

## アスリートに聞く！ ～スポーツとカラダづくり～

# 自分にチャレンジし続ける熱きパワーで メダルへ向かって突き進め！

千葉で生まれ育ち、社会人となった現在も市原市に住む杉野さん。おっとりとした口調とは裏腹に、自身の障がいハンディだと思ったことはないというほど前向きで、自然体。そんな彼女のひたむきなチャレンジ精神と、来たる2020年に向けた思いを伺いました。



パラバドミントン

すぎの あきこ  
杉野 明子さん

◆ 一目惚れした競技「バドミントン」に、チャレンジ  
競技としてバドミントンを始めたのは中学生の時。剣道部を見学しに行ったときに体育館でたまたま見た、バドミントンのあの音やスピード感到衝撃を受け、すぐに「やりたい！」と決めました。私は左腕に障がいがありますが、実はそれをハンディだと感じたことはないんです。ただ「ちょっとみんなと違うな」と思うぐらい（笑）。もちろん障がいによってできること、できないことはあります。でもやりたいと思ったことは、まずは必ず試してみる。だから中学の部活を選ぶ際にも、「障がいがあるから運動部はやめよう」という思考は私には無く、いつもの感覚で選びました。とはいえ、顧問の先生としては障がい者の受け入れは初めて。入部の相談をすると悩み



ながらも、「みんなと同じようにできるとは言えないけれど、一緒にやり方を考えていこう」とおっしゃってくださいました。バドミントンを始められたのはその一言があったからこそ。顧問の先生には今でもとても感謝しています。

◆見よう見まねで編み出した自分なりのフォームが、今のスタイルのベースに

入部してからしばらくは試行錯誤の連続でした。上手な先輩の動きをじっくり観察して自分なりにイメージし、色々な持ち方や体の傾け方を試して、自分にとって一番良い形を編み出していきました。練習がきつても続けられたのは、競技の楽しさはもちろん、先生やチームメイトとの関係も大きかったで

すね。配慮はあっても特別扱いはない。できなかったら怒られるし、できたらみんなと同じように褒められる。私にとってはそれが心地よく、バドミントンがどんどん好きになっていきました。

◆ハンドルの全くない勝負の世界で強く「勝ちたい」と思った

大学に進学してもバドミントン部に所属し、時々、地域のパラバドミントンクラブの練習や大会にも参加していました。

そして大学2年生の頃、パラバドミントンのコートにお声かけいただき、国際大会へ出場する機会がありました。初めて海外のパラアスリートたちとプレーをしたその時、パラバドミントンに対する意識

がガラリと変わりました。



それまで健常者との試合に負けると、意識していないとは言え、どこかで障がいと言いついてきた部分があったんです。でもパラバドミントンの世界での負けは、シンプルに私ができる環境だからこそ、「実力だけの真剣勝負ができるこの世界で勝ちたい」と強く思うようになりました。

◆東京パラリンピックで何が何でもメダルをとって、みんなに恩返しをしたい

大学卒業後は仕事をしながらバドミントンを続けました。ただし、平日は終日仕事で、練習は週に一度、日曜にできるかどうか。海外遠征などには有給をとり自費で参加するという日々でした。そんな中、2014年仁川アジアパラ競技大会の日本代表に選ばれた際、上司が会社につけあってくれ、それ以降の大会は公休扱いで行けるように。その後、会社側で制度を整えてくれ、今では月曜から木曜の午後、金曜の終日を練習にあて、費用面でのサポートもいただけになりました。参加できる大会数も増え、練習や準備もしつかりできるようになったことで結果も向上。本当にありがたいと思っています。

2020年の東京パラリンピックは自分にとって大きな目標であり、バドミントンを続ける理由でもあります。応援してくれる会社や同僚、お世話になっている周囲の方々に私ができる一番の恩返しは、「ありがとう」という言葉だけでなく、2020年東京パラリンピックという大きな舞台でメダルを獲得すること。その思いを胸に、日々のトレーニングを着実に続け、目の前にある一つひとつの試合を大切に、邁進していきたいと思っています。

## 読者プレゼント



### サイン色紙…3名様

応募方法は、医師会インフォメーションをご覧ください。

■杉野明子（すぎのあきこ）／1990年12月7日生／出身地：千葉県市原市／主な戦績：2014年仁川アジアパラ競技大会で女子ダブルス銅メダル、女子シングルスベスト8入賞。・2015年2nd INDONESIA PARA-BADMINTON INTERNATIONAL 2015で女子ダブルス銅メダル、女子シングルス銀メダル。