

令和7年度 秋高陸上部回顧録



佐々木主将



佐藤主将

3年間は幸せな鍛錬期

3年男子主将 佐々木 航汰

2023年春。恩師であり、18年間秋高陸上部を牽引してこられた南都勲先生の「待っていたよ」という言葉に導かれて私の高校陸上はスタートを切りました。そこからの3年間はまさに光陰矢の如し。ハードルドリルを磨いた朝練習、伝統の40秒走、ジングスカンなど、濃密な鍛錬の日々が私を心身ともに形作ってくれました。

そして2025年、私個人としては目標を全て達成することはできませんでしたが、部員による東北高校総体での個人種目優勝、高校駅伝東北大会進出など多くの活躍がありました。本人たちの努力はもちろん、轟くような応援をはじめとする仲間の支えでつかみ取った喜びです。こんな素晴らしいチームの主将としていられた私は幸せ者でした。

そして私達が陸上競技に打ち込むことができたのは、一番近くで支えてくれた家族、指導してくださった先生方やOB・OG会の皆様、苦しい時も隣で笑っていてくれた仲間のおかげです。それら全ての方々への感謝と後輩たちのさらなる飛躍を祈念して回顧録とさせていただきます

「応援されるチーム」

2年男子主将 田中亜門

今シーズンは、新キャプテンとして多くの悩みを抱えることが多かった。前世代の組織は3年生の努力の甲斐あって応援されるようなチームになっていたが、世代交代して自分がキャプテンとして率いるチームは、上学年に頼っていた自分自身の甘いところが見え始めたことでうまくまとめることができていなかった。練習や大会を重ねる中で、先を見通して皆を動かすことの難しさを実感した。

しかし、その中で一人で問題を解決しようとせず、仲間を頼ることの大切さを学ぶことができた。さらに、報告・連絡・相談や挨拶などの基本的なことが一つの人間だけでなく組織をも作り上げていくことを知った。これからは一人ひとりがその意識を持ち、応援されるチームになれるようにキャプテンとして精進していきたい。

私を支えてくれた場所

3年女子主将 佐藤 有紗

男女混合で一斉にスタートを切り、40秒という制限時間内で全員が同じゴールを目指す。秋高陸上部恒例の練習「40秒走」です。互いに声を掛け合い、ゴールを共有することで、もうムリだ、諦めたいという気持ちを凌駕する独特な一体感を感じ、私はみんなで走る40秒走が大好きでした。

秋高陸上部という場所は、私にとってとても大切な場所でありました。放課後、部室のドアを開けば、必ず仲間の姿がある安心感。冬季練習での「パワーMAX」の最中、皆で囲み、叫びながら応援しあったあの時間。毎日何気なく過ごしてきた日々が、卒業を目前とした今、すごく羨ましい時間であり、かけがえのない毎日であったと痛感しております。もうみんなとあの時間を共有する事はないのだと思うと、さみしい限りです。

これからは秋高陸上部のOGの一人として、今後の後輩達の活躍を心から応援したいと思います。三年間ありがとうございました。

支え合い、高め合うチームを目指して

2年女子主将 佐藤麻理奈

新チームになって私が感じたみんなの強みを2つ伝えたいと思います。それは、周りへの気遣いができることと現状に満足せずに努力できることです。日々の練習時にこれらを強く実感していて、私自身、毎日良い刺激を受けています。この強みをさらに伸ばしていくために、練習中の声かけ、応援、コミュニケーションを大切に、チームワークをより強固にしていきたいと考えています。1人ひとりが自分の良さを最大限発揮し、来シーズンは全員で自己ベストを更新したいです。

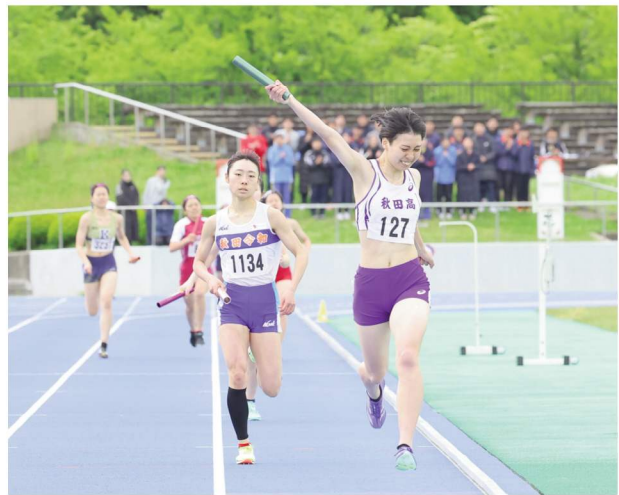
そして、陸上部を支えてくださる周りの方々への感謝を忘れずに、日々の練習に取り組みたいと思います。これからも応援よろしくをお願いします！

感謝

3年 鈴木 希実

今シーズンは県総体で優勝し、今までの努力に自信を持つことができました。東北総体で勝ちきれず、全国大会で結果を出せなかったのは悔しいですが、大会や合宿で様々な人の陸上との向き合い方に触れ、選手として技術と精神を大きく成長させることができました。

最終学年として学校の看板と皆の思いを背負い、誰よりも長く走り続け、後輩達と過ごしながら心技体を磨き続けたことは私の大きな財産となりました。その過程で先輩から受け継いだ秋高陸上部の伝統を繋ぎ、次の世代に新しい価値観を伝えられたと感じています。沢山の人の支えられ、環境と出会いに恵まれた最高の高校陸上でした。ありがとうございました。



全県総体でマイルリレー優勝！ アンカー 鈴木希実

「チーム力でつかんだ東北駅伝」

2年 菅野 滉

今シーズンの長距離は、2年生3人、1年生5人の計8人がそろい、7人で襷をつなぐ駅伝に出場した。チーム一丸となって練習に取り組み、その成果として秋田県駅伝では5位となり、秋田高校として初めて東北駅伝への出場権を獲得することができた。

人数が増え、チームに活気が生まれたことで、互いに励まし合い、高め合いながら練習を積み重ねることができ、夏場の厳しい練習は仲間の存在があったからこそ乗り越えられたと感じている。そして、チーム力の向上が個人の成長や駅伝の結果につながったのだと実感した。

さらなる高みを目指し、長距離キャプテンとしてチーム力をより一層高められるような雰囲気づくりに取り組んでいきたい。



やったぜ！ 昨年10月17日の秋田県駅伝で5位となり、初の東北大会出場を決めた駅伝メンバー。故三船顧問(後列中央)も応援に駆けつけました。



令和7年度の全メンバー

令和7年度 戦績



藤嶋寛隆(3年)



東海林歩果(3年)



田名部蒼(3年)

◆中央支部総体 5/9~12 八橋陸上競技場
【男子】 総合4位 トラック総合4位 混成総合1位
 <100m> 2位 熊井奨真(2) 11.48
 <110mH> 1位 大野忠晴(2) 15.09
 <400mH> 7位 佐々木航汰(3) 1:02.63
 <5000mW> 3位 金田陽明(3) 31:56.49
 <4x100mR> 2位 43.82
 鎌田詢人(2)-藤嶋寛隆(3)-大野忠晴(2)-熊井奨真(2)
 <4x400mR> 4位 3:35.94
 鎌田詢人(2)-千田陽太(3)-進藤李輝(2)-佐々木航汰(3)
 <走高跳> 3位 大野忠晴(2) 1m75
 7位 千田陽太(3) 1m65
 <棒高跳> 2位 渡辺寛太(1) 3m60
 <八種競技> 1位 大野忠晴(2) 4539点
 3位 千田陽太(3) 3958点
 5位 鎌田詢人(2) 3647点

【女子】 総合6位 トラック総合4位
 <100m> 2位 鈴木希実(3) 12.57
 <200m> 1位 鈴木希実(3) 24.90(大会新)
 <400m> 1位 佐藤有紗(2) 1:01.11
 <100mH> 2位 今村百花(1) 16.27
 3位 東海林歩果(3) 16.90
 <400mH> 1位 田名部蒼(3) 1:10.64
 <4x100mR> 2位 50.06
 東海林歩果(3)-鈴木希実(3)-佐藤有紗(2)-田名部蒼(3)
 <走高跳> 1位 今村百花(1) 1m43
 3位 鈴木柚香(2) 1m40
 5位 斉藤ゆきみ(1) 1m35
 <三段跳> 7位 鈴木柚香(2) 9m31

◆全県総体 5/23~26 県営陸上競技場
【男子】 総合7位 トラック総合4位
 <100m> 5位 藤嶋寛隆(3) 11.13
 <200m> 5位 熊井奨真(2) 22.65
 <110mH> 1位 大野忠晴(2) 14.75
 <5000mW> 7位 金田陽明(3) 30:51.64
 <4x100mR> 2位 42'68
 伊藤巧武(1)-藤嶋寛隆(3)-大野忠晴(2)-熊井奨真(2)
 <4x400mR> 7位 3:35.94
 藤嶋寛隆(3)-大野忠晴(2)-進藤李輝(2)-佐々木航汰(3)
 <走高跳> 6位 千田陽太(3) 1m70
 <棒高跳> 4位 渡辺寛太(1) 3m80
 <八種競技> 8位 千田陽太(3) 3946点

【女子】 総合4位 トラック総合1位
 <100m> 1位 鈴木希実(3) 12.12
 <200m> 1位 鈴木希実(3) 24.99
 <400m> 6位 佐藤有紗(3) 26.77
 1位 佐藤有紗(3) 1:00.73
 <100mH> 3位 今村百花(1) 15.96
 <400mH> 1位 田名部蒼(3) 1:07.38
 <4x100mR> 2位 49.59
 東海林歩果(3)-鈴木希実(3)-佐藤有紗(3)-田名部蒼(3)
 <4x400mR> 1位 4:04.77
 佐藤有紗(3)-東海林歩果(3)-田名部蒼(3)-鈴木希実(3)
 <走高跳> 6位 鈴木柚香(2) 1m43

◆東北高校陸上 6/13~16 青森
【男子】 <110mH> 1位 大野忠晴(2) 14.56
【女子】 <100m> 2位 鈴木希実(3) 12.09
 <200m> 2位 鈴木希実(3) 24.59

◆秋田県選手権・県民スポーツ大会 7/3~6 県営陸上競技場
【男子】 選手権
 <110mH> 5位 大野忠晴(2) 14.82
 <4x400mR> 5位 3:27.41
 鎌田詢人(2)-伊藤巧武(1)-進藤李輝(2)-佐々木航汰(3)
 <走高跳> 4位 千田陽太(3) 1m80
【男子】 県民スポーツ大会
 <少年共通110mH> 1位 大野忠晴(2) 14.15
 <少年A300mH> 5位 佐々木航汰(3) 40.49
 <少年B3000m> 6位 金子泰蔵(1) 10:07.23

【女子】 選手権
 <100m> 1位 鈴木希実(3) 12.07
 <200m> 1位 鈴木希実(3) 24.80
 <400m> 7位 佐藤有紗(3) 1:03.01
 <100mH> 7位 今村百花(1) 15.82
 <4x400mR> 6位 4:20.95
 工藤優月(1)-鈴木柚香(2)-渋谷音楽(1)-今村百花(1)
 <走高跳> 7位 今村百花(1) 1m45
 8位 斉藤ゆきみ(1) 1m45
 <三段跳> 7位 今村百花(1) 10m41

【女子】 県民スポーツ大会
 <少年A300m> 1位 鈴木希実(3) 39.54
 <少年A300mH> 5位 田名部蒼(3) 49.14

◆中央支部駅伝 7/10 県営周回コース
【男子】 4位
 ◆インターハイ 7/25~29 広島
【男子】 大野忠晴(2) 110mH出場
【女子】 鈴木希実(3) 100m出場
 200mタイムレース決勝進出

◆中央支部新人 8/17~19 県営陸上競技場
【男子】 総合3位 トラック総合3位 混成総合1位
 <400m> 5位 伊藤巧武(1) 51.92
 <800m> 2位 石井蓮(1) 1:59.86
 4位 進藤李輝(2) 2:02.61
 6位 荒木陽右(1) 2:03.85
 <1500m> 6位 菅野滉(2) 4:15.24
 8位 石井蓮(1) 4:16.64
 <110mH> 2位 大野忠晴(2) 15.46
 <400mH> 6位 小西珀斗(1) 1:07.76
 <3000mSC> 6位 菅野滉(2) 10:47.49
 <4x100mR> 2位 43.72
 金森琉生(1)-大野忠晴(2)-伊藤巧武(1)-熊井奨真(2)
 <4x400mR> 3位 3:30.99
 伊藤巧武(1)-大野忠晴(2)-田中聖門(2)-鎌田詢人(2)
 <棒高跳> 2位 渡辺寛太(1) 3m70
 <走幅跳> 1位 大野忠晴(2) 6m47
 <三段跳> 6位 原田蒼琉(2) 11m43
 <やり投> 7位 鎌田詢人(2) 28m75
 <八種競技> 1位 鎌田詢人(2) 3852点

【女子】 総合5位
 <100m> 6位 渋谷音楽(1) 13.49
 <400m> 2位 渋谷音楽(1) 1:03.34
 <100mH> 3位 今村百花(1) 16.02
 4位 佐藤麻理奈(2) 16.13
 <400mH> 2位 工藤優月(1) 1:10.09
 4位 佐藤麻理奈(2) 1:14.95
 <4x100mR> 4位 53.84
 工藤優月(1)-渋谷音楽(1)-斉藤ゆきみ(1)-今村百花(1)
 <4x400mR> 2位 4:20.00
 工藤優月(1)-鈴木柚香(2)-佐藤麻理奈(2)-渋谷音楽(1)
 <走高跳> 4位 鈴木柚香(2) 1m40
 6位 斉藤ゆきみ(1) 1m35
 <三段跳> 2位 今村百花(1) 10m13
 4位 鈴木柚香(2) 9m40

◆東北総スポ 8/24~25 宮城
 鈴木希実(3) 100m、200m出場

◆全県新人 9/4~7 県営陸上競技場
【男子】 総合5位
 <800m> 2位 石井蓮(1) 1:58.44
 5位 進藤李輝(2) 2:00.21
 <1500m> 6位 石井蓮(1) 4:16.85
 <5000m> 8位 金子泰蔵(1) 16:37.61
 <110mH> 1位 大野忠晴(2) 15.00(大会新)
 <400mH> 4位 佐々木航汰(2) 58.49
 <4x400mR> 2位 3:25.40
 伊藤巧武(1)-金森琉生(1)-進藤李輝(2)-大野忠晴(2)
 <棒高跳> 1位 渡辺寛太(1) 4m00
 <走幅跳> 2位 大野忠晴(2) 6m45
 <八種競技> 4位 鎌田詢人(2) 3742点

【女子】 総合8位
 <400m> 6位 渋谷音楽(1) 1:02.66
 <100mH> 3位 今村百花(1) 16.15
 5位 工藤優月(1) 16.46
 <400mH> 2位 工藤優月(1) 1:08.35
 7位 佐藤麻理奈(2) 1:12.39
 <4x400mR> 5位 4:19.32
 工藤優月(1)-鈴木柚香(2)-佐藤麻理奈(2)-渋谷音楽(1)
 <走高跳> 6位 斉藤ゆきみ(1) 1m42
 7位 鈴木柚香(2) 1m39
 <三段跳> 1位 今村百花(1) 10m69

◆東北新人 9/25~27 宮城
 <110mH> 5位 大野忠晴(2) 14.85

◆国民スポーツ大会 10/3~7 滋賀
 大野忠晴(2) 少年男子共通 110mH 出場
 鈴木希実(3) 少年女子A 100m、300m 出場

◆全県駅伝 10/18 県営周回コース
【男子】 5位(東北駅伝出場へ)
 1区 菅野滉(2) 2区 進藤李輝(2) 3区 三浦雄介(2)
 4区 小松士恩(1) 5区 荒木陽右(1) 6区 石井蓮(1)=区間2位
 7区 金子泰蔵(1)=区間2位

◆U18陸上競技大会 10/17~19 三重
 大野忠晴(2) U18 110mH 出場
 鈴木希実(3) U18 300m B 決勝進出

OBOGもがんばってます!

■秋田県陸上競技選手権・県民体育大会
【男子】
 三谷優樹(秋田市陸協) 200m 5位 22.78
 中泉大吾(秋田大2) 800m 3位 1:58.43
 川野邊連(新潟大1) 400mH 7位 56.56
 渡辺雄介(秋田市陸協) 棒高跳 2位 4m40
 藤井翼(Team Astar) 棒高跳 5位 3m80
 渡辺悠太(立教大1) 三段跳 3位 13m78
 金岡有途(東北大4) ハンマー投 8位 31m23

【女子】
 加賀谷美結(東北大4) 400m 5位 1:01.48
 400mH 5位 1:09.63
 澤口彩音(秋田大3) 100mH 6位 15.65
 走幅跳 2位 5m40
 濱田風香(Team Astar) 走高跳 1位 1m64(4連覇)
 深澤南(筑波大M2) 走高跳 2位 1m55
 伊藤那月(秋田大1) 走幅跳 1位 5m42(2連覇)
 三段跳 1位 11m76(3連覇)
 木澤理子(Team Astar) 三段跳 3位 10m91

■東北総合スポーツ大会
 深澤南(筑波大M2) 走高跳 6位 1m55
 伊藤那月(秋田大1) 三段跳 8位 11m40

■国民スポーツ大会
 濱田風香(Team Astar) 成年女子走高跳 17位 1m70

■東北インカレ
【男子】
 中泉大吾(秋田大2) 800m 8位 1:59.96
 金岡有途(東北大4) 円盤投 7位 29m16
 ハンマー投 7位 34m33

【女子】
 澤口彩音(秋田大3) 走高跳 2位 1m55
 七種競技 2位 3762点
 伊藤那月(秋田大1) 走幅跳 6位 5m01