



第 15 回

ゴールへ、メダルへ、全力で

有 森 裕 子

arimori yuko

「メダルの色は銅かもしれませんが、終わってから、なんでもっとがんばれなかったのかと思うレースはしたくなかったし、今回はそう思ってないし、初めて自分で自分をほめたいと思います」

オリンピック・メダリストに数々の名言あれど、その中でも3本の指に入るかもしれないこのビッグフレーズは、1996年7月28日、アトランタ・オリンピックの女子マラソンで3位に入った有森裕子選手のコメントだ。感激の涙とともにこのコメントを記憶している人は多いのではないだろうか。

有森選手はその4年前、オリンピック初出場となったバルセロナ大会では銀メダルを獲得している。中学・高校・大学と目立った成績を残していない有森選手が銀・銅メダリストになれた理由、バルセロナからアトランタまでの4年間、そして現在の活動などについて伺った。

聞き手/西田善夫 文/山本尚子 構成・写真/フォート・キシモト

自分で自分を「ほめたい」

— アトランタ大会のとき、私は現役のアナウンサー生活を終え、解説委員になっていました。マラソン特集で家でスタンバイしながら、妻とマラソンを見て、あのインタビューを見ていたら泣けてきてね、ティッシュペーパーを取ろうとしたら、妻が後ろからポンと箱を差し出してくれたのです。気が利くなと思って振り返ったら、彼女はもうすでに涙を拭いていましたよ。

そうでしたか。

— 放送中に感激して泣いたことはもちろんありません。話を聞いてあんなに泣けたのは初めてでしたね。あれ、「ほめてあげたい」ではなくて「ほめたい」ですよ。

どう考えても、「ほめてあげたい」という言い回しは出てきませんね。あれは周りの人が当人に使う言葉じゃないですか。どこかで混同されて、「ほめてあげたい」という言葉が一人歩きしてしまったようですね。

アトランタオリンピックマラソンで銅メダルを獲得



高石ともやさんの言葉から

— 「ほめたい」という言葉を発した“起源”は、あなたが高校生のときにあるそうですね。

はい、毎年、京都で開催される全国都道府県女子駅伝は、私が高校1年生のときに始まりました。その第2回大会の前夜祭で、高石ともやさんがゲストで来られました。

— ああ、フォークシンガーの高石ともやさん。あの方はランナーでもいらっしゃいますね。

そうです。あいさつをされたのですが、私たちは皆すごい真剣な顔をしてしーんとして聞いているわけです。そこで「こんなにたくさんの女の子が頑張っている。ここまで来るのに本当に一生懸命頑張ってきたみんなです」と。「だから、とにかく喜びなさい。人にほめてもらうよりも、まずは京都までやってきた自分自身をほめなさい。それはとても自然で大事なことです。自分で決めた道なのだから、明日のレースは是非がんばってください」という趣旨の話を、詩のように読まれたのです。

— よく覚えていますね。

私、メモをしましたから。その言葉を聞いた瞬間、ものすごくうれしくて。というのは、私は補欠でしたので、落ち込むというか自分を責めていた部分がありました。でも高石さんの言葉を聞いてほっとしたのです。と同時に、ほっとしている自分に甘さが見えて、二つの気持ちが混在して一人で大泣きです。

— 泣きながら書き留めたの？



はい。この言葉を今は自分には絶対に言わない。今は泣いている場合ではないから。とにかく本当に強くなって「よし」と思える私になったときに、この言葉を自分にかけよう。そう考えて、練習日誌に書き留めておきました。

高校時代、陸上部に所属 (右)

第1回大会の優勝は千葉県チーム。アンカーは当時社会人1年目の増田明美さんでした。

ああ、そうでしたか。

— そのときのインタビューで、増田さんは優勝の感想を聞かれていました。すると「マラソンは一人で勝った優勝です。でも駅伝は9人で勝った優勝ですから、9倍うれしい優勝です」と答えていて、ある意味、衝撃がありましたね。それ以降、女子陸上選手の言葉に関心を向けるようになりました。



中学生時代、同級生と (中央)

3年間、岡山県代表の補欠

— 私は全国都道府県女子駅伝の第1回 (1983年) から第3回 (1985年) までの中継をしていたのですよ。あの大会が始まったのは大きな意義がありましたね。

私にとっても大きかったですね。私は小学校5、6年生のときに陸上クラブで走っていたのですが、中学生のときはバスケットボール部に入りました。就実高校 (岡山) に入学してようやく念願の陸上部に入部できた。そのタイミングで、女子の長距離が注目されるようになったので、ラッキーな流れに乗れたかなと思います。



小学生時代、先生、同級生と (左)

日本体育大学から実業団を目指す

— 高校を卒業して、日本体育大学に進学されましたね。

子どものころから「体育の先生になりたい」と考えていて、陸上部の恩師・狩屋彰先生が推薦してくださいました。

— でもあなたは3年間、岡山県代表の補欠だったとか。

普通は1、2年で補欠でも3年時には選手になれるのですが。

— ……ですよね。パソコンのない時代ですから、実況のアナウンサーは手書きで資料をつくります。全9区で補欠は3人。補欠の名前は表の一番端に書き入れます。正確に全員を把握しているわけではありませんが、書きながら「ああ、去年も彼女は一番右だったな」という記憶はあります。

— 大学時代の成績は？

1年のときに関東大学選手権3000メートルで2位になりましたが、全日本大学選手権 (インカレ) ではまったくダメ。4年の全日本インカレでやっと5位入賞しました。

— その有森さんが、どうしてあんなにマラソンの強いリクルートに入ったのでしょうか。

4年のインカレが終わったあと、教育実習があって母校の就実高校に行きました。そのときに陸上のナイターの記録会があって、狩屋先生に「選手を教える前におまえが走れ」と言われました。練習もしておらず、教育実習で忙しいと言い訳はたくさんありましたが、出てみたら持ちタイムのセカンドベストで優勝しました。



日本体育大学4年、全日本大学女子駅伝で区間賞獲得（中央）

— ほう。

コンディションも気持ちも乗っていないはずなのになぜ走れたのか振り返ってみました。日体大の陸上部には監督・コーチがいませんでした。でもきちんとした指導者のいるところで練習メニューをもらって指導を受けられたら、私はもっと好タイムを出せるのではないかな。全くもって根拠のない自信が生まれてしまったのでした。

— いい意味での思い込みと自信ですね。

もう一つ理由があるとしたら、教員採用試験の準備ができておらず“逃げ”もありました。時期的には遅かったのですが、どこでもいいので実業団を目指すことを決め教員採用試験は受験しませんでした。親には「2年間だけ走らせてください」と頼みました。

リクルートの小出監督から電話をもらう

— リクルートを選んだのはどうしてですか。

友人のアドバイスで「実績ある実業団は成績重視だから、どこか新しいところがいいんじゃない？ リクルートは新しくあまり人数もないから、走りたければ誰でもいいみたいよ」という興味深い言葉を聞いて、「じゃあ、アタックするしかないよね」と。実際は誰でもいいわけはなかったのですが、神戸のインターハイに選手の勧誘で来ているということで、実習で滞在していた岡山から行って見ました。

— 小出監督には会えた？

いいえ。でもコーチの方に会えて、人の名刺の裏に名前を書き自己紹介しました。そうしたら、監督が知っている子なんだと勘違いされたく、「監督に伝えておくから」と言われて、その流れを利用して……。実家に小出監督から電話がかかってきたのです。

— ご本人から？

はい。「コーチから名前を聞いたけれど、僕ね、長年、陸上をやっていて、アリモリという名前は聞いたことがない」と。そのはずですよ。「顔を見たら思い出すかもしれないから千葉まで遊びにおいで」と誘われ、訪ねていったのが本当のスタートになりました。



日本体育大学時代（右）

“やる気”が認められ、リクルートに押しかけ入部

— 小出監督とついに対面。どんな話をしましたか。

当然ですが、私の顔を見ても全然わからないわけですよ。でも1時間くらい話をして、これまでの成績などをさんざん聞かれました。最後に「都道府県女子駅伝で3年連続補欠」と言った途端に、「よくここまで来たね」と言われたので、「いえいえ、呼ばれたから来たのです」というそんな流

れでした。

私ももうダメだと思ったものですから、「こんな状態の私が入れてもらえること自体があり得ないのはわかっている。けれども取るものもとりあえず駆けつけてきたのは、どうしても入りたいからだ。駄目なら迷惑をかける前に自分で辞めるので、チャンスだけ欲しい」。そんな気持ちをわあっと伝えて帰ろうとしました。



リクルート時代、アルパカーキー合宿(右から二人目)

— それを聞いて小出さんは？

「初めてなんだ、こういう選手に出会うのは……。ここまで実績がない選手は初めてだし、なのに根拠のないやる気を持って続けてきたことがすごい。僕はそのやる気をかたちにしてみたい。興味があるから会社に話してみる。待っていてね」ということでした。

— へえ、どのくらい待ちました？

何年待てばいいのだろうかくらいの気持ちでしたが、面談後、わずか2日後にリクルートの人事の方から電話が来ました。会社の状況も厳しいし、本来ならあなたの実績では社の規定上、入社は無理ですと。しかし今欲しいのは一人ひとりのやる気で、あなたはやる気だけは人一倍持っている。ぜひその気持ちを我が社に活かしてくださいと。

— 入社、入部にOKが出たのですね。季節はいつでもでしたか。

秋になる直前ですね。ないない尽くしなのでせめて何か“手土産”でもと思い、全日本大学女子駅伝の最終区で区間賞、そして全国都道府県対抗女子駅伝ではやっとアンカー区間を走ることができました。

実はマネジャー候補？



有森裕子氏

— 入社してからはどうでしたか。

同期は皆、高卒の選手なので私だけが4歳年長でした。全員がインターハイなどで大活躍して名の知られた選手ばかり。私だけぽつんと「この人は何？」というトーンで迎えられました。

— 当時の実業団は、大卒の選手を採用する流れがあまりありませんでしたね。

あとでわかったのですが、面接のときに「寮長をしている」と話したのです。それでしっかりしているのだと判断されて、いずれマネジャーとして役に立ってくれるかもしれない、と思われたようでした。

もう一つは、紹介状を書いてくださった日体大の恩師・菅原勲教授が、何度もプッシュしてくださっていたようです。



リクルート時代、同僚たちと(前列右)

夏、マラソンに転向

— それでも無事入社して、マラソンへの適性を見出されたということでしょうか。

最初のうちは、「中学生よりも遅い」とさんざん言われました。800メートルも駄目、1500メートルも駄目。私は監督の眼中になくて当然だと思いました。

そんなある日、監督に呼ばれました。「おまえにはマラソンが向いていると思う、一つやってみないか?」。練習に真剣に取り組む姿勢、フォームが下り坂の走りに向いていること、競り合いになるとスピードランナーにもついていく粘り、限界に近づいても頑張れることなどを評価してもらったようです。私は「ハイ、やらせてください」と即答しました。

— ふーむ、さすがの眼力ですね。でもそのころはまだ、メダリストへの片鱗も見られなかったのですね……。

ないですね。練習メニューには食らいついて、一つひとつの意味を問う、妙にしつこいランナーというだけの印象だったと思います。



リクルート時代、ボルダー合宿(左)

— どうして「なぜ」を追求することが得意だったのでしょうか。

なぜこのメニューなのかその意味を知り、どのような走りをすればいいか納得して頑張りたいという思いがありました。といっても、こなすだけで精一杯でしたが。監督は「おまえは、速い・遅いは別にいい。とにかくちゃんと全部こなせ。タイムは気にせず全力でやりなさい」。そう言って、私の苦手な部分を和らげて芽を出させてくれたというのはありますね。各選手が持っている特徴を、長所も短所も含め、最終的には全部プラスに変えてしまう、そういうやり方の上手な方です。

「弱くしたくて練習メニューを出しているのではない」

— そのときは、言われることに納得できていましたか。

不信になる時期はありましたよ。私、国体の1万メートルに出場したいと思っていたのです。県の予選で1位になったにもかかわらず、代表になれませんでした。エントリーのミスがあって……。

そんな悔しさと、練習メニューはだいたい1週間単位になっているのですが、当日変更されたり、しつこくかめっかめっかで変化がありすぎだなと感じたりしました。

— そんな思いは払拭できたのですか。

監督にメニューを聞きに行ったときに、「俺はおまえを弱くしようと思ってメニューを出してはいないよ。強くしようと思って出しているんだからな」と言われた瞬間、「そうだよな。ああ、それだけでいいんだ!」と思えました。私は監督の「強い選手に育てたい」という思いを受け取って練習すればいい話で、内容についてああだこうだ考えるような無駄なことはしない。そう割り切ることにしました。

— よく割り切ることができましたね。

気持ちは一新しましたが、自分の中では「人のことは考えず、自分のことだけ考えていればいい」ということに実は違和感があって、そんな自分を否定する気持ちはどこかにありました。それでも強くなるために必要なことであり、強くなったらまた元通りの人間性に戻ればいい、自分にそう言い聞かせていました。まずは実績を出すことです。極端に言えば、真面目とか一生懸命なんていうのはどうでもよくて、結果を出すにはどうすればよいかを優先して考えるということです。



小出監督

— ひたすら毎日練習を積み重ねていく。質量ともに全国レベルの練習をこなす。世界を目指したいなら、世界レベルの練習をひたすら黙々とこなせばいい……。

そうです。オリンピック前には、「お前なら世界一の練習ができる。そうすれば必ずメダルは取れる」と励まされていました。

初マラソンで「バルセロナの星」として注目を集める存在に

— 初マラソンは、1990年1月の大阪国際女子マラソンという大舞台でしたね。

その直前、1989年12月に郷里の大先輩である人見絹枝さんの名前を冠した第8回山陽女子ロードレース大会の20キロレースで優勝しました。



アムステルダムオリンピック
800mで銀の人見絹枝

— 1928年アムステルダムオリンピック女子800メートルで、日本の女子選手として初のメダルとなる銀メダルを獲得し、24歳で夭折した人見絹枝さんですね。ちなみに同レースは、2004年の第23回大会から、ハーフマラソンの部が「有森裕子杯」となっています。

その優勝の勢いをかっけての初マラソンは2時間32分51秒で、当時の初マラソン日本女子最高記録で6位入賞。「バルセロナの星」として注目されたのはここからでしたね。

そうなのですが、そのあと座骨神経痛に悩まされ、2回目のマラソンは翌1991年1月の大阪国際女子マラソンでした。



世界陸上東京大会マラソンで4位入賞(右は2位の山下選手)

— 2時間28分1秒の日本最高記録。カトリン・ドーレ(ドイツ)に次いで2位でした。この結果、8月、東京での世界陸上選手権女子マラソン代表選手になり、世界陸上では2時間31分8秒で4位。2位の山下佐知子選手がバルセロナの代表切符を確実にしました。

柔道の山下泰裕選手と マラソンのロザ・モタ選手に 感動

— そもそも有森さんがオリンピックを意識したのはいつごろだったのでしょうか。

オリンピックに憧れを抱いたのは、1984年のロサンゼルス大会の男子柔道・山下泰裕選手でした。足を傷めながらの金メダル。ああいう場面に自分も立ってみたいと日記に書きました。

その次に「出られたらいいな」と思ったのは、大学4年生のとき。1988年のソウルオリンピックの女子マラソンで、ロザ・モタ選手のゴールシーンを見た瞬間です。笑顔のゴールがあまりに衝撃的で感動しました。

— そのわずか4年後に、その夢を実現させたことになりますね。

具体的な目標になったのは、2回目の大阪国際女子マラソンを終えて日本記録保持者になったときでした。世界は近いという手応えを感じました。

「行ってみせますバルセロナ、 咲かせてみせます金の花」

— 選手選考をめぐるいろいろありましたね。有森さんの名台詞もありました。

「行ってみせますバルセロナ、咲かせてみせます金の花」ですね。自分にそう言い聞かせてプレッシャーをかけました。



バルセロナオリンピック
マラソンで銀メダル獲得

—あの当時、女子マラソンは選考でいつももめていましたね。

不確定要素の多い中、条件が異なるものを比較して選ぶ。それは非常にわかりづらい。日本の女子マラソンの歴史も浅かったので、選ぶ側も選ばれる側も手探り状態でした。私を含め周りは結果オーライだったので選考問題について深く考えることはしませんでした。あのとき、もっと考えておくべきだったかもしれません。

—さあ、1992年8月1日のバルセロナのレースに飛びましょう。監督からはどんな言葉をかけられていましたか。

「良くて5位には来るかな」って。「持ちタイムは全選手中10位。だから普通にいけば8位。だけどもまえはよく練習したから、とりあえず5位には来るだろう」と。

—私は現地に行っていました。あなたは29キロ付近でスパートし集団から抜けました。36キロ付近でトップのエゴロワに追いついて並走、一時は前に出ました。そこからは抜きつ抜かれつの競り合いです。あのときはどんな気持ちだったのでしょうか。



バルセロナオリンピックマラソンで銀メダル獲得

彼女を抜きたいとか私が1番になるんだという感覚ではなく、「彼女とここまで一緒に来たのだなあ」という感慨のような甘いことを考えていた気がします。最後の最後で私なりにスパートをかけましたが、ゴール手前のモンジュイックの丘でエゴロワは私をあっさり置いていきました。私は目一杯でしたから、ゴールのときは「負けた」という思いよりも、「やったあ!」だけでした。

—女子陸上では、人見絹枝さん以来の銀メダルでしたよ。

「まさかメダルとは」という驚きが、ほとんどの方の第一印象だったようですね。

—米国のジャーナリストが書いたバルセロナ大会の報告書を読んだことがあります。「モンジュイックの丘でのアリモリの姿を、日本では全国何千万人の人が見ていたことだろう。一方、ロシアの寒村では、たった1台のテレビの前に村人が集まりエゴロワを応援していたのだ」。そういう一節があり、エゴロワの素朴な人柄を理解できる気がしました。

足底腱膜炎の手術からの復活

—さあ、そしてその4年後、今度の舞台はアトランタ。と言いたいところですが、いろいろと紆余曲折のあった4年間だったようですね。

オリンピックに出場してメダルを取るという夢を実現して、気持ちは次のオリンピックへと簡単には切り替えられませんでした。次の目標を見失った私は、兄のいるニュージーランドに長期滞在してのんびりしてみたりもしましたが、気持ちは晴れません。

それならばと、走り出せば何か次の目標が見えてくるかもしれないとチームの練習に戻りましたが、今度は故障です。足裏が痛む「足底腱膜炎」で、マラソンランナーの職業病のようなもの。手術をするかどうかで、私は手術を選びました。1994年11月に入院し、退院したのは1995年1月でした。

— その間に気持ちの変化は何かありましたか。

リハビリを重ね、痛みを感じることなく走れるようになりました。そしてまた、走ることを喜びとらえられるようになりました。そして3月から米国コロラド州のボルダーへ行って高地トレーニングを行い、8月27日、北海道マラソンに出場。

— そこで2時間29分17秒の大会新記録で優勝して「有森復活」を印象づけ、アトランタ大会の出場切符をほぼ手中にしたのでしたね。

ノーマークの ロバが飛び出した

アトランタでは、バルセロナ以上に皆さんを驚かせたようです。まさかまたメダルを取るなんてと。

— そう。あのレースはロバ（エチオピア）がね、ロバって普通はゆっくり歩くものですが、アトランタのロバはすごかったですね。

本当に、もう規格外で。

— 1996年7月28日午前7時。スタートと同時にピピヒ（ドイツ）が飛び出しましたが、15キロ付近で後ろからの集団に吸収されました。もちろんそこには有森さんもいて、一時はトップに立ちましたね。16キロ過ぎに飛び出したのは、エチオピアのロバでした。

ロバが行った瞬間に、ピピヒみたいな感じになるだろうと思って、誰もついていきませんでした。そもそも「ロバって誰？」という感じでしたから。全員が驚いたのは振り返ってきた彼女を見たとき。その距離の広がり「えっ、こんなに逃がっているの？」と。「しまった」と思いましたが、もう追いかける距離ではありませんでした。



アトランタオリンピック
ゴールに向かってひた走る

— それでは、それ以降は自分の順位は今の集団内の位置+1だと。

そう考えるしかなかったですね。まだ距離は半分以上残っていましたから。ロバは全然ストライドも違って、ゆったりとした走りで、同じマラソンレースをしているようには見えませんでした。

またも因縁のエゴロワとの 競り合い

— ロバに続く集団は、有森さんのほか、エゴロワ（ロシア）、シモン（ルーマニア）、マシャド（ポルトガル）がいました。そして最後はまたも、エゴロワとのデッドヒートになりましたね。



アトランタオリンピックマラソンで銅メダルを獲得

アトランタでは、スパートする地点を29キロ過ぎの下り坂にさしかかったところと決めていました。様子を見てさっと出た瞬間に集団が崩れ、誰がついてくるかわからない状況で自分なりに飛ばしていきました。そこでひたひたと後ろから来る選手がいて、並ばれてふっと見たら……。

— またエゴロワ。

そうです。でも私、そのとき正直、嫌だとは思いませんでした。一瞬の思いをよく覚えているのですが、また彼女とこうして並んで走れる舞台に戻ってこられたのだという喜びのような気持ちになりました。私って本当に勝負師ではないのだなあと思ってしまいますが、あのとき一番私の心の中に残った感覚はそれでしたね。

— そう。「終わってから、なんでもっとがんばれなかったのかと思うレースはしなくなかった」という名言がありましたが、気持ちに余裕のようなものがあつたのでしょうか。

きついことはきつかったのですが、何か超えられたものはあつたかもしれません。仮に他の選手に並ばれていたら、もっと慌てたと思うのですよ。エゴロワだったということが逆に私を元気づけたといえますか、彼女の走りは上りだろうが下りだろうがとにかく安定していて、またも勝てませんでしたが、私はどこかでうれしさを感じていましたね。

後方の選手に 気づいていなかった

— 後方は気にならなかったのですか。

気になりませんでした。競技場に入る直前に監督がいて、「後ろ来てろ。今すぐ速く逃げろ!」と言われました。でもなぜかそれを真に受けず、「ああ、監督は最後に私を奮い立たせるために言ってくれるのだな」と解釈したのです。競技場に入って、歓声が「ワーッ」と起きますよね。その歓声は自分が通ったあと、次の選手が来るまでいったんおさまるはずなのに途絶えないのですよ。そこで初めて「あれっ?」と。私のすぐ後ろで歓声の波が起きている。振り返ることはできませんから、これはまずいと思ってコーナーを曲がる瞬間に目線だけで確認したら、ドーレ選手(ドイツ)がいるじゃないですか。そこからは猛ダッシュでしたね。



アトランタオリンピック女子マラソンのメダリスト

自分の弱さを 知っているからこそ あきらめない

— 2大会連続で獲得したメダルは、今度は銅でした。高校2年のとき、泣きながらノートに書き留めた高石ともやさんの言葉、「喜びなさい。人にほめてもらうよりもまずは自分自身をほめなさい」、これを実行できる日が遂に来たわけですね。そしてあの発言につながった。有森さんという人は少々勝ち気なのかなとも思えましたが、「メダルの色は銅かもしれませんけど」という、あの素直さには非常に打たれました。

私はもともと自分に自信があるタイプではありません。何に対しても“自信”という感覚を持ちづらい、という意識が常にあります。でもどこかで、自信のなさが自分の中で響いてしまうと本当にそのとおりの動きしかできなくなってしまうという恐れのようなものもある。だからこそ、表には気丈さや強さをあえて意識して出して、逆に自分に言い聞かせている面がありますね。



アトランタオリンピックで家族と

— いやあ、それは大切なことですよ。あなたのことを強い女性だと思っている人は多いかもしれない。けれども言葉をよく思い返してみると、一歩引いているのですよね。

「そこまで言うならそのまま押せよ」とよく言われます。どこかでずっと引いてしまう自分があることも、自分で承知しています。

— そんなあなたが、強いマラソンランナーになれた理由はどこにあると思いますか。

内面が弱いからじゃないでしょうか。「弱さを払拭したい」と思う自分が限りなくいるのです。それに対する意地やこだわりはものすごくあります。だから、「あきらめる」という

文字は私の辞書にはない。究極に自分の弱い箇所を知っているからかもしれません。

— それは自分の弱みを何とかしようということから生まれてきた強さなのでしょうね。

私は股関節脱臼で生まれ、小学校2年生のときにはダンブカーにひかれ、身体は硬いし、身体能力に恵まれていないことにも次第に気づいていきました。でもそれをマイナスとして受け入れたら本当にダメになってしまう。だから何事においてもよく考え、独自のトレーニングを生み出す努力をし、必要以上に物事を追求し、きちんとひもといてから身に着けていくようにしました。だから本来マイナスな自分でよかった、いい意味でついていたのだと思えます。

東京オリンピック開催に向け 教育現場の改革から トータルに

— 今年の9月7日には、2020年夏季オリンピック・パラリンピック競技大会の開催地が決まります。私は東京は有利なポジションにいると思うのですが、マスコミは悲観論を流しておいたほうが「売れる」というスタンスが多いのですよ。もっと9月7日が待ち遠しくなるような報道をしてくれたら、と思うときがあります。



東京オリンピック招致活動

2016年の招致活動の際には、私は招致アンバサダーを務めましたので、オリンピックが来たら日本中の人たちに光と勢いと夢と元気をもたらしてくれるだろうと思います。その一方で、心配もあるのです。

— どのようなことでしょうか。

体罰問題などスポーツ指導の現場があれだけ荒れている。2020年に活躍するアスリートはどこにいるのかと考えると、今荒れている中であたふたしている子どもたちなのです。つまり、同時に教育現場のことももっと考えていかなければなりません。かといって、応急処置的な帳尻合わせで済ませてもらうのは困ります。暴力と体罰を混同されたり、どこか1カ所をいじるだけで全てがクリアになるというものではありません。



東京オリンピック招致活動

— すべてが繋がっているのですよね。

そうです。家庭から、学校教育から、部活動やスポーツの現場から、社会から、全部密に繋がりがあって、そこで育った子どもたちがオリンピックを目指していく。この繋がりを忘れてもらいたくはありません。この繋がりと関わりが機能して、初めてオリンピックが成功するのではないのでしょうか。私は学生時代の友人の多くが教育現場に従事し、いろいろ話も聞いているので、少々、悲観的になったり、不安や不満を感じることもあるのかもしれません。オリンピックは本来、感動と夢とエネルギーを生み出す舞台です。だから2020年のオリンピック招致を目指すなら、それに関連するものすべてのケアも考える開催国であってほしいと思うのです。

1本の「ランナーの木」から 枝葉を伸ばすように

— 有森さんの言葉には力があります。言葉で上手に表現できない人が体罰にうったえるのではないかというのが、私の見立てです。スポーツ界にはきっちりと自分の意思を持ち、しっかり自分の言葉で伝えることができる人材が少ないのかもしれない。その意味で、あなたはそういうリーダーになり得ると期待しています。



スペシャルオリンピックス日本理事長としての活動

それとも一つ感心するのは、一線から退いたあとの活動ぶりです。知的障害者たちの自立と社会参加を応援する「スペシャルオリンピックス日本」の理事長をはじめ、スポーツによって希望と勇気を分かち合う「ハート・オブ・ゴールド」の代表理事、スポーツ選手のマネジメントやイベント派遣、企画運営などを行う「株式会社RIGHTS.」で取締役としても活躍されています。それらの活動の根本にあるのはどんなことでしょうか。

“ランナー”という1本の木から、求められるままに枝葉を伸ばす流れで今のかたちになっています。

“自喜力”から“他喜力”へ

私が走ることを通してそうしてきたように、夢に向かって進む現場に私はかかわりたい。「マラソンランナー」「オリンピック選手」の肩書きが活かせる現場があるなら、周囲の人とエネルギーを巻き込みながら、どこでも何でもしていきたいというのが私のスタンスで、自分に対する夢なのです。

— 自らが行動することによって、周囲も気づき、こちらを向いてくれるということはありますよね。

はい。スポーツをやっていたころの自分は、自分を喜ばせる“自喜力”がほとんどでした。しかし現在の活動は、自分が喜べたという財産によってできるようになった“他喜力”のウエートが大きくなっています。

— これらの社会貢献活動は、マラソンと違ってゴールすれば一安心というものではありませんね。

マラソンはゴールを目指す競技でしたが、人生は基本的に終わりが無いものだと言いつつ聞きながら活動しています。

— それでは危惧されている教育現場の改善へ向けて、何か具体的に動いていらっしゃる事があれば教えてください。



ハート・オブ・ゴールドの活動

まだ規模はあまり大きくはないのですが、毎夏、「キッズ・スポーツ体験キャンプ」をRIGHTS.の企画運営でやっています。トップアスリートを講師に迎え、小学校1年生から6年生までの子ども達に様々なスポーツを体験してもらいながら、共同生活を通して将来への夢や希望をふくらませていくそんな場を提供しています。



ハート・オブ・ゴールドの活動

スポーツの目的は人間形成と豊かな人生

— どんどん活躍のエリアを広げている有森さんを見ると、我々としては安心すると同時に、スポーツから離れていってしまうのではないかという心配もあります。スポーツ振興法改めスポーツ基本法の施行も含め、日本のスポーツ界の将来をどう見えていますか。

スポーツは文化の一つだととらえています。スポーツの最終的な目的は、人間形成に役立て、豊かな人生をおくることにあると思います。スポーツが人間の心身・生きる力を健全に導く現場であってほしいと願っています。



東京マラソンに参加

— 2007年にシティマラソンとしてスタートした東京マラソンは、日本の市民マラソンに大きな影響を与えていますね。

影響がありすぎるぐらいですね。市民マラソンの目的は、その町・都市を元気にすること、ひいては都道府県、そして日本と人を元気にする存在であり続けることにあるでしょう。単に走るだけで終わらせずに、人を元気にし健康に導き、エネルギーを生み出すというその趣旨を外すことなく、平和の象徴であり続けてほしいと思います。

抜けたところがあるから「アリモ」

— いやあ、お話をしていると、有森さんは竹をスパーンと割ったような方で非常に気持ちよかった。何かを思い立ったり、ヒントを得たり、そうした機会を絶対に逃さず、自分で決断できる強い個性を感じます。

余裕がないのですよ。



JFAこころのプロジェクト「ユメセン」の先生として

— ぼんやりするときはないのですか。

ありますよ。私、高校時代のあだ名は「ナマケモノ」でした。走っているとき以外はどこか抜けていると。大学時代も、ふだんぼーっとして抜けているところがあったので、ついた愛称が「“リ”はいらぬ。アリモでいいよね」って。

— ははは。その分、集中力はすごいでしょうね。

何か目標・ターゲットができた瞬間に自分が活性化してきて、全部そちらへエネルギーが向かっていきます。

— なるほどね、あなたの歩みを見ると、そういう節目、節目がよくわかりますよ。大学4年のときにランナーの道を選んだ有森さんですが、教員の道を選んでいても、「ああ、いい教師になったろうな」と感じます。今は“教員”という枠を超えたところから人に影響を与えていく存在として活躍されていますね。これからも期待しています。

どうもありがとうございます。



Run for Africaのイベントに参加

陸上の歴史

1911
明治 44

大日本体育協会発足。わが国最初の陸上競技界の組織

1912
明治 45

ストックホルム五輪に三島弥彦（男子100m、200m）金栗四三（男子マラソン）が日本から初参加

1913
大正 2

第1回全国陸上競技大会（後の日本選手権）を陸軍戸山学校で開催

1924
大正 13

パリ五輪男子三段跳で織田幹雄が全競技を通じて日本人初の入賞となる6位

1925
大正 14

全日本陸上競技連盟が創設

1928
昭和 3

第9回IAAF総会で大日本体育協会に代わり全日本陸上競技連盟が、わが国の陸上競技界統括団体として加盟

アムステルダム五輪男子三段跳で織田幹雄が金メダル（全競技を通じて日本人初）
女子800mで人見絹枝が銀メダル（全競技を通じて日本人女子初）獲得

1929
昭和 4

競技場の公認、器具、機材の検定制度発足

1932
昭和 7

ロサンゼルス五輪男子三段跳で南部忠平が世界新記録で金メダル獲得

1936
昭和 11

ベルリン五輪男子三段跳で田島直人が世界新記録の金で日本人同種目3連覇

1941
昭和 16

東京・お茶の水に岸記念体育会館が完成

1945
昭和 20

戦争で中断されていた本連盟の組織復活
日本陸上競技連盟と称す

1945 第二次世界大戦が終戦

1946
昭和 21

第30回日本選手権兼第1回国体（国体は以降毎年分離開催）を京都西京極競技場で開催

1947 日本国憲法が施行

1950
昭和 25

IAAF総会（ブリュッセル）で日本の国際復帰承認

第1回全国高等学校駅伝競走（大阪）、広島の世界羅高校が優勝

1950 朝鮮戦争が勃発

1951
昭和 26

ニューデリーで第1回アジア競技大会開催、33種目中20種目に優勝

1951 安全保障条約を締結

1955
昭和 30

日本陸連、創立30周年

秩父宮章が制定され、三ツ沢で第1回受章者の平沼亮三他70名に秩父宮妃殿下から授与。平沼亮三がスポーツ界初の文化勲章を受章

1955 日本の高度経済成長の開始

1958
昭和 33

第3回アジア競技大会、国立競技場を中心に開催

1961
昭和 36

東京五輪への選手強化のために日本陸連、実業団、学連、高体連、中体連の5団体が5者協定を結ぶ

1964
昭和 39

日本陸連事務局がお茶の水から渋谷区神南に移転

東京五輪開催。男子52名、女子16名が参加、円谷幸吉がマラソンで戦後初のメダルとなる銅メダル獲得

1964 東海道新幹線が開業

1966 有森裕子氏、岡山県に生まれる

1969 アポロ11号が人類初の月面有人着陸

1971
昭和 46

日本陸連が文部省より財団法人としての認可を受ける

1973 オイルショックが始まる

1976 ロッキード事件が表面化

1977
昭和 52

日本陸連がアマチュア規則を改正し、ナンバーカード広告を承認。
10月、国内史上初の「CMゼッケン」が登場

1978
昭和 53

8カ国陸上（アメリカ・ソ連・西ドイツ・イギリス・フランス・イタリア・ポーランド・日本）開催。スポンサーの名称を冠する初の「冠（かんむり）大会」となった

1978 日中平和友好条約を調印

陸上の歴史

1979
昭和 54

第1回東京国際女子マラソンが初のIAAF公認の女子マラソン大会として開催

1982 東北、上越新幹線が開業

1983
昭和 58

第1回都道府県対抗女子駅伝が京都西京極競技場で開催、千葉県が優勝

世界初の国際駅伝競走となる
第1回横浜国際女子駅伝を開催。ソ連が優勝

第1回世界陸上競技選手権大会（以下、世界選手権）がフィンランドのヘルシンキで開催

1984 香港が中国に返還される

1985
昭和 60

第1回ワールドカップマラソン、広島で開催

1987
昭和 62

IAAF評議員会にて第3回世界選手権の開催地を東京に決定

1988
昭和 63

第1回東芝スーパー陸上を国立競技場で開催

1989 有森裕子氏、リクルート入社

1991
平成 3

IAAF総会が東京で開催され青木半治陸連会長がIAAF副会長に選出される

第3回世界選手権を東京で開催。
男子マラソンで谷口浩美が金メダル獲得。
世界新記録が3種目で誕生

1992
平成 4

バルセロナ五輪女子マラソンで有森裕子が人見絹枝以来日本女子陸上選手64年ぶりの銀メダル獲得

1992 有森裕子氏、バルセロナ五輪で銀メダル獲得

1993
平成 5

第4回シュツットガルト世界選手権女子マラソンで浅利純子が金メダル獲得。五輪・世界選手権を通じて日本人女子初の金メダル

1995
平成 7

日本陸連創立70周年

1995 阪神・淡路大震災が発生

1996
平成 8

アトランタ五輪女子マラソンで有森裕子が銅メダル獲得

1996 有森裕子氏、アトランタ五輪で銅メダル獲得

1997
平成 9

福岡で日本初のIAAFグランプリファイナルが開催

1998 有森裕子氏、NPO法人「ハート・オブ・ゴールド」設立

1999
平成 11

第7回世界室内選手権を前橋で開催

2000
平成 12

シドニー五輪女子マラソンで高橋尚子が金メダル獲得
日本陸上界女子選手として初の金メダル

2001
平成 13

第8回エドモントン世界選手権男子400mハードルで為末大が男子トラック種目初の銅メダル、男子ハンマー投で室伏広治が投てき種目初の銀メダル獲得

2002 有森裕子氏、株式会社 RIGHTS. 設立

2003
平成 15

第9回パリ世界選手権男子200mで末續慎吾が男子短距離種目初の銅メダル獲得

2004
平成 16

アテネ五輪男子ハンマー投で室伏広治が投てき種目初の金メダル。女子マラソンで野口みずきが金メダルを獲得し、日本女子マラソンは五輪2連覇

2005
平成 17

第10回ヘルシンキ世界選手権男子400mハードルで為末大が銅メダル獲得。
エドモントンから2大会ぶり、トラック競技で同一選手2個のメダルは日本人初

2006
平成 18

第34回世界クロスカントリー選手権がアジアで初めて福岡市で開催。
女子がシニアとジュニアの団体銅メダル獲得

2007
平成 19

第1回東京マラソン開催。エリートランナーと9万人を越す応募者から抽選で選ばれた市民ランナー3万人が参加

2007 有森裕子氏、東京マラソンで5位入賞。プロマラソンランナーを引退

猛暑の大阪で第11回世界選手権開催、女子マラソンで土佐礼子が銅メダル獲得

2008
平成 20

北京五輪男子4×100mリレーで日本（塚原直貴、末續慎吾、高平慎士、朝原宣治）が3位となり、男子トラック種目初の五輪銅メダル獲得

2008 有森裕子氏、スペシャルオリンピックス日本理事長就任

2008 リーマンショックが起こる

2009
平成 21

第12回ベルリン世界選手権男子やり投で村上幸史が同種目日本人初の銅メダル獲得

陸上の歴史

2010
平成 22

この年から全国都道府県対抗男子駅伝では天皇盃、女子駅伝では皇后盃がそれぞれ優勝チームに授与された

青木半治名誉会長が94歳で逝去

第13回世界ジュニア選手権男子200mで飯塚翔太が日本人男子初の金メダル獲得

広州で第16回アジア競技大会開催
女子100・200mの福島千里が2種目金メダル獲得

**2010 有森裕子氏、国際オリンピック委員会 (IOC)
女性スポーツ賞を受賞 (日本人初)**

2011
平成 23

公益財団法人へ移行

第13回テグ世界選手権男子ハンマー投で室伏広治が男女マラソン以外での種目では日本人初となる金メダル獲得

2012
平成 24

ロンドン五輪、男子マラソンで中本健太郎が6位入賞男子ハンマー投で室伏広治が銅メダル獲得

有森 裕子 (ありもり・ゆうこ)

1966年生まれ。1992年バルセロナオリンピックで銀メダル、1996年アトランタオリンピックで銅メダルを獲得。現役引退後は、NPO法人「ハート・オブ・ゴールド」代表理事、国際陸連 (IAAF) 女性委員などを歴任。2010年に国際オリンピック委員会女性スポーツ賞を日本人として初めて受賞。

西田 善夫 (にしだ・よしお)

1936年生まれ。スポーツ評論家、元NHKエグゼクティブアナウンサー、解説委員。64年の東京大会以来オリンピック10大会で実況、5大会で解説・キャスターを務める。98年から02年まで横浜国際総合競技場初代場長。著書に『オリンピックと放送』(丸善)ほか。

山本 尚子 (やまもと・なおこ)

東京都生まれ。スポーツライター、NPO法人日本オリンピック・アカデミー理事。スポーツビジネス・シンクタンク勤務を経てフリーとなり、スポーツを中心に執筆活動を行う。『パラリンピックがくれた贈り物』など著書・共著多数。

フォート・キンモト (写真提供)

半世紀にわたり、オリンピック、FIFAワールドカップ、世界陸上などの世界のビッグイベントから市民スポーツに至るまで、幅広くスポーツの写真取材活動を継続して行っている世界的なフォト・エージェント。

企画制作 公益財団法人 笹川スポーツ財団
後援 文部科学省、東京都、公益財団法人 日本体育協会、公益財団法人 日本オリンピック委員会、
特定非営利活動法人 日本オリンピック協会、東京2020オリンピック・パラリンピック招致委員会
メディア協力 (株)共同通信社、サンケイスポーツ
特別協力 (株)アシックス、(株)伊藤園