

シリーズ・『本にまつわる、先輩からのメッセージ』第1回

順天堂大学 体操 ^{かや} 萱 ^{かずま} 和磨さん (56期)



萱和磨さん (写真中央)

©MAINICHI WEEKLY

萱和磨さんは、習志野高校に平成24年4月から27年3月まで在籍しました。

小学校2年生の時に、富田洋之さん(現・順天堂大学助教)にあこがれて体操を始めたそうです。

わが校在学中、1年生の時にはもう頭角を現し、国民体育大会へ出場し団体で2位となっております。

2年生の時は、初の国際試合、ロシア国際ボローニンカップへ日本代表として出場し、あん馬と鉄棒で1位を取り個人総合優勝を果たしました。栄えあるインターハイでは、個人で3位に入りました。

勢いは止まらず3年生の時にも、6月に行われた全日本ジュニア選手権において、あの床のスペシャリスト白井健三さんと、同点で個人優勝を分け合い、表彰台へは二人で上りました。ロシア国際ボローニンカップで個人総合優勝を連覇し、国民体育大会でも、2年生の時同様千葉県を連続優勝に導きました。大学は、順天堂大学へ進学なさいました。

そして、卒業後平成27年10月に行われた「体操 世界選手権」大会(イギリス、グラスゴーにおいて)で団体優勝した時の写真が、上部写真です。

このように華々しく、リオ・オリンピック出場の呼び声が高い、萱さんに書面をもって質問をしました。お答えいただいたものが次の通りです。

Q. 習志野高校在学中は、図書館利用はどうか。

A. 本を借りるために、しばしば行きました。ハ

ウツー以外のスポーツ関係の本が多かったと思います。

Q. 当時の図書館で覚えていること、振り返って

思うことを教えてください。

A. 広くてたくさんの本があった、という感想です。雑誌の『Number』をよく読みました。もっと、テスト勉強の時などで活用すればよかったなと思います。

Q. 大学生になってからの読書に変化はありましたか？

A. ありましたよ。本を読めば知らないことが身につくことがわかりました。体操にも良い影響を与える事があると思います。



Q. 数ある大会、特に海外に出ることが多くなって、体調管理が大変ですね。体調不良や、体を動かせないときなど何をしますか？

A. 頭の中でのイメージトレーニングをします。技のイメージトレーニングのほかに、練習計画なども考えます。

Q. そんな時、支えとなってくれる本はありますか？

A. 長谷部誠『心を整える』（★783 ハセ 幻冬舎）です。副題に「勝利をたぐり寄せるための56の習慣」とあるように、細かく考えることができ、支えになってくれました。

Q. 変わって、現在の習高生は何をなすべきだと思いますか？

A. 本を読むことは大事だと思います。私は「スポーツ選手の本」を薦めます。部活動でスポーツをやっている生徒が多いので、親しみやすく、

参考になると思うからです。

本を読むだけではなく、学んだことを自分でやっている事に生かす方法を考えてほしいを思っています。

Q. おすすめの本はありますか？

A. やっぱり、長谷部誠『心を整える』でしょう。

Q. 後輩の習高生へ、先輩からのメッセージをどうぞ。

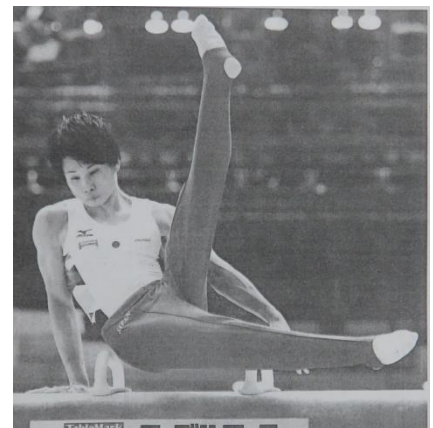
A. 自分の目標に向かって、全力で、諦めないで、頑張してほしいです。習高に3年間通って、諦めないで頑張る大切さを学びました。

また、正しい練習をたくさんすることが大切だと考えています。中身の無い練習をたくさんしても、効率よく自分の力にはなってくれません。

Q. 最後になりましたが、あなたにとって読書とは？

A. 自分の知らないことがたくさん書いてあるので、本を読むことによって、成長できることがたくさんあると思っています。

ありがとうございました。



萱さんのこれからの「リオ・オリンピックへの道」は、5月5日の「NHK杯」で、個人上位・種目別の優勝、6月に行われる「全日本種目別選手権」では、得意のあん馬などを中心に各種目で、1位獲得ということでしょうか？

ぜひとも、夏のリオ・デジャネイロ・オリンピック開催中に、テレビで活躍する萱さんを見ることを期待いたします。

「リオでも金を取りたい」

習志野高OB
体操の萱選手



第46回世界体操競技選手権大会（昨年10月、英国グラスゴー）の男子団体で金メダル、個人あん馬で銅メダルに輝いた市立習志野高校OBの萱和磨さん（順大1年）が21日、習志野市役所を訪れ、宮本泰介市長に報告した。

千葉市出身の萱さんは、小学2年生から体操を始め、中学生時代は同高校の体操クラブで指導を受け

た。初めての日本代表として世界体操に出場。「100%の演技が出来るまでひたすら練習したことを信じて大会に臨んだ。これに満足せずリオ（五輪）でも代表入りして団体、個人でも金（メダル）を取りたい」と語った。

宮本市長は「自分のペー

スを守って実績を積み上げ、好きなことを極めてほしい」と激励した。

