

パリ2024パラリンピック

男子やり投げ日本代表

やまざき

あきひろ

山崎晃裕



―小学生のころからやってきた野球からやり投げに転向したきっかけは

自分が挑戦している姿を見せることで、人の心を動かせるようなアスリート、人に影響を与えられるようなアスリートになりたいと思っていました。そのためには、見てもらえなくては意味がなく、多くの方が注目してくれるパラリンピックの舞台に立つ必要があると大学生の時に思うようになりました。パラリンピックの種目の中でやり投げなら、今まで野球

で培った技術を生かせるのではと思い転向を決めました。

―やり投げの魅力を教えてください

技術がすごく大事で、長く競技を続けたいのが得な種目であり、そして私のように体が小さな選手でも海外の体の大きな選手にも勝てる可能性を秘めた種目です。そこが魅力だと思います。やり投げ競技を通して、自分の生き方や人間として、アスリートとしての深みを出してい

けたらいいなと思っています。

―東京とパリ、2大会連続の出場となりましたが、どんな違いがありましたか

パリ大会は夢を見ているような感覚でした。無観客の東京大会とは違い、何万人もの観客を収容できる会場が超満員の状況で、その中で自分がやってきたことで勝負ができることがすごく幸せでした。緊張とかはなかったですね。すごい景色を見て、感動でした。これがもし東京だったらとは考えてしまい、無観客で静まった会場でやり投げをした景色を思い浮かべてしまいました。

―挑む時の気持ちの違いはありましたか
東京の時は初出場で、自分自身背負う

人の心を動かすアスリートになりたい

先天性疾患による右手関節部の欠損という障害と向き合いながら、パラアスリートとして活躍する山崎晃裕選手。小学生から野球を始め、2014年には障害者野球の世界大会に出場し、最優秀選手賞に輝きます。その翌年、やり投げに転向し、世界の頂点を目指します。2016年には日本記録を樹立し、2021年の東京・今年のパリパラリンピックと2大会連続入賞を果たしました。



の時から、30歳前後で自分の人生観を描いた本を出したいと考えていて、言葉や文章で自分の人生を残したいという思いがあります。

―4年後のロサンゼルス大会に向けての意気込みを教えてください

3回目のパラリンピックになります。世界に勝つというテーマでずっと取り組んできたので、それは絶対的な目標としてあります。そして色々な活動を通じて、もっと何倍もの人に応援される選手になるという目標があります。ここ鶴ヶ島市でもたくさんの方ファンを作って応援される選手になりたいです。

―山崎選手にとって鶴ヶ島市はどんな存在ですか

やっぱり愛着がありますから、帰ってくると安心しますし、懐かしいです。空気が景色やにおいとか、それが心地いいんです。そして人が温かいですね。帰ってきて人の温かさを感じることがすごく多いので、そういうほっとする瞬間がい

「挑戦」
自分を乗り越える
ことが楽しみです

―市民の皆さんにメッセージをお願いします
鶴ヶ島市の皆さん！いつも応援ありがとうございます。幼少期からこの地でずっと挑戦してきた素晴らしい環境と仲間

話をしたりします。学生時代でも東京とか都会に行きたいと思ったことはなかったですよ。



フランスで行われた
事前合宿の様子

ア大会がありました。今年でいうと、5月に神戸で世界陸上があり、パラリンピックの選考を兼ねており絶対に落とせない試合でした。そして9月にパラリンピック本番となり、調整もそうですが、気持ちの面でも、ずっと張りつめていなければならぬ期間が続いて、悪く言えば余裕のない期間が多かったので苦労しました。

そんな状態でも常にモチベーションを保ち、練習しすぎないように気を付けていました。そして、できる限りイメージを大事にしていました。勝負どころで、ダメだったらどうしよう、本戦に出られなかったらどうしようなど、何かを目標にしていく不安や怖さと向き合っています。でも、その思考と向き合っても何のプラスにもなりません。感情を天気だと思っようにしていました。雨が降っていたら「雨が降っているな」と気が付くだけで、降り止ませることはできないですよ。怖いな、心配だなという感情がでも、その感情に気づけたっていうだけで、それをどうしようとか向き合うことはしないで、自分に意識を向ける訓練をひたすらしていました。人間って、悪い方向にイメージしたらそっちに引き込まれてしまうものです。引き込まれないように感情をコントロールする練習をするんです。

そして、試合が近くなればなるほど余裕で楽でいられなくてはならないんです。気持ちの面でもそうですし、練習についてもそうです。やり投げも一緒に、助走に入ったら最初はスピードを出しますが、投げの直前が一番楽でいられなきゃいけないんです。その過程も一緒に、試合直前は余裕をもって、いつでも行けますよ！って状態を作るようにしています。

―講演活動なども積極的に行っていると思いますが、そこにある思いとは

私のアスリートの価値を考えた時に、単に強くなるとか試合で勝つというのは学生スポーツまででいいと思っています。社会人でお金をもらっていて、要はプロみたいなものなんです。もちろん仕事もしながらですが、自分が挑戦してきたこと、やってきたことを言葉として多くの人に伝えて、勇気づけたり、人生の気づきを与えたり、そういったことができてこそアスリートとしての深みや価値が上がっていくと思っています。そういう活動を大事にしています。

オリンピックの選手など凄い選手は、走っているだけでファンが付きます。でも私たちはそうではありません。それでも自分たちにしか伝えられないものが数多くあると思っています。例えば障害を持つて不安な思いをしているお子さんや、こどもに對してどうしたらいいのかわからないかと思っている親御さんの中にはいると思います。自分の言葉で誰かを救うことができるのであれば、そういった活動はしっかり取り組んでいきたいと思っていますし、そのような取り組みを大きくしていきたいと思っています。大学生

