

まいづる 元気人④

明日にチャレンジ！

ウルトラマラソンランナー 坂根 充紀栄さん

今年10月7日と8日に開催された「第7回神宮外苑24時間チャレンジ女子の部」で、24時間走初挑戦にもかかわらず、243.381キロメートルを走破。8年ぶりに道路アジア最高記録を更新し、見事初優勝。2012世界ランキング2位（アジアランキング歴代1位）の坂根充紀栄さん（舞鶴クラブ）に話を伺いました。

軽い気持ちで始めたが、徐々にのめり込む

幼いころからおてんば娘で走ることは大好きでした。ただ専門的に取り組んだことはなく、就職して5年目ぐらいのときに、たまたま近くの公

園に散歩に出かけた際、ジョギングをしている人を見て、「ああ、私も走ろうかな」と思ったのがきっかけでした（笑）。

もともと、負けず嫌いな性格で、すぐに夢中になるタイプなのでしょね。最初は、昼休みにジョギングする程度でしたが、徐々に走ることにのめり込み、現在は土・日曜日に

ただ結果がついてくることにも魅力を感じています。走ることは体力づくりになり、レースに勝つための自己管理や過酷なレースの中でメンタル的な強さも養われるので、日々の生活が充実し仕事をすることもプラスになっています。

3年ほど前から始めた山の中を走るトレイルランは、特に過酷で危険を伴いますが、だからこそ勝利を手にしたときの感動はひとしおで、まさに「自分で自分を褒めてあげたい」心境になり「無事に走らせてくれてありがとう」と大自然に対して感謝の気持ちでいっぱいになります。走るまではいなくても自然の中を歩き回る心地良さを多くの人に知ってもらいたいです。

自分の可能性を信じてチャレンジし続けたい

来年5月には、オランダで開催されるIAU24時間走世界選手権に日本代表として出場する予定です。自分の可能性を信じ、世界に羽ばたけるようこれからもチャレンジし続けていきたいと思っています。

日常生活で味わえない達成感が魅力

マラソンの魅力は、過酷な状況に打ち勝ちゴールしたときなど、日常生活では味わうことのできない達成感が得られることです。

また、練習を積んで努力し



▶OSJおんたけウルトラトレイル100キロに出場し優勝（平成22年）

まいづる 広報まいづる 12月1日号

発行：舞鶴市（〒625-8555 京都府舞鶴市宇北坂 1044、☎62・2300）
編集：広報広聴課（☎66・1041、FAX 62・7951）
印刷：有限会社みどり印刷

（ホーローページ）<http://www.city.maizuru.kyoto.jp/>
舞鶴市役所への郵便物は、市役所専用の郵便番号（〒625-8555）で担当課まで届きます。

▶スマートフォンからはこちら

衆議院議員総選挙・最高裁判所裁判官国民審査

投票日時 12月16日（日）7時～20時

期日前投票・不在者投票

12月5日（水）～15日（土）8時30分～20時

（最高裁判所裁判官国民審査は9日（日）から）

市役所、西支所、加佐分室で土・日曜日も投票できます

▶詳しくは、市選挙管理委員会事務局（総務課内、☎66・1044）へ。

