

# 広報せとうち 4 令和3年 月号

絆で創る、魅力あふれる豊かな町づくり | みんなで早寝、早起き、ラジオ体操、朝ごはん！

**Pick up ニュース** — 古仁屋小学校 6 年生が町内の公園用看板を製作！



## まちの人口と世帯 | 住民基本台帳 令和3年2月末

人口 | 合計  
8,815 人 (前月比: +6)

人口 | 男  
4,342 人 (前月比: +4)

人口 | 女  
4,473 人 (前月比: +2)

世帯数 | 合計  
5,239 世帯 (前月比: -6)

今月の表紙 | 古仁屋小6年生、公園名を記した木製看板作成♪

# 瀬戸内町の夢追い人



©KAGOSHIMA UNITED FC

INTERVIEW



FW 蘭田 卓馬 選手  
鹿児島ユナイテッドFC 背番号9



## 環境、他人のせいにならず、常に自分と向き合うことを大切に。

**瀬戸内町**の夢追い人第5弾は、昨年2月に瀬戸内町観光大使に就任したJリーガー蘭田卓馬選手（鹿児島ユナイテッドFC・9番）の密着特集です!! 「コロナ禍の厳しい状況の中、なにか瀬戸内町に貢献できないか」という蘭田選手の本町への想いが今回の特集記事へと繋がりました。昨年12月にはJ3リーグ MVPにも輝いた蘭田選手の好調の理由や、目標達成のヒントなど、夢を追うヒントが見つかるかも! それでは今月の特集をご覧ください! (質問の一部は町内の子供たちからいただいた質問です)

—まず最初に「夢追い人」と題してズバリ、蘭田選手の「夢」はなんですか？

蘭田…小さい頃からの夢であるJ1でプレーすることです。

—昨年12月のJ3リーグ月間 MVPに輝いた蘭田選手。大活躍の要因は何でしょうか？

蘭田…常に「俺がゴールをとる」という強い気持ちを持ち、ゴールをとるためにポジシヨニングを練習中から意識しながらプ

レーしていました。また家族、サポーターなど沢山の方々の応援があったからこそ結果を残すことができました。

—蘭田選手の座右の銘や motto はなんですか？

蘭田…「克己心」です。環境、他人のせいにするのではなく常に自分と向き合うことを大切にしています。己に打ち克つことで成長、結果がでると思っています。

—サッカー選手として蘭田選手の強み、武器は何ですか？

蘭田…どんなことがあっても諦めず継続すること。プレーではワンタッチゴールが僕の強みです。

—昨年12月は、福島UFC戦で2得点、YSSC横浜戦で1得点、ガンバ大阪との戦いで1得点でチームを勝利に導いた蘭田選手ですが、点を取るために試合中に意識していることはありますか？

蘭田…常に相手がどこにいるのか見てゴールがとれるポジシヨニングをとり、ボックス内ではワンタッチシュートをと

意識していました。

—試合で緊張するのですが、対処法はありますか？ (小学5年生・FW)

蘭田…ほどよい緊張感は大切だと思います。過度な緊張をする場合は試合前に音楽を聴いたり、食べ物や動画など自分が好きな事をしてリラックスするのがオススメです。

—人それぞれ違うと思うのですが、色々試してみても自分に合うものやってみると良いと思います。

—試合に出れない日々が続いているのですが、試合に出なくてもモチベーションを維持する秘訣はありますか？

蘭田…目標設定をすることが大事です。目標に向かって自分がやれる事を日々全力で取り組むこと、家族など誰かのために頑張るといった想いを持つことでモチベーションを維持することができると思います。

—練習で何を意識してますか？ 一日の練習量はどのくらいですか？ (小学6年生)

練習で何を意識してますか？ 一日の練習量はどのくらいですか？ (小学6年生)



© KAGOSHIMA UNITED FC



© KAGOSHIMA UNITED FC



昨年2月に観光大使に就任

### 直近のホーム試合日程

- 第3節 3/28 (日) 13:00  
【会場】白波スタ  
【対戦】福島UFC
- 第6節 4/25 (日) 13:00  
【会場】白波スタ  
【対戦】テゲバジャーロ宮崎



古仁屋小にて五領選手とサッカー教室も開いた(2019/1/23)



— 試合でフィジカル負けするのですが、フィジカルを強くするコツはありますか？(小学6年生・MF)

— 練習中から相手に体をぶつけることを心がけることと、手を上手く使ってキープやドリブルなどを意識していました。

— 日頃、サッカー選手として気を付けていることはありますか？

— 私生活もトレーニングなので、日々の食事、睡眠には気を使っています。あとトレーニングが終わった30分以内にエネルギーを補給するように心がけています。

— 食生活で気を付けていることはありますか？(中学2年)

— バランス良く食事をするようにしていますし、最初に食べるものを大切にしています。昼はトレーニングのあとなので

— 最後に菌田選手の今後の抱負を聞かせてください！

— 今年はJ3優勝、2桁得点を目標にしています。成し遂げる為には皆様の応援が不可欠なので、熱い応援をよろしくお願ひします。

— 取材へのご協力、ありがとうございました。今後のご活躍も瀬戸内町から応援しています！

— 豊かな自然はもちろんです。人の温かさや団結力を感じます。古仁屋には兄や大好きなおばあちゃんがいるので、自分の事を応援してくれるので力になっています。コロナが落ち着いたら会いに行きたいです。

— 菌田選手が感じるシマの魅力を教えてください。

— まずはサッカーを楽しむことが大事だと思います。上手くなるという向上心を持ち続けることと、継続力が大事です。

— 菌田選手が思うサッカーが上手くなる秘訣はなんですか？

— まずはサッカーを楽しんで、上手くなる秘訣はなんですか？

— 菌田選手が思うサッカーが上手くなる秘訣はなんですか？

— 菌田選手が思うサッカーが上手くなる秘訣はなんですか？

### Profile : 菌田 卓馬

1993年6月14日生まれ。27歳。瀬戸内町生まれ。霧島市出身。  
鹿児島城西高校→福岡大学→アスルクラロ沼津→徳島ヴォルティス→鹿児島UFC

■身長 175cm ■体重 70kg

■ポジション フォワード(FW)

生まれてから約1年間を瀬戸内町で過ごす。昨年2月に瀬戸内町観光大使に就任。同6月には本町を応援するためのチャリティTシャツの販売など、様々な活動に積極的に尽力される。

昨年12月には、J3リーグ月間MVPを獲得し鹿児島UFCの勝利に大きく貢献している。1児のパパ。





「古豪”古中相撲部”復活を目指して」

## 瀬戸内少年相撲クラブ

SETOUCHI Junior High School sumo club



稽古中は緊張感が漂う”真剣勝負”の場に

**ド**ンっ！と鈍い音が道場内に響く。選手らがぶつかり合う音である。2019年の九州わんぱく相撲大会では、瀬戸内町に久しぶりの優勝旗をもたらしたメンバーが今春、古仁屋中学校に進学する。彼らは口を揃えて言う。「古豪古中復活を目指して。」その合言葉をモチベーションに変え、日々切磋琢磨する瀬戸内少年相撲クラブのメンバーを今月の特集では紹介する。この相撲クラブから将来の大横綱が誕生するかもしれない。そんな期待をせずにはいられないほどに逞しい小さな力士たち、どうぞお見知りおきください！

**夢** 大相撲最高位の横綱になること  
**憧れの力士** 朝青龍(気力、気持ちの強さ、技の豊富さ)  
**座右の銘** 自他共栄。共に協力して強くなっていくこと  
**強み** 押し相撲, 四つ相撲  
**日々の練習内容** 基礎練習, 取組, ぶつかり稽古, トレーニング  
**日頃気を付けていること** 食事の栄養バランス, 睡眠時間の確保, 菓子類を食べないこと  
**中学での目標** 身長を伸ばす, 個人団体で全中2冠  
**家族へメッセージ** 「食事や色々な面でのサポート、水泳の送迎などありがとうございます」  
**抱負** 「全中で優勝するために今後も稽古、体作りに励んでいきます！」



重村 鯉之介  
こうのすけ

# 高森 樹里



じゅり



**夢** 小学6年生で全国1位をとること（一昨年  
全国3位入賞）  
**憧れの力士** 重村鴻之介  
**座右の銘** 叩くなら折れるまで  
**強み** しつこい相撲，粘り強い相撲  
**練習での心がけ** 負けてもいいから必ず全力で  
戦うこと  
**普段工夫していること** 体幹強化のために様々  
なスポーツに挑戦  
**抱負** 「全国1位を絶対に獲ります！」

**夢** 小学6年生で全国優勝すること  
**憧れの力士** 重村鴻之介，豊田倫之亮  
**座右の銘** 塵も積もれば山となる  
（日々の練習や小さな積み重ねでも，優勝など大き  
な成果につながると思うから）  
**強み** 押し相撲，上手投げ  
**練習での心がけ** 基礎の練習，股割を全力で  
**普段工夫していること** 体を大きくするための食事  
**家族へメッセージ** いつも色々な面でのサポートあ  
りがとうございます  
**抱負** 「今年度、全国1位を獲ります！」



# 早瀬 駿太

しゅんた



# 龍山 克真

かつま

**夢** 大相撲力士  
**憧れの力士** 千代の富士  
**強み** スピード，技の豊富さ  
**日々の稽古内容** 筋力トレーニング，コーチとの  
ぶつかり稽古  
**中学での目標** 身長を伸ばす，個人団体で全中2  
冠  
**家族へのメッセージ** いつも美味しいご飯をありが  
とう  
**抱負** 中学でも稽古に励み全中優勝を果たしたい

# 豊田 倫之亮



りんのすけ

■出身 徳之島亀津  
※亀津から大会前には必ず出稽古に来て共に汗を流した  
豊田くんは千葉県の強豪中学校に相撲留学します

**夢** 大相撲に入って歴代No.1の横綱になること  
**憧れの力士** 明生関  
**座右の銘** 「練習ありて自信あり 努力なくして  
栄冠なし」  
**強み** 前へ前へ出る押し相撲  
**練習での心がけ** 右の脇が空く癖を直す  
**気を付けていること** とにかく怪我をしないこと  
**普段工夫していること** 体食事の栄養バランス，  
炭水化物を摂り過ぎないこと，日々の柔軟  
**家族へのメッセージ** 奄美への出稽古に行かせて  
いただいているのでとても感謝しています  
**抱負** 「中学横綱3冠を目指します」