

# 第19回日本スポーツグランプリ 受賞者に聞きました！

長年にわ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！！

# 座間 重雄さん 94歳 千葉県

## ゲートボール



19th Japan Sport Grand Prix

### 1. スポーツを長く続ける秘訣は？

無理をせず、楽しんでやること。

### 2. スポーツとはどんな存在？

健康維持と認知症予防。

### 3. スポーツの魅力は？

他の地域の人達と知り合いになり、色々な所に行けること。

### 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？

地元の人達がゲートボールを辞めていく中、他の地域に足を延ばし仲間を増やし活動の場を広げていったところ。

#### 2. 受賞者のここがすごい！と思うエピソードは？

何歳になっても歳だからと諦めることなく競技に取り組み、大会では上位入賞を常に続けることを励みにしている。

#### 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？

健康維持と長生き。

# 清田 明子さん 94歳 熊本県

## 弓道



19th Japan Sport Grand Prix

### 1. スポーツを長く続ける秘訣は？

やる気を煽り好きになること、無心、無欲にして継続する強靱な心にある。

### 2. スポーツとはどんな存在？

元日弓連会長武田豊先生に莫妄想の教えを習い、修練の道と心している。

### 3. スポーツの魅力は？

身体を強健にし、礼、信義、克己、謙謙、大和の精神を弓に学び、人生経路の道標として励む心の格闘に魅力を感じ努めることを喜びとしている。

### 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？

昭和50年茨城潮来国体決勝戦での優勝を決める一本。大観衆が見守る中、ただ一人射場で弓に集中し、見事に的中した時の姿が今も脳裏に焼き付いている。

#### 2. 受賞者のここがすごい！と思うエピソードは？

常に「感謝」の気持ちで一期一会を大切にし、謙虚な姿勢で人と接し、人の喜びを自分の喜びとして受け入れることが出来る場所。

#### 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？

莫妄想の教えを大事に、「中恕」の心を常に持ち続けていること。



# 青野 聖子さん 92歳 神奈川県

## 水泳



### 1. スポーツを長く続ける秘訣は？

好きだから。

### 2. スポーツとはどんな存在？

無くてはならないもの。

### 3. スポーツの魅力は？

上達を目指すところ。

### 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？

「ねんりんピック」に同行した際に、同じスポーツ（水泳）をしているもの同士、初対面でも楽しく過ごせていたこと。

#### 2. 受賞者のここがすごい！と思うエピソードは？

体に痛みがある時でも、真夏や真冬でも「動けなくならないように」と現在も週5日でプールかジムに通っている。

#### 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？

マスターズなどの「大会」という目標があり、リレーに声を掛けてくれた仲間がいること。スポーツクラブで若い先生やスタッフの方と触れ合いを楽しんでいること。

# 牧野 清さん 90歳 京都府

## 少林寺拳法



手前から2人目が牧野清さん

19th Japan Sport Grand Prix

### 1. スポーツを長く続ける秘訣は？

年齢に関係なく楽しみながら多くの友人と交流が出来、自己の向上に励むことが可能なところ。

### 2. スポーツとはどんな存在？

自他共楽の道。

### 3. スポーツの魅力は？

多くの人達との出会いを通じて学ぶこと。

### 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？

第7回全国健康福祉祭、かがわ県大会に出場し、優秀賞を受賞した時。

#### 2. 受賞者のここがすごい！と思うエピソードは？

この年齢になっても今だ自己研鑽している姿。

#### 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？

多くの人達との出会いを常に大切にしていること。

# 高橋 よね子さん 90歳 岐阜県

## バドミントン



### 1. スポーツを長く続ける秘訣は？

どんな仲間とスポーツに取り組んできたか、そのスポーツ（バドミントン）を共に研究してくれる人がいること。

### 2. スポーツとはどんな存在？

悩み事があっても体育館に行きラケットでシャトルを打てば全て忘れさせてくれる。

### 3. スポーツの魅力は？

スポーツは元々遊びから始まったものですが、真剣に遊ぶことで長く続けることが出来、90歳になった今でも真剣に遊んでいるので飽きることなく、まだまだ遊び足りないと感じている。

### 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？

ご主人の海外赴任でケニアに同行された時もラケットを持参し、現地でクラブを立ち上げるなどバドミントンへの情熱と積極的な姿勢。

#### 2. 受賞者のここがすごい！と思うエピソードは？

バドミントン用具の進化に伴い技術を高める努力を続け、最新のテクニックをマスターして指導活動に生かしていること。

#### 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？

無理をしない体調管理によるけがの予防と多くの方から慕われ尊敬される人柄。



# 伊賀 猛さん 88歳 北海道

## サッカー



19th Japan Sport Grand Prix

### 1. スポーツを長く続ける秘訣は？

体調が悪い時は無理をしないで休むことが大切であり、様々なスポーツを若い時に体験し自身にあったスポーツを見つけて好きになること。

### 2. スポーツとはどんな存在？

生きていくための心と身体の維持手段。

### 3. スポーツの魅力は？

心身共に統一して目的に向かうこと。サッカーはチームプレーでもあり、ルールに従うことで成立する。メンバーは自立してゲーム判断を行い勝利に向かうこと。

### 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？

サッカーはもとより人々に手を差し伸べる姿。

#### 2. 受賞者のここがすごい！と思うエピソードは？

2009年に行われた北海道シニアサッカー連盟10周年記念事業での親善試合で相手チームの韓国から「よく走るね！本当に70歳過ぎ？」と驚かれていたこと。年齢を考えてもいまだにスピードは衰えていない。

#### 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？

食生活を含め日頃の健康管理や筋力低下をふせぐ努力を怠らないこと。サッカーを筆頭にゴルフや体操などを日常生活の一部として実践している。

# 菅崎 吉雄さん 86歳 岩手県

## 剣道



19th Japan Sport Grand Prix

### 1. スポーツを長く続ける秘訣は？

スポーツが好きで活動が楽しいこと(意欲)、修行を重ねても奥が深く到達点が見えないこと(挑戦)、家族や仲間、恩師、教え子、地域や場所等環境に恵まれたこと(報恩)

### 2. スポーツとはどんな存在？

剣道は私の人生そのもの、人生を豊かにしてくれたもの。

### 3. スポーツの魅力は？

限りなく人との「わ」(和・輪)が広がり、修練により少しずつでも前に進めること。

### 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？

「範士」受称の際に沢山の方からお祝いの言葉を頂戴している姿を目にし、努力の積み重ねと尽きることない探求心の素晴らしさを感じたこと。

#### 2. 受賞者のここがすごい！と思うエピソードは？

道場で防具を付けない日は年に1日あるかないかで、週6回の稽古では毎日基立ちとなり子どもたちの指導を行っている。

#### 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？

体育教師の経験から健康管理には常に気を使い、良いものは積極的に取り入れ工夫改善しようとする行動力。



# 高橋 安起さん 83歳 宮城県

## 空手道



### 1. スポーツを長く続ける秘訣は？

心身の鍛錬を心掛け「人格完成」を目指し、努力し続けること。

### 2. スポーツとはどんな存在？

スポーツ(空手道)は何事にも代えがたい「宝」である。

### 3. スポーツの魅力は？

「宝」を求め続け大小強弱に拘わらず少しでも「宝」の放つ光を感じられること。「ゆく道に花あり灯有」である。

### 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？

ヨーロッパ(主にドイツ)から2、30名の弟子たちが訪れ地元の団体との合同練習や近隣高校の部活動体験等、BBQの交流会を開き親睦を深める様子。

#### 2. 受賞者のここがすごい！と思うエピソードは？

けがや病気の時でも一度、空手道衣を着て稽古を始めると体調の悪さなど全く感じさせずいつもと変わらない動きで稽古に励んでいる姿。

#### 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？

短時間であっても道場に行き空手道衣に着替え子供たちと一緒に稽古をし、自身が携わった選手の活躍を励みに「やる時は本気でやるという信念、その思いが秘訣となっている。

# 小野 てる子さん 95歳 東京都

## 水泳

### 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？

大会に出場する機会は頻繁ではないが「ここぞ」という時に出場して世界記録を樹立する。  
2023年もコロナ禍で5年ぶりの出場となったが、しっかりと世界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？

何事も自身で納得し、他人に左右されずに突き進むこと。  
交通事故で医師から回復は3か月は無理だと言われていたが、1か月でプールに復帰し、それによりリハビリが助長されるなど意思の強さと実践力には目を見張るものがある。

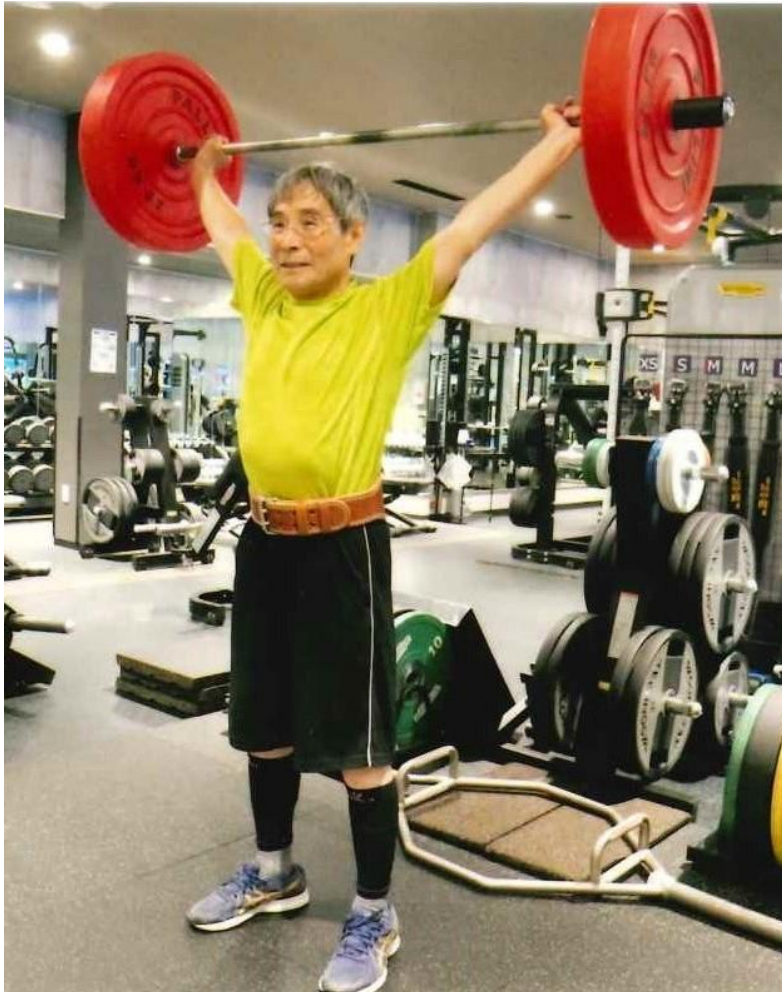
#### 3. 受賞者は、“スポーツがある生活”を実践されているが、その秘訣は？

指導員としても活躍し多くの生徒や仲間と共に水泳をすることが何よりの楽しみであり「とにかく楽しい」の一言に尽きる。



# 鈴木 幸宏さん 76歳 静岡県

## ウェイトリフティング



19th Japan Sport Grand Prix

### 1. スポーツを長く続ける秘訣は？

「継続は力なり」スポーツを中止したら全身の体力が衰弱してしまうと感じスポーツ活動をせずにはられない。

### 2. スポーツとはどんな存在？

スポーツ活動は毎日の3度の食事と同じである。

### 3. スポーツの魅力は？

スポーツ活動に集中している時には雑念が消え無我の境地(別世界)に入ることができる。

### 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？

「世界大会の表彰台上で国歌を聴く時が気持ち良い」と本人が仰っていたこと。

#### 2. 受賞者のここがすごい！と思うエピソードは？

これまでに金メダルを23個も獲得している、まさに鉄人！

#### 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？

トレーニングを毎日継続できる精神力を持っていること。