

未来のアスリート発掘事業 活動報告 vol.16



第16回育成プログラム開催

開催日時 3月12日(土)

14:00~17:00

【スポーツ講演会】

ダイチ株式会社

田畑真紀 先生



【コーディネーショントレーニング⑩】

(一社) コーチングバリュー協会

代表理事

東根明人 先生

専任コーチ

大羽瑠美子 先生



アスリート 60名参加

スポーツ講演会

スポーツ講演会は、バンクーバーオリンピックにおいて、スピードスケート競技女子チームパシュート銀メダリスト「田畑真紀」選手（当時：ダイチ株式会社）を講師に招き、未来のアスリートにとって、今後の競技活動にとっても参考になる貴重なお話をいただきました。

講演会では、幼少期から現在までの経験を基に、競技に対する考え方や取り組む姿勢を教えていただきました。

（お話の詳細は、「Truth vol.5」に掲載されています。）



バンクーバーの映像



対談形式で進行



真剣に聞き入る参加者



銀メダルです！



銀メダルを手に「思い！」



メダリストに「教えてください」



スケート界のレジェンド スピード・田畑真紀

Truth vol.5

小学1年生の時に得たメダルと
五輪のメダル、その重みに
変わりはないのかもしれませんが

スピードスケートの田畑真紀選手は冬季五輪に5度も出場し、自転車競技でロンドン五輪出場を狙ったことも。41歳で現役バリバリ。「スケート界のレジェンド」だ。鍛え抜かれた心・技・体は、なぜそんなに強いのか？メダリストを夢見る「富山の未来のアスリート」約60人を前に、今も前進を続ける競技人生について聞いてみた。

聞き手 土田由香里
Interviewer Yukari Tsuchida

文 若林朋子
text by Tomoko Wakabayashi

写真 金森正晃
photo by Masaaki Kanamori

——スピードスケートの競技者を目指して、金メダルももらいました。それがすごくうれしくて、「毎年メダルがほしい」と思いました。そして、ほとんど大きな大会に出ていくようになりました。高学年の時は6人はライバルがいて、なかなか勝てなかった。応援に来てくれた両親はいつも、「精一杯やったら、いいじゃない」「次に頑張ればいい」と言ってくれました。最後の二つの大会でやっと優勝ができた。最後の大会も勝ったので中学でもスケートを続けようと思いました。



——田畑選手の競技人生についてお聞かせください。北海道で冬のスポーツといえば、スキーかスケート。故郷のむかわ町は雪が少なく、スケートが盛んです。全校35人しかない学校で、全員がやっていた。始めたのは、小学1年生です。上級生がすごいスピードで滑っているのを見て、「ああんりたい」と思いました。降雪の前、保護者や先生の方が学校のグラウンドでリンクの形に土を盛り、降雪後には雪を踏み固め、水を撒いて、リンクをつくってくれるのです。今は温暖化で12月ごろでなければ滑ることはできませんが、昔はもっと早い時期から滑走可能でした。皆それぞれ、スケート靴を持っていましたよ。すぐ足が大きくなるので、大きめの靴を買って、つま先に綿を詰めて滑っていました。

■上級生を見て「ああんりたい」

——スピードスケートの魅力は？ 心掛けていることは？
自分の力を使ってスピードを出し、タイムを競うこと。そして、自分のやってきたことが、試合で出せていい成績が残せた時の達成感ですね。スケートに限らず、何でもそうでしょう。
目標があれば、「モチベーションを維持しなければ」と考える必要はないものです。きつい練習を乗り越えられなかったら、それは自分のせい。地道にやるしかないのです。やめたいと思ったこともありません。だから41歳まで頑張れたのです。やればやるほど、どんどんスケートを好きになり、楽しんでいきます。
目標を明確にするのが一番大事。優勝するには、どれくらいのタイムを出せばいいのか？ どのくらいを作っていくのか？ 足りないところは、自分が一番分かっている。コーチに言われてやっているだけではいけません。

■やめたいと思ったことはない
——1998年の長野五輪は左足の骨折により、出場できませんでした。当時の心境を聞かせていただけますか？
病院で骨折の診断を聞いて涙が出て、ホテルに戻ると、当時の監督が「どうした？」と聞きました。「目標がなくなっちゃったんです」というと、「金治3か月なら五輪には間に合わないだろう。しかし、次の週





の世界選手権を目標にすればいい」と言われ、吹っ切れました。「そこに間に合わせよう」と。
リハビリ室に入り浸り、コルセット巻いたまま自転車に乗り、思いつく限りのトレーニングをしました。しかし、やっつけいくうちに（世界選手権出場は）難しいことが分かり、「難しいです」というと、「では、カルガリーで行われるファイナル大会に出よう」と言われ、頑張りました。監督が常に目標を作ってくれたことがありがたかったです。五輪も終わってしまった過去の話。「次は自分が」と思えました。

■座右の銘は「継続は力なり」

——ソルトレイクシティ五輪以降は4大会連続で出場し、バンクーバー五輪ではチームバシユートで銀メダル。日本中を感動させてくださいました。

五輪でメダルを獲ることは、ものすごく難しいと思っていました。まさか自分が獲れるとは！夢のようでした。世界選手権やワールドカップで連続優勝していても、五輪では重圧からメダルが獲れない選手を何人も見て来ました。五輪は特別な舞台なのです。チームバシユートは3人が心を一つにし、息を合わせなければいけません。銀メダルを獲った時には、選手だけでなく、スタッフや日本チーム全体が心ひとつになっていました。金メダルまで0・02秒差。紙一重で悔しかったですが、上出来でした。

モチベーションが上がる言葉って皆さんありますよね。私、「メダルが欲しい」と思うと、テンションが上がるのです。小学1年生の時に得たメダルの威力がそのまま、私の中にある。人生で初めてもらったメダルと、五輪のメダル、その重みが変わりはないのかもしれない。また、五輪がすべてではないでしょう。五輪を目指した人の心には、それぞれの五輪があるはずです。そういう気持ちで取り組んだかという過程が大切ですね。

座右の銘は、「継続は力なり」。続けることで力になる。ゴールまでは遠いですが、ある時、積み上げてきたもののおかげで、飛び越えてしまいうことがあります。バーンと結果が出る瞬間があるのです。行動も、気持ちも、継続するしかない。続ける強さが大事なのです。

MAKI TABATA

Speed skating

たばた・まき 1974年11月9日生まれ、北海道むかわ町出身。駒大苫小牧高(北海道)から実業団の富士急を経てダイチ入りし、2016年3月末まで所属。冬季五輪はリレハンメル、ソルトレイクシティ、トリノ、バンクーバー、ソチ大会に出場。バンクーバー五輪でチームバシユート銀メダル。3000メートルの日本記録保持者。全日本選手権では総合優勝8回。2016年国体は1500、3000メートルとも富山から出場し、優勝。自転車競技にも挑戦している。



コーディネーショントレーニング

10



エアロビクスでウォーミングアップ



大羽先生に合わせて！



ストレッチをしっかり行います。



東根先生に合わせて！



パートナーに合わせて起き上がってボールキャッチ



ボール 2 つでジャグリング



ボールを背面投げ！



お世話になった東根、大羽先生にアスリート
を代表して川口飛勇さんが挨拶しました。



**田畑真紀先生、東根明人先生、大羽瑠美子先生と
未来のアスリート発掘事業 10 期生との記念撮影**