

50歳からの 資格取得

・キャリアアップ

from ヒューマンアカデミー

今だからこそやりたいことに挑戦！ より豊かな人生に

Vol.1 スポーツカレッジ 健康・生涯スポーツ専攻 1年 阿部涼子さん

ヒューマンホールディングス株式会社の事業子会社で教育事業を展開するヒューマンアカデミー株式会社(本社:東京都新宿区、代表取締役CEO:佐藤 朋也、代表取締役COO:磯村 英孝 以下ヒューマンアカデミー)では、様々なジャンルの講座を開講し、未来のプロフェッショナルを多数輩出しています。最近特に輝いているのが、セカンドライフをより充実したものにするために新しいことに挑戦している団塊世代を中心とした方々。彼らの前向きな姿勢は同じ世代のみならず幅広い世代を勇気づけ、ひたむきにチャレンジする気持ちを思い起こさせてくれます。

ヒューマンアカデミーの講座を受講している方の中から、自分らしく充実した人生を歩むために情熱を持って頑張っている方々をご紹介します。第1回目は、スポーツカレッジ健康・生涯スポーツ専攻1年の阿部涼子さんです。

スポーツカレッジでの授業以外にも、卓球やスイミング、ジョギングを欠かさないと阿部涼子さん。特に卓球はほぼ毎週日曜日、大会に出ているほどの腕前です。やはり学生時代から運動が大の得意だったのでしょうか。



「いえ、それが31歳で出産をした後、太ってしまってジョギングを始めたのがきっかけだったんです。(笑) 走ってみたら気持ちがよくて習慣になりました。その後、膝を故障したのを機にスイミングスクールに通い始めたのですが、『走る』『泳ぐ』ができるようになったので、今度は知り合いの方からトライアスロンのお誘いがあったんです。そして、36歳でトライアスロンをデビューしてみたらなんと女子の部で優勝してしまったんですよ。(笑) 自分では運動能力があると思っていなかったもので、その時初めて心肺能力が高いことがわかって本格的に始めました。トライアスロンは45歳くらいまで続けて最終的にはフルのレース(水泳(スイム)約3.86km、自転車(バイク)約180km、マラソン(ラン)42.195km)にまで出場しました。」

旦那様や友人達と1ヶ月の走行距離を決めて、そのノルマを果たすことを目標に走り続けたそう。しかし、スポーツをするだけでなく、「学ぼう」としたのは…。

「トライアスロンの練習を一緒にしていたグループの会長が、40歳前の若さでレース中に突然亡くなってしまったという、とても悲しい出来事がありました。その時からきちんとスポーツの知識を身に付けたい、深く知りたいたいと思っていました。そして、55歳になった時に『早めに何か新しいものを見つけて再出発したい』と考え、ホームページを見るなどしていると調べて、ヒューマンに入学したんです。定年を前にして退職して学生になることによって、36年間働いてきて初めて自分自身の収入がなくなるのは本当に怖かったです。でも、『エイッ!』と授業料を払った後は、無駄にしたいくないですから迷いなく勉強に取り組んでいます。(笑)」

そんな前向きな阿部さんですが、息子さんと同世代の若いクラスメイト達と一緒に勉強することに気後れしたりしなかったのでしょうか。



「先生や他のクラスメイト達のほうがどう接したらよいのか困ったんじゃないでしょうかね。(笑) 今思えば、確かに私も入学してすぐは若い方とのコミュニケーションに無理をしていたのか、頭痛がしたり、肩がパンパンになったりしていました。でもある日、ゆで過ぎたとうもろこしをクラスに持っていったところ、とても喜ばれまして、それからはお互いスムーズにコミュニケーションが取れるようになりました。栄養が偏っている子にお昼の差し入れをしたりして、今では『ピーマンの肉詰め持ってきて!』なんてリクエストされたりもしていますよ。(笑)」

毎日が楽しくて仕方がないといった表情で語る阿部さん。旦那様もそんな阿部さんのスクールライフの話を書くのをとても楽しみにしているそう。また、それだけでなくいろいろと協力してくれているようですね。

「主人や息子の足を使ってマッサージやテーピングの練習をしています。(笑) 実は入学する前はトレーニングなど実技の授業についていけないのではないかと心配していたのですが、実際はテーピングやマッサージのやり方を覚えるのが一番大変でした。今やっとついていけるようになったところです。でも、できなかったことができるようになる、疑問に思っていたことがわかったりするのには本当に楽しい。運動生理学を学んで、会長がどうして亡くなったのかということも少しわかってきました。」



夢の実現に向けて黙々と努力している阿部さんですが、これから『何か』を始めたい同世代の方々に向けて、第一歩を踏み出す勇気をくれるような力強いメッセージをくれました。

「今も週に2日、トレーニングセンターでアシスタント指導員をしていますが、将来的には卓球を通して高齢者に向けて運動指導していきたいと思っています。そのために『介護予防運動士』の資格試験を先日受験しました。それ

以外にも、日本体育協会主催の『スポーツ指導員』、そして『地域クラブ・アシスタント』の資格も休日を利用して勉強して取得しました。今後は『卓球指導員』の資格を取りたいですね。」

「第2の人生のスタートは今が旬。このお正月に年賀状にスポーツカレッジに入学したことを書いたら、『うらやましい。でも仕事が忙しいから・・・』などいろいろと『何か』を始められない理由を書いた返信をいただきました。私も入学してから肺の手術をしたりしましたが、できない理由をあげたらきりがありません。そのままあっという間に時が経ってしまいます。今ここでチャレンジすることによって、あと10年はキラキラしていられると思いますから。」

ご自分の今後だけでなく、若いクラスメイトの将来も心配するなどとても心優しい阿部さんはトライアスロンをしていたとは想像し難い小柄でチャーミングな女性でした。これからも同世代のリーダー的存在として素敵に輝き続けることでしょう。

----- 阿部涼子さん プロフィール -----

1951年生まれ、56歳。熊本県出身。熊本県内の高校卒業後、会社員として36年間勤務し2007年退職。2007年4月、第2の人生の目標として高齢者向けのトレーナーを目指し、総合学園ヒューマンアカデミー・スポーツカレッジに入学。健康生涯スポーツ専攻(2年制)1年在学中。

ご本人への取材・インタビューが可能です。ご希望の場合は下記連絡先にお問合せください。

◆ 全日制専門校「総合学園ヒューマンアカデミー」 <http://ha.athuman.com/> ◆

総合学園ヒューマンアカデミーは全国14校舎・15カレッジで、ゲームやデザイン、ファッション、医療をはじめ、フィッシング、スノーボード、バスケットボールなど人気の高いアクティブ系のプロを養成するなど、多彩なニーズに柔軟な発想で応えています。現場で生かせる実力を育成するため、現役プロを講師に招聘。また企業と一体となって取り組む企業連携プロジェクトや長期インターンシップ、各種コンペへの参加も積極的に推奨しています。

会社概要

ヒューマンアカデミー株式会社

代表者 : 代表取締役CEO 佐藤 朋也 資本金 : 1億円
代表取締役COO 磯村 英孝 売上高 : 174億3,100万円(2007年3月期)
所在地 : 新宿区西新宿6-6-2 新宿国際ビル5F

このニュースリリースに関するお問い合わせは・・・ヒューマンビジネスサービス(株) 広報:原・田口まで

TEL:(03)3345-4781 FAX:(03)3345-4780 E-mail:kouhou@athuman.com