

福井国体を終えて

体操競技総監督 大橋 英記

「織りなそう 力と技と美しさ」を大会スローガンに、「福井しあわせ元気国体」第73回国民体育大会体操競技会が、体操競技は9月30日(日)～10月3日(水)、新体操は10月7日(日)～8日(月)、に世界選手権・ワールドカップも開催されたことのあるサンドーム福井にて、滞在中に2回台風が直撃し、少年男子予選は日程変更しての開催となりました。

本年も、各所属コーチ・関係各位のご尽力で何とかチームをくみフルエントリーすることが出来ました。

成年男子はキャプテン高間寛智選手と、道内大学生1名、道外大学生3名、成年女子は道内大学生3名、道外大学生2名のメンバーで2006年兵庫国体以来表彰状を目指して臨みました。初参加の選手が男子2名女子4名で素晴らしい試合でしたが入賞まで後一歩でした。少年女子は予選通過を目指して挑みましたが昨年同様平均台の落下がひびき、残念ながら決勝進出なりませんでした。その中で少年男子は初日の本会場つり輪の練習で工藤選手のプロテクターが切れて落下し、腰を怪我するというアクシデントもありましたが、試合ではあん馬・跳馬の2種目で演技しました。高校2年生主体のメンバーで女子を上回る22位と大健闘だったと思います。各種別とも北海道チームとしてそれぞれがベストを尽くすことが出来たと思います。新体操女子は、トレーナーの岸田直隼さんに帯同していただき会場練習から試合終了まで心身共にサポートしていただくことが出来ました。個人ではミスが続き結果として28位(最下位)でした。団体ではラインオーバーが1回ありましたがその他はノーミスの演技で17位。総合では24位でした。

今後も、練習環境の充実を含め、しっかりと取り組まなければならないと思っています。2019年の茨城国体では13年ぶりの入賞を目指していただきたいと思っています。

応援ありがとうございました。

「成年男子」

福井体監を終えて

成年男子監督 谷水 泰士 北見高等支援学校

9月30日から10月3日まで福井県のサンドーム福井で第73回国民体育大会体操競技男子の監督を仰せつかり、結果的には昨年より一つ順位を上げて12位という結果を残すことができました。

メンバーは、日本大学の河部俊之くん、新潟経営大

学の三浦亮汰くん、仙台大学の山田貴斗くん、はんざわ体操クラブ高間寛智くん、北翔大学の平間大貴くん、所属も学年も様々な5名の選手が集まりました。キャプテンの高間くんが初代表のメンバー2人を引っ張り、年下のチームメイトとコミュニケーションを積極的に取り、チームとして大変よくまとった結果だったと感じます。

ミスが出てベスト4をそろえることができない種目もあり、監督として選手が最高の力を出す試合を提供できなかったことに大変申し訳なく感じます。と同時に、もっと上を目指せる選手たちであるとも感じました。また成年ということもあり、体のケアには特に入念に行わなければならないことを改めて感じさせられました。トレーナーの方がいることで選手たちが安心して現地で練習・競技に臨めるのではないかと思います。

自分自身3回目の監督をさせていただき、国体予選で監督が決まり、それから1か月ほどで国体へ向けて準備をするには期間が短く、監督として十分な準備をして現地に入れないことの大変さをつくづく感じました。と同時に選手たちの頑張りには本当に感心させられます。このような北海道の代表になった選手たちは、北海道体操界の財産であり、このような選手を輩出している北海道のクラブの指導者の方々の頑張りには感謝いたします。またこのような選手たちがいる限り北海道の体操界もさらに発展していくはず！という楽しみしかありません。

最後になりますが、現地で様々なサポートをしていただいた総監督の大橋先生、チームのサポートをしていただいた少年男子監督の高田先生や少年・成年女子監督の米沼先生、廣田先生のご協力で現地で事故等無く試合を終えることができました。改めて感謝申し上げます。また今年も男子のユニフォームを準備していただいた函館の田中先生はじめ北海道体操連盟並びに北海道の関係者の方々のサポートに本当に感謝いたします。まだまだ選手たちには可能性がたくさんありますので、今後も選手たちに対して変わらぬ応援とご支援をよろしくお願いいたします。



福井国体を終えて

高間 寛智 はんざわ体操クラブ

今回、福井県で行われた福井国体に北海道代表として参加してきました。チームの結果は去年より1つ順位を上げることが出来ましたが、自分自身の内容としては、力が出し切れず10点くらいの内容でした。終末技での転倒。明らかな体力不足。当たり前の事ですが、試合で自分の力を出し切る。成功させるには、練習しかないと改めて感じさせられました。

そして、もう1つ今回の試合を通して感じた事は、まだまだチーム北海道は上に行ける。そう強く感じました。試合を終えて今、選手達はきっと、来年こそ！！意気込んでいるはずです。

しかし次の国体は1年後。この気持ちを忘れることなく、それぞれ1年間練習に打ち込む事はそう簡単ではありません。練習はそれぞれの所属でバラバラにですが、選手間で声を掛け合い、士気を高めあっていければいいと思います。

試合に至るまで谷水先生をはじめ、大橋先生や高田先生のサポートのお陰もあり、会場練習などもスムーズに行うことが出来ました。本当にありがとうございました。

また、こうして無事試合を終えることが出来たのも引率して下さった先生方に限らず、北海道体操連盟を初め、支えてくださった沢山の人のサポートがあつての事であり、重ねてお礼申し上げます。

自分自身、選手としてそう長くはないと感じています。応援してくれる人やサポートがあり、ここまで頑張っています。

こんな自分を支えて下さってる方々に、少しでも体操を通して恩返しが出来たらいいなと思っています。ここまで来たら燃え尽きるまで頑張ってみます！！茨城国体へ向けて今日からまた修行開始です。

福井国体を終えて

三浦 亮太 新潟経済大学4年

福井国体での支援、サポート本当にありがとうございました。たくさんの支援、サポートのおかげで試合に不安なく望むことが出来ました。

今年は国体に3回目の出場で、自分より年下の選手が多く自分が引っぱらなければいけない立場でしたが試合ではミスが多く出てチームに迷惑を掛けてしまいとても悔しい結果になってしまいました。ですが谷水先生のサポートや高間キャプテンがチームをまとめてくださりミスをカバーしあって最後まで粘った良いチーム戦が出来たと思います。

あと、去年の国体ではトレーナーさんがついてくださり体のケアがとてもよく万全に試合が出来ました。来年は是非トレーナーさんをよろしくお願ひします。

福井国体では色々な方に大変お世話になりました。ありがとうございました。

福井国体を終えて

山田 貴斗 仙台大学3年

今回初めての国体出場ということでとても楽しみでした。

結果は去年よりも1つ上がっていて良かったです。来年も北海道代表に入り目標は8位入賞で賞状をもらって帰れるようこれからの練習により気合を入れていきます。

また今回自己負担をなくすために動いていただいた北海道体操連盟の方々ありがとうございました。

福井国体を終えて

阿部 俊之 日本大学2年

まず、試合の感想は去年より一つ上に行けたので結果は良かったと思われませんが、チームとしてはベスト4が揃ってない種目もあり、ミスが多かった気がするので皆、技の完成度が低い状況だったと思いました。その理由として他の代表選手は器具が変わってもすぐ適応して、自分の演技を淡々としてたのを練習から見てたのですが、私達は慣れるのに時間がかかったり、技が確立していないので慣れるのに時間が掛かっていました。詰めが甘かったなと思いました。

まだ上は目指せたと感じる試合でしたので、来年こそは入賞を目指してこの冬から練習していきます。そして来年は安定した試合をしたいです。

あとは、去年はトレーナーがいて我々の痛い所を治療してくれていて非常に助かっていたのですが、今年は付いていなかったの、来年は出来れば付いて欲しいなと思いました。

福井国体を終えて

平間 大貴 北翔大学2年

今回初めて北海道代表として、参加した国体ですが、最初の種目からミスをしてしまい、チームの足を引っ張る結果となってしまいました。

北海道の順位は、昨年よりも一つ上がりましたが、殆どチームに貢献できなかったの、とても悔しい思いをしました。なので、来年も北海道代表になり、今年以上の結果なれるように、これから頑張っていきたいです。

また、僕らの自己負担無くすために様々動いてくださった北海道体操連盟の方々、本当にありがとうございました。

他には国体期間中の食費や移動費が殆どかからなかったりしたので、我々の自己負担を無くすために動いてくれた北海道体操連盟の方々に感謝です。

「成年女子」



福井国体を終えて

成年女子監督 廣田 修平 北翔大学 准教授

平成最後の国民体育大会が福井県鯖江市で開催されましたが、私にとっては監督としてむかえる初めての国民体育大会となりました。平成 30 年度北海道代表選手は成年女子として前回大会経験者が 1 名、初出場が 4 名で臨む国民体育大会でしたが、全員が現役大学生選手として活動しているため非常にエネルギッシュなチームでした。1995 年世界選手権大会開催のために設立された競技会場はメインアリーナを囲むように観客席が設置されており、幾らか高く設定された青いポディウムの上で演技する選手は華やかに映え、選手冥利に尽きるような競技会場でした。その分、選手も緊張があったように思いますが、種目が進むにつれ緊張もほぐれ、失敗はあったものの各々の自分らしい演技ができていたように思います。福井合流当初から台風の影響で練習日程等の変更もあり、当初の予定通りとはいかない場面もありましたが、近年は国体競技と台風が重なることは頻発しているようでこういった変更にも柔軟に対応することが必要だと学ばされる機会となりました。異なる大学の初出場選手が多かったため、はじめはお互いに慣れない部分もありましたが、日を重ねるごとにチームとしてのまとまりも形成され、試合ではチームがひとつにまとまって演技をすることができました。また試合開始当初は私自身緊張しておりましたが、選手たちの伸び伸びとした演技に救われた大会となりました。結果としてはまだまだ他の代表県には届きませんでしたが、参加選手は北海道代表として堂々とした演技を示すことができたと思います。

本大会出場の北海道成年女子選手は 3 年生以下で構成されたチームでしたので、選手の皆さんには次の茨城国体も目標に本年度より強い北海道チームとして入賞をねらえるよう各々の大学で練習を積んでもらうことを期待しています。

最後になりましたが、監督として臨む初の国体で不慣れな部分も多々ありましたが、総監督の大橋先生、

少年女子監督の米沼先生、成年男子監督の谷水先生、少年男子監督の高田先生には多くの場面で手助けをいただき、この場を借りて感謝を申し上げたいと思います。

福井国体に参加して

加藤 千春 国土館大学2年

成年としては 2 度目の国体でした。昨年と監督も選手も変わり、昨年とは違った気持ちで試合をすることが出来ました。それぞれが力を出し切ることは出来ず、ひとつ上と 0.25 差だったということもあり、試合後はたらればを口にしていました。ここ数年は 10 位なので、0.25 差というのは自分がかか出来たのではないかとこの気持ちが多かったです。大学に帰って修行をして今年よりもレベルアップしてまた北海道に帰りたと思います。昨年、体のケアをしてくださったトレーナーさんが今年は都合により来られなかったですが、成年の選手はそれぞれ古傷などの痛みを堪えて競技をしている人も少なくありません。国体期間に限らず日々のケアももちろん大事ですが、来年は試合当日のパフォーマンス向上の為にぜひ帯同していただきたいです。来年は大学で体操を続けてくれる後輩も多く、より盛り上がっていくと思います。それぞれ違う所属での練習にはなりますが声を掛け高め合い、大きな怪我に気をつけつつ、少しでも故郷である北海道に貢献できるように残り 2 年の体操人生も頑張っていきたいです。

福井国体に出場して

佐々木 海 北翔大学3年

私は今回の福井国体に北海道の成年女子代表選手として初めて参加しました。大学に入ってからはずっと個人で大会に出場していたため、チームとして大会に出場するということが久しぶりで、さらにチームで最上級学年ということでキャプテンを務めることになりました。キャプテンとして試合に出ることは初めてだったのでとても良い経験になりました。

試合での班編成で開催県の福井県と同じ班だったため、雰囲気にもまれてしまわないかという不安があったのですが、北海道チーム 5 人で声を掛け合い良い雰囲気でも 4 種目回ることができ、試合が終わった時に楽しかったと思えたので試合内容は良かったと思います。個人的にはまだまだ D スコアが低いと感じられたので、来年は D スコアを上げると同時に E スコアも上げて、まずは選手に選ばれてチームに貢献できるようにしたいと思っています。

また、国体に参加することは私たち選手だけで成り立つことではないと感じたので、北海道体操連盟の先生方や監督として引率してくださった先生方への感謝の気持ちを忘れずに、これからも競技を続けていきます。

福井国体に出場して

五十嵐 由 北翔大学1年

私は今回が初めての国民体育大会出場でした。国民体育大会出発前の練習で左手を痛めていたので、きちんと試合ができるか心配でしたが、当日は自分らしい演技で試合を楽しみつつ、怪我なく無事に終了することができました。

北海道から福井まで母と祖母が自分のために試合を見に来てくれたのがとても嬉しかったです。祖母と会うのは小学生以来だったので久々の再会も出来て良かったです。北海道外の試合に足を運んでくれ応援してもらえることはありがたいことだとあらためて感じました。

来年は今年と演技構成を変え、ゆかは後方の2回宙返り、平均台はバック転からスワン、段違い平行棒は終末の後方2回宙返りを組み込むことができるように計画を立てて練習していこうと思います。学年が上がり2年生になるので、後輩の手本となれるように先輩らしい行動がとれるよう心掛けたいと思います。

これからも体操競技生活を支えてくれるすべての人への感謝の気持ちを忘れず、来年に向けてレベルアップできるように頑張ります。

福井国体に参加して

黒田 梨乃 帯広畜産大学1年

私は今年初めて本国体に参加しました。メンバーの人たちも初めての方ばかりですごく緊張しましたがとてもいい経験になったと思います。

試合の方はミスもあり満足の演技はできませんでしたが、最終種目まで諦めないで演技できたことは良かったと思います。チームでも励ましたり声をかけながら試合を進めていくことができいてとてもいいチームだったと思います。

北海道成年女子の結果は、僅かの差で最下位で、すごく悔しかったです。自分の試合以外では他の県の選手の演技を見てとても影響を受けました。自分になりたいと思う選手を見つけたり、手本となるような技を見ることができてとても勉強になりました。国体が終わった今は来年の試合に向けて技練を頑張っています。

今回の国体でできた反省点を来年また同じ国体という場所で克服できるように今年の冬は頑張っていきたいと思います。応援ありがとうございます。

国体を終えて

海谷 美奈 志学館大学1年

私は初めての国体でした。中学3年生で国体予選に出て以来国体に出ることが夢だったので国体出場が決まった時は嬉しかったです。メンバーは全く話したことない人や挨拶くらいしかしたことない人がほとん

どだったのでチームとして盛り上がっていきけるか不安もありました。実際、福井に入ってから初日の練習はそれぞれが自分の練習をするという感じでチームとしての雰囲気はあまり良くなかったように感じます。

しかし、日が経つにつれてまとまりや盛り上がりが出てきて試合当日はお互いに声を出し、高め合いながら本当に楽しんで試合ができました。結果としては0.25差で今年も最下位になってしまったこと、跳馬1種目のみの貢献しかできなかったことは悔しく思いますが去年より9位との差を縮められたことはよかったです。かかと感じています。

最後にキャプテンとしてまとめてくれた海さんには感謝しかありません。そしてこのメンバーでまた試合がしたいという気持ちでいっぱいです。

「少年男子」



福井国体

少年男子監督 高田 直 ジュンスポーツクラブ

第73回福井しあわせ元気国体は、9月30日～10月3日の日程で開催されました。

さて、今年の少年男子ですが、とわの森三愛高校2年の大谷君、中島君、札幌啓成高校2年の酒井君、札幌白石高校1年工藤君、中学生ながら安定感のある野坂君の5名がメンバーとなりました。9月17日～20日の合宿でしっかり練習をしてからの現地入りとなりました。

9月28日の本会場練習で工藤君がつり輪の練習中プロテが切れ落下、腰を負傷するアクシデント発生、4人で本番にのぞむことになりました。1種目目平行棒は1ミスからのスタートでした。2種目目鉄棒はまたも1ミス苦しい4人での試合なかなかベスト4が揃わない。3種目目の床でやっとノーミスで終え、4種目目あん馬も見事ノーミス、残り2種目も精一杯選手は頑張ってくれました。結果22位と予選通過とはなりませんでしたが、前回大会よりも順位を上げてくれました。選手たちに感謝します。全体的に2ミスとチームとしては、ミスの少ない素晴らしい内容で国体を終えました。予選通過に向けて、もう少しEスコアを上げるための練習をしてほしいと感じました。Dスコ

アも大切ですが、Dを1点上げる事は大変です。ですがEを上げる事は意識をすれば1点はすぐに上がります。来年は予選通過してほしいと思います。

審判部・強化部・各所属の先生と協力して選手の育成をしていきたいと思います。前年度に引き続き私に監督をさせていただいた北海道体操連盟、総監督で選手や監督のサポートをくださった大橋先生、選手・監督のために協力してくださった先生方に感謝申し上げます。

2回目の国体

大谷 直希 とわの森三愛高校2年

今回は2回目の国体だったので、前回よりは緊張せずに落ち着いて演技にのぞむことができましたと思います。僕は試合前に足を捻挫してしまったのですが試合前には足も回復してきて完璧ではなかったのですが、自分的には納得のいく演技ができたと思います。チームの1人が怪我してしまい誰もミスできないというプレッシャーの中ではみんな気持ちを強く持って大会に挑めたと思います。

今回の大会期間で学んだことは、アップが大切だということです。サブ会場での練習ではあまり体が動いておらず少し無駄になったところもありましたが本番当日では、アップからしっかり取り組み、試合でもみんな体が動いていたと思いました。所々ミスは出ましたが、全体的に見ればかなり良い試合をしたと思いました。この国体で学んだことはこれからの練習や試合に生かしていこうと思いました。

またインターハイとは違い、色々な高校との団体戦だったので、協力もできてチームとしての一体感も出てきたと思いました。来年の国体も必ず出て、チームを引っ張っていけるような存在になればいいと思いました。

国体を振り返って。

酒井 貴一 札幌啓成高校2年

今回は2回目の国体ということで、1回目とはまた違った面白さがありました。

練習からチームの士気が上がらず、あまり皆んな調子が良くない状況でしたが、いざ試合本番となると、チーム一丸となって臨むことができました。また、練習日にチームの1人が怪我をしてしまい、もともと5人の予定が4人となってしまい、苦しい状況となってしまいました。

しかし、みんな気持ちを強く持って試合に臨みました。個人的には、鉄棒でミスが出てしまいましたが、その後はもちなおしてやりきることができました。北海道で行われる試合とは全く違い、とても楽しく試合を行うことができました。試合以外でも、成年の部の演技を観戦したりして、とても勉強になりました。自分の理想とする動きなどがよく見れて面白かったです。

自分もいつか先輩がたのように成年の部で試合をしたいと強く思いました。この経験を活かし、来年の国体、さらにはほかの試合へと繋げていきたいと思います。

福井国体を終えて

中島 佑 とわの森三愛高校2年

先日行われた国体では初めての出場ということで、いつもとは違った緊張感の中でしたが、自分なりの演技が出来たのではないかと思います。予選通過は出来ませんでした。今大会の経験を活かして、これからの自分に役立てていけたらと思います。

試合をしながら他のチームの演技を見ていましたが、上手な人がたくさんいて、良い経験になったと思います。

国体を通してメンバーの団結力も高まり、とても良い形で締めくくられたと思います。ありがとうございました。

福井国体を終えて

工藤 尋 札幌白石高校1年

今回初めての国体でしたが、会場練習の時につり輪でプロテクターが切れて落下して怪我をしてしまい、全種目に出場することができませんでした。事前にプロテクターのチェックをしていれば怪我を防げたかもしれないので常に道具の確認をしないとイケないと思いました。

怪我をしてしまったため、あん馬と跳馬の2種目に出場しました。あん馬ではミスをしてしまい、チームに貢献することができませんでした。跳馬では着地が少し乱れましたが、技を成功させることができました。

今回の国体では全種目に出場することはできませんでしたが、メンバーとしていい雰囲気を作って試合に出ることができました。ですが、今のままでは決勝には進めないの、今回の結果に満足せずこれから練習していきたいです。

福井国体を終えて

野坂 宙 旭川市立東光中学校3年

今回の福井の国体では、高校生の中に混じり一番下の立場として少しでも役に立てるよう頑張りました。北海道代表として国体に参加出来て良かったです。

試合中では、自分自身の集中力はもちろん、チームの応援のおかげでミスすることなく試合を終えることができました。大きなミスはありませんでしたが、着地の減点や、つま先などで多く減点されたと思いました。今後このような減点を無くしていきたいのと、Dスコアを上げてすべての種目で12点以上をとりチー

ムに貢献したいです。

少しのミスはありましたが29位中22位と去年より成績が良く嬉しかったです。予選通過出来ず残念でしたが、チーム一丸となって試合に挑むことができました。

今回の福井の国体に参加できたことは、僕にとってとても貴重な経験になりました。ありがとうございました。

「少年女子」

福井国体を終えて

少年女子監督 米沼 宏明 北翔大学スポルクラブ

この度、福井県鯖江市にて開催されました国体に少年女子監督として5年ぶりに参加させていただきました。選手は高校3年生の山下さんと山田さん、高校2年生の菊地さんと四衢さん、中学3年生の細川さんの5名で大会に臨みました。

事前に行った合宿においては国体初参加の菊地と細川を中心に国体の雰囲気や試合の流れ、チームとしての目標などをミーティングで話し合いながら練習に取り組み、合宿最終日には審判部の吉村氏と白川氏に試技会をお願いして演技構成等をチェックいただきました。そしてチームの目標得点を195点とし予選通過を目指すことに決めました。予選通過のためにはチームとしてのミスを最小限に抑えて、個人の得意種目で高得点を取ることが必要不可欠となります。

現地に入り暖かい気候の中で選手達は調子も良く、初日と2日目までの本会場やサブ会場での練習では緊張感もあり難なく演技をこなしておりましたが、日増しに疲れも出てきたのか練習でのミスが目立つようになり、試合に向けて少し不安を感じておりました。

宿泊はカニで有名な隣町の越前町という所で会場から宿舎までのバス送迎でした。山道を50分ほど走り抜けた所の小さな漁村にある旅館で、目の前には日本海が広がり景観はとても素晴らしかったのですが、競技前日からの台風上陸により海は荒れ波の音ではなくゴーという地響きの様な音と強風が窓ガラスを叩く音も凄まじく、今思えば選手たちはあまり休まらなかったのではないかと思います。

台風の影響で競技日程の変更もあり予定より少し早く競技が開始されました。1種目は予選通過の鍵をにぎる平均台でしたが、調整虚しく試合の波に乗れず5人中4人が落下をしてしまうという予想外のスタートでした。床と跳馬では1つの失敗に抑えることが出来ましたが最終種目の段違い平行棒では力尽きて4つの失敗。終わってみればチームで10の大過失があり目標得点より10点低い185.35点の25位で競技を終了。大荒れの日本海の様な試合でした。結果は目標を達成する事が出来ませんでしたが、大会を終えて選手共々体操競技の難しさやメンタル面の大切さ等を改

めて痛感する事が出来ました。

また、今後に向けて期待したいのは今大会失敗のなかった細川さんの高校での活躍や、来年少年最後の参加となる菊地さんと四衢さんの成長、そして山下さんと山田さんの成年での活躍成長が楽しみです。北海道体操界の宝になると思います。これからも選手たちへの応援よろしく願いいたします。最後に全道体操関係者の皆さん応援ありがとうございました。



国体を終えて

山下 星那 とわの森三愛高校3年

福井しあわせ元気国体はキャプテン兼エースとして出場させていただきました。今回は他クラブの中学生もメンバーに入り、少し不安もありましたが、国体前合宿でチームワークを高めることができ、前向きな気持ちで国体に向かうことが出来ました。

目標は予選通過。私たちは全て完璧に演技する事が出来れば通過するというギリギリのラインにいました。しかし、一種目からミスが続いてしまい、その時点で予選通過は厳しい状況となりました。もう一つの目標として、しあわせ元気国体にちなみとにかく元気に演技する事をあげていたので、キャプテンとして切り替えをしっかりとし、声かけとハイタッチを心掛けました。

結果として予選通過は出来ませんでした。沈んだ気持ちで演技する事もなく「切り替え」という面で勉強になった試合でした。

来年度からは成年として出場するので、入賞を目標に日々感謝の気持ちを持って練習していきたいと思えます。

国体反省

山田 晴菜 とわの森三愛高校3年

私は去年に引き続き2度目で少年としては最後の国体に出場することが出来ました。今年こそは予選通過することを目標として日々練習してきましたが、本番ではミスもあったため満足のいく演技をすることができず、目標達成することは出来ませんでした。

さらに、今回の結果を見ると最高な演技をしていたとしても予選通過は厳しかったのかなと思います、全国のレベルの高さを痛感しました。

全国で戦うには北海道はまだレベルが低いので、北海道の体操のレベルを向上させたいと思います。そのためにも、これからまた1日1日を大切に、新たな目標に向かって練習を頑張りたいと思います。来年は北海道の代表となれるかわかりませんが、技術を向上させて成年女子としてチャレンジしたいと思います。

国体を終えて

菊地 莉乃 とわの森三愛高校2年

今回私は初めて国体に出場しました。国体という舞台で試合をできたことはとてもいい経験になりました。上手な人の演技を間近で見ることができて勉強にもなり刺激にもなりました。

インターハイなどを含め今まで出場してきた大会とは全然違った雰囲気でも緊張しました。それに周りのレベルの高さにも圧倒されました。私は自信がないからどうしても小さくなってしまい堂々と演技することができませんでした。演技に自信のなさが出てしまいました。自信は日頃の練習によってつくものなので、今回練習の足りなさを改めて実感しました。

色々ミスをしてしまいチームに貢献できなかったのが残念です。たくさんの反省点や課題を見つけることができた試合になりました。

この試合で感じた思いや経験を忘れないよう、もっと自分の演技に自信を持てるようにしたいです。そしてまた来年の茨城国体に出場して良い結果を残せるように日々の練習を頑張りたいです。

国体に出場して

四衢 縁 札幌東高校2年

今回2年ぶりに国体に出場することができました。2年前、中3で初めて出場したときは、チームとしての目標などをしっかりと理解出来てはならず、ただ自分一人で試合をしているだけの感覚でした。

しかし、高2になった今回は、北海道代表として出場する中で予選通過という目標を立てて、自分の演技1つ1つがチームに影響するという重みを感じました。緊張などのプレッシャーに少し気持ちがひるんでしまったりしていて、まだまだ気持ちの面での成長が必要だと感じました。

また、技術の面では改めて、全国とのレベルの差を感じさせられました。自分の中で全て完璧にやることが出来るという自身が持てるほどではない種目もあり、不安が残ったまま試合に望んでいたのも、次の試合までには自信を持って演技ができるように、もっと練習していきたいと思いました。

また、普段は個人戦でみんなお互いに戦っている相手と、団体として、団結して一緒に試合をできたのはと

ても楽しくて良かったです。これからは、もっと成長できるように頑張ります。

福井国体に参加して

細川 琴未 旭川市立神楽中学校3年

北海道代表という言葉にはとても重みがある。なんとしてでも精一杯頑張ろう。代表が決まった時は、これが精一杯の気持ちだった。強化合宿の時、1人だけ中学生で国体選手とクラブが違うことなどがとても不安だったが、先輩や監督の温かさでその不安はなくなった。福井に到着したその頃には、不安に思っていたことが不思議なぐらい先輩方と仲良くなっていた。三日間の練習で調子が悪い日もあったが、特に私の得意種目の床では監督がかけてくれた言葉もあり、とても自信を持つことができた。あの競技場での試合は中体連に続き2回目だったが、味わったことのない空気感と迫力から緊張していた。だが緊張もあったお陰で、試合は楽しみながらミスをせずに終えたので、チームに貢献することができたと思う。そして平均台と段違いの着地が止まったのは本当に気持ちがよかった。チームでは悔しい結果となったが、個人としては満足のできる演技ができた。このメンバーで闘えたことと過ごせたことは、自分にとってかけがえのない思い出となった。色々な人に感謝を伝えたい。

「新体操女子」

福井国体を終えて

新体操女子監督 横井美香子 北海高校

9月5日の台風21号から始まり、9月6日に北海道胆振東部地震がおきました。約1週間の学校閉鎖、電気、水の供給がストップし、まずは、選手たちに「怪我がないのか」という不安から夜中に選手たちの安全を確認しました。9月17日から行われた国体合宿も当初は、中止との連絡が入りましたが3泊4日の練習を行うことができ、体力や精神状態の安定を調整し、本調子に近い状態まで回復することができました。今回は、あらためて国体合宿の重要性を感じた合宿でした。ありがとうございました。

第73回 国民体育大会「福井しあわせ元気国体」は、北海高校の干上柚月・野上菜月・齊藤はな・今越清衣奈・北脇爽・上杉永遠の計6名で予選に出場し、代表となりました。団体の構成は北海の団体を使用し、選抜大会やインターハイの結果を踏まえて国体に合わせて構成を見直しました。10月4日(木)に福井県鯖江市に入り、台風の心配がありましたが一日目のフリー練習から5ローテ入ることができ、集中して練習に臨むことができました。個人戦と団体戦の総合点数で

順位が決定されることから与えられた練習時間で個人と団体の練習を熟していく体力・精神力が重要でした。10月7日(日)の個人競技では、クラブの北脇が練習時から perfect な演技を連発しており、試合でも表現力の高いまとまった演技をすることができました。フープ・ボール・リボンの3選手は、ミスがあり、悔いの残る演技となりました。個人戦では、28位と出遅れてしまいましたが10月8日(月)の団体戦では、昨年のリベンジを合言葉に練習の時から perfect を出し、良い練習を積んできました。その努力が実り、団体では、Dの構成点が10,500点と非常に高く、Eの実施・芸術点も6.00点にのる評価を頂きました。構成も乱れず非常に良い演技が試合で行うことができ、得点16,200点と北海道にとっては、今までにない高い得点となり、今後に続く大きな成果だったと思います。(団体17位・総合24位)

今回、トレーナー(岸田さん)の派遣をして頂き、選手の状況に合わせてアイスマッサージ・テーピング・電気治療など、身体的にも精神的にも回復がみられ、良い状態で試合に臨むことが出来、トレーナー派遣の必要性を感じました。先生方、応援してくださった方々にお礼を申し上げます。ありがとうございました。



国体を終えて

千上 柚月 北海高校3年

私は、国民体育大会に出場させて頂けたのは、今年で2回目だったので昨年の行動面や演技面など全てにおいてリベンジするために1年間、仲間と共に練習してきました。この大会は、インターハイなどの全国大会とは規模が違い、北海道の代表として選ばれ、責任も大きい大会なのでプレッシャーに勝てるような練習もしてきました。ですが、個人では最初の技でミスをしてしまうということをしてしまったのですがその後は、伸び伸びと自分らしい演技をすることができました。団体では、個人から切り替えて、メンバーだけでなく支えて下さった先生方など全ての人の力を合わせて本番を迎えることができ、本番では、大きな落下無く、楽しんで演技ができ、今まで練習してきたこともこの大会で出し切ることができたので本当に良かったです。そして昨年の結果を上回ることができました。これからは、北海道のレベルが上がっていくよ

う次に繋げていきます。今回、この大会に出場できたことを誇りに思いこれからまた、努力していきます。

国体を終えて

野上 菜月 北海高校3年

国民体育大会に出場し、演技面では、堂々と楽しみながら踊ることができ、昨年の結果を上回ることができました。団体の演技が終了した時、今まで共に練習に励んできた仲間や熱心に指導して下さいました先生方、ずっと支えてくれた両親への感謝の気持ちが込み上げてきました。感謝の心をあらためて得ることができ、北海道で大きな地震があったのにも関わらず、私たちがこの舞台で演技できていることにも感謝し、演技として伝えることが出来ました。

また、国体は、チーム戦ということで大きなプレッシャーもありましたがそれに打ち勝つ精神力とまとまりのあるチーム力、人間性がより、必要になってくると感じました。後輩たちに伝え、来年さらに上を目指して頑張りたいです。感謝の心、精神力、チーム力、人間性は、新体操だけでなく、これからの生活に不可欠となるので国体で学んだこと、得たものを、しっかりと活かしていきたい、行動へ繋げていきます。

国体を終えて

齊藤 はな 北海高校3年

私は、国民体育大会に出場してみても様々な経験をしました。初めての国民体育大会ということもあり、「国体選手とはどういった人が出場するのか」と良く考えることがありました。北海道の代表選手として北海道のジャージを着て、挨拶や礼儀など自分自身を見つめ直すこともできました。今回、私は、新体操の団体競技に出場させて頂いて、昨年の順位を上回る為にも、自ら持っている力を発揮する為にも沢山の時間を費やし、練習に励んできました。本番までの数日間の練習で技術はもちろん、精神面なども以前から成長出来ました。今後、このような経験をこれからの人生で活かし、国体選手であったことを誇りに思い日々過ごしていこうと思います。また、北海道の監督・コーチそして一緒に練習、本番に臨んだ仲間、サポートしてくれた仲間がいたから形を出せたのだと感じました。本当に素晴らしい経験ができました。

国体を終えて

今越清衣奈 北海高校2年

国民体育大会に出場して、北海道代表としての責任と自覚をもって演技をすることの誇らしさを感じました。今まで、インターハイや選抜大会を経験させて頂きましたがこの2つの大会とは違う責任感を感じました。特に個人では、個人戦ではあるものの、4人の点

数の平均点で順位が決まる為、そのプレッシャーを力に変えて自分の納得のいく演技をすることを目標に練習を積んできたのですが、後半で場外という大きなミスをしてしまい、チームに迷惑と北海道代表として恥ずかしい演技をしてしまいました。団体は、個人から切り替えて堂々と心から楽しんで踊れたことが点数に繋がり、納得ではありませんが、いい演技が出来たと思います。今後、今回のこの大会で学んだ責任感は、これからの全国大会の権利をかけた大会など決めるべき時に決めるということに繋がっていくと思うので、日頃の練習から緊張感をもって歴代の先輩方が作り上げてきた伝統をこれから一番上の代になる者として責任感をもって一回一回の演技を大事にしてやっていきます。

国体を終えて

北脇 爽 北海高校2年

今回、国民体育大会に出場して学んだことは、個人戦も団体戦も全員がチームになって北海道代表として戦うということです。他の競技と合わせた成績で順位が決まるので責任をもって臨みました。個人は、自分に任せて頂いた種目を悔い無く踊ることを目標にしました。本番までにイメージトレーニングや、たくさん動いて自分の気持ちもコントロールできたので自分の納得する演技ができました。団体は、この演技を踊るのも3年生と踊れるのも最後だったので今まで練習してきたことを一本で出すことを目標にしました。本番は、少しのミスはあったものの5人が一つになり、楽しく踊れて、自分達の中でもいい演技をすることができました。サポートして下さった方々、応援して下さいました方々に感謝の気持ちを伝えられたと思うので良かったです。今回、学んだことや、経験したことを絶対、来年に繋げて今回よりも上にいけるように日々、成長していきます。

国体を終えて

上杉 永遠 北海高校2年

私は、今回の国民体育大会にサポートとして参加させて頂きました。国民体育大会に参加するということは、本当に貴重な経験だということを実感しました。この大会に参加出来たことを本当に嬉しく思います。今回は、普段の行動などが演技にも繋がっていくということを実感しました。他にも沢山のことを学ばせて頂くことが出来ました。今回の大会で学んだことは、無駄にせず必ずこれからは活かして繋げていきたいと思っています。個人の本番では、ミスが多く悔しい結果となってしまいましたが団体で挽回することができました。団体は、この演技で試合に出るのが今回で最後だったので、最後に先生や札幌から応援に来てくださっている方々に良い演技を見てもらうことができ良かったです。来年は、自分も選手として参加

して、今よりもレベルアップして大会に臨み、今回の悔しい思いなどをリベンジできるようにしたいです。来年は、もっと上にいけるようにこれからの日々の練習も頑張っていきたいと思っています。