

## 柔道部

### 近畿体重別

近畿高等学校柔道体重別選手権大会が、1月28日(土)に、兵庫県立武道館にて開催されました。

60kg級に出場した頭徳大晴(1年明石市立望海中)は、2回戦より出場し、福本(近江高)に抑え込みで1本勝ちし、3回戦松田(初芝橋本高)には、袖釣り込み腰で有効勝ち、準決勝は中留(京都文教高)に指導1、そして決勝では、福田(比叡山高)から大内刈りで1本を取り、県大会に続く優勝を飾りました。

66kg級には、2名出場しました。

高橋寛多(1年小野市立小野中)は、1回戦金成(比叡山高)に指導1で勝ち、2回戦矢野(天理高)に小外刈りで1本

勝ち、3回戦では、鎌田(神戸国際)に敗れて、ベスト8でした。

同階級の洪田駿斗(2年神戸市立玉津中)は、1回戦で、川上(上宮高)に有効で敗れました。

90kg級の戸田将太(2年神戸市立井吹台中)の1回戦は、斎田(比叡山高)を抑え込んで1本勝ち、2回戦の山下(和歌山北高)に大内刈りで1本勝ち、3回戦は吉村(東海大学付属仰星高)に指導2で敗れてしまいました。

しかし、全国でも飛び抜けて強いといわれていた対戦者に、僅差の勝負ができたことは、高く評価でき、今後が期待できる結果といえるでしょう。

次週の土曜日、日曜日に、近畿高等学校柔道新人大会の男女団体試合が、ラクタブドーム(門真市)で開催されます。活躍を楽しみにしたいと思います。

なお、この大会は全国の予選にはなっていない。

## マラソン大会



絶好のマラソン日和の1月26日(木)に、神戸市東部臨海水際広場のなぎさ公園の海岸沿い4.3kmで行われました。

まず、1年生男子が9時30分にスタートし、その後女子、そして2年生男子の順に時間差のスタートで行われました。

恒例の育友会から贈られたスポーツ飲料をゴール後に手渡して頂きました。寒い中、朝早くから保護者の皆様方には、感謝申し上げます。

上位入賞者には、表彰状と、タオルやネックウォー

マー、手袋などの賞品が贈られました。

【上位表彰者】  
1年男子1位永井瑠樹(神戸市立歌敷山中)、2位松本優雅(同住吉中)、3位瀬戸太陽(西宮市立西宮浜中)、4位沖原雅也(明石市立魚住東中)5位永広将輝(同野々池中)

女子1位富永夢希(2年明石市立望海中)、2位黒田優莉(1年神戸市立須佐野中)、3位大西由姫(2年高砂市立松陽中)

2年男子1位北川一樹(神戸市立湊川中)、2位倉光壮郎(明石市立魚住中)、3位今井孝紀(神戸市立有野北中)、4位大山祥希(稲美町立稲美北中)、5位院瀬見直也(神戸市立原田中)



**ちょっと一言** 目的地に向かって進もうとしても、自分の現在地が分からなければ、最適なルートも、方法も用意できない。また、真逆の方法に進んでしまう可能性さえ出てくる。人生においても同様で、多くの方は「今の自分」を知ることに対して、無意識に抵抗してしまう。自分の現在地を知る方法は、「自己評価」です。「笑顔」「コミュニケーション」「向上心」などの項目ごとに点数をつけてみよう。するとうまくいっているところと、足りないところが見えてきて、次にやるべきことがわかってくる。精神面だけでなく、技術や体力、睡眠、教科の内容について、定期的に繰り返し評価することが大切。