

## 平成22年度 JOC コーチ会議の報告

財団法人日本オリンピック委員会

平成22年4月27日

馬術競技 石黒 建吉

### 1. 開会挨拶 福田 富昭 (JOC 副会長)

冬のオリンピックが終了しました。その結果はメダルの数は上がったが、金メダルが取れなかったのは反省である。

スポーツは人の力を一つにします。チームジャパン！！我々の悲願であったナショナルトレセンが50年間かかって完成した。今度は冬のトレセンや野外のトレセンが必要である。スポーツ省開設も取りまねばならない。

強化の方針を聞いていなくても、知らなくても全員が一丸となって、一つの目標に向かって頑張る。現在日本のスポーツ界はバラバラである。

指導者はもっと強くなって、選手にもものが言えなければダメである。

日本の選手は毎日練習に励み技術力は高いが、基礎体力において劣っている。

基礎体力をつけるトレーニングをしてほしい。指導者の心が強くないてはならない。

皆さん、本日は勉強して下さい。宜しく！頑張らしましょう。

### 2. 来賓挨拶 芦立 訓 (文部科学省スポーツ・青少年局競技スポーツ課長)

バンクーバーが終了し、ロンドンを目指します。

どういう戦いとするのか、国がどうバックアップするのか。チームジャパンとして頑張るつもりです。国の予算の問題、スポーツ省設立の問題、皆様方にとって使い勝手の良い、練習できる体制を作っていきます。

アシスタントナショナルコーチ事業の確立、ロンドンオリンピックへ向けてよい影響が出るマルチサポートとして、日本独自の事業を作っていきます。

国際競技力の向上、研究を重ねるつもりです。サポートのアイデアを私に下さい。マルチサポート事業に日々努力するつもりです。チームジャパンの競技力の為になります。

### 3. 「ゴールドプラン目標達成に向けて」 上村春樹 (JOC 選手強化副委員長)

バンクーバーオリンピックでは日本チームよく頑張ったが、韓国・中国はメダル獲得数が二桁になった。同じアジア人でどうしてこうも違ったかを検証して、次の対策を立てたい。

競技の勝ちには理由がないが、負けには必ず理由がある。そして必ず原因が

ある。「なぜ負けたか、なんでダメだったか、検証して次に進まなければならない！！」

ロンドンオリンピックまで、あと2年しかない！！

大きなプランがあり、将来は、世界で3位のメダル獲得数を目指します。

金メダル数で26-28個。ロンドンでは、まず5位にするつもりです。その為には実際に、金メダルを16-18個取らねばならないでしょう。

ロンドンオリンピックへの目標をきちっと立てていく。

韓国のスケートのショートトラックの選手が、半年後に長距離トラックで金メダルを取った。普通では考えられない事だけれど、本当に正しいかどうかを検証する。今まで我々がやってきた経験が、本当に正しいかわからない。是非皆さんも、もう一度検証して進んで下さい。

スキーの板が短いから、ルールが変わったから、身長が低いから等の言い訳は聞きたくない。私は小さいけど、モンテリオールオリンピックで200Kg・150Kgの体重にすぐれた選手に対し、自信を持って戦い金メダルを獲った。タタミの上に上がって崩れない。

残念ながら現状の日本チームでは、世界5位のメダル獲得数は厳しいと思う。

コーチ力、人間力が大切となる。選手達が勝てるように導けるように頑張る。

アシスタントナショナルコーチの事業を活用して下さい。そして、われわれに要求して下さい。勝てる人にはだす、勝てない人には出せない。

ここにいる人は、勝つ為に、選手に勝たせる為にここに来ていると思います。

モンテリオール・アテネオリンピックでは、メダル獲得数が5位になった。

日本人の几帳面さを見出して、選手達に力を出させる。

選手に自信を持たせること！！

選手達が自信を持つ事は大切な事です、練習で良くなければ自信を持ってない。

韓国のスケート選手達は、逃げ出すほど厳しい練習をした。

現状も大変だが、国も支援してきている。自分が何をせねばならないのか、

各自考えて、行動してほしい。ロンドンオリンピックまでの2年間、チームジャパンが一丸となって頑張っていきますので、宜しくお願いします。

「選手団団長として選手・指導者に求めるもの」  
橋本聖子（バンクーバーオリンピック日本選手団 団長）

**【感謝】**

バンクーバーオリンピックの団長に選んで頂いて感謝します。有り難うございました。JOCの役員の方々に感謝します。私には8回目のオリンピック経験でしたが、団長としては初めての参加でした。

選手がスタートラインに立った時に、胃痙攣を起こしました。オリンピックというものは、こんな大変な事なんだとつくづく感じました。

トリノオリンピックの現場の屈辱を鈴木総監督から聞いて身が引き締まった。私は国会議員で、外務副大臣だった時の半年間、スケート連盟の会長職を休みました。その為、チームジャパンに対して十分なサポートは出来ませんでした。チームジャパンを指導してみて、身の引きしめる思いで出発した。あらためて報告しますと、選手団205名・男子選手49名・女子選手45名・役員111名でした。トリノの反省を踏まえ、頑張りました。銀メダル3個、銅メダル4個、入賞数26種目でよかったですと思います。

今回のオリンピックの組織委員会は運営に慣れていた。医科学支援も含めて、ゆったりとした環境で競技が出来て大変良かった。感謝している。

役割分担をしっかりとしながらやりました。選手の側に立ったサポートをしていかねばならない。私自身も力を尽くしてやらねばならなかった。

戦いのバンクーバーに入る時、メダルの獲得目標はいくつですかと聞かれた。今までの成績を上回るのが使命だと、選手の時も考えていた。

長野オリンピックメダル獲得数を上回るように、高い目標ではあるがレベルを上げてやる使命がある。

**【比較と使命】**

何と言ってもお隣の韓国の躍進には驚きました。ソルトレークオリンピックは日本のメダルは3個（21位）・トリノオリンピックではメダル1個でした。今回日本は5個（15位）だが、韓国は14個（7位）獲った。日本の場合国家戦略・国家サポートが不足していた。

国家のスポーツに使う費用！

- ・日本 27億円
- ・韓国 111億円
- ・ドイツ 270億円

世界の国で100億円以下の国は珍しいと言えます。

その部分の背景に逃げるわけには行かないが、道具の開発費が必要となる。

総合的な感じとして外国の選手は、直感的に力を感じた。韓国の選手と日本の選手を比較してみて、私が感じたのは、日本の選手は、さわやかでオーラを感じた。韓国の選手は、輝きやさわやかさは感じなかったが、日本人には見られないちょっとやそつとでは倒れない強い力を感じた。小さい時からの教育がその差を作ると思われた。彼らの心の中に国に対する大きな責任があるのを感じた。それが私の心に響いてきた。それは、日本人全てに言える事だが、今一番、失われている強さ！です。与えられた使命は何だと自分で感じなければ、メダリストにはなれない。

### **【國母選手の問題】**

國母選手の問題ですが、私はこのオリンピック団長を受けた時、4年に一度のオリンピックの意味を真剣に考えた。国を背負い、国民の税金が投入される国家事業として、取り組んでいる。人間的にも教育としても、オリンピック選手の使命やオリンピック代表選手の問題と国民の応援に対する感謝の気持ちが大切です。バンクーバーオリンピックの選手団監督・コーチ会議の時、私の依頼や指導した事が選手一人一人に各役員から到達していなかったのは私の責任です。竹田会長も含めJOC役員に相談しました。私に一任されましたので、國母選手と二人で話し合っ、最終的に出場を決めた。ご意見はいろいろあった。オリンピックは少なくとも4年に一度の国家事業で、選手は4年間毎日毎日それを目指して練習に励みます。スタートに立たせて全力を尽させて初めて選手のオリンピック出場があります。理念が忘れられている部分がある。彼が問題提起をしてくれて、ある意味で彼に感謝しています。選手や役員がチームジャパンとして、指導できなかったことが残念です。チームジャパンとしての責任であり、長い人生の中で感謝の念が大切です。感謝と人間力を指導していくことが大切です。責任ある選手の育成とスポーツを考えていく事が大切です。

### **【オリンピックの意義】**

戦後の日本は、力強さを育て逞しい人間を育てた。最近、厳しいアドバイスにより立派な人間を育てるとい指導者がいなくなって来ている。子供達の将来に対して、厳しい事を言って、良い人間が育つのです。そこで大切なのは「試練」です。選手が成長していく時、その試練を乗り越える精神力を育てるのが必要です。スポーツ界も精神力を育成するのが必要です。

オリンピックという事を、国民全体が考える事を國母君が与えてくれた。  
クーベルタン男爵、嘉納治五郎氏から、オリンピック発生か 100 年経ち節目となる年です。

オリンピックの原点に帰るべきであり、競技力の向上と肉体の向上が同じように伸び、人間力を育てるのがオリンピックである。  
教育の場である原点に振り返り、学習する必要がある。

### **[ナショナルトレーニングセンター]**

トレーニングセンターに、医科学・栄養・環境・道具の研究費や施設費が必要となる。海外の研究を取り入れているだけでは遅くなる。

日本人のよさ、日本人の持っている素晴らしさを引き出してゆくことが大切である。日本では、科学技術は進んでいる。実際世界一になっている町工場があります。国の予算を頂いて、そして研究し、作り上げる。彼らは自信があると云っていた。(職人なので・・・シャイではあるが)

研ぎ澄まされた能力と感覚を持つ人間同士が素晴らしい物を作上げていける。

「チームジャパン・メイドインジャパン」これには国の予算も用意していただかなければならない。監督・コーチの人達が選手を育てるのです。人材を見つける。育成、そして生かしていくことが大切です。タレント発掘も出来ている。強化育成も出来てきている。セカンドチャレンジも含めて生かす人材を作っていく。

スポーツをやって来た事による人間形成が出来て、また新しい人材発掘が出来る。人材発掘の循環ができて初めて「一貫」となる。

### **[スポーツでやるべきことはこれだ]**

たまたま、大臣を補佐する副大臣 2 名が任命された。それぞれ役割分担があります。私は中東・アフリカ・アジアの人材育成・核拡散・ODAの担当でした。その内容は、学校等を作り受け渡します。靴もない水もないのに子供たちは勉強したがっている。

日本には何でもある、全て在る。その国には何もない。日本にはなくてその国で持っているのは、子供の目の輝きである。なぜ勉強し、なぜ生きてゆくのかの目の輝きを感じた。

日本の社会の子供が、その目の輝きを取り戻せるのか、日本人は逞しい力を保てなくなっている。経済が世界的レベルにあり、何でもある日本だが、逞しい人間を育てられない現状にある。スポーツを通して逞しい人間を育てることが大切である。

我々もスポーツ庁・スポーツ省を作るべく努力したい。スポーツを考える時

代です。スポーツに携わっている人々が、大きな責任を担うことが必要です。国民の理解をどの程度得られるかが大切です。国民の一人一人に訴える監督・コーチの存在が重要です。

スポーツをする事により、医療費を削減する事が出来ます。

バンクーバーオリンピックで、私が感じた事は、国のみでなく一人一人がメダルに向かっていく心が必要です。人材を育成しモデルとして使ってもら。選手を育てて世の中に出していく。

選手が素晴らしい人間力を持つことによって、人徳・人望・人間性を育てるのです。人を創り上げて、全てのスポーツ界を創るには歴史を振り返る必要があります。

### 【素晴らしい人達の紹介】

ここで、素晴らしい話を2つ申し上げます。

#### ① 野 球

春の甲子園で優勝した、沖縄の興南高校我喜屋監督のお話です。生まれは沖縄で、昔の大昭和製紙の監督もされた方です。沖縄→静岡→北海道→沖縄あちこち廻って人づくりをしてきた方で、あのマー君で有名な駒沢苫小牧の影の指導者でした。故郷の沖縄に戻って20年間ダメだった興南高校をすぐに、甲子園に出場させ、3年間で優勝させた素晴らしい手腕を持っている方です。野球部の寮長になって、町のゴミ拾いから始めました。選手達に感謝の気持ち育てる事から始めた。一つの事を一生懸命やることにより、人が応援してくれる。まず練習に打ち込む！それから実のある練習を工夫して練習する。選手各自の自覚→その練習の成果が現れた。

#### ② 農 業

青森県のりんご農家青木さん。奥様がひどい農薬アレルギーだった。りんごは育てるまでには、30種類の農薬が必要です。20年前の7年間かけて作った無農薬のりんごがあります。一生懸命注意して育てる。→水に酢を混ぜてまいた。→厳しい環境にしか本物は育たない。→愛情と叱咤激励が必要です。

### 【最後に】

スポーツで素晴らしい人間を育てる事が重要です。スポーツ省設立への発展に寄与することとスポーツ界と政治の中で、両方共に頑張って育てて生きたい。バンクーバーオリンピックの経験は、私にとって大きなものでした。オリンピックのメダルをとることの素晴らしさと責任が良く分りました。私もロンドンオリンピック・ソチオリンピックで成果を上げるチームジャパ

ンの一員として、頑張っていきたいと思います。  
今日はこのような機会を与えて下さりまして、有り難うございました。本日  
おこしの各競技団体監督・コーチの方々に激励を申し上げて私の話とします。

#### 4. 「メダリストからの指導者・競技団体・JOCへのメッセージ」

進行：久木留 毅（JOCゴールドプラン委員会・委員／バンクーバー対策プロジェクト委員）

パネリスト：加藤条治（バンクーバーオリンピック銅メダリスト）

田畑真紀（バンクーバーオリンピック銀メダリスト）

現役のオリンピックアスリートにJOCコーチ会議に来てもらうのは初めての事です。加藤さん・田畑さんのお二人、どうぞお入り下さい。

JOCは最近、変わってきております。各競技団体への支援も増しています。北京オリンピックが終了して、ロンドン対策を開始しその間にバンクーバーオリンピックの強化もしてきました。グローバルスタンダードに近づいて来ています。今日は、ざっくばらんにお二人のお話を聞いていきましょう。

質問：ロンドンオリンピックを目指す役員として知りたい事は、トリノの反省をいかにバンクーバーに生かしてきたか、今回はソチと何が違ったか？

田畑：今回のバンクーバーオリンピックでは、メダル獲得の為にやるべきことは全てやった感じ。海外合宿のなかで、いかに外人選手はやっているか、どう指導されているかが分った上で、自分の強化をやってきた。

加藤：トリノの時は、認識が甘くて、スケート人生の中の一つの大会であると考えていて、その結果惨敗した。自分の調子をピークに持っていけなかった。今回は色々情報も入って、競技団体やスタッフへの理解やオリンピックへの認識が変わってきた。

質問：コンディショニングはどうでしたか？田畑さんは2時間かけてウォームアップしたそうですが、注意した点は、どんな所ですか。

田畑：私は2時間もしていません（笑）。若い頃は1時間半ほどウォームアップしたりしていましたが、今では、夏には1時間半ほどしますが、冬のシーズン中は30分ウォームアップしてトレーニングします。

質問：田畑さんの羽田コーチがおっしゃいましたが、もうやめておけという位練習するそうですね。

田畑：トレーニングには色々あって、色々やりたくて、時間がだんだん長くなります。1ヶ月合宿や2週間合宿を2回やったりもします。私はオーバートレーニングになりやすいので、コーチしてもらいたいです。

質問：JOCの提案で、最近各競技団体の連携をしてゆくようになった。コンディショニングについて、トリノでは世界チャンピオンで、勝つ為に行きましたが、韓国選手の直前で転倒があり不利になった。今回も製氷機の故障で1時間スタート時間が延びたが、いかがでしたか。

加藤：前は関係ないです。今回はスケート靴をまだ履いていない状態であり、

氷に乗る前だったので問題はなかった。まずい事はなかったです。

質問：オリンピック出場が、田畑さんは4回目で加藤さんは2回目のとなりませんが、オリンピックの状況も分ってきて、コンディショニングも上手くいった。リカバーという言葉をよく聞きますが、いかがでしょうか？

田畑：身体のケアに気をつけること。寝る前に風呂に入って、ストレッチをすることに気をつけています。

加藤：食事のバランスと睡眠です。特に特別な事ではありません。疲れがたまらないようにしています。アスリートの感覚を大切にしています。

質問：選手村での過ごし方はいかがでしょうか？

田畑：いつもの家庭での生活と変えないようにしています。

加藤：特にないです。

質問：今回のオリンピックでは選手間のぎすぎす感もなく、明るい雰囲気でありました。選手村での雰囲気作りは大切ですか。

田畑：自然にそうなるといいですね。各国のメンタルコーチが入っていました。夏にオーストラリアがメンタル作りのスタッフを入れていた話を聞きました。

質問：挨拶について。

加藤：オリンピック選手団だけでなく、スタッフの挨拶も大切ですね。JOCから仕事としてきている人達も、JOCの方も明るい雰囲気で挨拶するのも大切です。

質問：選手村の雰囲気はいかがでしたか？

田畑：私は自分の事だけを考えていたので、自分の形を変えないでやっていきます。パシュートの種目について、気になったことがあります。日本に帰ってきてテレビを見たら竹田JOC会長が、応援の旗を振りながら、顔が引きつっていたので、優勝できなかったからなんとなく気になっていました。先日お会いしたら、大変喜んで下さったのでほっとしました。

勝田：オリンピック期間中選手は、大変ナーバスになっているので、いろんなことが気になるのでしょう。竹田会長も本当に金メダルを獲ってもらいたかったのでしょう。

質問：オリンピック前にライバルたちの情報を集めましたか。

加藤：特に意識して集めたりはしません。ライバルの選手のレースを見ていて、前半からスピード出していたら、アレでは後半疲れなかなと思う程度です。基本的には特に集めません。

田畑：私は結構気になっていました。海外に4ヶ月も行かせてもらったので、日本でも充分身体のケアをしてくれる所があると知って、余り気にならなくなりました。カナダのチームはいろいろ種類があって、何だろう

と見ていたら、骨の調整・背骨の調整をしていました。その他にマッサージとカイロプラティックでしたね。

質問：ケアの違いはいかがですか？

加藤：外国はカイロとかやっています。特に日本が劣っているとは思いません。日本チームのドクターやトレーナーの方々のお陰で、良い成績が上げることが出来ました。

質問：日本チームサポートハウスについてはいかがでしょうか？

田畑：大会期間中の途中で寄ったり、選手村にお惣菜を差し入れて下さり、栄養的にも中々よかったです。

加藤：サポートハウスへ行って食べたり、リンクへ持って来てくれて大変良かったです。

質問：コーチがいろいろアドバイスしてくれたり、医科学チームも良かったでしょうか。

田畑：リラックスするスペースがあって良かった。オリンピックの大会期間中でも、ちょっと息抜きが大切です。インターネットもやりました。

質問：スケート連盟が前もって色々な器具や機材を組織委員会に申請した結果がコンピューターやその他の色々なサポートグッズとなった。これに関連してJOCスタッフが調べた資料や本も大変なものだった。

加藤：私はスカイプを大いに活用しました。

出席者質問：バイアスロン・出口

先程から拝見していると、流石にお二人には、オーラや輝きがありますね。お二人がああ強い外国人に勝つ為にやった方法、或いはトレーニングをした事を知らせて下さい。

田畑：身体を最大限に作ってスケートするように、股関節周りを刺激して大きく動くようにする。マシンを使って全ての動きをします。これは長野オリンピックのときから使っています。股関節を動かすエアロビックをします。大切なのは氷への力の伝え方です。もし上手く伝わらないとスピードスケートになりません。外からの形ではなく、感覚で氷に力を伝える事が重要です。

出席者質問：バトミントン

陸上のトレーニングと氷上のトレーニングの違いはどこでしょうか。

田畑：陸上でいくらトレーニングをしても本当のトレーニングは出来ません。氷上とは違うからです。冬場にあまり陸上トレーニングをしていると、氷上のトレーニングが出来ません。

出席者質問：ハンドボール

何でメダルを獲らなければならないのでしょうか？

加藤：まずは自分の為、自分が競技をやっていて、①一番大きな大会だから。  
② サポートしてくれる人の為にもスピードスケートはマイナー競技で、  
このバンクーバーオリンピックで、恩返しと責任を果す為です。

田畑：メダルが好きです。どんな大会でもメダルを獲るのが好きです。一番最初、初めて氷上大会で金メダルをもらって、この競技スケートが好きな  
ので続けました。

出席者質問：井上さん

ハードトレーニングの後は、良い休養が必要とされています。休養とは  
睡眠がいいといっていますが、眠れない時はどうしていますか？

田畑：①規則正しい生活をする事です。②疲れたときに緊張も無くリラックス  
するから作りです。

加藤：①早く寝る事。②寝むれなくともじっと我慢。③生活を正しく。

最後の質問です：ソチオリンピックに向けてサポート体制はいかがでしょう。

田畑：私は一つお願いしたい事があります。それはスケートハウスを作って頂  
きたいです。JOCとも連携して、どういった生活ができるか、日本食  
などのサービスも受けたいです。情報を集めて色々知らせて頂ければ有  
り難いです。

加藤：私は具体的には有りません。目標意識低かったり、薄いと思います。  
選手自体が上を見なければいけないのだけれど、先頭を引っ張る体制を  
作ってもらいたい。

##### 5. 閉会挨拶 市原 則之（JOC専務理事）

日本の世の中、民主党に変わった。国民の目線に立つて行う事業仕分けも  
あった。スポーツイコール、オールマイティではない。

スポーツ界の今までが間違いだった。スポーツ馬鹿はダメ！社会人として、  
社会の中でのスポーツを理解する。

織田幹夫氏曰く「強いものは美しい」強さだけでもダメ！

今回の仕分けで、文部科学省は13万件の反対メールが届いたが、スポーツ  
界は7~8千件のメールのみであった。それだけ無関心であるといえる。

昨年10月2日に東京オリンピック招致に失敗しました。都民の皆様の指示  
は55%でした。都民と国民の目線は低かった。

指導者として総合力をつける必要があります、求められるものも重要です。

スポーツ界がしっかり社会に認められるようにしなければなりません。

皆様の更なる活躍を申し上げて、本日の会議を終了とします。