早狩選手と走ったよ

南丹小学校駅伝ニュース

第３号
事務局
南丹教育局内
Tel
62-0304
fax
62-1187

南丹陸上教室　開催

十月二十二日（土）午後一時三〇分より、園部公園陸上競技場において、三千メートル障害日本記録（アジア記録）をもつシンキの世界陸上で出した、早狩実紀選手を招いての陸上教室「早狩選手と一緒に走ろう会」を開催しました。

当日は、朝から雨が心配されましたが、午後の陸上教室は、雲が多いものの、走るのには良いコンディションの中、開催することができました。

午後一時三〇分の開会を前に、続々と参加者が、会場に集合しました。

中村南丹地区小学校駅伝競走大会会長と仙田船井郡陸上競技協会会長のあいさつで陸上教室が始まりました。

全員で軽く体操・ストレッチの後、時間を決めてのトラック走、タイムレース等、色々な練習方法を体験しました。

休憩を兼ねての早狩選手への質問時間では、練習の方法、食事のことなど日頃参加者が気になっている質問が出されました。子ども達は丁寧な早狩選手の答えに大きくうなずいていました。

閉会式では、牧野園部町教育長の、口丹の子どもたちに期待が込められたあいさつがなされました。講習会の終了後は、写真を撮ったり、サインをもらう子ども達が、早狩選手を取り囲みました。

子ども達も本気モードに入ってくることでしょう。

サインをもらった後、子ども達は、「来てよかった」「上手く走れた」と嬉しそうに会場を後にしました。

今後予定されている地元の駅伝大会、そして、十二月十日の「キッズふれあい駅伝」本番に向けて、いよいよ子ども達は本気モードに入ってくることでしょう。

子ども達の感想

西本梅小学校　岡本　洸基

ぼくは、早狩選手の走りを見てみると、足をすごくあげてて、体が前をしっかり向いていたので、ぼくも早狩選手のように走ってみたいです。ぼくは、早狩選手に教えてもらったことをいかして、校内マラソン大会などで、必死に走っていいタイムがとれるようにがんばりたいです。最後に、あく手やサインをもらってとてもうれしいです。ありがとうございました。

園部第二小学校　太田　翔

一周目からはあまりとばさずに、二周目からちょっとずつペースをあげていきました。ぼくは、こういう練習を家でやりたいです。早狩さんは、食事も、昔はすききらいがあったけど、今は、きらいなものも食べていると言っていたので、ぼくも、好ききらいがないようにしたいです。駅伝のいい練習になり、多くのことを学びました。またこういう練習があればいいなぁと思いました。

園部中学校　安達　菜央

「早狩選手と一緒に走ろう会」で一緒に走った時、故障ぎみというのにとても速くて、その走り方が、背筋がのびていて、とてもリラックスした感じで、とても参考になりました。そのおかげで、二十三日にあった記録会が、よく走れました。雨の日だったから、というのもあると思いましたが、教わった「リラックスをして」や「あまり大会のことを意識しすぎないこと」などを思い出して走れました。千五百メートルを走り、自分にとって満足できる良いベストを出すことができました。

八木中学校　西村　春菜

練習量と記録は比例しているという事が分かりました。早狩選手の練習を実際に見たことは無いけど、数々の実績を残されているので、それに比例した練習をしておられると思います。厳しい練習を乗り越えたからこそ、今があるんだと思います。私の専門は短距離だけど、同じ陸上競技をやっている人として早狩選手の様になりたいなと思いました。早狩選手の活躍を期待しています。

園部高校　安達　茉耶

実際に早狩さんの走りを見せて頂いた時、かっこいいなとか、綺麗だと思いました。あたり前の事なのですが、背筋を伸ばして前を向いて、凄く楽そうに、そして楽しそうに走っておられました。故障をしていらっしゃったそうですが、微塵もそんな事は感じられませんでした。一つ一つの質問に丁寧に答えてくださったのでとても分かりやすかったです。

たくさんの感想ありがとうございました。紙面の都合で部分掲載となりました。

キッズふれあい駅伝あと一ヶ月に迫る！

十二月十日（土）
丹波自然運動公園陸上競技場

大会までの日程

11月21日（月）
第１次エントリー締め切り

12月2日（金）
第３回大会委員会

12月5日（月）
監督会議
（最終エントリー）