

interview



車いすテニス男子シングルス決勝で戦う国枝選手  
提供：Bob Martin / IOC / OIS / アフロ

# 車いすテニス 国枝慎吾選手

## 諦めないで一日一日力を尽くすことが夢につながる

——シングルスでの金メダル獲得おめでとうございます。今回のパラリンピックでは、日本選手団主将として出場されましたが、どのような心境で大会に臨まれましたか。

**国枝選手** 主将として自分の活躍で引っ張ってきたいという気持ちは当然ありましたし、逆に言えば早期に敗退するわけにはいかないというプレッシャーもありました。また、自分自身のキャリアがおそらく終盤に差し掛かっているところで、こうして日本でパラリンピックが開催されるという奇跡的なめぐり合わせがあり、その大舞台へ臨

む気持ちは、それまでの大会とは比べものになりませんでした。最後の最後までちょっとハイな状態でプレーできたのは、ホームの力があったからだと思います。

——「俺は最強だ」という言葉を座右の銘とされているということですが、どのような思いでその言葉を選んだのでしょうか。

**国枝選手** 僕が世界10位だった2006年に、アン・クインさんというオーストラリアの有名なメンタルトレーナーからカウンセリングを受けたのがきっかけでした。僕がナンバーワンになりたいと言

ったら、「なりたい」ではなくて自分自身が「ナンバーワンだ」と断言するトレーニングから始めましょう。

——最初にその話を聞いたとき、そのような方法で大丈夫なのかと思いませんでしたか。

**国枝選手** 当然半信半疑でしたが、何事もやってみないとわからないだろうと思いました。朝起きて鏡の前で「俺は最強だ」と自分に言って、ラケットに貼ったりもしました。世界10位だった僕が3カ月くらいでグランドスラムのタイトルを獲得して世界ランキング1位になったのは、メンタルがプレーに及ぼす影響がこれだけ大きいのかということを感じた瞬間でした。

——「ナンバーワン」ではなく「最強だ」としたことには何か意味があるのですか。

**国枝選手** アン・クインさんから、気持ちが乗りやすいものを選び、自分でどんどん変えていきなさいというアドバイスから言葉を選びました。——人間どうしても弱気になりますが、その言葉だけで乗り切れるものですか。

**国枝選手** 当然、裏づけが必要です。例えば風邪をひいて休んでいたのに「俺は最強だ」と言ってもプレーに表れないですし、裏でどれだけやっているかということが自信になるからこそ力になるのだと思います。

——けがなどの困難にぶつかったとき、どのようにして乗り越えてきましたか。

**国枝選手** トレーナーやドクター、妻の支えもありますし、自分自身でもどうしたらけがをしないように打てるのかと、人体の構造を研究したりも

しました。——パラスポーツの発展のためにどのような取り組みが必要だと思いますか。

**国枝選手** 選手自身が技術や力を見せることで興味を持ってもらえるコンテンツにしていけないと継続しません。見る人の想像を超えるプレーが競技の盛り上がりにつながると思います。

——国枝選手にとって車いすテニスの魅力、難しさはどのようなところでしょうか。

**国枝選手** ショットと車いすの操作という両方のテクニックが必要というところが魅力だと思います。一方で、健常者がサイドステップを踏めるところで車いすではターンしないと横に動けないので、相手から目を離さなければなりません。そういったところが難しさです。

——テニスは健常者と戦えるスポーツですね。

**国枝選手** そうですね。僕は1年間のうち8割くらい健常者とプレーしていて、本当に健常者と障害者の垣根が低い競技だと思います。ルールもツーバウンドまでの返球が許されるというところ以外変わりませんし、トップになればなるほどツーバウンドで取ることも少なくなります。僕も7、8割くらいはワンバウンドもしくはノーバウンドです。

——最後に、ご自身の経験を踏まえて、子どもたちにメッセージをお願いします。

**国枝選手** やはり日々の積み重ねで世界1位になり、こうしてパラリンピックのチャンピオンになることができました。諦めないで一日一日とかく力を尽くすことが夢につながると思います。



笑顔でインタビューに応える国枝選手



日本国旗を手にガッツポーズ

©ライター/アフロ