

夢を追う
みんなへエール

林 かりん

Karin Hayashi

スポーツクライミング・女子スピード種目
日本記録保持者

PROFILE

2005年3月20日、北栄町生まれ。23年世界ユース選手権スピード種目・女子ジュニア(18~19歳)で、日本勢女子として初優勝。23、25年のスピード・ジャパンカップで優勝。自己ベストの7秒18は女子日本記録。鳥取県山岳・スポーツクライミング協会所属。



Q4 現在の目標を教えてください。

最大の目標は、2028年のロサンゼルス五輪に出場することです。その過程として、ワールドカップや世界選手権で表彰台に立ちたいと考えています。日本女子選手で6秒台を出した選手はまだおらず、私とその記録に最初に到達することも目標の一つです。

Q5 夢や目標に向かう高校生にエールをお願いします。

楽しむことが一番です。目標に向かう過程ではしんどいこともあると思いますが、達成したときの喜びを思い浮かべてみてください。夢や目標がまだ見つからない人は、気になることは何でも挑戦してみるといいと思います。私は悩んだときや思い通りにいかずイライラしたときは、そのときの気持ちを紙に書き出しています。思っていることをそのまま書いてみると頭の中が整理され、自分を客観視できます。ぜひ試してみてください。

Q1

スポーツクライミングとの出会いを教えてください。

ボルダーが趣味の父の影響で、小学6年のときに競技を始めました。中学では水泳部に所属しながら本格的に取り組み、卒業後は部活動が盛んな鳥取中央育英高へ進学しました。スピード種目は、高さ15mの壁を登る速さを競います。練習を積んだ分だけタイムが縮まるのが魅力で、競技を始めただけの中学時代には一気に1秒速くなることもありました。

現在は鳥取県を拠点にされていますが利点は何ですか。

Q2

練習拠点である倉吉スポーツクライミングセンターは、自宅から約15分ととても近いのが最大の利点です。他県では練習施設まで片道1時間~1時間半かけて通う選手もあり、鳥取県の練習環境は抜群に恵まれていると感じています。週4~5日の練習ではスピード壁やボルダー壁を登るほか、チューブを使った筋力トレーニングなどにも取り組んでいます。

Q3

高校時代の思い出はありますか。

学業とスポーツの両立はすごく大変でしたが、楽しみながら大きな目標に向かって競技に打ち込んでいました。高校3年のときにはワールドカップに出場し、2024年のパリ五輪を目指しました。卒業後の進路は進学か就職を選ぶのが一般的ですが、私はどちらも選ばず競技を続ける道を選びました。私の考えを理解し、支えてくれた先生に巡り合えたことに、とても感謝しています。

