オリンピックスポーツ文化研究
2022. 6　No. 7　163 ― 167

東京 2020 オリンピアン・パラリンピアンの記録
メダル獲得までの道のり
―河田悠希―

河田　悠希

【経歴】
1997 年（平成 9）6 月 16 日（生）～
出身：広島県
競技：アーチェリー
2013 年～ 2016　広島県立佐伯高等学校
2016 年～ 20120　日本体育大学体育学部体育学科
2020 年～　株式会社エディオン
【競技歴】
2014 年　全日本選手権　優勝
2015 年　全国高等学校総合体育大会　個人戦　ジュニアの部　優勝
2015 年　第 70 回国民体育大会　個人戦（少年男子の部）・団体戦（少年の部）　優勝
2019 年　全日本ターゲット選手権大会　優勝
2020 年　実業団大会　個人、団体　優勝
2021 年　東京オリンピック　団体　銅

1．競技との出会い

競技に出会ったのは, 小学校 1 年生のときです. 広島県の廿日市では大きなお祭りがあり，佐伯国際アーチェリーランドが体験ブースを開いていました．そこで実際に体験したところ，とても楽しかったことと，近くに住んでいた祖父から続けてみるかと言われて始めたのがきっかけです．最初は小さなお子さんでもできるような道具があるのですが, それを使って近い距離を射っていました. 「アーチェリーって本当に楽しいな」という印象でした.

アーチェリーの魅力は，まず使用する道具が初めて扱うものであったということがあります．そして，弓や矢を使うことや弓矢自体がカッコイイと思い，いつのまにか憧れみたいなものが生まれました．また，矢が的のど真ん中にあたった時のスカッとする気持ちの良さは，今でもアーチェリーの魅力的なところだと思いますし，その気持ちの良さに惹かれたのだと思います.

佐伯国際アーチェリーランドという中国・四国地方で唯一，フィールドを歩きながらできる本格的なアーチェリー場という施設が身近にあったこと, 祖父が近くに住んでいたこと, そしてアーチェリーに魅力を感じたという，偶然というか何か運命的なものを感じざるを得ません.

アーチェリーを始めて，最初の頃は週一回，土日に一時間ほど練習して，というか遊んでいたという感じでした．本当に遊び感覚で，釣りを楽しんでいるのと同じようなものでしたが，楽しんでアーチェリーをするということが良かったのではないかと思います.

学年があがっていくにつれて，アーチェリーの練習時間も少しずつ長くなっていきました．それまでは週一日２時間くらいだった練習が，小学校５年生からは週二日丸一日になっていきました．このころからアーチェリーを競技として取り組むようになったのだと思います．

中学校でもアーチェリーを続けたいと考えていましたが，近くの中学校にはアーチェリー部がなく，佐伯中学校にアーチェリー部があることを知りました．佐伯中学校は自宅から車で30分くらいの距離にある学校でした．高校も中学校の近くにある佐伯高等学校に通ったのですが，結局６年間ほぼ毎日母親に車で送り迎えしてもらいました．土日も練習がありましたし，練習が休みの日も練習をしていましたので，中学校，高校で休んだのは練習場が閉まる一週間くらいだったと記憶しています．私がアーチェリーに専念できるように母親は実家近くにあった職場を，中学校と高校の近くにある職場にかえ，私を送り迎えできる体制を整えてくれました．帰りは，仕事の終わりと練習の開始が重なるため，２～３時間待っていてくれたり，残業をしたりして時間を合わせてくれていました．

競技としてのアーチェリーに自信を持てるようになったのは，世界大会への出場でした．世界ユースジュニアの試合にでるための選考となる全日本大会があったのですが，周りの人たちから「おまえなら絶対いける」という声をかけていただいていました．ですが，そのときまで自分には選考基準の３位以内に入るほどの実力があるとは思っていませんでした．そのように思っていましたが，結果的に中学２年生で初めて世界大会に行くことができました．このことがひとつのターニングポイントになったのではないかと思います．

もうひとつ大きなターニングポイントがありました．それは，小学生のときに一度出場した全国大会での経験です．予選ラウンドでは１番でしたが，決勝ラウンドで予選２位の選手に負けてしまいました．この敗戦が非常に悔しく，これを機にアーチェリーの練習にしっかりと向き合い，真面目にそしてがむしゃらに取り組み始めました．この敗戦と世界大会出場が２つの大きなターニングポイントになっていると思います．

２．日体大の思い出

中学３年生のときに広島県内の試合で高得点を出したことをきっかけに，例外的にジュニアのナショナルチームの選考会にでる機会に恵まれました．選考会を無事通過することができ，ナショナルチームに選ばれました．そして，世界大会の選考会があり，その時に話しかけてくださったのが日本体育大学の山本博先生でした．山本先生のことはメダリストでもありますし，講習会のようなものでもお見かけする機会がありましたので，よく知っていました．他の強豪大学も魅力的でしたが，最終的に日本体育大学に進学することを決めたのは，日体大の整った練習環境と中学生のときに声をかけていただいたという記憶が私のなかで鮮明に残っていたことが大きかったと思います．

入学後は講義の時間が長くなり，練習の時間帯や長さなど環境が大きく変わり，はじめはとても戸惑ったことを覚えています．高校まではアーチェリーを一緒に練習する同級生が学校内にいなかったため，一人で比較的自由にやってきました．大学生になり初めて同級生ができ，同期とうまくやっていくことや，監督，コーチ，その他の先生方，先輩，後輩と大所帯ならではのたいへんさがありました．そのような環境のなかで，チームみんなで頑張っていこうと気持ちをひとつにできたことはとても良い財産になっていると思います．たいへんではありましたが，とても楽しかったです．学生寮も楽しかったです．３年になって寮を出ましたが，寮を出てその良さを余計に実感しました．当たり前ですが，寮には仲間がみんないて楽しかったため，寮を出て少し寂しさを感じました．

大学でのアーチェリーの戦績は，大学１年で世

界学生選手権大会に出場することができました．そして，ナショナルチームにも大学1年から3年まで所属していましたが，大学3年の11月にナショナルチームの選考会があり，そこで落選してしまいました．そのときはアーチェリーを続けることを断念しようかと思うくらい，本当に落ち込んでしまいました．高校2年生から5年間ずっとナショナルチームに所属しており，代表落ちをした経験がありませんでした．その6年目に初めて代表落ちという結果を受けて，これまで一度も経験したことのない強いショックを受けました．

時間の経過とともに少し冷静に考えられるようになり，東京オリンピックへの思いがよみがえり競技の継続を決意しました．ですが，オリンピックに出場するためには，ナショナルチームに所属することが前提となっているため，このままでは絶対にオリンピックに出場することができません．ナショナルチームに再び所属するためには，どうしたら良いかについて考究しました．深く考え抜いていく過程で，大学で学んだ心理学や栄養学，トレーニング学などを思い出しながら自分の中で模索しました．また，日体大で受けていた「日体大アスリートサポートシステム」（NASS）のスタッフにサポートをしていただきながら，1年かけてナショナルチームに復帰することから始めよう，それがオリンピックに出場するための第一歩だと自分のなかで解答を得ることができました．それから懸命に練習に打ち込んだ結果，4年生で参加した全日本選手権で2回目の優勝を果たすことができました．

東京オリンピック出場までの道のりとして，第一次選考として大学4年生でナショナルチームに所属することが前提としてありました．本来，東京オリンピックは2020年開催予定でしたので，それに合わせて選考会が開催されました．第一次選考会はスケジュールどおりに行われ，3月に第二次選考会，4月に最終選考会という予定が組まれていました．3月の第二次選考会までは予定通り開催されました．選考会の初日はトップで通過して2日目は5番目でギリギリの通過となりました．試合のなかでいろいろとトラブルや自分のミスなのか，今でもよくわからないような現象がおこり，点数が下がったときがありました．そのようなときでも無事に5番で通過できたのは，ナショナルチームからの落選をきっかけに，落ち込みながらも再び立ち上がり，懸命に練習してきた成果であると思っています．ナショナルチーム落選という経験もありましたが，大学の4年間をトータルすると良いパフォーマンを発揮できたのではないかと考えています．

しかし試練はまだ続きました．最終選考が新型コロナ感染症の影響で延期になり，東京オリンピック自体も延期になってしまいました．当然のことながら遠征もなくなり，強化合宿などもない1年の空白がうまれてしまいました．大学を卒業し現在エディオンに勤めていますが，また環境が大きく変わることになりました．コーチ，練習環境，住むところも変わり，あらゆるものに順応するところからスタートすることになったため，少し苦労する場面がありました．ですが，地元企業に勤めることができたので，で知り合いが多く，監督や先輩たちもよく知っている方ばかりでした．そのため，順応するのが早かったように感じました．早く順応できたので，空白の1年とはいえ年間を通してしっかりと練習をすることができました．会社からもたくさんサポートしていただき，勤務時間と練習時間をうまく調整してくださったり，大切な試合の前には練習時間を多くとれるように配慮していただけたりしました．周りの方から支えていただける恵まれた環境のなかで1年間を通して練習することができたので，大学のときからさらにワンステップ上の実力を身につけることができたのではないかと深く感謝しています．

そしてようやく2021年4月に最終選考が開催されました．最終選考では5名の中から3人が選抜される形式で実施されました．正直いいますと通るか通らないかわからないような状況でした

が，最終選考はイレギュラーな形式で行われました．通常ですと１日に144本矢を射るのですが，１日目に72本，２日目も72本，１日ごとに落選していくという初めての試合形式でした．アーチェリーでは，それほど大きな差が開くことはないのですが，72本ですと１点，２点の差で勝敗が決する可能性がより高くなると考えました．短期決戦でしかも初めての形式で行われたため，どうなるか予想がつきませんでしたが，両日ともトップの成績で通過することができました．大雨で大風の最悪のコンディションでしたが，それが良かったのか自分の調子が良かったのか分かりませんが，予想よりも大きな差をつけて勝つことができました．なかなか山あり谷あり，紆余曲折があったオリンピック出場までの経緯でした．

３．オリンピックの感想

率直に表現するとオリンピックは楽しかったです．そして，東京オリンピックが開催されたということが，私たちオリンピックを目指して戦い，勝ち抜いてきた出場予定選手としてはホッとしたというのが素直な感想です．本当にオリンピックを開催してくださり，ありがとうございましたという感謝の気持ちがこみ上げてきました．言葉にはなかなか表現しきれない，いろいろな想いがあります．

今回のオリンピックが初出場になりましたが，オリンピックとはこんなに静かなものなのかと思いました．世界選手権などでは，選手や大会関係者，観客がたくさんいましたし，オリンピックに出場したときのイメージを作るため，過去の大会の映像などをみても満員の観客のなかで競技が行われていました．ロンドンやリオでも特設の観客席が満員だったのでそのイメージでいました．いざオリンピック会場に入ると応援しているのは自分たちのチームメイトと相手チーム，あとはメディアと関係者だけという状況だったため，ものすごく違和感をおぼえ戸惑いました．私が知っているオリンピックではありませんでしたが，それでもすべてを含めてやはり楽しかったです．

パフォーマンスとしては，団体戦で銅メダルを取ることができましたが，悔いの残る感じが今でもあります．準決勝で強豪の韓国と当たって延長戦までもつれ，最終的に負けてしまいましたが，あとひとつ何かあれば勝てたのかなと思いますし，あとひとつ，それが何かを見つけることがこれからの課題になるのではないかと思います．

個人戦に関しては一回戦で負けてしまいましたので，やはりそこは少し情けないなと思いました．最終選考会が終わってからオリンピックまでの間ずっと調子が良く，これならメダルのチャンスがあると感じていました．一回戦の環境としては，風への対応が難しい状況でどの選手も苦戦していました．他の選手が苦戦している中でも私はかなり高い得点を出していました．ですが，それが油断につながったのかもしれません．一回戦の相手が自分と同じように高い得点を出してきたため，動揺がうまれてしまいました．好調ゆえに油断が生じ，動揺してしまったというのが明確にでたオリンピックの個人戦でした．結果は，動揺からズルズルと自滅してしまったといった感じで，納得のいくオリンピックではありませんでしたし，もちろん満足感もありません．

これまで，日本の男子団体戦でメダルを獲得したことがなかったため，初めてのメダル獲得を達成できたことは，たいへん嬉しく思っています．一方でやはりもう２つ上のメダルが欲しかったという想いもあります．そして，もちろん個人戦でもメダルが欲しかったという想いがあるので，満足はしてないです．

４．今後の目標

東京オリンピックが終わったばかりですが，一番遠い目標ですと次のパリオリンピックになると思います．パリのオリンピックは３年後で，もうすでに３年をきっている，２年，２年半くらいし

かない状況です．東京オリンピックに参加して，そこで得られた課題を次のオリンピックで達成することが，今後の目標になると思います．ひとつは団体戦では銅メダルであったため，今度は団体戦で金メダルを獲得することです．ふたつめは個人戦でメダルを獲得することです．あまり大きいことを言い過ぎると，おそらく自分自身にプレッシャーをかけることになると思うので，まずはメダルを取りたいということを目標にしたいと思います．

また，直近でいえば来年アジア大会があるので，そこでのメダル獲得を目標にしています．

5．メッセージ

私は大学１年生のときから少しずつではありますが，順調に成績が伸びていきました．ですが，3 年生のときにそれまで落選したことのなかったナショナルチームに選ばれず，日本代表になることができませんでした．それでも代表に戻るために１年間ものすごく努力し，4 年生で２回目の全日本選手権優勝を果たすことができました．

日体大の学生のみなさんも，本当に苦労することがたくさんあると思います．個人競技でもチーム競技でも，成績や結果が出ているときもあれば，結果が出ないときもあると思います．成績が出ないときに努力することをやめてしまうと，成長はとまってしまいます．おとぎ話のウサギとカメのようにどんどん誰かに抜き去られてしまいます．努力をし続けるということはとても大切なことだと実感しています．みなさん，努力することをやめないで，努力を継続していってください．

（受理日：2022 年 4 月 25 日）