

切磋琢磨

久米島町立久米島西中学校
学校だより

第15号 令和元年10月8日

第61回 那覇地区 中学校陸上競技大会を終え

9月20日(金)浦添市の「ANA FIELD 浦添」で開催された那覇地区中学校陸上競技大会を終えての感想の続編を掲載します。

【共通男子】

1500m 仲村渠琉孔

僕は、共通男子 1500m に出場しました。今回の1500m では、2年生の時の4分45秒を切り、5位以内を目標にして練習をしてきました。でも、今回は4分52秒と、2年生の自己ベスト記録をこすことができなくて、また、12位と8位入賞ができなくて、とても悔しかったです。また、次は長距離の人が団体でチームになり、タスキをつなぐ駅伝があるので、それに向けてハードな練習をして、頑張って4位以内で県大会を目指したいです。

800m 花谷玲哉

初めての800mを走ってみて、自己新が出せたので良かったです。走っているときに、フォームが崩れたりしていたので、それを直して駅伝につなげていきたいです。あと、緊張もしていたのでフォームが崩れたのではないかと思います。僕は、今年で陸上は終わりだけれど、駅伝に力を注いでいきたいと思っています。今回の陸上で、今の自分よりもっと上がることが知れたので、今後につなげていきたいです。あと、1・2年生は、次もあるので頑張りたいです。

200m・400mR 真栄平健心

僕は、今回の陸上大会で200mと400mRに出場してみて、予選の結果は、200mは6位、400mRは4位でした。今までの努力を全て発揮することができたので、とても嬉しかったです。また、今回の大会で、何事もすぐにあきらめずにチャレンジすることが大事だと学ぶことができたので良かったです。

3000m 保久村凜也

那覇地区大会では、反省点はやっぱり3000mは最初の種目で、僕がもうちょっと良い順位でいければ、もっと皆のやる気も上がって総合順位とかももっと上がっていたと思うので、そこは、皆にも流れを作ることができなくて申し訳ないです。でも、良かった点は、自己ベストの11分4秒よりも30秒位タイムを上げて、10分35秒という記録で走れたのは自信になりました。また、その日は、けっこう体が軽かったので調整も上手くいったのかなと思いました。次からは、地区駅伝に向けての練習が始まるので、皆で声をかけ合ったり、助け合ったり、去年の記録もすごかったけど練習を続けて、記録や順位よりも大事なものを見つけたいです。

110mH 佐々木奏羽

僕の今回の大会での感想は、最後まで走れてケガなくできたので良かったです。また、みんなオミットがなく全力で走りきれたので良かったです。僕たち3年生は、最後の大会でしたが、みんな練習した成果を十分に発揮できていたので、悔いのない大会にすることができました。

400mR 大城佳斗

今回の陸上競技大会に参加しての感想は、まず、僕は400mRでしたが、全く緊張感という気持ちを持って競技に取り組むことが少ししかできなかったのも、そこが一番悔しかったです。逆に良かった点は、自分の競技で緊張感ではなく、西中3年生の代表で来ているから走りきるまで堂々と胸を張って走りました。また、400mRでは、第1走者だったので、前傾姿勢をイメージして、いいスタートができたので良かったです。今後の取り組みでは、駅伝を頑張っていきたいです。

400mR 仲道正恭

今回、僕は3年間で初めて地区陸上に参加しました。選手ではありませんでしたが、選手のサポートをマネージャーと一緒にやりました。正直な気持ちとしては、選手として出場したかったです。精神面の弱さや練習不足で自分が悪いので、もう来年はありませんが、高校生に向けての体力づくりを頑張りたいと思います。今大会はリレーの補員としていきましたが、練習では長距離をやっていました。僕は正直なことを言うと、長距離がとても嫌いです。しかし、チームとして練習をやっていくうちに、自分から長距離を走りたいという気持ちが芽生えました。今年度、初めて本格的に地区陸上に参加しました。自分の精神面強化、体力づくり、また、チームワークができ、本当に参加して良かったと思います。

400mR 新里竜二

今回、共通男子の400mRの補員として陸上に参加して、他の選手の付き添いなどをして、色々サポートすることができたと思うので良かったです。また、選手の応援や他選手の種目を見て、一人一人最後まで、力を振り絞って走ったり、跳んだりしていたので、とても感動しました。長距離では、みんなで一緒に声を大きく出し応援することができ盛り上げることができたと思います。僕は今回、競技に出ることはできなかったけど、選手のマッサージをしたり付き添いをして、色々なところでサポートすることができたので良かったです。陸上は終わってしまったけれど、何かの大会で、また参加して出場したいです。

ジャベリックスロー 安里祐介

今回、陸上競技大会を通しての感想は、まず良い

点では、一本目で失敗し、二本目は最初投げたときのフォームの何が悪かったかを思い出し、フォームを意識し、一本目よりも回転がうまくかかっている、自分の納得いくフォームで投げれたので良かったです。次に悪かった点は、ラインをふんで赤旗が上がったことが悔しかったです。また、40mをこえられなくて悔しかったです。この悔しさをこれからの学校生活に生かしたいと思います。

100m・走幅跳・400mR 前兼久姫鈴

私が、今回陸上で良かったことは、リレーで良いバトンパスができたことです。100mでは自己ベストが出たので良かったです。走幅跳では、ファールで記録は出なかったけど、自分なりの跳躍ができたので良かったです。あまり良くなかったのは、普段の練習です。なぜなら、怠けることが多少あったことです。全体では、声かけなどができたので良かったです。今回、陸上で学んだ事はチームの仲と普段の練習での声かけです。あまり良い結果は出なかったけど、先生方やマネージャー、親に感謝の気持ちで競技できたので、これからの生活にも取り入れていきたいです。今日は、たくさんの思い出ができました。悔しい気持ちにもなれたので良かったです。陸上最高！！

100mH・400mR 與座美穂香

私は、地区陸を通して様々なことを学ぶことができました。昨年度、先輩達が残した素晴らしい成績もあり、今までにないプレッシャーなどが、練習の時からあったが、今年度は私達らしい雰囲気で行うことができました。結果としては、決勝出場者が2組と大きな活躍はできなかったけど、何かしらの形で学ぶことができ良かったと思う。個人としては、初ハードルであったものの、オミットも出ず、失格になることもなく、100mという短い距離を無事に走り終えることができ良かった。

最後に3年生というLAST舞台で先生やMG、保護者、その他の方々の支えのおかげで、ケガ人も出ずに楽しい思い出がくれたことに、改めて感謝したいと思います。ありがとうございました。

砲丸投・400mR 佐藤愛菜

私は、今回の那覇地区陸上競技大会で学んだ事は4つあります。1つは、最後まであきらめないことです。なぜなら、朝練や放課後練習で体調不良が増えたけど、その中でも、「タイムを少しでも上げよう。」とか「もっと長く投げたい。」とか、それぞれのあきらめない気持ちが伝わってきたからです。2つ目は、弱音をはかないことです。なぜなら、私が7月から陸上の練習をやっていて、今まで一度もみんなの弱音を聞かなかったし、自分も弱音を言わなかったもので、良いことでもあり、悪い所でもあったかなと思いました。3つ目は、仲間と協力できたことです。4つ目は、他のクラス、学年の子たちと仲良くなれたことも嬉しかったです。

ジャベリックスロー・400mR 與儀なぎさ

私は、ジャベリックスローと400mRに出ました。ジャベリックスローは、私の個人種目ですごく緊張しました。練習の時は20mのギリギリまで飛んでいたけど、実際の試合では23mくらい飛ばせたので、今まで一番良い記録を出すことができました。本島の中学校の人達は、みんな30m以上飛ばしていて、自分の記録との差が大きくて、今までの自分の練習

が足りなかったことを実感することができました。400mRでは、第3走者で、みんなとそれぞれバトンパスの「はい!!」というかけ声を工夫して上手くやっていたので、私もそれを手本にして、リレーできるようにしたいです。

走高跳・400mR 新城そら

今回は、緊張しながらの大会となりました。雨天というちょっと心配な天気でしたが、無事に種目が終わったので良かったです。初めてという事もありなかなかテキパキとした行動ができませんでした。でも、誰も失格にならなくて良かったです。私は、この大会でベストを尽くすということができませんでした。ペースなども遅かったりして、メンバーにも後れを取らせてしまっていたと思います。それに、走高跳でもフォームなどが意識できていなくて自己ベストを跳ぶことができませんでした。今回の大会を通して、自分の課題とする点が見えたので、それを生かして、これからの高跳や走の競技に入れていきたいです。これから先、また参加する1・2年生が私たちができなかった総合優勝をとれたら良いなと思いました。これは、きっとプレッシャーをかけているだけだとは思いますが、これを先輩の『最後の願い』として心にとめて欲しいと思っています。

久米島学校音楽コンサート

10月4日(金)久米島学校音楽コンサートが開催されました。

「～ヴォイス・アンサンブルを楽しもう～」と題し、おから座の皆さんの歌声に魅了されました。合唱コンクールに向け、気持ちも高まってきた3年生です。



久米島町民運動会



【中学校100mの競技を終え】

10月6日(日)に開催された久米島町民運動会には、各地域代表でたくさんの生徒が選手として参加しました。また、競技役員として生徒会体育委員会が参加し、スムーズな運営ができ競技委員長からお礼の言葉があり、清々しい気持ちになりました。久米島西中学校の皆さんの頑張りは、日々学校内で感じていますが、地域行事を通して地域の皆さんから褒められる機会を得るに付け、素晴らしいさを再確認できます。これからも地域・社会に貢献できる人材になって下さい。