



就職支援希望アスリート「エントリーシート」

ふりがな	いとう るか	性別	生年月日・年齢	
氏名	伊藤 瑠耶	男	2004年2月21日	
競技名／種別・種目	スキー/フリースタイル・スロープスタイル・ビックエア	21	歳	
出身地	長野県北安曇郡			
現住所	長野県北安曇郡			
所属先	一般社団法人白馬村スキークラブ			
練習場所	埼玉クレスト、白馬村、白馬47スキー場			
【選手プロフィール】				
■学歴・職歴				
年	月	学歴・職歴		
2022	3	長野県白馬高等学校 卒業		

競技写真提供: AP/アフロ

■免許・資格

普通自動車第一種運転免許

■国際大会の主な戦績

年	月	大会名	戦績
2020	1	Youth Olympic Winter Games (2020/スイス・Leysin)	スロープスタイル 8位
2022	1	THE FUTURES TOUR (2022/アメリカ・Mammoth Mountain Ski Resort)	スロープスタイル 優勝
2025	2	FIS Freestyle Ski World Cup (2025/アメリカ・Aspen)	スロープスタイル 出場、ビックエア 出場
2025	2	第9回アジア冬季競技大会 (2025/中国・ハルビン)	スロープスタイル 2位、ビックエア4位

■国内大会の主な戦績

年	月	大会名	戦績
2022	3	第42回全日本スキー選手権大会 (2022/北海道)	スロープスタイル 3位、ビックエア 6位
2023	3	第43回全日本スキー選手権大会 (2023/北海道)	ビックエア 優勝、スロープスタイル 2位
2024	2	第44回全日本スキー選手権大会 (2024/群馬)	ビックエア 優勝、スロープスタイル 2位
2025	2	第45回全日本スキー選手権大会 (2024/群馬)	スロープスタイル 優勝、ビックエア 3位

■自己PR(競技で培った能力や経験を通じて企業に貢献できる内容など)

私の強みは3つあります。

1つ目は、競技経験を通じて培った高い集中力です。緊張感の高まる大会でも周囲に左右されることなく、自身のジャンプや滑りに集中することができ、全日本スキー選手権ビックエア種目では2連覇を達成できました。一方で集中しすぎるあまり、全体の状況を見落としてしまうことが課題でした。そこで、事前に想定されるリスクを洗い出し、それらに対する改善策を計画することを習慣化し、冷静かつ柔軟に対応できる力を身につけました。この強みを活かし、仕事においても困難な課題に直面した際には冷静に状況を見極め、的確な解決策を導き出すことで、成果を上げていきたいと考えています。

2つ目は、計画的に物事を進めるスケジュール管理能力です。私はトレーニングとアルバイトを両立する中で、限られた時間を最大限に活用する工夫をしています。仕事の合間にフィジカルトレーニングを行い、週末には埼玉県にあるジャンプ練習施設に通って技術トレーニングに取り組んでいます。練習では技術的な課題を明確にし、一つずつ吸収することで、自身の成長につなげています。

3つ目は、新しいことを素早く吸収し、自分の力として活かせることです。飲食店でのアルバイトでは、接客業務や料理の仕込みなどの業務を素早く習得し、早期に戦力として貢献できました。その結果、新人スタッフへの指導やSNSの運用管理といった重要な業務も任されるようになりました。この経験を通じて、迅速な学習能力に加え、周囲との信頼関係を築く力や責任感も身につけることができました。新しい環境でも即戦力となり、主体的に取り組む姿勢を業務遂行でも活かしたいと考えています。

【採用検討企業への情報】

就職希望条件	
①職種・仕事内容	接客業の経験から、人と関わる仕事に興味を持っています。新しいことにも挑戦してみたいので、どんな職種でも真摯に取り組めます。
②勤務地	関東・中部（オンシーズンの練習拠点は長野を希望）
③勤務日数・時間帯	オフシーズン(4月～8月,10月)は週4日の時短勤務が可能。 オンシーズンは、競技を優先させて頂ければ幸いです。