

人 **輝**いています

シリーズ60

HITO
HITO
HITO
HITO
HITO
HITO
HITO



スケートを通じていろいろな
友達ができるのが楽しい。

— 札内北町 —

高木 菜那さん

たかぎ・なな／札内北町在住 平成4年生まれ。
札内北小学校5年生 11歳

第8回全国小学生スピードスケートスプリント選手権大会 女子小学校5年生の部 総合1位及び北海道スポーツ少年団スピードスケート競技大会500m、1,000m 1位を獲得など、期待のスプリンター。
平成15年度幕別町ジュニアスポーツ奨励賞受賞。

平成16年1月帯広市で開催された第8回全国小学生スピードスケートスプリント選手権大会で総合1位を獲得した期待の小学5年生高木菜那さんを訪ねました。

— スケートを始めたのはいつからですか？

始めは、小学校入学前町で開催した初心者スケート教室に参加し初めてスケートをしました。

それから、札内北小学校に入学しスケート少年団に入団しましたが、本格的にはKSCスケートクラブに所属してから、スケートが楽しく頑張っています。

でも、本当はお兄ちゃん（大輔さん）もスケートをやっていたので、家で留守番をするのがいやで一緒にスケートに行って滑ったのがキツカケかな？

— 素晴らしい記録ですが練習は厳しくないですか？

記録的には、3年生の時管内の大会に出て1位を取ってからだんだん伸びてきました。

練習時間は、シーズン中の平日で、午後3時30分から7時まで、休日や冬休みは正午から3時まで帯広の森スピードスケート場で基礎練習を行っています。

オフシーズンは、ランニングやトレニングマシンなどで体力・筋力強化練習をしています。

でも一生涯懸命練習して、目標とする人についていくのが楽しいです。

それと、スケートをやっていて大会で入賞するのも嬉しいですが、いろんな大会に出て、いろんなところに友達ができ、そして友達に会えることが嬉しいです。

— これからの目標は？

スケートでは、コーナーの滑り方がポイントとなるので、コーナーに入る一歩をもっと上手になりたいです。

そして体重移動の方法や滑っているときの姿勢が高くないようにしたいです。

それと、夏になるとサッカーもしているので、これからもいろいろなスポーツにもチャレンジしていきたいです。

— お兄さん妹さんもスケートをしているのですか？

お兄ちゃんも中学校でスケートしていますし、妹（美帆さん）もやっていますので、これからも一緒に頑張っていきたいです。