

## 鈴木 美帆（長谷川体育施設）

### 「ベオグラード2022世界室内陸上競技選手権大会」

### （3月18日～20日：セルビア・ベオグラード）に出場

## 世界室内陸上競技選手権大会に参加して

### 長谷川体育施設 鈴木 美帆

今回、初めて日本代表として世界室内陸上競技選手権大会に出場いたしました。

競技人生の中で、所属以外の代表として出場する経験は初めてで、緊張とともにわくわくしていました。私は陸上を始めた中学生の頃から速かったわけではなく、社会人になってから全国で戦えるようになった選手です。代表として試合参加できるなんて当時は夢の話。

昨年の試合成績が良かったことが、このチャンスをいただくこととなりました。

会場に着いて練習場や本競技場で、「そんなに日本と変わらないな」と思いました。

確かに、周りの人に日本語は通じませんし、我々よりも身長や体つきが大きいというのがあります。ですがウォーミングアップやドリル、ショートダッシュやスプリントは、学校ごとに特色が違うように、他校がみたことがない練習をしている感覚に近いと思ったからです。世界という大舞台ではありましたが、言語が英語なだけで全く知らない世界ではないと、気持ち揺らぐことなく試合に臨むことができました。

しかし、差を感じた部分もあります。欧州の方が多いので、骨格や体型は私たちと違いはありますが、もっとこうするといいかも知れない、と自分に置き換えて取り入れたいと思う部分がありました。特に、屋外の世界選手権の標準記録の突破を考えた時、今よりも必要なのはスピードを維持したまま力強く走ること。背格好は変わらなくても、もっと筋力つけなくてはならないととても感じました。

現在、女子短距離の中でかなり激戦となっているハードルは、今後もっと記録が出てくる種目の1つだと思っています。セオリー通り型にハマった練習だけでなく、今回新しく学んで知ったこと、自分に足りないと感じたものをうまく組み込むことによって、さらなる記録更新を目指して精進してまいります。



## 第 18 回世界陸上競技選手権大会の日本代表に内定して

富士通株式会社 陸上競技部 松 永 大 介

この度、4月17日に石川県輪島市にて行われました第106回日本選手権35km競歩において2時間27分09秒で第2位に入り、今夏アメリカ・オレゴン州で行われる第18回世界陸上競技選手権大会男子35km競歩の日本代表に選出されました。

私自身、これまでリオデジャネイロ2016オリンピック、2017年ロンドン世界陸上20km競歩で日本代表として出場していましたが、2019年以降は度重なるケガにより、3年間思うような競技結果を残すことができませんでした。

2021年には東京2020オリンピックが開催されました。私自身大きな目標として掲げていた大会でしたが出場することは叶いませんでした。長い期間、競技不振だったこともあり、日本代表になることは難しいのではないかと考えたこともありましたが周りの方々の支えもあり、時間をかけながらも本来の歩きを取り戻すことができましたと思います。

また、35km競歩だけでなく、2022年3月に行われた全日本競歩能美大会20km競歩においても優勝することができ、20km競歩でも日本代表の内定を得ることができました。今村文男コーチとも相談し、今大会は2種類の代表権を得ましたが出場については競技日程を考慮し、より高いレベルで勝負をしたいと考え35km競歩に種目を絞り、出場することに決めました。

今大会はアメリカ・オレゴン州での開催ということで、私が2014年世界ジュニア選手権大会1万m競歩で金メダルを取ったゆかりのある地での開催となります。代表権を獲得できるほどに復調することができましたが、それでもまだ調子を上げていけると確信しています。残りの期間でさらに調子を上げ、金メダル獲得を目指し、8年前の再現ができるよう、しっかりと準備してまいります。

レースは現地時間7月24日6時15分スタート（日本時間同日23時15分）になります。

日本では夜遅い時間となりますが、応援していただければ幸いです。



写真提供：富士通陸上競技部

## 高校男子砲丸投で神奈川県高校記録が誕生



令和4年3月26日（土）に小田原市城山陸上競技場で行われた「第19回西相地区高等学校陸上競技記録会」で、山田 暉斗君（法政二高3）が17m45の高校男子砲丸投神奈川県高校記録を樹立しました。

従来の記録は、2009年に和地 奏多君（東海大相模）が記録した17m22でした。

<山田君のコメント>

まだ納得のいく記録ではないですが、3回の試技で安定して記録を残せたので良かったです。技術、筋力共に向上して行ってベストを出してインターハイで優勝したいです。

山田君は、5月15日 令和4年度（第60回）神奈川県高等学校総合体育大会において、17m50の記録で優勝を飾り、自身の神奈川県高校記録を更新しました。

これからの更なる活躍が期待できます。

## 「第105回日本陸上競技大会室内競技で優勝して」

横浜市立茅ヶ崎中学校 3年 米 山 和 磨

「楽しんで走ればいいよ。」

これは、大阪室内陸上大会の出場が決まった時に、前顧問の松江先生が私にくれたアドバイスでした。

実際、予選のスタート位置に着くと、私は緊張しすぎて頭がぼーとした状態になっており、とても楽しんで走るような気分ではありませんでした。

前傾姿勢を意識しすぎていた私は、スタートのピストルの直後に前方に転倒してしまいました。これでもう駄目だと思いましたが、運よくスタートのやり直しになりました。この転倒で私は緊張がなくなり、先生の言葉通り楽しんで走ることができ、予選を7秒14のタイムで組1位通過することができました。

今となっては、全国大会の短距離走で転ぶなんて滅多にないことなので、よい経験になったと思います。

続く決勝でもリラックスして走ることを心がけました。私は、いつもスタートが若干遅れてしまうのですが、50m付近で何とか追い抜けることを信じて必死に走りました。

ゴール先のクッションに体をぶつけて勢いを止めた後、嬉しさがこみあげてきました。

このような大舞台に出場し活躍できたことは、前顧問の松江先生に支えられたことや、部活の仲間と共に成長してきたからだと思っています。

今後の目標としては、夏の全国大会優勝を目指して気を抜かずに練習を続けていきたいと思っています。



## 神奈川陸上競技協会 指導者養成委員会の設置について

### 【日本陸連の指導者養成指針】

陸上競技の指導現場に立つ全ての指導者のコーチ資格を目指し、資格取得後も継続的に学習できる環境を整備するため、コーチ養成システムの再構築を掲げた。その一環として、2022年度に、新たにJAAF公認スタートコーチを新設し、指導者育成の拡充を図る。

\*スポーツ庁は2022年4月26日、中学の土日の部活動を民間スポーツ団体などの地域に委ねる「地域移行」を2023～2025年度の「改革集中期間」で進めることを掲げた。このことにより今後は、全て（小学生クラブチーム等含む）の陸上競技の指導者は、JAAF公認陸上スタートコーチ以上の資格が必要になる予定です。

### 【JAAF公認陸上スタートコーチ（新規養資格制度）】

＜JAAF公認スポーツ指導者資格概要＞（JSPO：日本スポーツ協会）

資格名	JAAF公認コーチ (JSPO公認陸上競技コーチ3)	JAAF公認ジュニアコーチ (JSPO公認陸上競技コーチ1)	JAAF公認スタートコーチ (JSPO公認陸上競技スタートコーチ)
養成目的	都道府県レベルの競技者の指導、育成、強化にあたる指導者の養成	発育発達段階を考慮した競技者育成のための基本指導を行える指導者の養成	必要最低限の知識・技術を修得した上で、陸上競技の上位資格者と協力し、安全で効果的な活動を提供する指導者の養成
指導者の役割	地域および都道府県での競技者育成・強化	地域スポーツクラブ（スポーツ少年団を含む）等における陸上競技の基礎的な実技指導。小・中・高校生の部活動および地域活動の指導	地域スポーツクラブ、スポーツ少年団、学校運動部活動等の指導
会場数・養成数	2または3会場/年（60名/会場）	20会場程度/年（20-100名/会場）	20会場程度/年（20-60名/会場）
受講条件	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受講年度の4月1日現在、27歳以上</li> <li>・都道府県陸上競技協会または日本陸上競技連盟が推薦し、日本陸上競技連盟指導者養成委員会が認める者。</li> <li>※陸上競技及び指導経験実績により一部特例を認める場合がある。</li> <li>・日本陸上競技連盟登録者</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受講年度の4月1日現在、満20歳以上</li> <li>・陸上競技の指導に携わっている者、もしくは将来陸上競技の指導に携わる希望、予定がある者（学生を含む）。</li> <li>・日本陸上競技連盟指導者養成委員会が認める者</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受講年度の4月1日現在、満18歳以上</li> <li>・陸上競技の指導に携わっている者、もしくは将来指導に携わる希望、予定がある者（学生を含む）。</li> <li>・都道府県陸上競技協会および日本陸上競技連盟指導者養成委員会が認める者</li> </ul>

### ＜指導者養成委員会設置の経緯＞

「日本陸連の指導者指針をうけて、現代のスポーツ指導者に求められている資質能力として、アスリートに対するハラメントの撲滅、過度の期待やトレーニング過多による心身へのダメージの軽減、情報化社会の中で正しい知識の選択などが加わり、これまでに増して指導者資格への期待が高まっている。

このような状況を踏まえ日本陸連の指導者指針に沿った指導者養成システムの整備が喫緊の課題として捉え、神奈川陸上競技協会は、今後の指導者資格取得研修の開催に関する企画・運営を進めるため「指導者養成委員会」を設置することとした。

### ＜委員＞

- 委員長：松尾 正弘
- 副委員長：金澤 健敏
- 委員：武富 祐二（強化部・高体連）、林 弘幸（強化部・中体連）
- 瀧脇 健（普及部）、寺嶋 孝政（普及部）

### ＜今後のJAAF公認スタートコーチ養成講習会の実施予定＞

- 2022年度 \*講習会実施要項の検討（講義と実技内容等）→ 2023年度から実施に向けて準備
- 2023年度 \*講習会実施要項の発表（2月中旬に発表予定）
  - (1) 開催時期 (2) 日時と場所 (3) 募集人数 (4) 講師等 (5) 募集方法
  - (6) 受講料 (7) 資格取得までの流れ（手続き） (8) その他

## ◎ 2022年度日本陸上競技連盟競技規則修改のポイント

### 【1】レーン侵害について <TR17.4.3><TR17.4.4>

- [1] レーン割り当てのある曲走路の内側を踏んだ際の扱い <TR17.4.3>
  - (1) 内側の線に触れた（踏んだ）場合、
    - 1回（1歩）だけ⇒失格とならない
    - 2回（2歩）以上⇒失格（TR17.3.1に抵触）
  - (2) 失格対象となる「2回」とは、次のようなケースである。
    - ①個人 同一のレースにおいて、連続する2歩、または別の場所で1歩ずつ2回同一種目の異なるラウンドで1歩ずつ2回（以降のラウンドに繰り越す）
    - ②リレー 同一選手が同一のレースにおいて、連続する2歩、または別の場所で1歩ずつ2回別々の選手が同一のレースにおいて、それぞれ1歩ずつ、2回同一種目の異なるラウンドで1歩ずつ2回（以降のラウンドに繰り越す）
- [2] レーン割り当てのない曲走路の内側を踏んだ際の扱い <TR17.4.4>
  - (1) 縁石（縁石下の白線）に触れた、または縁石（縁石下の白線）の中に入った場合、
    - 1回（1歩）だけ⇒失格とならない
    - 2回（2歩）以上⇒失格（TR17.3.1に抵触）
  - (2) 失格対象となる「2回」とは、次のようなケースである（レーン割り当てのある曲走路と同じ）。
    - ①個人 同一のレースにおいて、連続する2歩、または別の場所で1歩ずつ2回同一種目の異なるラウンドで1歩ずつ2回（以降のラウンドに繰り越す）

- ②リレー 同一選手が同一のレースにおいて、連続する2歩、または別の場所で1歩ずつ2回  
別々の選手が同一のレースにおいて、それぞれ1歩ずつ、2回  
同一種目の異なるラウンドで1歩ずつ2回（以降のラウンドに繰り越す）
- [3] 1つのレースで、レーン割当てのある部分とレーン割当てのない部分がある場合の扱い <TR17.4.3> <TR17.4.4>  
(1) 1つのレースで、レーン割当てのある部分とレーン割当てのない部分がある場合  
(例:800m、1600mR) は、走っている位置で適用される規則が異なる  
・レーンの割当てのある場所では TR17.4.3 を適用する。  
・レーンの割当てのない場所では TR17.4.4 を適用する。
- [4] レーン侵害があった（失格とならない）場合の対応 <TR17.4.3> <TR17.4.4>  
(1) レーン侵害に関するすべての違反は、競技結果と次のラウンドのスタートリストに表示されなければならない。  
⇒ 当該競技者（リレーチーム）の記録と次のラウンドのスタートリストに「L」を記載する。  
(2) 同一種目の異なるラウンドへの繰り越しはあるが、別種目への繰り越しはない。  
(3) 混成競技は、同一種目で複数回の違反があれば失格となるが、他の種目への繰り越しはない。  
(4) TR17.4.3 または TR17.4.4 に1回だけ違反した場合、その記録は認められる。  
違反が同一ラウンドで複数回あった場合や、同一種目の異なるラウンドで2回目の違反があった場合、その記録は認められない。  
(5) 監察員は、TR17.4.3 または TR17.4.4 の違反を確認したら黄旗を挙げ、「どこを踏んだ（入った）のか」「何歩踏んだ（入った）のか」「妨害があったのか」等をより詳細に、見たままを報告する。  
⇒ 基本的な役割、任務は変更がない。  
(6) トラック審判長は、監察員からの報告をもとに「どこで」「何回（何歩）」「その時の状況」をチェックし、どの条文を適用して「失格とする」「失格としない」を判定する。
- [2] 競技用靴に関するルール <TR5.2>  
(1) 競技用靴に関しては、ルールブックとは別に新たな規程（Athletic Shoe Regulations）を定めた。  
(2) Athletic Shoe Regulations は WA 競技規則に準じ、ワールドランキングポイントが獲得できる大会において適用する。  
(3) 国内においては、原則として必要以上に事前の現物チェックや届け出はおこなわない。  
ただし、日本記録・エリヤ記録・世界記録が出た場合など、その他、審判長が特に必要と考えた場合は現物の事後チェックを限定的に実施する。
- [3] 走高跳・棒高跳の試技時間 <TR25.17>  
(1) 単独種目の走高跳・棒高跳について、連続試技時間の適用を次の通り変更する。  
【変更前】残っている競技者が二人以上で、同一の高さの時のみ適用する。  
【変更後】残っている競技者数に関係なく適用し、高さが変わった場合にも適用する。
- [4] 走幅跳・三段跳 <TR29.3><TR29.5><TR30.1>  
(1) ビデオカメラ等によって踏切の判定をすることができる。  
・ビデオカメラ等を使用する場合 ⇒ 粘土板は使用しない。  
・ビデオカメラ等を使用しない場合 ⇒ 粘土板の使用が基本となる。  
・判定の混乱を招く恐れがあるため、両方を併用することはしない。  
(2) 粘土板の粘土の角度を次の通り変更する。  
【変更前】45度 【変更後】90度  
・国内においては、ゴム台座の「切り欠きタイプ」を継続使用することは可とする。  
(3) 無効試技の定義を次の通り変更する。  
【変更前】身体はどこかが踏切線の先の地面（粘土板を含む）に触れた時。  
【変更後】踏切板から離れる前に、または地面から離れる前に、踏切線の垂直面より前に出た時。  
・国内においては、粘土板を使用して判定を行う際、粘土板に痕跡が残った時は無効試技とする。
- [5] 円盤投・ハンマー投 <TR32.14>  
(1) 競技者の投げた円盤またはハンマーの頭部が、競技者に遠い側の囲い（着地場所に対して、右効きの競技者は左側、左効きの競技者は右側）に当たった場合は無効試技と見なす。  
(2) 競技者の投げた円盤やハンマーの一部が、競技者に近い側の囲い（着地場所に対して、右効きの競技者であれば右側、左効きの競技者であれば左側）に当たり、投てき物が囲いの境界より前方にある着地場所内に着地した場合は、TR32.10 を含む他の規則に違反していなければ無効試技とは見なさない。  
※囲いの境界とは、囲いと門口が所定の位置にある時に、着地場所に最も近い左右の囲いまたは門口の端の間に架空の直線によって引かれるものと定義する。
- [6] 競技会役員 <CR13>  
(1) 次の通り変更する。  
【変更前】審判長、競歩審判員主任、スターター、マーシャル、医師は明確な方法で区分する。  
【変更後】審判長、各主任、マーシャル、医師は明確な方法で区分する。  
※スターターがこれまで通りオレンジ色等の服装を着ることを妨げるものではないが、必ず着なければならないということではない。  
※係主任は明確な方法で区分する。
- [7] 審判名の変更 <CR13><CR28>  
(1) 審判係名を次の通り変更する。  
【変更前】計測員（科学） 【変更後】科学計測員
- [8] 世界記録・日本記録が公認される種目 <CR32><CR37.1>  
(1) 新規追加 男子・女子 競歩（トラック） 35,000m 道路競歩 50km 競歩（道路） 35km  
(2) 削除 男子 競歩（トラック） 30,000m
- [9] 記録の申請 <CR37.8>  
(1) 記録の申請について、次の通り変更する。  
【変更前】30日以内 【変更後】できるだけ速やかに（競技終了後、1週間程度をめぐり）

## ◎都市陸協だより（第14回 大和市陸上競技協会）

大和市陸上競技協会の今年4月現在の登録者数は355名です。

昨年は発足70周年を迎えました。「新型コロナ」の影響もあり関連行事等はいりませんでした。本協会の発足以来、神奈川県陸上競技協会様をはじめ、たくさんの皆様からのご指導・ご協力に感謝しております。また、今後の持続可能な組織運営に向けて、審判員の育成や理事・役員世代交代等といった課題への対応の必要性も感じています。

さて、本協会の主な主催事業として、市民選手権と、年間4回の記録会を行っています。おかげ様で、記録会には県外からも含め毎回多くの方のご参加があります。過去には、北京五輪代表の成迫健児選手や、400mR銀メダリストの末續慎吾選手にも出場していただき、圧巻の走りを披露してもらいました。

これからも、参加した皆様楽しんでいただける競技会運営を目指してまいります。

今後ともよろしくお願いたします。

（大和市陸上競技協会理事長 山内辰徳）

※次回の「都市陸協だより」は伊勢原市陸上競技協会にお願いします。