

# 静岡葵ACたより

令和7年 2月 5日 (2月号)

## I 令和7年2月・3月の練習計画

### ① 2月の横内小学校グラウンドでの練習日

・5日(水)・7日(金)・12日(水)・14日(金)・19日(水)・21日(金)・26日(水)・28日(金)  
合計8回

### 3月の横内小学校グラウンドでの練習日

・5日(水)・7日(金)・12日(水)・14日(金)・19日(水)・21日(金)・26日(水)・28日(金)  
合計8回

### ② 2月・3月の西ヶ谷競技場での練習

・2月2日(日) 集合時間 8時45分 練習開始時間 9時00分 (2時間半程度の練習を行います)  
・3月23日(日) 集合時間 12時45分 練習開始時間 13時00分 (2時間半程度の練習を行います)  
参加者 団員全員  
持ち物 スパイク、水筒、タオル、帽子、着換え等  
競技場利用代として100円  
その他 雨天中止(雨が降ったり止んだり程度なら実施、不明の時はコーチ電話をしてください。)

## II 令和6年度卒団式および令和7年度開団式の開催について

- 1 日 時 令和7年3月26日(水) 17時開始 雨天中止の場合は3月28日(金)  
II 会 場 (横内小学校グラウンド)  
III 参加者 卒団する6年生・進級する1年生から5年生の団員・新規入団者  
6年生の保護者及び役員として参加しなければならない方のみ参加してください。  
IV 式次第(案)  
卒団式 ① 卒団生を送る言葉 ② 在団生を励ます言葉 ③ 団員の皆さんへ  
④ 記念品の贈呈(卒団生より・卒団生へ)  
開団式 ① コーチ紹介 ② 参加上の注意等 ③ 諸連絡  
※ 式終了後、新規入団者は入団手続、子供はグラウンドで練習を行う  
V その他  
① 入団希望の新1年生・継続団員で、(横内小学校グラウンド)での入団式に出席できない小学生は、次のように対応してください。  
◎令和7年3月28日(金)以降の練習日に入団の手続きをして下さい。  
② 車で来ることのできない団員、当日車で送ってもらえない団員は、近所の団員に同乗させてもらってください。

## III インフルエンザ感染対策のお願い

昨年来インフルエンザ感染症が流行してきており、重症化する子供も見られます。今後、流行期に入ってくるので昨年もコロナウイルス感染症、及インフルエンザ感染症の予防に向けてお願いをしてきことを再度、確認しますのでご協力をよろしくお願いいたします。

- 練習は強制的ではないので、参加を控えたい人は、コーチに連絡して練習に参加しなくても良いです。
- 家を出る前に検温をし37.5℃以上の方は、練習に参加をしない。
- 横内小学校へ来るまでの間は、マスクをつけて来てください。練習中はマスクを外しても結構です。
- トイレを使用した後は必ず手洗いをしっかり行ってください。
- 出席簿に○や名前を記入してください。(団員の健康状態の把握をしています)  
・団員はプール下の部屋にある出席簿に必ず○を付けて下さい。
- 飲み物、タオルその他、自分の物を他人に貸したり借りたりする事の無いようにお願いします。
- 家庭内で体調を崩した人がいた(インフルエンザ感染でなくても)場合は、コーチに連絡して練習に参加しなくてもよいです。

## IV 大会入賞者

### 第22回 静岡市民継走大会

令和7年1月12日 静岡市西ヶ谷総合運動場陸上競技場、陸上競技場周辺コース

入賞おめでとうございます。よく頑張りました!

#### 小学生男子の部

2位 静岡葵AC—A ( 金谷隆太郎6、高島 譲5、フレッチャー陽輝4、照井紳太6、宮本真慧4 )

通過タイム 4分33秒34 8分56秒68 13分26秒78 17分48秒29 22分24秒76

区間タイム 4分33秒34 4分23秒34 4分30秒34 4分21秒01 4分36秒47

6位 静岡葵AC—B ( 曾根匠馬4、山本心輝4、萩原大雅3、照井貫太4、金谷駿太郎4 )

通過タイム 4分33秒34 10分36秒99 15分42秒96 20分42秒18 25分18秒94

区間タイム 5分12秒64 5分24秒35 5分05秒34 4分59秒21 4分36秒75

静岡葵AC—C ( 落合唯喜3、迫田徳真4、桑原 雷4、青島俊純6、大村琉翔5 )

通過タイム 5分47秒14 11分07秒94 16分39秒29 21分40秒55 26分59秒18

#### 小学生女子の部

5位 静岡葵AC—A ( 中村彩夏4、藤川知春5、川口聖奈6、堀川栞七4、宮本雛希5 )

通過タイム 5分08秒20 10分08秒45 15分52秒98 21分04秒45 26分01秒93

区間タイム 5分08秒20 5分00秒25 5分45秒64 5分12秒47 4分52秒50

静岡葵AC—B ( 深澤 藍6、榎守 舞6、河村季来4、中島咲那3、中村奈那4 )

通過タイム 5分18秒18 11分00秒23 16分48秒87 22分21秒05 27分35秒06

### 静岡葵ACを盛り上げていきませんか

静岡葵ACを立ち上げてから20年余を経過しました。その間皆様方のご協力を得て順調に成長してきました。

静岡葵ACでは、子供たちがスポーツを通して、仲間づくり、体力の向上、強い精神力の育成を目指して練習

をしてきました。しかしコロナの発生や大会の縮小を機に子供たちが減少して、今は少し寂しい状態になって

います。コロナの発生により室内に閉じこもる子供も増え外へ出て、思いっきり体を動かそうという子供も減

ったように思います。少子化に伴い他のスポーツへの参加者も減ってきているようですが、陸上競技はすべて

のスポーツの基本です。多くの子供たちが、陸上競技を通して大きく成長してくれると嬉しいと思っています。

是非皆さんで静岡葵ACを盛り上げていきませんか。皆さん、どの学年と言わず子供がたくさん入団して活発

に活動が出来るよう応援してください。

### 雑記

以前、学校に勤めていた時、この1月・2月・3月のことを、行く・逃げる・去る、と言って、あっという間に時間が過ぎていくことを言っています。この3ヶ月、目標はあるのだが焦る気持ちから何も手につかないで終わってしまう子、目標に向かってコツコツと計画通りに進めていく子、この両者は、新年度を迎えた時、以前にも増して大きな差が生じてのスタートとなります。そこで、葵ACの皆さんは、継走大会が終わり、4月のリレーカーニバルまで大会の無いこの時期、行き当たりばったりでなく目標に向かい計画的に練習が出来るのでしょうか。陸上競技の場合この時期は、走の技能づくり、走の持久力づくり、そして、体力づくりと目標を設定して取り組む時期になります。特に小学生、中学生の時期は、一生の内でも二番目に心身が発達する年代になりますので、やりたいことだけを取り組んだり、行き当たりばったりではなく、計画的にどんなことでも一生懸命に取り組むことが、より効率よく発達が促されます。来年度、大きく成長することを期待しています。