



かが

2026
令和8年

10月号
第253号

夢に向かって、ペダルをこぐ

上谷 蒼志 さん

第30回

笑う門には福来たるゝ加賀市で青春



中学3年生の時にロードバイクに興味を持ち、ツール・ド・フランス※を見たことをきっかけに自転車競技を始めた上谷 蒼志さん(片山津中学校出身)。その後、練習環境が充実した高校へ進学し、本格的に競技に打ち込み、現在は高校の自転車競技部に所属しながら、国内のさまざまなロードレースに出場

しています。
普段は、持久力を鍛える長時間の走り込みや山での登坂練習、高強度のトレーニングなどに取り組んでいます。筋肉と自転車の動きを考えながら、フォームや力の使い方を工夫し、「どうすればもっと速く走れるか」を日々追求。また、実業団の選手も出場するレベルの高い



レースにも参加し、経験を重ねながら成長につなげています。

レースで大切にしているのは「楽しんで走ること」。スタート前には必ず目標を立て、達成できなければレースを振り返り、「次はどうしたら勝てるか」を考えて次へ生かしています。

競技だけでなく、勉強にも力を入れながら成長を続ける上谷さん。将来は、周りの人から感謝されるような選手になること。そして夢はヨーロッパの舞台でツール・ド・フランスに出場し、個人総合優勝を果たすこと。その大きな夢に向かって、今日もペダルをこぎ続けます。

※ツール・ド・フランス＝フランスで行われる世界最高峰の自転車ロードレース

すくすくキッズ

令和6年
10月生まれ

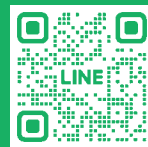


村井 藍奈さん

就学前のお子さん大募集

氏名・生年月を記載し、写真を添付のうえ
citypromotion@city.kaga.lg.jpまでメールでご応募ください!

加賀市公式
LINE
アカウント



1. QRコードで登録

LINEアプリの「友だち追加」より
左のQRコードを読み取る

2. ID検索で登録

@kaga-city
上記IDを入力して検索

あとかぎ

今月号も読んでいただき、ありがとうございます! 暑かった夏も少しずつ終わり、秋のにおいが鼻を抜け、とても気持ちのいい季節になってきましたね! 秋は美味しいものが沢山あります! 中でも私は釣りに行くのが趣味で、秋の味覚といえばアオリイカです! あんなに美味しいイカはこの季節だけ! スーパーにも並んでいます、自分で釣って食べるのが至高です。今年も沢山釣って飽きるほど食べるぞ~! みなさんの秋の味覚は何ですか! 是非教えてください!



■毎月1日発行 ■編集:総務部 企画課
■発行:加賀市 ■所在地:〒922-8622 石川県加賀市大聖寺南町二丁目41
☎(0761)72-7802 FAX(0761)72-1910 ✉citypromotion@city.kaga.lg.jp

