



# 西宮東

## Track & Field



### 男子第 78 回兵庫県高等学校駅伝競走大会 女子第 40 回兵庫県高等学校駅伝競走大会

■ 県大会を終えて（2023 年 11 月 5 日 丹波篠山市・大正ロマン館～篠山鳳鳴高校）

丹波篠山市において、兵庫県高校駅伝が開催され、男女ともに 22 位と健闘しました。また、当日は部員や保護者のみなさま、沿道のみなさまの応援を力に最後まで立派に走り抜くことができました。ここで得た課題は新たなシーズンでのトラックレースや1年後の駅伝で成長した姿になっていると感じました。

以下にはレースの様子と振り返り、前日からの様子を交えて大会の報告を致します。



#### 女子1区

記録を更新できなかった悔しさが残りました。県大会で初めて駅伝をして上には上がいるということを痛感させられました。冬季練習で長い距離とスピード練習も頑張っていきたい。来年は県駅伝はもちろんですが、近畿大会も狙える力をつけていきます。



#### 女子2区

県駅伝は一つの競技場や河川敷であるのではなく、一つの街でたくさんの人の手によって行われていて、県大会の規模の大きさに圧倒された。

### 女子3区

予選会から30秒近く記録を更新することができてよかった。順位は下げてしまったのは悔しいけれど、全力を出し切ることができた。



### 女子4区

県大会はレベルが高くてこれからにつながる良い刺激がもらえました。ここでつけた体力を活かして水泳部でもがんばります。1ヶ月間とても楽しい体験をありがとうございました。

### 女子5区

抜かせそうな位置に前の選手がいたのに足が動かず抜かせなかったところが実力不足なところだと思いました。今回はペースを上げきれずに終わってしまったので最後にもっと足を動かしたらよかった。



### 男子1区

暑さであまりいい走りができなかった。集団がとても速くて5kmの通過が15分45秒で、その後に耐えることができなかった。冬にたくさん走って長い距離のJOGをして体力をつけたい。

### 男子2区

県大会という大きな舞台で走ることができて本当に嬉しい。この経験は大切にしたい。来年も県大会に出て、10位までに入って近畿大会にいけるように全力で努力したい。



### 男子3区

今までで一番悔しいレースになった。チームに迷惑をかけてしまって本当に申し訳ない。コンディションの調整や速いペースでの距離走が課題が残った。来年、可能ならもう一度リベンジをしたい。



## 男子4区

予選会とは全然違う雰囲気でもとても良い経験になりました。皆の足を引っ張ってしまった結果になったので来年の駅伝までにLONG JOGを中心に走り込んで来年は自分が皆を引っ張っていけるようにがんばりたい。来年は上位9位以内に入って近畿大会に出場できるようにがんばります。



## 男子5区

タイムは届かなかったものの、順位を4つ上げられて良かった。今回の大会では、“チーム”ということ意識して行動できたので良かった。来年は一つ上の近畿大会を目指して頑張ります。

## 男子6区

ラストの上り坂は想定していた通りペースを上げることができて、結果的に17分を切ることができ、2人を抜かせたのでよかった。陸上競技部に参加してよかった。



## 男子7区

沿道からの応援や短距離の人たちからの応援がレース中にすごく力になって嬉しかった。中長距離以外のメンバーもチーム一体となって駅伝に挑めたと思う。

## 男子

今回は出ることはできなかったけど、来年は出場してみんなで近畿大会に行きたい。(走れなかった)悔しさと来年の目標のために冬季は距離をしっかりと踏んで練習したい。

## 男子

念願の県大会だったのに笑って終わらせることができなかった。どういけなかったのか、自分の欠けているところは何か、来年の駅伝に向けて日々頑張りたい。





大会前日、前・顧問の先生より激励のお言葉



大会前日の夕食のようす



大会前日の最終ミーティング



大会当日の朝、宿舎出発



**ご声援ありがとうございました！**