

一往直前

右代啓祐選手について

1月20日(水)に志講演会で、右代啓祐選手(オリンピック十種競技日本代表候補、リオオリンピック出場、日本選手団旗手、日本記録保持者)が豊田中の1年生のために来て下さる予定でした。緊急事態宣言によって県外への移動がままならない状況で、ぎりぎりまで実施を考えましたが、県の警戒レベルが上がったこともあり、残念ながら今回は実施できなくなりました。右代選手自身も今回の講演を楽しみにしてくださっていたので、来年度以降、可能性があれば実施していただけるよう交渉していきたいと思います。

オリンピックも開催されるか分からない状況ですが、せっかくの縁ですので、右代さんを知って、今後も応援していてもらいたいと思いますのでいくつか紹介します。8日(金)の事前学習で生徒の皆さんには紹介しましたが、再掲しておきます。

【右代啓祐選手プロフィール】

- ・1986年7月24日生まれ。陸上の十種競技選手、現在日本記録保持者。(8308点)
- ・北海道江別市出身で、国士舘大学を卒業。
- ・身長196cm、体重95kg
- ・現在は国士舘クラブ所属。
- ・ドーハで行われた世界陸上にも代表として選ばれ、2016年リオオリンピックでは日本代表の旗手も努めました。
- ・2014年の日本選手権混成で、自身の掲げた目標の8300点を上回り、日本新記録となる8308点で日本選手権5連覇を達成しました。



【十種競技について】※予定通りであれば、8月4・5日にオリンピック十種競技が行われる。

- ・十種競技は2日間で合計10種目を行い、各記録を得点に換算し、その合計得点を競うもの。
- ・(通常)1日目には100メートル、走幅跳、砲丸投、走高跳、400メートルの5種目を行う。
- ・2日目は110メートルハードル、円盤投、棒高跳、やり投げ1500メートルの5種目が行われる。
- ・同じ陸上競技に分類されるものの、短距離、中長距離、跳躍、投てきでは使う筋肉はもちろん、トレーニング方法が大きく異なるため、全ての種目でトップの成績を収めることは至難の業。それだけに頂点を極めた者は皆から“KING OF ATHLETE(キング・オブ・アスリート)”と称えられる。

また、本来講演会で話される予定だったかもしれませんが、右代選手の考えや、生き方について知る上でとてもよい記事がありましたので、紹介します。

(TOTO GROWING インタビュー <https://www.toto-growing.com/interview69> より)

右代選手と十種競技の出会いが2003年、高校2年生の冬だった。地元・北海道の札幌第一高等学校で走高跳とやり投に励んでいたが、ある日、陸上部の大町和敏監督から八種競技への転向を打診された。体育の授業でバレーボールをすれば簡単にバックアタックを決め、ソフトボール大会で打席に立てば軽々とホームラン。そんなオールマイティーさを見抜いた上での誘いだったが、当初は「やったことがない種目が5種目くらいあったので『先生、それはできません』と断っていました」と苦笑いする。それでも監督の変わらぬ熱意に動かされて挑戦を決意。すると、高校3年生の時、全国高等学校総合体育大会(インターハイ)で2位という結果を収めた。

競技を始めて、わずか半年。「気が付いたら表彰台に上っていたので、もっと本格的に取り組んだら日本のトップになれるかもしれないと感じましたし、自分の中で『何でもできる人って格好いい』と思ったんです」。卒業後に進んだ国士舘大学では、迷うことなく十種競技の道を進んだ。

日本の十種競技において、長らく破られていない記録があった。1993年に金子宗弘氏が打ち立てた7,995点という数字だ。

世界の猛者と同じ舞台で戦うために、目安とされるのが 8,000 点。この大台まで 5 点に迫る大記録は 18 年間も破られずにいたが、2011 年 6 月の日本陸上競技選手権大会で歴史は塗り替えられた。大学院を卒業し、社会人 1 年目として挑んだ右代選手が 8,073 点をマーク。日本人初の 8,000 点超えを果たしたのだ。

「学生の時、目標を発表する場で『8,000 点を獲ります』と言ったら、クスッと笑われたんです。当時、8,000 点を超えられるなんて誰も思っていないから『言ったな、アイツ』みたいな感じて。ただ、僕はビッグマウスで言ったつもりはなく、できると自信を持って言った。自分の中では絶対に 8,000 点を獲れるポテンシャルはあると思っていました。だから、初めて 8,000 点を超えた時は、誰も知らない領域に入れたことはうれしかったけれど、『まだまだ俺はこんなもんじゃないよ』という気持ちが強かったですね」

人生にも通じる「苦手なものを苦手と思わず、得意なものに変えるために行動すること」

まだまだ、こんなもんじゃない——。

右代選手が得意種目に専念せず、苦手種目も含まれる十種競技を究めようとする根底には、「まだまだ」と自身が持つポテンシャルに挑戦し続ける姿勢がある。



「昔は得意な種目しか練習しなかったので、大学卒業の頃に成績が伸び悩んだ。そこで苦手なもの向き合うことは大切だと感じました。僕は走ることが苦手なので、まず自分が考える速く走るための要素を書き出したら、ほんのちょっとしかなかったんです(笑)。そこで速く走るためにはどんな要素が必要で、その中で自分は何が苦手なのかを考えたり、人にアドバイスをもらったりしながら、少しずつ得意なものに変えていくクセをつけました」

苦手な分野は、裏を返せば、自分の中に眠る未開発の領域でもある。得意で積極的に取り組んできた分野以上に、そこには飛躍的に成長する可能性が溢れている。これは十種競技に限らず、人生にも当てはまることだと右代選手は言う。

「苦手なものを苦手と思わず、得意なものに変えるために行動することが、すごく大事だと思うんです。大学院時代に 2 年間ほど(現タレントで、十種競技の元日本陸上競技選手権大会優勝者である)武井壮さんに指導していただいた際、思い通りに倒立歩行できない自分に気付かされました。止まったり歩き出したり、自分の身体をコントロールできなかったんです。そこで上手く身体をコントロールできるように、苦手なマット運動から克服していきました。倒立ができるようになって、倒立歩行、バック転、バック宙と徐々にクリアしていくと、いつか進んで『やりたい』と思えるようになりました。今でも、**苦手なものを簡単なことからクリアして自信を付けていく作業の繰り返し**です。人生にも苦手なことはたくさんあるじゃないですか。そこに繋がっていくと思うんですよね。十種競技を通じて苦手を得意に変える方法をたくさん見つけ出せるようになりました。人間を大きくする魅力のあるスポーツです」

東京オリンピックは、子どもから大人まで幅広い年齢層の人々に十種競技の魅力を知ってもらうチャンスでもある。1 人でも多くの人に伝えるためにも、右代選手は 3 大会連続となるオリンピック出場を目指している。

「僕は中学生の時は全国大会に出たことがありません。そんな選手でもコツコツ努力を積み上げれば、34 歳になる年になっても日本で勝ち続けたり、オリンピックのような舞台にも出られるようになる、というのを見てもらいたいですね。子どもでも大人でも共感したり、自分にも可能性があると感じてもらえると思います。諦めないのは、悪あがきではなく、目標に向かって自分が向上するための取り組み。自分で言うのは恥ずかしいですけど、格好いいことだと思っています」

爽やかな笑顔を活かしながら発する言葉からは、常に真っ直ぐな気持ちで競技と向かい合う姿勢を感じる。自身に発破をかける意味でも、オフの日を利用して行く、かけっこ教室や講演活動で、子どもたちに伝えていることがある。

「『僕は夢を叶えるよ。有言実行するよ』と伝えています。オリンピックで、たくさんの人に日本人はここまでできると証明したいし、子どもたちが『あの時の人、有言実行できた!』と思ってくれたら夢を与えることにもなる。自分で自分の首を絞めている部分もありますが、そこは僕の挑戦。スポーツ選手としての価値を発揮するためにも、今できる最大限のことをやるようにしています。現役である限り、子どもたちは僕が頑張っている姿を見る機会があるので、一緒に頑張っている感じをより強く持てると思うんです」(中略)

「世界を目指すのであれば、日本を出て世界を見ないといけない。言葉、気候、練習環境などいろいろな違いがある中で、世界の舞台を自分のホームとして戦うためには、自分から学びに行く姿勢や行動する力が必要です。情報に溢れている時代なので、海外のコーチの映像を見て指導してもらいたいと思うかもしれない。その時に自分でアポイントメントを取れるかどうか。すべては自分の行動次第ですね。」

東京オリンピックで有言実行するためにも、鹿児島にあるトレーニング施設や海外で合宿を重ね、2020 年 6 月の日本陸上競技選手権大会優勝、そしてオリンピック参加標準記録となる 8,350 点以上、同参加目安となるワールドランク 24 位以内を目指す。オリンピックの話をする時、初めて出場したロンドン大会の光景がまざまざと甦ることがあるという。

「ロンドンでは 8 万人の観衆で埋まるスタジアムで競技をしました。100 メートルを走る時、僕の名前が呼ばれた瞬間、8 万人が拍手をして盛り上がりしてくれました。日本人はスタジアムにほんの一握りいるくらい。国籍なんて関係なく、僕に一度も会ったことのない人たちが『ウシロー!』と声援を送ってくれる。これがもう衝撃的でした。初めて出たオリンピックでたくさんの人に応援されて競技ができる幸せ。日本では何度も 1 位になったけれど、世界でメダルを獲るのはまた違うんだらうな、と。それがもし、自分の国、東京オリンピックでできたら、これ以上ない幸せですね」

「キング・オブ・アスリート」を目指し、可能性に挑戦し続ける右代選手。その前向きで誠実な姿が発するメッセージは、真っ直ぐで力強い。