



発行日	平成30年3月7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42回 長与町ロードレース大会

第42回長与町ロードレース大会が、1月21日（日）長与総合公園運動公園広場で開催されました。開会式では、「健康であることの喜びや、自分の体力への自信を深めてほしい」という吉村大会会長のあいさつに、高田中学校陸上部の原田彩愛さんが、力強い選手宣誓で答えてくれました。

また、1月14日京都市の西京極陸上競技場で開催された第36回都道府県対抗女子駅伝大会に出場し、アンカー野上選手（十八銀行）にたすきをつないで、大会3位のメダル獲得に貢献した久松彩己（長与中学校3年生）選手が紹介され、大会に参加した選手や町民の皆さんから大きな祝福を受けました。

当日は、1月とは思えない暖かい天候の中で競技が行われ、9時40分、高校男子・一般男子10kmコースがスタート。その後、高校男女5kmコース、一般男女5kmコースがスタートした後、10時から小・中学生が各学年男女別にスタートしました。

小・中学生の競技は、小学校低学年1kmコースと高学年2kmコース、中学生は3kmコースで実施、総勢1,436名の出場者によって競技が行われました。

昨年に引き続き、大会の応援に来ていただいた地元実業団チーム「メモリード女子陸上部」の皆さんの、選手を励ましながらの伴走は子ども達や選手の頑張る力を引き出す大きな力になりました。また、今大会から長崎県のスポーツドクターとして活躍されている古賀英俊先生（循環器科・内科）にご協力を頂き、事故対応の救急体制にも万全の備えを整えることができました。

豚汁や角煮まんじゅうの販売で、大会の気運が盛り上がった第42回長与町ロードレース大会は、各競技団体やボランティアの皆様、多くの関係者や協賛団体の皆様に支えられ、無事に終了することができました。主催者として心から感謝とお礼を申し上げます。

ロードレース大会

3位までの入賞者

《男子》

▼同6年

① 川口 新太

(洗切小) 6分42秒

② 尾上 蓮

(蚊焼小) 6分43秒

③ 廣瀬 颯将

(洗切小) 以上大会新

◆1キロ

▼小学1年

① 平尾 佑成

(西北小)

② 立川 大鷲

(長与小)

③ 本多 真紘

(長与小)

④ 尾上 確臥

(蚊焼小)

⑤ 高柳 知生

(長与小)

⑥ 松尾 瑛太郎

(長与北小)

⑦ 木戸 海秀

(長与南小)

⑧ 福田 遥己

(洗切小)

⑨ 富安 悠翔

(長与小)

⑩ 鶴田 宇大

(南陽小)

⑪ 津野田 凌太

(長与小)

⑫ 濱屋 健斗

(高城台小)

⑬ 柴原 秀斗

(香焼小)

⑭ 黒木 凌真

(高城台小)

⑮ 門崎 健一

(西浦上小)

▼同6年

① 川口 新太

(洗切小) 6分42秒

② 尾上 蓮

(蚊焼小) 6分43秒

③ 廣瀬 颯将

(洗切小) 以上大会新

◆3キロ

▼中学1年

① 今田 聖陽

(長与中)

② 濱口 誠太

(土井首中)

③ 橋口 玲生

(滑石中)

④ 山崎 将大朗

(長与第二中)

⑤ 酒井 雄介

(時津中)

⑥ 柴山 大輝

(時津中)

⑦ 富本 優浩

(鎮西学院)

⑧ 金子 和樹

(長崎東)

⑨ 池下 俊介

(鶴南特別支援)

⑩ 安田 晴喜

(長与町)

⑪ 森 健太郎

(長崎市)

⑫ ジャクソン

(エイデン)

(長崎市)

▼同40歳代

① 林 純一

(長与町)

② 山本 忠昭

(西海市)

③ 和田 康弘

(長与町)

④ 村井 茂

(NERC)

⑤ 森 輝幸

(長与町)

⑥ 嶋谷 英二

(長与町)

⑦ 峰 誠四郎

(長崎市)

⑧ 高原 信彦

(吾妻町RC)

⑨ ヒロ ヤマモト

(長崎市)

⑩ 瓦田 雄太郎

(長崎東)

⑪ 井戸 大貴

(長崎東)

⑫ 河野 圭亮

(長崎東)

⑬ 森 竹志

(時津町)

⑭ 土手野 佑介

(長崎市)

⑮ 井上 真史

(長崎市)

⑯ 戎谷 勉

(Trust)

⑰ 松尾 健治

(長与町)

⑱ 若杉 幸治

(時津町)

⑲ 橋口 靖則

(長崎長与AC)

⑳ 石本 工

(長崎長与AC)

㉑ 菖蒲 秀久

(長与町)

▼同60歳以上

① 本田 明

(時津町)

② 田代 芳則

(オレンジスター)

③ 竹田 弘人

(長与町)

④ 兼松 茉央

(長与小)

⑤ 岩崎 ことり

(南陽小)

⑥ 岩本 乃藍

(長与小)

《女子》

◆1キロ

▼小学1年

① 門崎 結和

(高田小)

② 藤原 菜々花

(長与小)

③ 田中 早紀

(西大村小)

④ 上野 百合衣

(橘小)

⑤ 戸塚 麗奈

(長与小)

⑥ 山口 真由

(長与南小)

⑦ 有吉 ひなた

(大村小)

⑧ 松永 乙華

(時津北小)

⑨ 角町 明世梨

(長大附属小)

⑩ 緒方 千陽

(長与小)

⑪ 竹田 涼菜

(長与南小)

⑫ 高見 葵

(高田小)

⑬ 上田 鈴華

(土井首小)

⑭ 増丸 奈央

(旭が丘小)

⑮ 吉田 汐愛

(長与小)

▼同6年

① 兼松 茉央

(長与小)

② 岩崎 ことり

(南陽小)

③ 岩本 乃藍

(長与小)

④ 萩原 真理菜

(三和中)

⑤ 藏本 愛紗

(長大附属中)

⑥ 松原 琴美

(時津中)

⑦ 久松 彩己

(長与中)

⑧ 角町 友芽梨

(長大附属中)

⑨ 松山 佳世

(長与第二中)

⑩ 畠山 陽菜子

(長崎東)

⑪ 末永 紗希

(長崎東)

⑫ 城 瑠那子

(鶴南特別支援)

⑬ 森野 夏歩

(長崎県立大学)

⑭ 吉田 純子

(長崎市)

⑮ 森岡 由希乃

(長崎県立大学)

⑯ 本多 妙子

(長崎市)

⑰ 山本 みのり

(長与町)

⑱ 小野 友美

(長崎市)

⑲ 久松 彩己

(長与中)

⑳ 角町 友芽梨

(長大附属中)

㉑ 松山 佳世

(長与第二中)

㉒ 畠山 陽菜子

(長崎東)

㉓ 末永 紗希

(長崎東)

㉔ 城 瑠那子

(鶴南特別支援)

㉕ 森野 夏歩

(長崎県立大学)

㉖ 吉田 純子

(長崎市)

㉗ 森岡 由希乃

(長崎県立大学)

㉘ 本多 妙子

(長崎市)

㉙ 山本 みのり

(長与町)

㉚ 小野 友美

(長崎市)

◆2キロ

▼同4年

① 鶴田 宇大

(南陽小)

② 津野田 凌太

(長与小)

③ 濱屋 健斗

(高城台小)

④ 同5年

① 柴原 秀斗

(香焼小)

② 黒木 凌真

(高城台小)

③ 門崎 健一

(西浦上小)

◆5キロ

▼高校

① 富本 優浩

(鎮西学院)

② 金子 和樹

(長崎東)

③ 池下 俊介

(鶴南特別支援)

④ 一般39歳以下

① 安田 晴喜

(長与町)

② 森 健太郎

(長崎市)

③ ジャクソン

(エイデン)

(長崎市)

◆10キロ

▼高校

① 瓦田 雄太郎

(長崎東)

② 井戸 大貴

(長崎東)

③ 河野 圭亮

(長崎東)

④ 一般39歳以下

① 森 竹志

(時津町)

② 土手野 佑介

(長崎市)

③ 井上 真史

(長崎市)

④ 同40歳代

① 戎谷 勉

(Trust)

② 松尾 健治

(長与町)

③ 若杉 幸治

(時津町)

⑤ 同50歳代

① 橋口 靖則

(長崎長与AC)

② 石本 工

(長崎長与AC)

③ 菖蒲 秀久

(長与町)

◆2キロ

▼同4年

① 緒方 千陽

(長与小)

② 竹田 涼菜

(長与南小)

③ 高見 葵

(高田小)

④ 同5年

① 上田 鈴華

(土井首小)

② 増丸 奈央

(旭が丘小)

③ 吉田 汐愛

(長与小)

◆5キロ

▼高校

① 畠山 陽菜子

(長崎東)

② 末永 紗希

(長崎東)

③ 城 瑠那子

(鶴南特別支援)

④ 一般39歳以下

① 森野 夏歩

(長崎県立大学)

② 吉田 純子

(長崎市)

③ 森岡 由希乃

(長崎県立大学)

④ 同4

# 入賞者の声

## ロードレース大かいに さんかして

長与小1年  
立川 大鷲たいが



たり、ならいごとのサツ  
カーやスイミングをがんば  
りました。

大かいの日は、ドキドキ  
してきんちようしたけどは  
しりだしたら一位をめざし  
て、いっしょうけんめいは  
しりました。けっかは、二  
位でした。ひょうしようだ  
いで、メダルとしようじよ  
うをもらってうれしかった  
です。らい年も一位をめざ  
してがんばりたいです。

## はじめての

## ロードレース大かい

高田小1年  
門崎 結和ゆわ



おいっこうとはやくはしり  
すぎてすこしつかれたけ  
ど、一いになれてうれし  
かったです。らい年も一  
めざしてがんばりたいで  
す。

## くやしかった

## ロードレース大会

長与小2年  
高柳 知生ともき



たが、1人ずつめかして少  
しでも前へ出ようと全力で  
走りました。あと1しゅう  
の時に4位、あと半しゅう  
の時2位まであがれまし  
た。あと1人は少しさが  
あったのでおむりかなあと  
思ったけど、あきらめない  
でがんばりました。けっか  
は1びようさで2位でし  
た。くやしかったけど、  
ひょうしよう台にのぼれた  
のはうれしかったです。ら  
い年こそはゆうしようした  
いです。

ぼくは、こっしはじめて  
ながよちようロードレース  
大かいに、さんかしまし  
た。

さんかしたりゆうは、は  
しるのがすきなごとと、あ  
しがはやいともだちと、  
きょうそつして、じぶんの  
力をためてみたかったか  
らです。

ぼくは、大かいへむけ  
て、はしるれんしゅうをし



わたしには、おねえちゃ  
んがふたりいます。まいと  
しロードレース大かいでは  
しっているすがたをみてい  
たので、わたしもはしって  
みたいとおもっていまし  
た。はじめてのロードレー  
ス大かいには、みているだけ  
のときとはちがって、とて  
もきつかったです。

ぼくは、きよ年の長与町  
ロードレースで5位でし  
た。今年はゆうしようをね  
らっていました。ところ  
が、スタートのすぐ後、人  
がいっぱい足がひっか  
かってころんでしまいました  
た。立ちあがると60位くら  
いになっていてあせりまし



来年は1位を  
とりたい！

長与南小2年  
山口 真由



わたしは、1位をとりたい  
くて、「長与町ロードレー  
ス大会」に、さんかしまし  
た。

1位を、とれるかと思っ  
たけれど、走ってみたら3  
位でした。でも、ひょう  
しょう台に、のぼれたし、  
メダルも、もらえたのでよ  
かったです。

来年は、がんばって1位  
を、とりたいです。



みんなのおかげで  
パワーアップ

長与南小3年  
宮崎 広成



ぼくは、スタート前に  
「一番になるぞ。」という  
気持ちで、体をポカポカに  
してスタートしました。走  
り出すと、勝手に足が動い  
てビュンビュンと走れまし  
た。けっかは、四番でし  
た。走り終わって、ぼく  
は、もう少し走れたかなあ  
と思いましたが、でも四番に  
なれたのは、速い人がいた  
からそれをめめてに走れた  
り、ぬこうとする人がいた  
から、自分の力の二倍の力  
をだせたりと、みんなが、

ぼくと、きょうそうしてく  
れたからだと思いました。  
来年は、みんなのめあて  
になる人になって、一番に  
なります。

ロードレース  
がんばったよ

長与小3年  
吉田 梨愛



わたしは、ロードレー  
スに出るのは2回目です。  
1回目は、22位でした。

今度は、1回目よりもじゅ  
ん位をあげるためさくせん  
を考えました。それは、は  
じめから力を出さずに後半  
に力を出すことです。ス  
タートの時、クラブのみん

なと家族のおうえんの声  
がたくさん聞こえました。後  
半位になったので「今だ。」  
と思ってラストスパートを  
しました。ゴールの手前で  
3位の人とあらい1秒の  
ちがいで4位でした。来年  
は、1位になるうと思いま  
した。

2年目の  
ロードレース大会

長与小4年  
津野田 凌太



たのは2回目で、走る前は  
自分のばんが来るまできん  
ちようしていました。が、  
スタートすると夢中で走っ  
ていました。  
2位というきっかけで前の  
大会よりは上がったけど  
1位になれなくて、くやし  
かったです。来年の大会ま  
でこれからの練習をもっと  
がんばり、次はくやしい気  
持ちがのこらないようにし  
たいです。  
これからも大好きな陸上  
を、いっしょうけんめいが  
んばります。

ぼくは、長与小学校の  
陸上クラブに入っていて、  
週に3回、友達や先輩いと  
練習をしています。  
長与のロードレースに出



走ることへの思い

長与小4年  
緒方 千陽 ちはる



私は、今年のロードレースで、去年以上にがんばりたいと思っていました。なんでかと言つと、去年は、アップをしている時に、転んで、手にケガをしてしまったから、元気が出ずに、自分の百パーセントを出し切れませんでした。なので今年、アップで転ばないように気をつけてアップをしました。なので転びませんでした。今年、自分の力を出し切つて、1位になれたのでうれ

しかったです。来年も、1位になりたいです。

走ることへの思い

長与小5年  
戎谷 新 あらた



ぼくは、バスケットボールをしています。どんなスポーツでも走るとは共通しています。バスケットボールは、5人で戦い、走らないと勝てません。ロードレースは1人で走り、思った通りに走れないことあります。そんな時でもあきらめず、自分の走りをしたいと思います。来年は、小学校最後のロードレースになるので、

たくさん練習して、上位入賞目指してがんばります。

目標に向かって

長与小5年  
藤原 栞那 かんな



わたしは、一年生から毎年ロードレースに参加しています。今年、走る前きんちょうもしていたし、スタートで失敗して転ばないか不安でした。本番はいいスタートがきれ、道路に出るからは、十位ぐらいから五位になつていたので、遠くにいる四位の人をぬこうと最後の最後まで必死でがんばりました。でも、四位の人は

ぬかせずそのまま五位でゴールしました。わたしの目標は三位以内に入ることでしたが、五位という結果で悔しかったです。来年は、目標が達成できるように陸上の練習をがんばります。

最高の思い出

洗切小6年  
川口 新太 あらた



ぼくは、今回の長与町ロードレース大会で、一位をとることができました。スタートのピストルが鳴るまで緊張しましたが、スタートしてからは、一位になつたり二位になつたりし

て負けないように一生懸命走りました。結果一位でゴールすることができました。そして大会新記録をとれました。トップ争いをしていたライバルがいたから良い記録が出たと思います。

ぼくは、走ることが好きなので、中学校でも陸上を続けて、今まで以上に努力して一秒でも早く走れるようにがんばりたいです。



## ロードレースから 学んだこと

長与小6年

岩本 乃藍のあ



私は、このロードレース大会で二つのことを学んだ。

一つ目は、しっかりと練習して、準備しておくことだ。私はロードレースの前、習い事などの都合などで、あまり走る練習をしていなかった。だから、一位ではなく、三位という結果になってしまったのだ。

二つ目は、最後まであきらめないことだ。最初は、がんばって走っていたけど、途中できつくなると、ペースダウンしてしまって、あきらめてしまったの

も、この結果になったのも一つの原因である。

だから、これからは、このロードレースで学んだことを生かして、がんばりたいと思う。

## 長与町ロードレース

長与中1年

今田 聖陽るい



僕は小学一年生から長与町ロードレースに参加しています。中学生になり、硬式野球を始めたので、体力をつけるために陸上部にも所属して、長距離の練習をしています。陸上を始めてから、記録も伸びてきているので、自己ベストを出せる自信がありました。レー

スが始まり、途中まで先頭集団で、下り坂でトップに立ち、最後は、十分十五秒で優勝することができました。優勝した瞬間はとても嬉しかったです。これからは野球と陸上で体力をつけ、二連覇を達成できるように頑張りたいと思います。

## ロードレース

### 七年目にして初入賞！

長与中1年

横山 ひなた



私は、小学校の頃から陸上部に入っていて、今も陸上を続けています。小学校一年生の時から毎年参加しているのですが、一度も入賞したことはありませんで

した。それどころか、私は貧血になりやすいので、悪い時は後ろから数えたほうが早い、という順位の時もありました。なので今回の初入賞は、小学生の頃からの目標でとてもうれしかったです。そして、たくさんの方々からの応援も心の支えとなりました。長距離には、少し苦手意識がありますが、これからも頑張っていきたいです。

## 頂を目指して、 努力する

長与第二中2年

岡本 壮汰そった



去年のロードレース。中学生になって最初のレー

ス、三キロでした。メダルを目標にしていたにもかかわらず熱を出し、十四位という苦い結果でした。

「走る」という単純なスポーツであるため、努力の差が結果に大きく関係してきます。僕は一年間、走ることに対して努力を惜しまず、駅伝に参加し、区間賞を獲るなど結果を残してきました。一年間の小さな積み重ねが今回のレースの結果に出たことをうれしく思います。小学校のころは記録が伸び悩んでいましたが、ライバルが近くにいたからこそ「走る」ことに対して熱い気持ちを持ち続けることができました。今年の目標は駅伝で全国に行くことです。「走る」ことから学んだことを日常生活に活かしていこうと思えます。

「人事を尽くして天命を待つ！」

勉強、自分の部活、走り、どれにもあてはまる、僕の言葉です！

走るじいじ

この頃の学び

長与中3年

久松 彩己



3年間陸上を続けてきて、3年生になって都道府県駅伝や県下一周駅伝などすごい経験をさせていた。いて、精一杯力を出すことができ今までの努力を生かしたと思います。またロードレース大会では中学生になって初めて走り、自分の力を出すことができました。この3年間を通して、側で支えてくれた家族、指導してくださった先生、ともに頑張ってきた仲間、応援してくださる方々への感

謝の気持ちがあったからこそここまで頑張ることができたと思っています。これからもたくさんの方々に感謝して、自分の力を伸ばして自分の走りができるよう頑張っていきたいです。目標と感謝を大切に学んだことを自分の力にして頑張りま

好きになった陸上

長崎東高等学校1年

瓦田 雄太郎



小学一年の時から今回で六度目となる「長与町ロードレース大会」。小中学校で、サッカー部に所属していた私は陸上競技には全く

興味がなく、長距離走は嫌이었다。しかし、中学三年の冬、中総体の駅伝に出場したことをきっかけに、走ることに興味が湧いた。そして私は、努力した分、結果がついてくる陸上が好きになった。そして、高校では陸上部に入った。六度目のこの大会では長与の海や山を見ながら気持ちよく走ることができた。これからも日々努力を重ね、活躍していきたい。



第42回長与町ロードレース大会に参加して

一般女子

深堀 百合子



私は、ダイエットのため、ジョギングを始めて、26年になります。長与町ロードレース大会は、歴史があり、参加者が多くレベルの高い大会です。なので、なかなか参加を申し込むことができませんでした。今回初めて、いつもジョギングしているコース5kmに参加しました。大会当日、会場では、大勢の応援の人々と沿道の声

援に励まされ、たのしんで走れることができ、笑顔でゴールできました。大会の役員の方々の御陰で永く続いている素晴らしい大会なのだと思えました。

高期高齢者でも若い人々のパワーをもらって完走でき、その上にとってもステキな奨励賞のたてを頂きました。これからの励みになりました。



おめでとう  
びねえます

皇后盃第36回

全国都道府県対抗  
女子駅伝競走大会

長崎県代表



長与中学校 3年  
久松 彩己さん

長与町ロードレース大会の中学2・3年女子3kmの部で優勝された、久松彩己（ひさまつ あこ）さん（長与中3年生）は、1月14日京都市（西京極陸上競技場発着コース）で開催された皇后盃第36回全国都道府県対抗女子駅伝競走大会に長崎県代表として出場されました。久松さんは第8区（中学生区間3km）を10分20秒、47チーム中区間10位で好走、懸命の走りで襷を繋ぎきり、長崎県チームの3位入賞、県勢12年ぶり

の銅メダル獲得に大きく貢献されました。また、1月26〜28日に開催された第67回都市対抗県下一周駅伝大会にも出場され、西彼・西海チーム優勝（2連覇）に貢献されました。中学生での駅伝シーズンは終わりましたが、今後の活躍が楽しみです。あこちゃんお疲れ様！

おめでとう  
びねえます

平成29年度

長崎県体育協会  
体育功労賞受賞



長崎県体育協会副会長  
西彼郡体育協会副会長  
長与町体育協会副会長  
山本 寛さん

山本寛さんは西彼杵郡及び長与町の体育協会副会長

として、地域のスポーツ振興に中心となって取り組まれるとともに永年にわたってソフトボール競技の選手として、国体及び数々の全国大会で全国制覇の主力選手として活動され、ソフトボール競技の普及と競技力向上に貢献されております。

平成29年度

スポーツ講習会開催

昨年度続けてほしいと好評でした「体幹トレーニング」とストレッティング」を、今年も12月16日（土）に子どもから大人まで総勢190名で行いました。講師は十八銀行女子陸上部マネージャーでストレンジス&コンディショニングスペシャリストの山本聖子先生です。

まず、歩きながらのウォーミングアップで体を温めます。ポカポカすると

ケガも少なくなり、これが楽しかったとの声がアンケートに多くありました。

次は体幹を意識しながら日ごろ使っていない筋肉を心地よく動かします。体育館の壁を使ったり床をスパイダーマン歩きたりして、皆でいい汗をかきました。

これまで参加したことのある人はもちろん、初めて体験した人も、普段の生活に取り入れて運動不足の解消にお役立てください！



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きます。

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）

☎087・5374）まで

編集後記

ひな祭りも終わり、卒園、卒業、入園、入学の準備、転勤、引越しと何かと慌ただしい季節となりました。

子どもたちが成人し、季節の変わり目の行事も少なくなりましたが、孫たちのほほえましい姿に春を感じます。

