　　第69回長崎がんばらんば国体報告

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　トライアスロン競技

小原　千絵

　4月ずっともやもやしていた心の壁を打ち破ることに成功。娘にもらった勇気と父の一言から3年間甘えていた弱虫の自分にサヨナラすることを決意できた。この日から私の毎日は180度変わり国体出場に向けてのスタート。心が変われば行動が変わる。本気になれる自分に再会できた私は本当に幸せだったと思う。

　ここ数年、指導中ほとんど動かなくなり、キッズたちとのアップでも息が上がり、ジュニア選手たちには全くついていけない程の体力になっていた。元々、極端な性格のため、やるかやらないかの二点の選択のうち、動けないから動かない方向に進み、みるだけコーチとなった。

　選手時代がつがつと一番になるために目標に向かっていた自分は、とにかく甘い自分に負けることが許せなかった。なのに今は仕事、スクール、母親業の忙しいを言い訳に挑戦することを封印していたのかも知れない。ジュニア選手たちに常に話している「人に勝つことよりも自分に負けないレース」をしよう！は、苦しいことから逃げチャレンジしない今の自分が伝えることに違和感を覚えていた。

　決意してからの毎日は少しずつトレーニングを再開。日々動ける自分と出会えることや、さわやかな汗、心地よい疲労感のお蔭で逆にストレスから解放されたようだった。

　トレーニングの強度が上がることで、どうせ今からなんて・・・と戻らない体力や日々出没する弱気な自分にできる！絶対やるんだ！と自分自身を励まし続けた。

　国体では強風、高波のため当日まで開催が危ぶまれていた。地元の皆さん、スタッフの皆さんの熱い想いを痛感していたので、どんな状況でのレースになっても受け入れる気持ちでいた。

　以前の私なら、もうやらないだろうというマイナスな気持ちから心が折れ、レースが行われても自分の心を立て直すことが出来なかったと思う。

　レースは強風のためバイクがなくなり、スイム500ｍ＆ラン5kmのショート？アクアスロンと決まった。どんな状況になろうとスタートラインに立って新しい自分に出会いたいと思っていた私は、レース  
1時間半前に「行います！！」とアナウンスされたことが心底嬉しかった。

　レース中、何度も負けそうになる自分自身の心と戦った。苦しかったレースはあっという間に終わった。ゴールした後、本当に幸せな気持ちになった。大げさって笑われたけど、今まで出場した国内外の大きな大会よりやりきった感でいっぱいになった。

心より、支えていただいた皆さん、応援いただいた皆さんにありがとうと伝えたい。この場をおかりしてお礼を申し上げます。本当にありがとうございました。

　今後はこの貴重な経験を生かして、速い選手より強い選手を育成していけるよう努力無限で精進してまいります。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。