

長野陸協 会報

NAA
Nagano Athletics Association
一般財団法人長野陸上競技協会

2026.3.15
vol.186

First
Time

皇后盃 第44回 全国都道府県対抗女子駅伝
3位 初のメダルに輝く

女子 第37回全国高校駅伝

長野東高校 **連覇** (3回目の優勝)

村上 愛華さん(東京メトロ) (写真 長野陸協)



閉会式後の長野県選手団 (写真 長野陸協)



長野東高校選手団 (写真 長野東高校)

スポーツじ



すべてのスポーツにエールを

スポーツじの収益は、日本のスポーツを育てるために使われています。

長野陸協会報はスポーツ振興くじの助成を受けて発行しています

【本協会外からの情報】 子供達の真っ白なキャンパスにはまずデッサンを

山崎 一彦（日本陸上競技連盟強化委員長・順天堂大学スポーツ健康科学部教授）



日本陸連は、2025年12月17日に「育成年代における競技会ガイドライン」を公表した。このガイドラインを私なりに解釈してみたい。

私が四半世紀前に現役を引退する時の最大の後悔は、「世界と戦えないことを一生懸命やってきてしまったのでは？」ということだった。その思いから今日まで世界で活躍できるコーチを目指して活動をしてきた。

私が四半世紀前に現役を引退する時の最大の後悔は、「世界と戦えないことを一生懸命やってきてしまったのでは？」ということだった。その思いから今日まで世界で活躍できるコーチを目指して活動をしてきた。

練習量は裏切る？！

現役時代にあるオリンピックメダリスト(M)との会話で、

山崎：「ケガをして、練習があまりできていない」
(M)「お前はそれくらいでちょうどいい。練習量を落とせばケガもしないし、記録も伸びるよ」

この後もケガを繰り返しながらも日本記録更新までには至ったが、度重なる故障により現役続行を断念した。

ある時点までは練習量はパフォーマンス向上の最大要因となる。しかし一線を越えると練習量はそれを簡単に裏切る存在にもなり得る。

自身の失敗を責任転嫁する訳ではないが、この叩き込みの発想は、いつ、なぜ自分の中に生まれたのだろうか。

おそらく世界最高峰とも言える全日本中学の参加標準記録突破を目指し、全国高校総体の厳しい勝ち抜きに耐えて栄光を掴んだ経験。日本人に合った技術と称され、インカレで勝ち方を覚え、箱根の山を登ればエベレストに登れると思っていた。しかし世界陸上やオリンピックに行くとなると全く歯が立たない。

新しい世界基準の技術や練習を取り入れるが、時すでに遅し。チグハグな自分に気づくが、これまた時すでに遅し。

伸び代を残すには

これらの現象は我日本だけではなく、世界的課題のようだ。近年の海外論文では、高校年代に他スポーツの練習量が多かった者は将来の伸びが大きく、専門競技練習が多くても他競技経験に乏しい場合、将来の伸び代は大きくない。さらには累積4000～5000時間の専門練習時間は将来の伸び代を小さくする事が示されている (Barth and Mullich, 2021)。

我が国の育成段階における年間競技出場回数は、

世界最高レベルであり、練習量も最大級であるだろう。だからこそ、これらの警笛を最も真剣に受け止めなければならない国の一つである。

また、育成期に見合わない激しい練習により、本来使われるはずの成長ホルモンが回復に消費され、結果として成長を阻害しているという疑問もある。受験期などに身長が急激に伸びる例があるが、これもトレーニング量が成長をおさっていた可能性を示唆しているのかも知れない。

指導者として駆け出しの頃、私は現役時代の成功体験をもとに同様の練習量を競技者に押し付けてしまった。その結果、競技者の芽を摘んでしまったことを大いに悔やんでいる。

日本の競技会システムを考えていこう

さらに言えば、私たちが育成期に培ってきた価値観そのものが、日本陸上界全体の競技会システムとして根付いてしまっているのではないかという思いに至る。そしてこの「育成年代における競技会ガイドライン」に行き着く。

ガイドラインは暑熱対策にフォーカスされがちだが、読み解くと各地域陸協や都道府県陸協が抱える問題にもつながる。

私たちのマインドは献身的自己犠牲もいとわぬ。競技者を強くしたい思いから競技会は増え続け、運営者も審判も疲弊し、学校現場を中心とした指導者たちも疲労困憊している。さらに少子高齢化が状況を厳しくしている。

各地域陸協で抱えている競技運営問題は、育成期における競技者育成の問題とリンクしているのかも知れない。地域陸上が縮小してしまう前に、そして世界で活躍できる競技者が少しずつ現れてきている今、一度立ち止まり精査し、皆で仕切り直しをする必要があると強く感じている。

名画を描くには

何かを得るためには、何かを捨てる。これは競技パフォーマンス向上の鉄則である。

育成年代の競技者は真っ白なキャンパスを持っている。そこにすぐ鮮やかな色を塗りたくなる気持ちは理解できる。しかし緻密で丁寧なデッサンがなければ、最初は鮮やかな色もやがて上塗りを重ねるうちに濁ってしまう。育成年代は、名画となるためのデッサンを描く時期である。

色を塗る楽しみは、もう少し先に取っておく必要があるかも知れない。

2026年度 Kick Off にあたり 代表理事 内山了治

最初に、僭越ですが、前のページにご寄稿いただいた山崎一彦先生についてご紹介いたします。

- 出身：埼玉県、武南高校、順天堂大学体育学部、筑波大学大学院体育研究科修了。
- 日本陸連：2021年から日本陸連強化委員長、日本代表監督。「ダイヤモンドアスリート」発案者。やり投北口榛花さん(パリ五輪金メダル)、サニブラウン・ハキームさんなどなど数多くの世界で活躍する競技者を輩出された。永原颯磨(川中島中、佐久長聖高、現順天堂大)が第12期のダイヤモンドアスリートに認定されています。
- 競技歴：400mH 日本初の世界選手権ファイナリスト(1995年イェテボリ)48秒37(当時アジア記録)、1999年IAAF_GP大阪大会48秒26(当時日本記録)五輪：92バルセロナ、96アトランタ、00シドニー世界Ch：91東京、95イェテボリ、97アテネ、99セビリア ワールドカップ：92ハバナ、94ロンドン

2026-27-28-その先??

百瀬専務が今後の展望について熱く語っています。私は代表理事として責任を果たしつつ、その実現を支援します。2015年から理事長を仰せつかり、組織と資金の安定化の取り組み、課題も残されています。

組織の充実

当協会は4月1日に創立80年、法人化14年を迎えます。規定や団体との関係整備、競技会以外の事業推進部門設置、収入確保、会員以外の増加が必要です。

中長期目標の達成

現実的な目標の明確とその達成を目指します。高齢社会への対応として、陸上健康寿命延伸に貢献する役割が重要です。また、子供の減少による競技人口

の減少を防ぐため、参加しやすい機会を増やす必要があります。そのために、競技会の見直しやシーズン制の導入などの検討も必要かと思えます。

競技力向上

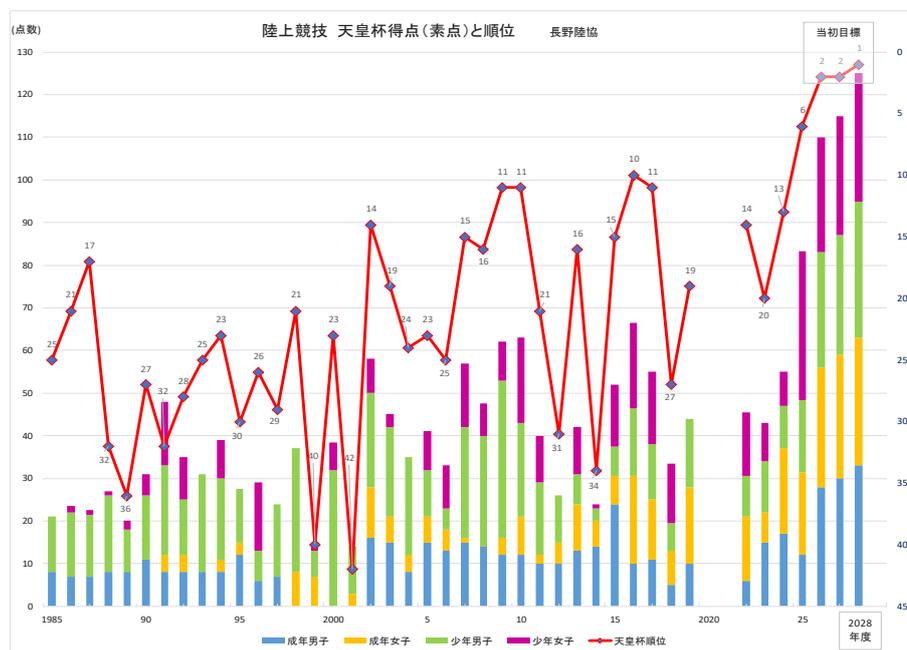
下に、1985年以降の国体・国スポ総合得点の推移を示します。それ以前は入賞者の情報はありますが、総合得点・順位などの資料は見つかりませんでした。これまで強化部を中心に推進してきた活動に敬意を表します。取り組みの方向性も成果から適切と評価できます。今後も自信を持って続けてください。

競技運営力向上

日本混成の10年間はとても大変でしたが、規則の理解や運営の効率化への取り組み、人との交流を深めるなど、多くの意義を感じました。ぜひ世界レベルの選手が集まる大会開催を実現してほしいものです。県内だけの大会では限界があるため、世界を視野に入れて挑戦してもらいたいと思います。また、国スポは70歳未満での実施方針が示され、私は外野で見守る立場になります。これまでの問題事例や対応策を早急にまとめて提示できればと考えています。

OB・OG会の実現

組織を設立したものの、コロナ禍によって活動が中断している状況です。新しい競技場が完成間近ですので、多くの方々に集まっていただき、先輩の皆様方からアドバイスをいただけるように、組織をさらに発展させていきたいと考えています。様々な課題がありますが、微力ながら全力を尽くす所存ですので今後ともよろしくお願ひします。



1) 1999, 2001, 2012, 2014の落ち込み原因
2) 全体的な特徴、飛躍した年の功績者等
3) 2028優勝するための要件

(2025/10/7 内山了治)

種目別対抗得点(素点)

年	男女総合		女子	
	素点	順位	素点	順位
2011	40	21	13	29
12	26	31	5	40
13	42	16	22	16
14	24	34	7	37
15	52	15	21	12
16	66.5	10	40.5	6
17	55	11	31	9
18	33.5	27	20.5	16
19	44	19	16	23
2020, 2021中止				
22	55.5	14	24.5	18
23	43	20	21	18
24	55	13	18	21
25	83.33	6	64.33	2

当初目標

25	95	3	45	2
26	110	2	55	2
27	115	2	57	2
2028	125	1	60	1

2025年度の総括と2028年「信州やまなみ国スポ」への飛躍

長野陸上競技協会 専務理事 百瀬 貴 はじめに

2025年度を終えるにあたり、本協会の活動を力強く支えてくださった会員の皆様、競技運営の根幹を担う審判員の皆様、そして多大なるご支援を賜りました協賛スポンサー各位に、厚く御礼申し上げます。

本年度の長野県陸上界は、まさに「信州の底力」を全国に知らしめる、歴史的な躍進の一年となりました。数々の快挙は、選手たちのたゆまぬ努力はもちろんのこと、それを取り巻く指導者、保護者、そして地域社会の皆様の情熱が結実した結果に他なりません。

2025年：歴史に刻まれる輝かしい成果の数々

本年度の特筆すべき成果は、滋賀県で開催された「わた SHIGA 輝く国スポ（滋賀国スポ）」における大躍進です。

・**滋賀国スポ 男女総合(天皇杯) 6位入賞**:これは、本県で開催された1978年の「やまびこ国体」以来となる、実に47年ぶりの歴史的快挙です。半世紀近い時を経て、再び全国のトップクラスに食い込んだことは、長野県陸上界全体の士気を大いに高めました。

・**滋賀国スポ 女子総合(皇后杯) 2位**:2016年以来、9年ぶりの表彰台という素晴らしい成績を収めました。

・**佐久長聖高校 広島インターハイ女子総合準優勝**若き力が全国の舞台上で躍動し、本県の育成環境の質の高さを証明しました。

・**長野東高校 女子全国高校駅伝連覇(3度目の優勝)**伝統校としての勝負強さを遺憾なく発揮し、連覇という偉業を成し遂げました。

・**第44回皇后盃全国都道府県対抗女子駅伝**長野県チーム悲願の**3位入賞**:長年目標としてきた上位進出を果たし、県民に大きな感動と勇気を与えてくれました。

また、競技面のみならず、滋賀国スポおよび滋賀全障スポには、本協会から多くの協力審判員を派遣いたしました。他県での大会運営を支えた経験は、2年後に迫る自県開催に向けての大きな糧となったことと確信しております。

2026年への展望：創立80周年と新時代の幕開け

来る2026年度、当協会は大きな節目を迎えます。

第一に、2026年9月26日(土)には、待望の新競技場の柿落としを予定しております。最新の設備を備えた新たな聖地から、次世代のアスリートが羽ばたく姿を想像すると、期待に胸が膨らみます。

第二に、2027年2月11日、THE SAIHOKUKAN HOTELにおいて「長野陸上競技協会創立80周年記念式典」を挙行いたします。本式典では、日本陸上競技連盟有森裕

子会長をお招きし、記念講演をいただく予定です。先人が築き上げた80年の伝統を振り返りつつ、未来の陸上界を展望する貴重な機会となります。多くの会員の皆様のご参加を心よりお待ちしております。

2028年の国スポ開催まで、残された時間はあと2年となりました。2017年に発足した4つのプロジェクトをさらに推進し、以下の重点事業を完遂してまいる所存です。

【各種事業の遂行と重点方針】

(1) **陸上競技の普及に関すること**:子供から高齢者まで、また障がいの有無にかかわらず、誰もが「陸上」を楽しめる環境づくりを推進し、競技人口の拡大を図ります。

(2) **競技者の強化・育成と代表派遣**:「信州やまなみ国スポ」での上位入賞を見据え、一貫した指導体制のもとで県代表競技者の選定と強化を戦略的に進めます。

(3) **「三者」に優しい大会運営の実現**:大会・記録会においては、**Athlete(競技者)、Spectator(観客)、Referee(審判員)の三者が、共に「参加して良かった」と思えるFriendly(フレンドリー)**な視点を尊重した運営を徹底します。

(4) **指導者の養成と資質向上**:日本スポーツ協会・日本陸連公認コーチ3取得へ5名を派遣するほか、11月28日・29日には松本平広域公園陸上競技場にて「JAAF公認スタートコーチ養成講習会(28日)」「JAAF公認ジュニアコーチ養成講習会(28日・29日)」を開催します。

(5) **ガバナンス強化と多様性の尊重**:陸協役員を対象にガバナンスコードやダイバシティ&インクルージョン(D&I)に関する研修を実施します。また、コーチ・指導者を対象とした研修会も継続し、誰もが尊重されるクリーンな組織運営を追求します。

(6) **情報の提供と双方向のコミュニケーション**:会報、年報、ホームページ等の充実を通じ、本協会の状況や課題を周知します。会員の皆様から広くアイデアを募り、組織の活性化に繋がります。

おわりに

2028年「信州やまなみ国スポ・全障スポ」の成功は、我々に課せられた最大の使命です。しかし、それは単なる一過性のイベントではありません。大会を通じて醸成される「陸上への情熱」こそが、次の80年を支える財産となります。

「長野県陸上ファミリー」の総力を結集し、2026年度をさらなる飛躍のステップにしていきましょう。皆様の引き続きのご理解と、熱いご協力をお願い申し上げます。

萩原清会長 秩父宮章受章 祝賀会

NAA Athletics Awards 2025

国スポ男女総合6位、女子総合2位入賞 祝賀会
皇后盃 第44回 全国女子駅伝 3位入賞 祝賀会



左から大日向松本支部副会長、萩原会長、芳川理事 上段 奨励賞受賞者、下段 長野陸協栄章受章者 (写真 長野陸協)

当協会アスレチックスアワード2025、萩原清会長 秩父宮章受章、国スポ男女総合6位・女子総合2位入賞、皇后盃第44回全国女子駅伝3位入賞のお祝いを兼ねた祝賀会は、2月11日(水)長野市THE SAIHOKUKAN HOTELに於いて、阿部守一長野県知事、小坂壮太郎信濃毎日新聞社代表取締役社長、村松徹也京都長野県人会副会長、22名の長野県議会議員をはじめ119名の皆様方のご臨席を賜り開催されました。心から感謝申し上げます。受章者の皆様は下記のとおりです。
()内は所属支部・所属、敬称略

公益財団法人日本陸上競技連盟

- 秩父宮章 萩原 清(松本)
- 高校優秀指導者章 内堀 俊彦(佐久)
- 中学優秀指導者章 原 智恵(木曾)
- 少年少女陸上競技指導者表彰 松村 寛(飯伊)

文部科学大臣表彰

- 「生涯スポーツ功労者」 千代 馨脩(諏訪)
- 「生涯スポーツ優良団体」 安曇野支部

公益財団法人日本スポーツ協会

- 公認スポーツ指導者等表彰 山口 誠(上田)

公益財団法人長野県スポーツ協会

- 勲功章 南澤 明音(松本・松本土建)

一般財団法人長野陸上競技協会

- 審判員功労章 百瀬 貴(塩尻) 細田 和生(上田)
白川 雅三(上田)
- 審判員功績章 五味 健志(諏訪) 矢澤 美代子(飯伊)

- 指導者功績章 林 努(飯伊) 篠原 夏季(諏訪)
- 武居 悠輔(諏訪) 下里 直弥(松本)
- 杉山 史良(松本) 牛久保 裕介(長野市)
- 中嶋 良太(長野市)

特別賞

- 小澤 虎雄(松本支部) 100歳長寿お祝い
- 小口 蒼葉(法政大学1) 香港 2025U20 東アジア陸上競技選手権男子 110mH(0.991m-9.14m) 3位
- 真柴 愛里(長野東高校3) 香港 2025U20 東アジア陸上競技選手権 女子 5000m 2位
- 佐々木 哲(早稲田大学1) GUMI アジア選手権 男子 3000mSC 5位, FISU ワールド・エハ 3000mSC 7位
- 原 圭佑(京都大学M2) FISU ワールド・エハ 男子 20kmW 4位
- 倉田 紗優加(慶應大学3) 木浦 2025 アジア投てき選手権大会 女子やり投 5位
- 佐久長聖高等学校 全国高校 女子総合成績 2位
- 佐久長聖高等学校 全国高校 女子 4×400mR 4位
- 長野県チーム 国民スポ 男女総合成績第6位 女子総合成績 2位
- 長野県チーム 国民スポ 男女共通 4×400m 6位
- 川中島ジュニアランニングクラブ 全国中学校駅伝大会 男子 5位
- 長野東高等学校 女子全国高校駅伝 優勝
- ChinoAs 全国小学生 男女混合 4×100mR 優勝
- 長野工業高専 全国高専 女子 4×100mR 優勝
- 長野県女子駅伝チーム 全国女子駅伝 5位(2025/1)
- 長野県男子駅伝チーム 全国男子駅伝優勝(2025/1)

【勲功章・優秀競技者賞】

<勲功章は、中学校卒業後の競技者を対象とし、一人1回限りとする>

- 要件 1 日本記録を樹立した者
- 2 長野県記録を樹立した者
- 3 長野県高校生記録を樹立した者
- 4 日本代表として国際大会に出場した者
- 5 長野県代表として全国大会で入賞した者
- 6 日本選手権で入賞した者
- 7 標準記録を突破して全国大会で入賞した者
- 8 予選会を通過して全国大会で入賞した者
- 9 日本陸連主催の大会で入賞した者

一人の競技者が複数回の要件がある場合は最上位の要件について掲載しています。駅伝種目の○数字は、区間を示します。

【勲功章・優秀競技者賞】

(混成種目の期日は初日、○数字は区間、手:手動計時)

要件	性	種目	受章者	所属 学年	記録	大会名	期日	会場	順位他
2	男	円盤投(2.000kg)	北村 将也	同志社大D3	51.13	日本学生対校	6/7	岡山	4位
5	女	駅伝(42.195km)⑦	中村 柚音	中京学院大3+	2:18:13	都道府県女子駅伝	1/12	西京極	5位
6	女	七種競技	村山 羽乃	東京女子体育大1	4677点	U20日本選手権混成	7/12	長良川	5位
7	男	3000m競歩	小幡 千尋	飯田高2	12:11.46	全国U18	10/17	伊勢	5位
3	男	4×400mR④	垣内 友仁	諏訪清陵高3	3:12.38	全国高校総体	7/28	広島広域	
3	男	4×400mR①	小川 夏生	諏訪清陵高2	3:12.38	全国高校総体	7/28	広島広域	
3	男	4×400mR②	蔵前 彰良	諏訪清陵高2	3:12.38	全国高校総体	7/28	広島広域	
3	男	4×400mR③	吉田 健広	諏訪清陵高2	3:12.38	全国高校総体	7/28	広島広域	
7	男	3000m	西澤 惟定	諏訪二葉高2	8:23.17	全国U18	10/17	伊勢	7位
7	女	走高跳	市川 凜子	松本国際高2	1.62	全国U18	10/18	伊勢	6位
1	女	2000mSC(0.762m)	角地 萌音	長野東高2	6:33.89	滋賀国スポ	10/3	彦根 U20日本新/3位	
3	女	駅伝(21.0975km)④	本田 結彩	長野東高1	1:06:30	全国高校駅伝	12/21	西京極	優勝
6	男	3000mSC(0.914m)	岸本 莞爾	長野日大高3	8:56.67	U20日本選手権	9/27	草薙	3位
3	男	ハンマー投(6.000kg)	三石 城	長野高専3	59.10	東信TRオータム	10/26	佐久	
8	女	4×100mR①	城和 陽香	長野高専1	51.43	全国高専	8/30	大分	優勝
8	女	4×100mR③	加島 さわ	長野高専1	51.43	全国高専	8/30	大分	優勝
8	女	4×100mR④	杉本 結理	長野高専1	51.43	全国高専	8/30	大分	優勝
7	女	砲丸投(4.000kg)	川元 唯楓	佐久平総合高1	12.42	全国U18	10/17	伊勢	7位
2	男	300mH(0.914m)	相場 遥心	佐久長聖高3	35.98	滋賀国スポ	10/6	彦根	3位
2	男女	4×400mR③	江間 諒太郎	佐久長聖高3	3:20.66	滋賀国スポ	10/6	彦根	
5	男	3000mSC(0.914m)	加藤 結羽	佐久長聖高3	8:45.77	滋賀国スポ	10/3	彦根	5位
2	女	300m	鎌倉 梨々華	佐久長聖高2	38.74	長野サマーTR	8/3	長野	
2	女	300m	宮澤 希	佐久長聖高2	38.76	全国U18	10/19	伊勢	
2	女	300m	中村 波南	佐久長聖高2	39.25	長野サマーTR	8/3	長野	
5	男	3000m	伊藤 遼	佐久長聖高1	8:22.92	滋賀国スポ	10/7	彦根	8位

【優秀競技者賞】

要件	性	種目	受章者	所属 学年	記録	大会名	期日	会場	備考
5	男	800m	川元 奨	スズキ(静岡)	1:47.32	滋賀国スポ	10/5	彦根	7位
2	男女	4×400mR①	児玉 悠作	ノジマT&FC(神奈川)	3:20.66	滋賀国スポ	10/6	彦根	
2	女	400mH(0.762m)	南澤 明音	松本土建	56.51	全日本実業団対抗	9/28	維新百年	優勝
2	男	400mH(0.914m)	岡村 州紘	長野県信用組合	49.24	富士北麓ワールドTR	8/3	富士北麓	
2	女	100mH(0.838m-8.5m)	中津 晴葉	佐久長聖教員クラブ	13.68	中部実業団対抗	5/11	長良川	
5	女	駅伝(42.195km)⑨	和田 有菜	JP日本郵政G(東京)	2:18:13	都道府県女子駅伝	1/12	西京極	5位
5	女	駅伝(42.195km)④	名和 夏乃子	エディオン(大阪)	2:18:13	都道府県女子駅伝	1/12	西京極	5位
2	男	10000m競歩	原 圭佑	京都大学M2	38:38.23	関西学生対校	5/6	長居	
7	男	十種競技	石坂 翼海	松本大学M2	6912点	日本学生個人	4/25	平塚	7位
7	女	円盤投(1.000kg)	坂井 美藍	順天堂大学M2	43.81	日本学生対校	6/6	岡山	8位
5	男	駅伝(48.0km)③	吉岡 大翔	順天堂大学2+	2:17:00	都道府県男子駅伝	1/19	広島	優勝
2	男	3000mSC(0.914m)	永原 颯磨	順天堂大学2	8:29.35	金栗記念	4/12	えがお健康ST	
2	女	10000m競歩	中村 綾花	日本体育大学4	45:53.06	滋賀国スポ	10/4	彦根	3位
2	女	棒高跳	岡田 莉歩	日本体育大学2	4.15	県選手権	7/12	長野	
2	男	15km	花岡 寿哉	東海大学3+	43:10	日本学生ハーフ	2/2	丸亀	
7	男	4×400mR②	宮崎 日向	日本大学4	3:07.73	日本学生対校	6/5	岡山	7位
2	女	やり投(600g)	倉田 紗優加	慶応大学3	60.57	関東学生対校	5/10	相模原	
2	男	15km	山川 拓馬	駒沢大学3+	43:15	日本学生ハーフ	2/2	丸亀	
4	男	110mH(0.991m-9.14m)	小口 蒼葉	法政大学1	13.42(w)	U20東アジア選手権	9/27	香港 (HKG)	3位
2	男	3000mSC(0.914m)	佐々木 哲	早稲田大学1	8:29.05	金栗記念	4/12	えがお健康ST	
5	男	駅伝(48.0km)①	濱口 大和	佐久長聖高校3+	2:17:00	都道府県男子駅伝	1/19	広島	優勝
5	男	駅伝(48.0km)④	石川 浩輝	佐久長聖高校3+	2:17:00	都道府県男子駅伝	1/19	広島	優勝

要件	性	種目	受章者	所属	学年	記録	大会名	期日	会場	順位	他
3	女	三段跳	大森 玲花	佐久長聖高校	3	12.46	長野サマーTR	8/3	長野		
5	女	走高跳	星野 紗菜	佐久長聖高校	3	1.73	滋賀国スポ	10/6	彦根	7位	
1	女	300mH(0.762m)	阪 真琴	佐久長聖高校	2	41.44	滋賀国スポ	10/6	彦根	U18日本新	3位
6	女	円盤投(1.000kg)	北沢 真輝	松本国際高校	3	43.49	U20日本選手権	9/28	草薙	6位	
8	男	800m	原田 匠海	松本国際高校	3	1:57.02	全国高校定通	8/12	駒沢	優勝	
6	男	1500m	大場 崇義	城西大学	2	3:40.18	日本選手権	7/6	国立	7位	
7	男	10000m	小池 莉希	創価大学	3	29:00.16	日本学生個人	4/25	平塚	5位	
5	男	駅伝(48.0km)⑦	伊藤 大志	早稲田大学	4+	2:17:00	都道府県男子駅伝	1/19	広島	優勝	
7	男	十種競技	梶川 新	中京大学	3	7131点	日本学生個人	4/25	平塚	3位	
8	女	100m	小柳 梨乃	長野高専	5	12.88	全国高専	8/29	大分	2位	
5	女	駅伝(42.195km)⑤	窪田 舞	長野東高校	3+	2:18:13	都道府県女子駅伝	1/12	西京極	5位	
3	女	5000m	真柴 愛里	長野東高校	3	15:30.85	ゴールデンゲームズ	5/4	延岡		
3	女	駅伝(21.0975km)②	田畑 陽菜	長野東高校	3	1:06:30	全国高校駅伝	12/21	西京極	優勝	
3	女	駅伝(21.0975km)①	川上 南海	長野東高校	2	1:06:30	全国高校駅伝	12/21	西京極	優勝	
3	女	駅伝(21.0975km)⑤	今井 玲那	長野東高校	2	1:06:30	全国高校駅伝	12/21	西京極	優勝	
5	男	5000m競歩	井上 俊弥	長野日大高校	2	20:19.72	滋賀国スポ	10/5	彦根	2位	

【奨励賞】 <記録と全ての栄章対象期間は2025年1月1日～12月31日で、年度ではありません>

- 要件 1 長野県中学校記録を樹立した者 3 小学校の児童で、全国大会において入賞した者
 2 中学校の生徒で、全国大会において入賞した者 4 長野県小学校記録を樹立した者

下記一覧は、一人の競技者が複数回の要件がある場合は最上位の要件を掲載しています。リレー種目の○数字は走順を示します。

要件	性	種目	受章者	所属	記録	大会名	期日	会場	備考	
1	男	4×100mR①	神津 瑛亮	安曇野AC3	43.05	県中学総体	7/06	長野		
1	男	4×100mR②	花村 秀志	安曇野AC3	43.05	県中学総体	7/06	長野		
1	男	4×100mR③	板花 瑞樹	安曇野AC3	43.05	県中学総体	7/06	長野		
1	男	4×100mR④	洞 大和	安曇野AC3	43.05	県中学総体	7/06	長野		
1	男	低学年4×100m①	木村 有汰	安曇野AC1	46.28	県中学総体	7/05	長野		
1	男	低学年4×100m②	稲目 光希	安曇野AC2	46.28	県中学総体	7/05	長野		
1	男	低学年4×100m③	羽田 咲英	安曇野AC2	46.28	県中学総体	7/05	長野		
1	男	低学年4×100m④	山崎 大和	安曇野AC1	46.28	県中学総体	7/05	長野		
1	女	800m	原 梨珠	赤穂中学校	3	2:12.52	中学通信	7/20	長野	
2	女	駅伝(42.195km)⑧	北原 風花	箕輪中学校	3+	2:18:13	都道府県女子駅伝	1/12	西京極	5位
2	男	駅伝(48.0km)②	増田 大誠	真田クラブ	3+	2:17:00	都道府県男子駅伝	1/21	広島	優勝
2	男	駅伝(48.0km)⑥	中澤 侑己	堀金中学校	3+	2:17:00	都道府県男子駅伝	1/21	広島	優勝
2	男	四種競技	長峰 和真	浅間中学校	3	2748点	全日本中学	8/18	沖縄	4位
2	女	四種競技	荻原 怜愛	軽井沢A&AC3	2830点	全日本中学	8/18	沖縄	4位	
2	女	4×100mR①	荻原 推	軽井沢A&AC3	48.51	全日本中学	8/20	沖縄	4位	
2	女	4×100mR③	中嶋 優佳	軽井沢A&AC3	48.51	全日本中学	8/20	沖縄	4位	
2	女	4×100mR④	大瀧 らら	軽井沢A&AC3	48.51	全日本中学	8/20	沖縄	4位	
2	男	ジャベリックスロー(300g)	佐藤 晴大	常盤中	3	68.46	全国U16	10/19	伊勢	2位
2	女	ジャベリックスロー(300g)	向山 和果	伊那東部中	3	50.91	全国U16	10/19	伊勢	優勝
2	男	駅伝(18km)①	星野 誠歩	川中島JRC	3	57:58	全国中学駅伝	12/14	滋賀	5位
2	男	駅伝(18km)②	根岸 知輝	川中島JRC	3	57:58	全国中学駅伝	12/14	滋賀	5位
2	男	駅伝(18km)③	中嶋 幸樹	川中島JRC	2	57:58	全国中学駅伝	12/14	滋賀	5位
2	男	駅伝(18km)④	笠嶋 寛人	川中島JRC	3	57:58	全国中学駅伝	12/14	滋賀	5位
2	男	駅伝(18km)⑤	内山 瑞希	川中島JRC	2	57:58	全国中学駅伝	12/14	滋賀	5位
2	男	駅伝(18km)⑥	吉池 徠洸	川中島JRC	3	57:58	全国中学駅伝	12/14	滋賀	5位
3	男	5年100m	池田 尊	芝沢小学校	5	12.80	全国小学生	11/02	日産ST	4位
3	男	コンバインドB	鈴木 琉空	佐久ドリム	6	2540点	全国小学生	11/02	日産ST	優勝
3	女	5年100m	林田 美心	イイダッシュAC	5	13.80	全国小学生	11/02	日産ST	4位
3	女	コンバインドA	土屋 紗英	軽井沢A&AC	6	2279点	全国小学生	11/02	日産ST	4位
3	男女	4×100mR①	五味 華	ChinoAs	6	51.03	全国小学生	11/02	日産ST	優勝
3	男女	4×100mR②	佐藤 華香	ChinoAs	6	51.03	全国小学生	11/02	日産ST	優勝
3	男女	4×100mR③	岩下 琉心	ChinoAs	6	51.03	全国小学生	11/02	日産ST	優勝
3	男女	4×100mR④	小林 慶彦	ChinoAs	6	51.03	全国小学生	11/02	日産ST	優勝

悲願のメダル獲得 皇后盃第44回全国都道府県対抗女子駅伝

【優秀選手】 田畑 陽菜(長野：長野東高校)

2026.1.11(京都市)

区間(距離km)	1区(6.0)	2区(4.0)	3区(3.0)	4区(4.0)	5区(4.1075)	6区(4.0875)	7区(4.0)	8区(3.0)	9区(10.0)
選手名	田畑 陽菜	川上 南海	原 梨珠	細田 あい	今井 玲那	窪田 舞	本田 結彩	青木 咲瑛	村上 愛華
チーム順位・記録	1 19:28	1 31:59	1 41:34	1 54:46	1 1:08:30	1 1:21:40	2 1:34:40	3 1:45:31	3 2:19:12
区間順位・記録	1 19:28	2 12:31	9 9:35	6 13:12	7 13:44	7 13:10	9 13:00	21 10:51	19 33:41
区間最高記録	19:28	12:14	9:20	12:43	13:11	12:54	12:25	10:10	31:57
Top通過チーム 同記録	長野 19:28	長野 31:59	長野 41:34	長野 54:46	長野 1:08:30	長野 1:21:40	大阪 1:34:24	兵庫 1:45:11	大阪 2:18:19

選手	主将：細田あい	役職	氏名	所属等	
区分	氏名	所属	団長	田澤 稔	常務理事
一般	細田 あい	エディオン	副団長	丸山 健志	駅伝部長
一般	村上 愛華	東京メトロ	監督	横打 史雄	長野東高校教
一般	名和 夏乃子	エディオン	コーチ	富永 浩一	梓川中学校教
一般	窪田 舞	城西大学1年	コーチ	加藤 未有	サンアップル
高校	田畑 陽菜	長野東高校3年	コーチ	鳥羽 一彦	安曇野かけっこクラブ
高校	川上 南海	長野東高校2年	コーチ	木下 純市	伊那東部中学校教
高校	今井 玲那	長野東高校2年	コーチ	横地 京子	長野工業高校教
高校	森田 華音	長野東高校2年	コーチ	小林 季生	箕輪中学校教
高校	本田 結彩	長野東高校1年	コーチ	渡辺 優樹	岡谷東部中学校教
高校	待井 未里	長野東高校1年	コーチ	芳川 千恵	高社小学校教
中学	原 梨珠	赤穂中学校3年	コーチ	速渡 賀大	松本深志高校教
中学	青木 咲瑛	三陽陸上クラブ2年	トレーナー	窪田 勝	くぼた整骨院
中学	田村 ここみ	三陽陸上クラブ2年	トレーナー	野竹 康之	野竹接骨院
中学	小出澤恋実	安曇野A C 3年	役員	百瀬 貴	専務理事
			役員	北島 正孝	前駅伝部長



1区 競技場出口 田畑 陽菜さん (写真 長野陸協)

メダルまでの道のり



全国都道府県対抗女子駅伝は男子より13年早く1983年に、女子長距離種目の競技力向上を主題として始まった。長野県チームは17位からスタートし10回大会には15位まで順位を押し上げたが、その後低迷が続いた。25回大会から14、15回に続き監督再登板の玉城良二先生(当時長野東高校教員)が、自校の躍進とともにこの駅伝でも強化策を練り27回大会で念願の初入賞(8位)を果たした。社会人が不在で中学生から大学生で編成する若いチームとして活躍し脚光を浴びたが、最終10kmの9区で逆転され入賞やメダルにはもう一步という展開が多かった。2021年(39回大会中止)に監督を引き継いだ横打史雄先生も同様のパターンで苦戦したが、社会人競技者の成長もあり今回悲願を達成した。(代表理事 内山了治)

レース展開

天候は、朝から突風が吹き、雪も舞う肌寒いコンディションの中、レースは、1区田畑陽菜(長野東高3年)が実業団や大学選手を終盤に突き放し区間賞を皮切りに、2区川上南海(長野東高2年)、3区原梨珠(赤穂中3年)がトップをキープ、2位兵庫との差は14秒、4区細田あい(エディオン)がさらに後続を引き離し、2位静岡との差を24秒広げた。5区今井玲那(長野東高2年)、6区窪田舞(城西大1年)と2位兵庫と18秒差で先頭をひた走ることができた。7区本田結彩(長野東高1年)では、初めて先頭を譲る展開となり、1位大阪と16秒差、8区青木咲瑛(三陽陸上クラブ2年)が1位兵庫と20秒差、2位大阪と15秒差と順位を落としながらも我慢の走りを見せた。9区アンカー村上愛華(東京メトロ)は、メダル圏内の3位を死守し、万感のフィニッシュを迎えることができた。(監督 横打史雄)

総合成績

- 1位 大阪 2:18:19
- 2位 兵庫 2:18:28
- 3位 長野 2:19:12
- 4位 京都 2:19:33
- 5位 岡山 2:19:45
- 6位 群馬 2:19:48
- 7位 埼玉 2:19:56
- 8位 静岡 2:19:59

お礼 団長 田澤 稔(常務理事・事務局長)

長野県女子初の第3位、メダルを獲得することができました。これも偏に、長野県知事阿部守一様はじめ大勢の県、県議会議員、県スポーツ協会、信濃毎日新聞社並びに信州駅伝サポート会の皆様方、そして、地元京都長野県人会、近畿長野県人会、在広島信州県人会、名古屋長野県人会他多くの皆様方の厚いご支援の賜であり、心から御礼申し上げます。また、日頃から地域の小学生、中学生をご指導されるコーチや保護者をはじめご関係者の皆様のご指導ご支援により、当協

会の普及強化の基盤があることに改めて感謝申し上げます。

次は、初の頂点を目標に関係者一同、心をひとつに取り組みでいく所存です。今後とも皆様のご支援ご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

お礼 監督 横打 史雄(常務理事・長野東高校教員)

長野県女子初の3位入賞でメダルを獲得することができました。ありがとうございました。ただ、この大会に臨むにあたり、チームとして万全の状態を築くことができなかったことは事実です。その中でメ

ダルを獲得できた要因をしっかりと分析し、受け止めて次につなげていくことが必要だと感じています。同時にこのチームの潜在能力に大きな期待を持つことができました。新たに定めた長野県女子初の頂点を目標に、引き続き着実な進歩を重ねていく所存です。

大会参加にあたり、選手、スタッフの派遣にご協力いただきました中学生、高校、クラブチーム、大学、実業団それぞれの関係の皆様、また物心ともにご支援いただきました陸上競技協会関係者の皆様に心より感謝を申し上げます。今後とも一層のお力添えをお願いし、お礼のご挨拶とさせていただきます。

20位 天皇盃第31回全国都道府県対抗男子駅伝 2026.1.18(広島市)



区間(距離km)	第1区(7.0)	第2区(3.0)	第3区(8.5)	第4区(5.0)	第5区(8.5)	第6区(3.0)	第7区(13.0)
選手名	赤坂 直人	齋藤 空澄	伊藤 大志	林 和輝	酒井 崇史	吉川 銘二	花岡 寿哉
チーム順位・記録	42 21:04	36 29:55	29 54:00	28 1:08:47	28 1:33:50	24 1:42:40	20 2:20:05
区間順位・記録	④② 21:04	①⑨ 8:51	⑨ 24:05	③④ 14:47	①⑤ 25:03	①④ 8:50	⑦ 37:25
区間最高記録	新19:06	8:25	23:35	14:05	24:07	8:34	36:57
Top通過チーム・記録	宮城 19:06	福島 27:45	宮城 51:58	宮城1:06:05	宮城1:30:18	宮城1:39:01	宮城2:16:55

【団長】百瀬 貴(専務理事)	【副団長】丸山 健志(駅伝部長)	【役員】北島 正孝(前駅伝部長)	小林 至(常務理事)	総合 ※:大会タイ
【選手】主将 伊藤大志	赤坂 直人 佐久長聖高2年	【監督】	今村 善隆 緑ヶ丘中学教	1位 宮城※2:16:55
伊藤 大志 NTT西日本	小海 楽空 佐久長聖高2年	高見澤 勝 佐久長聖高校教	伊藤 秀充 西箕輪中学教	2位 福島 2:17:20
花岡 寿哉 東海大学4年	齋藤 空澄 真田クラブ2年	【コーチ】	横打 史雄 長野東高教	3位 兵庫 2:17:53
濱口 大和 中央大学1年	吉川 銘二 千曲坂城クラブ2年	牛山 通高 中野土建(株)	掛川 和彦 丸子修学館高教	4位 岡山 2:17:55
酒井 崇史 佐久長聖高3年	三澤 岳士 安曇野AC3年	宮入 修一 (株)竹内製作所	【トレーナー】	5位 群馬 2:17:58
林 和輝 佐久長聖高3年	根岸 知輝 川中島JRC3年	小島 康弘 菅野中学教	秋山 友彦 あきやま整骨院	6位 埼玉 2:18:16
				7位 愛知 2:18:24
				8位 千葉 2:18:50

お礼 団長 百瀬 貴(専務理事)

今大会、長野県チームは2時間20分05秒の20位という結果となりました。序盤、1区で42位と大きく出遅れる苦しい立ち上がりとなりましたが、ここからが長野県チームの真骨頂でした。中盤以降、実業団・大学生ランナーが驚異的な走りを見せ、順位を一つずつ着実に押し上げていきました。特にアンカー7区を務めた花岡寿哉選手(東海大)は、区間7位の快走でフィニッシュ。目標としていた優勝・上位入賞には届きませんでしたが、アクシデントに屈せず、最後まで前を向き続けた選手たちの姿は、県民の皆様には深い感動を与えてくれたものと思います。

この力走を支えてくださったのは、他ならぬ皆様の温かいご支援です。沿道で「信濃の国」を口ずさみ、熱烈な声援を送ってくださった在広島信州県人会の皆様。皆様の応援は、遠い広島の地を「ホーム」

へと変え、選手たちの背中を力強く押し上げてくださいました。また、公務ご多忙の折、現地まで駆けつけ激励を賜りました副知事、ならびに県議会議員の皆様。行政・議会一体となった力強いバックアップは、選手が「長野県代表」としての責任と誇りを再確認する大きな糧となりました。この場をお借りして、心より深く御礼申し上げます。

今回の結果は真摯に受け止めつつ、私たちはすでに前を向いています。今大会を経験した中高生ランナーの成長、そして大学生・実業団選手の更なる成長。この悔しさを糧に、来年度こそは再び「日本一」の座を奪還すべく、長野県チーム一丸となって強化に邁進してまいります。

信州の樺がつかぬ情熱は、決して途絶えることはありません。今後とも、長野県チームへの変わらぬご支援とご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

男子第76回・女子第37回全国高等学校駅伝競走大会

12/21 京都市

男子:佐久長聖高校 10位、長野日大高校31位

女子:長野東高校 **連覇 3回目の優勝**

		佐久長聖高校			長野日大高校			長野東高校						
		10位 2時間03分45秒			31位 2時間06分41秒			1時間06分30秒 県高校最高記録						
区	距離km	氏名	学年	区間記録・順位	氏名	学年	区間記録・順位	区	距離km	氏名	学年	区間記録・順位		
1	10.00	酒井 崇史	3	29:47 ⑱19	岸本 莞爾	3	30:35 ㉟37	1	6.00	川上 南海	2	19:06 ①1		
2	3.00	佐藤 広崇	2	8:28 ㉟18	笠嶋 佑樹	3	8:32 ㉟36	2	4.0975	田畑 陽菜	3	12:54 ②1		
3	8.1075	小海 楽空	2	24:08 ⑨12	中村 桜大	2	24:42 ㉟37	3	3.00	真柴 愛里	3	新9:06 ①1		
4	8.0875	赤坂 直人	2	23:40 ㉟13	田中 秀磨	3	23:54 ㉟33	4	3.00	本田 結彩	1	9:22 ③1		
5	3.00	斎藤 晴樹	3	8:36 ①10	篠原 真仁	3	8:56 ㉟30	5	5.00	今井 玲那	2	16:02 ③1		
6	5.00	小室 快斗	2	14:33 ⑨8	野島 将夫	2	14:58 ㉟31	補欠			角地 萌音	2	森田 華音	2
7	5.00	林 和輝	3	14:33 ㉟10	高柳 讓次郎	1	15:04 ㉟31				待井 未里	1		
補欠		福島 命	3	猿田 創汰	3	井上 俊弥	3	木下 陽真人	3					
		佐藤 凜	2		3	下島 凌空	3							

(写真は長野県高校駅伝 長野陸協提供)

女子第37回全国高校駅伝大会に優勝して 長野東高校教員 横打 史雄



女子第37回全国高等学校駅伝競走大会において、大会歴代2位となる1時間6分30秒で2年連続3回目の優勝を果たすことができました。

生徒たちはこの一年間「今年のこのチームで都大路優勝」という目標を掲げ、準備を重ねてまいりました。3年生は2名と少なかったものの、互いに尊重し協力し合いながら進めた一年間の素晴らしい取り組みが、連覇の偉業を達成させたのだと思います。

長野陸上競技協会をはじめ、数多くの方々のご支援、ご声援のおかげで、生徒たちは戦い抜くことができました。この場をお借りして厚く御礼申し上げますとともに、大会三連覇に向け更なる挑戦を重ねていく所存ですので、引き続きご理解ご協力をお願いいたします。本当にありがとうございました。

佐久長聖高校駅伝部監督 高見澤 勝

2連覇をしていた前回までのチームと比較して、今回のチームは力が劣っていることは理解していましたが、目標をあえて「3連覇」として大会に臨みました。

結果は10位に終わってしまい、12年間続いていた5位以内入賞の伝統が途切れ、期待して下さっていた方々には大変申し訳ない結果になってしまいました。ただ、「3連覇」を目指すという過程が本校駅伝部にとって本当に良い経験と財産になりました。また、10位という結果に、多くの方々から「残念だったね」とお声かけをいただき、大きな期待をいただいていることを改めて感じました。今後も、その期待にお応えできるよう選手共々頑張っていきます。

長野日本大学高校陸上競技部顧問 山田 憲一

スタートの1区で若干の遅れをとったが、選手たちは一歩も引くことなく、果敢に前を追う攻めの姿勢でレースを展開しました。2区以降各区间で役割を果たし、大きく流れを崩すことなく中盤へ。勝負どころの4区では田中秀磨が一人ひとり抜き去り、チームに火をつける走りで順位を押し上げました。続く5区・篠原真仁もその勢いを受け継ぎ、果敢に前を追撃。粘り強い走りですらに順位を引き上げ、流れを戻しました。全選手が限界に挑み続け、最後の一步まで攻め抜いてフィニッシュ。沿道や画面越しに届けていただいた熱い声援が、選手たちの背中を力強く押ししてくれました。心より感謝申し上げます。





第33回 全国中学校駅伝競走大会

12月14日 滋賀県希望が丘文化公園芝生ランド

男子:川中島ジュニアランニングクラブ
5位入賞 57分58秒

区	距離	氏名	学年	区間記録・順位	順位
1区	(3.0km)	星野 誠歩	3	9:30 ⑭	14
2区	(3.0km)	根岸 知輝	3	9:16 ①区間賞	1
3区	(3.0km)	中嶋 幸樹	2	9:58 ⑳	9
4区	(3.0km)	笠嶋 寛人	3	9:26 ②	4
5区	(3.0km)	内山 瑞希	2	10:01 ⑧	5
6区	(3.0km)	吉池 徠洗	3	9:47 ⑤	5
補員		林 由泰 1、若林 飛羽 1			

監督 竹内 万祐

第33回全国中学校駅伝大会におきまして、57分58秒で目標の5位入賞を果たすことができました。

レース展開は、1区星野誠歩が先頭と17秒差の14位で2区根岸知輝にリレーし、根岸は区間賞の走りでトップに立ち、3区中嶋幸樹は粘り強く繋ぎ、4区笠嶋寛人が区間2位の好走、5区内山瑞希も順位を落とさずリレー、6区ではアンカー吉池徠洗が4位と最後まで競り合い同タイムでフィニッシュ、5位入賞を果たすことが出来ました。

子供たちが力を出し切れたのも、県陸上競技協会をはじめ多くの皆様の日ごろの声援のお陰です。

今後とも変わらぬご支援の程何卒よろしくお願いたします。

女子:三陽陸上クラブ 19位 44分22秒

区	距離	氏名	学年	区間記録・順位	順位
1区	(3.0km)	田村 ここみ	2	11:05 ⑳	31
2区	(2.0km)	千村 風羽	3	7:40 ⑳	32
3区	(2.0km)	田中 栞	2	7:24 ⑭	29
4区	(2.0km)	相場 小春	1	7:32 ⑫	24
5区	(3.0km)	青木 咲瑛	2	10:41 ⑤	19
補員		竹村 咲愛 3、早川 紗江 2、小林 明莉 1			

監督 田中 哲広

今年の目標は全国入賞を合言葉に1年間選手と共に取り組んでまいりました。

14日、レース当日には各区間に配した選手の集中力と緊張感が伝わって来ました。号砲が鳴り響きスタート序盤は先頭集団に位置取り出来ましたが、



(両方の写真ともチーム提供)

徐々に離される展開となりましたが、3区以降から順位を上げ4区、5区の2区間で10人抜きと昨年度の記録を39秒短縮と、成長を示せたレースでしたが結果は19位と目標の入賞には届きませんでした。

レースを終えた選手の表情には、やり切った充実感と悔しさが入り混じっていましたが、(来年は絶対メダル採ろう!!)と選手の中から声が発せられ、まだまだこのチームは成長出来ると実感しました。

大会出場に辺り多くの皆様方からご支援、ご声援を頂き心から感謝申し上げます。

***** 総合成績 *****

男子			
順位	所属名	都道府県	記録
1位	木瀬中学校	群馬	57:01
2位	大淀中学校	宮崎	57:38
3位	成瀬中学校	神奈川	57:52
4位	常盤松中学校	千葉	57:58
5位	川中島ジュニアランニングクラブ	長野	57:58
6位	稲美北中学校	兵庫	58:21
7位	中京中学校	福岡	58:35
8位	男山第三中学校	京都	58:42
女子			
順位	所属名	都道府県	記録
1位	京山中学校	岡山	42:07
2位	黒石野中学校	岩手	42:24
3位	男山第三中学校	京都	42:42
4位	松橋中学校	熊本	42:50
5位	藤中学校	埼玉	43:11
6位	松浪中学校	神奈川	43:11
7位	船引中学校	福島	43:13
8位	小見川中学校	千葉	43:23

主要大会結果一覧 (2025/12/1~2026/3/8 記録部長 瀧沢 佳生)

KR: 県新記録、HR: 県高校生新、JR: 県中学生新、ER: 県小学生新、CR・GR: 大会新、風速の追風 (+) は省略

第74回元旦競歩大会

1月1日 東京・神宮外苑

▶ U20男子10km競歩

①小幡 千尋(飯田高2+) 40:49 HR

③井上 俊弥(長野日大高3+) 40:53

④安曇野AC

(矢口 諒星・熊谷 奏斗・木村 有汰)

▶U15女子1.5km団体対抗

④安曇野AC

(曾根原 綾乃・長谷川 舞桜・小林 有芽乃)

①井上 俊弥(長野日大高3+) 40:49 HR

⑦小幡 千尋(飯田高2+) 41:08

第41回U20日本陸上競技選手権大会 ・クロスカントリー競走

2月21日

福岡・海の中道海浜公園

▶女子6km

①川上 南海(長野東高2+) 19:51

⑥今井 玲那(長野東高2+) 20:25

名古屋ウィメンズマラソン2026

3月8日 愛知・パンテリンドーム ナゴヤ発着

⑨村上 愛華(東京・東京メトロ)

2.25.07=MGC出場権獲得

第11回全国U17/U16/U15クロスカントリー大会

2月1日 滋賀・希望が丘

▶U17女子2km

①原 梨珠(赤穂中3+) 6:32

▶U16男子1.5km団体対抗

⑤安曇野AC

(巖本 相和・傳刀 莉久斗・等々力 颯)

▶U15男子1.5km団体対抗

第109回日本陸上競技選手権・ハーフマラソン競歩

2月15日 兵庫・神戸

▶女子ハーフマラソン競歩

⑥中村 綾花(日体大4+) 1:42:16

第37回U20選抜競歩大会

2月15日 兵庫・神戸

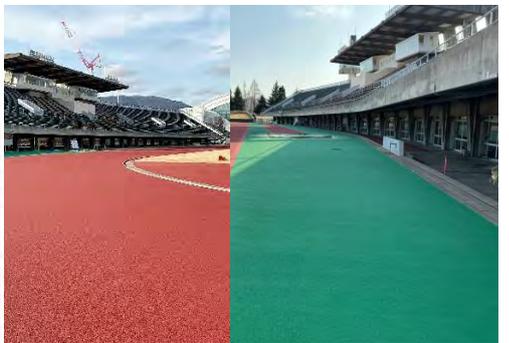
▶男子10km競歩



U20競歩 左から山田先生(長野日大高)、優勝井上さん、7位小幡さん、櫻井先生(飯田高)、日本陸連内山副会長



U20クロカン優勝川上さん 6位今井さん(写真日本陸連)



オーバーレイ改修工事が進む長野市営陸上競技場(2026/3/5) (写真 長野陸協)

第9回 支部訪問 安曇野支部

安曇野支部 会長 板花 利美

「安曇野市陸上競技協会」は、「南安曇陸上競技協会」として昭和28年に発足し、平成17年の安曇野市誕生に伴い名称変更をして、現在に至っています。

「安曇野市陸上競技協会」とするにあたり、旧梓川村、安曇村、奈川村の会員の方々は去り、旧明科町の会員の方々が加わる形となりました。

現在の主な事業は、安曇野記録会の主催や信州安曇野ハーフマラソン大会への運営協力等ですが、協会としての駅伝部の活動の他、小学生の競技者を対象とした「安曇野かけっこクラブ」と中学生の競技者を中心とした「安曇野アスレチッククラブ(安曇野AC)」を設立し活動しています。その関係もありますが、主催の記録会は小学生が参加しやすしたり種目を特化したりして開催しています。また、保護者を中心とした選手関係者の皆さんが間近で競技の観戦ができるような工夫をしています。

「安曇野かけっこクラブ」は底辺の拡大を目的に、「安曇野アスレチッククラブ」は部活動の地域移行を意識して発足したクラブですが、熱意ある優秀な指導者に加え、地域の方々や保護者の皆様の深いご理解とご協力もあり、個人種目での全国出場のみならず、チームとしての県小学生駅伝優勝やリレーでの県中学生記録樹立等の好成績を収めています。

今後、生涯に渡り「スポーツを楽しむ」という観点から、子どもから大人まで、競技者、観戦者を問わず、陸上競技の愛好者が増えていくよう活動していきたいと考えています。

「安曇野かけっこクラブ」は底辺の拡大を目的に、「安曇野アスレチッククラブ」は部活動の地域移行を意識して発足したクラブですが、熱意ある優秀な指導者に加え、地域の方々や保護者の皆様の深いご理解とご協力もあり、個人種目での全国出場のみならず、チームとしての県小学生駅伝優勝やリレーでの県中学生記録樹立等の好成績を収めています。



2025年7月6日 長野県中学総体(長野市営陸上競技場) 男子4×100mリレーで、安曇野ACチームが43秒05の長野県中学生新記録を樹立。左から1走神津瑛亮(3)さん、2走花村秀志(3)さん、3走板花瑞樹(3)さん、4走洞大和(3)さん (写真 安曇野支部)

会議録 (2025/12/13~2026/2/28 小穴 智恵美 理事・事務局次長)、協賛者一覧

第41回評議員会 2025年12月13日(土)14時~16時15分

場所:松本国際高校 5F 楓ホール

出席者:評議員8名、理事9名、監事:2名

I. 協議事項 全ての議案は原案通り承認された。

第1号 2025年度事業中間報告(案)

第2号 2025年度一般会計中間報告(案)

第3号 2025年度一般会計第二次補正予算(案)

第4号 財政・選手強化基金の取り崩しについて(案)

II. 報告事項

1.2025年度栄章各種候補者 2.2025年度各種競技会の反省

3.2026年度競技日程

4.2026年度以降のアスリートビブスナンバーについて

5.審判員S級昇格者について

6.2026青森国スポの協力審判員等派遣計画について

7.2026青森全障スポの協力審判員等派遣計画について

8.2027年度以降の県陸協HPの運用について

9.長野マラソンの長野陸協分担、組織、役割分担

11. 2028やまなみ国スポ競技役員編成等について

12.クラブ(小・中学生対象)の継続申請・資格等について

13.アスレチックスアワードについて

14.やまなみ国スポに向けた要望について

15.2028全障スポリハーサル大会期日について

16.長野県縦断駅伝競走大会 17.北信越中学駅伝競走大会

18.滋賀国スポ報告 19.審判講習会について

20.新競技場工事進捗状況 21.松本マラソンについて

22.アスリート相談窓口寄せられて意見について

第96回理事会 2026年1月24日(土)14時~16時40分

場所:アルウィン第1・2会議室

出席者:理事21名、理事以外の出席者2名、監事:2名

I. 協議事項 全ての議案は原案通り承認された。

第1号 会員の除名処分について(案)

第2号 優秀競技者表彰及び特別賞について(案)

第3号 NAAアスレチック・アワード2025について(案)

第4号 2025年度JSPO公認コーチ更新講習会について(案)

第5号 2026年度公認コーチ1等の県内開催について(案)

第6号 2026年度JSPO・JAAF公認コーチ3受講者推薦(案)

第7号 第74回県縦断駅伝反省と2026年以降大会について(案)

第8号 2026年度主要競技会競技日程(案)

第9号 2026長野陸協審判講習会について(案)

第10号 審判A級昇格者とB級新規取得者について(案)

第11号 エドゥケーター養成講習会受講者推薦について(案)

追加議案 ブロンズレフェリー等の人材バンク登録について

II. 報告事項

1.新松本競技場進行状況 2.長野マラソンについて

3.全国都道府県対抗駅伝結果 4.日本陸連、東海陸協関係報告

5.本年の北信越高校新人大会・北信越高校寄宿等について

6.会報186号

7.2026年度日本陸連登録について

8.公認した、2025年長野県記録報告

その他・八十二銀行と長野銀行の合併による「口座番号」の統合完了

・中体連のリレー・駅伝の地域クラブの参加資格変更について

第97回理事会 2026年2月28日(土)13時30分~16時40分

場所:アルウィン第1・2会議室

出席者:理事25名、理事以外の出席者2名、監事:2名

I. 協議事項 全ての議案は原案通り承認された。

第1号 諸規程改正(案) 第2号 2026年度事業について(案)

第3号 2026年度各業者委託について(案)

第4号 長野陸協HP新規作成・運用について

第5号 財政調整積立金取崩しについて(案)

第6号 投資信託解約後の取り扱いと「長野県信用組合」組合員加

入出資金について

第7号 2026年度一般会計予算・普及強化予算書(案)

第8号 第80回国民スポーツ大会選手選考方針・基準(案)

第9号 2026年度駅伝部県代表競技者選考方針(案)

第10号 第57回U16 陸上競技大会に向けて(選考方法等)(案)

第11号 普及部 遠征派遣事業選手選考基準(案)

第12-14号 県春季・実業団、市町村駅伝、県小学生大会要項(案)

第15号 2026年度公認競技会申請(案) 第16号 競技日程案

第17号 2025年度公認審判員昇格、新規取得者について(案)

第18号 地域クラブの設立及びポートについて(案)

第19号 2026(令和8)年度登録について(案)

第20号 長野陸協創立80周年記念事業について(案)

第21号 2028やまなみ国スポリハーサル大会について

第22号 長野マラソンエントリーについて

追加議案 (1)松本平広域公園陸上競技場等竣工式・記念イベント(案)

(2)警備資格取得希望者の募集と警備会社による警備員養成(案)

(3)陸上JAPANの推進(案) (4)特別功績章贈呈(案)

(5)NAAアスレチックスアワード2025 収支報告書(案)

II. 報告事項 以下の項目について、各理事から報告があった。

1.新松本競技場進行状況 2.長野マラソン審判編成について

3.高体連より 4.2026年度JAAF登録について

5.中学校運動部活動の地域展開について 6.東海陸協報告

7.2026長野陸協諸会議日程 8.全国競技運営委員会会議報告

9.ブロンズレフェリー推薦者について 10.県縦断駅伝競走大会

その他・2026年度各委員会・部の事業報告案提出について

・会報186号について ・専務・事務局長専決について

・理事、委員長、部長、各委員の業務手当について 以上

2025年度 ご協賛者一覧 ご協賛に心から感謝申し上げます (2026年3月10日現在 順不同・敬称略)

【共催】信濃毎日新聞社 / (公財)信毎文化事業財団 / 信越放送(株)

【ゴールドスポンサー】しなのメイト(株) / ミズノ(株)

【横断幕】コヒラ工業(株) / (株)丸山商店 / 菅公学生服(株)

【支援】(公財)ながの観光コンベンションビューロー

【バナー広告】信越放送(株) / 奥アンツーカ(株) / (株)杏花印刷(N sports) / 芝上建設(株) / 三水丸山農園 / (株)山下フルーツ農園

(株)ニシ・スポーツ / (株)本久 / セイケンハウス(株) / (一社)日本マラソンプロデュース協会 / マット(株) / 長谷川体育施設(株)

(有)シナノ体器 <SIZE:小> セイコータイムクリエーション(株) / (株)リッチエード

【プログラム広告】

◆プログラム広告 中扉相当: あいおいニッセイ同和損害保険(株)

◆プログラム広告1ページ相当: (株)アンドー / 松本土建(株) / (株)杏花印刷 / プレステージ(株) / 日本体育施設(株)(関東営業所)

(株)スズキ自販長野 / 菅公学生服(株) / (株)中嶋製作所 / (株)ATHREE CANVAS

◆プログラム広告1/2ページ相当: 中野土建(株) / (株)王滝 / 日本道路(株)北信越支店 / 矢木コーポレーション(株) / (株)セイブ

(株)スマイルハウス / 松本ガス(株) / シンコースポーツ(株) / (有)小穴工業 / (株)クレーマージャパン / (株)ホテルモンターニュ松本

(株)アイワ徽章 / (株)信州冷機 / CRONOS(クロノス) / (株)信越ワキタ / 清水建設(株) / クリントン / (株)長野ホテル犀北館

東武トップツアーズ(株) / (株)タヤマスポーツ / (株)アクティブライフ / 松本大学 / (株)フォトフリース

【賛助会員】(株)AS / (株)昭和設計 / 長野県遊技業協同組合 / (株)フォトクリエイト / 信教印刷(株) / (有)鯉住 / (株)アルペン / 端広庵

(株)つばくろ電機 / 長野カイロプラティックセンター / (株)あざざライブ総合保険 / (株)コントリビュート / 日本装置開発(株) / 長野県信用組合

競技者・監督の皆さんへ 2026年度競技規則改正のポイント

(一財) 長野陸上競技協会 競技運営委員会

□はじめに

世界陸連 (WA) の改正は、毎年 8 月の Council (評議会) で決定した後に 11 月から実施され、それを受けて日本陸連 (JAAF) で改正を行い、4 月から国内適用という流れで従来実施してまいりました。しかし、最近の WA は年 3 回程度行われる評議会の都度に決定し、即時実施が多くなっております。また、軽微なものや運用に関わる改正は不定期に通達という形で行われています。

基本的には国内における改正は 4 月に実施されますが、WA の改正内容によっては国内でも年度途中で変更等を行う可能性もあります。競技会に参加の際は、競技注意事項や当陸協 Web サイト、日本陸連 Web サイトに告知される文書を確認されますようお願いいたします。

○新規種目

*男女 300mH (TR22.1)

✓ 国内規格 (2018 年度～) ・U20、U18 ・ハードル 8 台

・スタート～1 台目: 45m、ハードル間: 35m、最終ハードル～フィニッシュ: 10m

✓ WA 規格 (2026 年度～) ・一般、U20、U18 ・ハードル 7 台 (ハードルの位置は 400mH と同じ)

・スタート～1 台目: 50m、ハードル間: 35m、最終ハードル～フィニッシュ: 40m

[2026 年度から、国民スポーツ大会、U18 陸上競技大会は WA 規格で行う]

*4×100m 男女混合リレー (TR24.11)

4×400m 男女混合リレーと同様、走る順番は男子—女子—男子—女子とする。

○TR5.1 [*green* (斜字)] 服装

競歩競技では、競技者は膝の部分が完全にはっきりと見える服装を着用しなければなりません。

(脚にぴったりとフィットするロングタイツの着用は認められます)

○TR5.2 [国内] 競技用靴

駅伝競走については規定がありませんでしたが、道路競走種目と同じ (靴底の最大の厚さ: 40mm)

となります。(但し、競技会レベルに応じて主催者が適用・非適用を判断することがあります)

○TR7.5 [*green* (斜字)] 失格の取り扱い

リレー競技に関わる警告・失格 (イエローカード・レッドカード) の取り扱いについて、例が示され明確化されました。

例 1 : A が個人種目で YC+A がリレーで YC ⇒ A は RC となり、リレーチームは失格

例 2 : A が個人種目で YC+B がリレーで YC ⇒ 問題なし

例 3 : A が個人種目で YC+B がリレーで YC+C がリレーで YC ⇒ チームは失格、個人は問題なし

○TR8.7 上訴

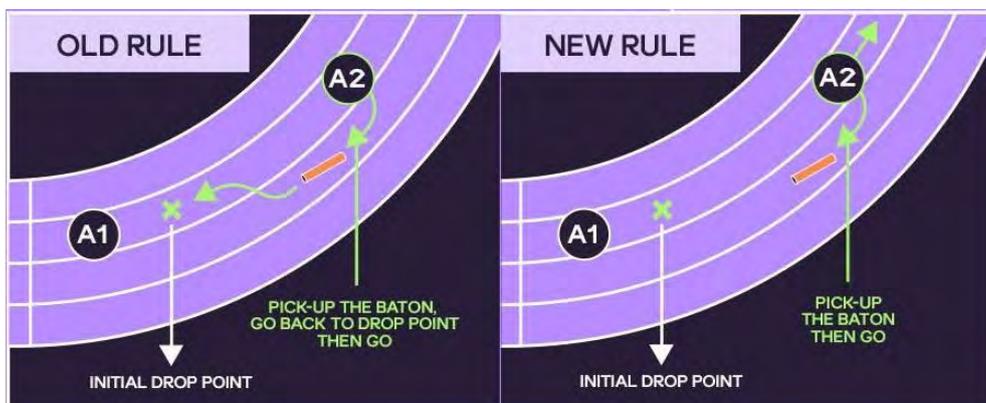
上訴 (抗議の次の段階) における預託金が、10,000 円から 20,000 円に変更されます。

○TR22.6 および TR22.6 [*green* (斜字)] ハードル

自分のレーンまたは他のレーンのハードルを単に倒したり、移動させたりしただけでは失格事由にはなりません。倒したり、移動させたりしたことによって、他の競技者に重大な影響を与えたか (例: リズムの変化、ストライドが短くなるまたは長くなる、走る方向の変化、ハードルが移動しなければ起こらなかったハードルへの衝突など) を考慮します。

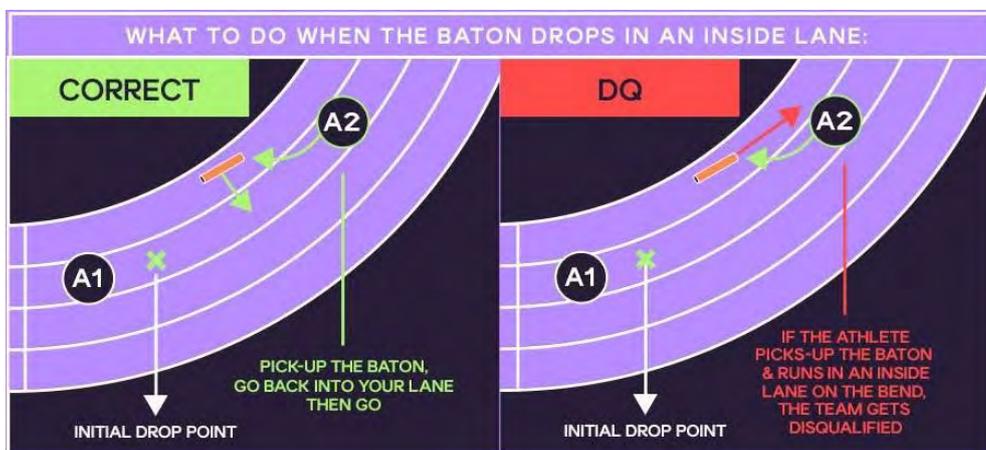
○TR24.6 リレー

バトンを落とした場合、バトンを落とした地点に戻ってレースを再開しなければいけませんでした、「走る距離が短くなること、他の競技者を妨害することがあってはならない。」という文言のみになりました。したがって、走る距離が短くなること（ショートカット）がなければ、落として地点に戻る必要がなくなりました。



左：旧ルール
バトンを落とした位置に戻ってから競技を続行しなければ失格となる。

右：修正正ルール
走る距離が短くならないければ、バトンを拾った位置から競技を続行しても失格にならない。



左：正しいの走り方
バトンを拾ってから自分のレーンに戻ってから競技を続行すれば問題ない。

右：失格となる走り方
バトンを拾ってから内側のレーンを走った後に自分のレーンに戻って(ショートカットして)続行した場合は失格。

なお、フィニッシュラインを通過する際は、バトンを持っていない限りなりません。もし、フィニッシュライン手前でバトンを落とし、バトンがフィニッシュラインの先に転がって行ってしまった場合、バトンを拾った後にフィニッシュライン手前まで戻ってからレースを再開する必要があります。

○TR28.1 棒高跳

フィールド種目においては、試技場所の用意が完了次第、タイマーが作動されますが、棒高跳の連続試技に限り、審判員がバーの位置（アップライト）を変更するかどうかの意思を競技者に確認します。

○その他

* 混成競技における不正スタート時の記録の扱いについての明確化（CR31.14.4）

混成競技で 1 回目に不正スタートをした競技者が 2 回目のスタートでその種目の世界記録を出しても世界記録としては認められません。日本記録についても同様ですが、2 回目以降のスタートで出した記録は公認記録として認められます。

* グループスタート外側（第 2 グループ）のスタート位置の変更（TR17.5.2）

WA 施設マニュアルとの整合を図るため、2032 年 4 月までに順次スタート位置が変更されます。スタート位置が変更された競技場の場合、第 1 グループと第 2 グループの境界は代用縁石からコーンに変更されます。なお、ブレイクラインも WA 施設マニュアルに整合させるため、現行の位置からわずかな違いとなりますが変更されます。

詳細については、審判講習会資料もしくは 2026 年度版陸上競技ルールブックを参照されたい。

文責：青柳 智之（日本陸上競技連盟 競技運営委員会 委員・JTO／長野陸上競技協会 常務理事）

お知らせ

1 競技者・審判員 **登録は極力3月中**に完了願います
 2 **警備員養成候補者募集中**です（4月末まで）
 駅伝、各種ロードレースに「警備員」が不足しています。当協会としてもこれらの事業が継続して開催されるよう警備員を養成して安全対策に協力したいと思います。大勢の皆さんにご協力をお願いします。
 協力会社 (有)イベントセキュリティプラン(長野市)
 募集要件 ①②の業務をともに遂行できる方(年齢不問)
 ①陸協道路競技関係：審判員＋警備員
 ②協力会社業務(イベントや駐車場警備等)
 資格取得 面接、警備員新任教育 20 時間、制服支給
 勤務 毎月2～3回の業務、手当支給あり
 その他 兼業される場合は所属長の承認を得てください。
 ◎ **4月末までに右のQRコード**からお申し込み下さい。
 詳細は代表理事 内山了治まで<info25@nagano-rk.com>



松本平広域公園陸上競技場(2/18 現在) 県施設課 提供

3 新競技場竣工式・記念イベント(長野県主催)
9月26日(土) 今からご予約ください。
 4 日本陸連「育成年代における競技会ガイドライン」→
 関連情報→

これからもっと、私はスポーツを楽しむんだ。

卓球歴24年。バスケ歴1日。
 卓球の200倍もの重さがあるボールは、なかなか言うことを聞いてくれない。
 それでも、体を動かすだけで気持ちがいい。
 初対面でもあっという間に仲間になれる。
 競技人生での楽しさとは違う、スポーツの楽しさに出会えた。



スポーツを極める人も、楽しむ人も、すべての人のために、スポーツくじの収益は使われています。



スポーツくじは、スポーツと人を育てる仕組み。

19歳未満の方の購入又は譲り受けは法律で禁じられています。払戻金も受け取れません。運営・販売:独立行政法人日本スポーツ振興センター

お悔やみ (2025/12/11 ~ 2026/3/12)
 陸上競技並びに本協会発展のために、永年にわたる多大なるご尽力に感謝申し上げます。謹んで哀悼の意を表します。

逝去者	支部	逝去日	享年
元会員 青山 陸生 様	松本	12. 20	80
元会員 柏木 喜雄 様	佐久	12. 30	90
元会員 西澤 今朝幸 様	上田	1. 14	90
元会員 北澤 繁男 様	大北	1. 19	88

***** 第186号 もくじ *****

- 2 育成年代の指導_2026kick off
- 4 2025年度総括と2028年への飛躍
- 5 アスレチックスアワード
- 8 全国駅伝結果
- 12 主要大会結果、支部訪問
- 13 会議録、協賛者一覧
- 14 規則修改正のポイント
- 16 おしらせ・お悔やみ他

[編集後記] 今回も本誌発行にご協力いただき誠にありがとうございました。不安定な世界情勢や物価高騰といった厳しい状況が続いていますが、心新たに活動をスタートする時期となりました。今シーズンも競技者の活躍に胸を躍らせる瞬間が多々ありますよう、ご指導ご鞭撻をお願い申し上げます。(代表 内山了治)

◆発行 (一財)長野陸上競技協会 <https://nagano-rk.com/>
 ◆編集 代表理事・業務執行理事・事務局・理事会