

With smile

今年の夏はスポーツがいっぱい！号

「スマイルアスリート」
陸上競技 400mハードル

久保倉 里美さん



特集
サマージャンプ大会開催 in 札幌

オリンピック・パラリンピック出場者からのメッセージ

スマイルアスリート

陸上競技 400m ハードル

くばくら さとみ
久保倉 里美さん

自己紹介と最近の活動について

私が陸上競技を始めたのは高校2年生になった時でした。小・中学校の頃はサッカー、水泳、バスケットなど色々なスポーツを経験しました。何か1つ熱中出来る事が欲しいと、訳も分からず飛び込んだ陸上の世界でした。これまで奇跡的な出会いに恵まれ、北京、ロンドン、リオと3回のオリンピックに出場することができました。

ハードなトレーニングで大変な事もたくさんありました。まさに「諦めなければ夢は叶う」ということを実感し、挑戦する事への重要性を感じました。現在はチームのコーチとして後進の育成や陸上競技の楽しさを伝える活動をしています。

大会おもしろエピソード

北京オリンピックで、迷子になった事がありました。用事があって選手村の外に出たのですが、いざタクシーで選手村に帰ろうとタクシーに乗車すると、運転手さんに簡単な英語も一切通じなかったのです。身振り手振りで頑張ったのですが、結局目的の場所にはたどり着く事ができず、降ろされた場所で迷子になりました。

幸い、それほど遠くの場所でもなかったので徒歩で帰宅できましたが、途中でコーチに連絡がつき、再会出来た時は涙が溢れましたね。

日本では考えられない事が海外ではよくありました。そういう経験も含めて、選手としての「たくましさ」につながったと思います。

ボランティアへの思い

どんな大会でもそうですが、選手だけの頑張りでは限界があります。良いパフォーマンスというのは、運営側のスタッフやボランティアの方、サポーターの方など多くの人の支えがあって生まれるものだと思っています。ボランティアの方の一生懸命な姿を見ると、選手の気持ちも自然と高まりますし、会場に一体感が生まれます。そういう目には見えない力も選手のパフォーマンスを後押しするのだと思います。互いに最高の物を作り上げる為に、なくてはならない存在ですので、感謝の気持ちを常に持っています。



過去の成功失敗談について

オリンピックの代表選考会である日本選手権。トレーニングも順調に消化し、大会前に気合いを入れる意味も込めて、気張ってうなぎを食べに行ったんです。それも普段は頼まないような1番値段の張る物を…。そうしたら、緊張していたのもあって、食あたりの様な症状を起こしてしまい、それはそれは大変な目にあいました。

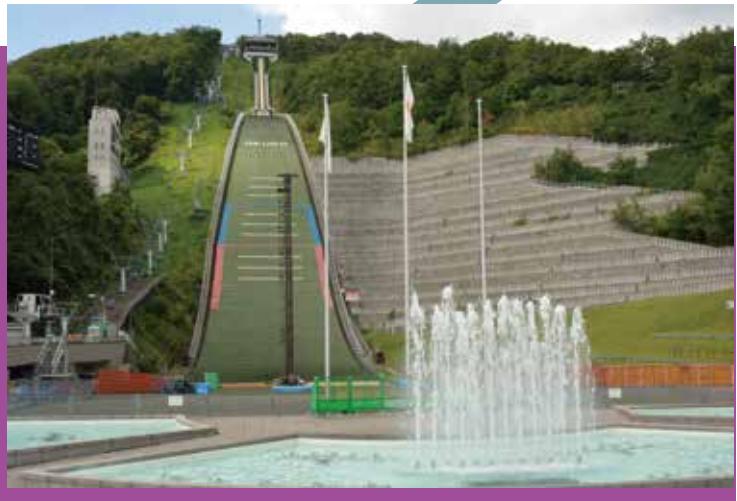
本番の大会は、病院で点滴をしながらも、何とか走りきる事が出来たのですが、危うく4年間のトレーニングが台無しになる所でした。やはり、どんな時でも「普段通り」が1番大切なだと再確認しました。

アスリートからの
挑戦状

100m ハードル（男子 110m ハードル）と 400m ハードルでは、並んでいるハードルの数は同じである。○か × か？

真夏のスキージャンプとイベントを楽しもう！

8/6(土)・7(日) 大倉山ジャンプ競技場にて
サマージャンプ大会が開催されます。
それに併せて、家族みんなで楽しめるスポーツ
体験イベントやキッチンカー＆ビアガーデンも
同時開催！
さらに、この2日間はなんとオリンピックミュ
ジアムの入場も無料になります。



★直径4mの巨大ダーツや室内カーリングなど、全5種類
のスポーツ&スタンプラリー

★焼きそば、ナンドック、かき氷 etc. おいしいフードの
キッチンカーが大集合！各種クラフトビールも楽しめる
特設ビアガーデンがOPEN!

★円山公園駅～大倉山ジャンプ競技場間で無料シャトル
バス運行（円山公園駅発 8:30～12:00頃／大倉山
ジャンプ競技場発 10:30～15:30頃予定）
※会場周辺に駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください。

2022
SAPPORO
HOKKAIDO
JAPAN

北京オリンピック出場選手も出場予定！

見 ジャ ル プ !! を

2022.8.6(土) 公式練習開始 09:00
競技開始 10:00
第23回札幌市長杯大倉山サマージャンプ大会

2022.8.7(日) 公式練習開始 09:00
競技開始 10:00
チャレンジカップ2022大倉山サマージャンプ大会

入場・観戦
無料

EVENT 09:30-14:30 無料

スラックライン
スポーツ体験 &
スタンプラリー!!

バスケットボール

FOOD 09:00-15:30

ピザ
ピックニック
プロアクーリング

キッchenカー
&ビアガーデン

青空麦酒プレゼンツ!
北海道クラフトビールフェスタ

高衛はイメージです

SHOW 8/7回はオリンピアン豪華トークショー!!

抽選50名
◆要予約

原田雅彦
松本遙奈

MC & DJ

MC
DAIKO

DJ
DJ TAMA
SPC FINEST

特別協力 冬季オリンピック・パラリンピック札幌招致期成会

[日時]

①8月6日(土)「第23回札幌市長杯
大倉山サマージャンプ大会」
公式練習開始 9:00 競技開始 10:00
イベント 9:30～14:30
フード 9:00～15:30

②8月7日(日)「チャレンジカップ
2022大倉山サマージャンプ大会」
公式練習開始 9:00 競技開始 10:00
イベント 9:30～14:30
フード 9:00～15:30

[会場]

大倉山ジャンプ競技場

〒064-0958 札幌市中央区宮の森 1274

[お問合せ先]

札幌市長杯サマージャンプ実行委員会

TEL 011-211-3044



ランステ 中島体育センター OPENしました

さっぽろ街 RUN コースを
チェック！



街ナカで気軽にランニングを楽しむためのランステが今年も中島体育センターにオープンしました！仕事帰りや休憩時間、観光や出張の合間など、ランステ中島体育センターを利用すれば手ぶらで&思い立つたらすぐランニングが可能！

ランステ利用者専用ロッカーに荷物を預けて着替えたら、中島公園内や豊平川河川敷など近隣のコースへ行くもよし。上級者なら円山山麓コースで自然や街並み、グルメを楽しみながらランニングするもよし。シャワー時に使えるアメニティ＆フェイスタオルのほか、ランニングにぴったりのシューズやウェアのレンタルもご用意しています。

「ランニングを始めたい。でもランニングウェアを揃えるのは億劫…。」、「仕事帰りにもいつも通り走りたい！」とモヤモヤしている方、ぜひランステ中島体育センターをご利用ください。

〈営業情報〉

令和4年7月9日(土)～11月27日(日)

■ 営業時間／9:00～21:00

(最終受付／20:00、レンタル品の返却／20:45まで)

■ 休館日／毎月第4月曜日

■ 利用料金／お1人様 500円(税込)

■ 利用料金に含まれるもの／専用ロッカー、シャワールーム、更衣室、フェイスタオル、アメニティ(シャンプー・リンス・ボディソープ)

■ レンタル品／シューズ、Tシャツなど
※別途料金がかかります(100円～200円)

■ 住所／札幌市中央区中島公園1番5号

■ 問い合わせ先／中島体育センター 011-530-5906

※事業についてのお問い合わせはSGSCまで

■ アクセス／地下鉄南北線幌平橋出口①から徒歩5分

どうぎんカーリングクラシック 2022 開催！

どうぎんカーリングクラシック 2022 が8月4日(木)より、どうぎんカーリングスタジアムにて開催されます。今年は新型コロナ感染対策防止により無観客での開催となります。試合はYouTubeにてライブ配信されますので、ぜひ皆さんご観覧ください！



どうぎんカーリングクラシック 2022 YouTube ▲



今後のイベント予定

- ◇ どうぎんカーリングクラシック 車いすカーリングスマサポ研修会
- ◇ スポーツ体験イベント in 大倉山サマージャンプ大会
- ◇ 北海道マラソン 2022
- ◇ 第47回札幌マラソン

2022年8月6日(土)・7日(日)開催 〈募集終了〉

2022年8月6日(土)・7日(日)開催 〈募集終了〉

2022年8月28日(日)開催 〈募集終了〉

2022年10月2日(日)開催 〈募集終了〉

※少人数かつ募集期間が短い場合、メール配信のみでご案内しております。なお、応募多数の場合は抽選を行っております。予めご了承ください。

〈アスリートからの挑戦状の答え〉 ○。どの競技でもハードルの数は10台です。