

な か ざ わ あ き こ
中澤昭子さん

チャレンジ武蔵野人
Challenge
 MUSASHINO-JIN

もっと、もっと、上手になりたい。

今年6月中旬にイタリアで開催された世界マスターズ水泳選手権大会。70～74歳部門に出場した中澤昭子さんは初出場にもかかわらず4位と健闘した。2年後にカナダで開かれる大会でのメダルを目指し、練習に励む。



プロフィール

1940年生まれ。72歳。37歳で水泳を始め、40歳で指導員の資格を取得。講師として、武蔵野市内で指導にあたる。その後、43歳で遠泳に目覚め、以降、津軽海峡やドーバー海峡など日本のみならず世界の海を泳ぐ。今年行われた世界マスターズ水泳選手権大会70～74歳部門で4位入賞。



イタリアの海で泳ぐ中澤さんら選手たち



大会の表彰状。次はメダルを目指す。

「先週も初島^{はつしま}から綱代^{あじろ}まで仲間たちと泳いできたんですよ。大自然の中で泳いでいると、ちっぽけな悩みなんかどうでもよくなってしまうんです」。

武蔵野プールでの練習後、中澤さんはにこやかな笑顔で語ってくれた。目的地を目指し、大海原を数時間かけて泳ぐ遠泳。その楽しみは、どこか山歩きの楽しみにも似ている。

中澤さんが遠泳と出会ったのは、43歳のとき。以来、介護ヘルパーとして働かたわら武蔵野プールで水泳指導をし、教えるたちといくつもの海を泳いできた。1985年、45歳でドーバー海峡をリレーで渡ったとき、同じチー

ムで泳いだ仲間にも65歳の女性がいた。

「素敵だなあ、と思いました。私も65歳になっても楽しく泳いでいられたら幸せだなって」。これが、現在の中澤さんの原点となった。

今年6月、イタリア・リッチョーネで開催された世界大会では、オープンウオーター部門の3000メートルの部に出場し、70～74歳の部でみごと4位入賞。

「スタートからゴールまでものすごいバトルで、海を楽しむどころではありませんでした。外国の選手たちはまさに「狩猟民族」という感じ。そのエネルギーに驚きました。」

2年後の大会は、カナダのモントリオールで開催される。

「そこまで健康でいられたらなあ、って思います。私の周りの人たちを見ると、体をいたわって、健康のための健康を目指している感じだけど、私は楽しく泳ぐために健康でいたい。」

武蔵野プールでのトレーニングは、毎日1時間半から2時間行っている。時には5000m近く泳ぐのだそう。また、月に一度、コーチの指導も受けている。

「もっと上手に泳げるようになりたいから。」と笑う中澤さんの笑顔がキラキラと印象的だった。