

第18回日本スポーツグランプリ 受賞者に聞きました！

長年におたりスポーツ活動を実施されてきた受賞者の皆様。
日頃、どのようなことを心がけているか、スポーツをどのように捉えて
いらっしゃるのか等をお聞きしてみました！
回答を一部ではありますが、掲載します！！

浅野 千江子さん 93歳 宮城県

スケート



18th Japan Sport Grand Prix

1. スポーツを長く続ける秘訣は？

無理をせず、ダラダラ練習しないこと。

2. スポーツとはどんな存在？

スケートのおかげで毎日元気に過ごしている。朝起きて最初に「ああ今日もスケートに行けるな」と思うことから1日が始まる。

3. スポーツの魅力は？

滑る時の気持ちよさ、友達や先生と会えること。

受賞者のサポーターの声

1. 長年、受賞者を親身にサポートされてきて、思い出に残っていることは？

何があっても絶対にスケートだけは欠かさず、やり遂げたこと。
それだけ打ち込めることがあったのは、幸せなことで羨ましくもある。

2. 受賞者のここがすごい！と思うエピソードは？

家族が入院をしている時でもスケートの帰りに見舞い来る、呆れるよりも「あっぱれ」と言うしかない！

3. 受賞者は、“スポーツがある生活”を実践されているが、その秘訣は？

健康であり、周囲の理解やサポートがあったこと。

安井 毅央さん 82歳 群馬県

陸上競技



18th Japan Sport Grand Prix

1. スポーツを長く続ける秘訣は？

マスターズ陸上は、5歳刻みの年齢区分が世界基準でルール化されており生涯現役として取り組める。

2. スポーツとはどんな存在？

目標や課題に向けて同志や仲間達と健康体づくりを励め、大会への参戦が記録の挑戦を兼ねて観光巡りも計画的にできる。

3. スポーツの魅力は？

若手では不可能な陸上競技でのエイジシューターを実現し、日本記録を残したこと。

受賞者のサポーターの声

1. 長年、受賞者を親身にサポートされてきて、思い出に残っていることは？

真剣にトレーニングに励む姿を見続け、一緒に練習出来たこと。
また、M75 300mHで日本記録を樹立した時の勇姿。

2. 受賞者のここがすごい！と思うエピソードは？

2016年にオーストラリアで開催の世界マスターズ陸上競技大会で4種目で世界一になり、国内外の大会において自らの記録に挑み続ける姿。

3. 受賞者は、“スポーツがある生活”を实践されているが、その秘訣は？

陸上仲間との交流をはじめ、陸上を心から楽しみ、トレーニング中の小さな気づきを得る喜びと探求心の強さ。

工藤 昌男さん 88歳 青森県

サッカー



18th Japan Sport Grand Prix

1. スポーツを長く続ける秘訣は？

丈夫に生きてくれた両親に感謝し、「サッカーは永遠の友達」と心に秘めながら「生涯現役」を目指す気持ちを持ったこと。

2. スポーツとはどんな存在？

老後のサッカーを一日でも楽しく永続きするために、元気な年寄りサッカーマンを増やし社会に貢献すること。

3. スポーツの魅力は？

一つのボールを追いながら「走る」「蹴る」「競り合う」そしてゲームをする度に仲間意識も芽生え、新しい風景を見ることが出来ること。

受賞者のサポーターの声

1. 長年、受賞者を親身にサポートされてきて、思い出に残っていることは？

平成30年に75歳以上の全国大会に出場し優勝、80代にしてサッカー人生最後の金メダルを胸に後輩共々美酒をたらふく味わったこと。

2. 受賞者のここがすごい！と思うエピソードは？

一旦プレーを止めてしまえば全てが「ゼロ」になるのに耐えられないと「生涯現役」を宣言し、青森県で初の米寿プレーヤーを達成した執念と生涯現役に対するこだわり。

3. 受賞者は、“スポーツがある生活”を実践されているが、その秘訣は？

試合の前後に柔軟運動やストレッチをしっかりとる他、今でも細やかな注意を払いながらゲームに入っているところ。

武宮 忠彦さん 76歳 神奈川県

馬術



18th Japan Sport Grand Prix

1. スポーツを長く続ける秘訣は？

いつも元気で、健康でいること。

2. スポーツとはどんな存在？

人生そのもの！

3. スポーツの魅力は？

元気でいられるところ。

受賞者のサポーターの声

1. 長年、受賞者を親身にサポートされてきて、思い出に残っていることは？

以前、競技会で落馬をした時に強く馬場に叩きつけられ本人も相当痛みがあったにもかかわらず、怖い思いをして落ち込んでいた馬に「自分も痛いけど馬の心の傷の方がもっと痛いだろう」と馬を一番に心配していた姿。

2. 受賞者のここがすごい！と思うエピソードは？

どんな時でも「馬First」で常に語りかけるなど、馬に対しても対等であり、人の意見も尊重してくれる。

自分の練習や競技の動画を何度も見て研究し、いまだに努力をし続けること。

3. 受賞者は、“スポーツがある生活”を実践されているが、その秘訣は？

乗馬は、動物をパートナーにする特殊なスポーツであり、常にパートナーである馬の気持ちを考え、馬がHappyでいられるように毎日考えていること。

大音 善照さん 85歳 福岡県

剣道



18th Japan Sport Grand Prix

1. スポーツを長く続ける秘訣は？

基本的なことを身につけ、良き指導者の指導を受けること。
スランプ、勝ち負け、記録は自分を磨くプロセスと受けとめ、得意なことを継続して行なえる喜びを味わうことが出来る境地となる。

2. スポーツとはどんな存在？

心身ともに磨き上げてくれる砥石。

3. スポーツの魅力は？

剣道という一分野の中でも万分の一しか知らない自分が、永く続けていけることに魅力を感じる。

受賞者のサポーターの声

1. 長年、受賞者を親身にサポートされてきて、思い出に残っていることは？

稽古から遠ざかっていた時に、「稽古は打とうと思わず、打たれに行くと思えばいつでも開始できる」と励まされ、稽古に通う移動中に技術のみならず人間形成の場となったことに感謝している。

2. 受賞者のここがすごい！と思うエピソードは？

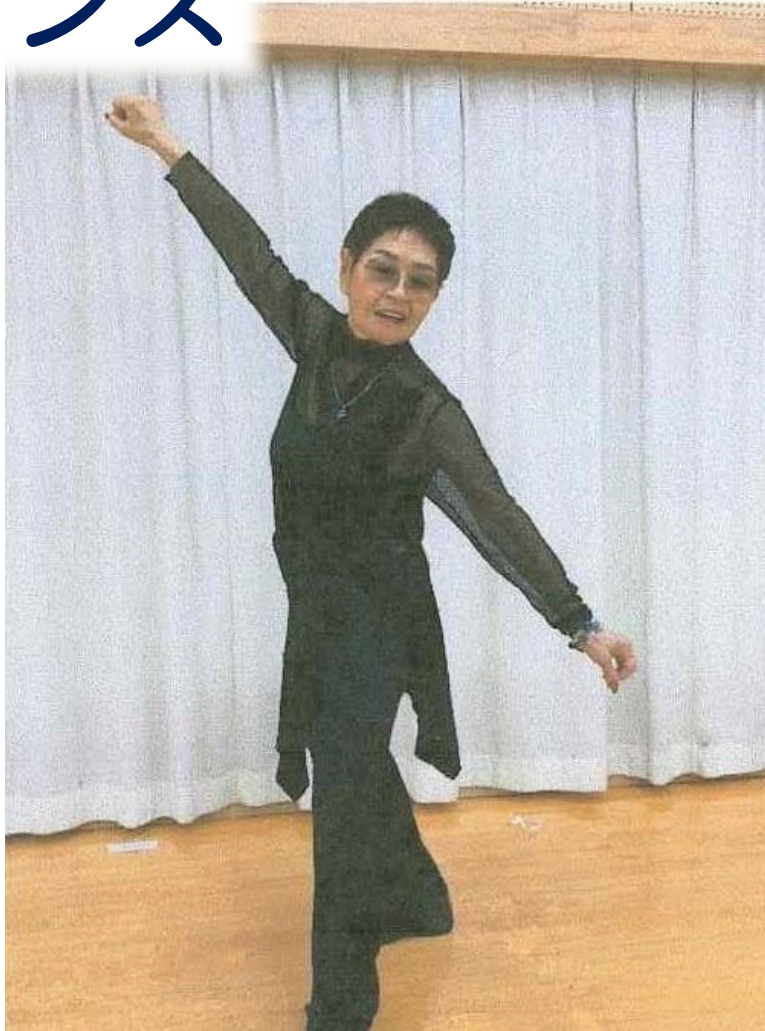
実践される剣道は攻めの剣道で、常に前向きな気持ちと後輩が剣道に馴染みやすくなる様にとの思いから、常に地域剣道会を牽引されている。

3. 受賞者は、“スポーツがある生活”を実践されているが、その秘訣は？

道場での稽古ばかりではなく、相手を気遣い、生活を楽しみ、常日頃の心身のケアがあってこそが秘訣だと思う。

高橋 眞琴さん 86歳 東京都

ダンス



18th Japan Sport Grand Prix

1. スポーツを長く続ける秘訣は？

体を動かすことの快感。体調が良くなり、日常生活がハッピーでいられる等、多くのメリットがあり、特に脳の活性化につながっている。

2. スポーツとはどんな存在？

生きていく上の（健康なからだづくり）根源。喜びと楽しさ。

3. スポーツの魅力は？

自分にとってダンスは音楽とともに体をゆだねて動く事は、気分、体調共に良く、精神的にも身体的にも快適な毎日が過ごせる。

受賞者のサポーターの声

1. 長年、受賞者を親身にサポートされてきて、思い出に残っていることは？

何度か参加したダンスの国際会議のキューバの会議において先生が最高齢のダンサーとして表彰されたことで、世界中の方々が先生を認めてくれたと感じた。

2. 受賞者のここがすごい！と思うエピソードは？

作品作りにかかる情熱と妥協が無いところであり、後進を育てる姿勢。

3. 受賞者は、“スポーツがある生活”を実践されているが、その秘訣は？

地域におけるダンスによる生涯スポーツの在り方を求め続けてこられた、使命感。自身の在り方そのものが「スポーツがある生活」の重要性を象徴している。

鎌田 寛子さん 80歳 愛媛県

ソフトテニス



18th Japan Sport Grand Prix

1. スポーツを長く続ける秘訣は？

良いクラブ、良いペアに恵まれたこと。
家族の理解と協力。

2. スポーツとはどんな存在？

向上心、生きがい。

3. スポーツの魅力は？

目標に向かって練習していて、それが達成できた時。

受賞者のサポーターの声

1. 長年、受賞者を親身にサポートされてきて、思い出に残っていることは？

鎌田さんが2000年に横浜から帰郷し、同じクラブでまたペアを10年近く組んで沢山の試合に参加したこと。

2. 受賞者のここがすごい！と思うエピソードは？

ソフトテニスに対する情熱、モチベーションが高く、目的に対しての努力が人一倍、抜きん出ているところ。

3. 受賞者は、“スポーツがある生活”を実践されているが、その秘訣は？

健康であること（ご家族も含めて）、ご家族の理解があること、練習をする仲間がいること。

堀居 愛子さん 92歳 北海道

水泳・スキー



18th Japan Sport Grand Prix

1. スポーツを長く続ける秘訣は？

楽しく競い刺激しあう仲間が沢山いるプール、また、若いエネルギーをもらいながら泳ぐこと。

2. スポーツとはどんな存在？

日常生活の中でのリズム。

3. スポーツの魅力は？

泳ぐことによって日常使わない筋肉が鍛えられ、自立した生活が出来ること。

受賞者のサポーターの声

1. 長年、受賞者を親身にサポートされてきて、思い出に残っていることは？

90歳を迎えて「90～94歳の部」で日本記録獲得に意欲を燃やし、2022年にその強靱な精神力で、道内外の競技会において5つの日本記録を樹立したこと。

2. 受賞者のここがすごい！と思うエピソードは？

2012年「320-359歳区分4×100mメドレーリレー」で世界記録に挑戦の際、腰痛により永年飛び込みをしていなかったが、意を決し見事な飛び込みを決め、世界記録を樹立した瞬間。

3. 受賞者は、“スポーツがある生活”を実践されているが、その秘訣は？

日々の体調管理が素晴らしいこと。
仲間と競い合うことにより、モチベーションアップを図っていること。

鹿山 まり子さん 73歳 徳島県

ボウリング



18th Japan Sport Grand Prix

1. スポーツを長く続ける秘訣は？

自分に無理なく楽しく過ごすこと。

2. スポーツとはどんな存在？

日常生活の中での一つ。（健康づくり）

3. スポーツの魅力は？

友人が沢山でき、色々な事を学べる。

受賞者のサポーターの声

1. 長年、受賞者を親身にサポートされてきて、思い出に残っていることは？

初めて参加した第55回国民体育大会（とやま国体）にて身体に障害があるにもかかわらず、見事に入賞したこと。
その後の国体、全日本選手権大会等でも活躍している。

2. 受賞者のここがすごい！と思うエピソードは？

今も週4～5回の練習を欠かさないこと。

3. 受賞者は、“スポーツがある生活”を实践されているが、その秘訣は？

ボウリングが好きということ。