

輝く栗東

公務員スプリンター 100 m近畿選手権大会出場



内記 拓哉さん (御園・27歳)

平成29年栗東市役所入庁。商工観光労政課に勤務。高校から陸上競技を始め、大学4年生の時に100m×4リレーで関西インカレ3位入賞。第65回関西実業団陸上競技選手権大会100m男子5位入賞。第80回滋賀陸上競技選手権大会で6位入賞し、8月27・28日に開催の近畿選手権大会に出場。社会人になってから野洲川運動公園陸上競技場で小学校4年生から6年生を対象に、コーチとして指導。100m自己ベストは10秒62。

■陸上を始めたきっかけは？

小・中学校では野球をしていました。幼い頃から走りが速かったこともあり、高校入学を機に、新しいことにチャレンジしてみたいという思いから、陸上に転向しました。

■どんな練習をしていますか？

毎日終業後に、家の近くの坂でダッシュやウエイト練習をしたり、週末は野洲川運動公園陸上競技場で小学生のコーチをしながら、自身も練習しています。練習では、力が入りすぎないように常にフォームを意識しながら、リラックスして走るようにしています。

また、日頃から怪我をしないように準備運動やストレッチを怠らず、食事や睡眠などの体調管理に

■陸上に対する思いは？

チームプレアの野球と違い、個人プレアの陸上は、自分が頑張った分だけ結果が数字に反映され、達成感が味わえるシンプルな競技です。だからこそ真面目に取り組まないと、結果につながりません。練習はきつい時もありますが、たった10秒の中に、今までの努力が凝縮されるところが100m走の魅力です。一つのミスが命取りとなる中、高い集中力を常に維持していくことは難しいですが、それが陸上競技の楽しさでもあると感じています。

■今後の目標は？

まずは、9月に大阪のヤンマースタジアム長居で開催される全日本実業団対抗陸上競技選手権大会で予選を突破し、準決勝に進むことです。昨年は、コロナ禍で関東での開催ということもあり、出場を辞退しましたが、今とても調子が良いので、昨年出場できなかった分も、自己ベストを更新し、10秒40台を記録したいです。

2025年には滋賀で国体が開催されます。100mで代表選手に選出されるよう、今後も公務員スプリンターとして、平日は市民の皆さんのために奮闘し、週末は練習に励みたいと思っています。今はコロナ禍で無観客開催ですが、市民の皆さんに競技場でレースを見てもらいたいです。



▲地道なトレーニングをコツコツと続け、自己ベスト更新を目標に練習に励む

有料広告 募集中

広報りつとうに
広告を出しませんか？

「広報りつとう」は市内約 26000 戸に毎月直接配布しています。お店や、教室などの PR にお役立てください。

広告料 (1号1枠) 本文 30,000 円
お知らせ版 20,000 円 (制作料を含みます)
規格 縦 55mm×横 85mm、モノクロ
※詳細と空き状況は、市 HP でご確認ください

問合せ…秘書広報課 TEL551-0641 FAX553-1280

キノビクス株式会社

防災 セキュリティ
通信 映像・音響

デジタルネットワーク技術により
『快適で便利な環境の創造』を
提供します。

本社 TEL: 077-552-1144 京都支店 TEL: 075-634-8201
〒520-3045 滋賀県栗東市高野577番地1 〒601-8036 京都市南区東九条松田町138番地の2

広告欄

人口データ (8月1日現在)
・人口 70,271人(+66)
・男 35,011人
・女 35,260人
・世帯 29,058世帯(+66)
※() 前月比

