

魅力ある高校生にインタビュー

明日へ ジャンプ

No.201

分析と努力を重ね 目指すはインターハイ出場

四ツ葉学園中等教育学校 5年 ^{みやざわ たくひろ}宮沢 拓大 さん



「タイムが縮まった時が一番楽しいです。練習がきついと感ずることもあります。結果が出た時の喜びは格別です」と水泳の魅力を語る宮沢さんに、水泳を始めたきっかけを聞きました。

「両親に勧められたことや姉が先に習っていたことがきっかけで、5歳から始めました」

四ツ葉学園入学以来、前期課程・後期課程と多くの大会に出場し、好成績を重ねてきた宮沢さん。中でも印象に残っているのは、今年7月に行われた群馬県高校総合体育大会だと言います。

「100メートルと200メートルの平泳ぎに出場しました。屋外プールでの大会は初めてだったので、暑さによる体力の消耗が不安でしたが、2種目とも優勝し、自己ベストも更新できました」

気温や環境だけでなく、気持ちにも左右されず、常に平常心でレースに臨む宮沢さん。数々の大会で安定して好成績を収めてきた背景には、日々の努力と工夫がありました。

「大会の結果よりも、レースの振り返りを大切にしています。ラップタイムなどを見な



プロフィール

みやざわ・たくひろ
父親の影響で野球に興味を持ち、前期課程では野球部にも所属した。趣味は野球観戦で、テレビで試合を見ることが楽しみ。特に埼玉西武ライオンズを応援している。将来はスポーツ関連の企業に就職したいと考えている。

がら自己分析や研究を行い、見つけた課題を意識して練習に取り組んでいます。得意な平泳ぎではなく、あえて400メートル個人メドレーの練習をすることで、持久力を鍛えています」

冷静な分析力と高い持久力を兼ね備えた宮沢さんに、今後の目標を聞きました。

「群馬県高校選手権水泳競技大会で自己ベストを更新したいです。また、来年は四ツ葉学園在学最後の年になるので、これまでの努力の集大成として、インターハイに出場できるように頑張ります」

目標を語る宮沢さんの表情には、静かに燃える情熱が宿っていました。



9月26日(金)にいせさきFMで放送します

●午前7時54分～

●午後1時25分～

●午後5時50分～