

【ロンドン五輪NAVI】



金メダリスト特別対談

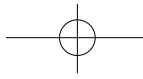
# 今だから伝えたい、 ふたつの『五輪』

オリンピックク

経験者だから話せることがある。  
金メダリストだからこそ分かることもある。  
栄光と苦悩を味わった2人が今語り合う、  
本物の五輪とは？

まとめ／本誌編集部  
写真／泉山美代子



**岩崎恭子●いわさききょうこ**

バルセロナ五輪200m平泳ぎで、競泳史上最年少(14歳6日)金メダリストとなる。全国への講演会や水泳指導、テレビのコメンテーターとして活躍。1978年生まれ。静岡県沼津市出身。岩崎恭子オフィシャルブログ「ことばのしずく」<http://ameblo.jp/kyoko-iwasaki/>

**柴田亜衣●しばたあい**

アテネ五輪800m自由形金メダリスト。現在は子ども、大人への水泳指導や講演会などで全国を飛び回る。400m、1500m自由形(長水路)、800m自由形(短水路)日本記録保持者。1982年生まれ。柴田亜衣オフィシャルブログ「亜衣日記」<http://ameblo.jp/ai-shibata>

**柴田亜衣(以下柴田)**…最初にお伺いしたいのは、バルセロナ五輪の選考会のことなんです。私のときは、もう派遣標準記録がある時代だったので、その記録を目標にしていたんですが、恭子さんはどんな気持ちで選考会に向かっていたのかと。

**岩崎恭子(以下岩崎)**…私たちの時代は、五輪に出るには優勝が絶対条件だった。それに加えてタイムも、ある程度のレベルの記録を出さないと行かなかったんだよね。私自身は中学生だったし、それほど気にしていなかった。だから選考会自体は、すごく自然体で臨めたと思う。でも結果は2位で、五輪に行けるかどうか分からない状態だったな。標準記録がなくて、優勝しても五輪に選ばれない種目もあったし。当時はそれが当たり前だったから、受け入れるしかなかったんだよね。

**柴田**…その4年後のアトランタ五輪の選考会は、バルセロナに出ているというのがあるって、また違う緊張感があったのでは？

**岩崎**…アトランタ前はね、「五輪に行かなきゃいけない！」という気持ちが強過ぎて、1カ月くらい寝られなかった。

ただよ。亜衣はそういう緊張感はないかな？

**柴田**…北京五輪前は……寝られなかった(笑)。「五輪に行かなきゃ」とは常に思っていましたし、すごく調子が悪かったのが不安がありました。でも、鹿屋体育大学で練習していたので、先輩達に先輩の私が焦っている姿を見せることはできなかったんです。

**岩崎**…私の場合は先生と一対一だったから、本当に辛かった。

**柴田**…1カ月も寝られない日が続くと、普通の人はその時点で崩れていくと思うんですけど、それでも2位になって五輪を決めましたよね？最後まで気持ちを持ち続けられた要因は、どこにあると思いますか？

**岩崎**…ちゃんと満足行く練習ができていたし、すごく調子も良かったから、自信があったんだと思う。最後には「やるしかない」と思えたから。

**柴田**…バルセロナよりアトランタのときのほうが、しっかり練習できたって思えたんですか？

**岩崎**…そうだね。でも、私にとってバルセロナとアトランタは、全く別物。バルセロナのときは、ただやらされて

いたというか……先生から出された練習をそのままこなしていた感じ。でもアトランタ前は本当に自分でいろいろ考えた。結果を残すためには何をすれば良いかと、練習についても先生と話すようになった。ちゃんと自発的に練習をこなせるようになったのが、大きかったかな。

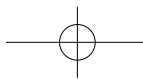
**柴田**…考え方が変わったきっかけがありますか？

**岩崎**…バルセロナから2年後の94年に、日本代表になれなかったこと。久しぶりに「悔しい！」って思ったの。バルセロナ後は、ただ泳ぎ続ければいいや、という感じで、練習にも身が入っていませんでした。それで代表に選ばれなかったときにハッと「何をやっているんだろう」と気づけて、そこから変わったかな。だから、代表落ちという経験ができたのは、私にとって大きかったよ。

**亜衣**は、アテネ五輪から北京までの4年間で、何か変わったことはあった？

**柴田**…私はアテネ後、400m自由形も1500mもベストは出ていたのに、金メダルを獲った800mだけずっとベストが出なかったんです。800mだけは、メダルを獲らななきゃって気持ち

# 最大のプレッシャーがかかる 五輪選考会を勝ち抜く『心』の重要性





パルセロナ五輪での岩崎恭子さんの泳ぎ。身体は小柄ながらも躍動感あふれる最後の追い込みは、観客の興奮を誘った

# ロンドン五輪本番は 選手たちの表情に注目しよう！

ちになつていた。そんなとき、田中孝夫先生に「君はもう1番じゃないんですよ」ってバツサリ言われて（笑）。もうベストを出しても4、5位にしかなれない状態だったから、そこで開き直れて、気持ちが楽になったのは大きかったです。こういう心の部分は、とても大切ですよ。

岩崎…心もそうだし体調とかタイミン  
グとか、それこそ運だつて、狙った日  
に合わせられないとダメだと思う。そ  
れと、先生との信頼関係も大切。私も  
コーチに対して反発することもあつた  
けど（笑）、感謝の気持ちがあつたから。  
柴田…自分を強くしてくれる人が先生  
ですから、その関係は一切崩れませ  
んよ。そういう良い師弟関係を気づけ  
ている選手は、最後の最後ですごく強  
いと思います。

岩崎…亜衣が田中孝夫先生に出会えた  
のも、タイミンがなんだよね。私が代  
表落ちをしたのは五輪の年じゃなかつ  
たけど、それが五輪の年にきてしま  
う人もいるわけ……。  
柴田…4年に一度だけ、タイミンが  
合わない人もいますから……。だから  
タイミンや運は大切。それをつか

取るには、精神的な部分も備わつてな  
いといけないのかなと。五輪に行きた  
いって強く思っている人が、手を抜い  
た練習をすることは考えられない。だ  
から、最後は気持ちの部分になると思  
うんです。私が北京五輪に行けたのは、  
心です。400mがダメで落ち込んで  
いたけど、五輪内定者の「五輪に行き  
たいという気持ちをもって頑張りまし  
た」というコメントを聞いて私も80  
0mは何がなんでも絶対に行こうと思  
えたんです。

岩崎…目に見えるものだけじゃなくて、  
心だとかタイミンだとか、目に見え  
ない部分がとても大切で、それが結果  
として明確に表れるから、五輪選考会  
は厳しいんだと思う。  
柴田…ロンドン五輪本番は、どこに期  
待していますか？

岩崎…北島康介選手（アクエリアス）  
や入江陵介選手（イトマン東進）、松  
田丈志選手（コスモス薬品）、寺川綾  
選手（ミズノ）を中心に、メダルを狙  
える選手は、ぜひ獲ってもらいたいっ  
て思う。今回の選考会のレースを見て  
面白いな、って思ったのは、鈴木聡美  
選手（山梨学院大学）。200m平泳

ぎは、混戦だったでしょ？　そこであ  
のレースを展開した鈴木選手は、本当  
に強いと思う。何度見直してもビック  
リのレース。ラスト5mでは完全に抜  
け出していたから。このレースを見て、  
ロンドンでも良い勝負ができそうで面  
白いなって思ったんだよね。渡部香生  
子選手（JSS立石）も、上位5人が  
派遣標準を切る厳しいレースだったの  
に、2位に入ったのには、素直にすご  
いと思ったな。

柴田…私は星奈津美選手（スウィン大  
教）が楽しみです。一度五輪を経験し  
ているし、星選手は自分の結果をちゃ  
んと受け止めて練習している選手なん  
だろうな、と。そこで満足するんじゃ  
なくて、次を見据えて進化している。  
恭子さんがレースを見るときは、どこ  
に注目しているんですか？

岩崎…私がよく見るのは、泳ぎ終わっ  
たあとの選手の表情。そこを見ると、  
選手の調子が分かるから。水泳って面  
白いの、泳ぎ終わって誰よりも最初  
に会う人が、先生でも友人でもなく、  
テレビのインタビュアー。だから素の  
感情が出やすく、そこでの選手の表  
情を見ると、結構調子が分かるん





五輪によって、メダルの大きさも重量も違う。それでも金メダルの“価値”や“重さ”は同じなのだ



金メダリストとして、似た経験を持つ2人。ひとつ一つの言葉には、五輪に対する深い想いが詰まっていた

# 五輪で手にする金メダルの本当の重さと意味とは？

だよ。あとは、泳ぎ終わったあと、電光掲示板を見ている表情かな。それでも選手は素の表情を見せるから。テレビ観戦をする人は、選手の表情に注目すると面白いと思う。

柴田…泳ぎを見るのであれば、決勝を泳いでいる8人に共通しているところを探すと良いと思うんです。共通しているところはたくさんあります。この選手はここが良い、じゃなくて、ここが8人に共通して良いところだから、そこが泳ぎの大切な部分なんだなって気づけますから。

岩崎…それに、1人をマネしようとしても、それが自分に合わないこともあるよね。その点、共通する良いポイントを見ておけば、大事な点をおさえた8種類の泳ぎが見られるわけだから、自分に取り入れやすいよね。

柴田…もうひとつ恭子さんに聞きたかったのは、金メダルを獲ったことについてなんです。私自身は何も変わっていないつもりなのに、ご飯に行くとき声をかけられたり、写真を撮ってくたさいと言われたり……。うれしいことなんです、自分でもよく分からなくなってしまうときがあるんです。

岩崎…私も金メダルを獲ったことは事実で、獲ったのは自分で、それはすごいことなんだ、って認められるようになったのは最近だよ（笑）。そのことを自分が嫌だっと思ってしまつと、メダルを獲ったことを自分が否定することになつちゃう。私はもう16年経つからね（笑）。時間が経てば、少しずつ変わってくると思うよ。

柴田…私、メダルを獲ったときに恭子さんみたいだっけって言われていました。

岩崎…私と亜衣が似ているって言われるのは、注目されないでメダルを獲ったからだよね。ノンプレッシャーで泳げた1回目の五輪は、私も亜衣も結果が良かった。だけど、2回目の五輪は本当に難しく大変だった。アトランタでは決勝にも残れなかったけど、バルセロナからの4年間を考えると、決して悪い結果ではなかった。よく頑張ったな、と思えたから、私は結構スッキリしていたよ。亜衣は北京が終わったあと、一所懸命できたと思えた？

柴田…やることはやっとなって思いました。少しでも練習で手を抜いていたとしたら、辞めなかつたと思いますから。でも、北京で泳ぎ終わったあとは

真っ白でした。あまりにも結果が悪過ぎて、田中先生に悪いことをしたなつて……ダメなんです、田中先生の話をするときでも涙が出てきちゃう……。

岩崎…もう、泣かせるなあ……！

柴田…私のなかでは、自分のアテネのメダルとほかの選手たちのメダルが、違うもののようにも思えてしまつたこともある。でも、アテネのときも精一杯努力してきたし、誰よりも練習をしっかりとやってきたという自信もある。だから今も悩んじゃうんです。

岩崎…私もそのことに悩むこともたくさんあつたけど、それで良いと思うんだよ。私たちも金メダルを獲るに値するだけの努力をしていて、先に話した精神的なものや運、体調とか、すべてが最高の状態で、その日を迎えられる結果だと思つた。

柴田…そうですね！

岩崎…ロンドンを戦う選手達も、ぜひ最高の状態でレースを迎えてほしいな。柴田…今日は普段聞けないような貴重なお話をありがとうございました！