

スポーツを通して鹿児島市民の健康増進、活力あるまちづくりを目指す

SPORTS x KAGOSHIMA

vol. 3

2021.11

特集

鹿児島市から 世界へ羽ばたいた選手たち

鶴田玲美【陸上競技】／川畑 瞳【ソフトボール】／坂元智香【パラ・パワー
リフティング】

外薮潤平【セーリング】／岩元勝平【近代五種】／有馬優美【水球】／福島丈貴【水球】



鹿児島の魅力を楽しむイベントが盛りだくさん
令和3年度

イベントレポート

連載企画 加盟団体紹介

鹿児島市カヌー協会



諦めないことが、想像以上の未来につながる

陸上競技女子4×100mリレー 東京2020オリンピック代表 鶴田 玲美 選手



1 真剣な表情でウォーミングアップに取り組む鶴田選手
2 練習拠点としている鹿児島南高校と一緒に練習をする高校生たちと交流する鶴田選手。初心にかえることができる大切な時間だ

自分のレーンだけを見つめて走った

今回オリンピックに出場したことで、これまで以上に多くの方たちから応援していただきました。いろんな方々に支えられて走れること、また、支えられて舞台に立てていることを実感した東京2020オリンピックでした。普段は個人競技ですが、ここ1年間はリレーを重点的に練習をしてきました。レース直前まで4人一緒にいられたのは、とても心強かったです。

レーンに立つまでは緊張しましたが、いざ走り始めたら緊張は感じませんでした。3人がつないできたバトンを受け、自分のレーンだけを見て全力で走り切るのみ。目標としていた日本記録にはあとわずかに届かず悔しさも残りましたが、今季ベストでゴールすることができたのは、チームと応援してくれたみなさんのおかげだと思っています。

初心にかえられる強み

陸上競技との出会いは、小学5年生のときのSCC(※)。高校、大学時代は思うような結果につながらず、一昨年まで私にとってオリンピックは夢の舞台でしかありませんでした。コロナでオリンピックが延期されなければ、出場できなかったでしょう。「この1年で急成長した秘訣は？」と聞かれることもあります。特別に何かを変えたわけではありません。私がしたのは、ただ諦めずに続けたこと。それがオリンピックにつながったのだと思います。自分が目指していた動きや走りをきちんと試合で出せるようになったのが、去年だったのです。



鶴田 玲美 選手 (つるた・れみ)

1997年4月18日生まれ。天保山中学校、鹿児島女子高等学校出身。女子陸上短距離では鹿児島県勢初となるオリンピック代表に選ばれる。東京2020オリンピック陸上競技女子4×100mリレーではアンカーをつとめ、日本記録43秒39に迫る43秒44という記録でフィニッシュした。

支えてくれた人たちへ、届けたかった金メダル

ソフトボール 東京2020オリンピック代表 川畑 瞳 選手



1 獲得した金メダルをかけて一枚。最高の結果で支えてくれた人たちへ恩返しできた
2 川畑選手は過去にリーグでベストナインを2度も受賞するほどの守備力を誇る内野手。その守備範囲の広さには定評がある

5年間のすべてをぶつけた東京2020オリンピック

初戦から決勝戦までわずか1週間。「一瞬だった」というのが正直な感想です。初戦は心臓が飛び出るくらい緊張しました。これまでの試合とは比べものにならないほどの緊張感。これがオリンピックなんですね。でも緊張したのは初戦だけ。決勝当日は、「今日のために努力してきた日々が終わるんだな」と感じました。

振り返ってみると2016年に代表入りしてから辛いこともありました。監督が求めてくるレベルに対して実力が伴わず苦しかったこと。コロナの影響で開催が1年延び、練習できず部屋に閉じこもり、モチベーションを保つことが難しかった日々。でもそんなときにテレビ番組で、とあるスポーツ選手の前向きな姿を見て、過去の自分の試合を見直したり、自分自身を見つめ直したりしました。

史上初の無観客でのオリンピックでしたが、たとえテレビ越しでもソフトボールの魅力を伝えたい。そう強く願って出場したオリンピックでした。

分岐点となった監督との出会い

ソフトボールを始めたのは小学2年生のとき。がむしゃらに競技を楽しんだ日々でした。ただし「超」がつくほどの負けず嫌い！(笑) 負けたらよく泣いていましたね。小学6年生のときの北京オリンピックで、憧れの想いで観戦していた上野

由岐子投手と将来同じオリンピックの舞台に立つなんて、あの頃は想像もしていなかったです。上野投手は、背中を見せてチームを引っ張る人。誰よりもトレーニングをする姿は本当にかっこいいです。

私自身は、高校3年生で自分のソフトボール人生は終わると思っていました。実は高校1年生のときのインターハイでチャンスをうまく生かせなかったことがあるんです。あのときは自分を責めて、どん底でした。でも翌年、実業団から来た多田監督から「お前は世界で通用するから、やめるのはもったいない」と言われたんです。うれしかったですね。思えばあの時が私の分岐点。そこから必死に食らい付いていきました。意識して動くというより、自然と体に染みつく感じ。それが「身に付く」ことなのだと知りました。

誰かのために頑張れる夢を

鹿児島の子どもたちに伝えたいことは、将来の夢をぜひ持ってほしいということ。さらにその夢は「誰のために?」「何のために?」と意識していくと、自分の実力以上のものが出せると思います。たとえば最初は、「上手になってお父さんやお母さんを喜ばせたい」という理由でいいんです。今回のオリンピックは、「支えられた人たちに恩返しをしたい」という想いで臨みました。結果、金メダルという最高の結果で恩返しできたことをうれしく思います。これからもたくさんの人にソフトボールの魅力を伝えていきます。



川畑 瞳 選手 (かわばた・ひとみ)

1996年5月1日生まれ。明和小学校、神村学園中等部、神村学園高等部出身。2015年は三塁手、2018年は二塁手で日本女子ソフトボールリーグ・1部リーグベストナイン。東京2020オリンピックソフトボールで金メダル獲得。



目標に向かって日々努力して悔いのないように。

外園 潤平 選手 (ほかぞの・じゅんぺい)
1991年3月20日生まれ。吉野中学校、鹿児島商業高等学校出身。東京2020オリンピックでは、セーリング男子470級東京2020オリンピック代表
セーリング男子470級
東京2020オリンピック代表

オリンピックに出場した感想
やはり4年に一度でとても特別な大会であったなと感じました。関わっている人の多さと注目されている度合いなども他の大会とは比べ物にならないからです。そして、その中で自分の実力を全て発揮する難しさがありました。

セーリング競技の面白さ、魅力
セーリング競技は風を使うスポーツなのでその時々で状況が変化することを臨機応変に対応する所がとても面白く、自然と一体とならないといけなのが競技の奥深さを感じる場所です。

鹿児島市でスポーツを頑張る子どもたちへのメッセージ
今持っている目標に向かって日々努力して悔いのないように頑張ってください!応援しています!



ペアを組む岡田奎樹選手(写真左)と共に東京2020オリンピック代表内定会見に臨んだ際の一枚。2017年のペア結成以来、世界選手権やワールドカップなどに出場し、世界のトップレベルのライバルたちと渡り合うことで実力を伸ばし、ついに東京2020オリンピックの舞台に立った。



しっかりと自分の目標を持ち夢を持つことが大切。

岩元 勝平 選手 (いわもと・しょうへい)
1989年8月23日生まれ。鴨池中学校、鹿児島実業高等学校出身。東京2020オリンピックでは、近代五種男子個人東京2020オリンピック代表
近代五種男子個人
東京2020オリンピック代表

オリンピックに出場した感想
2度目のオリンピックになりましたが、リオデジャネイロオリンピックの時とはまた雰囲気も違い貴重な経験をさせてもらいました。コロナ禍で大変な中、最大限の感染対策をして無事に開催されたことは本当に良かったと思います。目標としていたメダルには届きませんでしたが、自分の力を存分に出し切ることができ、悔いなく試合を終えることが出来ました。

近代五種競技の面白さ、魅力
近代五種は見てわかるように精神的にも肉体的にも大変なスポーツです。しかし五種目ある分、考えることが多いですが楽しさや伸びしろも、五倍あると思います。最後の最後まで何があるか分からないので観ている方は楽しさがあり、やっている方は凄くやりがいがあると思います。

鹿児島市でスポーツを頑張る子どもたちへのメッセージ
小さい頃から水泳をしていて高校卒業まで、自慢できる様な成績は一つもありませんでした。そんな時、近代五種に出会いオリンピックを2度も、経験することができました。沢山努力してきたし、嬉しいことも沢山ありました。しっかりと自分の目標を持ち、夢を持つことは本当に大切なことだと思います。鹿児島からすごい選手が出てくるのを楽しみにしています。

有馬 優美 選手 (ありま・ゆうみ)
1997年9月9日生まれ。東谷山中学校、鹿児島情報高等学校出身。東京2020オリンピックでは、水球女子9位。
水球女子
東京2020オリンピック代表

オリンピックに出場した感想
日本の水球女子は初めてオリンピックに出場しました。そのメンバーに選ばれたこと、そしてオリンピックの舞台上で自分の持ち味であるシュートを決めることができ、とても楽しかったです。1勝もできずに終わってしまいましたが、銅メダルを獲得したハンガリーやROC(ロシアオリンピック委員会)相手に接戦できたことは収穫になりました。

水球競技の面白さ、魅力
水球は泳ぎながらボールゲームを行うため、常に顔を上げて状況を判断しなければいけません。プレーヤーにはスタミナとスピード、力強さ、繊細さなど、全ての要素が求められ、身体の自由が効かない水中で1時間近くプレーし続けます。プレーの一つひとつに様々な要素が含まれており、とてもエキサイティングで観る人を虜にするスポーツです。

鹿児島市でスポーツを頑張る子どもたちへのメッセージ
1番の敵は自分自身だと私は常に思っています。努力することはとても簡単なことではなく、きつい苦しい想いが大半です。しかし、努力を積み重ね、自分に打ち勝つことができると絶対に大きな花が開くものです。自分を信じてこれからも練習に励んでください!



努力を重ね自分に打ち勝つと絶対に大きな花が開く。

福島 丈貴 選手 (ふくしま・ともよし)
1993年6月3日生まれ。谷山中学校、鹿児島南高等学校出身。東京2020オリンピックでは、水球男子10位。
水球男子
東京2020オリンピック代表

オリンピックに出場した感想
東京2020オリンピックでは、個人としては最終試合に出場、チームとしては37年ぶりの勝利が叶い、すごく嬉しかったです。リオデジャネイロオリンピックのときは、ヨーロッパのチームから少し見下されていましたが、今回はかなりヨーロッパチームに警戒されるようになりました。チームとしては一勝しかできず、総合的には悔しかったのですが、相手を本気にするのができたので、大きな前進だと感じています。

水球競技の面白さ、魅力
水球は「水中の格闘技」と呼ばれますが、人が予想できないことが、水中で起こっている点が面白いところです。水面から水中の動きを見ることは難しいですが、「こんなに身体が浮くんだ!」「いつの間にかグルッと相手の前にいる!」というテクニックや、格闘技らしい激しいタックルなどが見どころです。

鹿児島市でスポーツを頑張る子どもたちへのメッセージ
夢はでっかく、目標は小さく持つてほしいと思います。「今日は5点決めるんだ!」とか「今日は太ももを挙げて走るんだ!」とか、本当に身近な目標で良いので、それを一つひとつ達成していくことが、嬉しさや次のやる気のステップになります。そうやって小さな目標を達成し続けて、ゆくゆくは大きな夢に届くように頑張ってください!



夢はでっかく、目標は小さく。いつか大きな夢に届くように。



練習した分だけ、 明日は強い自分になれる

パワーリフティング女子79kg級
東京2020パラリンピック代表

坂元 智香 選手



1 2 熱のこもったパフォーマンスを見せる競技中の坂元選手
撮影：西岡浩記

競技経験4年でパラリンピック出場

小さいときから体を動かすのが好きで、さまざまな競技を経験してきました。車いすテニス、車いすバスケットボール、マラソン、そして2013年からは陸上の投てき。その際、トレーニングの一環として行っていたパワーリフティングを2017年から競技として始めました。理由は、女子の競技人口が少なく、世界を目指せる可能性が高かったこと。また、元々投てきで重たいものを投げていたの、ある程度の自信もありました。

パリ大会を目標に練習していたので、競技経験4年で東京パラリンピックに出場できたことは、自分でも驚きでした。

試合自体はその他の世界選手権やW杯と変わりません。でも選ばれし人しか集まっていないことや、開催中に目にしたパラリンピックのシンボルマークなどから、独特の雰囲気は感じましたね。経験したことのない異空間にいるようで新鮮でした。

自分の内なるものと闘う競技

パラリンピックにおけるパワーリフティングは、専用の台にあおむけになってバーベルを持ち上げるベンチプレスです。1回の競技時間はわずか3秒。それを3回行って、最も重い重量が記録になります。

私はいつも、「この試合では何をしにきたのか」を決めて大

会に臨んでいます。ちなみにパラリンピックでは、①失格せずに自分の名前を残す。②願わくば自己ベストを更新する。この2つの目標を持って臨みました。

パワーリフティングの魅力は、練習した分だけ強くなれることです。私自身、車いすテニスやバスケの経験がありますが、あちらは対「相手」の競技。ライバルのコンディションやミスなどで試合が変わることがあります。でもパワーリフティングは、いつでも対「自分」なんです。自分の内なるものと闘っている感じ。だからすごく難しいし、同時にすごく楽しいです。

少しでも長く、強い選手でいたい

いまスポーツを頑張っている子どもたちにアドバイスできることがあるとしたら、競技に対して真摯でいて欲しいということです。道具を大切に。時間を守る。挨拶をしっかりする。褒められても謙虚でいる。どれも心がけ次第でできることです。

あとは周りの人たちに感謝の気持ちをもってほしい。送り迎えをしてくれるご両親、サポートして下さる先生方。自分一人で競技ができるわけではないことを忘れないでください。あとは怪我に気をつけて長くスポーツを楽しんでください。

私も長い期間、強い選手でいたい。パリ大会の次はロス、そしてその次はブリスベン。その時は50歳になっています。パラリンピックの選手は年齢が高くても活躍している選手がいるので、私もそうなれるよう努力しつづけます。



坂元 智香 選手
(さかもと・ちか)

1982年3月8日生まれ。郡山中学校、開陽高等学校、鹿児島国際大学出身。東京2020パラリンピックでは、パワーリフティングで史上初の日本人女子出場(79kg級)を果たし、8位入賞。

南日本小学生バレーボール大会

開催日 令和3年8月5日(木)～9日(月) **場所** 南栄リース桜島アリーナ、西原商会アリーナ

参加チーム 女子24チーム・男子・混合 52チーム／合計76チーム(※監督・コーチ、保護者等含め合計1675人)

昨年度は新型コロナウイルス感染症の影響で中止となった本大会。今年度は徹底した感染症対策を行い、5日間の全日程を無事に開催することができました。元気いっぱい躍動する選手たちを見て、力を発揮する場の大切さとスポーツのすばらしさを感じる機会となりました。

大会結果

女子

【優勝】なでしこ(鹿児島) [準優勝] 国分(始良・伊佐) [第3位] 始良なぎさVC(始良・伊佐)／寿北(肝属)

男子・混合

【優勝】西原台男子(肝属) [準優勝] 盈進排球団(北薩) [第3位] 帖佐(始良・伊佐)／ながはる(始良・伊佐)



■女子優勝チーム「なでしこ」主将 栢山 聖奈さん

▶優勝してどうでしたか？

優勝して、たくさん褒められて、とても嬉しかったです！チームみんなが一つになった感じがした。

▶今日の試合に点数をつけるなら何点ですか？

100点！みんなをきちんととめられて、試合中に声掛けができました。

▶今後頑張りたいことは？

将来の夢がバレーボール選手なので、もっと頑張って活躍したいです。オリンピックでメダルを取りたい！

■男子優勝チーム「西原台男子」主将 吉村 皆真さん

▶優勝してどうでしたか？

とても嬉しいです。みんながひとりひとりのポジションをしっかりできたと思います。

▶今日の試合に点数をつけるなら何点ですか？

95点。ミスを減らせば、100点になると思います！

▶今後頑張りたいことは？

サーブを徹底的に入れて、レシーブ力も上げて、最強のチームにしたいです。



第1回せごどんウォーク

開催日 令和3年4月17日(土)

西郷隆盛ゆかりの地を歩く「第1回せごどんウォーク」を開催しました。南洲神社を出発し、西郷隆盛誕生地を目指す約4.3kmのコースを、観光ボランティアガイドの解説を聞きながらウォーキング！熟練ガイドの話すエピソードには、初めて聞く逸話も多く、「郷土の知らなかった歴史を知ることができてよかった」と好評の声を多数いただきました。身体を動かしながら、西郷さんの生きた時代に想いを馳せ、鹿児島県の歴史を感じるひとときとなりました。



▲観光ボランティアガイドのお話に熱心に聞き入る参加者の皆さん



▲解説ポイントの間は、グループに分かれてウォーキング



▲スタート前の「ボディリセット！正しい姿勢で歩こう教室」。健康運動指導士/ヘルスケア・トレーナーの桑原氏(スポーツウェルネスクラブERG支配人)が、柔軟運動や正しい歩行姿勢を教えてくださいました

コース

①南洲公園(南洲墓地)⇒②西郷隆盛終焉の地⇒③私学校跡⇒④鶴丸城御門跡⇒⑤天璋院篤姫像⇒⑥西郷隆盛銅像⇒⑦山本権兵衛誕生地⇒⑧東郷平八郎誕生地⇒⑨大山巖誕生地⇒⑩西郷隆盛・従道誕生地

どこでもヨガ

第2回「春ヨガin吉野公園」

令和3年4月3日(土)

第3回「磯海水浴場ビーチヨガ」

令和3年7月17日(土)・18日(日)

第5回「よりみちクルーズ船上ヨガ」

令和3年10月17日(日)

※令和3年9月25日(土)・26日(日)の第4回「磯海水浴場ビーチヨガ」は中止

開放感あふれるさまざまな場所でゆったりヨガを楽しめる人気シリーズ。令和3年度は10月までに3回開催しました。今後も、豊かな自然や歴史・文化など、鹿児島県の魅力を感じられる場所で開催していきます！



▲春ヨガ

◀ビーチヨガ

波の音や風の音がとても気持ちよかったです。開放感もあって、いつもより少し体も動いたように感じました。



心と体に向き合う静かな時間でした。体をいたわることができて素敵な時間でした。



シーカヤック体験講座

開催場所、開催日 (一般)磯海水浴場5月23日(日)、6月20日(日)
 (親子)磯海水浴場5月30日(日)、6月6日(日)
 (親子)生見海水浴場7月4日(日) ※10月17日(日)は中止

5月～7月にかけて、シーカヤック体験講座(親子3回、一般2回)を開催しました。ほとんどの日程でお天気に恵まれ、青空に映える桜島を眺めながら、約100名の方がゆったりと海の上の散歩を楽しみました。

▶ 鹿児島市カヌー協会の方の丁寧な指導で、初めてでもすぐに乗れるように



▶ 親子で息を合わせて「1・2! 1・2!」



◀ 青い海、青い空、雄大な桜島、色とりどりのシーカヤック!



◀ 鹿児島島の豊かな自然を体感できます

加盟団体紹介 鹿児島市 カヌー協会



私たちは、日本カヌー連盟に所属し、競技大会を目指す選手養成と、カヌー活動普及の二本柱で活動しています。部門は四つ。スラワイ部は、選手養成。ツーリング部は、カヌー体験活動運営と支援。カヌーポロ部は、カヌーによる水球競技練習と大会参加。ドラゴン部は、チーム練習と各種大会参加。それぞれに技能向上を図り、連携しながら活動しています。カヌーを愛好するボランティア精神あふれる多彩なメンバーの集まりです。



ココが
自慢!

2023年かごしま国体に向け、鹿児島市カヌー協会出身選手が上位入賞を目指し、日々のトレーニングに励んでいます。小学生時代の錦江湾カヌー体験参加が、きっかけの一つ。錦江湾とふれ合い育った選手が、全国のステージに立つ、その姿が、これから続く子供たちの励みに繋がることを願い、応援しています。



DATA 事務局担当者/神田橋 貴子 電話番号/090-9593-9143
 メールアドレス/kandabashi@sweet.odn.ne.jp
 ホームページ/http://ybm-frontier.co.jp/canoe.kagoshima/

SNSでも情報を発信しています!

各種スポーツイベントなどの開催情報、レポートなどをお届けします。



鹿児島市スポーツ振興協会
 公式Twitterアカウント
 @kagospo



鹿児島市スポーツ振興協会
 公式Instagramアカウント
 kspa_kagospo



鹿児島市スポーツ振興協会
 公式Facebookアカウント
 @kspa.kagospo



鹿児島市スポーツ振興協会
 公式LINEアカウント
 @238mtanw



みなさまのフォローをお待ちしています!

個人会員特典がパワーアップ!

鹿児島市スポーツ振興協会 賛助会員募集中!



1

賛助会員限定!
 イベントの
 「優先参加枠」あり

2

イベント参加料
 20%OFF
 (割引上限額500円)

3

有料イベント5回参加で
 オリジナルグッズを
 プレゼント

4

会報誌
 「SPORTS×KAGOSHIMA」を
 年2回お届け



お申込みは
 こちらから!



※ご希望の方には入会申込書を送付いたします。お気軽にお問合せください。
 ※法人会員(10,000円)も募集しております。詳細は協会ホームページをご覧ください。

■年会費/ 1,000円
 個人会員(1口)

公益財団法人

鹿児島市スポーツ振興協会 Kagoshima City Sports Promotion Association

【所在地】〒892-0816 鹿児島市山下町15番1号 鹿児島市山下分庁舎3階(かごしま市民福祉プラザ)

【電話】099-248-7718 【FAX】099-248-7738

【E-mail】info@kago-spo.or.jp 【ホームページ】https://www.kago-spo.or.jp/

