

かつしか人 ひと 若い力が活躍!

競泳

成田実生

自分を越えたその先へ



区内で地域のために活動したり、スポーツなどに一生懸命取り組んだりしている若い世代の方を紹介します。【担当課】 広報課 ☎03-5654-8116



なりたみお 成田実生さん

2006年12月18日生まれ(高校2年生)。常盤中学校卒業。金町スイミングクラブ所属。葛飾区トップアスリート*。

<2022年>
国際大会日本代表選手選考会 400m 個人メドレーで2位(世界ジュニア新記録となる4分36秒71)。国民体育大会水泳競技大会(少年女子B)100m 背泳ぎ、200m 個人メドレーで優勝。

<2023年>
日本選手権200m・400m個人メドレーで優勝。

*オリンピックをはじめとする世界大会への出場をめざす、葛飾区にゆかりのあるスポーツ選手として、区が認定した選手

諦めない気持ちで、自己ベストを更新



大会で結果を出し続けるのは難しいことですが、コーチが考えてくれる練習メニューは大会本番にも生きるもので、大きな大会でも力を発揮することができていると思います。印象に残っているのは、中学3年生のときに出場した2022年国際大会日本代表選手選考会(400m 個人メドレー)で自己ベストを4秒も縮めて、ジュニア世界新記録4分36秒71を出したことです。この大会は大人と一緒に泳ぐ大会だったのですが、2位を取ることができました。大会前は体調を崩し、また新型コロナウイルスの濃厚接触者にもなってしまう、なかなか練習ができていなかったのですが、諦めずに泳いだことが結果につながったのかなと思います。

感謝の気持ちを忘れず泳ぎ続ける

直近では世界選手権に出場すること、そして自己ベストを更新し続けることを目標に頑張ってきました。4月3日～7日に行われた全日本選手権では、200mと400m 個人メドレーで共に優勝することができ、世界選手権も出場権を獲得することができました。これからも応援してくれる方や支えてくれる方への感謝の気持ちを忘れずに、葛飾区トップアスリートとして、区民の皆さんに良い報告ができるようにこれからも頑張りたいと思います。

小さい頃から泳ぐことが好き

生後8カ月のときに初めてプールに入ってから、ずっと水泳を続けています。今は高校に通いながら週6日の練習に励んでいます。学校が終わったら金町スイミングクラブへ行き午後5時から8時ごろまで、さまざまな器具を使った陸上トレーニングと、プールに入って基礎練習や本番に近い形でのトレーニングをしています。短いインターバル(休憩)で泳ぎ続けるなど、自分の限界まで追い込むようなトレーニングはつらくて涙が出ることもあります。でも、水泳が好きだから、毎日笑って頑張ることができています。



陸上トレーニングの様子

下の二次元コードから、広報紙には掲載しきれなかった高校生活や休日の過ごし方などのインタビュー内容が読めます。

また、メッセージ動画も、ぜひご覧ください😊🎵



▲インタビュー ▲メッセージ動画



祝

日本選手権で3冠達成

競泳

松元克央選手(5面参照)