

## トレマネブロック

D 類養護教育コース 1年 入駒凜さんにインタビューしました！！



### ・入試方法は何でしたか？

推薦入試で入学しました。

### ・受験エピソードあればお願いします！

入試の日の朝に女の子に話しかけられて、その子はC類特別支援志望だったので教室は違ったのですが、それが実は投擲ブロックの石下礼彩ちゃんだったことが最近判明しました！ 同じ陸上部に入ったのも、2人ともそのことを覚えていたのも奇跡です笑

### ・どうして学芸に？ どうして陸上競技部に？

中高ではダンス部に所属していて大学でも続ける予定だったのですが、高校2年生の時に膝の靭帯損傷と膝蓋骨骨折という大きな怪我をしてしまい諦める形となりました。その後自分と同じように怪我をした人を支えたいと思い、大学ではトレーナーの仕事をしたいと思うようになりました。どの部活に入ろうかとインスタを徘徊していた時トレマネブロックのインスタを見つけ、楽しそうだなと思ったのが最初のきっかけです。

### ○1日のスケジュールを教えてください！

0:00

| 睡眠

7:00

| 朝の準備、朝ごはん

8:00

| 通学

9:00

| 授業

12:00

| 昼食

13:00

| 授業

18:00

| 帰宅

19:00

| 夕食

20:00

| 自由時間（課題やったり、テレビ見たり、次の日のお弁当作り）

0:00

### ○1週間のスケジュールを教えてください！

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
オフ	練習(シフト)	全体集合練習	練習(シフト)	オフ	全体集合練習	練習(シフト)

日・火・木の部活はシフト制で月に3~5回ぐらいです。

### ○トネマネのお仕事、やりがい

トレマネは、タイム計測や動画撮影など競技のサポートをするマネージャーとマッサージや怪我した際のテーピングなど選手の身体のケアをするトレーナーに分かれています。大会の時には分かれて活動しますが、普通の練習ではトレーナー・マネージャー関係なくみんなで選手をサポートしていきます。

トレマネをやっている感じる一番のやりがいは選手の笑顔が見れた時です。私はトレーナーとして基本トレーナーステーションにいるのですべての選手の競技を見ることはできませんが、トレストに帰ってきたときの選手のやり切った表情やほかの選手と喜び合っているのを見ると自分もこの場にいられてよかったな、と感じます。競技前の緊張している選手をみんなで「頑張れー！！」と送り出すあの雰囲気やその選手が笑顔で帰ってきたときにみんなで盛り上がる瞬間が本当に大好きで、トレーナーをやっている良かったなと感じます。

### ○文武両道は大変ですか？

トレマネなので「武」の部分に関して言えることは少ないですが、学科と部活の両立は大変だなと感じる時もあります。特に水曜日の集合練習は午前中の授業の疲労も重なって帰るとすぐ寝そうになってしまいます。なので木曜日の課題は火曜日までに終わらせたり、部活のない月曜と金曜に課題をまとめてやったりして水曜日の自分になるべく負荷をかけないようにしています。トレマネは一人いないだけでも忙しさが違うので、頑張りすぎて体調不良なんてことにならないようにできる範囲で勉強やバイトを頑張るのが私なりの文武両道かな、と思います！

### ・学芸大学陸上競技部の魅力！

入部して早七か月ですが学大陸上部には色々な人がいるな、と感じます。色々な意味で色々な人です。小学生から陸上をやっている人、大学から陸上を始めた人、コミュ力お化けな人、とっても人見知りな人、緊張とか全くしない人、緊張しすぎてトレストで固まっている人、色々な人が本当にたくさんいます。色々な人が色々な目標に向かって頑張っている中で大会の時にはチーム力を武器に戦うことができるところが学大陸上部のこ

いい魅力だなと思います。

・最後に一言！

陸上未経験で人と関わるのが苦手な私でも学大陸上部のトレマネとても楽しいです！

ぜひお待ちしております ^^