

障害のある人もない人も安心して暮らせる竹原市に



かぶやパンダ川柳

vol.3 【陸上】 ^{なかしん} 中新 ^{みづき} 美月さん (竹原中学校3年生)

うんどうかい
借り物競争で
借りられた



ちょっと待って、ちょっと待って～



川柳募集中！竹原市役所（障害福祉係）の窓口やイベントで川柳の応募箱を見かけたら、ぜひご応募ください。かぶやパンダがお気に入りの作品を採用します。

人のうごき

(住民基本台帳登録者数)

人口	27,510人
男	13,097人
女	14,413人
	12,725世帯
1年前	28,043人
5年前	29,514人

— 5月1日現在 —

ティータイム

梅雨の季節がやってきますね。雨の日は屋内ですぐすのもしいいですが、傘をさして外に出れば、雨音やかえるの鳴き声など、晴れの日には聞くことのできない音を聞くこともできます。雨の日のお出かけもたまにはいいかもしれませんね。



走るのが好きで、小学校3年生から陸上競技を始めた中新美月さん。今は四種競技（100メートルトルハートル走・砲丸投げ・走高跳び・200メートル走の記録を得点換算し、合計点を競う競技）と砲丸投げを専門として競技に打ち込んでいます。



特に砲丸投げでは、5月23日の広島県南部地区大会で10メートル84センチを投げて優勝しました。

—陸上競技のどんなところが好きですか？練習はしんどいけど、やればやるほど

—良い記録が出た時です。良い記録が出ずに、どうしたらいいかわからなかった時と、ひざのけが（全治1か月）をした時です。家に帰っても練習したり、けがの時は腹筋300回など上半身の筋トレをしたりしていました。

—記録が出ないときはどうしていますか？

—陸上競技をしていて最も苦労したことは何ですか？

—良いタイム・記録が出た時です。—学業との両立は大変ではないですか？大変です（苦笑）。時間を決めて集中して取り組んでいます。

—陸上競技をしていて良かったことは何ですか？

良い記録が出るところです。次も頑張ろうと思うし、やりがいがあります。

—練習では何に一番力を入れていますか？砲丸投げのための基礎練習です。投げただけではだめだと言われたので、走ったり、筋トレしたりして、肩甲骨や太ももを鍛えています。

—陸上競技をやっている良かったことは何ですか？



▲砲丸投げの練習

目標を強く決めていたので、それに向かって努力します。

—今年の目標は何ですか？全国大会出場です。

—中新さんにとって陸上競技とは何ですか？体力面も精神面もいろいろ鍛えられるものです。

—陸上競技協会主催の投てき教室でも練習に参加し、専門的な技術指導を受けている練習熱心な中新さん。とてもいい笑顔で、さすがしく、俗にいう「かっこかわいい」すてきな女の子でした。全国大会出場の夢、ぜひ叶えてほしいです。

市政発展のためのご意見などをお寄せください

郵便 〒725-8790 (住所不要) 竹原市企画政策課「市長への私の提案」係 FAX 22-0998

※市ホームページ「市長の部屋」から電子メールでも送信できます。ご意見等は「市長の部屋・掲示板」にて公表させていただく場合があります。

発行 / 広島県竹原市企画政策課 ☎ (0846) 22-0942 FAX (0846) 22-0998

竹原市ホームページ <http://www.city.takehara.lg.jp>



(この広報は再生紙・大豆油インクを使っています。)