

# BONMARCHÉ

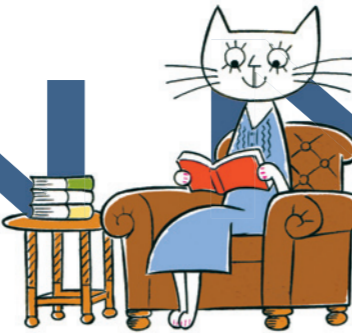
暮らしの今がある、ステキ

情報マーケット

どこよりも早く、旬を身近に感じる「マルシェ」のように。おしゃれや文化にはじまり、気になる暮らしのアレコレを満載。今を楽しめるフレッシュな情報を毎月お届けします。

【ボンマルシェ】のお問い合わせは [bonmarche@asahi.com](mailto:bonmarche@asahi.com) 【ボンマルシェオンライン】<http://www.asahi.com/ad/clients/bonmarche/> 【Facebook】<http://www.facebook.com/asahibonmarche>

illustration by Akira Sorimachi



## Woman's Talk

これから人生の後半戦です。

# 岡崎朋美さん

(元スピードスケート選手)



撮影:酒 忠之/文:道分日出子/ヘアメイク:加藤 圭(竹邑事務所)

### 自分がダメだからこそ、続けたんです

スピードスケート競技で五輪に5回出場した岡崎朋美さん。出産後も挑戦しつづけ、昨年末、42歳で引退を表明した。

「やりきった感はありません。それまでスケートと何か、どっちを取るかの選択が結構あり、いつもスケートを取ってきました。でもいまは娘が一番大事ですし、まだ人生の後半戦があるので、いいかなと思ったんです」

2010年12月に出産後も、1年半の育児休暇を経て、ソチ五輪に挑戦しようと選手生活に戻っている。

「妊婦の体からアスリートの体に戻さねばならず、育児もあり、本当に大変でした。夫と私の両方の母親にサポートしてもらい、家族一丸となって頑張りましたね」

選手生活24年、長野五輪では銅メダル、さらにリレハンメルから20年後のソチまで挑み続けたアスリート人生。なぜそこまで頑張れたのか、そんな話を聞きたいと企業や学校からの講演依頼が多く来ているという。

「ダメな時をいかに我慢できるかなんです。誰でもいい時と悪い時があります。悪い時にいかに我慢できるか、諦めてしまう人が多いのですが、目先にとらわれず、いまは我慢時だと自分に言い聞かせ、ちよとずつ上がっていくのを待ちましょと話しています」

椎間板ヘルニアを克服、その後も日本新を出した岡崎さんだからこそ説得力がある。

「人間って、山あり谷ありがあつてこそ。いいことばかりでは意外とつまらないのかな」なんて言葉もさりと言ふ。が、最も意外で驚いたのは子どもの頃、陸上や球技に比べても、スケートが苦手だったという事実だ。

「スケートは全然うまくならず、その悔しさが核にありました。要是へたくそ。直線は早いけど、カーブになると失速し、三流以下なんです。そこを攻略したいとの気持ちが強かった。自分がダメだからこそ、続けたんです」

### 将来はアスリートにしたいです

引退後、住まいも山梨から東京に移り、生

活環境もガラリと変わった。ソチ五輪には解説者として、テレビの仕事で行った。

「番組を見た娘がママはなぜ滑っていないの?と聞いたそうです。ママは今度はお喋りのお仕事でと説明しました(笑)」

華奢でチャーミング、アスリートの面影はもうほとんどない。現在、娘が幼稚園に行く午前中だけ取材や講演の仕事を受けているが、ママ友たちとも交流、子育て中心の生活だ。

「夫は甘やかすけど、私は締める役。叱る時は目と目を合わせて説明します。夫は心配性で細かい、私は危険でなければ放っておきます。アスリートになるんだしたら、度胸がいるんですよ。将来はアスリートにしたいですね(笑)」と娘の話にはやはり饒舌になる。

一つの道を粘り強く極めたこの人の「人生の後半戦」は、いま始まったばかりだ。

**おかざき・ともみ** 1971年北海道生まれ。小学3年からスケートを始め、90年富士急行入社。94年リレハンメル五輪から2010年バンクーバー五輪まで5回冬季五輪に出場。98年長野五輪で日本女子短距離として初めてのメダル(銅)を獲得。トリノ五輪では日本選手団の正将、バンクーバー五輪では旗手を務めた。07年結婚、10年12月長女出産。13年12月、ソチ五輪選考会で6位に終わり、現役を引退。

### 岡崎さんへ Q&A

#### Q1 いつもバッグに入っているものは?

**A.** いつも小さなバッグしかもたないです。なぜかウェットティッシュは持ちますね。携帯電話を持つ前は財布だけだった。

#### Q2 好きな場所は?

**A.** やっぱり富士山が見える場所。あの下でトレーニングし、世界に行きました。住んでいても木々が多く、私の田舎の景色にも近いです。

#### Q3 好きな花と色は?

**A.** 花はガーベラとひまわり。大きな花が好きなんです。色は暖色系かな。選手時代、ウェアが派手だったので、日常の服装は黒とか茶を着ていましたが、引退後は白系が多いです。

## Medicine

### 肩、腰、ひざなど炎症性の痛みを飲んで早く効く! 佐藤製薬「ルミフェン」

(要指導医薬品)

季節の変わり目で関節痛にお悩みの方、佐藤製薬「ルミフェン」がお勧めです。有効成分「アルミノプロフェン」が炎症を鎮めて、つらい関節痛や腰痛、肩こり痛などの痛みを抑えます。非ステロイド系消炎鎮痛剤の「アルミノプロフェン」は胃への負担が少ないのも特色です。日常生活に支障をきたす疾患である関節痛などに、内服薬「ルミフェン」があなたに合ったセルフケアをご提供します。



【お問い合わせ先】  
佐藤製薬株式会社  
お客様相談窓口  
Tel:03-5412-7393  
「ルミフェン」専用WEBサイト  
<http://www.sato-seiyaku.co.jp/lumifen/>

## E-Books

### 紙の本と同じように楽しめる。紀伊國屋書店の電子書籍Kinoppy

いつでもどこでも読める本、それが電子書籍。特に紀伊國屋の電子書籍Kinoppyは、PC、スマホ、タブレットなど様々な端末に対応でき、一度購入すれば、端末を替えても読めるのでとても便利。ぜひ試して楽しんでください。

- ページめくりのスタイルも豊富で選択可能。
- 複数本棚で快適に蔵書管理。
- 紙の本同様、店舗共通のKinokuniya Pointが貯まって使えます。
- 支払いもクレジットカードのほか、キャリア決済、電子マネーにも対応。



紀伊國屋書店電子書籍アプリ  
**Kinoppy**

<http://k-kinoppy.jp/>

### bonbonが行く! 25

#### イタリア・フィレンツェからボンジョーロ!

bonbonです。夏休みにイタリアトスカーナ地方を巡ってきました! 今回の旅は「地元生活を体験したい」がサブテーマ。フィレンツェの中央市場が面白かった。2階は24時まで営業のおしゃれなナイトイン。窯焼きピザ、パスタ、ワイン専門店……街の老若男女が夜な夜な集い、ワタシも地元の人々の気分で楽しめました。農家が運営する宿にも滞在、目の前にりんご、洋なし、イチジク、ブドウ畑……。彼方のオリーブの山々や夕日を眺め、田舎生活を少し体験。次回はもっと本格的なアグリツーリズムで農業体験にチャレンジしてみたいなあ。



### ライクラ®ファイバーだから体の動きを妨げない

ライクラ®ファイバーは伸縮性に富んだ合成繊維です。優れたストレッチ性と回復力で、どんな体の動きにもフィットして、しかもシワになりにくいのが特長です。さまざまなファブリックや衣類に採用されていますが、くに機能性が求められるスポーツウェアには欠かすことのできない繊維です。着心地の良さに加えて、形くずれしにくいのも大きな魅力です。

ハイキングに、  
タウンのウォーキングに!



## 秋はアクティブ&おしゃれに始まる ライクラ®ファイバー製 パンツで軽快にスポーツ!

爽やかな秋風が吹き始めると、俄然、元気に体を動かしたくなる。

その際、もちろんスポーツウェアのおしゃれも忘れない。だから、選ぶのはライクラ®ファイバー!

撮影:柳 大輔/スタイリスト:齊藤伸子/ヘアメイク:磯部哲也/モデル:角之倉未来、望月芹名

ラクなほき心地と美しいシルエットを実現!  
大人の女性たちが、スポーツウェアを選ぶ際の条件はなんなのでしょう? ファッション性はもちろんですが、大きな決め手となるのは快適な着心地と動きやすさです。おしゃれながら少しくらい窮屈でも、ウォールが美しければそれでよし、となりますが、スポーツウェアはそうはいきません。たとえばゴルフなら体の動きを妨げられるとスコアに影響します。ハイキングやウォーキングも窮屈なウェアだと余計に疲れます。選ぶ基準は、体にはよいフィット感とラクなほき心地の両立、そしてタウンユースにもなるおしゃれなシルエット。こんな欲張りな条件にぴったりなのがライクラ®ファイバー製のパンツです。ぜひ、店頭で実際に試着して実感してみてください。

### Foxtire フォックスファイヤー

多彩なシーンに。ロングセラーパンツの信頼感はずが! 長時間に及ぶハイキングやウォーキングに適したウェアを選ぶなら、支持者の多いロングセラー商品からチョイスするのが賢い方法です。おしゃれ感と快適性を兼ね備えたアウトドアウェアで人気の「フォックスファイヤー」の「フィッティ イージーパンツ」は発売から3年目になる人気シリーズ。ライクラ®ファイバーの優れた伸縮性と、コットン調のナチュラルな風合いで、ほき心地抜群のイージーパンツです。コーディネート次第でタウンでもはけるのもロングセラーの理由です。

「フォックスファイヤー」商品、お取り扱い店舗に関するお問い合わせは  
ティムコ tel03-5600-0121 [www.foxtire.jp](http://www.foxtire.jp)

### adabat アダバット

スリムなトレンドシルエット、でも体を締めつけない!  
上質を知る大人のためにスタイリッシュなゴルフウェアをクリエイトするブランド「アダバット」が今シーズン、大人の女性たちに提案するゴルフウェアのテーマは「Premium Links Style」。一日の間に四季を感じる表現される、海岸近くのゴルフコースを意味するリンクスからイメージした。難コースも高品質・高機能のウェアで楽々クリア! とくに今シーズン一押しは、ライクラ®ファイバーの抜群の伸縮性でどんな動きでもフィットするすっきりとした細身シルエットが特長。撥水性もあって、多少の雨でも対応できる頼れるパンツです。

「アダバット」商品、お取り扱い店舗に関するお問い合わせは  
ワールドインフォメーションセンター  
tel03-6324-2642 <http://www.world.co.jp/adabat/>

### LYCRA × BON MARCHÉ LYCRA® fiber Story vol.14 【パンツ編】

ゴルフに最適!



黒×白のスタイリッシュなコーディネートが似合うスリムシルエットは、タウンユースにも使える、トレンド感あふれるシルエット。パンツ¥23,000、インナー¥16,000、ダウンベスト¥27,000、バイザー¥6,900、シューズ¥17,000  
※価格はすべて税抜きです。

**information**

2014年秋 ライクラ®ファイバーコレクション&試着キャンペーン!  
この機会にぜひ、店頭でお試しを!

2014年9月23日(火・祝)~10月7日(火)  
小田急百貨店新宿店ハルクスポーツ  
東京都新宿区西新宿1-1-3  
tel03-3342-1111(大代表)

小田急百貨店町田店  
3階=スポーツウエア売場  
東京都町田市原町田6-12-20  
tel042-727-1111(大代表)  
※町田店ではアダバットのお取り扱いはありません。

2014年9月24日(水)~10月7日(火)  
阪急百貨店うめだ本店  
「インクススポーツ」  
大阪府大阪市北区角田町8-7  
tel06-6361-1381

ライクラ®ファイバー使用商品をお買い上げのお客様には、ライクラ®ファイバー使用タオルをプレゼント!

東レ・オベロンテックス株式会社  
<http://www.toray-opt.co.jp/>

\*ライクラ®(LYCRA®)はインビスタ社の商標です。

フィッティ イージーパンツ ¥9,500、  
トランスウェストスリムスハイネック ¥5,400、サーモライトチェックシャツ ¥12,800、スライパーベスト ¥13,800、グランドダウンベスト ¥17,000、ネップヤーンニットフチ ¥4,900、NEO-CHIC デイックミディアム ¥12,000  
※価格はすべて税抜きです。