

アスリートに聞く！ ～スポーツとカラダづくり～



ボッチャで目指す 表彰台のてっぺん



ボッチャ日本代表
(BC2クラス)^{※1}
ひろせ たかゆき
廣瀬 隆喜さん

ボッチャ日本代表として、北京、ロンドン、リオデジャネイロパラリンピックの3大会連続出場を果たし、リオでは団体戦で見事銀メダルを獲得した廣瀬選手。生まれも育ちも千葉県という彼に、学生時代のスポーツとの関わり方やボッチャの魅力、2020年への意気込みを語っていただきました。

◆ 中学、高校の部活で磨いた
集中力と腕力が現在の武器に

小学校は普通学校に通っていました。体育や運動会では見字が多く、「体を動かしたいのにできない」という思いで過ごしました。

中学では特別支援学校に入学し、自分がどうスポーツと関われるか模索していたところ、廊下でたまたま

チームライフ^{※2}の練習を見かけて「これだ！」と直感で思いました。それが僕にとって初めての本格的なスポーツとの出会いでした。

中学卒業後は同じ学校の高等部で陸上をスタート。レース用の三輪車椅子のスピード感やパワフルさに「自分もやってみたい」という気持ち湧いてきたんです。授業が終わってからの練習はもちろんハードでしたが、今思えばチームライフでは集中力を、陸上競技では腕力やパワフルさを鍛えることができ、今のボッチャにうまく生かされているなと思います。



◆ **頭で考えた戦術をいかに自分の手で実現することが出来るか**

高校3年になり卒業後の進路を考えた時、果たしてこのまま陸上を続けられるのか、体のことをケアしながら、もっと長いスパンで競技生活を続けられるものはないのか、と悩んでいました。そんな時に担任や体育の先生が勧めてくれたのがボッチャでした。

ボッチャは、常に何手、何十手先のことを予測して戦術を組み立てていきます。そういった意味では将棋やオセロなどに近いのかもしれませんが。頭で描

いたシミュレーションを、実際に自分の手で実現させることができたときの達成感本当に爽快です。また、できなければ「じゃあ、どうすればよかつたのか」と、さらなる可能性を探るようになります。試合に出るたびに奥深いボッチャの魅力に引き込まれていきました。

◆ **ボッチャはすべての人がハンディなく楽しめるスポーツ**

ボッチャの基本的なルールは、ジャックボールと呼ばれる白色の目標球にいか自分のボールを近づけられるか、というシンプルなもの。健常者も障がい者も小さな子も高齢者も、何のハンディもなく一緒に対戦できるし、チームも組める。実際に昨年は「東京カップ2017」という新しい大会が開催されて、健常者の皆さんと私たち障がい者チームで対戦もしました。健常者ならではの戦術があつたり、私たち自身も新鮮で有意義な経験でした。すべての人が一緒に参加できて楽しめる、そんなスポーツはなかなかないのではないのでしょうか。

◆ **東京、パラでは僕らが表彰台にのぼる姿を見て欲しい**

ボッチャはパラだけの種目なので知名度が上がりにくいのが課題の一つです。それでもリオから帰った後は駅で声をかけられたり、地元で表彰していただいたりと、改めてメダルの影響力の大きさを実感しました。この調子で、2020年の東京パラリンピックの時点で知名度を100%にもってきたいし、それ以降もブームの流れを切らさないように継続的に働きかけていくのが僕ら選手の宿命だと思っています。

読者プレゼント



サイン色紙……3名様

応募方法は、医師会インフォメーションをご覧ください。

■ 廣瀬 隆喜 (ひろせ たかゆき)：生年月日1984年8月31日/所属「西尾レントオール株式会社」/戦績：リオデジャネイロパラリンピック団体銀メダル・ワールドオープン2017バンコク大会団体金メダル・2017年は団体戦、王者タイに2勝2敗。2020年パラ東京大会で金メダル獲得を目指す。



ボッチャのボールは、重さ275±12g、周長270mm±8mm。ジャックボール(目標球)は白色で、その他は赤、青と決まっていますが、材質は自由。選手それぞれがオリジナルのボールを持ち、ボール作りから戦略を練ることが出来ます。

東京での目標はやはり金メダル。そのために何が必要なのか。今、協会、コーチ、スタッフらと力を合わせながら努力を続けているところです。東京という舞台で、応援に来てくださるたくさんの方に、チームジャパンとして表彰台の一番つっぺんの方に、姿をお見せしたいと思っています。ぜひみなさん、ボッチャ会場に来てください！