

## 自ら考え、自ら学ぶ

山口 香

武蔵大学助教授 全日本柔道連盟強化委員

### はじめに

私は、昭和 62 年に体育専門学群を卒業、平成元年に体育研究科修士課程を修了しました。現在は武蔵大学において教鞭をとっております。同時に全日本柔道連盟女子強化委員として、日本チームの更なる競技力向上を目指し活動しています。

昭和 58 年に筑波大学に入学して以来、現在もつくばに在住しており、女子柔道部の監督もしておりますので「学外からの眼」という立場でものが言えるのかどうか甚だ心配ではありますが、「筑波・つくば」は、在学中から今日まで大学として、そして町としても大きく変容しています。おそらくこれからも変わり続けていくことでしょう。一卒業生としての大学に対する思いや期待を、ほんの少しのお話できたら幸いかと思っています。

### 大学で学んだこと

現在、女子柔道はオリンピック等での活躍もあって競技人口も着実に増え、メジャースポーツの仲間入りを果たしました。春に行われる全日本強化合宿では 200 名を越す選手たちが参加していました。私が競技をしていた頃には、強化合宿といってもわずか数十名程だったことを考えると感慨深いものがあります。そのため、当時大学への進学を考えた時、女子を部員として受け入れてくれるところは非常に少なかった現実がありました。いくつかの候補の中で筑波を選んだのは、当時監督をされていた中村先生（現在体育学系教授）が「女子柔道はこれから益々伸び、発展する。筑波は、選手はもちろん、将来の女子柔道を担えるような指導者、リーダーを育成していきたい。そして、あなたがそのリーダーになってほしい。」といったようなお話をしてくださりました。強くなることはもちろんで

したが、その競技の将来を見据えた人づくりを考えておられるところに感銘を受け、入学しました。

高校までは町道場で指導を受けていたために、学校のクラブに所属するのは初めての経験でした。先輩との接し方、クラブのルールなど戸惑いもありました。何より不安だったのは、誰も教えてくれなかったことです。それまでは、道場の先生がつききりに近い状態で手取り足取り熱心に指導してくれていました。ところが大学ではみんなが決められた練習メニューにしたがって黙々と練習するだけで、先生方がとくに個々に指導するということはありません。当時柔道部には女子は私だけで、女子の全日本チャンピオンといっても男子には全く歯が立ちません。毎日毎日ただ投げられるだけの練習で、「自分は本当に強くなっているのだろうか？間違った練習をしているのではないだろうか？」などとても不安でした。

無我夢中の数ヶ月が過ぎてやっ少し余裕が出てきて回りを見渡してみると、多くの先輩たちが練習後に自主的に練習をしていることに気がつきました。鏡の前で技をチェックする人、筋力トレーニングをする人などです。そのころから、「ああ、大学は誰かに教えてもらうところなのではなく、自分で考えて強くなっていくところなんだ

な。」ということに気がつきました。

### 勝つために必要なこと

強い選手の条件は何でしょうか。アトランタ、シドニー、アテネと3回のオリンピックにコーチとして関わってきて感じたことは、「柔道の技術、体力などだけではなく、人間としての総合的な力を持っている人が強い」ということです。逆に言えば柔道だけが強くて大きな舞台では勝てないということです。試合場に아가ってしまえば、コーチがどんなに助けてあげたくとも手を出すことはできません。また、試合というのは何が起こるか予測できません。もちろん、試合前には対戦相手を研究し、念入りに作戦を立てて臨みますが、相手も同じように考えてくるわけですからこちらが思ったような展開になるとは限りません。選手は一瞬一瞬に的確な判断、決断、実行を迫られるのです。これは試合になったからといってできるものではありません。日々を受身で過ごすのではなく、自ら考え、進んでいくという意識を持っている人が、いざというときにも平常心で自分を信じ、力を出せるのです。

少しでも強い選手を育て、大きな大会で勝たせたい、という願いは常にあります。しかし、それ以上に強い人間に育ってほしいとも願っています。社会に出たときに「金

メダル」が自分を守ってくれるか？これはノーです。力になるのは、競技のときに培った「困難にぶつかっても、苦しくても、なんとか自分で道を切り開いてきた」という自信です。この自信と逞しさをもって巣立ってほしいと思っています。

#### メッセージ

人間は何かを失ったときに初めて、そのものの価値や重要性に気がつきます。大学を離れて、筑波がいかに恵まれた環境にあったかを実感しています。筑波のすばらしいところは数えれば限りがないぐらいたくさんあります。高等師範以来の伝統、すばらしい先輩方。仕事柄全国様々なところに出かけますが、行った先々で多くの先輩方にお世話になっています。これは国内のみならず海外でも同様です。「私はむかし筑波の・・・先生にお世話になった。これで少しでも恩返しができる。」とあって、慣れない地で面倒を見てもらったこともあります。

大学の先生方の専門性が非常に高いこともそうです。どうしても自分の専門の分野にしか眼が行かないのが現実ですが、筑波にはそれぞれの分野で日本、世界を代表するような方々がたくさん居られます。そして、その気になればそういった先生方の講義を受けるチャンスがあるのです。どの分

野でもそうですがトップの人の話はわかりやすく、面白く、自然に入ってきます。在学中にもっともっと違う分野にも触れておけばよかったと、今になってつくづく感じています。

「つくば」という町の特殊性も挙げたいことのひとつです。私が入学するときには「陸の孤島」と言われていました。その後、万博があり、大学、研究所が増え、今年はずくばエクスプレスも完成し、ますます発展していくことは間違いありません。できあがった町ではなく、現在進行形の町には活気と勢いがあります。そのエネルギーを知らず知らずのうちに、私たちも享受していると思います。

学生の皆さんには、卒業して筑波を離れてからそのよさに気がつくのではなく、すばらしい環境の中で貪欲に多くのものを求め、吸収して行ってください。そして、筑波大学で学んだことを誇りにし、そのことを何らかの形で大学に、そして社会に貢献して欲しいと思います。そういったひとりひとりの意識が、輝かしい筑波大学の伝統を担い、繋いでいくことになると信じています。

(やまぐち かおり/柔道方法論)