

# 高橋 侑子

女子は、来夏に延期された東京五輪代表の最有力候補に挙げられる高橋侑子(29)＝富士通Ⅱが、日本選手権3連覇を狙う。

## まずは3連覇目標

「3連覇は大きな目標。スプリントレースなので例年と展開は変わってくると思いますが、まだまだいけるぞ」という自分を見せたい」

2016年のリオデジャネイロ五輪出場を逃し、翌年1月に「強くなりたい」と、日本を飛び出した。世界各地から集まった15人で構成されるインターナショナルチームに加わり、パウロ・ソウザコーチ(49)に師事。「最高の環境でいろんな経験を積んで、海外での競技生活にも慣れて対応できるようになった」。以後、年を重ねるごとに心身ともにタフさが増し、国内外のレースで結果を出せる実

## 五輪メダルは暑さ対策しっかりやれば勝負できる

力をつけてきた。昨年12月、米サンディエゴから、コーチの母国ポルトガルのモンテゴルドに拠点が移り、さらに練習環境が良くなったという。

新型コロナウイルスの世界的流行で、3月下旬に日本に一時帰国。約2週間の自主隔離を経て、コーチからメールで送られる練習メニューを1人でこなしてきた。夏場は国内の強豪選手たちとの合同トレーニングにも参加するなど、日本選手権に向けた練習に励んでいる。

「初めての、地元の五輪が延期になって残念でしたが、仕方がない。東京でのメダル獲得を目標に、カギになる暑さ対策をしっかりとやれば勝負はできる」と、変わらずに東京五輪を見据えて準備は怠らないつもりだ。(辛仁夏)

日本トライアスロン選手権へ向け意気込みを見せた高橋侑子＝東京都三鷹市で(淡路久喜撮影)



▼高橋侑子(たかはし・ゆうこ) 1991(平成3)年8月27日生まれ、東京都三鷹市出身の29歳。164センチ、52キログラム。東京・桐朋女子高を経て法大。法大では日

本学生選手権4連覇。18年アジア大会で個人と混合リレーで金メダル。19年は世界シリーズ横浜大会4位、日本選手権2連覇。ジャパ