

# 努力結実 未来へ 飛躍

10月7日(土)～17日(火)まで鹿児島県で行われた特別国民体育大会「燃ゆる感動かごしま国体2023」において、ウエイトリフティング女子59kg級で遠藤梨李選手(東京国際大学4年・鏡石町出身)が2位、陸上競技少年男子B(中学3年～高校1年)3000mでは、増子陽太選手(学法石川高校1年)が高校1年生歴代2位の好記録で見事優勝しました。

今回は遠藤選手と増子選手のお二人に、国体の感想や今後の展望についてお話を聞きました。

## 重圧の中貫禄の走り

——今回の国体を終えての率直な感想を教えてください。  
 増子選手 「競技中、自分の走りをアピールしながら先頭に出て勝負することができました。高校の先輩方や仲間、家族、顧問の先生、福島県チームの先生などに結果という形で恩返しができて、とても嬉しく思っています。」  
 ——今回の国体は、増子選手にとってどのような位置付けの大会でしたか。  
 増子選手 「去年全中で優勝した後から、次の目標としていた大会でした。国体三連覇を目指しているので、まず一勝できて嬉しいです。」

——今年度から学法石川高校に入学されましたが、高校生になって変わったことはありますか。  
 増子選手 「中学生のときよりもスピードを出せるようになりました。中距離競技も得意になってきたことが変わるところだと思っています。」  
 ——今後力を入れて取り組みたいと思っていること、これからの目標について教えてください。

増子選手 「早い段階でスパートをかけるロングスパートを磨いていきたいです。目標は5000mの高校生記録更新と箱根駅伝優勝です。」  
 ——感謝を伝えたい人はいますか。  
 増子選手 「家族、高校の先輩や仲間、顧問の先生などたくさんいますが、一人挙げるとしたら、松本樹伊先輩(同校陸上部3年)です。インターハイの時からアドバイスをしてくれたり、走りやすいようにサポートしてくださっていて、本当に感謝しています。」



増子陽太選手  
(学法石川高校1年)

## 笑顔で臨み力を発揮

——今回の国体を終えての率直な感想を教えてください。  
 遠藤選手 「9月の世界選手権大会前に痛めた腰の療養と教育実習で約一か月間ほとんど練習ができなかったのですが、その状況下、今できる限りの力を出すことができたと思います。」  
 ——去年と今年では、国体に臨む姿勢や気持ちの変化などはありましたか。

遠藤選手 「去年は記録を狙うために攻めの姿勢で臨みましたが、今回は安定した試技をして、今できることを全力でやるという気持ちで臨みました。」  
 ——今回の競技内容について良かったと思う点について教えてください。  
 遠藤選手 「常に楽しみ、集中して試合に臨めたことです。」  
 ——自分のここは強みだと思

うことを教えてください。  
 遠藤選手 「何事もポジティブに考え、最後までやり遂げる場所です。困難に直面してもその困難をプラスに捉え、できることは何かを考え、何度も挑戦しています。」  
 ——今後重点的に取り組みたいと考えていることについて教えてください。  
 遠藤選手 「高重量にも負けない身体作りやフォームの安定性を向上させる練習に力を入れたいと思っています。世界のトップ選手は、一回一回の

試技が安定していますが、私はフォームが安定していませんので、身体作りや安定性に特化した練習に励み、団体優勝したいです。長期目標は、次のロサンゼルスオリンピック出場、メダル獲得です。」  
 ——感謝を伝えたい人はいますか。  
 遠藤選手 「ずっと応援してくれている家族です。どんな時も支えてくれていて、私が頑張っている理由です。一番に応援して、喜んでくれてありがとうございます。」



遠藤梨李選手  
(東京国際大学4年)

### Message



●鈴木宗徹さん(元コーチ 鏡石町在住)  
 2年連続で本当に素晴らしい成績だと思います。福島に貢献していて立派です。これからも高みを目指して、失敗を恐れずにチャレンジし続けてほしいです。



●山田克行さん(元鏡石中学校校長)  
 復活の国体準優勝、おめでとうございます。結果を求め過ぎず、純粋にウエイトリフティングを楽しんでほしいと思います。更なる活躍を期待しています。

### Message



●齋藤剛さん(鏡石中学校陸上部顧問)  
 日本一、おめでとうございます。活躍を嬉しく思っています。今後もけがなどに気を付けて身体をケアしつつ、大きく羽ばたいてほしいと思います。



●佐藤靖弘さん(かがみいしSC理事長)  
 国体優勝、おめでとうございます。本番に強く、自分の力をこぞどいうときに出すことのできる強い選手だと思っています。これからも期待しています。