

## アカデミー生、アスリート ヴィレッジに戻る

5月28日から、アカデミー生がアスリートヴィレッジへ戻って来ています。新型コロナウイルス感染予防対策のため、4月8日から活動拠点であるハイパフォーマンススポーツセンター(HPSC)の利用が中止となった関係で、約50日ぶりにエリートアカデミーでの活動が戻ってきました。

アカデミー生は、アスリートヴィレッジを離れていた期間、様々なことを考えました。今回は、その思いをアカデミー生自身の言葉でお伝えします。

### 【尾崎 野乃香 (高3:レスリング)】

私が、新型コロナウイルス感染症の影響で帰省して、感じたことは沢山あります。

まず今まで普通にレスリングができていたことがどれほど幸せだったかということです。練習が思うようにできない今、自分を奮い立たせ筋力も落とさぬよう1人でトレーニングを決めて実行することは、自分に負けそうになり本当に大変なことだと分かりました。それでも次レスリングが出来た時に100%の体力で練習に励めるように頑張ろうと自分に喝を入れてやっています。

次に、いつも自分を笑顔にさせてくれている存在の仲間に、会えないということです。当たり前で学校に行けば会えて楽しく笑い合う友達、レスリングの友達、先輩、後輩達、いつもそばで支えてくれた人たちに会えなくなり、自分はとても幸せな生活を送っていたなと改めて思うのと同時に、とても恋しい気持ちが大きくなりました。

このコロナウイルスがいつ終息するかは分かりませんが、自分が出来ることである自粛を守り、責任を持った行動をこれからも続けていきたいと思っています。

今、世界中のアスリートがSNSで前向きな発信やお家でできるトレーニングなどを載せています。それを見て、とても素晴らしい事だと思いました。自分もこんな風に世界を明るくさせる力を持つアスリートになりたいと思いました。それが出来る、人間力が高いアスリートを目指して、NTCに帰った時にはまた思いっきり目標に向かってトレーニングに励めることを楽しみに今の帰省を良い時間にしようと思います。(4月23日)

### 【長崎美柚 (高3:卓球)】

今回、緊急事態宣言を受けアスリートヴィレッジを離れたことによって、沢山の方に支えられて生活している事に改めて気づきました。例えば、栄養バランスを考えながら食事を摂ることや、外に出たらヴィレッジにいる時以上に、自分の意志に責任を持って行動しなければならないことなどです。

このような大きな出来事を経験することができて、今は良かったと思っています。大会が次々と中止になり試合がなくなる中、始めは何のために練習しているのだろうと考えることもありました。しかし今だから出来るのが沢山あることに気づくことができました。幸い練習環境を確保して頂き、毎日練習に励むことができています。

世界中で早くコロナウイルスが終息することを願い、前向きにこの状況を捉え、これからも体調管理に気をつけてステップアップできるように頑張りたいです。(4月22日)

### 【安田 舞 (高3:飛込)】

コロナウイルスの影響で、思うように練習が出来ない日々が続いています。もどかしい気持ちと共に、今まで当たり前にあった練習環境が呆気なく失くなってしまったことに驚きを感じています。

私が最も重要だと考える「入水感覚」が、プールに入れないことにより鈍ってしまうことに、だんだん不安も感じています。しかし、この自粛期間だからこそできるトレーニングや柔軟に時間を割き、次のプール練習でのレベルアップに、備えたいと思います。(4月21日)

### 【佐藤 琳 (高3:ライフル射撃)】

新型コロナウイルスの感染拡大の影響により、NTCが閉鎖され自宅で練習している状況です。最後のアカデミー生活が始まるという思いでやる気に満ちていましたが、目標としていた大会も中止になってしまいました。

自粛生活をしている中で、普段の競技生活がとても恵まれており多くの方に支えられていることを、改めて感じました。制限された環境でも向上心を持ち、感染拡大が終息した暁にはレベルアップした姿で競技会に参加できるよう、1日1日を大切に過ごしていきたいです。(4月24日)

### 【高木 葵 (高3:ライフル射撃)】

新型コロナウイルス感染拡大による混乱の中、エリートアカデミー生、また高校生として締め括りの1年を迎えました。3月以降の目標としていた多くの試合の中止・延期や、私達の活動拠点である味の素ナショナルトレーニングセンターの活動停止といった影響を受ける中で、先が見えないことに対する不安と同時に、これまで競技活動が続けられていたことの有り難さも感じています。試合が無いことで仲間に会えない寂しさもありますが、次の試合で実力を発揮し、高得点を狙っていけるように、現在は制限下なりにトレーニングを日々続けています。

また、今年度の間にナショナルチームに入り、国内外で活躍する選手となることを目指し、今まで以上に心技体の強化に取り組んでいきます。(4月20日)

### 【中條 扇之介 (高3:ボート)】

今世界中がコロナの影響で大変なことになっています。医療関係者や政府など沢山の方々が、感染拡大を封じようと尽力してくださっています。このままではオリンピックが、出来るかも分かりません。いち早くコロナの感染拡大を抑えるためには、日本国民全員が協力し不要不急の外出を自粛する必要があります。ろくにトレーニングも出来ず今は何を目標に頑張ればいいのか全くわかりません。

普段の生活がどれだけ幸せで、どれだけ楽しいものかを今回を機に感じました。はやく元通りの生活に戻れることを、心から祈っています。(4月20日)

### 【上野 美歩 (高3:ボート)】

私は、この状況で普段のように生活・練習ができず、とても大変です。いつもは、水上で練習しているけれど今は、全て自宅での練習しかできない状態です。一人でのトレーニングはとても心細く、気持ち的にも少し落ち込んでしまいます。でも、自宅でのトレーニングにも慣れてきたのであと少し頑張りたいです。また、学校にも行けないので、iPadでオンライン授業を受けています。しかし、この時期だからこそ自分を見直すチャンスだと思います。だから、このことを前向きに捉えて、今できることに取り組んでいきます。(4月26日)

### 【渡邊 麻央 (高3:アーチェリー)】

新型コロナウイルスが広がる今、私たちは自宅にいます。最初は、試合がなくなったりモチベーションの維持が難しかったですが、今できることはなんだろうと考えた時に、試合がないからこそもう一度自分の射形を見直したり、体力の強化ができると思いました。

また、苦手な教科を徹底的に勉強したり、予習をしっかりすることで学校が始まって授業についていけると考えました。今だからこそできることをよく考え、自分をもう一度見直し、成長できるきっかけを見つけたいです。(4月23日)

### 【園田 稚 (高3:アーチェリー)】

この新型コロナウイルスが広がり始めて、私たちEAは実家に約1ヶ月帰ることになりました。そこで感じたことは、やはりNTCは練習環境がとても充実していたと感じました。ですが、今は地元でできることを精一杯やり、悔いのない最後の1年にしたいです。

また減多にない、家族との時間を大切にしたいと思います。1日でもはやいコロナウイルスの終息の為に、自粛生活を頑張ります。

(4月23日)

### 【高橋 海大 (高2:レスリング)】

今新型コロナという病気が日本だけでなく世界に広がっています。私が出ようとしていたJOC杯や関東大会がなくなり、高校総体までもがなくなってしまいました。私は、言わずもがな試合で勝つためにこれまで練習をしてきました。その試合がなくなってしまい、最初はモチベーションが下がり練習をする気も失せてしまいました。しかし、僕の夢はオリンピックで優勝することです。自分は目の前のことに精一杯になっていて、もっと先のことが見えていませんでした。これからは、コロナの対策を続け自分に出来ることをやっていきたいと思います。(4月20日)

### 【坂本 由宇 (高2:レスリング)】

今回コロナウイルスによってアカデミーを離れ家に戻り生活していて、普段自分が周りの人のおかげで思いっきりレスリングをすることができているのを改めて感じました。いつも練習相手がいていつでも練習できる場所があること、サクラダイニングで栄養のある食事を食べられることなどの大切さに気づきました。また、家で自分でメニューを考えて体を動かすことの大変さを毎日感じています。一日でも早くコロナが終息してアカデミーでの生活に戻り、思いっきりレスリングができるようになって欲しいと思います。(4月24日)

### 【瀬川 咲新 (高2:ボート)】

今回このようなことになってしまい複雑な気持ちではありますが、でも私はポジティブに考え、この時にしかできないこともあると思って練習にも取り組んでいます。しかし水上の技術が落ちていないかとても不安です。

勉強面できちんと理解できているのか不安ですが、一回に集中して行えてると思います。練習相手、アカデミーの仲間、ライバル等がない中ですが自分に勝てるよう残りも過ごしたいと思います。

(4月21日)

### 【渋谷 樹里 (高2:アーチェリー)】

世界中で新型コロナウイルスの影響が出ている中、私は今すべき事を考え、過ごすようにしています。自宅で練習をし始めて、今まで多くの人に支えられ、すごく恵まれた環境で練習出来ていたという事を身に染みて感じました。この感染拡大を1日でも早く収束させるために、一人一人が責任のある行動をとることが一番大切だと思います。そして、また試合を行う事が出来るようになった時にベストを出せるよう、今は出来る限りの努力を重ねていきます。(4月24日)

### 【伊藤 魁晟 (高2:アーチェリー)】

私は今、自分を成長させるためには何をすべきかということを考えてながら生活しています。大会や遠征など様々な予定がコロナウイルスにより中止になり、練習やトレーニングにも思うように取り組めない状況ですが、大会がないこの時間でもう一度自分を見つめ直し大会が始まった時に自分が高いレベルに上がっているためには今何ができるのかということを考えてながら生活しています。

コロナウイルスの終息に向けて、一人一人が考えて適切な行動をとることは、それぞれの人間力の向上にもつながるのではないかと思います。現在厳しい状況ではありますが、乗り越えたときに自分が成長してられるように、精一杯努力したいと思います。(4月22日)

### 【坪 颯登 (高2:フェンシング)】

今の私の状況は、短い期間での目標を立て、今できることを考えて日々過ごしています。トレーニングでは自分の体と向き合い、体重維持や元の練習に戻った時にすぐ動けるよう、体が鈍らないように努力しています。

そして、コロナウイルスの流行により、外出ができなくなった今、練習する場所や、コーチ、相手がすごく恵まれていたんだと改めて感じました。そして、いろんな大会が延期や中止になり、最初はモチベーションが下がってしまい、あまり良い状態ではありませんでした。ですが今はこの期間が勝負所と考え、日々過ごしています。いつ終息して復活できるかわかりませんが、人一倍、健康面に気をつけていきたいです。(4月22日)

### 【木原美悠 (高1:卓球)】

現在、世界中がコロナウイルスの影響で、誰もが経験した事のない状況に置かれています。私も今までとは全く異なる生活を送っています。

学習面では現在学校に行けない分、高校から出された課題を行い、少しずつ自習の時間を増やしています。

競技面では、当たり前であった練習・試合がこのような状況でできなくなり、改めて周りの方々、サポートをして下さっている方々に感謝の気持ちを忘れてはいけなと感じました。

コロナウイルスが治まり、試合がいつも通り出来る状況に戻った際には、以前とは全く違うプレーをファンの方々、サポートをして下さっている方々、コーチ、友達、家族に見せたいです。そのために今まで以上に努力をする事が大事になってくると思うので人の何倍も努力します。(4月25日)

### 【井上 幸乃 (高1:ボート)】

私は自宅で過ごして、ボートが漕げることのありがたさを、痛感しました。

今までは合宿などで、いつも通り練習ができていましたが、それは決して当たり前ではなかったのです。送り出してくれる両親や先生方、指導して下さるコーチ、合宿先で食事を提供して下さる女将さん、その他沢山の人の支え、穏やかな自然環境の中で漕がせて頂いていたんだと気づくことができました。

今回、私は愛媛に帰省して、週末は家族と家でんびり過ごしたり、勉強の分からないところをじっくり考え直したりオンラインで質問したりと、有意義な時間を過ごしております。

また、実戦的な練習ができない分、筋力や体力をつける良い機会でもあり、自分でメニューを工夫したりと考えたりしています。

今回のことは私の人生における一つの貴重な経験だと楽しんで、さらに進化していきたいです。(4月25日)

公益財団法人 日本オリンピック委員会

JOCエリートアカデミー事業



〒115-0056 東京都北区西が丘3-15-1

味の素ナショナルトレーニングセンター

TEL:03(5963)0355/FAX:03(5963)0356

《生徒全員に書いてもらいましたが、今回は紙面の関係で高校生だけの掲載となりました。》

JOCエリートアカデミーだよりは以下のHPでもご覧いただけます。  
<http://www.joc.or.jp/training/ntc/eliteacademy>