

### 大変なことは？

学生時代は毎日コーチに指導してもらいながら、決められた練習メニューに取り組んでいました。今は、自分に必要な練習を自分で考えなければなりません。負けたことのない相手に負けると、不安になることもあります。

### どんな仕事ですか？

私はプロの卓球選手として頑張っています。スポーツの種類によって、それぞれだと思いますが、プロチームに所属したり、実業団に所属して試合に出たりします。試合以外にも、子どもたちにスポーツ指導をすることもあります。



プロスポーツ選手

田口 瑛美子 さん  
下関市出身

### プロとして大切にしていること

体のケアが大切です。ストレッチをする、お風呂に漬かる、早く寝る、など当たり前のことを必ずやる。今は、たくさん練習することより、練習の質を高めることを大切にしています。

# 仕事図鑑



このページは、小・中学生、高校生を対象に市内で働く人・職業を紹介しています。先輩たちのメッセージを参考に、未来の自分を探してみませんか。

気付けばここに立っていた

卓球をしていた祖母を見て、小学2年生のときに始めた卓球。クラブチームでの練習を経て、気付けば本気で卓球に打ち込んでいました。

早朝のランニングに始まり、負荷をかけた練習メニューをこなした後は、それをノートにまとめる。練習についていくのに必死な毎日。大学では技術指導の機会が減り、伸び悩んだ時期もあったそうです。それでも振り返ると、インターハイ優勝、インカレ3位と、好成績を残していました。「いまだに実感はないんです。うまくいかないときは、素直に周りの人に意見を聞きました」と当時を思い起こします。

プロ選手を目指す君へ

「プロになりたいと思って卓球をしているわけではなく、目の前の試合に一生懸命取り組んできたから今があると思っっています。だから皆さんも目の前のことに全力で取り組んでほしいです」

田口さんにとってプロとは、「いつまでも卓球を続けられる人」なのかもしれません。

地元下関での試合。たくさんのファンが応援に駆け付けた。



「応援してくれる人がいる限りやめられない」

