



八工生の皆さん、こんにちは。

近畿大学の河内です。

在校生へのメッセージということで一言書かせていただきました。

皆さんそれぞれ部活や勉強などそれぞれの目標に向かって頑張っているかと思います。時には頑張っても結果が出ないなど色々あると思います。

そんな時私から送る言葉は「適当」です。

というのも難にするという意味ではなく、正しい意味での「適当」です。頑張りすぎず適度に休む、目標に向けて無駄のない有意義な練習をするということです。

実は「適当」というのは難しく、非常に頭を使うものです。勉強でもスポーツでもただ量をこなすのではなく、常にどうすれば強くなるのかを理にかなって考えなければ意味がありません。

スポーツで言うなら思考停止した根性練習は意味がなく、考えながらする短期練習は結果に繋がるということです。

頑張っているのに結果が出ないと、間違った方向で努力していないでしょうか?

練習は裏切ります。努力は裏切ります。

そこに「理」がなければ。行き詰ったときは是非この話を思い出してください。

伸びる要因 自分で限界を決めない

↓久しぶりの再会に握手を交わす河内くんと亀田先生



本校卒業後、近畿大学陸上部に所属し、メキメキと頭角を現す。大学2年生で、関西インカレ優勝。日中韓代表選手に選ばれた。亀田先生にその報告をした河内くんは、「やつと選ばれました」と言った。河内くんの闘志を感じた亀田先生は、河内くんがここまで伸びている大きさを選ばれるために努力を続けていた。河内くんは、「自分で限界を絶対に決めない」ということを決めていた。「まだまだいけると思つた」と感心しながら、「僕らはすごいな」とつづく。通過程点になつていては、大会も、あいつに

「ホントにすごいこと」と感心しながら、「僕らはすごいな」と快進撃を見守る。
「経験を積み、緊張して当り前の大舞台で、自分のベストを出せるようになつてほしい。どこまで行くか楽しみだ」と今後に期待を込めた。

東京五輪でメダルを取る



～環境化学科OBスプリンター～

かわうちみつき 河内光起くん

陸上男子400m 日本期待の星

7月にナポリで行われたユニバーシアードでは400mの決勝に進出し、見事6位と好成績を残した河内先輩。近畿大学4年生の夏休み、忙しい練習の合間にぬつて、8月9日に本校陸上部を訪問してくれた。日本陸上界大注目の河内先輩に直撃インタビュー!

現在、河内先輩は世界ランキング55位。「東京五輪でメダルを取ること、そして次のパリ五輪でもメダルを取ること」と、すごい目標をさらっと語った。選考会などを経て秋には発表される。

ナポリのユニバーシアードについては「まだタイムを伸ばせた。本領を発揮できなかつた」と悔しそうにレースを振り返り、「基礎を固めて、タイムを縮めたい」と闘志を見せた。河内先輩を間近に見た陸上部の面々は、「かっこいい」「河内先輩に直撃

身長でイケメン」「日本代表のユニフォームがすげえ」と口々に語る。大槻晃資くん(1年)は「地面を強く蹴ること、その反発を得ることなど基礎を教えてもらった」という。河内先輩の走りは、一步一

歩の歩幅が非常に大きい。mほども先を行く陸上部員を抜いてしまった。陸上部員の速さはケタ違いだ。9月27日から10月6日までカタールで開催された第17回世界陸上競技選手権大会にも、4×400mリレーの代表選手として現地に赴いた河内先輩。惜しくも出場はならなかつたが、大きな世界大会で得たものは計り知れない。東京五輪で走る河内先輩を応援する日が楽しみだ。

8月より産休に入つておられた養護教諭の林悠紀子先生がご長女を無事出産された。9月9日13時37分に3156gで産まれた女の子のお名前は幸(さち)ちゃん。

「自分や周りの人にも幸せがあふれますように」との想いからの命名だそう。



林悠紀子先生 ご出産

林先生からいただいたメッセージをご紹介します。

「妊娠していることに気づいていない人も多く、ビックリされたかもしれません。この度元気な女の子を出産することができました。周りの先生方など、多くの方に助けてもらつて、この日を迎えられたので感謝の気持ちでいっぱいです。今は学校生活とは全くリズムの違うなかで、赤ちゃんと癒しの生活を送っています。みなさんも祝福されて産まれてきた人ばかりですので、自分を大切に日々すごしてください。応援しています！」

一方で、タイムの伸びに面白を感じた河内くん、陸上専門部のコチーチに学ぶ機会も得て、力をつけていく。自主練習もするようになつた。そして3年の春、県大会に来ていた近畿大学陸上部関係者の目に留まる。「ウチで育てんを思い返す。白さを感じた河内くん、陸上部の様子を話してくれた。高校1年時の河内くんは練習をよくサボり、先輩にも怒られる部員だった。2年生の河内くんは記録会では、400mを53秒99で走つた。亀田先生が在学時

河内くんは平成28年度本校卒業生だ。亀田先生が在学時の様子を話してくれた。高校1年時の河内くんは練習をよくサボり、先輩にも怒られる部員だった。2年生の河内くんは記録会では、400mを53秒99で走つた。次の大大会では51秒で走り、県大会でも決勝に残つた。冬には県の強化合宿に初参加するも、初日でリタイア。 「そんな普通の選手やつたんだ」と、高校前半の河内くん

たい」「日本を代表するよう選手になつてもらう」と声をかけてもらつたという。3年最後の県大会では、20年ぶりに県記録を大きく塗り替えての優勝を飾るが、ボロと泣く河内くんの姿があつた。「もつといけたはずや」悔し泣きだ。続くインターハイは準決勝

どまり。国体では7位。つづつへ口へ口になり、期待された順位には届かなかつた。もっとも、高校3年生で

目立つ活躍をすると、関東の大学から声がかかる。目をか

けていてくれた近畿大学陸上

部の方々は、内心「よし」と思つておられたとは、あくま

で推測の話だが。