の持ち方、高校生としての生活面の見直しなど精神(心)の面は必要などころでは厳しく育てることも大切な仕事であると考えています。

今回も沢山の三重陸協関係の先生方のお力添えで、レース後、生徒の最高の笑顔を見ることができました。ご声援ほんとうにありがとうございました。余談になりますが、千葉では同宿の県選手団のムードも大変よく、同宿の皆さんで4種目に入賞されています。今思いますに各校の先生方のムードづくりのおかげだったのではないのでしょうか？1500m終了後、宿にもどると玄関には祝いの言葉が掲げられ、本人には先生方から心づくしの花束が贈られていました。本人はもちろん、指導者も感謝の気持ちで熱いものを感じて、翌日の5000mに力をいただいたように思いました。小さな県です、今後こんなムードづくりもお互い必要かも知れません……。

～「指導者の自己満足」にならないよう シンプルに～

全国高校総体 男子 砲丸投 優勝 山本 浩武 先生（宇治山田商業）

今回このような結果を出す事ができましたが、これまでには成功する数以上の失敗も重ねておりそのたびに一喜一憂してきました。しかしそのようなチャンスを数多くいただいたことに感謝し、更に高いところで勝負できるような将来を見据えた指導ができればと思っています。小学校で興味を持ち中学で陸上競技が好きになり、高校で心を含めた土台を作り、その先で大きく羽ばたいてくれることが本人や陸協の財産となると考えています。

現在、指導で気を付けていることは、マニアックになりすぎて「指導者の自己満足」にならないよう、できるだけシンプルな形にすることです。精神的にも動作的にも基本は忠実にしながら、クセと個性の違いをできるだけ見極め、どうしても基本から外れたクセだけは取り除きながらも、個性だけは壊さないように気を付けています。

今回、何よりも嬉しく感じたのは彼を育てられた文岡中学の向井正明先生に千葉の競技場まで出向いていただき、優勝する瞬間を一緒に見とどけることができたことです。

又、普段からご協力を頂いたまわりの方々にも非常に感謝しています。

今後も頑張りますので宜しくお願いします。

～情熱は直接伝わるもの 伝わった情熱が私のエネルギー～

全国中学陸上 女子 4×100mR 優勝 伊藤 弘 先生 (成徳中学校)

優勝までの道のりで、一番印象深いのは、やはり、通信陸上の予選（7月23日）で、3走愛敬世菜がこけてしまったことです。バトンをはなすことなく、すぐに立ち上がって1位での通過でした。もしバトンを落としていたら失格になっていたかもしれないので、まさに、3走のファインプレイであったと、今になって思います。両肘・両膝・両手首・太もも前面を血だらけの身体を見て、この子はすごいと思いました。その時、彼女のミスンガが切れていたことがショックのようでトラックの上で探している姿が印象に残っています。

一昨年、学校をかわって、初めての記録会のリレーのタイムが59秒台だったことから、10秒も短縮したのかと驚いています。また、このチームは私の予想を常により方に上まわってくれました。試合で力がつくタイプのメンバーに、頭が下がります。

普段から心がけていることは、色々な方々から学ばしていただく機会を大切にしていくことです。特に、国体のコーチとして三重県チームに入れていただいた京都国体の時にこう思い始めました。多くの人に引き合わせていただき、直接学ばせてもらっています。情報は多くあり、練習方法を含め入手することが直接会わなくても可能な時代です。でも、情熱は直接伝わるもので、伝わった情熱が私のエネルギーとなります。全国のリレーでは選手から多くのことを学ばせてもらう機会となりました。

また、練習の中で気をつけていることとしては、毎日違う練習をすることです。ねらいは同じであってもメニューは同じものをやらせないように心がけています。

最後になりましたが、多くの指導の機会を与えていただいた三重陸協に感謝しております。他県では、チャンスがなかなかもらえないことが多く、三重陸協のあたたかさを痛感しています。

三重にも多くの尊敬する先輩方がみえますが、全国には本当に多くのすばらしい先生がいます。積極的に話を聞かせてもらうようにしています。三重から出て（講習会も含め）勉強する機会を大切にしていこうと私も思っています。これからも一緒に勉強させてほしいと思いますので、よろしくお願いします。

今年の夏、IHと全日中で日本一に輝いた選手を育てられた3名の先生方は、それぞれの種目で、今までも全国大会で活躍する選手を数多く育てられた実績をもつ、三重県を代表する指導者の方々です。今回、原稿をお願いしたところ、お忙しい中快く引きうけていただきありがとうございます。貴重なエピソードやメッセージを頂くことができましたので、紹介させていただきました。

三重県出身 野口みずき選手 女子マラソン アジア新記録樹立

9月25日に行われたベルリンマラソンで、宇治山田商業出身の野口みずき選手が2時間19分12秒のアジア新記録・日本新記録（世界歴代3位）を樹立し優勝し、昨年のアテネオリンピック優勝に続く快挙を達成しました。三重県出身の選手が、世界の舞台で活躍するのは、大変よろこばしいことであるとともに、三重県から後に続く選手が誕生してくれることを期待します。

◎ 野口 みずき選手からのコメントが届きましたので紹介させていただきます。

今回は勝負ではなく、記録への挑戦でした。試合前に「日本記録を目標にしている」と公言していただけに、いつもより強くプレッシャーを感じていましたが、この大会に向けてスイスで行った2ヶ月間のトレーニングで積んできたものがスタートから走りに現れ、また流れに乗ってアジア新記録と日本新記録という結果に結びつくこととなりました。この間、多くの方々にサポートしていただいたことを感謝し、心より厚くお礼申し上げます。本当にありがとうございました。