

参加者に訊くシリーズ 4 人目は県内で活躍するトライアスリートにお話を聞きました。今回ご紹介するのは金沢市在住の小林佐（こばやし たく）さんです。小林さんは昨年、珠洲大会の B タイプで 6 位入賞している、水泳経験者のトライアスリートです。これを読めば小林佐さんのすべてがわかる？ といっても過言ではありません。

打倒・コバヤシタク！ を考えている貴方も、速くなるヒントがほしい貴方もこれは必読です。たくさんお話が聞けましたので、前編、後編 2 回に分けて掲載する予定です。

\*\*\*\*\*

参加者に訊く—小林佐さん—（前編）

○どんなスポーツを経験してきましたか？

● 7～12 オスイミングスクール

・嫌々に通っていたため、なかなか進級できずに、何とか 4 泳法は泳げるようになりましたが、目標タイムにはほど遠く、最後はおまけで卒業させてもらいました。

● 中学 高校水泳部

・結局水泳以外何もできそうにないことに気づき、水泳部に入部。

・ずっとスイミングを辞めたいと言っていたのにと両親がとても驚いていました。

・専門種目は中学は背泳ぎ、高校は中距離自由形と個人メドレー。

・練習は真面目にやっていた方だと思いますが、今思うとただがむしやりにメニューをこなしていただけでした。

・大阪府の地区大会ですら、決勝に一度も進んだことはありませんでした。

● 大学 スキー部

・水泳の成長に限界を感じ、スキー滑れたらカッコイイかななんて動機で入部。・先輩から長距離の特性があるとと言われて、クロスカントリーチームに所属となる。

・2 回生の時に、元日本代表の方のレッスンを受けたことをきっかけに急成長。

・当時では珍しい心拍計トレーニングを行っていました。

・4 回生の時に大阪府代表で冬季国体に出場しました。

○なんと、冬季の国体選手だったんですね。Σ(°Д°)水泳、スキーと経験して、今度はなぜトライアスロンをすることになっていったのか、その経緯を教えてください。

トライアスロンを始めようと思ったきっかけは、大学 1 回生の時の大ケガです。バスケットボールの授業前に遊んでいた時、ゴール下でレイアップシュート！ の着地で、他の人の膝が左膝の横から入り、左膝蓋骨(お皿)が左真横に脱臼。膝が真横に…。

○膝が真横に…おそろしい大怪我をしたのですね。膝が横ズレ？ ありえません。(恐)

青春の夏休みは足首から太ももまでのロングギプスに覆われ何もできずに終わりました。そんな何もできない時期に、何かに挑戦したい気持ちが生まれました。

水泳部だったから泳げますし、高校時代に毎日往復 2 6 km 自転車通学をしており、長距離を走るのも好きだから、という思いが始まりです。それから、実際にレースに出るには 1 年かかりました。いつ、どの大会に出る



のか、何を揃える必要があるのか？特に、ロードバイクは持っていなかったのに、一式揃える必要がありました。

○トライアスロンデビューは学生時代だったということですね。

そうです。初めてのレースは平成8年、大学2回生の時の福知山トライアスロンでした。まだ車の免許を持っていなかったのに、輸送して全ての荷物を持って行ったことを覚えています。今考えるとよくやったなと思います。しかし、泳げるとは言っても海で長距離泳げるか不安がありましたから、初レースは自宅の大阪から比較的近いプールスイムの大会を選びました。

○レースの感想はどうでしたか？

辛かったけどずっと楽しかったこと、自分でやると決めて挑戦したことなので、絶対に完走すると心に誓ってレースしていたことを覚えています。レースそのものだけでなく、持ち物を準備したり、交通手段を調べたり、全てが一人旅みたいのようで楽しかったです。

その後、社会人になり、トライアスロンのレースには、参加したり、しばらくブランクがあったりを繰り返し、現在に至ります。頑張りすぎて燃え尽きないように注意しないといけないなと最近は思っています。

【これまでの参加レース】

1996年 大学2回生 福知山トラ・ショート、赤穂トラ・ショート

1997年 大学3回生 福知山トラ・ショート、赤穂トラ・ショート、サンライズ磐田・ミドル

2008年 長崎西海トラ・ショート

2009年 ironman 五島長崎・ロング、長崎西海トラ・ショート、佐賀トラ・ショート

2014年 七尾湾岸トラ 珠洲トラA

2015年 のとじまトラ 珠洲トラA

2016年 若狭高浜トラ 珠洲トラB

\*\*\*\*\*

前編では小林さんのトライアスロンを始めてから今現在までがわかりました。

後編では日々のトレーニングについて、内容や取り組み方を聞いていきます。後編をお楽しみに♪