



心の成長でつかんだ金メダル

スケートボード

吉沢 恋選手

トップアスリートに聞く!

ポジティブマインドと練習の積み重ねが成功に近づく

吉沢 恋選手
スケートボード女子日本代表
/ ACT SB STORE

うまくいかななくても落ち込まず
ポジティブに考える

「うまくいかないとネガティブになるものですが、それだと結局ずっとうまくいきません。『さっきより今のほうがよかった』とポジティブに捉えることで、次のチャレンジを恐れなくなり、成功に近づくことができると思っています」

視野を広げ
自分にとってベストの道を探す

「うまくいかなければ、それはとても価値があることなんだ!」
それ以降、吉沢選手は何事もポジティブに考えるようになったと言います。



パリオリンピック、スケートボード女子ストリートで金メダルを獲得

「終わること...」
「それ以降、吉沢選手は何事もポジティブに考えるようになったと言います。」
「練習でうまくいったと思っています」
「そうして金メダルを手にした吉沢選手には、同じ年代の小中学生に伝えたいことがあります。それは『諦めずに続けるのもすごいことですが、それだけに執着して周りが」

わたしもフェアプレー宣言!

スマホやタブレット端末を使ってQRコードを読み取ると、フェアプレー宣言書を持った正々堂々と堂々ちゃんが出現するよ!一緒に写真を撮っちゃおう

見えなくなると遠回りになることもめざしているところだけを見るのではなく、視野を広げて、何が自分にとってベストの道なのかを考えることが大切だと思います」
吉沢選手の次の目標は2028年のロサンゼルスオリンピックでも優勝すること。「新しい技も取り入れて完成度を上げていきたい。スタイルやカッコよさも含めて『完全勝利だね』と言ってもらえるようなパフォーマンスをしたいです」と、今もバークで汗を流しています。

フェアプレー宣言しました

フェアプレーニューススタンプラリー

スマホやタブレット端末をかざして、吉沢 恋選手からのフェアプレーメッセージ動画をチェック!

★左上に出てくる「タップしてスタンプをゲット」をタップしてスタンプラリーに参加。年に9回発行されるすべての「フェアプレーニューススタンプ」を集めてオリジナルフォトフレームをゲットしよう!

【答えB】

ルールを守ってフェアプレースポーツルールクイズ

Q スケートボード競技では技のことを何と呼ぶ?
A スコア B トリック C テクニック

A スケートボード競技では技のことをトリックと呼びます。ジャンプ、空中動作、回転などのトリックの難易度や高さ、スピードなどを評価する採点競技です。

フェアプレーニュースとフェアプレー宣言はJSPOのキャンペーンホームページでチェック!



フェアプレーキャンペーンTOPページ → フェアプレーニュース で見たいニュースを見つけよう
フェアプレー宣言 → フェアプレー宣言 「宣言する」をクリックしてね



スマホやタブレット端末を活用。新しくなった「フェアプレーニュース」の詳しい使い方や注意点は、こちらから



フェアプレーニュース 第163号
2024年11月11日発行(次回は2024年12月9日発行予定です)
フェアプレーニュースは、スポーツ振興くじの助成を受けて制作・配送をしています。
企画: JSPO(公益財団法人日本スポーツ協会) https://www.japan-sports.or.jp/



日本スポーツ協会 検索