静岡葵ACたより

令和７年４月５日（４月号）

Ⅰ　令和７年４月・５月の練習計画および大会参加

①　４月、横内小学校グランドでの練習会

・2 日(水)・4 日(金)・9 日(水)・11 日(金)・16 日(水)・18 日(金)・23 日(水)　・25 日(金)　・30 日(水)

※　21 日(月)横内小スポーツテスト、雨天中止になった場合、23 日(水)スポーツテスト　　(合計９回)
準備のためグラウンド使用禁止になるため、葵 AC の練習は中止になります。

５月、横内小学校グランドでの練習会

・2 日（金)・7 日(水)・9 日(金)・14 日(水)・16 日(金)・21 日(水)・23 日(金)・28 日(水)　(合計８回)

※　30 日（金）は横内小学校運動会準備の為、使用できなくなったので計画を変更します。

②　４月・５月、西ヶ谷競技場での練習会

・4 月 6 日(日)　静岡葵 AC 記録会　集合 12 時 45 分　記録会開始　13 時 00 分
・5 月 24 日(土)　静岡葵 AC 練習会　集合 12 時 45 分　練習開始 13 時 00 分
参加者　団員全員
雨　天　中止（降ったり止んだりする位なら実施します。実施できるか不明の時は、コーチに電話をして確認してください）
持　物　・スパイク・水筒・着替え・リレーメンバーはバトン・マーク・陸上競技場使用料 100 円　等

③　大会参加

4 月 20 日(日)　第 54 回　静岡リレーカーニバル 草薙陸上競技場　集合７時　競技開始９時(当番は 5.6 年生)
5 月 3 日(祝土) 静岡国際陸上　エコパスタジアム　集合７時 30 分　競技開始 10 時
（参加者　静岡リレーカーニバル 16 位入賞リレーチーム・16 位入賞の 800m・1500m 個人参加者）
5 月 10 日(土) 第 35 回 静岡県中部小・中学生陸上競技選手権大会 草薙陸上競技場　集合７時 00 分
競技開始９時 00 分　（当番は 5.6 年生です）

Ⅱ　大会申し込み

第 35 回　静岡県中部小・中学生陸上競技選手権大会

1・日　　時　**令和７年５月 10 日(土)**　　集合：7 時 00 分　　競技開始：9 時 00 分
2・場　　所　草薙陸上競技場
3・種　　目　5.6 年男子(100m、1500m、走幅跳、4×100m リレー)
5.6 年女子(100m、800m、走幅跳、4×100m リレー)
4・参加資格　静岡県陸上競技協会 2025 年度小学生ナンバー登録者
5・参加制限　1 人 1 種目、但しリレーは除く(種目への人数制限なし)・リレー1 団体 3 チーム
6・参 加 料　1 種目 900 円
7・申込方法　**令和６年４月２日(水)か４月４日（金）**に大澤コーチへ申し込む。
（封筒に「大会申し込み用紙」を貼り、個票を入れて提出する。）
8・表　　彰　1～8 位入賞者には賞状を授与する。

第７回小学生チャレンジカップ静岡

1. 期　日　令和７年６月１日(日)　９：００競技開始
2. 会　場　草薙陸上競技場　集合時間 7:00（当番は４年生です。宜しくお願いします。）
3. 競技種目

【個人種目】
①　１年男･女５０ｍ、②２年男･女５０ｍ、③３年生男･女１００ｍ　④４年男･女１００ｍ
④　５年男女１００ｍ　⑥6 年男女１００ｍ　⑦５･６年男子１５００ｍ　⑧５･６年女子８００ｍ
⑨５･６年男・女 コンバインドＡ（８０ｍＨ＋走高跳）
⑩５･６年男・女 コンバインドＢ（走幅跳＋ジャベリックボー投）

【リレー種目】
①　１．２年男女混合４×５０ｍＲ
②　３．４年・５.６年男女混合４×１００ｍＲ

4. 参加資格ならびに条件
2025 年度静岡陸上競技協会ナンバー登録選手であること。
(1)個人種目については１人１種目とする。（ただし、リレー種目と兼ねられる。）
(2)個人種目の参加者は、１団体４名以内とする。　※ただしコンバインドＢは１団体３名以内とする。
(3)リレーは、それぞれ１団体１チームまでとする。１学年のみの編成は可、男子２名、女子２名
補欠は男女各１名、申し込み時のメンバー以外の入れ替えは認められない。走順は自由とする。
5. **申込方法　　４月 16 日(水)　４月 18 日(金) 大澤コーチへ申し込む。**
（封筒に「大会申し込み用紙」を貼り、個票を入れて提出する。）
6. 参加料　　個人種目　700 円　　（リレー1 チーム　1.500 円）
※　今まで行った大会や記録会、練習会の記録を参考にして、申し込んだ団員の中から選手をコーチが決めたいと思います。
7. 表　彰　　各種目８位までに賞状、３位までにメダルを授与する。
8. その他　　連絡・注意事項等を５月 18 日(日)午後８時までに、静岡陸協ホームページ「小学生関係」に掲載する。

Ⅲ　令和６年度閉団式での言葉

※　今年度の卒団式・開団式は令和７年３月 26 日(水)横内小学校グランドにて実施をしました。その時の在団生を励ます言葉と卒団生を送る言葉を掲載します。

「在団生を励ます言葉」　　卒団生代表　照井　紳太

僕は葵ＡＣで、６年間教えてもらいました。奥島コーチ、戸塚コーチ、松村コーチにはそれぞれ２年間ご指導をいただき、お世話になりました。松村コーチには、目標にしていた記録が出ずに、悔しい時に支えてもらいました。うまくいかなくても『大丈夫だ』と、言ってくれたことは、今でも忘れません。悔しくて悔しくて、コーチによくやったと言って欲しくて、頑張ったけど、いざ、コーチによくやったと言われた時に、おれはこんなもんじゃない、こんな記録じゃだめだと、思うようになりました。

大会の結果で落ち込むこともたくさんあります。タイムが伸びなくてやめたくなることもあります。練習がきつくて逃げ出したくなる時もあります。うまくいかなくて泣きたくなることもあります。だけどそんな時はコーチや仲間がいたから、乗り越えることができました。仲間の頑張りを見て勇気づけられたことがたくさんありました。

陸上はみんながいるから練習ができ、戦う仲間がいるから速くなれます。１人で走っているようで、みんながいないと走れません。陸上を続けていくと悩むこともたくさんありますが、コーチに相談して、仲間に相談して乗り越えてください。

そして、６年間を振り返り僕に足りないものがわかりました。それは、勇気でした。なんでも挑戦する勇気、今の自分を超える勇気、がむしゃらになる勇気です。やっているつもりでは、足りません。みんなは勇気を持って、できると信じて練習に励んでください。勇気を持って練習し、仲間を大切にして、コーチの話をよく聞くと楽しい楽しい陸上になります。

みんなの活躍を心から応援しています。

静岡葵ＡＣを頼んだぞ。

「卒団生を送る言葉」　　在団生代表　５年　宮本雛希

六年間、私たちを引っ張ってくれてありがとうございました。

私は、一年生からこの葵 AC にいます。その時から六年生はいつもやさしく接してくれました。

学年が上がってもそれは変わらず、同級生の友達がやめてしまい、五年生が少なくなっても六年生がいてくれたのでどんな練習でもがんばれました。

陸上の練習以外でも、映画に行ったり、お祭りに行ったりと、仲良くしてもらいました。

そんな六年生が３月でお別れになってしまうのでとてもさびしいですが、練習をがんばり、大会でもいい成績が残せるようにがんばります。

六年生も中学校に行ってもがんばってください、応援しています。

時々葵 AC に遊び来てください。