

野沢南だより

令和5年度 第6号

Nozawaminami Dayori

12月



全国大会出場



今年度も、たくさんの部活動が日々の練習の成果を発揮して、たくさんの素晴らしい成果をあげてくれました。その中でも『全国高校生ボディビル選手権大会』で日本一になった片井蓮仁さんと、『全国高等学校軽音楽コンテスト』に出場を果たした軽音楽部の「ねむり海月」の皆さんにインタビューをしてみました。

質問① 全国大会へ向けて、どのような練習をしましたか？

片井くん

毎日ハードな筋トレをして自分を追い込みました。「昨日の自分を超越する」という強い気持ちで筋トレと減量に励みました。

「ねむり海月」の皆さん

特に特別な練習はしていません。基本的な練習に加え、各々の弱点を無くし、自分たちらしさが生きるように細部までメンバーで話し合い、本番をベストな状態で迎えられるように練習しました。

質問② 一番大変だったことは何ですか？また、それをどのように乗り越えましたか？

片井くん

減量しながら、筋トレと勉強を両立するのが大変でした。私には全国で優勝するという目標があったため、それが原動力となり乗り越えることができました。また、家族や友達、先輩や後輩、ジムの知り合いなどたくさんの方々の支えがあったおかげで乗り越え、優勝することができました。

「ねむり海月」の皆さん

何度も練習していると、上達しているのかがわからなくなってきてしまうことがあるので、そのような時は顧問の先生、部員などに聞いてもらい、変化しているか見てもらいながら納得のいくまで練習しました。

質問③ 中学生へ向けて一言お願いします！

片井くん

どんなにきついことでも最後まであきらめなければたとえ勝てなくても、これから生きていくうえで自分の人生の糧となり、より一層自分を強くしてくれると思います。これから先、たくさんきついことがあると思いますが、お互い頑張りましょう！

「ねむり海月」の皆さん

4人とも、バンドは未経験で入部し、全国という場に立てるまで成長しました。継続あるのみです。たくさん練習して、たくさん自分たちの音楽を楽しんでください。