

○本渡南小6年 小松 夏音

私の楠浦陸上クラブでの思い出は3つあります。

1つ目は、3年生のとき松島アロマであった800メートルの大会で、1位になれたことです。初めて800メートルという距離を走って、これから今以上に練習を頑張って、もっと速くなろうと思うことができました。

2つ目は、リレーで1位になれたことです。女子4人みんなで協力して、1位をとることができて、とても嬉しかったです。また、去年の大会では、4位になってしまったので、今年の大会では、1位を取れるように頑張りたいです。

3つ目は、駅伝で2位になったことです。私以外の人はみんな6年生で私だけ4年生だったので不安でした。6年生の人たちと練習できたことで自分自身の成長にも繋がりました。本番では、私のところで越されて、悔しかったので今年は1位を取れるように頑張りたいです。

今後の目標は、800メートルで2分40秒をきることで、駅伝で1位になることです。そのために、練習を頑張りたいです。



○楠浦小6年 園田 莉子

私は小学2年生の時に楠浦陸上クラブに入りました。保育園の時は走るのが苦手ですぐに泣いていました。けれど、友達と一緒に走ろうと言ってくれて、最後まで走ることができました。そして「陸上に入らない？」と言ってくれました。それが楠浦陸上クラブに入るきっかけになりました。どんどん続けていくと、どんどん走れるようになり、記録も速く走れるようになりました。監督やコーチたちのご指導のおかげで走ることが楽しくなりました。

前に監督が走る時に「強い気持ちで走れ！」と言っていました。私は誰にも負けない気持ちで走りました。ときには、とてもきつい練習があったけれど、練習のおかげで今では自己新記録がでています。この陸上クラブに入ってよかったです。これからもいっぱい練習してもっともっと強くなります。だから、監督たちも私たちの成長を見守っていてください。

○亀川小6年 浦崎 友麻

私は、小学5年生で楠浦陸上クラブに入りました。足が速い人ばかりで、初めはついて行けませんでした。練習がとてきつくて「もう走りたくない」ということもありました。でも、だんだん友達ができ、練習が楽しくなりました。

楠浦陸上クラブの優しい皆さんのおかげで、



とても楽しかったし、頑張れました。監督、コーチの指導を受けて、だんだん練習についていけるようになりました。大会に出るのはとても緊張するけど、きつい練習を頑張ってきたのを思い出して、自信を持って走れるようになりました。大会は苦手だったけど、楽しみにになりました。

私の目標は、800メートルを2分30秒で走ることです。中学校ではバレーボール部に入って、バレーボールも陸上も頑張りたいです。これからも頑張ります。

○楠浦小6年 吉永 悠真

僕は2年生からクラブに入りました。入ったきっかけは走ることが好きだったから、もっと走りたいと思ったからです。実際クラブでの週2回の練習は長距離、短距離を走り込むきつい練習で、はじめの頃は結果が出ていたけれど、途中から練習が嫌になり休むことが多くなりました。そうすると体力も落ちてタイムが伸びなくなりました。

でも練習はきつかったけど、友達が頑張っているのを見てみると、僕もまたタイムを伸ばしたくなってきました。また監督やコーチから足が速くなるだけでなく、挨拶や返事も大切だと教えてもらったので、それも忘れずにやっています。その事は中学生になっても続けていきたいです。これからも陸上を頑張りたいです。



○楠浦小6年 小多 和希



僕が楠浦陸上クラブに入ろうと思ったきっかけは、2年生のころお兄ちゃんが走っているのを見て、面白そうと思ったからです。もともと運動が好きだったので喜んで入りました。それから一生懸命クラブをできるだけ休まずに練習をがんばりました。5年生からは走り幅跳び、6年生からジャベリックボール投げを始めて、どちらも大会などで全力で頑張っています。

もともと走るのが速くなかったから、練習をがんばって、陸上の大会の100メートルや800メートルなど、学校の運動会、持久走大会などで自己新記録が出た時や、自分の成長を感じれたときはとてもうれしかったです。中学生になっても陸上を続けようと思っているので、これからの練習も一生懸命頑張ろうと思います。

○本渡南小6年 上嶋 ゆき南

私のクラブでの思い出で心に残った事は2つあります。1つ目は、今年のナイター陸上です。100メートルでは今までは17秒位だったけど、16秒と言うタイムになってとてもうれしかったです。1秒もタイムを縮めることができました。そして800メートルの方でも1秒タイムを縮めることができました。3分04秒から3分03秒になりました。とてもうれしかったです。練習の成果が出たと思います。

2つ目は、去年のRKK学童駅伝で1.5キロメートルを走ったことです。今までの大会より距離が長かったのでとても緊張しました。でも、ゆまちゃんと話をたくさんしてたら、緊張がほぐれていきました。そしてタスキをもらって走っていたら、楽しいと言う気持ちと頑張ろうと言う気持ちがありました。結果10位内の8位を取ることができました。嬉しかったです。大会が終わった後のみかんジュースはとてもおいしかったです。今年もがんばります。

これからの目標は、小学生最後の陸上を楽しむことも大事だけど、練習をせいっぱい頑張ることです。私は2年生ぐらいから陸上を始めました。それからもう4年たったと思うといっしゅんでした。今までの練習や大会をふりかえるたんびに楽しかったなあと思います。そして、これから陸上に行けない日もあるかもしれないけど練習を頑張りたいです。



○楠浦小6年 下門 彩音



私が楠浦陸上クラブに入った理由は、走ることが好きで、足が速くなりたかったからです。最初は練習がきつくて陸上をやめようとも思った時もあったけど、大会でタイムが伸びると練習も楽しくなりました。

思い出に残っていることは二つあります。一つ目は4年生の時、熊日学童オリンピックのリレーで優勝したことです。初めて熊本のスタジアムで走ったけど、きんちょうせずに走れたし、みんなのバトンもうまくって優勝できました。

二つ目は、日清カップ熊本県予選会で優勝し、全国大会に出場できることです。メンバーとしては走れないけど、みんながいい走りができるように一生懸命応援して、私も100メートル走で自己ベストが出せるように、毎日の練習をがんばっていきたいです。

○亀川小6年 岸上 ひまり

私が陸上を始めたきっかけは、姉が陸上をしており、母に勧められたからです。小学校1年生の頃から始め、最初は体力がなくて長距離の練習についていくことができず、練習がきつくて嫌でした。しかし、高学年になっていくごとに長距離やきつい練習も少しずつ走れるようになり、短距離も記録が伸びるようになりました。また自己新記録が出せるようになり、記録が伸びるととても嬉しく、大会に出るたびに自己新を意識するようになりました。

私は陸上を通して目標を持つ事はすごく大切なことだと思いました。だから私は短距離の記録をもっと伸ばして自己新を出すために、これからも長距離やきつい練習を頑張っていきたいと思います。私のこれからの目標は100メートルで14秒を切って13秒台になることです。その目標を達成するためにも、陸上の練習を頑張っていきたいと思います。



○亀川小6年 山田 健太



1年生から陸上を始め、いろいろなクラブのイベントや大会で経験を積むことができ、よかったです。年に1度のクラブのイベントは頑張る元となっていたと思います。特に5年生の時にクラブでの初めて県外に行った、鹿児島島の登山がとても楽しかったです。登山の時に頂上で弁当を食べてみんなで良い思い出ができたことです。これまで陸上を続けられたのも、仲間たちのサポートがあったからだと思います。

中学生になってからも陸上をがんばり、中学駅伝などの代表になれるようになりたいです。将来の夢は、陸上選手として、オリンピックや世界陸上で活躍することです。そのためにも中学生になったらいろいろなことにチャレンジし、多くの経験を積んで世界に羽ばたいていきたいです。

○稜南中1年 嶋尾 勇作

僕の思い出は、4年生の熊日学童オリンピックの4×100メートルリレーで優勝したことです。初めてのリレーということとても緊張していたけど、予選が1位通過だったから、決勝でもなんとしてでも1位を取りたいと思いました。決勝がスタートし

アンカーの僕に1位で渡ったときに、フォームのことを忘れてがむしゃらに走り1位でゴールすることができました。最高の仲間4人でつかみ取った1位だったと思いました。この感動は一生忘れることのない最高の思い出になりました。

これからはこの良い経験を生かして、また陸上クラブで習ったことを存分に発揮して、オリンピックや世界選手権に出られるような陸上選手になってたくさん活躍したいです。

○稜南中1年 久保 瑛太

僕は、小学1年生から楠浦陸上クラブに入って、4年生では熊日学童オリンピックの4×100メートルリレーで1位を取りました。金メダルをもらってうれしかったです。5年生になって練習がきつくて行きたくない日もありました。だけどネクストも水・土曜日の練習もほとんど休まず行きました。

6年生ではキャプテンになりました。その1年間だけはふざけずにがんばりました。大会では800メートルでタイムが7秒縮めることができ、好きになりました。休まず練習に行っていたので、かいきん賞ももらいました。

中学生になって1500メートルに挑戦しています。最初の大会では走りたくないとか、長い距離だと思い、タイムもあまり良くなかったけど、これからは自分の記録を更新できるように頑張っていきます。

○稜南中1年 竹井 蒼円

僕は足がもっと速くなりたいと思い、楠浦陸上クラブに入ることを決めました。初めは知り合いがいないことや、自分と周りの走力の差に不安がありました。しかし、優しい監督やコーチ、たくさんの友達に囲まれ、走ることがとても楽しくなりました。今後の目標として常に良い走りができるように、本気で練習をしたりアップをしたりして、自己新を出せるように努力をしたいと思います。

これからも仲間と共に楽しく本気で陸上と向き合っていきたいです。



○稜南中1年 山田 結心

僕が楠浦陸上クラブに入ったのは、小学2年生の夏でした。最初は、ただ走ることが好きで、速くなりたいという気持ちだけでいっぱいでした。練習は、決して楽なものではありませんでした。思うように走れず、記録も伸びず、落ち込むこともありました。それでも、同じ目標に向かって共に努力するチームのみんなの温かさをたくさん感じました。

僕たちの楠浦陸上クラブが25年間も続いてきたのは、たくさんの先輩たちやコーチ、そして応援してくれる地域の方々のおかげだと思います。今までの先輩たちが一生懸命練習して、たくさんの大会で活躍してきたことを思うと、僕ももっと頑張ろうと思います。

楠浦陸上クラブでは、速く走るだけでなく、チームワークの大切さや、仲間と一緒に努力することの大切さを学んでいます。辛い練習のときでも、みんなと一緒に頑張れるし、少しずつでも成長している自分に気付けると嬉しいです。

これからも楠浦陸上クラブの一員として、たくさんの大会に出て、自分の限界に挑戦していきたいです。そして、目標タイムを更新出来るように日々練習を頑張りたいです。

最後に、25年間楠浦陸上クラブを支えてくれた皆さんに感謝の気持ちです。本当にありがとうございます。これからも、僕たちは全力で走ります！



○本渡中1年 脇川 昂



僕は最近、楠浦陸上クラブができて25年がたったと聞きました。今まで陸上をしていて25年もたっているなんて全然知りませんでした。その中で、僕は4年間も所属していました。僕が陸上に入ったきっかけは、親に入れと言われたからです。最初は入りたくなかったけど、いざ入ってみると、友達もできて足も入る前より速くなりました。

クラブに入って学んだことは2つあります。1つ目は努力することの大切さです。僕はあまり足が速くなかったけど、それは日々努力をしていかなかったからだとわかりました。2つ目は昨日の自分に勝つことです。今僕はサッカーをしています、練習で昨日よりも上になるようにしています。今やっているサッカーでは陸上のことがけっこう活かされていると思います。こういうことも考えるとありがたかったなあと思いました。最後に25周年おめでとう。そして、ありがとう楠浦陸上クラブ。

○河浦中2年 濱崎 蓮



僕が楠浦陸上クラブに入ったのは6年生の時です。最初はなかなか空気になじめませんでした。また練習のときにはペースについていけない自分がありましたけれど、だんだんとコミュニケーションを取ることができるようになり、友達をつくることができました。

また松島での山登りでは、仲間と一緒に山登りすることで、さらに仲を深めることができました。

今陸上をしている自分がいるのは、監督やコーチ、保護者の皆さんのおかげで今の力強い自分がいると思います。本当に感謝しています。これからもネクストやクラブの練習に参加して、自分の力を高めていき大会で目標達成したいです。

○稜南中2年 江平 芽彩

私は、小学5年生から陸上を始めました。その中でいちばん心に残っているのはRKK学童駅伝で2位を取ったことです。初めは練習する時間も増えてきつい練習ばかりで嫌だなあと思うこともあったけど、どんどん体力がついていき、だんだん走ることが楽しくなってきました。その結果2位を取ることができたので嬉しかったです。また私はアンカーだったので、走る前はプレッシャーがあるから嫌だったけど、走ってみるとけっこう大丈夫だったのでよかったです。前の人は越せなかったけど一生懸命走ることができたのでよかったです。

これからの目標は800メートルで2分30秒を切ることです。そのためにしっかり練習に参加し、体のケアも忘れずにしていきたいです。



○稜南中2年 濱崎 理央

私は、小学校1年生から陸上を始めました。最初はアップと流しだけで息が切れていましたが、日々練習を積んでいくと走れるようになり成果が得られるようになりました。そのため、個人では大会で自己ベストを出すことができたり、団体では RKK 駅伝で準優勝するなど良い思い出を作ることができました。

また、リレーに出たりマラソン大会に出たりと楽しい時間を過ごすことができで良かったです。陸上はとてもキツイですがとてもためになる競技なので、これからも楽しく続けていけたらいいなと思います。



○河浦中2年 石井 大愛輝



陸上に入った理由は、走るのが好きで、速くなりたい、友達も陸上をやっていたから自分も陸上をやりたいと思ったからでした。陸上に入ってから1年くらいになりますが、最初は練習がきつく感じました。今は少し慣れてきたように感じ、少しはきつけれど楽しいです。今後の目標は、自己ベストをさらに超えることです。そのために家での練習やクラブでの練習を頑張りたいです。でも、前、走りすぎて腰を痛めてしまったので、気をつけて走りたいです。これからも、頑張って陸上で走るのでもよろしくをお願いします。

○本渡中3年 本崎 秀虎

僕が陸上を始めた理由は、小さい頃走るのがとても好きだったからです。

2年生初めての大会では17秒2でした。4年生の時に初めてえがお健康スタジアムで走りました。えがスタは天草の陸上競技場よりとても大きくてビックリしました。本番前は観客の人が多くとても緊張しました。結果は15秒51の4位で3位とは0.02秒差でメダルはもらえなかったけど、とても大きな賞状を貰える事が出来たので嬉しかったです。

1年後同じ大会に出場しました。タイムは15秒47と0.04秒しか速くなりませんでした。1年後は800mに出場しました。結果は2分39秒で13位でした。5年間で3秒も速くなりました。



中学になってからは、大会には本渡中に出ることにしました。中1年の頃はタイムが0.2秒しか伸びなくて中1年の中では遅かったです。中2年の頃の最初の大会は13秒6で初めて13秒台に突入する事が出来て嬉しかったです。200mは26秒5でした。最終的に100mは13秒15までタイムが伸びました。

中2年のナイター陸上で初めて400mに出場しました。結果は59秒95でした。呼吸法などが分からずとてもきつかったです。県であった時も59秒台でした。クラブ先輩の岡村太陽君も見に来ていました。その時「50秒台で走ろうね」と言われました。その日から400mを専門的に頑張ってきました。中学選手権では54秒03を出す事が出来ました。通信陸上は4位、県中体連では5位で自己ベストは出せなかったけど54秒台を維持する事が出来ました。

今後の目標は高校生で49秒50を出す事と岡村太陽君の400mの記録を越す事です。その為に日頃の練習から精一杯頑張ってお練習したり、体力をつける事を頑張りたいです。

○稜南中3年 嶋尾 若那

私は小学校2年生の時に陸上に入りました。これまで約7年間陸上をして1番心に残っているのは、小学校6年生の熊日学童オリンピックの4×100mリレーで優勝したことです。4、5年生の時は3位で、メダルがもらえてうれしかったと言う気持ちもあったけど、1位になれなくて悔しいと言う気持ちもありました。



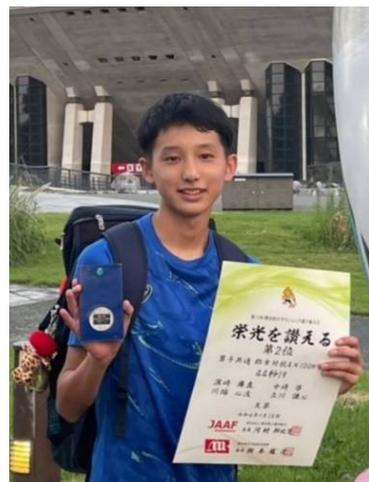
またアンカーと言うプレッシャーもありました。陸上クラブでたくさん練習してきたことが、最後の熊日学童オリンピックで本番に活かして優勝できたのですごく嬉しかったです。

中学校に入ってからは、なかなか100mの記録が伸びなくて悔しかったけど、ハードルを練習して中学校2年生の時に大会に出れてよかったし、タイムも良かったので嬉しかったです。中学3年生では春に肉離れになって大会に全然出れなくてとても悔しかったです。今は駅伝を学校で頑張っているから、これから長距離も頑張っていきたいと思います。高校でも陸上を頑張ります。

○稜南中3年 立川 謙心

僕の陸上での思い出は、中学生になって初めて100メートルで決勝まで残れたことです。その日は、今年で最後の郡市中体連で、最終種目が100メートルでした。決勝ということで、周りの人はとても速そうでした。頑張って走った結果は6位でしたが、自己ベストを出せたので、嬉しさの方が勝っていました。それから僕は陸上にはまりだし、大会ではほぼ決勝に行けるようになりました。そして中学生最後の天草選手権で、自己ベストの11秒台をマークすることができました。この思い出は一生忘れられません。

これからの目標は郡市対抗リレー優勝や高校でインターハイに行って、最終的には9秒代をマークできるような選手になりたいです。



2024. 8. 22 NEXT 茂木根海水浴場にて練習

～卒業生文集～

○卒業生 宮崎 美美（高校1年） 亀川小出身 熊本市在住



私は、小学5年生の時に楠浦陸上クラブに入りました。入部体験に行った時にクラブのみんながたくさん話しかけてくれたのが嬉しくて、すぐに入ることを決めました。

楠浦陸上クラブはクラブ生みんなの仲が良く、お互いに楽しく競い合いながら自分を成長させることができました。普段は短距離の練習も長距離の練習もあって、バランスよく走力をつけることができました。クラブで練習を積んだおかげで学校のマラソン大会で、ライバルの子に勝った時は本当に嬉しかったのを覚えています。

陸上の練習はきついことも多いけど、大会で良い結果を出したり、過去の自分を越えたときの達成感はとても大きいです。また大会などを通してたくさんの陸上仲間と出会うことができます。私は楠浦陸上クラブに入ってから陸上の楽しさを知り、大切な仲間とも出会えました。私は今、高校で陸上をしていますが、これから先も仲間と一緒に走り続けたいと思います。

○卒業生 岡村 空（高校1年） 楠浦小出身 熊本市在住



小学1年生から楠浦陸上で陸上を始めて、今も楽しく陸上を続けています。きついこともたくさんあったけど楠浦陸上での練習や楠浦陸上のみんなのあたたかい応援を思い出してこれまで頑張ってきています。これからもっと活躍できるようにがんばります！

○卒業生 山下 華那（高校3年） 亀川小出身



陸上クラブで1番心に残っている事は小学生最後のRKK学童駅伝です。大好きな同級生5人で初優勝しました。小学生の私にとっては、練習もハードな時もありましたがその後の部活や学生生活に生かされています。ご指導に感謝しています。

○卒業生 岸上 あかり（高校3年）亀川小出身



私は小学校6年から陸上をはじめ、短い間でしたがチームメイトにも恵まれ、様々な大会で自己ベストを出したり、入賞したりすることができました。特にRKK学童駅伝では優勝でき、これをきっかけに高校まで陸上を続けることができました。

これからきついこともたくさんあると思いますが、この頑張りを自分自身の糧にして頑張っていきたいです。

○卒業生 原田 美空（高校3年）亀川小出身



クラブでの思い出は小学6年生のときにRKK学童駅伝で優勝したことです。大中監督のメニューをこなすようになってから急激に記録が伸び、成長する喜びを実感しました。

練習はきつければきついほど楽しいと、監督に頼んでメニューをハードにしてもらうほど走ることが大好きになりました。今も大好きです！

○卒業生 玉田 有梨沙（高校3年）楠浦小出身



思い出は小学校6年生最後のRKK学童駅伝で同級生と思い出を作るのに走ったのが優勝した事です。優勝があまりなかったので最後に出来てテレビにも映ったことがびっくりしたのを覚えています。今後は天草で介護の仕事をしたいと思っています。