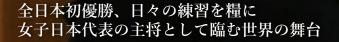


世界剣道選手権大会へ日本代表・女子主将として









一 昨年は全日本選手権で悲願の初優勝を果たしました。

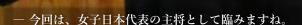
「9回目の出場で初めての優勝でしたので、直後は夢みたいな感じでした。 大会が終わってから"おめでとう"と言われたり、祝賀会を開いていただ いたりして、"優勝したんだな"という実感が湧きました」

次はいよいよ世界選手権ですね。

「6年ぶりの開催ですので、他の国のレベルも上がっていると思います。 プレッシャーがないかと言われたら嘘になるんですけど、プレッシャー をプラスに変えて臨みたいですね」

海外での大会はコンディション調整が大変そうですね。

「ヨーロッパでの大会ですので、食事と時差の面はちょっと怖いかなという感じですね。大会当日にベストコンディションにしないといけませんので、どうにかして自分で調整しないといけないなと思います。試合をやること自体は、今までの経験があるので、あまり心配はありません。この大会に向けて2年ぐらい、みんなで合宿をしてきたことは間違いないので、それを自分の自信に変えてやっていけたらいいなと思います」



「以前は自分が先陣を切っていく気持ちでした。今回は主将として チーム全体を見る必要があります。大会に向けた合宿でも周りの 人たちと協力してコミュニケーションをとるようにしています。 今までにはないことです」

渡邊さん自身の課題はどうですか?

「技術面よりもメンタル面ですね。世界選手権は国をかけた戦いで不安に陥ることもあるとは思うんですけど、それを見て見ぬふりしない。今自分がなぜ不安や恐怖に陥っているのかを突き詰め、メンタル面を整えて強くしたいと思います」

一厳しい練習の積み重ねは自信になるのではないですか?

「根拠のない"大丈夫"という言葉が一番危ないと思っています。みんなできつい練習をしてきた事実は、"大丈夫"という根拠に結びつくはずです。あと1回合宿がありますので、もっともっと強い気持ちになれるよう、1日1日を大事に過ごしていきたいです」





