

レベルに関係なく自分を高めれば 絶対に強いチームを作り出せる



取材時に練習していたのは、1、2年生の一部の選手。安達監督やコーチの指示を受けながら、黙々と練習に打ち込む姿が印象的だった



「29年間県総体、県学校対抗では1位と2位以外にはなっていない。選手たちもそこは譲れない」と安達監督



前橋育英高校

高校陸上
男子

撮影●関根則夫 文●松野友克

県高校総体で総合6連覇中。関東高校陸上大会では、2012年から16年まで総合5連覇を果たすなど輝かしい実績を残している前橋高校陸上部男子。過去には、インターハイでも総合2位に入るなど、県の強豪校として知名度は抜群だ。部を任されているのは安達友信監督。学生時代は800mを中心に中距離選手として活躍し、その後指導者の道を進んでいる。監督歴30年以上の名伯楽が、選手に必ず伝えていることがあるという。

「平日頃から言っているのは、自分を高めることが大事だということ。うちの部はエリート選手ばかりがいるわけではありません。どんなレベルであれば、陸上を頑張りたいという思いを持っている選手ばかり。だからこそ、みんなで努力してレベルを上げていけば、きっと日本一のチームになれるんです。能力が突出した選手ばかり注目されるかもしれないが、競技力が少し劣る選手だって記録を伸ばしている事実はある。そのこともしっかりと目を向けなければ強いチームは作れません」

現在の部員は男子だけで約60人。女子を含めれば80人を超える大所帯だ。専属コーチは2人いるが、監督として全員の状態を把握しなければいけない。しかし、群馬県陸上競技協会のマネジメントコーチも務めていることもあり、練習を見られないときもあるという。多忙な中でどのように選手をチェックしているか聞いてみると、「なんとかやってみよう」と笑顔を見せ、こう続けた。「朝練習は必ず見るようにしています。トラック種目の選手は基礎的なものが主になりますが、投てき種目の選手は朝から本格的な技術練習を行います。投てきは、10年以上やっていても悩みが絶えない競技ですので、高校3年間という短い時間では、いかに本数を投げるか

も重要になりますので」
安達監督が練習を見られる時間が少なくても、長年好成绩を残すレベルを保っている裏には、どんな理由があるのだろうか。そこには、安達監督のひとつの指導方針が影響していた。

「選手の状態にもよりますが、細かいことを一つひとつ指示する場合があります。でも基本的には、今の自分に何が必要なのかを考えさせるようなアドバイスを送ります。自分自身で原因を突き止められる思考がなければ選手としての成長は止まってしまう。ある程度の自立がなければ、高校を卒業してから陸上を続けるにしても対応ができません。だから今のうちに、原因を追求し、改善するためには何をすればいいかを考えさせるようにしています」

陸上選手として必要となる自主性を養わせることで、選手が安達監督に頼りすぎないという状況を作っているわけだ。
今年のチームには2人の有望選手がいる。一人は、三段跳びの外所晴貴(3年)、昨年の新人戦で自己ベストの15m17を記録。17年ランキングで11位に上り詰めた逸材だ。今年も2月に行われたU20日本室内陸上で15mを記録し2位と、夏のインターハイへ向け順調な滑り出しとなっている。もう一人が、棒高跳びの古澤一生(1年)。昨年は全中陸上でチャンピオンとなり、2月のU20日本室内陸上では、中学生初の5mを記録する離れ業を成し遂げたのだ。

取材時、時間の関係で2人に話を聞くことはできなかったが「まだまだ、これからの選手です」と安達監督は、今後の成長に期待する言葉を残した。1月にサッカー部が全国制覇したことに刺激を受けた部員も多いだけに、今度は陸上部の選手が全国大会で旋風を巻き起こしてくれるに違いない。