



イトマン東進所属 ナガセ社員

# 大橋

日本  
競泳女子  
史上初

# 悠依 選手

## 2冠達成!

個人メドレー 400m 200m

大橋悠依選手が日本競泳女子史上初の2冠を達成しました。イトマンスイミングスクール創業49年にして初となる偉業です。大橋選手は幾度も陥った体調不良を乗り越え、競泳選手としては遅咲きと評されますが、「努力はけっして裏切らない」ことを伝えてくれました。東進は夢に向かって頑張る高校生を、これからも全力で応援します。

### 大橋 悠依

1995年生まれ。2017年の日本選手権で400m個人メドレー日本記録、優勝。2018年自身の日本記録を更新して2年連続優勝。世界水泳2017、200m個人メドレー日本記録、銀メダル。世界水泳2019、400m個人メドレー銅メダル。2018年株式会社ナガセ入社。イトマン東進所属。200m・400m個人メドレーの日本記録保持者。

続いて挑んだ200m個人メドレー。「200mのときはトップを泳ぐ選手に追いつけないかもと思っていました。勝てる

### 勝つても負けても後悔がないと言えるように泳いだ

頃は、今は同じイトマン東進所属の入江陵介選手の泳ぎに憧れた。「水しぶきがほとんどなくて、抵抗が少なく速くて、みんなに綺麗な背泳ぎは見たことがありますませんでした」。入江選手のようなトップスイマーになりました。その後、入江選手は、2011年、大きな栄冠を手にしました。

大橋選手は400m個人メドレーのレース後インタビューで、夢みたいことなどは本当にありました。憧れからスタートした大橋選手は、2011年、大きな栄冠を手にしました。

大橋選手は400m個人メドレーのレース後インタビューで、夢みたいことなどは本当にありました。憧れからスタートした大橋選手は、2011年、大きな栄冠を手にしました。



400m  
個人  
メドレー

今年の夏、世界の舞台で戦い、多くの人に勇気と感動を与えた一人が、イトマン東進所属で日本競泳女子史上初の2冠を達成した大橋悠依選手だろ。1995年滋賀県生まれの大橋選手は現在25歳。自らを慎重で心配性な性格と分析し、油断しないことを習慣づけて練習に励んできた。

水泳を始めた小学生の頃は、今は同じイトマン東進所属の入江陵介選手の泳ぎに憧れた。「水しぶきがほとんどなくて、抵抗が少なく速くて、みんなに綺麗な背泳ぎは見たことがありますませんでした」。入江選手のようなトップスイマーになりました。その後、入江選手は、2011年、大きな栄冠を手にしました。

大橋選手は400m個人メドレーのレース後インタビューで、夢みたいことなどは本当にありました。憧れからスタートした大橋選手は、2011年、大きな栄冠を手にしました。

好タイムで（今までの練習が）間違っていたと思える楽しいレースだった。皆が本当に応援してくれて、一人になってしまふときも声をかけて力を出せた。夢みたい。泳いでいて楽しんでいるすべてだと思った。明日から200mの個人メドレーの予選もあるので、また気持ちを切り替えて頑張りたい

最後の50mではアメリカの選手にその差を詰められた。タッチして振り返る大

橋選手。体もきつくスピードがとまりそうになつたが、最後の数メートルで「勝ったかもしれない」という気持ちがよぎった。タッチして振り返って確認した電光掲示板からは、「1」の表示が飛び込んできた。

負けても何があつても後悔がないと言えるように泳いだと思って泳いだのが良かつた。まだ実感はないが、この大舞台で一番いいと思える泳ぎができたのはとても自信になった。今までたくさんの人に迷惑をかけたが、それを返せたか

ないと思つた。個人種目での日本選手による同一大会2冠は2人目。リレーを含めても、日本競泳史上3人目で女子では初の快挙となつた。

### 大橋選手にレースについて聞きました

**Q 大舞台でのレース直前、緊張感はどのようなものでしたか？**

**A** 競技会場に入場してからや、スタート台に立つ直前は、緊張が解けていることが多いですね。一番緊張感が高まるのが、競技会場に入る前、出場する選手たちが招集所と言われる部屋に順番に集められるときです。コーチや仲間とも離れ、一人で精神統一をしなければいけません。私は一緒に泳ぐ選手たちの表情を見たり、あとは自分のレースをひたすらイメージしたりを繰り返していました。緊張を和らげるというよりも、覚悟を決めるといった方が近いと思います。そこから集中力を高めていました。

**Q レース中は何かを考える余裕はあるのですか？**

**A** 意外に客観的に自分を見つめる瞬間があります。スタート直後、「本当に私が世界の舞台で泳いでいるんだ」と、泳ぎながらすごく冷静な自分がいました。また、競技中は「自分の泳ぎのイメージと合っているか」「ここではちょっと抑えながら力を使わずに」「ターンの後は力を出すために切り替える」など、ポイントで決めたことを守るように考えながら泳ぎました。今回はどのポイントでもイメージどおりに泳げました。

**Q レース直後の電光掲示板を見たときの気持ちは？**

**A** 実は、競泳はスタート台の横にランプがあって、着順で色がつきます。なので、タッチをして掲示板を確認する前に、着順はわかっているんです。ただ、今回はそれでも「本当に1位？」という思いが強かったので、掲示板で確認したときは、ガツツポーズで喜びました。慎重で心配性な性格だから、最後まで油断しないでレースができたことも、勝利の一因だったと思います。



YUI OHASHI

