



# SPORT for Life



～スポーツで人生を謳歌する～

いくつになっても心身ともに健康な生活を送りたいものです。年齢を気にすることなく生涯スポーツに取り組むことで、体調の維持だけでなく、新たな交友関係を築くことができるなど様々な喜び・楽しみがあります。スポーツをこよなく愛し、「人生を豊かに過ごしている」人物をご紹介します。

松林 勝 さん  
藤 めぐみ さん

第2回

2015.09.13

## 年間 35の競技会に参戦！ ハードで豊かなダンスライフ

社交ダンスから発展し、競技会で技術を競う「ダンススポーツ」。様々な国際大会の正式競技に採用されるなど注目度が高まっています。今回は第49回滋賀県ダンススポーツ競技大会（栗東市民体育館）取材し、2つの競技区分で優勝した松林・藤組のお二人にインタビュー、「ダンスのある人生」の魅力を伺いました。

### インターネットで互いを発見

ダンススポーツの競技性に惹かれ、社交ダンスから転向したお二人。松林さんは30年、藤さんは20年のキャリアを持つ実力派で、現在のクラスはスタンダードA級ファイナリスト。出会いは11年前でインターネットのリーダー・パートナー募集サイトがきっかけでした。踊りを合わせてみて意気投合、以来、数々の試合に挑戦し、今では年間35もの競技会に出場している。「すぐく器用で、トライしたいことを全て実現してくれる（藤さん）、性格が明るいから、技術論を聞かせても喧嘩にならない（松林さん）」と、互いを最良のダンスパートナーと認め合っている。

### 毎週試合！だから上手いく

毎週のように試合に参戦する多忙な生活だが、意外にもそれ故に全てがうまく回っている。「練習時間がとれないから、もう試合が練習！」と藤さんが言えば、「試合こそ一番真剣にできる練習」と松林さん。常に目先に試合を置くことでモチベーションを高く保ち、出場し続けることで技術力を維持できる。「ダンスは上を見れば



ばかりがない世界。常に上を目指していく点で、モチベーションは若い頃も今も変わりません」と松林さん。藤さんも上級者の演技を見て研究し、自らのダンスに生かすことに余念がない。

### 日本全国のダンス仲間と交流

全国を転戦する競技生活の楽しみは「日本中にダンス仲間が増えていくこと」とお二人。試合のたびに仲間と触れ合い、毎年主将を務める都道府県対抗戦では団体での交流も深めている。それを支えてくれるのが家族の存在。「主婦の私が競技を続けられるのは夫のおかげ。私がいきいきしているのが一番と、家事と競技の両立を支えてくれる夫に感謝しています」と藤さん。楽しむ心を持ち続けることが「ダンスのある人生」を豊かにする秘訣のようだ。

### お二人に聞く



#### アマチュア世界の魅力は？

藤 プロは出場できる試合に制約がありますが、アマチュアにはなく日本中のダンサーの踊りが見られ、出会うのが魅力です。

松林 どんなアマチュアスポーツも皆さん本業の仕事を持っており、異業種交流できる事も魅力です。

#### ダンスは健康に良い？

藤 試合に出場し続けることで自然に体力がつき、健康を維持できています。

松林 毎週踊っていると太れませんからね。ケガにだけは気を付けて取り組んでいます。

#### 関西ワールドマスターズゲームズ2021に一言

松林 ダンススポーツは幅広い年齢の人が楽しめる競技なので、生涯スポーツにふさわしい種目です。何歳から始めても遅くないので、6年後の出場を目標にダンスを始めたい人が増えれば素晴らしいと思います。