



明日はもっと強い自分に

南小学校、埼玉栄中学校卒業
埼玉栄高等学校3年生、ジュニアナショナルチームメンバー
全日本総合バドミントン選手権大会 第73回、第74回出場
JOCジュニアオリンピックカップ第38回全日本ジュニアバドミントン選手権大会 優勝

小学生時代は「鶴ヶ島Angels」に所属し、全国小学生ABCバドミントン大会や全国小学生バドミントン選手権大会など、多くの全国大会で優勝を収めました。
ナショナルチームとして年に数回海外でも試合を行っており、世界ジュニア選手権2019では4回戦進出を果たしました。

競技人生の始まり

「姉がやっていたのを見て、楽しそうだなと思って始めました」バドミントンとの出会いは5歳のとき。「小学生のときから何度か全国1位になったことでバドミントンの楽しさを知って、中学、高校と続けてきた感じですよ」と、数々の偉業を淡々と振り返ります。
乗り越えた壁

高校2年生のとき、フォームの改善に取り組みます。「スマッシュの速さはフォームが変わりません。桃田賢斗選手の打ち方を見て勉強したり、専門の指導者に見てもらって直したりしました。相手が見抜けないような打ち方、これが結構壁でした」

自分で自分の課題を見出し、逃げずに向き合うことで、内野さんは今も成長を続けています。

ジュニアナショナルメンバー

ナショナルチームに選ばれていても「特にプレッシャーはない」とさらっと語る内野さん。「選ばれているのは、全国でもずっと上位に入っていて、安定感があるからかな」と自分を分析します。

小学5年生から現在に至るまで選出され続けている強さの秘訣について、「睡眠と食事はしっかりとるようにしています。後は、練習後のストレッチですね。ケガしないことを重視しています」と教えてくれました。ベースとなる体のケアを怠らないことが、試合でのパフォーマンスに繋がります。

コロナ禍での練習

様々な大会が中止になるだけでなく、通常練習も3か月できませんでした。しかし「自分でフィジカルを鍛えたり、外を走ったり。こういうときこそ周りの選手と差を縮めたり、逆に広げたりできると思って、考えて努力しました」と、チャンスを掴みに行きます。

いつもと違う1年。「得たものは結構あって。通常練習がない分フィジカルを追い込んでいたの、フットワークは社会人に追いついてきました。やってきてよかったと思います」と、大きな成果を実感したようです。



日本最高峰の大会

12月に行われた全日本総合バドミントン選手権大会。トップ選手が集います。「B代表に入りたくて、挑戦する気持ちで大会に臨みました。でも社会人とはショットの精度も全く違った。負けて悔しい気持ちです」と力の差を痛感しました。「終盤は自分の体力がなくて負けてしまった」と振り返り、「練習後にランニングしたり、もっと鍛えます」と前向きに意気込みを語ってくれました。

次の舞台

春には大学に進学し、鶴ヶ島を離れます。新たな目標は、「大学のインカレの大会で1年生から優勝して4連覇すること」。さらなる高みを目指して次のステージへ踏み出す内野さんを、鶴ヶ島はこれからもずっと応援しています。



うちのはるた
内野陽太さん
(バドミントン)

JOCジュニアオリンピックカップ
第38回 全日本ジュニア
バドミントン選手権大会

編集後記

新型コロナウイルス感染症の影響でマスクを着用しての成人式となりましたが、振袖に合う、和柄のデザインや刺繍の入ったマスクを着用している新成人がちらほら。例年とは異なる成人式となりましたが、自分たちなりのやり方で成人式を楽しもうとする新成人の姿に、エネルギーを感じました。

ご意見・ご感想は秘書広報課広報広聴担当へ
☎10200001@city.tsurugashima.lg.jp



ながさわともはる
長澤智晴ちゃん(3歳11か月)



笑顔の
天使



さかたときほ
坂田時寧ちゃん(2歳2か月)