

# オリンピック 3連覇を 支えたもの

特集 ①

吉田沙保里選手 特別講演

オリンピック3連覇、前人未踏の世界大会13連覇の偉業により、国民栄誉賞を受賞。さらに連覇記録を14へと伸ばした、三重県出身の女子レスリング世界王者、吉田沙保里選手。2013年4月19日、三重大学では吉田選手をお招きし、特別講演を開催しました。夢のために続けてきた幼い頃からの努力やオリンピックへの想いなどが語られ、そのお話は会場に集まった学生たちにとって、おおいに示唆に富むものとなりました。ここでは講演内容の一部を抜粋して、ご紹介します。

## オリンピックという 大きな夢を見つけて

私は父の指導のもと、3歳からレスリングを始め、高校卒業までこの三重県で練習を続けてきました。小さいときは体が弱くて、すぐに熱を出すような子でしたが、練習で全身を鍛えてきたせいとか、ここまで大きな怪我がなかったのは選手として恵まれていたと思います。ただ、高校まで練習が休みになるのは、お盆の2日間とお正月の3日間だけ。365日中360日は練習で、小学校の時は友だちが遊んでいるのにどうして私はレスリングをやっている

のかと、辞めたくて仕方がなかったです。ところが、父は本当に怖い存在だったので、練習が嫌だとは言えず、家が道場ですから逃げ隠れもできず、続けるほかありませんでした。そんな辞めたいという気持ちが消えたのは、中学生の頃です。オリンピックのテレビ中継で、柔道の田村亮子選手、現在は谷亮子さんですが、その姿を見て、私も金メダルを取りたいという夢を持ちました。レスリングと柔道は同じ格闘技。あの小さな体で相手を投げ飛ばしている姿に憧れて、その頃、まだ女子レスリングは

オリンピック種目になっていませんでしたが、いつか入ると信じて頑張ろうと決めました。その後、2004年のアテネオリンピックで女子レスリングは正式種目に採用され、私は日本代表に選ばれて最初の金メダルを獲得することができました。

## 負けたときこそ 気づきのとき

もちろん挫折もありました。2008年、北京オリンピック前の国別対抗戦で、初めて外国人選手に敗れたときです。119連勝の記録がストップし、頭が真っ白になりま



内田淳正 学長、吉田沙保里 選手、杉田正明 教育学部教授



した。でも、実家に帰ったとき、ちびっコレスリングに懸命に取り組む子どもたちの姿や、「これまで119人があなたに負けて悔し涙を流しているんだよ。あなたは1回負けただけでしょ」という母の言葉に、くよくよしている自分を反省し、子どもたちの見本になるためにも早く気持ちを切り替えなくては、と思ったんです。全国の方々からも励ましの電話や手紙、メールをいただいて、負けたときの方が「私は一人じゃない、こんなにも応援されているんだ」と気づかされ、日本の代表として北

京オリンピックで頑張ろう、という気持ちになりました。やはり、誰でも人生の中で辛いこと、くじけそうになることはあると思います。でも、夢を持ったら、それに向かって突き進むことが大切です。もし叶わなかったとしても、それまでの努力は絶対に自分の糧になります。何一つ無駄にはなりません。みなさんいろいろな目標があると思いますが、それに向かってあきらめないで最後まで進んでほしい。私自身、まさか自分が世界的な記録を達成するとは思いません

でしたが、その理由は、目標を持ってあきらめずに走り続けてきたからだと思っています。

### 最高の舞台を 最高の笑顔で締めくく

スポーツ選手にとって、オリンピックは世界が注目する最高の舞台。そこで国の代表になって試合ができることは、本当に幸せです。その一方で、私にとってロンドンオリンピックは、今までにないプレッシャーや不安に襲われた大会でした。



内田淳正学長をホストに、杉田正明教授の司会によって対談形式で行われた講演会。吉田選手の楽しい語り口に会場は沸きました。

オリンピック直前に負けたこと、旗手を務めた女子選手は金メダルが取れないというジンクスがある中で旗手をさせていただいたことに加え、開会式に出席するため早くロンドンに入ったため、自分の試合までの二週間にどんどん調子が悪くなり、柔道や水泳といった期待の競技が金メダルを取れないのを見て、「私も負けてしまうかも」という不安を初めて猛烈に

感じたんです。よくオリンピックには魔物が棲むと言われますが、その魔物は自分の緊張に負けたときに現れると思うんですね。最後はどれだけ自分の気持ちが勝ちに向かっていけるか。後から思えば、そこが魔物に打ち勝つ鍵だったんです。私の場合、幸いにも気持ちが変わる瞬間がやってきました。女子レスリングの試合の1日目で48キロ級の小原日登美選手、

63キロ級の伊調馨選手が金メダルを取ってくれました。私はうれしくて号泣する中で、「仲間が金メダルを取ってくれた、私も明日は絶対にやるぞ」という気持ちに変わったんです。そして、二人が選手村に帰ってきて、その金メダルを見せてもらった瞬間、五歳で初めて試合に出た時と同じ気持ちが沸き上がってきました。私に勝った男の子が表彰台で首に金メ

特集① / 吉田沙保里選手 特別講演  
オリンピック3連覇を支えたもの

夢を持ったら突き進むこと。  
もし叶わなかったとしても、  
それまでの努力は  
絶対に自分の糧になります。



### 吉田沙保里 Saori Yoshida

1982年生まれ。三重県津市出身。レスリング女子・フリースタイル55kg級選手。中京女子大学(現:至学館大学)卒業。現在、総合警備保障株式会社所属。全日本王者だった父の道場でレスリングを始め、ジュニア時代から頭角を現す。アテネ・北京・ロンドン五輪に出場し、3大会連続金メダルを獲得。また、男女通じて史上最多となる世界選手権10連覇および世界大会(五輪と世界選手権)13大会連続優勝を達成し、2012年、国民栄誉賞受賞。2013年の世界大会で優勝し、記録を14大会連続に更新した。



ダルを下げているのを見て、「私も欲しい」と思った純粋な気持ちがよみがえってきたんです。不安な思いが変わらず、魔物が棲んだままで試合をしていたら、金メダルは取れなかったかもしれません。最後は自分がどう変わるか、本当に気持ちは大切だなと、あらためて感じました。そして、あの最高の舞台上、最高の笑顔で自分の父を肩車できたことは、これ以上ない喜びでした。

### 継続の先に必ず成長がある

よくいろいろな方から、「頑張ってね」「期待しています」と声をかけていただきます。それがプレッシャーになる人もいるかもしれませんが、私の場合は、みなさんに元気と勇気と感動を与えられるように頑張るぞと発奮できるので、どんどん言っていた方がいいですね。こうした気持ちになるためには、本番で必ず実力が発揮できるという自信が必要です。そして、自信を持つには、日頃の練習を繰り返すしかありません。勉強でも、どの問題が出て完璧だというぐらいまでやれば自信がつくと同じです。子供の頃、2時間の練習のうち1時間半かけて、私はタックル練習をしていました。もう十分というほど、自然に体が動くまで体に覚えさせる、染みこませるまで徹底したことが、自信になったと思います。また、今しかできないこと、今できることに全力で取り組むのが、私は大好きなんです。もちろん、厳しいトレーニングもありますが、そんなときこそ楽しく、明るく、声を出してみんなを盛り上げます。道場にも「トレーニングは、楽しく、笑顔で」と書いてあるんですが、それを見ると「辛くても頑張ろう、強くなるためにやっているんだ」という気持ちになる。やはり、誰かにやらされるのではなく、自分で考えて何かをやるという姿勢が大事なのではな



いでしょうか。そんな風に思えるようになったのは、大学に入ってからです。私は高校まで親元にて何もかも甘えていたので、入学して半年程は本当に苦労しました。寮生活になり、今までやったこともない身のまわりの事を自分でやらなければいけない状況に、もう辞めたいと思ったことも。でも、先輩に教えてもらいうちに、これからは自分のことは自分で考えて何でもやらなければいけないだと痛感し、食事に気をつけたり、自分で考えて練習したりして、勝てなかった選手にも勝てるようになってきたんです。やはり、何事も継続することが大切なんです。たとえば、今から腕立て伏せを100回やれと急に言われても、これまでやってない人は無理でしょう。でも、毎日、回数を積み重ねていけば、いつかできるようになります。みなさんも、何かに少しずつでいいのでチャレンジすると、1日ではわからないですが、1年365日積み重ねていったら、きっと変化がわかりますよ。同じことでも、全力でやっていたか、普通にやっていたかで差が出てきます。ぜひ、全力で頑張るという気持ちで、何か好きなことに挑んでいただきたいと思います。



会場となった三翠ホールには、当日、1年生を中心に約1,500名の学生が詰めかける盛況ぶり。内田学長から「吉田選手のお話を聞いて、本学の教育目標である“感じる力”“考える力”“コミュニケーション力”“生きる力”の涵養に役立ててほしい」と挨拶があり、講演会は始まりました。途中、会場にいらっしゃった吉田選手のお母様にもご家庭の教育方針などについてお話をうかがったほか、質疑応答コーナーでは学生からの質問も。吉田選手の当意即妙の切り返りで会場が爆笑に包まれるなど、和やかな雰囲気の中、講演会は幕を閉じました。



◎特集② / 対談

## 地域への 新たな貢献を目指して

地域圏大学として、教育・研究を通じた地域貢献を目指す三重大学。

幅広い分野で、行政や産業界とともに活動を展開しています。

今回は、本学の卒業生である長島観光開発株式会社の稲葉邦成社長を、学内スタジオにお招きし、

学生時代の思い出や、地域と観光の関係、企業に求められる人材像などについて、

学長と語り合っていました。

長島観光開発株式会社  
代表取締役社長  
稲葉邦成  
学長  
内田 淳正

◎司会・進行  
兄玉克哉 こだまかつや  
副学長(広報担当)  
専門分野は地域社会学、  
市民社会論、NGO論、国際平和論