

月刊 襻(たすき)新聞

復刊 第一四七号

(二〇二〇年九月発行)



法政大学陸上競技部
長距離ブロック
襻新聞の会事務局

【夏季強化練習 後半詳報!】

箱根予選会に向けて

暑さを克服して仕上り順調!

大学の夏休みの最終日となる九月十七日。この日は、強化練習の第五クールの最終日でもあったため、山梨県の西湖の周りで三千メートル三本から五本のインターバルを行った。また、多摩に残った選手もロングのハイペース走を行い、約二ヶ月間にわたる夏の強化期間を締め括った。

先月号でお伝えした通り、今年も新型コロナウイルスの影響で大学の体育会所属団体は都外合宿の規制がかかり、一回も合宿ができない状況だった。

しかし、その中でも練習場所、時間、メニューを工夫し、其々が自分の状態を踏まえた練習が積めてきたと感じている。また、強化期間の前半はやや故障者が多い印象だったが、後半は殆どの選手がチームに戻り、復調の兆しを見せていた。



間近に迫った予選会を待つ幟旗

今号では第三、第四、第五クールの詳細を次ページ以降でお伝えするが、クールを追うことに一人一人の調子が上がって、チームとしても勢いに乗ってきた。まず、第三クールでは、エースの鎌田(三年)を筆頭に一年生の活躍が目立った。このクールではロングの練習が多く組まれ、例年、入学してから間もない一年生にとってはこなすのが精一杯である。

しかし、一年生の稲毛、細迫、長橋等のロングを得意とする選手が積極的に集団を引っ張り、チームにいい刺激を与えた。また、このクールの最後に行われた十km×二本の練習でも鎌田や清家、内田を先頭で引っ張り全員でまとまって質の高い練習をこなすことができた。続く第四、第五クールでは、これまで若干出遅れていた二年生が調子上げてきたが目立ちポイント練習なども上のチームでこなす選手が一気に増えてきた。

特に豪雨の中で行われた五km×3本の練習では、一本目、二本目と設定ペース通りでこなし、フリーとなった三本目では川上、徳水、内田、松本康汰などが必死に鎌田に食らいつく姿勢を見せて、順調な仕上がりアピールした。

また、今年も夏の練習の成果を確認するための記録会が中々開催できない状況にあるため、選手は一週間後の十km十五kmの練習や二週間後の国士舘記録会に向けて調整している。そこで一度自分の現状を把握して、万全な状態で箱根予選会に向かうことが重要になってくる。これまではどれだけ練習を積めるかというところに重きを置いていたが、これからはどれだけ予選会当日に自分のベストパフォーマンスを持っているかということが勝敗の鍵になる。

チーム目標の箱根駅伝総合八位を達成するための初戦(予選会)をしつかりと勝ち切るためにチーム全員で気を引き締めて頑張っていきたい。【記事 清家 陸】



選手のコンディショニング管理にフル稼働のトレーナー

【夏季強化練習(第三クール)】

今クールの前半は距離を踏み

後半は質の練習へ切り替を図る！

八月二十二日から二十九日までの八日間の日程で強化練習の第三クールが行われた。このクールも主に距離踏みがメインで練習が組まれたが、後半は質の高い練習も入ってきたため、やや疲労が見える選手もいた。しかし、その中でも一年生の積極的な姿勢がチームに緊張感をもたらし、しっかりと第三クールも乗り越えることができた。それでは、第三クールの詳細を初日から順を追ってお伝えします。【記事 清家 陸】

【二日目 八月二十二日】

この日の朝練習は多摩のグラウンドで各自が十二kmのジョグを行った。第三クール初日ということもあり、殆どの選手がテンポのいいジョグを行い、午後のポイント練習に備えていた。午前は、各自六十分ウォークを行い、活動量を確保した。午後は、三百メートル×五本の四から五セット行った。今年はレースの高速化に対応するため、ショートインターバルの回数や質を高めながらスピード強化に意識的に取り組んでいる。ペースは四十九秒から五十二秒の間で設定され、それぞれが自分の状態にあったタイムで本数をこなした。特に、内田、松本康はスピードに強い選手ということもあり、一番上の四十九秒設定で余裕を持ってこなしていた。



糟谷 (前) 中村 (後)

【二日目 八月二十三日】

この日の朝練習は多摩のグラウンドで十四kmのグループ走を行った。ペースは一キロメートル当たり三分五秒から四分である。前日のポイントで体が重く感じている選手もいたが、上級生が各グループの集団を引っ張り、全員でしっかりとまとまった走りができた。また、この日の午後はフリーとなり、全員がケアを行って、有意義な時間を過ごすことが出来た。

【三日目 八月二十四日】

この日の朝練習は大学キャンパスの近くにある館団地の二・五kmの周回コースで二十五km走を行った。このコースは前半が下り、後半が上るといふ起伏の激しいコースであり、ここでの練習はアップダウンが苦手な選手にとっては精神的にも鍛えられる。設定ペースは五kmを十九分から十八分と比較的走りやすいペースであった。この日の練習で目立ったのは一年生である。積極的に集団を引っ張り設定ペース通りに淡々と走る姿勢は上級生にいい刺激を与えていた。特に稲毛(一年)は距離走が強い上に、この夏の期間の練習も継続しているため、秋以降の成長が楽しみな選手である。読者の皆様にも注目して貰いたい。午後は各自ジョグで、朝の距離走のダウンという位置付けで行った。



山下 (1年)

【四日目 八月二十五日】

この日の朝練習は大学のグラウンドで各自六十分ジョグを行った。この日は合宿の中目ということもあり、疲労が溜まってきている選手も多かったが、しっかりと自分の状態に合わせたジョグができていた。午前は各自六十分ウォークで活動量を補い、午後の練習に備えた。午後はグラウンドに於いて各自でジョグを行った。二人一組でコミュニケーションをとりながらジョグをする選手もおり、精神的にもリラックスした状態で走ることができた。

【五日目 八月二十六日】

この日の朝練習は大学のグラウンドで十四kmのグルーブ走を行った。前日の中日の練習でリフレッシュできた選手も多くおり、この日のグルーブ走もしっかりと設定ペース通り、まとまって練習を終えることができた。午前はグラウンドの外周で十四kmの各自ジョグと二百メートル×五本を行った。外周十四kmでは、殆どの選手がテンポのいいジョグを行い、あとの二百メートル×五本に備えていた。午後はフリーとなり、各自がやるべきことをやり時間を有効活用できた。

【六日目 八月二十七日】

この日の朝練習は大学のグラウンドで各自六十分ジョグを行い、自分の状態を確かめた。また、午前は集合がなく、各自でウォークやジョグを行い、活動量を確保した。午後ジョグを行い、各々が明日から始まるセット練に向けた調整を行った。

【七日目 八月二十八日】

この日の朝練習は大学のグラウンドで各自十二kmのジョグを行った。第三クールも終盤に差し掛かり、やや疲れが見える選手や調子を落とす選手も見られたが一人一人が自分の状態を把握し、午後のポイント練習に備えた。午前は六十分ウォークを行った。午後はこのクールの重要な練習の一つである十km×二セットを行った。例年、この練習でいい感覚を掴み、秋以降に調子を合わせていく選手が多いため、選手の間でもいつも以上に緊張感が高まっていた。設定ペースは環境や天候なども考慮し、二本とも三十一分以内だった。チームの主力である、鎌田、清家、内田がペース通りで集団を引っ張り、纏まった走りをする事ができた。特に、一年生は十kmを高校時代にまともに走った経験がある者が少なく、この練習は



中村（4年）

かなり質の高いものであったと思うが、稲毛を筆頭に多くの一年生がしっかりと食らいつく姿勢を見せた。上級生も安定した走りで練習を消化し、いい雰囲気のまま練習を終えることができた。

【八日目 八月二十九日】

この日の朝練習は大学のグラウンドで各自十二kmのジョグを行った。前日のポイント練習の疲労は少なからず残っている選手が殆どではあったが、その中でも各々が、リズムのいいジョグを意識して走ることができた。午前は集合を設けられず、各自でウォークやジョグで体を動かし、午後からのポイント練習に備えた。午後は三百メートル×五本の三から四セットを行った。設定ペースが前回同様、四十九秒から五十二秒の間で設けられ、各々が自分の体調に応じて選択した。第三クール最終日ということもあり、一人一人が気を引き締めて緊張感のある中でポイント練習を行うことができた。

【強化練第三クールの総括】

今回のクールでは、距離走をやりつつも、実践的な練習も入ってきたため、下級生にとってはかなり厳しいクールであったと思うが、特に一年生の積極的な走りや姿勢に刺激を受けた上級生が多かったのではないだろうか。また、それに伴って、チームの雰囲気さらに良くなり、勢いに乗ってきたと私は感じている。

この後、第四クール、第五クール、そして予選会へとだんだんと調子を上げていくことが重要になってくると思うが、現段階では順調に仕上がってきている。これから試合ペースに近い、実践的な練習が多く入ってくる。これをチーム一丸となって乗り越えていきたい。すべては予選会、そして本線で笑うために！



ガンバレ!! HOSEI!!

【夏季強化練習(第四クール)】

「強化期間も大詰めへ！」

脚造りから愈々実践的練習へ!!

九月一日より夏季練習の第四クールが始まった。猛暑の八月を乗り越え、少しずつ涼しくなっていくことを肌で感じながら第四クールも、これまで同様に多摩のグラウンドを中心に行われた。予選会までふた月を切って、チームにも緊張感が漂う中、このクールでは、ポイント練習の質がこれまでより一段階レベルを上げての練習となった。【記事 山本恭澄】

【一日目 九月一日】

第四クール一発目の朝練習は大学のグラウンドで十四kmのグループ走を行った。拡大するコロナウィルスの感染を予防するためにも集団が密集するのを避けて、四〜五人のグループでメニユーを消化した。午前練習にはトレーナーの皆さんの指導のもとに補強を行った。主に臀部周りを中心としたメニユーを全員で行った。午後の練習では各自が好きなコースで六十分JOGを行った後、グラウンドのトラックで二百mを五本行い、明日のポイント練習へ刺激を入れて備えた。

【二日目 九月二日】

この日の朝練は大学内を各自で六十分JOGを行い午後のポイント練習に向けて其々の状態に合わせたペースでメニユーを消化した。午前の練習は活動量を高めるために六十分のウォークを行った。午後は山梨県の西湖の湖畔で二千m×四本を試合の感覚に近いペースで行った。二十数名で行ったこの練習で十人がメニユー通り練習を消化することが出来た。その中

でも鎌田、川上が最後の一本で大幅にペースアップさせて強さを見せた。また一時調子を落としていた選手も少しずつ状態が良くなって戻ってきて練習にも勢いが感じられるようになってきた。

【三日目 九月三日】

この日の朝練習は大学のグラウンド周りの不整地なコースで各自が十二kmのJOGを行った。この練習では不整地なコースを走ることにより普段の練習では使わない筋肉を使って走るので細かい筋肉のトレーニングになった。午前練習は二日目同様、六十分のウォーク。そして、午後の練習はグラウンドを使っての七十分間のビルドアップ走を行った。この練習では、徐々に走るスピードのペースを上げていき、良いリズムでメニユーを消化して、気持ち良くこの日の練習を上がった。

【四日目 九月四日】

このクールも中盤を迎えた四日目。朝練習は各自で六十分のJOGで其々が状態に合わせて今、自分に必要な事を考えて有意義なJOGを行った。午前練習は各自で六十分のウォークを行って体調を整えて午後の二十kmのポイント練習に備えた。

本練習の二十kmは、一kmを三分二十秒前後のペース設定を全員が余裕をもって行った。これまでは幾つかのグループに分けて練習を行っていたのに対して、この日は集団で予選会での走りイメージしながらの練習となった。



ファイト！ 法政!!

【五日目 九月五日】

このクールも後半に入り、この日の朝練習はグラウンドで十四kmの集団走を行った。前日のポイント練習の疲労もあり、思うように体が動かない選手もいたが、練習を消化することが出来た。午前の練習にはトレーナーの皆さんの指導のもと、股関節周りを中心とした補強を行った。この補強で意識した動きのまま各自JOGへと移ったが、次のポイント練習に繋がる練習となった。午後はフリーとなっていて、治療に行く選手やトレーニングをする選手など各自の体調に合わせて行った。

【六日目 九月六日】

第四クールも終盤を迎えた六日目の朝練習はグラウンドの外周コースを各自で十二kmのJOGを行った。昨日の補強のダメージなど、自分の状態を確かめながらJOGとなった。午前練習は各自で六十分のウォークを行って、活動量を確保し、午後の練習では各自で六十分JOGを行った後に二百メートル五本を入れて上がった。明日のポイント練習に向けていい刺激となった。

【七日目 九月七日】

最終日の朝練習は各自で六十分JOGを行った。選手一人一人が午後のポイント練習に向けた意識の高いJOGを行うことが出来た。午前練習は六十分のウォークを行い、午後練習を行う西湖へと移動した。

この日の午後練習は五千メートルを三本でペースは十五分、十五分半、十五分という設定で行った。天候は大雨と強風に見舞われ厳しい練習となったが、八人がペース通りに練習を消化し、その中でも鎌田、川上は最後のセットでペースを大幅にアップさせタフさを見せた。また先頭の集団に食らいつこうとする選手も増えてチームに勢いをつける練習となり、第四クールは終了した。



須藤 (4年)

予選会突破!! 頑張れ! 法政!! はしば寿司



「はしば寿司」は新鮮なネタを提供する寿司店として地元で愛されています。真心を込めて握った「はしば寿司」の寿司を是非お召し上がりください。



〒206-0812
東京都稲城市矢野口 1770

【アクセス】

京王よみうりランド駅下車
徒歩3分



電話 : 042-377-1408
営業時間 : 11:00~13:30
16:30~22:00
休業日 : 毎週水曜日



【夏季強化練習(最終第五クール)】

予選会に向け団結力で

酷暑の夏を締め括る!

九月十一日から夏季強化練習最後の第五クールが始まった。夏の総決算とも云えるこのクールでは各自が予選会に向けて状態を上げていき第四クールよりも、もう一段階レベルアップした練習を行うことが出来た。チームの状態も尻上がりに良くなっていくとともにこのクールに入る頃から気温もかなり涼しくなり、練習しやすい環境の中走ることが出来た。【記事 山本 恭彦】

【一日目 九月十一日】

最後の第五クール初日の朝練習は、各自で六十分JOGをグラウンドや芝生、ロードなど各々の状態や目的に合わせた場所で練習を行った。午前練習は活動量を増やすため六十分のウォーク。午後は山梨県の西湖にバスで移動して三十kmの距離走を行った。五千m当たりのペースを十七分半となっていて、これまでのクールでたまった疲労が取り切れていない選手もいて初日から厳しい練習となったが、気候にも恵まれて集団でメニュー消化することが出来た。



稲毛 (1年) 中園 (2年)

【二日目 九月十二日】

この日の朝練習は大学のグラウンドで、一四kmの集団走を行った。昨日の距離走の疲労が抜けない選手も多かったが、きつい中でも全員がリズム良く

走ることが出来た。午前練習にはトレーナーの皆さんの指導のもとに補強を行ったが動きが硬くなっている選手が多かったので、可動域を出すためのトレーニング重点的に指導を受けた。この補強の後は、その動きを意識したまま各自で六十分のJOGを行った。

【三日目 九月十三日】

この日の朝練習は大学のグラウンドの外周で十二kmのJOGを各自の状態に合わせたペースでJOGを行った。午前の練習は六十分のウォークを行い、午後の練習では三百m五本を三セット行った。四日目のポイント練習とセット練となっているこの日の練習は暑さも少しあったものの全員が体をしっかりと動かしてメニューを消化することが出来た。

【四日目 九月十四日】

最後の第五クールも中盤を迎えた四日目の朝練習は各自で六十分のJOGで体をほぐした。午前練習は六十分のウォークで午後の西湖の本練習に備えた。西湖での練習メニューはkmを二分五十五から五十七秒で五本行った後に、十二kmを一kmあたり三分十五秒のペースで行った。これは予選会の入りのkmの後の中盤の絶える部分を十二kmに置き換えた実践的な練習だったが、殆どの選手がこのメニューを余裕持って消化することが出来た。またラストの二kmは全体的にペースアップしたが、その中でも鎌田、稲毛、宗像の三人が全体から飛び出し快調にペースを上げて最後に締め括った。鎌田に続いて一年生の好調にチームを活気づける練習となった。



【五日目 九月十五日】

この日の朝練習は大学のグラウンドにて各自で十二kmのJOGを行った。前日までの練習で体がきつい選手もいたが、全体的にリズム良くメニューを消化することが出来た。午前練習にはトレーナーの皆さんの指導のもと補強

を行い、そのま各自JOGに移った。トレーナーの指導により体の動かし方や正しいフォームなどを意識することを実感出来るようになった。午後はフリーとなっていたため、治療などで体を休めた。

【六日目 九月十六日】

最後の第五クールも終盤を迎えた六日目の朝練習は、グラウンドの外周コースにて各自十二kmのJOGを行い、昨日の補強や午後の休息の反応を各自確かめながら練習を行った。午後の練習は、六十分のビルドアップ走の後に二百mを五本行い、刺激を入れて最終クール最終日のポイント練習に備えた。

【七日目 九月十七日】

夏季強化練習の最終第五クール最終日の朝練習は各自での六十分JOGとなったが、ペースがフリーとなっていることもあり、各自が午後のポイント練習に向け調整しながら練習を行った。午前練習は六十分のウォーク。そして、午後は練習を行う西湖へと移動した。西湖での練習メニューは、三kmを五本の練習となったが、体の状態に合わせて本数を少し減らす選手もいたが、その中で十二人が五本ともメニュー通りの設定を消化して、この夏、最後のポイント練習を締め括った。

今年例年行われていた夏季合宿が中止になり、多摩の大学グラウンドを拠点に強化練習を行ったが、チームの全員が揃って乗り切り、締め括ることが出来た。ここからは、チームの一人一人が一層気を引き締めて毎日の練習に取り組んで、まずは、あと僅かに迫った予選会を通過し、箱根駅伝本戦で目標の八位以内の成績達成に向けてチーム一丸となって頑張っていきたい。



練習後の、くつろぎながらの食事風景

箱根駅伝予選会 ガンバレ！ 駅伝チーム！！

エイチ・ユーは陸上競技部駅伝チームを応援しています



法政の応援グッズは「エイチ・ユー」へ

エイチ・ユーは快適・安心・便利なキャンパスライフを応援します

法政グッズはOB・OGにも好評です！！

「エイチ・ユーの主なサービス事業」

- ・ 学生サービス事業
- ・ プライベートブランド販売
- ・ 物品販売事業
- ・ 教育イベント事業
- ・ etc



【店舗】 〒102-0073 千代田区九段北3-2-8 法政大学一口坂校舎1階

(営業時間) 月曜日～金曜日 9:00～18:00 土曜日 11:00 から 20:00

みんなの広場



ガンバレ!

「我」陸上競技人生で印象に残るエピソード #二

今回の「みんなの広場」は、先月に続き長距離部員の人見昂誠、徳永裕樹、稲毛高斗の三人が今までの中で印象に残ったエピソードを紹介致します。また、後期シーズンの幕開け大会となった日本実業団選手権等でのOBの活躍、応援メッセージを紹介致します。

人見 昂誠 (三年生)

私の今までの陸上競技人生で最も印象に残ったエピソードは、去年の関東インカレでの三千mSC決勝です。前日の予選の後に左足の付け根のリンパが腫れて、歩くだけで痛い状況でした。決勝は欠場するしかないと感じていましたが、青木さん、田辺さんと一緒に三人で入賞する事を一つの目標として春から練習をしてきて、少しの望みがあるのであれば出場したいと思う気持ちが強くなりました。それにA標準を切って出場資格の有る選手が七人いる中で選手に選んで貰い、外れたメンバーに予選から付き添いをして貰っているの簡単には諦められない思いも強くありました。そのような中で決勝を迎えた当日はアップをしながら坪田監督と嶋田トレーナーと相談して出場することを決めました。レースではスタートして二百mで他校の選手と接触してしまい足首を捻ってしまつアクシデントがありました。痛み止めとアドレナリンで痛みを感じることなく走る事ができました。結果は目標達成となる三人で入賞を果たすことが出来ましたがトップとの差を身に染みて感じました。今年も関東インカレには出場できませんが来年は表彰台を狙っていき先輩たちと去年を超える結果を残したいと思えます。そして駅伝シーズンに繋げられるトラックシーズンにしたいと思えます。



関東インカレ 3000mSC 決勝

徳永 裕樹 (二年生)

今までの陸上人生で一番印象に残っていることは高校三年の時の都道府県駅伝です。私は高校の三年間、インターハイに出場したことがなく全国規模での試合が初めてであ

ったからです。初の全国規模の試合で県の代表ということもあって、とてもプレッシャーを感じました。結果は区間二〇位で良い結果を出せず、自分の弱さを痛感した思い出になりました。ですが、この都道府県を終えて感じたことがありました。それは今までは県レベルでソコソコ満足していた自分でした。この全国レベルでの試合を行ったことでこれからの陸上の結果をもっと追求して高いレベルでまた戦いたいという気持ちになりました。そしてこの気持ちというのはいずれからの練習に影響し、そして調子も上がったロードでも良いタイムで走ることができました。またスランプに陥った大学一年の時にも「このままでもいいのか？」という気持ちを思い出して乗り越えることができました。私はこの経験をすることが出来たからこそ向上心を持って練習に取り組む事ができているのだと思います。またこの悔しさは調子が良い時や上手くいかない時に活きてくるものだと思います。まだ大学に入って成績というのは出せてはいませんが、これからこの気持ちを忘れず頑張っていこうと思います。

稲毛 高斗 (一年生)

私の陸上人生の中で最も印象に残っていることは、中学三年生で出場した中学総合体育大会、東北地区大会の三千m競走です。県大会上位四名までが東北大会に出場できませんが、二年時は四番以内に入ることが出来ませんでした。しかし、三年生になり、県大会二番で東北大会に出場が出来ました。私はこれまで県大会までしか勝ち進めなかったので東北大会に行けると決まったときは大いに喜びました。レースの前日と当日は暑さや初めての大きな試合だったこともあり、今までで一番走りたくないと思っていました。多分今まで走ってきたどのレースの中でもたくさん走りたくないと思っていました。当日、招集所に行くとき全く知らない他県の速い人がいて、とても怯んでいました。何とかスタートしましたが、足を動かすのに必死でした。前半から苦しい戦いとなりましたが、気持ちに反して中盤、後半と粘ることができ結果は六位入賞でした。先頭とは離れてしまいました。このレースがきっかけでプレッシャーなんて大したことないジャンと思える様になりました。更に同じ中学から出場した二人も別の種目(砲丸投げ、四種)で入賞し、男子の部学校総合得点でも入賞するという最高の結末でした。あのレースが無ければ私は今よりも緊張する人だったと思います。スポーツが人を育てる。その意味が分かった、そんなレースでした。



【OBの活躍】

「第六十八回全日本実業団対抗陸上競技選手権」

坂東五千mで四位（日本人一位）

青木三千M障害で五位（日本人三位）

実業団大会の最高峰である日本実業団陸上競技選手権大会は、九月十八日から二十日までの競技日程で埼玉県熊谷入スポーツ文化公園陸上競技場に於いて開催された。この大会に本学OBの坂東悠汰と青木涼真が出場し、共に好記録で入賞を果たした。以下に、二人の活躍ぶりを紹介する。

四組のタイムレースで行われた五千メートルで坂東悠汰は、持ちタイムの最も良いクルスの四組に出場した。外国人選手が先頭集団を形成してハイペース進められたが、坂東は積極的な走りで終盤まで集団でレースを進めて十三分二十二秒でゴールした。これは日本歴代十二位の記録であり、また、この大会の過去の日本人の最高記録で、大会の規定により「大会新記録」に認定される成績になった。坂東は今シーズンの前半は故障により出遅れたが、この大会で見事に復活を果たした。

また、三千メートル障害には今シーズン日本歴代五位の記録を出している青木が記録更新を目標に前半から積極的にレースを進めたが後半ややペースを落として自己記録は更新ならなかった。二人には、十二月に開催される日本選手権（長距離種目）での更なる活躍が期待される。



外国人選手と競り合う坂東



先頭は3000m障害の青木

「第三回中国実業団記録会」

土井、岡原同じ記録会で自己記録更新!!

第三回中国実業団記録会は、九月二十六日広島県三次市のみよし運動公園陸上競技場で行われ、本学OBの土井大輔（黒崎播磨）と岡原仁志（中国電力）の二人が出場し、土井は、一万メートルで二八分三八秒

八、岡原は、五千メートルで十三分五七秒三と、共に自己記録を大幅に更新した

「三十秒近く自己記録を更新した土井選手」



「初の十四分壁を突破して飛躍を期す岡原選手」



「応援メッセージ」



今季はコロナ禍により、選手の皆様は、思うように練習が積めず、苦勞された事と存じます。また、次々と大会が中止となり、先が見えず不安もあつた事と存じます。そんな折、応援自粛とは云え、箱根駅伝は開催の見通しが立ち何よりですね。応援する側も安堵しております。選手の皆様は、箱根駅伝出場に向けて全力を傾け練習に励んでおられる事でしょう。まずは予選を突破し、チーム目標の総合八位を達成出来ませうと熱く応援しております。

法政大学校友会東京都校友会 品川法友会 会長 三上 隆司

今年は猛暑に加えコロナ禍により合宿も出来ず厳しい環境の中、猛練習に耐えた事と思えます。いよいよ一か月後に控えた、箱根駅伝予選会へ向け益々、練習に熱が入っている事と思えます。我々法政大学品川法友会は、毎年一月三日に十区青物横丁で応援させて頂いております。今年も、予選を勝ち抜き箱根路を駆け抜けて頂きたく品川法友会皆の気持ちを代表し、応援のメッセージを送らせて頂きます。

【編集後記】

つい最近まで朝から暑かったのが嘘のように涼しくなりました。秋になると秋雨前線、台風と雨が長く季節になっています。とはいっても毎年台風の存在感に負けて秋雨前線の印象は薄いですよ。私は、秋雨は梅雨の兄弟みたいなものだと思っていました。秋雨前線は梅雨と違って短期間でまとまって大雨が降ることが多いようです。だから梅雨の時期と違って、あのどんよりとしたいつまでも続く憂鬱な気分にはなりづらいんですね。この秋雨前線が夏の暑さを冷却してくれているということです。これから一步一步涼しくなっていく中、ポジティブに秋冬を迎えに行きましょう。でも寒いのは苦手なので、あまり涼しくさせすぎないようによろしくお願いいたします。

編集長 鈴木 快

朝晩と冷え込み、秋の気配がほのかに感じられるようになりました。つい先日、約8年ぶりの総裁選が行われ、法政大学出身である菅義偉さんが新内閣総理大臣に選出されました。そんな菅首相の座右の銘を皆さんは知っていますか？菅首相の座右の銘は「意志あれば道あり」です。意味はどんな困難が訪れようとも成し遂げようという志さえあれば道は開けるということです。これを私たちに当てはめると、今年はコロナの影響でたくさんの制限や困難がありました。箱根駅伝総合八位という目標を達成するという気持ちを持ち続けることで、それを掴み取ることができるということです。菅首相の座右の名の如く、私たちもこの言葉を信じ、頑張っていきたいと思えます。応援よろしくお願いいたします。

副編集長 清家 陸

猛暑も過ぎ去り、秋を感じる日が増えてきましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。秋といえば読書の秋ですよ。今回は私の好きな小説、朝井リョウさんの「死にがい求めて生きているの」を紹介したいと思います。他者と比較し、生きる意味を探し、人に魅せる生き方に意味はあるのか。一章で想起させる「死にがい」がどんどん裏切られていく描写などが印象に残り、現代の若者の心の中にある闇の部分に焦点を合わせていて、胸をえぐられるような感覚になる作品です。機会がありましたら、是非一度手に取ってみてください。また気温差が激しくなっておりますので、体調には十分お気を付けくださいませ。

編集員 山本 恭澄

【第148号予告】

- ◎ 第97回 箱根駅伝予選会詳報！
- ◎ みんなの広場
- ◎ etc

【事情により変更もありますが御了承ください。】

【禰新聞の会 事務局】

〒103-0025 東京都中央区日本橋茅場町2-17-6
いづみハイツニュー茅場町511号 阿部事務所内
Mail: : srbea@jasper.dti.ne.jp
☎ 03-5614-0977 Fax 03-5614-0988

【147号の主な内容】

- ・夏季強化練習、第3・第4・第5
クール練習内容詳報
- ・みんなの広場
- ※ 本号では9月の出来事を掲載しています。

【編集】 阿部 一夫 鈴木 快

清家 陸 山本 恭澄

【写真】 鶴巻豊起 鶴巻みつえ

阿部一夫 月刊陸上競技

陸上競技部マネージャー

【イラスト】 平野 由紀子