

吉田沙保里

Saori Yoshida VOL.31



自分の体も車もメンテナンスが大切

レスリング選手として国内外の大会で勝利を重ね続けた吉田沙保里さん。国民栄誉賞を受賞するなど、国民的なスターとして広く知られています。現役引退後もマルチに活躍を続ける吉田さんに、車にまつわるエピソードなどを伺いました。



毎日新聞

2021 年 秋号

●発行／
一般社団法人 大阪府自動車整備振興会
〒559-8511
大阪市住之江区南港東3-5-6
TEL:06-6613-1191
毎日新聞社大阪事業本部
〒530-8251
大阪市北区梅田3-4-5
TEL:06-6346-8352

contents

- 1 インタビュー
元レスリング選手
吉田沙保里さん
- 2 知っておきたい車検費用の中身
かんたんマイカー点検
車内清掃のススメ
- 3 緊急マニュアル
交差点での事故にご用心
- 4 大阪アウトドアおすすめスポット
クイズ&プレゼント
フェイスブック「てんけんくん
おおさか」

今号のプレゼント

3名様 犬鳴豚しゃぶしゃぶ
セット(1kg)



その他にもいろいろ！
詳しくは4面を見てね！

れるようになりまし。

大ケガをしないイメー
ジがありますが、どのよ
うな対策をしてみましたか？

吉田 この動きを無理にす
るとまずい、これ以上むち
やしたら取り返しがつかな
い、と感覚的に分かるん
です。熱くなっている、ど
こか冷静な自分がいます。

もちろん、無理が必要な場
合もあります。それが原
因でケガをしてしまつては
意味がないですからね。自
分の経験から得た直感を信
じていることが、ケガの予防に
つながったと思います。

世界大会16連覇、個人戦
206連勝という偉大な
記録をお持ちですが、プレッ
シャーに打ち勝つ方法は？

吉田 日々の練習をしつ
かりして自信を付けること
です。そのためには普段から
試合と同じ緊張感を持つて
練習する必要があります。
それでも試合直前の緊張は
拭い去れません。そんな時
は「相手と同じように緊張
している」と考えるようにし
ていました。自分だけじゃ
ないと思うと、少しだけ気
が楽になりました。

「最強」と呼ばれた吉
田さん、引退後は怖い
ものなしでしょう？

吉田 そんなことないで

す！慣れないことはやっ
ぱり難しいです。特に生放
送の前はいつも緊張してい
ます。「勝つか負けるか」の
世界とはまた違いますが、
事前の打ち合わせやリハー
サルは欠かせません。準備
を万全にしています。周りの
共演者の皆さんに助けてい
ただくケースもあります。

現在の活動を通じて一
番伝えたいことは？

吉田 応援してくださるフ
ァンの皆さんが、私が頑張
る姿を見て、少しでも元気
になってくれたらいいなと
思っています。SNSを通
して皆さんから明るいメッ
セージが届いた時はとても
うれしいです。

車の点検・整備はどのよ
うにされていますか？

吉田 定期点検の時期にな
ると整備工場から連絡が来
ます。その時に欠かさず点
検・整備を受けるように心掛
けています。しっかりと整
備された車なら安心して運
転できますからね。大会に
備えるように、常に車もコ
ンディションを整えるのが
大事です。

PROFILE

吉田沙保里【よしださおり】

1982年三重県生まれ。3歳でレスリングを始め、2000年、2001年の世界ジュニア選手権を2連覇。2002年にはジャパングイーンズカップ、アジア大会、世界選手権、全日本選手権の55キロ級全てで優勝を果たした。アテネ、北京、ロンドンと3大会連続で五輪金メダリストになり、2016年のリオ五輪では銀メダルを獲得。2019年に現役を引退後はテレビ、CM、イベントなどマルチに活躍を続けている。https://yoshidasaori.jp/

安心の目印。

ドライブ前の
安心チェックや車検は、
お近くの黄色い看板の認証工場に
お任せください。

大阪府自動車整備振興会会員の認証工場では車検・定期点検・一般整備のほか、
●新車・中古車販売 ●部品用品取付販売 ●オイル交換
●板金塗装 ●自動車保険 など取り扱っています。

てんけんくん大阪

検索

(一社)大阪府自動車整備振興会
TEL06-6613-1191



読者にメッセージをお
願いします
吉田 体をケアする上で、
私は睡眠をとることも大事に
しています。睡眠時間が不足
すると集中力が落ちます
し、免疫力も落ちると言わ
れています。読者の皆さん
も体をいたわって、しっか
り睡眠を取ってほしいです
ね。そして、車も人間と同
じで、お手入れをしないと
壊れてしまいます。自分の
体と同じ気持ちでマイカー
を大切にしてください。

大阪アウトドア おすすめスポット



① 尾崎農園(箕面市)
豊かな自然の中にある農園でサツマイモとサトイモの収穫体験が楽しめ、秋の味覚を満喫するにはうってつけ。その他の野菜の収穫も体験できます。サツマイモ掘り大人2株600円ほか。10:00~16:00。不定休。
☎090-8930-7954



③ 舞洲バーベキューパーク(大阪市)
舞洲で唯一、サイトに車の横付けができる日帰りキャンプ&BBQ場。広大な敷地に広がる開放的な芝生のフィールドで思いっきりBBQを楽しめます。基本料金2,200円ほか。10:00~17:00。無休。
☎06-6147-5858



④ 堺・緑のミュージアム ハーベストの丘(堺市)
動物たちとふれあったり、エサをあげたりできる体験型農場公園。アスレチックやゴーカートなど、大人も楽しめるアトラクションがたくさん。入園料大人1,000円ほか。10:00~17:00。定休日6・7・12~2月の水曜日(夏休み・冬休みを除く)。
☎072-296-9911

⑨ とっとパーク小島(泉南郡)

関西国際空港二期事業の土砂積み出し桟橋をリニューアルした海釣り公園。救命ボートや水洗トイレ完備で、女性やお子さんでも快適かつ安心して釣りができます。基本料金大人1,500円ほか。3月~11月6:00~20:00、12月~2月7:00~18:00。定休日金曜。
☎072-447-5126

② 高槻しいたけセンター(高槻市)

年間を通してしいたけ狩りができ、隣接しているバーベキューテラスでは採れたてのしいたけや、国産黒毛和牛やジビエ肉も味わえます。入園無料。平日10:00~15:00。土日祝10:00~16:00。定休日月・火曜。
☎072-688-9359



⑤ ワールド牧場(河南町)

人と自然と動物たちとの心のふれあいをコンセプトにした大型観光牧場です。天然温泉や宿泊施設も。入園料大人1,600円ほか。11/4まで10:00~17:30、11/5~2/28まで10:00~17:00。定休日火曜(春休み・夏休み期間は無休)。
☎0721-93-6655



⑥ 観光農園 南楽園(堺市)

みかん・なし・ぶどう・サツマイモ・ジャガイモ・すもも・いちごなど、季節に合わせてさまざまな味覚狩りを楽しめる観光農園。入園料大人300円ほか。10:00~16:00。定休日火曜。
☎072-298-5037



⑦ 千早川マス釣り場(千早赤阪村)

四季折々の自然を体感しながら釣りを楽しめるスポットです。釣り方や人数に合わせて四つの釣りが整備され、初心者から経験者まで楽しめます。利用料金1日3,900円ほか。8:30~17:00。無休。
☎0721-74-0116

⑧ 日本観光旅館 みな美亭

犬鳴川のそばに建ち、豊かな自然に抱かれた観光旅館。渓流の水の音に耳を傾けながら浸かる露天風呂は情緒たっぷりです。紅葉や渓谷美で知られる犬鳴山を満喫したあとに心安らぐひとときを過ごすにはぴったり。日帰り温泉入浴大人950円ほか。日帰り温泉利用時間11:00~20:00。宿泊予約・問い合わせ ☎0120-12-3731。



おすすめ特産品



犬鳴豚

南大阪で唯一のブランド豚として知られ、豚に与える飼料の9割以上を小麦類(パン、うどん、麺生地他)を中心とした自家配合飼料とすることで生み出される、あっさりとして甘みのある味わいが特徴です。生産者直営の「犬鳴豚本店」のほか、通信販売でもお買い求めいただけます。犬鳴豚本店 営業時間10:00~17:00。定休日火・水・木曜。
☎072-458-8050

クイズ&プレゼント

1面に登場しているのは

○ ○ ○ ○ ○ さん

締め切りは11月30日(火)。当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。
※賞品提供先からご案内を差し上げる場合があります。ご了承の上ご応募ください。

プレゼント
応募フォームは
こちら

パソコンからのご応募
はこちら》》》 <https://jsosaka-cp.com/seibishinbun31/>



3
名様

犬鳴豚しゃぶしゃぶ
セット(1kg)



ロース、肩ロース、バラをセットで
※当選後発送は2月上旬を予定しています

10
名様

てんけんくん・
つなぎちゃんグッズ
詰め合わせ



ペーパークラフト貯金箱・ボールペン・
ペットボトルホルダー・パスル・絆創膏・
ウエットティッシュ

5
名様

堺・緑のミュージアム
ハーベストの丘入園券



※有効期限
2022年2月末日
まで

3
名様

千早川マス釣り場
釣り取り 半日釣券



釣った魚は無料です、自由にお持ち帰り頂けます。
※釣券に竿、エサ、ピック代は含まれておりません

※有効期限 2022年8月末日まで

5組
10名様

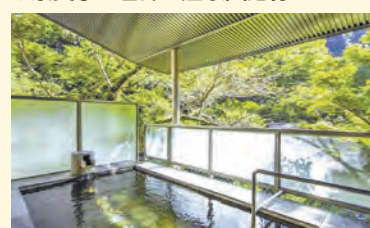
ワールド牧場 入園券



※有効期限
2022年9月末日
まで

5組
10名様

みな美亭 日帰り温泉入浴券



※有効期限:
2022年5月
末日まで

大阪府自動車整備振興会 公式フェイスブック 「てんけんくんおおさか」

自動車の点検・整備や自動車メーカーの最新情報など、より良いカーライフを送るための情報を発信中! 「いいね!」や「フォロー」をお待ちしています。

@tenkenkun.osaka 検索



(一社)大阪府自動車
整備振興会 HP

編集後記



今回の特集では、意外とご存じでない車検費用の中身と10月から加算される「技術情報管理手数料」を紹介しました。2024年から開始される「OBD検査」に代表されるように、先進技術を取り入れた車の点検・整備には高度な故障診断技術が必要です。すでに多くの認証工場や指定工場で故障診断に用いるスキャンツール(外部診断機)を活用した点検を行っています。車のことで気になる点・不安な点があればお気軽に相談ください。

一般社団法人 大阪府自動車整備振興会
安全環境委員会委員長 藤澤 哲也