

## フレッシュトーク

エネルギーッシュに新生活を謳歌する若者たちが“いま”を語る。

# 高レベルの文武両道をめざす 仲間たちからの刺激

今牧 真りあ (高72回)

早稲田大学スポーツ科学部3年

●いまき・まりあ  
飯田市緑ヶ丘中学校出身。高校では水泳班に所属し、3年時にインターハイで2位に入る。スポーツ科学部ではスポーツ栄養学を中心に勉強している。趣味は映画鑑賞、読書、ピアノなど。



「早稲田大学」という名前を聞けば、誰もが「都会」の「洗練」された、憧れのイメージを持つことだろう。だが、私の違う「早稲田大学」は、皆さん想像とは異なる。キャンパスは田舎の広大な森の中にあり、自然豊かで、一年を通して四季折々の風景を楽しむことができるような所だ。その様子は故郷の飯田市を思い出させ、懐かしい気分になる。交通の便が悪くて多少の苦労はあるが、なんだかんだ私はこの場所を気に入っている。

そんな早稲田大学所沢キャンパスでの生活も3年目に入り、ようやく自分のペースを掴んできた。大学進学後

も水泳部に入部し、競泳を続けていく。今は競技力の向上と学業の両立を目指して日々取り組んでいる。

さて、早稲田大学水泳部は全国でも強豪校だが、入部してからは毎日が新しい刺激の連続だった。今まで出会ったことがないような人に出会い、考え方につれていく。例えば水泳の練習は、自分を追い込めば追い込むほど精神的にも身体的にも大きな負担がかかる。この「自分を追い込む」という概念が大学に来てから覆された。

今まで自分が自分を追い込めていた、頑張っている、と思っていたレベルではまだまだ、周りにはもつと自分を追い込み、高い強度の練習を繰り返し自身に課し、その上で「はあ、今日きついね、あとでアイス食べよ」と平気な顔をして言っているような強者たちがいるのだ。きっと練習を樂しそうに、さらには自分で強度を上げて行う。ただがむしゃらに練習するのではなく、目的と方針をもつて当たり前のように頑張り切る。もちろん競技だけではなく、学業もきちんと手を抜かずに励み、良い成績を収める。授業以外にも複数の資格取得を目指して日々の勉強を怠らない。勉学の面での向上心もとても高いのだ。高校まではここまでレベルの高い文武両道を成し遂げている人たちに出会ったことはなかった。強いのには理由がある。とても良い影響を受ける毎日だ。

ただ、今がコロナ禍であることがとても惜しい。学校生活や試合はここ2年間かなり制限があった。授業は1年生の頃からほとんどがオンラインで、高校生の頃思い描いていたようなキャンバスライフはあまり送れていない。だが今年度に入つてからはだいぶ対面形式の授業が増えてきて、3年生になつてから友人の数がぐつと増え、ようやく本来の大学生活を楽しめるようになつてきた。また、試合に関してはこの2年間全て無観客、声援なしで行われ、少し寂しさを感じながらもその状況に慣れてきている。なぜなら試合が開催されることの方がよほど有難いことだと実感しているからだ。そんな中、先日行われた早慶戦は、運営のご尽力のもと3年ぶりに有観客で行われ、声を出しての応援もマスク着用に限り許可が出た。会場全体が今までできなかつた分を取り返すかのように精一杯選手へ声援を送つた。私たち出場する側の選手の方は久々の声援にいつも以上に力が漲つたような気がする。あの一体感を再び肌で感じ、胸が熱くなつた。

もうすぐ3度目の日本学生選手権（インカレ）が控えている。インカレは大学生スママーにとつて最高で最大の舞台だ。1年生の時は右も左もわからず必死に試合期間を追いかけていた。2年生の時は1年前の経験がある分プレッシャーや不安を強く感じながらレースをこなし

た。今年のインカレはどんな景色を見ることができるだろうか。「活躍したい」という欲や「ここまででは出せるだろ」という自己への期待は多少持ちつつ、自分に一番合っているやり方は集中して「今」を積み重ねることだと思う。また、1年生の時も2年生の時もインカレの舞台で自己ベストを更新できている。自分の中では密かに4回のインカレ全てで自己ベストを出すことを目標としているので、ぜひ今年も達成しようと思う。

まずは自分らしく、最高のチームに貢献できるように精一杯準備し、良いパフォーマンスを見せたい。その上で結果がついてきてくれれば、水泳を続けていてこんなにも楽しくやりがいを感じることはないだろう。



※筆者は2022年インカレ50m自由形決勝で見事自己ベストを更新、2位に入る快挙を遂げました  
=写真左（早稲田スポーツ提供）