

目標は、2024年のパリオリンピック出場。「まずは、日本のトップに上り、2023年の世界選手権で決勝に残り、オリンピック行きの切符を勝ち取ります」。不安などみじんも感じられないまっすぐな姿を、皆さんも応援しましょう！



世界年齢別トランポリン競技選手権大会(2019年)の試合会場にて

### 強みは、技の美しさと本番の強さ



アベノジュニアトランポリンクラブ  
コーチ 井上涼子さん

田中選手は、真面目でいつも一生懸命ですが、怒られるのがイヤで顔に出してしまいます。全日本強化指定選手で次世代ターゲット選手なので注意されることが多くなるかもしれませんが、しっかりと受けとめて欲しいですね。  
ジュニアからシニアに向けて、気力、体力をしっかりつけて「技の美しさ」という強みを活かしながら世界へ羽ばたいて欲しいです。本番に強い田中選手だから、世界選手権やオリンピックできっとメダルがとれるはず。自分を信じて突き進みましょう！

### 跳べない日もあきらめず 今できることをやる

周囲の期待が高まるほど「より難度の高い技、美しい演技」を求め自分を追い込む希湖さん。無理を重ね、去年は、腰を傷めてしまいました。1か月間、全く跳べないときもありましたが、毎日練習場に来て、仲間の演技するそばで、黙々とストレッチやトレーニングに励んだそうです。

「つらかったけど、これ乗り越えたら、もっと強くなれると信じるようにしていました。家族や仲間の励ましがあったから頑張れました」。



### シニアも含め全国7位 完全復帰、不安なし

シニア・ジュニアに関わらず、全国上位65名が参加できる日本最高峰の大会「全日本トランポリン競技選手権大会」に2019年11月、希湖さんは初出場し、堂々7位の成績を収めました。「難しい技はしなかったけれど、技の美しさで勝てた」。腰痛からは完全復帰したようです。

#### 家族で応援、一緒に喜びたい

母 田中順子さん

レオタード姿が可愛らしくて続けさせていましたが、娘が真剣に取り組み始めてから「やるなら賞を取ってほしい」と欲が出て、いまは家族で応援しています。稽古に通う時の駅までの送り迎え、跳べる身体をつくるための食事づくり、中学生らしい規則正しい生活など。勉強は、試験前にお兄ちゃんが教えています。その分、大会で好成绩だったとき家族みんなで喜んでいます。  
「これ以上、頑張らなくていいよ」という声かけを封印して、娘の目標が達成できるまで、そばにいて一緒に力を尽くしていきたいと思っています。



#### ワンポイント解説

### 得点の種類

#### 演技点(E)

各種目の出来栄(姿勢・こなし・安定感)を採点します。

#### 跳躍時間点(T)

主審が機械を操作し採点を行います。選手が空中に浮かんでいる時間を計測し、その時間が1秒1点としてそのまま得点に反映されます。



### E得点(20点)+D得点+T得点+H得点(10点)-ペナルティ

#### 難度点(D)

それぞれの種目の回転数、捻り、姿勢によって算出されます。

#### 移動点(H)

各種目の着床位置によって決められた減点を合計し、10.0点(有効種目数による)満点より減点します。

#### ペナルティ(P)

合計得点からの減点(ペナルティ)  
服装の違反による減点、決められた時間内で演技を開始しなかった減点、コーチが演技中に声を掛けた減点などがあります。

全日本トランポリン競技選手権大会(2019年)の得点結果									トータル	
の選手	E	16.7	D	13.2	H	9.8	T	15.565	なし	55.265
選手(7位)	E	17.4	D	10.3	H	9.8	T	15.025	なし	52.525

### クローズアップ マイタウンJOTO

## もっと高く、もっと美しく パリオリンピックをめざして

人の身長は何倍もの高さまで跳び、空中で多彩な技を繰り広げるトランポリン。今回は、トランポリン競技の世界大会で好成績を残し注目を集める、菫中1年生の田中希湖さんに競技にかける想いなどを伺うため、所属するアベノジュニアトランポリンクラブ(八尾市)を訪ねました。

### 菫中1年生 田中希湖さん

### 陸上では味わえない “ふあふあ感”が好き

高さ7メートルぐらいの空中で、繰り返される跳躍、宙返り、選手たちの洗練された動きを間近にみると、その力強さに圧倒されてしまいます。なかでもひととき美しい姿勢で跳んでいるのが田中希湖さん。4歳の頃、兄2人の影響でトランポリンを始めました。

「跳ぶだけで楽しい。陸上では味わえない”ふあふあ感”が好き」と希湖さん。選手コースへ入った5歳の頃から「試

合で勝つこと」を意識するようになり、現在は、城東区から約1時間かけて、平日夕方から4時間、土曜も午後から4時間の練習に通っています。

### 「負けず嫌い」のおかげ 演技も勉強も完璧に！

初めての世界戦は小5の時、世界年齢別選手権のシンクロ(2人競技)で銀メダルを獲得。小6の時には、ワールドカップ2018(ポルトガル・ローレ大会)で金メダル(個人)、世界年齢別選手権では銅(個人)と銀(シンクロ)と、確実にメダルを増やしています。

努力の根底にあるのは、トランポリンへの愛と自他ともに認める「負けず嫌い」の性格。好成绩に甘んじることなく「完璧にやりたい」と闘志を燃やし続けています。ちなみに「トップに立ちたい」のは、学校の成績も同じ。練習の合間を縫い「クラスで成績のいい子にはりつきながら勉強しています(笑)」と話してくれました。



#### これまでの主な受賞歴

世界年齢別トランポリン競技選手権大会(2018年)  
11-12才 女子個人競技 3位(銅メダル)  
11-12才 女子シンクロナイズド競技 2位(銀メダル)  
ワールドカップ2018(ポルトガル・ローレ大会)  
U13 女子個人競技 優勝  
全日本トランポリン競技選手権大会(2019年)  
女子個人競技 7位