

四街道 こども記者 クラブ通信

今号は私達が次のテーマでお届けします！

オリンピックを控え、スポーツに関連する方を取材しました！



あきとも記者



けいじ記者



こう記者



さゆ記者



はるな記者



かえで記者



ちさと記者



ゆずき記者

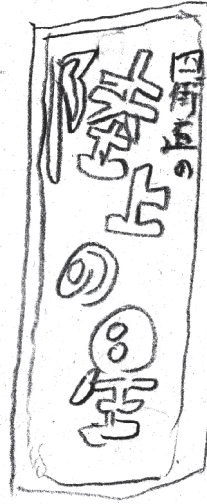
13

令和3年1月15日発行
四街道こども記者クラブ
www.kodomokisha.jp



【滝沢毅（たきざわつよし）選手】
取材当時、四街道中学校の3年生です。陸上走り幅跳びの選手で、最高記録は662cmです。滝沢さんは全国大会まで出場しています。

2019年9月14日（土）に、市内で活躍する2人の選手を取材しました。



今回は東京2020オリンピックをひかえ、「スポーツ」に関連している人に取材しました。取材した方は滝沢さん、山崎さん、内田さんの3人で、なかなか聞くことができないことも聞けて、楽しかったです。
長く跳ぶ選手、高く跳ぶ選手のことや、体のことに詳しい方の仕事をお伝えします！
（取材は2019年に行いました）



何故こんなにできるの？
それは食事や走力

食事はとても大事。滝沢さんは、特に豆腐をよく食べるそうです。それはタンパク質がよくとれて疲労回復にもいいからです。私は牛肉とか、お肉類かと思っていました。予想が大外れ……。

今回取材した中でびっくりしたのが走力が大切なこと。滝沢さんは「跳んだ時のフォームとかも大事だけど、走力が一番大事」と話していました。

大人になったか？

滝沢さんは大人になったら8mを跳ぶことをあたりまえにして、世界新記録の9mを跳びたいそうです。



これからの目標！
スポーツ関係……では無く、医者や学者になりたいそうです。

その日のハプニング。
県の大会は、3位でした。県大会では、思わぬハプニングが！競技中にスパイクの裏がはがれたそうです。天候は……雨。しかし、普通のくつにはきかえセーフ。



【山崎一朗（やまざきいちろう）選手】
山崎一朗さんは、中央小学校に通う5年生（取材当時）で、走り高跳びの選手です。
2019年度に行われた市内の大会で、新記録の131cmで1位をとりました。さらに郡大会にも出場し、そこでも134cmの新記録を更新しました。

姿勢をよくすると...

2019年11月10日(日)に四街道総合公園体育館第2武道場で「子どものための姿勢講座」というものが開かれていたので、取材しました。そこには、姿勢や走りのナゾがねむっていたのです。

子どものための姿勢講座は、その名の通り、姿勢のことを教えてもらえます。

姿勢を良くすると体がぶれず、その分体力を使わず、結果速く走れます。講師の内田さんは、「かけっこ講座」というものも開いているので、いっしょにやってもいいと思います。



●講師プロフィール

内田直生(うちだなおき)さん
理学療法士。乙武洋匡さんの
乙武プロジェクトに参加。
身長は177cm。

姿勢を良くする方法

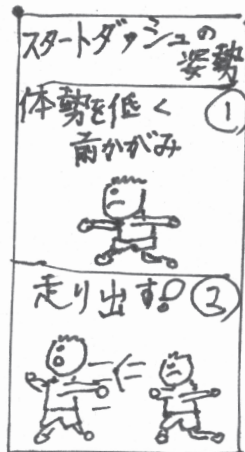
頭のでっぺんの髪の毛をもって上にひっぱって、背伸びして頭の手をはなして「とん」と下におちるように足をつけると姿勢が良くなります。



走ることと姿勢は関係している!?

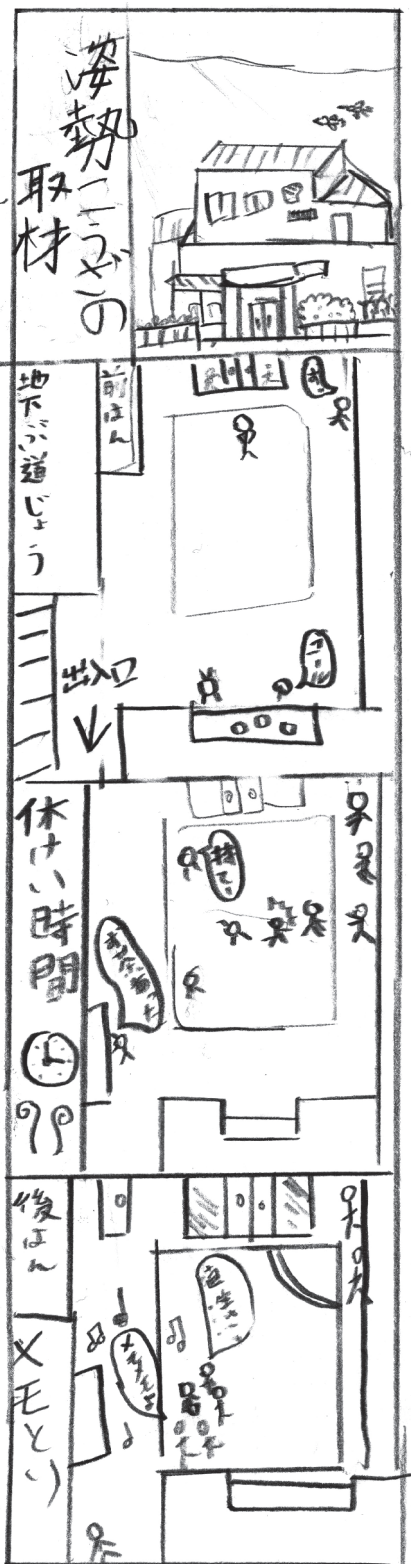
内田さんは、小学校からサッカーをしていたため、走るのが得意だと言っていました。そこで、姿勢を教えるのといっしょに走り方も教えていただきました。走り方で大切なのはスタートダッシュで、図のような姿勢でスタートします。

走ることと姿勢はとても関係しており、姿勢のばし方で走るスピードは変わります。



内田直生さんの これから目標

体の不自由な人が楽しく生活できるようにサポートをしたいそうです。



四街道こども記者クラブ

住所: 284-0003 千葉県四街道市鹿渡 1150-126

電話: 090-9109-0475 (両見)

メール: info@kodomokisha.jp

ホームページ: <http://www.kodomokisha.jp/>

Facebook: <http://www.facebook.com/kodomokisha>

協力: 四街道市政策推進課

四街道市みんなで地域づくりセンター

過去の取り組みやこども記事はホームページをご覧ください

記事を読んだらわかるクイズ!

次の問題の〇〇に当てはまる言葉はなんですか?

- ①内田さんの参加しているプロジェクトは〇〇プロジェクト
- ②滝沢さんは「跳んだ時のフォームよりも、〇〇が一番大事」と言っていました。
- ③山崎さんは郡大会に出場し、〇〇cmの新記録を更新しました。