

# 祝！インターハイ優勝 名古屋の高校生アスリート

体操女子 跳馬

うしおく こはね

牛奥 小羽 選手



## 牛奥 小羽（うしおく こはね）選手プロフィール、主な戦績等

(出身校) 名古屋経済大学市邨高等学校

(学年) 3年生

(主な戦績) 2022年：全国高等学校総合体育大会2022 体操女子 跳馬 優勝  
全日本体操選手権 種目別 優勝

2021年：全国高等学校体操競技選抜大会 個人総合 第5位

名古屋の  
高校生選手  
紹介企画

# 全国高等学校総合体育大会2022（インターハイ）体操女子跳馬優勝の 名古屋経済大学市邨高等学校3年生 牛奥 小羽(うしおく こはね)選手の紹介です。

## 牛奥選手へインタビューさせていただきました！

【令和4年9月14日】



**(質問)** インターハイ優勝が  
決まった時の気持ちや今の  
気持ちをお聞かせください。

**(牛奥選手)** 中学の頃から  
跳馬であと一歩というところ  
が多かったので、初めて  
優勝できてよかったです。  
ただ、団体で優勝できな  
かったので、悔しい気持ち  
もありました。

**(質問)** 優勝した時の喜びを一番誰に伝えたかったですか。

**(牛奥選手)** 跳馬を教えてくれた先生です。

**(質問)** インターハイで優勝できた一番の強みは何だと思いますか。

**(牛奥選手)** 優勝目指して練習してきたので、「優勝する！」という  
強い気持ちです。

**(質問)** 「優勝する」と思い過ぎて、逆に緊張してしまうといったことに  
繋がらないですか。

**(牛奥選手)** 緊張して身体が震えてしまうということがあまりない  
タイプなので、緊張してもわりと自分の演技（力）を  
出すことができます。

**(質問)** 体操との出会いはいつですか。きっかけ等をお聞かせください。

**(牛奥選手)** 6歳です。保育園の鉄棒で遊ぶのが好きでした。  
幼馴染がレジックスポーツで体操をやっていて見ている  
楽しそうだな、と思い始めました。

**(質問)** 得意な練習や苦手な練習はありますか。

**(牛奥選手)** 得意な練習は、新しい技に挑戦していくことに恐怖心が  
ないので、どんどんできます。  
ただ、空中で体を動かすことが苦手なので、新しい技を  
完成させるのに苦労します。

**(質問)** 体操の魅力・難しさは何ですか。

**(牛奥選手)** 魅力は、みんなが憧れるようなアクロバットができること  
だと思います。  
難しいところは、自分の思ったとおりに体を動かすこと  
です。

**(質問)** 空中で自分の姿勢などは自分の中でわかっているものですか。

**(牛奥選手)** 客観的また主観的にイメージすることが大事です。  
動画を撮ったりして、確認もしています。



**(質問)** 体操を行う中で、一番大切にしていることは何ですか。

**(牛奥選手)** 体が思うように動かなかったり、技ができなくなったりしても  
諦めずにやり続けることです。

**(質問)** 尊敬する方や目標とされる方がいらっしゃいますか。

**(牛奥選手)** 東京2020オリンピックで引退された村上茉愛（まい）  
選手です。

私が得意としている種目が跳馬で、村上選手も跳馬なので、同じような演技ができればいいな、と思っています。

**(質問)** 将来の夢や目標を教えてください。

**(牛奥選手)** 私はまだ世界で活躍できるレベルに達していません。  
私の同世代の子でももっとすごい選手がいるので、まずは  
そこに追いついて世界で戦える選手になりたいです。  
12月に全日本団体選手権があり、レジックスポーツ所属  
として出場するのは最後の試合となるので、団体で優勝  
することです。

**(質問)** 4年後の2026年にアジア競技大会が愛知・名古屋で開催され  
ます。この地元で開催されるアジア競技大会への思いがありましたら  
教えてください。

**(牛奥選手)** 地元という慣れた町で大きな大会が開催されるので、  
自分もそこにまずは出場することが目標です。

**(質問)** 市民の方へメッセージをぜひお願いします。

**(牛奥選手)** 今の自分に満足せずにこれからもどんどん上を目指して  
がんばっていくので、応援よろしくお願ひいたします。

**(質問)** 趣味はありますか？

**(牛奥選手)** 漫画を読んだり、アニメを見たりすることです。  
スポーツ系でバレーボールの「ハイキュー」や自転車競技  
の「弱虫ペダル」が好きです。

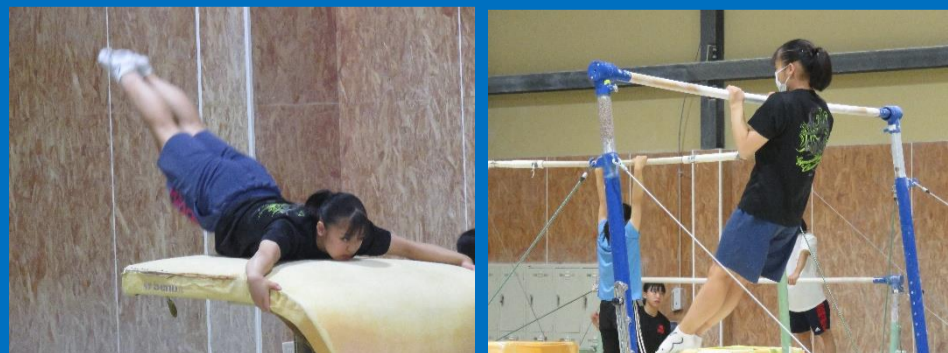
**(質問)** 好きな物や好きなことはありますか？

**(牛奥選手)** 音楽を聴くことです。試合前に集中したい時に聴いて  
います。好きな音楽グループは、ON OK ROCK  
(ワンオクロック) です。  
インターハイ2022の際にも聴いていました。

**(質問)** 一番好きな名古屋めしや勝負めしはありますか？

**(牛奥選手)** 小倉トーストです。パンも好きです。  
勝負の時は、ダース（ホワイトチョコ）を食べます。

**牛奥選手、これからも応援しています！頑張ってください！**



写真提供：有限会社レジックスポーツ  
取材・制作：（公財）名古屋市教育スポーツ協会

