



いだい せんぱい  
**一小的偉大なる先輩につづけ!**  
 せかい いど  
**世界に挑む**

こんどう りょうた  
**近藤亮太 選手**

だれ  
**～誰にでもチャンスはある!～**

プロフィール

- 平成11年10月5日生まれの26歳
- 長崎の三菱重工マラソン部に所属しているマラソンランナー
- 平成23年度に第一小学校を卒業
- 第一中学校、島原高校で陸上部に入学
- 高校卒業後は箱根駅伝出場を夢見て順天堂大学に進学
- 大学4年生のときに『箱根駅伝(10区)』に出場し夢が現実!
- 令和7年2月24日開催『大阪マラソン2025』出場  
 ▶2時間5分39秒のマラソン初出場の日本最高記録!
- 令和7年9月15日  
 日本代表として『東京2025世界陸上』出場  
 ▶日本選手トップの11位でゴール
- 令和8年3月1日『東京マラソン2026』出場  
 ▶2時間7分6秒、日本人4位でゴール  
 2028年ロサンゼルス五輪 日本代表選手選考競技会(MGC)への出場権獲得!



近藤選手の小学生時代を知る先生



小学生時代の近藤亮太少年は、誰に対しても優しく接し、困っている友達に声をかけたり、下級生のお世話をしたりしていました。特別支援学校との交流では、相手を思いやり、どのような関わりをすればよいかを考えながら接することもできました。

運動会では、応援リーダーになり、みんなで協力して応援をやり遂げ、応援の部で黄組の優勝に力を発揮しました。責任感が強く、やるべきことを理解し、コツコツと努力を続けることができるので、友達から頼りにされ、ソフトボールクラブではキャプテンを任されました。

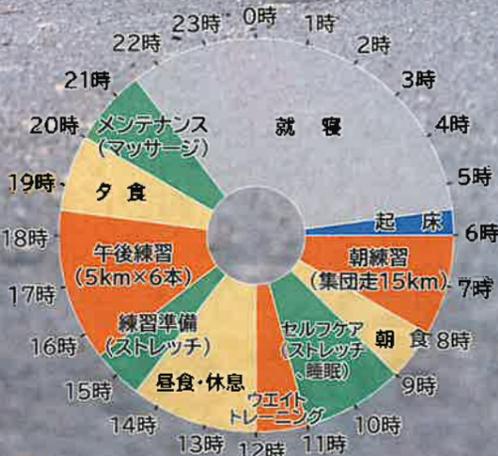
近藤亮太選手のマラソンでの強さの秘密は、緻密で、繊細で、努力家なところにあったのです。42.195kmもの長い距離を走り通すために、努力を怠らず、ペース配分を考えながら走っていたのです。また、沿道からの声援を走るエネルギーに変えることができるのも、応援をしてくれる人の気持ちに応えたいという思いやりの気持ちからきているのでしょう。

現在の夢は、オリンピックに出場することだそうです。ぜひ、その夢が現実になるよう応援をしていきましょう。そして、私たちも第一小学校の近藤亮太選手をお手本とし、人に優しく、思いやりの心をもちつつ、目標に向かって地道に努力を続けられる人をめざしましょう。

近藤選手と見習生



近藤亮太選手は高校時代陸上部で私はサッカー部だったため、同じグラウンドで練習する機会が多くありました。そこでの近藤亮太選手は「負けず嫌い」という印象が強いのです。練習で手を抜いている姿を見たことがありません。常に陸上部の練習を見ているわけではもちろんないですが、目に入る時は常に真剣に練習に取り組んでいました。きっと試合で負けるだけが嫌というわけではなく、練習から逃げる自分に負けるのも嫌な人だったと思います。学生時代の私とは正反対の人でした。(笑)



近藤選手の一泊(合宿時)

Q&A 一小的子ども達の質問を近藤選手に答えていただきました!

**1年生 Q** 好きな食べ物はなんですか?  
**A** カレーライスです! 学校の給食もカレーライスが好きでした。

**1年生 Q** マラソンをする前に食べたほうが良いものや、おススメはありますか?  
**A** マラソン前日はご飯、うどん、モチなどエネルギーになるいろんな種類の炭水化物を食べています。生物、揚げ物などの消化に悪いものは避けましょう。

**2年生 Q** どうやったらそんなに速く走れるんですか? 毎日何km走っていますか?  
**A** 毎日運動してよく食べてよく寝ることの繰り返しです。体を作ることを意識しています。毎日25km~30km、多い日は60km走ります。1ヵ月最低800kmは走ります!

**2年生 Q** マラソンを始めたきっかけと、いつから陸上を始めましたか?  
**A** 初めてマラソン大会に出場したのは小学2年生の頃でした。走り終わって飲んだポカリが美味しかったです。本格的に始めたのは中学生になってからでした。自己ベストを更新することが楽しくて陸上競技にハマりました。

**3年生 Q** 走っている時は何を考えていますか?  
**A** 残りの距離と自分の体力を比べて最後まで全力で走り切れるようペース配分を考えています。また、腕振りの角度や足の回転速度など細かい体の反応をみています。

**3年生 Q** マラソンの楽しい瞬間はどんな時ですか?  
**A** ゴールして自己ベストが出た瞬間です。

**4年生 Q** 大会の朝は何を食べていますか? あと、近藤選手の「勝負飯」はありますか?  
**A** 当日の朝はカステラなど消化が良く素早くエネルギーに変わるものを食べます。勝負飯はありませんが、朝一番に必ず味噌汁を飲んで食道や胃を温めてから食事を摂ります。

**4年生 Q** 走っている時に気を付けていることは何ですか?  
**A** 自分の体と対話するようにしています。このペースで走って体力は最後まで持つのか、足に痛いところはないか、もっと楽に体を動かす方法はないかなど、常に自分自身の体を探求しています。

**5年生 Q** 私はマラソンが苦手です。マラソンが好きになり、楽しく走るコツを教えてください。  
**A** ペース配分を考えて走るといいです。前半はリラックスして走りましょう。最初は楽なペースで走り、苦しい時間は最後までいいです。

**5年生 Q** マラソンで走っている時の声援は聞こえていますか?  
**A** よく聞こえています。応援してくれる人の顔も見えますし、近い時は匂いも感じます。

**6年生 Q** リフレッシュ方法はありますか?  
**A** 旅行に行ったり、時間を決めずに街中をゆっくりジョギングしたりすることです。

**6年生 Q** 座右の銘があれば教えてください。  
**A** 「常にもっと高く」です。今の自分に慢心せず、上には上がいることを自覚して高みを目指しています。

近藤選手から一小的皆さんにメッセージ

私が一小で過ごしていた頃はまさか今のような陸上選手になるとは思っていませんでした。人と比べて体は小さく、足が速いわけでもなく、ただ運動と給食が好きなお子でもでした。しかし、私はコツコツ積み重ねることには得意で、何事も最後まで諦めず一生懸命取り組んでいました。その取り組む姿勢が今の私を形づくりました。皆さんは今、何にでもなれる可能性を秘めています。そして誰にでもチャンスはあります。しかし、そのチャンスを掴めるのは努力をしてきた人だけです。皆さんも運動や勉強、習い事など大変な日々を送っていると思いますが、今できることに一生懸命向き合ってください。そうすれば必ず良い未来が待っています!



近藤選手とは、一小では6年の時だけの関わりでしたが、親しみやすい友人でした。私は島から転校して間もなかったのですが、修学旅行でも同じ班で喋ったり、阿蘇ミルク牧場で動物と一緒に触ったりして楽しかった思い出があります。その時の彼に感謝ですね。彼は、喋りやすいだけでなく、料理が上手な器用な人でした。パレンタインのチョコ交換は、相当難しいものをきれいに作って返されました。凄い!!と思うのと同時に悔しさを感じていました。多才な人です。そして、それ以上に学習にも運動にも丁寧に真剣に取り組めます。真面目に話を聞き、実行に移していた気がします。それが陸上での活躍にも生きてきてると強く感じます。彼とは今でも交流がありますが、この一小で同じクラスとして知り合えて良かったです。活躍を祈念しています!

# 心に残る

# 友との思い出

たくさん走った  
**運動場**

6-1 中山 珠子

楽しく笑った  
**休み時間**

6-1 内島 杜太郎

友達と笑顔で話した毎日  
**修学旅行**

6-1 板山 真緒

笑顔おこさんの  
**昼休み**

6-1 田中 悠斗

かかっていた  
**修学旅行**

6-1 市原 立風

思い出の思い出の  
**教室**

6-1 高原 智生

みんなが協力した  
**修学旅行**

6-1 岡山 泰聖

笑い合った日々の生活  
**修学旅行**

6-1 森田 穂

友達と願い合った  
**席替え**

6-1 本田 佳子

はしゃぎあった  
**修学旅行**

6-1 松尾 紗希

最高すぎた  
**修学旅行**

6-1 古瀬 未莉

笑顔あふれる  
**教室**

6-1 成友 花

みんなの優しさ  
**修学旅行**

6-1 平山 結望

急に女が始まる  
**ゲームの居**

6-1 松尾 理祐

笑顔いっぱい  
**昼休み**

6-1 前田 夏帆

はしゃぎまくった  
**お楽しみ会**

6-1 大久保 菜緒

笑顔おこさんの  
**教室**

6-1 楠ひなた

笑顔いっぱい  
**修学旅行**

6-1 大野 紀子

ろくにひびいた  
**笑い声**

6-1 酒井 乙羽

みんなが協力した  
**修学旅行**

6-1 山田 颯

休み時間のおしゃべり  
**修学旅行**

6-1 福田 琥珀

登下校のおしゃべり  
**修学旅行**

6-1 徳永 陽奈

仲を深めた  
**修学旅行**

6-1 中嶋 理希

はしゃぎすぎた  
**おしゃべり**

6-2 坂下 絢美

はしゃぎすぎた  
**教室**

6-2 山口 優

たくさん話した  
**修学旅行**

6-2 前田 莉生

腹をかかえて笑った  
**おしゃべり**

6-2 松本 彩葉

はしゃぎすぎた  
**修学旅行**

6-2 武本 百叶

笑い合った  
**昼休み**

6-2 石松 大河

思い出の  
**修学旅行**

6-2 太田 律希

友達と楽しんだ  
**修学旅行**

6-2 小林 瑛花

みんなと笑い合った  
**おしゃべり**

6-2 内田 輝

たくさんしゃべった  
**修学旅行**

6-2 本田 結莉

たくさん遊んだ  
**遠足**

6-2 大町 颯人

たくさん笑った  
**昼休み**

6-2 横田 彩加

たくさん話をした  
**修学旅行**

6-2 中村 凜

たくさん話した  
**修学旅行**

6-2 山口 心翔

笑顔あふれた  
**修学旅行**

6-2 出田 彩香

たくさん遊んだ  
**昼休み**

6-2 内田 光臥

たくさん話した  
**修学旅行**

6-2 林田 恋莉

うれしかった  
**笑顔**

6-2 榎田 西杏

たくさん話した  
**修学旅行**

6-2 中村 凜

たくさん話した  
**修学旅行**

6-2 中村 凜

たくさん話した  
**修学旅行**

6-2 中村 凜

笑い楽しんだ  
**昼休み**

6-3 吉岡 蒼真

みんな頑張った  
**朝礼**

6-3 石藤 花

たくさん笑った  
**昼休み**

6-3 若林 海聖

笑顔あふれた  
**教室**

6-3 若林 海聖

たくさん話した  
**修学旅行**

6-3 若林 海聖

たくさん話した  
**修学旅行**

6-3 若林 海聖

ずっと話していた  
**修学旅行**

6-3 山下 諒人

いっしょに遊んだ  
**昼休み**

6-3 内田 絢愛

たくさん話した  
**修学旅行**

6-3 宮井 陽希

全カつとした  
**運動会**

6-3 西田 晴

毎日の笑顔  
**修学旅行**

6-3 西田 晴

走り回った  
**運動場**

6-3 柏野 大翔

いっしょに遊んだ  
**昼休み**

6-3 竹田 颯

1818の  
**幸福**

6-3 組末 吉 柚葉

みんなが協力した  
**修学旅行**

6-3 組末 吉 柚葉

たくさん笑った  
**昼休み**

6-3 里村 佳菜

たくさん話した  
**休み時間**

6-3 高城 想

笑顔あふれた  
**昼休み**

6-3 高城 想

たくさん話した  
**庭園**

6-3 本多 杏

たくさん話した  
**修学旅行**

6-3 藤本 菜乃

心に残った  
**修学旅行**

6-3 藤本 菜乃



学級部会

活動内容

- 学級部会の司会進行
- 学級活動の企画、運営



PTA 会長コメント

- 学級役員の方々が、一年間お疲れ様でした。参加させてもらった部会では、皆さんの意見がたくさん出ていて、いい雰囲気でした。また、学校での子どもたちの様子がますますわかるようないい部会になっていくと思えました！ありがとうございました

PTA 会員コメント

- 学級部会では、先生や保護者とお話しできてよい場だと思います。
- 学級部会に参加することで、じっくりと教室を見渡せ、子どもの習字や絵画などを見ることができるのが毎回楽しみです！

体育部

活動内容

- 運動会駐車場係
- 夏休みプール開放
- 森岳祭駐車場係
- 市民スポーツ祭
- ドッチビー大会



部長コメント

- ドッチビー大会で、子どもたちだけでなく、保護者の皆さんも一緒に参加して喜んでいただけたのが嬉しかったです！ほかのイベントでも、大変なこともあります。たくさんの方に協力をいただきました。どのイベントも、大変さ以上に、やりがいや達成感を味わうことができました！ありがとうございました！

PTA 会員コメント

- ドッチビー大会は、親も参加できて楽しかったです。うちの子供たちは運動が苦手だけど、上手下手関係なしに楽しめました。

文化部

活動内容

- ミニどんく発行 (教員・PTA 役員紹介)
- どんく発行 (毎学期発行)
- どんくキャラクターコンテスト



部長コメント

- 子どもたちに、「どんく」をもっと好きになってもらえるように、どんくキャラクターコンクールを実施しました。すると、80作品を超える作品が集まり、とても嬉しかったです！今後は、毎号、ページのどこかに「どんくるん」を登場させますので、楽しみにしてほしいです！

PTA 会員コメント

- 学校行事や、PTA・地域での活動を知る良い機会になりました。役員の方や先生方と意見を出し合って広報を作る過程は、新鮮でよい経験となりました。親として、子の小学校の思い出の1ページに文化部への参加、いかがでしょうか？

モリモリ広場

活動内容

- モリモリ広場の企画、運営、見守り



部長コメント

- 親子で参加できる講座もあって、そこで保護者の方も子どもたちと一緒に楽しんでもらっていたのが印象的でした。特にプラモデル教室では、お父さんたちが黙々とプラモデルを作ったり、情報交換したりしていました。

PTA 会員コメント

- 友達同士で遊んでいるのを見て、普段の小学校生活では「こんな感じで遊んでいるんだろうな。」という表情が見られました。

生活整備部

活動内容

- 自転車安全教室 (3年生対象)
- あいさつ運動
- 交通安全パトロール
- モリモリ広場の見守り



部長コメント

- 生活整備部の一大イベントは自転車安全教室です。子どもたち、保護者からとても勉強になったとの感想をいただきました。貴重な場を提供いただいた雲仙自動車学校の皆さまに感謝いたします。

PTA 会員コメント

- 命を守る唯一の体験型交通安全教室です。雲仙自動車学校の先生方が全力で取り組んでくださり、ありがとうございます。
- 3年生になってすぐの時期だったので、開催時期も含めてよかったです。

図書ボランティア

活動内容

- 読み聞かせ (毎月2回)
- 図書環境整備



部長コメント

- 10月はハロウィンのテーマで読み聞かせの絵本を選びました。図書ボランティアのみなさんにはハロウィンの衣装をしていただき、読み聞かせに入りました。図書室で読み聞かせを終えた皆さんと記念写真を撮っています。教室での子どもたちの反応などみなさんで報告し合うのも楽しい時間となっております。

PTA 会員コメント

- 子どもたち、今日はどんな本だろうと、毎回楽しみにしています。いつもありがとうございます。

家庭共育推進部

活動内容

- 親子で学ぶ研修会 『金融リテラシー』
- 生活リズムカレンダー
- 学用品譲渡会
- 青少年健全育成協議会など 関連団体の行幸参加
- 市P連講演会 など



部長コメント

- 学用品譲渡会や親子で学ぶ研修会は今までになかった取組でした。譲渡会は森岳まつりの中で、沢山の方に喜んでもらえるように感じます。また、金融リテラシーでは5、6年生を対象にした親子での研修会を体育館で開くことができ、学校ではなかなか学べない貴重な時間となりました。

PTA 会員コメント

- 学用品譲渡会は、子どもが大きくなって使えなくなったもの、短い期間しか使わないのに必要なもの、などなどお互いに効率よく活用できて有意義だと感じました。
- 親子で学ぶ研修会の第二弾をお願いします！

おやじの会

活動内容

- 庭園の芝生管理
- 学校内の樹木の管理



部長コメント

- 庭園の芝生の状況を見ると、とても踏みつけられていて、毎日、芝生の上で子どもたちが走って遊んでいるんだなと思い、とても嬉しいです。

PTA 会員コメント

- 誰でも侵入できる道路に面しているため、木が生い茂り死角があると心配でした。明るくきれいにさせていただきありがとうございます。
- 安全に子どもたちが遊べるようになりました。ありがとうございます。

## 「感謝の心」

島原市立第一小学校 校長 松田 訓和

4月7日に令和7年度がスタートして、早いもので卒業証書授与式、修了式を迎え、すべての教育活動が終わりとなります。第一小学校PTAの楠会長様をはじめ、本部・専門部・学級役員、そして保護者の皆様には、学校教育へのご理解と多大なるご協力を賜りまして、誠にありがとうございました。

この一年間、子どもたちは心身ともに目を見張るほど立派に成長しました。特に今年度は、全校で話し合っ「1401（一小1番）レベルアップ大作戦」の取組の一つとして挨拶に力を入れてきました。子どもたちが立ち止まったり、名前を呼んだりして元気に挨拶をする姿に元気や勇気をもらいました。子どもたちには、対人関係の基盤を築く力を育てていきたいものです。そこで、何よりも大切なことは、「感謝の心」をもつことです。感謝の心の基は、家庭で養われ、育てられるものです。おかげの刻みに親の愛が添えられ、洗いざらしの洗濯物に親の温かい思いやりが添えられて子どもに伝わり、「ありがとう」の感謝の言葉でお互いの絆が深まっています。いくら時代が変わろうとも、感謝の心というものは、人間にとって永久不変の心だと思えます。親が家庭において、毎日の暮らしの中で育てた力は、やがて友達や周りの人々と関わる中で、人の心の温かみを感知する力へと高まっていくのです。

子どもは優しい笑顔で力強く支えてくれる親を求めています。温かい雰囲気と愛情に包まれた家庭こそ、子どもの健やかな成長の基盤であることをいつまでも心に留めておきたいものです。

最後に、改めましてこの言葉で締めくくりたいと思います。すべての保護者の皆様に感謝申し上げます。ありがとうございました。

## 「一年間を振り返り」

島原市立第一小学校PTA 会長 楠 晋典

一年間を振り返ると、たくさんの子どもの笑顔が浮かびます。

春、力を合わせて頑張った運動会。一生懸命に走る真剣なまなざしや全員で大きい気持ちをそろえた応援合戦に感動しました。まだ入学したての1年生も頑張っていました。そして、チームを引っ張っていた6年生の姿に誇らしさを覚えました。2年生から5年生までもいろいろな係を頑張っていました。先生や私たち保護者も協力して、みんなで作り上げた運動会が盛大に開催できたことが楽しかった思い出にあります。

また、プールの清掃や園庭の芝のお世話など、たいへんな作業もみんなで楽しくできていたように思います。秋には公民館での通学合宿も、協力して食事を作ったり、学校への準備をしたりしていましたね。森岳まつりでは、わんこそうめんやeスポーツ、ダンスなど楽しい笑顔をたくさん見ることができました。1～5年生は4月から一つ大きくなります。また6年生はいよいよ中学生になりますね。日頃の学校生活や家庭での学習、そして友達と遊ぶこともこれからも“がまじゃ”頑張っておきたいと思っています。

多くのPTA活動と青少協や地域のお祭りにも、たくさん参加してもらったことが嬉しかったですし、また、保護者の方をはじめボランティアの方々に積極的にご協力いただいたおかげで、たくさん行事ができたと思っております。引き続き、子どもたちの健全育成と私たち親としての成長と交流のため、いろいろな行事や日常を通して、共に考え共に頑張っていきたいと思っております。

一年間のありがとうとともに今後とも温かいご協力をよろしくお願いいたします。