



発行日 平成29年3月1日  
発行 長与町体育協会  
住所 長崎県西彼杵郡  
長与町岡郷614-4  
長与町民体育館内  
TEL/FAX 095-887-5374  
印 刷 ほほえみの家  
ふれあい工房  
TEL 095-855-8564



## 第41回 長与町ロードレース大会



平成29年1月15日(日)、第41回長与町ロードレース大会が、長与総合公園運動公園広場およびその周辺で開催されました。厳しい寒波に見舞われましたが好天に恵まれ、小学1年生から80歳まで幅広い年齢の方がそれぞれの目標を目指して力走。また、子ども達のそばには優しいお姉さんの姿があり、メモリード選手の皆さんへの励ましの声に応えようと最後まで頑張るほほえましい姿もみられました。

また、今年度初めての試みとして角煮まんじゅうの販売、コンディショニングブースを設置しましたが、いずれも好評で温かいまんじゅうは完売となり、整体のテントでは次を待つ人が並ぶ光景もありました。

エントリー数が2,271人となるなど、昨年の第40回記念大会よりも増えており、ますます長与町の皆様に愛される大会となりました。毎年本大会が開催されますのも皆様方のご協力のおかげであり、ご協力いただきました長与町役場をはじめ、町内外の企業、商店、学校関係者、各単位協会、また、大会を陰で支えていただきました大会役員、関係者の皆様に感謝申し上げます。

ロードレース大会									
3位までの入賞者									
<b>◆男子</b>					<b>◆女子</b>				
<b>◆1キロ</b>					<b>◆3キロ</b>				
① 吉田 賢亮 (三国小)	② 畑口 嵩真 (長与小)	③ 阿波村 一佐 (長大附属小)	① 山野 健二 (長与町)	② 森 輝幸 (ナーグ)	③ 村井 茂 (ナーグ)	① 川端 七臣 (長崎CMC)	② 福田 弘道 (長与町)	③ 柴田 謙一郎 (長与町)	① 廣沢 來星 (諫早陸上クラブ)
② 高尾 千翼 (長与小)	③ 大抜 青空 (洗切小)	① 川口 新太 (洗切小)	③ 木下 健一 (長与小)	① 笠原 雄斗 (長与小)	③ 吉田 喜吾 (大浦小)	① 宮田 駿青 (長与南小)	② 平 翔太 (洗切小)	① 濱屋 健斗 (高城台小)	② 畑口 昇汰 (村松クラブ)
③ 高尾 千翼 (長与小)	① 川口 新太 (洗切小)	② 大抜 青空 (洗切小)	③ 木下 健一 (西浦上小)	① 笠原 雄斗 (村松クラブ)	③ 吉田 喜吾 (長与小)	② 福田 遥己 (時津小)	② 山下 格哉 (時津小)	③ 川本 翁豪 (長与南小)	② 松尾 瑛太郎 (長与北小)
▼同5年	▼同4年	▼同3年	▼同2年	▼小学1年	▼同2・3年	▼中学1年	▼同2・3年	▼同60歳以上	▼同60歳以上
③ 川元 輝国 (宗徳)	① 小林 篠原 (誠治)	③ 西島 敦征 (MHP長ア契部)	③ 野澤 宏斗 (鶴南特別支援)	① 吉田 麻人 (長与第一中)	③ 山口 幸之介 (長崎工業)	③ 井川 剛一 (長与町)	③ 井川 剛一 (長与町)	① 峰 誠四郎 (長崎市)	③ 村井 茂 (ナーグ)
③ 川元 輝国 (宗徳)	② 藤原 宗徳 (長与町)	② 門崎 健一 (西浦上小)	② 掛園 敦征 (MHP長ア契部)	② 增田 瑛 (長崎工業)	② 平瀬 翔太 (鶴南特別支援)	② 增田 瑛 (東長崎中)	② 增田 瑛 (長崎工業)	② ヒロ ヤマモト (J-C) (鳴鼓小)	② 柴田 謙一郎 (長与町)
▼同50歳代	▼同40歳代	▼一般39歳以下	▼同40歳代	▼高校	▼一般39歳以下	▼高校	▼一般39歳以下	▼小学1年	▼同50歳代
③ 葛蒲 秀久 (高田 豊司)	① 石本 豊司 (長崎長与AC)	③ 柳原 裕貴 (長崎市)	③ 天野 貴裕 (長崎大学)	① 池下 俊介 (鶴南特別支援)	③ 平山 裕章 (長崎大学)	③ 山口 高田 (長崎工業)	③ 山口 高田 (長崎工業)	③ 大石 咲和 (平戸少)	③ 木下 咲和 (長与町)
③ 葛蒲 秀久 (高田 豊司)	② 高柳 里彩 (高田 豊司)	① 高柳 里彩 (高田 豊司)	① 高柳 里彩 (高田 豊司)	① 濱地 泰河 (鶴南特別支援)	① 岡田 翔馬 (長崎大学)	① 高田 隼哉 (長崎工業)	① 高田 隼哉 (長崎工業)	① 島田 真央 (大村少)	① 島田 真央 (長与町)
▼同5年	▼同4年	▼同3年	▼同2年	▼同2年	▼同3年	▼同2年	▼同2年	▼同60歳以上	▼同60歳以上
③ 川端 梅乃 (佐藤 博美)	② 堤 英子 (矢上小)	① 兼松 茉央 (長与小)	① 吉田 汐愛 (長与小)	③ 濱口 竹田 (長与南小)	③ 番月 詩月 (大瀬戸JC)	③ 吉田 菜唯 (三国小)	③ 吉田 菜唯 (村松クラブ)	③ 堀 伊東 (長崎北)	③ 堀 伊東 (長与町)
③ 川端 梅乃 (佐藤 博美)	② 堤 英子 (矢上小)	① 兼松 茉央 (矢上小)	① 吉田 汐愛 (長与小)	② 濱口 虹空 (長与小)	② 大瀬戸JC (長与小)	② 吉田 汐愛 (長与南小)	② 吉田 汐愛 (大瀬戸JC)	② 佐々木 杏奈 (長崎北)	② 佐々木 杏奈 (長与町)
▼同40歳以上	▼同40歳以上	▼一般39歳以下	▼同40歳代	▼高校	▼一般39歳以下	▼高校	▼一般39歳以下	▼中学1年	▼同6年
③ 川端 梅乃 (佐藤 博美)	② 堤 英子 (長崎市)	① 兼松 茉央 (長崎市)	① 吉田 汐愛 (長崎市)	③ 吉田 汐愛 (長崎市)	③ 吉田 汐愛 (長崎市)	③ 吉田 汐愛 (長崎市)	③ 吉田 汐愛 (長崎市)	③ 吉田 汐愛 (長崎市)	③ 吉田 汐愛 (諫早陸上クラブ)

# 入賞者の声

ロードレース  
で走りました

洗切小2年  
福田 遥己



ぼくは、ロードレース大会で一位になりました。うれしかったけど、やっぱりやしいです。なぜならぼくは、おにいちゃんといふこと、一生けんめいれんしゅうしたからです。はしるあえは、とてもドキドキしたけど、はり出したらドキドキはふつとんでいました。おばあちゃんとおにい



たんにんの先生からロードレース大会のむうしごみようしをもらつたので、「よし、わたしもちょうせんしてみよう。」と思い、さんかあることにしました。



その日から、さつそぐれんしゅうをはじめることにしました。わたしがかよつている長よ小学校では、11月にじきもつまわるへ

かいがあつて、学校で体力づくりの時間にはしるれんしゅうをしたり、休みの日にお父さんやお母さんといつしょにはしつたりしました。

はじめての

ロードレース

長与北小1年  
松尾 瑛太郎



ちゃんのおっさんのがきいえ  
る、とてもはやくはし  
ました。

ゴールしたあと、おかあ  
さんやおじちゃんやおば  
ちゃんにほめられたけど、  
本とうは一位になりました  
です。らい年もみんなで  
れんしゅうをして、もっと  
はやくはしりたいです。

ロードレース大会に  
さんかして

長与小1年  
戸塚 麗奈



本番では、れんしゅうの  
せいいかをはつきしょうと  
思つてさうからぜん力  
ではありました。でも  
の目の前でおいつかれて、  
一いとおなじタイムの一  
になつてしまひました。と  
てもくやしかつです。  
だけど、このくやしさを  
せんしたいとおもいます。  
そのために、これからもた  
くさんれんしゅうしたいと  
おもひます。

ぼくは、ロードレース  
にむけて、れんしゅうを、  
しました。ロードレース  
本ばんは、きんちょうし  
ました。ぼくは、はじまつ  
てから走つて走つてがん  
ぱりました。さうしょは、  
6いでもうだめだと思  
ました。ですがぼくは、  
走つて走つて走りつけ  
たけつか2いになりまし  
た。みんな、「すがかつ  
た」や「はやかったね」と  
言われて、うれしかつた  
です。今どは1いになり  
たいです。

はじめての

ロードレース

長与北小1年  
松尾 �瑛太郎



ちゃんのおっさんのがきいえ  
る、とてもはやくはし  
ました。

ゴールしたあと、おかあ  
さんやおじちゃんやおば  
ちゃんにほめられたけど、  
本とうは一位になりました  
です。らい年もみんなで  
れんしゅうをして、もっと  
はやくはしりたいです。

ロードレース大会に  
さんかして

長与小1年  
戸塚 麗奈



本番では、れんしゅうの  
せいいかをはつきしょうと  
思つてさうからぜん力  
ではありました。でも  
の目の前でおいつかれて、  
一いとおなじタイムの一  
になつてしまひました。と  
てもくやしかつです。  
だけど、このくやしさを  
せんしたいとおもいます。  
そのために、これからもた  
くさんれんしゅうしたいと  
おもひます。

ぼくは、ロードレース  
にむけて、れんしゅうを、  
しました。ロードレース  
本ばんは、きんちょうし  
ました。ぼくは、はじまつ  
てから走つて走つてがん  
ぱりました。さうしょは、  
6いでもうだめだと思  
ました。ですがぼくは、  
走つて走つて走りつけ  
たけつか2いになりまし  
た。みんな、「すがかつ  
た」や「はやかったね」と  
言われて、うれしかつた  
です。今どは1いになり  
たいです。

来年は一位になるべ

## ちょっと苦手なマラソン

### 大接戦

長与小3年  
吉田圭吾



長与小4年  
篠原雄斗



長与小4年  
吉田汐愛



## 初めてのロードレース

私は、四年生で初めてストのところでぬいていたかわかりませんでした。結果は胸の差で一位だつたのでとてもうれしかったです。一位になれたのもお父さんとお母さんのしどうとお兄ちゃんたちと練習ができたからだと思ひます。だから家ぞくと、友達にからしゃしたいです。これからもがんばりたいです。

去年のロードレース大會で二位になつた時に強く思いました。そこで、去年から陸上部に入つて、すごく速い先輩の方たちと、れん習してきました。でも、今年のロードレース大会では三位でした。くやしい思いでいっぱいです。このくやしさをばねにして、来年は、一緒にれん習してくれる陸上部の先輩いや、一生けん命に教えてくれるコーチ、支えてくれる家ぞくのためにも、一位をとりたいです。そのために一生けん命にれん習に取り組んでいきます。

わたしはぜん島持ちで走るとすぐに苦しくなるのでマラソンが苦手です。ロードレースの日、スタートの集合場所におくれてしまい、少しあせつたけど家族や先生のおうえんがあつて自ひようの10位い内に入る事ができました。また、自分のさじ高記ろくを出し、銀メダルがもらいました。初めて自分の力で手に入れたメダルはとてもうれしく、たから物になりました。これからも全力で走り、みんなにそのすがたを見もらいたいです。

ぼくは、スタートする前、ぜつ対に一位になるんだと思ってスタート位置にならびました。スタートして一周目から全力でいきましたが、ライバルの友達に先行され、ぬかすそと強い気持ちでひつしについていきました。その理由は、これまでいっしょに六年生のお兄ちゃんと、友達といつしょうけんめいに練習していたからです。



私は、四年生で初めてロードレースに出場しました。スタート位置に立つとすぐくむねがドキドキしてこわくてたまりませんでした。ピストルが鳴った後、みんなが一齊に飛びだしました。そこでくつがぬげそうになり出遅れてしましました。そこから体勢を立て直そうと勢いよく走りました。トップにおどり出て路上に出る時お母さんの「飛ばしすぎ!!。」という声が聞こえましたが、「いける!!。」と思ったので真つすぐ走り続けました。しかし、一位の人の



足音が近づくたびこのままのペースで持つのか不安になり、あせりました。ゴールラインが見えた時はラスト!!と思ひスパートをかけました。無事にゴールできた時は、ホッとした安心感とうれしさでいっぱいでした。

私は、お父さんと練習をしてきました。努力して一生けん命走る事を学んだと思います。これからも楽しみながら走っていきたいです。



私は、三年生の時から、長与町ロードレースに出場しています。しかし、いつも一位になつたことがありませんでした。それでも、今年はギリギリ一位だったのでよかったです。でも、いつも私が負けていた人が出場していなくて、一緒に戦えなかつたので、少しくらいしかつたものもあるけど、結果は一位だったのでしきつたです。六年生になつたら、ようやく一位をとれるように今から練習をがんばります。

ぼくは、長与小の陸上部に入っています。入部した時は長距離が苦手でした。しかし、陸上部で

## 一位つて最高!!

長与小5年  
兼松 茉央



長与小6年  
畠口 嵩真



## 走ることへの思い

長距離の練習をしたり、練習が休みの日は、家の周りを走るなどして練習をします。その結果が、今回の二位につながったと思います。

ぼくは、中学生になつても陸上を続けたいです。そして、短距離、長距離でも活躍できるような選手になり、いつか、オリンピックに出て金メダルを取りたいです。これからも自分の夢に向かって走り続けたいです。

## 悔しかつた ロードレース大会

高田小6年  
三浦 瑞奈



私は、このロードレース大会に四回出場していました。四・五年生の時に優勝



していました。だから今年の目標は三連ば。部活動や帰つてからの自主練で一生けん命練習しました。そして大会当日、ピストルの音でいつせいにスタート。先生方や友達、家族からの応えんが力となり、精一杯走りました。でも、結果は二位。たくさん練習したのに、たくさんの人方が応えんしてくれたのに、と悔しさでいっぱいでした。この後悔を忘れずに、中学校でも陸上のいろいろな種目にチャレンジして、優勝を目指してがんばりたいです。

## 初めての三キロ

長与第一中1年

山崎 将大朗



からなかつたけど走りはじめると、だんだんペースがつかめ、気づくとトップグループの先頭を走っていました。

今回のロードレースで今自分のレベルを知ることができたので、これからのが大会、練習などに活かしていきたいです。まだまだ始まつたばかりなのであきらめずに今、自分のやるべきこと、やれることをやって来年またリベンジしたいと思っています。

### 部活を通して

長与中1年  
橋本 結



今回、私は長与町ロードレースに参加し二位という結果を得ることができました。



私は身長も低く、スポーツするには有利とはいえない体格です。しかし、小さくても出来ることを見つけて諦めずに部活を続けています。

このように、日々の練習の積み重ねで体力がつき今回のロードレースの結果につながったと思います。これからも少ししあつでも向上していくけるようにがんばりたいと思ひます。

僕は長与第一中学校で陸上部に所属しています。去年、郡中駅伝敗退という悔しい思いをしました。その思いをバネに、チームは今、どんどんレベルアップしています。顧問の先生、コーチ、保護者、部活の仲間。たくさんの人達がいてからこそ僕たちは練習をすることができています。本当に感謝したいで

た。それは、バスケットボールのおかげだと思います。

私は小学三年生からバスケットボール部に入っています。小学校の練習は毎回八分間走があり、順位が記録されるのでとても嫌でした。しかしそのおかげで、試合中のスタミナや気持ちもきれずにはんだと思いません。

## 長与町ロード レースを終えて

長与第一中2年  
吉田 麻人



長与町ロードレースを終えて、自分が得たものはたくさんありました。しかし、ここで満足はせず、中学校最後の中総体でチーム全員が笑顔で終わるよう、キャラブテンとして引っ張っていきたいです。「練習でキツイ分、本番で笑顔で終わることを忘れず、これからも頑張ります。



## 走りいとは楽しごと

長与中2年

中尾 真侑



## とても幸せな一日

鶴南特別支援高1年

池下 俊介



が大好きで練習に熱心で一人一人の動きをよく見てくれます。先生のおかげで今年はロードレースを上位で走ることができました。陸上部に入ったことにより走ることの楽しさをもっと深く知ることができました。

このように、私にとって走ることは楽しいことです。これからも楽しいと思えるような走りで頑張っていきたいと思います。

き、とても幸せな一日になりました。(池下俊介さんの母)

## お知らせ

第41回

## 長与町ロードレース

## 大会写真申し込み

トライアスロンのトライアスロン協会  
山野 健二



ロードレース大会の写真を3月9日(木)まで長与駅コミュニティホールにて展示してあります。

写真申し込みは3月12日(日)まで町民体育館で受け付けます。

※(2-)判

1枚100円

なお、受け取りは3月18日(土)～3月31日(金)です。

です。

長与町ロードレースは、小学校1年から毎年出ています。最初のころは順位は10位～20位くらいで、タイムも考えることなく、「楽しい」という気持ちだけで走っていました。4年生になると距離が長くなり自分の通学路でもある道がコースとなつたので「なれている道を走ることができる」と思い楽しんで走っていました。中学生になると、「走ること」が好きで新しい事へ挑戦したいと思い、陸上部に入部しました。上部の顧問の先生は陸

俊介が大会に初出場したのは中学一年生の時でした。それから毎年出場しています。

今年は高校生になり、5キロを走れるのかという不安がありました。が本人はやる気満々でした。冬休みに兄と一緒に練習をしました。

本番では折返し点で10キロの選手につられて直進しそうになりましたが、私の声に反応して折り返し、無事にゴールできたので良かったです。

思いがけない一位で嬉しいです。奨励賞もいただ

トライアスロンのトライアスロンを兼ねて、毎年長与ロードレースを走っています。現在55歳ですが、40代後半から毎年記録が低下するようになってしましました。何とかせねばと思いました。何とかせねばと

思い、昨年から取り入れたのが長与町民体育館での筋トレ(ウエイトトレーニング)です。週2回を目標に続けました。その結果、今は昨年の記録をほんの少しですが上回りました。前年度の記録を超える走りができたのは久しぶりのことです。



## 体協ながよ



## 初心を忘れず

株式会社 メモリード  
女子陸上競技部

元気良く頑張つてじいじいと  
誓つた次第です。  
この経験を活かし今後よ  
り一層練習に励んでまいり  
ますので今後ともどうぞよ  
ろしくお願い致します。

先日は長与町ロード  
レース大会にお招きあず  
かりまして誠にありがとうございました。

また、大変手厚く歓迎  
していただきましたこと  
に心より感謝申し上げま  
す。

私たちも小学生の子どもたちの真摯に頑張る姿を拝見し初心に戻る大きさを改めて実感致しました。

このように大変素晴らしい機会を与えて頂いたことで私たちも長与町の子どもに負けないくらい



平成28年度活動の重点事項である「単位協会との連携」と活動の充実の一環であるスポーツ講習会を10月29日（土）町民体育館で19時から開催しました。講師に十八銀行女子陸上部マネージャーでストレーナーとしてディショニングスペシャリストの山本聖子先生をお迎えし、「体幹トレーニング」とストレッチング」を体験しました。

当日は各単協を含め子どもからお年寄りまで176名の参加者がありました。フロアいっぱい使い、日頃行わないストレッチング等を行い、ハードながら心地よい汗を流していました。

平成28年度  
スポーツ講習会開催

平成28年度活動の重点事項である「単位協会との連携」と活動の充実の一環であるスポーツ講習会を10月29日（土）町民体育館で19時から開催しました。講師に十八銀行女子陸上部マネージャーでストレーナーとしてディショニングスペシャリストの山本聖子先生をお迎えし、「体幹トレーニング」とストレッチング」を体験しました。

説明がわかりやすくあつという間に時間が過ぎました。定期的に続けてほしい。とてもいい汗をかきました。

定期的に続けてほしい。余寒厳しい毎日、冬枯れの土からひょっこり芽を出したチユーリップ！花好きの私へ、娘からのプレゼントです。



皆様方のご理解、ご賛同をお願いいたします。  
お問合せは、体協事務局  
(長与町民体育館内・  
☎ 8887-5374)まで

## 編集後記

百個の球根が陽ざしをいっぱいにあびて、一斉に花開く日を楽しみに一句

「寒空に今かと芽を出し春を待つ」

長与町体育協会  
賛助会員募集

体協活動の拡がりをめざして、自主財源の確保に取り組んでいます。