



銅メダルをかけて柔道女子70kg級3位決定戦で戦う小川選手  
©長瀬友哉/フォート・キンモト

## 柔道 おがわかずさ 小川和紗選手

# ロスタイムをチャンスに、何かにつづかっても良い方向に切り替える

——東京2020パラリンピック柔道女子70kg級銅メダル獲得おめでとうございます。

**小川選手** ありがとうございます。初めてパラリンピックに参加できたこと、また、コロナ禍で開催していただいたことに感謝しています。たくさんの方々を支えられ、コンディションを整えて万全の状態でのいろいろなことができました。その中で銅メダルを取ることができて、とても達成感がありましたし、金メダルがほしいという欲が出ました。今まで24年間育ててくれた両親をはじめ周りの人に銅メダル以上の恩返しをしたいので、これから技とともに人間的な部分も磨いて、パリ大会まで3年間で仕上げたいと思っています。

す。応援していただいてありがとうございました。

——盲学校に転入して一度柔道から離れた後、再び柔道を始められて、大きな成果を挙げられました。パラリンピックは1年延期となりましたが、どのような気持ちで臨まれましたか。

**小川選手** 私はむしろこの1年がチャンスだと思いました。できることは限られているので、電柱にチューブをくくりつけてひたすら打ち込みをしたり、手首の強化をしたりしました。

——初めてのパラリンピックは想像していたとおりでしたか。それともまた違った感覚でしたか。

**小川選手** やはり無観客というイメージはなかったもので想像とは違いました。でもいろいろな方々

が支えてくれたという自信はありましたし、楽しかったです。

——試合の中で苦しい時間帯にはどうのことを考えて臨まれているのですか。

**小川選手** 私は苦しいとはあまり思わなくて、もうすべて楽しいと思いつながっています。

——柔道から一度離れた後、柔道を再開するきっかけはどういったものだったのですか。

**小川選手** 私が柔道より楽しいものを見つけることができずにいたとき、母に「視覚障害があっても柔道ができる場所はないの」と言われて。母は私に好きな柔道をさせて、私の人生をもっと華やかにしたいという気持ちがあったみたいですね。盲学校の3年生のときに体育の先生に相談して道場を探していただいて、卒業後にそこに行きました。

——柔道の魅力はどういうところにありますか。

**小川選手** 嘉納治五郎かのうじごろうさんが唱えた“自他共栄”だと思います。柔道は相手なしではできませんし、常に相手に感謝という気持ちを教えてもらえる武道なので、私は柔道が素敵だと思います。

——今まで試合をされてきた中で印象に残っている相手はいますか。

**小川選手** パラリンピックの3位決定戦で対戦したロシアのオルガ・ザブドロスカヤ選手とはこれまで4回戦っているのですが、70kg級に変更して世界選手権に出場した初めての対戦で、肘の関節を取られてけがをしてしまいました。でも、そういう苦しい思いもあった中でリベンジがかなって、この最高の舞台上で勝つことができたことをとてもうれしく思っています。



自分自身を写した写真パネルにサイン



練習中の小川選手(左)

——小川選手はけがをしたときなどに、どうのことを考えますか。

**小川選手** 一般的にけがはロスタイムだと思うのですが、私は逆にチャンスだと考えるようにしています。けがをしたところは安静にしないといけません、それ以外は健康なので、苦手な部分を強化するのに最適な時間だと思って取り組んでいると、自然と回復も早まります。そうして乗り越えています。

——次のパリ大会に向けた意気込みをお聞かせください。

**小川選手** 今回銅メダルを取ることができましたが、表彰台で隣の金メダルを見たので、やはり次は金メダルが欲しいという欲がかなり大きいです。もう少し自分自身や技を磨いて、パリ大会に3年間で仕上げたいと思っています。

——千葉県子どもたちに、小川選手のようにいつもポジティブに元気で将来に向かっていけるメッセージをお願いします。

**小川選手** 例えば、私は会場が眩しくて最悪、と思っても、そこは選手を派手に見せてくれる演出だと切り替えます。その場その場でいろいろ苦しいことがあると思いますが、つらいと思うと本当につらくなってしまうので、別のことを考えて気分を変えたいと思います。考える時間も大事ですし、いろいろなことを良い方向に考えて、ぶつかっているものと向き合ってほしいと思います。