



第110回日本陸上競技選手権

愛知・パロマ瑞穂スタジアム 2026.6.12~6.14

今年も日本選手権で兵庫の選手が活躍。男子ハンマー投と1500m、女子1500mと100mHの優勝者4人を含め、計6人が9月のアジア大会代表に選出された。兵庫新記録は3つ誕生した。

アジア大会代表

中島ひとみ
(長谷川体育施設)

初優勝

100mH
12秒77

■…12秒台の自己記録を持つ実力者が8人並んだ決勝。中島は序盤から先頭争いを演じ、12秒77(+0.6)で初優勝に輝いた。夙川高2年時の2012年日本ユース選手権100mHを制した思い出の競技場で、14年ぶりの日本一を手に入れた。アジア大会の先に2027年の北京世界選手権を見据える。標準記録12秒60を切るには、「アベレージを12秒7に上げる必要があります」と中島。日本選手権では予選から12秒77を3本そろえた。12秒60突破に視線を向けている。

日本新

12秒62

富士北麓ワールド
トライアル2026. 8月9日
予選+2.0 & 決勝-0.2

アジア大会代表

田中希実
(豊田自動織機)

7連覇

1500m
4分11秒80

■…「純粹にかけっこを楽しみたいという気持ちで臨んだ」。田中は最後まで自分らしく1500mを駆け抜け、7連覇を達成した。

2日前の5000mでは、山本有真(積水化学)にラストで逆転されて2位となったが、「悔しさが湧かない」と苦悩した。そこから原点に戻ろうと、自身と向き合って迎えた1500m決勝。残り2周で後方から一気に先頭に立ち、さらにギアを上げて後続を引き離れた。中学時代から大切にしてきた種目で、「勝ちたいと思える自分に戻りたい」という切望を走りでも表現した。

アジア大会は意外にも初出場。1500m、5000m、10000mの3種目で代表に決まった。「毎日のように走ってレースに向かい続ける姿を見ていただきたい」。全身全霊をかけて走る。

四方悠瑚
(4DIRECTIONS)

800m 2位
& MDCで1分44秒94
兵庫新&日本歴代3位

■…男子800m決勝、最後尾から金メダルを狙ったが、0.23秒及ばず2位。「ラストで出し切れなかった。アジア大会に出るのが第一歩になると思っていたので、出られないのは悲しい」と肩を落とした。5月のMDCでは日本歴代3位&兵庫新の1分44秒94をマーク。「アスリートとして1分43秒切りを目指していく」とさらなる奮起を誓った。

アジア大会代表

V3

飯澤千翔
(住友電工)

1500m
3分40秒11

絶対的な自信を持つスパートを見せて三連覇。「すごくシンプルに、(本田) 桜二郎くん(早大1年)がペースを動かすところにくっついて、ラストで抜かすと考えて走りました」。アジア大会で金メダルを狙う。

二連覇を目指して前半から飛ばした。終盤に逆転されて2位だったが、56秒22は自己ベスト。「周りは気にせず、集中していけました。出し切れたと思います」。目標にしていたアジア大会代表に選出された。

アジア大会代表

梅原紗月
(住友電工)

400mH 2位
56秒22
日本歴代8位・兵庫新

日本選手権

中川が男子ハンマー

■…昨年優勝の福田翔大（住友電工）との逆転また逆転の投げ合いとなったが、「アジア大会派遣設定記録73m10を超えて優勝する」という中川の強い決意が鉄球を自己ベストの73m93へと運んだ。2年ぶり2回目の栄冠でアジア大会代表内定を決めた。

「1、2投目の動画を見ると、自分が感じているよりも遅かったので、速度を意識して、3投目から修正をかけていきました。（73m93を投げた）5投目の後、もう一本狙えるかなと思ったのですが、ちょっと力んでしまって、そこがまだ弱さかなと思います（6投目ファウル）」と競技を振り返った。

5月のアジア投てき選手権は71m89で金メダル。アジア大会も渾身の投てきを見せてくれるはずだ。



日本選手権の優勝、アジア大会代表、おめでとうございます。

目標にしていたことをしっかりと決めることができてうれしいです。アジア大会は日本開催なので、応援の力を借りて、自己ベストで優勝したいと思っています。

アジア投てき選手権（5月）は金メダルでした。

競技開始が夕方、気温13度と寒かったです。僕は大きな大会ほどアドレナリンが出ます。今回、自己記録75m52の王琦選手（中国）が出ていませんでしたが、出ていれば、勝負はもっとおもしろくなったと思います。

関西実業団でも福田翔大選手（住友電工）と投げ合い、中川選手の5投目の72m38で決着しました。

いいライバルがいて、自分も少しずつ記録を伸ばしていけました。ライバルがいると気持ちも上がります。

今季から兵庫県に帰って、山陽特殊製鋼に所属しています。

高校卒業後に九州共立大学に進学し、社会人でも九州が練習拠点でしたが、いずれは帰りたい気持ちがありました。第二の競技人生というか、最終章という感じです。実際、いろんな人に助けてもらって、会社にも投げる環境をしっかりと準備してい



5投目を終えて首位だったが、6投目に逆転を喫した。「過去最高の順位はうれしいし、メダリストセレモニーは楽しかったが、やっぱり勝ちたかった。やってきた技術を少しできたのが5投目。これを無意識にできるレベルまで持っていきたい」

2台目にぶつけたが、速いテンポを保ち、ほぼミスのないレース。「端のレーンで集中でき、多くの観客が入る競技場で楽しめた。2回目の日本選手権決勝（2023年DNF）、過去最高の結果を残せてほっとしている」

100m10秒79、走幅跳7m11、走高跳1m96、棒高跳4m70など走跳の種目で高得点。大会前の「メダルを取れるように」を実現した。昨年2位の日本インカレ（9月）で「絶対に勝ちたい」と意気込んでいる。



男子5000m 5位13分25秒62
青木瑠都（住友電工）
「何も考えずレースに臨み、楽しんで走って自己ベストを出せた。社会人1年目、伸び伸び走って、いいモチベーションを保っている」

女子ハンマー投 5位60m86
エバサカ・テレサ (KAGOTANI)
「この大会に懸けてきたのに、3本目までに2本ファウルでベストを出せる展開にできなかった。練習どおりに投げられず悔しい」



「昨年2位だったので、今年はとても緊張した。予選より前半はいい感じで走れたが、後半焦って思うように伸びなかった。メダルを取れたのはうれしいが、自己ベストを出したかったのでタイムに関しては悔しさもある」

第110回日本陸上競技選手権入賞者リスト

【男子】		
400m	⑥小幡丈士（関学大3年）	46秒52
※予選45秒38=兵庫新		
800m	②四方悠瑚（4DIRECTIONS）	1分46秒68
1500m	①飯澤千翔（住友電工）	3分40秒11
5000m	⑤青木瑠都（住友電工）	13分25秒62
110mH	④徳岡凌（KAGOTANI）	13秒66
円盤投	⑧山口翔輝夜（筑波大4年）	52m03
ハンマー投	①中川達斗（山陽特殊製鋼）	73m93
=兵庫新		
やり投	②巖優作（山陽特殊製鋼）	79m13
やり投	⑧ディーン元気（ミズノ）	74m70
十種競技	②山本湧斗（大体大4年）	7335点

【女子】		
400m	③中尾柚希（園田学園大4年）	53秒58
400m	⑥齋藤朱里（立命館大2年）	54秒74
1500m	①田中希実（豊田自動織機）	4分11秒80
5000m	②田中希実（豊田自動織機）	15分00秒93
100mH	①中島ひとみ（長谷川体育施設）	12秒77
400mH	②梅原紗月（住友電工）	56秒22
=兵庫新		
ハンマー投	⑤エバサカ・テレサ（KAGOTANI）	60m86

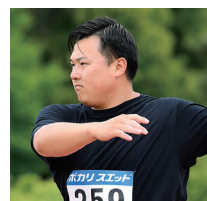
いただきました。やってやろう！という気持ちで前に向かっていて、楽しいですね。お世話になってきた兵庫の先生方にもお会いできて、安心感もあり、温かさを毎日感じています。

兵庫でハンマー投をやり遂げる、という意気込みですね。

僕は今年で28歳になります。続ける限り、ケガをしない体づくりは大事です。技術種目なので、年齢を重ねるにつれてどんどん技術は上がりますが、上がれば上がるほど体に負荷がかかるので、体づくりは大事になってきます。軽いハンマーを使って、回転をしっかりとリズムアップしていく練習を継続すること、自分の体と相談しながら、最善の状態で試合に出ることを意識してやっていこうと思っています。

兵庫への思いという点で、「28」を着けたことは？

実はまだないんです。国スポの種目に男子ハンマー投がなかなか入らなくて。引退するまでに1回は出る機会があればいいなと思います。兵庫県にはどの種目にも強い先輩方がいらっしやるので、自分もその世界でやっていきたいと思っています。



Profile

1998年10月生まれ。加古川市出身。志方中一姫路工高→九州共立大・院→サトウ食品新潟アルビレックスRC→山陽特殊製鋼。専門種目はハンマー投。日本選手権24年・26年優勝、アジア投擲選手権25年・26年優勝、全日本実業団24年・25年優勝。自己記録は73m93（日本歴代5位）。

兵庫リレーカーニバル ユニバー記念競技場 男子800m V 四方ら兵庫出身選手が活躍

第74回兵庫リレーカーニバルは2026年4月18・19日、ユニバー記念競技場で開催。グランプリ種目の男子走高跳は坂井宏和（センコー）が2m25の大会新で優勝。兵庫出身選手も活躍し、砲丸投は加古川市出身の森下大地（関商事）が日本歴代4位となる18m67、800mは宝塚市出身の四方悠瑚（4DIRECTIONS）が1分47秒70で制した。

女子はやり投で神戸市出身の武本紗栄（オリコ）が59m68の大会新で栄冠。棒高跳は小野市出身の大坂谷明里（愛媛競技力本部）が日本歴代11位の4m24、走幅跳は西宮市出身の高良彩花（JAL）が6m37で頂点に立った。

小中高校と一般の種目でも熱戦が繰り広げられ、一般・高校女子やり投は神戸市出身の西村莉子（三菱電機）が54m85で大会新Vを飾った。高校男子4×400mリレーは滝川二高が3分12秒88の大会新で快勝し、西宮市勢6校が決勝に進んだ中学女子4×100mリレーは大社中が49秒38で優勝した。



グランプリ
男子800m
を4大会ぶりに制した
四方(中央)

第94回兵庫選手権 2026年7月4・5日 ウイング陸上競技場（姫路市）

男子は100m決勝で1位の山田吾愛仁（東洋大1年）が10秒34（+0.7）、2位の高見陸亜（順大4年）が10秒37（同）でそれぞれ大会新記録。800mは四方悠瑚（4Direction）が1分52秒00で3連覇を飾った。山口翔輝夜（筑波大4年）は円盤投49m84、ハンマー投64m04で2種目制覇。女子は3000mSCを黒木優依（園田学園大2年）が10分36秒76の大会新で制し、ハンマー投げのエバサカ・テレサ（KAGOTANI）は63m19で2年連続大会新Vに輝いた。800m



男子4×400mR決勝

と1500mでは五十嵐遙花（園田学園高2年）が2分14秒58&4分29秒87で二冠に輝いた。

普及委員会 第50回兵庫県小学生陸上 6月21日／神戸ユニバー記念競技場

小学生の兵庫県No.1を決める競技会に、4～6年生の男子405名、女子322名が出場しました。また1～3年生対象のキッズチャレンジ50mタイムトライアルも実施し、156名が出場しました。どの種目も上位を目指そう、少しでも良い記録を出そうとする、たくさんの小学生の頑張りをみることができ、大会新記録も樹立されました。この大会を経験し、中学・高校でも力を伸ばし、国スポ等で活躍する競技者も育っています。今後も小学生の目標となり、その目標が達成できる競技会として開催を続けていきます。（小山委員長）

Report 大学生

日本学生個人 森玉と山口が



日本学生個人選手権（4月）で森玉鳳雅（関大4年）が男子1500mを3分44秒85で制覇。同円盤投は山口翔輝夜（筑波大4年）が51m66で制した。4月の日体大長距離競技会の男子1500mでは久山大祐（関学大4年）が3分42秒64の兵庫学生新をマークした。

関西インカレ（5月）の男子1部1500mは森玉が3分42秒65で大会新Vを飾り、「後半独走して出したタイムなので自信になる」と喜んだ。同400m優勝の小幡丈士（関学

大3年）は日本選手権6位。予選で45秒38の兵庫新記録を樹立した。「日本インカレでタイトルを取れるように精進していききたいと思います」とさらなる躍進を誓う。

関西インカレの女子は400m優勝の中尾柚希（4年）らが活躍した園田学園大が女子総合2位となった。

U23アジア選手権では男子ハーフマラソン競歩の逢坂草太朗（東洋大3年）、同十種競技の山本湧斗（大体大4年）が金メダルに輝いた。



学生個人V



U23アジア選手権V



400m
45秒38 兵庫新

Zoom Upチーム 04 山陽特殊製鋼



中長距離の伝統+投てきで切磋琢磨

山陽特殊製鋼陸上競技部公式サイト



1982年に同好会として発足し、90年から専門部として活動。これまでに3名の日本選手権王者を輩出するなど、長距離種目を軸に実業団陸上界で実績を重ねてきた。93年に全日本実業団駅伝へ初出場し、2000年に関西実業団駅伝を初制覇。01年の東アジア大会ハーフマラソンでは家谷和男が優勝、14年のアジア大会3000mSCでは篠藤淳が4位入賞を果たした。

部員は26年4月現在、プレイングコーチを含め8選手。篠藤監督は「しっかり働き、陸上でも成績を残せるのが理想」と語る。陸上イベントを開催し

て競技の楽しさを伝えるなど、地域貢献活動にも力を入れている。

「年齢が近く、和気あいあいと一体感のあるチーム」と明石市出身で主将2年目の飯塚達也。中長距離選手に加え、25年春にはやり投の巖優作、26年春には日本選手権優勝経験を持つハンマー投の中川達斗が入り、種目を越えて切磋琢磨している。中川は5月のアジア投てき選手権で2連覇を飾り、新天地でも存在感を示した。中長距離で築いてきた伝統を大切にしながら、新たな種目でも世界を見据え、会社のシンボリック存在として歩みを進めている。

インターハイ

高校生が躍動
[7.30~8.5/滋賀]

水野 **V** ハンマー一投

東 **800m 3位**
1500m 3位



ハンマー投優勝
水野光 (社)

■… 64m63の自己新V。「今までお世話になった人に優勝した姿を見せたいと思ってきたので、叶えられて誇らしい気持ちです。全国タイトルを1回取ったから満足するのではなく、これを繰り返すということをモットーにしてやっていこうと思います」



400mH3位
平岡大輔 (滝川二)

■…「前半から強い気持ちで行きましたが、ラストは脚が回りませんでした。そこが改善できる点でもあると思います。力を出し切れたのは良かったですし、今後につながる悔しさになりました」



走幅跳2位
河旺佑 (鳴尾)

■…「今季最初の記録が6m70で『もう無理かも』と思ったこともありましたが、ここまで来られました。逆転されて悔しいですが、全国のライバルたちと跳び合えてすごく楽しかったです」

女子5000mW2位 逢坂ひかり (市西宮)

■…残り1周で追いつけられ、涙の2位。「後ろから来られていたのに気づきませんでした。自分ひとりでここまで歩いてきたわけじゃないから、ふてくされず、応援されていてよかったと思われるように強くなりたいです」



三段跳2位
板野結希 (滝川)

走で右ふくらはぎがついてしまい、思うように助走できなくて、6回もいけると思って跳びましたが追いつきませんでした」



■…「2種目入賞を目標にしてきたので、どちらもメ

ダルを取れたのはうまくいきすぎという思いが大きいです。今まで支えてくれた人たちに、いい走りを見せたいという気持ちで走りました。(800m) 2分7秒台はすごくうれしいです」

男子5000mW4位 辻那悠太 (市西宮)

「ラスト1周は気持ちで頑張っても体が動きませんでした。悔しいですけど、このメンバーで歩いてすごく楽しかったです」

男子1500m5位 梅田大陸 (須磨学園)

「先頭がペースを上げたとき、(追わずに)休む選択を取ってしまいました。走力というより、レース展開で負けたと思うので悔しい」

女子走高跳5位 大森咲綺 (神戸山手グローバル)

1m70を2回目にクリア。「助走のラスト2歩のスピードが上がりませんでした。悔しさを力に変えて、もっと跳べるようにしたいです」

【男子】1500m	⑥梅田大陸(須磨学園3年) 3分45秒69	三段跳	⑧中島梓太(社3年)	15m05
400mH	③平岡大輔(滝川二3年) 51秒39	ハンマー投	①水野 光(社3年)	64m63
3000mSC	⑥大柿 司(須磨学園3年) 9分00秒60	円盤投	⑥北原颯将(社2年)	46m46
5000mW	④辻那悠太(市西宮3年) 20分14秒80	【女子】800m	③東 是(須磨学園3年) 2分07秒70	
5000mW	⑥養田実汰(尼崎稲園3年) 20分27秒50	1500m	③東 是(同上)	4分24秒21
4x400mリレー	④滝川二(大段・知蔵・平・平岡) 3分08秒71	400mH	⑦吉見若菜(姫路女学院2年) 1分00秒03	
走幅跳	②河 旺佑(鳴尾3年) 7m52	5000mW	②逢坂ひかり(市西宮3年) 22分35秒53	
三段跳	②板野結希(滝川3年) 15m56w	走高跳	⑥大森咲綺(神戸山手高2年) 1m70	

Report 中学生

男女計79人&リレー2校が 全日本中学選手権へ

全日本中学校通信・兵庫県大会 (2026年6月27・28日)

3年男子100mは西田侑生(北神戸)が10秒75で優勝。200m22秒22の由居瑛汰(赤穂西)は400mも50秒25で勝って二冠。3000mは愛下倅生(山陽)を筆頭に7名が全国参加標準を突破した。110mHは藤井湊大(西脇)が14秒20で勝ち、走高跳は尾崎遥飛(揖保川)と中島司温(増位)がともに1m86をクリア。走幅跳は紫竹輝(津名)が6m64で制した。

女子は中山佳子(清陵)が3年100mと200mを制覇。森貞帆加(星陵台)も800mと1500mで二冠に輝いた。100mHは植垣花撫(神河)が14秒06で快勝。2位の内蔵鈴(神河陸上クラブ)は四種競技と100mHで全国に挑む。砲丸投の植原渚(志方)は今季全国ランキングトップの15m29で優勝した。

兵庫県中学校総体 (2026年7月26・27日)

4x100mリレーの男子は龍野西が逆転V。43秒57で全国の切符を手にした。女子は49秒20で大社が制した。3年男子100mは西田侑生(北神戸)が今季全国ランキング2位の10秒67で大会新V。男子200mVの佐々木璃久(朝日)の22秒03も好記録。女子砲丸投の植原渚(志方)は15m29。優勝候補として全中に乗り込む。今年度、兵庫県勢は男子41名、女子38名、計79名が全国大会参加標準を突破。山口全中(8月20~23日)に挑む。

新記録!!

1位 13秒29

日本高校タイ(当時)

近畿高校新

兵庫高校新

大会新

兵庫県高校総体(5.29~31)
女子100mH決勝(+1.8)

いつも先に前に出られて追いつけずに終わるんですけど、今回はスタートもいい感じに出られて、後半も落ちずに付いていけたからよかったなと思います。



二階堂 咲
(神戸山手グローバル高3年)

2位 13秒30

近畿高校新 兵庫高校新 大会新

去年よりも後半失速しない走りができたことは成長。兵庫県で競り合える先輩が今年もいるので、私もいろんなことを吸収して強くなれると思います



福田 花奏 (滝川二高2年)

田中 希実
(豊田自動織機)

女子3000m
DLロンドン大会

日本新

8分32秒29

2025年度日本陸連高校・中学優秀コーチ章



永井宏明先生
(西脇工業高校)

二宮浩史先生
(自由が丘中学校)

