

ねんりんピック秋田「水泳競技に参加して」



1位賞状



2位賞状

ねんりんピック秋田に水泳競技に参加した大塚安孝さん(82歳)は、80歳以上の50m自由形と25m背泳に出場して、自由形では1位、背泳では2位と好成績を収めました。静岡県の出場選手は2名と少なくなり、競技に参加できなくて残念と言われました。

開会式は秋田県営水泳場で2日間にわたり行われ、地元の高校生が太鼓の演奏で迎えてくれて印象に残ったとの事です。

今回の大会は80歳以上の人は、12人と多かったとの事です。

大会に参加して、大学時代の同級生や知人・他県の選手と交流が出来た事が非常に良かったとの事です。



DSC00114



DSC00116

大塚さんが水泳を始めたのは高校生からで現在まで水泳は続けています。50歳からマスターズの大会に出場し、ねんりんピックは今回で5回以上出場しています。

水泳の魅力は「体の負担が少なく、高齢者に向いていて若さも保たれ良いスポーツです。」との事です。

水泳の練習は近くのスイミングクラブで週三回1500mは泳いでいます。水泳の他にもウォーキングやジムでウエイトトレーニングと肩を悪くしてから、体の柔軟性を付けるため、ストレッチ運動を継続的にしています。

趣味も豊富で一時期カイトボードに夢中になったこともあります。じっとしていることが嫌いで、今でもスキューバダイビング(講師の資格保持)は続けていて沖縄の海へは仲間のグループで良く行くそうで、玄関先にはサング・サザエの見本が飾ってありました。



[DSC00127](#)



[DSC00134](#)

今後の抱負は「体の続く限り永く水泳は続けていきたいし、マスターズの大会や2年後のねんりんピックの選手として出場したい」と82歳とは見えない若々しい顔で決意されました。



[DSCF7902](#)

磐田・周智地区担当生きがい特派員 長谷川久彰