

伊藤美誠

20歳の力タチ

日の丸を胸に、市民の応援を背に

世界で戦うトップアスリート

でも、普段は普通の女の子

そんな伊藤美誠選手も新成人です

この節目の年にかける思いを聞きました



提供：スターツコーポレーション(株)

20歳になった感想は？

実際のところ、あまり実感がありません。中国遠征から帰国した後、家族と一緒にお酒を飲んだ時、大人の仲間入りをした感じがしましたね。私はおつまみ系の料理が好きなので、これからは居酒屋に行くのも楽しみの一つになりそうです。

20歳になってやりたいことは？

2020年に20歳の誕生日を迎えた同い年の友達同士で、飲みに行きたい。落ち着いた隠れ家のようなお店とかいい

ですね。それに友達と旅行にも行きたい。卓球は海外遠征が多いので、スケジュールを合わせて温泉に行き、部屋でくつろぎながら、たくさんお話しして、飲んで、笑って、楽しい時間を過ごしたいですね。あと、ホテル女子会もやってみたい！

どんな大人になりたい？

変わらずに自分らしくいたいんです。自分らしきということが大切なんだ」ということを、共感してもらえそうな人になりたいです。

2020年を振り返って

一生に一度あるかないかということを、たくさん経験しました。自分自身、精神的にも強くなったと思います。規制が厳しく辛く感じる時もありましたが、私が大切にしていく「楽しむ」ということを、改めて思い出させてくれた一年だったと思います。



▲リオ五輪でメダル2個獲得の水谷選手と銅メダル獲得の伊藤選手

誰でも楽しみがあったら頑張れます。例えば、外に出られない日々が続いたとしても、1週間に1度だけはテイクアウトで美味しいものを食べるとか。私は温かい白いご飯や急須で入れたおいしいお茶(特に祖母が入れてくれるお茶が大好き)とか、日常の中でもたくさん幸せを感じます。

新型コロナウイルスの影響は？

昨年の3月以降、国内外の試合が全て中止になりました。試合がない期間はこれまであまりなかったのですが、自分を強化できるチャンスと気持ちを切り替え、これまでにない

らい練習に打ち込みました。その結果、8カ月振りに再開した国際大会で好成績を残すことができました。

普段の練習は？

平均5〜6時間、基礎・基本練習が中心です。11月に中国人選手と試合をしてからは、質も高いけどミスをしないうことを意識しています。

大変な練習を精神面でどうやって乗り越えていますか？

誰にも負けない選手になるため、厳しきは乗り越えなくてははいけません。楽しかったら厳しさは半減するので、私は自分が強くなることを楽しんでいきます。

最近の休日の過ごし方は？

これまでと変わらず、お買い物やおいしいものを食べるに行きます。変わったところは、意識的に身体のケアを取り入れるようになりました。卓球以外だと、最近はドラマには



提供：ニッタクニュース

まっています。日本にいて、オンタイムで見られるようになり、特に強い女性が登場するドラマが好きです。あとはオンラインインショップピングかな(笑)

2021年の抱負は？

1月からすぐに全日本卓球選手権がありますので、まずはこの大会に全力で臨みます。その後もプロツアー、東

京五輪と大きな大会が続きます。小学生からの夢である「オリンピックで金メダル」を実現するために、目の前の一試合を集中して楽しみたいと思います。

同郷の水谷隼選手との混合ダブルスへの想いは？
水谷選手とペアを組ませてもらうのは、とても光

栄です。私自身、水谷選手から学ぶところがたくさんあります。互いに気兼ねなくしゃべれるのが、私たちの強味。試合中、私は水谷選手に本当に自由にやらせてもらっていて、その安心感がすごいですし、私の良さをうまく引き出してもらうのもいいです。

東京五輪では、二人のコミュニケーションの良さ、楽しんでる姿、最高のプレーを見てください。個人としては、混合ダブルスの相手男子選手のボールに対する私の対応力、そして良いラリー一本一本、開放感あふれるプレーを見てほしいです。

東京オリンピックへの決意を教えてください

シングルス、混合ダブルス、団体戦と3種目に出場させていただきます。出るからには金メダル3つを目指します。磐田市の皆さんには、卓球を楽しむ姿、そして表彰台での笑顔を見てもらいたいです。

プロフィール

2000年10月21日生、磐田北小学校卒業
ITTF世界ランキング3位(2020年12月現在)、ワールドツアーシングルス・ダブルスともに最年少優勝、全日本選手権で女子史上最年少三冠・史上初2年連続三冠達成、リオデジャネイロオリンピック団体で銅メダル、コロナ禍により8カ月ぶりの国際大会となった女子ワールドカップ2020で見事に銅メダル獲得(右ページ上写真)

伊藤美誠選手から
磐田市民へのメッセージ

静岡の自然とおいしい食べ物をパワーに、東京五輪で金メダルを獲得し、磐田の皆さんにお見せできるように頑張ります！応援よろしくお願ひします。



▲こちらから伊藤選手のメッセージ動画を3月末までご覧いただけます