

# OLYMPIAN

オリンピック

[OLYMPIANスペシャル・インタビュー]

## 室伏広治

「僕にとって  
オリンピックは  
もう始まっています」

[OLYMPIANスペシャル・インタビュー]

## 福島千里

「ロンドンに向けて、  
日々、感覚を  
研ぎ澄まさせていきたい」

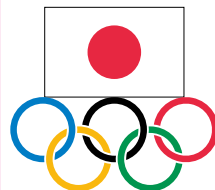
# 勝負のロンドン がんばれ! ニッポン!

[いよいよ7月開幕]

ロンドンオリンピックで実施  
全26競技の見どころ紹介!

# OLYMPIAN

## CONTENTS



COVER PHOTO/AFLO、BBM

### OLYMPIAN

平成24年3月14日発行  
発行/公益財団法人  
日本オリンピック委員会

〒150-8050  
東京都渋谷区神南1-1-1  
岸記念体育館内  
TEL 03-3481-2238  
FAX 03-3481-2292

©JAPANESE OLYMPIC COMMITTEE  
無断転載を禁じます

URL <http://www.joc.or.jp>

■「OLYMPIAN」とは？  
日本オリンピック委員会(JOC)では、オリンピックムーブメント(P.19参照)の推進を目的に、オリンピック競技大会やオリンピックに関連する情報の提供として、広報誌「OLYMPIAN」(オリンピック)を年1回発行しています。2011年度は中学生の皆さんを対象に発行することになりました。ぜひ本誌を読んで、オリンピックやスポーツの楽しさを知り、オリンピックムーブメントへの理解を深めてください。

### 巻頭特集 Road to London

03 7月に開幕! ロンドンオリンピック  
OLYMPIAN スペシャルインタビュー

男子ハンマー投

04 **室伏広治**

「僕にとってオリンピックはもう始まっています」

女子短距離

06 **福島千里**

「ロンドンに向けて、感覚を研ぎ澄ませていきたい」

08 ロンドンオリンピックでの活躍に期待! 注目の選手たち

男子・やり投・**村上幸史**、短距離・**高平慎士** ほか

女子・やり投・**海老原有希**、400mH・**久保倉里見** ほか

10 **日本陸上競技 栄光の歴史**

100年前、日本のオリンピック史は始まった!

11 **ロンドンオリンピックで行われる全26競技**

17 **ようこそ、ロンドンへ!**

オリンピック開催を待つロンドン現地情報

18 知ってる? 知らない?

**オリンピックなんでもQ&A**

☆知っておきたい! 基礎知識編

オリンピックは誰が始めた? / どうして4年ごとの開催なの? ほか

21 ☆オリンピックと日本編

日本人最初のIOC委員はだれ? / 日本でオリンピックが開催された都市はどこ? ほか

22 **2020年オリンピック・パラリンピックに東京が立候補**

インタビュー・**水野正人** [東京2020オリンピック・パラリンピック招致委員会副理事長/専務理事]

26 **オリンピックからの応援メッセージ**

室伏広治/潮田玲子/浜口京子/太田雄貴/福原愛

27 **JOCはこんな活動をしています**

28 中学生記者が

**味の素ナショナルトレーニングセンターを探検!**

32 **JOCエリートアカデミー**

33 **JOCの活動&イベント紹介**

34 **東日本大震災復興支援JOC「がんばれ! ニッポン!」プロジェクト**

スポーツから生まれる、笑顔がある。



# Road to 巻頭特集 London

ロンドンオリンピックの開幕が迫ってきました。7月末の開幕まで5カ月を切り、出場権を巡る戦いもヒートアップしています。ここでは、オリンピックの舞台で活躍を目指す日本のトップアスリート2人をクローズアップ。加えて国内外の注目選手を紹介します。さらに陸上競技の歴史も解説。これを読めば、ロンドンオリンピックの陸上競技観戦がグッと興味深くなること間違いなしです。

- トップ選手が語る  
中学時代とロンドンオリンピック  
室伏広治選手  
福島千里選手
- ロンドンオリンピック注目選手紹介
- 日本陸上競技 栄光の歴史

#### ロンドンオリンピック大会概要

- 大会名 / 第30回オリンピック競技大会 (2012 / ロンドン)
- 開催地 / イギリス・ロンドン他
- 期間 / 2012年7月27日～8月12日 (17日間)
- 実施競技・種目 / 26競技 302種目

# 僕にとつてオリンピックはもう始まっています

Text / 佐藤温夏 Photo / 糸賀 正 (インタビュー)、BBM



## 室伏広治

OLYMPIAN 選手インタビュー Shiro Aoi

### 聞く耳を持つこと それが成長の条件

——ハンマー投を始めたのはいつですか。  
**室伏** 9歳のとき初めてやってみましたが、その後も遊び感覚で数回やってみたりしましたが、本気でやってみようとは思わず、父も無理矢理やらせるようなことはありませんでした。ところが高校入学前に試しにやってみたら、けっこういい投でまができたんです。

昨年のテグ世界選手権で金メダルを獲得した室伏広治の笑顔。この笑顔は、オリンピックの期待も高まります。

そこで父が可能性があると思っちゃったみたいで(笑)。まだ身体も細くて軽かったんですが、高校入学直後に千葉県ですぐ優勝できるくらいの記事が出たのです。

——それはpanic attackね。

**室伏** なぜそんなことができたかというところ、小さいころに教わった感覚が身体に残っていたからです。ハンマー投は動きが複雑なだけに、早い段階からやり方を知っているほうが有利。父の教え方も良かったのでしょうね、身体が覚えていたんです。「これはpanic attackと、この記録に父も驚いていました。それがすぐ世界に結びつくとは思わなかったと思いますが、将来性はあると考えたようです。

——オリンピックについて憧れを抱くようになったのはいつごろですか。

**室伏** もの心ついたときから、オリンピック(オリンピック出場経験者)の仲間に入りたいと思っていました。それこそ赤ちゃんときからオリンピックに囲まれる環境にいたわけですから。読者にはオリンピックを目指す中学生もいます。オリンピックの先輩としてアドバイスをお願いします。

**室伏** 難しいなあ。種目によってもやるべきことは違いますからね。僕は中学時代は父には無理するなと言われたんです。でも無理しなきゃいけない種目もありますからね。ただ一つ言えることは、コーチや専門家の言うことを素直に聞くことは大切だ、ということ

とです。たいていの人は、最初のころは話を聞くけど、成績が出てくるとあまり耳を傾けなくなります。違つと思ふことがあるなら、それを相手にぶつけることも大切だけど、その前にまず聞く耳を持つ事が大事だと思います。それはいまも同じ。そうしないと成長が止まってしまう。

——記録が出せずに悩んだとき、スランプをどう乗り越えたらいいでしょうか。

**室伏** スランプとは競技を長く続けていくうえで出てくるものです。中学校時代は伸び悩みはあるかもしれないけど、スランプとは言わないと思います。若い方は、もしうまくいかないことがあったら、そこからどうやって希望を見出せるか、次につなげていけるかを見つめることが大切だと思います。

### 同じ中学生たちのために 行動に移そう

——昨年の東日本大震災で被災した石巻市立門脇中学校を2度訪問し、交流を続けていますね。

**室伏** 東日本大震災は本当にショックな出来事でした。多くの人たちが大変な思いをしています。そういうなかで中学生たちと触れあい、心の交流ができたことは僕自身、本当によかったと思っています。うらやましいは簡単には癒(い)えませんが、例えばいま、このときも悲しい思いをしている人も

——どんな中学生だったか。  
**室伏** 陸上競技部に所属はしていませんが、まだハンマー投はして変わらず、三種競技(砲丸投、走幅跳、400m)をやっていました。勉強はそれなりにやっていたかな(笑)。英語はしっかりと頑張っていたような気がします。そうですね、中学生のときは、まだ自分というものがよくわからず、将来どんな人間になっていくのだろうと不安に思ってた父によく相談していた記憶があります。

——室伏選手のお父さんもハンマー投のオリンピック選手でした。どのようなアドバイスがありましたか。  
**室伏** 父は大きく構えていました。「まだ若くていろんな可能性があるわけだから、一つにとどまらず、いろんな方向から何が自分に向いているのか、やりたいのを見つけていけばいい」と言われたのを覚えています。

いると思います。だからこそ、被災地の方たちとの交流は長く続けていきたいと思います。

——さて、ロンドンオリンピックの開幕が約4カ月後に迫っています。抱負を教えてください。

**室伏** ロンドンは4回目のオリンピックとなりませんが、今回は年齢的に簡単にはいかないと思っています。でも、オリンピックは、中学生であるみんなと同じように、僕にとつても憧れの舞台です。そこに出られるチャンスはそんなにないわけではありませんが、そこまでの1日1日を大切に過ごしていきたいと思っています。僕にとつてはもうオリンピックは始まっている、今日のこのインタビューも僕にとつてオリンピックの一部です。もちろん、本番ではメダルを狙って頑張りたいと思っています。出場するからにはそれは僕にとつて当然の目標です。

### むろふし・こうじ

1974年10月8日、静岡県沼津市出身。ミスノトラッククラブ所属。中京大准教授。愛知県豊田市立保見中→成田高→中京大→中京大大学院博士課程終了(体育学)。ハンマー投でアジアの鉄人と言われた室伏重信を父に持ち、高校時代から本格的にハンマー投を始める。オリンピックには2000年シドニー大会で初出場。2004年アテネ大会で陸上投てき種目でアジア男子として初めて金メダルを獲得。2008年北京オリンピックでは5位に入賞。2011年テグ世界選手権で優勝し、ロンドンオリンピックハンマー投日本代表に内定した。自己ベストは84m86(日本記録)。187cm、99kg。

JOC ホームページでは室伏選手から皆さんへのビデオメッセージが見られます。ぜひアクセスしてみてください!  
URLは、<http://www.joc.or.jp/teen/>

# 福島千里



## ロンドンに向けて、日々、感覚を研ぎ澄ませていきたい

Text / 佐藤温夏 Photo / 金城聖子(インタビュー)、BBM

それよりも2位になれたんだ！すごいー」って感じでした。そういうレベルで陸上をやっていたんです。

### 大切にしている基本的なこと

——陸上を続けるにあたって仲間の存在が大きかったことについてですね。  
**福島** そうなんです。いい仲間に出会って幸せだと思います。なので、楽しくやってきたことを後悔したことはありませんし、2位が悔しいと思ったこともありません。あ、でも、そう思わないと強くなれないのかな？  
——中学校卒業後は地元の帯広南商業高に進学しましたね。現在の所属先である北海道ハイテクACの中村宏之監督が指導していた恵庭北高からのスカウトを断ったとか。

ラブの先輩たちが通っていたのと、恵庭北高に行くほど陸上に対する意識がなかったというのが理由です。  
——福島選手の場合、その選択が良かったのか？  
——福島選手の場合、その選択が良かったのか？

**福島** そう言ってもう覚えていてありがたいです(笑)。  
——現在、練習で大切にしていることはどんなことですか？

**福島** 初歩的なことなのですが、ケガをしないことか、飽きずに練習するとかそういうことが実はとても重要だと考えています。レースでの走りそのものを、二の次とは言いませんけど、練習がしっかりとできなければ試合で結果は出せません。日々の基本的なことはとても大切です。  
——走ることで、それ以前のコンディショニングが重要。  
**福島** コンディショニングは大事です。そ

うじゃないという走りもできないし、いい感覚も生まれません。速く走れる身体がないと速く走れません。どんなことも順序があって、優先順位の最上位は身体です。それは間違えてはいけません、と思います。

### オリンピックのことを考えるときが忙しい

——2008年の北京オリンピックに出場しましたが、オリンピックはどこまでか。  
**福島** シニアになって初めての世界大会がオリンピックだったので比べるものがないんですけど、「ただただ、すごい」みたいな感じでした。北京のあと、2009年にベルリン世界選手権があったのですが、「やっぱりオリンピックはすごい」とすごくわかりました。その後、2010年には広州アジア大会、昨年はテグ世界選手権に出場し、すごく内容の濃い3年間を過ごしてきました。だからこそ、ロンドンオリンピックへの思いは特別です。  
——今回は結果を狙っていくという意気込みでしょうか？  
**福島** うーん。北京では結果を残せなかったもので、ロンドンでは北京からの成長が目に見えるような大会に絶対になりたいなと思っています。でも、まだ代表に決まっているわけではないので、まずは6月の日本選手権で確実に代表にならなければなりません。

——小学4年で陸上を始めたとのことですが、どんな選手でしたか？  
**福島** 小学生のときは目立って速いわけではなく、みんなでリレーに出るのが一番の目標でした。練習は週に3回くらいあってまじめにやっていたんですけど、どっかかと言えはクラブは友だちと遊ぶ場で、みんなに会ったのが楽しみで通っていたような感じでも。  
——中学校時代も陸上クラブに通っていたのですか？  
**福島** はい。中学生になったら個人でちよつと記録が伸びていきました。2年の夏の終わりに全国中学校大会の標準記録を突破しました。それで、来年は出場できたらいいなって思い始めました。  
——そこから練習に対する意識が変わったりしましたか？  
**福島** 変わらなかつたですね。ふふ(笑)。私、中学生のころもまだ友だちと遊ぶのが目的で陸上をやっていたので、結果に対してのこだわりがなかったんです。3年のときには全中に出場できましたが、1000mも2000mも2位に入って満足でした。1位になりたかったとは思わなかつたです。

——ただ、ロンドンで結果を出すと考えておくほうが心の準備時間が長いからそっちのほうがいいのかな……。それよりも先のことを考え過ぎず、まずは確実に代表になることを考えておかなきゃいけないかな、とかいろいろ考えてしまつたんです。心が忙しいです。  
——ではオリンピックまでの目標は？  
**福島** 2000mでA標準を突破することと、日本選手権に万全な状態で臨むことです。ロンドンオリンピックでベストのコンディションにもっていくためには、日本選手権が一番の練習。大会の練習は大会でしか積めないので、調整方法や大会への臨み方を学んでいきたい。一つひとつ一日一日感覚を研ぎ澄ませていきたいなと思います。でも、ストイックになり過ぎていけないので、楽しくやっていきたいなという気持ちもあります。



いい走りができればはじけるような笑顔を見せる福島選手。日本のトップを走るが、陸上競技への取り組みは、あくまで自然体

**ふくしま・ちさと**  
1988年6月27日、北海道中川郡幕別町出身。幕別町立練内中→道立帯広南商業高→北海道ハイテクノロジー専門学校卒。北海道ハイテクAC所属。小学4年とき、帯広JACで陸上を始める。中学校時代は3年ときの全国中学校大会100、200mともに2位入賞。高校時代も全国優勝の経験はないが、卒業後の2008年から記録を伸ばしはじめ、同年北京オリンピック100mに日本女子として56年ぶりに出場を果たす。2010年広州アジア大会100m、200mで優勝。2011年テグ世界選手権では100m、200mともに日本女子選手として初めて準決勝に進出する快挙を成し遂げた。自己ベストは100m 11秒21、200m 22秒89(いずれも日本記録)。165cm、52kg。  
JOC ホームページでは福島選手から皆さんへのビデオメッセージが見られます。ぜひアクセスしてみてください！  
URLは、<http://www.joc.or.jp/teen/>

# ロンドン

## オリンピックでの

## 活躍に期待!

## 注目の選手たち

巻頭インタビューの室伏広治選手、福島千里選手だけでなく、日本にはロンドンオリンピックでの活躍が期待される選手たちがたくさんいます!ここでは日本の注目選手に加えて、ライバルとなる外国勢を紹介しましょう。



**やり投 村上幸史**  
(スズキ浜松AC)  
むらかみ ゆきあき  
1979年12月23日、愛媛県出身。  
186cm、102kg。日本大卒。



**やり投 海老原有希**  
(スズキ浜松AC)  
えびはら ゆき  
1985年10月28日、栃木県出身。  
164cm、68kg。国士舘大卒。



**400mハードル 久保倉里美**  
(新潟アルビレックスRC)  
くぼくら さとみ  
1982年4月27日、北海道出身。  
160cm、52kg。福島大卒。

2008年北京オリンピックでは準決勝に進出した実力者であり、ハードルだけでなく200mから800mまでこなせる万能型。4×400mリレーのメンバーとしても日本に欠かせない存在です。その器用さはハードルを跳ぶ技術に生かされ、どちらの足でも踏み切ることができます。レース観戦の際には、どちらの足で跳ぶのか注目!

中学時代はバスケットボールの選手で、肩の強さを見込まれ高校時代からやり投を始めました。昨年のテグ世界選手権では女子投てき種目で日本選手として初めて決勝に進出、9位となった女子フィールド種目の第一人者です。ロンドンオリンピックでは8位以内を狙える逸材です。

### 外国人選手編

ロンドンオリンピックで活躍が期待される外国人選手を紹介しましょう。知っている選手は何人いるかな?

男子

#### ウサイン・ボルト

(ジャマイカ / 100、200 m)  
Usain Bolt / 1986年8月21日、ジャマイカ出身。193cm、76kg。

100mで9秒58、200mも19秒19の世界記録を持つスーパースター。ダイナミックな走りとスタート前のサンダーボルトポーズなど、そのパフォーマンスでも世界を魅了します。ロンドンオリンピックではどんな走りを見せるか? いまからワクワクさせてくれる選手です!



#### クリストフ・ルメートル

(フランス / 100、200 m)  
Christophe Lemaire / 1990年6月11日、フランス出身。189cm、74kg。

2010年に白人選手として100mで初めて10秒の壁を突破して、9秒98を記録。昨年のテグ世界選手権200mで銅メダルを獲得しました。22歳で迎えるロンドンオリンピックでは100mでもメダル獲得を狙う新しい陸上界のスターです。



#### デービッド・レクタ・ルディシャ

(ケニア / 800 m)  
David Lekuta Rudisha / 1988年12月17日、ケニア出身。188cm、71kg。

2009年、25年ぶりに800m世界新記録をマーク、その後も記録を塗り替えている中距離ランナー。ロンドンオリンピックでは800mで夢の1分40秒台での金メダル獲得を目指すケニアの新しいスターです。



女子

#### アンナ・チチェロワ

(ロシア / 走高跳)  
Anna Chicherova / 1982年7月22日、アルメニア出身。178cm、53kg。

北京オリンピック銅メダリスト。北京大会後に妊娠、出産し、2010年は大会に出場しませんが、昨年のテグ世界選手権で優勝を飾り、見事復活。ロンドンオリンピックでは金メダルの最有力候補です。



#### アマントル・モンショ

(ボツワナ / 400 m)  
Amantle Montsho / 1983年7月4日、ボツワナ出身。173cm、57kg。

昨年のテグ世界選手権400mで優勝、ボツワナに世界選手権初の金メダルをもたらした国民的英雄です。ロンドンオリンピックでは、持ち味の中盤以降の加速を生かし、ボツワナ初のオリンピック金メダルへの期待が持たれています。



#### ベロニカ・キャンベル＝ブラウン

(ジャマイカ / 100、200 m)  
Veronica Campbell-Brown / 1982年5月15日、ジャマイカ出身。163cm、61kg。

過去オリンピックには3回出場し、200mで金2、4×100mリレーで金と銅、100mで銅1の計5個のメダルを獲得。ロンドンオリンピックでは昨年の世界選手権で優勝した200mで3大会連続の金メダル獲得を狙っています。



### 日本人選手編



**競歩 森岡紘一郎**  
(富士通)  
もりおか こういちろう  
1985年4月2日、長崎県出身。  
183cm、65kg。順天堂大卒。

昨年のテグ世界選手権で挑戦した50kmで見事に6位入賞を果たしてロンドンオリンピック代表に内定しました。高校2年のときに長距離から競歩に転向して才能を発揮し、後半の強さが武器となっています。森岡選手の活躍もあり日本競歩のレベルは着実に向上しています。



**短距離 江里口匡史**  
(大阪ガス)  
えりぐち まさし  
1988年12月17日、熊本県出身。  
170cm、61kg。早稲田大卒。

2009年の日本選手権男子100mで10秒07をマーク(日本歴代4位)。2009年ベルリン世界選手権では4×100mリレーで4位入賞の実績があり、ロンドン大会で初のオリンピック出場を目指す若きスプリンター。4×100mリレーのメンバーとしての期待もかかります。



**短距離 高平慎士**  
(富士通)  
たかひら しんじ  
1984年7月18日、北海道出身。  
180cm、62kg。順天堂大卒。

2008年北京オリンピック4×100mリレーの銅メダル獲得メンバー。オリンピックの短距離種目でのメダル獲得は日本陸上界初めての快挙となり、日本中に感動を巻き起こしました。ロンドンオリンピック出場が決まれば、200mで決勝進出、4×100mリレーでは北京大会に続くメダル獲得に期待!



# 日本陸上競技 栄光の歴史

## 100年前、日本のオリンピック史は始まった！ 織田選手から室伏選手まで

日本初の金メダルは三段跳

いまからちょうど100年前。1912年の第5回ストックホルム大会に三島弥彦、金栗四三の2選手が日本人選手として初めてオリンピックに出場しました。この2人の参加から、日本のオリンピック史が始まったのです。

陸上競技で初めてメダルを獲得するのは16年後、第9回アムステルダム大会のこと。三段跳で織田幹雄選手が15m21を跳んで金メダル、女子800mで人見絹枝選手が銀メダルに輝きました。

第11回ベルリン大会では、オリンピック史に残る逸話も日本選手から生まれました。棒高跳で5時間を超える死闘を繰り広げ、2位となった西田修平選手と3位となった大江季雄選手が、大会後、お互いの健闘を称えあい、銀と銅のメダルを半分ずつにしてつなぎ



PHOTO KISHIMOTO

▲ベルリン大会の棒高跳でメダルを分け合った西田修平(左)と大江季雄(右)。中央は優勝したメドウズ

合わせたのです。これは「友情のメダル」と呼ばれ、世界中に知られるエピソードとなっています。

その後、第2次世界大戦を経て1964年、第18回東京大会で円谷幸吉選手がマラソンで銅メダル、さらに4年後のメキシコシティ大会で君原健二選手が銀メダルを獲得しました。その後、マラソンは日本の得意種目となりますが、君原選手の次にメダルを獲得したのは、24年後の1992年第25回バルセロナ大会のこと。男子の森下広一選手、女子の有森裕子選手がそれぞれ銀メダルに輝きます。有森選手は1996年第26回アトランタ大会でも銅メダルを手にしました。



▲シドニー大会では高橋尚子がマラソンで、日本陸上競技史上初めて女子の金メダリストとなった

### 女子マラソンで 2大会連続の「金」

2000年代に入ると金メダルラッシュが訪れます。2000年第27回シドニー大会では高橋尚子選手が女子マラソンで陸上競技での日本人女子選手



▲北京大会では男子4×100mリレーで見事に銅メダルを獲得

として初めての金メダルを獲得。続く2004年第28回アテネ大会では、野口みずき選手が優勝し、日本は2大会連続の金メダル。また、男子ハンマー投の室伏広治選手が投てき種目で日本選手初の金メダルに輝きました。

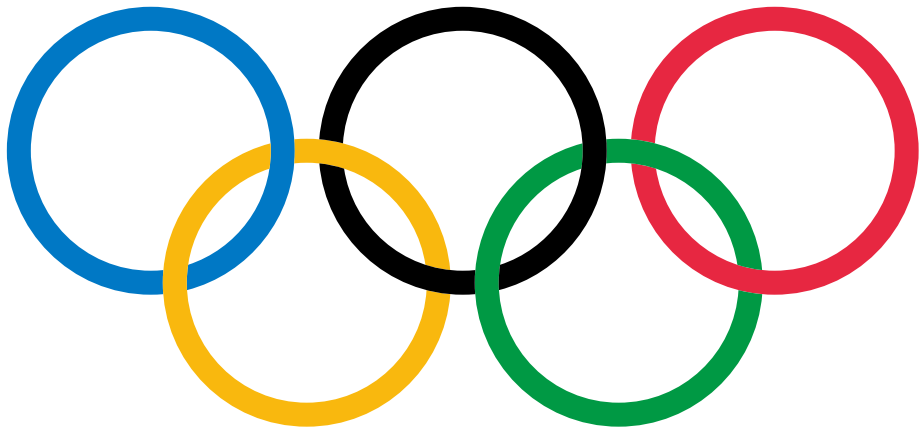
2008年第29回北京大会では、感動のメダル獲得がありました。4×100mリレーで日本男子チーム(塚原直貴、末續慎吾、高平慎士、朝原宣治)が銅メダルを獲得したのです。短距離種目において初めて日本選手が表彰台に上がり、日本中に感動を巻き起こしました。

アンカーを務めた朝原選手は、レース後にごう話しています。「試行錯誤してやっとここでメダルが取れたというのは、メンバーに感謝するとともに、歴代のリレーメンバーやすべての陸上選手に感謝しないといけないと思います」

世界に挑戦しつづけてきた先人たちの努力の結晶は、これからも陸上競技を愛するすべての人に受け継がれていくはず。

### 陸上競技 オリンピック・ヒストリー

年	オリンピック	主な出来事と成績
1912年	第5回ストックホルム大会	日本から三島弥彦、金栗四三がオリンピックに初参加
1928年	第9回アムステルダム大会	三段跳で織田幹雄が日本選手初の金メダル。女子800mで人見絹枝が銀メダル
1932年	第10回ロサンゼルス大会	三段跳で南部忠平が世界新記録で優勝
1936年	第11回ベルリン大会	三段跳で田島直人が16m00の世界新記録で優勝 棒高跳で西田修平が銀、大江季節雄が銅メダル
1964年	第18回東京大会	地元開催で日本選手団は過去最大規模で、男子294名、女子61名が参加 円谷幸吉がマラソンで銅メダルを獲得、戦後のオリンピックで陸上競技初のメダル獲得
1969年	第19回メキシコ大会	マラソンで君原健二が銀メダル
1980年	第22回モスクワ大会	日本は政治的理由で不参加
1992年	第25回バルセロナ大会	マラソンで男子の森下広一、女子の有森裕子がそれぞれ銀メダル
1996年	第26回アトランタ大会	女子マラソンで有森が銅メダルに輝き、2大会連続のメダリストに
2000年	第27回シドニー大会	女子マラソンで高橋尚子が日本陸上界女子初の金メダルを獲得
2004年	第28回アテネ大会	男子ハンマー投で室伏広治、女子マラソンで野口みずきが金メダル
2008年	第29回北京大会	男子4×100mリレー[塚原直貴、末續慎吾、高平慎士、朝原宣治]で銅メダルを獲得。日本の短距離種目で初のメダル
2012年	第30回ロンドン大会	??? どんな歴史が生まれるか? 期待しながら応援しよう!



L O N D O N  
O L Y M P I C



ロンドンオリンピック

実施全 **26** 競技  
紹介!

ロンドンオリンピックでは26競技302種目が行われます。

ここでは、各競技の見どころをご紹介します。

※記録、結果は2012年1月31日現在。



# レスリング Wrestling

女子レスリングで無敵の女王と言え、55kg級で世界選手権9連覇中の吉田沙保里選手です。ロンドン大会ではオリンピック3連覇の期待がかかります。同じく、オリンピック3大会連続金メダルを狙うのが63kg級の伊調馨選手です。長い手足を生かしての、すばい攻撃が特長です。さらに女子48kg級の小原日登美選手が代表に内定しています。男子では昨年の世界選手権フリースタイル66kg級で銀メダルの米満達弘選手に期待がかかります。女子72kg級の浜口京子選手ら、その他の階級は男女ともに3月30日からのアジア大陸予選で出場権獲得に挑みます。

★メダル獲得数

金	24
銀	17
銅	15



吉田沙保里選手 / PHOTO KISHIMOTO

# Judo 柔道



★メダル獲得数

金	35
銀	15
銅	15

5月の代表最終選考会で代表が決定しますが、すでに厳しい代表争いは始まっています。世界ランク上位に日本選手がひしめき合い、超ハイレベルな争いが繰り広げられているのが女子48kg級。代表に最も近いのは世界選手権2連覇中の浅見八瑠奈選手。多彩な技と大舞台でも堂々とした試合運びを見せる精神力が魅力です。

男子にも注目選手がずらり。2004年アテネ大会100kg超級金メダリストで、2008年北京大会日本選手団主将の鈴木桂治選手が3大会連続出場を狙っているほか、100kg級の穴井隆将選手が初出場での金メダル獲得を目指しています。

穴井隆将選手 / BBM

# 陸上競技 Athletics

陸上競技はもちろん、日本代表選手団の大黒柱と言えるのが、昨年の世界選手権で優勝し、ロンドンオリンピックの代表に内定している男子ハンマー投の室伏広治選手です。2004年アテネ大会では日本選手として投てき種目で初の金メダルに輝き、2008年北京大会でも5位入賞を果たしている“鉄人”です。ロンドン大会では自身2つめの金メダル獲得を狙います。

女子では北京大会で100mに56年ぶりの出場を果たした福島千里選手に注目！ 爆発的なスタートダッシュで前半から加速し、一気に走り抜けるパターンが持ち味。ロンドン大会では100、200mいずれも初の決勝進出を狙います。

6月の日本選手権で優勝し、A標準記録を突破することが、ロンドン大会出場への第一条件となります。

★メダル獲得数

金	7
銀	7
銅	18



福島千里選手 / BBM

# 体操

- 体 操 Artistic Gymnastics
- 新体操 Rhythmic Gymnastics
- トランポリン Trampoline

★メダル獲得数

金	28
銀	31
銅	33

体操は、金メダル獲得有望種目。なかでも昨年の世界選手権男子個人総合で史上初の3連覇を達成した内村航平選手に期待がかかります。美しい演技で世界を魅了してくれるはず。女子では145cmと小柄ながら確実な演技を見せる鶴見虹子選手、2010年世界選手権で日本人初のエレガンス賞を受賞した田中理恵選手に注目。団体は前回北京大会で男子が2位、女子も5位入賞を果たしています。ロンドン大会での目標は、男子はもちろん金メダル、女子もメダル獲得を狙います。

新体操は、団体で出場が決まっています。「フェアリージャパン」（日本代表チームのニックネーム）の選手たちは合宿生活で絆（きずな）を深めてきました。昨年の世界選手権では5位。ロンドン大会ではさらに上位を狙います。

トランポリンは、男子の伊藤正樹選手が代表に内定しています。昨年の世界選手権で銅メダルを獲得しており、「ロンドン大会では一つでも順位を上げたい」と意気込んでいます。



内村航平選手 / PHOTO KISHIMOTO

# 水泳

- 競 泳 Swimming
- 飛 込 み Diving
- シンクロナイズドスイミング Synchronised Swimming
- 水 球 Water Polo

★メダル獲得数

金	20
銀	27
銅	30

期待のかかる選手が多い競泳。男子平泳ぎで2004年アテネ大会、2008年北京大会と2種目2連覇の北島康介選手が3大会連続の金メダル獲得を目指します。男子背泳ぎの入江陵介選手、男子バタフライの松田丈志選手らのハイレベルな代表争いも注目です。女子では背泳ぎの寺川綾選手や、昨年中学生ながら200m平泳ぎで世界ランク3位に入った渡部香生子選手らがオリンピック出場を目指しています。代表は4月の日本選手権で決定します。

飛込みは、飛板飛込み（とびいたとびこみ）と高飛込み（たかとびこみ）の2種類があります。水面までの演技内容や、入水の際に水しぶきが少ない方が評価されます。男女ともに中国勢が圧倒的な力を誇っています。

シンクロナイズドスイミングは、4月のロンドンオリンピック最終予選でデュエット、チームともに出場権獲得に挑みます。乾友紀子選手を中心に、日本らしい繊細で確実な演技ができるかがカギとなりそう。



入江陵介選手 / AFLO

“水中の格闘技”と言われるほど激しいスポーツである水球。ゴールキーパーを含めて1チーム7人の選手が点を取り合うボールゲームです。ロンドンオリンピックには残念ながら男女ともに日本は出場を果たせませんでした。男子はセルビアやイタリア、女子はアメリカやギリシャなどの強豪国が中心となってメダル争いを展開しそうです。

## 射撃 Shooting

ライフルとクレイの2種目があり、日本代表には実力者がそろいます。ライフル射撃のピストル種目には、2大会連続代表の松田知幸選手らが出場権を獲得。クレイ射撃では、北京大会4位の中山由起枝選手が3度目のオリンピック出場権を獲得しており、いずれもメダル獲得が期待されます。

★メダル獲得数

金	1
銀	2
銅	3

## 重量挙げ Weightlifting

スナッチ、クリーン&ジャークの2種目があり、それぞれ3回試技を行い、各種目の最高重量の合計で順位を決定。日本からは女子で3選手の出場が決定済み。そのうちの一人、女子53kg級の三宅宏美選手は3大会連続の出場です。147cmの小さな身体で合計200kg以上のバーベルを持ち上げる姿は感動的です。

★メダル獲得数

金	2
銀	2
銅	8

## 自転車 Cycling

★メダル獲得数

金	0
銀	1
銅	3

一般道を使うロードレース。男子代表にヨーロッパを拠点に活躍するプロの別府史之選手が2大会連続で内定済み。女子では2010年バンクーバー冬季大会スピードスケート銀メダルの田畑真紀選手が自転車に転向し、ロンドン代表に挑戦中。冬季大会に加えて夏季大会での出場に期待が集まります。

トラック Track

ロードレース Road

マウンテンバイク Mountain Bike

ビーエムエックス BMX

## アーチェリー Archery

★メダル獲得数

金	0
銀	2
銅	1

弓矢で的を狙い、当てた点数を競うアーチェリー。男子の菊地栄樹選手と女子の早川連選手というフレッシュな2人がオリンピック代表に内定しています。6月の最終予選で出場権獲得を目指す団体では、ロンドン大会でも上位進出が目標です。

## セーリング Sailing

★メダル獲得数

金	0
銀	1
銅	1

470級(よんななまるきゅう)、49er級(フォーティーナイナーきゅう)、レーザー級などヨットの大きさによって6種目に分かれています。とくに470級では男女ともに世界トップの実力を誇り、ロンドンでのメダル獲得の可能性も大!

## 馬術 Equestrian

★メダル獲得数

馬場馬術 Dressage	金 1
総合馬術 Eventing	銀 0
障害飛越 Jumping	銅 0

オリンピックでただ一つ、動物とともに行う競技。人間(選手)だけでなく馬も代表として登録され、選手と馬がいかに息を合わせられるかが見どころの一つです。総合馬術団体では佐藤賢希選手&チップー、土屋毅明選手&ジャックアビーが内定しています。

★メダル獲得数

金	0
銀	1
銅	1

## フェンシング Fencing

★メダル獲得数

金	0
銀	1
銅	0

フルーレ、エペ、サーブルの3種目があり、日本は伝統的にフルーレが得意。3月末の世界ランクによって出場枠が確定します。日本は前回北京大会男子フルーレ銀メダルの太田雄貴選手や、昨年全日本王者の藤野大樹選手が代表の有力候補!



太田雄貴選手 / PHOTO KISHIMOTO

## ボクシング Boxing

★メダル獲得数

金	1
銀	0
銅	2

注目はロンドン大会から正式競技に採用された女子。全日本女子ボクシング選手権ライト級4連覇の釘宮智子選手、ミドル級にお笑いコンビ「南海キャンディーズ」のしずちゃんこと山崎静代選手が5月の世界選手権に出場権獲得をかけて臨みます。男子は昨年の世界選手権ミドル級2位の村田諒太選手とウエルター級の鈴木康弘選手が代表に内定しています。

## テニス Tennis

★メダル獲得数

金	0
銀	2
銅	0

6月の全仏オープン後の世界ランクで出場権が決定。1月の全豪オープンで日本男子として80年ぶりのベスト8入りを果たした錦織圭選手が出場に意欲を見せているほか、女子は森田あゆみ選手を中心にダブルスでのメダル獲得を目指しています。

## バレーボール Volleyball

★メダル獲得数

バレーボール Volleyball	金 3
ビーチバレー Beach Volleyball	銀 3
	銅 2



バレーボールは、男女ともに5、6月に東京で開催される世界最終予選兼アジア大陸予選で出場権獲得を目指しています。2大会連続出場を目指す植田辰哉監督率いる男子は、レベルが上がっているアジアで勝つため、全体的な底上げが課題。エースの清水邦広選手を中心にチーム一丸となって、オリンピックへの切符を勝ち取ります。

女子は、エース・木村沙織選手をはじめ、江畑幸子選手や新鍋理沙選手らの若手も急成長中。粘ってひろろ、スピード感あふれるコンビバレーで3大会連続出場を決めたいところです。ビーチバレーは、6月のアジア最終予選で優勝すれば出場権を獲得。男子は朝日健太郎・白鳥勝浩選手ペア、女子は田中姿子・溝江明香選手ペアに期待です。



## Football サッカー

★メダル獲得数

金	0
銀	0
銅	1

昨年の女子ワールドカップで優勝したサッカー日本代表「なでしこジャパン」。その後に行われたアジア最終予選を勝ち抜きオリンピック出場権を獲得しました。ワールドカップで得点王となりMVPも獲得した澤穂希選手を中心にロンドンオリンピックでも金メダルをゲットしてほしいものです。選手の年齢制限がなく、フル代表で臨む女子とは違い、23歳以下の選手で構成される男子。3月に終了するアジア最終予選で出場権獲得を目指しています。メンバーには酒井宏樹選手、山和也選手など実力派がそろい、出場が決まれば、3位となった1968年メキシコシティー大会以来のメダル獲得に期待です。

## ホッケー Hockey

★メダル獲得数

金	0
銀	1
銅	0

2004年アテネオリンピックでは初出場ながら8位入賞した女子。前回北京大会では10位でしたが、昨年のアジアチャンピオンズチャレンジで優勝。18歳以下のアジアカップでも初優勝して若い選手も成長し、勢いに乗っています。男子は前回北京大会予選では2位に食い込み、出場まであと一歩のところまで迫りました。ロンドン大会に向けては、9月の大会で1984年ロサンゼルスオリンピック金メダルのバキスタンに快勝。着実に実力アップしています。男女とも、4月から5月にかけての世界最終予選で優勝すると出場権を獲得できます。日本で開催されるこの予選をぜひ応援しよう!





水谷隼選手/AP

# Table Tennis 卓球



ロンドン大会で男女ともに日本初のオリンピックでのメダル獲得が期待される卓球。男子のエースは昨年の世界ランクで日本選手として過去最高の6位に入った水谷隼選手。岸川聖也選手とペアを組むダブルス、団体ともにメダル奪取に照準を合わせています。

石川佳純選手、福原愛選手の人気選手が代表入りを決めている女子も注目です。前回北京大会では5位だった団体ではメダル獲得が目標であるのはもちろんのこと、国際大会で身につけた試合経験を生かし、シングルスでも上位進出を目指しています。



## テコンドー Taekwondo

漢字では「**■**拳道」と書く韓国の国技。蹴るなどの足技、突くなどの手技を使います。日本代表の注目は15歳から競技を始めた女子49kg級の笠原江梨香選手。初出場のロンドン大会では、「メダルを狙いたい」と意欲満々。

★メダル獲得数

金	0
銀	0
銅	1



## バドミントン Badminton

4月末発表の世界ランクによって出場枠が決定するバドミントン。出場が決まれば、2010年の全英オープン男子シングルスで日本人として44年ぶりに決勝に進出した田児賢一選手に日本勢初のメダル獲得に期待がかかります。また、混合ダブルスの「イケシオ」ペアこと池田信太郎・潮田玲子選手組にも注目！



## バスケットボール Basketball

6月に開催される世界最終予選。日本は女子が出場します。キャプテンの大神雄子選手を中心に若手も成長。アテネ大会以来の出場権獲得に全力で臨みます。昨年のアジア選手権で敗退し、出場を逃した男子の分も、がんばれ！「隼（はやぶさ）ジャパン」（日本代表ニックネー



## ハンドボール Handball

4月からの世界最終予選で男子は24年ぶり、女子は36年ぶりのオリンピック出場を目指している日本。昨年のアジア予選で男女ともに2位となり、確実にレベルアップしています。男子は宮崎大輔選手、女子は植垣暁恵選手がチームを引っ張ります。



## カヌー Canoe

**スラローム** Slalom

流れの急な川で、2本のポールで構成されたゲートを設置し、上流から指定された順番に通過してタイムを競うのが**スラローム**。

**スプリント** Sprint

川でも流れのおだやかな下流や湖の静水で直線コースのタイムを競うのが**スプリント**。舟の両側を交互に漕いで進むカヤックと、おもに片側だけを漕ぐカナディアンカヌーの2種類がある。日本は、スプリント女子カヤックの北本忍選手ら男女8選手が代表に決まっています。



## ボート Rowing

水面上の2000m、6レーンの直線コースで競います。スカルというボートを使い、2人で漕ぐダブルスカルでは男子軽量級の須田貴浩・西村光生選手組、同女子の林真奈美、福本温子選手組が代表に内定済み。天候などの影響を受けやすいため奥の深い競技と言われます。ほかに舵手なしペア、エイトなどがあり、全部で7種目が行われます。



## トライアスロン Triathlon

競技内容がとて過酷なため、アイアンマン（鉄人）レースとも言われます。オリンピックではスイム（競泳）1.5km、ラン（マラソン）10km、バイク（自転車）40kmの3種目・計51.5kmで競います。日本からは女子の上田藍選手が2大会連続の代表に内定済み。残りの出場枠は5月に確定します。



## 近代五種 Modern Pentathlon

**射撃、フェンシング、水泳、馬術、ランニング**の5種目を1人で行うのが近代五種です。オールラウンドな運動能力が求められるヨーロッパで人気の競技です。ロンドン大会は黒須成美選手、山中詩乃選手が日本の女子として内定しており、オリンピック初出場となります。



ロンドン市内の駅構内にも五輪が掲げられ、気分はオリンピック色

BBM

ロンドンでのオリンピック開催は1908年と1948年に続いて3回目。現在、市内を中心に急ピッチで準備が進められています。ロンドンは美しい公園が市内に点在する街として知られていますが、メイン会場となるオリンピック・パークも緑にあふれ、訪れる人がリラックスして過ごせるようデザインされています。大会開催の準備にあたっては「ロンドングリーン・ビルド2012」という取り組みが実施されています。オリンピック・スタジアムの屋根は使わなくなったガスを使って作ったり、自転車競技場はエネルギー消費を抑えるために自然光を採り入れたりするなど、環境に配慮した設計となっています。

AFLO

## 4つの国からなる 連合王国

ロンドンはヨーロッパのイギリス諸島にあるイギリスの首都です。イギリスとは通称で、正式名称は、グレート・ブリテンおよび北アイルランド連合王国といい、イングランド、スコットランド、ウェールズ、北アイルランドからなる立憲君主制国家です。ロイヤル・ファミリーと呼ばれる王室は世界中の憧れで、現在の王位はエリザベス女王にあります。



### ■イギリスの基本情報

公用語	英語
首都	ロンドン
面積	総計 24万3000km <sup>2</sup>
人口	6,180万人 (2010年)
建国	1801年
通貨	UK ポンド (£) (GBP)
	日本との時差 -9時間 (日本が先行) (夏時間は-8時間)

Welcome to London 2012!



# ようこそ、 ロンドンへ!

▲大会のメイン会場となるオリンピックパーク。仕上げに向けて急ピッチの作業が進む

### 会場マップ



オリンピック開催を待つ  
伝統と緑あふれる公園の街

## 聖火の採火式

いよいよ7月から  
ロンドンオリンピック!!

開会式から開会式まで  
とことん楽しむぞ!!

甘いな倫太郎  
開会式の前には  
聖火リレーと  
その採火式もあるぞ

さ...  
採火式?

聖火ランナーによって  
開催地まで運ばれる聖火  
それはギリシャで  
太陽光を利用して  
採火されるのさ

開会式から  
伝統的儀式から  
始まるんだぜ

えー!!  
知らなかったー!!

オリンピックって  
奥深いんだねー!!

くそ...  
敦のヤツ...

聖火リレーは、1936年のベルリン大会から古代オリンピックにだって復活し、1951年のIOC総会でオリンピック憲章に正式に加えられた。ギリシャのヘラの神殿前で太陽を利用して採火され、聖火ランナーによって開催地に届けられる。実は、採火の儀式は非公開。テレビなどで観られるものはメディア向けの公開リハーサル。こういう秘められた部分があるのは、古代の祭典に由来しているオリンピックの魅力かも。

## Q4 オリンピック・ムーブメントってなに?

**A** オリンピックの理念を  
さまざまな形で実現し、  
受け継いでいく活動のことです。

Q1の答えで紹介した「スポーツを通して心身を向上させ……」というクーベルタン男爵の掲げた理想は、オリンピズムと呼ばれ、オリンピックのあるべき姿として現在までに受け継がれています。これをさまざまな形で実現していくことを、「オリンピック」と活動などの意味のある「ムーブメント」という単語と組み合わせると、「オリンピック・ムーブメント」と呼んでいます。



PHOTO KISHIMOTO

オリンピック・ムーブメントは、スポーツに限定されたものではなく、文化活動も含まれます。日本では、オリンピック選手たちの映像とともに音楽を聴くオリンピックコンサートが、毎年6月に開催されています。

あなたにも  
チャンスが  
あるかも!

## ユースオリンピック [Youth Olympic Games]で オリンピックを体験

ユースオリンピックとは、14~18歳という若い選手を対象としたオリンピックのことです。ジャック・ロゲIOC会長の発案で始まりました。大会の特徴は、若い世代にスポーツにもっと親しんでもらい、オリンピック精神を体験する場として、教育や交流に重点を置いていること。選手も必ずしもトップレベルだけでなく、多くのユース世代がオリンピックを体験できる機会となっています。夏季大会の第1回は2010年8月にシンガポールで開催され、205の国と地域から約3600人の選手が参加し、26競技が行われました。日本は71人の選手が、16競技に出場、7選手が金メダルを獲得しました。

初めてとなる冬季大会は、2012年1月13~22日までオーストリアのインスブルックで開催。日本からは選手32人が参加し、3種目で金メダルを獲得しました。また、文化・教育プログラムを通じて、国際親善に務めました。

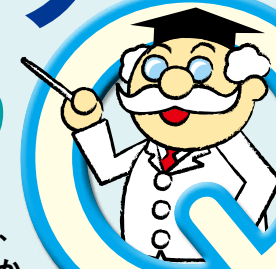


PHOTO KISHIMOTO

第1回ユース  
オリンピック  
冬季大会の  
開会式の様子

# オリンピック なんでも

知ってる?  
知らない?



# Q&A

オリンピックって、  
その存在は知っているけれど、  
そもそもどうして始まったのか、  
どうして4年ごとに開催するのか…  
実は知らないことが多いのでは  
ありませんか?  
Q&A方式でオリンピックの謎について迫ってみよう!

知って  
おきたい!  
基礎知識編

## Q1 オリンピックって、 いつ、だれが始めたの?



クーベルタン男爵

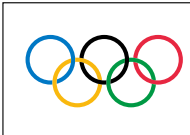
**A** いまから118年前の1894年、  
クーベルタン男爵が古代オリンピックの  
復興を提唱して始まりました。

「スポーツを通して心身を向上させ、文化・国籍など様々な違いを超え、友情、連帯感、フェアプレーの精神をもって理解し合うことで、平和でよりよい世界の実現に貢献しよう」。フランス人のピエール・ド・クーベルタン男爵(だんしゃく)は、1894年、パリの万国博覧会に際して開かれたスポーツ競技者連合会議の席でこのようにオリンピックの復興を提唱しました。

オリンピックとは、かつて古代ギリシャで神を称えるお祭りであったスポーツの祭典のことで、これを近代に蘇らせようという提案でした。この案は満場一致で可決され、第1回大会を1896年、古代オリンピックのふるさと、オリンピアのあるギリシャで開催することに決まりました。クーベルタンの掲げた理想が、多くの人の共感を得て、オリンピックという名の競技会が復興することになったのです。

## Q3 五輪のマークの 意味は?

**A** 5大陸の結びつきを  
示しています。



オリンピックマーク

オリンピックのシンボルとして知られる五輪のマークも、クーベルタン男爵が考案したものです。「青、黄、黒、緑、赤の色は、地色の白を加えると、世界の国旗のほとんどを描くことができるという理由で選んだ」と彼自身が書き残しています。また、5つの輪は5大陸(ヨーロッパ、南北アメリカ、アフリカ、アジア、オセアニア)の結合を表してもいます。

このマークが描かれた旗は「オリンピック旗」と呼ばれ、1920年の第7回アントワープ大会から使われるようになりました。近年では、開会式のクライマックスに「オリンピック讃歌」の調べに乗り、入場するのが慣例となっています。

## Q2 どうして4年ごとに 開催するの?

**A** 古代オリンピックの伝統  
にならったのです。



古代オリンピックのレスリング競技の様子

オリンピックの復興を決めたスポーツ競技者連合の会議では、開催にあたっての細かいことも決められました。そこで「大会は古代の伝統に従って4年ごとに開催する」ということも決まりました。ほかには次のようなものもありました。

- ・世界各国の大都市での持ち回り開催とすること。
- ・大会開催に関する最高の権威を持つ国際オリンピック委員会 (IOC) を設立すること。

現在では当たり前となっているオリンピック開催についてのいろいろな決まりは、最初に開催を決めたときに定められ、その多くがいまも受け継がれているのです。

## オリンピックと友情



陸上競技・棒高跳びの代表・西田修平と大江季雄は、アメリカ勢との熾烈な争いの末、それぞれ銀・銅メダルを獲得。2人は死闘を共に戦った互いの勇姿を称え、友情のしるしとして、メダルを二つに切断し、それを併せてメダルを作成した。これが「友情のメダル」である。(後に、西田修平のメダルは早稲田大学に、大江季雄のメダルは秩父宮記念スポーツ博物館に、それぞれ寄贈された。)

## Q3 日本人の最年少、最年長メダリストの年齢は?

**A** 最年少が14歳と6日、最年長が48歳4カ月です。

PHOTO KISHIMOTO



岩崎恭子選手

最年少の14歳と6日の選手は、1992年第25回バルセロナ大会の競泳女子200m平泳ぎで金メダルに輝いた岩崎恭子選手です。岩崎選手は1978年7月21日生まれ。14歳の誕生日を迎えただけの中学生が金メダルを獲得したことで、日本中を驚かせました。

最年長の48歳4カ月は1984年第23回ロサンゼルス大会の射撃ラビットファイア・ピストルで金メダルを獲得した蒲池猛夫選手です。射撃は経験と高い集中力が必要とされる競技。蒲池選手の金メダルはあきらめずに続けた長い競技生活が生かされた結果といえるでしょう。

## Q4 日本人が初めてメダルを獲得した大会と競技は?

**A** 1920年第7回アントワープ大会のテニスです。

日本から2回目のオリンピック出場となった、1920年第7回アントワープ大会において、テニスの男子シングルスで熊谷一弥選手が、男子ダブルスで柏尾誠一郎選手と熊谷選手のペアがいずれも銀メダルを獲得。これが日本にとって初めてのオリンピックのメダルとなりました。

初めての金メダル獲得となったのは、その2大会あとの1928年第9回アムステルダム大会。陸上競技の三段跳の織田幹雄選手と男子200m平泳ぎの鶴田義行選手です。この大会では、陸上競技の女子800mで人見絹枝選手が日本の女子選手として初めてのメダルとなる銀メダルを獲得しました。実は人見選手は期待されていた100mでは準決勝で敗退となったため、急ぎょ800mに出場したというエピソードも残っています。ちなみに、金メダル獲得の第1号となったのは織田選手。鶴田選手の出場した男子200m平泳ぎより三段跳は6日早く行われたからです。



Ullstein Bild / AFLO

日本の女子選手として初めて銀メダルを獲得した人見絹枝選手(左)

## Q1 日本人の最初の国際オリンピック委員はだれ?

**A** 柔道の創始者であり、体育教育に情熱を注いだ嘉納治五郎です



嘉納治五郎

いまから103年前の1909年、国際オリンピック委員会 (IOC) の委員に日本人として初めて就任したのが嘉納治五郎 (1860 ~ 1938年) です。嘉納は講道館柔道を創始した人物で、東京高等師範学校 (現在の筑波大) の校長として体育教育に情熱を注ぎ、柔道だけでなく、サッカーやテニス、水泳などいろいろなスポーツを学生に行わせました。

IOC委員となった嘉納は、大日本体育協会 (現在の日本体育協会および日本オリンピック委員会) を創設。日本から初めてのオリンピック参加となる代表選手2人を1912年の第5回ストックホルム大会に送り込んだほか、1940年のオリンピックを東京に招致することに成功しました。残念ながらこの大会は日中戦争の激化により政府が開催の中止を決定、幻のオリンピックとなってしまいました。しかし、嘉納が生涯をかけたオリンピック・ムーブメントと、東京大会実現の精神はいまもオリンピックを愛する日本人の心の中に受け継がれています。

## Q2 日本でオリンピックが開催された都市はどこ?

**A** 1964年夏季の東京、1972年冬季の札幌、1998年冬季の長野の3都市です。



Kingendai Photo Library / AFLO

東京オリンピックで入場行進をする日本選手団



長野オリンピックでは、スピードスケート500mで清水宏保選手が金メダルを獲得した



PHOTO KISHIMOTO

札幌オリンピックの70m級ジャンプで日本勢が表彰台を独占。左から銀メダル・金野昭次、金メダル・笠谷幸生、銅メダル・青地清二の各選手

知ってる? 知らない?  
オリンピック なんでも Q&A

オリンピックと日本編

—東京が2020年のオリンピック・パラリンピック開催都市に立候補した理由を教えてください。

**水野** スポーツの力、オリンピックの力を信じているからです。日本はこれまでオリンピックを3回開催してきました。夏季大会は、1964年に東京、冬季大会は1972年の札幌、1998年には長野で行い、いずれも大成功しました。また、残念ながら開催できませんでした。以前は名古屋や大阪も立候補した経験があります。つまり、日本はオリンピックを常に開催したいと考えてきたのです。それは日本人がオリンピックというものが、希望や夢を抱かせる、素晴らしいものだと思っているからです。そこで21世紀という新しい時代に、ぜひ日本で開催したいと考えたのです。

—東京は2016年のオリンピック開催都市にも立候補していました。開催都市はリオデジャネイロ（ブラジル）に決まりました。一度失敗したにもかかわらず、なぜもう一度立候補したのですか。

**水野** 一度失敗したからといって、そのままあきらめてしまうようなことはしたくないと考えました。前はダメだったかもしれないけれど、私たちの気持ちは変わらない。だからもう一回、チャレンジしようと思ったのです。

—あきらめないのはスポーツの精神そのものですね。

**水野** ええ、そうです。例えば、昨年、

# 2020年 オリンピック・パラリンピック 開催都市に東京が立候補!

インタビュー **水野正人**

東京2020オリンピック・パラリンピック招致委員会副理事長／専務理事  
(日本オリンピック委員会副会長)



## オリンピックを通じて 自分の世界を広げよう

東京は2020年の夏季オリンピック・パラリンピック開催都市として立候補を表明しています。そこで水野正人・東京2020オリンピック・パラリンピック招致委員会専務理事にインタビューし、立候補した理由や、中学生が招致活動に協力できることなどについて聞きました。

Text / 佐藤温夏  
Photo / 石橋英生、金城聖子

女子サッカーのワールドカップで日本代表。なでしこジャパンが優勝したね。1戦1戦、勝ち抜いて決勝にたどりつき、アジア勢として初めて頂点に立った彼女たちのあきらめない姿勢は、日本人に大きな勇気と希望を与えてくれました。あの活躍を見て、改めてスポーツの力を実感しました。東京がオリンピック開催都市となれば、そういう感動を身近で味わうことができます。

—東京が開催都市としてふさわしい理由はどこにありありますか。

**水野** 東京は約1300万人が暮らす日本の首都で、非常に大きな街です。だからこそ、開催する価値があるのです。東京には交通、安全、医療などの都市機能がそろっています。その上、環境の良さも東京は世界でも有数です。例えば近年では都心から100km離れた富士山が見える日が増えてきているという報告があり、さまざまな努力によって空気の質が良くなってきています。

また、水も強みです。世界では水道から直接水が飲める都市はとて少ないですが、東京はまったく問題なく、蛇口をひねればおいしい飲料水が出てきます。世界は人口が増え、都市への一極集中が進む国が増えています。人口が増えた分だけ、大気汚染や飲料水の不足など、環境面で問題を抱えています。けれども、東京はそうした問題をすでに解決済みで、世界に対しての模範となるような街なのです。

しました。そのことと立候補は関係がありますか。

**水野** 誤解しないでほしいのは、震災があったから招致するわけではないということです。ただし、私たちが未曾有（みぞつ）の大災害を経験したとき、スポーツの力は日本人の気持ちを強くし、これから頑張っていくぞ、という勇気を与える役割を果たせると考えています。一方で世界に目を向けると、困難に直面している人たちがたくさんいます。昨年はトルコでも大きな地震がありましたし、タイでは大水害が起こりました。このような困難に遭った世界のみならずとスポーツの力で元氣や勇気を共有し、ともに困難を乗り越えていきたいと考えます。オリンピックを開催することにより、そうした私たちのメッセージが世界中に発信されていくはずですよ。

### 東京オリンピックの 開会式にはワクワクした

—1964年の東京オリンピックを、水野副理事長は観戦されましたか。

**水野** はい。私はちょうど大学生でしたので、祖父や父と「オリンピックはできるだけ見に行こう」と話し、開会式から行きました。とにかくワクワクしながら国立競技場に向かったのを覚えています。あのころの開会式は昼間でした。太陽がさんさんと輝くなかでの開会式は、それはそれは素晴らしい



2020年東京オリンピック・パラリンピック招致に情熱を傾ける水野氏(右)。やはり東京招致成功を強く願うアテネ大会の金メダリスト・室伏広治選手と固い握手を交わす

### 1964年大会の 施設を使って無駄なく開催

—1964年に開催した経験はどのように生かされますか。

**水野** 国立競技場や代々木第一競技場、東京体育館など、東京オリンピックの際に建設した会場がいくつもあつたのは大きな強みです。これらの会場は

少し手を加えたり、改修すれば使えるものばかりです。オリンピックとは約30競技で同時に世界選手権を行うようなもので、たくさんの会場が必要になります。東京では新たに建設する施設数が少なく抑えられます。また、なるべく選手や役員との移動距離を短くし、競技会場には20〜30分ぐらいで到着できるように、都心を中心にコンパクトに開催できるようにします。移動

距離が短いと選手たちの負担が少なくて済みますし、自動車が出す排気ガスも限られます。IOC(国際オリンピック委員会)は21世紀に入り、オリンピックの開催方法を見直す方向で進めており、とくにコンパクトで、お金の掛かりすぎない大会を目指しています。その方針に沿うことができるので

—日本は昨年、東日本大震災を経験

東京 2020 オリンピック・パラリンピック

# 開催コンセプトは「スポーツの力」

2012年2月16日、東京2020オリンピック・パラリンピック招致委員会は、大会のコンセプトを「スポーツの力」=「パワー・オブ・スポーツ」と発表しました。

水野正人副理事長は会見で、「私たちはスポーツの力を信じています。東京開催で元気、夢、誇りを取り戻す“ニッポン復活オリンピック・ニッポン復活パラリンピック”にすること。それが私たちの信念です」と語りました。

大会の開催でスポーツの持つ大きな力が、さまざまな災害などで困難に直面した人々をいかに励まし勇気づけるかを世界に示すこととなります。

また大会会場は、現在の国立競技場を改修してメインスタジアムとし、東京都中央区に建設する選手村からほとんどの競技施設まで半径8km以内に収めるというコンパクトなものとなっています。

■オリンピック競技大会開催概要

正式名称：第32回オリンピック競技大会  
開催期間：2020年7月24日（金）～8月9日（日）  
競技数：28競技

■パラリンピック競技大会開催概要

正式名称：第16回パラリンピック競技大会  
開催期間：2020年8月25日（火）～9月6日（日）  
競技数：22競技

招致決定までのスケジュール

2011年7月	東京が2020年オリンピック・パラリンピック競技大会への立候補を表明
2011年9月	IOCへの2020年夏季オリンピック大会立候補申請提出締め切り 東京のほか、バクー（アゼルバイジャン）、ドーハ（カタール）、イスタンブール（トルコ）、マドリッド（スペイン）、ローマ（イタリア）が立候補を表明
2011年9月	東京2020オリンピック・パラリンピック招致委員会設立
2012年2月	IOCへの申請ファイル提出
2012年5月（予定）	IOC理事会による立候補都市決定。3～4都市に絞られる見込み
2013年2～4月（予定）	IOC評価委員会による各立候補都市視察
2013年6月	IOC委員へ開催計画に関するプレゼンテーション（スイス・ローザンヌ）
2013年9月7日	第125回IOC総会（アルゼンチン・ブエノスアイレス）にて2020年オリンピック・パラリンピック競技大会開催都市決定！



# 東京2020 オリンピック・パラリンピック 招致ロゴを発表

モチーフは日本を象徴する桜

2020年の東京オリンピック・パラリンピック招致活動の象徴となるロゴは、友好・平和の証として、感謝の気持ちとして、世界各地へ贈られてきた桜の花をモチーフにデザインされています。オリンピックカラーの赤、青、黄、緑に加え、東京を表す色「江戸むらさき」を使用。花びらが一枚ずつ、世界をつなぐように一つの大きな輪となり、桜のリースを作り上げています。

永遠、幸福を表すリースには「再び戻る」という意味もあります。日本で1964年以降のオリンピック、そしてパラリンピックを開催し、スポーツを通じてこの国に勇気と活気を取り戻したい、という強い願いが込められました。

美大4年生の作品

ロゴは、公募による作品の募集を行い、審査委員会による審査を経て女子美術大学4年、島峰藍（しまみね あい）さんの作品に決定しました。

島峰さんは、「今回、グランプリを受賞したことは非常にうれしい出来事ではありますが、自分の作品の受賞以上に東京へのオリンピック・パラリンピック招致が実現することを願っています」と話し、華やかなロゴデザインと共に、彼女の思いは招致関係者へのエールとなっています。

招致ロゴは今後、オリンピック・パラリンピックの招致活動において、様々な形で使用されます。

オリンピックを知ることで招致活動の協力になる

——現在の中学生は8年後の2020年には、20歳から23歳になります。東京でオリンピックが開催されるとしたら、選手として出場する人もいられるでしょうし、役員などのスタッフや、ボランティアとして参加する人もいられるかもしれません。さまざまな可能性をもち

——1972年札幌と1998年長野の冬季大会はいかがでしたか。

水野 札幌は日本で初めての冬季大会でしたから、世界中の人々を冬の日本にお迎えするという事実が胸が高鳴りました。長野は大会4日目にスピードスケートの清水宏保選手が500mで金メダルを獲得してから日本の応援モードにスイッチが入りました。一気にオリンピックムードが高まったのです。そういう様子を見て、国民のみなさんは、選手の活躍をいかに期待しているかを感じました。オリンピックは場所を作るだけで成功ではなく、競技も充実していることが大切なのだと思

——私の一生の思い出です。

——1972年札幌と1998年長野の冬季大会はいかがでしたか。

水野 札幌は日本で初めての冬季大会でしたから、世界中の人々を冬の日本にお迎えするという事実が胸が高鳴りました。長野は大会4日目にスピードスケートの清水宏保選手が500mで金メダルを獲得してから日本の応援モードにスイッチが入りました。一気にオリンピックムードが高まったのです。そういう様子を見て、国民のみなさんは、選手の活躍をいかに期待しているかを感じました。オリンピックは場所を作るだけで成功ではなく、競技も充実していることが大切なのだと思



大人は「オリンピックは素晴らしい」と言うけれども、どんなふうに素晴らしいのか、中学生のみなさんたち自身で知り、理解してほしいのです

水野 現在の中学生たちが、招致活動に協力できることはありませんか。

水野 まずはオリンピックについて知ってほしいと思います。私たち大人は「オリンピックが素晴らしい」と言うけれども、どんなふうに素晴らしいのか、中学生のみなさんたち自身で知り、理解してほしいのです。例えば、オリンピック休戦のことなどどうでしょう。古代オリンピックでは大会開催中、戦争を休むという決まりがあったのですが、近代オリンピックを提唱したクーベルタン男爵がそれを知って感動したことにより、現在のオリンピックでも開催ごとに世界に休戦を呼びかけています。この精神は世界中で共感を得て、国連総会で採択されています。

——そのようなオリンピックの理想や理念などを知ることによって、より深く楽しむことができるわけですね。

水野 はい。それから、自分がやって

いる競技はもちろん、自分がしたくないスポーツについて勉強するのも面白いと思います。そのスポーツの歴史やルールを知ると観戦のポイントがわかって面白くなりますし、意外な事実を知ることができるかもしれません。最近ではインターネットがありますし、図書館にもたくさん資料があります。ぜひ調べてほしいと思います。

こうした経験は、ただ知識を増やすことではなく、いろいろなことに興味を持つことにつながり、世の中にあるいろいろなことを知るきっかけとなるはずです。世界はまだまだ自分の知らないことがいっぱいあると気づくことができるでしょう。オリンピックは、世界とつながるきっかけを私たちに与えてくれるのです。それもまたオリンピックの持つ力の一つです。中学生のみなさんには、ぜひこのようなオリンピックの精神を受け継ぐ一人となってほしいと思います。

PHOTO KISHIMOTO



PHOTO KISHIMOTO

上 / 水野氏は1964年の東京大会を実際に観戦。太陽の下で行われた開会式に感動し、一生の思い出になったという。下 / 1998年長野オリンピックでは、清水宏保選手が男子スピードスケート500mで優勝。日本中がさらに盛り上がった。



# オリンピックからの メッセージ

東京オリンピック・パラリンピック招致活動を応援するオリンピック（オリンピック出場経験者）たちからメッセージが届きました。2020年の東京オリンピック開催に大きな期待を抱く彼らが、未来のオリンピックとなるかもしれない、中学生のみなさんに熱い思いを語っています。

オリンピックというものは、競技ばかり注目されていますが、僕は選手だけがスポットライトを浴びるものではないと考えています。役員などスタッフはもちろん、ボランティアのみなさんも、観戦に訪れる人たちも、みんなオリンピックの参加者です。世界中の人たちが一つの街に集まり、スポーツを楽しみ、交流するのです。オリンピックというのは誰でもエンジョイできる場所。こんなに素晴らしいイベントは他にありません。

僕は10歳のとき、父と一緒に1984年ロサンゼルスオリンピックを観戦に行き、感激したのを昨日のここのように思い出します。観客席では知らない国の人同士が隣合わせになって観戦し、ときに会話をしたりして楽しみました。あの経験は何ものにも代えがたく、僕にとって大切な思い出です。

ですから、2020年に東京で開催されることになったら、ぜひ、多くの人に実際に観戦してほしいと思います。きっと肌で感じるものがあるはずです。

## 毎年磨いている聖火台

東京で開催されることが決まったら、国立競技場の聖火台も再びクローズアップされることになるかもしれません。実は僕は1964年の東京オリンピックのメイン会場となった国立競技場の聖火台を磨く活動に2009年から参加しています。この聖火台は、東京オリンピック開催にあたり、当時国内最高の鋳物（いもの）職人といわれた川口市（埼玉県）の鈴木萬之助さんが製作を担当したのですが、完



オリンピックは選手だけのものではなく、みんなのもの

## 室伏広治

むろふし・こうじ ● 2004年アテネオリンピックハンマー投金メダリスト。ロンドンオリンピック日本代表内定選手。オリンピックには2000年シドニー、2008年北京大会にも出場、北京では5位に入賞している。自己ベストは84m86（日本記録）。1974年10月8日、静岡県出身。187cm、99kg。

成間近に割れてしまったショックで寝込み、そのまま亡くなってしまいました。そこで息子の文吾さんが制作を引き継ぎ、東京オリンピック開催まで間に合わせたそうです。その文吾さんは2008年に亡



1964年の東京大会で使用された聖火台。室伏選手はこの聖火台を心をこめて毎年磨いている

PHOTO KISHIMOTO

くなられたのですが、それまで毎年10月に磨いてきたということでした。このことを知ってから僕は、文吾さんの意志を引き継いだ鈴木家のみなさんと毎年磨いていくというわけです。

東京にはこのように先人たちの思いが詰まった伝統があります。2020年に東京でオリンピック開催が決まったら、その伝統も生かされ、さらに若いみなさんとともに次の世代へとつないでいく絶好の機会となると思います。

## 潮田玲子 (バドミントン)

自分を信じて最後までがんばって!

家族や恩師などお世話になった方々に見てもらえることは、ホーム開催ならではのメリットだと思います。オリンピックに出場することは簡単なことではないかも知れません。辛いことや苦しいことがたくさんあると思います。しかし、どんな時も自分を信じて、最後まであきらめずにがんばってください。



1983年9月30日、福岡県出身。北京オリンピックでは小椋久美子と組んだ女子ダブルスでベスト8。

BEM

## 浜口京子 (レスリング)

生まれ育った国でのオリンピックは最高の舞台

生まれ育った日本でオリンピックが開催されることはアスリートにとって最高の舞台になると思います。夢をつかみ感動を分かち合えたいと思います。みなさんがオリンピックに出場して夢をつかむお手伝いができたらうれしく思います。一緒に夢に向かってがんばりましょう!



1978年1月11日、東京都出身。アテネ、北京オリンピックで2大会連続銅メダル獲得。

PHOTO KISHIMOTO

## 太田雄貴 (フェンシング)

オリンピックは、国を背負うということが一番強く感じられる舞台です

オリンピックの地元開催では、今まで自分がかかった人たちに自分のプレーを見てもらえることが幸です。オリンピックは出場するものも簡単ではありません。だからこそ、そこで戦うことはとても幸せなこと、人生の中でも最高の瞬間だと思います。国を背負うということを一番強く感じられる舞台を、ぜひ目指して下さい。



1985年11月25日、滋賀県出身。2008年北京オリンピックで日本フェンシング史上初の銀メダルを獲得。

PHOTO KISHIMOTO

## 福原 愛 (卓球)

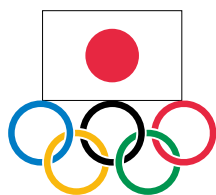
中学時代にオリンピックは「夢」から「目標」へ

私は中学生の時、幼い頃の「夢」であったオリンピックは「目標」に変わっていききました。中学生からの8年間は、身体の成長もとても著しく、競技力が大幅に増す大切な時期です。8年後にみなさんが主役となり、オリンピックの舞台で活躍することを楽しみにしています!



1988年11月1日、宮城県出身。アテネ、北京のオリンピックに出場し、ともにベスト16入り。

PHOTO KISHIMOTO



# JOCはこんな活動をしています

日本オリンピック委員会(JOC)は、すべての人々にスポーツへの参加をうながし、日本国内におけるオリンピックに関するさまざまな役割を担っています。

次のページからこれらの活動についてご紹介します！



## JOCの理念と活動

### 【理念】

JOCの使命は、すべての人々にスポーツへの参加をうながし、健全な肉体と精神を持つスポーツマンに育て、オリンピック運動を力強く推進することにあります。オリンピックを通じて、人類が共に栄え、文化を高め、世界平和の火を永遠に灯し続けることこそ、JOCの理想です。

### 【目的】

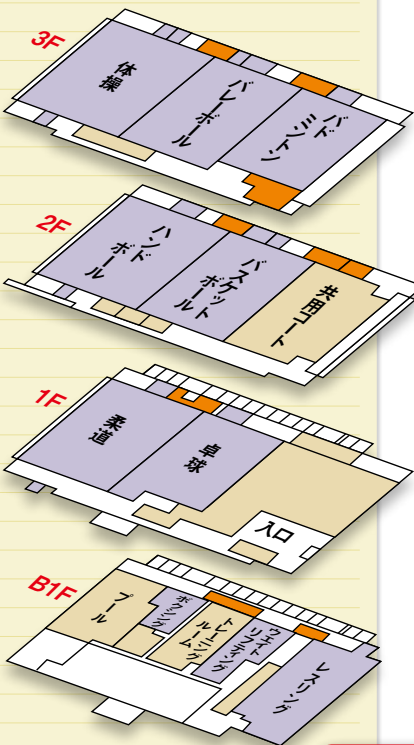
オリンピック憲章に基づく国内オリンピック委員会として、オリンピックの理念にそって、スポーツなどを通じて世界の平和の維持と国際的友好親善、調和のとれた人間性の育成を目的としています。

### 【活動】

JOCでは、オリンピック競技大会やそれに準ずる国際総合競技大会への選手派遣事業や、オリンピックを知ってもらうための活動＝オリンピック・ムーブメントの推進を目的とした事業を2本柱として活動を展開しています。

### 味の素トレセンってどんなところ?

味の素トレセンは日本のトップレベルの選手の国際競技力の総合的な向上を図るトレーニング施設です。屋内トレーニングセンター、陸上トレーニング場、屋内テニスコート及び宿泊施設のアスリート・ヴィレッジからなり、選手が集中して強化活動を行うことができます。屋内トレーニングセンターは地下1階、地上3階建て。この中に、現在、10競技の専用練習場や研修室、トレーニングルームが入っており、一般的な体育館が3つ重なっているような建物です。ですから、マンションやビルとは1階ごとの高さが違い、味の素トレセンの3階はビルやマンションの14階ぐらいに相当します。



## 中学生記者が/ 味の素ナショナル

テニスは大会によってサーフフェスが異なるため、味の素トレセンでは全米オープン(ハード)と全仏オープン(レッドクレー)それぞれのサーフフェスを再現した二種類のコートを用意。れんがを砕いた土であるレッドクレーはヨーロッパにしかないため、なんと輸入しているそう!



上/全米オープンと同じハードコート  
下/全仏オープンと同じレッドクレーコート

# トレーニングセンターを探検!

オリンピックなど世界の舞台で活躍する日本のトップアスリートたち。練習の拠点としているのが東京都北区にある味の素ナショナルトレーニングセンター(味の素トレセン)と国立スポーツ科学センター(JISS)です。最新鋭の設備を誇るスゴイ施設ですが、ふだんはJOC指定の強化選手など限られた人しか入れません。今回は特別に中学生記者が潜入! 読者代表として、私立立正中の久保蓮さんと佐藤裕君(ともに1年生)が施設内を探検してきました。

参考/独立行政法人日本スポーツ振興センター  
<http://www.naash.go.jp/>

# START

### オリエンテーション

施設を回るまえにはまず予習。ということで、探検の前に施設の概要を解説したDVDを見ながらレクチャーを受ける。

レクチャーを受けたらさっそく探検へ! まずは柔道場から...

いきなり!  
浅見選手!!



### 柔道場

1004.5畳の世界最大の柔道場。柱がないのが特徴だ。畳の色は、北京オリンピック前に会場で採用される色に合わせた。畳の下にはスプリングが入っているため衝撃を吸収、ケガを予防する。道場内にはカメラが3台設置され、道場脇にあるモニターですぐに映像のチェックが可能。世界で勝つため、最新鋭の設備となっている。



「すごい、ほんまにだ...」  
「こんにちは!」  
「何やっつてんの?」

最初に見学を訪れた柔道場では全日本女子チームが強化合宿中! なんとロンドンオリンピックの女子48kg級代表を狙っている。世界チャンピオンの浅見八瑠奈選手を発見。探検隊の2人は柔道部員。これは直接お話を聞かなくては! ということで突撃インタビューをお願いしました。

### 屋内テニスコート

コートでは2016年リオ・オリンピックで金メダル獲得を狙う若手選手が練習中! 右近畿三ナショナルコートは「そのための選手育成をG-projectと呼び、日本テニス協会あけて強化しているところなんですよ!」



柔道着の素材でできた腕力強化用具を発見。すると昇っていき佐藤くん。さすが柔道部!



最後に記念撮影!  
浅見選手、ありがとうございました。



あさみ・はるな 女子柔道選手。柔道の世界選手権48kg級で連覇の現役世界チャンピオン。ロンドンオリンピック日本代表を目指しており、オリンピックに出場すれば金メダル獲得が期待される。1988年、愛媛県出身。152cm、コマツ所属。

### 女子柔道48kg級世界チャンピオン

## 直撃インタビュー! 浅見八瑠奈選手

試合は練習してきたことの発表の場...浅見選手



**久保** どんな中学生でしたか?  
**浅見** 負けず嫌いの元気な中学生でした。学校も大好きで、鬼ごっこをやって先生に怒られていました。

**佐藤** 柔道と勉強の両立はどのようにしていましたか?  
**浅見** 練習は部活が毎日あって、道場には週に3日行っていました。学校の宿題はあまりなかったけど、テスト勉強はしっかりやっていましたよ。

**久保** どうしてオリンピックを目指そうと思ったのですか?  
**浅見** 中学時代に谷亮子さん(女子48kg級オリンピック金メダリスト)の試合を見て、カッコいいなと思ってあこがれました。

**佐藤** 練習でつらいことはありますか?  
**浅見** 練習というのは、つらいものです。それにオリンピックで金メダルを獲得するという目標があるから、つらい練習はあたりまえだし、目標に見合った練習をしなければならぬと思っています。

**久保** 私は背負い投げが得意なほうなのですが、試合で緊張したり、焦ってしまうとうまく技に入らなかったりします。

**浅見** ほごよい緊張は必要だと思いますね。試合は練習したことを出す発表の場だと考えるといいと思います。試合で負けるのも悔しいけど、練習してきたことを試合で出せなかったときほど悔しいことはない。勝たなきゃという気持ちを持ちすぎず、開き直って試合に臨むのもいいと思いますね。

**佐藤** 柔道をやめたいと思ったことはありませんか?  
**浅見** 僕は練習がきついとやめたくなくなっちゃうんですけど、

**浅見** やめなくなったことはありません。いつも目標があるから、練習がつらくても頑張れるんだと思います。

**久保** 支えになっている人はいますか?  
**浅見** やっぱ家族とか、道場、大学、高校の先生方や仲間たち。自分自身は負けても納得することができそうですが、応援してくれるみんながいるから、その期待に応えたいという思いでやっています。

**2人** 目標の持ち方、立て方を教えてください。  
**浅見** 私は中学校時代の先生に、「小さな目標を持ち、大きな夢を持って」と言われました。だからまずは県大会での優勝から始まり、一つひとつ目標を達成してきたら、いつの間にかオリンピックというところに近づいていきました。2人も身近な目標を達成することから始め、夢に向かって頑張ってください。



### 体操

天井が高い!

男子6種目、女子4種目のすべての種目の練習を同時に行うことができる。鉄棒やマットなどの用具はオリンピックや世界選手権によって変わる場合があるため、その都度対応。

### 卓球



試合用のスペースを10面とすることができ、オリンピックや世界選手権など各種国際大会で使用される数種類の卓球台がある。壁面はボールが見分けやすいよう、青色となっている。

### ハンドボール



コートは2面。オリンピックと世界選手権で異なる床面が使用されるのでそれに対応している。写真には写っていないが、練習場を二つに区切る巨大な特注カーテンがあり、それぞれの練習場で集中して練習できる。

### 陸上トレーニング場

屋根つきのトラックがある全天候型の陸上トレーニング場。傾斜のついた走路(傾斜走路)、跳躍場、砂場走路、投てき場などがあり、各種目に対応している。



### ボクシング

味の素トレセン内でも最も狭い練習場。リング1台(仮設リングの増設も可能)と、パンチングボールやサンドバッグ等の練習用器具が備えられている。



ラッキーにも体験させてもらうことに!



### 競泳プール

練習中の動きを観察できる窓が設置されている!まるで水族館状態だ

競泳プールもJISS内にある。50m×8コースあり、水深は可動床によって0~2mまで調節可能。水球競技にも対応できるように設計されている。天井、壁面、プールサイド、水中にはカメラが設置でき、また地下の観察窓から水中動作の撮影もできる。



激しい練習のあとは、ゆったりとお風呂に入り快適な部屋で過せる

### 大浴場(勝湯)

「勝湯(かちのゆ)」という名前がついている大浴場。北京オリンピックの日本人メダリスト全員が利用した縁起のいいお風呂です。サウナやジャグジーもあり、合宿で訪れる外国人選手たちからも人気。

### 宿泊棟

シングル、ツイン、和室のほか、チーム単位での宿泊も可能なマンションタイプ(リビングを中心に、シングルルーム、トリプルルーム、シャワールーム等で構成)などに448人が宿泊できる。

おなかいっぱいになったところまで探検再開!

なんと! 巨大な窓が!

JISS内にある30m×25m、水深3mで、主にシンクロナイズドスイミングのトレーニング場。水中スピーカーや照明などの設備があり、地下にはアクリルの大型観察窓がある。

### シンクロナイズドスイミングプール

## アスリートヴィレッジ内 SAKURA Dining サクラダイニング

おなかもすいてきたのでランチタイムをとることに。アスリートヴィレッジ内の食堂、サクラダイニングでいただくことになりました。

### ランチタイム!

アスリートヴィレッジにある食堂。約270席あり、味の素トレセンやJISSで練習している選手が利用できる。buffet方式で好きなものを選んで食べることができるのが特徴。専属の管理栄養士も常駐し、選手の食をサポートしている。



カフェテリア方式で好きなものをチョイス。栄養バランスが整うよう、和洋中の豊富なメニューがそろう



タンパク質が多すぎた...

意外! カロリーが足りてなかった

選んだメニューを管理栄養士の高橋文子さんがすぐにコンピューターで栄養分析してくれました。2人とも不足している部分があって驚き!

## 探検終了~!



グロブがこんなに大きいです! ボクシング



### 久保 蓮さん

「柔道をもっとがんばりたいと思いました。選手ががんばっている姿を見て、自分も思った。サクラダイニングで栄養分析をしてもらい、今まで栄養のことは意識していなかったのが勉強になりました。まずは、大会で優勝したことがないので、何かの大会で金メダルを取りたいです。」



### 佐藤 裕くん

「スポーツの見方が変わりました。こういう施設があることも知らなかったし、世界で勝つために裏で支えている人がこんなにいることも、選手たちの努力があることも知りませんでした。自分自身、これから柔道も勉強も頑張っていきたいと思いました。」



久保さん、佐藤さん、石井先生、おつかれさまでした~!

# JOCエリートアカデミー

JOCエリートアカデミーとは、未来のオリンピック選手を目指す中学1年生から高校3年生までのジュニア選手たちが味の素ナショナルトレーニングセンターを拠点に練習し、共同生活をしながら、「競技力」「知的能力」「生活力」を身につけるためのシステムです。現在は卓球、レスリング、フェンシングの3競技団体が、それぞれ競技者育成プログラムのもと選手育成を行っています。

## 卓球

### アカデミー卒業後も 社会で役に立つ人間に

卓球のエリートアカデミー生は年々増え、現在在籍しているのは15人。アカデミー内では一番の大手帯となっています。練習は朝練のほか、下校後の午後3時半ごろから9時近くまで行う毎日。消灯時間の11時近くまで自主練習をしている選手もいるそうです。ある選手は「オリンピックを目指すのに一番いい環境だと思ひ、アカデミーに入ることを決めました。学校から帰って、練習して、ごはんを食べて、寝るというハードな毎日ですが、トレーナーの方も来てくれるので身体のケアもできて充実しています」と目をきらきら輝かせて話してくれました。

こうした全国から集まったやる気いっぱい選手たちが日々努力を重ね、これまでに世界ジュニア選手権やユースオリンピックのほか、全日本選手権などでも好成績を挙げています。渡邊隆司コーチによると、今後はより競技力向上に重きを置いているとのこと。ただし、最も大切にしているのは人間性を育てること。「ここで学んだことを生かし、選手としてだけでなく、社会で役立つ人間になってほしい」。渡邊コーチの願いです。



☆2008年スタート。中学生10（男子6、女子4）、高校生5（男子3、女子2）の計15人が在籍中。

## レスリング

### 勉強もあいさつも しっかりやる

全国から集まってきた選手は小学校時代からの経験者がほとんどです。指導方針について、菅芳松日本レスリング協会事務局長代行は「練習を頑張るのは当然のことですが、あいさつなどの礼儀を身につけることが、勉強もしっかりやるように指導しています」と語ります。

実際、学校の成績が良い選手も多いそう。選手は親元を離れ、洗濯などの身の回りのことをすべて自分たちでやりながら練習と勉強に励んでいるのです。ある選手は「最初はホームシックにかかって家に電話したけどすぐに慣れました。アカデミーでは英会話などのプログラムもあり、知らなかったことをたくさん学べるので楽しいです」。

こうした勉強に練習にと励む選手たちの中からは、インターハイや国体などの国内大会だけではなく、世界選手権カデットの部などでも優勝者が誕生、成果を上げています。

練習は基本的に木曜日のみ味の素トレセンを使用し、他は近隣の強豪校へ出掛けこ。外部の選手と実践的な練習を積み、身も心も強い選手の育成を目指しているのです。



☆2008年スタート。中学生6（男子4、女子2）、高校生4（男子1、女子3）の計10人が在籍中。

## フェンシング

### 全国からタレント発掘。 謙虚さを忘れずに

フェンシングの場合、エリートアカデミー生はナショナルチームの一員という位置付けです。そのため、レスリングや卓球とは異なり、ナショナルチームとともに練習する機会も多いそう。「メダリスト育成のためには世界のスピンドのなかで練習する必要があります。選手にはホンモノのフェンシングに触れてほしいのです」と話すのは和田武真コーチ。こうした育成方針が実現し、昨年のインターハイ女子団体フルレではアカデミー生の所属する高校が見事優勝しました。

興味深いのが選手発掘方法です。フェンシングは小学生の競技経験者は多くはなく、高校生から始める人がほとんどです。そのため他競技で運動能力の高い子どもたちの適性を見たり、福岡県などのタレント発掘事業により見出しスカウト。フェンシング選手としてイチから育成しています。ソフトボール出身の中学生選手は「剣を使うのがすごく面白いです。目標はオリンピックで金メダルを獲得することです」と話しています。

フェンシングに興味があるという中学生の君。まだチャンスがあるかも?!



☆2009年スタート。中学生8（男子4、女子5）、高校生3（女子のみ）の計11人が在籍中。

# オリンピックをもっと知ろう!

オリンピック  
デーラン喜多方  
大会で全員集合

## J A P A N E S E O L Y M P I C C O M M I T T E E

日本オリンピック委員会 (JOC) は P.28~32で紹介した選手の強化以外にオリンピック・ムーブメントを広める活動も行っています。(P.19で解説) 本誌「OLYMPIAN」もその1つですがここではオリンピックをもっと知ってもらうためにJOCが主催しているイベントやそのほかの活動についてご紹介します!

あなたも参加できます!



## オリンピックデーラン、オリンピックコンサート

※1894年6月23日にクーベルタン  
の提唱によりオリンピックの復興が決定し、  
国際オリンピック委員会 (IOC) が創設  
したことを記念する日。第二次世界大戦後  
の1948年、IOCが同日をオリンピッ  
クデーとすることを決めました。

「がんばれ! ニッポン!」を合言  
葉に開催しました。  
いずれのイベントも毎年、一般  
参加者募集を受け付けています。  
ぜひJOC公式ホームページを  
チェックして、参加してみてください  
さい!

またJOCでは、オリンピック  
の感動名場面と音楽が融合した「オ  
リンピックコンサート」を毎年開  
催しています。映像と音楽でよみ  
がえるスポーツの感動をテーマ  
に、オーケストラによるクラシッ  
クコンサートと、ステージ上の大  
画面に流れるオリンピック映像や  
オリンピックのトークを交えるこ  
とにより、クラシックファンだけ  
ではなく、どなたにもオリンピッ  
クの感動がよみがえる演出となっ  
ています。2011年は、東日本  
大震災の復興支援を目的とした  
チャリティコンサートとして、

「オリンピックデーラン」は、6  
月23日のオリンピックデー (※)  
を記念して全世界で行われてい  
るイベントのひとつです。日本では  
JOC主催により、1987年よ  
り毎年全国各地で開催。オリンピ  
アン (オリンピック出場経験者)  
と参加者が、誰もが参加しやすい  
2~4kmのジョギングや各種ス  
ポーツ教室、様々なプログラムを  
通じて、ふれあい、スポーツを楽  
しみ、オリンピックの基本精神を  
理解してもらうことを目的として  
います。



左/オリンピックデーラン長野大会。水泳の中村真衣さんと一緒にジョギングを楽しむ  
中/オリンピックデーランひたちなか大会では、福田亜矢子さんが新体操教室を実施  
右/2011年のオリンピックコンサートは、東日本大震災の復興支援を目的としたチャリティコンサートとして実施。会場一体になって「がんばれ! ニッポン!」コール

PHOTO KISHIMOTO

## オリンピック情報をゲットしよう!

JOCでは、公式ホームページでさまざま  
な情報を発信中! JOCの活動はもちろん、  
オリンピックに関する最新情報を手  
に入るほか、オリンピックの歴史や競技  
についての解説ページもあります。2012年  
3月には、中学生をはじめとする若い世代の  
みなさんに、もっと分かりやすくオリンピッ  
クを知ってもらうための  
ページを公開しました。キー  
ワード検索やクイズ、選手か  
らのビデオメッセージなど、  
いろいろな角度からオリ  
ンピックに触れてください。



■日本オリンピック委員会  
公式ホームページ  
<http://www.joc.or.jp/>

クイズもあるよ!  
JOC公式  
ホームページへ  
GO!

## JOC企画スポーツラジオ番組 MY OLYMPIC 放送中!

MY OLYMPIC

日本を代表するトップアスリート・オリンピアンが  
毎週出演するJOC企画スポーツラジオ番組「MY  
OLYMPIC」が、JFN (JAPAN FM NETWORK) 系  
FM ラジオ局 全国ネットで大好評放送中です! 放送  
時間は、毎週月~金曜日の午前6時55分からの5分  
間。毎週、一人のゲストを迎え、オリンピックにまつ  
わるエピソードや、競技への思い、そしてプライベート  
情報までうかがっていきます。これまでの出演者には、  
水泳の北島康介選手、レスリングの吉田沙保里選  
手も。選手の意外な一面を聞くことができるかも!?

選手の  
本音が  
聞ける!



1 開会式で福原愛選手(卓球)と一緒に灯した「つながる火」(宮城県: 仙台会場) 2 黒木知宏さん(野球)とチーム対抗の綱引き(宮城県: 宮城野会場) 3 閉会後はオリンピックがハイタッチで参加者をお見送り(宮城県: 東松島会場) 4 みんなで競争! 雪上フラッグ(福島県: 猪苗代会場) 5 参加者全員で元気に記念撮影!(宮城県: 仙台会場)



**がんばれ!ニッポン!**

スポーツから生まれる、笑顔がある。

## 東日本大震災復興支援 JOC「がんばれ! ニッポン!」プロジェクト スポーツから生まれる、笑顔がある。

JOC「がんばれ!ニッポン!」プロジェクトは、スポーツを通じて笑顔が生まれるよう、今後も継続して様々な支援活動を行ってまいります。詳しくは、JOCの公式ホームページをご覧ください。

2011年10月10日には、宮城県の仙台市と東松島市でのプロジェクトの柱となる「オリンピックデー・フェスタ」がスタート。仙台市の会場には、同市出身の福原愛選手をはじめ、国内外から多くのオリンピックやアスリートが駆けつけ、のべ1300人を超える参加者が、様々なスポーツプログラムを体験し、一緒に汗を流しました。オリンピックデー・フェスタは、その後も被災地を中心に実施を重ね、2012年2月時点で計11会場で行われました。

2011年3月11日の東日本大震災から早くも一年がたちました。JOCでは、東日本大震災復興支援JOC「がんばれ!ニッポン!」プロジェクトを立ち上げ、各地でさまざまな支援活動を実施してきました。

「スポーツから生まれる、笑顔がある。」をスローガンに、オリンピック(オリンピック出場選手)やトップアスリートが「チームジャパン」として結集し、青森、岩手、宮城、福島、茨城の被災地を中心に、地元のみならずとふれあい、一人でも多くの方に笑顔が生まれるよう、支援活動を行うプロジェクトです。



▲参加者のみなさんから贈られた手作りの「ありがとう横断幕」(岩手県: 雫石会場)



▲アテネオリンピック競泳金メダリストの柴田亜衣さんに よる講演会(岩手県: 高田高校会場)







**がんばれ!ニッポン!**

スポーツから生まれる、笑顔がある。

**KEIRIN**



この事業は、競輪の補助金を受けて実施したものです。

<http://ringring-keirin.jp>