



国際協力機構(JICA)の陸上競技隊員として、ラオス南部の都市チャンパサック県バクセー市で活動している。配属先は同県の教育スポーツ局で学生向けの技術指導や陸上競技の普及のためのイベント開催などに力を入れている。



ラオス
桐原勇斗さん(26)
出雲市出身

着任後、活動する競技場を訪れると、タータントラック(合成ゴムで固めた全天候型トラック)ではなく、アスファルトがむき出しの状態だった。スパイクを履いての練習や跳躍種目の練習が難しい環境のため、練習メニューがかなり限られることとなった。

指導者も基本的にはないので全てゼロからのスタートだった。ラオスでは陸

陸上の大会 定期開催へ



上競技大会の数が少ないのだが、2025年は3年に1度行われる国体が11月にあった。県の代表選手を20人ほど選出し、10月から強化練習が始まった。競技場

に行われるので選手のモチベーションを常に高く保つことができる。しかし、このラオスでは1年間大会がないのも珍しくなく、部活動の文化が根付いていない。日本に比べて貧しい家庭も少なくない。学校から帰宅すると、家の仕事が忙しい。

に泊まり込みで選手指導と練習の日々を過ごした。私は短距離、跳躍、投てき各種目の練習メニューの作成や技術指導に注力した。長らく練習をしていなかった選手への指導は容易でなく、数カ月で成果を出す難しさを実感した。日本には部活動があり、大会も定期的に行われるので選手のモチベーションを常に高く保つことができる。しかし、このラオスでは1年間大会がないのも珍しくなく、部活動の文化が根付いていない。日本に比べて貧しい家庭も少なくない。学校から帰宅すると、家の仕事が忙しい。

2025年のラオス国体で出場選手たちと。
後列左から2人目が筆者