どんな道でも自分次第で切り開ける 何一つ、無駄な経験はない



山崎　輝恵
1986 年生まれ。 埼玉県出身。9 歳から始めたバレーボール。 小学生で日本一、中学生でも全国大会出場。 高校では東京の淑徳学園で春高バレーに出場。 高校卒業後 NEC レッドロケッツに入団、4 年の選手生活を経て引退。 引退後、会社に残るも 1 年で退社。 その後は整体師を目指して勉強し、2018 年に独立。 「Corona 鍼灸サロン」を設立。 著名人や海外からの顧客をもつサロンに発展。

これまでのキャリア

●小学生の時に埼玉県大井クッキーズのセッターとして全国優勝
●中学生では全国ベスト８
●高校は東京の淑徳学園、春高バレー出場
●卒業後 NEC に入団
●2004 年　Ｖプレミアリーグ　優勝
●2005 年　６位
●2006 年　６位
●2007 年　５位

●2008 年　3 位
●2009 年　引退

■スポーツはバレーボール一筋です！

小学 3 年生の時に、姉の影響でバレーボールを始める。 ポジションはセッターを任されて小学生では全国でナンバー１になり、中学生のときには 全国ベスト８の成績を残した。 それらの実績によって、バレーボール強豪校である東京の淑徳学園に推薦入学。 淑徳学園の監督からはバレーだけではなく「文武両道」と「女性らしさ」の大切さを叩き込 まれ、人生においても素晴らしく大きな影響を受けた。 春高バレーでは良い結果を残せなかったものの、この時代の経験がバレーボールをさらに 好きにさせてくれた。合宿では「自分達で料理を作る」「上級生がトイレ掃除を率先して行う」「何か差し入れをもらったら下級生から」というスタイルで、それらの経験がその後のキャリアに大変良い影響を及ぼしたようだ。 そうして卒業後は 2005 年 NEC レッドロケッツへの入団を果たした。

■相手チームの全日本選手に言われた「やりにくかった」という一言

それが励みになりました。 NEC を選んだのは監督の推薦と、チームを辞めたとしても大手企業で働けるという環境があったためだった。当時の NEC レッドロケッツは、高校で大活躍した超一流選手が毎年多く入団し、日本一を何度も経験しているチームであった。 チームのメンバーは全部で 25 名前後だが、試合に出られるのはその中から 12 名のみ。 実は山崎さん、V プレミアリーグでユニフォームを着ることが出来たのが 4 年目になってから。それまでの 3 年間は、B チームにも入れないこともあった。 結果を出せずに落ち込んで辞めようと思った時期もあったが、そんな中で救いだったのが 「テル（山崎さんのニックネーム）のトスが一番打ちやすいよ」とチームトップの人が言ってくれた言葉だった。そういったチームメイトの支えがあったからこそ諦めずに頑張ることができた。 一度だけ V プレミアリーグにおいて正セッターで試合に出たこともあった。初めて手にした大きな舞台。その時に相手チームにいた全日本選手が「テルがセッターの方がやりにくかった」とこぼしていたと聞いた時、 「今までやってきたことが認められた、と自分の背中を押してくれた。救われた気がした。」 と山崎さんは言う。



2008-2009 シーズン当時 写真提供/月刊バレーボール

■突然出された戦力外通告

「さあ、これからだ！」と思い実業団 5 年目を迎えようとした時、監督との個人面談で「社業に戻ってみないか？」と言われた。 ストレートに言われてはいないが、事実上の戦力外通告である。 高いところから叩き落とされたような衝撃と、胸が締め付けられ一瞬息ができなくなった。今思えば「あと一年お願いします！」と言うこともできたかもしれない、と山崎さんは言う。 他のチームへの移籍も考えられたが、15 年間のバレーボール人生に終止符を打つことを決意し、2009 年に引退した。 引退した人間はどうするのか？ そもそも実業団に入団するということは、会社員という肩書があるものの普通の会社員として勤務することはなく、終日バレーボールの練習に明け暮れる生活を送る。その実業団から退団すれば、NEC の会社員として勤務することになるわけだ。 引退してからしばらく NEC の事務員を続けたが、小学生時代から身体を動かし続けることが身に付いていた山崎さんにとっては、椅子に座って黙々と働くという日々が苦痛でしかなかった。

１年も経たないうちに「会社員として働くのは私には無理がある」と思い始め、セカンドキャリアを考えるようになり NEC を退社する。 退社後、バレーボールの下積みで学んだことや経験を活かして整体の道のエキスパートになろうと決意する。 V プレミアリーグに出場するようなチームの殆どには専属のトレーナーがいる。 特にリーグ中であれば遠征で毎週土日に試合があるため、身体のケアは重要になってくる。 NEC レッドロケッツに所属できたのは幸運だった。 著名なトレーナ

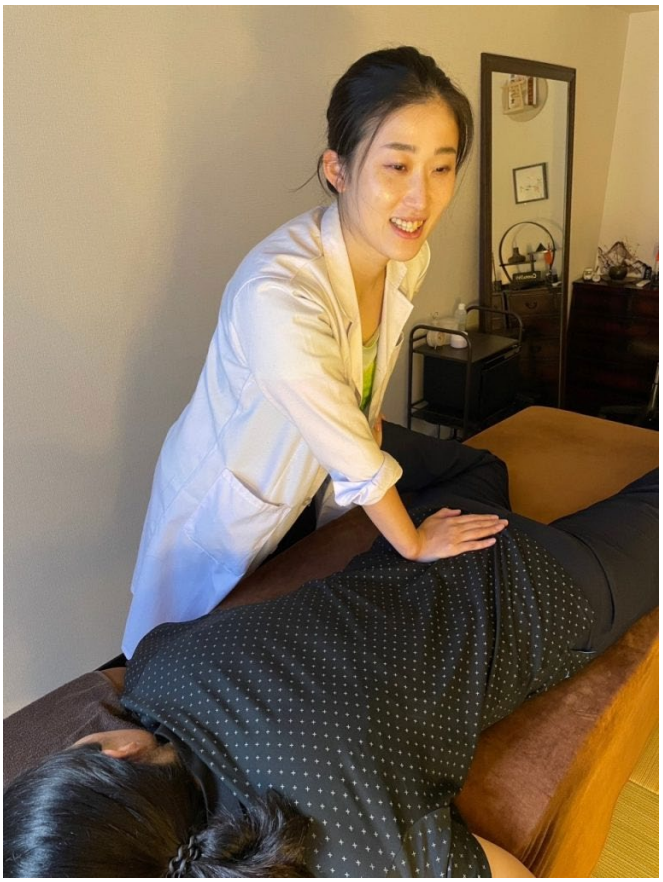
ーが所属していたので、身近にいいお手本があったのも目指す要因のひとつとなっていた。 現役時代は先輩プレーヤーにストレッチやマッサージをすることもあったという。 更なる技術は自分で磨くしかない。 整体師は国家資格が必要な訳ではないので、アスリート界の紹介で評判の良い先生を紹介してもらい、２年間技術を徹底的に学んだ。 それからストレッチの専門店に入社し、その会社で高い治療技術を持つ先生に巡り合うこともできて、施術という仕事がさらに楽しくなってきた。技術向上の為にとにかく数をこなす毎日だったが、まったく苦ではなかった。

■小顔矯正のおもしろさを知った

そのストレッチ店で働いているときに、小顔業界でかなり有名なサロンの社長からヘッド ハンティングされた。 たまたま施術した方が小顔業界では著名な方で、丁寧な施術と明るいキャラクターでの接客が認められたようだった。 大阪にある小顔サロンであったが、ちょうど東京に 2 店舗目を出すタイミングだったようで、その誘いを受けて入社し、小顔矯正をメインとする専門店で徹底的に美容整体技術を取得した。小顔矯正の施術というのはどういうものなのか。実は顔は一つの骨で出来ているわけではない。２３個のパーツ（骨）で出来ており生活習慣の乱れなどで顔がむくんだり微妙に位置がかわったり、バランスが悪くなると人相にも影響するとのこと。年齢が増すごとに微妙に顔がかわってくる。 そういった顔を元に戻しながら、また施術によってバランスよく小さくできるというもの。それまで持っていた整体の技術に顔の技術が加わったことで、全身の悩みに対応できるようになったのはとても感謝しているという。

■手に職をつけ独立したかった

小顔サロンに 3 年間勤めた後、多くのご縁にも恵まれて 2018 年に現在の Corona 鍼灸サロンを立ち上げた。 また小顔矯正だけではなく整体は一般的なものとは違う施術を行っている。 身体には悪くなる順番があり、原因をしっかりと見極めて効率よく施術していくのが山崎さんのスタイル。 筋肉や骨格だけではなく、神経にも重点的にアプローチをしているそうだ。
また技術だけではなく
〇手をぬかない
〇お客様に満足していただく
〇笑顔で帰っていただく
そういった気持ちを持って、整体という 1 対１のつながりでいかに喜んでいただけるかを モットーにやってきた。これこそ念願の手に職だと。



■「整体師」ではなく「心体師」

身体を整えるのが整体師であるならば、私は「心体師」でありたいという山崎さん。 「ここに来れば、心も体も軽くなる。また明日から頑張ろう！と思える」 そんな場所を作りたいと思い、今のサロンを作った。現役時代にたくさんの仲間やファンの方々に背中を押してもらったように、次は私が一人でも多くの方に勇気や元気を与えられる人間になりたいという。そして今現在の LOVE CHROME TOKYO Hair&Scalp LAB を 2020 年 10 月に表参道にリニューアルオープン。

■また会いたいと思ってもらえる人になる

「人はひとりで生きていけない」と山崎さんは言う。「怪我で現役から退く選手、燃え尽きるほどやり切った選手、思いがけない戦力外通告… いろいろなきっかけでセカンドキャリアを考える方がいると思いますが、何かをすることは必ず誰かの役に立っていて希望になっているということに気付いてほしいです。 そして”また会いたいと思ってもらう人になる”ことこそが皆が幸せになる方法で、それによってビジネスでは売り上げにつながったり、プライベートではたくさんの仲間ができたりするのではないかと思います。これこそがセカンドキャリアを考えるスポーツ選手に伝えたいことです。」 山崎さんはこれからも更に成長し続けていきたいと思っている。



チャレンジする事が未来につながる。できない事なんて何一つ無い！やる気と根気でステージアップ！



下島千穂

株式会社YC.プライマリー
代表取締役

バレーボール　chiho SHIMOJIMA

下島 千穂
1975 年生まれ。北海道出身。小学校 3 年生からバレーボールを始める。中学は全道大会で準優勝。中学選抜に選ばれ全国大会に出場。高校は名門旭川実業へ。卒業後 NEC レッドロケッツへ入団。NEC では 8 年。そして全日本マネージャーを 5 年経験。退社後、ファッションの世界へ転職。2004 年ファッション界から美容業界へ転身。2008 年に独立して株式会社 YC・Primarily を設立。世田谷区三宿にリラクゼーションサロンを開業。2011 年には美容商材メーカーも立ち上げる。2018 年に表参道へサロン移転。リラクゼーションと美容室を併設した LOVE CHROME TOKYO Hair&Scalp LAB をオープン。

これまでのキャリア

●小学生時代に北海道で準優勝
●北海道留萌中学の時に、中学選抜に選ばれる
●旭川実業高校でインターハイで準優勝
●NEC レッドロケッツ入団
●全日本バレーボールマネージャー
●独立して株式会社 YC.プライマリー代表取締役に

■バレーボールが大好きだった

なんとなくはじめたバレーボール。当時身長が高い方ではなかったものの姉と一緒にやっていたこともありバレーボールが楽しく好きになっていった。
小学校のチームで全道大会出場。
中学は留萌中学で２年生からレギュラーで活躍。ポジションはセンターで全道大会へ出場。
３年生で全国大会に出場し、準優勝。３年時は活躍が認められ北海道中学選抜としてさわやかハイに出場した。
中学の活躍が目に留まり高校は強豪校旭川実業高校に進む。
後に全日本で活躍することになる、成田郁久美選手と同期生で常に全国優勝の筆頭に挙げられたが、春高バレーでは成績を残すことができなかった。
ポジションは 172 ㎝だったがジャンプ力がありセンターポジションを任された。
高校卒業後、同期の元日本代表成田郁久美選手と NEC レッドロケッツに入団。最高成績はインターハイ準優勝にとどまった。



■想像以上に高いハードルだった実業団チーム

NEC レッドロケッツは日本一にもなったことのあるリーグではトップクラスのチーム。もちろんコートに立てるのは結果を残さないといけない。

身長は 172 センチとセンターポジションにしては背が高い方ではなかった。
背の高い人に勝つためには持ち前のジャンプ力に磨きをかけるしかなくトレーニングに励んだ。しかし実力者揃いでなかなかコートに立てず選手としては中々日の目を見ることはなかった。でもくじけることなく、練習を懸命にしていた。
そういった努力は監督の目にもとまり選手を気遣う行動力や率先して動く姿を買われて選手兼マネージャーとして活躍することになる。
そんな中、当時 NEC 監督の葛和さんが監督として全日本にいくことになった。
入団３年目の時であった。下島さんもチームに籍をおきながら葛和さんと一緒にマネージャーとして全日本に合流することになった。
全日本チームは想像以上に大変だった。選手が合流すると同時にほとんど遠征というスケジュールになり、また海外遠征では 2 か月に及ぶこともあった。
全日本のマネージャーというのは、広報や選手のケア、海外での交渉、またメディア対応をしなければならない。経験もないまま、若いからか勢いでできたのかなと下島さん。
今から考えるとＮＥＣに 8 年間在籍し、5 年間全日本バレーボールチームのマネージャーとして過ごしたことになる。ただ海外遠征も苦にならず自分に向いている仕事だと感じた。
全日本のマネージャーをした結果、世界が広がった。
このころにはセカンドキャリアをしっかりと考えるようになった。
海外遠征は様々な国を回りながら時差も考えなければならない。
若いながらスキルも身に付き、大変な仕事ではあったが冒頭にあったメディア対応、広報活動がスムーズにできるようになった。
選手も続けてはいたが、海外遠征のおかげで自分の視野が広まり、退職後の世界がみえはじめた。



■アパレルブランドからヘッドハンティングに

NEC は企業に残ってそのまま働くことができる。退団して NEC に残っている選手は多い。しかし下島さんは残る気はなかった。全日本マネージャーを終了した時点で NEC を退職し、同時に選手として引退することも決めた。
新たな道で活躍の場を求め始めた矢先、イタリアのコスチュームナショナルの店長をされていた人が、バレーボールファンということで縁がありヘッドハンティングされた。
退職後そのイタリアブランドの表参道本店で働くことになった。

■人に関わる仕事が好きなことに気が付く

接客も好きになっていったがそれ以上に綺麗な空間とか綺麗なものをつくることに興味をもち、ニューヨークに留学した。そして販売よりも VMD にはまってしまった。
【VMD（ビジュアルマーチャンダイジング）とは、ストア・コンセプトや売場の統一コンセプトに基づき、品揃えや店舗デザイン、プロモーション、陳列方法などを連動させることによって、商品の特徴を視覚的に演出していくマーチャンダイジングの手法。】
改めてバレーボールのマネージャーという、視野を広げる仕事につけたことに感謝した。

■ビジュアルマーチャンダイジングと美をビジネスに

1 年間のニューヨークの経験を生かすために VMD をアディダスでやらせてもらった。
そこで店舗つくりをやらせてもらった。
VMD でフリーランスをやりながら、リラクゼーション系の専門学校に通い「美の勉強」も同時並行で学んだ。
勉強中に知人から「リラクゼーションサロンの立ち上げを手伝って欲しい」という誘いを受け、現在は 20 店舗以上ある某サロンの立ち上げサポートに携わることができた。そしてその会社では現場運営、人事、広報全てを任された。
立上げから３年間はとても忙しく、その期間に出産も経験したが、産後 2 ヶ月で現場復帰、子供を移動できるクーハンに入れながらプライベートと仕事を両立していた。
しかし二人目の子供を出産した時に、これでいいのかという考えが浮かび、仕事のスタイルを変えなければと思い、仕事の見直しを考え始めた。

■二人目の出産を機に仕事のスタイルを見直した（独立）

雇われる側から自分のスタイルでできる経営者として仕事ができればということで 2007 年 10 月に独立を決意した。子供の近くで働ければという思いが強かった。
出産をしても女性が輝き続ける環境を更につくりたいと考え始めた。
下島さんの考え方は、女性が本来持つ「心＝精神」と「力＝能力」そして「美＝凛々しさ」を内面からそれらを引き出し、身体のバランス、精神のバランス、呼吸のバランスを整え、心地よい感覚

を引き出すというもの。
そうすることで「本来の自分の美しさ」「本来の素敵な自分」に目覚めて頂きたいという考えのもと 2008 年 3 月に世田谷でキッズスペース付き private salon primarily.b を設立。その後銀座店・深沢店と次々に理想のサロンを展開。
サロン経営の傍ら美容メーカーとして商品のプロデュースやコンサルティング業も展開。そして 2010 年にヒット商品となった静電気を拡散・除去してくれるヘアコーム「ラブクロム」を開発。下島さん自身の経験から開発された商品だが、妊娠・出産中に髪の毛の悩みが出始めたためであった。サロン経営の傍ら美容メーカーとして商品のプロデュースやコンサルティング業も展開。
2008 年 12 月に銀座店をオープン。2009 年 4 月には深沢店をオープン。
そして 2011 年 6 月には美容商材メーカーをスタートさせる。
2013 年 6 月にはコンサルティング業もスタート。
2018 年 10 月 Primarily・b 三宿店を表参道に移転してリニューアルオープン。
そして今現在の LOVE CHROME TOKYO Hair&Scalp LAB を 2020 年 10 月に表参道にリニューアルオープン。

■セカンドキャリアを考えるにあたって

バレーボールに熱中していたころは、それ以外のことは考えられなかった。
しかしマネージャーとしてではあるが、全日本に帯同し色んな経験ができた。
今の自分があるのは、その時の経験のおかげだと今でも感謝している。バレーボールを一生懸命やらなかったら出会えなかったことばかりだ。
しかし今の子たちは情報収集の多様化により、すごく頭が研ぎ澄まされている。
特に 20 歳代の子は色んな事に興味をもつことが可能になっていると思う。
アスリートだからスポーツしかできないというのは違うと思う。努力した結果がトップアスリートになることが出来、その努力は絶対に素晴らしい能力を身に着けているはず。限界までやり遂げた人にしか見えないその先にある世界が待っています。と下島さん。



アスリートは引退後がピークになるのではなく、引退後に価値を高めていかなければならない。そのために学び続けること。



野澤 武史

1979 年生まれ。東京都新宿区出身。小学校 5 年生でラグビーをはじめる。慶應義塾高校時代は 8 年ぶりの花園全国大会に出場しベスト 8 まで進んだ。その後 U19 の日本代表にも選出。慶應大学時代は大学選手権で優勝。日本代表にも選ばれる。日本代表キャップは 4。4 年時は主将としてチームを牽引。U23 の日本代表に選出。卒業後神戸製鋼コベルコスティーラーズに入団。引退後は出身校である慶應義塾高校や慶應大学でコーチを務めた他、トップリーグや日本代表などのテレビ解説者として活躍。その後は家業でもある山川出版社に就職。2011 年取締役。2018 年からは代表取締役社長に。

これまでのキャリア

●1998 年　慶應義塾高校時代 3 年時に花園全国大会に出場ベスト 8
●U19 日本代表
●1998 年　慶應義塾大入学。2 年生時大学選手権で優勝。日本代表にも選ばれる。日本代表キャップは 4。4 年生では主将を務める

●1999 年　U23 日本代表
●2002 年　神戸製鋼コベルコスティーラーズに入団。
●2009 年　現役を引退。その後母校でヘッドコーチを二年務めた
●2018 年　山川出版社の代表取締役社長に就任
●2018 年　日本ラグビーフットボール協会　TID マネージャーに就任
●2020 年　一般社団法人　「スポーツを止めるな」代表理事に就任

■ラグビーを始めたのは幼稚舎の部活がきっかけだった

慶應義塾幼稚舎（小学校）では５年生になると部活動が始まる。当時は部活でスポーツができる子がラグビー部という流れに乗り入部を決めた。当時ラグビー選手権では神戸製鋼が 1988 年から V7 という圧倒的な強さもあり、小学生の卒業文集では「神戸製鋼でプレイすること」と書いたと野澤さん。中学もそのまま慶應義塾普通部に進学しラグビーも続けた。
中学でのラグビー部は野澤さんがいた 3 年間は圧倒的に強く、一番大きな東日本大会で優勝。3 年生時は秋 10 試合で失点 10 点しか与えていないという強さだった。

■社会に入って大変役立った高校時代に身についた決断力

中学卒業後もそのまま慶應義塾高校に進学。高校での練習は一風変わったもので、教員ではない外部の方が監督として土日のみ来られるという伝統のスタイル。平日練習は学生部員で全てのトレーニングメニューを考え実行した。試合のメンバーも部員で決める。ただ強くなるために伝統である猛練習のメニューは継承した。
花園を目指すためにみんなで工夫をしてしっかりと練習メニューは考えた。
選手主体であれこれ仲間と議論しながら練習メニューを工夫するのが楽しかった。結果は出た。強豪ひしめく神奈川の新人戦で優勝し、それが「部員の自信に繋がりモチベーションになり一致団結できた」と野澤さん。
3 年時には強豪の相模台工業などを退け 8 年ぶりの花園全国大会出場を果たしベスト８まで進出する。このとき野澤さんは主将を務めている。「人を巻き込み、自ら考え実行するという経験が社会人になってからも生きている」と改めて感じているそうだ。

■幼稚舎から続けたラグビーを大学でどうしようか考えた

高校時代に隣のグランドの大学の練習はいつも見ていた。慶應伝統の猛練習を見ていて、これはついていけないと思ったが、他の大学でラグビーをするという選択はなく、流れに任せて慶應大学でやることを決断する。当時は明治のフォワードが強く、同じポジションとして魅力を感じていたという。でもタイミングが本当によかったと野澤さん。大学時代は黄金期を４年間経験することになる。
最大の理由は上田昭夫監督が戻ってきてしっかりと考えるラグビーを実践し始めたタイミングであったからだ。上田監督の教えは「限界まで走れ」という根性論はなく根拠をもった練習方法で効率

的だった。
対抗戦の成績は在学中 2 位、1 位、1 位、2 位という輝かしい成績を残す。1999 年-2000 年シーズンでは関東学院大学を 27-7 で破り 1984 年以来の大学選手権で優勝した。野澤さんは２年生ながら主力メンバーとして大活躍した。
そして 2 年時に大学選手権で優勝した後、ニュージーランドに留学した。
しかし名誉ある日本代表に選ばれ３か月で日本に戻ることになった。
慶應時代の野澤さんは、どんな相手にでも立ち向かっていくタイプ。
おとなしい選手が多かったので、意図的に相手に突っかかっていくこともあった。結果、全員の闘争心に火をつけることができた。
大学時代はとにかくベスト４まで行って１月 2 日にテレビに出ようというのが
ひとつのモチベーションになった。結果 4 年間全てベスト４以上だった。

■夢だった神戸製鋼に進む。そして神戸を選んだ理由

大学３年時に日本代表に選ばれて感じたのは、神戸製鋼の選手の技術力がずば抜けているということだった。ここに行かなければラグビー業界から取り残されると痛感した。
同志社大学で大学選手権 3 連覇を経験しミスター・ラグビーと呼ばれた平尾誠二さんが築いたラグビーを中心に圧倒的な技術とサーカスのようなパス回しに圧倒されたが、野澤さんの小学生時代の卒業文集の夢であった神戸製鋼に入団することになった。当時の社会人ラグビーは働きながら練習をするというスタイルが主ではあったが、ちょうど２年目の 2003 年、ラグビー・トップリーグが発足したこともありラグビーに専念できる契約制度が出来た。
終日ラグビーができる環境が整った。
3 年目はほぼ試合にフル出場したが、４年目以降は出たり出なかったりのシーズンが続いた。2007 年は副将に抜擢されたが怪我も多く 2008 年でやめようと思った。
ラグビー人生の最後を学生時代に経験したニュージーランドでプレーしたいと思い留学を決意したが引き留められ、2009 年まで神戸製鋼でプレーを続け、引退した。
達成感も味わい、やり切った感もあったのでラグビーから離れようと思った。

■セカンドキャリアでもう道は決まっていた

引退して次の道は小学生時代から決まっていた。
父の仕事、即ち山川出版社を継ぐこと。
ただすぐには入社せず２年間は別の出版社で働かせてもらった。
大学卒業後、プロ契約選手の生活を送っていたため、新入社員ができるような簡単な業務もミスをしたりという状況で、一から仕事を叩き込まれた。
ラグビー界からは少し距離をおこうと思い解説者だけ続けていたが、当時慶應大学時代の恩師上田昭夫監督から「そんな若い時期から解説やるのではなく、ラグビーが好きだったら体を動かせよ」と言われ、母校の慶應高校でコーチングをスタートさせた。すぐにコーチングという仕事の魅力に取りつかれ、2012 年から中竹竜二さんのもとで本格的にコーチングを学ぶ機会を設けていただい

た。コーチングと同時に若者のスカウトと育成にチャレンジする為に全国を飛び回った。現在は日本ラグビーフットボール協会でTIDマネージャー（Talent Identification and Development）という立場でユース世代の選手発掘と育成も担っている。
現場を回ることで課題にも気づいた。将来性のあるサイズやスピードに秀でる選手でも強豪校でなければリクルーターの目に留まることもなく競技を引退してしまう。そこで『ビックマンファストマンキャンプ』を立ち上げた。彼らが次のステージでラグビーを続けられる機会を増やすため進学を決める高校2年生を対象とした。2018年に立ち上げたこのキャンプの一期生が現在の大学4年生。高校ジャパンやU20日本代表に選ばれる選手も出てきた。彼らの中で一人でもリーグワンでプレーする選手がでてきてくれたらと野澤さんは話す。



■MBAを取得した理由

ラグビーのコーチもしながら勉強もかかさなかった。2016年グロービス経営大学院でMBAを取得する。人に合えば仕事が生まれネットワークも広がると感じた。
『人として特にラガーマンはラグビー引退時がピークを迎えるのではなく、引退してからセカンドキャリアで勝負する準備が必要だ。』そのためにもMBAを取得して能力開発と人的ネットワーク構築に磨きをかけた。2016年に山川出版社でICT事業部を立ち上げる。当時は学校教育にもデジタル化の波が押し寄せ早急に改革が必要だった。その時にもグロービス経営大学院時の同期の方に加わ

ってもらったことが原動力となった。
2018 年代表取締役社長を務める中、ICT 事業を加速させており 2021 年には地歴のコンテンツサービス「山川＆二宮 ICT ライブラリー」も立ち上げ予想以上の顧客数を獲得した。
『前例のないことにチャレンジできる精神はラグビーで培った決断力があったから』と野澤さんは話す。

■今のアスリートに伝えたいこと

現場を回っていると運動部活がはやらないことに危機感を感じている。
2020 年新型コロナウィルス感染拡大によって止まってしまった学生スポーツを何とかしたいという想いから、学生時代のラグビー部の仲間と【＃ラグビーを止めるな 2020】と言う Twitter 上で学生が自分のプレーをアピールするプロジェクトを立ち上げた。当時、大会が無くなる中、モチベーション維持と進路に課題を感じ、バスケットボールと一緒に止めるな活動をスタートさせた。コロナ禍での閉そく感もあり、各スポーツに一気に飛び火し 7 月に継続的に課題に向き合うことを目的に一般社団法人スポーツを止めるなを設立し代表理事となった。
これも、そもそもは全国を歩き回って現場で出てきた課題から生まれたプロジェクトだった。
こういった企画はとにかく、足でまわり、沢山の人に会い、そして人的ネットワーク作った結果だと野澤さんは言う。
『今の若い人もとにかく行動してほしい・・・』それと学び続けることの重要性を伝えたいと野澤さんは言う。
『トップアスリートは一生懸命に頑張ったからこそなれる領域。そういった人は決断力においても一般の人と違う能力も持っている。ただ、それだけでは社会人として成功するのは難しい。常に人と会い、本を読んでインプットし、自分をアップデートし続けてください！』と熱く語る。
現在は山川出版社の代表取締役社長でありながら、日本ラグビーフットボール協会 TID マネージャー、そして母校のコーチを含む６つのチームコーチを務めている。
170 ㎝ 100 キロと日本代表の同ポジションでは群を抜いて小兵だった。
強靭な肉体と精神力がなければできないポジション。
現役時代に培ったことがセカンドキャリアにも生きていることは野澤さんのキャリアをみればわかる。
こういった若者がもっともっと増えてくれることを野澤さんは望んでいる。



引退後の自分の姿をイメージし、それに必要なアクションを１日１時間でいいから生活の中に取り入れて勉強しておくことは必要だと感じています。



鈴木 啓太
1981 年生まれ。静岡県出身。幼稚園時代にサッカーをはじめる。
小学生時代清水 FC に所属、1993 年の全日本少年サッカー大会では準優勝。
中学は東海大一中で全国中学校大会の中心選手として全国優勝。
高校は東海大一高（東海大翔洋高校）へ入学。静岡選抜として国体準優勝。
2000 年浦和レッズに入団。2015 年シーズンで引退。

これまでのキャリア

●幼稚園年少からサッカーをはじめ小学校では清水 FC へ入団
●東海大第一中学に入学。全国中学校大会で優勝
●東海大第一高校に入学。静岡選抜として国体で準優勝
●2000 年浦和レッズに入団。2006 年 J1 優勝。2005 年 2006 年と天皇杯連覇。
　2007 年 AFC チャンピオンズリーグ優勝。クラブワールドカップ 3 位
●2001 年　U-23 日本代表に選出

●2006 年から 2 年連続で J リーグベストイレブン　日本 A 代表に選出
●2007 年全国のサッカー担当記者の投票により選出される日本年間最優秀選手賞輝く
●2006 年～3 年間で日本代表国際 A マッチに　28 試合出場
●2015 年引退。AuB 株式会社を起業　代表取締役社長に就任
●2016 年　J リーグ功労選手賞を受賞。2017 年引退試合を開催

■地元が清水ということもあり玄関から外に出ると子供たちがサッカーをやっていた

静岡県清水市。とにかくサッカーが盛んな街で育った鈴木さん。
サッカーを始めたきっかけは意外だった。実は性格的に引っ込み思案で当初は積極的にサッカーをしている仲間に入ろうとしなかった。しかしテレビで見ていたキャプテン翼とマラドーナが全盛期の時だったということもありサッカーに興味を持ち始めた。
そして、幼稚園年中で清水第八サッカークラブに入りサッカーをはじめた。でも決して早い方ではなかった。既に周りの友達はほとんどサッカーをやっていた。実はサッカーの他にも機械体操もはじめた。
体を動かすことが好きなので小学校 1 年から 3 年まで水泳もはじめた。
学校では放課後のバスケットボールや、休みの日には父親とマラソン大会に出たりもした。



■小学生になって清水市の選抜チームのセレクションをうける

小学生のチームではあるが、３年生になると清水市の選抜チーム清水 FC のセレクションを受け見事合格。約 60 人が最初選ばれ、毎学年セレクションで最終学年では 30 人前後に絞られる大変厳しいチームではあったが、最終学年では MF として活躍しレギュラーポジションを獲得。ただ全国優勝が絶対のチームだったが六年生で準優勝という結果に終わってしまい、清水 FC としては不本意な結果に終わった。
中学校は東海大一中（現在の東海大学付属静岡翔洋中学校）に進む。一学年 100 名のうち 3 分の 1 がサッカー部というサッカーのために進学する学生が多い学校であった。
そこで見事全国優勝の立役者として一躍脚光を浴びることになる。
高校は東海大第一高へ。
「夢を実現するためにずっと歯を食いしばって頑張ってきた。高校時代は毎朝６時起きだったけど楽しかった」と鈴木さん。1 年生からレギュラーで活躍。決勝で藤枝東に負け全国大会への出場は叶わなかった。高校時代は順風満帆でもなかった。折れそうなことも多々あった。でもこの時点で鈴木さんは 10 年後の自分を描き始めていた。日本代表になって活躍すること。
高校時代の最高成績は静岡国体選抜の一員として全国大会で準優勝が最高成績。ただ鈴木さんのように努力を続けた選手には、強運が必ずついてくる。
3 年の春に日本選抜 vs 静岡選抜の試合で運よく浦和レッズのスカウトの目にとまる。実際スカウトは別の選手を見に来ていた。でもその試合では 100％以上のパフォーマンスを発揮する。
結果、大学への進学という道もあったが３年の９月に浦和レッズの強化部から正式にオファーを受け入団。プロの道へと進む。

■セカンドキャリアはプロになった時点で考えていた

三浦知良さんや中田英寿さんのようなスタープレーヤーになりたいという反面、鈴木さんは現実なこともしっかりと視野にいれていた。スタープレーヤーになったとしても 30 歳までプロサッカー選手としてやれれば大成功だという現実。鈴木さん自身、21 歳から選手会に所属して副会長をやっていたこともありセカンドキャリアを意識していたという。引退後の自分を考えることができる環境ではあったが、しっかりとそこまで考えているのは一流の証。
トッププレーヤーになり絶対プロで成功してやるという思いと、30 歳で引退しその後のことを考えながら現役時代は過ごしていた。
2000 年シーズンからプロ入り。1 年目はリーグ戦での出場機会はなかったものの、天皇杯でプロデビューを果たす。そして見事ゴールを決めた。
翌年 8 月頃からレギュラーでフル出場。攻守を支えるボランチとして大活躍。
2006 年の J リーグ優勝、07 年の AFC チャンピオンズリーグ制覇などのタイトル獲得に貢献。浦和レッズでは 27 歳でキャプテンに抜擢。3 年連続キャプテンを務め、浦和レッズの一時代を築いた。
そして日本代表では国際 A マッチ通算 28 試合に出場。イビチャ・オシム監督が指揮を執った期間、唯一全試合にスタメンで出場。オシム監督は、誰よりもピッチを走り回る鈴木を、「水を運ぶ選手」として全試合に招集した。

■まさかの不整脈の発覚そして引退

2014 年 11 月突然の出来事が。試合途中に突然の体調不良に陥り、ピッチを後にした。急遽ドクターの診断を仰ぐと、不整脈が発覚、納得いくプレーができなくなり引退という文字がちらつきはじめた。
2015 年には出場試合数も 4 試合に終わり、浦和レッズ退団を決意する。
当然他チームから多くのオファーがあったものの 16 年間すべてを浦和レッズとして全うしたい考えが上回った。そしてスパイクを脱いだ。

■人生そのものがキャリア

引退後のことを以前からずっと考えていたので起業はすんなりできた。
セカンドキャリアという考え方ではなく人生そのものがキャリアという考え方をしていた。鈴木さんが引退したのは 34 歳。当時サッカー選手は 26 歳前後でキャリアを終える人が多く、その中では 16 年間プレーできた。チーム加入当初から常に次のことを考えていたので、現役時代から常にいろんな人に会ってアンテナをはっていた。そしてこれまでのアスリート経験を活かしながら誰もやっていない領域にチャレンジすることになる。



■アスリート時代から興味関心が高かった腸内環境

幼いころから調理師である母親に『腸の状態がもっとも大切』『便を見なさい』と言われて育った。なので常に腸の環境を整える食事を自然ととっていたという。こんなエピソードもあったと。2004 年 3 月に行われたアテネ五輪アジア最終予選の UAE 戦で、代表選手の約 8 割にあたる 18 人が下痢の症状を訴えて試合直前までトイレにこもる事態を目の当たりにした。そういった経験を通して『腸の環境を“見える化”できれば、アスリートのコンディションアップにつながるのでは』と鈴木さんは感じた。
しかし当時はまだ起業という意識はなかったもののもっと勉強をしてから、面白いことが出来るのではないかという意識はあった。
偶然にも友人のトレーナーに「うんちアプリ」を開発している人を紹介してもらう。対面した時に「アスリートの腸内環境を調べたら面白くないですか」となり翌日に会社設立の手続きをしたという。まだ現役時代でもあったがすぐに動くのが鈴木さんの信条であった。
AuB〈オーブ〉株式会社の誕生である。

■常に 10 年先のことは考えて行動する

もちろん AuB でも壮大なビジョンをかかげて更に大きな活動をしている。
健康に大きな影響を及ぼすといわれる腸の中の細菌の群集「腸内フローラ」の解析を進めており、アスリートのパフォーマンスを向上させることを目的にしている。どこも手を付けていない領域だ。そして長い意味で、サッカー界への貢献を目指すと共に、比較的引退の早いサッカー選手たちにとって、セカンドキャリアの受け皿となる可能性も秘めているという。素晴らしい。
しかし人生をこれで終わることは考えていないという。またビジネスとして面白そうなことが出来るのであればすぐにでもチャレンジしたいと鈴木さん。
鈴木さんは幼少期から人知れずがんばってきたアスリートは違うという。
「トップアスリートは幼少期から基本的な考え方やスキルを突き詰め、足元を固めてきている。そんなトップアスリートであれば、引退後のキャリアをどこに設定しようと、しっかりと考えていれば可能性はある。ただし勉強は必要。
アスリートは会社員に比べ時間的にも余裕はあるはず。例えば通信制の大学に通う、強力な武器になる国家資格の参考書を読むなり、日々新聞を読む、外国語を毎日 5 つ覚える……。なんでもいいですが、引退後の自分の姿をイメージし、それに必要なアクションを 1 日 1 時間でいいから生活の中に取り入れて勉強しておくことは必要だと思います。」と鈴木さん
『スポーツ以外は何もできない』と自分を卑下することなんてまったくない。アスリートの引退後のキャリア、そして今のビジネスを通してスポーツ界に貢献していきたいと鈴木さん。
人生のキャリアを考えているからこその発言だ。



自分が経験したからこそ考えられる、アスリートと 20 代若者のキャリア支援をしていきたい



西山　将士

1985 年生まれ。山口県下関市出身。6 歳の時、柔道をはじめる。高校 3 年でインターハイ優勝をきっかけに日本代表として活躍。その後、2012 年ロンドンオリンピックに出場し-90kg 級で銅メダルを獲得。2016 年 1 月現役を引退し、30 歳でビジネス経験ゼロから 5 年間鉄鋼メーカーの営業に従事した。在籍時は、デリバリー業務から鋼材取引の商慣行の見直し、サプライチェーンの改善や生産拠点の合理化などを担当した。営業としての経験を積んだ後、2020 年 12 月に Prover 株式会社を創業。現在は業種職種を問わず法人の採用支援と 20 代のキャリア支援事業に取り組んでいる。

これまでのキャリア

●2008 年 3 月　　国士舘大学体育学部卒業
●2008 年 4 月　　新日本製鐵株式会社（現：日本製鉄）
●2008 年　　2011 年 講道館杯 4 連覇
●2009 年　　全日本選抜柔道体重別選手権　優勝
●2010 年　　ワールドカップ・サルヴァドール 優勝　世界団体　優勝
●2010 年　　2011 年　グランドスラム・東京　２連覇
●2012 年　　ワールドマスターズ 優勝

●2012 年　 ロンドンオリンピック 銅メダル
●2020 年 12 月　 Prover 株式会社を創業

■スポーツは柔道一直線

小学校１年の時に４つ上の兄の影響で柔道をはじめる。母親の道場への送り迎えに付き添ったことがきっかけで、柔道は当初好きではなかったが体も大きく県内では強かったこともあり徐々に興味が強くなっていく。他のスポーツは小学校４年生から２年間ほどサッカーも経験したが自分自身で向き不向きを判断し６年生の時に柔道を選んだ。
母親からは、一度自分でやると決めたら期限付き（小学生卒業まで）で絶対にやめてはいけないという強い教えがあったという。そして西山さんも約束を守らなければならないという想いがあり柔道を続けたという。
中学への進学は、通っていた道場の先生の勧めで柔道が強くて有名な北九州市立守恒中学校に進む。中学校 3 年生時に当時の 3 大全国大会の一つであるマルちゃん杯で個人戦 3 位という成績を残す。その成績が目に留まり高校は東京の国士舘高校に進む。高校では個人戦 100 キロ級で 2003 年にインターハイに優勝。その後、ドイツジュニア国際大会でも優勝を果たす。
練習はコツコツやるタイプ。先生にも恵まれた。厳しい先生ではあったが論理的に指導されることで、柔道は力やスピードだけが全てではない競技ということを学ぶことができた。中学時代からとにかくエネルギーを全て柔道というものに打ち込むことができた。

■社会人１年目でオリンピックを明確な目標にして見事にメダリストに

高校卒業後は、そのまま国士舘大学へと進む。大学では 100 キロ以下級で出場していたが、当時この階級には北京オリンピックで金メダルをとった石井慧選手がいたことと、自身の体重も 96kg 程度と同階級で戦っていくには身体が小さい。在学時はほぼ二番手、三番手で優勝を飾ることはできなかった。
大学卒業後、新日本製鐵株式会社（現：日本製鉄株式会社）に入社。もちろん柔道での環境が整っているのが条件で集中して練習ができると言う理由。義理堅い西山さんは、最初に声をかけていただいた企業に入ると決めていたそうだ。社会人１年目から、ほぼ全ての時間を柔道に注ぎ込めるという恵まれた環境の一方で「ビジネスと柔道を両立する」という聞こえの良い立ち位置にとても苦しんだ。実態は出社頻度の少ない運動部に出来る仕事や任される仕事は極めて限定的である。入社１年目で職場の皆さんに存在価値を提供できないもどかしさから、「どうせやるなら柔道に振り切るべきだ」と社会人１年目でオリンピックを目指すことを決意した。
社会人になると-90 キロ級に階級を下げ 2008 年からは講道館杯四連覇を果たす。これは大学の先輩である鈴木桂治さん以来の偉大な記録。国際大会ではアジア選手権、東アジア選手権で優勝。団体戦もワールドカップ世界団体で大活躍。優勝に大きく貢献した。
2011 年 12 月のグランドスラム・東京でも二連覇。そして 2012 年 1 月のワールドマスターズで世界王者のイリアディスを破り優勝。2020 年 5 月の全日本柔道選手権では決勝で敗れたものの世界ランキングの関係上ロンドンオリンピック代表に選出された。

ロンドンオリンピックでは準々決勝で敗れたものの、敗者復活戦で見事に勝ち上がり、三位決定戦でも勝ち上がり見事に銅メダルを獲得した。
目標としていたオリンピック。西山さんは独特のメンタリティーで語る。
「オリンピック出場が決まってからロンドンに行くまでは楽に感じた。なにがあっても自分が出場する切符があるので、緊張や重圧を感じずにオリンピックに集中できた」と。そして大会中は、興奮状態でワクワクと不安がひしめき合う状態だったと。



■2016 年のリオデジャネイロ・オリンピックに出場できる可能性が全て絶たれ、引退を決意

その後、2013 年世界選手権代表に選ばれるも二回戦で敗退。2015 年 8 月の実業団の全国大会では優勝したものの、その後のリオデジャネイロオリンピック 1 次選考で敗退し、引退を決めた。2013 年の 28 歳頃から自身のセカンドキャリアについて考え始め、不安や葛藤を抱えながら競技に打ち込んだ。
ただ、当初の母親の教えである「自分で決めた約束は守る」という拘りは強く、次のオリンピック出場が白黒つくまでは続けるべきだと当初から考えていた。
オリンピックでメダリストとなったものの、この時点では他にそれを活かせるスキルや経験がないと判断し引退して社業に専念することを決意する。
「24 年間の競技人生を振り返れば『柔道着に日の丸をつけてオリンピックという最高の舞台で世界

のライバルと戦えたことを誇りに思う』という境地に到り引退の決断をすることが出来ました」とコメントしたと西山さん。
22 歳から社会に入って経験を積んでいる同期社員に、30 歳でビジネス未経験の自分がいきなり肩を並べて仕事をすることは難しいことは最初から分かっていた。周囲からは「スポーツで真似できない成果を出せたんだから他の世界でも必ず活躍できる。絶対大丈夫だ。」と声を掛けられたが全く腹落ちせず、その声も鵜呑みにすることが出来なかった。柔道を引退すると、教員や柔道の指導者という選択肢もあったが、
“柔道だけできる自分”に強い消失感があり、このまま指導者になったとしても厚みのある指導はできないと思い立ち、社業に専念することを決意した。

■柔道やスポーツを頑張れば社会でも活躍できると言うならば、自分でやってみせて証明しなければならない。

メダリストになれば将来は指導者になれる道も残されているが、他の世界で活躍を求めるなら、自分で努力して実績を積み上げる他ない。
社業に専念し始めた当初は本当に苦労した。商談の経験もなければ議事録も書いたことがない。最初の担当業務は既存顧客への営業だったが「元々トップアスリートでした。気合いと根性はあります！」という営業トークが通用する世界ではないし、何よりこのような営業手法は自分自身や柔道の価値を削ぎ落とすような気持ちがあり、それを強く拒んだ。
未経験ながら、先ずはお客様や周囲の方に迷惑はかけまいと必死に食らいついた。予算作成やデリバリー対応・取引先との価格交渉や新製品の企画提案。30 歳にして初めての経験ばかりだったが、３年経ったころにはしっかりと身についていくのがわかった。営業 4 年目にはすっかりと自分のものにすることができ、自信も付き２年後には起業できればと考え始めるようになった。

■アスリートをはじめとした凡ゆる人と組織が活躍できるインフラをつくる

現時点で自分自身の経験を振り返ると、ファーストキャリアで特殊な専門職を経験して、30 歳から未経験でビジネスのセカンドキャリアをスタートした。先に経験した特殊な専門職がたまたまアスリートだったというだけの事であり、芸能や芸術など、寧ろこれら以外の専門的な職種も含めた職業の一つに過ぎないと言える。このような自身の経験から、セカンドキャリアでは就業未経験だとしても自身の置かれた環境に奮起し、成果を上げることが肝要だと捉えている。これは個人だけの力ではなく組織の適切なサポートも必要である。一方で労働とは、社会的・経済的な価値を生み出し続けることであり、これらを考えると個人の win だけではなく組織の win も同じ重さで担保する必要があるため、現在の人材事業で個人も組織も効率的に成長できる win-win となるインフラをつくっていきたい。



SPORT CAREER SUPPORT CONSORTIUM
スポーツキャリアサポートコンソーシアム

「自分を知り、そして深ぼる」ことを積み重ねてほしい。



石川直宏

元サッカー日本代表
FC東京クラブコミュニケーター

サッカー　naohiro ISHIKAWA

石川 直宏
1981 年生まれ。神奈川県横須賀市出身。5 歳の時にサッカーを始める。小学生時代は横須賀シーガルズに所属。中学からは横浜マリノスジュニアユース追浜に所属。高校に入ると横浜マリノスユースに昇格する。卒業後は横浜 F・マリノスのトップチームに昇格して J リーグデビュー。2001 年には U-20 日本代表として背番号１０を背負って出場。2002 年に FC 東京へ移籍。2003 年日本 A 代表。香港戦で国際 A マッチ初出場を果たす。2009 年には自身初の J リーグベストイレブンに選出される。2017 年選手引退を発表。引退後は FC 東京クラブコミュニケーターに就任。また自らネクストキャリアとしての活動を積極的に展開している。

これまでのキャリア

●中学時は横浜マリノスジュニアユースとして活躍
●高校時は横浜マリノスユースとして活躍
●2000 年　高校卒業後　横浜 F・マリノスのトップチームの一員として J リーグデビュー
●2001 年　U-20 日本代表としてワールドユース大会に出場
●2003 年　日本 A 代表に選出される。国際 A マッチ初出場
　　FC 東京へ移籍。J リーグフェアプレー個人賞を受賞
　　J リーグ　優秀選手賞受賞
●2004 年　U-21 日本代表としてアジア大会で準優勝

U-23 日本代表。JOMO オールスター戦で MVP 受賞。

●2009 年　J1 大宮戦で初のハットトリックを決める。日本代表選出。
Ｊリーグ　優秀選手賞受賞

●2012 年　日本代表復帰

●2017 年　シーズン終了後に引退

●2018 年　FC 東京クラブコミュニケーターに就任

■横浜マリノスユースで大活躍

石川さんは、5 歳の時近所でよく遊んでもらっていた 2 つ上のお兄さんがサッカーをやっていたことがきっかけでサッカーを始める。幼稚園年長で横須賀シーガルズに入部すると、小学校 1 年生時には 3 年生チームに入るほどずば抜けた存在だった。小学生時代は常に活躍していたこともあり 6 年生では清水市のサッカー大会で優秀選手に選ばれる。

中学からは学校のサッカー部に所属することが一般的だが、オファーをもらう形で横浜マリノスジュニアユースの追浜に所属した。

当時、横浜マリノスのジュニアユースは２チームあったが、「個」を重視する追浜に入ることに決めた。

中学時代はまだ成長期前で体も小さかったが、将来性を買われて 1 年生からメンバーに。しかし石川さんは「フィジカル面でもすごく差があるし、なんで自分が出てるんだろう」という気持ちから、なかなかチームに馴染めなかったという。

高校生時はそのまま横浜Ｆ・マリノスユースに所属した。サッカー強豪校への憧れもあったがプロになるためにはマリノスで６年間しっかり見てもらい評価してもらいたいという想いが強かった。

周りに比べて身体が大きくなかったため、自身の武器であるドリブル等の技術を磨いた。

大学進学の誘いもあったが、プロになりたいという夢を追いかけるためにとにかく練習した。その成果が実り卒業後は横浜Ｆ・マリノスのトップチームに昇格し、夢だった念願のプロサッカー選手という職業につくことになる。



■初めての挫折

横浜フリューゲルスとの合併によりユースが統合し、ポジション争いが加熱したことにより初めての挫折を味わう。当時石川さんのポジションはトップ下だったが、ライバルにポジションを奪われ右サイドへコンバートされることになった。ただ持ち前の努力で徐々にスピードを身につけ右サイドアタッカーとしての能力を開花しはじめた。
2000 年に J リーグデビューを果たすと同年に U-19 日本代表、翌年 2001 年には U-20 日本代表に選ばれるが、横浜 F・マリノスでは出場機会が得られず、紅白戦では B チームの控えにも入らなくなっていった。2002 年 4 月、当時原博実さんが監督を務めていた FC 東京からのオファーを受け期限付き移籍。移籍 3 日後に行われたナビスコカップ 清水エスパルス戦では得点のアシストを記録し、その後レギュラーの座を獲得。そして U-21 日本代表にも選出され、アジア大会で準優勝に貢献した。

■FC 東京への完全移籍そして引退

2003 年 8 月には FC 東京に完全移籍。レギュラーとして活躍し、その年の J リーグフェアプレー個人賞を受賞した。同年にはアテネオリンピックを目指す U-22 日本代表と A 代表に選出。
オリンピックでは結果を残すことができなかったが、その年のオールスター戦ではゴールを決め MVP を受賞し、チームとしてもナビスコカップ優勝のタイトルを獲得した。

その後の怪我による長期間の離脱を乗り越え、2009年はプロ入り初のハットトリック、5年半ぶりのA代表招集、初のJリーグベストイレブンにも選出され充実した一年になった。しかしシーズン終盤に怪我を負うと、その後も度重なる怪我に悩まされ、2016年には引退を考えるもクラブからの強い慰留を受け再起。
2017年、8月に引退を発表。同年12月3日のラストマッチで得点をアシストし勝利して自ら引退の花道を飾った。
石川さんはプロとしてのサッカー人生の最後は絶対ピッチに立つことを目標としていたという。
120%の力を最後の試合に注ぎ込んでチームメイトやファン、サポーターに恩返しをしたかったと話す。

■30歳のころからネクストキャリアを考え始めた

5歳から37歳まで32年間サッカーを続けてきた石川さん。
若いころはそこまでネクストキャリアを考えてはいなかったという。FC東京時代は海外でのプレーも考え語学を勉強したが、常にサッカーがベースであった。
ただ30歳ごろになると、まだ現役ではあったがネクストキャリアのことも視野にいれはじめた。
キャリアデザインセンターで学んだりしたが、就職は簡単だけど選択肢は少ないと感じたと石川さん。自分から積極的にビジネスパーソンが集う場に参加しはじめ、コミュニティ作りをした。
そのころからコーチや監督として残るのではなく、誰もやっていない領域でサッカーを支えていきたいと考え始めていた。
そのためには、自分自身の感度を高め、人脈を広げていくことで自ずと具体的なネクストキャリアが見えてくると。
引退した当初はやり切った感もあり、しばらく休んで充電しようとも考えたが、FC東京でリーグ優勝ができなかったことを考えると、まずはクラブをもっと強くできるじゃないかという思いが強くなり動き始めた。クラブから引退後チームに残ってほしいという話はあったが、育成や普及、ホームタウン活動も含めたものがサッカークラブであるという想いが現役から強かったため、クラブとの話し合いの結果、それぞれの部署や、ファン・サポーターなどステークホルダーを繋げていくクラブコミュニケーターという新たな立場に就任した。

■農業という発想

育成やチームの普及、ホームタウン活動を考えた中であるイベントを企画して実施した。三鷹市の都市農園を応援するイベントだ。その内容は農業というコミュニティを通して繋がりの場を提供していきたいというもので、その農園で取れた野菜でバーベキューをしてサポーターや地域の方々と一緒に食べるイベント。その際にファン、サポーター、ホームタウンの方々との繋がりを改めて実感。「これだ」と感じたという。
みんなが集える場であり、ものを作る喜びを感じ、地元の人とも繋がる。
そしてそこには地元のチームに所属する選手が参加している。
ひとつのモデルケースとして、楽しさを共有して農業を広めていきたいと感じたそうだ。

2020 年の 5 月、石川さんは現役のサッカー選手やプロ志望の学生を対象にオンライン勉強会に登壇する。石川さんは講演と、参加者が世代や所属クラブの垣根を越えて語り合う場を提供した。選手たちは改めてサッカーがなくなったら何ができるんだろうと考える機会となった。サッカー選手の平均年齢は 26 歳。他のスポーツに比べて活躍できる年数は極端に短い。こういった場で自ら考え、ある意味危機意識をもってもらう。ただ、危機意識だけもたせることは誰でも出来るが、石川さんはその活路のひとつとして農業を見出した。かねてより関係性のあった株式会社 I.D.D.WORKS の三橋亮太代表と「**長野県飯綱にアスリートが”化ける”農園をつくりたい**」というテーマの元、自ら石川さんの名前をとって「NAO‘s　FARM」をつくった。自らも定期的に足を運び農場長見習いとして動いて運営している。
自然と向き合い共生していくことや新たな仲間と協力し、地域のつながりに感謝することで共にやりきった時の景色も一緒に見てみたいという。
ネクストキャリアで農業をやりましょう！と言うことではなく、農業というひとつのコミュニティを通して、自分のキャリアに対する感度を上げ「熱」を感じてほしいということ。
石川さんには農業を通して壮大な VISION もある。
今や全国に根付いているＪリーグの各チームに、地元の人たちとアスリートがコラボした農園をつくっていきたいと。そして共感してくれる仲間との出会いも求めている。



■アスリートはすごいパワーがある

アスリートは、幼少期から中々経験することが出来ない「勝負での勝ち負けを受け入れる力」「失

敗」「成功」「仲間との関係性」「絆」が研ぎ澄まされているはず。そして誰しも熱量を持っており、「やり切る姿勢＝諦めない姿勢」は突出しているはずだと考える。
こういったパワーを生かすことも自分次第。現役時代から積極的にコミュニティに参加し、自分自身の感度を高める体験をして「自分を知り、そして深掘りする」ことを積み重ねてほしい。また趣味や繋がりをもちながらエネルギーを得てほしい。これらの積み重ねで、セカンドキャリアが見えてくると石川さんは語った。



願いは幸せな女性をふやすこと



佐田 樹里

1982 年生まれ。福岡県出身。全日本代表経験のある元バレーボールプレーヤー。高校時代からの活躍で全日本ジュニア、全日本ユースにも選ばれ世界大会での優勝経験も。高校卒業後 JT マーヴェラス、日立佐和リヴァーレと 7 年間トッププレーヤーとして活躍。引退後、結婚・出産を経てバレーボール解説者やバレーボール教室をしながらボディメンテナンスサロンを経営。そして企業向け研修講師も務める。

これまでのキャリア

●1999 年　熊本信愛女学院で春高バレーベスト８
●1999 年　ユース日本代表として世界ユース優勝
●2001 年　アジアジュニア選手権準優勝
●2001 年　JT マーヴェラス入団
●2003 年　日本代表に召集される
●2005 年　日立佐和リヴァーレ入団
●2007 年　引退
●2011 年　YOSA PARK 樹　創業

●2020 年　Bright　up に名前を変更
●2021 年　ULT インストラクター（女性ホルモンインストラクター）
●2022 年　企業研修スタート

■大好きではじめたバレーボール、ただ高校時代にあまりにも厳しく挫折しかけた

小学校３年生の時に大林素子さんに憧れて志願してバレーボールを始める。
小学生からバレーボールを始める人は、母親や兄弟の影響で始めるパターンが多い中、自分で決めて始めた。既に 160 センチあったのもバレーボールに結びついたという。好きなバレーボールだったが小学生の時は県でベスト８がやっとだった。
中学は強豪の久留米市立筑邦西中学校に入学。九州大会そして全国大会に出場。
高校は強豪で全国常連校、熊本信愛女学院に進む。１年時から出場、３年時には春高バレーベスト８まで進む。ポジションは常にレフトかセンターのエース。
ただ高校の練習はとても厳しく、何度もやめようと思い挫折しかけた。
高校の最初は何もやってもうまく行かず、想像以上の厳しい練習についていけなくなった。それでもユース日本代表に選ばれ世界選手権優勝、アジアユース選手権準優勝、2001 年ジュニアアジア選手権で準優勝。ジュニア日本代表時は調子もよく、またバレーボールに夢中になれた。
やっぱりバレーボールは好きだと、実業団でも続ける決意をする。



■実業団のトップチームでプレーをしようと決意

2001 年、高校在学中に JT マーヴェラスに入団。
JT では優勝することはできなかったが、レフト・ライト・リベロと様々なポジションをこなせるユーティリティープレーヤーとして活躍。そして 2003 年には日本代表のリベロとして招集がかかった。その時のエピソードとして、当時高校生で全日本に入った木村沙織さんと合宿で同部屋になり、ファンに書くサインを考えたという。2005 年まで JT で続けたが、日立佐和リヴァーレの吉田國昭氏に直接懇願されてチームを移籍。日立２年間プレーを続けた。小柄ながらエースとしての勝負強さに加え堅実なレシーブの要として大活躍、最後のシーズンは主将としてチームを支え続けた。
2007 年シーズンでは怪我も多くなり惜しまれながら 5 月の黒鷲旗を最後に引退する。
しかし引退した瞬間に、元バレーボール選手という肩書だけでおわるのは嫌で
セカンドキャリアで何かをしないといけないと、引退後試行錯誤した。
コーチとして何か役に立てないかと考え、春高を目指せるチームを作るという「春高コーチングキャラバン」のコーチを 2 年間続けた。当時は最年少コーチということで話題になった。その後 2009 年に長女を出産して一時期バレーボールから離れる。

■お母さんたちが元気になれるサロンをつくりたい、そして勉強

バレーボールでは、身長 174 センチは決して大きい方ではないため、練習でも常に 120%の力を出していた。子供を育てながらの主婦業もとても大変だった。そういった女性の方々が安らげる場所、2011 年から女性のためのボディメンテナンスサロン YOSA PARK 樹を設立。　身体を芯から温める効果のある YOSA を使った独自サロンを佐賀県で開業。
お母さん方には大変好評で噂が広まり人気のサロンとなった。
サロンを経営する傍ら、2016 年から DAZN バレーボール解説者やバレーボール教室、スポーツイベント講師、イベントにも積極的に参加。
ただセカンドキャリアとしてこれでいいのか？という疑問も持ち始めた。
母になってからも、心のどこかで男性より活躍したい！稼ぎたい！という思いがあり、やる気と根性でガムシャラに仕事をした。でも頑張れば頑張るだけ、虚しさが残った。そして、夫婦仲も悪くなり、私の体調も悪くなり、自分が求めていた物は何なのか考えはじめた。そんな時に、改めて女性ホルモンのメカニズムや女性脳について勉強しようと考え始めた。
そこで学んだ事を元に、今までの人生での失敗を考え、女性ホルモンのメカニズムを活用し、仕事や生活をしたらどうなるのか？ということを、自ら活用してみた。すると、仕事や生活がうまくいきだしただけでなく、女性としての在り方、考え方が変わり、肩の力を抜きながら、楽しみながら生活できるようになった。


YOGA PARK


大野果歩
最高の輝きを。最大
DAZN

■もう一度輝きたい。そして始めた企業研修

知り合いの社長に、人生の主人公は自分だよ！
仕事で成功したいなら、付き合う人を変えなさい！
と言われ、その頃ママ友しか知り合いがいなかった私は、異業種懇談会に参加するようになった。
そこで、「今の樹理ちゃんは、歌手になれる素質があるのに、マイクを持たない人と同じだよ！」
と言われ、自分と向き合い、やっと自分の強みややりたい事、使命にたどり着いた。
自分では気が付いていなかったが、相手に説得力のある話がしっかりできる。
そういったアドバイスをして頂き、自分自身はこれで止まってはいけないと。
サロンでは日本一になれない。女性にしかできない企業研修で日本一になろうと佐田さんは思った。
デリケートゾーンのインストラクターの資格をとった。そして１年間しっかりと勉強をした。女性ホルモンのメカニズムを知り、それを実践しながら勉強することによって理解が出来た。
当初は現役のアスリートや学生に伝えたかったが、アスリートだけではなく女性全員の問題だと気が付き、女性向けの研修をすることを決意。

■女性ホルモンアドバイザーという肩書で

なぜベストなコンディションで現役時代プレーが出来なかったというのが「女性だからこそ」というのがわかった。
女性特有の生理があるからこそ、ベストなコンディションで戦えないことが無ければいいのにという浅はかな考えや、またなぜ生理痛があるのかわからないまま現役時代を過ごした。我慢してプレーするのが美学だと信じていた。
生理はとめてしまったほうがいいと考えるアスリートもいる。
でもそれが疲労骨折に繋がるということも知らなかった。
これをアスリート向けに（選手向けに）実践しようと。
現場は男性の監督が多いのでなかなか理解が進まなかったが、少しずつ結果が出ていった。
それを理解していた他競技の一流プレーヤーは結果を出していた。
意外にトップアスリートはわかっているようで全くわかっていなかった。
それを選手に取り入れていけば活躍できる可能性は高くなりベストな状態でプレーできるはずだと佐田さんは考えた。

■企業研修を本格的に

「女性のパフォーマンスは、ホルモンメカニズムによって変わる。女性には男性以上に集中できる期間がある」ということを経営者に対し伝え始めた。
女性社員さんには、女性ホルモンのメカニズムを理解していただき、不快な悩みを予防していただくことで、効率的に仕事をしていただくサポートをする研修。また女性脳の仕組みを理解していた

だくことで、「身体と心のセルフコントロール」というのを実践してだくという研修。
また、男性社員さんには、女性ホルモンのメカニズムや女性脳の仕組みを理解していただくだけでなく、会社や家庭でも、すぐに使える声掛け方法などの研修を用意している。社会作りのきっかけになればいいと佐田さん。

■企業に合わせた内容を研修で

女性研修は今までもたくさんある。
ただホルモンメカニズムという視点での企業研修はあまり聞いたこともなく
これで日本一をとりたいとプログラムを考え展開中。
女性が活躍できる社会づくりと言っても、課題は様々で、女性社員さんのエンゲージメントをあげたい、女性の心身についての理解度をあげたい、女性管理職を増やしたいなどを全国に広めていきたい。
今まで以上にもっともっと女性が活躍できる場を違った視点でつくりたい。
佐田さんの夢はまだまだこれからだ。



国技である柔道をより多くの人に知ってもらいたい、そして柔道に触れてもらいたい



秋本 啓之

元柔道日本代表

デジタル・スポーツ・ジャパン株式会社

営業本部マネージャー

柔道 hiroyuki AKIMOTO

秋本 啓之

1986 年生まれ。熊本県宇城市出身。5 歳の時に柔道をはじめる。桐蔭学園高校時代無差別級全国高校選手権で 66 ㌔級ながら優勝。その後、筑波大学時代に世界ジュニアを制するなど数々のタイトルを獲得。卒業後は 2009 年に階級を上げ講道館杯で優勝。そしてワールドカップウィーン大会で優勝。その後も数々の世界タイトルを獲得するもののオリンピックには出場できず、引退後は後進の指導にあたるとともに、全日本柔道連盟女子強化コーチにも就任。

これまでのキャリア

●2004 年　全国高校選手権にて無差別級で優勝
●2005 年　世界ジュニア優勝　フランス国際優勝
●2009 年　階級 73 kg級で講道館杯優勝　ワールドカップ優勝
●2010 年　世界選手権優勝　アジア大会優勝
●2011 年　グランドスラム優勝
●2014 年　グランプリ・デュッセルドルフ　優勝　グランドスラム東京優勝
●2016 年　引退　全日本女子強化コーチ
●2021 年　全日本男子 73kg 級 81kg 級強化コーチ

●2021 年　デジタル・スポーツ・ジャパン株式会社に籍をおく

■根っからの柔道一家

気が付けば柔道が生活の一部だった。父親が世界ジュニア、嘉納杯を制している柔道家ということもあり 5 歳で本格的に柔道をはじめる。幼少期から厳しく育てられ、1999 年に全日本ジュニアで日本一になった 4 歳上の兄と共に柔道一家であった。熊本県宇城市富合町藤井道場から松橋中学で鍛えられ、

高校は縁があって神奈川県の桐蔭学園高校を選ぶ。兄が中学生時代、全国大会とインターハイで敗れた相手の選手が桐蔭学園高校に行ったということを聞いて興味を持った。そして父親の勧めもあり色々な縁が重なり入学を決意。

そういった縁のある桐蔭学園高校で自身の力を試したい一心から、無差別で行われる高校選手権にチャレンジすることを決意。66 kg級の選手が 100 kg超の選手を相手になんと神奈川県大会を突破。そして全国高校選手権大会に出場。なんと 66 kg級の選手で出場した秋本さん。重量級の選手を次々とやぶって優勝した。この快挙は以後誰も達成していない。

その後、筑波大学へ進学。1 年生時には本来全日本ジュニアの合宿に呼ばれるが、高校時代の成績を評価されシニアの合宿に参加していた。

そしてシニアの大会にも出場機会を与えられた。後にシニアで戦える自信にもなったという。その後世界ジュニアを制し父子二代で世界ジュニアチャンピオンとなった。また嘉納杯でも父子 2 代で優勝している。

2005 年にはスーパーA トーナメントと呼ばれていたフランスの国際柔道大会で優勝する。この大会で 2008 年の北京五輪を意識するようになったと秋本さん。



■数々の世界タイトルホルダーですら遠いオリンピック

オリンピック出場に向けて順調に見えたが、減量苦で過食おう吐摂食障害になった。2006 年のアジア大会では３位に終わり、2007 年の世界選手権では、直前に靭帯断裂して４回戦負け。2008 年の遠征中には脱水症状を起こし、五輪を目指すことを断念する。当時のライバルであった、地元熊本の先輩である内柴選手が金メダルを取ることになる。そして思い切って階級を 66 kg級から 73 kg級に上げることを決意。その成果はすぐに出た。階級をあげると本来の柔道が戻り始め講道館杯で優勝する。

筑波大学卒業後、了徳寺学園に就職する。数ある誘いの中で、柔道に専念できる環境をもとめ就職を決めた。今でこそ柔道に専念できる環境が整った企業が多くなったが、当時の了徳寺学園は柔道に専念できる数少ない企業の一つであった。その後、国際大会でも実績を重ね、ワールドカップウィーン大会で優勝する。そして全日本選抜柔道体重別選手権大会で優勝。2010 年 9 月、世界選手権では優勝を果たし、父子２代での世界選手権メダリストとなる。その後アジア大会でも優勝。12 月のグランドスラム東京でも優勝。2012 年のロンドンオリンピックに向けて順調な調整を続けたが、その年の１月に左足の甲を痛め全治 3 か月と診断される。そして５月の選抜体重別で敗れ、北京オリンピックに続き２度目のオリンピック出場の機会を逃したが、2016 年のリオデジャネイロオリンピック出場を目指し現役続行を決意。

2014 年グランプリ・デュッセルドルフでは優勝を果たし、9 月のアジア大会でも２連覇、12 月のグランドスラム東京では、後の金メダリストの大野選手を破り優勝する。2015 年のグランドスラム・

パリでは世界ランキング１位の選手を破り優勝。グランドスラム・東京では２連覇達成。破竹の勢いでオリンピックは確実視されていた。しかし、2016 年に入りグランドスラム・パリで準決勝敗退。同４月のオリンピック最終選考会でもある、全日本選抜体重別選手権大会でも初戦で敗れリオデジャネイロオリンピック出場は果たせなかった。そして６月の全日本実業団対抗選手権で引退。



■実現できなかったオリンピック金メダルを教え子に取らせたい

現役時代にこれほどまでの実績を残し、数々の世界タイトルホルダーとなった秋本さんは柔道界でも信頼は厚い。引退後はオファーが多数ある中、指導者への道を決めた。そして社会人時代からずっと支えて頂きお世話になった了徳寺学園で指導にあたることを決意。
2016 年 12 月から全日本の女子重量級のコーチとして 2021 年東京オリンピックまで帯同する。教え子も育った。そしてオリンピック後は了徳寺学園から、新たなフィールドで活躍をもとめ柔術の世界にも目を向けはじめる。残念ながら柔道の人口は減ってきている。ただ柔術は違う。ここ最近は年齢に関係なく柔術を始める人が多くなってきた。
他競技である柔術の良さを柔道にも取り入れるために元世界チャンピオンはデジタル・スポーツ・ジャパン株式会社に籍を移す。秋本さんの夢実現のために迎え入れていただいた会社だ。
引退後のセカンドキャリアで悩む時期は誰しもが持つ。秋本さんも相当悩みながら、色々な先輩に相談している中、長年世界のトップで柔道に取り組んできた経験を活かして海外向けに柔道衣そして柔術着のプロデュースをするアイディアに辿りついた。

■柔道の魅力も広めたい、そしてVISION

柔道の指導では、筑波大学の柔道部や子供たちへの指導も続けている。
そして2021年10月には新たに全日本柔道男子を率いる鈴木桂治監督の元、73kg級・81kg級のコーチとしてパリ五輪で金メダルを獲得できる選手の育成を目標として指導にあたっている。
そんな中、現在新たなフォールドである柔術に挑戦中。
全日本女子合宿のクロストレーニングの一環としてとして柔術の先生を招いてトレーニングを経験した。柔道をより魅力的に、そして柔道を知らない人にも柔道に興味を持ってもらうためには、柔術をはじめとする他競技の良い部分を柔道にも取り入れていく必要があると感じた。
もともと立ち技中心の柔道。柔術は寝技中心のスポーツ。年齢・階級・色帯制度で区分けが多いことやデザイン性の高い道着に魅力を感じた。
柔道は人口が減っている一方で、柔術の競技人口は増加傾向にある。自身で柔術を学ぶ中で、柔術着のデザイン性の高いお洒落でカッコいい柔術着の要素を柔道衣にも取り入れたいという想いが強くなった。
そして自ら日々稽古に励む中、柔術世界一への挑戦にも意識が向き始めた。

■柔術で世界一、そしてKIMONOブランドの創設

まだまだチャレンジははじまったばかり。同じ格闘技ではあるものの柔術をはじめて約一年で世界一に挑戦することを決め、2022年アブダビでの大会へ出場した。
柔道現役時代ほどの練習はできない。でも本当に楽しい。年齢的なこともあるが、カテゴリーの細分化が進んでいるスポーツであるため誰にでも世界一へのチャンスがある。
そして魅力に感じた柔術の道着、KIMONOブランドの創設者として柔術の魅力、オシャレな道着を世界に広めていく挑戦ははじまったばかり。
KIMONO®は純国産にこだわり、高品質な綿生地と柔道を支えてきた職人の縫製技術を折り合わせ、機能性・耐久性・デザイン性に優れたユニークな道着。
世界大会でこの道着を纏い、世界の人々に武道の素晴らしさや日本国産の道着の素晴らしさを知ってもらいたいと秋本さん。
柔道をより一層高めるために柔術の要素を取り入れ、自身でも柔術を経験したことでコーチングの幅も広がった。これからの柔道界も楽しみだ。そして秋本さん自身もコーチでありながら柔術に挑戦。そしてKIMONOブランドを世界にひろめる。
元柔道世界チャンピオンのセカンドキャリア。まだまだ大きなことにチャレンジしたいと。しかしベースにある柔道というのは忘れていない。国技である柔道をより多くの人に知ってもらいたい、そして柔道に触れてもらいたい、秋本さんのセカンドキャリアのチャレンジは続く。



アメリカでもっともっと多くの人にバドミントンを広め楽しんでもらいたい



樽野 恵

1988 年生まれ。福岡県北九州市出身。指導者であった母親の影響から 5 歳でバドミントンを始めた。全国小学生大会では 1999 年に 5 年生の部、2000 年に 6 年生の部で全国優勝と二連覇を達成。高校は石川県金沢向陽高校へ進学。卒業後は NTT 東日本へ就職。2009 年に全日本社会人選手権で優勝、2013 年には全日本総合バドミントン選手権大会で準優勝。2016 年の 2 月に現役を引退。4 月から渡米し、日本人初の海外でのバドミントンコーチとして活動中。

これまでのキャリア

●2000 年　全国小学生選手権大会シングルスの部　2 連覇達成
●2004 年　全国高等学校選抜大会ダブルス　優勝
●2007 年　全国社会人選手権シングルス　2 位
●2008 年　大阪 OP　IC　優勝
●2009 年　全国社会人選手権ダブルス　2 位
●2010 年　全日本社会人選手権大会シングルス　優勝
●2011 年　全国ランキングサーキット大会　シングルス　2 位
●2012 年　オーストラリア OP IC　ダブルス優勝

●2013 年　全日本総合選手権大会　ダブルス 2 位
●2014 年　日本ランキングサーキット大会　ダブルス優勝
●2014 年　ロシア OP GP　ダブルス 4 強
●2016 年　2 月に引退
●2016 年　4 月からアメリカでバドミントンアカデミーコーチに

■5 歳から目標はオリンピック

バドミントン経験者の母の影響で、気が付けば 5 歳からバドミントンをやっていた。母親がバドミントンのクラブチームを作ったタイミングということで他のスポーツの選択肢はなかったと樽野さん。
バドミントンが盛んな北九州と言うこともあり、部活よりもクラブチームが盛んなエリアだった。小学生ながら週に 4 日～5 日はバドミントンの練習をしていたため、なかなか友達と遊ぶことも少なかった。でもここで精神力が養われたんだなと痛感しているそうだ。
コーチであった母親は練習態度や、時間厳守、生活面でも大変厳しく躾けられた。今更ながら大人になって改めて感謝することは多いという。
そういった厳しい練習環境ではあったが普通ではなかなか経験のできない全国各地へ行けたり、表彰されたり自分なりに喜びを感じていた。
そして身体も比較的大きかった樽野さん。小学生ながら中学生に勝ってしまうこともしばしばあった。
その中、中学からライバル関係にあった熊本出身の藤井瑞希選手の存在は大きかった。必ずと言っていいほど九州大会や全国大会の決勝で何度も戦い高校ではお互いを意識し認め合える存在になっていたと。（藤井選手は後にロンドンオリンピックでダブルス銀メダルを獲得する）
高校はずっと指導してもらった母親の元を離れて、石川県の金沢向陽高校に進む。石川県はバドミントン大国といわれていて能力の高い人は金沢向陽に行くと言う流れもあった。金沢向陽高校の練習は短期集中型。強豪校では珍しく練習時間は短かった。ただ練習は大変厳しかったが自分には本当に合っていたと。そしてずっとシングルスしかやってこなかったが、向陽高校ではダブルスもはじめた。
向陽ダブルスという有名なスタイルがあり、卒業後も向陽出身の人なら誰でも組めて試合ができた。そして 2004 年にダブルスで高校日本一になる。
１年生の時はシングルでインターハイ２位になり、ナショナルチームの B チームに選出された。そこで社会人の代表の方や大学生の方々と一緒に合宿をするようになり、大学への推薦もあったがオリンピック出場を意識し始め、あえて遠回りせずに社会人への道を決意する。
バドミントンを始めたころの夢（オリンピックに出たい）を確信に変えた瞬間だった。



■社会人はあえて男子の強豪チームに

そして五輪を目指したが

社会人女子の強豪チームからの誘いは当然あった。
最終的に選んだのは、NTT 東日本だった。女子は強豪とまでは呼ばれてなかったが、当時の男子シングルス日本チャンピオンだった佐藤翔治さんからの勧誘があり入社することに決めたと樽野さん。
強豪男子チームがあり、いい環境で練習ができると言うのも大きな理由だった。男子の球を受けることもできるし男女ミックスで練習ができるというのも魅力的だった。そして団体戦は新人ながら第一ダブルスに出場ができ大きな大会でも最初から経験を積むことができた。そして国内でもシングルスで優勝を重ね、2012 年のロンドンを目指すこととなる。
バドミントンのオリンピック選考基準は大変厳しい。
開催年の 4 月まで、前年の 4 月から 1 年間のランキングポイントで決まる。
みんな国際大会に出てポイントを稼がなければならない。
シングルス 2 名、ダブルス 2 組のみが出場枠。シングルスの場合ランキング 16 位以上、ダブルスの場合は 8 位以上の出場枠しかない。ただし 8 位以内に三組のペアがいてもトップ 2 しかいけないという選考基準。シングルスも同様で 16 位に 3 名いるとトップ 2 しか出場枠がない。
日本はレベルが高く樽野さんが現役時代はダブルスでも 15 位以内に 4 組がいるという状態であっ

た。
オリンピックレース期間中、世界でポイントの高い試合で優勝しないとなかなかポイントは稼げない。シングルスでの出場を目指したが大きな怪我をしてしまいポイントが足りなかった。結果ランキング内に入ることが出来ず 2012 年のロンドン五輪は叶わなかった。
次のオリンピックは４年後のリオデジャネイロ。目標を 4 年後に定めポイントを重ねていく。シングルスでは社会人大会での優勝、ダブルスでは全日本総合で２位という成績だったがダブルスに切り替えてリオデジャネイロを目指した。
日本代表として代表 A チームでも活躍して、世界選手権にも出場していたが
オリンピックの 1 年前、オリンピックレースのナショナルチームから外れ、リオデジャネイロオリンピックの可能性はなくなった。
子供のころからの夢だったオリンピック出場の夢は叶わなかった。
27 歳だった。4 年後の東京オリンピックのことも考えたがそこまで自分のモチベーションが続く気がしなかったと樽野さん。
2015 年ナショナルチームから落ちた時にセカンドキャリアについてはじめて考えたという。NTT 東日本という企業に残る選択肢もあったが、自分では身体を動かさず働くというタイプではないなと考え引退イコール退社を決断する。
5 歳から始めていたバドミントンから離れると言う決断がなかなかできなかった。

■誰もやったことがないコーチングにチャレンジしたい

2015 年にナショナルチームから離れて国内大会のみの選手になった時に、英語圏でのコーチングを考え始めた。英語が得意ではなかったが次の夢は二か国語を話せて海外でコーチングをしたいということだった。
知人を含め周囲の関係者にアメリカに行きたいと伝えたところ協力して頂けた。まだ現役時代ではあったが休暇をとって 10 日間渡米。意外な発見があった。アメリカには高校年代くらいまではバドミントンのクラブチームがたくさんあるということ。そして中国系アメリカ人が多いということ。でもなぜか大学にいくと体制の問題なのかバドミントンをやめてしまう。スポーツでお金を稼ぐという文化のあるアメリカではバドミントンは稼げないという理由が大きいらしい。大学や実業団に体制は全く整っていない。でもバドミントン人口は多い。クラブチームもたくさんある。そして、みんな楽しそうにやっている姿を目の当たりにして「これだ！」と感じたと樽野さん。
そこで 2016 年３月に退社することを決めていたのもあり、2015 年の 10 月には現在コーチングをしているアカデミーに籍を置くことをきめた。そして 2016 年に単身アメリカに渡った。当初は正直寂しさもあったが LA の空と海が本当に気持ちをリセットできる環境であり自分にも向いているなと思った。



■セカンドキャリアはアメリカで

バドミントンはアジア圏が強い。アメリカは強豪ではない。オリンピックでも大陸枠があって出場はしているもののメダルを獲得出来ないレベル。ナショナルチームもない。アメリカでバドミントン？？と周囲に驚かれたが、だからこそアメリカで活躍をしたいと感じた。もちろんアメリカからオリンピックに出ると言うのではなく、そういった選手を自分の手で育てるということをやりたいと思った。そしてバドミントンをもっともっとアメリカで普及させたいという想いが強かった。

■バドミントンの楽しさを教えていきたい

オリンピック選手を育てていきたいという選択肢もあったがアメリカに来て感じたコーチングは、褒めて育てていくと言う環境。でも樽野さん自身は厳しくコーチングはしている。コーチングの理論も変えていかないとと感じ始めた。
日本でずっと厳しい環境で育ってきたのでコーチングは厳しいが、自分自身は楽しみながらやっていたというのを忘れてはいない。当然楽しいということもしっかりと伝えた。アメリカではもっともっと多くの人にバドミントンを楽しんでもらえるようにしていきたいと。そしてオリンピックに出たいという選手を育てていきたいというのもある。強い選手をコーチングするより、楽しんでいる人の中で強くなりたいと言う選手をコーチングしたい。そして何れ、アメリカチームの日本人コーチとしてオリンピックに出ることができれば。そういったところで役に立ちたいと感じていると

いう。
バドミントン界でアメリカにわたりコーチングを実践している例はない。
セカンドキャリアでの新しいチャレンジ。
数年後、樽野さんがアメリカ代表ナショナルチーム監督になっているというのを見てみたい。



SPORT CAREER SUPPORT CONSORTIUM
スポーツキャリアサポートコンソーシアム

自分の「好き」に向かって動き続ける』



荒井美帆

元アーティスティックスイミング日本代表

メイクアップアーティスト

プロフェッショナルアーティスティックスイミングパフォーマー

アーティスティックスイミング（シンクロナイズドスイミング） miho ARAI

荒井 美帆
1988 年生まれ。東京都出身。6 歳から水泳をはじめ、9 歳からシンクロナイズドスイミングに転向。小学校 5 年生の時、東京シンクロクラブに入り本格的にはじめる。高校生であった 2005 年の国体では優勝して、ジュニアでも実績を残す。2009 年には日本代表入りを果たし世界選手権に３大会連続で出場やワールドカップに出場。2015 年、日本選手権にてソロ準優勝し２６歳で引退。引退後はメイクアップアーティスト、そして水中パフォーマーとして活躍中。

これまでのキャリア

●2005 年　US　OPEN チーム３位　　国体優勝
●2006 年　ジュニア世界選手権チーム３位　フリーコンビネーション３位
●2009 年　世界水泳チームテクニカル５位　フリーコンビネーション５位
●2010 年　ワールドカップチーム４位　フリーコンビネーション４位
●2010 年　アジア大会チーム２位　フリーコンビネーション２位
●2011 年　世界水泳チーム５位
●2012 年　ロンドン五輪世界予選チーム３位
●2013 年　世界水泳チーム４位　フリーコンビネーション４位
●2014 年　ワールドカップチーム２位　フリーコンビネーション２位
●2014 年　アジア大会チーム２位　フリーコンビネーション２位

●2015 年　引退　メイクアップアーティストを始める
●2018 年　ロイヤルカリビアンと契約して、豪華客船でのショーに参加。

■イルカと一緒に泳ぎたい

6 歳から東京都葛飾区の金町スイミングクラブに通い水泳をはじめる。
泳ぐことが本当に楽しく水泳が大好きになった。
９歳の時、たまたまそのスクールでシンクロクラブをやっていたので興味を持ち始めた。実は幼いころから毎週見ていたテレビの番組で、あるとき小谷実可子さんが野生のイルカと一緒に泳いでいるところを見て「私も絶対こういう風に野生のイルカと泳ぎたい」と思っていた。実は小谷さんがやっていたのは水泳ではなくこのシンクロだとわかり興味をもった。
小谷実可子さんと言えば荒井さんが生まれた年のソウルオリンピックシンクロ代表。そしてソロで銅メダルを取った選手と言うことを知り、シンクロナイズドスイミングをやることを決意した。ちょうど 9 歳のときだった。

■競技として大好きなシンクロを自分でやりたいと

ただ通っていたスクールのシンクロクラブは、トップレベルを目指すチームではなかったので成績を残すほどハードなトレーニングというわけでもなかった。大会にも出たが下から数えた方が早かったという。しかし始めたことからシンクロの虜になり、当時はただただ楽しんでいた。
そんな荒井さんをみて母親が「もっと本気でやらせたい」と感じ、知り合いを通じて強いチームを紹介してもらうことになる。
東京シンクロクラブ（現在は東京アーティスティックスイミングクラブ）というメダリストの小谷さんも所属していたクラブ。日本代表やオリンピック選手を何名も出している。
実はこの東京シンクロクラブこそが、荒井さんが 2015 年に引退するまで所属していたクラブ。シンクロナイズドスイミングという競技は、学校での部活動として実施しているところは少なく、シンクロ選手はほぼ全員、学校外のクラブチームに所属する。ただトップクラスのみシンクロ選手としての高校や大学への推薦はある。ジュニアでも大会があるため。それを容認している。
高校は赤羽にある成立学園に推薦入学。学校を選んだ理由は赤羽から JISS（国立スポーツ科学センター）のプールが近かったため。そこで中学生～大学生が混じって練習をする。ほぼ休みもなくシンクロの日々が続く。
推薦されたからと言ってトップレベルに行くには大変狭き門。
全国で選考会出場権を得られるのはトップ 20 人～25 人のみ。
そして選抜チームは 10 名程度に絞られる。
大学は日本大学の推薦枠で進学。水泳部に所属しながら同じクラブチームで活動する。このころから毎日プールで浸かって練習する日々が続く。休みもなし。そして 1 日の摂取カロリーは 5000 キロカロリーと決められており大変きつかったと言う。どうしても痩せる体質ということもありとにかく頑張った。

■オリンピックは子供のころからの夢

アスリートならでは目標。とにかく好きなスポーツでオリンピックに出たい。19 歳で迎えた 2008 年のオリンピックは最終選考まで残るも代表には選ばれなかった。ただオリンピックに同じクラブの先輩が出場したのでオリンピックを観戦し世界を観にいった。もっともっと頑張らないとオリンピックは遠いなと感じたと荒井さん。しかし北京オリンピックの代表選手はチームでメダルを獲得できず全員引退。大学生だった荒井さんは 2009 年から日本代表に入った。次の目標だった 2012 年のロンドンオリンピックを目指して順調なスタートをきる。

2010 年に大学卒業後ミキハウスに入社。社会人になったが、クラブチームを継続できる環境が整っていた。オリンピックはチームとデュエット共に 1 組ずつ出場ができる。荒井さんはオリンピックチームメンバー入りを目指して練習した。そしてオリンピック予選会では日本代表としてチームに帯同した。

しかし残念ながら 2012 年のロンドンオリンピックは出場選手枠が 9 名、選考会で 9 位までが選出されるが 10 位になりメンバーには入れなかった。



■幼少期から本当に好きだったシンクロナイドスイミング、でも・・

ロンドンオリンピックには出場できなかった荒井さんは 24 歳という年齢になった。シンクロを引退する方々は 24～25 歳が一番多い。ロンドンが終わったら引退しようかと考えたこともあったが、次のオリンピックを目指すという気持ちは決してなくなったわけではなかった。しかし 9 歳か

らシンクロが大好きで続けられては来たが、メダルを取るためにこれほどまで練習を続けるべきか初めて悩んだ。2014 年のシーズンの練習は本当に厳しく代表ながら引退と言う文字が浮かび始めた。今までも辛い練習だったが、想像を超える辛い練習に耐えられなくなっていった。色々悩み日本代表という責任感もあり、まだ引退は考えなかったが次のオリンピックを目指すモチベーションも徐々に下がっていく自分に気付いた。2009 年から 6 年間続けた日本代表。引退ということを考え始めた時に、初めて辞めたいと思った。

■メイクアップアーティストそして水中パフォーマーに

シンクロを始めた時から、一度もシンクロを辞めたいと思ったことはなかった。練習に行きたくないというのは何度もあったが（笑）それだけシンクロが好きだった。だからこそ引退後もシンクロに関わる仕事はしていきたいと思っていた。コーチングという道もあったが、メイクアップアーティストをやりたいという気持ちがふと芽生えた。
メイクアップアアーティストと言っても、シンクロに関わるメイク。
日本代表選手であってもメイクは全て自分でする。ただ、日本代表ではメイク講習会があり、そこで試合用メイクのレクチャーをうけプロのメイクを習得する。ただのメイクではなく、水中でも落ちないメイク。
実は日本代表選手になれなかった選手はメイクのレクチャーを受けることはない。そういったシンクロの選手にメイクアップを教えたいという気持ちになった。そういった選手は選手同士で考えながらメイクをしていた。仕上がりは、プロのメイクとかけ離れたものになるケースが多かった。
引退後、メイクアップアーティストの学校に 2 年間通いデザインメイクというカリキュラムが気に入り、その分野にも進出。自分のセカンドキャリアはこの道だと思ったがすぐに仕事には結びつかなかった。



■プロのアーティスティックススイミングパフォーマーとして

メイクアップアーティストの仕事はさらなるステージでしっかりと継続しつつ水中ショーについても興味があった。教員をしている母親から学校でシンクロを見せてくれないかと言う依頼がありパフォーマンスを披露した。
なかなか見ることのできないシンクロを大変喜んでもらえた。
シンクロナイズドスイミングはなかなか披露する場がなく、国内でもショーを定期的にやっているわけではない。でもショーを見せたいという気持ちが高まる中、海外のエージェントからオファーがきた。
豪華客船を何隻も所有するロイヤルカリビアンだった。ショーではエアリアルからダンスからシンクロからすべてをこなす。一年のうちほぼ船上にいると言う条件ではあったがすぐにチャレンジしたくオファーを受けた。当初はあまり自信がなかった英語でのコミュニケーション。英語はマルタ共和国で 2 カ月短期留学して勉強した。それから船に乗り込んだが、1 年のほとんどを船で過ごすうちにある程度コミュニケーションがとれるようになった。
2018 年にロイヤルカリビアンと契約して、世界でも最大級の豪華客船でのパフォーマンスショーに参加してこの上ない充実感・達成感があった。
2022 年は就航したばかりのワンダー・オブ・ザ・シーズと言う史上最大 22 万トンのクラスの客船

に乗船した。全長は 362m、最大 8000 名以上が乗船できる巨大な船内に円形水中アクアシアターでショーは実施される。今は日本人が９人ほどいるという。年末までこの船でショーをした。夏はヨーロッパをまわり秋はカリブ海を就航していた。
この仕事に付かなければこのような豪華客船で１年を過ごすことはまずない。
シンクロナイズドスイミングを幼少期からやっていったことで、誰にも負けないくらいの厳しい練習をこなし普通以上にメンタルも強くなり言葉に表せないほどのなかなか経験できない達成感を得た。引退して７年経ったがシンクロに関わる仕事が出来ている。これからもシンクロに関わる仕事は続け、まだまだチャレンジしていきますと荒井さん。



現役後もやりがいを見つけてほしい



黒川 真緒

1981 年生まれ。東京都小平市出身。小学校 3 年生、9 歳のときにバドミントンをはじめる。小学校 6 年生時には東京都でシングルス、ダブルスともに優勝する。その後、中学・高校と日本橋女学館へ進む。中学生の東京都大会ではシングルス、ダブルスともに優勝。高校 3 年生ではインターハイでダブルス準優勝。その後、青山学院大学に進み団体でインカレ２連覇、４年生ではダブルス準優勝という成績を残す。卒業後、NTT 北海道へ進み一年目に 1 部リーグ新人賞を獲得。ミックスダブルス全国３位に。4 年後、チームが廃部となったが、新潟の建設会社に移籍しバドミントンを続けた。2009 年に引退。2012 年にスープカレーのお店をオープン。

これまでのキャリア

●1993 年　東京都小学生都大会優勝
●1996 年　東京都中学生都大会　シングル・ダブルスとも優勝
●1998 年　インターハイ準優勝　　選抜全国大会団体 3 位
●2000 年～　インカレ団体 2 連覇
●2003 年　NTT 北海道に入社　1 部リーグ新人賞獲得
●2007 年　全国ミックスダブルス 3 位
●2012 年　引退後スープカレー専門店のオーナーシェフに

■何気なく始めたバドミントン

小学生の頃から体を動かすことが好きで水泳をやっていた。
9 歳の頃に母親の勧めでバドミントンと出会うことになる。
地元の小平市はバドミントンが盛んで小学生のチームも多々あったが、ある時チラシをみて強豪チームの存在を知った。東京でも有名なチームだったので母親の勧めで体験会に参加した。
はじめてやったスポーツだったが想像以上に楽しく、ひらめきでこれだと感じたと黒川さん。
でも根っからのアスリート魂をもっていたのか厳しい練習も楽しかった。人一倍練習をして 6 年生時に出場した東京都の大会でシングルとダブルスで優勝するという快挙を成し遂げる。まさか自分がここまで出来ると思っていなかったが、これがきっかけとなりバドミントンを真剣にやることを決める。水泳は 4 年間やったがバドミントン一本に決めた。
強豪中学からの誘いも多かった中、日本橋女学館中学へ入学。
中高一貫の学校だったこと、そしてこれから強化して全国 1 位を目指していく方針の学校だったのが決め手になった。
すぐにチームは強くなり、個人的にも東京都大会ではシングルとダブルスで優勝。
ただ、バドミントンで全国大会に出場する道のりは遠い。地方予選・関東大会を勝ち抜いて全国大会出場となる。高校でも東京都ではずっとナンバー１、そして関東大会も勝ち抜き全国大会に出場したがインターハイ準優勝、選抜全国大会団体でも準優勝に終わり全国大会優勝は叶わなかった。でも自分的には頑張れたと思っていました。
高校卒業時も複数の企業や大学から誘いがあった。その中で青山学院大学に進む。２年時と３年時にインカレで団体戦 2 連覇。個人戦はインカレで準優勝と言う成績を残した。想像以上にチームのレベルが高く、先ずはチーム内で勝たないとメンバーには選ばれない。かなり厳しい環境ではあったが、絶対に試合にでる！という負けん気でがんばることができ、厳しい練習もバドミントンが好きだったので楽しみながら乗り越えることが出来たと黒川さん。そして社会人でもバドミントンをすることを決意する。



■想像以上にきびしかった実業団

大学卒業後、リーグに所属する NTT 北海道へ進む。他にも実業団チームから誘いがあったが、あえて誘いが無かった NTT 北海道を選んだ。
1 部リーグで戦うところを求め、もっと自分自身をスキルアップしたかった。
常にトップレベルで試合をしたいという気持ちが大きかったため、厳しい練習も乗り越え入社一年目でリーグ新人賞を獲得。この賞は成績をしっかりと残した選手が選ばれる賞で本当に嬉しかった。ただそれ以降は苦しみ、全国社会人大会ではミックスダブルスで三位というのが最高成績だった。
その頃、トップ選手との差を感じ始め自分の実力がわかってきて、苦しい日々が続いた。でもとにかく勝つというのがいつも目標だった。
入部して４年が経った頃、悪い知らせが。NTT 北海道としてスポーツ支援をやめていくことが決定しバドミントン部も廃部となった。そのまま北海道で働く道もあったが自分自身でやり切った感もなかったので誘いがあった新潟の建設会社に移籍する。
翌年の新潟国体で優勝することを目標とし、新潟代表として国体に出場したが優勝はできなかった。移籍した時に 2 年間精一杯頑張ると決めていたので 2 年後に現役を引退。
引退後はお世話になった新潟の企業で会社勤めをしたが、長年のアスリート経験が邪魔して自分には向いていないなと感じ始め、違う職に就くことを考え始めた。目標も無いまま日々を過ごしてい

たが、このままでは楽しい人生が送れないと考えるようになった。
自分が楽しくなれることは何だろう・・・、悩んだあげく飲食業に進むことを決めた。
親が飲食業界で働き、その姿を観てきて憧れがあったのも一つの理由だった。



■東京でもスープカレーを広めたい

飲食業界に行くと決めた時、真っ先に浮かんだのが北海道時代に大好きになったスープカレーだった。北海道では札幌市内だけでも 200 店舗以上あり、北海道名物として有名だけど東京ではまだまだ浸透していなかった。
2003 年に横浜カレーミュージアム内でスープカレーのお店が出店し、ようやく関東でも認知されるようになった。
知名度は広がりつつあったが、それを口にした人はまだまだ多くはない。
黒川さんは飲食業に進むからには大好きなスープカレーのお店を持ちたいという強い気持ちを持ち、2011 年退職を決める。
2012 年に自分でお店を出す決意をする。北海道在住時代の 4 年間で約 80 店舗ほどのスープカレーを食べ歩いたことからオリジナルのレシピを考案。そして「スパイス&スマイル」というお店を開業した。
名前の由来は、スープカレーを食べて、笑顔になって頂きたいという想いから名付けた。バドミントンをやっているころから、トップレベルになればなるほど応援している方やファンの笑顔が一番の励みになっていた。
例えばランチに来ていただいた方々には、ここを息抜き出来る場にして頂いて気持ちよく午後の仕

事が出来るような接客も心がけた。
日々接客を重ねていくうちにお店の経営者とアスリート時代の自分の共通しているのは、毎日の地道な積み重ねの部分だと気づき始めた。
営業中はバドミントンで言えば試合であって、仕込みや準備は毎日の練習のようなもの。
そしてスープカレーに関してはこう考えている。
北海道では当たり前の食事であるものが東京ではなかなか巡り合う食事ではない。まだまだ店舗数も少なくわざわざ食べに行こうかと考えられるものでもない。今は多店舗経営は考えていないが、いつかスープカレーの伝道師になりたい。東京でも当たり前の食事になってほしいと思っている。
毎週スープカレーを食べたいと思ってもらえるようにしていきたいと黒川さん。
スパイス＆スマイルは、バドミントン業界では評判の店になっていて常連さまも多い。トップの選手も食べにくる人気店になっている。



■引退してからの人生はながい。

しっかりとやりたいことは考えていこう！！

バドミントンは想像以上にハードなスポーツ。選手寿命は長くない。
つまり引退してからの人生の方が長い。そこはしっかりと、どうやって楽しいことができるのか考えてほしい。自分もなかなか現役時代に考えることはなかったが、今は起業して大好きなスープカレーのお店をもつことができた。でも考えるとアスリート経験で培った精神力や集中力がなければ

できなかったと感じることが多い。アスリート人生は 20 年前後、引退が 30 歳だとしてもその先は長い。楽しい人生を過ごすために、楽しいことは人それぞれ違うけれど、しっかりと考えて自分でみつけて全うできればこれ以上の幸せはないと黒川さん。



「人脈よりも人徳を」 プロと言う肩書はプロのときだけ。

自分自身を見つめ直すことが大事



葛城育郎

元オリックスバッファローズ
阪神タイガース
プロ野球選手

酒美鶏 葛城 オーナー

報徳学園野球部 コーチ

野球 ikuro KATSURAGI

これまでのキャリア

●1993 年　倉敷商業高等学校へ入学
●1996 年　立命館大学へ入学
●1997 年～　関西学生野球リーグでベストナイン 3 年連続選出
●1999 年　関西学生野球リーグ春季 MVP 受賞
　関西学生野球リーグ　春秋優勝
　NPB ドラフトでオリックス・ブルーウェーブから２位指名
●2000 年　オリックス・ブルーウェーブに入団
●2003 年　11 月にトレードで阪神タイガースに移籍
●2011 年　自由契約になり引退
●2013 年　「酒美鶏　葛城（さけびどりかつらぎ）」を開業
●2021 年　報徳学園のコーチに就任●2017 年　柔道整復師国家資格取得
　鍼灸師専門学校(夜間)入学 / 接骨院勤務
●2020 年　鍼灸師国家資格取得
●2022 年　札幌にて SŌMA 接骨院開業

■野球は高校までやり切ればいいと思っていたが

親が転勤の多い会社勤めだったということもあり、大分・福岡・佐賀を転々とすることになる。今では学童野球が盛んで低学年から野球を始める環境があるものの、行く土地土地でそういった環境があるわけではなかった。なかなかきっかけが掴めなかったが、小学校４年生になったとき佐賀県で親の勧めもあり学校のチームで軟式野球をはじめることになる。しかしまた転勤で岡山県倉敷市に移り住むが、学童野球がなかった。そしてはじめたのがソフトボール。

「仕方なくソフトボールをはじめたけど、やはり野球にこだわり硬式チームを探し、入部しました。」と葛城さんは幼少期を振り返る。

平日はソフトボール、土日は硬式のボーイズチームと野球漬けの日々だった。

中学生になると硬式のボーイズにそのまま所属するのも可能だったが、倉敷市は軟式野球が盛んだったこともあり、学校の軟式野球部に入部。とくに県大会へ進むこともなく３年を過ごしたが、サウスポーのエースとしての活躍が目に留まり、倉敷商業高等学校へスポーツ推薦で進む。

「甲子園を目指し３年間必死でがんばりました。でもベスト４がやっとで、出場は果たせず終わりました。最後の夏の県大会後は燃え尽き症候群になり、この先野球を本格的にやろうという気にはなれませんでした」と葛城さん。

「しかし将来きっとプロ野球に進める選手になる」と親と高校の監督の意向もあり野球を続けることに。商業高校だったので就職するという道も考えたが、立命館大学出身の監督の勧めでその大学のセレクションを受けることを決意した。

「推薦をもらったので、とにかく受かりたい一心で短期間で英語と国語を集中して勉強しました」と葛城さん。そしてセレクションではピッチャーとして力いっぱい投げ 140 キロ台の速球を記録して見事合格。

しかし力を振り絞って投げたため肩を痛めてしまう。そして入学前に自己判断で肩の手術をすることに。大学へ入学はしたものの、手術後ということもありすぐにピッチャー練習もできず、また、監督に承諾を得ずに手術をしてしまったため春は下積み生活をして過ごすことになった。

ある時、監督からバッティングはどうだと言われチャレンジ。そして秋のリーグが始まる前に練習試合で打席に入りホームランを打つ。打撃が認められ秋からはベンチ入りを果たす。

■伝説のキャプテンからプロ野球の道へ

「今振り返れば肩を壊してなければバッターへの転向はなかった。」と葛城さん。

実は高校時代からクリーンナップを打つバッターでもあったためパンチ力はずば抜けていた。そして 2 年生からはレギュラーとして大活躍。ただ、レギュラーになってからは色々野球部の悪いところも見え始め、このままでは勝ちきれないと思った。そういった想いをもっていた矢先、ちょうど 2 年時に監督と部員が指導方法を巡って衝突。その際に両者の間に立って事態を収束。4 年時には主将にはなったがこの時期（2 年生）からキャプテンシーを発揮する。そして未だに語り継がれている話で、関係者から「伝説のキャプテン」と呼ばれるようになった。

関西学生リーグでは 2 年生から 3 年連続でベストナインを獲得。4 年時の春には MVP にも選ばれる。チームは春秋と関西学生リーグで優勝し、全日本大学野球選手権や明治神宮野球大会に出場。

明治神宮大会では２回戦で敗れたものの、後にソフトバンクホークスに入団した新垣投手からホームランを打つ。プロの道を意識し始めたのは４年時の春のリーグ戦の時期。「実は今まで、中学から高校へそして大学まで野球を続けたのは将来のためで、決してプロ野球選手になるという夢はもっていなかった。」と葛城さん。ただ４年時に初めてプロ入りを意識し始め決意する。
当時立命館大学のエースは田中総司選手。ダイエーに１位指名された選手である。
各球団のスカウトが視察に来ていた。そこで、キャプテンであり学生日本代表にも選ばれていた葛城さんは初めてスカウトの目に留まる。そしてスカウトと話すようになり、スカウトの人たちに「がんばったらプロにいける」と言われリーグ戦で必死にがんばった。実は就職も何社か決まってはいたが、プロ１本に絞る。
当時のドラフトは大学生は逆指名が出来る。オリックス・ブルーウェーブを逆指名し、ドラフト２位でオリックス・ブルーウェーブから指名を受ける。当時のオリックス・ブルーウェーブは近い将来イチロー選手が大リーグに移籍する可能性もあり、強肩で長打力のある選手を探していたのもグッドタイミングだった。



■プロ野球選手としての活躍

2000 年から念願のプロ野球選手としてのスタートをきる。
オリックスではレギュラーシーズン中盤まで２軍で過ごすが、後半からは１軍へ昇格。そして２本塁打を記録する。またフレッシュオールスターでは右翼手としてフル出場も果たす。2001 年は長打力を武器に１軍でのフル出場。14 本塁打を記録して規定打席にも到達。2003 年も 114 試合に出場

して活躍をしたが、投手力強化のため阪神タイガースとのトレードで移籍。移籍後の 2004 年は阪神タイガース公式戦で 77 試合に出場。ただ 2005 年から怪我も多くなり、それ以降は毎年セカンドキャリアを考えるようになった。



■意外に野球選手の平均寿命は５年～６年

成績不振が続くと、次のことを考え始めるのがプロの世界。
活躍している人ばかりを見ていると選手寿命は長く感じられるが、大半の選手は５年から６年で球団から判断される。
2005 年ごろから怪我が多くなり、またバッティングでの不振が続きその年から「契約更新がこわくなった。いつ戦力外通告を受けるか不安だった。でもセカンドキャリアを考えるきっかけにもなりました」と葛城さん。しかし 2007 年は見事に復活。シーズンでは一軍でのスタメンも多くなり 9 月単月でみると５番打者として打率 3 割を超えた。そして 2008 年再びスタメンの機会が増え活躍。ただ 2010 年はオープン戦こそ好調だったものの 6 月まで不振が続きそれ以降 1 軍での出場機会が減っていった。そして 2011 年には１軍での出場機会がなく自由契約となり、11 月に引退を決める。
代打や守備固めまでこなすプレーヤーとして阪神ファン・オリックスファンに愛されていた。オリックス時代にはチームメイトだったイチロー選手にちなんで「イクロー」という愛称で親しまれて

いた。



■プロ野球業界からは離れる決意をしたが繋がりは大切に

「プロ野球の組織にストレスを感じていました。引退を決めた時、球団からお誘いはあったもののコーチやスタッフとして残ることは全く考えませんでした。誰かに動かされるのではなく組織を自分でつくっていきたいと思いました」と葛城さん。そして起業を決意する。当初は飲食業ではなく、野球塾を自分で作ろうと思ったが、お世話になった方々に相談をしたところ意外にリスクがあることに気づき断念する。それでも野球と関わりながら仕事をしたいと思っていた。

「野球をやらなくても野球に関わることが出来るはず。野球選手やお世話になった方々が集まる場所をつくればいいと思いつきました」

選手時代を色々振り返り一つのゴールに辿り着く。「選手時代はチームメイトと必ず食事をするんです。甲子園周辺だと熱烈な阪神ファンも多く、お店にユニフォームを着ているファンの人がいるとそのお店には入れませんでした(笑)。だからプライベートでゆっくり楽しみながら食事できる場所を提供すればいいんだと閃きました」と葛城さん。

もともと飲食業に興味はあった。自分で考えて、誰にも邪魔されず自分の理想通り経営ができるお店作りをしたい。たしかにお店を見てもユニフォームや選手のサインは一切ない。

ファンは NG ではないもののユニフォームでの来店はお断りにした。そうした方が現役選手や関係者は気兼ねなく入れるはずだと。

そして１年半の修行後、西宮に「酒美鶏　葛城」を 2013 年にオープン。
オープン当初から関西では数々のメディアに取り上げられ、阪神タイガースやオリックス・ブルーウェーブの OB や選手のみならず、お世話になった様々な人が訪れている。お店では調理・接客もしている。またアルバイトの従業員たちが社会に出て通用するように、人材育成もしっかりとしている。それも野球で培ったことを、お店での接客というものを通じてコーチングしているのも葛城さんらしい。

■正式に報徳学園のコーチになって野球に恩返し

葛城さんがもうひとつやりたかったこと。野球人口が減っている中、自ら指導してもっともっと広めていきたいということ。ただ元 NPB 所属選手は小学校・中学校まではコーチや監督として指導はできるが、プロアマ協定では高校球児や社会人を教えることはできない。しかしタイミングよく 2021 年２月にできた学生野球資格制度を通じて資格をとり、４月から正式に報徳学園のコーチに就任した。たまたま監督が大学時代の３つ下の後輩で、お願いされたということもあった。監督はなかなか相談する相手がいなかったため葛城さんはいい兄貴分として信頼されている。
2023 年春の選抜大会に報徳学園が選ばれた。自身の高校時代に果たせなかった甲子園出場という夢がかなった。
「高校野球のコーチング、お店のスタッフの教育。これからも野球で培った知見でしっかりと人材育成をしていきたい」と葛城さん。

