第1特集

人のため？ 自分のため？ スポーツにおける「感謝」とは？

第2特集

ますます関心高まる「スポーツと多様な性」

豊かなスポーツライフをサポートする情報誌

Sport japan

vol.48 2020 03-04 March & April

特別企画

◎令和元年度公認スポーツ指導者全国研修会
『グッドコーチに求められる人間力』
～スポーツを「安全で、正しく、楽しく」指導するために～

◎「2019フェアプレイ会議」&
「フェアプレーについて考えるJSPO・NF会議2019」

◎令和元年台風19号等被災地支援「みんなで遊んで元気アップ」

スポーツくじ toto BIG
公益財団法人 日本スポーツ協会

昭和54年4月5日第三種郵便物認可　令和2年3月10日発行　奇数月10日発行　No.338

PART 3

ピッチャーはありがたみのわかるポジション……幾多の教えをかみ締め、たどり着いた答え

個人競技から団体競技へと進み、いつしかみんなでやることの楽しさを知ったソフトボールプレーヤー、五味彩華（戸田中央総合病院）。しかし、ピッチャーというポジションに、やがて孤独を思い知らされる。昨シーズン限りでユニホームを脱いだアスリートサイドからの視点で、感謝を捉える。

次第に身についた考える重要性

小学校では剣道に打ち込み、中学でソフトボールに出合った五味彩華。友達の体験入部についていったのがきっかけだったというが、高校、大学、さらには社会人になっても続けることなど、その時点ではよもや想像すらしていなかっただろう。

「競技うんぬんというより、私は人との関わりが好きでソフトボールを選んだような気がします。体験入部でいろいろ回り、ソフト部もその一つでした。小学校には男子のソフト部があって、男子のスポーツというイメージだったのですが、打っても、投げても、とても楽しい。何より、ほかの部の先輩が〝ウチに入ってね〟と言うのに対し、ソフト部の先輩からは〝自分の好きな競技をやってみたら〟と言われ、それがとても印象的でソフト部に決めました」

一つ上の先輩が3人しかいなかったこともあり、ピッチャーの候補となるが、孤立することもなく、みんなで守ることも楽しい、そんな部活動だったという。

「今思えば、例えばバレーボールなら背の高さで有利な面もありますが、ソフトボールは背の低さなどがハンディにならないところが魅力でした。むしろ、小技が生かせたりすることはメリットにもなり、長距離バッターが飛距離でかなわないライバルに出会っても、長距離にプラスして確実性を身につければ戦える。ピッチャーなら速さだけではなく、変化球で勝負できるのもいいところ。私は速さがなかったのですが、考え方次第でどうにかなる。変化球に強いチームが相手でも、配球を工夫することで勝機を見いだせる。自分が変わっていくことで長く続けられたんだと思います」

振り返れば、いろいろな指導を受けるなかで、五味は考えることの重要性を身につけていった。

勝てなくなって諦めないことを知る

その一方では、大学に入るころになるとピッチャーというポジションの孤独さを痛感するようにもなっていた。

「高校まではピッチャーのほかにもバッターとして打席にも立てば、サードを守ることもありました。ところが大学からは完全な分業制となり、嫌でも特別感を感じるようになります。ものすごく孤独で、みんなに守られている、そうした思いが募っていきました。点を取られても打って返すことができない。自分一人では何もできないと知るきっかけともなりました」

結果を残せば褒められ、強いやりがいを感じられるポジションではあったが、一方では、いくら怖いバッターが打席に立っても自分が投げなければ試合は始まらない。不安な気持ちで投げれば、見逃してくれるほど甘い世界ではなく、痛打が待っている。気持ちをつくる難しさを感じた。とりわけ、実業団入りして徐々にマウンドに立てるようになる一方、次第に特徴をつかまれ攻略されるようになった時期はつらかった。

「何をやっても勝てなくなりました。ただ、そのときのトレーナーから〝諦めたらもったいない。続けなさい、自分ができることを頑張りなさい〟、そんなふうに諭されたんです。線が細かったため本格的に実業団で戦える体づくりをしました。体格が変わった実感はあったものの思うような結果がすぐには出ず、焦りもありました。こんなにやっても結果が出ないなら と思ってしまうこともありましたがトレーナーからのことばに支えられ、次の年は前年度よりもいい結果を残すことができました」

ごみ・あやか　1991年生まれ、千葉県出身。小学校では剣道で汗を流し、中学からソフトボールを始め、柏陵高等学校を経て東北福祉大学へ進学。大学1年時にはU19の日本代表に選出され、第4回アジア女子ジュニア選手権兼第9回世界女子ジュニア選手権アジア地区予選で金メダルに輝く。卒業後、戸田中央総合病院メディックスに入団し、エースとしてチームをけん引。昨シーズンをもって現役を退き、現在はソーシャルワーカーをめざし、社業に力を注いでいる。

戸田中央総合病院メディックスのエースとして力投した五味

変わったら楽になった

最も痛かったのは、チームメートから負けを突きつけられた経験だった。

「勝つことを厳しく要求され、周囲の仲間と向き合えずに孤立してしまいました。チームはギクシャクし、プレッシャーは増す一方。自分さえしっかり投げればいい、一生懸命にやりさえすればいい。そうした考えに凝り固まっていました。私自身、とがっているのがわかっていましたし、とてもつらかった。あとあとのことですが、ほかのチームの選手からも〝あのとき、ものすごく怖かった〟、そんなふうに言われるほどでした」

こうした経験を経て、五味はいつしか変わっていく。

「野手がエラーをしても、エラーするようなボールを投げたからだ、どうやったら守ってもらえるか、そう考えるようになったら楽になりました。マウンドで恐怖感を感じても、やる理由を考えるようにしました。〝私がこの場面で弱気になれば、野手の今までの努力がむだになる〟。そう考えたら中途半端な気持ちでは投げられません。〝次はこう投げるから〟、仲間にかけるそのひと声で、チームメートもいろいろ考えてくれたり、ポジショニングにも工夫してくれるようにもなった。自分が相手のことを考えることで相手が思ってくれる気持ちに気づけた。

気づけてよかった、本当にそう思う。今は、たとえ人から何か言われることがあっても、〝何だよ〟となるのではなく、ワンクッション置いて考えられる。その人とのいい形、いい関係が考えられるようになり、何よりも私自身がとても楽な気持ちになりました」

ストーリーを後押ししたもの

よくよく考えれば、さまざまな教え、導き、そして経験が複雑に重なり合い、変化を促していた。

「大学の監督からは、ボヤキで有名な野村（克也）監督の〝人間的成長なくして技術的な進歩なし〟ということばを教えられました。在学中はそのことばしか理解できなかったのですが、実業団で経験を重ねるうちに私生活での考え方はグラウンドでの考え方に直結すると感じるようになりました。その場面に応じて正しい判断ができなければ勝つことができません。勝負の1球に何を選ぶか、流れを読むなど見えないものを自分で選択していかなければなりません。こうしたことをできるようになるには、技術だけではなく、ふだんから今何をすべきか考えることの積み重ねで培われていくことを知りました」

現在、メディックスで指揮をとる田上美和監督からは〝気を遣える選手でありなさい〟と口酸っぱく言われた。

チームメートと語り合うことで数々の思いも知った

「自分が何をすべきか考えられる選手こそ〝気の遣える選手〟であると、今考えます。好印象を与えられるくらい相手のことを考えられたら試合のときに相手の考えやベンチの考えを感じ取ることができます。こうしたことからも、人間的な成長は競技力向上に不可欠だと思いますし、私は感謝＝人の思いを知ることだと思っているので、自然と感謝の気持ちを持って競技ができるようになるのではないかと思います」

さりげないこのフレーズに、実は親からの貴重な教えがあった。

「感謝しなさいとは言われませんでしたが、〝その人がどういう考えでやっているのか、その思いを知りなさい。相手が言うことの意味を考えなさい〟と言われ、そして〝人との縁、つながりを大事にしなさい〟とも教えられました」

まさに、五味のソフトボールストーリーを後押しするかのようなことばの数々。

感謝を積み重ね 新たな道へ

もう二つばかりエピソードを加えよう。

「ある試合、その試合は負けてしまったのですが、観客の方からとても丁寧な手紙をもらったんです。〝励まされました。勇気をもらいました。ありがとうございます〟と。私もスポーツを見ることが大好きで、力をもらえるその高揚感は知っていたつもりです。実業団に入ってからは見られることも意識し、いつかはそんな選手になれたらいいと思っていましたが、あらためて人から言われたことで、それは大きなモチベーションになりました」

そして、もう一つ。

「試合でベンチに入れるのは25人と決まっており、ある年、メディックスでもベンチ入りできない選手が数人出ました。せっかく実業団に入り、同じようにつらい練習をこなしながら報われない。モチベーションも当然下がるでしょうが、チケット売り場で黙々と働いている姿がありました。グラウンドで結果を残せない選手が悪いという見方はあるでしょうが、でも、一緒に戦う仲間と考えたら、自然と〝チームのためにありがとう〟のことばが出ていました。

その選手からはその後、〝あのことばがやる気につながった〟と言われ、実際、彼女が打って勝利した試合もあります」

数々の感謝を積んだ五味は今、ソーシャルワーカーをめざし、新たな一歩を踏み出した。

「母が病院関係に勤めていたこともあり、もともと人の命に関わる仕事をしたいと思っていました。生きづらさを感じている人の力になりたい。私がチームにいづらいときに支えてくれたのは、応援してくれている方や友達の存在でした。これから患者さんと関わるうえで、私の経験から痛みやつらさを理解することは難しいでしょうが、身寄りのない方やさまざまな生活環境で暮らしている方々の思いに寄り添い、考えることで、私が支えられたように少しでも気持ちを和らげるような相談員になれたらと思います」

まるで悟りを開いたかのように五味は語るが、最後に指導者に向けて、こんなふうに語った。

「選手の年齢が若いほど、その子のためにと思ってアドバイスしたこともなかなか理解してもらえず、本当に指導者の方は大変だと思います。もともと私も頑固で反発心が強く、素直に話を聞くことができませんでした。でも指導者の方々が辛抱強く向き合い、必要なことを教えてくれました。そのおかげで経験を積むうちに、あのときの話はこういうことだったのかと何年かたったあと、やっと理解できるようになりました。

私も逆の立場で、その人のためを思って言ったことでも理解してもらえないこともありました。その人の理解できる言い方ができなかったらお互い様だなと思える経験があります。だからこそ、その場でわかり合えなくても話をしていくことは大切なことだと感じています」

ピッチャーはありがたみのわかるポジション……以上のすべてをもって、五味はその答えにたどり着いた。

（文中敬称略）

心からの笑顔が仲間を、自分を鼓舞する