

# 「新春ホープ対談」

12月13日、新春の特別企画として、今年活躍され、今後も期待される数多くの中学生の中から陸上・走り幅跳びの熊田和真さんと高橋芽愛さん、スピードスケートの稲川くるみさん、バスケットボールの河村美侑さんの4人を迎え、和やかな雰囲気の中、岡田町長と新年に向けての思いなどを語っていただきました。



## 来年に向けた思い

**岡田町長** 新しい年を迎えるにあたって、来年にかける思いや意気込みを教えてください。

**熊田さん** 来年は、高校生になる年なので、まずは受験勉強と体の土台づくりをしたいと思います。

**高橋さん** 私は、この冬のトレーニングで、今年の反省を克服し、納得のいく成績が残せるよう頑張ることと勉強を両立させたいと思います。

**稲川さん** 2月に長野県で開催される全国大会に出場できるように頑張ります。

**河村さん** 4月からは高校生になるので、まずは試合に出られるように練習を頑張りたいと思います。

**岡田町長** 熊田さんと高橋さんは走り幅跳びですよ。冬場のトレーニングはどんなことをしていますか。

**熊田さん** 学校の体育館や廊下などを使って練習しています。その他、選抜選手だけですけれど、十勝陸上競技協会主催の合宿などがあります。

**稲川さん** 基本的には十勝オーバルで練習しています。その他、札内川の河川敷で走ったり、ローラースケートでトレーニングしています。

**河村さん** 学校の体育館で練習していますが、他の部活動もあるので、



熊田和真 / 幕別中学校3年  
第40回全日本中学校陸上競技大会・男子走り幅跳びに北海道代表として出場

札内スポーツセンターでも練習しています。

## 競技を始めたきっかけ

**岡田町長** 皆さんが、それぞれの競技を始めたきっかけは何ですか。

**熊田さん** 7つ上の兄が、走り幅跳びをやっている姿を見て、自分もやってみたいと思い、小学生の頃に始めました。

**高橋さん** 小学1年生の時に、町内の陸上大会に出場したのがきっかけです。走り幅跳びは小学3年生から始めました。

**岡田町長** その時の結果は優勝ですか。

**高橋さん** 優勝してません。最初の頃は、負けてばかりでした。(ハハハ)

**稲川さん** 私は、2人の姉の影響でスピードスケートを始めました。気づいたらリンクに上がっていました。3歳の頃だと思っています。

**岡田町長** 学校が近いからリンクには、すぐに行ける環境ですね。

**河村さん** 小学2年生の時に、札内スポーツセンターで行われたバスケットボールの体験に参加したのが

始めたきつかけです。  
**岡田町長** ずいぶん早い時期から始めているんですね。

## 全国大会では

**岡田町長** 皆さんが、輝かしい成績をおさめられています。全国大会に出場した時の感想を教えてください。  
**熊田さん** 周りの選手がすごく大きく見えて、とてもプレッシャーを感じました。気候も北海道と違って蒸し暑かったので、力を出し切れずに終わったという感じです。  
**岡田町長** 全国大会はどこで行われたのですか。

**熊田さん** 愛知県名古屋市です。建物から外に出た瞬間にもすごい暑さを感じたのを覚えています。

**高橋さん** 私もプレッシャーを感じました。競技場がとても大きく、360度観客から見られている気がしたので。名古屋市は、湿度も高かった。バテました。秋のジュニアオリンピックの時は、気温がそれほど高くなく、北海道や東北から



稲川くるみ / 札幌内東中学校2年  
平成24年度全国中学校スピードスケート女子1000m  
出場



高橋芽愛 / 札幌内東中学校2年  
第44回ジュニアオリンピック  
陸上競技大会・女子走り幅跳び  
に出場、準優勝

参加した選手には、有利な環境だったと思います。

**岡田町長** スケートの全国大会は、北海道が会場ですか。

**稲川さん** スケートの全国大会は、毎年長野県が会場です。長野のリンクは標高が十勝よりも高いので、酸素が薄く、体が疲れやすいです。

**岡田町長** 河村さんは、北海道の選抜ということですから、大会前には選抜選手で集まって練習をして、全国大会に臨んだんですね。

**河村さん** はい。全道各地から選ばれた選手が、札幌で5回ほど集まって練習し、全国大会に出場しました。  
**岡田町長** 全国第3位という結果ですが、全国大会では何試合したのですか。

**河村さん** 全部で5試合しました。準決勝で優勝した愛知県に敗れて3位でした。

## 大会前の調整法は

**岡田町長** 大きな大会ではプレッシャーを感じるといいますが、

大会前に皆さんが気をつけていることやリラックス法などがあつたら教えてください。

**熊田さん** 食べ過ぎると体が重くなるので、大会当日の朝食は、あまり食べないようにしています。跳躍の直前は、「自分は絶対に跳べる」と何度も心の中で繰り返し、自己暗示をかけています。

**稲川さん** 私は、自分が良い感じに滑っているイメージはしますが、試合の事を考えすぎると寝られなくなってしまうので、考えないようにしています。

**岡田町長** 河村さんは、主将を担っていましたから、いろいろな気苦労があつたのではないですか。

**河村さん** そうですね。去年は1回戦で負けてしまつて、チーム全体として、今年にかける意気込みが強かつたので、主将としてのプレッシャーはありました。

## 今後の目標は

**岡田町長** 皆さんが、それぞれに掲げている目標を教えてください。

**熊田さん** まずは、自己記録の更新ですが、高校1年生で7メートル、2年生までには、8メートル近くまで記録を伸ばすのが目標です。

**岡田町長** 2020年の東京オリン

ピックは目標ですか。

**熊田さん** 年齢的にも、良い時期だと思うので、目指したいです。

**岡田町長** 十分可能性がありますが、頑張ってください。幕別町民があなた達を応援しています。

**全員** はい。頑張ります。

**高橋さん** 私も自己記録の更新が目標です。6メートルが跳べるよう冬場のトレーニングに励み、オリンピックを目指します。

**岡田町長** 稲川さんは大会が迫っていますが、どうですか。

**稲川さん** 2週間後の全道大会で、自己記録の更新ができるよう頑張ります。

**岡田町長** 河村さんは、もう中学校の大会は終わりですか？

**河村さん** はい。今は、高校に向けて、トレーニングをしています。

**岡田町長** 皆さん、たくさん練習を積んで、2014年も活躍できることを願っています。今日はどうもありがとうございました。

**全員** どうもありがとうございました。



河村美侑 / 札幌内東中学校3年  
第26回都道府県対抗ジュニア  
バスケットボール大会で北海道  
選抜の主将、全国3位

幕別中学校  
熊田和真  
さん

札幌内東中学校  
高橋芽愛  
さん

札幌内東中学校  
稲川くるみ  
さん