

# 「日本のメダル獲得」のために

National Sports Director(Rowing)ギザビエ・ドルフマン氏が目指す代表チームとは

アスリート委員会

2017年1月



対談を行った岸記念体育館にて。ギザビエ・ドルフマン氏と岩本亜希子氏

日本ボート協会は2017年新シーズン、ギザビエ・ドルフマン氏をNational Sports Director(Rowing)として日本代表チームを率いる体制を発表した。従来日本代表強化の現場にはなかった新しいポジションである。国内全体の競技力向上に向けて大きな共通の枠組みを作ることの主な役目とし、具体的には国内共通の強化基本プログラムの作成、ジュニアからシニアまでの各カテゴリへの同プログラムの展開で、全体の競技力向上を図る構想を描く。

2000年シドニー五輪、軽量級舵手無しフォア金メダリストでもあるギザビエ氏と、シドニー五輪からロンドン五輪まで過去4大会、オリンピックに参戦した日本の軽量級女子の第一人者である岩本氏が、アスリート委員会を代表して、この冬初めて行われた代表冬合宿、今後の代表チームの体制、そして女子スポーツまで多岐にわたる対談を行った。

**岩本：**これは私の地元、長野のお菓子です。長野での日本代表のスキー合宿はいかがでしたか？

**ギザビエ：**（日本語で）どうもありがとうございます。

今回の合宿は自分の期待していた通りの結果が得られた素晴らしい合宿でした。特に女子選手にとっては、スキー合宿というのは初めての活動だったので、期待値も高かったのですが、満足のいく結果が得られたと思います。

**岩本**：スキーのどんなところがボートによいのでしょうか。

**ギザビエ**：合宿で全く異なるスポーツを行うというのは、たくさんの異なる目的があり、こういった合宿の利点でもあります。第一の目的としてあげられるのが、選手たちに普段の行動様式、習慣の枠から出るように働きかけることです。スキーとボートには多くの共通点があり、「身体全体の筋肉を使うこと」、「滑るという感覚（スキーは雪の上、ボートは水の上）」「バランスを保つ」等があげられます。スキーでもボートと同じように、脚、背中、腕の身体全体の統制（コーディネーション）、そして、持続力（エンデュランス）が重要です。

そして、スポーツとしての目的とは異なりますが、第一の目的の補完として、ナショナルチーム内で「チーム・スピリット」を作る必要がありました。長野という場所で、戸田から離れ、普段の所属チームから離れ、普段とは異なる空間の中で過ごすことで、お互いを発見し、チームとしての一体感を高めるのに、こういった合宿は有効です。

**岩本**：SNSなどに写真があがっていました。ほかに誕生日の選手をお祝いする写真があがっているのを見て雰囲気の良いのだなと思いました。けがはありませんでしたか？

**ギザビエ**：スキーで手首や指をねんざした選手はいましたが、特に大きなけがはありませんでした。

**岩本**：スキーはヨーロッパではメジャーなトレーニング方法ですね。

**ギザビエ**：多くのボートのナショナルチームやクラブが冬季にスキー合宿を行っています。「切り替え」が大事です。年中ボートに乗って、毎日毎日何キロメートルも練習するより、いつもの練習から完全に離れ、頭を切り替えることは、精神的にもプラスです。そして、ボートの練習に戻ったときに、フレッシュで、新しい感覚で臨むことができます。

**岩本**：帰ってきた選手たちから大変だったけど面白かったという感想が届いています。

**ギザビエ**：数ある合宿の中でも大変な合宿だったと思います。

## ■ 女子選手の指導について

**岩本**：女子選手の指導について聞きます。男子選手と女子選手一緒にトレーニングしていますが、指導の方法に違いはありますか？

**ギザビエ**：原則として、男子選手と女子選手の指導法に違いはほぼありません。というのも、パフォーマンスの要因については、男子と女子に違いはありませんので、より良いパフォーマンスを出せるようにするための指導方法は同様です。



数多くの世界大会に挑戦した岩本亜希子氏

ただし、アスリートは各々違います。指導者としてのキャリアを通じて、フランスでも女子選手を数多く指導してきましたが、男子選手・女子選手といった違いよりも、女子選手間での違いは大きく、それぞれの選手のことをよく理解して、それぞれに合った指導法をしていくべきだと考えています。

## ■ 日本とフランス選手の違いについて

**岩本**：フランスで教えてきたフランス人選手と日本の色々な選手と大きな違いを感じることはありますか？

**ギザビエ**：文化の違いが大きいですね。歴史の違いもあります。また、身体的には、日本の選手は下半身が比較的鍛えられていますが、上半身、特に腕はあまり強くありません。

日本の選手のことを知れば知るほど、日本の選手にポテンシャルがあることを実感しており、この先、より良い結果が出せる可能性があると思っています。そのためにも、パフォーマンスを出すことのできるチーム作りが大切だと考えています。

**岩本**：私が世界に初めて行ったときに身長はそれほど変わらないのにスタイルの違いをコンプレックスに感じました。もっている手足の長さの違いはボートのパフォーマンスに影響すると思いますか？

**ギザビエ**：確かに、手足が長いというのは、ボート競技上、漕ぐという動作では有利に働くというのは事実ですが、個人のパフォーマンスというのは複雑な要素から構成されており、必ずしも手足の長さだけからくるものではありません。日本の選手の体が小さいというのは事実ですが、多くのスポーツにおいて、日本選手の競技への姿勢は、大きな力、武器となり、実際、結果にもつながっています。

他の国でもそうですが、フランスを例に挙げれば、必ずしも、背の一番高い選手や手足が長い選手が一番良い選手とは限らないですし、オリンピックや世界大会で表彰台にのぼっている選手をみれば分かる通り、もちろん大きな選手もいますが、小さな選手もたくさんいます。日本の選手の身体がハンディキャップになるとは考えていません。

**岩本**：ありがとうございます。否定してもらおうと思って質問しました（笑）。

## ■ 日本とフランスの指導方法の違いについて

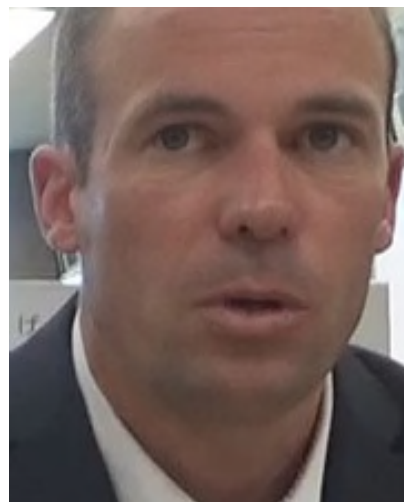
**ギザビエ**：日本の選手について身体的能力の面では、17～21歳の選手に高いポテンシャルを感じています。その年代の人だけを比べると、フランスの選手よりも日本の選手の方が、ポテンシャルは高いと言えるかもしれません。

しかしながら、フランスでは、ボート競技を始めてから、25歳、27歳、30歳に、ハイレベルの選手になるまで、アスリートがステップアップできるようサポートするシステムが確立していますが、日本にはそういったシステムはありません。

**岩本**：確かにU23の世界選手権などでは日本の選手もファイナルに行ったり、メダルを取ったりしているので、ギザビエさんが言っていることは納得できます。23歳以上の選手が結果を出せないというのは、日本の選手が23歳以上から継続的に練習できていないからと考えていますか。

**ギザビエ**：理由の一つとして挙げられるのは、昨年、来日して、日本の選手の練習を見たときに、そのトレーニング方法に疑問を持ちました。年齢ごとにステップアップできるようなトレーニングではなく、手っ取り早く強くなれるかもしれませんが、一定のレベルまでが限界で、ハイレベルの選手になりにくいトレーニング方法だと思いました。

ハイレベルの選手になるためには、多くの年数がかかり、特別な練習が必要です。日本ではそういったトレーニングはされていませんでした。そのために、トレーニング方法に大きな変革が必要なのです。



日本の選手にはポテンシャルがあると語るギザビエ氏

**岩本**：以前、ギザビエさんが動画などでおっしゃっていた日本が一丸となって同じトレーニング方法を導入し、日本が一丸となって強くなると言っていた真理はそこにあるという理解でよろしいでしょうか。

**ギザビエ**：日本全体に同じトレーニング方法を導入させるということが、まさに、私の挑戦であり、日本ボート界にプラスとなるという信念に基づいています。現在進行形ですが、皆が協力して同じ方向に力を向けられるよう、変革しています。私が着任してから、皆さんの協力のもとに、多くのことを変えることができました。私のことを信頼して、協力していただけたさくらクラブ、コーチ、マネジメント、そして、選手の皆さんに、この場をお借りして、厚くお礼を申し上げます。引き続き、なぜこういったトレーニングが必要なのか、全ての方々に納得していただくよう説明し、お話ししていく所存です。

(後編へ続く)

アスリート委員会。2016年4月に日本ボート協会内に設立される。アスリートの声を汲み上げ、組織の意思決定に反映できる仕組みの構築とアスリートとの対話による意思疎通が行われる環境を整えることをめざす目的で日本ボート協会、強化本部のもとに設置。幅広く意見を集約するため、アスリートとコミュニケーションをとるネットワークを確立することを目標に、「世界をめざすアスリート」に向けて役立つ情報をお届けします。