自分で決めたら、最後までやり切る覚悟。



上野太郎。2008 年北京オリンピックのセーリング日本代表選手として出場。
大学卒業後に一度は競技を引退し、社会人生活を送るも、大学時代の先輩のオリンピック出場に触発され、競技に復帰。オリンピックでは総合 7 位入賞を果たしました。

自らの目標達成を遂行する、ゴールへの強い意志と諦めない心が彼のスポーツキャリアを形成しました。

上野さんのスポーツキャリア

●小学 4 年の頃から地元のサッカーチームに入団。
●中学に入り、父親の影響により野球部に入部。「将来はプロ野球選手になる」という夢に向かって練習をがんばるが、思うような競技成績は残せなかった。
●私立高校へ進学後、新たな競技を模索。高校からでも始められるセーリング競技（ヨット）を選択し、高校・大学と競技に専念した学生生活を送る。
●大学卒業後、競技を離れ、商社に入社。
●大学時代の先輩がアテネオリンピックに出場し、触発されて競技復帰を考える。好タイミングで大学時代の元パートナーからの誘いがあり、悩んだ末に、競技復帰を決断し、退社。
●会社員時代に培った”社会人経験”によって、少しずつ支援者を獲得していき、競技環境を自ら整える。そして、2008 年北京オリンピックの出場権を獲得。

●オリンピックでは 7 位入賞。オリンピック後は競技を辞め、再就職し、現在に至る。

■自分で決めたら最後までやり切る覚悟

高校に入学し、中学までしていた野球では目指していた目標を達成できないと感じた上野さんは、高校からスタートできる競技としてヨット部に入部しました。高校は遠距離通学のため、朝 5 時に起きて片道 1.5 時間の通学、授業の後、練習やミーティングを経て帰宅は 12 時近くになる、厳しい環境の中、3 年間競技を続けました。元々入部した時点で、途中で競技を辞めるという選択肢を捨てており、この 3 年間は努力を続けました。
この考えは大学時代でも同様でした。競技を続けるとなれば、目標を設定し努力する、始めたからにはやり切る覚悟が既にありました。
高校の 3 年間、大学の 4 年間と競技を続けて、卒業と共に競技から離れていました。

大学を卒業すると、スポーツとしてのヨットとは距離を置き、商社に就職した上野さん。
その社会人生活を送る上野さんでしたが、大学時代のヨット部の先輩が 2004 年のアテネオリンピックへの出場が決まり、その壮行会に出席しました。
皆の羨望の眼差しを受けて舞台の上で立っている先輩の姿に衝撃を感じ、自分の中にも「オリンピックの舞台に立ってみたい」という願望が芽生えました。しかし、目立った実績も競技環境も無い上野さんにはすぐには決断することができませんでした。しかし、丁度その時、一本の連絡が上野さんの人生を変えることになりました。
「大学時代のパートナーが、電話かけてきて、『一緒にやらないか』ってことを誘われました。その電話がなかったらきっと、『オリンピックっていいなぁ』って思いながらもたぶん動き出してないと思います。」
仕事を辞めてしまうことへの抵抗よりも、今やらなければ一生後悔するという想いに突き動かされ、両親の反対にも折れることなく、自分の決めたオリンピックへの道を進み始めました。
オリンピックという輝かしい目標を持って走り出した上野さんですが、競技を離れ、所属も無く活動を始めた為に、競技環境をゼロから用意する必要があり、特に競技資金の工面に大変な苦労を強いられました。競技の練習や大会出場を重ねる傍ら、社会人経験で培った、目標達成のための逆算したスケジュール管理や、自身が必要な費用の獲得、ひとりの人間としての社会的な信用など多くのスキルを活かして、100 社ほどの企業への支援をお願いして回りました。

「自分の環境を整えるのがすごく大変でしたね。食費を抑えてでも活動費を確保しようとして、大学のヨット部の OB にもらった車にヨットと炊飯器と米を載せて、全国行脚しました。」
後戻りできない環境の中で、前だけを見据え、成功への道順を一歩ずつ辿っていく上野さん。資金難の克服だけでなく、競技の面においても結果を求めていました。
「“オリンピック”という結果を求めてやっているので、その結果がでない限りは満足できないだろうというのは分かっていましたから。」
オリンピックに出場するという目標を達成した上野さん。オリンピック終了後は、「目標を達成するためのアプローチの仕方」を活かし、再び商社に再就職しました。

■ゴールに向かってどのように取り組むか

上野さんの長いスポーツキャリアを振り返ってみると、社会人となった今でも役に立つスキルが多くあり、その中でも特に大切なことが、「ゴール（目標や夢）に向かってどのように取り組むか」というスポーツの成功には欠かせない逆算できるスケジュール・プロセス管理です。オリンピックに向けた 4 年間だけでなく、大学生時代でも、明確なゴール（大学生時代はインカレ）が決まっていて、その目標達成に向けて何を行っていくのかを建設的に組み立てるスキルは、社会人となった今でも必要なものだそうです。
その目標に向けてする努力の結果が、上手く行かない場合でも、その失敗が次への糧となり、自信となっていくことを、大学そしてオリンピックを目指した時期に経験しました。

■「数字に対する意識」（社会人としての基礎的能力）を育むことが人生としてのキャリアに役立つ

上野さんにとって、ヨット（セーリング）という競技生活を通じて感じた将来の為に身につけておいた方がよいスキルは、「数字に対する意識」でした。
アスリートだから競技に専念する、ということではなく、“自分の将来の次のキャリアを見越して基礎的な能力を磨くこと”が重要と上野さんは言います。
「たとえばプロとして活動しているときに、チームの予算などを自分で管理する、年間でこういった活動に出てこれくらいお金かかる、それに対してどう資金をやり取りしなければいけないのとか、どれくらいのお金を集めてこないといけないとかということをやるだけでも、十分だと思います。」
「また、企業にスポンサーになるようお願いする時にも、競技の結果だけでなく、プラスアルファの何かが必要です。それが信用力とか、人間性とか、『応援するよ』って言われるようなところがないといけないな、とは思っています。
選手が会社に所属する上で、会社は本当にその人に働いてほしいと望んでいるのか？働けるスキルは持ち合わせているのか？ということがスポーツキャリアに付加されることで自身のキャリアに役に立つのだと思います。
スポーツでの成績を残した力ってすごく大きいと思っています。それは、僕もスポーツから学んだように、夢や目標の達成のためにどうやってアプローチするかとか、諦めない心とか、礼儀とか、スポーツ選手を企業が迎え入れるメリットはたくさんあると思います。
自身のキャリアを実現する上で、自身のスキルと社会が求めるスキルの“ギャップを埋める”必要があると思います。社会に必要と思われる基礎的な能力を有した人材になることが大切だと思っています。」

適正を狭めずに進み、適正を見極める。

室伏広治

アテネオリンピック 金メダリスト
現スポーツ庁長官



陸上競技（ハンマー投げ）　koji MUROFUSHI

室伏広治選手。2004 年アテネオリンピックの男子ハンマー投げで金メダルを獲得するなど、オリンピック 4 大会連続出場中の現役アスリート。
競技を続けながら大学院に進んで博士号を取得し、現在は東京医科歯科大学教授として教鞭を取りながら、2020 年東京オリンピック・パラリンピック組織委員会スポーツディレクターとして活躍の場は多岐にわたる。
元アスリートである父の助言を受け、幼少期から競技だけに捉われることなく幅広く挑戦する姿勢が現在の彼のキャリアを支えている。

室伏選手のスポーツキャリア

●父は、男子ハンマー投げの前日本記録保持者である重信氏。幼少期から父の指導を受け、陸上競技をはじめ様々なスポーツに触れる。
●成田高校入学後からハンマー投げを専門種目とし、日本高校新記録を樹立。高校総体で 2 連覇を果たした。
●中京大学に進学し、一時は壁に当たるも乗り越え、日本学生陸上競技対校選手権大会（日本インカレ）を 4 連覇。1995 年に日本選手権で初優勝を果たすなど成長を遂げた。
●大学卒業後はミズノに入社し、競技を続行。1998 年に父重信氏が持つ記録を更新する日本新記録を樹立。同年のアジア大会を制した。オリンピックにも 2000 年のシドニー大会から 4 大会連続出場。2004 年のアテネで金メダル、2012 年のロンドンで銅メダルを獲得した。オリンピック競技大

会における投てき種目の金メダル獲得は、アジア初の快挙だった。
●現役生活を続けながら中京大学大学院でスポーツバイオメカニクスの研究を続け博士号を取得。2011 年には、同大学スポーツ科学部競技スポーツ科学科の准教授に就任した。現在は、東京医科歯科大学で教授を務めている。
●2014 年に東京オリンピック組織委員会スポーツディレクターに就任。日本を代表するトップアスリートの一人として活動を行っている。
●卒業後にアフリカでインターンを経験し、2007 年より UNICEF 職員として発展途上国で国際貢献活動を行っている。

■道を狭めずに進み、適性を見極める

オリンピック選手である父を持つ室伏さんは、幼い頃からスポーツに触れることが自然な環境で育ちました。陸上競技ハンマー投げを専門にしたのは、成田高校に進学した後であり、それまでは様々な競技・種目に取り組んでいました。最初からハンマー投げを勧められたわけではなく、種目選択の決め手としたのは適性でした。室伏さんは「誰だって、最初から種目を決めてかかってメダルを取りたいでしょうけれど、それは難しい。最初から野球だけ、サッカーだけというやり方は良くないと思います。若いときは、様々な経験をしながらスポーツの適性を探すべきだと思います。これは仕事にも通じることですが適性はとても大事ですね。私の場合は、父がハンマー投げをやっていましたけど、私自身は他に自分に向いているものがあれば、ハンマー投げではなくても良いと思っていました」と当時を振り返りました。
この考えは大学時代でも同様でした。競技を続けるとなれば、目標を設定し努力する、始めたからにはやり切る覚悟が既にありました。

経歴だけを見ると、高校時代から数々の記録や好成績を積み上げているため、順風満帆に見えますが、大学時代には競技を続けるかどうか悩んだ時期がありました。そこで、当時のライバルが出場を予定していたアジア大会の選考会で、自分自身にノルマを課すことにしました。そして「自己ベストを更新しなければ勝てない状況でした。伸び悩んでいたので、100 パーセントの努力をして徹底的に練習してもダメなら、才能がないと判断を下さなければいけないと思ったんですね。それで、朝から晩まで練習をして、どんなに疲れていてもここまでは投げられるという状況にして試合に臨んだら、自己ベストを投げることができました。それで、チャンスや可能性は自分で獲得していくのだと気づくことが出来ました。」と覚悟を決めて臨んだことで、自身の可能性を広げ、同時に人生における道の切り開き方を学ぶことができました。

■競技力を伸ばした客観性

大学卒業後もミズノに入社して競技を続けましたが、室伏さんが力を注いだのは、それだけではありませんでした。同時に中京大学の大学院に進み、体育学の博士号を取得。バイオメカニクスの研究を続けながら、競技に取り組みました。当時は、競技者は競技をやっていれば良いという風潮があったため、現役の競技者が大学院に進んで研究活動も両立して行うことは、珍しいケースでし

た。それでも大学院へ進んだのは、幼い頃からの父の教えが影響していました。父の重信さんは、自身の経験から日本におけるアスリートの立場をよく知っていました。そのため、スポーツだけではなく自分の人生設計を考える重要性を息子の広治さんには何度も説いていました。だから、室伏さんは大学の先生になるという目標にも挑戦し続けたのです。

そして「動きのメカニズムなど競技のことをもっと知りたいという思いが 3 割、大学の先生になるためという思いが 7 割」が進学の動機でしたが、研究を進めていくうちに、研究を続けたことが競技力向上にもつながりました。室伏さんは「自分を客観的に見て他人の意見を聞くことは、自分の信念を持っている場合ほど難しいものです。でも、やっぱり受け入れなければいけません。だから、科学的に、客観的に自分の動作の分析も行いました。研究をしていなければ、記録が伸びなかったのは間違いないですね。筋肉を動かすだけではなく、情報を収集して、自分の知見をオープンにしていくこともトレーニング。自分の殻に閉じこもる感覚は、良くないと思います。努力をしていても違う方向に進んでしまっている可能性が出てきますから。色々な意見を聞いて情報を得る中で、自分に適したものや手段を見つけていくという手法は、競技力の伸ばし方に通じていると思います。」と自身に対して客観性を持って競技と向き合ったことで、競技パフォーマンスを高められた手応えを持っています。

■アスリートは「与えられたものをやる」ものではない

室伏さんは現在、一人の競技者でありながら、東京医科歯科大学の教授でもあり、また日本を代表するアスリートとして 2020 年東京オリンピック・パラリンピック組織委員会のスポーツディレクターを務めるなど、活躍の場を広げています。その背景には、競技と研究で培ってきた向上力と、有能なスポーツ選手特有の自己管理能力があります。室伏さんは、海外遠征の際には、マネージメントを他者に任すことなく、自身で取り組んでいました。

「国際競技会の経験をなくして、オリンピックにいきなり出場することは、なかなか好成績は難しいんじゃないかと思います。だから、海外の大きな大会を経験したかったのですが、普通は呼んでもらえません。だから、大会に参加させてもらうように交渉することも大事です。現地に行って競技だけをするのでは、人間力を伸ばすことはできません。『若い頃の苦労は買ってでもしろ』という言葉がありますけど、国際的なステージで自分の立ち位置を自分で確立できなければいけないと思います。そもそも（自ら探求すべき）アスリートにとって『与えられたものをやる』という考えが、間違い。ルールも含めて、自分が取り組んでいるスポーツを良くするにはどうするべきかという視野を持っていなければ、競技を終えた後の生活にも結びつかないと思う」と室伏さんは言いました。多くの選択肢を持ち、可能性を広げながら、適性を見極める。その努力を主体的に行うといった姿勢が、世界のトップアスリート、そして競技だけに留まらない活躍への成長の土台になっていたようです。室伏さんは、若い学生に向けて次のようなメッセージを残しました。

「スポーツで大成するのは、なかなか難しいことですし、競技生活は、絶対にいつか終わらなければいけないものです。そして、その後も何かに取り組まなければいけません。それなのに、若いう

ちから『これしかやらない、ほかは要らない』と可能性を狭めてしまう人が多いです。可能性を広げておいて、後から狭めれば良いと思います。教員になるつもりはなかったけど、現役生活を終えてから教員免許を取って指導者になる人もいます。それなら、学生で取れるときに取っておいて、使わないかもしれないという方が良い。人生設計においては、選択の幅を狭めないことが大事です。そして、専門の先生に意見を求めながら、適性を見極めていくことが大切です。また、適性を見つけた場合も、例えばある種目だけということではなく、伸ばせる可能性は全部伸ばしていくと良いと思います。今の時点で何に向いているか分からないのであれば、可能性を広げておくことで、社会人になってからも色々とチャレンジができますよ。」

スポーツキャリアもライフキャリアも、常に競争力を高める。

井本直歩子

アトランタオリンピック日本代表



競泳自由形　naoko IMOTO

井本直歩子。幼少期から競泳のエリート選手として過ごし、1996 年アトランタオリンピックで競泳の女子 200m 自由形、4x100m リレー、4x200m リレーに出場、4×200 リレーでは 4 位入賞を果たしました。
競技を引退後は、以前から思い描いていた国際貢献の仕事に就く夢を叶えるべく、発展途上国でインターンを経験し、2007 年より国連の UNICEF（国連児童基金）の職員として現在も働いています。
幼少の頃から海外に目を向ける広い視野とコミュニケーション能力を養い、コツコツと積み重ねた努力でつかんだキャリアで今も輝いています。

井本さんのスポーツキャリア

●3 歳で水泳をはじめ、小学校入学前にはオリンピックを目指す。
●小学校時代は水泳も勉強も常にトップクラスの成績を収める。
●本格的にオリンピックを狙うため、中学から単身大阪のスイミングスクールに移籍。
●高校 1 年でバルセロナオリンピック代表を逃し、4 年後のオリンピックを目指す。
●競技環境と競技引退後を視野に入れ、慶應大学に進学。
●アトランタオリンピックに出場するも、満足できる成績を出せず、競技を継続する。

●水泳と自分が学びたいことが学べる環境を求め、アメリカの大学に留学。
●シドニーオリンピック代表を逃すも、競技には満足し引退。
●慶應大学卒業後、日本で 1 年間働き、英国の大学院に留学。
●卒業後にアフリカでインターンを経験し、2007 年より UNICEF 職員として発展途上国で国際貢献活動を行っている。

■視野を広く、将来までを見据えて

幼い頃から新聞をよく読んでおり、特に国際面がお気に入りでした。小さな記事から遠い国の出来事を想像して、興味を膨らませていました。
中学、高校と成長するにつれて、将来のビジョンが少しずつ明確になりはじめた井本さん。当時の水泳界は、学生の日本代表が多く、女性選手は中高生がピークと考えられていたこともあり、早くから引退後のことを意識していたそうです。

「やはり最初は漠然と海外で仕事したいと、おそらく中学校くらいから思っていたと思います。国際大会で遠征に出ていった時にものすごく（選手間の）貧富の差を感じて、自分がものすごく恵まれているなぁってことを考え始めて、将来競技者として水泳の夢をかなえた後は、貧しい人のために働きたいって思うようになったのが、高校の最後、大学入試の前でした。
（当時は）自分がトップスイマーとして色んなことを与えてもらっている立場にいて、ナショナルチームや、所属しているスイミングスクールもそうですけども、水着の手配とか、コーチが指導してくれたりとか、（競技）施設があったりとか、食事がちゃんと整えられていたりとか、遠征の費用が出してもらえるとか。全てにおいていたれりつくせりでやってもらっている自分がすごく恵まれた立場にいるなって思ったときに、（一方で）何も得られない人がいて、そういう人たちと自分が本当に同じ競技をやっているのはすごく不公平だなって思いました。」

井本さんはそうした海外への関心の高さもあり、競泳の海外遠征時などは現地の簡単な言葉を覚えてはコミュニケーションを図ったり、その国のことを調べたりするなど競技生活中の機会を活用しながら競技以外のことにも積極的に目を向けていました。

■競技パフォーマンスによって切り開いた進路選択

アトランタオリンピックが終わり、競技と将来の夢のための勉強を両立させようと思った井本さんはその環境を求めてアメリカ留学を決意します。

「（それまでの）自分の水泳の成績がアメリカだと奨学金をもらいながら勉強できることがわかったんです。それは使わなきゃいけないなと思って。アメリカに行って、泳ぎながら英語の勉強と国際政治の勉強することが自分にぴったりで、もうこれしかないなって思ったんです。」

それまでの競技パフォーマンスを自らのライフキャリアに活用することで、より良い環境で“デュ

アルキャリア”を実践した井本さんでしたが、アメリカでの 3 年間は学業もパフォーマンス面も自分の人生のキャリア形成においても非常に重要な期間になりました。「自分で駄目だと決めつけないで、本当に頭の発想を変えてやったら、ちゃんと結果があらわれるんだなぁとか、いろんなことが自分でできるっていう自信にすごくつながりましたね、全てにおいて。」競技以外の経験をうまく成功体験に結びつけることで双方のキャリアに相乗効果が生まれることを実感したそうです。

■自分の人生については、自らの決断で

「(中学から大阪に水泳留学にする時) ちょっと悩んだんですけど、親に『自分で決めなさい』って言われたんです。『自分で決めないと後で後悔するから』って言われて、(そこで自分で考えて) じゃあ中学から大阪で水泳をやろうと決めたんです。」

井本選手は小さい頃から両親に、決断を自分でするように促されて育ちました。その影響もあり、人生の節目節目で自分で物事を決定して自分に責任を持つようになったと言います。そうした主体的な姿勢により、海外留学という選択肢や、JICA でのインターンの道など、将来の夢を叶えるためのパスウェイを開拓していったのです。

■競技人生が、現在のキャリアに生かされていること

“デュアルキャリア”を実践している井本さんにとって競泳のエリートアスリートだった経験が現職の国連での仕事に生かされているそうです。

「今の仕事に必要なことって、例えば語学力であったり、文章力であったり、人との付き合い方だったりするんですよね。もちろん試験もあるし、契約期間も一年とかで更新していくんですよ。ということは、今の仕事を続けるためにも、別なポストを探す時にも常に“競争”していかなくてはならないんですよ。より向上するために自分にないものを埋めていったりとか。常に競争力を高めていかないといけない、これって水泳でやってきたことと一緒なんですよね。競泳の時に、ものすごい努力をすることができて、世界のトップに立つための努力してきたような経験を今のキャリアの中でも忘れないように、一生懸命仕事しないといけないと自分を奮い立たせています。」

常に“競争力”を高めておくこと、これこそが井本さんが競技で学び、現在に活かされていることなのです。

■これからの時代を生きるアスリートに向けて

井本さんがこれからのアスリートに対して伝えたいこと。その一つに選択肢を持つことがあります。「やっぱり、アスリートとしての現役のキャリアが終わった時に、やりたいことが決まっていなかったとしてもその時点での選択肢は多いほうが良いです。(その後に色々な可能性を追求できるように) 色々なことができるような自分にしておいた方が良いと思いますよ。つまり、水泳しか

やってきませんでした、だからその後は何にもできませんじゃなくて、一通り勉強はちゃんとしておくとか、大学も自分でしっかり選ぶとか、（水泳以外でも）人脈を作るとか。選択肢を多様に持てるように、常に自分を高めておくことが必要です。」

現在のキャリアでも常に“自分の競争力を高める”ことを意識している井本さんは、競泳選手であったとしても様々なことを経験できると考えています。

「水泳だけをやることが大事みたいに思う人もいるかもしれません。でも、水泳をやりながらでも十分にいろんなことをやることは可能だし、何も犠牲になることなんてないんです。水泳をしていない時にもずっと水泳のことを考えているわけではないし、自分の時間はあるわけなんで、そういう時間をうまく使って自分のデュアルキャリアを良いものにしていって欲しいなと、私は思います。」

自分がどうしたいかを考え、自分で決めることが大事。



藤田征樹。北京 2008 パラリンピックで日本人初の両足義足のパラリンピックメダリストとなり、ロンドン 2012 パラリンピック、リオデジャネイロ 2016 パラリンピックと 3 大会連続で合わせて 5 つのメダルを獲得した両足義足のサイクリスト。世界選手権でも 2 度の優勝経験を持つトップアスリートでありながら、平日はエンジニアとして建設機械メーカーに勤務し、フルタイムの仕事をこなしています。仕事と競技を両立する現役アスリートの藤田さんに、キャリア観を聞きました。

藤田さんのスポーツキャリア

●小学 1 年生でスピードスケートを始める。
●中学・高校時代は陸上部に所属。
●2003 年、大学入学。翌年にトライアスロンサークルに入部。
●夏休み中に交通事故で両脚を損傷し、両ひざ下を切断する。
●2006 年、義足をつけてトライアスロンの健常者レースに出場し、完走を果たす。
●2007 年、大学院に進学。トライアスロン強化の一環で出場したパラサイクリングのロード大会で優勝。スカウトを受け、日本代表に。
●北京 2008 パラリンピックの 1 kmTT（タイムトライアル）（LC3-4 クラス）、3km 個人追抜（LC3 クラス）で銀メダル、ロード TT（LC3 クラス）で銅メダルを獲得。
●2009 年、トラック競技世界選手権の 1 kmTT（LC3 クラス）で初優勝。
●ロンドン 2012 パラリンピックのロード TT（C3 クラス）で銅メダルを獲得。

●2015 年、ロード世界選手権のロードレース（C3 クラス）で優勝し、6 年ぶりとなる世界選手権での勝利を挙げる。
●リオデジャネイロ 2016 パラリンピックのロード TT（C3 クラス）で銀メダルを獲得。

■大学で出会ったトライアスロン、義足での挑戦

日本最北端の都市、北海道稚内市で生まれ育ち、小学校時代はスポーツ少年団でスピードスケートをやっていた藤田さん。中学・高校では陸上部に所属し、中距離選手として毎日走り込んでいたそうです。

「陸上競技では地方大会出場までで、優秀な選手では全くなかったですが、スポーツは好きでしたね。人に言われて練習するのは嫌でしたが、自分でやると決めたら全力で取り組むタイプでした」

高校を卒業し、機械工学を学ぶために大学に入学。しかし、すぐに体育会やサークルに入ることはしませんでした。

「体を動かすことは好きだったのですが、どんな形でスポーツをやろうか、はたまた文化的な活動もいいかな、と模索しながら 1 年間を過ごしました」

やりたいことが見つかったのは大学 2 年生の春。同じ学科の友人から誘われ、トライアスロンのサークルに入ります。

「トライアスロンを選んだ理由は、走るのと同じぐらい自転車が魅力的だったから。小さい頃から近所のおじさんの自転車がかっこよかったとか、友達の自転車がかっこよかったとか、自転車に惹かれることが多くありました。ツール・ド・フランスをテレビで見ることもありましたし、大学 1 年のときに目の前で見た自転車レースがとてもかっこよく感じました。好きな陸上と自転車をあわせたらトライアスロンというスポーツがあり、泳ぎは特別得意ではなかったのですが、何とかなるかなと（笑）」

ところが、その数カ月後に藤田さんは交通事故で両足のひざ下を切断する大ケガを負ってしまいます。

「足の切断を受け入れることは簡単なことではありませんでした。でも怪我を負う少し前に義足でトライアスロンに取り組む方のドキュメント番組を偶然見ていて、その映像が頭の片隅に残っていました。医師から『今は義足が進歩しているので、うまくいけば歩けるようになるでしょう』と聞いたとき、それをふと思い出して『じゃあまたトライアスロンができるかな……』と、少し飛躍したことを考えてしまいました。現実は甘くはなかったですが、そう思えたからこそ義足でもう一回歩けるようになろうと前に進めたのだと思います。切断することは、最終的に自分の意思で決めました。当時はまだ未成年でしたし急を要する事態だったとは思うのですが、両親はその決断を僕に

委ねてくれたのです」

■「もっと強く、もっと速く」が原動力に

6 カ月の入院とリハビリを経て大学に復帰し、学業の遅れを懸命に取り戻す傍ら、藤田さんは義足でトライアスロンレースに挑戦することを決意。ケガから 1 年 10 カ月後に関東学生トライアスロン選手権に出場し、完走を果たします。

「両足義足でも走れることが証明できた、じゃあ次はもっと速くなろうと思い、トレーニングの一環として仲間と自転車耐久レースに挑戦したりしていました。そんな中で障がい者の自転車レース（パラサイクリング）の存在を知り、力試しのつもりで日本障害者自転車競技大会に出場したところ、優勝することができました。2007 年、大学院 1 年生の 5 月でした」

実はこの大会、世界選手権の代表選考を兼ねる重要な大会。その場でパラサイクリングの関係者からスカウトを受けた藤田さんは、その年の夏にフランスで開催された世界選手権大会へ出場することに。

「フランスの世界選手権では幸運にも銀メダルを獲得できました。その後も海外のレースに出場して国別ランキングのポイントを稼いでいく中で、少しずつパラリンピックへの意識が強くなっていきました」

着実に結果を積み重ね、北京 2008 パラリンピックの出場権を得た藤田さんは、初出場ながら銀メダル 2 個、銅メダル 1 個を獲得する快挙を成し遂げました。しかし、喜びよりも悔しい気持ちの方が大きかったといいます。

「負けて悔しい気持ちと同時に、キャリアの浅い自分の未熟さがとても悔しかったです。自転車競技をもっと知りたい、もっと強くなりたい、もっとちゃんとした選手になりたい、そんな気持ちでした」

その思いを胸に、翌年には世界選手権（トラック競技）で初優勝。以降、トップアスリートとしてのキャリアを歩んでいくこととなります。

■仕事もトレーニングもアプローチは同じ

一方で、勤務先では建設機械の研究開発を手がけるエンジニアとして 10 年のキャリアを持つ藤田さん。就職に対してはどんな考えを持っていたのでしょうか。

「日本代表になったのが大学院在学中でしたので、競技と並行して就職活動をしました。今の会社を選んだ理由は、機械工学の知識を生かして面白い仕事ができると思ったからです。地元の北海道

では除雪作業にも建設機械が使われており、身近なものでもありました。アスリートとして特別枠での採用ではなく、あくまで一般応募の技術系大卒枠で採用されました。北京 2008 パラリンピック前に会社から内定をいただき、9 月にパラリンピックに出場して、翌年の 4 月に入社しました。メダリストになったので、会社も少し驚いたようです（笑)」

とはいえ、働きながら競技者として世界レベルを維持するのはそんなにたやすいことではないはず。

「そうですね。仕事と競技は、時間はもちろん体力や精神力など自分の中の資源を取り合う関係にあるので、それをきちんとマネジメントすることが重要です。
特に時間の使い方は大切だと思います。限られた時間の中でトレーニング時間をきちんと確保し、計画的に進めることが大切です。現在、私は個人的にコーチと契約し、目標やトレーニングの方針を決めて共有し、トレーニングメニューを提供してもらっています。
また働き方や資金の面では、自分から会社に要望を伝えることも大切だと思います。現在は国際大会などの重要なレースは出張の扱いとさせていただいていますが、こうした待遇は会社と話し合ったうえで実現してきました。もちろん、仕事でも周囲の方々に納得していただけるよう、成果を出すことを常に考えてやってきました。
どういう目標を持って、いつまでにどんな成果を出すか、そのためにどうアプローチするかを考えることは、仕事もスポーツも同じだと考えています」

■自分で決めたことだから納得して進んでいける

最後に、未来を担うアスリートに向けて、デュアルキャリアを考える上でのアドバイスを聞きました。

「東京 2020 オリンピック・パラリンピック開催が決まってから、選手を取り巻く環境が大きく変わってきています。アスリートのサポート企業や競技活動を応援してくださる機会が増えてきています。さまざまな選択肢がある中、アスリートは最終的には結果を出すことが一番重要な役割なので、そのためにどうすべきかを自分で決めていけばいいと思います。プロフェッショナルとして競技を行うのか、働きながら競技を行うのかなど、どの方法がベストかは選手によって異なると思います。大事なのは、自分で決める力を持つこと。人の意見を聞いたり相談した上で、最終的には自分で考えて、自分で決める。

私の場合、足の切断もそうすることができました。泣いたり、悲しんだり、人に当たったりしたこともありましたが、納得しているのは自分で決めたからです。競技をどう進めていくかも同じです。北京からロンドンへ、ロンドンからリオへ、そしてリオから東京へ。今は、4 度目のパラリンピックで優勝するために、より強くなれるよう取り組んでいます。どのようになりたいのか、しっかり自分で考えて決めるからこそ、大変ではありますが、面白いし、実現したい目標に向けてがんばれるのだと思います」

人生のステージにおいて最良の選択をする。

花岡伸和

アテネパラリンピック 日本代表
ロンドンパラリンピック 日本代表



陸上競技（車いすマラソン）　nobukazu HANAOKA

花岡伸和。高校 3 年生のときにバイク事故で車いす生活となるも、パラ陸上競技と出会い、競技の道へ。車いすマラソンで 2 度のパラリンピックに出場。引退後は大学院でコーチングを学び、若手選手の指導のほか、日本パラ陸上競技連盟副理事長としてパラスポーツの発展に尽力しています。

約 15 年にわたる現役生活の中では、公務員から一般企業に転職、仕事を辞めて競技に専念するなど、ライフステージごとに大きな選択をしてきたといいます。

花岡さんのスポーツキャリア

●小学校低学年で水泳と体操を習う。しかし、できない体験がトラウマになり、苦手意識が残る。
●小学 5 年のとき、強くなるために柔道を始める。
●高校で柔道部に入部。大阪府の国体強化指定選手になる。
●1992 年、高校 3 年の秋に交通事故で下半身不随となり、リハビリ期間中に車いす陸上競技の存在を知る。高校卒業の翌年、専門学校に通いながら車いす陸上を始める。公務員として就職後は大阪市長居障がい者スポーツセンターを拠点にトレーニング。
●シドニー2000 パラリンピックに向けた強化指定選手となるが代表は逃す。
●2001 年、自動車部品の工場に転職し、大分を拠点に活動。翌年トラック 1500m とマラソンで日本記録を樹立。
●2003 年、東京に拠点を移してトレーニングに専念。

●アテネ 2004 パラリンピックのマラソン男子（T54）で日本人最高位の 6 位入賞。
●2005 年、車いすメーカーに転職。広報業務をしながら北京大会を目指したが代表選考落選。
●2011 年、大手アパレル企業に所属。
●ロンドン 2012 パラリンピックのマラソン男子（T54）で 5 位入賞。
同年引退。パラ陸上競技のクラブチームを立ち上げる傍ら、パラサイクリング競技にも挑戦。
●2016 年、早稲田大学大学院スポーツ科学研究科修士課程入学。2017 年同課程修了。
●現在はコーチのほか、日本パラ陸上競技連盟副理事長として選手強化や普及活動を行っている。

■卒業目前の事故、将来に向けた最初のキャリア選択

車いすマラソンで 2 度のパラリンピックに出場し、輝かしい成績を残した花岡さん。昔からスポーツ万能だったのかと思いきや、意外にも幼少期は運動が苦手だったといいます。

「小学校低学年の頃に水泳と体操を習ったのですが、どちらもできない体験ばかりで嫌な思い出しかありません（笑)。同級生はみんな少年野球をやっていたけれど、僕はボール投げも苦手。体育の球技やマット運動も憂鬱でした。クラスで一番体が小さくていじめられっ子だったのですが、5 年生で柔道を始めてからは少し自信がつきました。高校では柔道部に入部。公立の割にはレベルが高くて大阪府大会で団体 3 位にまでなったんです、自分はメンバーではなかったですけどね（笑)」

高 3 の夏までは柔道に打ち込んでいた花岡さんですが、部活を引退してからは好きなバイクを乗り回す日々だったといいます。当時は卒業後の進路をどう考えていたのでしょうか。

「あまり考えてなかったんですよ（笑)。柔道部の先輩で何人か警察官になった人がいて、僕も試験を受けたのですが、あえなく不合格。その後、友達が介護の道に進むというのを聞き、母の勧めもあって介護福祉士の専門学校に行くつもりでした。そんな矢先に事故を起こしてしまったんです」

高 3 の 11 月 3 日、バイクで山道を走行中にガードレールに衝突。脊髄を損傷し、下半身不随となってしまった花岡さん。リハビリを含め、入院生活は 7 ヶ月にも及びました。

「病院では車いすでも不自由がないので、悲壮感みたいなのは実はあまりなかったんです。ただ、年が明けて 1 月後半に病院から車いすで初めて登校した日、みんなが体育の授業を受けているのを見て突然ボロボロ泣いたのは覚えています。ちょうど進路指導の先生が一緒にいて、ひとしきり泣き終えた僕に『落ち着いたか？じゃあこれからのことを一緒に考えよう』と言ってくれた。留年するか、がんばって卒業するかを選べと言われて、そこからは『みんなと一緒に卒業する』ことを目標に、リハビリと試験勉強にがむしゃらに取り組みました。無事に卒業できたことは、それまでの 17 年の中で最も大きな成功体験でしたね。退院後の進路としては、自立して生きるために公務員を選びました」

■車いす陸上トップ選手との出会いが意識を変えた

公務員受験に向けて専門学校に通い始めた花岡さんは、同時期に上半身強化のために車いす陸上を始めます。

「水泳や球技は苦手でしたが、小さい頃から近所の野原を駆けまわっていたおかげで走ることは大好き。大阪市長居障がい者スポーツセンターに車いす陸上の練習を見学に行き、そこで出会ったのがソウル 1988 パラリンピックとバルセロナ 1992 パラリンピックに出場した山口悟志さんです。競技用の車いすやウェアを譲ってもらったり、仕事と競技の両立の仕方を教えてもらったりして大変お世話になりました」

就職前の約 1 カ月間、山口さんのアメリカ修業に同行するチャンスにも恵まれました。

「元世界記録保持者のジム・クナーブ選手と一緒に練習したのですが、そこで衝撃を受けたのが彼のセルフマネジメント力。トップ選手でありながらスポンサーとの交渉や取材の管理をすべて自分でやっている彼をみて、僕自身が持っていた障がい者像が根本から変わりました。自分のことは自分でやって当たり前。その後の仕事や競技生活でも、誰かに言われてやるんじゃなくて、自分で何をしたらいいかを考えるようになりました」

帰国後、高齢者施設で働き始めた花岡さんは、その言葉どおり仕事に邁進。高齢者が多様な人と交流できるように小学校の体験学習やボランティアの受け入れを発案し、自ら窓口となって奔走しました。

「この頃、僕の中の優先順位は、1 番が仕事で競技は 2 番目。朝 9 時から 5 時まで仕事をした後に車で 1 時間ほどの練習場へ行き、夜 9 時まで練習するという毎日でした。シドニー2000 パラリンピックに向けた強化指定選手にも選ばれましたが、本大会への出場は叶いませんでした」

■競技を最優先し、よりよい環境を選択

この出来事を機に、25 歳の花岡さんは次のステージへ向け、新たな道を選びます。

「仕事を通じてさまざま年代の人たちと関わり、人生を俯瞰的に見る中で、人生にはステージがあるのだと学びました。高齢者の施設ですから亡くなる方もいましたし、僕自身があの事故でもしかしたら死んでいたかもしれないという思いが強くあった。誰でも死ぬなら、生きている間に何かしなきゃいけない。じゃあ、4 年後のアテネ 2004 パラリンピックに出るためにはどうしたらいいかと考えた結果、僕の中の優先順位の 1 番が仕事から競技へと変わり、より競技に集中できる環境を求めて転職を決めました」

パラアスリートを雇用する企業がまだほとんどない時代。花岡さんは先輩アスリートに相談し、そうした企業の先駆けである大分の特例子会社に入社しました。その会社では朝 9 時から 3 時まで自動車部品のライン作業に従事し、3 時以降は練習に専念する毎日。

「仕事自体は単純作業の繰り返し。でもここで忍耐力と完遂力を身に付けることができたと思っています。入社後しばらくしてから、会社に直談判して 1 時上がりにしてもらい、トレーニング時間を増やす努力もしました」

練習量と比例するように記録が伸び、翌年にはトラック 1500ｍの日本記録を樹立。より高みを目指した花岡さんは、28 歳でさらなる決断をします。退職をして単身東京に移り住み、アテネ 2004 パラリンピックまでの 1 年間をすべて競技に費やすことにしたのです。将来への不安はなかったのでしょうか。

「公務員を辞めた時点で覚悟を決めていたので、不安はなかったです。パラリンピックに出場することがそのときの僕にとって最優先事項でしたから、背水の陣で臨みました。生活費はそれまで貯めていたお金と年金。自力で支援者に交渉もしました。すべて自分でやらないといけなかったので、たくましくなったと思いますよ」

■再起のカギはセルフマネジメント力

目標だったアテネ 2004 パラリンピック出場を果たし、車いすマラソン（T54）で 6 位入賞という結果を残した花岡さんは、その後再就職し、29 歳で結婚。お子さんの誕生という大きなライフイベントを迎えました。家族を 1 番に考え、仕事に責任を持って取り組みながらトレーニングに励んだものの、北京 2008 パラリンピックの代表選考に落選。これが、人生初にして最大の挫折だったといいます。

「交通事故で歩けなくなったことは僕にとって挫折ではないんです。努力しても結果が出なかったり、努力を継続できなかったりすることを挫折と呼ぶのだと思います。仕事も家族も言い訳にはできないけれど、やっぱり何もかもできるわけじゃなかった。今思うと、当時はもがきすぎて空回りしていた感じがありましたね。正直、もう競技を辞めようかとも思いましたが、当時息子はまだ 2 歳。今競技を辞めたら選手としての僕の記憶が残らないだろうなと考え、もう一度パラリンピックを目指すと決めました。ちょうど東日本大震災があり、自分の人生で大切なことってなんだったっけ？ と改めて考えたことも大きかったです」

ロンドン 2012 パラリンピックに向けて再スタートを切った花岡さんは、現在の所属先である企業がパラアスリート支援をしていることを知り、3 度目の転職に向けてすぐに行動を起こします。

「アテネを目指したときのように仕事を辞めてフリーで挑戦することも考えましたが、家族もいますし、どこかいい会社があれば入りたいと思っていました。競技やトレーニングに関してはすべて

自己管理しないといけなかったのですが、この頃にはかつて出会ったジム・クナーブ選手のように僕もセルフマネジメントができるようになっていました。競技と仕事と家族すべてバランスが取れ、競技者として最高の環境でロンドン2012パラリンピックに挑むことができたのです」

■次の世代のために何ができるか

ロンドン2012パラリンピックで5位入賞を果たした花岡さんは、36歳でパラ陸上競技からの引退を決意。その後、パラサイクリング競技のハンドバイクに挑戦する一方で、パラ陸上のクラブチームを立ち上げ、指導者としての道を歩み始めます。

「次の世代のために何ができるかを考えたとき、自分の経験知だけでなく、エビデンス（科学的根拠）に基づいた指導を実践したいと思い、コーチングを専門的に学ぶために大学院に1年間通いました。コーチが変わらないと選手も変わらないので、今も僕自身が成長するために日々学び続けています」

現在はコーチとして若手選手を指導する傍ら、日本パラ陸上競技連盟の副理事長に就任し、選手強化と普及活動に取り組んでいます。

■自分を肯定することが大事

人生の大きな局面において、さまざまな選択をし、常にポジティブに道を切り拓いてきた花岡さん。最後に、これから未来へと進むアスリートに向けて、逆境に立ち向かうためのアドバイスを聞きました。

「逆境と感じるのは、その人が前に進もうとしている証拠。だから、前に進もうとしている自分をまず肯定してほしい。それがすごく大事なんです。その次に今できることを探す。あまり遠くを見ると『あそこまではたどり着けないな……』としんどくなるので、まずは自分の手許を見て、小さくてもできることから一つずつクリアしていけばいい。それでもうまくいかないときは、流れが変わるのを待つことも必要です。がんばっている自分を信じて、前を向いて進んでいってほしいですね」

<iframe width="1024" height="576" src="https://www.youtube.com/embed/hOrBCT6CEUM?list=TLGGJtQbThPRG_UwMzA5MjAyNg" title="Athlete Career Talks 2018 講演①　花岡伸和氏" frameborder="0" allow="accelerometer; autoplay; clipboard-write; encrypted-media; gyroscope; picture-in-picture; web-share" referrerpolicy="strict-origin-when-cross-origin" allowfullscreen></iframe>

花岡さんのAthlete Career Talks 2018における講演の様子

スポーツで得たことの全てが、今のキャリアにつながっている。

大日方邦子

長野冬季パラリンピック 金メダリスト
トリノ冬季パラリンピック 金メダリスト



アルペンスキー（チェアースキー）

ikuko OHINATA

大日方邦子。高校生のときにチェアスキーと出会い、冬季パラリンピックに 5 大会連続出場した日本のパラアルペンスキーのパイオニア。長野 1998 冬季パラリンピックでの日本人初（冬季大会）となる金メダルをはじめ、合計 10 個のメダルを獲得しました。代表選手引退後は、スポーツやパラリンピックと多くの人をつなぎ、魅力を伝える役割にシフト。（株）電通パブリックリレーションズのオリンピック・パラリンピック部でシニアコンサルタントとして活躍しつつ、日本パラリンピアンズ協会副会長なども務めています。

大日方さんのスポーツキャリア

●3 歳のときに交通事故で負傷。
●幼少期から、水泳をはじめさまざまなスポーツに親しむ。
●高校 2 年生の時にチェアスキーに出会う。
●中央大学法学部に進学。日本チェアスキー協会の強化部員となる。
●リレハンメル 1994 冬季パラリンピック出場。
●大学卒業後、ＮＨＫにディレクターとして入局。
●長野 1998 冬季パラリンピック出場。滑降で日本人初の冬季パラリンピック金メダル。スーパー大回転で銀、大回転で銅の合計 3 つのメダルを獲得。

●トリノ 2006 冬季パラリンピック出場。大回転で金メダル、滑降・スーパー大回転で銀メダル。
●2007 年、競技により集中できる環境を求めて（株）電通パブリックリレーションズに転職。
●2008 年、右肩脱臼。手術と半年間のリハビリを行い、選手として復帰。
●バンクーバー2010 冬季パラリンピック出場。大回転と回転で銅メダル。同年、日本代表選手引退。
●2016 年、早稲田大学大学院スポーツ科学研究科修士課程入学。2017 年同課程修了。
●平昌 2018 冬季パラリンピックの日本代表選手団団長を務める。
●現在、日本パラリンピック委員会運営委員、日本パラリンピアンズ協会副会長など、パラリンピックやスポーツに関わる多くの役職を務める。

■さまざまなスポーツの経験が、スキー上達の糧に

大日方さんがチェアスキーと出会い、初めてスキーを体験したのが高校２年生のとき。それからわずか５年後には、リレハンメル 1994 冬季パラリンピックという世界の舞台に立っていました。この驚異的な成長の背景には、幼少期からさまざまなスポーツに親しんできた経験があると、大日方さんは語ります。

「スポーツは常に、私の身近にありました。私は小さい頃にケガをして義足で生活していたのですが、小学校の体育の授業や運動会も、自分なりに工夫して参加していました。水泳の授業に出たくて、両手で泳げるように特訓したり。両親も、それを後押ししてくれました。障がいがあるからといってスポーツを避けるのではなく、自分なりにできることを見つけるという経験があったので、チェアスキーに出会ったときには、『この道具があれば私もみんなとスキーができる！』とワクワクしました」

当時はヒット映画などの影響もあり、スキーブームが再来していた時期。大日方さんも、「友達同士でバスに乗ってスキーに行く、というのが憧れでした」と言います。

はじめて体験したスキーに、大日方さんはすぐに夢中になりました。しかし当初は、大日方さんにとってスキーは、純粋に楽しむためのスポーツでした。競技を意識するようになったのは、大学生になってから。横浜市の障害者スポーツ文化センター（横浜ラポール）で、水泳などさまざまなスポーツを楽しんでいた大日方さんに、チェアスキー協会の関係者が声をかけたのがきっかけでした。

「このスポーツ文化センターの隣に、私がチェアスキーと出合ったリハビリセンターがあったこともあり、『すごくスキーが好きな子がいる』という噂が伝わっていたようです。チェアスキー協会の強化部に入らないかと誘っていただきました。そのときに初めて競技としてのスキーを意識して、やってみたいと思ったのです」

大学１年の冬から強化合宿に参加。競技初心者ながら先輩アスリートに混じって貪欲に滑り続けた

大日方さんは、着実に成長していきました。

「とにかくスキーが好きで楽しくて、滑りたくてしょうがなかったんです。いろいろなスポーツを経験していたので、バランスを取ったり遠心力を利用する感覚などがある程度身についていたことも、大きかったと思います」

そして、まだ技術的には未熟ながら、４年後の長野大会での活躍を期待され、大日方さんは若手成長株としてリレハンメル 1994 冬季パラリンピックの選手に選ばれることになったのです。

■自分の力で進もうとすることで成長できた

選ばれた当初は、パラリンピックがどんなものかもよくわかっていなかったという大日方さん。プレッシャーや葛藤は、選ばれた後からじわじわとやってきました。

「日本代表として各所にご挨拶に行ったり、いろいろな資料を見たりするうちに、『とんでもないところに行くことになっちゃったんだな』という自覚が出てきて。実力がないのに選ばれたという、先輩たちへの申し訳なさなどからくる葛藤もあって、選ばれてしまってからのほうが重圧をひしひしと感じるようになりました。パラリンピックを迎えるまでの限られた時間の中で、できる限りのことをしなければと決意しました」

そこで大日方さんは、先輩アスリートをはじめさまざまな人に連絡をして助力をお願いし、練習ができる環境を整えようと自ら動き始めます。

「当時は自家用車も持っていなかったので、まずスキー場に行くのも、誰かにお願いして連れていってもらわなければなりません。あまりお金もなかったので先輩の家で自主合宿させてもらうなど、多くの方にサポートしていただきながら、練習スケジュールを組み立てていきました。両親はスキーに関しては『何も手伝わないから、あなたが全部やりなさい』というスタンス。でも、自分のやりたいことをきちんと説明して説得すれば、協力してくれました」

まずは自分の意思で決めて動き、それを周りの人たちがサポートし、両親は最後のセーフティネットの役割を果たす。そんなふうにやらせてもらったからこそ今の自分がある、と大日方さんは振り返ります。

「子どもがすることですから、親や周りの大人から見ると、効率が悪かったり間違った選択もしていたでしょう。でも、たどたどしいながらも一歩一歩進むのを、手は出さずに見守ってもらったからこそ、いろいろな経験ができて成長につながり、壁にぶつかったときの越え方も身につけられたのだと思います」

■「自分への挑戦」と「社会への思い」がモチベーションに

初めて立った世界の大舞台では、「とにかく滑りきることだけを考えた」という最初の滑降で５位。しかしその後の種目では、もっと速く滑りたいという欲が出てすべて転倒してしまったと、大日方さんは笑います。

この大会では、その後の目標となる選手との出会いもありました。

「同じチェアスキーヤーで米国代表のサラ・ウィル選手です。彼女からは、自分たちがやっているスポーツに誇りと責任を持ち、さらに、それを発信してメッセージを次世代に伝えていくことの大切さを学びました。その姿を見て、私もこんな人になりたいと思いました。そして、次の４年後の大会では、少なくとも彼女と競い合える選手に成長していたいと強く思って、それが長野大会へのモチベーションにもなりました」

その長野大会の滑降で、大日方さんはサラ・ウィル選手を僅差で押さえて、冬季パラリンピックでは日本人初となる金メダルに輝きました。

「自国開催というのはやはり特別なことで、想像以上に多くの応援をもらってそのパワーにうまく背中を押されて、自分の実力以上の力が出せたのかなと思います。それで、次はもっと努力を積み重ねて、実力で金メダルをつかみたいと心に決めました」

そこから大日方さんは、バンクーバー2010 冬季パラリンピックまで５大会連続出場。金メダル２個を含む合計 10 個のメダルを獲得するという結果を残したのです。

初出場のリレハンメルから数えれば、16 年。それだけの長い間モチベーションを保ち続けられた秘訣は、どこにあったのでしょう。

「パラリンピックに挑戦し続けるモチベーションは、今振り返ると、大きく二つあったと思います。ひとつは、自分への挑戦。記録に挑戦したり自分の限界を超えていくことは、純粋に楽しいですね。もうひとつは、スポーツの持つ社会性。私が速く滑ったりメダルを取ったりすることで、『ありがとう』と言ってもらえたり、『感動して、私もスキーをしたいと思った』という人が出たり。また、長野大会以前は、チェアスキーの存在が一般にはほとんど知られていなくて、スキー場で門前払いされてしまうようなこともよくありました。それが、金メダルを取ったことで一気に理解が広がりました。そういう経験を通して、スポーツやパラリンピックの『伝える力』の強さを実感しました。私ががんばることで、少しでも人の気持ちや社会を変えることができるという思いは、大きなモチベーションになりました」

■自分で選んだなら、それが「最良の道」

長年アスリートとして活躍を続けてきた大日方さんですが、常に順風満帆だったわけではなく、さまざまな選択を迫られるターニングポイントがあったといいます。大学卒業後にＮＨＫに入局した

大日方さんは、ディレクターとしての仕事と競技生活を並行して続けていました。しかし、バンクーバー2010 冬季パラリンピックを見据えた 2007 年、現在の電通パブリックリレーションズに転職します。

「ＮＨＫのときは、完全に仕事と競技の二足のわらじで、プライベートも何もなく仕事以外の時間はすべてスキー、という生活でした。それでも、仕事は私の力や時間をすべて注ぐことはできませんから、どうしても周りに迷惑をかけてしまうという思いがありました。睡眠時間を削ったりしてがんばっても、7〜8 割までもっていくのがやっと。他方で、競技にかける力は減らしたくはないので、全体で見ると完全にキャパオーバーという状態でやっていた時期もありました。それで、やはりこれは限界があると感じて。自分のキャリアの中で競技だけに打ち込む時期がほしい、それによって自分がどこまでできるのか挑戦したい。そう思って、転職を決意しました」

さらに 2008 年には、右肩脱臼という選手生命の危機にも見舞われました。

「脱臼なので、手術をするか、温存してリハビリするかの選択です。トリノで金メダルを取った後だったので、周りには、もうそこまで無理をしなくてもいいんじゃないかということも言われました。それでも、選手を続けるなら中途半端なことはしたくありませんでした。すごく悩んで、手術を受けることを選びました」

手術を受けるためには、約半年は練習を休まなくてはなりません。そのため、滑りながら開発や調整を行うチェアスキーの用具改良が大幅に遅れてしまう、というようなジレンマもありました。それでも大日方さんは、後悔は一切ない、と明るく言い切ります。

「どんな選択をしても、取らなかった選択肢について『あのとき、もしこうしていたら』と考えてしまうことはあると思います。でも、私は何かを決めるときには常に、『私は何のためにこれをやるのか、何故やりたいのか』ということを、とことん考え詰めて明確にしていました。それが、すごく重要だったと思います。人に言われて選んだことだったら、うまくいかなかったとき、もしかすると人のせいにしてしまったかもしれません。でも、自分で納得いくまで調べて考えて選んだことなら、それが『最良の道』なんです」

■2020 年が終わっても、人生は終わらない

そして、バンクーバー2010 冬季パラリンピックでは２つの銅メダルを獲得。大日方さんは、日本代表選手を引退する決断をします。

「日本代表を引退しようと思ったのは、自分の次のキャリアを考えたためです。2007 年に転職してからバンクーバーまでの３年間、競技８割、仕事１割、家庭１割という生活を送り、競技としっかり向き合わせてもらいました。でも、次を考えたとき、そろそろこの割合を変えた方がいいのではないかと思ったのです。自分自身のアスリートとしての成長スピードの鈍化を感じたことに加え

て、子どもが欲しいと思ったことが大きな理由でした」

大日方さんは、2001 年に結婚。アスリートだけではない軸で自分の人生を考えたときに、妊娠出産の限界年齢を意識したことは大きかったと言います。

「結果的に、子どもが欲しいならもう５年早く考えるべきだったと言われてしまったのですが。もし、もっと早い段階で女性の体や妊娠出産についてきちんと知っていたら、取り得た選択肢は違ったかもしれないと思うことはありますね」

代表引退後の大日方さんは、電通パブリックリレーションズのオリンピック・パラリンピック部でシニアコンサルタントとして活躍しつつ、東京 2020 オリンピック・パラリンピックの招致活動に関わるなど、スポーツやパラリンピックと多くの人をつなぎ、魅力を伝えることに尽力しています。また、パラリンピックをさらに発展させる方法を考える一助とするため、早稲田大学の大学院で１年間、スポーツビジネスやスポーツマネジメントを学びました。

「実は、引退して２～３年は、いろいろ迷って悶々とする時期がありました。まず、いきなり机の前にずっと座っている生活になったことに、体と気持ちがついていかなかったんです。パラリンピックでメダルを目指す、というような選手生活では当たり前だった長期の目標が、仕事や生活の中ではうまく見つけられない、という悩みもありました。さらに、ビジネスの場では当たり前に必要とされる、例えばパワーポイントで資料をつくる、というようなスキルが私には欠けていることに気付いて、愕然としたり。それでも、いろいろな方と話をして、これは私だけの悩みではなく、先輩アスリートたちもみんな悩みながらやってきたんだな、ということに気付いたら、ちょっと安心して落ち着いて。あまり焦らず、これから自分なりの道を探していこうという気持ちになれました」

新しいステージでぶつかった壁を乗り越えるのには、アスリートとしての経験も役立ったと言います。

「勝つためには何をしなければならないかという道筋のつかみ方や、大事な大会にコンディションをピークに持っていくために逆算して今何をすべきか考えていくやり方は、仕事や勉強で目標達成に向かうときの戦略に通じます。また、競技生活でさまざまな選択を迫られたことは、人生のキャリアを考えるときの優先順位の付け方や判断に生きています。いろいろな失敗も含めて、スポーツで得たことは全部、今の私のキャリアにつながっているなと感じます」

最後に、ご自身の経験から、若いアスリートの皆さんへのアドバイスを伺いました。

「アスリートは、競技に打ち込めば打ち込むほど、目の前のことだけしか考えられなくなりがちなものだと思います。特に今、東京 2020 オリンピック・パラリンピックを目指しているときには、『2020 年がゴール、その先の事なんて考えられない』という人もいると思います。でも本当は、

2020 年が終わっても、人生は終わらないんです。大会後に不必要なバーンアウトに陥ることを避けるためにも、スポーツ一辺倒にならず、『仕事』『家族』『社会的な役割』など、キャリアを考えるときの軸を複数持って、自分はどんな生き方をしたいのかを考えていくことが大切だと思います。特に女性は、体のことも含めて自分のキャリアを考えてほしいですね。そして、周りの人たちは、アスリート自身の考えを大切にしながら、適切なタイミングで情報提供をしてあげられるといいのではないでしょうか」

自分が選んだ道で一生のキャリアを考える。

宮本恒靖

サッカー日本代表元主将



サッカー　tsuneharu MIYAMOTO

宮本恒靖。サッカー日本代表の主将を務め、ワールドカップに 2 度出場。 クレバーなプレーと統率力が光るディフェンダーとして長く活躍し、海外のクラブにも所属しました。
高校卒業後にプロとして活躍する一方、競技生活を送りながら大学を卒業。現役引退後は、国際サッカー連盟が主宰する修士課程、FIFA マスターを日本の元プロ選手として初めて修了しました。学習意欲が強く、現役時代から英語に堪能な頭脳派として知られており、引退後も J リーグ特任理事や JFA 国際委員、解説者や、指導者と幅広い活躍を見せています。

宮本さんのスポーツキャリア

●小学 5 年の時にサッカーを始める。
●中学生時代に年代別の日本代表候補に入り、高校時代は学業との両立を考え、強豪校の部活動ではなく、プロクラブであるガンバ大阪の育成組織に所属した。
●高校卒業と同時に、ガンバ大阪のトップチーム昇格を果たしてプロ入りしたが、同時に同志社大学にも入学。プレーを続けながら大学を卒業。競技面でも 2005 年に J リーグ優勝を果たした。
●日本代表では、ガンバ大阪ユース時代に U-17 日本代表に選出されて以降、すべての年代の主将を務めた。2000 年のシドニー五輪、2002 年、2006 年のワールドカップに出場。
●2006 年からの 3 年間は、オーストリアのザルツブルクでプレー。
●現役引退後、スイスで国際サッカー連盟（FIFA）と国際スポーツ研究機関（CIES）が主宰する修士課程である FIFA マスターに入学。日本の元プロ選手として初の卒業生となった。

●引退後は JFA 国際委員、Ｊリーグ特任理事を務め、現在は古巣のガンバ大阪で育成年代の指導にあたっている。

■自分が選んだ道で目標を段階的に達成する

宮本さんは、小学 5 年生のときにサッカーを始めました。1986 年にメキシコで行われたワールドカップで、アルゼンチンのマラドーナ選手の活躍に影響を受けた一人でした。「一気にのめり込みました」という宮本少年は、中学でサッカー部に所属。大阪府や関西地方の選抜チームに招集されるようになりました。当時は、優秀な選手は強豪高校のサッカー部に進むのが一般的でしたが、両親から学業も大切にするようにと言われていたため、地元の進学校である大阪府立生野高校に通いながら、プロクラブであるガンバ大阪のユースチームに所属する道を選びました。

「当時のサッカー雑誌を読んでいて、僕が高校 2 年になるときにＪリーグが開幕することがすでに決まっていることや、Ｊリーグに所属するチームは育成組織を持たなければいけないことになっていることを知っていました。そして、ガンバの前身である松下電器サッカー部にもユースチームができて、指導者として有名な方が監督として就任されることも聞いていました」と自ら積極的に情報を収集し、学業と両立できる進路を選択しました。学校で勉強をして、クラブに通ってプロの指導者からサッカーを教えてもらう生活では、移動時間を生かして勉強するなど、両立の工夫を図りました。
高校卒業後は、ガンバ大阪のトップチームに昇格。プロ選手としての人生を歩み始める一方、同志社大学に進学して学業も続けました。当然、サッカーと学業の両立は容易ではありませんが、常に強い向上心を持ち、自ら情報を集めて自分自身で進路を選択するという生き方をする宮本さん。
「両親に報告したときは、大学でサッカーをやればいいんじゃないの？と言われましたが、僕はプロとして活躍することを夢見ているし、成長できるこの時期にプロとしてプレーすることに意味があると思っていたので、半分は宣言みたいなようなものでした。自分で決めた方が、（選んだ進路で）がんばらなければいけないという気持ちになります。サッカーが好きでしたが、プロとして活躍できるという確固とした自信があるわけではありませんでした。20 歳の頃にはもっと違うことを学びたいという気持ちもあり、サッカー以外の部分をすべて排除するのはもったいない、何かできることをやろうと思っていました。自分がベストだと思って選んだ道なので、サッカーの練習がオフの日にたくさん授業を受けるなど工夫しながらやっていました」と苦労ではなく、充実した日々として当時を記憶されています。サッカーでは、Ｊリーグ優勝を経験。日本代表としてもワールドカップに 2 度出場するなどの活躍をし、2007 年には活躍の場を欧州へと移しました。宮本さんは、現役時代の挑戦について「中学生の頃から、一つの目標を立て、それを達成するとまた次の新しい目標を立てるという連続でした。ガンバでプロになる、そしてレギュラーになるという目標を達成すると、次は日本代表としてワールドカップに出場することが目標になり、さらに成長するために海外挑戦と段階を踏んでいきました」と振り返り、一つひとつの目標設定と達成の繰り返しを地道に行って来たことを明かしました。

■一生のキャリアを考えた時間の使い方

宮本さんは、引退後に国際サッカー連盟が主宰するFIFAマスターという大学院への入学を選びました。国内では例を見ない挑戦でした。プロの第一線で活躍した選手は、引退後すぐに指導者の道を歩むことが多く、宮本さんも国内の最高峰であるS級指導者ライセンスを取得し、監督になるというプランを最初は持っていたそうです。しかし、いきなり指導を始めるのではなく、単身で海外へ渡って知見を広めようと考えました。フリーの身でなければ、海外の大学院に通うことはできません。行けるタイミング、興味があるタイミングを生かしました。大学院では、自分が与えられていたプレー環境が、どのような状況で成り立っているのかを学びました。スポーツの歴史、経営学、組織論、法律などスポーツを多角的に見直す機会を得ました。

現在は、古巣のガンバ大阪で育成年代の指導にあたっています。その中でFIFAマスターの経験を直接的に生かす機会はあまりないと言いますが、宮本さんは「仮に、今の中学生や高校生があることに対して、『将来的に、サッカーのキャリアには必要ないから、それはやらない』と考えるというのは、おかしいと思っています。選手としてだけでなく、人としての部分を考えると、何でもやっておく方が良いと思います」と話すように、幅広く興味を持ちながら人生を歩む指針を持っています。そして、複合的な視野を持つことは、将来に生きる可能性が広がります。たとえば、プロチームの監督になったとき、多くの選手を同時に見て、個々の心情を考えたり、一方でチーム事情も考えなければならないという立場で決断をする場合、あるいはクラブの経営スタッフと話し合う場合などには、FIFAマスターでの経験が生かされるかもしれません。
近年は、現役選手がスクールビジネスを展開するなど、プレー以外の分野での活動も報じられるようになっていますが、どのようなジャンルに転身するのか、どんなチャンスがあるのかは、なかなか分かりません。宮本さんは、アスリートが引退後に歩む第2の人生について、次のように話しました。
「競技を続けているうちは、競技のことだけを考えて没頭すべきだという考え方もありますが、プレーしていない時間をうまく使うことで、競技に限らない一生を通じたキャリアとして、アスリートから次への移行がスムーズになると思います。競技だけに没頭するのではなく、多様性を持って、いろいろな可能性を探る方が良いのではないかと、現役を離れたときに思いました。本当に一生懸命になれるものを見つけたときは、それが自分の進むべき道だとハッキリ言えるかもしれないけど、それが見つからないときには、いろんなことをやっていく方が良いと思います。スポーツ選手の場合、20代後半になって気付くことが多いと思います。人それぞれかもしれませんが、成熟する前には、おそらく判断が難しいのではないかと思います」
自らの可能性を狭めることなく、幅広くチャレンジしていくことが、成功の秘訣なのかもしれません。

■選手生活の終わりに保証はない

宮本さんは現在、古巣のガンバ大阪で育成年代の選手の指導にあたっています。プロ選手を育てることが1つの目標ですが、競技に真剣に向き合うことで、人間性も磨いてほしいと願っています。
「チームワーク、集中力、フェアプレー。相手をリスペクトすること。目標を設定し、挑戦することなど、スポーツを通じて学んだことで、社会で役立つスキルはたくさんあると思います。アスリ

ート出身の人は、行動に瞬発力や集中力があるという話をよく聞きますし、協調性や負けん気の強さは、日常生活でも生かされるものだと思います」と社会で生きる力を、自身もサッカーを通じて得たと言います。また選手に寄り添うばかりでなく、厳しい環境に挑戦することも促しています。近年の中学生、高校生が「空気を読む」という言葉に象徴されるように、足並みを揃えたがる傾向には異を唱え「選手を1人で厳しい環境に行かせることが有効なのではと考えています。たとえば、選手を1人、1カ月ほど別の環境に連れていきます。すると、選手は自分自身との会話が増えます。自分の立ち位置を客観的に考える。自分の得意な部分、不得意な部分を整理して、自分は何をすべきなのか考える。それが自立につながると思います。日本の場合は、若い子が友だちや周囲の人を見て『アイツがやっているから、自分もやろう』と判断するケースが多いのですが、それをやっている限りは早い成長は望めないのではないかと思います」と、競技を通じて自立心を養う大切さを強調されました。

宮本さんが、プレーの向上だけでなく、競技以外にも生きる力を身につけてほしいと願っているのは、プロの世界の厳しさを知っているからこそです。才能がある選手でも、運や環境に恵まれず活躍の場を得られなかったり、病気やケガで活躍の場を突然失ったりするケースもあります。サッカー選手になって活躍することは、選手にとっても、指導者にとっても夢ですが、より現実的な可能性も考えなくてはいけません。だから、宮本さんは、教え子たちには、サッカー以外のことにも興味を持つ重要性も説いています。

「選手としてのキャリアの終わりを自分で決められる保証はありません。プロで戦力外になるだけでなく、大きなケガをした場合のことも含めて、いつ終わるか分からない不安は、常にあります。だから、その時のための準備も間違いなく必要です。子どもたちが夢を持つことは確かに大事ですが、どれだけの選手がどうなるのかという現実的なキャリアも大人は伝えるべきだと思います。Jリーグの新人選手が10年後にどうなっているのか。たとえば、半数が5、6年で引退しているという平均的な数字を見れば、高校を卒業してすぐにでプロになっても23〜24歳までしかプレーできない可能性が半分の人にあると分かります。海外では育成年代でも、1年毎に継続できるかどうかの審査がある厳しい環境がありますから、選手はプロになれない場合のことも考えておかなければいけないと気付きます。日本は、少し見通しが甘い形で選手を育てているかもしれません」

夢を見るばかりでなく、自分自身の可能性を広げておくことで競技を終えた後の生活にも備える。学生時代、現役時代を通じて幅広く挑戦して来たからこそ、競技だけに没頭した場合に見落としがちな視点で指摘をできることもまた、宮本さんが培ってきた力と言えるでしょう。

自分だけの小さい世界にとどまらず、多くのものに触れること。



岡田優介。東京都出身の異色のトップアスリート。
現役のプロバスケットボール選手であり、一般社団法人日本バスケットボール選手会の会長、公認会計士、そして3人制プロバスケットボールチームのオーナー。
プロの厳しい環境に身を置きながら、様々な顔を持つ彼のスポーツキャリアの原点は、幼少期からの“明確な将来のビジョン”とバスケットボール界の発展の為という“ぶれない軸”でした。

岡田選手のこれまでのキャリア

●小学校の低学年から兄の影響でバスケットボールをはじめた岡田選手。
将来の夢は「プロ選手になること」と「日本一になること」。
●中学生時代は、東京都選抜に選ばれ、全国レベルを体感。高校への道筋が開けた。
●高校は日本一になるために強豪校を目指し、茨城県の土浦日大高等学校に越境入学するも、入学してすぐの病気で入院とリハビリで半年間競技を離れる。その経験によって、競技だけでなく、競技以外のことにもしっかり取り組むというポリシーが明確になった。
●青山学院大学に進学後には大学選抜に選ばれ、プロ選手まであと一歩という手ごたえを感じた。ただのプロ選手ではなく、「自分だけしかできないことにチャレンジしたい」、「バスケットボール界にとって良いことをしたい」と公認会計士の勉強を始める。

●卒業後、実業団チームトヨタ自動車に入団。その後、日本代表にも選出される。2010 年に公認会計士の試験に合格。2011-2012 シーズンにはトヨタ自動車の主力選手として日本一にもなった。
●2013 年に一般社団法人日本バスケットボール選手会の初代会長に就任する。
●数チームの移籍を経て、2015 年シーズンから千葉ジェッツに移籍。
●B リーグ 2016-2017 シーズンから京都ハンナリーズに移籍し、現在に至る。

■困難なことを達成することの“成功体験”、文武両道へのチャレンジ

幼少からのバスケットのプロ選手になるという夢を胸に強豪高校に入学した直後、思いがけず肺の病気を患い、1 か月の入院、半年のリハビリを余儀なくされた岡田選手。受けたショックと挫折を、心に決めた目標、夢に向かって気持ちを切り替えて前向きに乗り越えました。
「実は入院期間にリハビリだけでなく、勉強を頑張りました。入院期間の１ヶ月に、進学コースのテキストを全部前借りして、高校 1 年分の勉強を自分で終わらせました。『退院してからは、余計なことを考えずにもうバスケに集中したい』という考えに至り、入院生活中は、『とにかく自分が今できることは勉強しかないから、勉強しておこう』と思いました。 」
「その頃には『勉強をしっかりやって、その上でバスケをやる』っていうことが自分のポリシー、核心になっていました。バスケは練習を頑張ればどんどん上手くなるし、勉強では勉強した分だけテストの点数に跳ね返ってくる。それは僕の中での “成功体験”でした。一つのことだけではなくて、二つやる。簡単にできないことにチャレンジするというのがずっと生きがいでした。バスケにおいても、日本一になることも、日本代表になることも大変ですけど、それにチャレンジしていこうと。人生の中で大きなことにチャレンジしていきたい。そういう意味では文武両道(というポリシー)が確立されていったのかなと。」

■自分しかなれないプロ選手を目指して、会計士の資格を取得へ

大学に入学後、大学選抜に選ばれるようになるも、日本代表（A 代表）には召集されず、結果も伴わない時期が続きました。バスケットボールで一つのことを成し遂げたという感覚を得たことがなかった彼は、『まだまだやれるぞ』という気持ちで大学生活を送っていました。
プロになりたい、という目標はずっと持ち続け、手の届く範囲に来ていると感じたこの時期、プロになることはゴールではなく、通過点であるという心境に変わっていきました。
そして、生来のチャレンジ精神と旺盛な好奇心によって、単なるプロ選手ではなくて、自分にしかできないことを成し遂げようと決意。丁度、時代はバスケットボール界の混乱期にあり、大好きなバスケット界に力になれることをやっていきたいという願望が生まれました。その為、選手としての技術だけでなく、本人の信用力や発信力、社会的な力を身につけるために武器を身につけようと会計士の勉強を始めました。
「今までやった人もいないだろうし、僕しかできないと思ったので。バスケをより良い環境にすることが、巡って自分自身のためでもあるし、ここまで没頭してきたスポーツを、もっと良い業界にできたらという思いがあったので、バスケ界全体の為に良い一つの武器になるだろうなと思い、会計士を目指しました。

将来、会計士になろうとか、引退後の保険というつもりで目指したわけではなくて、自分しかできないことをチャレンジしていきたいという思いでした。引退後のことを考えて色んな勉強をしておくっていうのは別に悪いことじゃないと思いますが、僕の場合は、現役中のファーストキャリアと引退後のセカンドキャリアが明確に区切れるものではなくて、デュアルキャリアといいますか、現役中にそういった活動もするっていうのが僕の生き方だと思ってます。」

（会計士としても活動している岡田選手）

■バスケットを軸に様々な視点で物事を見る大切さ

「大学を卒業して実業団チームトヨタに入団した後の 2010 年に公認会計士の試験に合格しました。そして、2013 年はバスケットボール界をより良くしたいという想いから選手会を立ち上げ、初代会長に就任しました。当時、リーグの運営側からの一方的なルールや競技スケジュールの変更等があり、所属する選手同士でも主体的に発言していくことが必要だという想いからの率先した行動でした。
その後、所属チームを何度か移籍する中で得た機会を活かし、現在では 3 人制プロバスケットボールチーム「DIME.EXE（ダイム・ドット・エグゼ)」のオーナーに就任することになりました。岡田選手には、バスケットボール界の発展のためというぶれない軸があり、その軸を中心に色々な視点から業界を見つめることの大切さを認識していきます。
「3×3 の運営をやるってことで、チームの経営者や、オーナー側の視点も身につけることができるし、僕としてもレベルアップできるのではないかなと思います。ずっと選手の視点だけで物事を考えて『選手が、選手が､』と言っていても、周りは『選手だからでしょ』って言うかもしれないですけど、色んなアプローチ・視点を持つことって選手にとっても必要だと思います。選手の視点も持つ、経営者の視点も持つことで、また違ったものが見えるかなという考えがありました。」
「(色々な事に取り組むことは）バスケのピポットみたいなものですね、軸足は常にバスケにおいて、軸足は常に一緒で、ただ色んなところに足を入れて見てくるっていうのはすごく大事な視点かなと思うので。あれこれ闇雲にやっているってわけではなくて、一つ芯を持ってやっていくということが自分の中で大事かなと思っています。往々にして新しいことをやると、色んな批判もあったりしますけど、でもその信念を曲げずにやっていけば、結局は最終的には理解してもらえると思うので、新しいことにどんどんチャレンジしていくというのはこれからも続けていきたいと思います。」

■自分の殻にこもらずにチャレンジを

チャレンジ-。岡田選手は競技でも競技以外のことでも挑戦することによって自身の可能性を広げてきました。自分だけの小さい世界にとどまらず、多くの物に触れることで自分の知らない自分の未来を形創ることができるのです。
「(今の）自分はまだまだできるという思いがすごく強いので、殻に閉じこもらないで外にでていきたいです。結局、人生の中で会える人は限られていて、でも可能性は無限にあるので、終わりは

ないのかなと思っています。そうすると、また新たな出会いや新たな知識を得た中で、また新しい刺激があります。知らないことはたくさんあるので、知らないことを知り、それが出来るようになった時の楽しさ、面白さを一度味わうと、常に高いモチベーションを保てて、今の自分じゃ気付かないことがまた来る。選手会もまさか自分で作ると思っていませんでしたし、誰かが作るのだろうなぁってずっと思っていました。ただ自分が今まで頑張って会計士の勉強をして、それなりの信頼をされたから（設立）できたことなので。当時は、まさか会計士の資格がそんなことに役立つなんて思って勉強してわけじゃなかったんです。でも今は、5年後・10年後にはまた『これを5年前にやっていたからこれが生まれたのだな』ということがきっとあると思うので、それを常にモチベーションにしているのかなっていうのはありますね。」

（2015年シーズンを千葉ジェッツで戦う岡田選手）

■今後の自身のキャリアについて

「時代が時代というか、アスリートが多くのことを発信していくべきだと思っていて、そういうことができる時代になっていくと思います。アスリートが持つ力っていうものは、すごく大きいと思います。ただその力というか、見えないふわっとしたものをちゃんと具現化していく、具体化していく。そういったことをこれからもしていきたいと思いますし、そうすることがアスリートとして当たり前のこと、当たり前になるように、文化を醸成していきたいなと思っています。そうすることによって、スポーツ界全体がより価値のある業界になってくると思うので。アスリート一人ひとりがそういった自覚を持って、一人ひとりがレベルアップすることで、盛り上がってくるなと思います。そういった道標（みちしるべ）を作っていきたいなと。一つのロールモデルを僕は作っていきたいなと思っています。」

(2016-2017シーズンをBリーグ京都ハンナリーズで戦う岡田選手)

引退後は、しばらくは”助走期間”と覚悟して、焦らずにできることからやりきった先に可能性は広がる



寺尾　悟
1975 年生まれ。愛知県出身。ショートトラックスピードスケート選手として、オリンピックは 1994 年のリレハンメル大会から４大会連続出場。世界選手権金メダル、W 杯総合優勝などの実績を残し、引退後は所属企業のトヨタ自動車株式会社で社業に従事。現在は同社のスポーツ強化・地域貢献部に所属。国際スケート連盟技術委員。日本スケート連盟理事。

これまでのキャリア

●愛知県立足助高校３年のとき、リレハンメルオリンピックに出場。
●地元の中京大学に進む。学部は卒業後の就職を考え、社会学部へ。
●大学４年で、長野オリンピック出場。メダルを逃し、現役続行を決意。
●大学卒業後１年間、中京大学体育学部で研究生をしながら、就職先を決める。
●地元のトヨタ自動車株式会社に社員として入社。配属先は海外企画部。
●ソルトレーク、トリノオリンピック出場後、人事部に異動。
●バンクーバーオリンピック出場を逃し、34 歳で引退。
●現在は、スポーツ強化・地域貢献部に在籍。

■大学卒業後は、銀行員になるつもりで社会学部に進学

高校３年生でリレハンメルオリンピックに出場し、４位という好成績を収めた寺尾さんのもとには、複数の大学からオファーが届いた。多くは体育系の学部からの誘いだったが、寺尾さんはあえて社会学部を選んで地元の大学に進んだ。その方が大学卒業時に、一般企業への就職に有利だと考えたからだ。当時はショートトラック選手をアスリート社員として新卒採用してくれる企業がほとんどなかったこともあり、多くの選手が大学卒業と同時に競技から引退していた。

「何事にも慎重なタイプだったので、競技を続けていれば就職は何とかなるなんて、考えてもみませんでした。卒業後は銀行員になろうと社会学部で学び、競技は大学４年の２月に行われる長野オリンピックでメダルを獲って完全燃焼して、引退しようと思っていました」。複数のメダル獲得が有望視されていた寺尾さんは、日本のエースとして挑んだレース中に不運にも転倒。メダルを逃したその瞬間、「あと４年はやる」と決心したという。

「悔しい負け方をしたままで、終われなくなってしまいました」。

卒業後は一年間、大学に研修生として残り、世界選手権1000m金メダル、W杯総合優勝を成し遂げた。世界一にはなったが、オリンピックでメダルを獲得するという目標は変わることなく、競技続行のために地元企業のトヨタ自動車株式会社の入社試験を受け、合格。社員として競技が続けられることになった。



2009 年 12 月全日本選手権（バンクーバーオリンピック日本代表最終選考会）

■仕事の実績で同期に差をつけられたと感じ、自ら異動志願

入社後、３年間は仕事や研修がメインの毎日で、練習は１日１～２時間しかできなかった。「大企

業は競技環境も整っていて、恵まれている」という人もいたが、実際は試合や合宿のないときは、８時半から 17 時半まで働いたあとに練習していた。「しんどかったですが、仕事をおろそかにしていたら、スケートの方もダメになってしまう、がむしゃらに今を乗り越えれば必ず何かあるはずと言い聞かせ、限られた時間の中でできる練習を必死に考えて、実行していました」。日本代表として海外遠征に行く機会を獲得し続け、４年目には練習にもより多くの時間を頂けるようになった。すると今度は仕事量が減ったことで、社業に専念している同期に、仕事の実績でどんどん差をつけられていると感じるようになった。寺尾さんの配属先は３～５年をかけて成果を上げる部署。このままの勤務時間数だと、昇格は厳しいと焦りを感じていたという。もっと自分が会社に貢献できる部署はないか。寺尾さんは入社８年目に、意を決して人事部に異動希望を出し面談を求めた。
「現役選手が自ら部署を変わりたいと願い出たのは、寺尾が初めてと驚かれましたが、アクションを起こさないとまずいと、かなり追い込まれていました」。
異動が叶ったのは４回目のオリンピック出場後の 31 歳。人事部スポーツイベント・健康推進Ｇに配属され、社内や退職者向けのイベント企画運営業務を中心に行う仕事に就いた。その部署で競技を続け、５度目のオリンピック出場を逃した時に「やっと世代交代でき、引退することができる」と心底思い引退を決めた。入社 12 年目。34 歳になっていた。



■会社が、引退後のアスリート社員をより活かす配属を検討

現在は所属企業のスポーツ強化・地域貢献部に在籍し、スポーツに関する特命業務人事やスケート部の監督を務めている。「昔は、選手は引退するとそれまで所属していた部署でそのまま社業に専

念することがほとんどでした。最近は社会も多様化し、弊社も”クルマを製造するメーカー”から、移動に関わるあらゆるサービスを提供していく”モビリティカンパニー”へと生まれ変わりつつあります。求められる人材も、より多種多様になってきました。引退後のアスリート社員に、自身を活かせる部署を提示し、プロデュースすることを、会社としてより力を入れて取り組むようになりました」。

たとえば、パワーがあり、チームプレーが得意な球技系の元選手が、スーパーフォーミュラのタイヤ交換のスペシャリストに挑戦したり、トヨタ自動車のモータースポーツ部門である「Gazoo Racing（ガズーレーシング）」に関わる仕事に就いてもらっているのもその一例だという。

「選手は引退するとまったく違う畑で、一から働くことになりますが、急に活躍できるようにはなりません。競技では常に結果を期待されていた選手も、正直な話、社業では周囲は最初から過度な期待はしていないのです。まずは基本を学ぶという気持ちで足元を見てコツコツと積み上げていくことが必要です。あまり先のことを考えすぎると不安にもなるので、最初は自分のできることをしっかりやり遂げる。会社では必ず誰かがそれを見ていると思います。同じ部署や所属していた運動部以外で相談できる人を、現役中から社内に見つけておくことも大きな支えになると思います」。

引退後の配属先がゴールではなく、そこで全力で取り組んでいるうちに、また新しい選択肢が出てきたり、自身の可能性も広がっていくのが仕事の醍醐味だと寺尾さんは言う。



2018 年スペイン・セビリアで行われた、第 57 回 ISU(国際スケート連盟)総会の 技術委員会委員選挙において、寺尾氏（写真左）が 3 回目の当選を果たす。 技術委員会メンバーとの記念写真。

■仕事を自分で創り出していく力をつけたい

現役時代、若い選手との海外遠征が多くなったころから、無理にいっしょには過ごさず、一人でホームページを更新したり、できることを黙々とやるようにしていたという。「孤独にも見えたと思うのですが、一人で時間を有意義に使うという習慣がその時に身につきました。社業に取り組むようになったとき、一人で腰を据え、できるところまでやってみようと、自分で考えて動くことができたのは、その習慣が活きたかなと思います」。

引退後、競技から離れていた寺尾さんは、しばらくして社内のスケート部監督に就任。さらに国際スケート連盟の仕事にも関わることになり、会社からも仕事としていろいろな活動が認められるようになった。

「会社でうまく行かない時、退職して自分で何かを始めたいと考える人もいますが、私の場合は今辞めても、きっと先細りしてしまうと思っていました。慎重なところは変わっていなかったので。実際、世の中のことをわかっているつもりでも、結局は自分の競技の世界の中でだけでしか通用しないことも多々ありました。引退後しばらくは焦らず、今は助走期間だと覚悟して、視野を広げ、新たな力を蓄えていこうと私は言い聞かせて働いていました。最終的には、どこにいても仕事を自分で創り出していける人が一番強い。そうなったら、社内でも、社会でもやりたいことが実現できるのではないかと思います」。



2009 年 12 月全日本選手権（バンクーバーオリンピック日本代表最終選考会）

フェンシングでまちおこし 地方創生のモデルとなるように



長良　将司
1977 年生まれ。岐阜県出身。フェンシング・サーブル選手として、2000 年シドニーオリンピック、2004 年アテネオリンピックに出場。引退後はナショナルチームのコーチとして、オリンピック日本代表選手、強化指定選手らを指導。JOC スポーツ指導者海外研修制度を活用し、渡米。帰国後は再びナショナルチーム、ジュニアチームのコーチを経て、沼津市で「スポーツを通したまちづくり」を推進するため、2019 年 4 月沼津市職員に転職。

これまでのキャリア

●岐阜県立羽島北高校の時、フルーレ・サーブルの 2 種目で高校総体優勝。
●フェンシングの強豪大学、法政大学に進学。
●大学卒業後、富山国体の強化選手として富山県の企業に 1 年間支援を受ける。
●2000 年シドニーオリンピックにサーブル日本代表として出場。
●地元に帰り、岐阜県庁の職員として、働きながら競技活動を継続。
●2004 年アテネオリンピックにサーブル日本代表として出場。
●2006 年アジア競技大会（ドーハ）で、団体銅メダルを獲得
●2006 年～2014 年、ナショナルチームコーチ
●2014 年～2015 年 JOC スポーツ指導者海外研修制度を活用し、アメリカ・オレゴン州で、指導者プロ資格を取得

●2015 年～2019 年 3 月　ナショナルチームコーチ、エリートアカデミーコーチ
●2019 年 4 月から、沼津市役所職員

■フェンシングを活用したまちおこしで、地域・経済活性化へ

スポーツ庁は、スポーツを活用して地方創生に取り組む「スポーツ・健康まちづくり優良自治体」の表彰式を行っている。2021 年 12 月には全国の 30 自治体が受賞し、沼津市はその自治体の一例として、フェンシングを通しての地域産業の振興や競技の普及、環境整備の取り組みを表彰式の場で紹介した。
「スポーツを通じたまちづくり」を掲げていた沼津市は、東京オリンピックにおけるフェンシング日本代表チームの事前合宿招致活動などをきっかけに、2019 年 2 月、日本フェンシング協会と全国初の包括連携協定を結んだ。なぜ、スポーツの中でもフェンシングが選ばれたのか。始まりは、2015 年にさかのぼる。フェンシングの日本代表として 2 度のオリンピックに出場した経験を持つ長良将司さんが、沼津市在住の関係者から声をかけられ、町おこしをするなら、フェンシングでできないだろうかという話になった。その 3 年後、縁あって長良さんが日本フェンシング協会と沼津市の間を取り持つことになり、2018 年の暮れに、日本代表チームの合宿を沼津市内で実施することになったのだ。ちょうどそのころ、同協会の当時の太田雄貴会長が「東京だけで集中して練習するだけでなく、地方拠点をつくりたい」と考えていたこともあり、「東京からのアクセスも良く、市としてしっかりとした長期ビジョンを掲げて、フェンシングを強化、普及してくださる沼津市とぜひ包括協定を結びたい」と話が進んで協定締結に至った。その活動の第一歩として、長良将司さんが 2019 年 4 月から任期付きの職員として沼津市に家族と共に赴任することが決まった。

■フェンシングと言えば”沼津”と言われるように

長良さんが職員として設立に携わった「フェンシングのまち沼津推進協議会」は、「フェンシングのまち沼津」というブランドを形成し、フェンシングを通じたスポーツツーリズムの推進による観光交流人口の増加を図ることを目的とし、主に 4 つの事業に取り組んでいる。
①裾野拡大事業（競技レベルの底上げ）
②シンボルフェンサー育成（トップ選手の輩出）
③大会開催・合宿誘致事業
④フェンシング環境整備事業。
長良さんはそれぞれの事業の推進役であり、実際に指導者としても現場でレッスンやアドバイスを行っている。設立から 1 年後の 2021 年 6 月には、沼津駅北口に活動拠点施設である“F3BASE”が完成。フェンシングの競技台であるピスト 6 台、トレーニング場、シャワールーム、会議室などがあり、フェンシング以外にも高齢者向けの体操教室、子供向けの体験教室などにも使われる。
「フェンシングを活用して、沼津の人たちの健康増進や、合宿招致での経済効果アップや、地元の子どもたちの競技力強化など、いろんなことを担当させていただいています。たとえば強化で言えば、小中学生 5 人を週 6 回レッスンして、小学生の全国大会で優勝と２位という成果をあげることができました。フェンシングをしている子供たちだけではなく、地元の子どもたちにも”夢を持つ

大切さ”や”目標設定の重要性”など、キャリア教育もしています。沼津は”サイクリングの聖地”と言われているので、最近はサイクリングを組み込んだトレーニングなども行って、大学の合宿などの招致もできればと考えています。”フェンシングと言えば沼津”と言われるような、フェンシングを通して沼津市民の人に、”このまちに生まれて良かった”と思ってもらえるようなまちづくりをめざすというのが、ひとつの目標です」

■競技を続ける環境がなく、苦労した現役時代

まちおこしと言えば、自身の出身地や縁のある土地にUターンして従事する人もいるが、長良さんの出身は岐阜県だ。高校生になってから始めたフェンシングで、高校総体優勝（フルーレ、サーブルの2冠）を果たし、大学は法政大学へ。卒業後は、富山国体の強化指定選手として支援を受けながら2000年のシドニーオリンピックに出場。フェンシングには実業団がなく、長良さんが大学時代のころは、競技を継続したいトップ選手には、期間限定の国体要員か、警視庁、自衛隊などしか道はなかった。長良さんもシドニーオリンピック後は契約満了となり、次の就職先は2つの選択肢に絞られた。「警視庁に所属して、東京で活動する」か、「地元岐阜の正規の県職員として就職し、教育委員会の仕事と県立高校の事務職をしながらフェンシングの指導を行い、主に岐阜で活動する」か。長良さんは、地元を選んだ。「東京でいつも同じ顔ぶれの選手と練習するより、自分で強化プランを練り、練習を考えて、海外を転戦するという、自由度が高いやり方が自分には合っているのではと考えました」。遠征や合宿がないときは、毎日9時から17時までフルタイムで働き、限られた時間の中で工夫して練習をした。結果、2大会連続でオリンピック日本代表に選出され、大会後27歳で現役を引退した。「本音を言えば、もう少し競技を続けたいというのもありましたが、県からは競技はアテネオリンピックまでと言われていたので、環境がなかった。経済的にも、年齢的にも、現役選手として活動していくことは無理だと思い、サポートする側に回ることを決めました。



■ナショナルチームの指導者、海外研修を経て、まちづくりの仕事へ

引退後は、サーブル種目のナショナルチームを指導することになった。終身雇用だった岐阜県の安定した公務員を辞め、再び東京へ。2006 年～2014 年の 8 年間に、北京オリンピック、ロンドンオリンピックの女子サーブルのナショナルチームコーチを務めると、2015 年から 1 年間、JOC スポーツ指導者海外研修制度を活用し、アメリカ・オレゴン州で指導者プロ資格を取得した。そこで日本にはない長期の育成プランに多くの気づきをもらった。

「アメリカでは、選手は幼少期から指導を受けているコーチと共にナショナルチームに入るという、一貫した指導体制をとっていました。日本は進学するたびに部活動の指導者が変わるので、選手によっては途中でうまく行かなくなってしまうこともある。私も選手を子供のころからずっと指導してみたいという思いを持って帰国しました」

長良さんは、日本に戻ってから JOC のエリートアカデミーで中高生を教えるようになり、アメリカスタイルに近い指導を始めたが、一方で渡米前と同じようにナショナルチームの指導も任された。以前と異なっていたのは、都内のナショナルトレーニングセンターの専用練習場を活用し、トップ選手、指導者は東京で一極集中での練習をするという強化施策が、少しずつ変わろうとしていたことだ。今後の競技の発展を考えた時、育成や普及の拠点は東京以外にも複数作っていくことも必要なのではないかと、協会内でも言われ始めていた。折しも東京オリンピックに向けて、複数の自治体から事前合宿への誘致があり、沼津市もその一つの都市であった。双方をつなぐ役割の一部を担った長良さんが、これまでのすべての経験を生かせる新天地として、沼津市役所に赴任し、構想を実現化する推進役に任命された。2 年半の間に沼津市内の選手人口は 66 人から約 100 人に増え、活動を支援、出資してくれる企業は、40 社以上に増えた。

「フェンシングが盛んなヨーロッパでは、”フェンシングのまち“がいくつもあります。沼津の皆さんにもフェシングを身近な競技としてもっと触れ合う機会をつくりたいですし、トップ選手も子供のころから一貫して育てていきたい。そのためには、今はまだ指導者の数も少ないので、引退した選手にも手伝いに来てほしいという希望もあります。沼津に生まれてフェンシングに出合えてよかったと思っていただくために、今後もこのまちでいろんなことに取り組んでいきたいと思っています」。

長良さんは来春からは正規の職員となり、地方創生のモデルになるようなまちづくりを行っていく予定だ。



大手企業を 2 年で辞め、プロサッカー選手になるも 1 年で戦力外通告。 紆余曲折後、元の企業に再入社。 サッカーに関わったことでさらなる新しい道へ。



早川　寛

1975 年生まれ。東京都出身。早稲田実業高校時代は東京都の大会でベスト 4。早稲田大学進学後サッカー部で活動し、卒業後は JCB に入社。2 年目の秋に、横浜 FC のトライアウトを受け、合格。JCB を辞め入団するも、大怪我をするなどして 1 年目に戦力外通告。プロは引退し、社会人のクラブチームでサッカーを続けながら、ベンチャー企業に就職。JCB の中途採用に応募し、3 年ぶりに再入社。20 年勤めあげ 2021 年 12 月末で退職。現在は有志と立ち上げた一般社団法人グローバルブリッジプラスにて活動中。

これまでのキャリア

●早稲田実業高校 3 年生のとき、東京都の選抜高校サッカー選手権でベスト 4。
●早稲田大学に進学し、ア式蹴球部(サッカー部)に入部。
●大学 1 年 6 月、単身渡英し、4 部リーグのサッカークラブで 1 週間練習に参加。

●大学4年4月、プロ入りを希望しつつも、叶わないときのため就職活動。
●JCBに内定。プロからオファーが来ず、卒業後は同社に就職。
●1年9か月後に、横浜FCのトライアウトを受け、合格。JCB退職。
●横浜FCで1年プレーした後、契約更新ならず引退。
●ベンチャー企業に入社し、インターネットのクリック保証型広告を営業。
●その営業経験を生かして、JCBの中途採用募集を受け、再入社。
●20年勤務しながら、サッカーにも仕事として関わるように。
●2021年12月末JCBを退職。夏に有志と立ち上げていた一般社団法人グローバルブリッジプラスでの活動をメインに。

■エリート同期に危機感　単身渡英し現地のサッカー文化を体感

高校時代は全国大会に出場したことがなく、東京都の大会でベスト4が最高成績だったという早川寛さん。早稲田実業高校からそのまま早稲田大学に進み、サッカーも続けようと思っていたが、同ポジションのU19の代表選手が、同期として入部すると聞き、「4年間辛酸をなめることになるな」と暗澹たる気持ちになった。高校生だった早川さんは、そこで、突拍子もないことを思いつく。
「それなら大学に進まず、いっそイギリスのプレミアリーグの下位リーグでプレーをしてみたらおもしろいのではないか」。ちょうどイギリスサッカーの4部リーグまでの連絡先が載っているパンフレットを眺めていて、ひらめいた。「4部ぐらいなら自分も入れるのではないか」。若さゆえの勢いで多少盛った内容の自己PRシートを作成し、友達に英訳させて30チームぐらいにFAXで送りつけた。もちろん返信はない。予定通りに大学に進んでサッカー部に入り、同ポジションの強い同期の後塵を拝していたある日､突然国際郵便が届いた。イギリス・マンチェスターの北にある、当時イングランド4部リーグのチームから「ぜひプレーを見せてくれ」と言ってきたのだ。
「一瞬舞い上がりましたが、6、7月は大学リーグの真っただ中で、1年生はチームの仕事がたくさんあって行けるわけがない。でもチャンスを逃したくない一心で、監督に”ロンドンに赴任中の父親が倒れた”と嘘をついて単身で渡英してしまいました」。現地を訪れて驚いたのは、イギリスでは4部リーグのチームにも専用スタジアムがあり、天然芝のグランドも4面もあったこと。「けっこうな年配の選手もいて、本業は弁護士だとかパン屋とか。1週間いっしょに練習して、19歳の自分もそれなりに手応えも感じましたが、とはいえ、当時はまだ海外で活躍して日本からオファーされるようなモデルもおらず、まずは大学でしっかりプレーしてプロになろうと思い、帰国しました」
無謀な行動ではあったが、現地でしか知り得ない情報を得、4部リーグでも皆、一生懸命プレーしている姿が強く印象に残った。それがのちに働きながら一般のクラブチームでサッカーをする選択にもつながったという。帰国後、同期のエリート選手はJリーグに引き抜かれ、早川さんが試合に出る機会も一気に増えた。一つの行動が人生を動かし始めていた。



■プロを諦めるも、社会人チームで人生を変える出会い

大学卒業後は、プロリーグに進みたいと早川さんは考えていた。当時は 4 年の秋季リーグが声のかかる最終機会。つまりその時点で声がかからなければ行き場がなくなる。「とりあえず内定をもらっておこう」と、4 年生の春から普通に就職活動をして JCB から内定が出た時点で活動終了。切り替えて 100%サッカーに打ち込むも、4 年の秋季リーグで無念の 2 部リーグ降格。プロからのオファーは皆無だった。入団テストも受けたが、引っかからず。サッカーのプロの道が閉ざされ、卒業後は、JCB に入社することとなった。

「就職活動では、仕事自体の面白さよりも、一緒に働きたいなと思う人がいる会社に行きたいと思っていました。OB 訪問で早稲田大出身の社員の方と 2 度お話をさせてもらったら、会社の話は少なくて、破天荒なプライベートの話や個人的なことなどがほとんどだったのですが、かえってそれが好印象でした。社員の方がこんな感じの方だったら、苦しいことがあっても乗り越えられると思いました」。社員の人柄、社風に加え、JCB が「世界で活躍できる可能性がある」という点が最後の決め手となったという。

「JCB に入ったら、何かサッカーとリンクさせられないかとも考えましたが、いきなりは難しい。入社当初は、大学のサッカー部の人たちに、年会費無料の専用カードを持ってもらうのが精いっぱいでした」

社業にも慣れ、2 年目を迎えるころ、社会人のクラブチームのエリース FC 東京の活動に参加することに。「いろんな大学出身者がいて、早稲田のサッカーしか知らなかった自分には、それぞれのやり方、考え方がとても新鮮に感じられました。のびのびとプレーができて、サッカーを心から楽しめました。練習後の仲間たちとの会話もサッカーだけでなく、仕事の悩みや恋愛とか心を割って話

せるのも嬉しかった。チームメートとの出会いに感謝しました」。

■会社員をしながらトライアウトに合格。1年後、衝撃の0円提示

エリースでの活動は、早川さんをインスパイアし、サッカーの可能性を大きく広げることとなった。ポジションも変わって、体も動くようになり、サッカーへのモチベーションが高まったとき、設立されたばかりの横浜FCのトライアウトを受けてみることにした。「営業先の方に薦められ、2日間有休をとり、とりあえず参加してみました」。
初日は1200人が参加し、基本的なプレーを、翌日は30~40人に絞られ、ミニゲームを審査された。手ごたえはあったが確信はなく、いつものように出勤したら、スポーツ紙に飛ばし記事で「早川、合格」と出ていることを知人から知らされた。会社に言ってなかったので焦っていると、横浜FCから「2週間帯同して、4チームと練習試合をして最終決定します」と連絡が来た。帯同はできないが、外回りの仕事中にこっそり4試合だけに出てみようと、会社が知らないのをいいことに試合に出て、契約が決まった。
家族からは「プロは保証がないので、先々が心配」と言われたが、世界的に著名なリトバルスキー氏が監督を務めるとなれば、リスクはあれどチャンスにかけてみたいという気持ちを抑えられるはずもない。会社に決意を告げ、受理されると、最終日には大勢の社員の前で、壇上でスピーチをさせてもらい、温かく送り出してもらえた。
そして入団から1年。早川さんは、戦力外通告を受けた。プロの世界は厳しかった。
「最初はプロの練習のハードさに体がついていけず。慣れてきた夏に、しばらく寝たきりとなるほどの大ケガを負ってほとんど試合に出られなくなった。契約更改で0円提示をされ、頭が真っ白になりました。他チームのトライアウトを受けるも、受かったのは社会人のチームひとつだけ。そこも正社員ではなく、アルバイトでの採用と聞いて、あまりに先が見えなかった。プロの道に見切りをつけました」
早川さんは、働きながら、再びエリースでサッカーを続けようと決意した。

■JCBへの“出戻り”を断られ、ベンチャーへ　そして再チャレンジ

就職を考えた時、まずは古巣のJCBに再就職したいと考え、会社にかけ合うも、断られる。「好きなことに挑戦して、ダメだったから戻りたいなんて甘すぎました。何社か当たっていた時に、”体育会出身のトップ選手なら、営業でも活躍できる力があるだろう”とベンチャー企業からお誘いを受け、入社しました」。クリック保証型の広告会社で、まだ知名度がないので、営業のアポイントをとるのも、商談に入る前に会社のことを説明するのも、初めての経験だった。ベンチャーマインドが強く、ある意味プロフェッショナルな会社で、新たなやりがいを感じたが、営業成績に厳しく、人の回転が速いことに気づく。早川さん自身は達成を繰り返していたが、JCBの社風を懐かしく思い出していた時に、電車の転職サイトの中吊り広告の「JCBインターネット通販強化」という1行に目が留まった。今、自分が担当している仕事の経験が生かせるのではないか。早川さんはJCBの中途採用に応募し、適性検査と何度かの面接を受けて入社を決めた。ただ、退職から3年間のブランクは考慮されず、給与等の条件は再入社時の新卒と同等とされた。「それでも自分として

は昔の同期たちには負けないと意識して、昇進も頑張りました」。
それから 20 年間、早川さんは JCB に勤務することとなった。
「ポジションが上がるにつれて、仕事は一人でやるものではないと痛感するようになりました。サッカーをしていたころは、自分が試合に出て、得点に絡めたりしたら、チームの勝敗は気にならないみたいなところがありました。一人でできることって、サッカーでも仕事でも限られていると思っているので、チームでいかに大きい物事を成し遂げ、達成感を味わうことができるか。メンバーにそういう気づきを与えられるのが自分の役目だと思うようになりました。今までの経験がそこで役に立っているのは間違いないと思います」。



■サッカー、社会人経験、全てを生かして一般社団法人を設立

早川さんは、2021 年末で JCB を退職し、今は有志と共に立ち上げた一般社団法人グローバルブリッジプラスで活動している。「スポーツを通じて、未来を担う世界中の子供たちに“夢をもつことの素晴らしさ”を伝え、その夢を実現させるような仕掛けづくりをしていきたいなと思っています。具体的には A.S.E.A.N. 中心にサッカー教室やスポーツ教室を展開したり、教育事業として学校や施設をつくって教育プログラムを提供したり、A.S.E.A.N. で U12 の大会を開催する予定です。スポーツでチャレンジしてみたい人たちに、クラウドファンディング的な仕組みをつくってそのきっかけを与え、モバイルアプリで多くの人たち人たちに支援してもらうコンテンツを世に出したいと思っています」。
新しい団体を立ち上げたのは、JCB 時代の経験が伏線となった。2012 年に JCB が J リーグのトップ

パートナーになったとき、自らＪリーグのプロジェクトに関わりたいと申し出て、東日本エリアのプロジェクトマネージャーに就任。JCB の金融ビジネスとＪリーグクラブをつないだ。「Ｊリーグのクラブチームと地方銀行を結び付けてクラブの電子マネーを発行したり、スタジアムのキャッシュレスの話をしたり。大宮アルディージャにいた大学時代のサッカー部の先輩がラオスでサッカー教室をやりたいと連絡してくださって。社内で交渉したら、これからのマーケットとしてラオスでの JCB の認知度を上げたいというニーズも確認できて、実現できることになりました」
帰国後、その活動が日経新聞に取り上げられ、Ｊリーグとのスポンサードの延長にも貢献できた。ラオスではサッカー教室を 6 年続けて開催もできた。現地とのつながりもでき、喜んでくれる人たちがたくさんいることを実感。その経験がまた新たに早川さんの可能性を拡げて行く。「Ｊリーグに入るには、日本代表に選ばれるには、という目標にゴールを定め、逆算して予定を立てていくやり方など、サッカーで身に付いた習慣は、仕事でも生かせると思います。仕事は一人でやるものではないと気づき、人を巻き込み仲間を増やしていく術も知っています。この人だと思う人と一緒にやることで、自分だけでは見られなかった新しい景色もみられる。サッカーが好きな子供たちにも、そんな景色を見る喜びを感じてもらいたい」。サッカーへの関わり方は変わったが、勇気を持って行動し、チャレンジし続けている早川さんは、これからも新しい道をどんどん切り拓き続けるだろう。

柔道も仕事も、こうと決めたら、 自分を信じて突き進む その力はピカイチだと思っています。



緒方 亜香里

柔道整復師・はり師・きゅう師

3つの国家資格を取得した オリンピアン

柔道 akari OGATA

緒方　亜香里

1990 年 9 月 24 日生まれ。熊本県出身。小学生のころは空手、中学 1 年から柔道を始める。阿蘇高校 3 年の時に 78 キロ級で高校総体優勝。筑波大学に進学し、4 年生のときにロンドン五輪に出場。大学卒業後は、柔道の実業団、了徳寺大学職員柔道部に所属し、全日本女子選手権で優勝。現役中に所属先の専門学校で柔道整復師、鍼灸師の資格取得に向けた勉強を始め、2018 年の講道館杯で引退。現在は 3 つの国家資格を取得し、医療法人社団了徳寺会両国みどりクリニックで柔道整復師として勤務する傍ら、高校生、了徳寺所属の柔道選手のサポートをしている。

これまでのキャリア

●阿蘇高校 3 年生のとき、高校総体の個人戦 78 キロ級でオール一本勝ちで優勝。
●筑波大学に進学し、世界選手権で銅メダル、銀メダルを獲得。4 年生のときにロンドン五輪に出場。
●柔道の実業団・了徳寺大学職員柔道部に所属。
●全日本女子選手権で、最重量級以外の階級の選手として 14 年ぶりに優勝。
●2016 年 4 月、現役選手を続けながら、所属先の系列である医療専門学校の柔道整復師コースに進学。

●2018 年、同専門学校の鍼灸師のコースに進学し、この年は柔道整復師のコースと並行して学んだ。年末の講道館杯で現役を引退。
●2019 年柔道整復師の国家資格を取得。
●医療法人社団了徳寺会両国みどりクリニックに勤務。
●2021 年鍼灸師（はり師、きゅう師）の国家資格を取得。
●両国みどりクリニックに勤務しながら、了徳寺大学職員柔道部のトレーナーや休みの日には高校総体に出場する高校生のサポートもしている。

■柔道に代わる新しい目標が、すぐには思いつかなかった

2 度目のオリンピック出場が厳しくなったとき、緒方亜香里さんは現役を続けながら、所属先の系列の医療専門学校で、柔道整復師の資格取得に向けた勉強を始めた。筑波大学 4 年生の時に、ロンドンオリンピックに出場。その翌年には、無差別階級で行われる全日本女子選手権で、最重量級ではない階級の選手として 14 年ぶりに優勝を果たした。78 キロ級の第一人者として順風満帆な社会人生活がスタートしたと、誰もが思ったその矢先。全日本女子選手権直後の練習で緒方さんは大けがを負ってしまう。右ひざの前十字断裂。それでも世界選手権の選考を兼ねた国内大会に出て日本代表に選出され、強行出場。「やめておけと言われても、世界選手権にはどうしても出たかった。リハビリすればやれると信じて臨んだのですが、まったく自分の柔道はできませんでした」。結果的に右ひざのケガが、その後の緒方さんの柔道人生をままならない方へと追い込んでしまうこととなる。
「必死にリハビリしても完治はさせられず、ガツガツと激しく前に出るという自分のスタイルが出せなくなってしまった。思い切りやろうとしても、反射的にひざの方がひるんでしまって、怖いと思う感覚が抜けなかった。メンタルケアに通っても効果がなく、そのままリオデジャネイロオリンピック選考のシーズンを迎え、勝ち切ることができないままに代表を逃してしまいました」
柔道が強くなり始めたころに、自分の中で「3 冠達成」という目標を立てた。全日本女子選手権優勝。世界選手権金メダル。オリンピック金メダル。大学時代に世界選手権に 2 度（銅メダル、銀メダル）、オリンピックにも出場したが、金メダルには届かなかった。超級の選手以外は優勝が難しいと言われる全日本女子選手権のタイトルを獲得して、まず 1 冠達成。再度 2 冠を狙った道半ばで、緒方さんは立ち止まってしまった。
「この先私は何をしたらいいのだろう。柔道しかしてこなかったので、ほかに仕事として考えられるものも、資格や知識もない。教員やコーチとして柔道の指導にあたるのは、自分には向いていない気がする。柔道に関わるのであれば、選手のそばに寄り添って、同じ目線でサポートしてあげたい」。そこで気が付いた。「今の所属先の系列には医療の専門学校がある。トレーナーの勉強をしてみたらどうだろう」。
国家資格取得が 3 冠の次の目標に定まり、新たな挑戦が始まった。

■オリンピックに出ると決めたら、迷わず一直線

兄の影響もあり、柔道を始めたのは中学一年生から。それまでは空手を習っていて小学校 4 年生の

ときには全国優勝を果たしたこともある。柔道でもすぐに頭角を現し、2年生で全国中学生大会に出場。3年生では63キロ級で同大会3位となった。熊本県下の強豪高校からスカウトを受けるも、親は実家から通える高校を切望。それでも親の反対を押し切ったのは、その高校の先生から「オリンピックに行ける選手になれる」と言われてスイッチが入ったからだ。進学した阿蘇高校は厳しい練習と寮生活で張り詰めた毎日だったが、3年生のときに階級を上げて78キロ級で個人、団体共に高校総体優勝。個人戦は6戦すべて一本勝ちの圧勝で、「やっと芽が出た」と自分でも手応えを感じた。その日から、ロンドンオリンピック金メダルが、現実の目標となった。
進学先を筑波大にした理由は2つ。「男女いっしょに練習ができるので、男子と練習して強くなりたかった」「自主性を重んじた練習と、寮ではなく一人暮らしの自由さに惹かれた」から。徹底的に管理された高校時代からいきなり解放されても「オリンピックに絶対に行くと強く思っていたので、まったくブレることはありませんでした」。
わき目も振らずに稽古に励み、2年生で世界選手権初代表となり銅メダルを獲得。翌年は同大会で銀メダル。勢いのまま4年生で念願のオリンピックの代表にも選ばれた。「嬉しいというより、あたりまえだと思っていました。出ると決めてから本気で一直線だったので」。全日本の合宿は過酷を極めたが、金メダルを信じて弱音も吐かずにやりきった。だからこそ、そのオリンピックの2回戦で負け、メダルなしで終わった時のショックは大きかった。気持ちを切り替え練習を再開し、大学を卒業すると、筑波大の卒業生が多く在籍する、柔道の実業団・了徳寺大学職員柔道部へ就職。社会人として、4年後に捲土重来を期することとなった。



■スイッチが入ったら、毎日12時間勉強していました

柔道整復師と鍼灸師は同時には資格取得のための勉強はできない。それぞれに領域が違い、勉強する内容も異なるため、専門学校で各コースを修了するには各3年を要する。緒方さんは自身のケガの経験からも両方の資格取得を目指したいと思っていた。「まず柔道整復師から目指すことにしたのは柔道部の監督から、柔整から勉強して鍼灸へという人が多いと聞いたからです。所属先では、職員柔道部の人はどちらかのコース3年間分は授業料免除と言う特典がありました。柔整と鍼灸は1年だけは期間が重なってもよかったので、結局通ったのは5年間。柔整の資格を3年後に取得してからは、鍼灸の3年分は自分で学費を払うため、系列の治療院で柔道整復師として働かせてもらいながら、現役時代の貯金を学費に充てました。どちらの資格試験も一発合格できて、自分でも頑張ったなと思います」

ケガの経験のある選手は、引退後に鍼灸師の道を考えることも少なくないが、時間とお金と国家資格ゆえのハードな勉強に躊躇して多くの人が二の足を踏む。緒方さんも最初は勉強をする習慣がなく、「どこからどう取り組めばよいのか、まったくわからなかった」。試験は3年生の2月末に行われる。柔道整復師の試験の、半年前の模擬試験は合格ライン120点中80点しかとれずに青ざめた。「これはまずい」と言われ、スイッチが入った。

「そこからは毎日12時間勉強しました。朝早く起きて午前中は柔整の勉強。午後からは鍼灸コースの1年目の授業。夕方は練習か、もしくは学校で柔整の勉強。帰宅して夕飯後に真夜中まで柔整の勉強。ガンガンやりました。その年度に現役を引退して、今度は働きながら鍼灸の勉強をしましたが、このときもスイッチが入ったのは3年生の夏。またも合格ラインに届いていなくて、さすがにこのときは仕事を4か月休職して、ロングスパートしました」

柔道整復師、はり師、きゅう師の3つの国家資格を取得したオリンピアンは、2022年3月現在、緒方さん一人だという。「周囲から”5年もすごいね“”勉強たいへんだったね“と言われるのですが、とコレと決めたら振り返らずに突き進むのが、柔道でオリンピックをめざしていたころからの、私の生き方でした。不器用ですが、自分を信じて、トコトンやりきるのは自分でもピカイチだと思っています」

■熊本に帰って、地元で開業したい

緒方さんが3つの国家資格を取りたいと考えた理由がもう一つある。将来は故郷の熊本に帰り、実家の近くで開業したいと思ったのだ。高校から親元を離れていたこともあり、親の面倒を見ながら、地元の人たちに恩返しがしたい気持ちがあった。「資格があれば、それぞれの資格に伴う法律や規制を守ったうえでということにはなりますが、営業時間や場所など、比較的自分のやりたいように開業することができます。美容をやりたければ美容の鍼もありますし、自宅に診察室を作れば、ママ友にも気軽に来てもらえる。結婚して、出産しても自分のペースで時間も休日も決められます。国家資格を持っていれば開業しなくても、いつでも、どこでもほぼ勤務ができますが。私は“開業できる”というところに先々、自分が仕事を続けていく道を見出しました」。

ハードな試験勉強を乗り越えられたのは、緒方さんには3つの強み、人にはない動機があったからとも振り返る。一つ目は「選手としての経験」。今は所属先だったチームの女子選手のサポートもしているが、週末には高校生の柔道の大会にトレーナーとして手伝いに行くこともある。そんなとき、自身の経験から心境を察して接することができ、若い選手には経験談も少しは話せる。二つ目

は「臨床件数が多かったこと」。鍼灸師の勉強をしているときはすでに柔道整復師として働いてもいたので、他の学生より診ている患者の数が多かったことが自信になった。三つめは「女性であること」。生理や女性特有のつらさへの共感。同性だからこそわかる体の不調や、ゆくゆくは不妊の悩みや更年期障害などにいっしょに向き合えたらと思った。パリオリンピックまではクリニックに勤務しながら所属の選手をサポートして、その後は熊本に帰りたいと今は考えている。
現役時代、大ケガをしてから治療やリハビリでたくさんの人のお世話になった。鍼灸師の中にはアスレティックトレーナーの資格と経験を持つ人もいて、治療だけでなく体の使い方や予防のトレーニングも教えてもらえて、選手としてとてもありがたかった。心の中で今も昔も師匠と呼んでいるトレーナーの方々には、スキルやコミュニケーションのすばらしさ、人間性など、今も学ばせていただいている。資格はとっても患者さんや選手たちを前に、もっと役に立ちたいと思うほど、勉強したいという意欲は高まっていく。学びに終わりはないと緒方さんはいう。「師匠は話しているだけで、安心感を与えてくれます。技術だけでなく、そんな雰囲気を持った人になりたいと思います」



Ｊリーガーとして２度の戦力外通告。大学進学を経て就職。転職先で執行役員に就任



谷川　烈

株式会社
グライダーアソシエイツ
執行役員

サッカー　tsuyoshi TANIKAWA

谷川　烈

1980 年生まれ。静岡県出身。Ｊリーグ清水エスパルスのジュニアユース、ユースチームに所属し、高校卒業後、清水エスパルスとプロ契約。４年間でＪ1 公式戦４試合１得点、Ｊ2 公式戦 20 試合に出場するも戦力外通告を受ける。翌年渡米し、米国独立リーグでプレー。帰国して J2 水戸ホーリーホックに入団後 8 試合出場 1 得点も 1 年で戦力外通告を受け現役を引退。法政大学のキャリアデザイン学部に入学。卒業後、株式会社ブリヂストン入社。転職し、現在は株式会社グライダーズアソシエイツに勤務。

これまでのキャリア

●Ｊリーグ発足年度の１９９３年、清水エスパルスのジュニアユースに１期生として加入。
●U-15、U-16 日本代表に選出される。
●静岡県立静岡高校卒業後、清水エスパルスとプロ契約。
●２００１年シーズン途中、ヴァンフォーレ甲府（当時Ｊ２）に期限付き移籍。
●２００２年のシーズン終了後、清水エスパルスから戦力外通告を受ける。
●２００３年春、渡米。米国独立リーグＵＳＬのニューハンプシャー・ファントムス入団。
●トップリーグＭＬＳのチームへの入団が叶わず帰国。Ｊ２水戸ホーリーホック入団。

●水戸から戦力外通告を受け、２４歳で現役引退。
●法政大学キャリアデザイン学部入学。
●２００９年、新卒採用で株式会社ブリヂストン入社。ロシア事業部に配属。
●２０１５年、株式会社グライダーアソシエイツに転職。現在は執行役員を務める。

■夢を叶えプロサッカー選手に

小学校のころから、将来はプロのサッカー選手になりたいと思っていた。Ｊリーグ発足の年に、清水エスパルスのジュニアユースチームに入団し、全国優勝を経験。U-15、U-16 の日本代表にも選ばれた。高校は進学高に進み、サッカーは清水エスパルスのユースで上を目指すことにした。日本代表がワールドカップ出場を決め、Ｊリーグ人気も高まりを見せた時代。高校卒業後は、そのまま清水エスパルスのトップチームで、プロとしてサッカーを続ける道を選んだ。大学進学率の高い高校だったこともあり、母親からは進学も薦められたが、サッカーで勝負するのだという決意は揺らがなかった。念願の清水エスパルスに入団し、同じポジションを日本代表選手達と争った。充実した日々を送っていたが、出場の機会は少なく、レンタル移籍を経て４年目のシーズンを終えたとき、球団から戦力外通告を受けた。22 歳の冬。高校時代の同級生たちはもうすぐ大学を卒業し、社会に出て行くという時節。谷川さんは移籍先を求めトライアウトを受け、テスト生としてＪクラブのキャンプにも参加したが、契約には至らない。夢から覚めたように、現実的な不安に苛まれた。「自分の見立てが甘かった。強豪のエスパルスにいたから、どこかから声が掛かるだろうと安易に考えていました」。
そんなとき、知人から米国リーグのチームを紹介され「練習に参加して、MLS のチームとの契約に漕ぎ着けられたら」と単身で渡米を決意する。「代理人は立てず、書類作成などの事務手続きは全部自分でやりました。一人でアメリカに乗り込んだのは、少し英語ができたから。たいしてしゃべれたわけでもないのに」。エスパルス時代、チームが提供する英会話の勉強会を定期的に受講していたことも役立った。渡米後、独立リーグのニューハンプシャー・ファントムスでプレーしながら、MLS チームのトレーニングに参加し入団を狙うも、外国人枠の兼ね合いもあり契約には至らず。週 3 試合、アウェーゲームはバスで 10 時間以上かかることはざらで、まさに武者修行のような体験だった。



■2 度目の戦力外通告。全力でやりきったと心底感じ、引退を決意。

帰国後、契約してくれるチームが見つかるまでと、古巣エスパルスのユースチームで調整の場を借りた。午前中は一人でフィジカルトレーニング、午後はユースの選手たちとボールを追う。先行き不透明。無所属。でもサッカーはやりたい。自分はこれからどうなるのだろう。「あのときが人生で一番苦しかった」と谷川さんは振り返る。「それでも、このままでは終われない。もう一度Ｊリーグでプレーするんだという、ぶれない目標があったから耐えられました」。
翌年Ｊ２の水戸ホーリーホックから声がかかり、Ｊリーグ復帰を果たすも１シーズンで８試合出場１得点という結果に終わり、２度目の戦力外通告を受けた。谷川さんは、そこで腹をくくった。「期限内にＪリーグからオファーが来なかったら辞めよう。日本代表として世界を目指すというビジョンを持ってサッカーをしていたので、Ｊリーグよりカテゴリーを下げてプレーを続けるという選択肢は、もう自分にはありませんでした」。結局、オファーは届かず、現役引退を決断した。高校卒業から６年が過ぎていた。
「“全力でやりきった”という気持ちはありました。お酒を飲みに行くことも、遊びに行くこともせず、空き時間にはひたすら筋力トレーニングやプールに通って、怪我もほとんどしなかった。それでも結果が出なかったのなら仕方ない。未練なく、そう思えました」

■ビジネスで成功したい。そのために社会人入試で大学に進学。

谷川さんはすぐには就職せず、大学進学を目指すことにした。「将来これをやろうというプランは、まだなかったです。ないから大学に行こうと思いました。漠然とかっこいい仕事がしたいなぁ

と思っていました。何がかっこいいのかも分からずに。起業家とか、ベンチャービジネスについても勉強したいというのもありました。サッカーで世界を目指したのだから、今度はビジネスで大きなことを成し遂げたいという気持ちもありました」
高校時代の恩師に受験の意志を伝えると、励ましと共にたくさんの参考書をもらった。翌年の受験に向けて1年勉強するかと考え始めたところ、母親から「24歳の1年間を受験勉強に費やすのはそれはそれでもったいないので、社会人入試がまだ終わっていない大学を探してみては」とアドバイスを受けた。調べると、法政大学キャリアデザイン学部なら3月の試験にまだ間に合う事が分かった。「“デザイン”というので美術的な勉強なのかと思ったら、起業とか経営学といった、興味のあることが学べそうな学部だということが分かった。自分にピッタリだと思いました」
社会人入試なら試験科目は面接と小論文のみ。新聞社で論説委員を務めていた父親に小論文の指導をお願いした。「毎日、小論文を３～４本書いて、それを朝、父に渡すと、赤字を入れて夜には返してくれる。それをまた書き直すというのを繰り返しました」。文章力を鍛え、面接のトレーニングも重ね、3か月後に法政大学キャリアデザイン学科に合格した。
大学生活は本当に楽しく、学生ならではの時間を謳歌した。３年生の時に、貴重な出会いに恵まれた。ちょうどその年、インターネットリサーチ会社マクロミルの創業者である杉本哲哉氏が講師を務めるゼミがあり、谷川さんはそのゼミを専攻した。杉本氏からは、社会の構造についてやビジネスの面白さ、奥深さなど、非常に多くのことを学んだ。また、電通スポーツ局のサッカー事業部のインターンシップやＪリーグのキャリアサポートセンターの手伝いも経験して、サッカーを競技者以外の観点から見ることもできた。「大学に行って一番良かったことは、サッカー以外にも自分が興味を持てるものが見つかったこと。グローバルに働きたい、いつか起業したいという意識が芽生えました」

■世界最大手のブリヂストンに入社後、起業家を目指して転職。

就職活動は３年生の秋頃から始め、メーカー、商社、IT企業と様々な業種にエントリーした。杉本氏からは「初めは大きなところに入って、企業がどんなふうに回っているのかを見たほうがいい」というアドバイスをもらった。「グローバルに活躍したい」という理由で、タイヤメーカーの世界最大手である株式会社ブリヂストンを志望し、28歳で入社を決めた。
配属先は、ロシアとその周辺国における営業を担当する、ロシア事業部。「海外駐在ではなく、年に何回か旧ソ連のアゼルバイジャン、グルジア、ウズベキスタンといった国に行ってタイヤの営業をして、夜は現地のディーラーたちと酒を飲みながら『もっと買ってよ』なんて感じで仕事をしていました。国籍や価値観、文化の異なる人たちと交流が出来て、仕事はすごく面白かったし、本当に勉強になりました」。サッカーをしていたという経験は、世界中で営業トークとして生かすことができたという。最初の配属先で５年間。異動で国内営業の部署に移り１年間。６年間勤めたところで、谷川さんはブリヂストンを退職する。自分で事業を立ち上げられる力を付けたい、と考えるようになったのだ。大学時代からお世話になっていた杉本氏に相談し、スマートフォンアプリなどを手掛ける株式会社グライダーアソシエイツに転職した。杉本氏に「ウチに来い」ではなく、「いっしょにやろう」と言ってもらえたことが嬉しかったと語る。
「入社当初は結構ポンコツでした。そんなことも知らないのかと言うことばかりで。１年目は全然

結果を出せなくて、必死に勉強しました。知識は足りなくても、お客さんに誰よりもたくさん会うということは僕にも出来る。“自分の武器は行動量だ！”と、まずはそこからやりました。その動きが奏功して２年目からは売上が伸びて、トップ営業マンになりました」

入社７年目には、執行役員に就任。経営メンバーに加わった。

「いつかは、自分で会社を立ち上げたいという気持ちは相変わらず持っています。その先にはＪリーグのクラブのオーナーになるという大きな夢もあります。叶えるにはまだまだいろんな意味で実力が足りないので、自分を磨き、力を積み重ねて行きたいと思っています」。



２度のオリンピック出場から、プロ球団女性初のスカウト担当に



乾　絵美
1983 年生まれ。兵庫県出身。大学を中退し、日立&ルネサス高崎女子ソフトボール部（当時の名称）に入部。上野由岐子投手とバッテリーを組む。2004 年アテネオリンピック、2008 年北京オリンピックに出場し、それぞれ銅メダル、金メダルを獲得。翌年引退。2010 年に、オリックス・ベースボールアカデミーのコーチに就任。2020 年オリックス・バファローズのアマチュアスカウトグループ（関西地区・静岡県担当）へ異動。2022 年からは、中国・四国地区を担当している。

これまでのキャリア

●神戸常盤女子高校を卒業後、東海学園大学に進むも中退し、実業団の日立&ルネサス高崎女子ソフトボール部に入部。チームに一つ年上の上野由岐子選手がいて、バッテリーを組むことに。
●2004 年アテネオリンピック日本代表に選ばれ、控えの捕手として出場し、銅メダル獲得。
●2008 年北京オリンピックでも日本代表に選ばれ、金メダルを獲得。
●2009 年所属チームのルネサステクノロジ高崎事業所（この年、名称変更）で主将を務め、日本リーグ優勝で引退。
●2010 年オリックス・ベースボールアカデミーのコーチに就任。
●2020 年オリックス・バファローズのアマチュアスカウト（関西地区・静岡県担当）に就任。

●2022 年からは、オリックス・バファローズのアマチュアスカウト中国・四国地区を担当。

■大学中退から、オリンピック 2 大会連続出場へ

「乾絵美は、何か強い運のようなものを持っている選手だったと思う」。ソフトボールの元日本代表監督、宇津木妙子さんに、乾さんのことを伺うと、開口一番、そんな言葉が返ってきた。二人が初めて出会ったのは 20 年前。家庭の事情で大学を中退しようとしていた 19 歳の乾さんは、ソフトボール部の監督を通して、実業団のトップチームだった日立&ルネサス高崎（当時の名称）への入部を願い出た。新しいシーズンの登録もすでにほぼ終わっていた時期。大学までそれほどの実績を残していなかった乾さんを、トップチームが受け入れたのには事情があった。チームには乾さんの一つ年上に、上野由岐子選手がいて、その剛速球を受けるキャッチャーが怪我などにより足りていなかったのだ。

「とはいえ、エリートしかいないような実業団に、体格が良い捕手というだけで、無名と言ってもいい大学生が、何が何でも入りたいと売り込んできたのには驚いた。今どき珍しい強い信念を感じて、入部させたのだけれど、いやもう、上野のボールなんて捕れたものじゃない。それでも日本リーグの初戦でマスクを被らせたら、何度もパスボールして、たいへんなデビュー戦だった」と宇津木さんはなつかしそうに当時を振り返った。

満身創痍になりながらも、弱音を吐かずに体を張って、日本のエース上野投手の球を黙々と受け続けた乾さんは、やがてチームだけでなく日本代表のユニフォームを着て、国際大会でも上野投手とバッテリーを組むことになっていく。乾さんは言う。

「高校生の時、テレビでシドニーオリンピックのソフトボールの銀メダルを見て、すごいなぁと思っていました。大学を辞めることになった時、シドニーオリンピックの代表監督の宇津木さんのところで、ソフトボールができたらこんな嬉しいことはないと、勇気を出して入部を願い出ました」。身の程知らずと思いながら、断られても失うものはないという覚悟があった。結果、乾さんは一生の財産となる 3 人と出会うことができた。上野由岐子投手、宇津木麗華監督（元日本代表選手、東京オリンピック代表監督）、そして宇津木妙子監督（シドニーオリンピック、アテネオリンピック日本代表監督）である。

「上野さんが投げれば、毎回完全試合でも当たり前という雰囲気になるので、ヒット 1 本を打たれる怖さを常に感じながら、必死に受けていました。だからこそ、一球の重みや一瞬の判断の大切さを学ぶことができたとも思います。上野さんは、日本が世界選手権やオリンピックで世界一になるために、自分がどう進化していかなくてはならないかをいつも考え、新しいことを試し、使命感を持って挑んでいました。天才というだけでなく、努力することの天才でした」。

乾さんは、上野投手と実業団でバッテリーを組んだことをきっかけに、2 度のオリンピックに出場。「アテネも北京も、ブルペン捕手として、本当にいい仕事をしてくれた」と、宇津木妙子さん。北京オリンピックで金メダルを日本が勝ち取ったときは、乾さんはベンチから真っ先に駆け寄りって上野投手を肩車。メディアの写真の真ん中に納まり、翌朝の新聞の一面に大きく掲載された。「実は最後は上野さんにカメラが集まるから、目立ちましょうって、狙っていました」。



■引退の翌年から地元のプロ球団で、子供たちに野球指導。

北京オリンピックが終わり、その年はキャプテンとして国内大会の 3 冠を成し遂げた。「もうソフトボールは十分にやりきった」と引退を考えたが、チームの監督、宇津木麗華さんに諭された。「今までは自分のためにプレーしたが、最後は会社・チームのためにやりきろう」と決め、翌年もキャプテンを務めて、2 年連続 3 冠を達成。ユニフォームを脱いだ。「辞めてからのことは、何も考えていなかった。ただ技術でやってきた選手ではないので、チームのコーチや学校の指導者のイメージは、自分でも持てなかった」。とりあえずの行き先に考えたのは、祖母が香川県で営んでいる民宿を手伝うこと。調理師の免許や運転免許を取ろうと計画し始めたとき、「オリックスのベースボールアカデミーのスタッフになりませんか」という話が来た。3 か月後の 4 月から小学生男女を主な対象としたアカデミーが新設されることになり、野球かソフトボール経験のある女性のスタッフを探しているという。「兵庫県出身でソフトボールのオリンピック金メダリストの乾さんなら適任」と採用が決まり、野球の指導と週末の小学生のオリックス軟式野球大会運営などが引退後の仕事となった。子供たちは「幼稚園から小学 2 年」「小学 3、4 年」「小学 5、6 年」の 3 クラスに分かれ、乾さんは基本動作を教えた。やがて仕事は子供連れで球場に来てもらうためのファンづくり、地域振興が主となり、学校訪問や週末の大会の運営、中学硬式野球大会運営、野球教室などが加わった。

あるとき、「オリンピックの金メダリストが、今この金額の給料をもらっていることについてどう思うか」と聞かれた。そのときに初めて金メダリストの価値について考えたと乾さんは言う。「金メダルを獲ったからといって、引退後に何か優遇などしていただけるものなのか。ほかの金メダリストたちは、どんな待遇なのか、まったくわかりませんでした」。
地域振興の仕事を 10 年間やりきり、「もうそろそろいいかな」と思っていたとき、球団編成部の副部長から、話があると電話が来た。「ソフトボール教室でも頼まれるのかな」。そんなつもりで話を聞きに行った乾さんは、副部長からの一言に愕然としたという。副部長は「スカウトの仕事をしてみないか。世界で感じたことや経験を生かしてほしい」と、突然、前例のないことを切り出したのだ。



■2 人の恩師から、背中を押されての決断

「正直、びっくりしました。考えてみたこともなかったので、野球をやったこともない、ましてや男社会の野球界で、女性の私がスカウトなんてやっていいの？　冒険する意味があるのだろうかと、考え込んでしまいました」。乾さんは恩師である宇津木麗華監督と宇津木妙子監督に相談した。二人とも即座に「やってみたら！」と、ポンッと背中を押してくれたという。
「麗華さんからは、“何かあれば力は貸すし、サポートするから、思い切ってやってみればいいじゃない”と言われ、妙子さんからは“プレーだけで判断するのではなく、日頃の生活態度や人間性

もプレーに繋がっていることも忘れないでほしい。ただ素直でいい人だけではプロの世界ではやれないので、自分自身としっかり向き合っているか、野球人としての取組み姿勢もしっかり見極めてほしい”と助言をいただきました」。
引き受けると覚悟を決めたら、スカウトとして、ここは見たいということ、大事にしていきたいこと、自分がやってみたいことが、いくつも浮かんできた。
一つ目は道具を大切にしているかどうか。スパイクシューズの履き方、グローブの扱い方など。「自分の道具をぞんざいにする選手は、いざというときの球際や勝負どころが、雑になる」というのがソフトボールのトップ選手を見てきて、感じていたことだった。二つ目は「技術よりもまず、その選手の持っている雰囲気を見たい。打席に入るときの目つきや、相手に向かっていく姿勢、マウンドでの立ち居振る舞い、ベンチにいるときの姿、表情など。プレーだけでないところが見たいなと」。
スカウトとしていつか球団の人たちに言われてみたいのは、「乾が関わった選手は、競技成績も良かったし、人としても球団にプラスになりそう。引退後もぜひ球団に残ってほしい」という言葉。プロ野球でずっと生活していくことのたいへんさを見ていて、思うこともある。「若い選手たちに対して、先々の役に立つような話ができる機会があればと。高卒の育成選手が数年で戦力外となったとき、球団として進学のフォローをしたり、社会に出ていくための教育をしたりという環境づくりにも関心があります」。スカウトの現場でも、学校の指導者から求められていることでもある。

■初めてのスカウト担当は、オリックスジュニアの教え子

スカウトに任じられて初めて担当することになった選手は、奇しくも乾さんが昔、オリックスジュニアで指導をしていた来田涼斗選手となった。ドラフト会議でオリックスは来田選手を3位に指名し、乾さんが交渉に当たって入団が決まった。「来田選手は小学校のときに初めて見て、6年生にしてはスイングも打席に入るときの雰囲気もすごいなという印象がありました。ソフトボールのアメリカ代表の3番打者（上野キラーと言われたメンドーザ選手）と似たオーラがあるなと。野球に対する気持ちも強いし、こうと決めたらやり抜く選手。将来的には、トリプルスリーも期待しています。オリックスのジュニアチームでユニフォームを着ていた選手が、またオリックスのユニフォームを着てくれたのは、とても感慨深かったし、初のスカウト担当が、子供の頃に少し関わったことのある選手だったことに縁を感じました」。スカウト2年目のドラフト会議では、またもオリックスジュニア時代に指導をしていた、野口智哉選手、池田陵真選手を球団が指名してくれた。
日常のスカウト活動は主に、担当する地域で行われる大会に足しげく通いながら、学校などでの練習にも顔を出すという地道な活動の繰り返しだ。「はじめましてと、ごあいさつに伺うと“北京五輪、観ていたよ”と、ソフトボール出身の私でも、温かく受け入れてくださって、ありがたいなと。本当にこの仕事は人と人とのつながりや、監督さんや先生方との信頼関係が大切だと感じています」
女性初のスカウトとしての責任も、自覚している。「他球団でも女性のスカウトを起用してみようということになったら、それが自分の仕事のひとつの評価だと思います。でもあまり気負わずに、肩ひじ張らずにやっていきたいという気持もあります」
今はスカウトという仕事をとことんやりきろうと考えているが、乾さんにはもう一つ、将来、考え

ていることがある。祖母や母が営んでいる香川県の民宿を引き継いで女将になることだ。四国霊場八十八ケ所、結願の寺「大窪寺」の前にあるその民宿の食堂には乾さんがオリンピックで活躍した時の写真が飾られている。常連客の間では「大女将のお孫さんは金メダリスト」として知られており、大女将や女将の人柄の温かさと、金メダリストに縁がある、ゲンのいい民宿として多くの人に愛されている。乾さんは、いつか三代目女将として、疲れた体を休めに来てくれたお遍路巡りの旅の方々を、明るい笑顔でおもてなしする日々もまた楽しみにしている。



ツアープロとして一生やる夢を見続け 裏で日本のプロゴルフをもりあげていきたい



田島　創志
1976 年生まれ。群馬県出身。
高崎高校時代ゴルフ部はなく個人で活動していたが『関東大会』２位などの成績を収めた。
日本大学進学後は常に決勝までいくがタイトルはあと一歩だった。
2000 年にプロ転向。
2003 年に『久光製薬 KBC オーガスタ』で初日に 64 をマークして首位に立つと、その後もスコアを伸ばして一度も首位を譲らないまま 19 アンダーで初優勝を飾った。　その後はパッティングに苦しんで低迷。2011 年に出場権を失いツアーを離れる。2014 年に下部ツアーで優勝後、運営側に回り男子ツアー団体競技担当理事として、日本のプロゴルフ界を盛り上げている。若手プロゴルファーからも絶大な信頼を得ている。

これまでのキャリア

●10 歳でゴルフをはじめる
●1996 年　日本学生選手権で準優勝
●1998 年　日本アマチュアマッチプレー選手権で準優勝
●2000 年　プロ転向

●2003 年　久光製薬 KBC オーガスタで初優勝
●2006 年　全日空オープンで７位
●2014 年　NOVIL カップで優勝
●2016 年　ツアー団体理事就任
●2020 年　ツアー団体競技担当理事就任

■様々なスポーツを経験してゴルフでプロを目指そうと決めた

「ゴルフは父の勧めで 10 歳のころにはじめました。でも好きではなかったですね。当時はサッカーに夢中で将来はサッカー選手になろうと思ったくらいでした」
と田島さん。
田島さんの父はモスクワ五輪の陸上コーチも経験されているアスリートの方。
「ゴルフをやるにしても他のスポーツで全身を鍛えないと強靭な身体にはならない」というお父様。
そしてサッカーをはじめ様々なスポーツを経験した。
高校生になる頃にちょうどＪリーグもスタートしサッカー選手の夢も持ち始めていたもののゴルフの腕がめきめきと上達。高校時代はゴルフ部には所属せず個人で関東大会に出場。群馬県では常にトップを取り関東大会でも見事優勝している。
その後の日本ジュニア選手権でも 3 位に入ったことでゴルフの道に進もうと決心した。
大学は迷わずゴルフ部が強い日本大学へ進学。今でこそ東北福祉大学も有名だが当時は日本最強の大学ゴルフ部で、そこから本格的にプロゴルファーを目指す。
大学時代は個人優勝こそなかったものの、日本学生選手権ではプレーオフに敗れ二位。そして日本アマチュアマッチプレー選手権でも準優勝に輝いた。その後のプロテストでは「落ちることは考えませんでした。トップで通過することだけを考えてました」と見事プロテストに合格し 2000 年にプロゴルファーとなる。

■順調だったスタートからのツアー初優勝だったが

2000 年プロ転向後、6 月にはトーナメントへ出場。順調なスタートをきった。
大手クラブメーカーとの契約もあり、プロツアー出場には申し分のないサポートを頂いていた。そして 2003 年には久光製薬 KBC オーガスタで初日に 64 をマークして首位に立つと、その後もスコアを伸ばし一度も首位を譲ることなくトータル１９アンダーで念願のプロ初優勝を飾った。プロゴルファーが先ずは目標とするツアー優勝を見事達成した。その後も優勝こそはなかったもののツアーの出場が確約されるシード権をしっかりとキープしていた。しかし、2011 年に出場権を失い QT にも失敗し、収入激減となり一旦ゴルフから離れる決意をする。
ツアープロという肩書は消えるものではないので、またいつかという気持ちではいたが・・・



ゴルフダイジェスト・オンライン

■ゴルフを離れて学んだ人との出会いと付き合いの大切さ

田島さんは一旦ゴルフのツアーから離れる決心をした。
田島さんはツアー優勝経験もあるのでレッスンプロで活躍する場もあったが、このタイミングだからこそ接客も含めた仕事も経験をしなければという想いから、大手アパレルメーカーのランニングステーション兼インドア練習場で勤務する話を快く引き受けた。インストラクターだけでなく、施設の清掃、レジ打ち、お客様の接客など今まで経験したことのない仕事だった。様々なお客様と日々接する機会は今まで経験したことのないもので、とても有意義で貴重な時間でもあった。
様々な業務を行う中で不思議とゴルフをやりたいという気持ちにはならなかったが、時間がある時はその施設で練習はしていた。
しかし、やはり１年くらい経つとツアーに出たいという気持ちが湧いてきた。そこから１年間トレーニングと練習をして、次に出場する大会を最後のプロトーナメントにしようという思いで準備をしていた。
上部ツアーから推薦を頂くことも可能だったが、あえて下部ツアーの 2014 年 4 月に開催される NOVIL カップに推薦を頂き出場、久しぶりの試合を楽しむことができた。
そしてなんと結果は優勝。でも「下部ツアーでの優勝だし・・・」と思っていたところ意外な喜びが待ち受けていた。
トップツアーで初優勝した時の 100 倍以上の祝福が届いた。トップツアー初優勝した時は友人や知

人から沢山の祝福メッセージを頂いたが、今回は前記の施設で接客したお客様やアパレルメーカーのスタッフ、レジ打ちの業務で自分を知ってくれていたお客様からも祝福メッセージが届いた。
「下部ツアーの優勝なのに・・・。でも心の底から嬉しかった。ゴルフの裏方さんはじめ色んな方に支えて頂いていることを実感しました」と田島さん。

■人の支えになることをやり続けたい

今は、日本のプロツアーを盛り上げるべく様々なお手伝いをさせて頂いている。
自分が小学生時代から活躍されていた青木プロ。青木プロをお手本としてゴルフを頑張って来た。そして今は「ゴルフよりも人の支えになるマネージメントを日本のゴルフ界でできれば」と、青木プロが日本男子プロゴルフツアー団体会長になると同時にお声掛けを頂きお手伝いをさせて頂いている。
「きっとこの人との出会いは何かご縁なのだろう・・・」と、田島さんは出会った一人一人の方々としっかりと関係を築き人脈を増やしていった。
プロゴルファーは、トーナメントの前日に行われるプロアマトーナメントで中々普段会えないような方々とプレイが出来る。そんな方々との出会いもずっと大切にしている。プロゴルファーは実は孤独。だから、そのような出会いはとても貴重な機会と大事にしている。そういった機会や経験から、色んな方々の気持ち、ファンの気持ち、裏方さんの気持ちがわかるようになった。
そういった学びをもってツアー団体の執行役員理事に選出され、今現在は日本男子ゴルフツアー競技担当理事という重要なポストに就いている。
（ツアー団体とは日本のプロゴルフツアーの試合について主催・主管を行っている組織）
アメリカのPGAツアーにも負けないコースセッティング、ラフの長さ、カップの位置、観客席の導入等々、ゴルフを楽しんでみていただくための様々なアイデアを駆使して盛り上げている責任者だ。
「ツアープロでありながら、今のこの仕事が本当にプロゴルファーや観客の裏方として役立っているのを痛感しているし、その行動を今の若手選手は分かってくれている」
と田島さん。今の若手のプロゴルファーは必ず田島さんに挨拶をする。それだけ信頼されている証拠だ。試合に出て当たり前だという感覚ではなく、裏方さんのおかげで試合ができていると言うことをしっかりと若手に浸透させている。
まだまだ夢と希望に満ちている若手だけど、これは将来の自分にきっと役立つものだ・・・と感じてもらうことも自分の役割であると思っている。憧れていた青木プロの横で仕事ができているのが本当に楽しい。
田島さんはゴルフネットワークの解説や、レッスン、ゴルフ雑誌のコメントの仕事も増えているが「コロナの影響もあって今は役員業務が忙しくて他の仕事に手をまわせていない」と。
しかしシニアプロまであと５年。
今一度ひのき舞台に立って活躍をしたいということで現在もトレーニングは継続している。田島さんが出場するころのシニアツアーは今まで以上に楽しくなっていてほしい。
そしてそこで優勝したいと田島さん。楽しみだ。

■今後の日本のゴルフ界

まだまだ日本ではセカンドキャリアというものが浸透していない。
タイではシンハという企業がプロゴルファーのバックアップをしていてセカンドキャリアのサポート体制が整っている。「日本もそういったセカンドキャリアを用意できる環境にしていかないといけない」と田島さん。企業とプロゴルファーが互いにセカンドキャリアを考えていくという機会がこれからは必要になってくるだろう。



ゴルフダイジェスト・オンライン

今の自分があるのは、大事にしてきた人とのつながり



中原 正義

株式会社エーライツ　顧問

インスパイア・フィナンシャルアドバイザーズ株式会社　役員

日本医科大学ラグビー部ヘッドコーチ

ラグビー　masayoshi NAKAHARA

中原　正義

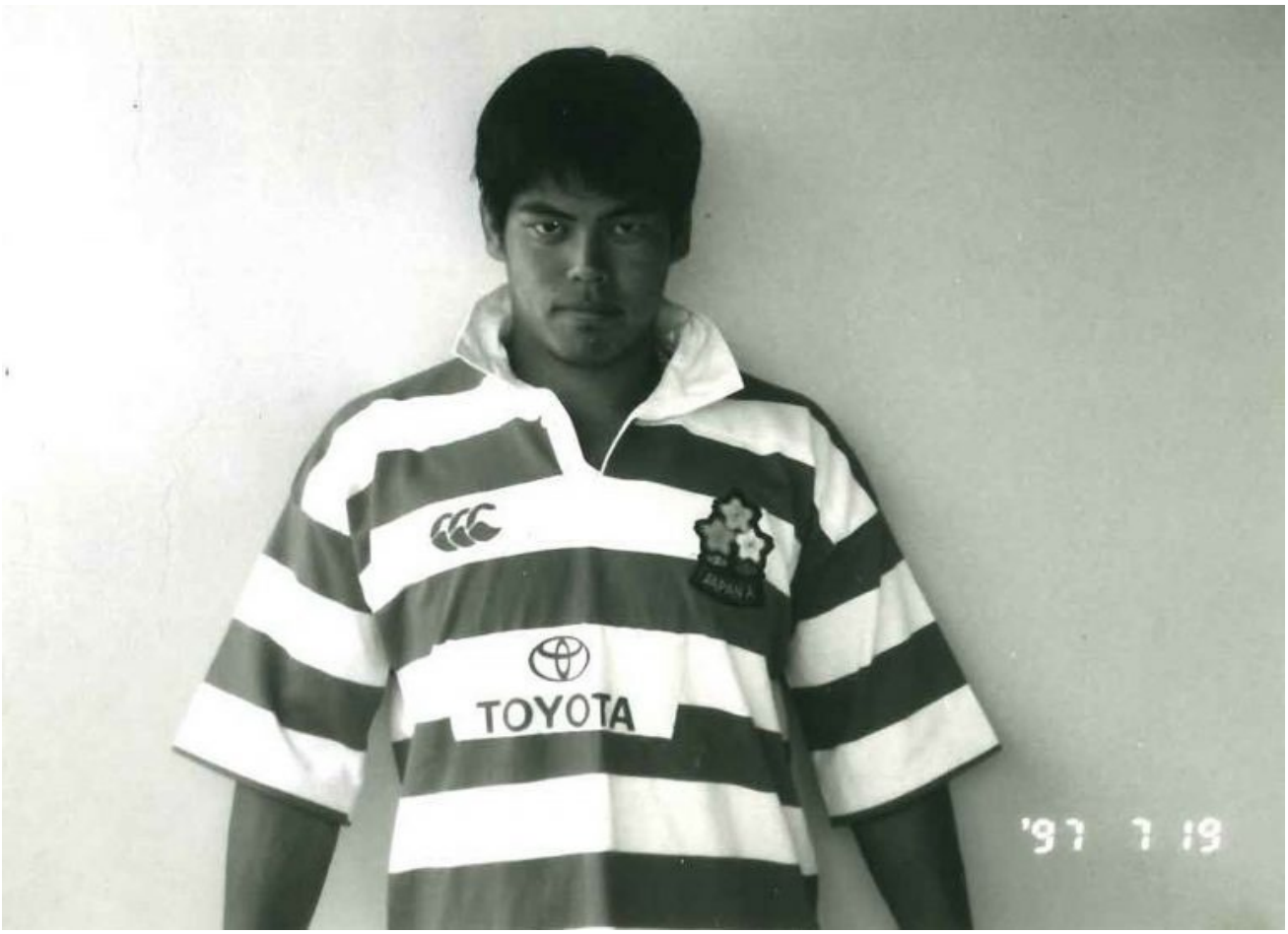
1973 年生まれ。佐賀県佐賀市出身。小学校 4 年生から柔道をはじめ様々なスポーツを経験。柔道の実績を上げながら砲丸投げにも挑戦。高校から始めたラグビーでは 3 年間花園全国大会出場。その後日本体育大学では主将を務めた 4 年時に対抗戦優勝。卒業後は東芝に進み社会人リーグ 3 連覇。U23 日本代表主将。その後日本 A 代表に選ばれる。その後も事務所の顧問を務めながら、外部執行役員。そしてラグビーに関わる仕事で数々のマネージメント契約を結ぶ。

これまでのキャリア

●佐賀工業高校で 3 年間花園全国大会に出場し 3 年時はベスト 16 進出
　1 年生からレギュラーに
●高校日本代表に選ばれカナダ遠征にナンバー 8 として出場。 5 戦全勝
●日本体育大学ラグビー部 1 年時からレギュラーとして活躍
●4 年時はキャプテンとして対抗戦優勝
●学生日本代表として学生ワールドカップでベスト 8
●東芝に入社後 3 年連続日本一を経験
●U23　日本代表主将　日本 A 代表にも選ばれる
●九州コカ・コーラでプレイングコーチとしてトップリーグに昇格させる
●その後奥様が代表を務める会社の役員として数々のマネージメント契約を結ぶ

■最初に始めたスポーツは柔道だった

小学生時代からひときわ大きい子供だった中原さん。
小学 4 年生から始めた柔道では中学時代に重量級で佐賀県準優勝。
中学 3 年時に 103 キロあった体重を活かし将来は柔道で日本一になろうと思っていた。その時にたまたま助っ人で出てほしいと頼まれた佐賀市陸上競技大会の砲丸投げに出場し、27 年ぶりの大会新記録で優勝。佐賀県大会にも出場して 3 位という結果を残す。その県大会入賞者の殆どが佐賀工業ラグビー部に勧誘されていた。
中原さんも佐賀工業の小城恩師に誘われて、柔道では無くラグビーの道に進むことを決意する。
名門佐賀工業に入学するもラグビーは全くの未経験、ルールすらわからない状態で６月の九州大会からスタメンで出場していた。
ポジションは体が大きかったこともあり、スクラムの二列目のロックというポジション。とにかく必死で練習して、前に前にというスタイルでラグビーに没頭した。高校３年間県大会優勝、花園全国大会に出場し、高校３年時には花園全国大会ベスト１６の結果を残した。



日本代表時代

■高校・大学・社会人と日本代表を経験

高校での活躍が評価され、目標としていた高校日本代表に選ばれる。
日本代表の一員としてカナダ遠征に参加。ポジションはナンバー８。
そして５戦全勝という素晴らしい結果に貢献する。
当時のラグビーの有力選手は先ずは大学に進学して、中でも花形と言われた対抗戦グループで活躍するというのが夢という選手が多かった。
当然中原さんもその道を選ぶことになる。
日本代表選手ということで有力大学からの誘いがあった中、日本体育大学を選んだ。もちろん特待生入学である。
日本体育大学を選んだ理由は、社会人ラグビーの道が途絶えたとしても教職免許を取り教員として働いていけると思ったから。
平成四年、大学進学後は１年生からレギュラーに選ばれ、早稲田大学や明治大学が属する対抗戦グループで大活躍。そして４年生になると主将として２００名以上を束ね、見事競合ひしめく対抗戦グループで優勝する。
その活躍が評価され、学生ワールドカップに日本代表の副将として出場。
イングランドやウェールズを撃破してベスト８という輝かしい結果を残した。
日本体育大学卒業後に株式会社東芝に入社。
社会人からも様々な企業から誘いを受けたが、最終的に東芝に決めたのは練習環境にあった。また東芝という大企業での終身雇用にも魅力はあった。
ラグビー人生は順調で、フランカーとして日本Ａ代表にも選ばれ、またU23では日本代表主将も務めた。そして東芝時代には３年連続日本一という輝かしい結果を残した。
東芝時代、まだまだプロ化が進んでいない環境であったために、一般の社員と同じように８時から17時まで就業し、その後夜遅くまで練習という日々ハードなスケジュールだった。
「もっとラグビーに集中できる環境はないのか・・・」、「ラグビーを通じて色んな方々と人間関係が構築できている、この関係を活かしながら一生ラグビー人生を歩んだ方が自分には向いている」と思い始めた。
このまま東芝でビジネスマンとして出世をしていくという事も一時期考えたが、大きな決断をした。



コカ・コーラ時代

■7 年間在籍した東芝を離れることに

平成 15 年に東芝を退社することをきめた。
大きな理由は、生まれ育った九州にあるコカコーラウエストジャパンにヘッドハンティングされたからだ。当時は下部リーグであったチームの立て直し、トップリーグに昇格させることを目標に試行錯誤しながら独自の手法でチームを再生していった。
そしてプレイングコーチも兼ねながらトップリーグに昇格という目標を見事に達成させる。ここでコーチングの楽しさを知り、生涯を一社に留まることなく、コーチングをビジネスとして考えるようになった。ちょうどコカコーラウエストジャパンに入ったタイミングでマネージメント会社を経営するパートナーに巡り合ったことも大きな要因。
結婚後はマネージメント会社の顧問となり、コカコーラウエストジャパンを退職後コーチングに専念するためにプレーヤーは引退した。
4 年間在籍したコカコーラウエストジャパンを退職して新たなチームにコーチングのオファーを出し始める。

平成 19 年 7 月からは関東学院大学ラグビー部アシスタントコーチに就任。
また平成 20 年 8 月より帝京大学ラグビー部フォワードコーチに就任。
コーチ就任 1 年目から帝京大学を大学選手権で初の準優勝に導く。帝京大学は翌年の平成 21 年か

ら大学選手権９連覇を達成しているが、初年度の準優勝から３連覇を達成した４年間を帝京大学の非常勤講師として勤めながら、常勝帝京大学を築き上げた。
大学でのコーチングの活躍が認められ他チームからのオファーも多数あった。
その中で対抗戦グループの明治大学ラグビー部の FW コーチに就任した。
明治大学 ＝ 重戦車フォワード・・・　この復活といのが最大の目標であった。
スクラムが強くなければラグビーは勝てない。ラグビーの核となるフォワードの専任コーチであった。大学で一番のレベルになれば必ず優勝は見えてくる。
トップレベルの選手の実力は基本的にはどこも変わらない。中原さんのコーチング理論は、トレーニングの仕方とかきめ細やかに指導していけば強くなる。
身体の大きさではなく筋肉の質。全員が大きくはなかったもののトレーニングの質をトレーナーと目を光らせながら比重を置くというもの。
特にトレーニングの比重をあげスクラムやラインアウトモールの技術の向上に拘って指導していた。そして１年目で対抗戦優勝という見事な結果を出せた。
その後、明治大学の FW コーチは２年で役割を終え、現在は日本医科大学ラグビー部コーチとして招かれ医科歯科リーグのヘッドコーチとして活躍中。



帝京大学コーチ時代　優勝後

■大事にしてきた人とのつながり

「とにかく人のつながりを大切にしてきた」と中原さん。

それは中学時代に始まり、高校でのラグビーの恩師や友人、大学でお世話になった人たち、もちろん社会人でも。
誰にもできそうなことだが、ずっと繋がりを持つのは実は難しい。
社会人になって特にセカンドキャリアを考え始めてから、一人一人の付き合いを大事にしてきたという。
実はラグビーのコーチングを専門で渡り歩く人は少ない。自分独自のコーチング理論を磨き上げブラッシュアップしていき、コーチングを専門職にする人が増える環境を作っていきたいと考えている。
今でこそプロ化が進み、セカンドキャリアをしっかりと考えていかなければならないラグビー業界。コーチングに限らず起業でもいい、様々なフィールドでラガーマンが活躍してほしいと願っている。



オールブラックスとフィジーのコーチと共に