

悔し涙も流した。震えるほどの喜びも味わった。すべてを明日へのチカラに変えて、名古屋から全国へ世界へ、飛躍しようとしているジュニアアスリート達。まさにいま青春ど真ん中。彼ら彼女らのスポーツにける熱き思いをお届けします。

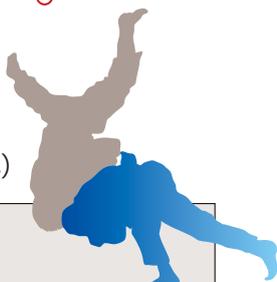
## 強さだけではなく、人間としての成長も追求していきたい。

つけ もとつぐ  
柘植 元嗣さん

(柔道・愛知真和学園 大成高等学校3年)

### プロフィール

- 2003年11月20日生まれ
- 小学校2年生より柔道を始める(鳴海小学校)
- 私立大成中学・高等学校一貫校に進学 現在に至る
- 令和3年度全日本ジュニア体重大別選手権大会 愛知県予選 100kg超級優勝



### ——柔道を始めたきっかけは?

父が柔道をしていました。トップと言うほどではないのですが、結構強くて。試合は引退していましたが、柔道の形(かた)競技には出場していました。その父の姿に憧れて、気がつけば柔道を始めていました。

### ——その後、大成中学校に入学されましたね。

全国でも強豪校として名の通っていた学校ですから、中学校の監督から声をかけていただいたのはうれしかったですね。強いところで柔道ができるという喜びがありました。ただ、小学生の頃はあまり強くなって、中学校に入学したころは、一番弱いくらいでした。父からは、強い人にどんどん当たりにいけ、と言われていました。

### ——高校生になり、練習は厳しいと思いますが、どんな思いで取り組んでいますか?

今日だけ頑張る、ことを意識して、毎日コツコツ積み重ねるようにしています。ずっと頑張るでは、どうしても心が折れてしまいますから。

### ——その結果が、6月に行われた20歳以下の大会である全日本ジュニアの愛知県予選の優勝につながったのですね。

小学生から柔道を始めて2位はありましたが、優勝したのは初めてです。素直にうれしかったですね。準決勝・決勝は大学生が相手でした。

### ——いま取り組んでいる課題はありますか?

スタミナ強化です。どちらかというと、僕は長時間戦うタイプの選手なので、長所を伸ばそうと考えています。また、気をつけていることは、練習の時も試合の時も、膝が伸びきってしまうことがあり、余裕を持たせるように普段の生活から意識しています。

(石田先生)彼は身体が柔らかく、もともとはケガをしにくいタイプなんですね。ただ、体重が重いのでどうしても膝に負担がかかってしまい、膝をケガしがちです。将来もありますから、10kg、20kg

しっかり減量するように指導しています。

### ——オンオフの切り替えはどうしていますか?

僕は手先が器用で、実は折り紙が好きなんです。幼稚園のころに授業でやって、はまりました(笑)。気分転換になっています。高校へ通う電車の中では何かしら本を読んでいます。

### ——では最後に、今後の目標を教えてください。

目指しているのは山下泰裕さんです。強くなりたいのはもちろんですが、挨拶や礼儀がしっかりできる人でありたいとも思っています。大成高校は挨拶をちゃんとしようという学校、柔道部でも礼儀を重んじています。その上で、日本を代表する、世界で活躍する選手になればいいな、と考えています。

### ——石田先生はいかがですか?2026年にはアジア大会が開催され、地元選手にはつつい期待してしまうのですが……。

(石田先生)日本代表に選ばれるのは、ほんの一握りの選手ですが、競技をやっている以上、可能性はあると思います。大きな体格から繰り出す技の威力が彼の魅力です。一番重要になってくるのはメンタル面でしょうね。彼は優しくて人情味がありすぎるくらいですから、いかに自分に厳しくできるか、にかかっていると思います。

### ——世界の舞台で、豪快な技を繰り出す姿をぜひ見たいと期待しています。本日はありがとうございました。

