

# 紫村 仁美

Shimura Hitomi

身長：167cm  
競技：陸上競技  
種目：短距離走

## プロフィール

1990年11月8日 佐賀県鳥栖市出身。  
筑紫女学園高等学校、早稲田大学スポーツ科学部卒。早稲田大学在学中は全日本インカレで2度優勝。  
2013年4月同学卒業後、佐賀県立三養基高等学校の保健体育教員となり、同年6月に開催された第97回日本陸上競技選手権大会100mハードルにおいて、日本歴代2位タイ・大会新となる13秒02で優勝。モスクワで開催された世界陸上に出場。  
2015年8月から東邦銀行陸上競技部に所属し、2017年ロンドン世界陸上や2018年アジア大会の日本代表にも選出された。  
世界陸上に2度出場、日本選手権では2度優勝。4×100mリレー・4×400mリレーでも共に日本選手権優勝の実績を誇る。  
2017年から2024年までの通算3年、単身アメリカに渡りトレーニングを積み、心と身体を鍛え技術を磨いてきた。  
2022年4月よりリタジャパンアスリートクラブ (RITA JAPAN AC) に所属。  
2022年5月の木南道孝記念陸上競技大会では日本人トップの2位に入った。  
2024年6月布勢スプリントで11年振りに13秒00の自己ベストを更新した。  
2024年10月地元佐賀県で行われたSAGA国スポ400mハードルに出場(7位入賞)後、惜しまれながらも第一線を退き、11月よりRITA JAPAN ACのコミュニティオフィサーに就任。

自身の知見やアメリカでの経験を活かし、子どもたちに夢を持つことの大切さや挑戦することの意義を伝えるべく、ハードル競技のスペシャリストとして小学生から高校生までを対象にしたジャンプアップ教室を全国各地で開催。身体を動かすことの楽しさを伝えるだけでなく、ハードル競技の普及や後進の育成にも力を入れている。ジャンプアップ教室では、自身の経験や実績に裏打ちされた確かな理論ときめ細やかな指導、そして穏やかな話し方と優しい人柄で、楽しく走り方やハードルの基礎を学べると好評を得ている。

## 学歴

鳥栖市立小鳩保育園 (1993-1997)  
鳥栖市立鳥栖北小学校 (1997-2003)  
鳥栖市立鳥栖中学校 (2003-2006)  
私立筑紫女学園高等学校 (2006-2009)  
早稲田大学スポーツ科学部 (2009-2013)

## 競技歴

2013年6月、第97回日本陸上競技選手権大会 100mH で日本歴代2位タイ・大会新となる13秒02で優勝。  
同年8月、モスクワ世界陸上 100mH 出場。  
2015年6月、日本選手権 100mH 優勝。同年7月、アジア選手権 5位。  
2017年8月、ロンドン世界陸上 100mH 出場。  
2018年8月、ジャカルタアジア大会 100mH 7位。  
2019年5月、アジアグランプリ優勝。  
2024年6月 13秒00 自己ベスト更新。  
2024年10月31日 現役引退を発表。

## 自己ベスト

100mハードル - 13秒00 (2024年6月2日、鳥取県鳥取県立布勢総合運動公園陸上競技場) = 日本歴代7位。  
モスクワ大会 日本代表  
第97回日本選手権 優勝  
RITA JAPAN AC コミュニティオフィサー



© RITA JAPAN ATHLETE CLUB



INSTAGRAM



YOUTUBE



WEB