

パラアスリート選手
インタビュー企画
～第1弾～

東京 2020 パラリンピック
バドミントン銅メダリスト いとうのりこ 伊藤則子選手

「周りへの感謝を忘れず、常にポジティブに。
一日一日を大切に。」



伊藤選手といえば、東京 2020 パラリンピックで正式競技として初採用されたバドミントン競技で鈴木選手とペアを組み、銅メダルを獲得し、話題となりました。

今回は、パラリンピアン 라이프スタイルに迫るとともに、パラリンピックの会場や試合の様子、試合中に心がけていることなどについてインタビューさせていただきました！

— バドミントンを始めたきっかけを教えてください。

伊藤 大学4年生の時に、パラバドミントンに関わりのあった大学職員に、名古屋で開催される日本選手権を見に行かないかと誘われて、初めてパラバドミントンに触れました。その試合を見て、自分にもできるのではないかと思い、競技を始めました。



愛知県

— バドミントンの楽しいところを教えてください。

伊藤 相手の苦手なところやコートの中の空いた場所を狙うなどのかけひきや多彩なショットの種類があることです。またシャトルを打つ時の打球感が爽快なところも魅力です。

― 苦しいことや、つらかったとき、どのようにして乗り越えてきましたか。

伊藤 家族や友人、サポートしてくれる方々に時には弱音を吐きつつも、気持ちを共有し、アドバイスもいただきながら、頑張っただけでした。また、大好きなバドミントンを続けたい、もっとうまくなりたいという気持ちを強く持って、競技に向き合えたこともあると感じます。

― 目標を達成していくために大切にしていることや取り組んでいることを教えてください。また、普段から心がけていることを教えてください。

伊藤 周りの方の応援やサポートや競技ができる環境がないと競技を続けていくことは困難だと感じています。常に感謝の気持ちを持って取り組んでいます。

また、ネガティブに考えてしまいがちなので、ポジティブに考えるように心がけています。

― 銅メダルを獲得したその勝因を教えてください。

伊藤 コロナ禍で大会が開催され、コートに立てていることに感謝と喜びを感じ、よい緊張感の中で、応援、サポートしてくださっている方たちにより報告をしたいという気持ちで頑張れたことです。また大会に向けてしっかり体作りと練習をすることができたことです。



選手村の外観

― 選手村で印象に残っていることを教えてください。

伊藤 食いしん坊なのでおいしい食事、特に日本食を食べられたことです。

また、至る所で多くのスタッフ、ボランティアの方が活躍してくださっていて、笑顔でお声掛けいただいたことです。

あと、とにかく広い！という印象です。



選手村の食事



— 今後の目標を教えてください。

伊藤 若いと言える年齢ではないので、一日一日を大切にしながら、しっかりトレーニング、練習を重ね、今以上のパフォーマンスを発揮できるように努力し、その先に3年後のパリ大会があればよいと思っています。

また、パラバドミントン、パラスポーツの普及、発展のために活動もしていきたいです。

— 愛知県の未来のアスリートにメッセージをお願いします。

伊藤 まずはチャレンジしてみてください！

パラスポーツを始めたり、競技をする環境を存分に活かして、スポーツの楽しさを感じながら、それぞれの目標に向かって頑張ってください。

一緒に愛知県のパラスポーツを盛り上げていきましょう。

プロフィール

伊藤 則子（いとう のりこ）

株式会社中日新聞社

1976 年生まれ。名古屋市出身。同朋大学卒。

2019 年には世界選手権（スイス）女子ダブルス 3 位、タイ国際大会女子ダブルス優勝。2020 年は、第 6 回日本障がい者バドミントン選手権大会女子シングルス優勝。東京 2020 パラリンピックでは、女子ダブルスで 3 位銅メダルを獲得した。

得意スタイルは、前衛でのブロック。

