

フェアプレイ
インタビュー

【陸上競技・円盤投】
ALSOX 群馬所属
堤 雄司選手



プロフィール
生年月日：1989年12月22日
出身地：北海道

男子円盤投
日本記録保持者

お互いを自然にリスペクトし合う

円盤投の魅力

2キロの重さの円盤を、体を回転させ、より遠くに投げることで勝敗を競う男子円盤投。その日本記録（62メートル59）を保持しているのが堤雄司選手です。堤選手が円盤投を始めたのは中学入学後。小学生時代は地元のサッカースポーツ少年団に所属していましたが、円盤投の元選手で指導者である父親の影響もあり、

遊び感覚で円盤を投げることに親しんでいたことがきっかけでした。中学3年時には全国大会で優勝、高校1年時には国民体育大会（国体）少年男子B・円盤投の初代優勝者に。その後も高校、大学と活躍し、現在は、東京五輪出場を狙っています。円盤投の魅力は「陸上競技の中でもより多くの技術が求められること、試合では相手との駆け引きもあるので心技体がそろわないと実力を発揮できない。その難しさです」と言います。

フェアプレーは習慣

円盤投の選手たちは「試合以外の場でも、技術や今の状態について積極的に情報交換をしている」と堤選手は言います。他競技や他種目では、戦う相手に情報を隠すという作戦をとることも多いなか、「話し合ったり意見を求めたりすることで互いに高め合う関係

堤選手が続けているのが、試合計画表をつくることです。試合当日のウォーミングアップから1投ごとに意識すべき点、そして記録目標までをノートに書き留め、見える化しています。「自分が考えていることを見えるようにしておく、試合で緊張したり、失敗して頭の中が真っ白になったりしても、それを見てやるべきことをすぐに確認できるからです」。あらゆる状況に対応できるようにしておくことは、自分の実力を発揮するための重要な要素なのです。

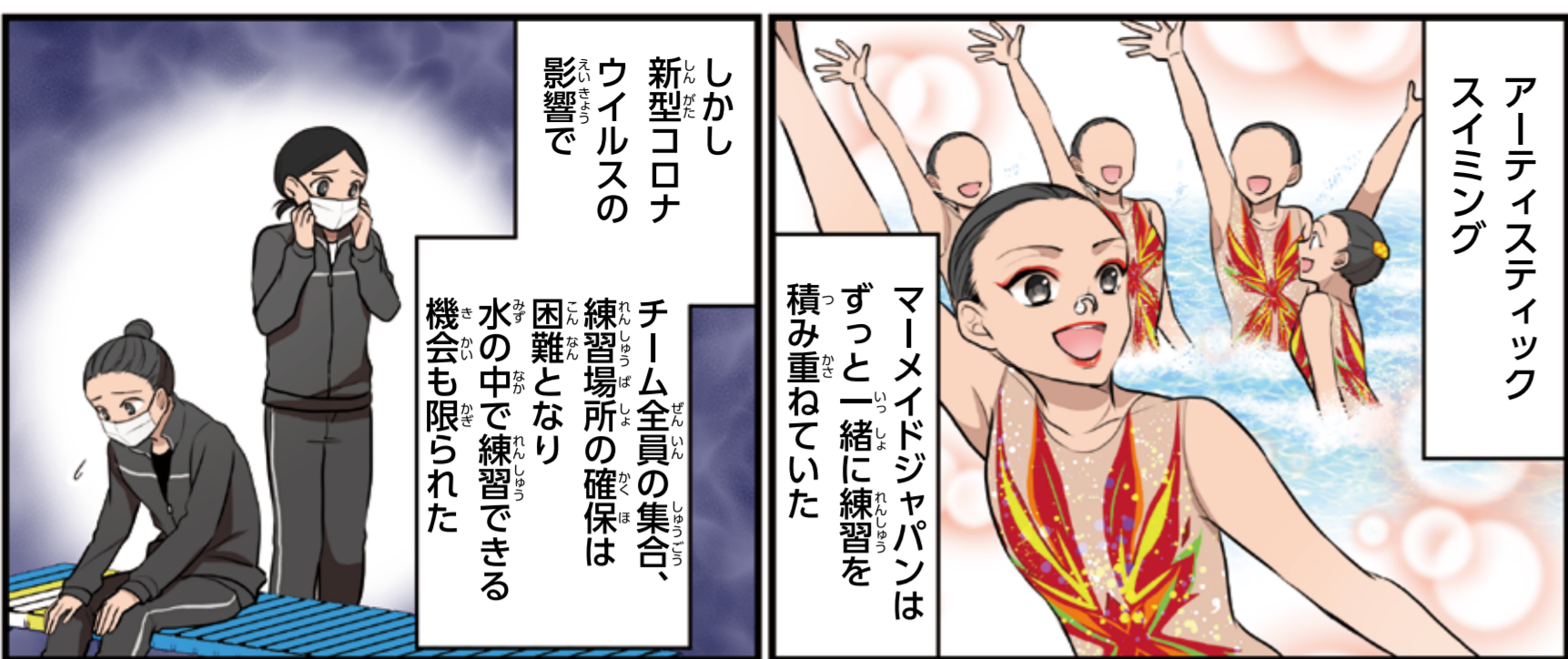
目標と計画は見える形に



「フェアプレイ宣言」しました!!

なのです。それは僕らにとって、習慣なのです」と語るとおり、普段から自然にお互いをリスペクトし合っています。堤選手は国体などで後輩たちと一緒にいると積極的に交流をはかっています。時には一緒に練習して間近で投げる姿を見せたり、練習方法や悩みなどを聞いたりしています。そこには自分の経験を伝えることで円盤投のさらなる発展を願う思いが込められているのです。

フェアプレイストーリー
支え合いと感謝の心でより強いチームへー
アーティスティックスイミング
マーメイドジャパン
（日本代表チーム）

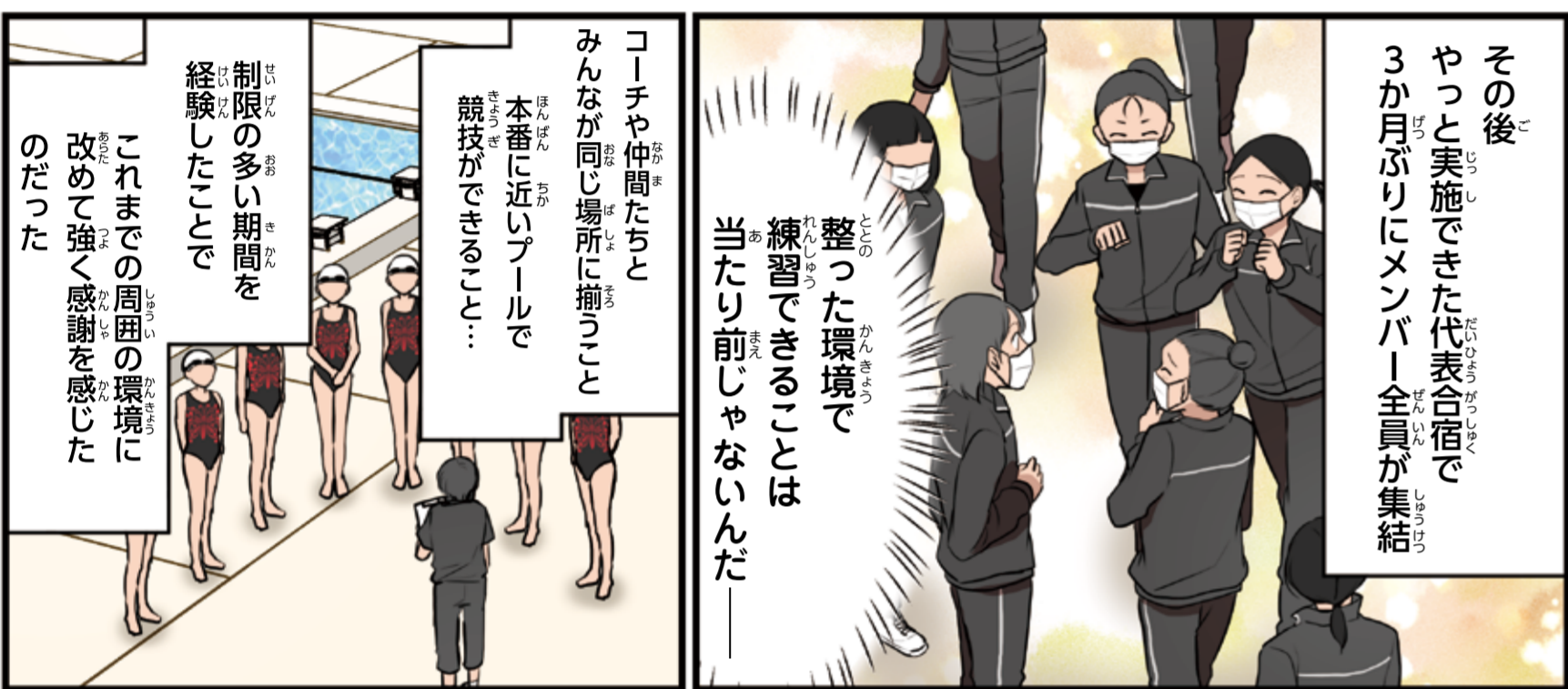


アーティスティック
スイミング

マーメイドジャパンは
ずっと一緒に練習を
積み重ねていた

しかし
新型コロナウイルスの
影響で

チーム全員の集合、
練習場所の確保は
困難となり
水の中で練習できる
機会も限られた

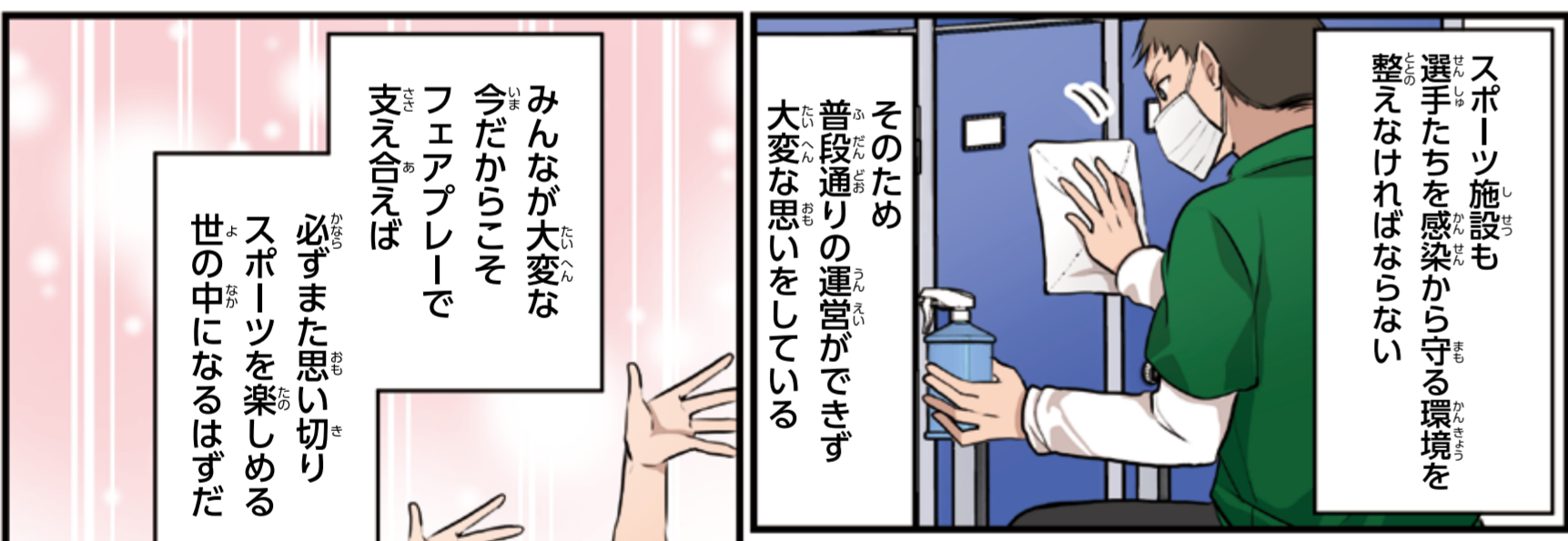


その後
やっと実施できた代表合宿で
3か月ぶりにメンバー全員が集結

整った環境で
練習できることは
当たり前じゃないんだ

コーチや仲間たちと
みんなが同じ場所に揃うこと
本番に近いプールで
競技ができること…

制限の多い期間を
経験したことで
これまでの周囲の環境に
改めて強く感謝を感じた
のだった

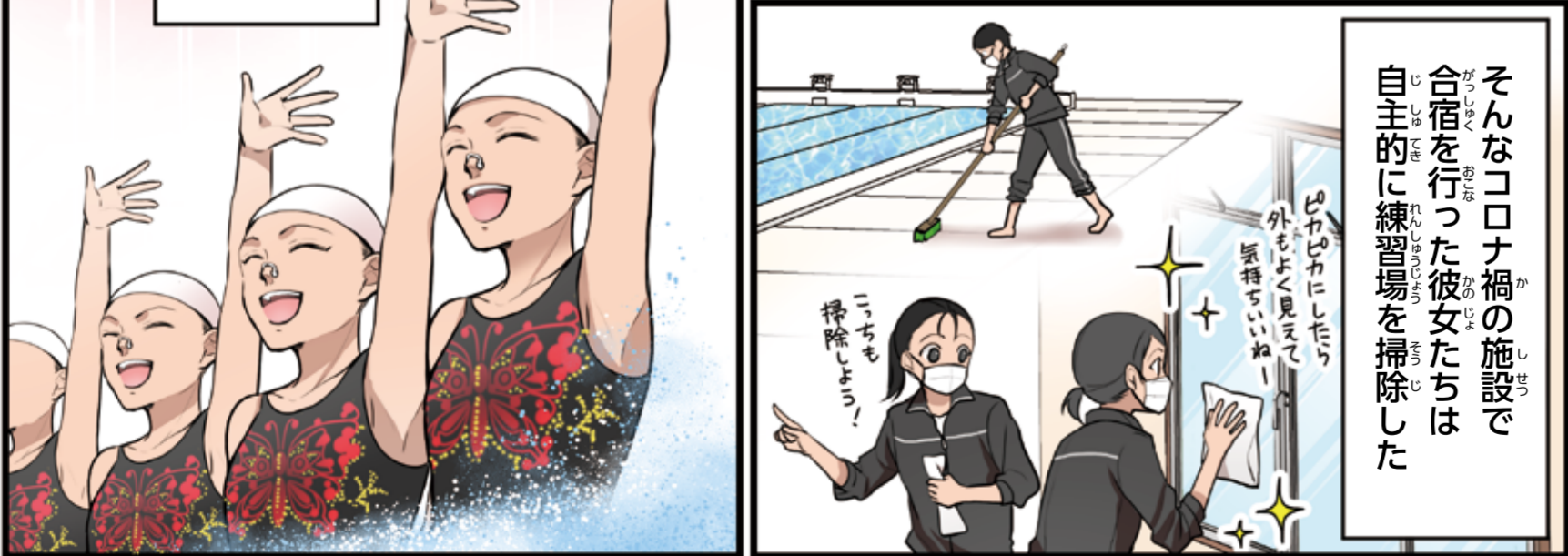


スポーツ施設も
選手たちを感染から守る環境を
整えなければならぬ

そのため
普段通りの運営ができず
大変な思いをしている

みんなが大変な
今だからこそ
フェアプレーで
支え合えば

必ずまた思い切り
スポーツを楽しめる
世の中になるはずだ



そんなコロナ禍の施設で
合宿を行った彼女たちは
自主的に練習場を掃除した

