

# Oh!Me

MAINICHI  
**新毎日**  
新聞日

この情報紙は「滋賀ガイド」と提携しています  
**滋賀ガイド** www.gaido.jp

vol.207・2月14日号 毎週木曜発行 **4面にプレゼント情報!**

●Oh!Me編集室/株式会社ヤマブラ:近江八幡市桜宮町294 TEL0748-34-8872 FAX0748-32-3909  
●広告/滋賀毎日広告社:大津市打出浜3-16 TEL077-522-2603  
●発行/毎日新聞大阪本社開発宣伝部:大阪市北区梅田3-4-5 発行部数:100,000部



**森上真由美さん**  
(39歳・東近江市在住)

### 素敵な人

昨年10月に下関で行われた「全日本マスターズ陸上競技選手権大会W35(女子35~39歳)クラス、3000mの部」で日本新記録を達成した森上真由美さんが今回の素敵な人。自宅周辺でトレーニング中のところにお邪魔し、お話を伺った。

道府県対抗女子駅伝に滋賀チームのメンバーとして出場するなど、滋賀を代表する選手としても活躍している。



全国都道府県対抗女子駅伝

### 厳しい練習を通して楽しさを発見

森上さんが陸上を始めたのは中学2年生の時。校内のマラソン大会で1000mを走ったところ学年トップでゴール。これを機に、ソフトボール部から陸上部に転部した。厳しい練習の成果もあって県大会に出場できた。また苦業を共にすることで仲間たちとのきずなが深まり走ることが楽しくなったという。高校、大学でも陸上を続け、



家族と共に

社会人になってからは京セラの実業団に所属。95(平成7)年の「阪神淡路大震災復興チャリティー神戸国際陸上競技大会」では、3位にとどまったものの5000m15分38秒39というアトランタオリンピックの標準記録を上回る好タイムを記録した。

### 8年のブランクを経て

96(平成8)年に実業団を引退してからは、出産、育児のために走ることを遠ざかった。しかし、子育てが一段落すると、以前のような陸上の舞台に戻りたい

と感じるようになった。走っていたころのように周りからより多くの刺激を受け、視野を広げたい……そんな思いが強くなったころ、アテネオリンピック(04年開催)で金メダルを獲得した野口みずき選手の姿に感動。野口選手の「走った距離は裏切らない」という言葉に背中を押され、もう一度走ることを決意した。家族も快く賛成してくれて、トレーニングをスタート。はじめのうちは10分間走るのがやっとだったが、徐々にペースがつかめるようになったという。

### 頑張れるのは家族のおかげ

陸上を再開してから毎日練習を欠かさず、月に1、2度はマスターズの練習会にも参加している。「頑張れるのは家族の支えや協力があるのおかげ。結婚しても、子どもが生まれても、自分らしくあり続けることの素晴らしさを伝えられたらうれしい」と森上さん。

家族の話をするときは、優しいお母さんの顔、陸上の話をするときは陸上選手の顔。どちらも充実している様子が伝わってきた。

次の目標はW35クラスで5000mの日本記録を出すこと。そして10月に行われる「スポレク滋賀2008」に参加し、大会を盛り上げていくことだという。これからの活躍を応援したい。(取材・澤井)

# 走り続けたい自分らしく



※マスターズ陸上:生涯、同年代の人と楽しく競技ができるようにと、5歳刻みでクラス分けがされており、自分の体力と人生観に従って競技ができる団体・大会のこと

詳しくは [www.gaido.jp/2071](http://www.gaido.jp/2071)

森上 真由美さん

E-MAIL: thanks@kcd.biglobe.ne.jp

滋賀生活情報紙「Oh!Me」はお近くの毎日新聞販売店からお届けしています。毎日新聞のご購読申し込みは0120-468-012

Oh!Me おすすめ セレクション

## イチ押し情報BOX

フリーダイヤル **0120-154-052**

相談無料

特別労働なんでも相談 2/18月~22金 10:00~19:00

労働なんでも相談

働くあなたの『困った』を解決します。 通常相談は 月~金 10時~16時

秘密 厳守 相談はフリーダイヤルでも直接来館でもOKです。

**連合滋賀** 〒520-0807 大津市松本2丁目10-6 連合福祉会館

教育講演会 & シンポジウム

今、教育に求められているものとは?

とき 2月24日(日) 午前10:00~

ところ コラボしが21 (3階 大会議室)  
◎京阪電車「石場」駅から徒歩3分 ◎JR「膳所」駅から徒歩12分 ◎JR「大津」駅から徒歩20分、バス7分

講師 尾木 直樹さん(教育評論家)

参加無料 どなたでも自由に参加できます。

シンポジウム 午前11:00~12:30

パネラー  
●滋賀県PTA連絡協議会会長 岡田 隆彦さん  
●毎日新聞記者 森田 真潮さん  
●教育総研しが代表 小坂 淑子さん  
●守山北中学校教員 伊藤 満明さん  
■コーディネーター…… 尾木 直樹さん

【主催】滋賀県教職員組合(大津市梅林1-4-15 TEL.077-523-1706)