

ねりすぽ

第三号

(平成24年10月1日発行)

今号の主な記事

- ◆ねりすぽフェスティバル開催(1面)
- ◆Let's Sports(2面・3面)
- ◆ロンドンで輝いた!練馬区ゆかりのアスリート(4面)

発行:練馬区地域文化部スポーツ振興課 (Tel:5984-1948)

編集:練馬区スポーツ情報誌編集委員会

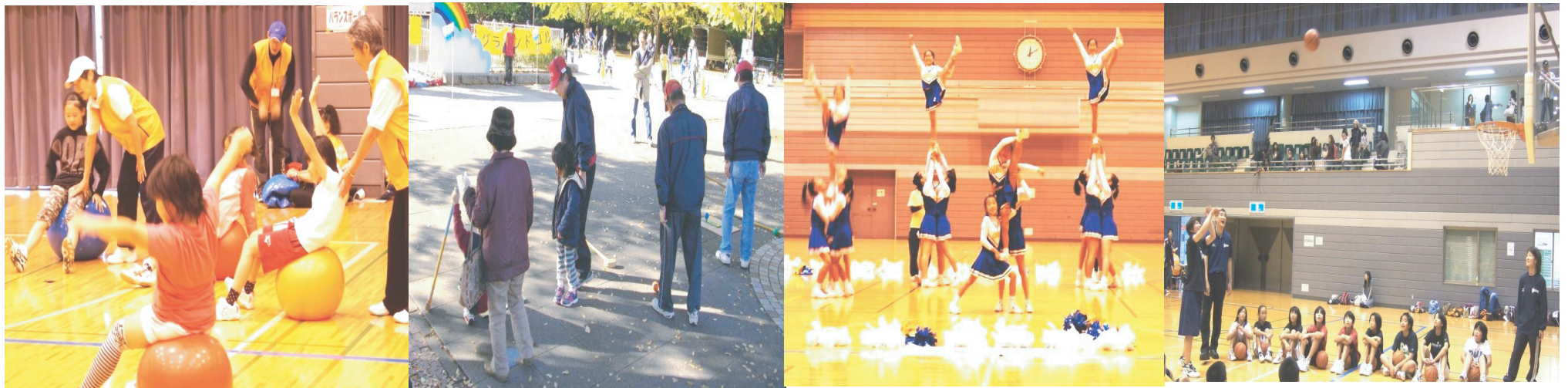
※無断転載を禁じます

11月3日は光が丘に集まれ!

ねりすぽフェスティバル

参加費無料

スタンプラリーで賞品をもらおう!



内容



体験できるよ!

午前の部 (10:00~12:00)

【けやき広場】

- ターゲットバードゴルフ
- グラウンドゴルフ
- ポッチャ

【光が丘体育館】

- ★ミニバスケットボール
- ★銃剣道
- ★フラビー

午後の部 (13:00~15:45)

【けやき広場】

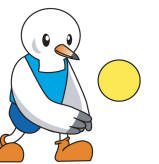
- ノルディックウォーキング
- ストラックアウト
- ダンス

【光が丘体育館】

- ★インディアカ
- ★ビーチボールバレー
- ★キンボール

その他、色々と楽しいスポーツがいっぱい!
道具がなくても大丈夫!!

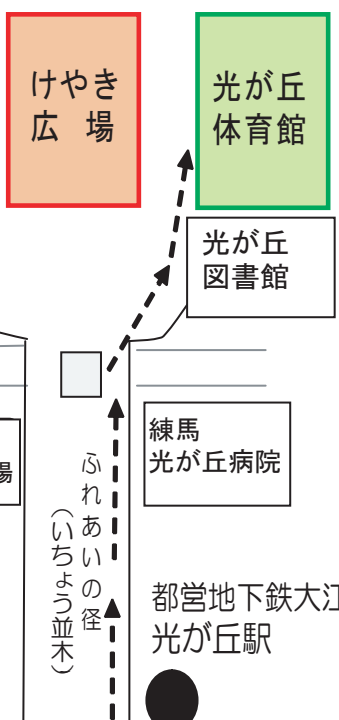
区内で活動する、スポーツ関係団体が協力して、区民の誰もが楽しめるスポーツのイベントを開催します。競技性のあるスポーツから気軽に楽しめるスポーツまで、様々なメニューを用意しました。お子様から大人の方まで楽しめますので、お気軽にご参加ください!



地図

【主な交通機関】

- 都営大江戸線
光が丘駅A3出口から徒歩5分
- 東武東上線
成増駅南口から西武バス
光が丘駅・練馬高野台駅・
南田中車庫行「旭町南地区
区民館」下車5分
- 西武池袋線
保谷駅南口から練馬区みどりバス
光が丘駅行「練馬光が丘病院」下車2分



【イベント名】ねりすぽフェスティバル

【日時】平成24年11月3日(祝:文化の日)

【会場】区立光が丘体育館とその周辺
(右地図参照)

★主催:練馬区スポーツ関係団体共催イベント実行委員会
(公益社団法人練馬区体育協会、練馬区スポーツ推進委員会、
練馬区レクリエーション協会、ねりまSSC)

【おねがい】

- 小学3年生以下のお子様については、保護者同伴でご参加ください。
- 体育館履きをお持ちください。
- お車でのご来場はご遠慮ください。

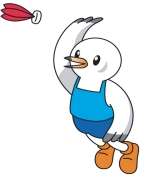
Let's Sports

～はじめてでも大丈夫！さぁあなたもはじめませんか～

区内で行われる、スポーツ教室、クラブ、イベントをお知らせします。①日程 ②対象 ③会場 ④区報掲載予定日 ⑤費用 ⑥内容 を表しています。

気軽に楽しめる1日体験型イベント

10月



ターゲットバードゴルフ秋季大会

- ①10月13日(土) 9:30~15:00
- ②どなたでも可 ③練馬総合運動場
- ④10月1日号 ⑤500円 無料体験コーナー有
- ⑥大会以外にも体験コースを設定しておりますので、初心者の方もお気軽にご参加ください。
- 問合せ 練馬区ターゲットバードゴルフ協会 小野塚 Tel 3934-5289

ティーボールの集い

- ①10月20日(土) 9:30~15:00
- ②どなたでも可 ③大泉さくら運動公園
- ④10月1日号 ⑤300円 ⑥野球系のニュースポーツです。どなたでも参加できます。
- 問合せ NPO法人 日本ティーボール協会練馬区連盟 大木 Tel 3922-9586

ふれあいインディアカin大泉大会

- ①10月21日(日) 9:00~17:00
- ②どなたでも可 ③大泉学園町体育館
- ④10月1日号 ⑤1チーム3,000円
- ⑥日頃の成果を大会で発揮しませんか。
- 問合せ 練馬区インディアカ協会 牧 Tel 3577-4058

11月



ねりまバスケットボールフェスタ in光が丘

- ①11月4日(日) 10:30~18:00
- ③光が丘体育館 ⑤小学生500円、中学・高校生1,000円、一般2,000円
- ⑥ミニバスケット練馬選抜VS杉並選抜(男女)及び、女子バスケットボールリーグ WJBL 公式戦(エバラヴィッキーズ VS JXサンフワーズ)の応援・観戦で参加できます。
- 問合せ NPO法人SSC光が丘 三井 Tel 090-7707-6794

少年少女大運動会

- ①11月23日(祝) (雨天予備日:25日(日)) 10:00~15:00 (9:00受付、9:30開会式)
- ②小学生3年以上とその保護者 2,000人
- ③練馬総合運動場 ④10月21日号 ⑤無料
- ⑥親子大玉送り、なわとび、対抗リレーなど様々な種目を通し、子どもたち同士、親子の絆を深めます。
- 問合せ 公益社団法人練馬区体育協会 Tel 5393-5420

ねりまエンジョイスportsDAY

- ①12月2日(日) 10:00~15:30
- ③総合体育館ほか ④11月11日号 ⑤無料
- ⑥体育館内での楽しいニュースポーツ体験や、区内数箇所の駅から体育館までの「歩こう会」など、障害のある方も楽しく参加できるイベントです。
- 問合せ 練馬区スポーツ推進委員会 事務局(区スポーツ振興課) Tel 5984-1948

第5回バドミントン中学1年生交流大会

- ①12月2日(日) 9:00~17:00 (9:00受付)
- ②中学1年生のペア 先着60組(120名)
- ③平和台体育館 ④11月11日号
- ⑤1名500円(会員割引有)
- ⑥普段試合に出場する機会の少ない中学1年生を対象にしたダブルスの大会です。当日の審判、記録等も中学1年生が行うところが特徴です。
- 問合せ NPO法人SSC平和台 Tel 5921-7800

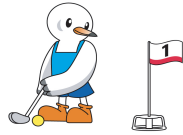
ウォークラリー大会「今と昔の石神井」

- ①12月9日(日) 9:30~13:00
- ②どなたでも可 ③石神井公園周辺
- ④11月21日号 ⑤500円
- ⑥地図を参考に指定されたコースを歩くのが、ウォークラリーです。今回は、石神井公園にスポットをあてました。石神井の新たな一面を発見しましょう。
- 問合せ ウォークラリー研究会 亀田 Tel 3925-2721

SSC光が丘フットサルフェスタ (マクドナルドカップ予定)

- ①12月15日(土) 10:00~17:00
- ②小学生 ③光が丘体育館
- ⑤1チーム2,500円
- ⑥今年も小学生のチームを対象としたフットサル大会を開催します。日頃の成果をこの大会で発揮しませんか。詳細は要問合せ。
- 問合せ NPO法人SSC光が丘 大熊 Tel 090-1765-2482

1月



スポーツ交流会

- ①1月27日(日) 9:00~15:30
- ②どなたでも ③総合体育館 ⑤200円
- ⑥地域の皆さんに楽しんでもらえるようなニュースポーツの体験コーナーや、もちつきなどの楽しいイベントがいっぱいです。
- 問合せ NPO法人SSC谷原 Tel 3997-2500

2月



第11回バドミントン親睦交流大会

- ①2月11日(祝) 9:00~17:00 (9:00受付)
- ②中学生~一般 先着120名 ※1人でも参加可
- ③平和台体育館 ④1月11日号
- ⑤一般:1,000円、中学生:500円(会員割引有)
- ⑥バドミントンを通して地域の皆さんの交流を図ります。ダブルス団体戦でチーム分けは当日の発表です。
- 問合せ NPO法人SSC平和台 Tel 5921-7800

3月



レクリエーションスポーツの祭典

- ①3月24日(日) 9:30~15:00
- ②どなたでも可 ③光が丘体育館
- ④3月1日号 ⑤大人200円、小人100円
- ⑥グラウンドゴルフ、ティーボール、ターゲットバードゴルフ、インディアカ、スポーツチャンバラなど、誰でも楽しめるニュースポーツの体験ができます。
- 問合せ 練馬区レクリエーション協会 下間 Tel 6763-3260

いい汗かこう! 体育の日 ~体育の日記念事業~

10月8日の体育の日は、区立体育館およびプールを区民の皆様に無料開放します。

また、各体育館では総合型地域スポーツクラブ主催のイベントも開催されます。

ここでは各体育館で行われるイベントの主な内容を紹介します。

SSC谷原主催事業 (会場: 総合体育館)

- 9:00~12:00 チャレンジ軽スポーツ 体力測定
- 10:00~12:00 グラウンド・ゴルフ スラックライン
- 10:00~14:00 ミニゲーム
- 12:00~13:00 実演(ボクシング他)
- 13:00~15:15 スポーツ体験コーナー
- 15:15~15:30 実演(チアリーディング)
- ※保険料100円、模擬店有
- 問合せ: SSC谷原 (3997-2500)

SSC桜台主催事業 (会場: 桜台体育館)

- 9:00~11:00 ダブルダッチ(小学生~)
- 9:00~12:00 フットサル(小学生)他
- 9:00~16:00 グラウンド・ゴルフ
- 10:00~12:00 チェス(小・中学生)
- 10:00~16:00 ゲーム(幼児・小学生)
- 11:00~12:00 ノルディックウォーキング他
- 12:00~16:00 卓球・バドミントン
- 13:00~16:00 ソフトテニス
- ※綿菓子をプレゼント
- 問合せ: SSC桜台 (5912-9900)

SSC光が丘主催事業 (会場: 光が丘体育館)

- 9:00~12:00 ボッチャ、キンボール ラケットテニス
- 9:00~17:00 卓球、バドミントン 体力作り
- 13:00~17:00 フットサル(ストライクキック)
- ソフトバレーボール
- ビーチボールバレー
- ※模擬店有
- 問合せ: SSC光が丘 (5968-1600)

各種教室等のお知らせ

区内で行われる、スポーツ教室、クラブ、イベントをお知らせします。
①日程 ②対象 ③定員 ④会場 ⑤区報掲載予定日 ⑥費用 ⑦その他 を表しています。

球技系

【1】初心者教室バスケットボール
①11月10日～12月15日の毎土曜
(全6回) 16:00～18:00 ②区内
在住の小学4～6年および区内在住
在勤在学の女性 ③60名 ④中村南
スポーツ交流センター ⑤10月1日号

【2】初心者教室ソフトテニス
①平成25年2月1日～3月1日の
毎金曜(全5回) 19:00～21:00
②区内在住の中学生以上
③40名 ④総合体育館 ⑤12月
21日号

【1】 【2】 問合せ：公益社団法人
練馬区体育協会 Tel5393-5420

【3】ジュニアバドミントンクラブ
①月3回土曜日 13:00～15:00
②区内在住の小学3年生～中
学生 ④主に総合体育館 ⑥月
2,000円(別途年会費等有)
問合せ：NPO法人SSC谷原
Tel3997-2500

水泳系

【1】初心者水泳教室
①平成25年1月17日～3月21日
の毎木曜(全10回) ab:13:30～
15:30 cd:16:00～18:00 ②
a:女性(60歳未満) b:60歳以上
c:幼児 d:小学生(a～dいずれも
区内在住の勤在学者) ③abとも
50名 cdとも45名 ④光が丘体
育館 ⑤12月1日号

【2】喘息児水泳教室
①a:12月3日～平成25年3月25
日の毎月曜 12月10日、24日
、31日、1月14日、2月11日、
3月11日除く(全11回) b:平
成25年1月10日～3月28日の毎
木曜(全12回) abとも15:30
～17:30 ②区内在住の喘息
児4歳～小学4年 ③abとも45名
④a:平和台体育館 b:上石神井体
育館 ⑤a:10月21日号 b:11月21日号
【1】 【2】 問合せ：公益社団法人

練馬区体育協会 Tel5393-5420

【3】ワンポイント水泳指導
①10月～平成25年3月 a:月曜
9:00～11:00 b:火曜9:00～
11:00 c:火曜11:00～13:00
d:水曜9:00～11:00 e:金曜
9:00～11:00 f:金曜11:00～
13:00 ②区内在住の勤在学者
④a:大泉学園町体育館 b:大泉学
園町体育館・平和台体育館 c:三
原台温水プール d:中村南スポ
ーツ交流センター e:上石神井体
育館 f:光が丘体育館

当日申込、直接各体育館のプール
担当指導員へ

ダンス系

【1】ヒップホップダンス
①10月～平成25年3月の第1・3
火曜 18:30～20:00 ②区内在
住の勤在学の小学生以上 ④桜台
体育館 ⑤10月1日号 ⑥1回
500円(有料体験可) ⑦申込：
当日会場受付、持ち物：上履き・
飲み物・タオル
問合せ：NPO法人SSC桜台
Tel5912-9900(第1・3・4月曜
10:00～12:00)

【2】初心者からのフラダンス教室
①毎週火曜 10:00～12:00 ②
区内在住の勤の方 ④光が丘体
育館 ⑥月2,500円(入会金1,000
円) ⑦託児室有
問合せ：NPO法人SSC光が丘
Tel090-4745-8498(担当：太田)

【3】フラダンス教室
①毎週木曜 10:40～11:40 ②
区内在住の勤の方 ④大泉学園町
体育館 ⑥月3,675円(別途年会
費等有)
問合せ：NPO法人SSC大泉
Tel3921-1300

【4】キッズチアダンス
①毎週土曜 10:00～12:00 ②

区内在住の小学生低学年 ④
光が丘体育館 ⑥月3,000円(入
会金1,000円、年会費2,500円)

問合せ：NPO法人SSC光が丘
Tel090-1765-2482(担当：大熊)

ウォーキング系

【1】ノルディックウォーキング
①10月～平成25年3月の第4日
曜 9:30～11:30 ②区内在住
の勤在学の18歳以上 ④上板橋
体育館玄関前(集合)～都立城北
中央公園 ⑤10月1日号 ⑥1回
500円、レンタルポール代500円
⑦申込：開催3日前までにお名前
・お電話番号を下記問合せ先まで
FAXまたは留守番電話にてお知ら
せください。後日詳細をご連絡し
ます。持ち物：飲み物・タオル
問合せ：NPO法人SSC桜台
Tel・FAX5912-9900(第1・3・4
月曜10:00～12:00)

【2】自然を歩く
「秋の御岳溪谷・玉堂美術館」
①10月28日(日) 10:00～
②区内在住の勤在学の方 ③30
名(先着順) ④JR青梅線「御
嶽駅前」集合～「軍畑駅」解散
約5km ⑤10月1日号 ⑥1,000
円 ⑦雨天中止、持ち物：雨具・保
険証、申込は往復はがきにて
問合せ：NPO法人SSC上石神井
Tel3929-8100(月・水・金の午前中)

その他

【1】初心者教室ローラースケート
①11月3日・11日・18日の
10:00～12:00全3回(予備日：
11月25日) ②区内在住の勤在
学の5歳以上 ③150名 ④総合
体育館 ⑤10月1日号

【2】初心者教室スキー
①a:平成25年1月12日(土)～
14日(祝) b:平成25年3月8日
(金)～10日(日) ②区内在

住の勤在学の18歳以上 ③abと
も80名 ④a:湯の丸スキー場(軽
井沢) b:番所ヶ原スキー場(武石)
⑤a:11月11日号 b:1月11日号

【1】 【2】 問合せ：公益社団法人
練馬区体育協会 Tel5393-5420

【3】ランニングクラブ
①10月以降の日曜日 9:45～
12:00(受付9:00) ②これか
らランニングを始めたいと思っ
ている方 ③30名 ④平和台体
育館周辺及び城北公園 ⑥1回
1,000円 ⑦日程については要問
合せ

【4】ベビーマッサージ&ママピ
クス(秋クラス)
①10月1日～12月17日の第1・3
月曜(全6回) 10:00～12:00
②2ヶ月～10ヶ月の乳児と母親の
ペア ③20組 ④平和台体育館
⑥1組9,000円(6回分)

【3】 【4】 問合せ：NPO法人
SSC平和台 Tel5921-7800

【5】ダブルダッチ
①10月～平成25年3月の第1・3
土曜 10:15～12:00 ②区内在
住の勤在学の小学生以上 ④桜台
体育館 ⑤10月1日号 ⑥1回200円
⑦当日申込、持ち物：上履き・タオル
問合せ：NPO法人SSC桜台
Tel5912-9900(第1・3・4月曜
10:00～12:00)

【6】～元日本代表宇佐美彰朗先生
による～いきいきシニア世代初級
ジョギング教室
①11月10日(土) 9:30～
12:00 ②区内在住の勤在学の方
③50名(先着順) ④上石神井
体育館とその周辺 ⑤10月21日
号 ⑥500円 ⑦持ち物：雨具、
保険証 申込は往復はがきにて
問合せ：NPO法人SSC上石神井
Tel3929-8100(月・水・金の午前中)

スポーツピックス スポーツ祭東京2013リハーサル大会が盛況のうちに終了!

8月19日(日)に区立総合体育館で、第67回国民
体育大会関東ブロック大会銃剣道競技と、第68
回国民体育大会銃剣道リハーサル大会が行われ
ました。

リハーサル大会は、関東1都7県の8チームによ
り、成年男子のトーナメント戦が行われました。
また、関東ブロック大会は、埼玉県を除く7チ
ームにより、少年男子のリーグ戦が行われました。
いずれの大会も、選手達は暑い競技場でも集
中力を切らさず、白熱した試合を繰り広げまし
た。

試合結果は、関東ブロックでは、神奈川県と
東京都が「ぎふ清流国体」への出場権を勝ち取
りました。東京都の少年男子が国体に出場する
のは初となります。

リハーサル大会では、「1位：埼玉県」「2位
：東京都」となり、少年男子と同様に来年の国
体に向けて勢いをつけることができました。

また、今大会には当日のボランティア等含め、
多くの皆様にご協力をいただきました。区内の
中学生、高校生には開始式の演奏や、プラカ
ードを持っていただいたり、小学生には、会場
外に飾られたプランターやのぼり旗を作成して
いただきました。また、地域で活動する「せん
ば太鼓」の皆様やSSC谷原のチアリーディング
の子どもたちにはセレモニーを大いに盛り上げ
いただきました。ご協力いただいた皆様、本当
にありがとうございました。

来年9月には、いよいよ本大会が開催され、全
国から大勢の選手が練馬区に集まります。

来年の本大会でも多くの皆様に会場へ足をお運
びいただき、観戦や応援で大会を盛り上げてく
ださいようお願いいたします。



SSC上石神井主催事業 (会場：上石神井体育館)

9:00～15:00 ビーチボールバレー
ラケットテニス、シャ
フルボード、跳び箱、
卓球、トランポリン、
(以下、小学生以下対象)
子ども広場、マットの山
スポーツチャンバラ
11:30～12:30 実演(ダンス他)
※模擬店有
問合せ：SSC上石神井(3929-8100)

SSC大泉主催事業 (会場：大泉学園町体育館)

10:00～12:00 卓球、太極拳他
10:00～15:00 ゲームコーナー(小学生以下)
11:00～12:00 水中運動(小学生)
オリンピックテールを探せ他
12:00～13:00 実演(太鼓、空手など)
13:00～14:00 水泳指導(小学生のみ)
13:00～15:00 空手(小学生以下)他
13:30～15:00 フライングディスク他
※模擬店・フリーマーケット有
問合せ：SSC大泉(3921-1300)

SSC平和台主催事業 (会場：平和台体育館)

9:00～12:00 バドミントン、卓球(小学生～)
10:00～10:50 水中体操教室
10:00～12:00 子どもアスレチック、
トランポリン他
11:00～12:50 親子deプール
(幼児～小2と保護者)
12:10～12:50 実演(チアダンス他)
13:00～15:00 ファミリーオリンピック
※模擬店・フリーマーケット有
問合せ：SSC平和台(5921-7800)




SSC豊玉・中村主催事業 (会場：中村南スポーツ交流センター)




9:00～10:30 フットサル(小学生以上)
9:30～12:00 空手交流戦(公開試合)
11:00～11:50 発表会(バトントワ
リング、チアリーディング)
13:00～14:00 エアロビクス(18歳以上)
13:30～15:30 ニュースポーツ体験
ラケットテニス(18歳以上)
14:10～15:10 ヨガ(18歳以上)
※模擬店有
問合せ：SSC豊玉・中村(5848-9151)

ロンドン五輪で輝いた！練馬区ゆかりのアスリート

7月27日から8月12日にかけて開催されたロンドンオリンピック。毎日熱戦が繰り広げられ、今回も様々なドラマがありました。そんな中、練馬区にゆかりのあるアスリートも頑張られ、私たちに大きな感動を与えてくれました。今回は、第2号でもご紹介したトランポリン代表の伊藤正樹選手、自衛隊体育学校（練馬区大泉学園町）所属の選手のみなさん（競泳男子個人メドレー代表 高桑健選手、レスリング代表 小原日登美選手、米満達弘選手、湯元進一選手、ボクシング代表 清水聡選手）に今回のオリンピックについてインタビューをさせていただきました。



【質問事項】	レスリング 女子フリースタイル 48kg級金メダリスト 小原日登美選手 	レスリング 男子フリースタイル 66kg級金メダリスト 米満達弘選手 	レスリング 男子フリースタイル 55kg級銅メダリスト 湯元進一選手 
Q1 オリンピックに出た感想は？	世界中が盛り上がるスポーツのお祭りみたいだと思いました。	他の国際大会とあまり変わらないと思いました。	小さい時から夢に見た場所だったので、素直に嬉しかったです。
Q2 選手村の雰囲気はいかがでしたか？	オープンカフェが所々にあっておしゃれな街の中にいるような感じでした。	食事がまずいと思いました。部屋も狭くてベッドが小さかったです。	流石はオリンピックという感じでしたが、食事は選手村では食べずに日本ハウスでとりました。
Q3 ロンドンの街並みはいかがでしたか？	自然が沢山あって綺麗でした。	あまり海外に来た感じはしませんでした。日本の渋谷とあまり変わらないと思いました。	試合前は体重調整、自分の試合の後は、兄、米満選手の応援、そして帰国だったので、あまり記憶がありません。
Q4 試合当日の朝食は？	日本から持ってきてもらった食パン、おにぎりです。	餅です。	日本ハウスからのおにぎりやスープなど普段と変わりません。
Q5 試合直前には何か考えましたか？	オリンピックを目指してきて苦しかったことや今までやってきた練習を思い出していました。	過去の自分を超越る、進化するという気持ちで試合に臨みました。	必ずメダルを日本へ持ち帰ること。
Q6 試合前、集中力を高めるために何かしていますか？	音楽を聴く。	次の試合をイメージしたり。技をかけるイメージをしています。	他の試合を観て、自分ならどのように戦うか考えています。
Q7 プレッシャーをどのように乗り切りましたか？	オリンピックだからといってやる事は何も変わらない、と言い聞かせました。	プレッシャーがないと体が動かないので、プレッシャーはあった方がいいと思います。	練習通りに試合をしていけば良いと言いつけました。
Q8 試合会場のコンディションはいつもと比べどうでしたか？	マットの周りが六角形になっていました。	特に気にしませんでした。	マットが非常に柔らかかったです。
Q9 試合後何をしたいと思いましたか？	ゆっくりお風呂に入りたい。	何も考えていませんでした。	ゆっくり休みたい。
Q10 今回の結果で思うことはありますか？	みんなで一緒に戦って、みんなで獲った金メダルだと思います。	金メダルを目指してやってきましたが、本当に金メダルを取れるとは思いませんでした。	金メダルを目標に練習してきたので、悔しい思いが強いです。
Q11 次の目標を教えてください。	ママ	一日を大切に生きていくことです。	今は身体をゆっくり休めて次の事を考えているので、具体的には決めていません。
Q12 練馬区での思い出の場所がありますか？	大泉学園町にちょっとの間住んでいました。		
Q13 区民の皆様一言お願いします。	応援ありがとうございました。	皆様の応援のおかげで金メダルを取ることができました。ありがとうございました。	今回は銅メダルという結果でしたが、皆様の応援があったおかげです。本当にありがとうございました。

【質問事項】	ボクシング 男子バンタム 56kg級銅メダリスト 清水聡選手 	体操トランポリン男子 4位入賞 伊藤正樹選手 	競泳男子 200m個人メドレー 6位入賞 高桑健選手 
Q1 オリンピックに出た感想は？	夢の舞台に2度もチャレンジでき、とても嬉しかったです。	とても楽しくもあり、難しい舞台でもありました。	4月の選考会での緊張感を味わったからか、思ったより緊張しませんでした（笑）
Q2 選手村の雰囲気はいかがでしたか？	食事は噂通り美味しくありませんでしたが、ロンドンの気候は過ごしやすかったです。		環境、食事共に非常に良かったです。
Q3 ロンドンの街並みはいかがでしたか？	残念ながら外はほとんど歩いていません。	とても綺麗で、歴史のある街並みを感じました。	とても綺麗に感じました。
Q4 試合当日の朝食は？	日本選手団が持ってきていた味噌汁やおかゆ。		鯛雑炊です。
Q5 試合直前には何か考えましたか？	支えてくれた沢山の人のために、勝って恩返しをしたい。	自分の演技を行うこと、そしてトランポリン競技の将来の事です。	自分の持てる力を発揮して勝つ。
Q6 試合前、集中力を高めるために何かしていますか？	音楽を聴いたり、ストレッチをしたり、特に変わったことはしていません。	音楽を聴いていました。	体を動かしながら集中しています。
Q7 プレッシャーをどのように乗り切りましたか？	試合だけに集中して、いつもどおりを心がけました。	経験と自信です。	4月の選考会のプレッシャーが大きかったので、あまり感じませんでした。
Q8 試合会場のコンディションはいつもと比べどうでしたか？	ロンドンの人たちはボクシングにとっても関心があり、会場も盛り上がっていたので、試合をしていてとても楽しかったです。	人の数、規模でもオリンピックはこういう場所なんだと感じました。また、台の違いは少しありました。	やはり独特な雰囲気はありました。
Q9 試合後何をしたいと思いましたか？	早く日本に帰って日本食が食べたいと思いました。	日本でご飯を食べたいと思いました。	合宿等で長期間日本を離れていたため、早く帰国したいと思いました。
Q10 今回の結果で思うことはありますか？	今回は山あり谷ありでしたが、メダルが取れてホッとしています。これも日頃から支えてくださっている方々のおかげだと思います。	やりきった結果なので、満足です。	非常に悔しいです。
Q11 次の目標を教えてください。	今はまだ、オリンピックも終わったばかりで考えてないです。	2016年リオ五輪での金メダル獲得です。	リオ五輪を目指したいと考えています。
Q12 練馬区での思い出の場所がありますか？	東武練馬駅		夏に『としまえん』のプールに行きたいです。
Q13 区民の皆様一言お願いします。	今回メダルを取ることができました。本当に沢山の応援のおかげです。ありがとうございました。	応援ありがとうございました。これからも頑張るので、よろしく願いいたします。	温かいご声援ありがとうございました。これからも頑張ります。練馬区民の皆様引き続きよろしくお願いいたします。

オリンピックの皆様、お忙しい中、貴重なお話ありがとうございました。今後益々のご活躍をお祈りしております！！