

The SEIKYO GIFT

セイキョウ ギフト

競泳選手 鈴木聡美さん

2012年、ロンドン五輪100m平泳ぎで銅、200mで銀、400mでメドレーリレーで銅メダルを獲得した鈴木聡美選手。その後、東京五輪の落選を経て、24年のパリ五輪200mでは12年ぶ

アスリート 超える力

りの五輪決勝の舞台で4位に。昨年は15年ぶりに日本選手権で3冠、自己ベストを2回更新。28年のロサンゼルス五輪を見据え、常識を覆す挑戦を続ける理由を聞きました。(3月16日付)

「ここ数年、自己ベストを連続しています。好調の要因は？」

「何ですかね(笑)。本当に自分でも不思議に思うくらいで、でも、一つは変化を受け入れられるようになったのかな。ロンドン五輪の翌年から社会人になって、「理想の社会人イメージ」を目指してやっていたものの、「この練習はやりたくない」「私はこういう泳ぎをしたい」と頑固になってしまっ、なかなか思うような結果が出ませんでした。もう諦めるべきのかな、って思っていた時も正直ありましたけど、自分で考えてやっていたのかないかな。だから、全部お任せしよう、監督やトレーナーさんからのアドバイス方針を、とにかく積極的に取り入れたい。それから、ありとあらゆるものが良い方向に進みますよ。そしたらいつの間にか35歳になっちゃいました(笑)。

「30歳で泳を変えたそうですが、今まで積み上げてきたものを崩すことは、とても勇気のいることだと思います。」

「積極的に諦めたんです。「諦める」だけを切り取ると、どうしてもネガティブな印象に捉えられるんですけど、新しい可能性に挑戦するために、一度「積極的に諦め」した。土台もろろん残しておくんですけど、これまたの形に固執しませんでしたと長いというところに付かされて、ロンドン五輪の映像をたまに見返してんですけど、「うわ、まだ全然悔いなくていい泳ぎしてるとな(笑)。当時めっちゃめんどくさかっと思ってたんですけど、今の泳ぎの方が全然上手なんですな。」

「そんなに速うんでね。」

「全然速いよな。」「もっとなんて〜」って言いながら泳ぎを崩してました(笑)。でも、泳ぎを崩すと、最初のうちはどうしても記録につながらないから、実を述べた

「すま〜さん、1999年、熊鷹選手、ミキハス所属。2012年ロンドン五輪は、日本競泳女子史上初の1大会で3つのメダルを獲得。16年、25歳で、昨年は日本選手権で3冠、世界水泳選手権の100m平泳ぎで1位、50m平泳ぎ日本記録保持者。」



自分を変える勇気を。そこから未来は光り出す

大変でした。周りがどんなに突き抜けていく中、遅く、地道に、タイムが遅いことが受け入れられなくて、「やっぱり今までのフォームがいい」ってなりがちなんです。監督やトレーナーさんの言葉に、とても助けられました。「今はできなくて当たり前だから、大丈夫だよ」と、この「大丈夫」だよって言うフレーズが一番、安心材料になりました。「じゃあ今はこれでいいか」として(笑)。できない自分も受け止めることができた。これも「積極的な諦め」ですね。

山梨学院大学に入学して以来16年以上、神田彦彦監督の指導を受けています。

「私も学生と一緒に練習し、1日1分ほど泳いでいるんですけど、なぜここまでモチベーションを保ち続けられるのでしょうか。」

「一番は、自己ベストを更新したいっていうことですね。昨年7月の世界水泳の100mは自己ベストを出したものの、4位だったんですよ。やっぱり4位っていうのが悔しくて、「もうちょっと頑張りたいやないかな」と、悔しいからこっぴど叩いて、という気持ちで、レース直後から湧いてくるので、「もう終わりにかよ、みたいな満足感が毎回自分の原動力になっているんですよ。」

「余計な力が抜けた、というのもあるんですね。今後の目標を聞かせてください。」

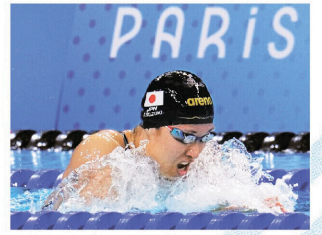
「まずは今月控えている日本選手権の50、100、200mの3種目で、自信が持てる泳ぎができたかな。特に50と100mは、夏に向けてスピードを意識して、自己ベストを狙っています。そしてアジア大会、パンパシフィック選手権の代表に選ばれ、昨年のように自己ベストを更新できたかと思っています。やっぱりメダルが欲しいです。世界に強豪がいるんですけど、メダルを獲える位置にいると思うので、まずは記録を見据えて、一つ一つ取り組んでいきます。」

MEMO

座右の銘は「騎士道精神」。一度戦いに負けた者が、勢いを盛り返して、再び攻めてくること、の意。「中学から高校の国語の授業で習った時に、『これかっこいい！ いいじゃん』って思ってから、ずっと掲げてます。2016年のリオ五輪では準決勝で敗退し、その後5年間、日本代表から遠ざかった。それでも過去の自分を超えたいと、過酷な練習を地道に積み重ね、完全復活を遂げた。座右の銘のままに、今、さらなる進化を続けている。



感想はこちらから



パリ五輪200m平泳ぎ決勝で力泳(2024年8月)



昨年のジャパンオープンで優勝(2025年11月、東京)

【記事】横田幸奈 【レイアウト】宮本晴美 【メイン写真】手面香 その他の写真は共同通信社

創業25周年 大創業祭開催中!

2WAY

自分だけの特等席!

取り外して使える背クッション付きで年中使える!

天然籐使用! 高さが選べる回転座椅子!

大人気の籐手エアが背もたれが広くなりホルルに感アツブリ!

毎日使ってもだから高品質にこだわりました!

洗ひ替えに
ご家族で
お客様用に

3色組が新登場!

肌まわりの良い花柄ジャカード織

ジャカード織の今治産タオルケット

商品番号 4511-78002

1枚 4,000円(税込) | 3色組 10,000円(税込)

お電話でご注文 送料別 商品番号をお伝えください!

0120-188-788

今治産タオルケット

約120年の間、タオル産業が受け継がれてきた今治の伝統。愛国会社、伝統が培った技術を継承し、職人が丹精込めて作りあげました。

サラッと快適、ふわっと優しい!

至福の今治産! 爽やかタオルケット!

信賴の今治産!

3色組が新登場!

1枚あたり ¥3,334(税込)

洗濯機OK (ネット使用)

商品番号 4511-78002

3色組なら2,000円(税込)引き!

1枚 4,000円(税込) | 3色組 10,000円(税込)

お電話でご注文 送料別 商品番号をお伝えください!

0120-401-455

寝具の老舗が開発した安心品質!

首や肩に負担がかりにくい「やさしい枕」を作りた、という想いから誕生!

シリーズ累計46000個突破!

頭にフィット!

中央のくぼみが頭部を受け止め、首や肩にかかる負担を軽減!

メッシュで通気性抜群!

首・肩を支える!

面にフィットし、首が安定しやすいつまみ部分に設計!

理想的な寝姿勢をキープ!

商品番号 4511-78003

西川低反発枕

1個 3,600円(税込) | 2個 5,200円(税込)

2個なら1,620円(税込)引き!

お電話でご注文 送料別 商品番号をお伝えください!

0120-401-455