

未来のアスリート発掘事業

9期生 活動報告

vol.16



第16回育成プログラム（最終プログラム）

開催日時 3月14日（土） 13:30～17:40

内 容 【スポーツ講演会】

— オリンピックを夢見て —

（公社）日本カヌー連盟 理事

中 野 忍 先生

アテネ、北京、ロンドンオリンピック日本代表



【コーディネーショントレーニング⑫】

— コーディネーショントレーニングのまとめ —

（一社）コーチングバリュー協会 代表理事

望 月 明 人 先生

（一社）コーチングバリュー協会 専任コーチ

大 羽 瑠美子 先生



9期生参加児童 49名

スポーツ講演会

アテネ、北京、ロンドンと3大会連続でカヌー・スプリント競技の日本代表としてオリンピックに出場し、北京オリンピックのカヤックペアで5位に入賞した中野 忍（旧姓：北本 忍）さんを講師に迎え、スポーツ講演会を開催しました。

中野さんは、兵庫県出身で1999年から2012年の間、富山県体育協会の職員として、国体を始め、国内外の大会において活躍してこられました。特筆すべきこととして、国民体育大会の13年連続入賞や日本人女子選手として、初のワールドカップ優勝、初の世界選手権銅メダル獲得、初のアジア大会金メダル獲得といった、日本におけるカヌー・スプリント競技の草分け的存在として、日本カヌー界を牽引してこられました。

ロンドンオリンピック終了後、ご結婚され、現在は一般社団法人日本カヌー協会の理事として、東京を拠点に、後進の指導にあたっておられます。

お話は、カヌー競技との出会いから始まりました。高校までバレーボール競技をしていた中野さんは、大学入学後もバレーボールを続けようと思っていたのですが、身長の高さから試合に出られない現実を監督さんから突きつけられたそうです。そんな時に、友達に誘われたのがカヌー競技でした。その時、カヌー部の先輩に「今日、あなたが、カヌー部に入部して10秒間、カヌーに乗っていられたら100万円あげるよ」と言われ、「10秒で100万！凄いやん。すぐ入ります。」と言って、カヌー部に入部したそうです。そして、カヌーに乗り込んだ瞬間、水中に落ちていたそうです。このことが、中野さんの負けず嫌いの性格に火をつけ、どんどんカヌーの世界にのめり込み、いつしかオリンピックを目指すようになっていったのだと、お話されていました。

大学生から始めたカヌー競技で、オリンピックに出場する選手にまで成長していく過程を、質問を交えてアスリートに語りかけていただきました。その中で、アスリートの今後の競技活動に参考となる次のようなエピソードが盛り込まれていました。

初めて、世界選手権に出場し、レースを終えた時、「もう2度と国際大会に出たくない。」と思いました。理由は、日本の実力が世界レベルとあまりにもかけ離れていたからです。でも、「オリンピックに出たい」という夢が、「レベルを上げるにはどうすればよいか。」という考え方につながり、そのために、「目の前にいる目標を次々に越える。」ことで、実力をつけていきました。でもアテネ五輪を目指したとき、「このままではダメだ。何かを変えなきゃ。」という思いから、練習相手を男子に変え、その目標を越えることでアテネ五輪で、9位に入ることができました。

次に北京五輪を目指したときも何かを変えました。それは何だと思いますか。正解は、コーチを日本人から外国人（ルーマニア人）に変えたのです。理由は、カヌーの本場であるヨーロッパの新しい技術や、新しい情報が身近になるからです。しかし、私はそのコーチが信頼できず、しばらくの間、言われたことを聞かず無視していました。その時、コーチから「2週間、時間をくれ。2週間、俺の言うとおりに練習して、力がつかなかったら、あきらめる。」とお願いされました。その時、「私のために頑張ってくれているのに、私は何をしているのだろう。」と恥かしくて逃げ出したくなりました。それから、コーチの指導を素直に受けたところ、ぐんぐん力がついてきました。その出来事から「人の話を聞かないことは、『おろか』な事」だと思います。疑問をもって、「一回やってみて、成果があがらなかったら、やり直せばいい。」と学びました。

最後に、「今の夢は、自分の指導した選手が、オリンピックでメダルをとってくれること」と現在の目標を話されました。また、参加アスリートに向けて「うまくいかないこともあると思います。競技を継続することも大切だし、自分に合った競技に出逢うこともあると思います。これからの人生、いろいろ興味のあるものに挑戦してほしい」とメッセージをいただきました。



コーディネーショントレーニング

未来のアスリート発掘事業

