

---

# 東北大学陸上競技部

## OB通信

2013年 No. 1 (2013. 3)

---

- ・ 第10回国公立22大学対抗駅伝  
女子4位、男子5位とそれぞれ入賞！
- 

- ・ 三秀会費納入のお知らせ  
末尾に会計から三秀会費納入のお願いがございます。
- 

- |                     |         |
|---------------------|---------|
| ・ 今年の抱負             | 2～4 ページ |
| ・ 第10回国公立22大学対抗駅伝   | 5 ページ   |
| ・ 平成24年度秋季三秀総会      | 5 ページ   |
| ・ 平成24年度卒業祝賀会       | 6～7 ページ |
| ・ 自己記録更新者一覧         | 8 ページ   |
| ・ 平成25年度春季三秀総会のお知らせ | 8 ページ   |
| ・ 今後の予定             | 8 ページ   |

春陽の候、会員の皆様にはおかわりなくお過ごしのこととお喜び申し上げます。平素は東北大学陸上競技部および三秀会の活動にご協力いただき、誠にありがとうございます。本年も宜しく願い申し上げます。

## ◎主将、女子主将、各 PC より今年の抱負

### ★主将 三上 和樹

今年の部の目標を『七大戦男女総合優勝』『全日・全女出場』とさせてもらいました。私たちは昨年で男子が総合優勝を飾りましたが、今年は他の大学もさらに強くなっていて、さらに厳しい戦いが予想されます。その中で、部員一人一人が自分でどのようにすれば勝てるのかを考え、チームとして一人一人が同じ方向を向いて行き目標を達成していこうと思います。

今年も部員数はとても多いですが、元気の良さを生かして男女一丸となつてがんばっていこうと思います。今後とも応援よろしく願いします。

### ★女子主将 中山なつみ

昨年八月から女子主将をしております、中山なつみです。今シーズンの目標として、女子チームは以下の二点を掲げております。

一つは大会目標である、七大戦総合優勝です。昨年は結果としては四位でしたが、その内容は一位と二点差というわずかな差でした。勿論まだまだ力不足だったことも事実ですが、私たちはこれをチャンスだと捉え、来年の七大戦での総合優勝を目指します。他大学が部員減少に悩んでいる中で、今私たちは人数も増えて力を着実に伸ばしており、非常に勢いのあるチームだと自負しています。幸い、男子も七大戦二連覇を目標に掲げておりますので、男子部員とも協力しながら、共に目標達成に向けて日々精進して参ります。

二つ目は、どんなチームにしていくかという目標です。私たちは、部員一人一人が主役であり、全員が楽しく全力で部活動に取り組める雰囲気づくりを心掛けております。チームの目標は七大戦総合優勝です。けれども、総合優勝に必要なのは得点だけではありません。正選手争いで負けない、自己ベストを更新してチームを盛り上げる、選手のサポートを頑張る—こういって積み重なって初めて優勝が出来ると思います。皆がそれぞれの目標に向かい、主体的に努力することで、団結する—そんなチームで在りたいと考えております。

先ほども述べたように、女子チームというように一応分かれてはおりますが、男子部員の皆様のご協力も必要不可欠だと思います。男子部員も女子部員も、お互い切磋琢磨し合つてより良い部を作っていきたいです。残り期間も少なくなってきましたが、どうぞよろしくお願いいたします。

### ★短距離 PC 畑岡 進

短距離の目標は「全員主役、全員自己ベスト」です。みんながみんなさまざまな目的でこのチームにいると思います。速く走りたい。正選手になりたい。好きだから。楽しいから。でもチームの大切な一員であり、上記の目標が各個人の目的を達成するための1つの幹となつてほしいと言う意味が込められています。

決して、自己満足にならず、延長には「七大戦優勝」というチームの目標があることを忘れないよう頑張ります。

PC就任当初は、右往左往し、悩み、時に衝突し、それでも、支えてくれる、心配してくれる多くの人がいて、そんな多くの人、来年の夏、笑顔でいてくれたら。と思っています。

「自分らしく自信を持って」、「頼るところは頼る」、「溜め込み過ぎず、時に発散」が、今年の私のテーマです。

短距離 PC 畑岡 進とこの短距離チームをどうぞよろしくお祈いします。

### ★跳躍 PC 岡部 大輝

新跳躍 PC の岡部です。私は跳躍 PC として東北大学陸上競技部が目標として掲げる七大戦優勝以外に3つの目標を立てました。1つ目は全員で自己ベストを更新することです。2つ目はケガについてです。まず、前提としてケガ人をださないように個人個人で自己管理を徹底し、ケガの予防に務めてもらいます。しかし、実際にはどれだけ注意していたとしてもケガをする可能性は0にはできません。なので、ケガをしてしまった場合のその後のケアも徹底して行なっていきたいと思っています。3つ目は陸上競技を楽しみながら練習を行うことです。ただ楽しむだけではなく、やる時は全力でやる、楽しむ時は全力で楽しむ、といったスイッチのON、OFFがきちんとできるメリハリのあるチームにしていきたいと思っています。

また、現在跳躍パートは人数が少ないです。ですが、その分一人一人の意識が高く、お互い意見を出し合ったりして日々切磋琢磨しあっています。このような雰囲気大切にしながら、より強い跳躍パートを目指していきたいと考えています。

至らないところが多々あると思いますが精一杯がんばっていきましょうと思いますので、応援よろしくお祈いします。

### ★ハードル PC 千葉優人

まず、ハードルパートなんていつの間にできたのかと疑問に思われる方もいるかと思いますが、ハードルパートは私の2つ上の代の先輩方が、東北大のハードルチームを強くしたいという強い想いで設立することとなりました。今の段階では短距離パートの下部組織という形で活動しています。

今までハードルパートがなかったために、どのようにパートとして活動していくのか模索する毎日ですが、逆に言えばそれだけ東北大学のハードルパートには伸びしろがあるということだと私は思っています。対抗戦でも大量得点を狙えるパートだとも思っています。そのためにはパートを設置しただけで満足せず、普段の練習からいかに工夫していくかが大切だと感じています。この原稿を今は雪が積もり、ハードルを使うことさえままならない状況になっていますが、ハードルパート一同協力して『2013年はハードル陣が素晴らしい』と言われるシーズンになるよう精進しますので、よろしくお祈いします。

### ★長距離 PC 西井 大樹

新長距離 PC の西井です。

自分が大切にしたいことは「一人一人が考えて練習する」ということです。置かれている環境や体の状態はそれぞれ違うので必要な練習がみんな同じということではなく、メニューをこなすにしてもその目的を理解して練習する方が効果的です。また、実際のレースでどのように走るのかを最終的に決めるのは自分自身です。特に来年の予選会では全員が確実に安定して走ることが求められるので、普段の練習から体調や天候を考慮して最後までしっかり走りきれる力を身に付けてほしいと思っています。

その一方で「チームとして戦う」ことも大切にします。対校戦ではチーム 一丸とならなくてはなりません。サポートも含めた全員が本気で勝ちたいと思うことで雰囲気を作られていくのだと思います。本番直前になってから団結力などと言い初めても遅く、今から全員がチームに対する責任をもってほしいと思います。さらに、みんなで頑張れば競争意識が芽生えて自然と陸上に対する意識も高まると考えています。人数が多くて部内で競い合えるのが東北大の強みなのでそれを活かしていきたいと思っています。全員がこのチームのことを考えることで当たり前のように頑張れるようになったらいいと思っています。

そして一番大切にしたいのは「楽しんで部活をする」ということです。他人にやらされるより自分で考えた方が結果が出たときは嬉しいですしみんなで練習した方が楽しいです。走ることの何が楽しいかは人によって違いますが、それらを尊重してみんなが楽しく走り、それが競技力・チーム力の向上に繋がって結果が出てさらに楽しくなるというようなチームにしたいです。

以上のことを重視して全日本大学駅伝出場、七大戦優勝を目指して頑張っていきます。応援よろしくをお願いします。

### ★中距離 PC 西田 舜

僕たち中距離では、全体の底上げを目標としています。というのも、昨年の七大で活躍した4年生が抜けてしまうので、層が薄くなるのは避けられないからです。ですので、人数が少ないながらも、工夫してにぎやかに練習していければと思います。

シーズンインまではまだ少しありますが、のぼり調子で迎えられるように頑張っていきますので、応援よろしくをお願いします。

### ★投擲 PC 石川遼

投擲パートの目標は七大戦で全員得点することです。投擲パートは今年4月に入部した1年生が0人、絶対的なエースが抜けるという厳しい状況のなか、冬季練習に取り組んでいます。12月、1月はウエイトや補強、坂ダッシュという基本的な体づくりを中心にして2月、3月から徐々に技術的な練習を取り入れていきたいと思っています。厳しい冬季練習を乗り越えると見違えるほど競技力が向上すると思います。体力的にも技術的にもレベルアップし、七大戦では色とりどりの投擲レンジャーが活躍できるように頑張っていきます。これから1年間、よろしくをお願いします。

◎第 10 回国公立 22 大学対抗駅伝(2/16) 於 熊谷スポーツ文化公園 埼玉

対抗の部で男子は 5 位、女子は全員一年生ながら 4 位という好成績をおさめました。

<男子対抗の部>

- ・ 5 位 東北大学 2 時間 6 分 1 秒

区間 / 距離	名前(学年)	タイム(合計)	区間順位(全体)
1 区 9.72km	高橋佳希(B1)	30'07(30'07)	2 位(2 位)
2 区 3.14km	田辺 明(B3)	9'59(40'06)	5 位(3 位)
3 区 7.69km	三上和樹(B3)	27'00(67'06)	14 位(8 位)
4 区 5.17km	碓井将也(B1)	16'48(83'54)	6 位(6 位)
5 区 5.17km	斉藤寛峻(B3)	16'51(100'45)	3 位(5 位)
6 区 7.69km	藤澤萌人(B3)	25'16(126'01)	6 位(5 位)

<男子OPの部>

- ・ 東北大学 B 2 時間 17 分 9 秒
- ・ 東北大学 C 2 時間 16 分 6 秒

<女子対抗の部>

- ・ 4 位 東北大学 1 時間 5 分 29 秒

区間 / 距離	名前(学年)	タイム(合計)	区間順位(全体)
1 区 5.17km	宮間志帆(B1)	19'11(19'11)	5 位(5 位)
2 区 3.14km	梶山あずさ(B1)	12'48(31'59)	5 位(4 位)
3 区 3.14km	榊原真璃子(B1)	13'03(45'02)	5 位(5 位)
4 区 5.17km	塩谷美菜子(B1)	20'27(65'29)	5 位(4 位)

◎平成 24 年度秋季三秀総会(12/23) 於 川内北キャンパス B200

開会の後、佐藤会長、吉田監督、宮崎幹事長から挨拶がありました。議長に平成 5 年卒の久保正樹さんが選出され、その後、平成 24 年度活動報告、平成 24 年度会計報告、平成 25 年度予算審議、そして新 PC からの抱負発表、役職交代等が行われました。

## ◎平成 24 年度卒業祝賀会(3/23)

於 東北大学片平キャンパス北門食堂 2F「レストラン萩」

三秀会・東北大学陸上競技部として初めての卒業祝賀会が開催されました。この会は、現役部員諸君が卒業後に三秀会会員として活躍していただくことを期待して企画されました。そして、三秀会会員が今春学部を卒業する陸上競技部員を招待し、お祝いするという形式としました。

今年の卒業生は七大戦 2 回目の総合優勝の立役者です。出席者は 11 名でしたが、欠席した学生の中には、早くも学会にて研究発表を行う者がいたとのこと。都合により出席できない卒業生がいたことは残念ではありますが、反面、現在の陸上競技部員が文武両道を成し遂げていることの現れであり、喜ばしくも思えます。

当日は、在仙 OB・OG だけでなく、東京、名古屋など、遠隔地からも諸先輩方にご参加頂きました。遠い所では、アメリカはテキサスより S57 卒小野寺俊悦さんに駆けつけて頂きました。また、卒業生と共に競技した仲である、大学院生の皆様も、お祝いに来て頂きました。卒業生を含め、38 名の参加を得ました。

彦坂副会長の開式の辞の後、佐藤会長から今回の企画立案の経緯をお話頂いた上で、卒業生に激励のお言葉を賜りました。続いて、卒業生の皆様から一言ずつご挨拶頂きました。卒業後の進路はもちろんです、それに加えて陸上競技部ならではの、種目と記録をご披露頂きました。その後、前主将の藤井君から卒業生代表として挨拶がありました。そして、乾杯のご発声を S47 年卒及川拓郎さんに賜り、開宴となりました。

会の中程にて、仙台での三秀会のイベントに久しぶりにご参加頂きました諸先輩方に、ご自分の近況やご経験談をご披露いただくとともに、卒業生に激励のお言葉を賜りました。ご出席者で最年長の S42 卒菅原質さんからの大変ありがたいお言葉に始まり、S50 卒源栄正人先生からはご自身のご経験に基づく「インターバル・ワーク」という新しい概念をご披露頂きました。また、S52 卒柴田清さんからは関東支部について、S58 卒村橋光臣さんからは東海支部について、それぞれご説明頂きました。そのほかにも多数の諸先輩方からご挨拶を賜りました。最後に、宮崎幹事長の中締めのご挨拶、一丁締めにて閉会となりました。

会の様子を鑑みるに、卒業生たちが三秀会会員になる自覚を持ってくれた様子でしたので、会の目的は達成されたものと見ております。さらに、多数の三秀会会員にお越しいただき、旧知を深めたことは、三秀会の新たな企画として盛会であったと捉えております。この企画を毎年続けていくことで、これまで培ってきた三秀会の伝統がさらに強固に引き継がれていくものと確信した次第です。

ここで、有志の会員の皆様に、ご祝儀を頂戴したことをご報告申し上げます。会を開催するまでは、卒業生に対してどのくらいの会員の方にご参加いただけるか心配しておりました。三秀会の会員の結束を考えると、それは全くの杞憂であり、多数の参加者ならびに厚いご支援により大幅な黒字となりました。余剰金は三秀会に寄付し、次年度の現役部員への支援の一助とさせていただきます。

卒業生の皆様には、今後は三秀会会員として、ともに三秀会および東北大学陸上競技部を盛り上げていくことをお願い申し上げます。三秀会の皆様には、重ねて御礼申し上げますとともに、今後とも倍旧のご支援を賜りますようお願い申し上げます。

(平成5年卒 久保正樹 記)

出席したOB・OG（敬称略）

菅原質(S42)、宮崎鉄男(S43)、及川拓郎(S47)、源栄正人(S50)、佐藤健二(S52)、柴田清(S52)、大浦譲(S54)、遠藤久則(S55)、佐藤源之(S55)、眞山隆徳(S56)、小野寺俊悦(S57)、村橋光臣(S58)、渡辺裕生(S62)、加藤尚(H2)、彦坂幸毅(H2)、宮野知生(H2)、菅野均志(H3)、久保正樹(H5)、安孫子聡子(H12)、長谷川翔平(H20)、八木洋光(H20)、島田健作(H21)、相澤直人(H22)、蟻坂まなみ(H23)、岩崎辰哉(H23)、千葉絵里子(H23)、杉本和志(H24)

ご祝儀を頂戴した方（敬称略）

井上幸信(コーチ)、小野寺純雄(S28)、小笠原卓(S48)、大原綾(S58)、平良千鶴子(S60)、岩松正記(H1)、吉田真人(H9)、野村美有樹(H12)、斎藤純(H21)、新沼啓(H23)



出席した卒業生による挨拶（撮影：S58 卒村橋さん）

### ◎自己記録更新者一覧(11/25~4/1)

・5000m		高橋佳希(B1)	15'06"22
北原慶汰(B1)	16'26"20(東北学連競技会)		(都道府県駅伝選考会)
醍醐賢輔(B3)	16'28"09(〃)	鈴木絢子(B2)	16'43"97(〃)
宝田拓馬(B3)	17'21"60(〃)	・10000m	
三上和樹(B3)	15'10"42(〃)	高橋佳希(B1)	30'53"21(東北学連競技会)
菅野 均(B4)	15'03"31(日体大記録会)	碓井将也(B1)	32'58"28(〃)

### ◎春季三秀総会のお知らせ

下記の要領で、平成25年度春季三秀総会を開催します。皆様ご多忙の折りとは存じますが、ご出席いただきますようご案内申し上げます。

日時：平成25年5月8日(水)18時～

会場：東北大学片平さくらホール 2F 会議室

※幹事会は17時より同会場で予定しております。

### ◎今後の予定

- ・4月13～14日 東北学連春季競技会(宮城野)
- ・5月8日 春季三秀総会(片平さくらホール)
- ・5月17～19日 第66回東北学生陸上競技対抗選手権大会

### ◎編集後記

三秀会員の皆様、本年度も東北大学陸上競技部をどうぞよろしくお願い致します。長かった冬も過ぎ去って、ようやくシーズンも幕開けとなり、部員一同ますます練習に励んでおります。私自身も、新入部員がたくさん入ってきてくれるといいなあと期待に胸をふくらませています。今年度もこのOB通信を通して、皆さんに陸上部の活躍をたくさん伝えることができることを願っています。

文責 副務 千葉愛里沙



三秀会会員 各位

東北大学陸上競技部三秀会 会計 新田翔太

### 会費納入のお願い

拝啓 会員の皆様には益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。平素は三秀会にご協力とご尽力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、平成 25 年度会費納入についてお知らせ致します。本年度もご支援のほど、何卒よろしくお願い申し上げます。

なお、過去 2 年間会費納入の無い会員の方への三秀送付(春頃予定)を見合わせております。会費納入を万一お忘れになっている場合、是非納入をお願いいたします。

また、七十歳以上の方については、会費免除となっておりますが、ご寄付を頂ければ幸いです。

敬具

三秀会費規定 一般： 年額一口 1000 円 3 口以上  
陸上競技部部員(学部生)： 年額一口 500 円 3 口以上

- ・会費は他年度への充当をご遠慮しております。ご入金は全て当該年度として扱います。
- ・ご夫婦の連名による入金の場合、お一方の未納通知に未納と印刷される場合がありますが、適切な認識の下、お取扱しております。ご了承ください。
- ・特別な場合を除いて会員各位様によるご入金はすべて「三秀会費」として扱わせていただきます。

#### (1) 郵便振込

送金先：郵便振替口座番号 02270-3-9099

口座名：東北大学 陸上競技部 三秀会

- ・金額の前に¥記号をつけないでください。
- ・口座番号は右詰めでご記入ください。
- ・通信欄に下記事項を必ず明記してください。

氏名 (卒業年度)

入金金額 円 内訳 (会費 その他 )

#### (2) 銀行振込

振込にはご本人名義でお願いいたします。

口座番号：りそな銀行 仙台支店 普通 315-1305830

口座名義人：三秀会

#### (3) クレジットカード

平成 24 年度からクレジットカードによる送金はなくなりましたのでご注意ください。