

感謝の気持ちをもちながら 日々生活をしていって ほしいなと思います。

陸上競技選手

新谷 仁美 さん

陸上競技（長距離）選手の新谷仁美さんにインタビュー。
現在、世田谷区を拠点にトレーニングをされています。
これまでに会った恩師とのエピソードやオリンピックへの意気込み、子どもたちへのメッセージを語っていただきました。

Profile

岡山県出身。興譲館高校時代は全国高校駅伝1区で3年連続区間賞を獲得。
2012年ロンドン五輪5000m9位、2013年のモスクワ世界陸上10000m5位入賞を果たしたのち2014年に現役引退。会社員生活を経て2018年に現役復帰。
2020年にはハーフマラソンの日本記録、5000m日本歴代2位を樹立。12月の日本選手権にて10000mの日本記録を18年ぶりに更新し、東京五輪日本代表に内定している。



新谷仁美
陸上競技

恩師たちとの出会いと恩返し

一幼少期はどのように過ごされていましたが

小学生の時は、習い事でバトントワリングをやっていたのですが、本当に楽しくて。それ以外にも水泳、サッカー、習字、塾、ピアノにも通っていましたが、体を動かす習い事の方が楽しかったです。

一陸上競技を始めたきっかけはなんですか

中学校の陸上部に兄が在籍していたということもありましたが、当時、シドニー五輪で高橋尚子さんが金メダルを取った映像を観て「私もマラソンで金メダルを取りたい」という気持ちになり、陸上競技にのめりこみました。

中学校3年生の時に一人目の恩師と出会い、本格的な陸上競技の練習を始めましたね。

高校の時に二人目の恩師と出会い、3年間、タイムがうなぎ上りに速くなり、走れば走った分だけ速くなる楽しさがすごくあった3年間だったと思います。

一気持ちの面が競技の結果に影響しますか

気持ちの部分で支えられて成果が出ています。中学校で一人目の恩師に出会えたことで、陸上への本気の思いが陸上競技につながりましたし、高校では二人目の恩師と一緒に日本一を目標に掲げてやってきたことで結果につながりました。

今は、横田コーチが率いるTWOLAPSであったり、世田谷区の方が協力して走れる環境を作ってくれるので、気持ちの部分、人の優しさという部分が私の結果に大きく影響しているのだから。優しさをもたらした分、私は結果で返してきたのかな

て。練習すればするほど結果が出たというよりも、人に協力してもらったり、支えてもらったり、優しくしてもらったことで、成果につながったのだと思います。

一高校卒業後に変化はありましたか

横田コーチとの出会いで、私の中で陸上競技というものが大きく変わりました。

2019年の世界陸上ドーハ大会の試合後、横田コーチと今後について話し合っ、「やはり結果が必要だね」「僕たちだけの自己満足だけの世界じゃ通用しない」ということになりました。まず日本の頂点を、ということを確認したことで、スポンサー、所属先、そして応援して下さる方々に向けてのメッセージを決めることができたのかなと思います。

引退と復帰。目標をもつ幸せ

一度引退され、復帰されましたが、そのときのお気持ちを教えてください

2014年の1月末にかかとのけがを負い、引退しました。その後、一般企業に勤めていたのですが、中途半端な気持ちで出社している後ろめたさがありました。

走ることは嫌いになってしまったのですが、目標を立てて送る生活は幸せなことだと気付いて、陸上競技への復帰を決め、2017年の夏頃、世田谷区を拠点に走るようになりました。

走れるような体ではなかったのですが、競技者だった時の気持ちで速く走ろうとするのですよね。そうしたら恥骨を疲労骨折してしまっ。そのため、2018年の夏に、小さい記録会から復帰という形をとりましたね。

一オリンピックへの意気込みをお聞かせください

五輪は私たちアスリートも、応援してくださる人たちにとっても夢ある場所だと思います。その夢ある場所でやはり一番、頂点をとるのが私の目標でもありますし、現実にさせるために今準備をしています。私はトラック種目の長距離の選手ということで、5000メートルや10000メートルもマラソンと同じような、輝かしい競技だということを実証すべく、五輪ではメダル獲得を目標にして頑張っています。

一最後に子どもたちにメッセージを

私が言うのもなんですが、私はスポーツで走ることは嫌いです。ただ、走ることは私の仕事なので、仕事という責任感のあるものに関しては、情熱は人一倍こだわりをもってしています。そしてこのような活動ができるのは周りの支援、応援があってこそだと思っています。

子どもたちには、自分の好きなことをやるのも大事ですが、「ありがとう」という感謝の気持ちをもちながら日々生活をしてほしいなと思います。そこから自分がやりたいことを繰り返し広げる、見せていくということができれば、みんな応援してくれると思うので、まず自分に対して、人に対して「ありがとう」という感謝の気持ちをもって過ごしてください。

