

コロナを乗り越え

さらに高みへ



新型コロナウイルス感染症は、私たちの生活や経済にさまざまな影響を与えています。スポーツ界もその例外ではなく、大会が中止や延期になり肩を落とした人も多いのではないのでしょうか。今回は、大津町から飛び立ちトップリングで戦う古賀紗理那選手（NECレッドロケッツ所属）に話を伺いました。

コロナ禍でも今できることを少しでも次に生かすために

現在は、感染症対策を行いながら、練習をすることができています。主に毎朝の検温や、体育館のボールの消毒などを行っています。

6月までは体育館が使えなかったの
で、ボールを使った練習はできず、自宅
でトレーニングを行いました。器具
が使えないので筋力が多少落ちるのは
仕方ないですが、できる限りのトレー
ニングと、心肺機能が低下させないた
めに外に走りに行くなど最低限のこと
だけ行いました。

寝るのが好きで、自粛期間は昼寝も

合わせて1日10時間くらい寝ていま
した。そのため体が硬くならないよ
うに、ストレッチは欠かさずに行っ
ていました。ストレッチは小学生の
ころから続けており、そのおかげな
のか今まで大きなけがをする
ことなくスポーツを続ける
ことができています。

また、男子の試合映像を
見て自分たちに何か取り入
れられることはないか研究をしてい
ました。練習が再開した今、少しづ
つチームに還元している最中で、試
合でも早く試してみたいです。今ま
でこんなに長い期間バレーボールを
しなかったことがないので、立ち止

まってみつめ直すいい機会にもなった
のかなと思います。

日常生活にも変化をもたらす 新型コロナウイルス感染症

休みの日はよく行っていたチームメ
イトとの外食ができないのが残念で
す。ただ、私たちのチームにはいまだ
感染者は出ていません。これもチーム
に関わる皆さんがしっかりと感染症対
策をしている証で、今私が練習できて
いることにも感謝しています。

年に2回の帰省が楽しみですが、私
がウイルスを持って帰る恐れもあるた
め、今年はやめておこうと思います。
その代わり友人とのビデオ通話に挑戦
してみようと思います。

大津町の皆さんへメッセージ

目標としていた大会が中止になって
しまったショックは計り知れませんが。
ただ、今までの努力は決して無駄には
ならず、これからの人生で必ず助けて
くれる日が来ると信じています。

大津町でも、新型コロナウイルス感
染症の影響で苦労している人が多くい
らっしゃると聞いています。私にでき
ることはバレーボールです。少しでも
皆さんに明るい
話題をお届けで
きるように、ま
ずはVリーグ優
勝を目指して頑
張ります。



ファンレター宛先
〒211-8666
神奈川県川崎市
中原区下沼部1753
NEC 玉川事業場
女子バレー部
NECレッドロケッツ
ホームページ



目標を見失わずに頑張る町の皆さん

動画配信サイトを活用

小学5年生になり、全国大会に出場
できるようになった初めての大会だっ
ただけに、全国大会がなくなったのは
残念ですが、しっかり練習を重ねて来
年に悔しさを晴らしたいと思っています。

コロナの影響で休校となっていた学
校も再開し友だちと楽しく過ごす日々
が戻ってきました。ただ、一番楽し
みにしていたスポーツテストがなくなっ
てしまったのが残念です。今の自分の
能力を数字で確認することができ
ない機会だったので。

自粛期間は動画配信サイトを見て参
考にしていました。言葉だけではなく
実際にやって見せてくれるので分か
りやすいです。

次の目標は10月の学童オリンピック
で大会記録を出して優勝することです。



やまもと ちさき さん
山本 千祥 さん
コンバインドB
(走幅跳+ジャベリックボール投)

サッカーが一週間の楽しみ

県の選抜メンバーとして町から2人
が選出され予選を勝ち抜き、初の優勝
による全国大会の出場権を得ました。
しかし、全国大会は中止になり、3月
からは体育施設が使えないためチーム
での練習もままならない状態でした。

私生活でも福岡にいる娘と長いこと
会えていなかったり、孫が生まれたが
一度も抱けていないなど、しょうがな
いことではありますが、もどかしい
日々が続いています。

最近ようやく週1回の練習も再開
し、いい息抜きになっています。今年
の目標は去年準優勝だったリーグ戦で
優勝することです。そのころには、試
合後の打ち上げができるようになって
いれば言うことなしです。



やまうち しん さん
山内 伸次 さん
村田 孝之 さん
サッカー

感謝の気持ちを伝えるために 大会の開催を待つ

自粛期間中は体育館が使えないた
め、各自で体力づくりのため、体幹ト
レーニングや走り込みを行っていま
した。自分を変えることができるのは自
分だという思いで追い込みました。

ただ、コロナ前は九州内の高校に出
稽古に行っていた高いレベルで練習で
きていたが、自粛期間は対人での練習
ができなかったため、自分のレベルが
分からなかったのは困りました。

(岩下さんは)中学最後の大会がなく
なってしまったため、受験に向けて切
り替えなければならぬが、不完全燃
焼でうまくいかないのが悩みです。

今後の目標は、先生や保護者に感謝
の気持ちを伝えるために、全国大会で
優勝することです。



いわした 蒼 さん
岩下 蒼唯 さん
たけのうち 蒼唯 さん
空手

スポーツの力で町を元気に

新型コロナウイルス感染症により施
設の利用や、チームでの練習ができな
い期間が続きました。「スポーツを楽
しめない」「大会が中止になった」「練
習ができない」など困難に直面したこ
とと思います。その中で、自分のた
め、チームのために今何ができるかを
考え、動画などで研究を重ね、練習メ
ニューを工夫した人たちがいます。

新型コロナウイルス感染症はいつ収
束するかまだ誰にも分かりません。ス
ポーツに限らず、新しい取組を考える
ことも、必要になっています。
新型コロナウイルス感染症を乗り越
え、スポーツの力で町を元気にしよう
としている人たちがいますそんな人た
ちに勇気もらいながら私たちも「高
み」を目指して頑張ります。

体育施設利用の注意

町では、新型コロナウイルス感染症の
感染拡大防止の観点から社会体育施設の
貸し出しを条件付きで再開しています
(状況により休止する場合があります)。
また、申請時に「感染防止策チェックシ
ート」の記入をお願いしています。感染症
対策を行いスポーツを楽し
みましょう。詳しくは町
ホームページをご確認ください。
さい。

