



▲跳躍グループのリーダーとして、メンバーの記録が伸びるよう、練習メニューを考えることもある。



▲「走高跳は個人競技ですが、陸上部のみんなと練習するのが楽しいんです」と赤松さん。

「自分で考え、発展させていける走高跳をもっと極めて、オリンピックを目指したい。」

高校時代から走高跳を始め、大学2年生で「清流の国ぎふ栄誉賞」を受賞。第84回日本学生陸上競技対校選手権大会で優勝し、第100回日本陸上競技選手権大会では第4位に輝いた赤松諒一さん。自分に合った練習スタイルの構築や保健体育の授業での学びが結果に繋がっているという。そんな赤松さんを顧問の原田憲一教授も「日本一を狙える実力の持ち主」と高く評価する。

1つのことを極めるこの競技は、自分で課題を見つけ、考え、変えていけるのが魅力です。

普段は短距離走で脚力アップ、跳躍練習は記録会や大会で。岐阜大学の陸上部に入学したのは、地元の国公立大学であること、高校時代の顧問や先輩から、陸上指導に長年携わっている原田憲一先生が顧問をされていること、部の雰囲気が良いことを聞いていたことが大きな理由です。実際は、アットホームな雰囲気ながらも互いに切磋琢磨している環境。選手同士、アドバースし合うことも多く、ムードがとてもしっかりと、普段、僕たち跳躍の選手は短距離ブロックと一緒に走る練習がメインで、踏み切り時にスピードに耐えながらも高さに変えられる脚力を身につけています。バーを跳ぶ練習は大垣市の陸上競技場を個人的に借りて月に約1回程度行うのみ。そのため県外の記録会や大会に積極的にエントリーして、練習の一環として試合に出場しています。昨年の日本学生陸上競技対校選手権で優勝できたのも、普段から試合の緊張感の中で跳ぶことを積み重ね、精神的にも鍛えられたことが大きいと思っています。

また、原田先生をはじめ多くの指導者から、空中での姿勢や助走について助言をいただきますが、その中から自分の跳躍にプラスになると思うものだけを取り入れています。今の課題は空中での姿勢のバランス。どんな姿勢が良い記録に繋がるか、常に考えながら練習を行っています。繰り返し跳ぶ中で課題を見つけて改善し、自分で考えて技術を発展させる。それが走高跳のおもしろいところです。

練習だけではなく、大学の授業もまた、走高跳の技の向上に繋がっています。特に小・中学校教育の保健体育の授業で習った「起こし回転」は助走で得たスピードと力を、踏み切りで上へと変換させる技ですが、走高跳の跳躍に通じるものがあり、自分の競技スタイルに大きな影響を与えました。また武道など、未経験の競技も挑戦してみると楽しいことを実感。将来は学校の先生になって体を動かすことの楽しさを子どもたちに伝えたいと思っています。先生になっても、陸上は続けたい。2m27cm以上跳べるようになることが今の目標です。夢は4年後の東京オリンピック出場。世界のレベルに追いつけるように、跳び続けたいと思っています。



「第84回日本学生陸上競技対校選手権大会」優勝
「清流の国ぎふ栄誉賞」受賞

赤松 諒一 さん

岐阜大学教育学部 学校教育教員養成課程 保健体育講座3年



陸上部顧問で教育学部保健体育講座の原田憲一教授は「赤松くんはとても真面目で頭が良い学生です。自分に何が足りないかを自分で考えられるところ、また判断力やセンスの良さが結果に現れています」と高く評価する。「スポーツ選手は時に自分を大きく見せることもありますが、彼の場合は大変謙虚。それが内面の強さにも繋がっています」。さらに今後については、「さまざまな指導の中から自分に必要なものを吸収する力もあり、持っている潜在能力と感覚のすべてを発揮できればオリンピックに行ける実力もある。その力を最大限発揮できる環境作りに気を配っています」と期待を込めて話す。



大会新記録	自己ベスト更新	大会新記録	岐阜県高校新記録	実績
<p>平成28年 大学3年生</p> <p>2016水戸招待陸上 優勝 [2E10.81]</p> <p>第82回東海学生陸上競技対校選手権 優勝 [2E16.81]</p> <p>2016日本学生陸上競技個人選手権 第3位 [2E17.81]</p> <p>第69回西日本学生陸上競技対校選手権 第3位 [2M18.81]</p> <p>第100回日本陸上競技選手権 第4位 [2M20.81]</p>	<p>平成27年 大学2年生</p> <p>2015日本学生陸上競技個人選手権 第5位 [2M14.81]</p> <p>第99回日本陸上競技選手権 第8位 [2M05.81]</p> <p>第58回東海陸上競技選手権 優勝 [2E16.81]</p> <p>第84回日本学生陸上競技対校選手権 優勝 [2E25.81]</p> <p>第70回国民体育大会 第6位 [2M15.81]</p> <p>清流の国ぎふ栄誉賞 受賞</p>	<p>平成26年 大学1年生</p> <p>最優秀新人賞 受賞</p> <p>東海学生陸上競技連盟 優勝 [2E18.81]</p> <p>第41回東海学生陸上競技秋季選手権 優勝 [2E18.81]</p> <p>第83回日本学生陸上競技対校選手権 第6位 [2M05.81]</p> <p>第60回岐阜陸上競技協会強化記録会 [2M04.81]</p>	<p>平成25年 高校3年生</p> <p>第61回岐阜県高等学校総合体育大会 優勝 [2M09.81]</p> <p>第60回東海高等学校総合体育大会 2位 [2M04.81]</p> <p>平成24年 高校2年生</p> <p>第41回岐阜県高等学校新人陸上競技対校選手権 優勝 [2M02.81] 大金星</p> <p>平成23年 高校1年生</p> <p>岐阜県立加納高等学校陸上競技部に入部。走高跳を始める</p>	<p>目指すは東京オリンピック!!</p>