

特集

# 飛躍の年がやってきた!

2012年はうるう年。うるうとは、余りがあること、潤うことをさしているのだとか。英語では、leap year (リープ・イヤー) といいます。リープの意味は、ズバリ「ジャンプ」。それならば、がんばれ日本、勢いよくとび上がれ! というわけで、オリンピックイヤーの幕開けに、おかやが誇るスポーツ界名の卵を大特集。若さとスポーツが、明日のとびらを元気に開きます。ウルウルウル…こころからの感動いっぱい、ジャンプアップの年がスタート。

## 躍動する岡谷市をめざして



岡谷市長 今井 竜五

新年おめでとうございます。  
市民の皆様には、輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

平素より市政に対しまして深いご理解とご支援を賜り厚く御礼を申し上げます。また、昨年の市長選挙におきましては、多くの市民の皆様の温かい励ましとご支援を賜り、再び、岡谷市政の重責を担わせていただくことになり心から感謝を申し上げます。これからも皆様の期待と信頼に応えられるよう、市政への方針をおぶれることなく推進し、岡谷市発展と市民福祉向上のため努力を重ねてまいります。

さて、昨年は、東日本大震災や台風、集中豪雨など大規模な災害が発生し、自然災害の力の大きさや気候の変動を感じた年でありました。国におきましては、大震災等への復旧、復興支援をはじめ、経済対策など差し迫った様々な課題にどのように向き合っていくのか、その動向が注目されております。地方分権の大きな潮流の中、「地域のことは地域で決め

る」という地域主権の確立に向け、国と地方の協議の場の仕組みづくりも動き出しており、今まで以上に柔軟な発想による、また責任あるまちづくりが必要となるものと認識しております。

想像を超える犠牲と被害をもたらした東日本大震災の影響は、全国の地方自治体にとりましても、その運営上、これまで以上に厳しい状況として現れ、今後の財政面においても地方交付税の削減、補助率のカットや引き続き税収入の落ち込みなど、具体的な形として出てくるものと思っております。

こうしたなか迎えます平成24年は、岡谷市におきましても新病院建設をはじめとする、いくつかの事業の成果を求めていく重要な時期であることを改めて認識し、国の動きに目を向けつつ、知恵を絞り、市政運営に取り組みべく決意を新たにしております。

これからも、「第4次岡谷市総合計画」に掲げました、将来都市像「みんなが元気に輝くたくましいまち岡谷」の実現に向け、市民の皆様と共に、岡谷市のまちづくりを進めてまいります。市民の皆様には、岡谷市が、さらに住みよい街として発展するため、引き続きご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

迎えました新年が、市民の皆様にとりまして輝く希望に満ちた一年となりますよう心からお祈り申し上げます、新年のあいさついたします。

平成24年 元旦

もっと練習して  
速くなりたい!

陸上

吉岡 綾子さん

(長地小6年)

80メートルハードル

県大会優勝・全国大会出場

走るのが好きです。ハードルは、  
全国大会に行った先輩の走りにあ  
こがれて始めました。

学校では、週3日、大会が近く  
なると毎朝練習しました。大会本  
番は緊張して、転んだらどうしよ  
うと不安になったりしましたが、  
母の「楽しい気持ちで走ってこら  
ん」の助言から、だんだん楽しめる  
ようになってきました。

去年は、県で優勝したことに満



足していたのですが、全国に行つて  
みると、もつとずっと速い人が何人  
もいて、わたしも速くなりたい、もつ  
と練習したいと思えました。全国  
のレベルを知ることができて、練習  
の大切さもわかったので、冬の間  
もクロスカントリースキーなどを  
して、しっかりとトレーニングしたい  
です。

中学でも陸  
上部に入って  
ハードルを続け  
ていこうと思っ  
ています。まず  
は、短距離の  
タイムを縮める  
のが目標です  
が、部活だけ  
でなく、勉強  
も両立してがん  
ばります。

「人を感動させる泳ぎ」  
が目標

水泳

小林 大我さん

(岡谷北部中3年)

背泳ぎ 県大会優勝・全国大会出場

水泳の場合、県で1位を取つて  
も、全国大会の参加標準記録をワ  
リアしていなければ全中には出ら  
れないので、中2の時は、表彰台の  
真ん中で大泣きしてしまいました。  
ひざを故障していてタイムが届か  
なかったんです。その冬、水泳を  
続けていくために手術を受けまし  
たが、回復に思った以上の時間が  
かかり、1年を棒に振つたような  
昨シーズンでした。やっと練習を



再開しても時間がなく、県大会で、  
なんとか記録を出し全中に出場し  
たものの、納得のいく泳ぎはでき  
ませんでした。高校でも水泳を続  
けていこうと決意したのは、リベン  
ジしたいと思ったからです。とにか  
く泳ぎ込んで力を蓄え、今年こそ  
は飛躍の年にしたい、高校時代には  
、インターハイや国体も出場だ  
けでなく、上位を狙っていきたいと  
思います。中1の時、萩野公介選  
手の泳ぎを見て、すごいと思いま  
した。人に感動を与えられる、そ  
んな選手を自分もめざします。

将来は、選手を支えるスポーツ  
トレーナーになるのが夢。術後にお  
世話になったトレーナーの先生  
のように…そのためにも、選手と  
して結果を出したいです。



## 7メートルを跳んで さらに上へ

陸上

窪田 章吾さん

(岡谷北部中3年)

走幅跳 北信越大会優勝  
全国大会・国体出場

短距離が走りたくて陸上部に入ったので、走幅跳への挑戦は、まったくの偶然だったんです。それが、中1の新人戦で1位になり、本気のスイッチが入りました。短距離と同時に進行の練習はハードでしたが、他校のライバル選手から刺激を受けたり、また、力をつけてきた後輩とも一緒にがんばれたので、やめたいと思ったことは一度もありません。

北信越では大会新を跳ぶことが



でき、踏切もぴったりで達成感がありました。全中と国体は、ファールの連続で不本意な記録に終わり、1度目にファールをしても、2度目、3度目で必ず成功するように、正確さと精神力を鍛えなければ、とあらためて思いました。

今年は、走力と技術を上げて、7メートルを超える記録を出すことと、インターハイや国体に出場するのが目標です。高校3年までに、インターハイでの入賞をめざします。そのためにこの冬は、筋トレに励み、しっかりと走り込んで身体をつくりまします。高校では、部活も勉強もがんばって、どちらもいい結果を残したいです。

## インターハイで 成績を残す!

新体操

三澤 奈々さん

(伊那西高1年)

インターハイ13位、国体7位

中3の時の全日本ジュニア大会出場で、新体操に向かう姿勢が変わりました。練習に前向きになると結果が伴う、それが励みになる、より楽しくなる…喜びが、がんばれる自分に変えてくれたと思います。

昨年は、インターハイを経験することができたのですが、会場の大ささや雰囲気にも飲まれて、フロアに立つのも恐いくらいのプレッシャーを味わいました。国体でも、まわりの選手がみんな自分より



じょうずに見え、とても緊張しました。先輩や先生が声をかけ支えてくれたので、何とか演技できたと思います。

今年は、年が明けてすぐに長野カップがあります。一番の目標は、インターハイですが、どの大会にもベストを尽くし悔いのないように、練習と同じ力が発揮できるような精神面も強化して望みたいと思います。苦手を

克服し、演技の確実性、表現力を高めて、個人としては、去年より上の成績を、また団体でも実績を残し、学校の伝統を守りきるようがんばります。

# トップでゴールし 1番になる!

## ボート

小林 剛大さん  
(岡谷南高3年)

ダブルスカル 国体5位

未体験の競技がやってみたいと思いい、ボート部に入部しました。南高は伝統があり環境が整っているので、高校から始めても、インターハイなどの大会がめざせると思っただけです。

筋力とスタミナをつけるトレーニングは、思った以上にきつかった



写真提供：岡谷市民新聞社



ですが、先輩たちの体格や技術にあこがれて、モチベーションを上げてがんばりました。振り返ってみても、湖に出られない冬場の練習が、大切だったと思います。

高2の時、先輩とダブルスカルで沖縄でのインターハイに出場しました。準決勝まで進みましたが、全国の壁は厚く、決勝へは進めませんでした。高3になり、強い意気込みで臨んだ昨年は、県大会決勝で、清陵にコンマ差の惜敗を喫し、最後のインターハイを逃しました。山口国体では結果が残せなかったのでほっとしましたが、あの時の悔しさは、今でも忘れません。

大学では、インカレや全日本選手権などの大会があるので、優勝をめざしてがんばりたいと思います。高校で果たせなかった「1番」とり、力をつけて世界の舞台へ...それが目標です。

# 箱根を視野に 体力づくり

## 陸上

小林 巧さん  
(下諏訪向陽高3年)

3千メートル障害

北信越大会・インターハイ優勝

3千メートル障害という種目は、高2の時、長距離のトレーニングにと始めたところ、インターハイが狙えそうな手応えから、本腰を入れて練習しました。指導者に恵まれたこと、結果が出せず苦しかった時期を試行錯誤して乗り越えた経験が、昨年の成果につながったと思います。

引き続きこの冬も、コーチの指導のもと、持久力をつける走り込みをします。1月の都道府県対抗駅伝に県代表として走りたいという直近の目標もありますし、4月からは、箱根駅伝のシード校であ



る関東の大学に進学するので、20キロ以上を走りきれぬ身体づくりをと考えています。

大学の陸上部には、オリンピック候補の先輩もいますし、練習が楽しみです。今年は、まず寮生活に慣れ、焦ることなく走力をアップし、1年目は、3千メートル障害で自己ベストを更新すること、5千や1万メートルの記録会に挑戦すること、大学時代に結果を出すため、確実に課程をクリアしていくのが目標です。もちろん機会があれば箱根へという気持ちもあります。