

日本財団パラリンピックサポートセンターの広報インターン活動でパラ射撃の取材をさせていただいております、学習院大学の野口英嗣です。

さて、今回は静岡県藤枝市スポーツパル高根の郷で行われた強化合宿にて、佐々木大輔選手にインタビューをさせていただきました。佐々木選手はパラ射撃を始めて今年で4年目。



パラ射撃を始めるまではパラ水泳をやっていました。しかし、東京でパラリンピックが開催されると決まった年に肩を怪我してしまいました。「東京パラリンピックに出場したい」という夢を諦めきれず、肩にそこまで負担のかからない競技を探していたところパラ射撃に出会い、今に至るそうです。

パラ射撃の魅力について聞くと、「単純にど真ん中を撃ち抜けたら嬉しい」という点以外にも「自分の心と向き合える」ということが魅力だと話しました。サッカーや野球、水泳などはいわゆる“動”のスポーツであるのに対し、射撃は“静”のスポーツです。例えば点数が満点



の10.9点の時はリラックスと緊張のバランスがちょうど良い状態ですが、10.2点だと精神が乱れていたり、悩みが現れていたりすると言います。さらには悪い点に動揺するとそれによりさらに悪くなる悪循環に陥ることもあるとのこと。そのようにして「心の状態が数字で見てとれる」ことが射撃の面白さであり、それをいかに律するかが大切だと話しました。

律するという点においては、もともと柔道をやっていた佐々木選手は何事にも屈しない、諦めない心を持っていることが自分の強みだと語ってくれました。しかし、そんな佐々木選手でも国際大会に出た時は過緊張に陥ってしまったことがあるそうです。そのため、普段の練習から常に試合を想定することを意識していると言います。



最後に座右の銘を訊ねました。

『探さなければ見つからない。しかし、探せば必ず見つかる。』

これはつまり、行動したものの勝ちだということです。例えば、どんな素晴らしいアイデアがあったとしても、形にしなければ意味がありません。どんな素晴らしい才能を持っていたとしても、行動して示さなければ誰からの評価も得られ

ません。つまり、とにかくまず行動することが大事だと教えてくれました。今後の目標は東京パラリンピックに出場しメダルをとることだという佐々木選手。目標を実現するため、日々練習し、行動し続ける佐々木選手の今後に目が離せません。

(2018年6月29日、第2回強化合宿)