# 県高校新記録で2連覇

## 高校駅伝　堂々、19度目の全国切符！！

越高スポーツ
第133号（特別号）
2025.11.19

CHUETSU HIGH SCHOOL 120th
未来につなぐ、これからも。
中越高等学校 創立120周年

発行
中越高等学校
〒940－8585
長岡市新保町1371－1
TEL（0258）24－0203
FAX（0258）24－0205
ホームページ
https://www.chuetsu-h.ed.jp

## 圧巻の走りで魅せた全区間賞

1位でゴールする川上大敬

第76回全国高等学校駅伝大会新潟県予選会が10月30日（木）、新潟市中央区のデンカビッグスワンを発着、中継点とするコース（男子7区間、42・195㎞）で行われ、中越が県高校記録を1分15秒更新する2時間5分38秒で優勝し、2年連続19度目の優勝を決めた。

「昨年よりもトレーニングの負荷を上げることができた」と渡辺裕人監督は語った。選手一人一人のレベルに合わせてトレーニングしたことで、選手それぞれが今大会に向け調子をあげ、中越は7人全員が区間賞、そのうち4人の選手が区間新記録を出し圧巻の走りを見せた。今大会走った7人の選手について監督はこう語る。

昨年の全国1区を任された丸山展（3）について「昨年の全国の舞台では力を発揮できず後悔していた。この1年都大路に向けて、正しいトレーニングを行うだけではなく、力を発揮するためのマインドを身に付けてきた。レースでは予想外の展開もあったがそこを勝ち切り都大路につながる走りをしてくれた」。3区保坂玲弥（3）について「キャプテンとしてトレーニングだけではなく日々の行動でもチームの模範となっている。夏のトレーニングも順調に行い、本番では地力を発揮し、チームに貢献してくれた」。4区星野愁（3）について「夏場の走り込みが不足していたが、駅伝に向けて合わせてきた。本人の高い集中力を発揮し、良い走りをし、区間新記録にもつながった」。6区佐藤悠斗（3）について「昨年は1区で区間賞をとった選手。徐々に調子をあげ、設定タイムを上回る走りをしてくれた。今後は長距離区間での活躍を期待している」。7区川上大敬（3）について「トレーニングは順調に取り組めていたが夏までのレースでは不調が続いていた。しかし、駅伝に強く昨年と同区間で新記録を樹立した力のある選手である」と語った。今回メンバーとなった2年生コンビの2区波形泰良（2）、5区土田豪暖（2）について「2人とも夏の走り込みやトレーニングを順調にこなし駅伝に合わせて力を付けてきた。経験不足もあり本来の力を発揮できなかったが、2人とも先輩達がつないだ良い流れを切らさず襷をつないだのは合格点。今後が楽しみ」と期待の言葉をかけた。

1区 丸山 → 2区 波形

3区 保坂 → 4区 星野

5区 土田 → 6区 佐藤

全国高等学校駅伝は12月21日（日）に京都市で行われる。渡辺監督は「2時間4分で走り入賞を目指したい」と目標を語る。また、「その目標を本気で目指すことで、中越高校に元気を与え、支えてくれている方々へ感謝を伝えるだけではなく、新潟県の高校長距離界のレベルアップにつながる第1歩にしたい」と監督は熱いまなざしで語ってくれた。駅伝を走る全国の高校生誰もが出場したいと願う「都大路」。真冬の聖地で、新潟県高校駅伝界の歴史を塗り替え「緑色」のユニフォームが輝く瞬間を信じている。

## ◆監督談話

渡辺 裕人
監督

「2時間6分」の壁を越え、4名が区間新記録を樹立した。その先に何を見据えるか。渡辺裕人監督に聞いた。

走っている時は一人、実際にレースを走るのは7人。でも、駅伝は「チーム全員で戦うもの」だ。

個々が力をもっていることは分かっていた。気持ちを一つにすることで、こんなにも力を発揮することができるのだと改めて実感した駅伝だった。

新チームは、なかなかまとまりがなかった。昨年、都大路を走り終わった夜に、「来年は、都大路で入賞を目指せる〝可能性がある〟」とチームに伝えた。「目指す」と言いきらなかったのは、実際にできるかどうかを決めるのは、指導者を越えて、選手自身にかかっていると考えたからだ。「目指せる」選手やチームになっていくことで可能になる。あの時は選手たち自身がどうしたいか、促すに留めた。

「2時間6分15秒」は、9月、夏の鍛錬期を終えた選手たちが設定した目標だ。選手たちは、年間を通して「都大路で入賞を目指したい」と口々に言っていた。

10月の最終合宿時に「天地人」の話をした。「天の時、地の利、人の和」。元は「天の時は地の利に如かず、地の利は人の和に如かず」という孟子の言葉だ。個々が努力することはもちろんだが、駅伝チームとして気持ちを一つにして戦うことが大事なんだと伝えたかった。「感謝と希望」についても伝えた。県高校駅伝は、チーム全員の気持ちを一つにまとめた上で、感謝の気持ちを表す走りをしよう。都大路に向けて希望をもてる走りをしよう。全員が同じ気持ちで本番に臨んだ。

最終仕上げの練習で、各選手が設定を上回る走りを見せていた。夏場に出遅れていた選手も、気持ちと調子を本番に合わせることができた。個々の区間で9月の目標をブラッシュアップできるのではないかと投げかけた。

今回の結果は、控えの選手・サポートの部員も含めて「1秒を大切にした」結果だと感じる。ただの通過点ではなく、全国を見据えた記録と勝負をする場として、よく戦ってくれた。タイムは、昨年の全国大会に当てはめると11位相当。今まで見えなかった、言えなかった「都大路での入賞」だが、県大会後は「都大路での入賞を本気で目指す」と選手たちに伝えた。

昨年に続き、丸山・保坂の両キャプテンが非常によく頑張っている。昨年の経験を活かし、補い合う関係から、走り・言動・取り組みで二倍の力でチームを引っ張ってくれている。

今後選手たちに期待するのは「都大路入賞を本気でイメージすること」。自分たちに必要な取り組みを主体的に考え、実践・行動してほしい。大事なのは、予測と準備、そしてマインド。トレーニングだけでは力は発揮しきれない。「全国で本気で勝負する、勝つ」というマインドをもちたい。そうすることで都大路での入賞をつかむことができる。とても楽しみだと思っている。

## ◆選手談話

1区
丸山 展

目標としていたタイムを切り、区間賞を取れたことは、自分の役割を果たせたが、力不足な所も感じた。全国大会では、1区を10位以内で走り、チームが入賞できる流れを作りたい。3年間の感謝の思いを走りで表します。

2区
波形 泰良

1区がどんな順位で来ても自分のやるべきことは1つだと思い準備をしてきた。その結果としてチームに良い流れを作れたと思う。その反面、自分の弱さ、課題も見つかった。都大路入賞に向けてより一層強化していきたい。

3区
保坂 玲弥

一人一人がこれまで何回も壁にぶつかって乗り越えてきました。その過程あってこその県記録だと思います。ですが、個人としてもチームとしてもまだ上を目指せます。マインドを大切に様々な方へ結果で恩返しします。

4区
星野　愁

都大路入賞を見据えた県で出来る最大限の走りを求めて、1秒1秒に拘る走りが出来た。そして、チームとたくさんの人の想いが力になる駅伝になった。昨年とは違う、簡単に全国で負けない戦いができる準備をする。

5区
土田 豪暖

納得のいく走りではなかった。しかし、楽しむという気持ちで挑み笑顔でタスキを貰い渡すということが出来て良かった。今回見つかった課題点というのをこれからの短い期間で改善をして都大路では今回以上の結果を出し史上最速最強のチームになりたい。

6区
佐藤 悠斗

6区の5キロ区間を走らせてもらった。まず、走れる事に感謝の気持ちをもっていた。チームのために走れた。6区でタスキをもらった時は2位と差があり、落ちついて走り始めれた。区間記録を15秒更新し、チームの目標に貢献出来た。本気で入賞を狙う。

7区
川上 大敬

まだまだこれからだと感じるレースだったが最低限では走ることが出来た。都大路に向けて更なる力をつけ、支えてくださる方々への感謝を伝える走りをしたい。また、仲間の気持ちを背負い都大路入賞の目標を叶えたい。

## 優　勝

2時間5分38秒（大会新・県最高）

| | |
|---|---|
| 第1区 10.0㎞ | 丸山 展（3）〈燕吉田中〉 |
| ① | 29'41◎ |
| ❶ | 29'41 |
| 第2区 3.0㎞ | 波形 泰良（2）〈十日町中条中〉 |
| ① | 08'37 |
| ❶ | 38'18 |
| 第3区 8.1075㎞ | 保坂 玲弥（3）〈十日町川西中〉 |
| ① | 24'33 |
| ❶ | 1:02'51 |
| 第4区 8.0875㎞ | 星野 愁（3）〈魚沼広神中〉 |
| ① | 24'28◎ |
| ❶ | 1:27'19 |
| 第5区 3.0㎞ | 土田 豪暖（2）〈新潟岩室中〉 |
| ① | 8'47 |
| ❶ | 1:36'06 |
| 第6区 5.0㎞ | 佐藤 悠斗（3）〈長岡秋葉中〉 |
| ① | 14'40◎ |
| ❶ | 1:50'46 |
| 第7区 5.0㎞ | 川上 大敬（3）〈十日町川西中〉 |
| ① | 14'52◎ |
| ❶ | 2:05'38◎ |

◎は新記録