

東京2020オリンピック・パラリンピックの記録

## 東京2020オリンピック・パラリンピックの記録 —兎澤朋美—

兎澤朋美

### 【経歴】

- 2017年3月 私立常総学院高等学校 卒業  
2017年4月 日本体育大学体育学部社会体育学科 入学  
2021年3月 日本体育大学体育学部社会体育学科 卒業  
2021年4月 富士通株式会社 入社（現在に至る）

### 【競技歴】

- 2018年 インドネシア2018アジアパラ競技大会 T42-44,T61-64 女子走幅跳 3位  
2019年 ドバイ2019世界パラ陸上競技選手権大会 T63 女子走幅跳 3位  
T63 女子100m 6位  
2021年 東京2020パラリンピック競技大会 T63 女子走幅跳 4位  
T63 女子100m 8位

### 1. 競技との出会い

幼い頃から体を動かすことが大好きであった。保育園では、おままごとやごっこ遊びというよりは、おいかけっこや縄跳びなどの外遊びを好む子どもでもあった。小学校に上がると運動会の選抜リレーに参加したり、持久走大会では上位に入るなどしていた。習い事も水泳やゴルフ、チアリーディングなどスポーツが多く、また、冬になると毎年家族でスキーを楽しんでいた。

充実した日々を送っていた最中、小学5年生の夏に病気が発覚する。骨肉腫という骨のガンが、左膝の内側にできてしまったのである。ちょうどチアリーディングを初めて数ヶ月の時期であり、アクロバットな動きをする機会が増えていたので、はじめはそれが原因で膝に痛みが出たのだと感じていた。しかし、安静にしても痛みは引くどころか日に日に強くなり、腫れも大きくなっていった。設備の整った大きな病院を紹介されては

そこに行き、検査を繰り返した。最終的に3軒目の病院で病気が判明した。

入院生活が始まり、スポーツはおろか学校生活、日常生活からも遠のいていった。抗がん剤治療で腫瘍を小さくした後の手術では、人工関節を入れて自分の脚を残すか、大腿骨から脚を切断するかを選択に迫られた。両方のメリット、デメリットを理解した上で、私は将来的にスポーツができる可能性が残る「切断」を選んだ。

しかし、その後も4回の肺転移を繰り返し、その度に抗がん剤治療と切除手術を行った。結果的に肺の半分ほどを失い、スポーツや息が上がることをするのは難しいと言われた。

そんな中、治療を一通り終えた中学2年生のときに一つのきっかけがやってきた。義肢装具士の方の紹介で初めて陸上競技用の義足に触れたのである。今考えると走るというほどのスピードではなかったように思うが、当時は、数年ぶりに感じる風を切る感覚や爽快感、嬉しさで心がいっぱい

になった。そこからは月に1回程度の頻度で競技用義足を借り、走ることを楽しんでいて、これがパラ陸上との最初の出会である。

学年が上がるにつれて学校生活も忙しくなり、受験勉強にも追われるようになったことで、徐々に走る機会は減っていった。ちょうどその頃、テレビでリオパラリンピックの様子を目にした。選手達の活躍する姿は格好良く、また当時すでに東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の招致も決定していたため、心の片隅では「自分もいつかこんなふう活躍できたらな」という憧れを抱いていた。

高校3年生の冬、受験直前にある情報が耳に入った。来年度(2017年度)より、日本財団と日本体育大学が連携してパラアスリート養成のための給付型奨学金制度を設け、また日体大陸上競技部内にパラアスリートブロックが設置されるというものであった。競技用義足の購入費用や遠征費をまかなうことができ、さらには練習環境も確保される。4年後の東京パラリンピックを目指すにはこの上ないチャンスだと感じた。元々建築系志望だった私だが、180度進路を変え、日体大の門をくぐった。

## 2. 日体大の思い出

陸上部に入部したものの、本格的な競技経験がなかった私にとっては全てが初めてのことであり、当初は日々の練習をこなすのが精一杯であった。先輩や他の新入部員にとってはウォーミングアップ程度でも、私にとっては全力を使い果たすほどの練習メニューだった。明らかな体力差に焦りや不安ばかりが募り、辛く1人寮で泣いていたことも多々あった。

競技について無知な私と、義足選手の指導が初めての監督との間で、中々意見が一致しないもどかしさもあった。しかし、目標がぶれることはなく、その夢を叶える為には何としても競技力を上げ監督に振り向いてもらおう、より良い関係を築

けるようになろうと心に決め、日々自分に出来る限りの努力を重ねた。そしてそれにより少しずつ自分の限界値が上がっていくことを実感できるようになった。

東京パラリンピック代表内定をかけた世界選手権では、初めての世界戦に対する緊張や、内定を獲れなかったらというプレッシャーがあったが、家族や友人、部活や寮の仲間などの沢山の応援が支えとなり、結果3位銅メダルで内定を獲得することができた。入学当初に掲げた目標に一步近づけた安堵感や、沢山の支え、特にゼロからここまで引っ張ってきてくださった監督への感謝の気持ちで胸がいっぱいになり、涙があふれた。

部活のみならず、授業や実習でも様々な思い出がある。特に実技の授業では、皆と同じようにできるものばかりではなかったが、先生方が創意工夫してくださったおかげで沢山の新しいことに挑戦し、どの授業も最後には楽しく受講することができた。D班からのスタートだった海浜実習も、最後には遠泳を完泳することができ、大きな自信となった。また、ソフトボールの授業では、フライキャッチができないのが悔しく、泣きながら練習したことや授業時間外にも先生にご指導いただいたこと、そして試験課題の一つであるキャッチに成功し合格したとき、クラスの皆が駆け寄って自分のことのように喜んでくれたことは今でも忘れられない思い出となっている。

一度はできないと諦めかけていたことでも、自分の考え方や努力次第で良い方向に変えていける、できなかったことができるようになる、という喜びを学生生活の中で何度も味わうことができた。またこれらの経験により、義足に対してマイナスな感情しか持てなかった自分自身のマインドが大きく変わり、肯定できるようになったことも実感した。熱心にご指導くださった先生方や、より良い学校生活のためにサポートしてくださった職員の皆様、学びの場を提供してくださった日本体育大学に改めて感謝申し上げたい。

### 3. パラリンピックの感想

2020年、大学4年生で迎えるはずだった東京2020大会が延期された。もしかするとこのまま開催されずになくなってしまいかもかもしれない、という不安はあったものの、新型コロナウイルス感染症拡大により様々な社会的影響が世界中に引き起こされていた中だったため、大会延期のニュースに対しての驚きはなかった。

本番までの準備期間が一年伸びたのだとチャンスとして捉え、出来る限りのトレーニングを積み重ねた。特に私の場合は競技歴が浅いこともあり、プラスにはたらくことが多いと感じていた。緊急事態宣言中は競技場やトレーニング施設での練習はできなかったが、自宅でのトレーニングに励んだ。宣言が徐々に解除され、通常通りのトレーニングができるようになってきた頃の試合では自己記録を更新し、限られた環境下でも結果に繋げる自信がついた。

2021年になり、合宿なども徐々にできるようになってきたことでより良い状態でシーズンに入ることができた。シーズン前半の試合で走幅跳、100mともに自己記録を更新し、上手く調子を上げてこられていた。

そして迎えた東京パラリンピックの走幅跳本番。1本目の試技、助走が合わずファールとなった。これまでの試合でもこの展開自体は珍しいことではなかったので、大きく焦ることなく次に向かっていたつもりだった。走幅跳の試合では、試技ごとにコーチからのアドバイスを受けて修正し、次の試技に向かう。このときももらったアドバイスを基に2本目に臨んだが、結果は再びファール。修正したはずなのに助走が合わない。なぜ助走が合わないのか分からない。この段階で一気に焦りが押し寄せた。その後3本目で記録を残し4本目以降の試技に進むことはできたものの、調子を上げることはできず不完全燃焼のまま試合は終了した。その2日後に迎えた100mのレースでもシーズンワーストの記録となり、なんとか

タイムで拾われ決勝には進むことができたが、8位という不甲斐ない結果に終わった。

「自分の中でしっかりと力を出し切った、やりきったと思えるようにしたい。」これを目標としていたにもかかわらず、それが達成できなかったことが何よりも悔しかった。支えてくれた人、応援してくれた人たちの顔が浮かび、申し訳ない気持ちにもなった。ただそれと同時に、自分が競技を始めるきっかけとなったこの東京パラリンピックという舞台でパフォーマンスができたことに心から幸せを感じ、大会が開催されたことに感謝の気持ちでいっぱいになった。

### 4. 今後の目標

今後の目標としては、パリ2024パラリンピック競技大会の出場、活躍を目指す。東京パラリンピックのときに果たせなかった目標を達成するために、日々できることを積み重ねていきたい。

また、東京大会は無観客開催であったため、パリ大会では1人でも多くの方に見に来ていただける大会になることを願っている。

そして、私がスポーツに人生を変えてもらったように、今度は私自身のパフォーマンスを通して、昔の自分のようにマイナスな感情を持った人たちの気持ちが少しでもゼロに近づき、さらにはプラスに動いてくれたら、そんなきっかけになれば選手としてこれ以上ない幸せを感じる。

### 5. 日体大生へ一言

前述の通り、私は大学生活を通して、諦めなければ物事は良い方向に変えていける、ということをもっと学んだ。そしてこれらの経験により、徐々に自分自身を肯定できるようになったのを実感し、マインドも大きく変わった。

これは、入学時に掲げた目標がぶれることなく4年間過ごせたことが大きく影響していると感じている。是非皆さんも自分が夢中になれることを

見つけて、それに向かって進んで行って欲しいと  
思う。

(受理日：2023年2月9日)