

# 平成 28 年度大会結果

## 4/9-10 春季記録会

男子 800m	松本出海	2' 22"36	
男子 5000m	森口勇輝	17' 41"91	
男子 3000mSC	森口勇輝	10' 43"24	上野拓貴 9' 55"71
男子円盤投	東圭吾	26m16	<b>PB</b>
女子 400m	久保亜梨沙	1' 02"99	<b>PB</b>
女子 1500m	原田侑依	5' 15"62	

## 4/16 地区別記録会

男子 100m	富永将史	12"22 (-2.3)	葛川智博	11"43 (-1.1)	<b>PB</b>
	高木陽太	11"61 (-1.6)			
男子 200m	葛川智博	22"84 (-2.2)	<b>PB</b>	高木陽太	23"06 (-1.0)
男子 800m	松本出海	2' 27"08		上野拓貴	2' 06"61 <b>PB</b>
男子 1500m	上野拓貴	4' 16"00 <b>PB</b>			
男子 5000m	森口勇輝	17' 23"80			
男子 3000mSC	森口勇輝	10' 38"99			
男子走幅跳	難波夏貴	5m49 (+0.9)			
男子走高跳	富永将史	1m65		谷口真夢	1m40 <b>PB</b>
男子砲丸投	東圭吾	9m42 <b>PB</b>			
男子円盤投	東圭吾	26m45 <b>PB</b>			
女子 100m	中江陽菜	13"76 (-2.6)	川原千緒里	13"72 (-1.8)	<b>PB</b>
	力士千紗	14"97 (±0.0) <b>PB</b>	平山遥奈	13"76 (-0.6)	
	大坂菜月	13"23 (-0.6) <b>PB</b>	中西夏鈴	13"76 (-2.6)	
	宮脇せりあ	14"71 (-2.4) <b>PB</b>	久保亜梨沙	14"23 (-2.0)	
女子 200m	中江陽菜	27"64 (-1.6)	力士千紗	31"28 (-2.2) <b>PB</b>	
	大坂菜月	27"89 (-1.6) <b>PB</b>	久保亜梨沙	28"38 (-2.6) <b>PB</b>	
女子 800m	井原綾里	2' 44"48	城谷芽生	2' 43"48	
女子 1500m	原田侑依	5' 20"66	三輪菜月	5' 42"48 <b>PB</b>	
女子 3000m	原田侑依	11' 44"50			
女子 100mH	平山遥奈	15"66 (-2.2)			
女子走幅跳	中西夏鈴	4m35 (+0.1)			
女子走高跳	川原千緒里	1m56	宮脇せりあ	1m45 <b>PB</b>	
女子棒高跳	城谷芽生	2m00			

## 4/23-24 リレーカーニバル

女子走高跳	川原千緒里	決勝	1m58	(11位)
男子 4×400m	富永・高木・葛川・井上	予選	3' 25"39	
	富永・高木・葛川・井上	準決	3' 23"53	<b>チームベスト</b>
女子 4×100m	大坂・中江・川原・平山	予選	50"99	<b>チームベスト</b>
	大坂・中江・川原・平山	準決	51"05	

## 4/30・5/1 姫路市記録会

男子 100m	葛川智博	11"30 (+2. 2)	高木陽太	11"23 (+2. 1)
男子 200m	寺尾伊織	24"57 (+3. 0)	葛川智博	22"22 (+3. 7)
	高木陽太	22"55 (+3. 8)		
男子 800m	松本出海	2' 20"73		
男子 1500m	松本出海	5' 03"71		
男子 3000m	森口勇輝	10' 01"42 <b>PB</b>		
男子 5000m	上野拓貴	16' 19"24		
男子走幅跳	難波夏貴	6m03 (+1. 8)		
男子走高跳	富永将史	1m80	井上晃輔	1m75
男子砲丸投	東圭吾	9m13		
男子円盤投	東圭吾	26m05		
女子 100m	力士千紗	14"99 (+2. 3)	大坂菜月	12"93 (+2. 8)
	中西夏鈴	13"16 (+3. 6)	宮脇せりあ	14"17 (+2. 3)
女子 200m	中江陽菜	26"99 (+1. 4) <b>PB</b>	力士千紗	31"49 (+0. 9)
	大坂菜月	26"60 (+2. 3)	中西夏鈴	27"52 (+2. 3)
女子 400m	中江陽菜	1' 04"81		
女子 800m	井原綾里	2' 42"94	城谷芽生	2' 42"97
女子 1500m	三輪菜月	5' 43"39		
女子 100mH	平山遥奈	14"83 (+1. 7)		
女子 4×100m	大坂・中江・川原・平山	50"79 <b>チームベスト</b>		
女子走幅跳	中西夏鈴	4m35 (+0. 1)		
女子走高跳	川原千緒里	1m59	宮脇せりあ	1m45

## 5/3 郡市区対抗陸上競技大会

女子 100mH	平山遥奈	予選 14"82 (+2. 1)	決勝 15"38 (-2. 3)	<b>(7位)</b>
----------	------	------------------	------------------	-------------

## 5/7・8 西播大会

**男子総合 8位 女子総合 2位**

**男子トラックの部 6位 女子トラックの部 3位 女子フィールドの部 3位**

男子は総合 8位。女子は 15年ぶりの総合 2位に入ることができました。

チームが一つになり競技し、応援し、本当に良い 2日間でした。

競技においては、男子の 3000m 障害の上野拓貴(優勝)と女子の 4×400m(3位)で姫路高校新記録が生まれるなど、全体の底上げも出来てきているのではと感じています。5月27日～29日の県大会へは順位の後ろの☆の付いている 14種目とリレーで出場します。



男子 100m	葛川智博	予選 11"51 (-1. 0)	準決 11"36 (-1. 4)	<b>PB</b>
	高木陽太	予選 11"37 (-0. 4) <b>PB</b>	準決 11"47 (-1. 1)	
	寺尾伊織	予選 12"49 (-1. 0)		
男子 200m	葛川智博	予選 23"44 (-2. 3)	準決 22"68 (-1. 9)	<b>PB</b>
		決勝 22"76 (-1. 7)	<b>(3位) ☆</b>	
	高木陽太	予選 23"02 (-1. 6)	準決 22"90 (-0. 9)	

		決勝	22"97	(-1.7)	(4位)☆		
	寺尾伊織	予選	25"01	(-0.4)			
男子 800m	松本出海	予選	2' 17"84				
	澤田陸杜	予選	2' 27"46	PB			
男子 1500m	松本出海	予選	5' 12"58				
	中野真輔	予選	4' 39"97	PB			
男子 5000m	森口勇輝	決勝	16' 55"56				
	上野拓貴	決勝	15' 57"03				
男子 3000mSC	上野拓貴	予選	9' 59"92		決勝 9' 41"20	PB (1位)☆	姫路高校新記録
	森口勇輝	予選	10' 24"00				
男子走幅跳	難波夏貴	決勝	5m79	(+2.6)			
男子走高跳	富永将史	決勝	1m83	PB (7位)☆			
	井上晃輔	決勝	1m83	(5位)☆			
男子砲丸投	東圭吾	決勝	8m74				
男子円盤投	東圭吾	決勝	26m16				
女子 100m	大坂菜月	予選	13"15	(-0.7)	PB 準決 13"23	(-1.9)	
		決勝	13"23	(-1.6)	(6位)☆		
	中西夏鈴	予選	13"62	(-0.4)	準決 13"77	(-2.7)	
	力士千紗	予選	14"98	(-0.5)			
女子 200m	中江陽菜	予選	27"04	(+0.9)	準決 26"49	(+2.7)	
		決勝	27"14	(-1.3)	(7位)		
	大坂菜月	予選	27"31	(-1.3)	準決 26"69	(+1.5)	PB
		決勝	26"81	(-1.3)	(4位)☆		
	力士千紗	予選	31"95	(-2.6)			
女子 400m	中江陽菜	予選	1' 03"56				
	久保亜梨沙	予選	1' 03"07				
女子 800m	久保亜梨沙	予選	2' 27"76		決勝 2' 26"89	PB (4位)☆	
	井原綾里	予選	2' 37"39	PB			
	城谷芽生	予選	2' 35"44	PB			
女子 1500m	三輪菜月	予選	5' 39"14	PB			
	原田侑依	予選	5' 26"18				
女子 3000m	原田侑依	決勝	11' 57"44				
女子 100mH	平山遥奈	予選	15"32	(-0.5)	決勝 15"30	(-1.2)	(1位)☆
	柴田アンナ	予選	16"05	(-2.0)	決勝 15"88	(-1.2)	PB (5位)☆
女子 4×100m	大坂・中江・川原・平山	予選	51"09				
	大坂・中江・川原・平山	決勝	50"42		チームベスト	(3位)	
女子 4×400m	中江・柴田・川原・平山	予選	4' 07"91				
	中江・柴田・久保・平山	決勝	4' 07"43	(3位)	姫路高校新記録		
女子走幅跳	中西夏鈴	決勝	4m97	(+1.5)	PB (6位)☆		
	小野真依子	決勝	4m02	(-2.6)	PB		
女子走高跳	川原千緒里	決勝	1m59	(3位)☆			
	宮脇せりあ	決勝	1m51	PB (6位)☆			

柴田アンナ 決勝 1m59 **PB (2位)** ☆  
 女子砲丸投 北紗弥 決勝 7m95 **PB**  
 女子やり投 北紗弥 決勝 20m79 **PB**

## 5/27~29 県大会

男子 200m 葛川智博 予選 22"60 (-0.5) **PB**  
 高木陽太 予選 22"89 (-0.6)  
 男子 5000m 上野拓貴 決勝 15' 32"20 **PB**  
 男子 3000mSC 上野拓貴 予選 9' 46"11  
 男子 4×100m 高木・葛川・東・竹内 予選 44"06  
 男子 4×400m 富永・葛川・寺尾・井上 予選 3' 26"74  
 男子走高跳 富永将史 予選 1m83  
 井上晃輔 予選 1m80  
 女子 100m 大坂菜月 予選 13"10 (-0.9) **PB**  
 女子 200m 大坂菜月 予選 26"84 (-1.0)  
 女子 800m 久保亜梨沙 予選 2' 18"97 **PB** 準決 2' 22"59  
 女子 100mH 平山遥奈 予選 14"75 (+3.5) 準決 15"06 (-1.9)  
 柴田アンナ 予選 15"83 (+3.4)  
 女子 4×100m 大坂・中江・中西・平山 予選 50"55  
 大坂・中江・川原・平山 準決 50"56  
 女子 4×400m 中江・柴田・平山・久保 予選 4' 07"09 **チームベスト 姫路高校新記録**  
 中江・柴田・平山・大坂 準決 4' 09"13  
 女子走幅跳 中西夏鈴 決勝 NM  
 女子走高跳 川原千緒里 予選 1m56 決勝 1m62 **PB (5位)**  
 近畿大会出場決定戦 1m63 **PB 近畿大会出場**  
 宮脇せりあ 予選 NM  
 柴田アンナ 予選 1m56 決勝 1m53



## 6/12 明淡姫対抗

男子 5000m 上野拓貴 15' 27"85 **PB 姫路高校新記録**  
 男子走高跳 富永将史 1m70  
 女子 100m 大坂菜月 13"23 (+0.0)  
 女子 200m 中江陽菜 27"49 (-0.4)  
 女子 800m 久保亜梨沙 2' 21"27  
 女子 100mH 平山遥奈 18"29 (-0.1)  
 女子走高跳 柴田アンナ 1m56 宮脇せりあ 1m45



## 6/16~19 近畿大会

女子走高跳 川原千緒里 予選 記録なし

## 6/25 姫路市高校記録会

男子 100m	葛川智博 11"73 (-2.2)	高木陽太 11"35 (-2.6) <b>PB</b>
	岡本一成 13"09 (-3.4) <b>PB</b>	吉識賢太郎 12"51 (-2.2) <b>PB</b>
	竹内啓登 12"02 (-2.5) <b>PB</b>	奥田真也 13"03 (-2.5) <b>PB</b>
男子 200m	葛川智博 23"26 (-3.0)	岡本一成 26"60 (-2.0) <b>PB</b>
	吉識賢太郎 26"08 (-2.8) <b>PB</b>	竹内啓登 23"88 (-2.8) <b>PB</b>
	奥田真也 26"15 (-2.9) <b>PB</b>	
男子 400m	松本出海 56"47 <b>PB</b>	澤田陸杜 58"71 <b>PB</b>
	高木陽太 50"73 <b>PB</b>	
男子 1500m	澤田陸杜 4' 46"10 <b>PB</b>	
男子 3000mSC	上野拓貴 9' 55"97	中野真輔 11' 15"48 <b>PB</b>
	森口勇輝 10' 42"05	
男子 4×100m	高木・葛川・東・竹内 43"95	
男子 4×400m	松本・上野・高木・葛川 3' 34"67	
男子走高跳	谷口真夢 1m45 <b>PB</b>	
男子砲丸投	東圭吾 9m19	
男子円盤投	東圭吾 25m00	
女子 100m	田中結菜 14"68 (-3.3) <b>PB</b>	北紗弥 14"10 (-2.8) <b>PB</b>
女子 400m	岡田華奈 1' 09"53 <b>PB</b>	久保亜梨沙 1' 02"01 <b>PB</b>
女子 800m	久保亜梨沙 2' 23"07	
女子 1500m	原田侑依 5' 14"37	
女子 3000m	原田侑依 11' 25"04	
女子 100mH	柴田アンナ 15"85 (-3.2) <b>PB</b>	
女子 4×100m	久保・中西・宮脇・柴田 52"14	
女子 4×400m	久保・中西・柴田・北 4' 13"13	
女子走幅跳	中西夏鈴 4m62 (+2.0)	
女子三段跳	中西夏鈴 8m53 (+3.2)	
女子走高跳	宮脇せりあ 1m45	
女子やり投	北紗弥 26m47 <b>PB</b>	

## 7/9-10 兵庫選手権

男子 4×400m	松本・高木・葛川・上野 予選 3' 29"69	
女子 200m	柴田アンナ 予選 25"94 (-1.3)	B 決勝 26"17 (-1.5)
女子 800m	久保亜梨沙 予選 2' 18"96	決勝 2' 18"07 (6位) <b>PB</b> 姫路高校新記録

女子 4×400m 中西・北・宮脇・岡田 予選 4' 29"69

女子 800m の久保が 6 位で近畿選手権の出場を決めました。

## 7/21・22 西播ユース大会

西播ユースが終わり、今年は☆印のついた 17 人(27 種目)で県ユース(8 月 20 日~22 日)に出場します。

夏の集大成として自己ベスト更新、近畿ユース出場を目指して頑張ります。

男子 100m	2 年 葛川智博 1 次予選 11"27 (-0.5)	2 次予選 11"17 (-1.0) <b>PB</b> ☆
	2 年 高木陽太 1 次予選 11"09 (+0.5) <b>PB</b>	2 次予選 11"16 (-1.6) ☆

	1年	奥田真也	1次予選	12"03	(+2.2)		2次予選	12"32	(-1.6)	<b>PB</b>
	1年	吉識賢太郎	1次予選	11"83	(+1.1)	<b>PB</b>	2次予選	12"06	(-1.1)	☆
男子 200m	2年	葛川智博	1次予選	22"74	(-1.8)		2次予選	22"86	(-3.2)	☆
	2年	高木陽太	1次予選	22"70	(-2.0)		2次予選	22"60	(-1.1)	<b>PB</b> ☆
	1年	竹内啓登	1次予選	24"02	(-2.3)		2次予選	23"81	(-2.6)	<b>PB</b> ☆
	1年	吉識賢太郎	1次予選	25"66	(-1.8)		2次予選	25"55	(-1.1)	<b>PB</b> ☆
男子 400m	2年	松本出海	予選	56"13		<b>PB</b>				
	1年	竹内啓登	予選	54"35		<b>PB</b> ☆				
男子 800m	2年	松本出海	1次予選	2'09"56		<b>PB</b>				
	1年	澤田陸杜	1次予選	2'11"97		<b>PB</b>	2次予選	2'17"35		
男子 1500m	1年	澤田陸杜	予選	4'45"09						
男子 5000m	2年	上野拓貴	決勝	15'54"62		☆				
	1年	中野真輔	決勝	17'29"88		<b>PB</b>				
男子 110mH	1年	岡本一成	予選	19"36		<b>PB</b> ☆				
男子 400mH	1年	岡本一成	予選	1'06"50		<b>PB</b> ☆				
男子 3000mSC	2年	上野拓貴	決勝	9'55"33		☆				
	1年	中野真輔	決勝	11'00"88		<b>PB</b> ☆				
男子 4×100m	高木・葛川・東・竹内			決勝	43"54					
男子 4×400m	竹内・高木・葛川・松本			決勝	3'30"26					
男子走高跳	2年	谷口真夢	決勝	1m55		<b>PB</b> ☆				
男子砲丸投	2年	東圭吾	決勝	9m29		☆				
男子円盤投	2年	東圭吾	決勝	26m52		<b>PB</b> ☆				
女子 100m	2年	中西夏鈴	予選	12"92	(+2.2)	<b>PB</b> ☆				
	2年	宮脇せりあ	予選	13"92	(+1.0)	<b>PB</b>				
	1年	小野真依子	1次予選	13"80	(-0.6)	<b>PB</b>	2次予選	14"11	(-2.2)	
	1年	田中結菜	1次予選	14"04	(-2.2)	<b>PB</b>				
女子 200m	1年	田中結菜	予選	29"03	(+1.1)	<b>PB</b>				
	1年	岡田華奈	予選	28"96	(+2.3)					
女子 400m	2年	久保亜梨沙	予選	1'00"76		<b>PB</b> ☆				
	1年	岡田華奈	予選	1'07"32		<b>PB</b> ☆				
女子 800m	2年	久保亜梨沙	予選	2'20"40		☆				
女子 1500m	2年	原田侑依	予選	5'10"98						
女子 3000m	2年	原田侑依	決勝	11'13"75		<b>PB</b> ☆				
女子 100mH	1年	柴田アンナ	決勝	14"96	(-0.5)	<b>PB</b> ☆				
女子 4×100m	久保・中西・宮脇・柴田			予選	51"09					
女子 4×400m	中西・柴田・久保・岡田			予選	4'12"01					
女子走幅跳	2年	中西夏鈴	決勝	4m48						
	1年	小野真依子	決勝	4m43	(+1.1)	<b>PB</b> ☆				
女子走高跳	2年	宮脇せりあ	決勝	1m48		☆				
	1年	柴田アンナ	決勝	1m51		☆				
女子砲丸投	1年	北紗弥	決勝	7m76		<b>PB</b> ☆				
女子やり投	1年	北紗弥	決勝	28m80		<b>PB</b> ☆				



## 8/11 姫路市民大会

### 男子総合7位 女子総合2位

男子 100m	葛川智博 予選 11"29 (-0.6)	決勝 11"44 (-2.6)
	高木陽太 予選 11"69 (-1.9)	
	吉識賢太郎 予選 12"49 (-2.5)	
男子 400m	松本出海 予選 57"84	
	竹内啓登 予選 59"37	
	岡本一成 予選 58"43 <b>PB</b>	
男子 1500m	中野真輔 予選 4' 27"75 <b>PB</b>	
男子 5000m	上野拓貴 決勝 16' 47"75	
男子 4×400m	竹内・高木・葛川・松本 予選 3' 28"95	
	竹内・葛川・奥田・松本 決勝 3' 34"57	
男子走高跳	谷口真夢 決勝 1m60 <b>PB</b>	
男子砲丸投	東圭吾 決勝 9m61 <b>PB</b>	
男子円盤投	東圭吾 決勝 25m58	
女子 100m	中西夏鈴 予選 13"41 (-0.8) <b>PB</b>	決勝 13"62 (-3.2)
	小野真依子 予選 14"02 (-0.9)	
	田中結菜 予選 14"18 (-1.7)	
女子 1500m	原田侑依 決勝 5' 11"11	
女子 4×100m	田中・中西・小野・柴田 決勝 51"47	
女子走幅跳	中西夏鈴 決勝 4m68 (-1.9)	
	柴田アンナ 決勝 4m98 (-0.1) <b>PB</b>	
	小野真依子 決勝 4m53 (-0.6)	
女子走高跳	宮脇せりあ 決勝 1m45	
女子やり投	北紗弥 決勝 28m81 <b>PB</b>	
	柴田アンナ 決勝 19m72 <b>PB</b>	
女子砲丸投	北紗弥 決勝 7m55	

## 8/20~22 県ユース

暑い3日間が終わりました。

1日目 やり投げの北が自己ベストを更新するも惜しくも4位

2日目 100mの高木が7位、3000mSCの上野が7位とあと一歩

3日目 走高跳で柴田が優勝で勢いに乗り、100mHでは0"04差の2位に入り、2種目で近畿ユース出場を決める200mではキャプテン葛川が意地の5位、高木が4位。800mの久保が6位となり、2年生3人はあと少しのところ表彰台をのがす残念な結果となりましたが生徒達の力は県のトップレベルと遜色ないと感じています。この悔しさを糧に今後の活躍を期待します。この他の生徒達も本当によくがんばってくれました

男子 100m	2年 葛川智博 予選 11"33 (-2.2)	準決 11"24 (-0.6)
	2年 高木陽太 予選 11"06 (+3.2)	準決 11"05 (+2.1)
		決勝 11"02 (+2.4) <b>(7位)</b>
	1年 吉識賢太郎 予選 12"11 (+1.0)	
男子 200m	2年 葛川智博 予選 22"50 (+2.4)	準決 22"38 (-1.9)



		決勝	22"05 (+1.9)	(5位) PB		
2年	高木陽太	予選	22"46 (±0.0)	準決	22"32 (+0.3)	
		決勝	21"98 (+1.9)	(4位) PB		
1年	竹内啓登	予選	23"22 (+3.2)			
男子 400m	1年	竹内啓登	予選	53"41	PB	
男子 500m	2年	上野拓貴	決勝	15' 59"28		
男子 110mH	1年	岡本一成	予選	19"24	PB	
男子 400mH	1年	岡本一成	予選	1' 06"26	PB	
男子 3000mSC	2年	上野拓貴	予選	9' 57"07	決勝	9' 42"77 (7位)
	1年	中野真輔	予選	11' 29"91		
男子 4×100m	吉識・高木・竹内・葛川	予選	43"44			
	東・高木・竹内・葛川	準決	43"06			
男子 4×400m	竹内・葛川・松本・高木	予選	3' 28"21			
	竹内・松本・東・奥田	準決	3' 41"10			
男子走高跳	2年	谷口真夢	決勝	NM		
男子砲丸投	2年	東圭吾	決勝	NM		
男子円盤投	2年	東圭吾	決勝	NM		
女子 100m	2年	中西夏鈴	予選	13"27 (+1.8)	PB	
女子 400m	2年	久保亜梨沙	予選	NM		
	1年	岡田華奈	予選	1' 07"81		
女子 800m	2年	久保亜梨沙	予選	2' 23"47	準決	2' 20"60
		決勝	2' 20"56	(6位)		
女子 3000m	2年	原田侑依	決勝	11' 17"69		
女子 100mH	1年	柴田アンナ	予選	14"81 (-1.0)	PB	
		準決	14"91 (-1.7)			
		決勝	14"45 (+2.9)	(2位)		
女子 4×100m	田中・中西・小野・柴田	予選	51"29			
	田中・中西・小野・柴田	準決	DQ			
女子 4×400m	中西・柴田・久保・岡田	予選	4' 11"14			
女子走幅跳	1年	小野真依子	予選	4m65 (+2.3)		
女子走高跳	2年	宮脇せりあ	予選	1m45	決勝	NM
	1年	柴田アンナ	予選	1m48		
		決勝	1m60	(1位) PB		
女子やり投	1年	北紗弥	決勝	29m68	(4位) PB	
女子砲丸投	1年	北紗弥	決勝	7m85		



## 8/27・28 全国高等学校陸上競技選抜大会

女子 7種競技	柴田アンナ	4003	(26位)
100mH	14"90 (+1.9)	855	
走高跳	1m55	678	
砲丸投	8m52	433	
200m	25"91 (+3.3)	805	





走幅跳	4m80 (-4.1)	506
やり投	NM	0
800m	2' 27"39	726

1日目は得意種目の100mH、走高跳からスタートし、2種目を終えて9位につける。砲丸投で若干順位を下げ、200mでは自己ベストには届かず、悔しい結果でしたが全体の6番目の記録で1日目は10位で折り返す。

2日目の走幅跳は向かい風の中、4m80を2回目に跳び11位に下がるも、順位をキープ。不安であったやり投が記録なしに終わり順位を下げたが、最終種目の800mで力を出し切り、26位で競技を終えた。



全国のすごい先輩方と競技をし、2日間たくさんの事を学び経験することができ、自分も来年はそのような選手になれるように日々練習を頑張っていきたいと改めて実感しました。応援ありがとうございました。

(柴田アンナ)

## 8/28 近畿選手権

女子 800m 久保亜梨沙 予選 2' 19"28

近畿大会で自己記録を更新することができず、満足のいく結果ではなかったですが、たくさんの事を学ぶことができ、またこのような大きな舞台に立ちたいという気持ちが強くなりました。今回の大会で得た課題を今後の練習で改善できればと思います。応援ありがとうございました。(久保亜梨沙)

## 9/10・11 姫路選手権

男子 100m 葛川智博 予選 11"38 (-1.6)  
高木陽太 予選 11"10 (+2.7) 準決 11"34 (-1.7)

男子 200m 葛川智博 予選 22"60 (-0.2)  
高木陽太 予選 22"23 (+1.3) 準決 22"15 (+0.3)  
決勝 22"48 (-1.1) (7位)

男子 400m 竹内啓登 予選 53"38 PB

男子 3000mSC 上野拓貴 決勝 9' 42"82 (2位)

女子 100m 中西夏鈴 予選 13"41 (-1.5) 準決 13"69 (-3.1)  
小野真依子 予選 14"08 (-2.9)

女子 200m 田中結菜 予選 28"97 (+1.3) PB

女子 400m 久保亜梨沙 予選 1' 01"03

女子 800m 久保亜梨沙 予選 2' 22"38 決勝 2' 18"78 (3位)

女子 1500m 原田侑依 予選 5' 17"38

女子 3000m 原田侑依 決勝 11' 35"41

女子走高跳 宮脇せりあ 決勝 1m45 (8位)

女子やり投 北紗弥 決勝 29m26 (7位)



## 9/17・18 近畿ユース

女子 100mH 柴田アンナ 予選 14"90 (-0.4) 決勝 14"76 (+0.1) (3位) PB

女子走高跳 柴田アンナ 決勝 1m47 (12位)

## 9/24・25 西播ジュニア

男子総合4位 男子トラックの部3位

女子総合2位 女子トラックの部2位 フィールドの部6位

女子トラックの部2位 フィールドの部6位。たくさんの種目において西播で活躍できました。上野拓貴が自身の姫路高校記録を更新。柴田アンナが100mHで姫路高校新記録を更新しました。



男子 100m	葛川智博	予選	11"07 (+0.9)	準決	10"98 (+1.7)	PB
		決勝	11"51 (-3.7)	(6位)		
	高木陽太	予選	11"00 (+1.3)	準決	10"89 (+1.4)	PB
		決勝	11"36 (-3.7)	(2位)		
	吉識賢太郎	予選	12"06 (+0.3)			
男子 200m	葛川智博	予選	23"33 (+0.0)	準決	22"55 (+0.0)	
		決勝	22"45 (+1.3)	(4位)		
	高木陽太	予選	23"92 (-0.5)	準決	22"13 (+0.0)	
		決勝	22"04 (+1.3)	(1位)		
	竹内啓登	予選	23"31 (-1.0)	準決	23"16 (+0.0)	PB
男子 400m	竹内啓登	予選	53"38 PB	準決	54"05	
	松本出海	予選	55"73 PB	奥田真也	予選	55"08 PB
男子 800m	松本出海	予選	2'09"07 PB	澤田陸杜	予選	2'13"91
男子 1500m	澤田陸杜	予選	4'43"51 PB	中野真輔	予選	4'27"82 PB
男子 5000m	上野拓貴	決勝	16'03"57	中野真輔	決勝	17'10"50 PB
男子 110mH	岡本一成	予選	19"13 (+1.8)	PB		
男子 400mH	岡本一成	予選	1'07"24			
男子 3000mSC	上野拓貴	予選	10'06"77	決勝	9'37"66 (1位)	PB 姫路高校新記録
男子 4×100m	吉識・高木・竹内・葛川	予選	43"65			
	東・高木・竹内・葛川	決勝	43"03 (1位)	チームベスト		
男子 4×400m	奥田・竹内・葛川・高木	予選	3'31"03			
	奥田・竹内・葛川・高木	決勝	3'24"80 (2位)	チームベスト		
男子走高跳	谷口真夢	決勝	1m60 PB			
男子走幅跳	奥田真也	決勝	4m91 (+0.0)	PB		
男子砲丸投	東圭吾	決勝	10m03 (7位)	PB		
男子円盤投	東圭吾	決勝	25m61 (8位)			
女子 100m	中西夏鈴	予選	13"29 (+0.9)	準決	13"25 (+0.5)	PB
		決勝	13"52 (-1.7)	(8位)		
	宮脇せりあ	予選	14"29 (+0.5)	田中結菜	予選	13"73 (+2.6)
女子 200m	北紗弥	予選	28"23 (+0.0)	準決	28"67 (+0.0)	PB
	田中結菜	予選	28"89 (-1.2)	PB		
女子 400m	久保亜梨沙	予選	1'00"85	決勝	1'00"41 (4位)	PB
	岡田華奈	予選	1'08"14			
女子 800m	久保亜梨沙	予選	2'30"73	決勝	2'19"74 (1位)	
女子 1500m	原田侑依	予選	5'13"80	決勝	5'16"68	
女子 3000m	原田侑依	決勝	11'07"72 PB			

女子 100mH	柴田アンナ 予選 14"75 (+1.7)	決勝 14"71 (-0.9)	(1位) PB	姫路高校新記録
女子 400mH	岡田華奈 予選 1'19"34		PB	
女子 4×100m	久保・中西・小野・宮脇 予選 52"47			
	久保・中西・小野・柴田 決勝 50"58		(2位)	チームベスト
女子 4×400m	岡田・原田・宮脇・久保 予選 4'21"13			
	中西・久保・宮脇・柴田 決勝 4'14"01		(3位)	
女子走幅跳	小野真依子 決勝 4m57 (-1.0)	中西夏鈴 決勝 4m79 (+1.0)	(7位)	
女子三段跳	小野真依子 決勝 9m66 (-1.0)		(6位) PB	
女子走高跳	宮脇せりあ 決勝 1m48	柴田アンナ 決勝 1m54	(3位)	(1位)
女子やり投	北紗弥 決勝 NM			

## 10/1 高校秋季記録会

男子 100m	葛川智博 11"44 (-0.7)	高木陽太 11"24 (-0.3)		
	東圭吾 12"11 (+1.2)	竹内啓登 11"61 (+1.2)	PB	
	吉識賢太朗 12"13 (-0.7)	奥田真也 12"21 (+0.3)	PB	
	岡本一成 12"83 (-0.7)		PB	
男子 400m	松本出海 55"73	葛川智博 51"06	PB	
	高木陽太 49"82	竹内啓登 52"52	PB	
男子 5000m	上野拓貴 15'36"45	中野真輔 16'58"79	PB	
	澤田陸杜 18'49"47		PB	
男子走幅跳	奥田真也 4m86 (-0.3)			
男子走高跳	谷口真夢 1m55			
男子砲丸投	東圭吾 9m38			
女子 100m	柴田アンナ 12"85 (-0.8)	久保亜梨沙 14"03 (+1.5)	PB	
	中西夏鈴 13"35 (+0.2)	宮脇せりあ 14"33 (-1.0)		
	小野真依子 13"57 (-1.0)	北紗弥 14"09 (-0.6)	PB	
	田中結菜 14"32 (-0.5)	岡田華奈 14"60 (-0.6)	PB	
女子 400m	久保亜梨沙 1'01"35	岡田華奈 1'09"48		
女子 3000m	原田侑依 11'02"12		PB	
女子走幅跳	中西夏鈴 4m46 (+0.7)	小野真依子 4m64 (+2.2)	4m53 (+0.7)	
女子走高跳	宮脇せりあ 1m45			
女子やり投	北紗弥 30m87		PB	

## 10/10 姫路市スポーツ祭

男子 4×400m	奥田・竹内・葛川・高木 決勝 3'27"94	(2位)
女子 4×100m	小野・中西・久保・柴田 決勝 50"63	(3位)

## 10/22 西播駅伝

1区(10km)	上野拓貴 32'20	(3位)
2区(3km)	高木陽太 9'46	(4位)
3区(8.1075km)	中野真輔 28'56	(14位)
4区(8.0875km)	森口勇輝 28'38	(10位)

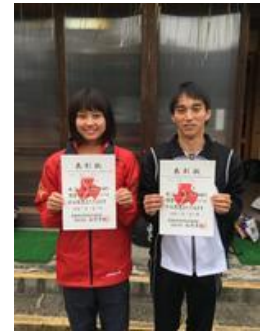


5区(3km) 松本出海 10' 33 (7位)  
 6区(5km) 澤田陸杜 17' 53 (9位)  
 7区(5km) 白井直人 17' 03 (4位)

総合 5位 2:25' 09 **姫路高校新記録**

1区(6km) 原田侑依 23' 18 (8位)  
 2区(4.0975km) 久保亜梨沙 15' 41 (3位)  
 3区(3km) 宮脇せりあ 12' 47 (8位)  
 4区(3km) 中西夏鈴 12' 45 (7位)  
 5区(5km) 岡田華奈 21' 59 (8位)

総合 6位 1:26' 30



男子は5年ぶりの県大会出場。1区上野が区間3位の力走を見せ2区高木は短距離ながら、9分台の走りで順位をキープ。3区中野、4区森口、5区松本、6区澤田と渡り、7区白井には7位で中継。1キロ付近で5位に追いつき、そのまま4キロ付近まで並走、ラスト1キロで後続を引き離し、5位でFinish。

女子は1区原田が8位とまずまずのスタート、2区久保が区間3位の力走で順位を6位に引き上げ、3区宮脇、4区中西、5区岡田の短距離勢が粘り、目標の6位入賞でゴールした。

## 11/6 県駅伝

1区(10km) 上野拓貴 34' 16 (37位)  
 2区(3km) 高木陽太 10' 28 (30位)  
 3区(8.1075km) 中野真輔 30' 35 (40位)  
 4区(8.0875km) 森口勇輝 27' 58 (39位)  
 5区(3km) 松本出海 10' 17 (36位)  
 6区(5km) 澤田陸杜 17' 45 (39位)  
 7区(5km) 白井直人 17' 16 (35位)

総合 39位 2:28' 35

県大会で戦うことの難しさを感じた試合となりました。

今回の経験を糧に来年以降も継続して県大会に出場でき良い結果が残せるようにこれからも練習していきたいと思ます。

## 12/3 姫路市長距離記録会

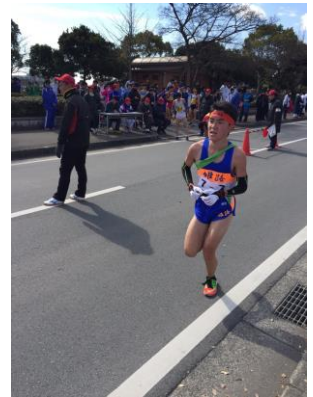
男子 1500m 澤田陸杜 4' 27"01 **PB**  
 山下晃平 4' 44"50 **PB**  
 男子 3000m 中野真輔 9' 52"37 **PB**  
 男子 5000m 上野拓貴 15' 47"87  
 女子 3000m 原田侑依 11' 15"87

## 1/29 梅と潮の香マラソン

男子 5km 中野真輔 16' 38 (4位) **PB** **姫路高校新記録**  
 男子 10km 上野拓貴 31' 58 (1位) **PB** **姫路高校新記録**  
 澤田陸杜 42' 49 **PB**  
 男子ハーフ 亀山玲 1:32' 02 **PB**  
 女子 5km 原田侑依 19' 37 **PB**

## 2/19 西播新人駅伝

1区(10km)	上野拓貴	32' 11	(4位)
2区(3km)	澤田陸杜	10' 29	(7位)
3区(8.1075km)	中野真輔	29' 12	(13位)
4区(8.0875km)	山下晃平	32' 33	(15位)
5区(3km)	竹内啓登	11' 00	(6位)
6区(5km)	奥田真也	18' 16	(9位)
7区(5km)	松本出海	20' 45	(12位)
総合	11位	2:34' 26	



1区(6km)	原田侑依	23' 54	(7位)
2区(4.0975km)	柴田アンナ	17' 28	(8位)
3区(3km)	岡田華奈	13' 30	(9位)
4区(3km)	中西夏鈴	13' 04	(5位)
5区(5km)	久保亜梨沙	19' 39	(4位)
総合	7位	1:27' 35	



## 3/5 フィールド記録会

女子走幅跳	中西夏鈴	4m43	(+0.4)
女子走高跳	宮脇せりあ	NM	
女子やり投	北紗弥	32m84	<b>PB</b>
女子砲丸投	田中結菜	6m63	<b>PB</b>

小野真依子	4m44	(+1.6)
柴田アンナ	1m55	

## 3/18 兵庫実業団記録会

男子400m	松本出海	56"21	
男子5000m	上野拓貴	15' 17"68	<b>PB</b>