

# クラブ特集

~私たちがんばってます~

# 上尾瓦葺中陸上部

上尾瓦葺中陸上部

選手名	学年
内田 則也	②
内海 明也	②
ト・エイン・タン	②
三ヶ田 壮	②
和久田 幹太	②
佐藤 大志	②
相馬 彰人	②
古田 翔人	②
金井菜那璃	②
倉田 晴生	②
清水 裕太	②
宮澤 瑞生	②
小川 杏奈	①
小川 川上	①
衛藤 あかり	①
大平 大森	①
小川 中里	①
保坂 真吾	①
米倉 慶	①
入倉 悠樹	①
四ツ谷 太治	①

ひたむきな姿勢と抜群のチームワークも武器にする上尾瓦葺中陸上部



上尾瓦葺中陸上部は2年生12人、1年生12人と、長距離専門の中井健人監督(34)、短距離専門の矢作杏美コーチ(26)の計26人で日々、練習を重ねている。中学から陸上を始めた選手もいる中、選手同士アドバイスを送り合うなど、自分たちで考える」ことを大切にしながら成長してきた。チームワークも育み、その実力は急上升した。

# 自主性育みみんなで限界突破

## 全員がいい雰囲気

▲ 実績豊富な長距離陣  
はトレーニングに汗を流す  
期待の小川杏

寒さに負けない強さがある。練習の厳しさに負けない笑顔がある。上尾瓦葺中陸上部のメンバーの表情には、上部を目指す向上心と走ることが大好きという気持ちがあふれている。矢作コーチも「すれば抜けた選手はないが、陸上が好きという選手が多い。最初は練習が苦手だった選手も影響されて全員がいい雰囲気でできている」と、ひたむきな姿を満足そうに見つめた。



個人競技が主だけに、思いはそれではだ。小学5年からダンスを継続している大森結菜(1年)は「走ることが好きだから」と学校では陸上部に入部。走り幅跳びを専門に、「ダンスではセンタートーに、陸上では県大会」と目標を掲げる。「自分で考え、動くことが大事」と、陸上部の学びを胸に、どちらにも全力投球だ。

## 互いの信頼推進力

冬場は約3キロのメイシンボールを持って走るトレーニングや、走り込みの量を増やす。長距離専門の川上達也(1年)は昨年の通信陸上、中学年では県大会で優勝した。「自分で考え、動くことが大事」と、陸上部の学びを胸に、どちらにも全力投球だ。

◆取材にうかがいます さいたま報知ではこのコーナーの掲載クラブを募集しています。競技にかける熱い気持ちを持つチームに取材にうかがいます。応募は〒130-8633報知新聞社販売局「さいたま報知・クラブ特集係」、FAX 03-6284-1062、https://www.saitama-hochi.comまで。お待ちしております。

手・足のしびれ  
神経痛  
関節痛  
ひざ痛 腰痛  
ひじ痛 肩痛  
肩こり 五十肩

吉川一郎  
新規開拓責任者  
不快なしびれから解放

実感!!ビタミンの力

コングルコン1

初回限定特別キャンペーン

半額

通常価格 3,080円(税込)

特別価格 1,540円(税込)

新規登録者様

東京オフィス 〒103-0021 東京都中央区日本橋本町4-2-16

(株)ジェネリック製薬

お電話でのお申込み 受付時間 9:00~21:00 年中無休

0120-04-1110

NB1906W

キャンペーン番号

FAX 0120-186-111

24時間受付

お問い合わせ

お名前(ふりがな) お電話番号(生年月日・性別)

お支払い方法(現金引換)

ご記入の上、お申込みください。

先:〒103-0004 東京都中央区東日本橋3-3-3 アネクビル7F 株式会社東京ダイヤ



# つらいしびれに効く

ジェネリック薬品のビタミン製剤

吉川一郎  
新規開拓責任者

不快なしびれから解放

実感!!ビタミンの力

コングルコン1

初回限定特別キャンペー

半額

通常価格 3,080円(税込)

特別価格 1,540円(税込)

新規登録者様

東京オフィス 〒103-0021 東京都中央区日本橋本町4-2-16

(株)ジェネリック製薬

お電話でのお申込み 受付時間 9:00~21:00 年中無休

0120-04-1110

NB1906W

キャンペーン番号

FAX 0120-186-111

24時間受付

お問い合わせ

お名前(ふりがな) お電話番号(生年月日・性別)

お支払い方法(現金引換)

ご記入の上、お申込みください。

先:〒103-0004 東京都中央区東日本橋3-3-3 アネクビル7F 株式会社東京ダイヤ