

走って、跳んで、投げて! 勝負する相手は自分自身

スポーツのチカラ ~いま陸上界がアツい!~

10月13日(月・祝)はスポーツの日。豊橋市まちなか広場で「とよはしスポーツフェス2025」が開催され、400mハードル・小川大輝選手によるトーク&レッスンが行われました。今夏には東京2025世界陸上が行われ、熱戦が記憶に新しい陸上競技の魅力に迫ります!

トークショー

自分も将来
南高校に入りたい!
(小4・男子)

走ることが苦手です
楽にしました(小2・女子)

小川大輝選手
に聞きました!

小川選手が話していた通り、
楽しく走りしたいと思います
(小4・女子)



◀「小川選手は国内のレースは絶対に外さない」と語る豊橋南高校陸上競技部の名将・黒田昭夫顧問



PROFILE

おがわ たいき
小川 大輝 選手

2003年生まれで石巻中、豊橋南高校出身の400mハードル選手。現在は東洋大学陸上競技部に所属。2024年パリ五輪出場、2025年日本インカレ優勝、東京2025世界陸上日本代表と輝かしい成績を誇る。



全国大会に出場した豊橋南高校3年生の皆さんとパンフレット!

Q1 400mハードルの面白さ・魅力は、どのようなところですか?

自分の身体がすべてで、結果がすぐ分かるのが陸上の面白さだと思います。ハードルも、「自分自身の力」が試されるところが魅力だと感じています。

Q2 パリ五輪、世界陸上を通じて、得たもの・学んだことを教えてください。

これまで毎年自己ベストを更新し続けてきましたが、世界の舞台では緊張や場の雰囲気にも飲まれて、自分の走りができませんでした。しかし、今後世界と戦う上で大切な要素がわかったという点で大きな学びになりました。

Q3 スポーツをしている子どもたちに向けてメッセージをお願いします。

どんなスポーツでも、まずは楽しんで身体を動かしてほしいです。自分の種目でプレッシャーを感じて辛い気持ちになってしまうよりも、楽しい気持ちで続けていってほしいと思います。

レッスン



ハードルの脚の切り替えが
すごく速くてびっくりしました
(小5・女子)

実際にハードルを使って走りを見せてくれた小川選手に訪れた方々の視線も釘付け!「東洋大学ではハードルなしで400mの選手と一緒に走り、スピードに自信ができました」と話してくれました。

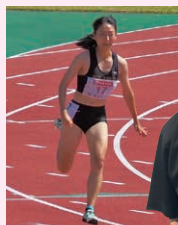


今日習った「ボンボンブン」という走り方を自分でも練習します(小6・女子)



レッスンが楽しかったので、もっとやりたかったです(小1・男子)

未来が 気になる! 高校生アスリート



PROFILE

ふせ いちは
布施 一葉 さん

高豊中出身、中京大学附属中京高校在学中。小学3年生から陸上を始め、中学で全中200m優勝。高校1年生でインターハイ個人7位、4×100mリレーで優勝。2年生でもリレー優勝を果たし2連覇。2025年のU18アジア選手権日本代表に選出。

高校2年生にしてインターハイ2連覇を果たした布施一葉さん。ピッチ(回転数)の速さと後半の伸びが持ち味で、中学生の頃からめきめきと頭角を現してきました。「U18アジア選手権では5位と悔しい結果に終わってしまったので、来年のインターハイ、特にリレーで3連覇を達成したい」と真っ直ぐな眼差しで答えてくれました。今後の目標について「たくさんの方から応援したいと思ってもらえるような選手になりたい」と語る布施さん。前を向いて走り続ける姿から目が離せません。



PICK UP INFORMATION

「アニーグローバル杯
第72回渥美半島駅伝競走大会」
ボランティア募集中!
(コース沿線の走路補助)

開催日時 2026年2月1日(日)
男子/12:00スタート
サンテバルクたはら〜万場庭球場前
女子/12:20スタート
赤羽根市民センター西〜万場庭球場前

ご支援・ご協力をよろしく
願います。
詳細は大会HPをご覧ください。



やしの実FM『月刊! スポ協ナビ』

地域の様々なスポーツイベント等、旬の情報をお届け!
番組名 こころぶ
放送日程 毎月第4木曜日 13:35~13:45
【次回放送日:12月25日(木)】

やしの実FM『やしの実スポーツ』

スポーツをしている皆さんの生の声をお届けします!
放送日程 毎週月~金曜日 14:50~15:00
【総集編】毎週日曜日 17:00~18:00