

Midori

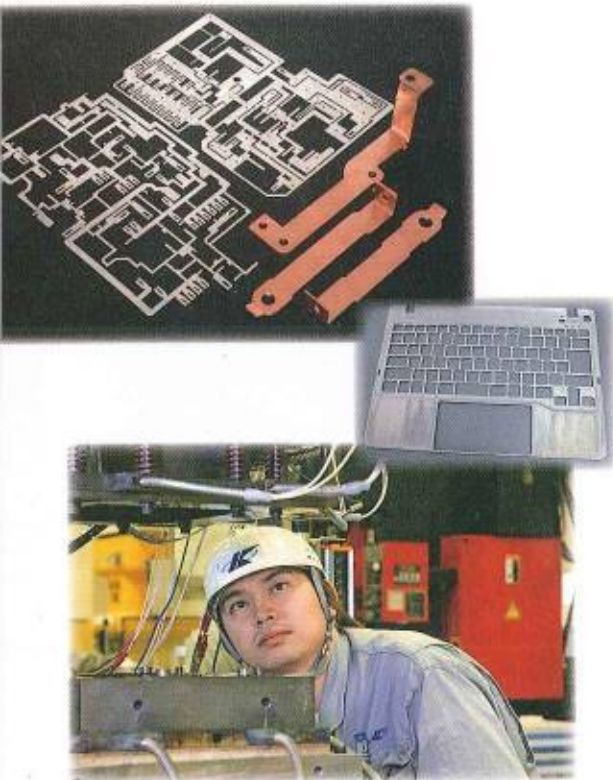
ご自宅までお持ち帰りください

9-10

2015
September - October

<http://www.midorikai.co.jp/>

 **Kasatani Corp.**



驚きや意外性で
人々を笑顔にしたい

Pentel



おしゃれミドルに大変身!
損害保険ジャパン日本興亜
立田 哲也さん、原田 将光さん




Let's Cheer!
NTN陸上競技部
亀鷹 律良監督、九鬼 巧選手、
小林 雄一選手



地球の素顔
ハワイ
進化するリゾート王国



Meets! × Meets!
ヴァイオリニスト/タレント
松尾 依里佳さん

 あなたの夏の疲れを
『Midori』が優しく癒します。

みどり会のメンバー会社のスポーツチームに、競技の魅力や醍醐味をうかがいます。

NTN陸上競技部

NTN

NTN陸上競技部はオールラウンドの強さを目指し、長距離と短距離(トラック)、跳躍(フィールド)、駅伝、マラソン(ロードレース)に力を入れています。今回は、亀鷹律良監督と小林雄一選手、九鬼巧選手に、古豪としての強みや現在取り組んでいることを聞きました。

「古豪」NTNは、トラック&フィールドで強さを発揮!

選手が個性を発揮し、全ての競技で強いNTN

最初に、チームの特色を教えてください。

亀鷹 1950年の創部から長きにわたり、さまざまな環境変化を乗り越えてきた歴史が現在につながっているチームです。それが古豪と呼ばれる理由でしょう。企業の陸上競技部は駅伝に特化しがちですが、全ての競技を強くしたいという私の考えをNTNは理解してくれています。力強いサポートに応えるよう、素晴らしい成績を上げられる選手の育成に努めています。

小林 短距離・跳躍と長距離の選手で構成されているチームは、種目を越えてお互いが切磋琢磨できる点が特色です。また、少人数のため個性を出しやすいと思います。

九鬼 私は今年入社したばかりですが、とても温かく迎えていただいたと感じています。

——短距離競技のおもしろさはどこですか？

小林 身ひとつで競い合い、結果が数字に表れるところです。目指すタイムがある分、自分自身に責任をもつ競技

だと思っています。

九鬼 スタートからゴールまで10秒、20秒ですが、走っている瞬間瞬間に細かい修正や調整をしながら競うところです。短時間だからこそミスをする限に抑えなければならず、ミスをした選手が上位に入れるのです。

短距離の好成績をニューイヤー駅伝につなぐ

——2015年の目標を教えてください。

小林 9月に岐阜県で行われる全日本実業団対抗陸上競技選手権大会で、よい成績を残すことです。今年から本格的に4×100mリレーに力を入れています。今年最大の目標だった世界陸上選手権の出場がかなわなかったのは悔しいですが、9月の大会はスタンドで観戦してもらえらるチャンスなので、ぜひ大勢の方に観てほしいと思います。

九鬼 私も全日本実業団対抗陸上競技選手権大会で表彰台をねらっています。この大会の翌週には和歌山国体に出場します。和歌山出身の私としては、育ててもらった地域に貢献できるまたとないチャンスですので、練習には自然と力が入ります。

亀鷹 二人には、リレーで表彰台を期待しています。また、世界陸上選手権ではモンゴル出身のセルオド・バトオチル選手がマラソンに出場します。目標はメダルですが、入賞など好成绩を収めることができればNTNのアピールにつながるでしょう。チーム最大の目標は、来年のニューイヤー駅伝でさらに上位に入ることです。メンバー一人ひとりの力を最大限発揮させる環境づくりのひとつとして、8月および9月の合宿でメンバー全員が同じ練習メニューに取り組み予定です。長距離のメンバー16名は力が拮抗していますから、ライバル意識をもたせることが刺激になると考えています。

——特に力を入れているトレーニングは何ですか？

九鬼 調子の善し悪しを確認するトレーニングとしての「坂下り走」です。平地よりもスピードが出る環境で、脚はもちろん全体の動きをコーチに

チェックしてもらい、コーチのアドバイスと自分自身の感覚を合わせていきます。

小林 「けん引走」に効果を感じています。腰などにベルトを巻き、そこに10〜15kgの重りをつけて走ります。自分の体重にあえて負荷をかけた状態で走ると、腕や脚などに力を入れるべきタイミングが強調されます。その感覚を養いながら筋力を鍛えることで、目指す走りに近づいていると感じます。

——最後に、今後の抱負などをお願いします。

九鬼 競技だけでなく人としても愛される選手になりたいです。ロンドンオリンピックでは、代表選手に選んでいただいたものの補欠で終わったため、次は絶対に日の丸を着けて競技に

感謝の気持ちを結果に表し、世界で戦える選手へ

——最後に、今後の抱負などをお願いします。

九鬼 競技だけでなく人としても愛される選手になりたいです。ロンドンオリンピックでは、代表選手に選んでいただいたものの補欠で終わったため、次は絶対に日の丸を着けて競技に

出場することを目指しています。**小林** 今年のチームはいい流れができていると感じています。ニューイヤー駅伝で8位に入賞したことは、短距離競技の私にとっても大きなモチベーションにつながりました。応援してくださる皆さんに応えるため、日々の練習に精一杯取り組みたいと思います。

亀鷹 我々が目標に向かって走り続けられるのは、会社の支援のおかげです。将来の目標は大きく2つあります。1つは、NTNが創業100周年を迎えて最初となる2019年のニューイヤー駅伝で必ず優勝すること。もう1つは、来年のリオデジャネイロオリンピックよりも2020年の東京オリンピックに、NTNから多くの選手を出場させることです。温かい応援とサポートに対する感謝の気持ちを結果に表すとともに、選手ががんばりや成績がNTNの皆さんの誇りになるようなチーム作りをしたいと思っています。

——今日はありがとうございました！



亀鷹 律良監督

九鬼 巧選手

小林 雄一選手

キャプテンのコメント **チーム一丸の努力で目標達成のゴールを切る!**

NTN陸上競技部は、OBの方が築いてこられた伝統により、多くの皆さんに応援してもらえることが強みであり、それが私たちの力になります。チームとして、2016年のニューイヤー駅伝での5位入賞を目標に掲げています。選手一人ひとりのレベルアップはもちろんですが、チームのまとまりが重要になってくると考えていますので、キャプテンとして力を入れていきたいと思えます。これからもNTN陸上競技部への熱いご声援をよろしくお願ひします!



山下 洸選手

監督&選手に聞く! **走りのコツ**



Q タイムを上げるためのトレーニングとは?

亀鷹監督 身体全体を鍛えることが走力アップにつながります。砂地でのダッシュや起伏のある場所でのトレーニングを試してみてください。

身体をつくる体幹トレーニングです。毎日コツコツできますし、体幹が鍛えられるとケガ防止につながります。

九鬼選手 安定した美しいフォームで走れると疲れません。走る前のストレッチで、身体をリセットすることをおすすめします。

Q ケガをしないためには?

亀鷹監督 ウォーミングアップとして、15〜20分かけてストレッチをしっかり行うことです。ゆっくりした動きで身体を温めましょう。いきなり走るのは絶対にNGです!!

Present

1 NTNロゴ入りアシックス製オリジナルポロシャツ 3名様

2 オリジナル缶バッチ 30名様



山下選手、小林選手、九鬼選手のサインが入ります!

プレゼントのご応募はこちらから! URL: <http://www.midorikai.co.jp/member/magazine/>



応募締め切り 10月15日(木) Midori ダイジェスト 検索