

# 未来に 向かって 走れ!

全国大会優勝や駅伝大会優勝など、数多くの優秀な成績を収めた子どもたちが所属する「芦屋ジョギングクラブ」。寒い日も暑い日も、芦屋町の「芦屋河川敷グラウンド」で練習に励んでいます。その強さの秘訣を取材しました!

## 長い歴史を持つ ジョギングクラブ

ここ数年でブームを呼んだランニング。さらに今年は大河ドラマでマラソンを中心にオリンピックの話題を取り扱うことから、ますます「走る競技」への関心が高まっているようです。そんな注目のジョギングを子どもに教えている民間のクラブが芦屋町にあります。その名は「芦屋ジョギングクラブ」。小学生を中心に、幼稚園の年長から中学生まで幅広い年齢の子どもたちが所属し、楽しく練習に励んでいます。

現在の2代目の監督を務める井口功さんに、クラブが誕生した経緯などを伺いました。「クラブを創設したのは、初代監督を務めていた宮崎監督という方です。宮崎監督は元短距離走の選手で、三菱化成陸上部の監督を務められていました。引退された後、地元の芦屋で子どもに走る楽しさを教えたいと、このクラブを創設されたそうです。当時、私の子どもがクラブに入会していて保護者として引率していたのですが、私も陸上の経験者であったことから監督に『一緒に指導をしないか?』と誘われて。それからコーチを務め、2代目の監督を受け継ぐことになりました。」と井口さん。長い歴

する生徒が毎年のように現れ、高校のスポーツ推薦を受ける子も。最近ではOBの生徒が何と中学生の長距離走で日本記録を出し、日本中から注目を集めています。そんな強豪選手を数多く輩出しているというから、何か特別練習方法をしているのでは?と調べてしまいましたが、変わったことは一切していないのだそう。

「基本的なことをコツコツと繰り返し、ことに重点を置いた練習を取り入れています。そして、無理をさせないこと、もモットー。特に小学生はまだ体が出来上がっていない時期なので、練習メニューは中学生や高校生のメニューに比べて7~8割のレベルに設定しています。全員が同じではなく、子どもたち一人ひとりに合わせた練習量で強い身体と精神作りに励んでいます。」と井口さん。特別なことはせず、地道に基礎力をつけて行くことが強さに繋がっていることを教えてくれました。小学生のうちから短距離専門・長

将来どの陸上種目に進むかを幅広く選択できるよう、4~9月の暑い時期は短距離走、10月~3月の寒い時期には長距離走と、季節によって全体の練習メニューを分けていることも特徴です。

強豪選手がチームにいることもメンバー間で刺激になり、「あのお兄ちゃんみたいになりたい!」と憧れを抱いて練習に励む子どもも多いようです。みんなで切磋琢磨して、どんどんと実力がついていけるでしょう。

保護者や行政、地域住民など、周囲のサポートがあることもクラブの強さに繋がっている。井口さんは「ここは駅から離れているので、子どもたちの大半は保護者の方に送迎してもらって通っているんです。芦屋町だけでなく、宮若市や北九州市など町外から通う生徒もたくさんいます。今は共働きのご家庭も多いので、本当に保護者の方は頑張ってくれてもらっていると思います。練習場所として使わせていただいている芦屋河川

史があるので、親子2代にわたって入会するご家族もいるのだとか。現在は約40名が所属していますが、この春また新たな部員が入会していつそう賑わうことになりそうです。

## 周囲のサポートを受け 強豪選手を数多く輩出

『芦屋ジョギングクラブ』がスゴいのは、長い歴史だけではありません。毎年九州の駅伝大会や地域のマラソン大会など、数々の大会で優秀な成績を収めていることから「九州トップクラスの陸上クラブ」としてその名を馳せているそう。中学校の全国大会に出場

数グラウンドも、以前は水たまりができてしまうことがありましたが、少しずつ役場の方が手入れをしてくださって、走りやすいフィールドになりました。ご近所の方も見守って応援してくださったり。本当に、周囲のみならずにはたくさん協力をいただきありがとうございました。練習風景を見学させていただきました。

幼稚園児の小さなお子さんも小学生の生徒さんも、みなさんニコニコとした笑顔で走っている姿が印象的でした。みんな走ることが楽しいから、暑い日も寒い日も頑張って練習に通っているのだでしょうね。そんな練習の成果が発揮されて、大会で優勝したなどの結果を聞いたときには毎回本当に嬉しく思います。クラブを卒業したOBが、大きな駅伝大会に出場してテレビに映ることとも楽しみにしているんですよ。教える子が活躍することが私の喜びです。」と井口さん。将来、オリンピックに芦屋ジョギングクラブ出身の選手が出場することを期待しています!

走ることが楽しいと思ってもらえるような練習をしています。



コーチ  
井口 功さん

チームワークが自慢です。中学生になっても練習を続けたい!



男子キャプテン  
山本 来碧さん

みんな明るくて楽しい子ばかり。走るのが大好きです!



女子キャプテン  
永島 心音さん



寒い日にはウォーミングアップをしっかりして、体を温めてから走ります。まだ小さな幼稚園児の姿も見受けられました

## 芦屋ジョギングクラブ

【練習場所】  
芦屋河川敷グラウンド

【練習日時】  
平日/17:30 ~ 19:00 ※木曜日は休み  
土曜/16:00 ~ 17:30  
日・祝/9:00 ~ 11:00

【練習体験・見学などの問い合わせ先】  
☎090-3076-7968 (総監督・井口)



今年の春、小学校を卒業する6年生のメンバー。みんな仲良く和気あいあいと練習していました