

人物図鑑

ねむろを愛する
素敵な人たち

水に親しむことが目標への第一歩

根室市温水プール指導員

菅原 すがわら美香 みかさん
(30)

「泳ぐことが大好き。もっと根室の皆さんにも水泳を楽しんでももらいたいですね。」と、市の温水プールで指導員を務める菅原美香さんは、根室の水泳人口を増やしたいと意欲を燃やしています。

菅原さんは、小学校1年生のときに市が開催している「とんぎょ水泳教室」に参加したことをきっかけに、根室スイミングクラブに所属。現在は(財)日本体育協会公認水泳指導員の資格を取得し、幼児から高齢者の方々まで広く指導にあたっています。

「水泳を始めたのは、体力増進のためにと両親が勧めてくれました。いつの間にか競泳の魅力にひかれ、自分の記録を塗り替えることを目標に毎日練習を重ねていました。」一つの目標に向かっていった菅原さんですが、指導員の資格を取得し札幌市の民間プール

に勤めた2年間で、競泳以外にも水泳に対する一人ひとりの思いと目標があることを知ったといいます。

「水泳は0.1秒を競うスピードの世界」「年齢的に水泳なんて無理」と考える方も多いと思いますが、最近では、水に親しみながら楽しく学べるアクアウォーキングやアクアピクスなどが注目を集めています。年齢に関係なく水に親しんでもらうことで、心のリフレッシュや体力維持にもつながり、この一歩が自分の目標を次の段階へと進めるきっかけにもなります。

「子どもたちはいろいろな事業に積極的に参加しますが、大人の方の参加があまり多くありません。ほかの町から来られた方々が、水との楽しみ方を良く知っているようです。ぜひ、多くの根室の方にも参加していただきたいですね。」と、菅原さんは温水プールで行われる事業への参加を呼びかけています。

現在、根室の水泳クラブに所属するのは三百二十人余り。温水プールの年間延べ利用者は約四万八千人となっています。市民一人一スポーツに向けた温水プールの利用を、菅原さんの笑顔が待っています。