

名前

年 組

東京五輪・ボクシング金メダル

入江さん「自ら考え」

2021年東京五輪ボクシング女子フェザー級金メダリストの入江聖奈さん(25)は鳥取県出身

が6日、秋田市の県スポーツ科学センターで講話した。県内のジュニアアスリートに向け、練習や試合への向き合い方などをアドバイスした。

国際大会で活躍する選手育成を目的とした県の「AKITAスーパードワカ杉っ子発掘プロジェクト」の一環。プロジェクトに参加する小中学生や保護者ら約50人が聴講した。

入江さんは日本女子ボクシングで初の五輪金メダルを獲得し、翌22年に競技を引退。東京農工



練習や試合への向き合い方についてアドバイスした入江さん

大大学院に進学し、現在は博士課程で自身が大好きだという「カエル」の研究に取り組んでいる。

入江さんがボクシングを始めたのは小学2年のころで、ボクシングを題材にした漫画を読み、ひたむきに努力する主人公の姿に感銘を受けたのがきっかけだった。ボクシングに生かすために中学校で本格的に陸上競技を

始め、二つを両立。「これ以上頑張れない」と思うほど本気で取り組んだといい、そうした経験は現在も自分の支えになっているとした。

さらに、東京五輪の金メダル獲得後は、自身のカエル好きが注目されたことをきっかけにカエルについて勉強を始め、研究の道に進むことになったことも紹介した。

入江さんは競技に向かう姿勢について説明。試合で緊張していい動きができなくても、自分の気持ちを受け入れることが大事だと強調した。また、試合中の目標を一つに絞る、その実行に集中する戦い方を紹介し、「負けたらどうしようという気持ちや薄まり、自然体で臨める」と語った。

一方、練習では自分の強みや弱みを理解し、そ

れに沿って努力する重要性を説いた。「自分の頭で考えられる選手が強くなる。勝つための最短距離を歩めているのか考えながら取り組んでほしい」と呼びかけた。

ライフル射撃競技に取り組む中学3年生は「大会になるとパフォーマンスが落ちることを気にしていたので、入江さんの話が心に響き、勉強になった。今日学んだことを競技に生かしていきたい」と話した。

※【一環】互いにつながりを持つ事柄の中の一つ。  
 ※【博士課程】大学院で、最高の学位「博士」を取得するための課程のこと。  
 ※【感銘】心に深く感じて、忘れないこと。

△秋田魁新報2025年12月9日付より。記事は手直ししています▽

1 見出しの空欄に入る言葉を、次のア～エから選び、記号を書きましょう。

- ア 好き
- イ 努力
- ウ 参加
- エ 本気

2 傍線部の「二つを両立」は、何と何のことですか。A(5字)、B(4字)に当てはまる言葉を、指定された字数で抜き出しましょう。

A      と B     のこと

3 聴講した中学生のコメントで、

- ア 初の五輪金メダル
- イ 「カエル」の研究
- ウ ボクシングを題材にした漫画
- エ メンタルの保ち方