

松生卓球道場

平成30年度インターハイ卓球・男子シングルス優勝
戸上隼輔さん
(野田学園高校2年)

津市長
前葉泰幸



高校王者は卓球界のサラブレッド

平成30年10月10日、全国高等学校総合体育大会(インターハイ)の卓球・男子シングルスで優勝された戸上隼輔さんをお迎えし、高校日本一に輝いた時のエピソードや、生まれ育った津市での思い出を前葉泰幸市長が伺いました。

撮影場所 松生卓球道場(半田)

市長 津市出身の戸上選手は、ふるさとの期待の星として、現在、山口県の野田学園高校で活躍中です。インターハイ・シングルスでの優勝、おめでとうございます。津の皆さんも大喜びでした。まずは、団体戦から始まったんですよね。

戸上 団体、ダブルス、シングルス全て優勝するつもりで3冠を目指していました。学校対抗では予想以上に早く負けてしまってショックが大きかったです。ここからまた頑張れるのかな、という気持ちはありました。

市長 団体戦が残念な結果に終わってしまって、次は男子ダブルスですね。やっぱり、3つ出るということはタフな日程なんですか。

戸上 3種目こなすとなると、相当な体力が必要になりますし、精神力も必要になってきます。

市長 ダブルスが始まったときには、切り替えはできていましたか。

戸上 正直、まだ学校対抗で負けてしまったショックが大きくて、自信はなかったです。

市長 ダブルスのパートナーと一緒にショックを

引きずっていたのですか。

戸上 はい、あまり思うようにいきませんでした。

市長 次はシングルスですが、1年生の時は準優勝だったんですよね。今回は優勝したいという思いがあったのではないですか。

戸上 前回は決勝に進んだことで満足してしまった部分がありました。悔しい気持ちがあったので今回は優勝したい思いはすごくありました。

市長 1年生での決勝戦進出は、すごく頑張ったと思うのですがそれでも悔しかったですか。

戸上 決勝までいったということは自信になりましたが、やはり悔しかったです。

市長 男子シングルスだと決勝戦までいくのに何試合くらい戦うのですか。

戸上 だいたい7、8試合ですね。

市長 大変ですね。2日間くらいかけて試合をするのですか。

戸上 2日間で1種目です。

市長 準決勝まで勝ち抜いて、いよいよ決勝戦。相手は愛工大名電(愛知県)の田中佑汰選手でし

た。愛工大名電も強豪校で学校対抗でもよく当たりますね。田中選手とは何度か試合したことがあるのですか。

戸上 小学校の時からずっと対戦してきて、最近ようやく勝ち越せるようになってきました。

市長 相手は1年先輩の3年生ですね。今回は勝ち切ったという感じですか。

戸上 戦術を巧みにこなしてくるので、やりづらい相手ではありますが勝ち切ったことは自信になりました。

市長 高校生ナンバーワンとなられたわけですが、うれしかったでしょうね。

戸上 ずっと夢見てきたことなので、やっと全国優勝できたという感慨があります。

市長 全国のトップを勝ち取った戸上選手ですが、津市にあるこの松生卓球道場で練習を重ねてこられました。卓球は何歳の時から始められたのですか。

戸上 3歳ごろからラケットを持ち始めました。

市長 どういうきっかけだったのですか。

戸上 家族が卓球一家だったこともあり、2人の兄がともにクラブチームに通っていて一緒に遊びに行っていました。

父は高校ダブルス王者 兄2人の背中追い掛け

市長 自然な形で卓球を始めたわけですね。小さな頃は楽しかったですか。

戸上 とても楽しかったです。

市長 どういうことが楽しかったのですか。

戸上 ラリーを続けることが一つの楽しみで、そこから試合に出て勝てるようになったことでもっと楽しくなりました。

市長 一番小さな頃の試合の記憶は何歳ぐらいの時ですか。

戸上 小学校1年生の時です。

市長 勝った時の思い出ですか。

戸上 勝った思い出と負けた思い出と両方ありますね。

市長 負けた思い出もあるんですか。よほど悔しかったのでしょうか。修成小学校6年生の時の戸上選手と、私も松生卓球道場で対戦をしましたよね。

戸上 よく覚えています。

市長 3本しか取れなかったという話をしたら、戸上選手から3本も取れたんだという人もいました。その時は11対3というスコアで敗れました。その時のラケットがこれです。こちらの卓球道場は、小学生もたくさん練習していてシニアの方も練習していますね。どういう道場で



ですか。

戸上 いろいろな世代の人が通っていて、強い選手も来られたりします。小学生の頃は高校生やシニアの方に相手をしてもらって、それが今に生かされています。

市長 ご家族が卓球一家だとおっしゃいましたが、実はお父さんも1982年のインターハイの卓球ダブルスに柳川高校(福岡)から出場されま

した。お父さんの戸上義春さんは見事優勝されているということです。お父さんとかなりラリーを

したのでしょね。

戸上 ないですね。

市長 ハハハハ、それはまたどうしてでしょうか。

戸上 1回も記憶になくて。

市長 お父さんもすごく強い選手ですよ。

戸上 はい、ずっと話には聞いていたのですが、まだ直接打ったことがなくて。

市長 不思議な感じがしますが、親子でインターハイ優勝は素晴らしいことだと思います。

野田学園高校に進まれる前に、卓球の強豪校である野田学園中学校に転校されましたね。私

SHUNSUKE TOGAMI

平成30年度インターハイ卓球・男子シングルス優勝

戸上隼輔さん

平成13年8月24日、津市生まれ。修成小学校、橋南中学校から野田学園中学校(山口県)に転校、現在、野田学園高校2年。TOKYO OPEN 2018 第70回東京卓球選手権大会男子シングルス優勝。右シェーク攻撃型、松生卓球道場出身。





は戸上選手が小学6年生の頃を覚えているのですが、東京のJOC(日本オリンピック委員会)のエリートアカデミーからも声を掛けられて、中学進学時に東京に行こうか、いろいろなことを考えられたと思います。結果的に橋南中学校に進学されて野田学園中学校に転校されましたが、どのように自分で自分の道を選択していったのですか。

戸上 中学校を決める時はどうしても卓球を楽しみたいという気持ちがあり、地元に残ってみんなと切磋琢磨して成長していきたいと思いました。しかし、中学1年生の全中(全国中学校体育大会)ですぐに負けて、それが大変悔しかった。このままでは成長できないので強豪校に入って鍛え直したいと思いました。

市長 なるほど。この松生卓球道場で卓球を楽しくプレーすることはとても良かったと思いますが、一方で強豪校に行くと雰囲気は全然違うものでしたか。

戸上 周りのことは全て自分でしなければいけな



いですし、食事面など自分で気を付けなければならないことも多かった。そのあたりは勉強になりました。

市長 寮生活ですね。山口県以外からも選手が大勢集まってきていて、共同生活をしながら練習をする。親元を離れて大変だったでしょうね。練習の内容はどうでしたか。

戸上 基礎練習をたくさんこなしています。高校生になると相手も体が強くなり、強いボールを打たなければ勝っていけない世界です。トレーニングを重ねることで強くなりました。

市長 野田学園高校の卓球部は、かなり基礎練習を大切にしているのですか。授業のある日は、1日何時間ぐらい練習するのですか。

戸上 授業のある時が4~5時間です。授業のない時は午前中に3時間、午後4時間。合計7時間ぐらいですね。

市長 そんなに長い時間練習していると、さすがに嫌になりませんか。

戸上 嫌になるときもありますが、自分が成長していくためには耐えないといけないという気持ちで頑張っています。

さらなる成長求め山口へ 不慣れな共同生活も充実

市長 ラケットを握って実際に卓球台を囲む時間はどれぐらいですか。

戸上 3~4時間ぐらいは打ち続けますね。
市長 卓球選手は俊敏ですが、あのような動きを身に付けるには体幹が強く基礎体力がないと大変だと思います。基礎トレーニングはどれぐらい時間をかけていますか。

戸上 毎日のトレーニングの中で、特に体幹トレーニングは30分間に何種目かこなしたり、別の日に1時間ぐらいウエートトレーニングをしたりします。

市長 チームの仲間との関係や先輩後輩の関係はどうですか。

戸上 野田学園は比較的楽しいというか明るい上



下関係です。先輩にアドバイスを聞くこともよくあり、とても良い関係です。

市長 後輩に教えることもあるのですか。
戸上 後輩からもよくアドバイスを求められますが、自分なりにしっかり返しています。

市長 アドバイスをするのは、自分にとってプラスになりますか。

戸上 アドバイスしている途中で新しい発見もありますね。

市長 この4月には最高学年の3年生になるわけですが、その前に1月には全日本卓球選手権大会があります。「一般の部」と「ジュニアの部」のどちらに出場されるのですか。

戸上 両方とも出ます。

市長 大会に向けての決意をお話してください。

戸上 ジュニアの部については、インターハイで優勝していますし優勝候補という立場で優勝を目指して頑張ります。シニアの部では、現在のランクを上げることを目標に頑張っていきたいと思ひます。

市長 すでにシニアの部でランキングを持っておられて、ランキング通りに進めばシニアの部でも上位に行けるんですね。期待しています。

目指せ東京オリンピック 夢実現へこの一年が勝負

2020年の東京オリンピックやその次のオリンピックも視野に入ってきますね。

戸上 オリンピックには出場したいです。

市長 どのように、その夢を実現しますか。

戸上 オリンピックの代表は、世界ランクの上位から選ばれるため、まずは出場する国際大会で結果を残し世界ランクを上げて、オリンピック代表候補に少しでも近付けるように頑張っていきます。

市長 オリンピックの卓球競技は、すごく注目されていてテレビ中継が入ります。日本国民はテレビの前で手に汗を握って応援します。試合をしている選手は、オリンピックのような大きな舞台ではどのようにメンタルをコントロールするのですか。

戸上 日本の大会や海外の大会などと比べても、オリンピックの雰囲気は一味違うだろうと思ひます。弱気になれば会場の雰囲気にのまれてしまうと思うので、自信を持ってコートに立たなければ勝てないでしょう。

市長 自分をしっかり持って、ということでは



ね。それでも、試合中に揺れ動くでしょう。

戸上 揺れ動きますね。いろいろなことを考えてしまいます。

市長 サーブを出す時とか、ここ一本という時に考え過ぎることがあるのですか。

戸上 時間があると考え過ぎてしまうので、なるべく考えないように点を取ることに集中しています。

市長 東京オリンピックの翌年には国体が三重県にやってきます。2021年三重とこわか国体です。ふるさと選手で出ただけませんか。

戸上 もちろん、出場したいです。

市長 ふるさと選手には、さまざまな条件がありますが、戸上選手も今後の活躍の中で三重県のこと大切にしていだければと思います。

最後に戸上選手のこれからの目標や夢など、世界を舞台に活躍する自分の姿を思い描きながらご自由にお話してください。

戸上 これから東京オリンピックやその次のオリンピック、世界選手権など大きな大会がありますが、そこに出場してメダルを取って、また松生卓球道場に帰ってこられるように、頑張っていきますので応援よろしくお祈いします。

市長 ありがとうございます。戸上選手が目標を達成されて、世界で活躍され、そして原点である松生卓球道場に笑顔で戻ってきてくださることを期待し、津市民みんなでも応援していきたいと思ひます。

戸上 ありがとうございます。

市長対談は津市ホームページ・市長の部屋の市長対談でもご覧いただけます。 [HP 津市 市長対談](#)