

春日井の魅力を市内外に発信するため、昨年4月に任命した春日井広報大使。大使自身の魅力を紹介してきたこのコーナー、最終回は北京オリンピックシンクロナイズドスイミング日本代表の松村亜矢子さんです。

北京オリンピック
シンクロナイズドスイミング日本代表
初代かすがい「人・夢創り」文化・スポーツ大使

松村 亜矢子

Matsumura Ayako

●プロフィール

平成17～20年、シンクロナイズドスイミングの日本代表として活躍。世界選手権やワールドカップで数々のメダルを獲得し、北京オリンピックに出場。初代かすがい「人・夢創り」文化・スポーツ大使も務め、4月から中部大学全学共通教育部講師。

とにかく楽しくスポーツや健康づくりを

指導者を目指して大学院へ

昨年は、転機の年となりました。広報大使に就任したこともあります。それまで、中京大学の教務課で5年間、学生の指導をしているうちに、春日井で指導者の道に進みたいと考え、早稲田大学院の健康マネジメントコースに進学し、1年間勉強しました。

高齢社会の中、ウォーキングや体操など健康づくりのための運動は、種類が豊富とはいえなかったのので、シンクロの動きを取り入れつつ、だれでもできる運動プログラムの開発と指導方法を研究しました。

いつまでも、元気で動ける体操を

その1つとして、シンクロの動きを取り入れた「水中運動」の講座を大学院のある所沢市と春日井市で行いました。すると、シンクロの特長である周りの人と動きを合



わせて動くことに楽しみを感じてもらえたようで、受講者たちが自主的に集まって運動するサークルもできました。今後も、気軽に楽しめる運動プログラムを考え、市民の皆さんに広めていきたいと思っています。

大学講師として、大使として

一方で、4月からは中部大学で講師として、大学生に実技も含め一般的な運動の講義を行います。大学生ともなると、クラブ活動をしていない限り、日常的に運動をする機会が減ってしまいます。そのため、若いうちから、運動の楽しさを知ってもらいたいと思っています。また、これまで教えてきた小中学生向けのシンクロ講座も引き続き取り組んでいきます。

広報大使として、トップアスリートを目指す人にも健康づくりを目的としている人にも、とにかく楽しく運動ができるように、これまで学んだことを、春日井から発信していきたいと思っています。