

<三重県の小学生・中学生・高校生の皆さんへ>

バドミントン日本代表の西本拳太です。

現在も日本国内では、新型コロナウイルス感染者が増加しており、今もなお多くの医療従事者の方々が最前線で働いてくれています。

心より感謝申し上げます。

私も不要不急の外出や密閉・密集・密接の3密は避けて行動しており、自宅で出来るトレーニングやランニング、公園でのフットワークや素振りなどを行っています。

小学生、中学生、高校生の皆さん。

各世代でそれぞれがバドミントン人生をかけて目標としていた大会が無くなり、大変残念な気持ちかと思えます。

今はモチベーションが無くなり、トレーニングやバドミントンに対する気持ちが薄れている人もいるかもしれません。

私も理由は違いますが、中学2年時の5月から12月までの約8ヶ月間、肘の怪我によりバドミントンが出来ませんでした。

その時は本当に苦しく、とてももどかしい日々でした。

しかし、その期間におこなった走り込みや左手でのバドミントンにより感覚を通常より早く戻すことができ、怪我をする前よりも体力もつき、今となっては土台となる部分を作る大切な期間になったと思っています。

学生の皆さんも今は本当に苦しいと思います。

しかし、皆1日に与えられている時間は同じであり進む速さも同じです。

今しか出来ないことがきっとあると思います。

読書で色んな人の考え方や生き方を学ぶことも良いと思います。

強い選手の映像や自分のプレーを沢山見てイメージすることも良いと思います。

ライバルとの差を広げる為に、そして自分自身の夢や目標を達成する為に今出来ることを精一杯やってみましょう。

そしてウイルスに感染しない、感染を広めないように3密を徹底的に避け、一緒に新型コロナウイルスに打ち勝ちましょう。

西本 拳太