

陸上・日本インカレ

日本学生陸上競技対抗選手権大会（日本インカレ）は9月24日の3日間、埼玉県熊谷市の熊谷スポーツ文化公園陸上競技場で開かれた。男子400メートルの堀井浩介、男子400メートルハードルの鍛冶木峻、女子5000メートルの由未奈がそれぞれ5位に入賞した。男子1600メートルリレーは4位と健闘した。
【渡辺真輝、高桑霞美】

写真・高桑霞美



400mハードルで力走する鍛冶木(右)

男子1600メートルリレー 追い込んで4位に食い込む

男子400メートル堀井浩介（経営4）が46秒折で5位入賞した。男子400メートルハードルでも鍛冶木峻（経営3）が50秒88で5位入賞した。表彰賞を狙った男子1600メートルリレーは、一走堀井、二走渡部佳朗（経営2）、三走・加藤孝太郎（経営4）、アンカー・鍛冶木で臨んだ。三走まで上位争いを展開、鍛冶木は途中下がったものの、最後に追い込みを見せて4位に食い込んだ。

堀井 男子400メートル 決勝で戦えて良かった

堀井は「表彰賞に上がることができず悔しい思いをしたが、決勝という舞台で戦えた良かった」と話した。4年間を振り返って「日本代表にまで成長することができた。リオ五輪は行けなかったが、4年後の東京オリンピックには出場できるように精進していきたい」と語り、加藤は「関東インカレと日本インカレの1600メートルリレーで入賞できたが、表彰賞に届かなかったのは悔しい。4年間はとも充実していた。城西大学陸上競技部を誇りに思う。入賞できてよかった」と話した。

鍛冶木 男子400メートルハードル また一つ成長できた

鍛冶木は「400メートルハードルは、なかなか自己ベスト決勝に進出することができ、また一つ成長できた。急ぎ、リレーを走ることに、心の準備はできていなかったが、チームのために必死に走った。4位は日本インカレでの最高順位だったが、来年こそは皆で表彰に立ちたい」と決意を述べ、渡部は「先輩たちと走る最後のマールリレーだったので表彰賞に立つことができ悔しい思いをした。このメダルを大切にしよう」と語り、二走として決勝でバトンを渡すことができたとしている。来年度も応援よろしくお願いします」と語った。



1600mリレー決勝でゴールする鍛冶木(左)

男子400メートルの堀井、男子400メートルハードルの鍛冶木 ともに5位入賞

この白星でようやくチームも目が覚めたのか、10月8、9日の帝京大学戦は、10月10日と11日で連勝し勝ち点1を挙げた。この時点で秋季リーグはまれにみる混戦で、4チームが勝ち点で並んだ。下位のままで、入れ替わり戦回遊に向けて臨む10月16日の日本体育大学の3回戦では、2点リードを追いつづけるも失点を喫し、1-5で敗退。勝ち点1、勝ち率2割1分3厘で最下位に沈んだ。



400m決勝で5位フィニッシュする堀井

女子は5000メートル以上で上田未奈（経営2）が16分10秒18で5位入賞を果たした。福原紗希・現代政策3が14位、また、1方以外の和田春香（経営3）は20位だった。今季、数多くのレースをこなした上田は、昨年は1500メートル3位と表彰を飾ったが、今年は5000メートルに挑んだ。上田は「福原、三浦、桃香とも序盤は良い位置でレースを進めたが、中盤から長い縦長となり、上田以外は置いていかれる形になった。上田は粘りの走りでも5位に食い込んだ。」

上田 女子5000メートル 粘りの走りでも5位入賞

「城西大学陸上競技部を誇りに思う」(加藤)

6月に開かれたアジアジュニア陸上競技選手権大会の男子400メートルハードルで優勝した渡部佳朗は7月24日にポランド・ヒドフツで開かれた20世界陸上競技選手権大会・世界ジュニアに日本代表として出場した。400メートルハードルは、準決勝を危むなく通過。決勝は上位入賞が期待されたが、5秒89で7位入賞だった。自己ベストの49秒96には及ばなかったが、三走として出場した男子1600メートルリレーでは、メンバー4人で4位入賞に貢献した。

1600メートルリレーは4位入賞 三走で出場

世界ジュニア



世界ジュニアに出場した渡部(左)、1600mリレー・メンバーと月刊陸上競技提供

リオ五輪に出場して 佐藤孝太郎 4年後に向けて努力 雰囲気も空気も別次元の世界

リオ・オリンピックは初出場ということもあり、大変緊張しました。周りの人々からはオリンピックは違うと聞いていましたが、雰囲気も空気も盛り上がり方も全く違い、別次元の世界でした。今まで世界陸上やユニバーシアードなどたくさん世界大会に参加しましたが、それが小さく感じてしまうくらいのスケールでした。本番では走ることはできませんでしたが、日本チームとして戦っているのが、日本チーム最高のパフォーマンスが出るよう行動をしました。いつでも走れる準備はしておきました。



4月27日に開かれた後援部談で、千原佳伸陸上競技部監督(右)と並んでリオ五輪出場を報告する佐藤

ゴルフ部 Cブロック残留決める

8月31日、9月1日に千葉県横芝町のカレドニオン・ゴルフクラブで開かれた関東秋季プロゴルフ対抗戦のCブロックで9チーム中、6位となり、Cブロック残留を決めた。対抗戦は人が出場し、上位5人のトータルスコアで順位を決める。Bブロックで優勝した春大を同じく6位以下の6人出場。Cブロック優勝したプロック昇格を目指したが、及ばなかった。悲願のBブロック昇格に向けて新チームがスタートする。台風の影響でコースセッティングの難しさをあつて初

来季の活躍に期待 女子はベスト16

8月26・29日の4日間、鹿児島県南州市の知育平和園で第51回全日本男女ソフトボール選手権大会が開かれた。男女とも大男子日本を自指して健闘した。男子は初戦の広島大学戦を2-10と白星発進、続く日本福祉大学戦は3回まで3点先取されたものの、4回裏に点の大量得点で逆襲。その後も1点を争う激戦を展開して延長戦に突入した。8回まで6-16の同時9回裏に日本福祉大学が1点を挙げると、その裏、三番大野利典経営4のタイムリーが出て8-1で逆転。相手は環太平洋大学。準々決勝の相手は環太平洋大学。2回まで上のヒールドを許しなかつたが、取れない。ようやく最終回1点を返して意地を見せた。ベスト8止まった。環太平洋大学はその後も勝ち上がり、今年の覇者となった。一方、女子は1回戦の大阪大学を3-5で退けると、2回戦の本城学院大学を4-0で勝利。勝って準々決勝に進出がかった。3回まで5点を許す苦しい展開。4回に1点を返したものの、後がつかず1-4で敗退。女子ソフトボール部の夏はベスト16で終わった。

▲全日本インカレベスト8の男子ソフトボール部

スキー経験なくても大歓迎!



薬学スキー同好会は、主将の川本瑞央（薬学1）をはじめ20人で活動している。毎年3月に開かれる日本薬学会スキー連盟競技大会が目標。来年で50回目を迎える大会には、北里大学をはじめ、実践的練習が出来るという。会では「スキー以外にも月に何度かスキーに楽しんでいます。スキーの経験がなくてもスキーに興味のある方大歓迎です」と呼びかけている。



運動と脳の関係 ニューロンの数を増やす最大の要因

文武両道の人々が周りにいたことはないですか。運動もできて、勉強も出来るうらやましいと感じたことはありませんか。運動をすると、学業成績が上がるといったデータがあります。なぜそうなるのか、運動と脳の関係が研究で明らかになってきました。今まで、脳のニューロンの数は生まれた時に決まっており、その後は歳を取るにつれて減っていくと思われていました。しかし、現在ではさまざまな後天的な要因で増えることが判明しました。脳を活性化させ、ニューロンの数を増やす最大の要因が運動なのです。

有酸素運動をすると、筋細胞からイリシンと呼ばれるホルモンが放出されます。このホルモンは、白色細胞に働きかけて脂肪を燃やしてエネルギーを産生させます。一方、脳の中では脳由来神経細胞因子(BDNF)を増加させます。BDNFは、神経栄養因子でニューロンの分化・成長に関係するほか、脳に栄養を送る血管の形成を促すことがわかりました。このことから、ものを覚えたり、認知能力を高めたりするのだからと見られています。また、運動によって交感神経が優位になりドーパミンやセロトニン、ノルアドレナリンと

【巻嶋仁美】