

【アスリート特集第2弾】

パラスイマー

# 一ノ瀬 メイ 選手



## プロフィール

一ノ瀬 メイ(いちのせ めい)。1997年3月17日。

京都府生まれ。近畿大学所属。

競泳選手。先天性右前腕欠損症。1歳半ごろから水泳を始めた。13歳でアジア最大級のパラ競技大会に史上最年少で出場して銀メダルを獲得するなど、幼少の頃から国内パラ競泳界では圧倒的な強さを誇る。2015年、競泳界において多くのオリンピックを輩出している強豪・近畿大学に進学。200メートル個人メドレーをはじめ、様々な種目で日本記録をマークするなど、日本を代表するトップアスリートに成長。2016年にはリオパラリンピックにおいて競泳8種目に出場。2019年4月、東大阪市スポーツみらいアンバサダーに就任。現在は、オーストラリアに練習拠点を移し、同国の代表選手らとともに東京2020パラリンピックに向けて切磋琢磨している。

# PRINCESS IS TRYNA BECOME A QUEEN

— クイーンへの道 —

2019年4月1日、新元号が「令和」と発表されたあの日。

近畿大学卒業後、新社会人となったばかりの一ノ瀬メイさんは、初々しさの残る綺麗なスーツ姿で、東大阪市花園ラグビー場のグラウンドに立っていました。この日行われる東大阪市スポーツみらいアンバサダーへの就任記念式典に出席するためです。「みなさんと一緒に東大阪を盛り上げていけるように頑張ります。」と、メッセージを残してくれた彼女は、自身の目標である「世界に通用するアスリート」になるため、大学在学中に慣れ親しんだ東大阪市から新天地へ羽ばたく準備を始めました。



同じくスポーツみらいアンバサダーで、仲の良いパラアスリートの上山友裕選手も駆けつけてくれました。

## 単身オーストラリアへ

現在、日本から約7,000キロ離れたオーストラリアに練習拠点を移している一ノ瀬選手。温暖な気候の中、同国代表選手らとともに東京2020パラリンピック出場に向けて練習に励んでいる。

だが、世界中で大きな影響を及ぼした新型コロナウイルスの流行は、オーストラリアも例外ではなかった。いつもの練習施設が使えない期間もあった。水泳選手は、2日間練習をしないと水中での感覚にわずかなズレが生じるといわれている。そのため施設が使えない期間中は、水中での感覚を保つためにオーストラリアの温暖な気候を活かして、制限の範囲内で海でのスイムトレーニングを行うこともあったという。

2016年のリオパラリンピック以来、“水のプリンセス”と呼ばれた彼女は、どんな逆境にも負けない。東京2020パラリンピックでは競泳界のクイーンになるべく、海外の地で武者修行を続ける。



現在、お住まいのオーストラリアからメールで色んな質問に答えてくれました！

～ 人物像について ～

Q 子供の時の将来の夢を教えてください。

A 小さい頃は「パラリンピックの水泳選手」になることが夢でした。  
13歳で初代表になった後は、「世界に通用する競技者」に変わりました。

Q 尊敬する人は誰ですか？

A 出会うすべての人から学ぶことがあり、自分の中に取り入れたいと思うことがある。  
特に誰かひとりを尊敬して目指すというよりは、この人のこんなところが素敵だなあと感じる場所を自分に取り入れようとしている。

Q 趣味は何ですか？

A ヨガ。  
オーストラリアに拠点を移し、水泳以外に自分の属せる場所が欲しくて、ずっと興味があったヨガを2019年5月に始めました。ずっと意識が外に向いてばかりのタイプでそれを自分に向けるということを課題にあげていたので、そういう面でもヨガを始めることに繋がり、今も続けています。

Q 自分の長所を自己分析すると何ですか？

A 自分の意見ははっきり持っていて、それによって意見の違う人を初めから否定せず、オープンな心で接すること。何においても境界線を作らないこと。柔軟であること。

Q 日本・オーストラリアの好きな食べ物はそれぞれ何ですか？

A 日本だとお味噌汁とおにぎり。オーストラリアだとアサイーボウル。

Q オーストラリアでの生活で、びっくりしたこと、困ったエピソードがあれば教えてください。

A 日本や家族・友達が恋しくなる以外は特に困ったことはありません。  
練習拠点の大学に普通にカンガルーがいるのは今でもスペシャルな感じがします。

**Q 今までの競技人生において、一番心に残っている試合やシーンを教えてください。**

A 2016年3月の選考会です。

京都から応援に来てくれた友達に加え、大学の水泳部がみんなサプライズで会場に駆けつけてくれた中でベストを大幅に更新し、夢のパラリンピック出場を決めたときは人生で一番いい日だと思いました。

**Q あなたが頑張るその原動力や、モチベーションを保ち続けるために大事なことは何ですか？**

A 私は小さいときから、見た目で決めつけられる経験をたくさんしてきました。スイミングスクールへの入会を断られたり、学校ではきもいって言われたり。でも、自分は水泳が人よりもできるということが自分にとっての自信であり、自分を守るような武器になっていました。

ただ、13歳で日本記録を出すと、誰も私のことを責めたり、からかってこなくなった。そしてその時に、じゃあこれからもっと高いところを目指す理由は何だろうと考えたとき、「自分を守るための水泳としては充分だけど、世の中にはまだまだ人と違うからという理由で苦しい思いや生きにくさを感じている人がいる。それを私がもっと水泳で活躍して、注目をしてもらえるようになることで変えていきたい。」と思って水泳に打ち込んできました。今でもその目的は変わっていません。

**Q オーストラリアに拠点を移してから、変化を実感するものはありますか。**

A 水泳が人生だったのが人生の中に水泳があるという風になりました。

**Q 新型コロナの期間中はどう過ごされていましたか？(日常生活・トレーニング方法など)**

A 家でトレーニングをしたり、走りに行ったり、バイクを漕いだり、たまに海で泳いだりしていました。トレーニング以外では、自分の興味のあることについて講座を受けたりドキュメンタリーを見て学んだりしていました。

**Q 来年の東京2020大会開催に向けて今、率直にどんな思いを持っておられますか？**

A まずはすべての人の生活と健康が第一。それが確保されて、またみんながオリンピック・パラリンピックを日本に迎えたい！楽しみだ！と思ってもらえる中で開催されてほしいと思うし、開催されるならばその舞台に立ちたいと思っています。

**Q 東大阪市内で好きなスポットがあれば教えてください。**

A 私は東大阪に住んでいた時間のほとんどを近畿大学で過ごしたので、そこが好きな場所です。

**Q 東大阪市内でおススメのお店があれば教えてください。**

A 近畿大学の近くにある、“くっちゃろ”というお店に一回生の時に連れて行ってもらってから、よく通っていました。マスターとママが本当に優しく、ご飯がすごくおいしいです。おにぎりがめっちゃめっちゃおいしいので是非！

**Q 最後に、未来のトップアスリートを目指す子どもたちへ向けて、エールをお願いします。**

A 毎日何かに夢中になっていると、自分のことを忘れがちです。誰々が期待してる、こうしたらコーチに怒られる、親にこんなアドバイスをもらった、、。もちろんみんなの周りの人はみんなのためを思っているいろんなお話をしてくれます。そういうお話に耳を傾けて、学ぶことも大事。でもそれと同じくらい、自分の気持ちにも耳を傾けてあげてください。今日はどんな気分かなあ、何をしているときに楽しいかなあ、今日の練習では何が悔しかったかなあ、そんな風に自分の心に耳を傾けて自分を理解してあげましょう。自分を理解しているからこそ自分をコントロールできるようになり、自分の最高のパフォーマンスができると私は思います。

今回は、有名アスリート特集第二弾として、パラスイマーの一ノ瀬メイ選手の特集をお届けしました。みなさん応援よろしくお願いします！

最後にご協力いただいた一ノ瀬選手、本当にありがとうございました！



第三弾は、代名詞のロケットスタートを武器に「日本のスピードスター」と呼ばれる陸上短距離界の有名アスリートにインタビュー！お楽しみに～～！