



すこやかさん!



このコーナーでは、健康で元気いっぱい、笑顔いっぱいの素敵な人・素敵な仲間をご紹介します。



試合にのぞむ坪水さん

ソフトボールで健康づくり!

今回ご紹介する「すこやかさん」は、元気ハツラツ広陵町役場の坪水裕子さん。健康の秘訣はソフトボールにあるようです。平成20年6月16日、県レディース大会奈良県予選で“奈良県一位”となり、全国レディース大会に出場という輝かしい成績。“奈良県一”になれた勝因は、チームメイトと支えてくれた家族や職場の皆さんのおかげのようです。今回そんな坪水裕子さんにインタビューしてきました。



まずは、ソフトボールを始められたきっかけを教えてください。

A 小学生の時に、子供会のソフトボールに入ったのが最初ですね。その後、中学でも続け、厳しい練習のなか基礎・礼儀等を学び、高校・一般とソフトボールをしてきました。今のチームに入ったのは、職場異動で体育館に勤務するようになって、体育館の職員や体育協会の役員さんに声を掛けてもらったのがきっかけです。ポジションは主にピッチャー。あとキャッチャーとショート以外はどこでも守れますよ。打順は、その時によって違いますが1番から4番になることは無いです。でも、たまに4番はあるかな?



小学生から現在まで継続できた理由は何ですか?

A やっぱり運動が好きでソフトボールが好きっていうのが一番ですね。それと、楽しい仲間、下は18歳から上は52歳の人たちと一緒に体を動かして話をしたりするのがストレス発散にもなるし、試合の後の宴なんかも継続できた理由だと思います(笑)。結婚後に出産とかで何年か休みましたが、やめようと思った事は一度もありません。



続けてきてよかったことは?

A 長く続けていると、いろんなチームの人と知り合いになるので、試合になると声を掛けてもらったり、おにぎりをもらったりして友達がたくさんできました。それに、中学・高校の先輩や後輩があちこちでプレーしているので、試合になると同窓会というか、懐かしい人たちに会えるので楽しみです。とにかく友達の輪が広がります。あと、ソフトではないですけど、息子が小学・中学の時に、野球部に

入ったときはうれしかったですね。今は私の練習についてきて、色々お手伝ってくれていますよ。



ソフトボールから得たものはなんですか?

A 何にでも耐える根性がついたことかなあ? 仕事場や家でいやなこと、しんどいことがあってもへこたれることなく、頑張ることができるようになった。それと、“まわりをみる”と言うか“状況判断ができる”ようになったと自分では思っていますね。試合の日は、子どもから母親までみんな付いてきて、応援してくれるんですよ。今では、孫も一緒にソフトボールに行くのでいつもにぎやか。家族の支えもすごく大きいですね。仲間がたくさんできたことで、北葛のスポーツ大会などでは、必ず声を掛けられます。



最後にソフトボールで今後の目標を教えてください。

A 来年もう一度レディースの全国大会に出場して、1勝したいです。そして、50歳、60歳になってもソフトボールは続けていきたいですね。

坪水裕子さん、どうもありがとうございました。これからも「すこやかさん」でいてくださいね。

はい、がんばります!



写真中央・賞状を持っているのが坪水さん