

東京 2020 オリンピアン・パラリンピアン記録

東京 2020 オリンピアン・パラリンピアン記録 —坂井丞—

坂 井 丞

【経歴】

1992年（平成4）8月22日（生）～

出身：神奈川県

競技：飛込

2018年～2011年 麻布大学附属渕野辺高等学校スポーツコース

2011年～2015年 日本体育大学体育学部体育学科

2015年～ 株式会社ミキハウス

【競技歴】

2016年 リオデジャネイロオリンピック 3m 飛板飛込 予選 22位

2018年 アジア大会（ジャカルタ）シンクロナイズド 3m 飛板飛込 銅メダル

2019年 世界水泳（韓国）シンクロナイズド 3m 飛板飛込 7位入賞
（東京五輪出場権獲得）

2021年 東京オリンピック シンクロナイズド 3m 飛板飛込 5位

2022年 世界選手権（ハンガリー）3m 飛板飛込 6位

2022年 日本選手権 シンクロナイズド 3m 飛板飛込 優勝

3m 飛板飛込 優勝（4大会ぶり6度目）

1. 競技との出会い

私の両親は共に日本体育大学出身であり、飛込の競技者だったのですが、卒業後はそのまま大学でコーチをすることになりました。私が生まれ、私はそのまま両親のもとで飛込をするようになりました。これが私の飛込競技との出会いになります。「神奈川県ダイビングクラブ」という飛込のチームがあり、練習場が日体でした。そのため、両親が仕事に行くのに一緒についていくといったかたちで競技生活が始まりました。ただ、一番はじめの記憶はまったくありません。そのくらい、とても小さなころから日体大のプールに通わせていただいていた。そんな中でも、飛込の新しい種

目を飛ぶときの恐怖心はよく覚えています。新種目に対する恐怖心や練習に行きたくない時もありましたが、家に一人でいる寂しさより恐怖心に立ち向かいながらも、飛込をする方を選びました。

それから幼少期は土日だけのプール通いだったのが、小学校低学年になり学校終わりにプールに行く習慣ができました。そして習い事をしているという位置づけになったことから、自分は飛込競技を行っているという自覚が芽生えはじめたと思います。

クラブチームでは、年の近い人はきょうだい以外にはいませんでしたが、大学生の「いいお兄ちゃん」と遊びながら練習をしていました。私は低学年の頃から早く大人になりたい、お兄ちゃんたち

みたいになりたいという気持ちを持っていました。練習は辛かったです。お昼休憩に大学生と遊んだり、学食でお昼ご飯をたべたりすることが、とても楽しかったです。お兄ちゃんたちは、私が新種目に対する恐怖心から怖くて泣いていると、いつも励ましてくれました。両親にはほとんど褒められた記憶がないのですが、大学生のみなさんに支えてもらったおかげで競技を続けることができた実感しています。練習によって、できないことが出来るようになった時の嬉しさはもちろんあります。それだけではなく、飛込は誰もができることではないので、その気持ちを分かり合えるお兄ちゃんや、きょうだいと一つの種目を作り上げることも楽しみでした。個人競技ではあるが、チーム感というのもしらさの一つでもありました。

飛込に対して恐怖心がない人はいないと思いますし、恐怖心のある程度持った上で取り組まなければ危険が伴う競技でもあります。そしてその恐怖心に打ち勝ったときには大きな達成感があり、試合で勝利した、勝ったときの嬉しさは何ものにも代えがたいものです。これも競技を継続できた要因だと思います。それに加えて、小さいころから日本選手権で優勝したり、入賞したりする選手のなかで練習する環境にあったため、間近に優秀な成績を残している選手たちを目の当たりにしてきたこともあります。「僕もこうなりたい」という憧れの気持ちが芽生え、辛い練習のなかでも楽しみを見つけながら、年齢があがるにしたがって憧れの選手と戦えるようになっていきました。今まで雲の上の存在だった「お兄ちゃんたち」と対等に戦え、勝てるようになっていったことは、とても嬉しいことでした。自分よりも高レベルの選手が常に身近にいたこと、目標があったことも継続できた要因になると思います。

2. 日体大の思い出

飛込の練習場所が日体大で、両親の母校で姉も

入学してましたし、練習環境が整っていたため日体大に入学しました。入学前は寮生活や寮での仕事などが、競技にどう作用するか考えました。高校3年生で国際大会にも出場しており、自分自身で大学を選択することができる状況でした。そのような状況で日体大の先生から、「どこの大学に行っても、ここのプールを使っていいから」と言ってもらいました。寛大な心を持って受け入れてくれる、そのような指導者がいるのであれば、自分はここで強くなれるのではないかと再認識し入学を決めました。

入学後、練習環境は変わらなかったのですが、私が高校一年のときに入学した先輩が4年生になるので、高校生の時はため口であったり名前も呼び捨てやあだ名で呼んだりしていたのが、「さん」付けや敬語に変わりました。初めは違和感があり慣れなかったため、楽しく話しているとため口になりましたが、先輩たちは楽しんでくれました。ですが、同級生は理解できず、その場の雰囲気不穏になったりもしました。もどかしさもありましたが、変えなければならなかったので一番苦労したところでもあり、よい思い出にもなっています。

大学一年生の時にオリンピック予選があったため、伝統的に厳しい寮生活は競技にも影響があると判断していただき通いになりました。ただ、同学年が私を含めて二人だったため、寮の清掃などの仕事を手伝いました。結局、正式に入寮したのはオリンピック選考終了後の二年の末からでした。通いでとおす選択肢もありましたが、オリンピック出場が叶わなかったため、自分の中で何か足りないものを探したいと考えました。つまり、寮生活で環境を変えるという選択をしました。自分を追い込むということだけではなく、何もなくても食事が出てくるということが決して当たり前ではないという体験など、ひとつひとつ変えていかなければならないと考えたからです。さまざまな甘えを断ち切ることが、競技に活かされると感じたのだと思います。結果的に、講義後に練習

してすぐに体を休めることができる環境に身を置くことで、競技に集中することができたと思います。

大学の一番の思い出は、信頼できる仲間ができたことです。4年生でキャプテンに任命され、チーム全体をまとめるために同期との仲間意識や信頼関係が深まっていきました。基本的には個人競技である飛込競技ですが、大学で競技について深く話ができる環境はそれまでの学校生活ではなかったものでした。

3. オリンピックの感想

はじめにオリンピックに出場できなかった経験についてです。大学入学後の上海の世界選手権に参加し、13番という成績でオリンピック出場権が得られませんでした。それまでの「オリンピックはテレビで見るとようなもの」という感覚が、「自分も戦える」という実感に変わり、オリンピックに対する意識が明確に切り替わりました。そこから、オリンピックに出場するための準備に本気で取り組むことができたと思います。中学校の2年生から世界大会に出場してはいましたが、グランプリやオリンピックの出場権がかかった世界選手権は別物であり気後れしていたのかもしれませんが、ですが、「本気で戦わなければならない」「戦える」という大学生で得たこの気づきは重要な分岐点になったと思います。

そのことに気づけたのも、上海の世界選手権で「最後の一本を決めたらオリンピックだ」と思った瞬間、準備不足で失敗してしまい12番までが出場できたところ13番で終わったという経験が大きいと考えています。あの時の光景は今でも忘れません。最後の種目前には余裕のあった点差が、大失敗したにもかかわらず1～2点差で13番になったという経験です。結果論にはなりますが、普通に飛べば大丈夫だという状況で、必ずオリンピックに出場するという覚悟や気持ちが足りなかった、甘かったと感じています。

つぎにリオのオリンピックについてです。上海の世界選手権後のワールドカップで7番になり一段階ステップアップできた、壁を打破できたという実感できました。ですが、日本の選考基準がクリアできずロンドンのオリンピックに出場することができませんでした。こういった経緯もあり、自分の中でオリンピックに対するハードルが上がってしまいました。プレオリンピックの舞台で、世界のトップ選手がフルで出場している中、自己ベストでメダルまで10点ほどの差という7番という結果でも出場できませんでした。「もうオリンピックには出られないのでは」という気持ちにもなりましたが、「絶対にオリンピックに行く」という想いを持ってミキハウスに入社させていただき、飛込競技が職業に変わったことで、より明確な目標として世界に挑み続ける強い気持ちが芽生え、競技生活の中での大きな転機となりました。

これまでの経験から世界選手権にはあまり良い印象を持っていません。案の定、リオの予選会である世界選手権では実力を発揮できませんでした。ですが、ワールドカップには良いイメージもっています。ブラジルでプレオリンピックにあたるワールドカップが開催されました。日本のオリンピックの選考基準では、16番以内でオリンピックの出場権を獲得できました。準決勝に進み硬くなりながらも、もがきながら粘りに粘ってギリギリ16番で出場権を獲得することができました。嬉しさもありましたが、自己ベストを出しても出場できなかったロンドン、こんなボロボロでも出場できることになったリオに複雑な心境も抱きました。しかしながら、ロンドンのことがあったからこそ、出場権を獲得した瞬間、掴み取った瞬間は、より一層嬉しさが込み上げてきました。また、ロンドンが終わるころに東京2020が決まり、母国開催のオリンピックには絶対出たいという気持ちがありました。そのため、東京が初めてではなく、その前にオリンピックを経験できることは、東京で成績を残すためにも良いことだと考えていました。

東京2020では個人種目での出場は叶いませんでしたが、寺内健選手とシンクロで苦手な世界選手権において日本の基準をクリアし出場権をつかむことができました。シンクロに関しては一年間猶予がある中で出場権を得ることができたため、準備期間が長くとれました。出場権を獲得したときは調子が良くなく、毎年変わる手作りの飛び板への適応や採点基準の変更などで、スランプに陥っていた時期でした。この辛い中で決めたのが大きかったと思います。そして、1年延期になったこともシンクロで5番に入賞することができた要因になりました。この期間で自分自身を取り戻すことができました。私にとって1年の延期はすごくプラスに働きました。

東京2020に関しては開催に対する意見もあり、いろいろと思うところはありましたが、選手村からバスで移動する際にエンドレスで手振ってくださる方に勇気づけられ、自国開催という安心感もあるなかで、オリンピックを迎えることができました。大会は無観客であり寂しい感じはありましたが、役員の方やボランティアの方が日本の方なので、オリンピックだけどオリンピックではないという不思議な感覚がありました。そのなかで、気持ちを高ぶらせ過ぎずに地に足をつけて臨むことができました。オリンピックの闘争心みなぎる中でも、環境の効果により平常心でいられるというのを改めて実感できる大会でした。東京2020に参加できたことは大切な宝物になりましたし、入賞することができました。それも、結果的には上海やロンドンの選考の経験があったからこそ、入賞できたと考えています。大学生活でもロンドンがダメだった時に周りに仲間がいてくれたことは、自分の中でもすごく大きい支えになりました。そういった意味でも仲間意識が高まった瞬間でしたし、日体大の周りの仲間がいたから、諦めずに乗り越えられたと感謝しています。

4. 今後の目標

東京2020でスランプを払拭することができ、その後の世界選手権でも個人で6番という過去最高の成績を収めることができました。日本選手権でも優勝を奪還できたことで、自分本来の演技が戻ってきたと実感しています。パリオリンピックまで自分の体が持つのか心配していましたが、こういった成績を残すことができたため、パリに向けて個人とシンクロの両方で参加するオリンピックの景色を見たいと思っています。初めに個人で、次はシンクロでと両方出場している飛込競技界でのオリンピックにはいないため、その意味でも同時に両方出場した時の景色を見たいです。

また、飛込競技に関しては、まだメダルを一つも獲得していないというのが現状です。東京2020ではトップに食らいついていくことができたため、メダルを獲得したかったという気持ちを強く持ちました。出場するからにはメダルの獲得を目指して出場したいという気持ちはずっと続けています。

5. 日体大生へ一言

小中高とは違い、大学に入ると経験できるものの種類や内容などが大きく変わってきます。日体大という伝統のある大学で、私自身は幼少の頃からその古典などに触れてきましたが、初めて日体大の伝統に触れる方も多いと思います。4年間のなかではやはり日体大の伝統に深く触れることが大切だと思っています。伝統と一言でいっても、部活動やサークルなどの中には数多くの「伝統」があると思います。これまで諸先輩方が作り上げてきた、日体大の「良い伝統」を受け継いで欲しいと願っています。日体大でしか経験できないことがあります。大学生活を楽しみにしながら、有意義な時間を過ごしてほしいと願っています。



(受理日：2023 年 5 月 31 日)