

# 舞台は整った 狙うは金メダルのみ

## 櫻井つぐみ選手インタビュー



レスリング女子  
57キログ級日本代表

櫻井つぐみ パリ2024オリンピック出場までの軌跡

### レスリングとの出会い

3歳の時、父(櫻井優史さん)が高知レスリングクラブを設立すると同時に、レスリングを始めた櫻井選手。「あまり覚えてないですね(笑)。一緒に始めた同級生には、負けてばかりでした」小学校低学年になり、大会への出場が増えるも一向に勝てず、全然レスリングが楽しくなかったとのこと。

しかし、小学4年生で出場した「全国少年少女選抜選手権」で見事初優勝。「初めての金メダルにはしゃいで、表彰式で父に写真をとってもらいました」そう当時のことを嬉しそうに話してくれました。

この初優勝を機に、彼女のレスリングに対する思いは徐々に熱を帯びていきます。

### 相撲部での土台作り

下半身強化のために、野市中学校で相撲部の練習に参加していた櫻井選手。

早朝練習と放課後の練習に参加し、朝は筋力トレーニングと坂道ダッシュを、放課後は相撲特有の「すり足や「しこみ」といった練習をこなしていたといいます。

### 父であり指導者 櫻井優史さん突撃取材



### Q. 櫻井選手の長所、強さの秘訣は?

厳しい練習や状況においても、弱音を吐かず、真面目にコツコツとレスリングに打ち込めるところがつぐみの長所だと思います。大事な試合で負けることも少なくなかったですが、その悔しさを力に変えて、成長してきた選手です。

### Q. サポートするとき、意識していたことは?

親子だということもあり、つぐみには、他の選手よりも指導に力が入ってしまうことが多々あります。しかし、本人は不満ひとつ言わず、黙々と練習に取り組んでくれます。つぐみが高校生の時、何度か衝突したことがあります。それ以降、より自分で考えてレスリングに打ち込むようになり、大会も勝つことが多くなりま

「中学の相撲部での練習は、今のレスリングの土台になっています。とくに、すり足の出し方は、レスリングに生かされているように思います」

中学3年生では、初の国際大会「世界カデット選手権」に出場し、優勝。このとき、宿泊先で同部屋だった他のレスリング選手のストイックな一面を目撃し、こうい選手がオリンピックに出場するのではないかと思つたとのこと。

### 困難を乗り越え、大きく成長した高校時代

高校生になり始まった本格的な減量に加え、1・2年と大会でいい結果が出せなかったこともあり、父と何度か衝突をしたという櫻井選手。

しかし、これを機に、より自分で考え練習に臨むようになっていきました。

「今までは、父の指導どおりに練習をこなしていましたが、どうしたら勝てるか自分で考え練習するようにしました」この努力が実り、高校三年生のクリッパン女子国際大会で優勝を果たしました。「この大会で、オリンピック銅

した。

サポートという、本人のメンタルケア、栄養管理は徹底するようにしています。

### Q. パリオリンピック出場が決定した時の心境は?

もちろん嬉しかったです。安心したというのが本音です。2022年の天皇杯、決勝で負けてしまい、五輪出場が厳しいものになりました。それでもつぐみ本人が腐らず、覚悟を決めてレスリングと向き合った結果の五輪出場決定です。本人もしんどかったと思いますが、この土壇場での経験はつぐみ自身にとって良かったと思います。

### Q. パリオリンピックに向けてどのような姿勢で臨んでほしいですか?

出場するからには、1位を目指してほしいと思っています。本人もそうだと思います。今は目の前のこと一つ一つに集中して取り組んで、ケガなく、万全な状態で本番に臨んでほしいです。



メダリストの選手と2回試合をし、2試合とも勝つことができました。小さい頃からの大きな目標だったオリンピック出場がぐっと近づいたように思いました」

### 夢だったオリンピックへの切符を手

2023年セルビアで開催された世界選手権。3位以内でオリンピック出場決定のなか迎えた準決勝で、櫻井選手は、勝利を収め、五輪への切符を掴みました。

「オリンピック出場が決定した時は、正直あまり実感がわきませんでした。次の決勝戦に向けて、気持ちを切り替えることに専念していました」

こう語る櫻井選手は、この大会で優勝を果たし、帰国した際の周りの反応により、やっとオリンピック出場という実感がわいてきたといいます。

### 自分の強さ

レスリングの大会で輝かしい成績を残している櫻井選手ですが、大事な試合で負けることも少なくなかったといいます。

### 野市中学校時代の恩師 お二人にインタビュー



▲小松高寿(こまつたかし)さん  
中学1年の時、相撲部顧問を担当



▲横田匡加(よこたきょうか)さん  
中学2・3年の時、相撲部顧問担当

野市中学校在学時、下半身強化のため、相撲部の練習に参加していた櫻井選手。当時の相撲部の顧問お二人に、お話を伺いました。

### Q. パリオリンピック出場が決定した時の気持ちは?

横田さん 嬉しかったですね。激励会で会った時に、おめでとう頑張つてと伝えました。以前と変わらず、フランクに接してくれました。

小松さん すぐにおめでとうとメールを送りました。大会で優勝したときには、何度か報告とお礼のメッセージを貰い、とても嬉しく思いました。

### Q. パリオリンピックを控えた櫻井選手へ応援メッセージを!

横田さん 日々努力してきたと思いますし、自分に自信を持って挑んでください。

小松さん オリンピックに向けて、準備中だと思いが、ケガしないように、ベストな状態で挑んでほしいです。

