

平成 27 年度大会結果

4/11 地区別記録会

男子 100m	増田裕介 11"30(+4.9)	難波夏貴 11"79(+5.7)
	寺尾伊織 11"76(+6.7)	
男子 200m	浅野凉也 24"21(+4.7)	寺尾伊織 23"92(+3.8)
男子 400m	浅野凉也 55"33	高見悠太 54"61 PB
男子 800m	木村優作 2' 18"29	松岡優一 2' 18"15 PB
男子 1500m	木村優作 4' 52"96	松岡優一 4' 44"32
男子 5000m	岡田竜也 17' 06"71	森口勇輝 17' 30"69
男子 3000mSC	岡田竜也 10' 17"52	森口勇輝 10' 54"65 PB
男子走高跳	井上晃輔 1m75	富永将史 NM
男子走幅跳	難波夏貴 5m94(+3.1)	
男子やり投	桑田雄大 40m39	
男子 4×400m	寺尾・浅野・井上・富永 3' 34"49	
女子 100m	大坂菜月 13"74(+5.3)	力士千紗 15"37(+5.8)
	川原千緒里 13"75(+1.6) PB	中江陽菜 13"58(+1.6) PB
	平山遥奈 13"19(+2.0) PB	
女子 200m	大坂菜月 28"47(+3.5)	力士千紗 32"03(+3.5)
女子 800m	大西由莉 2' 42"70	城谷芽生 2' 45"45
	三輪菜月 2' 50"76	井原綾里 2' 47"27 PB
女子 100mH	平山遥奈 15"22(+3.1)	中江陽菜 17"18(+3.1)
女子やり投	永井琴音 30m62	
女子走高跳	川原千緒里 1m50	
女子 4×100m	永井・中江・川原・平山 52"67	

4/18・19 春季記録会

男子 800m	高見悠太 2' 07"43	
男子 1500m	松岡優一 4' 36"18	木村優作 4' 50"27
男子 5000m	森口勇輝 16' 53"93 PB	
男子 3000mSC	岡田竜也 10' 07"79	森口勇輝 10' 35"81 PB
男子やり投	桑田雄大 40m79	
女子 100m	大坂菜月 14"21(-1.5) PB	力士千紗 16"23(-1.4)
女子 800m	大西由莉 2' 44"65	城谷芽生 2' 41"38 PB
	井原綾里 2' 47"80	三輪菜月 2' 49"05

4/25 リレーカーニバル

女子走高跳	川原千緒里 1m55 9位	
男子 4×400m	増田・寺尾・浅野・井上 3' 28"92 組 4位	
女子 4×100m	大坂・中江・川原・平山 51"96 組 4位	

5/4・5 姫路市陸上競技記録会

男子 100m	増田裕介 11"33 (+1.2) PB	難波夏貴 11"68 (+1.5) PB
	寺尾伊織 11"78 (+1.4) PB	富永将史 11"96 (+0.0) PB
	桑田雄大 12"49 (+1.2) PB	
男子 200m	浅野凉也 23"84 (+3.5)	増田裕介 22"38 (+2.9)
	寺尾伊織 23"42 (+3.9)	葛川智博 24"07 (+3.9)
男子 400m	浅野凉也 54"46 PB	高見悠太 54"21 PB
男子 1500m	岡田竜也 4' 19"33 PB	上野拓貴 4' 26"51 PB
	木村優作 4' 40"71	松岡優一 4' 36"71
	松本出海 4' 45"78 PB	
男子 5000m	森口勇輝 18' 22"95	
男子 110mH	井上晃輔 17"82 (+3.5)	
男子走高跳	井上晃輔 1m86 PB	富永将史 1m70
男子やり投	桑田雄大 42m11	
男子 4×100m	難波・井上・寺尾・増田 44"13	
男子 4×400m	浅野・寺尾・増田・井上 3' 30"81	高見・松岡・岡田・木村 3' 41"88
女子 100m	大坂菜月 13"41 (+4.3)	力士千紗 15"31 (+2.7)
女子 200m	大坂菜月 28"31 (+2.8)	中江陽菜 27"20 (+3.8)
女子 400m	中江陽菜 1' 03"76	
女子 800m	大西由莉 2' 40"91	城谷芽生 2' 43"11
	井原綾里 2' 40"49 PB	
女子 1500m	大西由莉 5' 43"85	原田侑依 5' 21"11 PB
女子 100mH	平山遥奈 14"95 (+3.3)	
女子やり投	永井琴音 31m76	
女子円盤投	永井琴音 25m73	
女子 4×100m	大坂・中江・川原・平山 58"25	

5/9・10 西播大会 (インターハイ西播地区予選)

男子 100m	増田裕介 予選 11"40 (-1.3)	準決 11"32 (+0.1) PB
	決勝 11"41 (-1.2) (7位)	
	寺尾伊織 予選 11"89 (-2.4)	
	葛川智博 予選 12"36 (-1.0) PB	
男子 200m	増田裕介 予選 23"74 (-3.9)	準決 23"58 (-3.9)
	寺尾伊織 予選 24"21 (-4.4)	
	浅野凉也 予選 24"51 (-4.0)	
男子 400m	高見悠太 予選 52"52 PB	準決 57"18
	浅野凉也 予選 55"25	
	高木陽太 予選 53"86 PB	
男子 800m	高見悠太 予選 2' 11"47	
	木村優作 予選 2' 11"73	
	松岡優一 予選 2' 18"71	

男子 1500m	木村優作	予選	4' 42"41		
	松岡優一	予選	4' 48"57		
	松本出海	予選	4' 46"60		
男子 5000m	森口勇輝	決勝	16' 55"58	(29 位)	
男子 3000mSC	岡田竜也	予選	10' 07"82		決勝 9' 56"52 PB (5 位)
	森口勇輝	予選	10' 35"01	PB	
	上野拓貴	予選	10' 30"22	PB	
男子 110mH	井上晃輔	予選	16"76(-1.2)	PB	決勝 17"10(-2.0) (4 位)
男子走高跳	井上晃輔	決勝	1m83	(6 位)	
	富永将史	決勝	1m65	(17 位)	
男子走幅跳	富永将史	決勝	5m90(+2.9)	(18 位)	
	難波夏貴	決勝	5m88(+1.3)	(19 位)	
男子三段跳	難波夏貴	決勝	11m87(+1.5)	PB (17 位)	
男子円盤投	東 圭吾	決勝	21m86	PB (20 位)	
男子砲丸投	桑田雄大	決勝	8m81	PB (20 位)	
	東 圭吾	決勝	7m23	PB (22 位)	
男子やり投	桑田雄大	決勝	41m61	(11 位)	
男子 4×100m	難波・井上・寺尾・増田	予選	44"26		
	難波・井上・寺尾・増田	決勝	44"13	(7 位)	
男子 4×400m	高木・増田・寺尾・井上	予選	3' 29"26		
	浅野・高見・寺尾・井上	決勝	3' 33"01	(7 位)	
女子 100m	大坂菜月	予選	13"87(-2.1)		準決 13"82(-0.7) PB
	力士千紗	予選	15"55(-2.4)		
	中西夏鈴	予選	14"56(-1.0)	PB	
女子 200m	中江陽菜	予選	27"99(-3.0)	PB	準決 28"17(-3.1)
	大坂菜月	予選	29"07(-3.2)	PB	
	力士千紗	予選	33"13(-4.2)		
女子 400m	中江陽菜	予選	1' 06"19		
女子 800m	大西由莉	予選	2' 38"16		
	城谷芽生	予選	2' 37"56	PB	
	井原綾里	予選	2' 38"79	PB	
女子 1500m	大西由莉	予選	5' 29"84		
	原田侑依	予選	5' 16"51	PB	
	三輪菜月	予選	5' 50"73		
女子 100mH	平山遥奈	予選	15"66(-1.7)	PB	決勝 15"79(-3.4) (2 位)
女子走高跳	川原千緒里	決勝	1m50	(5 位)	
女子やり投	永井琴音	決勝	33m35	PB (3 位)	
女子円盤投	永井琴音	決勝	26m72	(5 位)	
女子 4×100m	大坂・中江・川原・平山	予選	55"66		
女子 4×400m	中江・平山・大坂・力士	予選	4' 26"77		

5/29・30・31 県大会（インターハイ兵庫県予選）

男子 100m	増田裕介	予選	11"31(+0.6)	PB	
男子 3000mSC	岡田竜也	予選	9'58"48		
男子 110mH	井上晃輔	予選	16"57(+0.9)	PB	
男子走高跳	井上晃輔	予選	1m80		
男子 4×100m	難波・高木・寺尾・増田	予選	43"43		
男子 4×400m	高見・増田・寺尾・浅野	予選	3'32"03		
女子 100mH	平山遥奈	予選	15"04(+1.0)	PB	姫路高校記録
		準決	14"91(+3.0)		
女子走高跳	川原千緒里	予選	1m50		
女子やり投	永井琴音	予選	NM		
女子円盤投	永井琴音	予選	NM		
女子 4×100m	永井・中江・川原・平山	予選	51"88		
女子 4×400m	中江・平山・川原・大西	予選	4'18"81		



県大会が終わり、68期の3年生は引退です。1からチームを引っ張り支えてくれた3年生に感謝。

県大会の壁は厚く、思ったような結果は出なかったかもしれませんが、平山の姫路高校新、増田、井上の自己記録更新と各々の目標は少しずつ達成できたのではないかと感じています。

これからは平山キャプテン、井上副キャプテンを中心に西播ユースで一人でも多くの県ユースを目指したいと思いますので応援よろしくお願いします。

6/14 明淡姫陸上大会

男子走高跳	井上晃輔	1m88	PB	5位
女子走高跳	川原千緒里	1m53		2位
女子 100mH	平山遥奈	15"98(-2.0)		2位
女子やり投	永井琴音	32m43		2位



6/27 姫路市高校記録会

男子 100m	高見悠太	12"34(-1.9)	PB	難波夏貴	11"95(-0.9)	
	高木陽太	11"44(+1.0)	PB	寺尾伊織	12"01(-1.7)	
	葛川智博	11"90(-1.9)	PB			
男子 200m	葛川智博	23"55(+0.1)	PB	寺尾伊織	23"50(+0.1)	PB
男子 400m	高見悠太	55"12		増田裕介	52"56	PB

男子 800m	松本出海	2' 17"30	PB	
男子 1500m	松本出海	4' 46"82		
男子 3000m	上野拓貴	9' 12"33	PB	
男子 5000m	森口勇輝	17' 10"44		
男子 3000mSC	森口勇輝	11' 00"62		
男子走高跳	井上晃輔	1m83		富永将史 1m75
男子走幅跳	富永将史	5m64 (+2.7)		難波夏貴 6m05 (+2.0) PB
	高木陽太	5m16 (+0.6)	PB	
男子円盤投	東 圭吾	21m37		
男子砲丸投	東 圭吾	7m79	PB	
男子 4×100m	難波・寺尾・高木・井上	44"50		
男子 4×400m	高木・増田・浅野・高見	3' 32"34		
女子 100m	大坂菜月	13"80 (-0.5)	PB	久保亜梨紗 14"54 (-1.7) PB
	中西夏鈴	13"83 (+0.3)	PB	宮脇せりあ 15"07 (-1.7) PB
女子 200m	中江陽菜	28"01 (-1.0)		大坂菜月 28"78 (-2.7) PB
女子 400m	力士千紗	1' 12"22	PB	
女子 800m	三輪菜月	2' 45"33		城谷芽生 2' 39"62
	井原綾里	2' 38"25	PB	原田侑依 2' 35"86 PB
女子 1500m	原田侑依	5' 23"69		
女子 100mH	平山遥奈	15"99 (-1.6)		
女子走高跳	川原千緒里	1m50		
女子三段跳	川原千緒里	9m52 (+0.0)		
女子 4×100m	大坂・中江・川原・平山	52"08		

7/11・12 兵庫選手権

男子 3000m	松本出海	11' 03"27	PB	
	上野拓貴	9' 24"76		
男子 4×100m	難波・寺尾・高木・井上	44"39		
男子 4×400m	高木・富永・寺尾・井上	3' 25"73	シーズンベスト	
女子 100mH	平山遥奈 予選	15"28 (-0.7)		B 決勝 20"11 (-0.6)
女子 4×100m	大坂・中江・川原・平山	51"85	シーズンベスト	

7/21・22 西播ユース

男子 100m	2年 寺尾伊織	1次予選	12"15 (-4.5)	
	2年 難波夏貴	1次予選	12"09 (-2.9)	
男子 200m	2年 寺尾伊織	1次予選	23"66 (-1.9)	2次予選 23"56 (-4.5) (5位)
男子 5000m	2年 森口勇輝	1次予選	18' 05"92	
男子 110mH	2年 井上晃輔	1次予選	16"41 (-1.4)	(1位) PB
男子 3000mSC	2年 森口勇輝	1次予選	10' 39"03	(7位)
男子走幅跳	2年 難波夏貴	決勝	5m91 (+3.2)	(10位)

	2年	富永将史	決勝	5m93(+6.1)	(8位)		
男子走高跳	2年	井上晃輔	決勝	1m90	(1位)	PB	
	2年	富永将史	決勝	1m75	(7位)		
男子100m	1年	葛川智博	1次予選	11"60(+2.0)	PB	2次予選	11"82(-2.8) (5位)
	1年	高木陽太	1次予選	11"38(-1.1)	PB	2次予選	11"54(-2.2) (2位)
男子200m	1年	葛川智博	1次予選	23"56(-2.8)		2次予選	23"43(-2.5) (2位) PB
	1年	高木陽太	1次予選	23"25(-0.9)		2次予選	23"10(-4.5) (1位) PB
男子800m	1年	松本出海	1次予選	2'15"91	PB		
男子5000m	1年	上野拓貴	1次予選	15'53"08	(3位)	PB	
男子3000mSC	1年	上野拓貴	1次予選	10'16"46	(2位)	PB	
	1年	松本出海	1次予選	12'20"80	PB		
男子砲丸投	1年	東圭吾	決勝	7m90	(4位)		
男子円盤投	1年	東圭吾	決勝	21m23	(6位)		
男子4×100m	難波・寺尾・高木・井上			1次予選	44"00	(7位)	
女子100m	2年	大坂菜月	1次予選	13"75(-1.1)	(7位)		
女子200m	2年	中江陽菜	1次予選	27"43(+0.6)	(3位)	PB	
	2年	大坂菜月	1次予選	28"14(+0.0)	PB		
女子400m	2年	中江陽菜	1次予選	1'02"61	(7位)		
	2年	力士千紗	1次予選	1'11"55	PB		
女子800m	2年	城谷芽生	1次予選	2'42"26	(5位)		
	2年	三輪菜月	1次予選	2'47"50			
女子1500m	2年	三輪菜月	1次予選	5'49"18			
	2年	井原綾里	1次予選	5'49"08			
女子100mH	2年	平山遥奈	1次予選	15"44(-1.3)	(1位)		
女子走高跳	2年	川原千緒里	決勝	1m60	(2位)	PB	
女子走幅跳	2年	井原綾里	決勝	4m57	(3位)	PB	
女子棒高跳	2年	城谷芽生	決勝	1m80	(1位)	PB	
女子三段跳	2年	川原千緒里	決勝	9m96(+1.9)	(2位)	PB	
女子100m	1年	中西夏鈴	1次予選	13"56(-0.6)	PB	2次予選	13"86(-3.2) (9位)
	1年	久保亜梨沙	1次予選	14"05(-1.7)	PB	2次予選	14"05(-1.4)
女子200m	1年	宮脇せりあ	1次予選	31"06(-1.0)	PB		
	1年	久保亜梨沙	1次予選	28"71(-0.5)	PB	2次予選	29"01(-3.4)
女子800m	1年	原田侑依	1次予選	2'33"29	(6位)	PB	
女子1500m	1年	原田侑依	1次予選	5'18"84	(8位)		
女子走高跳	1年	宮脇せりあ	決勝	1m35	(6位)	PB	
女子走幅跳	1年	中西夏鈴	決勝	4m44(+0.0)	(8位)	PB	
女子4×100m	大坂・中江・川原・平山			1次予選	51"69	(3位)	
女子4×400m	中江・大坂・原田・井原			1次予選	4'25"26	(8位)	

8/8 姫路市民大会

男子総合4位 女子総合6位

男子 100m	高木陽太 予選 11"77(-4.2)	
	葛川智博 予選 12"04(-4.2)	
男子 1500m	松本出海 予選 4' 41"66 PB	
男子 5000m	上野拓貴 決勝 16' 33"69 (4位)	
男子走高跳	井上晃輔 決勝 1m83 (6位)	
男子走幅跳	難波夏貴 決勝 5m73(-1.9) (7位)	
男子 4×400m	高木・富永・葛川・井上 予選 3' 27"92	
男子 4×400m	高木・富永・葛川・井上 決勝 3' 26"59 (2位)	
女子 100m	平山遥奈 予選 13"65(-4.1) 決勝 13"59(-3.5) (7位)	
	中西夏鈴 予選 14"18(-2.4)	
	大坂菜月 予選 13"97(-4.1)	
女子 400m	久保亜梨紗 予選 1' 06"11 PB	
女子 800m	原田侑依 予選 2' 34"80	
女子 1500m	原田侑依 決勝 5' 21"18 (5位)	
	三輪菜月 決勝 6' 08"65	
女子走高跳	川原千緒里 決勝 1m56 (3位)	
	宮脇せりあ 決勝 1m30	
女子 4×100m	大坂・中江・川原・平山 決勝 51"62 (3位)	

8/20~22 県ユース

男子 110mH	2年 井上晃輔 予選 16"79(+2.2)	
男子 3000mSC	2年 森口勇輝 予選 10' 34"11 PB	
男子走高跳	2年 富永将史 予選 1m80 PB 決勝 NM	
	2年 井上晃輔 予選 1m85 決勝 1m90 (4位)	
男子 100m	1年 葛川智博 予選 11"70(-1.2)	
	1年 高木陽太 予選 11"46(+0.1) 準決 11"60(-0.7)	
男子 200m	1年 高木陽太 予選 23"25(-3.4) 準決 22"92(-2.3) 決勝 22"62(+0.5) (6位) PB	
男子 5000m	1年 上野拓貴 決勝 16' 11"25 (13位)	
男子 3000mSC	1年 上野拓貴 予選 10' 04"30 PB 決勝 10' 11"57 (6位)	
男子 4×100m	難波・葛川・高木・井上 予選 44"23	
男子 4×400m	高木・富永・葛川・井上 予選 3' 31"93	
女子 200m	2年 中江陽菜 予選 27"76	
女子 400m	2年 中江陽菜 予選 1' 04"85	
女子 800m	2年 城谷芽生 予選 2' 43"29	
女子 100mH	2年 平山遥奈 予選 15"30(-0.1) 準決 15"10(+0.2)	
	決勝 14"72(+1.1) (2位) PB 姫路高校記録	
女子 400mH	2年 平山遥奈 予選 1' 08"05 PB	
女子走高跳	2年 川原千緒里 予選 1m50 決勝 1m55 (5位)	
女子棒高跳	2年 城谷芽生 決勝 2m20 (6位) PB 姫路高校記録	
女子 100m	1年 中西夏鈴 予選 13"79(-1.1)	
女子 800m	1年 原田侑依 予選 2' 38"88	



女子 1500m 1年 原田侑依 予選 5' 14"13 **PB**
 女子走高跳 1年 宮脇せりあ 予選 1m40 **PB**
 女子 4×100m 大坂・中江・川原・平山 予選 52"01
 大坂・中江・川原・平山 準決 51"97
 女子 4×400m 中江・平山・久保・大坂 予選 4' 18"36 **シーズンベスト**

1日目・女子棒高跳の城谷が自己記録を 40cm 更新して 6 位入賞。2 日目・男子 3000mSC の上野が 6 位、男子走高跳の井上が 4 位と惜しくも近畿大会出場を逃しました。迎えた最終日、女子走高跳の川原が 5 位、男子 200m の高木が 6 位と多くの選手が入賞。100mH の平山が自己記録を更新し見事 2 位に入り近畿大会出場を決めました。そのほかの選手も自己記録を更新、次のラウンドなど、個々の目標に向け力を出すことができたと思います。

8/27 ハーベスト医療福祉専門学校

部員は理学療法の先生の講義と体験、体測定 InBody をしてきました。



OB の水正さんの講義



InBody 測定



理学療法士の講義



ピシッとまっすぐ



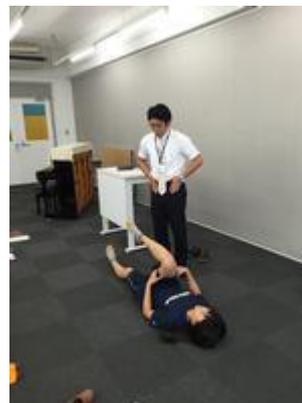
体をまっすぐに



動きで体験



ふくらはぎの柔らかさ



腸腰筋のストレッチ

今回はストレッチを中心に自分の体についても講義を受け体験してきました。硬くて大変な人もいましたが少しは柔らかくなって怪我の予防になればいいかなと思います。怪我の無いようにこれからもしっかりと体を鍛えて頑張っていこうと思いました。

9/12~13 姫路選手権

男子 100m 高木陽太 予選 11"73 (-0.8)
 男子 200m 葛川智博 予選 23"73 (+0.0)
 高木陽太 予選 23"16 (-0.5)
 男子 5000m 上野拓貴 決勝 16' 17"96 (67 位)

男子 3000mSC	森口勇輝 決勝 10' 54"01 (14位)		
	上野拓貴 決勝 10' 25"95 (9位)		
男子走幅跳	難波夏貴 決勝 6m26(+1.0) (20位) PB		
男子 4×100m	難波・葛川・高木・井上 予選 44"57		
女子 100m	大坂菜月 予選 13"83(-1.2)		
	中西夏鈴 予選 13"60(+0.6)		
女子 200m	中江陽菜 予選 28"17(-1.3)		
	大坂菜月 予選 28"35(-0.5)		
	久保亜梨紗 予選 28"53(-1.3)		
女子 800m	原田侑依 予選 2' 35"16		
女子 1500m	原田侑依 予選 5' 13"20		
女子 100mH	平山遥奈 予選 15"22(-1.2)	決勝 15"32(-0.8) (2位)	
女子走高跳	川原千緒里 決勝 1m58 (2位)		
女子 4×100m	大坂・中西・川原・久保 予選 53"97		

9/21~23 近畿ユース

女子 100mH	平山遥奈 予選 15"18(-1.2)	決勝 15"59(-2.3) (8位)
----------	---------------------	---------------------

9/26・27 西播ジュニア

女子総合 5位

男子トラックの部 7位

女子トラックの部 6位 女子フィールドの部 4位

男女総合 8位入賞を目標として挑んだ西播ジュニア。

結果は女子が5位に入ることができました。

全員で1つの目標に向かって、全員で強くなっていきます。



男子 100m	難波夏貴 予選 11"84(+0.1)		
男子 200m	高木陽太 予選 22"93(+4.0)	準決 23"05(-1.2)	決勝 23"13(-2.5) (5位)
男子 400m	高木陽太 予選 51"65 PB	準決 51"77	
男子 800m	松本出海 予選 2' 13"98		
男子 1500m	松本出海 予選 4' 46"06		
男子 5000m	森口勇輝 決勝 17' 05"52 (20位)		
	上野拓貴 決勝 17' 24"65 (23位)		
男子 110mH	井上晃輔 予選 16"86(-1.9)	決勝 16"66(+0.0) (4位)	
男子 3000mSC	森口勇輝 予選 10' 22"39 PB	決勝 10' 40"49 (14位)	
	上野拓貴 予選 10' 15"74	決勝 9' 53"40 (2位) PB	
男子走幅跳	難波夏貴 決勝 NM		
	富永将史 決勝 5m33(+0.0) (16位)		
男子走高跳	井上晃輔 決勝 1m80 (5位)		
	富永将史 決勝 1m75 (13位)		

男子砲丸投	東圭吾 決勝 7m97 (15位) PB	
男子円盤投	東圭吾 決勝 22m86 (15位) PB	
男子4×100m	難波・寺尾・高木・井上 予選 45"18	
女子100m	大坂菜月 予選 13"37(+1.7) PB	準決 13"56(-0.9)
	中西夏鈴 予選 13"55(+0.0) PB	
	宮脇せりあ 予選 14"99(-3.0) PB	
女子200m	久保亜梨紗 予選 27"78(+2.5)	
	大坂菜月 予選 27"61(+4.1)	準決 28"01(-0.7) PB
女子400m	井原綾里 予選 1'05"24 PB	
	久保亜梨紗 予選 1'03"36 PB	
女子800m	城谷芽生 予選 2'43"69	
	力士千紗 予選 2'49"35 PB	
女子1500m	原田侑依 予選 5'04"09 PB	決勝 5'13"01 (14位)
女子3000m	三輪菜月 決勝 13'06"81 (27位)	
	原田侑依 決勝 11'23"08 (14位) PB	
女子100mH	平山遥奈 予選 14"89(+0.6)	決勝 14"64(+2.4) (1位)
女子400mH	平山遥奈 予選 1'11"26	決勝 1'09"27 (6位)
女子走高跳	川原千緒里 決勝 1m60	
	宮脇せりあ 決勝 1m30	
女子走幅跳	井原綾里 決勝 4m51(+1.4) (11位)	
	中西夏鈴 決勝 4m57(+1.8) (10位) PB	
女子棒高跳	城谷芽生 決勝 2m30 (1位) PB	姫路高校新記録
女子三段跳	川原千緒里 決勝 9m83(+2.4) (6位)	
女子4×100m	大坂・中西・川原・平山 予選 52"44	
	大坂・中西・川原・平山 決勝 52"05 (5位)	
女子4×400m	久保・大坂・川原・平山 予選 4'20"15	
	久保・大坂・井原・平山 決勝 4'13"65 (4位)	

10/3 秋季陸上競技記録会(高校の部)

男子100m	高木陽太 11"60(-2.7)	難波夏貴 11"99(-1.0)
男子5000m	森口勇輝 17'26"24	上野拓貴 16'28"33
	松本出海 18'59"56	
男子走高跳	井上晃輔 1m80	
男子円盤投	東圭吾 23m06 PB	
女子100m	大坂菜月 13"70 (+1.5)	中西夏鈴 13"83 (-1.5)
	力士千紗 15"64 (-2.9)	
女子400m	久保亜梨紗 1'03"38	
女子3000m	三輪菜月 12'55"81	原田侑依 11'17"64 PB
	城谷芽生 12'36"08	井原綾里 12'56"77
女子走高跳	宮脇せりあ 1m40 PB	

10/10・11 兵庫県秋季記録会



男子 1500m	高木陽太 4' 41"68 PB	富永将史 4' 32"75 PB
	松本出海 4' 43"80	
男子 5000m	森口勇輝 18' 31"33	
男子 3000mSC	上野拓貴 10' 18"21	森口勇輝 10' 55"49
男子走高跳	井上晃輔 1m80	
男子走幅跳	難波夏貴 6m00 (+0.0)	
男子円盤投	東圭吾 21m83	
男子砲丸投	東圭吾 8m48 PB	
女子 200m	大坂菜月 28"38 (-0.6)	中西夏鈴 28"86 (-0.4)
	力士千紗 31"70 (-1.5)	久保亜梨紗 28"75 (-0.4)
	中江陽菜 28"98 (-0.3)	
女子 100mH	平山遥奈 15"12 (+0.5)	
女子走高跳	川原千緒里 1m55	

10/12 姫路市スポーツ祭

女子 4×100m 大坂・中江・川原・平山 決勝 51"15 (3位) **シーズンベスト**



10/17 西播駅伝

1区(10km)	上野拓貴	34' 25(10位)
2区(3km)	高木陽太	10' 04(11位)
3区(8.1075km)	森口勇輝	29' 34(12位)
4区(8.0875km)	松本出海	33' 36(19位)
5区(3km)	井上晃輔	10' 51(11位)
6区(5km)	上月洋季	18' 22(14位)
7区(5km)	富永将史	20' 46(17位)
総合	14位	2:37' 38

1区(6km)	原田侑依	23' 52(9位)
2区(4.0975km)	三輪菜月	18' 10(14位)
3区(3km)	久保亜梨紗	12' 31(9位)
4区(3km)	井原綾里	12' 57(12位)

5区(5km) 城谷芽生 22' 42(13位)
総合 11位 1:30' 38

2/21 西播新人駅伝

男子は網干高校・神崎高校・市川高校との合同チームで参加しました。秋の大会よりはタイムを伸ばすことはできましたが、結果には満足できていない選手が多かったです。

女子は秋と同じメンバーで挑みタイムも少しではありますがよくなりました。
もうすぐシーズンイン部員一丸となって頑張っていきます。

1区(10km) 上野拓貴 33' 07(8位)
2区(3km) 高木陽太 10' 25(12位)
3区(8.1075km) 森口勇輝 28' 54(22位)
4区(8.0875km) 黒田圭一郎 28' 34(17位) 網干高校
5区(3km) 井上晃輔 11' 13(16位)
6区(5km) 石川翔生 17' 58(15位) 網干高校
7区(5km) 青田哲平 17' 51(15位) 神崎高校
総合 14位 2:28' 02

1区(6km) 原田侑依 24' 17(10位)
2区(4.0975km) 久保亜梨沙 16' 52(6位)
3区(3km) 三輪菜月 13' 43(8位)
4区(3km) 井原綾里 13' 28(8位)
5区(5km) 城谷芽生 22' 01(9位)
総合 9位 1:30' 21

3/6 フィールド・長距離記録会

男子5000m 森口勇輝 17' 10"12
男子走高跳 井上晃輔 1m75
富永将史 1m65
男子円盤投 東圭吾 21m70
男子砲丸投 東圭吾 8m50 PB
女子走高跳 川原千緒里 1m45
宮脇せりあ 1m40
女子走幅跳 中西夏鈴 4m64 (+1.9) **PB**