



特集

神栖
ディスカバリー

39

Kamis Discovery vol.39

世界へ挑む、 神栖のアスリート

トライアスロン日本代表 安松青葉選手

©Shugo Takemi

2025年の日本トライアスロン選手権で初優勝した神栖市出身の安松選手(写真)。
9月のアジア競技大会に日本代表として挑む思いと、競技の魅力を聞きました。

今月のおしらせ

9月1日は「防災の日」 P6
秋の集団検診 P8
かみす舞っちゃげ祭り2026 P28

広報かみすが動き出す

アプリをダウンロードし表紙にスマホをかざしてください。詳しくは14ページ



アプリ
[COCOAR]





特集

神栖
ディスカバリー
39

swim
水泳



bike
自転車



run
長距離走



安松選手

スポーツの秋。今回は神栖市出身のトライアスロン選手で、9月に開催されるアジア競技大会に日本代表として選出された安松青葉さんに迫ります。神栖の思い出から競技の魅力、世界を舞台に戦うトップアスリートとしての思いまで、たっぷり語ってもらいました。

世界へ挑む、 神栖のアスリート

トライアスロン日本代表 安松青葉選手

神栖と縁の深いスポーツ

皆さんはトライアスロンにどんなイメージを持っていますか？ 実は神栖市は絶好の練習環境がそろい、合宿がおこなわれたり、日本のトップ選手を輩出したりするなど、意外と縁の深いスポーツです。スイム(水泳)・バイク(自転車)・ラン(長距離走)の3種目を連続しておこなうのととてもハードな競技ですが、初心者でもチャレンジしやすいスプリント(計25・75キロ)から、シヨート(オリンピック、計51・5キロ)、ミドル(計102キロ)、ロング(計225・8キロ)までさまざまな距離のレースがあります。

今回は、日本選手権で優勝し、オリンピック代表の有力候補として注目される安松青葉選手が、合宿地のフランスからリモートで、いろいろな質問に答えてくれました。

※距離は大会によって異なります

練習環境に恵まれて

小学生時代から全国優勝

Q 小学1年生の時にトライアスロンを始めたきっかけと、競技に夢中になった理由は？

小学校に入学する前から、父親と家の周りを走ったり、サイクリングをしたりしていました。その流れで、小学1年生の時に千葉県で開催されたキッズ大会に出場したら、いきなり優勝することができたんです。自分よりも父親の方が乗り気で、二人三脚でトライアスロンに取り組んできました。正直なところ、小・中学生の競技人口は少なく、練習をちょっと頑張れば全国大会で表彰台に上られる状況でした。全国優勝すると、学校の全校集会で表彰されたり、周囲からちややめられたりして(笑)、それがうれしくて続けていた感じです。

Q 神栖市はトライアスロンのトレーニングがしやすい環境ですか？

大会ではプールではなく海、川、湖などで泳ぐので、海が近くにあることは非常に大きな要素です。また、自転車のトレーニングは信号が多いと乗りづらいのですが、神栖市にはリバーサイドサイクリングロードがあり、鹿島臨海工業地帯の辺りでも周回コースを設定できます。ランについても、神之池緑地公園や神栖総合公園など走りやすい公園がたくさんあります。3種目とも練習のしやすい環境がそろっているので、大学

生の時には、私がみんなに声をかけて神栖市で合宿をしました。

トライアスロンの魅力とは？

自分と向き合うスポーツであり、弱い自分に打ち勝った時の達成感が最大の魅力です。だから挑戦したくなるのだと思います。

トップアスリートの日常

Q 一年間の主なスケジュールを教えてください

年間15〜18レースに出場し、3〜11月のシーズン中に、多い時は3週連続とか4週連続で大会があります。合宿は2月、7月、12月の年3回、それぞれ1カ月ずつおこないます。夏場

はよく長野県・湯の丸高原で合宿をしますが、今年はフランスの標高1800メートルの高地で合宿をしています。強い海外選手と一緒に練習をして、海外の練習環境を知ることが目的です。

Q トライアスロン競技の普及にかける思いを教えてください



②



①



③

安松兄妹そろって優勝
世界キッズトライアスロン大会

①毎年開催されていた「波崎トライアスロン大会」の様子(広報かみす2007年10月1日号) ②2006年「オールキッズ・トライアスロン大会」小学3年男子の部で優勝した安松さん ③子どもの頃の安松さんの活躍を紹介した「広報かみす」(2009年10月1日号)

競技について、世の中では、まだあまり知られていません。そこで、コロナ禍で大会が少ない時期にYouTubeを始めました。日本代表や強化指定選手が自ら発信することとは少ないので、競技のことに加え、遠征の様子や海外事情なども交え、少しでも興味を持ってもらえるよう工夫しています。

アジア大会金メダルとオリンピック出場を目指す

Q 2025年の日本トライアスロン選手権で初優勝した時の気持ちと、勝因を教えてください



トライアスロンは、スイム・バイク・ランの3種目を続けておこなう競技。ラテン語の「3」を意味する「トライ」と、「競技」を意味する「アスロン」が語源といわれている

優勝を目指すというより、ライバルである大学の先輩選手に勝ちたいという気持ちが強かったですね。得意とするランで最後まで競り合って、スパート勝負まで持ち込めたことが勝因だと思います。

Q 9月20日・21日に開催されるアジア競技大会への意気込みを聞かせてください

アジア競技大会でメダル第1号の可能性があるのでトライアスロン男子なので、金メダルを取りにいきます。また混合リレー競技もあって、女子選手の強い中国が最大のライバルですが、リレーでも金メダルを狙います。

Q 2028年のロサンゼルスオリンピックへの思いを聞かせてください

前回のパリ大会は、入れ替え候補選手で出場はできませんでした。ロサンゼルス大会に向けた選考レースは、日本選手権優勝、日本ランキング2位という好条件でスタートを切っています。これから実力をどんどん上げて、オリンピックをベストな状態で迎えるための準備をしていきます。

神栖に生まれたから世界で戦う今がある

Q どんな子ども時代を過ごしましたか。神栖市で思い出の場所や、好きな食べ物は何ですか？

外で遊ぶことが多く、ひかり街区公園や母校の横瀬小学校で鬼ごっこや缶蹴りなどをしました。また神之池緑地は、ランの練習や駅伝大会出場などの思い出がたくさんあります。好きな食べ物は、究極のメロンパン。大学の合宿では、チームのみんなに配って食べてもらいました。

Q 神栖市PR大使として、地元への思いを聞かせてください

そもそも神栖で生まれていなかったら、トライアスロンをしていなかったと思います。自分が育ってきた環境、周囲で支えてくれた人たちが地元でお世話になった方々への恩返しという意味でも、トライアスロンで結果を残して、神栖から世界へ挑み、戦っている姿を見せたいと思っています。

皆さんの応援が力に

Q トライアスロン競技の見どころや、観戦を楽しむコツは？



©Shugo Takemi

①



②



③

①第31回日本トライアスロン選手権で優勝
(中央) ②神之池緑地 ③神栖市PR大使
としても活躍中



©Shugo Takemi

2026世界トライアスロン横浜大会では、51.5 kmを走破し、日本勢最高の11位の好成績を収めた

スイムは水しぶきが上がって泳ぐ選手を見つけにくいのですが、水から上がって自転車に向かうトランジションは見どころの一つです。自転車は時速40 km以上で集団が通り過ぎるので、スピードが落ちる折り返し地点がおすすです。選手を一番見やすいのはランで、終盤の苦しいところで名前を呼んで応援していただけると、「ここで負けられない」とポジティブになれます。応援は本当に力になります。

Q 神栖の子どもたちに伝えたいことは？

2023年に母校の横瀬小学校で講演をしたときも、夢を持つ大切さについて話しました。まだ将来の目標が決まっていなくても大丈夫です。いま何か夢中になれることや夢があるなら、それに向かって努力したことは決して無駄になりません。ぜひ夢中になれることを見つけてください。

Q 市民の皆さんへのメッセージをお願いします

トライアスロンを国内で観戦するチャンスはそう多くありません。そんな中、約32年ぶりに日本で開催されるアジア競技大会に、神栖市出身の私が出場します。9月に愛知まで

応援に来ていただけたら、とてもありがたいです。ぜひ、多くの市民の皆さんにトライアスロンを実際に見て、競技を知っていただきたいと思います。

市では秋に気軽にさまざまなスポーツを楽しめるスポーツレクリエーション祭を開催します。皆さんもこの秋、スポーツを通してワクワクする体験をしてみませんか？詳しくは12、13ページをご覧ください。

神栖から世界へ挑む安松選手を応援しよう！

アジア競技大会トライアスロン競技開催

9月20日(日)・21日(月・祝)

開催地 愛知県蒲郡市



神栖ディスカバリーを「カミスマカ」でも楽しめる



YouTube
あ・おばちゃんネル



安松選手の
インスタグラム

