（C）日刊スポーツ新聞社

2014.7.23→2020.7.24

◆五輪メダリスト紹◆ 藤本佑子（ふじもと・ゆうこ）1984年東京大会バレーボール女子金・広島・尾道出身。鈴峯女子高から日鉄自塚入りした。1m94と、チームで最も小柄だったが、回転レシーブの名手として守備で金メダル獲得に貢献した。

次回31日（水）リオから東京へ 現地記者座談会

レイアウト・佐藤華也

アテネ＆北京(銀)日本代表

心の底から応援する3位決定戦

宮本 慎也（45）
野球評論家

野球人生の中で、最も緊張した大会といえば、アテネ五輪以外に思い浮かびません。PL学園時代に出場した甲子園や日本シリーズは緊張しましたが、「チームの代表」という意識、国際大会でもあるWBCも「野球選手として日本を代表している」という意識です。「日本の代表」という意識は、五輪以外には感じませんでした。

北京五輪にも出場しましたが、アテネ五輪はプロが主体になって初めて戦う世界大会でした。「当然のように『金メダル』を期待されるし、個人的にはチームの主将にも指名されました。五輪ともなれば、普段は野球を見ない人も応援してくれます。『金メダル』以外は『日本に帰れない』という重圧を感じました。

準決勝でオーストラリアに敗れ、結果は銅メダル、期待された金メダル獲得が絶望した中で、敗者3位決定戦も、精神的に難しい戦いでした。野球は団体競技ですが、個人競技で金メダルが期待されながら3位決定戦を戦う競技の選手は、心の底から応援するように努力していこうと思っています。

2020年東京五輪へ 300人リレーコラム 個人目 題字は北島康介自筆

Goodbye Rio.

制裁受けた母国から唯一参加
「記録に満足はしていないが、次の五輪ではもっと強くなる」

（撮影・清水貴仁）

モデル業も

（AP）

マリア・ベルチェノワ
（30歳　ロシア　ゴルフ）

112年ぶりに復活したリオ五輪は16位と健闘した。3歳の時からバレエに取り組み、12歳でゴルフを始める。ロシア人初となる欧州ツアーフル参戦。水着や手ブラでの写真撮影など、モデル業もこなす。12年に結婚。3歳の娘マリアちゃんがいる。

ダリヤ・クリシナ
（25歳　ロシア　陸上）

「いい思い出」

国家主導のドーピングが問題で制裁を受けたロシアの陸上で唯一、参加したクリシナが、激動の五輪を笑顔で終えた。女子走り幅跳びで予選を突破し、17日の決勝に進出も9位に終わった。記録は伸びず、自己ベストの7㍍05を大きく下回る6㍍63だったが「ここに来ることができ、美しい大会なスタジアムで跳ぶことができた。いい思い出になる」と笑みを浮かべた。

ロシア陸連を資格停止とした国際陸連は7月、米国を拠点に活動していたクリシナのみの出場を認めた。しかし、予選2日前の8月13日「新たな情報に基づき、資格に疑義が生じた」として一転、出場を禁じた。直ちにスポーツ仲裁裁判所（CAS）に提訴。結果が出るまでは「普通の練習はできず、ウオーミングアップだけだった」。

CASが最終的に出場を認めたのは、予選の前日。調整は遅れて、1人で国を背負う重圧ものしかかった。予選でファウルを繰り返したのも、ブランクを埋めるため「助走の練習が必要だった」からだという。

今回が初めての五輪出場。ドーピング問題に振り回され、本来の力は発揮できなかったが、言い訳が悲しい言葉はない。「記録に満足はしていないが、次の五輪ではもっと強くなる」と話し、米国でトレーニングを続ける意向を示した。クリシナには4年後の東京が待っている。

ジェニファー・マッキントッシュ
（25歳　英国　射撃）

母シャーリーさんもコモンウェルズゲームズ（英連邦大会）で活躍した射撃選手。自身も10年の同大会2種目で金メダルを獲得した。リオ五輪では2種目とも15位以下と不振だったが、東京でメダル獲得を目指す。

クセニア・バルタ
（29歳　エストニア　陸上）

リオ五輪は走り幅跳びで6㍍79を跳び6位入賞。100㍍や7種競技もこなし、得意の走り幅跳びでは室内の欧州選手権で金メダルを獲得。10年世界選手権では同競技で4位に入った。また、走り幅跳びだけでなく、100㍍や200㍍など短距離での国内記録を持つ。

（撮影・清水貴仁）

マルチ才能

ダフネ・スキッパーズ
（24歳　オランダ　陸上）

15年世界選手権200㍍女王。リオ五輪では100㍍、200㍍、400㍍リレーに出場。200㍍では0秒1差で銀メダルに終わった。179㌢の長身を生かした大きな走りで、東京では金を目指す。

（ロイター）

0秒1差銀

ナディン・フィッサー
（21歳　オランダ　陸上）

リオ五輪では7種競技19位、100㍍障害は予選敗退。幼少期は体操とサッカーをしていたが、13歳の時に陸上に転向。11年欧州ユース五輪では100㍍障害と400㍍リレーで金メダル。15年世界選手権では「美人」として注目された。

（ロイター）

13歳で転向

五輪の妖精たち

今井 月
（16歳　愛知・豊川高　競泳）

リオ五輪では200㍍個人メドレーで準決勝敗退。兄の流星（ひかる）の影響もあり、3歳から水泳を始める。小6で50㍍、100㍍、200㍍の平泳ぎ、400㍍個人メドレーの学童記録を樹立。名前のルナは「月の女神」のラテン語読み。コカ・コーラのCMにも出演。

「月の女神」

（撮影・清水貴仁）

ケルシー・ロバーツ
（24歳　オーストラリア　陸上）

生まれは南アフリカ。やり投げを本格的に始めたのは高校卒業後の10年から。決勝進出はならなかったが、現在のトレーニング拠点であるキャンベラにあるオーストラリア国立スポーツ研究所（AIS）で力をつけ東京五輪を目指す。

南ア生まれ

（ロイター）

パティマット・アバカロワ
（21歳　アゼルバイジャン　テコンドー）

ロシアのダゲスタン共和国生まれ。ロシアとアゼルバイジャン両国の国籍を持っている。13年まではロシア代表として大会に出場していた。15年欧州選手権49㌔級、リオ五輪同級でともに銅メダル。

（ロイター）

銅の微笑み

（撮影・菅敏）

女優の血を

メリティナ・スタニウタ
（22歳　ベラルーシ　新体操）

曾祖母であるベラルーシの伝説的女優ステファニヤ・スタニウタの血を受け継ぐ。世界選手権では団体で5度の銀メダル獲得。夏季五輪翌年のワールドゲームズでは13年に個人2種目で金メダルを獲得した。

ゲンゼベ・ディババ
（25歳　エチオピア　陸上）

五輪や世界選手権で活躍してきたディババ4姉妹の末っ子。昨年は1500㍍で世界新をマーク、世界選手権でも同種目で優勝した。前回ロンドン大会は予選落ちしただけに、雪辱を期して乗り込んだが、2位に終わった。次女のテルネシュは1万㍍、三女のマレもマラソンでともに3位とリオは無冠に終わった。

雪辱ならず

（ロイター）

ベルナルデッテ・スッチ
（21歳　ルーマニア　卓球）

ジュニア時代から逸材として注目され、12年にはルーマニア女王に。ルックスでも注目され「美しすぎる卓球選手」として、福原愛のように本場中国の人気も上昇した。リオ五輪では団体メンバーとして1回戦の韓国戦に出場、2－2で迎えた最後のシングルスに出場したが、敗れた。兄もルーマニア王者になったプロ卓球選手。

中国で人気

（ロイター）

See you in Tokyo.

毎週水曜日連載
NIKKAN SPORTS SPECIAL

日刊スポーツが2週にわたってお送りするリオオデジャネイロ五輪美女アスリート特集も最終回。今回は〝韓国の妖精〟や、曾祖母が女優だという美しきアスリートら、東京五輪でもぜひ会いたい、見たい選手たちをそろえました。

NIKKAN SPORTS
東京オリンピック特集

アジア勢初の表彰台狙うも悔いなし4位
孫筱在
（22歳　韓国　新体操）

実力もさることながら、その美貌に注目が集まり「韓国の妖精」と呼ばれる。個人総合ではアジア勢初の表彰台を狙ったが、4位だった。実力を出し切って前回5位から順位を上げ「メダルは欲しかったけど悔いはない。4年間で成長できたことが誇り」と笑顔を見せた。

フィギュアスケートの金妍児さんに次ぐ国民的アイドルとして、東京五輪へ向けても期待は大きい。そんな孫が世界的にも知名度を上げたのがファッション誌「ヴォーグ」の特集。リオ五輪開幕前に同誌が発表した「リオで最もスタイリッシュなアスリート5人」に名を連ねた。

ロシアに拠点を移して急成長し、トップ選手の仲間入りを果たした。金妍児さんのファンからインターネット上で中傷を受けることもあったが「彼らのために（力を）証明したかったわけじゃない。応援してくれる人たちのために演技した」と胸を張った。

美貌に注目

韓国の妖精

20年まで300回超え大型連載第108回

甘酒フルーツシャーベット

準備する　甘酒80㌘、牛乳100㌘、キウイ3個、グレープフルーツ3個、ベリーミックス（冷凍）20㌘　（181㌔㎉）

作り方　❶甘酒と牛乳をよくまぜる。フルーツは細かく切る❷それぞれを冷凍する（ジップロック、タッパーなどの保存容器を利用）❸甘酒と牛乳は数時間したら取り出してよくまぜ、冷凍庫に戻す❹30分以上置いたら冷凍庫から取り出し、器に盛りつける

ジュニアアスリートを応援する

管理栄養士 川端理香さんがメニュー提案

暑さ吹き飛ばす ごはん

アイスで熱中症予防

アイスで熱中症を予防しましょう!! 最高気温が35度以上の猛暑日が続き、エアコンをつけっぱなしの人も多いでしょう。ただし、設定温度が低すぎて体調を崩すことは避けたいもの。暑い中で体温は上がり、人間の体は体温を下げようとします。

以前、書いたように発汗は体温調節の一つ。冷たいものが欲しくなるのは、上がった体温を下げるためで非常に有効です。冷たいドリンクやアイスは体温を下げるために最適ですが、砂糖が気になり、太ってしまうなどの体に悪いイメージがあるかもしれません。

そんな方のために、今回はシャーベットを紹介します。

〝飲む点滴〟と言われるほど、栄養価の高い甘酒は、砂糖が添加されていない、原材料は米とこうじのみで、アルコール分は0%のものを選びましょう。納豆のみそなどの食品と同様、良いイメージのある食品と同様、甘酒は上手に選べば発酵食品で腸内環境を整えます。スポーツ中に消費したエネルギー補給できるのでお勧めです。冷たいドリンクやアイスは体温を下げるのに