

長野陸協 会報

NAA

Nagano Athletics Association

一般財団法人長野陸上競技協会

2021.12.17

vol. **173**



JAAF公認ジュニアコーチ養成講習会開催
(日本スポーツ協会公認陸上競技コーチ1)



文部科学大臣表彰



競歩 藤澤 勇 選手(ALSOX) 現役引退

ロンドン、リオオリンピック出場
世界競歩チーム選手権優勝他
国体 優勝を含む入賞13回



日本陸連栄章伝達式(10/17)

スポーツクジ

toto
FOR ALL SUPPORTERS OF JAPAN

BIG

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

特別 寄稿

高地トレーニング（低酸素トレーニング）の効果的な 方法について — 日本体育大学教授 杉田 正明 先生 —



湯の丸高原を利用した「高地トレーニング」や、今シーズン女子100m長野県記録を樹立した君嶋愛梨沙さん(土木管理総合)も実施している「低酸素トレーニング」について、日本体育大学体育学部体育学科長 博士(学術) 杉田正明先生(日本陸連科学委員会委員長)に、一般の方にもわかりやすくご解説頂きました。先生にはお忙しい中、ご快諾頂き心から御礼申し上げます。ありがとうございました。身近な施設も利用させて頂き成果を高めましょう。

はじめに

2018年11月に「東御市湯の丸高原(標高1750m)に陸上競技用トラック(3レーンの400m全天候型トラック)が建設され、日本で初めての高地トレーニングの拠点となる屋内プール50m(8レーン)も完成し、東京オリンピック・パラリンピックでの日本選手の活躍を支える重要な拠点となりました。湯の丸高原は標高1732mの地蔵峠を中心に長野県東御市と群馬県嬭恋村にまたがるエリアにあり、車で少し移動すると標高700~1000mの場所に小諸市、佐久市のトラックがあるほか30分圏内には合宿のメッカとして知られる菅平高原や峰の原高原などもあり、浅間山麓高地トレーニングエリアの充実ぶりは目を見張るものがあります。東京からのアクセスも比較的良好いため、トップレベルのアスリートにとっても、地元の若いアスリートにとっても地域の方々にとっても大変喜ばしいことと思われま

高地トレーニングとは

高地とは、標高の高い地域のことであり、高地では標高が高くなるにしたがって気圧が低くなります。つまり、空気が薄くなる「低圧低酸素環境」となり、体内への酸素供給量が平地に比べて減少するため、高地では体内の組織や細胞も低酸素に曝されることとなります。実際に、動脈血中のヘモグロビンが酸素と結びついている割合(動脈血酸素飽和度、SpO₂)は、平地では安静時約98~99%、運動時でもどれだけ追い込んでみてもせいぜい95%まで下がる程度ですが、安静時でも標高2,000mでは約93%、3,000mでは約90%となり、運動中にはさらに低下します。このような低圧低酸素環境では、必要な酸素供給量を確保するために、安静時から運動時にかけて平地よりも常に呼吸・循環器系への負荷が増大するので、平地ではかけられない強い負荷が生体かけられます。ですのでより大きなトレーニング効果を引き出すことが可能となります。安心・安全に高地トレーニングを実施するためには、パルスオキシメーターを用いて安静時やトレーニング時などで酸素飽和度を計測し、大き

く低下していないかどうかや起床時の体調をチェックしておくことが重要です。また、高地トレーニング実施前にヘモグロビン、総蛋白や血清鉄、フェリチンなどを血液検査でチェックすることも大切です。特にフェリチン濃度は男性で30ng/ml、女性で20ng/ml以上でないとい造血作用が生じにくいことが報告されています。

高地トレーニングの方法

高地トレーニングの具体的な実践方法について、かつては高地に滞在して高地でトレーニングを行う「リビングハイ・トレーニングハイ」が一般的でしたが、アメリカの研究者が1997年に発表した研究によりそれ以降、高地に滞在して低地でトレーニングを行う「リビングハイ・トレーニングロー」の考え方が世界中で浸透しています。

長期の高地トレーニングにおける「リビングハイ・トレーニングハイ」の難点は、標高の高い場所に滞在すると受動的に低酸素ストレスがかかるため、疲労が蓄積しやすいこと、貧血などによる体調不良を招きやすいこと、高強度のトレーニングが実施しにくいこと等が挙げられます。そのため、最近では生活拠点とする高地環境では軽めの練習やペースランニングにとどめ、インターバル走など強度の高い練習は標高の低い場所(標高1000m以下)へ移動して行う方法が、世界のスタンダードとなっています。

最近では、長野県東御市の湯の丸高原で宿泊・滞在し、標高1000mの小諸のトラックなどを用いてインターバルなど高強度のトレーニングを行う「リビングハイ・トレーニングロー」を実施するパターンが定着しつつあり、こうした形のトレーニングによってその後のタイムトライアルで非公認ですが従来の日本記録を上回る好成績なども得られてきています。高地トレーニングは標高650m以上であれば平地よりも高い負荷を呼吸・循環系に与えることができることも報告されていますので、標高が1000m以下であっても高強度のトレーニングを行えば効果が期待できると考えられます。

高地トレーニングの効果

高地では低圧低酸素の環境となるために、高地でトレーニングを行うことで、からだは低酸素に対してさまざまな生理学的応答や適応が生じ、これらが高地トレーニングの効果、つまりは体力・運動能力や競技パフォーマンスの向上につながるとして期待されています。

その効果をまとめたのが図1の通りとなります。

これまででは、高地トレーニングは主に持久的アスリートのトレーニングとして考えられていましたが、現在では、高地トレーニングの効果として有酸素性能力のみならず無酸素性能力の改善・向上にも貢献

することが報告されており、無酸素性能力を必要とするアスリートなど多岐にわたるアスリート達に高地トレーニングが活用されています。なお、これらの効果は、酸素運搬能力の向上に関する赤血球数やヘモグロビン濃度の増加などは主に3週間以上の長期滞在(トレーニング)により得られますが、筋肉内における生理・生化学的な応答や改善などについては、数日から2週間以内の滞在(トレーニング)によっても得られることがわかっています。短期間の場合は、高地に滞在して高地でトレーニングを行う2泊3日や3泊4日で「リビングハイ・トレーニングハイ」の方式による高地トレーニングを行い、下山後は過度な疲労を蓄積させないよう上手に調整をすれば効果的なことも報告されています。

低酸素トレーニング

一方で自然環境の山岳エリアを利用した高地トレーニングを利用するだけでなく、最近では酸素濃度を低下させる低酸素室などの人工環境も利用することが容易です。特に低酸素室は、国内でも多くの施設で導入が進んでおり、平地に居ながらにして高地と同様の低酸素環境の利用が可能で、睡眠時や通常生活時に用いること、あるいは、運動時に用いることで、様々なパターンを実施することが可能です。低酸素室の利点は、高地への移動が必要ないこと、部屋の出入りが容易であること、酸素濃度の設定が容易であり選手のコンディションや個人差に合わせて日々の低酸素刺激を適度にコントロールできることがあげられます。また、自然環境を利用した高地トレーニングと低酸素室を用いたトレーニングではほぼ同じ効果が得られることもわかってきています。

さらに、人工的な低酸素室を用いたトレーニングの効果を証明する研究が、世界各国からいくつも報告されるようになりました。特に「反復スプリントトレーニング」では、陸上競技・短距離、球技系競技などのアスリートの競技力向上に向けています。これらの効果を検討した研究によれば、低酸素環境での繰返し行うスプリントトレーニングは、平地での無酸素能力の改善をもたらすことを報告しています。この反復スプリントトレーニングの推奨方法は以下の内容となります(Brocherieら, 2017)。

- 頻度は、2〜3回/週、期間は2〜5週間
- 運動時間は、〜60分(含・アップ、ダウン)
- 運動は、グラウンド、トレッドミル、自転車エルゴメーターなど
- 強度は、最大、超最大、オールアウトで、休息は、パッシブリカバリー(何もしないで休む)
- トレーニングは4〜15秒を4〜7本、3〜4セット。
- 1本ごとの休息30秒以内。
- 運動：休息の比=1：2〜1：5、セット間の休息=3〜5分

上記のトレーニングは短時間で終わりますが、最大努力で行うため非常にきついトレーニングですので、初めての場合は軽い負荷と少ない反復回数とし、時間をかけて上記のトレーニング・プログラムを実施できるようにしましょう。

君嶋愛梨沙選手(土木管理総合)は筆者の研究室で修士論文を書き上げ、大学院時代からこうした科学的な原理原則に基づくトレーニングを導入しています。上記の低酸素トレーニングでは、自転車エルゴメーター(風神雷神)を用いて、体重の3.5〜5%の負荷で10〜15秒全力漕ぎ、30〜45秒間隔で4〜6本を2〜3セットというかたちで実施しています(写真1)。



写真1 低酸素トレーニング(部屋の外からの撮影ため透明ビニールが反射している)

シーズン中だけでなく、冬季練習でも活用しています。まだまだ試行錯誤しながらのトレーニングですが今のところ100m走の好結果につながっているようです。低酸素濃度は、15.6%(2500m)よりも低い濃度(高標高)が望ましいと思われませんが、最初は16.4%(標高2000m)くらいから始め、アップとダウンを入念に行うことをお勧めします。

小学生、中学生の高地(低酸素)トレーニングについては、身体の臓器や血液量などが発育発達期であることから、自然の発達を優先し、高地トレーニングは慎み、できれば平地環境での走る、跳ぶ、つかむ、投げるなどいろいろな種類の動きを楽しむ遊びやスポーツの基本動作の獲得を主眼に置いたスポーツ活動が推奨されます。

終わりに

自然環境を用いた高地トレーニングや人工的環境である低酸素室を活用することなど、多様なトレーニング形態が選べるようになってきました。状況に合わせてこれらを上手く活用することによって陸上競技全般の競技力アップに貢献することが期待されます。安心、安全に実施するためにはコンディションを万全にしながらか高地(低酸素)環境のメリットを最大限に活かしていただければ幸いです。

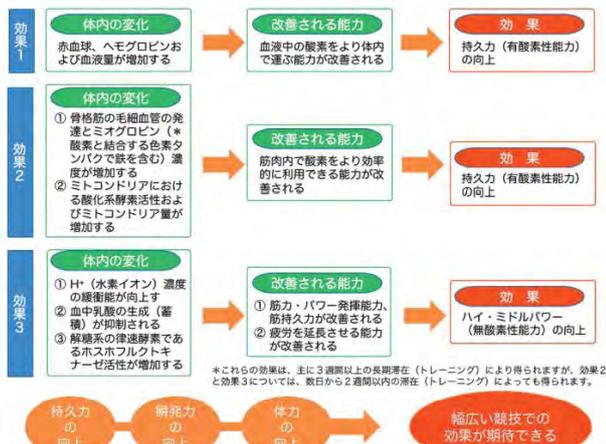


図1 期待される高地トレーニングのプラスの効果(杉田ら, 2019より引用)

登録団体訪問 第4回「土木管理総合」(株)土木管理総合試験所



2021年日本GP1位、日本選手権100m予選で11秒51の長野県記録を樹立した君嶋愛梨さんが所属する「株式会社土木管理総合試験所」(本社千曲市・東京)の代表取締役社長下平雄二さん(写真)に、12月2日直接お話しを伺い、君嶋さんには11月12日にオンラインインタビューを行いました。

君嶋さんは2019年のJOCアスリートナビで、ボブスレーの選手で2020年4月に採用されました。

御社ではどのような事業を行っていますか

土木・建築工事における試験や調査を全面的にサポートする会社で、大きく分けると次の3つの事業を展開しています。①試験総合サービス事業(土質・地質調査試験、非破壊調査試験<橋梁点検やトンネル点検等>、環境調査試験<アスベスト建材の調査・分析、土壌汚染調査・分析・浄化工事の受注等>)、②地盤補強サービス事業、③解析ソフトなどのソフトウェア開発販売事業です。これらの社会資本整備に関わる調査・試験サービスを通じて、「地域に密着し、皆様に安全・安心を提供していくこと」、「常に新

たなサービスに挑戦すること」、「地域の担い手を育て、次世代の技術者を育てること」を企業CSRと位置づけ活動しています。

ウインタースポーツでの採用理由は?

子供が長野市内アイスホッケーチームで活動し私自身もお世話になり、何かウインタースポーツで恩返しできればと思い、面接で「元気よく、はきはきした対応」が印象的で採用に至りました。

君嶋さんの御社での貢献度は?

現在は陸上競技を中心に活動し、アスリートの立場から社内報「きみしま通信」で、競技や食事等に係る様々な情報を発信してもらい、スポーツへの関心を高め、長野マラソンへ出場する社員もおります。

2028年国民スポーツ大会に向けて

優秀な競技者をご推薦いただければ、今後、採用も検討していきたいと思えます。

[是非、本県の競技力向上にもご協力をお願い致します。本日はお忙しい中、ありがとうございます。12/2 理事長]

“3刀流”を目指す君嶋さん

Kimishima Arisa profile

出身地：山口県岩国市
出身校：岩国市立麻里布中学校、埼玉栄高校、日本体育大学、同大学院 2020年3月修了
競技歴：2021(100m)日本選手権⑤11.86、織田記念①11.64、布勢Sp④11.69、全日本実業団②11.63、田島記念①11.70GR、日本GP1位 2009 全日本中学 200m①24.36 2017 日本 IC100m③11.74



日本 Ch100m 6/25 君嶋さんご提供

今シーズンの総括は?

シーズン始めの織田記念から、これまでの「脚のまき、素早く引き付ける」イメージを、「膝を前に引き出す」ことに変え、動きのズレを修正し、その結果、向かい風でも11秒6-7台の安定した走りができました。

中学以降これまでの変遷は?

中学1年次、2011年山口国体の強化練習で埼玉栄高校に遠征し、環境や内容にあこがれ進学を決意しました。高校時代は疲労骨折等でサポートする立場が多くなりましたが、1年次全国IH 4×100mリレーで3位入賞し、女子総合優勝に貢献できました。大学進学後も怪我等に苦しみましたが、4年次日本ICで3位入賞、その後、大学院でコンディショニン

グやトレーニング方法の改善を試み、今シーズンはこれまでの研究の成果が出ていると思えます。

シーズン中はどんなトレーニングを?

練習は基本的に日本体育大学で、一人で行っています。時々1週間くらいは山口に行き、山口陸協専務理事である磯部芳規先生(下関市勝山中校長)にご指導いただいております。今年は日本選手権、織田記念、田島記念など山口を拠点にして転戦しました。練習では100%の力で走ることはなく、7~8割程度のスピードで動きを意識して楽に走ります。また、週1回日体大教授杉田先生のご指導で、低酸素室で自転車トレーニングを行っています。ウエイトトレーニングも週1回程度で、体幹を鍛える特別な練習はしていません。(低酸素室のトレーニングについては特別寄稿参照)

今後の目標は?

まず日本記録11秒21を更新し、世界選手権、パリ五輪(10秒台も視野に)を目指したいと思います。ボブスレーはその後、スケルトンとともに取り組み、2030年札幌で五輪が開催されれば出場を目指したいと思います。長野での試合も機会があれば出場したいと思います。国体は居住実態がないと長野から出場できないので残念ですが、何らかの形で携われれば幸いです。

[明年の日本新、世界選手権出場...応援しています。長野での走りも楽しみです。本日は、お忙しい中、貴重なお話し・情報のご提供、ありがとうございます。11/12 理事長]

文部科学大臣表彰・日本陸連栄章・日本スポーツ協会表彰

文科省、日本スポーツ協会及び日本陸連栄章伝達式・表彰式は、今年度も新型コロナウイルス感染拡大防止措置により、全て中止されました。

例年、国体で行われる日本陸連関係の栄章につきましても、10月17日長野オータム・トライアルに於いて、萩原清会長から伝達されました。

受章された皆様、おめでとうございます。

文部科学大臣表彰

富松 健夫さん 長野陸上競技協会評議員

1987年本協会理事就任以降、競技委員長、副理事長、副会長(2009年4月～2011年3月、2013年4月～2015年3月)並びに栄章審議委員などを20年以上歴任し、長年にわたり社会体育の振興や協会の発展に尽力した。特に本協会の一般財団法人化に向けて、定款や組織の整備を、副会長及び法制委員長として計画的に推し進め、2012年2月の一般財団法人設立に中心的な働きを果たした。

上田陸協では、1986年に上田古戦場マラソンを立ち上げ、日本陸連公認コース取得、日本陸連公認ハーフマラソン大会へ発展させた。同時に、長年に渡り一般市民にランニングクリニックを行うなど、地域のスポーツ振興、社会体育並びに本協会の発展に大きな貢献をされている。

日本陸上競技連盟栄章

秩父宮章

写真:表紙 前列右

青山 陸生さん 長野陸上競技協会参与

1982年に審判資格を取得し以後39年間という長期にわたり、審判員並びに協会役員として責任を果たした。特に長野陸協法人化後は、副理事長・業務執行理事(施設用器具委員会担当)として委員会の取りまとめ並びに松本平広域公園陸上競技場を中心とした各施設用器具関係の充実、日本陸連公認継続検定の準備等に尽力した。

また、地元松本陸協では理事長他要職を長く務め、今年で30回を迎えた「長野県市町村対抗駅伝」や18回目となる「松本クロスカントリー大会」の企画・運営、近年は「松本マラソン」のコース設定など創設に大きな役割を果たした。

ご存じない方も多いと思われるが、大会後は必ず毎回ゴミ他会場の片付けを行っていただいた。

高校優秀指導者章

戸谷 直喜さん

文化学園長野高等学校教員

これまで25年間高校生の指導に携わり、全国大会入賞(2008年 添野沙蘭 第63回大分国体 少年女子円盤投 8位、2012年 大日方紗愛 日本ジュニア陸上競技選手権七種競技 6位、同 女子三段跳 7位)など数多くの生徒を指導し、大学進学後も競技に専念し記録を伸ばす競技者を育成している。また、13年間普及強化委員会強化部コーチとして、国体での入賞を目指し主に少年の投てきの指導強化を担当し成果を高めた。



中学優秀指導者章

写真:表紙 前列中

望月 政和さん 安曇野市立三郷中学校教員

中学生の全国大会で入賞・出場など数多くの生徒を指導している。特に、全日本中学大会女子4×100mリレーは3年連続出場させ、2017年に5位入賞を果たした。また、ジュニアオリンピック女子2年100mにおいて北沢栞さんが3位入賞、200mで24秒88の北信越・長野県中学記録を樹立するなどの成果を収めた。ジュニア部の投擲コーチとしても、ジュニアオリンピックや全日本中学での投擲種目の全国大会優勝、入賞や県記録樹立にかかわる指導を行っている。

高校優秀選手章

二見 優輝さん 2020年度 諏訪清陵高校 3年

(2020年競技成績) WA Scoring Tables 800m1049点
北陸実業団 800m 1:49.19 9/05 富山
全国高校 800m 3位 1:50.65 10/23 広島
全国高校リモートランキング 4位 1:53.40 7/25 伊那

中学優秀選手章

牧島 涼也さん 2020年度 伊那東部中学校 3年

(2020年競技成績)
全国中学生大会(日産St) 3000m 優勝 8:44.95
同大会予選 8:36.61 長野県中学ランキング 1位

少年少女陸上競技指導者表彰(安藤百福記念章)

内藤 里枝子さん 佐久ドリーム代表

写真:表紙
前列左

小学校の教員を長年勤めるかたわら2000年からは勤務校の陸上競技部を熱心に指導し、2011年に地域のクラブを立ち上げ活動している。自らの陸上競技経験はないが、様々な情報を得て指導法を工夫し、東海大会はもとより全国小学生交流大会へ競技者を導き、2009年には6年女子100mで金田華実さんが4位、2018年男子80mHで木内光波君が6位入賞を果たした。同時に、中学校・高校でも競技を続け活躍する競技者を多数輩出している。

また、2014年に審判員資格を取得し、県の競技会の審判員も積極的に担当している。

日本スポーツ協会公認指導者等表彰

百瀬 貴さん 長野陸上競技協会事務局長補佐

公認コーチ3、アシスタントマネージャー 計26年。1982年から2013まで県立高校で陸上競技部員を指導し、1982年～1998年は本協会普及強化委員会強化コーチとしても、投擲競技を中心に指導し成果を高めた。1989年日本ジュニア選手権男子円盤投(2.0kg)佐藤浩之君(野沢北)が8位入賞、1990年全国高校総体男子400mHで相沢伸也君(野沢北)が2位入賞するなど、数多くの競技者を育成した。

また、1999年から6年間本協会庶務部長、2019年から2年間は評議員を務め、現在は事務局長補佐として本協会を支えられている。



2021年度 長野陸上競技協会 栄章受章者

本協会の2021年度栄章受章者は、第67回理事会(11/27開催)において下記のとおり決定した。新型コロナウイルス感染状況を勘案し、可能であれば2022年2月11日に「2021長野陸協アスレティックス・アワード」を開催し、表彰する予定です。以下、敬称省略。

◆功労章 【協会の役職(理事・監事)に6年以上従事した者、評議員は役職に含まない】

- 酒井 剛(上伊那) 理事・競技部長6年他
- 赤沼 広志(大北) 施設用器具委員長6年他
- 名取 充(塩尻) 理事・施設用器具委員長6年他

◆審判員功労章【①10年間に150回以上、②最近3年間に60回以上(県陸協主催大会12回以上)、③S級、60歳以上のA級、又は55歳以上でA級10年以上】

- 森泉 哲(大北) ①185、②94、県46

◆指導者功績章 【全国大会複数名出場、優秀な団体育成、指導歴10年以上、35才以上】

- 出川 雄基(上伊那) 全国出場5名他
- 荒井 洋光(松本市) 全国出場3名他
- 宮尾 淳矢(長野市) 全国入賞・出場2名他
- 市村 一訓(佐久) 男子全国高校駅伝優勝、全国入賞・出場8名他

◆地域スポーツ振興章 【陸上競技を通して地域スポーツの振興に、多年に渡り功績のあった者】

- 原 武司(飯伊) 下伊那郡松川町「松川陸上クラブ」で長距離部門の小学生を15年に渡り指導し、県大会で入賞する競技者の育成や地域の競技力を高めるなど地域振興に貢献している。
- 竹内 一弘(飯伊) 平成19年にクラブチームを

立ち上げ、各種大会で活躍する競技者を育成し、同時に社会体育団体としての受け皿となっている。また、メンバーが競技運営面も支えている。

- 大坪 裕(飯伊) 阿智村総合型地域スポーツクラブ・チャレンジゆう Achi の指導を定期的に行い、J0 出場者も輩出した。引き続き NPO 法人の草創期から積極的に活動し継続した一貫指導を行ってきた。
- 塚田 猛(長野市) 陸上競技の底辺拡大等を目的に若穂 RC ジュニアを2007年設立。広範囲から子供達が集い、小・中学生のそれぞれのニーズや種目に応じた指導を行い、成果を高めている。

◆勲功章 【以下のいずれにも該当する者(1)別に定める全国大会の入賞者で、この協会に貢献度の高い競技者。(2)本協会登録競技者、又は、ふるさと選手制度による競技者。(3)受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。

| 受章要件 | 男女 | 種目 | 受章者 | 所属・学年 |
|----------|-------------|--------------|---------|------------|
| 県記録樹立 | 女子 | 100m | 君嶋 愛梨沙 | 土木管理総合 |
| 県高校生記録樹立 | 男子 | やり投(800g) | 小平 将斗 | 松本国際高3 |
| | 男子 | 4x400mR① | 北村 隆之介 | 佐久長聖高3 |
| | 男子 | 4x400mR② | 肥後 琉之介 | 佐久長聖高3 |
| | 男子 | 4x400mR③ | 落合 華七斗 | 佐久長聖高2 |
| | 男子 | 4x400mR④ | 宮崎 日向 | 佐久長聖高3 |
| | 女子 | やり投(600g) | 倉田 紗優加 | 伊那北高2 |
| | 女子 | 300m | 大鹿 愛和 | 佐久長聖高2 |
| | 別途定める全国大会入賞 | 男子 | 10000mW | 清水 海地 |
| 男子 | | 4x400mR② | 中村 颯人 | ライフメッセージAC |
| 男子 | | 4x400mR③ | 清水 泰志 | ライフメッセージAC |
| 男子 | | 4x400mR④ | 小林 航 | ライフメッセージAC |
| 女子 | | 砲丸投(2.721kg) | 松林 彩 | 長野東高1 |
| 女子 | | 棒高跳 | 岡田 莉歩 | 佐久長聖高1 |
| 女子 | | 5000mW | 中村 綾花 | 長野東高3 |
| 男子 | | 5000mW | 佐藤 晋太 | 長野工業高3 |
| 男子 | | 800m | 岡田 遥人 | 松本国際高3 |

2021(令和3)年 勲功章17名、優秀選手章33名、奨励章8名 (2021/1/1~2021.12.12現在)

【優秀選手章】この協会の登録競技者であって、当該年中に次に掲げた条件のいずれかに該当した者に授与する。

- (1)日本記録樹立者 (2)長野県記録樹立者 (3)県高校生記録樹立者 (4)日本代表:国際大会出場 (5)県代表:全国大会入賞者
- (6)日本選手権入賞者 (7)標準記録突破者:全国大会入賞 (8)予選会通过:全国大会入賞 (9)日本陸連主催大会入賞者

【奨励章】中学校の生徒及び小学校の児童で、次に掲げた条件のいずれかに該当した者に授与する。

- <1>県中学校記録樹立者 <2>中学校全国大会入賞者 <3>小学生全国交流大会入賞者 <4>県小学生記録樹立者

注:勲=勲功章、重=個人の受章重なり、リレー・駅伝種目丸数字=走順、(i)=室内記録

| # | 条件 | 種目 | 受章者 | 所属・学年 | 記録 | 大会名 | 期日 | 会場 | 備考 | |
|----|-----|-----------------------|--------------------|------------|------------|-----------|------------|-------|--------|----|
| 勲 | (2) | 女子 100m | 君嶋 愛梨沙 | 土木管理総合 | 11秒51 | 日本選手権 | 06/24 | 長居 | (予選) | |
| | (2) | 女子 10000m | 小林 成美 | 名城大 | 3 31分22秒34 | ホクレンDC | 07/10 | 網走 | | |
| | (2) | 男子 砲丸投(7.260kg) | 米倉 朋輝 | 協栄電気興業 | 16m55 | 長野県選手権 | 07/11 | 松本 | | |
| | (2) | 女子 3000mSC(0.762m) | 中村 朱里 | 日体大 | 3 10分11秒79 | 日本学生対校 | 09/19 | 熊谷 | (7) 5位 | |
| 勲 | (3) | 男子 やり投(800g) | 小平 将斗 | 松本国際高 | 3 63m41 | 中信選手権 | 05/01 | 松本 | | |
| | (3) | 男子 七種競技 | 土屋 ほか | 佐久長聖高 | 3 4782点 | 長野県選手権 | 07/11-12 | 松本 | | |
| 勲 | (3) | 男子 4x400mR① | 北村 隆之介 | 佐久長聖高 | 3 3分12秒51 | 全国高校総体 | 08/01 | 福井 | (7) 3位 | |
| 勲 | (3) | 男子 4x400mR② | 肥後 琉之介 | 佐久長聖高 | 3 3分12秒51 | 全国高校総体 | 08/01 | 福井 | (7) 3位 | |
| 勲 | (3) | 男子 4x400mR③ | 落合 華七斗 | 佐久長聖高 | 2 3分12秒51 | 全国高校総体 | 08/01 | 福井 | (7) 3位 | |
| 勲 | (3) | 男子 4x400mR④ | 宮崎 日向 | 佐久長聖高 | 3 3分12秒51 | 全国高校総体 | 08/01 | 福井 | (7) 3位 | |
| 勲 | (3) | 女子 やり投(600g) | 倉田 紗優加 | 伊那北高 | 2 52m71 | 県高校新人 | 09/24 | 長野 | | |
| 勲 | (3) | 女子 300m | 大鹿 愛和 | 佐久長聖高 | 2 43秒27 | 全国U18 | 10/23 | 愛媛 | | |
| | (4) | 男子 4x100mR | デーデーブルーノ | 東海大 | 4 | オリンピック | 7/30-8/8 | 国立 | | |
| | (6) | 女子 クロカン8km | 和田 有菜 | 名城大 | 3+ 26分21秒 | 日本選手権XC | 02/27 | 福岡 | 3位 | |
| | (6) | 男子 10000m | 鈴木 芽吹 | 駒澤大 | 2 27分41秒68 | 日本選手権 | 05/03 | 小笠山 | 3位 | |
| 重 | (6) | 女子 10000m | 小林 成美 | 名城大 | 3 32分08秒45 | 日本選手権 | 05/03 | 小笠山 | 3位 | |
| 重 | (6) | 男子 100m | デーデーブルーノ | 東海大 | 4 10秒19 | 日本選手権 | 06/25 | 長居 | 2位 | |
| 重 | (6) | 女子 100m | 君嶋 愛梨沙 | 土木管理総合 | 11秒86 | 日本選手権 | 06/25 | 長居 | 5位 | |
| 重 | (6) | 女子 やり投(600g) | 倉田 紗優加 | 伊那北高 | 2 51m80 | U20日本選手権 | 06/25 | 長居 | 4位 | |
| | (6) | 女子 100mH(0.838m-8.5m) | 中津 晴葉 | 青山学院大 | 1 13秒93 | U20日本選手権 | 06/26 | 長居 | 5位 | |
| 重 | (6) | 男子 200m | デーデーブルーノ | 東海大 | 4 20秒63 | 日本選手権 | 06/27 | 長居 | 2位 | |
| | (6) | 女子 200m | 深澤 あまね | 中央大 | 1 25秒08 | U20日本選手権 | 06/27 | 長居 | 7位 | |
| 重 | (3) | 男子 やり投(800g) | 小平 将斗 | 松本国際高 | 3 63m36 | U20日本選手権 | 06/27 | 長居 | 8位 | |
| 勲 | (7) | 男子 10000mW | 清水 海地 | 明治大 | 2 42分19秒31 | 日本学生個人 | 06/04 | 平塚 | 7位 | |
| 重 | (7) | 男子 100m | デーデーブルーノ | 東海大 | 4 10秒29 | 日本学生個人 | 06/05 | 平塚 | 優勝 | |
| 重 | (7) | 女子 5000m | 小林 成美 | 名城大 | 3 15分33秒69 | 日本学生個人 | 06/05 | 平塚 | 優勝 | |
| | (7) | 女子 三段跳 | 宮澤 歩 | 横浜国立大 | 3 12m43 | 日本学生個人 | 06/05 | 平塚 | 7位 | |
| | (7) | 男子 400mH(0.914m) | 児玉 悠作 | 法政大 | 3 51秒51 | 日本学生個人 | 06/06 | 平塚 | 2位 | |
| 重 | (7) | 女子 3000mSC(0.762m) | 中村 朱里 | 日体大 | 3 10分32秒30 | 日本学生個人 | 06/06 | 平塚 | 6位 | |
| 重 | (7) | 女子 10000m | 和田 有菜 | 名城大 | 4 33分09秒61 | 日本学生対校 | 09/19 | 熊谷 | 4位 | |
| 重 | (7) | 女子 5000m | 小林 成美 | 名城大 | 3 15分54秒14 | 日本学生対校 | 09/19 | 熊谷 | 2位 | |
| 重 | (7) | 男子 4x400mR① | 児玉 悠作 | 法政大 | 3 3分07秒28 | 日本学生対校 | 09/19 | 熊谷 | 4位 | |
| 重 | (7) | 女子 100m | 君嶋 愛梨沙 | 土木管理総合 | 11秒63 | 全日本実業団 | 09/25 | 長居 | 2位 | |
| 重 | (7) | 女子 200m | 君嶋 愛梨沙 | 土木管理総合 | 24秒44 | 全日本実業団 | 09/26 | 長居 | 5位 | |
| | (7) | 女子 400mH(0.762m) | 川端 涼夏 | 松本土建 | 59秒82 | 全日本実業団 | 09/26 | 長居 | 6位 | |
| | (7) | 女子 400mH(0.762m) | 南澤 明音 | 松本土建 | 59秒93 | 全日本実業団 | 09/26 | 長居 | 7位 | |
| | (7) | 男子 4x400mR① | 岩田 晃 | ライフメッセージAC | 3分15秒68 | 全日本実業団 | 09/26 | 長居 | 7位 | |
| 勲 | (7) | 男子 4x400mR② | 中村 颯人 | ライフメッセージAC | 3分15秒68 | 全日本実業団 | 09/26 | 長居 | 7位 | |
| 勲 | (7) | 男子 4x400mR③ | 清水 泰志 | ライフメッセージAC | 3分15秒68 | 全日本実業団 | 09/26 | 長居 | 7位 | |
| 勲 | (7) | 男子 4x400mR④ | 小林 航 | ライフメッセージAC | 3分15秒68 | 全日本実業団 | 09/26 | 長居 | 7位 | |
| 勲 | (7) | 女子 砲丸投(2.721kg) | 松林 彩 | 長野東高 | 1 13m62 | 全国U16 | 10/22 | 愛媛 | 7位 | |
| 勲 | (7) | 女子 棒高跳 | 岡田 莉歩 | 佐久長聖高 | 1 3m40 | 全国U18 | 10/22 | 愛媛 | 8位 | |
| 重 | (7) | 女子 300m | 大鹿 愛和 | 佐久長聖高 | 2 44秒39 | 全国U18 | 10/23 | 愛媛 | 5位 | |
| 勲 | (8) | 女子 5000mW | 中村 綾花 | 長野東高 | 3 23分20秒25 | 全国高校総体 | 07/29 | 福井 | 3位 | |
| 勲 | (8) | 男子 5000mW | 佐藤 晋太 | 長野工業高 | 3 21分13秒20 | 全国高校総体 | 07/30 | 福井 | 6位 | |
| | (8) | 男子 5000m | 吉岡 大翔 | 佐久長聖高 | 2 13分48秒19 | 全国高校総体 | 07/31 | 福井 | 6位 | |
| 重 | (8) | 女子 やり投(600g) | 倉田 紗優加 | 伊那北高 | 2 50m02 | 全国高校総体 | 07/31 | 福井 | 5位 | |
| 重 | (8) | 女子 七種競技 | 土屋 ほか | 佐久長聖高 | 3 4768点 | 全国高校総体 | 07/31 | 福井 | 8位 | |
| | (8) | 男子 3000mSC(0.914m) | 村尾 雄己 | 佐久長聖高 | 3 8分58秒30 | 全国高校総体 | 08/01 | 福井 | 4位 | |
| 勲 | (8) | 男子 800m | 岡田 遥人 | 松本国際高 | 3 1分55秒22 | 全国定通制高校 | 08/24 | 駒沢 | 優勝 | |
| 整理 | 条件 | 男女 | 種目 | 受章者 | 所属・学年 | 記録 | 大会名 | 期日 | 会場 | 備考 |
| | <1> | 女子 | 100m | 寺平 祈愛 | 木祖中 | 2 11秒98 | 県中学総体 | 07/03 | 松本 | |
| | <1> | 女子 | 100mH(0.762m-8.0m) | 並木 彩華 | 野沢中 | 3 13秒99 | 中学通信 | 07/18 | 松本 | |
| | <1> | 男子 | 110mH(0.914m) | 中村 駿汰 | 旭町中 | 3 14秒01 | 北信越中学 | 08/03 | 富山県総合 | |
| 重 | <1> | 男子 | 110mH(0.991m) | 中村 駿汰 | Mt.Rex TC | 3 14秒65 | 全国U16 | 10/24 | 愛媛 | 予選 |
| 重 | <2> | 男子 | 110mH(0.914m) | 中村 駿汰 | 旭町中 | 3 14秒33 | 全日本中学 | 08/20 | 笠松 | 2位 |
| | <2> | 男子 | 110mH(0.914m) | 小口 蒼葉 | 諏訪西中 | 3 15秒27 | 全日本中学 | 08/20 | 笠松 | 6位 |
| | <2> | 女子 | 三段跳 | 大森 玲花 | 軽井沢A&AC | 2 11m16 | 全国U16 | 10/22 | 愛媛 | 4位 |
| 重 | <2> | 男子 | 110mH(0.991m) | 中村 駿汰 | Mt.Rex TC | 3 14秒81 | 全国U16 | 10/24 | 愛媛 | 4位 |
| | <4> | 男子 | コンバインドA | 米田 太一 | 軽井沢A&AC | 6 2181点 | 県小学生 | 06/20 | 松本 | |
| | <4> | 男子 | コンバインドB | 山浦 英純 | 佐久トリーム | 6 2249点 | 東信ジュニア・ユース | 09/04 | 佐久 | |
| | <4> | 男子 | 1000m | 永田 航大 | 波田小 | 6 2分46秒86 | 山梨長距離 | 12/11 | 小瀬 | |

全国大会他参加報告・藤澤 勇選手引退レース



参加選手一同（日産スタジアムにて）

第56回全国高等学校定時制通信
制陸上競技大会 8/22-23 駒沢

「優秀選手賞」受賞

800m 優勝 1:55.22 大会新
400m 2位 50.21

松本国際高校3年 岡田 遥人

400mは1日に3本走るタイトなスケジュールでしたが、準決勝・決勝共に自己ベストを更新することができました。

800mでは疲労もあり狙い通りの走りは出来ませんでしたが、最後まで自分を信じて攻めのレースが出来たことは次に繋がる良い経験になりました。

最後に、今回走る機会を与えて下さった関係者の方々に感謝申し上げます。ありがとうございました。



“日清食品カップ”全国小学生陸上競技
交流大会 9/18-19 日産スタジアム

団長 普及部長 篠原 克修

標記大会が2年ぶりに開催されました。

コロナ禍の競技会運営として、無観客、参加選手・指導者・保護者への事前のPCR検査の実施、実施種目の削減（混合リレー削除、コンバインド1種目2名から1名に削減）、大会期間の2日間開催への縮小（当初は3日間開催）など、できる限り感染リスクを軽減する対策で実施されました。大会サポーターとして、山縣亮太選手、寺田明日香選手、中村明彦選手らが参加し、子どもたちを応援してくれました。

長野県選手団は男女8名が参加。大会前ランキングではほとんどの選手が上位にあり、入賞の期待も高かったのですが、多くの競技会が中止となり県大会以降の大会参加ができないことや、直前の感染拡大による練習不足などの影響はあったように思います。それでも4名が全国大会の舞台上で自己記録更新、他の選手も自己記録に迫る成果で大会を終えることができました。

Com. A:コンバインドA(HJ走高跳、80mH) PB:自己ベスト
Com. B:コンバインドB(LJ走幅跳、JBジャベリックボール投げ)

| 種目 | 氏名 | 所属・学年 | 結果 |
|----------|---------|-----------|---|
| 男子5年100m | 中矢 好太朗 | 波田小・5 | C決勝1位 13.83(+0.9) 予選3着13.98(-1.4) |
| 男子6年100m | レナハン 莉生 | 城南小・6 | B決勝7位 12.96(+0.2) 予選3着12.80(+1.2)PB |
| 女子5年100m | 亀井 こころ | イダツツシAC・5 | 予3着 14.72(-0.9) |
| 女子6年100m | 長岩 里桜 | 赤穂南小・6 | C決勝7位 14.13(+0.2) 予選4着13.74(+0.6) |
| 男子Com. A | 米田 太一 | 軽井沢A&AC・6 | 2162点 11位、HJ 1.35 1092 80mH 13.29(-0.8) 1070 |
| 男子Com. B | 山浦 英純 | 佐久トリーム・6 | 2150点 11位、LJ 4.51(+1.1)PB 1056、JB 50.88 1094 |
| 女子Com. A | 中嶋 優佳 | 軽井沢A&AC・5 | 2116点PB 9位、HJ 1.25 976 80mH 12.88(+0.6)PB 1140 |
| 女子Com. B | 海老原 千咲 | 四賀小・6 | 1736点PB 23位、LJ 4.08(-1.5) PB 916、JB 37.40 PB 820 |

The last Racewalking
藤澤 勇(ALSOK)選手

10月17日長野オータム・トライルに於いて、長年ご活躍された藤澤勇選手の引退レースを開催した。ALSOK監督、コーチ、指導者や友人他大勢の皆様に見守られ後輩たちを引っ張りながらのラストウォーキング。レース後、本協会萩原清会長から感謝状が贈呈され、恩師や関係者からも花束が贈られた。藤澤選手からは「松本は苦手な競技場だったが、現役引退レースを地元で開催していただき感激です。心から感謝します。」との挨拶があった。



左 高校時代の恩師萩原先生
藤澤選手は2005年中野実業高校3年次全国IH5000mWで4位入賞、国体5位、以後2006年に山梨学院大学に進学、4年間活躍し2010年にはALSOKに就職、オリンピック(2012ロンドン18位日本人最高、2016年リオデジャネイロ)は2回とも20kmWで出場。2018年世界競歩チーム選手権団体優勝、世界選手権出場3回、日本記録樹立、国体は優勝を含む入賞13回という輝かしい結果を残し、本協会へも多大なる貢献をしていただいた。長い間本当にありがとうございました。今後のますますのご活躍をご祈念申し上げます。



第36回東日本女子駅伝 福島市
11/14「FTV ふくしま」マラソンコース

準優勝

団長 副会長・駅伝部長 北島 正孝

天候に恵まれ、まさに駅伝日和の中、第36回東日本女子駅伝が開催されました。大会関係者に感謝しながら準備いただいたこの舞台を、各選手精一杯の走りで、笑顔で走り抜きました。過去2番目好タイム2時間17分33秒で準優勝を成し遂げられました。

1区はレースを優位に進めたい為、特に重要視する区間になります。各県の8割が大学生、実業団選手を起用してきましたが、長野東高2年・村岡選手がトップと18秒差の4位と流れを作り、2区から8区までそれぞれの選手が通過順位は前後しながらも、先頭と1分以内の力走で全員の思いをアンカー和田選手に繋げるレース展開になりました。

大会前日、和田さんが自己申告した目標タイムは31分59秒、結果は31分40秒、今までの県チームのアンカー区間記録は32分05秒、激走が分かりますし、全員の走りで掴み取った準優勝です。目の前のあと一つ次回にはと期待しています。

中学生は県代表として大会、他県選手の雰囲気も合わせて、違った景色を見る事が出来たと思います。

8月にお亡くなりになりました野竹富士雄さん(トレーナー)に、多くの選手が長きに亘り診ていただいた、いっぱい感謝とお礼を込めてご冥福をお祈りし、喪章をつけてレースに臨む事になりました。

最後になりましたが、トップ争いが出来る位置まで登り詰めてきました選手を育てていただいております全ての指導者・陸協の皆さん・ご家族・多方面から応援して下さいの皆さんのお陰であると信じております。引き続きご指導と、ご協力をお願いし、ご報告といたします。

三重フレンドシップゲーム
(三重国体代替大会) 10/17 伊勢市



標記大会が、三重陸協主催、東海陸協と三重とこわか国体・三重とこわか大会実行委員会共催により東海5県の代表選手が集い開催された。国体はエントリーも済み、立派な賞状、優勝楯などの準備も整い、最終段階での中止(延期はない)で、ご関係の皆様方の落胆は想像を絶するものがあります。当日は三重県知事のご挨拶もあり、13競技で代替大会が開催されるとのことでした。本協会は右のとおり選手を派遣し、当日は風が強く好記録はありませんでしたが、



団長 北島 正孝 県陸協副会長・駅伝部長(芝上建設(株))

監督 横打 史雄(長野東高教)

コーチ 木下 純市(伊那東部中教) 富永 浩一(菅野中教)

小幡 泰俊(松本市陸協) 小島 康弘(茅野東部中教)

渡辺 優樹(鉢盛中教) 田中 聡(上伊那陸協)

横地 京子(松代高教) 丸山 健志(上水内陸協)

鳥羽 一彦(安曇野かけっこクラブ)

トレーナー 窪田 勝(くぼた整骨院) 野竹 康之(野竹接骨院)

【結果】2位 2:17:33 (9区間42.195km) (区間順位)

| 区間(距離) | 氏名(所属) | 記録 | 通過順位 |
|--------------|---|-------|--------|
| 1区(6.0km) | 村岡 美玖(長野東高2) | 19:02 | 4位 |
| 2区(4.0km) | 湯澤 ほのか(スズキ) | 13:35 | 4位(12) |
| 3区(3.0km) | 名和 夏乃子(長野東高1) | 9:59 | 2位(1) |
| 4区(3.0km) | 真柴 愛里(春富中2) | 10:00 | 5位(10) |
| 5区(5.0875km) | 中村 朱里(日本体育大3) | 16:42 | 4位(3) |
| 6区(4.1075km) | 五味 叶花(名城大1) | 13:25 | 4位(3) |
| 7区(4.0km) | 佐藤 悠花(長野東高2) | 13:17 | 3位(1) |
| 8区(3.0km) | 窪田 舞(塩尻中3) | 9:53 | 4位(10) |
| 9区(10.0km) | 和田 有菜(名城大4) | 31:40 | 2位(2) |
| 選手 | 渡邊 葵(長野日大高3) 牧内 大華(長野東高1) 武田 悠華(川中島中3) 坂元 唯花(辰野中2) | | |

精一杯競技し、国体優勝を目指す強豪と競った経験が、今後に生かされるものと思います。



| 氏名 | 所属 学年 | 出場種目 | 順位 | 記録 |
|------------------------|------------|----------|----|-------------|
| <男子> | | | | |
| 嶺村 鴻汰 | 富士通 | 成年走幅跳 | | DNS |
| 高橋 和真 | 長野高専 専攻科1年 | 成年300m | 2 | 34.47 |
| 高橋 一輝 | 長野高専 専攻科1年 | 成年800m | 1 | 1:55.18 |
| 河野 統徳 | 東海大諏訪高校 3年 | 少年A100m | 4 | 10.96(+2.7) |
| 名取 勇人 | 東海大諏訪高校 2年 | 少年A300m | 4 | 35.10 |
| 岡田 遥人 | 松本国際高校 3年 | 少年A800m | 1 | 1:54.13 |
| 窪田 翔真 | 東海大諏訪高校 2年 | 少年A300mH | 3 | 40.86 |
| 鈴木 慎吾 | 東海大諏訪高校 1年 | 少年B100m | 4 | 10.97(+2.7) |
| 小口 蒼葉 | 諏訪西中学校 3年 | 少年B走幅跳 | 2 | 6.40(+1.3) |
| 小口蒼葉, 河野統徳, 鈴木慎吾, 高橋和真 | 共通 | 4×100m | 5 | 42.81 |
| <女子> | | | | |
| 小林 舞香 | 環太平洋大学 1年 | 成年800m | 2 | 2:19.49 |
| 三澤 百佳 | 東海大諏訪高校 2年 | 少年A300m | 5 | 41.60 |
| 宮原 凜成 | 市立長野高校 2年 | 少年A走幅跳 | 2 | 5.43(+1.4) |
| 宮澤 けい | 市立長野高校 1年 | 少年B100m | 4 | 12.35(+2.7) |
| 金子 亜瑠 | 坂城中学校 3年 | 少年B走幅跳 | 2 | 5.39(+1.0) |
| 永原 璃桜 | 長野高専 3年 | 少年共通円盤投 | 2 | 35.47 |
| 山田 柚葵 | 市立長野高校 2年 | 少年共通やり投 | 4 | 38.21 |
| 金子亜瑠, 宮原凜成, 宮澤けい, 三澤百佳 | 共通 | 4×100m | 5 | 50.50 |
| <男女混合> | | | | |
| 名取勇人, 三澤百佳, 小林舞香, 高橋和真 | 共通 | 4×400m | 5 | 3:41.86 |

2021年(8/23~12/12) 主要大会結果一覧 (まとめ 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、CR・GR: 大会新、風速の追風(+)
は省略、全国大会は入賞者を掲載。

第90回日本学生陸上競技対校選手権大会

- 9月17-19日 熊谷スポーツ文化公園
- ▶男子4×400mR
 - ①法政大 1走 児玉悠作(3) 3:07.28
 - ▶女子5000m
 - ②小林成美(名城大3) 15:54.14
 - ▶女子10000m
 - ④和田有菜(名城大3) 33:09.61
 - ▶女子3000mSC
 - ⑤中村朱里(日体大3) 10:11.79

第69回全日本実業団対抗陸上競技選手権大会

- 9月24-26日 ヤマスタジアム長居
- ▶男子4×400mR
 - ⑦ライオンズAC(岩田晃, 中村颯人, 清水泰志, 小林航) 3:15.68
 - ▶女子100m
 - ②君嶋愛梨沙(土木管理総合) 11.63(-0.1)
 - ▶女子200m
 - ⑤君嶋愛梨沙(土木管理総合) 24.44(-0.4)
 - ▶女子400mH
 - ⑥川端涼夏(松本土建) 59.82
 - ⑦南澤明音(松本土建) 59.93

第18回田島直人記念陸上競技大会

- 10月16-17日 維新百年記念公園
- ▶男子400mH
 - ⑧岡村州紘(日大3) 51.38
 - ▶女子100m
 - ①君嶋愛梨沙(土木管理総合) 11.70(0.8)GR
 - ▶女子400mH
 - ⑥南澤明音(松本土建) 1:00.38
 - ▶男子TAJIMAチャレンジ 走幅跳
 - ③山浦溪斗(国武大3) 7.49(1.6)
 - ④松本陸(信州大3) 7.44(-0.4)

第15回U18/第52回U16 陸上競技大会

- 10月22-24日 愛媛県総合
- ▶U18女子300mH
 - ⑤大鹿愛和(佐久長聖高2) 44.39
 - ▶U18女子棒高跳
 - ⑧岡田莉歩(佐久長聖高1) 3.40
 - ▶U16男子110mH(0.991m)
 - ④中村駿汰(Mt. RexTC3) 14.81(1.0)
 - ▶U16女子三段跳
 - ④大森玲花(軽井沢A&AC2) 11.16(-2.3)
 - ▶U16女子砲丸投(2.721kg)
 - ⑦松林彩(長野東高1) 13.62

令和3年度北信越高等学校新人体育大会

第26回北信越高等学校新人陸上競技大会

- 10月22日~24日 石川県西部緑地
- 【男子】1位と県内入賞者を掲載
 - ▶100m(+1.6)
 - ①福澤 耀明 佐久長聖2 10.67GR
 - ③鈴木 慎吾 東海大諏訪1 10.79
 - ⑦落合 華七斗 佐久長聖2 11.86
 - ▶200m(+1.6)
 - ①渡辺 大星 新潟・開志国際2 21.60GR

- ⑥鈴木 慎吾 東海大諏訪1 22.11
- ▶400m
- ①渡辺 大星 新潟・開志国際2 48.82
- ③輪湖 颯 豊科2 49.53
- ⑥名取 勇人 東海大諏訪2 50.58
- ▶800m
- ①金古 廉 松本深志2 1:56.94
- ⑧浦野 太平 須坂2 2:10.71
- ▶1500m
- ①小坂 悠太 東海大諏訪2 3:56.53
- ④梅原 悠良 上田西1 4:00.38
- ⑤武田 寧登 上田西2 4:01.29
- ⑧市川 和英 上田西2 4:04.53
- ▶5000m
- ①上山 詩樹 福井・敦賀気比2 14:53.52
- ③丸山 辰樹 松商学園2 15:09.92
- ⑤水野 琉斗 松商学園1 15:19.85
- ▶110mH(1.067m) (+0.9)
- ①谷口 聡汰 福井・北陸2 14.82
- ④内海 亮平 佐久長聖2 15.15
- ⑧小池 集万 長野日大2 15.55
- ▶400mH(0.914m)
- ①瀧波 和太 福井・鯖江2 54.70
- ③徳嵩 力也 市立長野1 55.68
- ▶3000mSC(0.914m)
- ①上山 詩樹 福井・敦賀気比2 9:28.09
- ②小林 隼人 上田西2 9:28.09
- ④成澤 爽 上田西2 9:46.60
- ⑦竹内 朝輝 上田西2 9:54.63
- ▶5000m競歩
- ①鈴木 淳也 長野商2 21:17.52GR
- ②仲田 知弘 長野商2 22:31.27
- ④大神 健太 丸子修学館2 22:45.86
- ▶4×100m
- ①鯖江・福井 41.65
- ⑤佐久長聖 42.79 (山本昶瑠1・落合華七斗2・安坂丈瑠2・木村伊吹2)
- ▶4×400m
- ①開志国際・新潟 3:18.15
- ②佐久長聖 3:18.66 (安坂丈瑠2・落合華七斗2・木内心大2・福澤耀明2)
- ④東海大諏訪 3:20.17 (矢島壯野2・名取勇人2・小坂悠太2・窪田翔真2)
- ▶走高跳
- ①堀田 凌慈 富山・入善2 1.95
- ⑤中村 伊吹 松本国際2 1.85
- ⑧高田 真平 松本県ヶ丘1 1.85
- ▶棒高跳
- ①重田 篤希 松本深志2 4.30
- ④中谷 息吹 松本国際2 4.00
- ⑧両角 駿介 諏訪二葉2 3.80
- ▶走幅跳
- ①門田 吉平 石川・星稜2 6.90(1.6)
- ⑤寺島 恒輔 小諸2 6.60(1.6)
- ⑧荒井 陽呂実 飯山1 6.56(0.6)
- ▶三段跳
- ①栗原 寧大 新潟・三条東2 14.38(1.3)
- ②南澤 爽太 岩村田2 13.92(2.3)
- ▶砲丸投(6.000kg)
- ①高橋 勇翔 松本国際2 14.34
- ③木藤 海琉 長野高専2 13.25

- ⑤小山 翔平 佐久長聖1 12.88
- ▶円盤投(1.750kg)
- ①羽場 太陽 岩村田2 39.99
- ▶ハンマー投(6.000kg)
- ①坂爪 暖 新潟・新潟県東工2 51.10
- ⑤大月 龍麻 梓川2 46.28
- ⑦百瀬 洋夢 穂高商2 43.15
- ⑧青柳 修斗 穂高商2 40.92
- ▶やり投(800g)
- ①垣内 司 更級農2 56.38
- ④浅村 汰壱 松商学園2 53.57
- ▶八種競技
- ①梶川 新 松本国際2 5309
- ④菊池 優介 岩村田1 4886
- ⑥降幡 諒成 佐久長聖1 4572
- ⑧松澤 尚弥 松本国際2 4509
- 【女子】1位と県内入賞者を掲載
- ▶100m(+1.7)
- ①宮松 志希 福井・敦賀2 12.11
- ③宮澤 けい 市立長野1 12.35
- ⑥藤森 七海 諏訪清陵2 12.55
- ▶200m(+0.9)
- ①村田 明梨 石川・小松商2 25.16
- ②宮澤 けい 市立長野1 25.38
- ③藤森 七海 諏訪清陵2 25.67
- ▶400m
- ①三澤 百佳 東海大諏訪2 57.95
- ②中村 空夏 諏訪清陵2 59.29
- ▶800m
- ①市川 笑花 佐久長聖2 2:14.04
- ②松下 輝来 東海大諏訪2 2:14.80
- ③三澤 百佳 東海大諏訪2 2:17.81
- ▶1500m
- ①松下 輝来 東海大諏訪2 4:35.09
- ④守屋 有彩 伊那弥生ヶ丘2 4:42.32
- ⑤森脇 光砂 伊那西2 4:49.42
- ▶3000m
- ①SARAH WANJIRU 新潟・帝京長岡2 9:25.58
- ③峯岸 羽那 長野東2 9:51.46
- ④赤羽 真衣佳 長野東2 9:53.88
- ⑤白田 麻花 長野東2 10:03.95
- ▶100mH(0.838m) (+0.4)
- ①宮松 志希 福井・敦賀2 14.00
- ③大森 里香 佐久長聖2 14.43
- ⑥佐伯 風帆 佐久長聖1 14.76
- ▶400mH(0.762m)
- ①榎本 奈知 新潟・新発田2 1:05.14
- ③逸見 加奈子 伊那北1 1:07.05
- ④柏木 萌 佐久長聖2 1:07.84
- ▶5000m競歩
- ①川上 優香 石川・七尾1 26:19.01
- ②東 咲良 松本県ヶ丘2 26:25.96
- ▶4×100m
- ①佐久長聖 48.74 (荻原希乃愛2・佐伯風帆1・大森里香2・鈴木天音2)
- ⑥市立長野 49.54 (青木咲羽1・宮原凛成2・酒井明日美2・宮澤けい1)
- ⑧東海大諏訪 55.89 (福田笑未1・三澤百佳2・濱田みなと2・小松未唯奈2)
- ▶4×400m
- ①佐久長聖 3:55.51 (市川笑花2・鈴

木天音2・橋本春花1・佐伯風帆1)
 ⑤東海大諏訪 4:01.97 (濱田みなと2・増沢結1・三澤百佳2・松下輝来2)
 ⑦諏訪清陵 4:03.13 (春日莉緒2・藤森七海2・五味桜花1・中村空夏2)
▶走高跳
 ①荻谷 真奈 福井・鯖江2 1.67
 ④太田 さくら 松商学園2 1.61
▶棒高跳
 ①米澤 結 富山・高岡2 3.10
 ④深尾 美希 長野工1 3.00
 ⑥鈴木 天音 佐久長聖2 2.80
▶走幅跳
 ①宮原 凜成 市立長野2 5.68(0.9)
 ⑧小倉 歩華 岡谷南2 5.13(2.8)
▶三段跳
 ①牧内 愛実 市立長野2 11.61(1.6)
 ②小倉 歩華 岡谷南2 11.45(3.3)
 ④富山 萌衣 上田染谷丘2 11.12(2.2)
▶砲丸投(4.000kg)
 ①富田 桃樺 富山・高岡商2 12.37
 ③松林 彩 長野東1 11.01
 ⑧尾関 紗佳 豊科2 10.02
▶円盤投(1.000kg)
 ①山本 晏 福井・敦賀2 32.70
 ③小山 莉穂 市立長野2 31.74
 ⑦角崎 美沙都 松本深志1 29.85
 ⑧神林 杏花 上田2 28.08
▶ハンマー投(4.000kg)
 ①酒井 美海 新潟・開志国際2 40.50
 ②荒木 ななせ 梓川1 38.80
 ④神林 杏花 上田2 34.77
 ⑤柳橋 美輝 丸子修学館2 34.22
▶やり投600g
 ①倉田 紗優加 伊那北2 50.08
 ②増澤 美優 松本国際2 40.99
 ④山田 柚葵 市立長野2 39.79
 ⑧柳橋 美輝 丸子修学館2 34.14
▶七種競技
 ①大森 里香 佐久長聖2 4398
 ⑥矢島 冴子 長野西2 3673
 ⑦荻原 希乃愛 佐久長聖2 3649

長野オータム・トライアル2021

10月16日(土)-17日(日) 松本

【男子】

▶100m(-1.7)
 ①越山 遥斗 信州大2 10.68
 ②酒井 幹汰 豊科高3 11.00
 ③今西 康太 城西大2 11.03
▶400m
 ①北村 隆之介 佐久長聖高3 49.90
 ②安坂 丈瑠 佐久長聖高2 50.74
 ③今井 頼人 東海大諏訪高3 51.32
▶800m
 ①小坂 悠太 東海大諏訪高2 1:56.21
 ②小林 季生 シェンナー 2:00.68
 ③五十嵐 碧 佐久長聖高3 2:01.81
▶110mH(1.067m) (-4.8)
 ①吉村 健吾 茅野アスレックス 14.87
 ②漆原 奏哉 佐久長聖高3 15.52
 ③塚田 龍太郎 信州大4 15.82
▶中学110mH(0.914m) (-1.0)
 ①中村 駿汰 Mt. RexTC3 14.77

②山本 祐弥 小諸東中3 15.10
 ③村本 琢実 山辺中3 16.00
▶400mH(0.914m)
 ①清水 泰志 ライフメッセン AC 52.74
 ②高田 翔弥 長野俊英高3 58.17
 ③降幡 諒成 佐久長聖高1 59.46
▶500m競歩
 ①藤澤 勇 東京・ALSOK 21:14.68
 ②佐藤 晋太 長野工高3 21:56.60
 ③田幸 瞭 長野日大高2 24:33.84
▶走高跳
 ①関本 遊大 松商学園高3 1.95
 ②片平 大地 長野市陸協 1.90
 ③土屋 海斗 佐久長聖高3 1.75
▶三段跳
 ①櫻井 大幹 いーやま 14.69(0.1)
 ②南澤 爽太 岩村田高2 13.28(0.7)
 ③佐藤 智哉 諏訪東理大1 13.09(-1.8)
▶砲丸投(7.260kg)
 ①友田 利男 かもしか倶楽部 10.57
 ②中島 公德 セイコーエプソン 9.24
 ③原田 将希 山梨学院大2 8.91
▶高校砲丸投(6.000kg)
 ①高橋 勇翔 松本国際高2 13.94
 ②小山 翔平 佐久長聖高1 12.53
 ③高田 竜生 塩尻志学館高2 10.40
▶中学砲丸投(5.000kg)
 ①村上 憲伸 塩尻中2 9.70
 ②杉本 善 開成中2 9.59
 ③折井 亜星 女鳥羽中2 8.78
▶円盤投(2.000kg)
 ①米倉 朋輝 協栄電気興業 44.85
 ②上原 隆伸 ケーシカンス 長野 36.27
 ③小林 鍊 安曇野AC 31.43
▶高校円盤投(1.750kg)
 ①川上 大輝 松商学園高3 38.40
 ②馬場 滉太 丸子修学館高2 32.74
 ③小平 将斗 松本国際高3 32.15
▶円盤投(1.500kg)
 ①井澤 眞成 堀金中3 37.69

【女子】

▶100m
 ①藤森 七海 諏訪清陵高2 12.42(1.1)
 ②濱田 みなと 東海大諏訪高2 12.62(1.1)
 ③大森 里香 佐久長聖高2 12.74(-1.2)
▶400m
 ①渡邊 陽乃 佐久長聖高2 58.01
 ②大鹿 愛和 佐久長聖高2 58.48
 ③市川 笑花 佐久長聖高2 58.79
▶800m
 ①市川 笑花 佐久長聖高2 2:15.38
 ②松下 輝来 東海大諏訪高2 2:17.25
 ③渡邊 陽乃 佐久長聖高2 2:18.72
▶100mH(0.838-8.5m) (-0.1)
 ①大森 里香 佐久長聖高2 14.55
 ②佐伯 風帆 佐久長聖高1 15.08
 ③伊藤 日菜子 信州大2 15.09
▶中学100mH(0.762-8.0m) (-1.3)
 ①並木 彩華 野沢中2 14.58
 ②大森 玲花 軽井沢A&AC2 14.88
 ③矢島 柚那 長峰中2 15.38
▶400mH(0.762m)
 ①大鹿 愛和 佐久長聖高2 1:03.10
 ②逸見 加奈子 伊那北高1 1:07.17

③柏木 萌 佐久長聖高2 1:08.11
▶500m競歩
 ①諸岡 明日佳 長野工高1 28:57.39
 ②丸山 莉央 松本蟻ヶ崎高2 29:23.74
 ③矢澤 美代子 飯田市陸協 32:36.42
▶走高跳
 ①太田 さくら 松商学園高2 1.61
 ②青木 沙絵 長野商高2 1.50
 ②降旗 菜央 穂高東中3 1.50
▶三段跳
 ①大森 玲花 軽井沢A&AC2 10.88(0.1)
 ②加島 小浦 松本工高2 10.81(0.2)
 ③小倉 歩華 岡谷南高2 10.79(0.3)
▶砲丸投(4.000kg)
 ①尾関 紗佳 豊科高2 9.81
 ②秋穂 真理 佐久長聖高2 9.72
 ③小柳 夏菜 文化学園長野高2 9.70
▶中学砲丸投(2.721kg)
 ①北沢 真輝 北安松川中2 8.15
 ②中島 杏采 堀金中2 7.37
 ③本道 優香 山辺中2 7.21
▶円盤投(1.000kg)
 ①住 凜華 松本筑摩高3 31.47
 ②角崎 美沙都 松本深志高1 26.29
 ③小林 千紘 諏訪二葉高3 24.75

第49回長野県中学校新人(中南信)

9月23日(木・祝) 松本

【男子1年】

▶100m(-2.8)
 ①小川 夏生 長峰1 12.46
 ②小島 千空 南箕輪1 12.70
 ③大矢 光 岡谷西部1 12.72
▶1500m
 ①野島 将夫 三郷1 4:34.45
 ②矢澤 颯介 赤穂1 4:35.65
 ③富永 陽介 山辺1 4:43.57
▶100mH(0.838-8.5m) (-2.3)
 ①井幡 想太郎 菅野1 18.34
 ②小口 双葉 諏訪西1 18.62
 ③御子柴 雅斗 伊那1 19.20
▶走高跳
 ①松木 湧音 清陵附属1 1.58
 ②小平 楓 長峰1 1.45
 ③飯山 想斗 茅野東部1 1.40
▶走幅跳
 ①吉川 颯真 丸ノ内1 4.98(2.4)
 ②上田 暖幸 赤穂1 4.86(1.0)
 ③藤森 祐吏 諏訪西1 4.79(3.7)
▶砲丸投(4.000kg)
 ①成田 将吾 駒ヶ根東1 7.91
 ②丸山 千善 松島1 7.52
 ③小林 颯汰 穂高西1 7.34
【男子2年】
▶100m
 ①森村 悠希也 菅野2 11.98(-0.8)
 ②片寄 晴之亮 山辺2 12.06(-0.8)
 ③垣内 友仁 清陵附属2 12.08(-1.5)
▶1500m
 ①百瀬 柁宏 堀金2 4:27.33
 ②清水 應佑 赤穂2 4:38.74
 ③ロハーツ 舵安志 下諏訪社2 4:40.85
▶110mH(0.914m)
 ①川口 祐太郎 塩尻2 17.49(-1.7)

| | |
|---------------|--------------|
| ②二木 佑成叶 三郷2 | 18.26(-1.7) |
| ③橋爪 千慧 緑ヶ丘2 | 19.61(-0.7) |
| ▶走高跳 | |
| ①兒野 幹 豊科南2 | 1.72 |
| ②松下 太陽 宮田2 | 1.50 |
| ③有賀 皓大 箕輪2 | 1.45 |
| ▶走幅跳 | |
| ①堀内 來夢 両小野2 | 6.35(1.5)GR |
| ②近藤 孝太 鉢盛2 | 6.16(3.8) |
| ③下戸 柊人 木曾町2 | 5.96(2.4) |
| ▶砲丸投(5.000kg) | |
| ①村上 憲伸 塩尻2 | 9.99 |
| ②折井 亜星 女鳥羽2 | 8.97 |
| ③長田 宙斗 茅野東部2 | 7.75 |
| 【男子共通】 | |
| ▶400m | |
| ①日笠 大地 鉢盛2 | 54.78 |
| ②西尾 誓 穂高東2 | 55.69 |
| ③山田 颯太 菅野2 | 58.31 |
| ▶3000m | |
| ①猿田 創汰 堀金2 | 9:32.73 |
| ②下島 凌空 赤穂2 | 9:33.89 |
| ③中澤 一也 箕輪2 | 9:36.63 |
| ▶棒高跳 | |
| ①奥 直也 原2 | 3.30 |
| ②牧 慶貴 茅野東部1 | 2.60 |
| ③高橋 輝 箕輪1 | 2.40 |
| ▶4×100m | |
| ①菅野 47.64 | |
| ②緑ヶ丘 47.88 | |
| ③赤穂 48.14 | |
| 【女子1年】 | |
| ▶100m(-0.5) | |
| ①宮澤 希 飯田西1 | 13.33 |
| ②中村 波南 大町第一1 | 13.52 |
| ③光澤 琥珀 下伊那松川1 | 13.67 |
| ▶800m | |
| ①森田 華音 波田1 | 2:30.59 |
| ②山崎 那々 下諏訪1 | 2:31.21 |
| ③三井 こころ 上諏訪1 | 2:33.74 |
| ▶走高跳 | |
| ①逸見 菜津子 伊那1 | 1.38 |
| ②山下 恋花 茅野北部1 | 1.35 |
| ③原 柚葉 山辺1 | 1.35 |
| ③柿澤 由那 丸ノ内1 | 1.35 |
| ▶走幅跳 | |
| ①柳平 紗希 茅野北部1 | 5.11(-1.7)GR |
| ②櫻井 音寧 緑ヶ丘1 | 4.25(-1.2) |
| ③山田 怜来 永明1 | 4.23(0.2) |
| ▶砲丸投(2.721kg) | |
| ①浅村 思芭 山辺1 | 7.19 |
| ②友竹 杏希 飯田高陵1 | 6.80 |
| ③小椋 はるか 春富1 | 6.44 |
| 【女子2年】 | |
| ▶100m(-2.7) | |
| ①指方 柚 堀金2 | 13.89 |
| ②柳 美紀 高森2 | 13.92 |
| ③小池 悠 飯田高陵2 | 14.01 |
| ▶800m | |
| ①御子柴 清美 諏訪2 | 2:27.49 |
| ②中谷 凜 堀金2 | 2:37.32 |
| ③宮崎 琴羽 南箕輪2 | 2:37.43 |
| ▶走高跳 | |
| ①金丸 未来乃 丸ノ内2 | 1.46 |

| | |
|--------------------------|-------------|
| ②長瀬 未空 塩尻広陵2 | 1.43 |
| ③梶谷 はる 宮田2 | 1.40 |
| ③宮入 心奈 開成2 | 1.40 |
| ▶走幅跳 | |
| ①小口 真歩 岡谷東部2 | 4.78(-0.5) |
| ②森下 つば実 木祖2 | 4.70(-1.7) |
| ③梶川 さくら 山辺2 | 4.30(-2.1) |
| ▶砲丸投(2.721kg) | |
| ①栗林 紗菜 豊科北2 | 9.55 |
| ②原 茉菜 伊那東部2 | 7.71 |
| ③本道 優香 山辺2 | 7.56 |
| 【女子共通】 | |
| ▶200m | |
| ①千葉 唯花 飯田高陵2 | 27.69(-3.2) |
| ②岩下 美波 堀金2 | 28.60(-2.7) |
| ③湯澤 彩花 下伊那松川2 | 29.42(-2.7) |
| ▶1500m | |
| ①真柴 愛里 春富2 | 4:51.65 |
| ②坂元 唯花 辰野2 | 5:01.36 |
| ③田村 るう 下諏訪2 | 5:03.05 |
| ▶100mH(0.762-8.0m)(-1.4) | |
| ①矢島 柚那 長峰2 | 15.66 |
| ②阪 真琴 塩尻広陵1 | 16.72 |
| ③中山 桃 諏訪南1 | 17.86 |
| ▶棒高跳 | |
| ①向山 優菜 箕輪2 | 2.70 |
| ②谷川 慶奈 山辺2 | 2.60 |
| ③赤羽 柚香 長峰2 | 2.50 |
| ▶4×100m | |
| ①飯田高陵 53.62 | |
| ②開成 53.70 | |
| ③堀金 53.85 | |

第49回長野県中学校新人(東北信)

9月23日(木・祝)長野市営

| | |
|--------------|----------|
| 【1年男子】 | |
| ▶100m(+1.8) | |
| ①中澤 創 長野東部1 | 11.87 |
| ②菊原 煌生 佐久穂1 | 12.56 |
| ③平間 旭 軽井沢1 | 12.65 |
| 【2年男子】 | |
| ▶100m(+3.1) | |
| ①丸山 竜平 相森2 | 11.02 |
| ②竹内 一真 東御東部2 | 11.59 |
| ③宇佐美 隆悟 立科2 | 11.73 |
| 【共通男子】 | |
| ▶400m | |
| ①美齊津 岳 小諸東2 | 53.33 |
| ②中村 一輝 上田第四2 | 54.85 |
| ③井川 元喜 広徳2 | 56.93 |
| 【1年男子】 | |
| ▶1500m | |
| ①宮沢 洸佑 広徳1 | 4:50.46 |
| ②高橋 佑光 高社1 | 4:50.82 |
| ③清水 颯太 上田第五1 | 4:51.74 |
| 【2年男子】 | |
| ▶1500m | |
| ①三橋 大翔 木島平2 | 4:28.97 |
| ②佐藤 大河 裾花2 | 4:35.59 |
| ③細井 翔馬 川中島2 | 4:46.09 |
| 【共通男子】 | |
| ▶3000m | |
| ①越 陽色 川中島2 | 9:06.27 |
| ②土赤 仁義 小諸東2 | 10:04.13 |

| | |
|----------------------|------------|
| ③安藤 鈴 小海1 | 10:19.39 |
| 【1年男子】 | |
| ▶100mH(0.838m)(0) | |
| ①片瀬 聖 広徳1 | 16.27 |
| ②須田 岳琉 野沢1 | 16.36 |
| ③橋詰 蓮平 野沢1 | 17.30 |
| 【2年男子】 | |
| ▶110mH(0.914m)(-1.7) | |
| ①柳澤 翔逢 佐久東2 | 16.78 |
| ②相場 遥心 東御東部2 | 17.34 |
| ③佐藤 奏多 高社2 | 17.85 |
| 【共通男子】 | |
| ▶4×100m | |
| ①長野東部 46.92 | |
| ②立科 47.06 | |
| ③東御東部 47.79 | |
| 【1年男子】 | |
| ▶走高跳 | |
| ①久保 桜河 篠ノ井東1 | 1.45 |
| ②佐藤 祐希 軽井沢1 | 1.40 |
| ③利根川 瑛人 小布施1 | 1.35 |
| 【2年男子】 | |
| ▶走高跳 | |
| ①梅本 悠馬 長野東部2 | 1.55 |
| ②秋穂 智俊 浅間2 | 1.50 |
| ③島田 悠吾 小布施2 | 1.45 |
| 【共通男子】 | |
| ▶棒高跳 | |
| ①三石 蒼士 野沢2 | 3.00 |
| ②櫻山 滉 野沢2 | 2.80 |
| ③村山 史穂 上田第四2 | 2.10 |
| 【1年男子】 | |
| ▶走幅跳 | |
| ①南澤 侑吾 小諸東1 | 5.20(0.3) |
| ②関 健志朗 長野東部1 | 4.93(-0.8) |
| ③小林 悠 浅間1 | 4.86(-0.8) |
| 【2年男子】 | |
| ▶走幅跳 | |
| ①田中 駿埜 塩田2 | 5.97(0.6) |
| ②依田 惺那 立科2 | 5.80(-0.1) |
| ③山浦 珠宇 望月2 | 5.56(-0.5) |
| 【1年男子】 | |
| ▶砲丸投(4.000kg) | |
| ①小柳 勇斗 七二会1 | 10.68GR |
| ②山口 倫太郎 長野東部1 | 8.25 |
| ③小井土 夏道 犀陵1 | 7.58 |
| 【2年男子】 | |
| ▶砲丸投(5.000kg) | |
| ①駒村 泰輔 七二会2 | 9.13 |
| ②矢野 陽美季 佐久東2 | 8.48 |
| ③矢嶋 颯 裾花2 | 8.43 |
| 【1年女子】 | |
| ▶100m(-2.0) | |
| ①由井 海吏 川上1 | 13.91 |
| ②佐々木 陽菜乃 長野北部1 | 13.94 |
| ③竹内 瑞喜 野沢1 | 14.04 |
| 【2年女子】 | |
| ▶100m(-2.1) | |
| ①竹田 萌ノ花 長野東部2 | 13.18 |
| ②木村 望美 川中島2 | 13.74 |
| ③上平 真麻 川中島2 | 14.09 |
| 【共通女子】 | |
| ▶200m(-0.8) | |
| ①山本 萌華 飯山城南2 | 27.41 |

| | | |
|--------------------------|-------|------------|
| ②西澤 夏凜 | 常盤2 | 29.09 |
| ③風巻 里奈 | 小諸東2 | 29.29 |
| 【1年女子】 | | |
| ▶800m | | |
| ①北原 和 | 上田第三1 | 2:34.70 |
| ②山崎 凜奏 | 高社1 | 2:36.66 |
| ③長井 梨華 | 墨坂1 | 2:40.22 |
| 【2年女子】 | | |
| ▶800m | | |
| ①宮下 未来 | 柳町2 | 2:27.54 |
| ②野寄 愛 | 飯山城南2 | 2:30.35 |
| ③木田 愛梨 | 川中島2 | 2:32.65 |
| 【共通女子】 | | |
| ▶1500m | | |
| ①若林 咲和 | 川中島2 | 4:54.41 |
| ②徳永 ゆめ | 川中島2 | 4:56.63 |
| ③田畑 香奈 | 上田第四1 | 4:58.87 |
| ▶100mH(0.762-8.0m)(-2.5) | | |
| ①並木 彩華 | 野沢2 | 14.75 |
| ②大森 玲花 | 芦原2 | 15.12 |
| ③山口 莉央 | 裾花2 | 15.70 |
| ▶4×100m | | |
| ①野沢 | 53.13 | |
| ②長野東部 | 53.76 | |
| ③川中島 | 54.71 | |
| 【1年女子】 | | |
| ▶走高跳 | | |
| ①飯高 明花里 | 東御東部1 | 1.32 |
| ②磯部 ひより | 野沢1 | 1.25 |
| ③中村 璃那 | 櫻ヶ岡1 | 1.25 |
| 【2年女子】 | | |
| ▶走高跳 | | |
| ①東野 愛生 | 広徳2 | 1.43 |
| ②小林 日和 | 広徳2 | 1.43 |
| ③星野 紗菜 | 軽井沢2 | 1.40 |
| 【共通女子】 | | |
| ▶棒高跳 | | |
| ①大井 杏樹 | 野沢2 | 2.10 |
| ②春日 結伊 | 更北2 | 2.10 |
| ③比田井 悠乃葉 | 野沢2 | 2.00 |
| 【1年女子】 | | |
| ▶走幅跳 | | |
| ①倉島 心葉 | 長野東部1 | 4.15(-1.8) |
| ②中原 歌乃 | 犀陵1 | 4.11(1.4) |
| ③村田 心紬 | 長野日大1 | 4.02(-1.3) |
| 【2年女子】 | | |
| ▶走幅跳 | | |
| ①金子 由芽 | 広徳2 | 4.43(-1.5) |
| ②山崎 彩加 | 南宮2 | 4.37(-1.5) |
| ③樋口 碧 | 坂城2 | 4.34(1.1) |
| 【1年女子】 | | |
| ▶砲丸投(2.721kg) | | |
| ①青木 優依 | 七二会1 | 8.74 |
| ②中嶋 美代 | 野沢1 | 8.08 |
| ③大澤 都葵子 | 野沢1 | 6.68 |
| 【2年女子】 | | |
| ▶砲丸投(2.721kg) | | |
| ①浦野 あずみ | 南宮2 | 8.38 |
| ②嶋田 実柚 | 川中島2 | 7.76 |
| ③堀内 心愛 | 若穂2 | 7.67 |

| | | |
|----------------------|--------|------------|
| ▶100m(-1.1) | | |
| ①福澤 耀明 | 佐久長聖2 | 10.82 |
| ②落合 華七斗 | 佐久長聖2 | 10.99 |
| ③鈴木 慎吾 | 東海大諏訪1 | 11.03 |
| ▶200m(-1.2) | | |
| ①福澤 耀明 | 佐久長聖2 | 22.22 |
| ②鈴木 慎吾 | 東海大諏訪1 | 22.38 |
| ③宮越 雄勢 | 長野日大2 | 22.41 |
| ▶400m | | |
| ①輪湖 颯 | 豊科2 | 49.07 |
| ②安坂 丈瑠 | 佐久長聖2 | 49.63 |
| ③名取 勇人 | 東海大諏訪2 | 50.63 |
| ▶800m | | |
| ①金古 廉 | 松本深志2 | 1:56.53 |
| ②市川 和英 | 上田西2 | 1:58.67 |
| ③梅原 悠良 | 上田西1 | 1:59.41 |
| ▶1500m | | |
| ①田所 夢太郎 | 佐久長聖2 | 3:57.77 |
| ②小坂 悠太 | 東海大諏訪2 | 3:58.24 |
| ③市川 和英 | 上田西2 | 4:01.29 |
| ▶5000m | | |
| ①武田 寧登 | 上田西2 | 14:47.02 |
| ②矢澤 蓮太郎 | 佐久長聖2 | 14:47.26 |
| ③小池 莉希 | 佐久長聖2 | 14:47.64 |
| ▶110mH(1.067m)(+3.6) | | |
| ①小池 集万 | 長野日大2 | 15.34 |
| ②菊池 優介 | 岩村田1 | 15.41 |
| ③木内 心大 | 佐久長聖2 | 15.81 |
| ▶400mH(0.914m) | | |
| ①徳嵩 力也 | 市立長野1 | 56.65 |
| ②田中 隆斗 | 松川2 | 56.90 |
| ③降幡 諒成 | 佐久長聖1 | 57.37 |
| ▶3000mSC(0.914m) | | |
| ①小林 隼人 | 上田西2 | 9:42.65 |
| ②竹内 柊哉 | 上伊那郡2 | 10:00.40 |
| ③成澤 爽 | 上田西2 | 10:03.10 |
| ▶5000m競歩 | | |
| ①鈴木 淳也 | 長野商2 | 22:12.81 |
| ②大神 健太 | 丸子修学館2 | 23:57.01 |
| ③田幸 瞭 | 長野日大2 | 24:08.54 |
| ▶走高跳 | | |
| ①中村 伊吹 | 松本国際2 | 1.95 |
| ②高田 真平 | 松本県ヶ丘1 | 1.85 |
| ③小平 遥暉 | 飯田風越2 | 1.85 |
| ▶棒高跳 | | |
| ①重田 篤希 | 松本深志2 | 4.66GR |
| ②中谷 息吹 | 松本国際2 | 4.40 |
| ③両角 駿介 | 諏訪二葉2 | 3.50 |
| ▶走幅跳 | | |
| ①荒井 陽呂実 | 飯山1 | 7.04(5.7) |
| ②寺島 恒輔 | 小諸2 | 6.89(4.1) |
| ③佐藤 駿也 | 飯山1 | 6.86(3.4) |
| ▶三段跳 | | |
| ①南澤 爽太 | 岩村田2 | 13.67(0.3) |
| ②佐藤 駿也 | 飯山1 | 13.17(0.6) |
| ③松村 喜道 | 佐久長聖2 | 13.08(0.6) |
| ▶砲丸投(6.000kg) | | |
| ①木藤 海琉 | 長野高専2 | 13.82 |
| ②高橋 勇翔 | 松本国際2 | 13.25 |
| ③小山 翔平 | 佐久長聖1 | 12.27 |
| ▶円盤投(1.750kg) | | |
| ①羽場 太陽 | 岩村田2 | 36.60 |
| ②田近 資武 | 木曾青峰2 | 31.47 |
| ③馬場 滉太 | 丸子修学館2 | 31.17 |

| | | |
|----------------------|---------|----------|
| ▶ハンマー投(6.000kg) | | |
| ①大月 龍麻 | 梓川2 | 45.94 |
| ②百瀬 洋夢 | 穂高商2 | 41.88 |
| ③青柳 修斗 | 穂高商2 | 40.96 |
| ▶やり投(800g) | | |
| ①垣内 司 更級農2 | 59.63 | |
| ②浅村 汰壱 | 松商学園2 | 53.78 |
| ③西本 悠人 | 長野商2 | 48.28 |
| ▶4×100m | | |
| ①佐久長聖 | 42.13 | |
| ②飯山 | 42.84 | |
| ③長野日大 | 43.42 | |
| ▶4×400m | | |
| ①佐久長聖 | 3:23.65 | |
| ②東海大諏訪 | 3:25.18 | |
| ③長野 | 3:26.27 | |
| ▶八種競技 | | |
| ①梶川 新 | 松本国際2 | 5275 |
| ②菊池 優介 | 岩村田1 | 4712 |
| ③松澤 尚弥 | 松本国際2 | 4629 |
| ▶学校別得点 | | |
| ①佐久長聖 | 111点 | |
| ②上田西 | 64点 | |
| ③飯山 | 50.5点 | |
| 【女子】 | | |
| ▶100m(-1.0) | | |
| ①宮澤 けい | 市立長野1 | 12.28 |
| ②藤森 七海 | 諏訪清陵2 | 12.33 |
| ③喜島 晴 | 松本蟻ヶ崎2 | 12.62 |
| ▶200m(-1.2) | | |
| ①宮澤 けい | 市立長野1 | 26.01 |
| ②藤森 七海 | 諏訪清陵2 | 26.30 |
| ③濱田 みなと | 東海大諏訪2 | 26.62 |
| ▶400m | | |
| ①渡邊 陽乃 | 佐久長聖2 | 57.19 |
| ②三澤 百佳 | 東海大諏訪2 | 57.37 |
| ③大鹿 愛和 | 佐久長聖2 | 57.72 |
| ▶800m | | |
| ①市川 笑花 | 佐久長聖2 | 2:14.11 |
| ②三澤 百佳 | 東海大諏訪2 | 2:16.00 |
| ③松下 輝来 | 東海大諏訪2 | 2:16.49 |
| ▶1500m | | |
| ①松下 輝来 | 東海大諏訪2 | 4:36.42 |
| ②守屋 有彩 | 伊那弥生ヶ丘2 | 4:44.17 |
| ③近藤 美波 | 松本深志1 | 4:48.30 |
| ▶3000m | | |
| ①白田 麻花 | 長野東2 | 9:55.43 |
| ②峯岸 羽那 | 長野東2 | 10:01.34 |
| ③赤羽 真衣佳 | 長野東2 | 10:04.46 |
| ▶100mH(0.838m)(+2.1) | | |
| ①大森 里香 | 佐久長聖2 | 14.30 |
| ②佐伯 風帆 | 佐久長聖1 | 14.44 |
| ③唐澤 さくら | 佐久長聖1 | 15.22 |
| ▶400mH(0.762m) | | |
| ①大鹿 愛和 | 佐久長聖2 | 1:01.62 |
| ②春日 そら | 長野俊英1 | 1:06.15 |
| ③逸見 加奈子 | 伊那北1 | 1:06.41 |
| ▶5000m競歩 | | |
| ①東 咲良 | 松本県ヶ丘2 | 28:27.92 |
| ②諸岡 明日佳 | 長野工1 | 29:50.58 |
| ③田中 千晴 | 松本深志2 | 30:04.87 |
| ▶走高跳 | | |
| ①太田 さくら | 松商学園2 | 1.56 |
| ②小平 奏重 | 下諏訪向陽2 | 1.50 |

令和3年度 長野県高校新人

9月24日金～26日日 長野市営

【男子】

- ③大森 里香 佐久長聖2 1.50
- ▶棒高跳
- ①岡田 莉歩 佐久長聖1 3.50GR
- ②深尾 美希 長野工1 3.10
- ③鈴木 天音 佐久長聖2 2.80
- ▶走幅跳
- ①宮原 凜成 市立長野2 5.52(1.4)
- ②牧内 愛実 市立長野2 5.38(3.6)
- ③富山 萌衣 上田染谷丘2 5.21(1.1)
- ▶三段跳
- ①牧内 愛実 市立長野2 11.34(1.3)
- ②富山 萌衣 上田染谷丘2 11.02(1.0)
- ③小倉 歩華 岡谷南2 10.71(1.3)
- ▶砲丸投(4.000kg)
- ①松林 彩 長野東1 11.28
- ②倉田 紗優加 伊那北2 10.44
- ③小柳 夏菜 文化学園長野2 9.99
- ▶円盤投(1.000kg)
- ①小山 莉穂 市立長野2 31.28
- ②倉田 紗優加 伊那北2 27.69
- ③神林 杏花 上田2 27.56
- ▶ハンマー投(4.000kg)
- ①荒木 ななせ 梓川1 37.00
- ②神林 杏花 上田2 33.82
- ③柳橋 美輝 丸子修学館2 33.05
- ▶やり投600g
- ①倉田 紗優加 伊那北2 52.71HR・KR・GR
- ②増澤 美優 松本国際2 39.79
- ③山田 柚葵 市立長野2 39.76
- ▶4×100m
- ①市立長野 48.73
- ②佐久長聖 48.88
- ③東海大諏訪 49.74
- ▶4×400m
- ①佐久長聖 3:51.93GR
- ②東海大諏訪 4:00.03
- ③諏訪清陵 4:05.15
- ▶七種競技
- ①大森 里香 佐久長聖2 4218
- ②荻原 希乃愛 佐久長聖2 3753
- ③小平 奏重 下諏訪向陽2 3649
- ▶学校別得点
- ①佐久長聖 127点
- ②市立長野 88点
- ③東海大諏訪 56点

令和3年度県高校総体駅伝競走大会

10月31日(日) 大町市運動公園陸上競技場 及び 周辺長距離競走路

- 【男子】7区間 42.195km
- ①佐久長聖 2:06:54
- ②上田西 2:10:21
- ③上伊那農業 2:11:00
- ④長野日大 2:13:46
- ⑤松商学園 2:18:23
- ⑥飯山 2:21:53
- <区間賞(km)>
- 1区10.0 佐久長聖2 長屋 匡起 29:50
- 2区3.0 佐久長聖3 木村 歩峻 8:24
- 3区8.1075 上伊那農1 大場 崇義 24:59
- 4区8.0875 佐久長聖1 山口 竣平 24:33
- 5区3.0 佐久長聖2 小池 莉希 8:38
- 6区5.0 佐久長聖3 川村 智哉 15:10
- 7区5.0 佐久長聖1 永原 颯磨 15:08

- 【女子】5区間 21.0975km
- ①長野東 1:09:17
- ②長野日大 1:15:44
- ③伊那西 1:20:00
- ④東海大諏訪 1:20:52
- ⑤佐久長聖 1:23:01
- ⑥松商学園 1:23:37
- <区間賞(km)> * : 区間新
- 1区6.0 長野東2 村岡 美玖 19:22*
- 2区4.0975 長野東1 名和 夏乃子13:13
- 3区3.0 長野東2 佐藤 悠花 9:40
- 4区3.0 長野東3 宮澤 実亜 9:50
- 5区5.0 長野東1 牧内 大華 17:12

第32回長野県中学校駅伝競走大会

11月7日(日) 松本平広域公園内周回

- 【男子】6区間 18.0km
- ①赤穂 57:47
- ②堀金 58:22
- ③川中島 58:25
- ④茅野東部 1:01:26
- ⑤山ノ内 1:01:28
- ⑥箕輪 1:01:43
- ⑦鉢盛 1:01:49
- ⑧飯山城南 1:01:59
- <区間賞 全区間3km>
- 1区 女鳥羽3 木村 優仁 9:05
- 2区 赤穂3 南澤 道大 9:01
- 3区 川中島3 鈴木 一心 9:25
- 4区 箕輪3 大槻 心 9:37
- 5区 赤穂2 清水 應佑 9:50
- 6区 川中島3 西沢 大空 9:33

- 【女子】5区間 12.15km
- ①川中島 43:59
- ②赤穂 44:44
- ③春富 44:50
- ④駒ヶ根東 44:50
- ⑤鉢盛 45:34
- ⑥飯山城南 46:25
- ⑦木島平 46:36
- ⑧白馬 46:39
- <区間賞(km)> * : 区間新
- 1区3.00 赤穂1 小川 美紗 10:37
- 2区2.05 駒ヶ根東2 中野 ことは 7:13
- 3区2.05 駒ヶ根東1 羽生 凧 7:13*
- 4区2.05 川中島3 浅川 美月 7:16
- 5区3.00 春富2 真柴 愛里 10:28

男子第58回・女子第34回北信越高等学校駅伝競走大会

11月21日(日) 鯖江市つつじハーフマラソンコース

- 【男子】7区間 42.195km
- ①佐久長聖 2:06:07
- ⑤上田西 2:08:37
- ⑨上伊那農業 2:11:44
- <区間賞(km)>
- 1区10.0 上田西3 花岡 寿哉 29:56
- 2区3.0 上伊那農1 大場 崇義 8:37
- 3区8.1075 佐久長聖2 吉岡 大翔 23:31
- 4区8.0875 佐久長聖2 長屋 匡起 23:59
- 5区3.0 佐久長聖3 土赤 本気 8:42
- 高岡向陵3 樋口 拓海 8:42
- 6区5.0 敦賀気比2 上山 詩樹 15:12

- 7区5.0 中越3 山崎 丞 14:49
- 【女子】5区間 21.0975km
- ①長野東 1:11:02
- ⑧長野日大 1:16:38
- ⑫伊那西 1:20:41
- <区間賞(km)>
- 1区6.0 鯖江2 山口 晏音衣 20:06
- 2区4.0975 長野東2 佐藤 悠花 13:31
- 3区3.0 長野東2 赤羽 真衣佳 9:57
- 4区3.0 長野東2 橋村 英里 10:11
- 富山商2 齊藤 鈴菜 10:11
- 5区5.0 鯖江2 酒井 心希 16:56

第15回北信越中学校駅伝競走大会

11月27日(土) 松本平広域公園内周回

- 【男子】6区間 18.0km
- ①中能登 石川 54:37 GR
- ②雄山 富山 57:19
- ③赤穂 長野 57:52
- ④堀金 長野 58:02
- ⑤十日町南 新潟 58:07
- ⑥川中島 長野 58:16
- ⑦小千谷 新潟 58:29
- ⑧七尾 石川 58:35
- <区間賞 全区間3km> * : 区間新
- 1区 堀田 礼人 富山 速星3 8:53
- 2区 清水 壺太 富山 雄山3 8:59
- 3区 吉田 光希 石川 中能登3 9:16
- 4区 井上 朋哉 石川 中能登3 8:51*
- 5区 酒井 崇史 石川 中能登2 9:03*
- 6区 竹野 歩 石川 中能登3 9:10

- 【女子】5区間 12.15km
- ①十日町南 新潟 43:23
- ②中能登 石川 43:46
- ③川中島 長野 43:48
- ④塩沢 新潟 43:59
- ⑤大沢野 富山 44:29
- ⑥速星 富山 44:33
- ⑦春富 長野 44:38
- ⑧十日町 新潟 44:45
- <区間賞>
- (1・5区3.00km、2・3・4区2.05km)
- 1区 春日 未鈴 新潟 十日町南2 10:14
- 2区 加藤 芙羽理 富山 大沢野3 7:04
- 3区 高橋 小梅 新潟 十日町3 7:27
- 4区 永本 聖奈 石川 中能登3 7:17
- 5区 大塚 彩世 新潟 十日町南3 10:42

ジュニアコーチ養成講習会「ハンマー投研修」手づくりのハンマーで研修する受講生。2日間各種目の実技研修、ルール講習、試験等を実施した。お疲れさまでした。(12月5日 松本平)



支部訪問 第3回 「松本支部」 会長 小松 茂美

中信陸上競技協会は、70有余年の長野陸上競技協会の歴史とともに発展して参りました。特に、県内陸上競技大会運営において欠かせない松本平広域公園陸上競技場とともに協会運営が行われてきました。今から44年前の1978年10月に開催された第33回国民体育大会からです。あれから、全国規模の大会開催、県陸協主催の大会、協力団体主催の大会における施設用器具係や写真判定、計測機器の設置、運営を率先して引き受けるなど県陸協の縁の下の力持ちとして取り組んできました。

松本支部主催の主な大会は、4月にスプリングトライアル中信、第44回を迎える中信地区陸上競技選手権、アーリーサマートライアル中信、小学生陸上、8月レイトサマートライアル中信、中学新人駅伝です。

中信地区から一人でも多くの陸上競技好きを育てるとともに、陸上競技の普及と振興、並びに競技力向上に努めてきました。中信地区出身のオリンピックは、1988年ソウル、1992年バルセロナでマラソン連続4位入賞を果たした池田町出身の中山竹通さん。最近では、2020年東京オリンピック4×100mRメンバーに選出された松本市出身のデーデーブルーノ（東海大）選手です。彼は、高校2年生から頭角を現し、3年の県高校総体100mで優勝。山形インターハイでは5位入賞と高校時代にこの中信地区で陸上競技に出会っていなかったら東京オリンピック選出はなかったかもしれません。

世界と言え、中信地区に欠かせない選手がいま



デーデーブルーノ選手とともに陸上競技表彰を喜び合う松本市内の中学生
(11月29日)松本市スポーツ協会表彰式に於いて<写真提供 田澤理事長>

す。マスターズ大会女子三段跳年代別の世界記録を次々塗り替えてきた松本市出身の大日向暁子さんです。今年も岐阜大会で、70～74歳クラスの世界記録を更新されました。

また、世界を夢見る選手も多く、今年の県中総体で女子100m初の11秒98の県中新記録を樹立した寺平祈愛（木祖中）さんもその一人です。女子中学生が夢見た11秒台をまさに風のごとく走り抜ける姿は圧巻でした。彼女を小学生から支えてきた木祖源流トラッククラブの存在も大きいです。

多くの選手を見守ってくれたこの競技場も老朽化により2028年開催予定の第82回国民スポーツ大会・第27回全国障害者スポーツ大会に向け、令和4年7月より新競技場に向けた工事がスタートし、以後の競技運営は、補助競技場を中心に行われます。新競技場で夢と希望を膨らませ、デーデー選手のように中信地区から世界に羽ばたく若人の活躍を期待しながら取り組んでいきたいです。これからも、ご指導、ご支援のほどよろしくお願いいたします。

NAA-国体<国スポ>プロジェクト/お知らせ・お願い

【NAA 国体プロジェクト総務関係：内山理事長】

- 三重国体が中止となり、2巡目国体は2028年開催予定。名称は、2024(R6)年佐賀県の第78回大会から国民スポーツ大会<国スポ>となるそうです。
- 県国体対策本部の競技力向上基本計画では、2022～2025年は「充実期」として天皇杯10位、皇后杯9位を目標にしています。この2年間は国体が完全に開催されていませんが、直近5年間の平均順位は本大会37.2位であり、冬季種目の1.2位の貯金により順位を上げている状況です。本協会も、多額の強化費をいただいておりますし、様々な工夫と努力で目標を達成しなくてはなりません。皆さんの意思統一とご協力をお願いします

【施設関係：田澤副理事長】

新松本競技場設計は最終段階となります。11月、12月と関係者によるオンライン会議において、陸協からの要望、意見等交換を行いながらよいよ実施設計が完了します。その後は、資材やボルトの数まですべて計算され経費の積算が行われます。そこで、例えば、舗装材でもゴムチップかウレタン舗装か、そのエリアはどのくらいか。3階諸室の遮光対策、

窓枠やサイトラインはどうか、配線設備の確認も必要です。実際の活動場面をイメージしながら、使いやすく、より良い競技場になるよう最後の詰めを行っています。

また、来年9月以降には、補助競技場でスムーズな運営ができるように仮設倉庫等の最終確認もしています。5月頃から始まる仮設倉庫、用器具庫の設置、写真判定室用のプレハブ設置工事の等がほぼ決まりました。あとは、入口のゲートの設置、トイレ設置等の確認も必要です。また、現在の競技場内の設備、備品、陸協所有物等の点検、確認を行い、これらの移転配置計画の作成が始まります。管理者であるTOYBOXさん中心に進んでいます。用器具、備品等については、使用不可・不要な物をこの機会に整理していきます。4月の競技会の折に審判員の皆さんと最終確認をお願いする予定ですのでよろしくお願いいたします。

★ 新たなる県縦に向けて：葛城副理事長

新型コロナウイルスの感染の影響で、2年連続中止となった「長野県縦断駅伝競走」の2022年再開に向けて、主催の信濃毎日新聞社と本協会が「新たな県縦」造りを開始しています。これまで、チーム代表者との懇談、信毎・長野陸協の打合せを経て、ワーキンググループ(以下、WG)が組織されました。

本協会からは、内山理事長、北島副会長・駅伝部長、葛城副理事長・道路競技部長、横打普及強化委員長、小穴理事の5名、4地区のチーム代表、信濃毎日新聞関係者がメンバーです。

主催の信濃毎日新聞の意向で、今後は2日間の大会を1日にし、2022年はこれまでの1日目コース（長野～岡谷）、2023年は2日目コース（松本～飯田）を基本に実施する予定です。直近の課題は、これまでの区間割りの見直しです。たたき台を12月中に私の方からWGに提示し、検討を始めています。区間割りの見直しにより新しい中継所の設置が必要です。これら中継所の使用については、施設、交通関係者との折衝・承諾が必要のためスピード感をもって進めていく必要があります。また、1日開催になることで、例えば2022年は中信・上伊那・飯伊の地区は通過しませんので、これらの地区所属審判員が他地区へ協力する体制も構築しなければなりません。今後、区間が決定した後、競技運営委員会を中心に検討していきます。

「県縦」は、昭和27年日本本土が戦後の荒廃から立ち上がるとうとしている頃「若者たちの体力と精神力を養うのに役立つスポーツ」と県下を南北（飯田スタート～長野フィニッシュ）に縦断する市郡対抗（現在は15の地区に分かれてエントリー）の駅伝として誕生しました。現在当初の目的は達成され、新たな理念の元に、主催者・チーム関係者が、共通認識をもって縦断駅伝の継続に向かっていかなければなりません。

2022年新しい「長野県縦断駅伝」が、無事出発出来るよう、皆様のご協力をお願いします。

公認ジュニアコーチ養成講習会開催

日本スポーツ協会・日本陸連公認コーチ1（ジュニアコーチ）養成講習会の「専門科目」が、12月4日、5日に、松本平広域公園陸上競技場で開催され、県外13名を含む63名が受講され、専門各種実技、試験等に熱心に取り組まれました。



訃報

本協会第5代会長唐沢俊二郎氏が11月19日、老衰のため逝去された。91歳、東京都出身。元衆議院議員、1996年旧長野4区で初当選し連続9期、郵政大臣、自民党総務会長などを務められた。昭和56年から平成6年度まで会長として本協会の発展に尽くされた。ご冥福をお祈り申し上げます。

お悔やみ (2021/9/1 ~ 2021/12/12)

陸上競技並びに本協会発展のために、長年の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。(敬称略)

逝去者 支部 逝去日 享年

西村 千代松 千曲市 10.15 79

賛助会員 米山 順 - 11.05 64

(シナノ体器代表取締役社長)

萩谷さんが見守る 2022 長野県警カレンダー

2022年長野県警察(県警)カレンダーに萩谷楓さん(エディオン・東京2020オリンピック女子5000m出場)が起用されました。目を光らし(輝かせ)ています。県警にも駅伝部があり大勢が活躍されています。

このカレンダーは県内の陸上競技場にも掲示します。残りが少しありますので、ご希望の方は本協会事務局までご連絡下さい。

先着15名(15)枚。



長野県警察 ~日本一安全・安心な県をめぐして~

長野マラソン<2022/4/17(日)>審判員募集中

ご都合を付けてご出席、ご協力をお願いします。詳細は本協会ホームページ、又は各支部審判部長へご連絡願います。

2022/1/8 予定の名誉役員会、合同新年会中止

長野県の「感染拡大予防期間」(12/20~2022/1/10)とも重なることから誠に残念ですが中止とさせていただきます。

2/11予定のアワードについては後日Web等で連絡致します。

(頁) ***** 第173号もくじ *****

- 2 特別寄稿 高地トレーニングの効果的な方法について
4 登録団体訪問「土木管理総合」君嶋さんインタビュー
5 文部科学大臣表彰・日本陸連栄章他、長野陸協栄章
8 全国大会他参加報告・藤澤 勇選手引退レース
10 2021年(8/23~12/12)主要大会結果一覧
15 支部訪問 第3回「松本支部」
15 NAA-国体<国スポ>プロジェクト/お知らせ・お願い
16 お知らせ、おくやみ、協賛企業一覧他
◇本号も「スポーツ情報の発信」というテーマで、日本スポーツ振興センタースポーツ振興くじの助成により発行します。
◇いよいよ全国駅伝各種大会開催です。TV等の前でご声援をお願いします。◇今年も大変な1年で感染症が収束しませんが、入念な対策のもと前向きに取り組ましましょう。◇発行にご協力いただいた皆様に改めて感謝致します。
末筆ながら、本年も多大なるご指導ご支援を賜り心から御礼、感謝申し上げます。明年も本年同様、よろしく願い申し上げます。良い年をお迎えください。
◆発行所 一般財団法人長野陸上競技協会
◆編集・発行 総務委員会・代表理事・理事長 内山了治

2021年度 年間他ご協賛企業の皆様 ご支援に感謝申し上げます (2021年11月30日現在、順不同・敬称略)

- 【共催】信濃毎日新聞社 / SBC信越放送(株)
【横断幕】ジュネスハケ岳 / (株)中嶋製作所 / コトヒラ工業(株) / 丸山商店(株)
【バナー広告】奥アンツーカー(株) / 医療法人社団みつはしクリニック / (株)杏花印刷 (N sports) / (株)山下フルーツ農園(株)アクティブライフ / (株)本久 / SBC信越放送(株)
【プログラム広告】◆プログラム広告 中扉：(株)マル井
◆プログラム広告1ページ：プレステージ(株) / 三水丸山農園 / あいおいニッセイ同和損害保険(株) / (株)スズキ自販長野(株)アンドー / 鹿島建設(株)長野営業所 / 松本土建(株) / (株)杏花印刷 / 矢木コーポレーション(株) / 芝上建設(株)
◆プログラム広告1/2ページ：中野土建(株) / (株)王滝 / (株)スマイルハウス / (株)セイブ / 松本ガス(株) / 信州冷機(株)日本体育施設(株) / (株)タヤマスポーツ / (株)リッチエード / 菅平高原スポーツランド サニアパーク菅平
シンコースポーツ(株) / 日本道路(株)北信越支店 / (株)ながのアド・ビュロー / (有)シナノ体器 / (有)丸ノ内企画(株)信越ワキタ / (株)アイワ徽章 / (株)桜井甘精堂 / (株)木下組 / (株)ホクト / CRONOS(クロノス) / 瑞広庵
【賛助会員】(株)昭和設計 / 信教印刷(株)
【日本選手権・混成競技】(株)フォーアシスト / 降幡自動車(株) / (株)メディアライブホールディングス / (有)丸ノ内企画(有)信越プランニング / クリントン / 長野カイトプラクティクセンター
【東海選手権】(特別協賛)長谷川体育施設(株) / (協賛)：東武トップツアーズ(株) / 奥アンツーカー(株)