

【特別寄稿文】

アスリートの支援とは —挫折から表彰台へ、そして今度は表彰台へ送る 支援者として、その変遷—

人間社会学部 スポーツ健康学科 専任講師 水鳥寿思

1. 私の競技人生

私が2歳7ヵ月の時、実家の体操クラブである水鳥体操館がオープンした。両親ともに元体操選手で体操の指導者という家庭環境で生まれ育ち、言うまでもなく自然と体操を始めることになった。環境には非常に恵まれていたが、決して才能には恵まれていなかった。私は当時水鳥体操館に通っていた生徒100人のうち、最も柔軟性がなかったのだ。体操の技術に欠かせない柔軟性を身につけるために柔軟体操をやらされていたが、痛みに耐えられず毎日泣いていた。いつしか指導者である父には愛想をつかされてしまった。それもそのはずで、同じく体操に励む兄弟は非常に優秀だったのだ。3人ともジュニアの全国大会で入賞し、4男の一輝は国際大会でも優勝した。

このような環境によって、私は家族のなかで劣等感を感じ、体操が上手くなることで自分の存在を認めてもらいたいと強く思うようになった。この思いが、競技力向上に対する大きなモチベーションとなっていた。

体操の上達を信じて高校、大学は強豪校に進学した。しかし、学生時代は身体が硬いことも影響し、3度の怪我に見舞われた。本気で選手を諦めた時期もあったが、その度に周りのサポーターに支えられて競技に復帰することができた。それだけでなく怪我と向き

合うことで、これまでよりも強くなることができたと感じている。

アテネオリンピックの代表に選ばれてからは、チームに貢献したいという思いから、日本の弱点を言われたつり輪の強化を徹底した。自分の役割を明確にすることで、チームに必要な存在になりたかったのだ。自分の存在価値を認められたかった幼少時代ともどこか共通するものがあつた。当然のことながら、私だけでなくチームのメンバーがそれぞれの役割を果たしたことで、団体総合の金メダルを獲得できた。表彰台で君が代を聞いていた時、私はこれまでの体操人生を振り返っていた。どんな状況も乗り越えることができたのは、自分の頑張りだと思っていたが、周りのサポートがあつたのことだったと感謝の気持ちがこみ上げてきた。

アテネオリンピック後も新たな目標を見出し、競技を続けた。最後まで怪我を向き合う競技人生であったが、28年間という比較的長い競技人生を送ることができた。

2. 指導者を志した理由

私が指導者を志したのは、体操を通して成長できた多くのことを、体操選手のみならず多くの学生に伝えていきたいと感じたからである。なぜなら、私の体操や考え方が大きく変化した時期が学生時代だったからである。

体操で学んだ目標を達成するためのプロセス、考え方や行動は、体操だけに有効なものではなく、他のスポーツやスポーツ以外の分野にも共通する部分であると考えている。

また、怪我の経験が多かった私にとって、科学的視点から体操に貢献する技術や練習プログラムを提案できればという思いもあった。そのような研究活動を行ないたいという希望もある。さらに、現役引退後、そのまま体操のコーチになるよりも、大学で多くの知識を得たいという気持ちもあって、大学の教員を志した。

もうひとつ私が望んでいたことは、体操の普及である。理由は二つある。一つ目は、体操競技人口の少なさに危機感を感じていたからである。日本体操協会に登録されている男子体操選手はおよそ6000人である。普及が進んでいない県ではジュニア選手が十数名しか登録されていない。これでは世界と戦える人材が育ちにくいだけでなく、競技の衰退の恐れがある。二つ目は、体操という運動が幼児期に有効な運動である。この認識を広く認知してもらいたいということである。

反対にトップ選手については、ある程度自立して練習の組み立てができるため、直接的に関わる必要性をあまり感じていなかった。

3. 予定していた指導者活動

現役引退後はダイレクトにトップ選手の指導に関わるのではなく、自分の経験をできるだけ多くの人に伝えることや、研究活動、普及活動を行なっていこうと考えていた。そのために大学教員となり、指導、研究、勉強を始めた。課外活動では、オリンピックとしての講演活動や、カワイ体育教室のチーフアド

バイザーとして子どもの体操普及も積極的に行っていた。そして、さらに知識を得るため、日本体育大学大学院博士後期課程に進み、研究活動を始めようとしていた。指導教員の船渡教授には、翌年に海外で研修することを勧められ、それが実現可能か模索しており、まさか翌年自分が強化本部長になるとは思っていなかった。

ちょうどその頃、ロンドンオリンピックが開催されていた。私はテレビ番組で試合結果について解説を担当させてもらった。団体総合で日本は序盤に山室選手が怪我をしてしまった影響で、苦しい試合展開となった。辛うじて銀メダルを獲得したが、最終種目のあん馬で内村選手の下り技が認定されなければメダルすら逃すところであった。私にとって客観的に見る初めてのオリンピックであった。日本の強化を変えなくてはいけない部分があるのではないかと感じた。

4. 強化本部長に就任した根拠

日本体操協会も、ロンドンオリンピックの結果に対して危機感を感じていた。大会終了後にロンドンオリンピック大反省会と題して、幅広い関係者から意見を求める機会を設けた。指導者、オリンピック委員会委員、メダリストやマスコミ関係者など、およそ50名と個別面談を行い、リオオリンピックへ向けて意見の集約を行った。私も大反省会に呼ばれ、ロンドンオリンピックを通して感じたことや、選手目線から意見を伝えた。特に感じた部分は、スペシャリスト強化を行っていくことの必要性であった。それは現役時代から感じていたことでもあり、ロンドンオリンピックを見てその重要性を確信した。なぜなら、現行

ルールでは団体メンバーのうち各種目3名しか演技を行わないからである。また、スペシャリスト強化によって、より多くのメダル獲得を目指すことができる。諸外国がスペシャリスト強化を進めているため、従来のように個人総合のトップ選手が種目別でメダルを獲得するケースが少なくなっている。ロンドンオリンピックでは個人総合メダリストで種目別のメダルを獲得したのは18個のメダルのうち、内村選手が獲得したゆかの銀メダルのみであった。

また、世界的に体操競技に対する評価も変化している。団体総合や個人総合を重視するのではなく、メダルの数を重視する考え方が台頭しているのである。数で考えれば種目別が圧倒的に多い。さらに、種目別で活躍する選手は、現行の団体総合方式にも欠かせない存在となる。当然従来の考え方も重要なものと言うまでもないが、それらをどうバランスよく強化していくべきか検討していく必要がある。

このような状況のなか、日本の強化についてできることを自分の中で整理をしていくと、それを実現したいという思いが自分の中で大きくなっていった。

2012年11月、宮内先生、三木先生とともに小学生の運動について勉強会を行っていた時、突然日本体操協会から連絡があった。それは、私がリオオリンピック男子強化本部長候補に推薦されたというものであった。強化本部長を決定するための選考方法は、強化プランを提出し、個別面接でプレゼンテーションを行うというものであった。始めは目を疑ったが、指導歴の乏しい私が選考されると

は考えにくいので、自分の考えを具体的にする良い機会と捉えて、強化プランを作成した。

個別面接ではスペシャリスト強化の重要性とその具体的な方法、ジュニアからナショナルまでの一体的強化など、自分が必要と感じた強化について約30分間説明した。そして、12月の理事会において、私がリオオリンピック男子強化本部長に選出された。私が選ばれた理由は、完璧な強化策を提案したわけではないだろう。協会としてもスペシャリスト強化を推進したいという思いを持っていたはずである。さらに、アテネ以降8年間中国に負けている現状を踏まえ、新体制で臨みたいという思いもあったのではないかと。それらの思いの線上に私が浮上したのではないかと。期待と不安が交錯していたが、自分が必要とされていることが何よりもうれしかった。選んでいただいたからには精一杯頑張ろうと心を決めた。渡辺専務理事には、金メダリストにしかわからないことがきっとあるはずだと背中を押された。

5. 強化本部長として活動した1年を振り返って

実際に強化を始めると、指導の難しさに直面した。選手時代は自分と向き合えばよかったが、様々な選手の感覚になって考えることは簡単ではなかった。それに、自分の感覚を押しつけるだけではその選手にとって本当に正しいかはわからない。それぞれの考え方や状態、個々のレベルに合わせた指導が必要だと痛感した。

組織についても同様だった。様々な考えも持ったスタッフと強化を進めていくことは、選手時代の感覚とは全く別物であった。同じ

ことを行おうとしてもタイミングや言い回しなどで違う結果になる場合もあった。

就任1年目の2013年で最も大きな大会は10月に行われた世界選手権だった。この世界選手権は個人総合と種目別のみ行なわれる大会であり、団体総合は行われない。そのため、スペシャリストを選考、強化するには良いタイミングであった。協会の方針も重なり、初めて代表選考会に種目別選手権が採用された。これまでは、少なくとも個人総合で予選を通過しなければ代表選手になることはできなかったが、その必要がなくなるルールとした。私も選手時代の終盤は肩に慢性的な怪我を抱えていたが、代表に選出されるためには一定の個人総合レベルが求められているため、つり輪の練習を行う必要があった。たとえ代表に選ばれても演技をすることのないつり輪を必死で練習しなければならなかった。このような矛盾を解決できる方法である。

そして、スペシャリスト強化を推進していくうえで、象徴のような選手が誕生した。ゆ

かで新たに3つの新技を発表し、世界選手権種目別ゆかで優勝した白井健三選手である。彼は種目別大会に設定された派遣標準得点を突破して日本代表となった。従来のような個人総合ベースのルールでは彼が日本代表になることはなかった。彼以外にも世界選手権において日本選手は素晴らしい活躍を見せた。彼の優勝は、様々な選手に良い影響を与えた。もちろん彼自身も先輩たちから良い影響を受けて成長していた。良い選手が集まれば、自然と技術を教え合い、切磋琢磨するのだ。そのような好循環が今年の代表選手のなかにはあった。

一方で内村選手は前人未到の世界選手権4連覇を達成した。今年の戦い方は演技価値点を抑えて実施で勝負するという戦い方が功を奏した。

2013年はリオオリンピックに向けて最高のスタートを切ることができた。次なる目標は2014年世界選手権団体総合で金メダルを獲得することである。

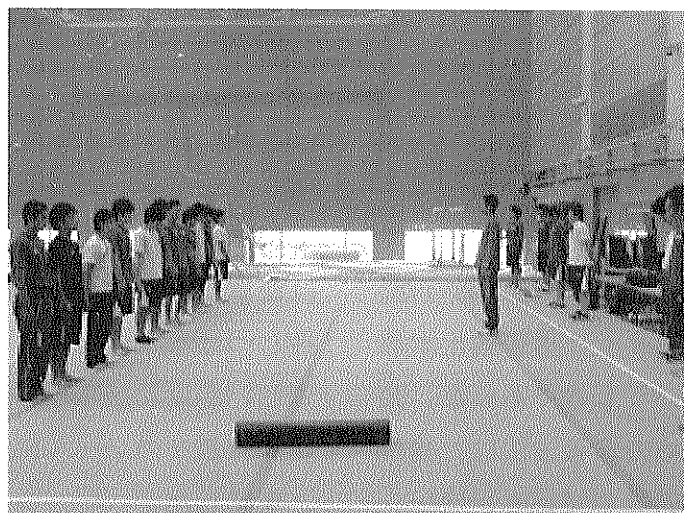


写真 1. 合宿の様子(整列)

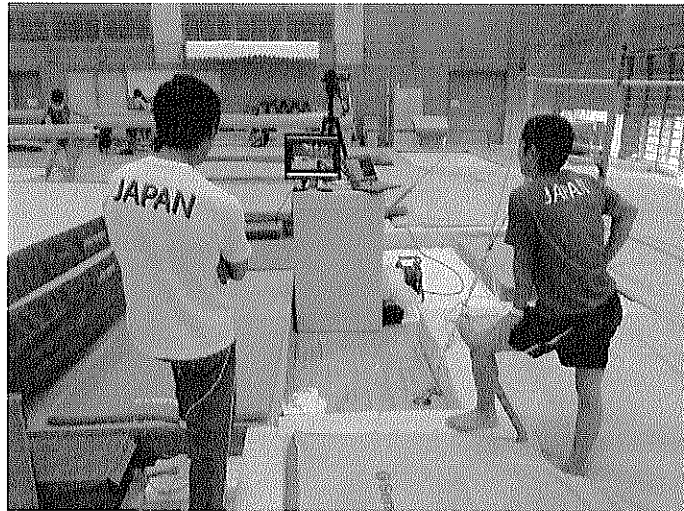


写真 2. 合宿の様子(動作検証)

表 1. 【第 4 4 回世界体操競技選手権大会 (アントワープ)】

個人総合

1 位 内村航平(日本) 91.990 2 位 加藤凌平 90.032
3 位 HAMBUECHEN F 89.332

ゆか

1 位 白井健三(日本) 16.00 3 位 内村航平(日本) 15.500

あん馬

1 位 亀山耕平(日本) 15.833

つり輪

1 位 NABARRETE ZA (BRA) 15.800

跳馬

1 位 YANG HS (韓国) 15.533

平行棒

1 位 内村航平(日本) 15.666 1 位 LIN C

鉄棒

1 位 ZONDERLAND E (NED) 16.000 3 位 内村航平(日本) 15.633



写真3. 世界選手権個人総合1位、2位独占

6. これからのスポーツ指導者・支援者とは

トップ選手に共通することは何であろうかと考えた時、思い浮かべることがいくつかある。それは自分自身を理解し自分で適格な判断ができること、遊びがあること、探求心がある等が挙げられる。このような選手はその競技が好きで、コーチからも比較的自立している場合が多い。このような選手に育ってもらうために何をすべきかと考えていくとやるべきことが見えてくる。指導者の役割は、大きな方向性を示し、選手を導くことである。そして、客観的視点から選手の問題を分析し、それぞれに合った指導やアドバイスを行うことである。それは決して高圧的指導ではなく、対話のなかで選手自身が原因を見つけられるように、指導者は様々な選択肢やヒントを選手に与え、選手がそれを踏まえて選択をしていくことで大切である。

支援についてはどうだろうか。トップ選手が国際大会にベストコンディションで臨むための支援は近年拡大している。2010年の広州アジア大会で初めて、マルチサポートハウスという施設が用意された。そして、ロンドン

オリンピックやソチオリンピックにおいても同様の施設を設けて、選手のサポートを行った。具体的には、日本食、プール、大会情報、トレーニング施設、漫画など、選手のリカバリーやリラックスに必要なものが用意されている。また、マルチサポートスタッフというそれぞれの専門分野の人間が各競技に専属で雇用され、サポートを行うシステムもある。例えばトレーナーやパフォーマンス分析等を行うスタッフが7つのカテゴリーに分かれており、各競技団体が必要なサービスのスタッフを指名する。また、2013年世界選手権でも栄養士さんに帯同していただき、日本食の提供を受けた。サッカーや野球など人気の高いスポーツでは良く行われていることだが、様々なスポーツにもこうした支援が広がりつつある。

一方で、スポーツ活動と仕事の両立に悩む選手も多い。特にバブルが崩壊してからの企業スポーツの数は右肩下がりである。支援の二極化が起こっているといえる。これらの状況を改善するため、日本オリンピック委員会はアスナビというトップアスリートと企業を

結ぶマッチングシステムが設立された。2010年に発足して以来、現在まで約30名の選手が企業に就職した。(2014年3月現在)

また、上記のように国が率先して行う支援もあるが、最近では気軽に選手を直接支援することもできる。ロンドンオリンピック男子マラソン日本代表の藤原新選手はインターネットを利用して個人スポンサーを募り、およそ1000万円を集めた。

このように様々な支援の形があるが、一番の支援となるのは多くの国民がスポーツの価値を認識することであろう。それによって支援の輪はおのずと広がるが、スポーツの価値や力を認識してもらうこと自体がスポーツに関わる者にとって最も大きな支援と言える。

2020年東京オリンピック開催が決定した。これは日本のスポーツ界の発展や価値の向上に大きく貢献するだろう。私たちはこの機会を生かしてスポーツの魅力をより多くの人に伝えていく必要があるだろう。私は強化本部長という立場から、選手強化を通してスポーツの価値の向上に貢献していきたいと考えている。

(みずとり ひさし 人間社会学部スポーツ健康学科講師)

参考文献

水鳥寿思, 2013『第44回世界体操競技選手権大会報告書』

国際体操連盟, 2013『第44回世界体操競技選手権大会リザルト = Federation Internationale de Gymnastique』