表紙の人

東京オリンピックで躍動

フェンシング・女子フルーレ
上野優佳選手（法2）

▲五輪のピスト上で躍動する上野優佳選手（左）（写真提供：共同通信社）

今夏の2020東京オリンピック。5つの輪に象徴される夢の舞台に立った喜びと、メダルに手が届かなかった悔しさ。若きアスリートは、競技人生の現在の足跡を東京に刻み、3年後のパリ五輪での大いなる飛躍を誓う。現役生の「白門オリンピアン」（五輪選手）として、貴重な経験を積んだ女子フェンシング・フルーレの上野優佳選手（法２）と、競泳女子自由形の池本凪沙選手（法１）。「中大生や大学関係者の応援のおかげで力を発揮できた」と感謝する２人に、五輪や競技への思いなどを聞いた。

ダイナミックな アタックが持ち味

小さな頃からの夢の舞台

「五輪出場は小さな頃からの夢。調子も良くて、いけるという手応えがあった。個人でも団体でもフルーレでメダルを取りたいという気持ちが強かった」

フェンシング・フルーレの上野優佳選手が振り返る。個人では6位入賞と日本女子選手として過去最高の成績を残し、団体でも６位に入賞した。「緊張するかもしれない」と想像していたが、それ以上に楽しみだなという気持ちが強かったという。19歳という若さに似合わぬ強心臓ぶりだ。

しかし、エペの男子団体では日本が金メダルを獲得し、自身はメダルに届かなかった。悔しさをかみ締めた。

「相手の攻めを封じてから攻めに転じる。この得意な戦い方がしっかりと通用した」。五輪の個人3回戦（ベスト16）のニコル・ロス選手（米国）との対戦で、調子の良さを感じた。ディフェンス力の高いロス選手に対して、一進一退の攻防から徐々にリードを奪っていったことで、「少しびびっていた気持ちが、勝てるという確信に変わった。満足のいく試合だった」とうなずく。会心の勝利だったといっていいかもしれない。

▲フルーレで個人６位という日本女子最高の成績を挙げた上野優佳選手（左）
（写真提供：共同通信社）

会心の勝利　未来への課題

ただ、この良い流れを次の準々決勝につなげられなかった。優勝したリー・キーファー選手（米国）との大一番について「キーファー選手対策をしっかりとして、（力を）出し切ったつもりなので後悔はない」と言いながらも、「決め切る強さは、彼女が一枚上だった」と続けた。

キーファー選手の強さの裏付けとして「経験」「瞬時の判断力」を挙げ、「そうしたものを磨いていきたい。戦術を増やしていきたい」と課題を見据える。

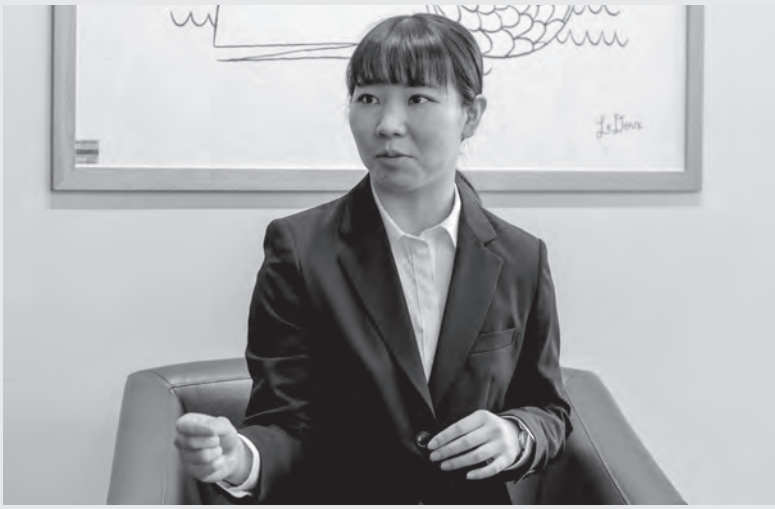
東京五輪の1年延期は「より成長できる」と前向きに捉えた。競技に対するモチベーションの維持は難しかったが、トレーニングや練習の相手になってくれた同じフェンシング部の兄、優斗さん（法４）の支えが大きかった。けがの克服へ、五輪前の今年3月には手術を決断した。「コーチや支えてくれる人がいたからこそ、けがを乗り越えられた」と周囲への感謝も忘れない。

目標は「五輪でのメダル」

ナショナルチームのコーチで、アトランタ五輪銅メダリストのフランク・ボアダン氏（フランス）の存在も大きい。「言われてすぐに直せるタイプではないし、練習でも良かったところより、悪かったところを探してしまう」と自己分析する上野選手に対し、少しでもポジティブ思考になるようにと、気持ちを切り替えるきっかけとなるアドバイスをいつも送ってくれるという。フットワークの強化や戦術面だけでなく、メンタルを鍛えて強くしてくれる存在といえる。

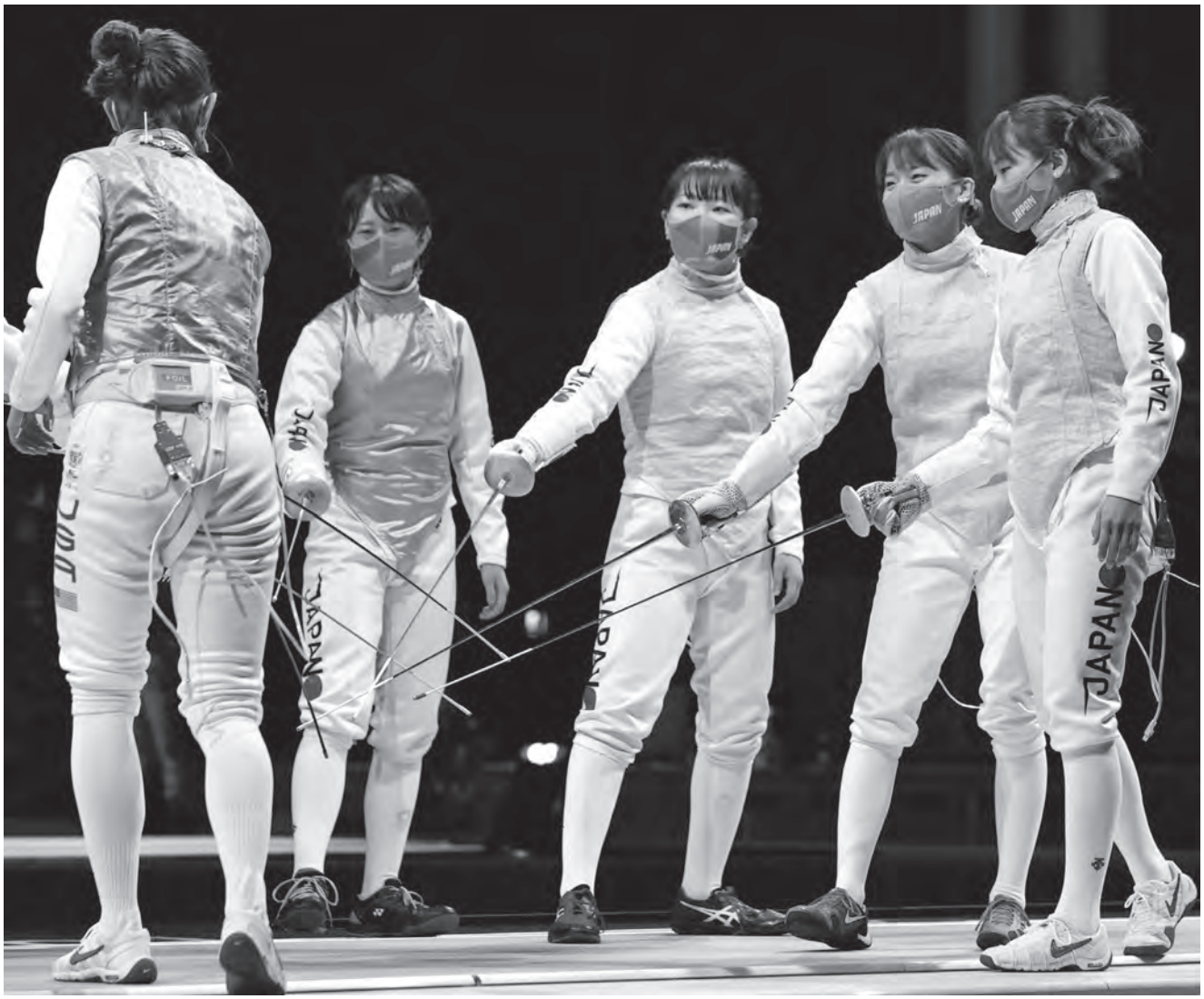
東京五輪では「自分より上のレベルの選手がたくさんいる」と感じた。年齢的にあと２回以上は出場のチャンスがある五輪で「個人でも団体でも金メダルを獲得する」のが目標だ。自身の活躍によってフェンシングの知名度をさらに上げて、「支えてくれた人に結果で恩返ししたい」と強く願っている。

IOCのバッハ会長と競技会場で“再会”



上野優佳選手は、国際オリンピック委員会（IOC）のトーマス・バッハ会長と並んで、フルーレの女子団体決勝と３位決定戦をピスト（試合場）正面の観客席で観戦した。フルーレ・チームのメンバー、コーチらも一緒だった。上野選手の2018年ユース五輪出場をバッハ会長が覚えていてくれて、うれしかったという。

バッハ会長はフェンシング選手だった現役時代、1976年のモントリオール五輪のフルーレ団体で、西ドイツ（当時）の一員として金メダルを獲得している。



団体のチームメートとともに（中央が上野優佳選手）（写真提供：共同通信社）▲

上野優佳選手

うえの・ゆうか。大分県出身。星槎国際高卒、法学部２年。身長159センチ。2018年世界ジュニアカデ選手権、同年のユース五輪でともに女子フルーレ優勝。ダイナミックなアタック、スピード感のあるフットワーク、素早い剣さばきなどが持ち味。フルーレで対戦する全員がライバルという。兄の優斗さん（法４）もフェンシング部に在籍、父の正昭さんも中大フェンシング部OBで元国体選手というフェンシング一家に育ち、小学校低学年でフェンシングを始めた。

■東京五輪成績

フルーレ女子個人

〈２回戦〉　○15－５　ノラ・モハメド（エジプト）
〈３回戦〉　○15－９　ニコル・ロス（米国）
〈準々決勝〉●11－15　リー・キーファー（米国）

フルーレ女子団体日本（上野優佳、東晟良、東莉央、辻すみれ）

〈決勝トーナメント準々決勝〉●日本36－45米国
〈５～８位決定予備戦〉○日本45－27エジプト
〈５、６位決定戦〉●日本31－45カナダ

表紙の人

2024パリでメダ

▲「夢中で気づけば終わっていた」。五輪の泳ぎをそう振り返った池本凪沙選手（写真提供：共同通信社）

ル獲得を目指す

大きなストローク、次代の自由形エース

「無我夢中…夢のよう」

「無我夢中で泳いで、夢のような気持ちでした」

競泳女子の4×200メートルフリーリレーに第3泳者として出場した池本凪沙選手（法1）。それまでの大会やレースで感じたことのない思いが胸に残った。第2泳者の白井璃緒選手からバトンを受け、スタート台から飛び込む瞬間は「やるぞ」という気合しかなかった。自身の記録は自己ベストに及ばない2分00秒25。目標タイムに及ばず、チームに迷惑をかけたと振り返る。

リレーメンバーの先輩たちからは「リラックスして楽しんで頑張ったらいいよ」「楽しむことに集中して緊張をほぐすことだね」とアドバイスされていた。

「小さいころからの夢だった五輪で泳いでいること自体がうれしかった。身体はきつかったのですが、2分間が一瞬のうちに過ぎていったという記憶しかないんです」

競泳会場の東京アクアティクスセンターは五輪選考会を含め、さまざまな大会で何度も泳いだ経験のある会場だった。

「もっと強くなりたい」

しかし、五輪は何もかも違った。壁の「TOKYO2020」の青い文字や、大勢の海外選手がいる雰囲気、照明―。前半100メートルの入りから泳ぎが力んでいた。気持ちが空回りして泳ぎに集中できなかった。大舞台で結果を出す難しさを改めて痛感した。

「納得いかない成績で、悔しい気持ちが残りました」と唇をかみ、「だからこそもっと強くなりたい」と、今回の経験を糧にすることを誓った。

泳ぎの特長はストロークの大きさだ。見ている人に「気持ちよく泳げているなあ」と思わせる泳ぎが持ち味だと思っている。200メートルのスタートから50メートルの泳ぎは、ストロークのテンポが速い選手よりも最大で5ストローク程度少ないという。

池本選手は、「より遠く（前方）に手を入れて水をかく」という海外の選手の泳ぎを手本にしている。1ストロークで進む距離が大きくなるからだ。と同時に、体重移動やキックの打ち方、水の捉え方などで、自分に最適な泳ぎ、最も速い泳ぎをコーチと話し合いながら追求している。

「日本女子が苦手な 200メートル自由形でメダルを」

五輪後に始めた新しいトレーニングがある。足の前半分しかない“1本足”の下駄を履き、5キロの重りを手にもってスクワットを繰り返す。足先に重心をかけることで水中の動作にも影響し、推進力に結びつくという。身体のケアを担当するトレーナーで、ウエートトレーニングのコーチが、個々に合ったトレーニング法を指導してくれているそうだ。

池本選手も「キックの動きが変わり、これは違うなと感じる。練習の調子も上がってきています」と手ごたえを感じている。

当面の目標は来年5月の世界水泳（福岡市）だ。競泳選手としての目標を尋ねると、「パリ（五輪）に出るのはもちろんですし、日本女子が苦手意識を持っている自由形で世界と戦える選手になりたい。支えてくれている人たちのためにも、自由形で必ずメダルを取りたい」と頼もしい言葉が返ってきた。

「私はとても人見知りなんです」

選手村で生活し、競泳会場との往復の日々を送っていた池本凪沙選手。日本チームの応援を終えて選手村に帰ってきた、ある日の夜遅く、村内の五輪モニュメントの前で皆で記念撮影しようとしていたところ、米プロバスケットボールリーグ（NBA）所属の日本代表、八村塁選手を見かけた。「身長は高いし、オーラが違いました」と、バスケットボール好きの池本選手は息をのんだ。

しかし、話しかけることができず、記念写真に納まることもかなわず…。「私はとても人見知りなんです」と伏し目がちに話した。

池本凪沙選手（左から３人目）にとって初の五輪。大舞台で結果を残す難しさを痛感した（写真提供：共同通信社）▲

池本凪沙選手

いけもと・なぎさ。京都府出身。大阪・近大付高卒、法学部1年。中大水泳部・イトマン所属。身長171センチ。2019年の世界水泳に出場。2021年日本選手権女子200メートル自由形で4位に入り、4×200mフリーリレーの東京五輪代表に選ばれた。200メートル自由形の自己ベストは1分57秒77。名前の「凪」の由来は、「私が誕生間近と聞いた父が、病院に向かう車の中から見た夕凪がとても美しかったから」と聞いたという。

■東京五輪成績

競泳女子４×200メートルフリーリレー（五十嵐千尋、白井璃緒、池本凪沙、増田葵）

〈予選〉 ９位（7分58秒39）