

千歳発！新進気鋭のレーシングドライバー

「先頭に立てば、そのままトップでゴールする自信はあります」

課題はバトル

「5歳からF1ドライバーになる夢を持っていました。お父さんと一緒にテレビでF1を見て、自分も乗ってみたいと思って」
当時、小学校に入学したらカートの乗る約束を父としていた朋也さん。迎えた入学式当日、家に帰るなり「約束通り、カートに乗せて」と申し出た。

F1ドライバーへの夢

以来、南幌町のカートコースを拠点に、父と二人で練習に明け暮れる日々が始まった。
「怖いとかそういう気持ちは一切なく、車に乗っている感動の方が勝っていました」
やがて地元のレーシングチーム「スカラ」に加入し、ドライバーとして本格的に始動した。



レーシングチームスカラ所属
向陽台中学校1年
和田朋也さん

小1からカートを始め、昨年プロレーサーの登竜門「FS-125/X30」クラスに参入。ヤマハのドライバー育成プログラム「Formula Blue」のスカラシップドライバーに選出され、夢であるF1ドライバーへの道をまい進中。



鈴鹿選手権シリーズでの劇的な逆転勝利

一方、今後の課題は相手マシンとのバトルだという。
「チームから『あとはバトルだけ』と言われていて、そのために自信をもっと持て、判断力を磨げとアドバイスをもらっています」
朋也さんは、これまでに戦ったレースで印象的だったものに、優勝した昨年の「鈴鹿選手権シリーズ第3戦」を挙げる。
「5番手スタートから徐々に追いつけて、ファイナルラップで三つ巴になりました。最終コーナーで前の2台がバトルして外に流れたところをインから追い抜き、勝利しました」

トヨタの育成ドライバーが次のステップ

冬に走れない北海道勢として、本州のドライバーと互角に戦い続けたことで、ヤマハの関係者から「フォーミュラブルーを目指してみないか」と誘いがあったという。そのためには結果が求められるところ、鈴鹿選手権シリーズ第3戦で勝利し、チーム入りが現実味を帯びてきた。昨年12月にメンバー募集があり、面接を経てチームに加入した。

今年からはフォーミュラブルーの一員として、全国のレースを転戦する。ここで実績を積み、次のステップであるトヨタの育成ドライバーへの道が開けてくる。
「高1になる」再来年には、トヨタの育成ドライバーとしてフォーミュラデビューを目指します」
高1でカートからフォーミュラにステップアップするためには、限定Aライセンスを取得する必要があり、ライセンスの交付条件は、全日本選手権の年間総合順位6位以内に入るからだ。
「まずはシリーズチャンピオン。さらに年間を通じて結果を出し続け、ライセンスを取得し、育成ドライバーに選ばれたいです」
そう力を込めて語ってくれた。

先生、教えて！



肥満について (2)

本当の原因は炭水化物のとりすぎ



市立千歳市民病院 内科 濱田 邦夫

人類が狩猟で生きていた頃、獲物が無い時には体の脂肪をエネルギーに変えて飢えをしのぎました。木の実などの炭水化物は消化されてブドウ糖というエネルギー源になりますが、この時代にはたまにしか手に入りません。
一方、もうひとつのエネルギー源である脂肪はインスリンを分泌させません。エネルギーの比率を炭水化物から脂肪へシフトさせると、インスリンの分泌が少なくなるので体脂肪は増えず、脂肪が燃やされ、肥満の原因は脂肪ではなく炭水化物のとりすぎなのです。

常的に食べるようになる、インスリンは日々脂肪を作り続け、飽食の時代には肥満をひきおこすようになります。
一方、もうひとつのエネルギー源である脂肪はインスリンを分泌させません。エネルギーの比率を炭水化物から脂肪へシフトさせると、インスリンの分泌が少なくなるので体脂肪は増えず、脂肪が燃やされ、肥満の原因は脂肪ではなく炭水化物のとりすぎなのです。

そんな炭水化物にありつくと、インスリンが分泌してこんな働きをします。ブドウ糖を優先的にエネルギーとして使う、体脂肪は使わずに温存する、使い残したブドウ糖を脂肪に変えて蓄える。臨時収入（炭水化物を先に使って貯蓄（体脂肪）をしっかりと守っているのです。おかげで人類は何十万年もの過酷な環境を生き延びられました。

やがて人類が農耕を始め、穀物（炭水化物）を日暮らししよう。
「まず、食欲減退薬による肥満治療が脚光を浴びていますが、食事の改善なしでは一生薬から抜け出せません。お腹が出てきたなあ、肥満気味だなあと思ったら、迷わず炭水化物を減らしましょう。」