2021.3 No.1037
令和3年3月1日発行
編集・発行　鶴ヶ島市秘書広報課　〒350－2292　埼玉県鶴ヶ島市大字三ツ木16－1　☎049・271・1111㈹　FAX 049・271・1190
市ホームページ

キラリ☆つるびと20
We are Tsurugashima

どんなに長くても、どんなに遠くても、目標に向かって走り続ける

成瀬結菜（なるせゆな）さん

（陸上）

藤小学校卒業、藤中学校2年生

埼玉県中学校新人陸上2020 1位（800m、1500m）

全国中学生陸上競技大会2020出場（1500m）

走る楽しさと出会う

長距離走に興味を持ったのは小学4年生のとき。「学校で持久走大会があって、長距離を走ることが楽しいなと思いました。走っているときは苦しいんですけど、走り切った後の爽快感が好きで」。過酷な道のりを乗り越えた後の達成感に魅力を感じ、6年生から陸上を始めます。

練習は辛くない！

中学1年生のとき、初めて出場した大会で悔しさを経験します。「決勝まではいけたんですけど、そこでビリで」。その後、以前よりも練習に意欲的に取り組むようになりました。部活やクラブチームで練習し、ストレッチなど、身体のメンテナンスも欠かしません。「休みの日に休みたいなってあまり思わないので、ずっと練習してます(笑)。練習も毎回目標を決めていて、やると決めたら必ず達成できるようにしています」。日々努力し、熱心に練習に打ち込み続ける姿勢は誰にも負けません。

諦めない

真っ直ぐに陸上に向き合い続け、見事昨年、埼玉県中学校新人陸上2020で1位の成績を収め、全国中学生陸上競技大会2020に出場。しかしそこで満足するのではなく、「全国では、いつも通りの力は出したのに、最後の一周全然ついていけなくて悔しかった。次は戦えるようにしたい」と振り返り、次の目標を見据えていました。

家族の支え

コロナ禍で思うように練習できない日々。それでも「フォームを確認するために、妹に動画を撮ってもらったり、お父さんに練習を見てもらって。今までやっていないこともできて良かったと思います」と自分なりにできることを考え、成果につなげました。また、試合前日はお母さんに力うどんを作ってもらっているそう。「試合で長い距離を走るので、体力をつけるために炭水化物を食べたほうがいいと聞いたので」と勝つために、食事にも気を付けています。

挑み続ける姿勢

「陸上は頑張った分だけ結果がついてきます。そこが魅力」と語ります。揺るぎなく目標に向けて努力し続ける姿は、今後多くの人の目標となることでしょう。

編集後記

新型コロナウイルス感染症の拡大によって失ったものやできなくなったことは、私たちの心に大きな影を落としており、気持ちが滅入ることも少なくありません。「明けない夜はない」と言いますが、夜の長さや闇の深さは人それぞれで、夜明けを待つことが簡単でないときもあると思います。誰も一人で苦しまないように、この特集が大切な誰かとのつながりを見つめ直すきっかけになることを願っています。

ご意見・ご感想は秘書広報課広報広聴担当へ
✉10200001@city.tsurugashima.lg.jp

■ 3月号には、『ごみ・資源収集カレンダー／ごみと資源の分け方・出し方／ごみユニケーション』、『社協だより「ふくしのまち」No.143』が折り込まれています