



Title	トップアスリ - トの陸上競技継続に関する研究1: インタビュー - 調査を通して
Author(s)	松田, 賢一; 新沼, 英明
Citation	学校教育学会誌, 18: 1-13
Issue Date	2013-03
URL	http://s-ir.sap.hokkyodai.ac.jp/dspace/handle/123456789/6921
Rights	

トップアスリートの陸上競技継続に関する研究 1 ーインタビュー調査を通してー

Research into Continued Participation in Track and Field by Top Athletes.
Part one - Through Interview.

松 田 賢 一
Kenichi MATUDA

新 沼 英 明
Hideaki NINUMA

函館短期大学
Hakodate Junior Collage

トップアスリートの陸上競技継続に関する研究 1 —インタビュー調査を通して—

Research into Continued Participation in Track and Field by Top Athletes.
Part one - Through Interview.

松 田 賢 一
Kenichi MATUDA

新 沼 英 明
Hideaki NINUMA

函館短期大学

Hakodate Junior Collage

論 文 概 要

本研究は、北海道で育ったトップスプリンターであり、日本女子陸上界を長い間牽引してきた、北風沙織選手の小学生から社会人までの陸上競技継続の軌跡を追うことを目的とした。北風選手は、現在北海道ハイテクACで、現役スプリンターとして活躍している。成績は、100mにおいて小学生全国2位、中学・高校・大学は全国優勝、社会人1年目で100m自己最高記録を樹立、そして、2011年には、4×100mリレー第1走者として、日本記録更新に貢献するという輝かしい競技歴の持ち主である。

彼女は、何故、長きに渡り、陸上競技を継続できているのかを知る為、半構造化インタビューを実施した。その結果を逐語録にまとめ、北風選手の語りを意味のまとまり毎に切片化をした。その際に、インタビューでの質問内容を中心に、サブカテゴリーを抽出し、さらにカテゴリーの生成を行った。それをもとに北風選手が小学生から社会人の今日まで陸上競技を何故、継続できてきたかを「複線径路・等至性モデル：TEM図」の手法を用いて分析・考察をした。

キーワード：トップアスリート、陸上競技継続、複線径路・等至性モデル（TEM図）、一貫指導

1 はじめに

筆者は、現在一般財団法人北海道陸上競技協会（以下「北海道陸協」）理事・普及委員長の任にある。特に専門委員長である普及委員長になって4年目である。普及とは、広辞苑によれば、「広く一般に行きわたること、また、行きわたらせること」とある。そして、北海道陸協の定款では、次の業務を行うことと記載されている。1 競技者層の拡大、充実 2 若年競技者の追跡調査及び指導者の資料収集整理 3 地方及び中央陸上競技教室、陸上競技フェスティバル、陸上競技記

録会の開催、指導 4 スポーツ少年団、クラブ指導者の講習会開催 5 小中学生、初心者対象の指導教本の作成等となっている。その中で特に重視している点は、良い人材を発掘し、陸上競技をこよなく愛し、継続してもらうことである。すなわち、1の競技者層の拡大・充実である。現在は、サッカー、野球に偏りがちになっているスポーツも、福島選手・高平選手・右代選手・久保倉選手のように北海道からオリンピック選手が出ることによって、陸上競技が注目されているのも確かである。

北海道は小学生の陸上競技はとても盛んである。ここに一つのデータがある。これは、筆者が普及委員長に就任する前の前任者が統計をとったものである。全国小学生交流大会（以下「全国大会」）第1回大会（1985年）から第20回大会（2004年）までの、入賞者（8位まで）の多い県はどこかという統計であった。1位を8点とし、8位が1点で換算してある。これによると、第1位 北海道568点、第2位 千葉県 384点、第3位 静岡県 377点、第4位 栃木県 363点、第5位 兵庫県 352点 であり、北海道の強さは全国一である。しかし、その入賞者が必ずしも、陸上競技を中学以上の学年で継続しているかという点、そうではない。これも筆者の前任者から踏襲され全国大会に出場した小学生の陸上競技継続の追跡調査を実施した資料によれば、中学校で陸上競技部がなく、止む無く断念又はその児童の身体能力をかわれ、違う部活動に進む生徒等様々であった。

もともと小学生の全国大会を開催するに当たり、陸上競技の専門家並びに医師等は、反対であった。それは、子ども達が大会の過熱化により、オーバートレーニングに陥ることが心配されたからである。しかし、今日ではこの考えは杞憂に終わり、岡野（2006年）の調査によれば、全国大会出身の児童がオリンピックや世界選手権に出場していることから、いかに選手を育てていくかという指導の仕方が重要であり、さらに早期の陸上競技の開始は、むしろ早い段階から、子ども達に高いモチベーションを与えられるという利点があることと、今後は一貫指導等により、さらにもっと優秀な選手が育つのではないかという視点に変わってきた。

そこで筆者は、前述した北海道の全国大会出場者の追跡調査からある選手に注目した。その選手は小学校から社会人までの長きに渡り日本のトップレベルで競技を続けている。何故、その選手は長い間競技を続けることができたのだろうか。このことを明らかにすることによって、今後の北海道陸上競技の普及並びに指導のあり方に寄与するものと考えた。

2 研究の目的・課題

「継続は力なり」という言葉があるが、ひとつの物事を長く続けることほど難しいものはない。それを続けてきた、日本のトップレベル、それも北海道出身の陸上競技者にスポットを当て、研究することを目的とした。冬が長い北海道でも、考え方・指導のあり方次第では可能であることを視座する研究になればと感じている。研究の内容から質的研究とした。

従って、研究課題を「何故長きに渡りトップレベルで陸上競技の継続ができたのか」とする。

3 研究の方法

3.1 調査対象者

北海道ハイテクAC（以下「ハイテクAC」）の中村先生の許可を得て、ハイテクAC所属のトップアスリート北風沙織選手とし、半構造化インタビューを実施した。北風選手は、表1、図1にあるように小学校6年から社会人の今日まで日本のトップスプリンターとして、日本女子陸上界を牽引してきた。それも、身長151cm、体重47kgの小さな体からパワー溢れる走りをする。中村先生は、北風のような実績をもっている選手は日本では稀であると評している。

表1 北風沙織選手の年次ベスト記録一覧

小学校6年（1997年）	12.92	全国小学生大会2位
中学校1年（1998年）	12.70	
中学校2年（1999年）	12.62	全国中学準決勝落
中学校3年（2000年）	12.13	全国優勝
高校1年（2001年）	12.07	全国高校7位
高校2年（2002年）	11.94	全国高校7位
高校3年（2003年）	11.73	全国優勝
大学1年（2004年）	11.69	インカレ5位（ジュニア歴代8位）
大学2年（2005年）	11.72	インカレ3位
大学3年（2006年）	11.68	インカレ優勝 年次最高11.56
大学4年（2007年）	11.52	インカレ2位（学生歴代2位）
社会人1年（2008年）	11.42	（日本歴代6位）
社会人2年（2009年）	11.80	
社会人3年（2010年）	11.72	
社会人4年（2011年）	11.65	
・400mリレーで43.39の日本新（第1走）		

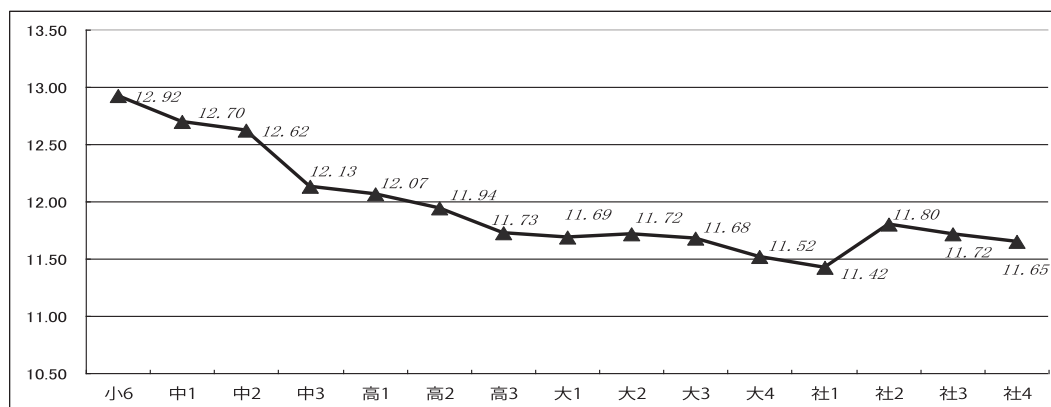


図1 北風沙織選手の年次ベスト記録の推移

3.2 データの収集方法

2011年11月27日（日）午後1時20分から午後3時05分までの1時間45分、北風選手に対して、ハイテクAC応接室にて、半構造化インタビューを実施した。半構造化インタビューとは、やまだ（2007年）によれば、インタビュー法は、構造化の程度によって、構造化インタビュー、半構造化インタビュー、非構造化インタビューの3つに区分され、半構造化インタビューとは、質問項目や枠組みにある程度の構造化をほどこしつつ、実際のインタビュー場面では、興味深いトピックや語りについて適宜質問を加えたり、話題の展開に応じて問の順序を変える等柔軟性をもたせるインタビュー法である。面接内容は、調査者の理解を得て、録音し、逐語録としてまとめた。なお、調査に当たっては、研究の趣旨、録音すること、データは、研究目的しか使用しないこと等を説明し、了解をとった。

3.3 質問項目

半構造化インタビューの質問内容は、以下の通りである。

- (1) 現在の年齢と競技歴について。
- (2) 陸上競技を始めた動機について。
- (3) 陸上競技の他にどのようなスポーツをしていましたか。
- (4) 何故、ここまで陸上競技を続けてこれたと思いますか。
- (5) また、長く陸上競技を続けるためには、どうしたらいいと考えますか。
- (6) 陸上競技を続けていて、挫折したことはありますか。あるとすれば、それをどのように乗り越えましたか。あなたを支えた方はいましたか。
- (7) 陸上競技をおこなっているの利点は何だと思いますか。
- (8) 今後の目標を教えてください。

3.4 分析方法

北風選手のインタビューから得た語りを意味のまとまり毎に切片化した。その際にインタビューでの質問内容を中心とし、サブカテゴリーを抽出し、さらに9つのカテゴリーの生成をおこなった。それが表2である。

それをもとに北風選手が小学校から社会人の今日まで陸上競技を何故継続できたかを「複線径路・等至性モデル (Trajectory Equifinality Model: TEM)」の手法を用いて分析をした。

TEMとは、サトウ（2009年）によれば、人間の成長を時間的変化と文化・社会的文脈との関係で捉え、記述・理解する試みである。それは、ある経験に至る経過やある経験を経たあとの道筋を描くこととし、すなわち個人の人生を時間と共に描くことを目標とする質的研究の流れの新しい方法論である。

表2 北風選手のインタビューからのカテゴリー分析

カテゴリー	サブカテゴリー
陸上スプリンターのDNA	<ul style="list-style-type: none"> ・父は陸上三段跳びでインターハイ出場 ・母は100mと走幅跳で全道大会出場 ・上の姉二人もバスケット・陸上選手 ・父の兄は「北風三兄弟」という北海道で有名なスプリンター
陸上に対する拘りがない	<ul style="list-style-type: none"> ・ミニバスがメインで陸上は試合だけ ・陸上は父親にやらされていたという感じ ・陸上は半強制で、好きで始めたわけじゃない ・高校卒業するまで陸上は好きでなかった ・周りが期待しているからやっているという感じ
父の存在感	<ul style="list-style-type: none"> ・中3年の国体100m準決勝で敗れる。父親がいなかったので自分の走りが出来なかった ・ジュニアオリンピックは、父親が居て優勝
運命の中村先生との出会い	<ul style="list-style-type: none"> ・中3年の国体で中村先生と初めて会う ・「恵庭北高校」に来ないかと誘われる。スパイクも作ってもら ・両親も中村先生なら安心して任せられる
生活の乱れと中村先生からの叱責	<ul style="list-style-type: none"> ・部活の生活が嫌で、遊びたい気持ちが強くなる ・化粧をしたり、スカートを短くしたり、普通の女の子になりたい。 ・生活面では中学校から目だっていた ・中村先生から部を辞めろ。「じゃ、辞めようかなという感じ」強い意志は無かった ・中村先生から「お前もっているものは、もっているんだから、しっかりやれ」と叱咤激励される
祖父の死と陸上への決意	<ul style="list-style-type: none"> ・父方の祖父は目が見えないが、北風選手の応援は欠かせない ・祖父の死に際し棺に「絶対全国優勝する」という手紙を入れる ・それ以降、陸上に賭ける決意をし、練習を人一倍する
地元大学進学とロンドンへの道	<ul style="list-style-type: none"> ・進学は京都のR大学に決まっていたが、中村先生の熱意から地元北翔大学に進学 ・大学ではオリンピックを目指し、勉強も練習も一生懸命取り組む ・北京オリンピックはB標準切れなかったため、ロンドンを目指す ・大学でも絶対優勝してやろうと思い、頑張っていた。中村先生から「成長したな」と言われる ・中村先生のような指導者を目指し教職も取得する

怪我との戦いと挫折感	<ul style="list-style-type: none"> ・ 大学3年のアジア大会前、足に違和感、「疲労骨折」と判明 ・ 大学4年の時、痛みに耐えて世界選手権リレーに出場 ・ 社会人1年目の北京選考である南部大会後 手術 ・ 手術後、何ヶ月間リハビリするが、走ると痛みがあり、挫折感を味わう ・ 社会人2年目治る可能性を信じて2回目の手術 ・ 手術1ヵ月後「感染症」に罹り、そのばい菌を除去するために3回目の手術に踏み切る ・ 何で自分だけがと思い落ち込む。両親が支えに
北風の復帰を支える監督と仲間	<ul style="list-style-type: none"> ・ ハイテクの仲間は何も言わなくても支えてくれる ・ 他の企業だったらケガしたらすぐ切られる。中村先生だからケガしても支えてくれた ・ 『北風の復帰なくして、俺は成功したとは思わない』と中村先生の言葉

4 研究の結果と分析

図2は、表2のカテゴリー分析の結果を踏まえて、「複線径路・等至性モデル」（以下「TEM図」）を作成したものである。この研究の目的・課題の性格上、5つの期に分けた。それは北風選手が小学校・中学校・高校・大学・社会人という段階で陸上競技を継続してきたからである。そして、必須通過点も同様とした。等至点は、インタビュー結果から「ロンドンオリンピック」を目指すと決意を述べていることから「ロンドンオリンピックへ」とした。さらに、北風選手の競技歴をトータルで見えていくと、4つの競技継続上の分岐点があると筆者は捉えた。また、陸上競技は記録が命であることから、作図の下方に各学年毎の記録を掲載し、どのような歩みをしながら記録が達成されたかを確認できる方法をとった。以下、TEM図をもとに各期毎に分析をする。

(1) **第I期**：第1期は、北風選手の原点とも言うべき期である。北風選手は、生まれながらにしてスプリンターとしての資質を備えていたことを感じさせることがある。それは、お父さんは男4人兄弟であり、上の3人の兄は北海道では有名なスプリンターで、後に「北風三兄弟」と言われるほどであったこと。そのお父さんも、高校時代にハイテク ACの中村先生（当時は中標津高校教員）に三段跳を教わり、インターハイに出場した経験がある。また、お母さんも100mと走幅跳で全道大会出場した。さらに、北風選手は三姉妹の三女であるが、上二人の姉も陸上競技とバスケットボールで活躍していた。

筆者は、このことから北風選手は「陸上スプリンターとしてのDNAを備えている」と感じた。小学校時代の北風選手は、陸上競技よりミニバスケットを主としていた。陸上競技は父親の勧めもあったが試合だけ出場する。父親が大の陸上好きな事もあり、半強制的にやらされていた。陸上は好きではなかったと北風選手は言う。筆者は、第1期が北風選手の原点といったのは、ここにある。ハイテク ACの中村先生は、その著書「日本人が五輪100mの決勝に立つ日」（2011年・日文新書）に

次のように書いている。『よく言われるのは「走るための筋肉をつければいい」ということだが、私はそれでは限界があると思う。それより四方八方から刺激を与えて、より動かせるようにしたほうがいいと。それには、陸上競技にないストップとか方向転換もでき、判断力や調整力、バランス力も必要になるバスケットボールなどは最高の手段だと思う』従って、北風選手は小学校時代、中村先生が思っていた理想の形ができていたと感じる。バスケット中心の北風選手であったが、全国小学生交流大会 100m 12.92 の第 2 位の成績をおさめる。そして、これが北風選手の陸上の出発点である。

(2) 第Ⅱ期：中学校時代である。中学までバスケットボールを主としておこなっていたが、陸上の合宿等でバスケットの練習を抜けなければならない羽目になり、個人種目である陸上競技を選択した。そこには、父の誠意に応えようとする娘の心情があったのではと筆者は推察する。

中学校まで北風選手のコーチをしていた父は、一生懸命指導をしていたが、当の北風選手は、好きでない陸上をこなしていた。全国中学校大会で日本一になっても、心は変わらず、陸上は好きでなく、父親にやらされているという感覚でいた。しかし、親子の絆は、しっかりしており、国体に出場した際には、いつものコーチである父が居なく、雰囲気も違い、馴染めなく、100m 準決勝で敗退した。その時、初めて父親の存在感、父親が自分の心の安定に繋がっていることを実感した。

その国体での出来事である。北風選手には、生涯のコーチとなるべく中村先生との出会いがあった。北風選手が陸上競技の継続に無くてはならない人として、中村先生との出会いを分岐点という位置づけにした。「恵庭北高校」に誘われた北風選手は、両親と相談する。第 1 期で述べた通り、偶然にも北風選手の父親が中村先生から三段跳を教わったこともあり、両親とも中村先生なら、安心して娘を任せられるという判断をし、恵庭北高校に入学した。

小学校での記録が、12.92 だったものが、中学卒業には、12.13 と 0.79 秒順調に記録を伸ばす。

(3) 第Ⅲ期：高校時代である。波乱の時期であると同時に北風選手が自己主張を繰り返しながら、陸上競技継続への道を探る期である。

中学校時代から目立っていた生活面が露見する。自宅から高校までの通学時間が 1 時間かかる。陸上を好きでやっていたわけでないので、遊びたい気持ちが優先し、化粧をしたり、スカートを短くしたりと好きなように過ごしていた。そこに中村先生から雷が落とされた。「そんなんだったら辞めてしまえ」と北風選手は「じゃ辞めようかな」と思ったという。陸上を続ける強い意志というものがまだ感じられない。北風選手を叱った後は、中村先生から親に報告がされていた。父親が北風選手に陸上を続けて欲しいという気持ちが強かったことから、家族でしっかり話し合いもした。

中村先生の指導者としての素晴らしい点は、ただ叱るだけでなく、必ず良い点を伝えていることである。北風選手には「お前も持っているものは、もっているんだから、しっかりやれ」さらに、人としての礼儀や、まわりを思いやる気持ちといった人間性を大切に指導している点も「競技者で

ある前に人間であれ」という教えであろう。

そんな北風選手が高校2年生の時である。北風選手が陸上を継続しようと決めた2つ目の分岐点が出てくる。それは、父方の祖父の死であった。北風選手が小学校2年生の時に、祖父は白内障によって、目が完全に見えなくなった。しかし、一番可愛がっていた孫の活躍が新聞等に載ると、その記事を祖母が読んで聞かせていたという。そのような様子を理解していた北風選手は、祖父の死は大変ショックであったと述べていた。その時、北風選手は祖父と約束をする。それは、祖父の棺の中に「絶対全国優勝するから」という手紙を入れた。そのことは、あんなに陸上が好きで、父親にやらせていると言い張った北風選手が、陸上競技継続を誓う意志の芽生えであった。そこから北風選手は人間が変わったかのように、誰にも負けないくらい練習に明け暮れ、自信がもてるようになった。

その結果2003年の高校3年生のインターハイで100m 11.73で優勝することとなった。正に祖父の死を契機に北風選手は、陸上競技一本に専念し、人間的にも成長するのである。

分岐点の3つ目としては、高校からの進路である。インターハイ優勝ということもあって、沢山の大学から勧誘はあった。大方京都のR大学に決まっていた。その大学の監督さんが中村先生が信頼をおいているからである。ただ中村先生の心の中では、北海道に残し指導を続けたいという気持ちもあり考えていた。そして、北翔大学に落ち着くこととなった。北風選手自身も北海道で練習を続けていて、優勝しているので、京都に行って大丈夫だろうかという不安をもってたことは確かである。さらに、北翔大学は、江別市であり、自宅から自転車で10分のところに位置していることも決め手となった。

(4) 第Ⅳ期：大学時代である。大学ではオリンピックを目指して頑張ろうという気持ちになり、練習も勉強も共に頑張りが充実した期間を過ごしていた。特に、北海道に残ったからと言われたいのためにも、インカレでも絶対優勝してやろうという強い気持ちをもって練習に励んだ。中村先生からは北風選手の懸命に練習に打ち込む姿を見て「本当に変わったな、そして、成長したな」という言葉をかけられた。大学3年目でインカレを11.68で制した。何と中学・高校・大学と日本一になった。この優勝を契機として、苦難の道が始まる。大学3年生のアジア大会前に何か足に違和感があり、痛くても我慢して走っていた。病院に行って検査結果は「疲労骨折」と判明。小学生から鍛えてきた体で、肉離れ一つしない、丈夫な体であったが、ここで大きな怪我をした。この後、足と相談しながら、大学4年生では、インカレで2位。そして、大阪での世界選手権出場を果たす。

(5) 第Ⅴ期：社会人時代である。大学卒業し、迷わず中村先生が代表を務める、ハイテクACに入社。

社会人1年目で自己最高の11.42をマークする。また、織田記念陸上で北京オリンピックのB標準記録を切ったが、疲労骨折の関係で、太ももの前を炎症を起し、自分の走りが出来なくなっていた。そして、北京の最終選考会である、南部記念陸上が終わった後手術をした。そこには、北京ではなく、ロンドンを見据えていた。手術が無事終了し、リハビリを経て、走るが感覚的にあま

り良くない。だが、社会人2年目で400mリレーにおいて、日本記録を出し、ベルリンの世界選手権に行く。ただその時の日本選手権では、アキレス腱と膝も痛くなり、右足だけで走っているような状態だったという。準決勝の前には全然走れなくなり、中村先生から「やめるか」と言われ欠場した。北風選手の心の中では、日本選手権で走れなかったら、引退も頭をよぎったという。

北風選手の強さはここからである。再起をかけ2回目の手術をする。しかし、1ヵ月後感染症に罹り、その細菌を除去するために3回目の手術をすることになった。我慢強い北風選手もこの時ばかりは「何故自分だけがこんな思いをしなければならないのか」という挫折感を味わう。筆者はこれを北風選手の第4分岐点とした。それは、果たして復活できるのだろうかという思いがあったからである。北風選手は、幼い頃から負けず嫌いが人一倍強く、常に何でも一番でありたいという不屈の気持ちがあったればこそ、この試練を乗り越えた。さらに、何も言わないがハイテクACの仲間たちが支えているという気持ちと、中村先生の「北風の復活なくして、俺は成功したとは思わない」の言葉に支えられ、95%くらいまで快復した。まだ走ると炎症が起き、痛いというが、2011年5月何と400mリレーで従来の日本記録を破る43.39の日本記録を樹立する。北風選手はその時の第1走者であった。ロンドンオリンピックへの夢を実現するかのような快走であった。

5 考 察

以上の研究の結果と分析を踏まえ、考察に入るが、北風選手のTEM図を見ると、競技者として理想の競技歴であることが理解できる。小学生で出した12.92から競技が始まり、各期毎に前年の記録を更新し、競技者としての最終局面である社会人で自己ベスト記録を出したことである。16年を掛けて100mのタイムを1.5秒理想的に短縮したことが理解できる。ではどのような経過で短縮できたのか、即ち「北風選手が何故長きに渡り陸上競技を継続できたか」について考察をする。TEM図から筆者は継続の理由を5つにまとめた。

1 スプリンターとしての先天的な能力の持ち主

北風選手の父親は、男ばかりの四人兄弟の末っ子であり、上三人のお兄さんは、北海道では有名なスプリンターで後に「北風三兄弟」と言われた筋骨をもっている事。また、北風選手の父親は、三段跳でインターハイ出場・母親も陸上競技を行って全道大会出場した経歴がある。さらに、北風選手は三姉妹の三女であるが、上二人の姉も陸上とバスケットをしていた。北風選手は、生まれながらにして、スプリンターとしてのDNAを兼ね備えた選手であると言っても過言ではない。

2 ミニバスで鍛えた体

朝から晩まで陸上競技に執着して行わず、ミニバスを中心に考えていた。これが後の小さい体ながら爆発的能力を発揮させる原動力となり、怪我の少ないバランスの良い体を作る土台になったこと。前述した中村先生の著書にも書かれているが、小学校の時には、楽しみながら色々な事を行うことが大切であること。特に神経系が一番発達する小学生時代は、飛んだり跳ねたりして遊びなが

ら神経系を刺激することが大事である。そして、バスケットボールは、判断力や調整力、バランス力等が養われることから最適であると述べている。従って北風選手は、後のトップアスリートとして君臨していく最高の体作りを行っていたことになる。

3 「伸びしろ」を残した父親の指導と親としての心構え

北風選手は、インタビューの中で「自分は陸上が好きではなく、お父さんにやらされていた。それも、半強制的に」と述べている。その半面、筆者は北風選手がミニバス中心であったが、陸上の合宿等でミニバスのメンバーに迷惑かけるという判断のもと、陸上競技に専念する決意をする。そこには、父親の一生懸命な指導に対しての尊敬の気持ちと、それに応えたいという気持ちがあったと推察する。また、父親も半強制的に北風選手を指導しているが、ミニバスを辞めさせることなく、さりげなく陸上の指導もしていた。お父さんの心の中では、自分も陸上人生を歩んできたが、成し得なかった夢への実現のため、スプリンターとしての素質が十分な三女に期待していたのかもしれない。中学3年生で日本一になるが、その練習は、これもインタビューで述べているが、「試合の1週間くらい前からスタート練習をやったりと、あんまりガンガンとした練習はしなかった」と述べている。お父さんの指導者としての偉さは、ここにある。将来へ向けての「伸びしろ」というものをきちんと残していることである。前述の中村先生の著書に「小学生や中学生の日本チャンピオンが、そのまますんなり日本チャンピオンに育った例は極めて少ない。結局は体力面でも精神面でも、伸びしろの部分を見逃してやらせた結果だと思う」と述べている。北風選手は、日本でもあまり少ない例として、小学生から日本のトップレベルで活躍しているが、前半の北風選手の指導者をお父さんとするならば、心と体の面に「伸びしろ」を残して、後半の指導者である中村先生へバトンタッチがスムーズに行われた。そして、もう一つの要因として、両親の考え方が挙げられる。兎角子どもが小学生から日本のトップレベルに位置することで、子どもに対しての応援が過度になり過ぎ、しいては子どもをつぶしてしまうこともある。北風選手のご両親は二人とも陸上競技の経験があるということと、子どもに過度な期待を掛けず、温かく見守っていたことも北風選手が陸上を継続できた要因であろうと思う。

日本陸連の普及育成委員長である繁田は、その著書である「キッズの陸上競技」(2010)に、『理解ある(賢い)親とは』で次のように述べている。

1 子どもの活動を応援する 2 温かく見守る 3 指導者とともに子どもを育てる
正しく北風選手のご両親は、これらを兼ね備えていた親であると感じた。

4 父親の指導から生涯の指導者中村先生へバトンパス「一貫指導」のモデル形成

お父さんが北風選手を6年間指導し、高校からは中村先生へ指導がバトンタッチされた。TEM図でも描いているが、北風選手にとっては、中村先生との出会いを陸上競技継続の分岐点と筆者は位置づけた。北風選手のお父さんが高校時代、中村先生から三段跳の指導を受けていたこともあり、両親とも中村先生であれば安心して娘を任せられるという思いのもと、恵庭北高校に進学した。父

親の本心としては、まだ娘を指導したいという気持ちはあったのだと思うが、中村先生からの誘いも幸いし、任せられる指導者との思いから中村先生に託す決意をしたのだと思う。もし違う指導者であったならば、現在の北風選手はなかったかもしれない。

また、前項で述べたが、お父さんは北風選手に「伸びしろ」を残して、中村先生へバトンタッチしたことで、中村先生の指導力が生かされたと言っても過言ではないだろう。そして、そのことは、現在その重要性が叫ばれている望ましい「一貫指導」のあり方を示しているものと感じたのである。

「一貫指導」とは、前述の日本陸連の著書では、「一貫指導とは、スポーツに初めて出会うジュニア期からトップレベルに至る全ての過程で、個々の競技者の特性や発育・発達段階を適切に把握し、それぞれの段階に応じた最適なトレーニングを行うことによって、競技者の有する資質・能力を最大限引き出し、最終的に世界レベルで戦える競技者を育成すること・・・」

目先の勝利にこだわることなく、個々の発育・発達段階に合わせた指導をするということであり、中村先生が述べている「伸びしろ」を残すということに他ならない。

北風選手の父親から中村先生への継承は、理想的な「一貫指導」のモデルケースであるように感じた。

5 陸上への拘りが無い状態から陸上への強い意志の芽生え

北風選手はインタビューで再三述べていることは、「陸上はお父さんに半強制的にやらされていて、好きで始めたわけでない。高校卒業するまでは、そんなに陸上は好きでなかった。周りが期待しているから、やっているという感じ」である。このことは裏を返せば、中学で日本一になっても天狗にならず、自分自身がプレッシャーを感じずにいられたのではないかと推察することができる。それこそが、北風選手が陸上を継続できた理由の一つであると思うのである。

中学日本一になり、恵庭北高校に入学した北風選手は、インタビューでこう述べている。「それこそ部活とかの生活が嫌で、陸上が好きでやっていたわけではなかったので、やはり遊びたいという気持ちが強く、高校まで通うのも1時間くらいかかっていたので、面倒くさいとか思って、あとは化粧をしたりとか、スカート短くしたりとか、生活面では結構目だっていた」その生活の乱れを中村先生に叱られ、「そんなだったら辞めてしまえ」と場面もあった。中村先生は叱るばかりではなく「お前はもっているものはもっているんだから、しっかりやれ」と励ますことも忘れなかった。ここに指導者としての北風選手に対する強い愛情を感じた。

彼女が陸上への強い意志が芽生えたのは、高校2年の時である。筆者は、これを陸上競技継続の分岐点の2番目とした。それは、北風選手の祖父の死であった。北風選手を陰ながら応援し続けていた大好きな祖父が亡くなったのを契機して、彼女は変わっていく。祖父のお棺に「絶対全国優勝するから」という手紙を入れた。この瞬間から北風選手は、陸上に掛ける決意をしたと同時に誰にも負けないくらいの練習に明け暮れ、翌年高校3年生で祖父との約束を果たすべき、全国優勝を成し遂げるのである。そして、ここからロンドンへの道を目指すことになる。

これまでの考察から、北風選手が陸上競技を小学生から社会人の今日まで継続できた理由を総称すると次の5つに集約できる。

- (1) 神経系統が著しい時期にミニバスで体を鍛えていたこと（ケガの少ない身体へ）
- (2) 周囲の期待に反し、本人が陸上への強い拘りがなかったこと（天狗にならずプレッシャーに感じず）
- (3) 父親の指導が北風選手に「伸びしろ」を残していたこと（力の温存）
- (4) 祖父の死から陸上に専念（強い意思の芽生え）
- (5) 父親から中村先生への指導が理想的に行われたこと（一貫指導）

この研究は今後4年間継続して行う。最終的に「はじめに」で述べたように、北海道の陸上競技普及事業並びに指導のあり方について提言する所存である。

謝 辞

筆者の考えに理解を示して頂き、快く調査研究を認めていただきました、北海道ハイテク AC の中村先生に感謝とインタビューに快く応じていただいた北風沙織選手に心からお礼を申し上げます。

参考・引用文献

- 1 新村 出 編 1998 広辞苑（第5版） 岩波書店 P2314
- 2 財団法人 北海道陸上競技協会 普及委員会作成 2008「全国小学生交流大会年次都道府県別参考得点表」
- 3 財団法人 北海道陸上競技協会 普及委員会作成 2008「全国小学生陸上競技交流大会出場者成績及び追跡調査一覧」
- 4 岡野 進 編著 2006 陸上競技指導と栄養・スポーツ障害 創文企画 P16-17
- 5 やまだようこ編 2008 質的心理学の方法－語りをきく－ 新曜社 P102
- 6 サトウタツヤ編著 2009 TEMではじめる質的研究－時間とプロセスを扱う研究をめざして－ 誠信書房 はじめに
- 7 中村宏之著 2011 日本人が五輪100mの決勝に立つ日 日文新書 P92、100、101
- 8 財団法人 日本陸上競技連盟 編 2010 キッズの陸上競技 大修館書店 P9、30
- 9 日本陸上競技連盟 2012 第28回全国小学生陸上競技交流大会 プログラム
- 10 岡野進著 2012 陸上運動・競技の指導を考える基礎的研究 創文企画
- 11 安田裕子・サトウタツヤ編著 2012 TEMでわかる人生の径路 誠信書房
- 12 半構造化インタビュー逐語録 2011

図2

