

祝！世界大会出場

ベンチプレスの日本代表 犬伏隆一選手へ特別インタビュー

1月にベンチプレスの全国大会で優勝し、5月にカザフスタンで行われる世界大会への出場切符を手にした小松島市内在住の高校生、犬伏隆一選手が2月10日、市役所を訪れ、中山市長に出場報告を行いました。その際のインタビューの内容をご紹介します。

―なぜベンチプレスをしようと思ったのか。きっかけを教えてください。

中学生の時にボディビルダーにあこがれてジムに通い始めましたが、その時に見たYouTubeの動画で興味を持ったのがきっかけです。競技中、自分にみんなが注目してくれるのがやがいです。

―この2年間で実力を付けられたとのことですが、どのような練習をされているのか教えてください。

練習は阿南市のジムで毎日6時間ほどしています。

内容はストレッチを30分、ベンチプレスを3時間、フォームチェックを1時間半、補強トレーニングを1時間です。

試合を想定して、1回だけ重たい重量をあげるメニューや、筋力アップのために複数回あげるメニューを組み合わせています。

―ハードな練習だと思いますが、苦しいことはありませんか。

去年の8月、頸椎のヘルニアを患ってしまい、現在も痛み止めを使っています。苦しい時は大会の動画を見て、「自分もこうなりたい」と気持ちを高めています。

―現在は高校2年生ですね。学校生活とスポーツとの両立は大変ではないですか。

学校生活はとても楽しいです。土日も練習でなかなか友達と遊べないのが難点ですが、練習外の時間帯に会ったりしています。



―世界大会に向けて目標はありますか。

世界一を狙いたいです。出るからには勝って帰りたいと思います。

―ありがとうございました。世界大会頑張ってください。

練習の際は自分のスマートフォンで動画を撮り、フォームを入念にチェックするという犬伏選手。世界大会のご健闘をお祈りしています。

小松島市公式ホームページを一部リニューアルしました

小松島市市制施行70周年を機に、市公式ホームページをより使いやすく、わかりやすくなるよう、リニューアルを行いました。

これまで、ホームページを見に来られる皆様の目に留まるようにと、多くの情報をトップページに載せていたことで、かえって分類がわかりづらく、目的の情報が探しづらい一面があるなど、ホームページの見直しが課題となっていました。

そこで皆様のニーズに即し、トップページ内の掲載情報の分類を再整理したほか、ページ画面のデザインを一部変更し、「こまつしま」らしさが伝わるよう、市内の風景等の写真を大きく掲載することとしました。

今後ともホームページの充実に努めてまいりますので、何とぞよろしくお願いいたします。なお、リニューアルにともなうURLの変更はありません。

【お問い合わせ先】 市秘書広報課（市役所3階） ☎32・3802 / FAX33・4560

Mail:hishokouhou@city.komatsushima.i-tokushima.jp

