



2021.3.23

日ごとに暖かさもでてきて、桜の季節になってきましたね。東京の桜ももうすぐ、満開との予報です。やっとコロナウイルスも落ち着いてきたように思えますが油断は禁物ですね。

さて、この度健康リーダーに任命されました。  
皆様の健康診断の結果から、高血圧の改善するために足立区の保健師さんのご指導の下、お手伝いさせていただきます。

情報発信もしていきますので皆様楽しみにしてください😊🌸

## 【第104回日本陸上競技選手権大会・室内競技】

3月17日大阪府・大阪城ホールにて、室内日本選手権に出場してきました。

結果は、6本目に跳躍した **13m19** の大会新記録で初優勝することができました！

遅くまで競技のLIVE配信で応援してくださり、ありがとうございました。

本来は2月に行われる予定だった室内競技ですが1カ月延期になり、うまくいかないときも皆様の応援サポートのおかげでここまでくることができました。

13m27の室内日本記録まであと8cmまで迫る記録となりましたが、今回の試合で助走スピードが向上できたことを実感し、さらに向上できると確信したので14m跳ぶことが楽しみになりました。

2021年シーズン初戦となりましたが、ここは通過点だと思っています。

現在のワールドランキングは68位でオリンピック出場権枠32位まであと一息に迫ってきています！



強い意志を持ち、室外シーズンに向けて精進して参ります😊

皆さんをびっくりさせる跳躍ができるよう、しっかり準備してきますので楽しみにしてください！

次戦は5月3日、日本グランプリシリーズ静岡国際グランプリから、シーズンインです！