

スポーツマンとしても 社会人としても 大きく成長していきたい



写真：社会福祉法人 横の実会

Nobuhiro Anzai

社会福祉法人横の実会のクラブ「ひかりAC」に所属し、毎日練習に励んでいる安西さん。7月17日、18日に大阪府で開催された日本ID陸上選手権大会・全日本選手権と同レベルというトップクラスの選手が集まる大会において、1500mで2位という素晴らしい成績を収めました。その成績などが認められ、今年度、東京オリンピック・パラリンピックのバリリンピック千葉県代表アスリート特別強化指定選手に選ばれました。強化選手に選ばれた感想や今後の目標などを伺いました。

自分で選んだ道

ひかり学園の藤崎コーチと出会ったのは、僕が高校生のときでした。出場した大会で「ひかり学園に来て一緒にやらないか？」と声をかけてもらいました。当時は南房総市に住んでいたの、多古町に行くとなると遠いし…と悩みました。ですが、ひかり学園にはクラブがあつてコーチにも指導してもらえる、そういう恵まれた環境で練習がしたいと思い、多古町



に行く決心ができました。安房特別支援学校高等部卒業後、今住んでいるグループホームに引っ越してきました。

スポーツマンとして、社会人として

日中は仕事に行き、夕方は練習、土日も練習の繰り返し。学生時代の練習メニューと全く違うものだったので、最初は身体がついていかなくて大変でした。朝、二度寝をして起きられないこともあり、その時はひかり学園の職員の方が電話をしてくれてなんとか遅刻せず仕事に行けました。今は、慣れたのでそういったことも無くなりました。平日の練習は、グループホームの周辺をひたすら走る。1周が約2kmで6周なので、ほぼ毎日12kmは走っています。

土日の練習は、成田高校陸上部の練習に交ぜてもらっています。平日は1人で走っているの、高校生と一緒に練習できるのが何よりもうれしく、ありがたいことだと思っています。高校に行くのも、最初の頃はコーチに送り迎えしてもらっていましたが、今はひとりで路線バスを利用して通っています。こういった練習会や大会に申し込んだり、外部との調整はコーチがやってくれますが、大会や練習会の会場には、なるべく自分ひとりで行くようにして

います。不安がないわけじゃないし、テンパることもあるけど、スポーツマンとして、社会人として、生活するには必要なことなので頑張っています。

弱音を吐かない

今回、パラリンピックの特別強化指定選手に選ばれてびっくりしています。当たり前ですが、大会や練習会に参加すると僕より上の選手がたくさんいますから。その中で「もまれる」と課題がたくさん見えてくるので、日々勉強することばかりです。

大会の一週間前くらいから調整に入りますが、今年のID選手権大会ではうまく調整が出来ませんでした。昨年の成績が2位だったのでそのプレッシャーはありましたが、不安や焦りはありませんでした。コーチいわく、僕って精神的にも肉体的にも追い込まれたら追い込まれただけ成長して、結果を出すタイプみたいで（笑）2位になれたときはびっくりしました。あと、どんなに厳しい練習でも弱音を吐かないことをコーチたちは心配してくれているみたいです。でも、僕より上の人だし陸上経験者の先輩って分かっているから、キツイ練習だって乗り越えられる。それが僕の長所でもあり短所でもあるんだと思います。



あんざい のぶひろ
安西 伸浩さん（19歳・白貝）
株式会社ウィル・コーポレーションに勤務。社会福祉法人横の実会のグループホームで一人暮らし。今月、岩手県で開催される「全国障害者スポーツ大会」800mと1500mに参加予定。

目標は4分を切ること ただそれだけ

コーチが調べてくれたのですが、今年のID選手権大会の記録が「世界派遣記録」を切っていたと教えてくれました。特別指定強化選手に選ばれたし、東京パラリンピックに出場するためには「INAS」(国際知的障害者スポーツ連盟)に登録をしないとけないので、今手続きをしています。この「INAS」に登録できないと海外遠征にも行けないわけですが、手続きにはかなり長い時間がかかるようで、申請から半年経ちましたがまだ終わっていません。先は長いですが、今はまず「目の前の大会や記録会で自己タイムを更新すること、1500mで4分をきること」を一番に考えて、練習を頑張っていきたいと思っています。

「多古元氣人」では、年齢・性別・分野を問わず、生き生きと元気に活動している人を紹介していきます。これからも「たこげんじん」を発見したいときは、皆さんにご紹介します。