

特定非営利活動法人（神奈川県認定）  
柔道教育ソリダリティー

## 第15 回講演会

「英国帰国報告」

～皆さまとみな人との

出合いを通して経験したこと～

塚田 真希

2014年5月30日（金）  
於：如水会館 松風の間

## 開会のあいさつ

山下 泰裕

（NPO法人柔道教育ソリダリティー理

事長、東海大学副学長・理事）



本日はご多用のところ、NPO法人柔道教育ソリダリティーの総会にご出席をいただき、誠にありがとうございます。皆さまのご支援、ご協力を得まして本

法人も9年目を迎えることになりました。我々の活動も少しずつ、皆さまから評価を得られるようになってきております。

本日はまず、最近、喜ばしく感じたことを二件、ご報告いたします。

一件目は、今年の1月に安倍晋三総理がアフリカ3カ国をご訪問され、最初に訪れたコートジボワールで柔道の大会を観察されました。

この大会には『安倍杯』という冠が付けられ、総理のご訪問に当たって開催されました。この時、私どものNPO法人に、リサイクル柔道衣100着をコートジボワールの子供たちに贈呈してくれないか、というお話がありました。

私にも一緒に現地に行つてほしいというお話もありました。急な依頼でしたので同行することはできませんでしたが、柔道衣の寄贈には喜んで協力させていただきます。

総理は今回の訪問で、2カ国目ではサッカー、3カ国目ではバスケットボールで、それぞれ国内団体と協力して支援をされたそうです。こうしたスポーツに関する取り組みは、現地マスコミの注目度、テレビや新聞などの露出度もまったく違います。

「スポーツを通じた交流は、相手国の方々に日本の良い点や、日本のリーダーを身近に知っていたくのに有効なですね」と、関係者の方もしみじみと話をされておりました。これが嬉しかったこの一件目です。

もう一件は、やはり安倍総理がゴールデンウィークにヨーロッパの国々を精力的に回られた時のことです。

5月5日にフランスのオランド大統領と首脳会談をされ、共同宣言を出されました。その中に「日仏の政府は、全日本柔道連盟あるいはフランス柔道連盟と協力し、イスラエルとパレスチナの柔道交流を支援する」という内容の一文が加えられました。

これは、本法人が皆さまのご指導を頂きながら2010年から進めてきた「パレスチナ交流事業」が高く評価され、柔道大国の日本とフランスが協力して支援しようという話につながったからと伺いました。

このような評価が得られるようになって参りましたのも、これまで本法人をご支持いただいた、多くの皆さまのおかげであると感謝しております。

さて私自身は、先々週の木曜から先週の月曜まで、ロシアのサンクトペテルブ

ルクを訪問しておりました。日本たばこ産業株式会社（JTI）と協力をさせていただき、同地で桜フェスティバルを行いました。

さらに、今年は日本とロシアの「日露武道交流年（外務省認定事業）」に当たります。私もこの事業の一環として、現地で柔道の指導を行いました。新聞、ラジオといったマスコミにも取り上げられ、ロシアのテレビでもこの武道交流、柔道教室が放送されました。

ラジオでは、「ロシアがウクライナ問題を抱える難しい状況で、あなたはどのような意図で来られたのか」というようなセンシティブな質問もありました。そういう厳しい情勢でも、桜フェスティバルや柔道教室を開催したことを、ロシア側も高く評価してくれるのではと思っております。

私の人生の師である松前重義博士は、米ソ冷戦の時代に「（日本は）政治・経済・文化、すべてがアメリカを向いている。しかし日本の国益を考えると、日本海という小さな海を隔てた向こうには、ソ連というとても大きく大きな国がある。この国とまったく交流が無いままで日本は大丈夫なのか」と問題を提起しておられました。

松前先生は日本をこよなく愛しておられました。「国を愛するからこそ、あえて細くてもいいから、学術・芸術・スポーツ・文化で交流を進めるのだ」とお話をされたこともあります。

私は、国家間で難しい時期があっても、お互いに理解する努力を重ねていく、草の根外交が極めて大事であろうと思っております。今年もいろいろな活動計画案がありますが、さまざまな国との交流を続けて参ります。

日露武道交流年の今年11月には、自民党の高村副総裁を団長に、私が副団長を務めて公益財団法人日本武道館から80名ほどが、約1週間の予定でロシアを訪問します。

12月には、イスラエル・パレスチナに、私が団長として日本からコーチを連れて赴きます。フランスの指導者らと合流して、日仏が協力しての試合、交流指導を行う計画です。

最後にもう一点お話がござります。昨年本場に、日本の柔道界が世間をお騒がせした1年でした。多くの方々にご迷惑をおかけしました。日本柔道の信頼は失墜しました。柔道界では「暴力の根絶プロジェクト」を立ち上げ、私もリーダーとして日本の柔道界から暴力を無

くすことに取り組んで参りました。今年4月からは名称を「暴力根絶から柔道 MIND プロジェクト」に変えて活動しております。

礼節を守り、品格ある柔道界を取り戻すために、真に柔道を愛する方々と力を合わせて取り組んで参ります。信用を失うのは一瞬です。しかし、それを回復するには地道で長い道のりが必要です。どれだけ時間がかかっても、多くの方々と力を合わせて、粘り強く取り組んで参ります。

柔道をやっている子供たちがどこに行っても、誰の前でも、胸を張って「私は柔道をやっています」と言える柔道界にしなければなりません。保護者の方々が「やはり、柔道は人作りですね、人間教育ですね」と受け止めてくださり、子供に柔道をやらせたくなくなる。子供たちが柔道衣を肩に担いで道場に通うことに憧れるような、そんな柔道界を目指して、これからも努力して参りたいと思っております。

最後に、皆さまから熱心なご支持を頂いておりますことに改めて感謝を申し上げます。私の「ごあいさつ」とさせていただきます。

**司会** ありがとうございます。本日は

お忙しい中、また暑い中、お運びをいただきまして、誠にありがとうございます。講師の塚田真希さんについてご紹介いたします。塚田さんは皆さまご存知の通り、アテネオリンピックの女子柔道金メダリストです。昨年まで2年間、日本オリンピック委員会（JOC）の海外研修でイギリスに留学し、現在は東京女子体育大学で教鞭を執っておられます。本日はイギリスでの体験や人々との触れ合い、海外から日本を見て感じたことなどを率直にお話しいただきます。それでは、よろしくお願い致します。

**「英国帰国報告 くさまざまな人との出会いを通して経験したこと」**

**塚田 真希**

（東京女子体育大学柔道部部長・全日本柔道連盟女子代表特別コーチ・アテネ五輪柔道金メダリスト）



きました塚田真希です。今日は、2年間のイギリス留学で経験し、感じたことを率直にお話しさせていただきます。言葉足らずで、語弊がある表現をするかもしれませんが、私の素直な気持ちだと、受け止めていただけたら幸いです。はじめに、私がどうして海外留学に行きたいと思っただかについてお話しします。

選手だった頃、海外遠征に行く機会が多かったのですが、その折に、日本では当たり前のことが、海外では当たり前ではない、という経験や実感を何度かすることがありました。

例えば、日本では自転車のカゴに柔道衣を入れたままコンビニで買い物をして大丈夫なのです。けれど、海外では柔道衣を盗まれたことがあります。

ほかに、ファッションの話ですが、外国の人は他人にどう思われるかではなく、自分が好きなファッションを楽しむんでいるのだなと感じる機会もありました。

1週間や2週間という短い遠征でもいろいろな違いを肌で感じ取ることが出来たので、現地に住んでみたら、どれほどの違いが発見できるのだろうかと考えました。これはぜひ住んでみたい。住む価値がある。そう思ったことが海外

皆さん、こんにちは。ご紹介をいた

留学の一番のきっかけです。

母校の東海大学でも、多くの先生方から海外で生活することの素晴らしさや、日本を離れてみるこの大切さを伺っていたことも理由の一つです。そこで今回、JOCの制度を利用していただき、海外留学を決めたという訳です。

## ロンドンの生活、語学学校と柔道



それではスライドを見ていただきながらお話を進めます。これは、イギリスに着いた時に撮影したウエストミンスター寺院の写真です。イギリスは総じて天候が悪いと聞いていますが、この日はとても天気良くて、感動して撮った一枚です。

イギリスでの生活は、午前中はイギリスの柔道ナショナルチームの練習に参加して、午後は語学学校に通うという毎日を送っていました。

次の写真は、ロンドンから少し離れた、

ケント州のダートフォードにある柔道センターの光景です。



ここはフランスのインセツプ（国立スポーツ体育センター）をイメージして作られたと聞いていました。ロンドンオリンピック前のナショナルトレーニングキャンプの時期でしたので、イギリス全土から選手が集まって大賑わいでした。



この写真の2人はスコットランドの選手です。彼らはナショナルキャンプがあるときにだけスコットランドからダートフォードに来るというスタイルでした。ナショナルチームの選手たちは午後になると、練習相手を求めて地方の有

名柔道クラブに向くという生活を送っていたようです。

さて、次の写真は午後に通っていた語学学校での一枚です。



とてもリラックスしている写真ですね。テーブルの一番端に座っている方が先生ですが、マレーシア系のイギリス人でした。見た目はアジア系なのですが、発音はブリティッシュで最初はギャップに戸惑いましたね。けれどもアジア系のお顔ということもあって、私にはとても親しみやすく、いろいろと勉強をさせていただきました。

はじめは、ほとんど英語が分からなかったのですが、友達にスペルを見せてもらうこともありました。先生に当てられて答えられないと、友達のカルメンがそつと机に答えを書いて教えてくれる

こともありましたね。英語があまり話せなくても、語学学校では国境を超えて友達ができました。

通い始めの3ヶ月は「地獄」だったのですが、それを過ぎたころから、友達とロンドンの街中にも出かけられるようになってきました。私が通っていた学校はヨーロッパ圏の学生が多かったので、2、3週間で帰国してしまいます。私のように9ヶ月も長期在学している学生は少なかったのですが、その中でコロンビア出身のサマンサと韓国出身のジェイとは、彼女たちも比較的長い間在学していたこともあってとても仲良くなりました。

こうして、語学学校に通いながら柔道のナショナルトレーニングキャンプに出かけていた訳ですが、日曜日は、町の道場などに呼ばれて柔道の技を披露したり、練習したりしていました。

次の写真は、マイク・カレンさんという方に紹介された、ケンブリッジにあるアングリアラスキン大学での様子です。ヨーロッパ圏の柔道コーチを集めたコーチングコースに講師として招かれた時のものです。





私が公式戦で使っていた組み方を披露してほしいと言われたので、中国人やポーランド人といった身体の大きな相手にどうやって間合いを取るかをやって見せました。「相手の肩に手を入れて身体を使ってグツと押す。そこからスペースを使って自分も肩を抜いたりする」と説明したところ、ある先生から「柔道はボクシングとは違う」と否定的な反応があつて、少し落ち込むことがありました。

そうすると、ロンドンオリンピックの73キロ級に出場したダニーという選手が、「何を落ち込んでいる？ 俺たちはコンペティター（競技者）なのだから、試合で戦っていない人間に、本番での技についてどうこう言われてもいまいち落ち込むな。俺ががっかりするぞ」と逆

に叱られたのですね。



写真で見るとおり、刺青を入れた恐ろしい容姿なのですが、柔道に対して情熱を持っていて、とても親しみの持てる人でした。こういう人と出会えるのも、海外生活の醍醐味であろうと思つています。

### ジョンとスーザンに教えられたこと



いきなり雰囲気を変えて、この写真は私がロンドンで住んでいた部屋の様子です。そして次の写真が、その家の前の通りで、ちょうどロンドンバスが通り過ぎてとても雰囲気がある風景だなと思つて撮影しました。

実際、周囲の方から「イギリスでどう

いう生活を送っていたのか」と良く聞かれます。はじめのころはホームステイをして、そのあと一人暮らしだったので、2年目になるとロンドンで主流のフラットシェア、ルームシェアをして暮らしていました。

そのお相手というのが、イギリス人の中年男性で、もともと彼が住んでいた家に入居して、2部屋を使わせてもらっていました。

彼はミュージシャンで、いつもサックスを吹いていて、お腹が減るとキッチンにきて食事を作るといふ生活でした。あまり会うことは無かったのですが、それでも顔を合わせると、最近の音楽事情やご自身の恋愛事情などの話をしました。「これも英語のいい勉強だ」と思つて聞いていましたが、他人と生活する大変さや面白さを体験できて良い思い出となっています。

先ほどお話した語学学校には9ヶ月通つたのですが、その後はいろいろな学校を転々となりました。発音の指導に特化した学校や、ディベートを中心とした学校などにも通つたのですが、もつと自分の感じていることを周囲に伝えたいという思いが強くなり、個人レッスンを受けたいと思えるようになりました。そし

て友達に紹介されたのが写真の中央に写っているジョンで、お隣が奥さまのスーザンです。



ジョンはBBC（英国放送協会）に勤務していたのですが、退職後にピラティス（エクササイズの種類）の資格を取得して、65歳から75歳まで先生として働いていました。さらにその後もう一度何か挑戦したいと考えて英語教師の免許を取り、インドに出かけて目の不自由な子供たちに英語を教えたりしている方です。

奥さまのスーザンも50歳でフランスの大学に2年間留学して、さまざま言語の勉強をされ、日本語も少し話せるという方です。年齢を問わず何にでも挑戦しようというお二人との出会いは、私にとって本当に大きな出来事でした。

私は、英語がまったく話せない状態で留学し、苦しいことや困ったことをたくさん経験しました。一生懸命に調べ、準

備をして話した内容がうまく伝わらず、相手を憤慨させてしまったことや馬鹿にされたこともありました。

でもジョンは、「そんなことは当たり前のことだよ。僕は語学の勉強をやめたからさ。何故なら失敗するのが怖かったからさ。でも僕は本当にそれを後悔している。けれども妻のソーザンは失敗することを怖がらないで、どんどん勉強した。だから今、彼女は語学が堪能だね。君には後悔してほしいくない。とにかく失敗してもいいからやり続けなさい」と励ましてくれました。とにかく彼は優しい人なのです。

いつもは朝から2時間ほど、バプで勉強していました。例えば、私が依頼された柔道の講習会のテーマを踏まえて、私などのように話せばよいか準備できるような、課題を考えてくれたりしました。また「イギリスでがんばって勉強した証を何か残したい」と相談したら、「必ず試験を受けて、自分の成長を自覚して帰国しなさい」とアドバイスをくれたのも彼です。こういう方々に囲まれて、のびのびと英語を勉強することが出来ました。

この写真は、私が日本に帰る前にジョンとソーザンに、彼らを紹介してくれた

友達と一緒に寿司パーティーを開いておもてなしをしている様子です。

### ヨーロッパの文化と食卓

私が、楽しい時間をたくさん過ごしてきたことを皆さんに知っていただきたいので、ここから続けて写真を紹介します。お付き合いください。

留学中はずっとイギリスにいた訳ではなく、ユーロスターに乗ってフランスやイタリア、スペインにも出かけました。主な目的は各地で柔道のトレーニングキャンプに参加することでしたが、どこに行ってもヨーロッパの人たちは、練習時間とリラククスする時間とで、しっかりとメリハリをつけて過ごしていることが印象的でした。



この写真は、フランスの知人の家を訪ねた折の一枚です。今日は天気が良いから外でバーベキューをしようということなり、美味しいソーセージとフラン

スのチーズ、トマトのグリルを食べながら、昼間からワインをいただいて楽しい時間を過ごしました。



次の一枚は、同じフランスのブルゴーニュに、柔道のキャンプで出かけた時のものです。イギリスに留学して3ヶ月が過ぎた12月のことでした。

写真の女性は、道場主のユルポア先生の奥さまでナタリーさんという方です。彼女が英語を話せたので、私の面倒を見てくれました。

ユルポア先生は日本に5年間、柔道留学をされていて、留学先が横須賀にある渡辺道場だったので、私の高校、大学時代の恩師も同じ道場のご出身という縁もあって、親しみを感じて過ごせたキャンプでした。

ブルゴーニュ地方は食べ物美味しいので有名なのですが、中でも塩キャラメルが絶品でした。これは、その塩キャラメルを溶かして一緒に食べたクレープの写真ですが、非常に美味しかったです。

そのままキャンプの皆とブルゴーニュでその年を越し、年越しパーティーにも招いてもらいました。前菜からメインディッシュ、デザートと、この地方独特のフランス料理を堪能しました。私以外は全員がフランス語で会話をしていたのですが、おかげで私も「右」や「左」、「素晴らしい」など簡単なフランス語を教えてもらい、楽しい時間が過ごせました。



次の写真は、イギリス人の友人が作ってくれた料理です。イギリスというところ、「食事が美味しくない」というイメージが強いと思うのですが、この料理は本当に美味しかったです。ローストチキンとポテトのグリルなのですが、チキンの中に香草など身体に良い食材が詰め込まれてあって、それを取り出してソースのよう

にして食べる料理です。これを食べたときにはイギリス料理も素晴らしいなと思いました。

チキンもポテトも地元の品種で日本では手に入らないそうです。日本人の友人が帰国後に再現しようとしたらしいのですが、この味にはならなかったと話していました。その土地の食材をその土地の食べ方で、その場所でいただく。そういう経験ができるのも留学の醍醐味だと思います。



そして、この写真は有名なフィッシュアンドチップスです。お皿にグリーンピースが敷いてあり、その上に大きな魚が乗っています。たまに食べると美味しく、お酢をかけていただくのがイギリス流だと聞いたのですが、その食べ方もさっぱりとして美味しかったですね。

次の写真は、女の子が大好きなアフタヌーンティの様子です。



上のトレイにはスコーンが、下にはサンドイッチが乗っていて、この他にケーキもありました。これをいろいろなフレーバーのお茶で楽しむ訳です。日本と言う「ショートケーキ」ですが、実はイギリスではあまり売っていません。ところが友人から見つけたと聞いて、足を運んで買ったものがこれです。とても美味しかったです。



もう一方の写真はサラダです。イギリスの食事を楽しんでいたのですが、やはりカロリーの高い料理が多くて体調を崩してしまいました。体重計に乗るのも怖くなった時期がありました。これではマズいと思っていたときに、家の近くのカフェでその名もデトックスサラダと

いうメニューを見つけました。これを食べたらずぐにトイレに駆け込みたくなるといふ、効果てきめんなサラダでしたね。

ということで私は、食事の取りすぎや胃もたれがしたときなどは、必ずこのサラダを食べて体調を整えるという生活に切り替えました。サラダには雑穀が入っているのですが、これがお通じに効果的だと聞きました。イギリスで私の健康を支えてくれた一品だと言っても過言ではないくらい、お世話になったサラダです。



これは友人とテムズ川フェスティバルに出かけたときのスナップです。川なのですが潮の満ち引きの影響を受けて干潮時には砂浜が現れます。この写真は、その砂浜で砂のお城ならぬ「ソファ」を作って1ポンドの値段をつけて売っているかのように見せている。いわゆるブリティッシュジョークが面白いと思

って撮った1枚です。

こういうフェスティバルでは、お菓子やハンバーガーといった食べ物のほかに、アンティークのカップ・アンド・ソーサーなども売っています。ロンドンにはアートでも有名ですが、イーストロンドンの若手作家が、自分の作品を展示しているコーナーもあります。



この写真は、一緒に行った友達とジャマイカンビアという飲み物を楽しんでいる1枚ですね。ビアとは言いながらアルコールは入っていないのですが、外国のお祭りらしい、ゆったりとした楽しい時間でした。



最後に、これはロンドン・ファッショ



ン・ウィークでの写真です。私がそういう場所に行ってみたくと話したところ、柔道をやっているハンガリー出身のサンドラという友人がチケットを取ってくれて一緒に行ってきました。綺麗なモデルさんたちがランウェイを歩く姿を間近で楽しみ、最後は2人でコーヒーを飲んで帰ってきたという思い出です。

### 柔道交流 町道場から代表選手まで



柔道の話に戻りましょう。昨年の5月に、柔道教育ソリダリティーの派遣でアメリカのワシントンに行かせていただきました。ジョージタウン大学と海軍士官学校で柔道教室を行い、練習にも参加してきましたのですが、これは海外士官学校で撮影した1枚です。

実は、アメリカでは毎日練習できる環境（柔道場）があるというのは非常に珍しい、ということでした。ここはそういう場所、皆がとてもまじめに練習に取

り組んでいました。

ワシントンではセレモニーに参加する機会もありました。海軍士官学校の学生さんたちが賞を貰って、それぞれにスピーチをする様子を拝見したのですが、いずれも二十歳前後の若者が話す内容とは思えないくらい立派な話をしていて驚きました。

彼らが海軍士官学校の学生というところもあるのですが、アメリカ人としてのプライドと、覚悟をもって卒業していきたくと堂々と宣言している姿は、私に大きなカルチャーショックを与えてくれました。



これは、そのワシントンで大親友と再会したときの写真です。リンカーン像を手前に、反対側にワシントンモニュメントを背にしています。彼女は東海大学の尊敬する大先輩なのですが、同時に私の柔道人生を支えてくれた大親友でもあります。今はアメリカの方と結婚してア

メリカにお住まいです。そういう大切な仲間と、5年ぶりに海外で連絡を取り合っただけでいい。このあと空港で分かれるときには二人とも号泣でしたが、こういう経験ができたことに、不思議な感覚を持ちました。



さて、ロンドンでの柔道のお話しに戻しましょう。これはロンドンで撮影した町道場の光景です。ここは、とても躰が行き届いている道場でした。イギリスではいろいろな道場に出かけましたが、先生の厳しさによって子供たちの様子がまったく違います。

後ろに写っている坊主頭の方が先生なのですが、非常に厳しい方でした。彼は来日経験もあって、道場でも「始め、気を付け。ありがとうございました。失礼します」を日本語で言わせていました。この道場は、大人の部／高校生の部／中学・小学高学年の部／小学校低学年の部に分かれているのですが、小学生低学

年の子供たちを中学・小学校高学年の部の上級生たちが指導します。それも私がこの道場を気に入った点です。写真で私の隣にいる2人の男の子は審判の資格も持っていて、そういう教育にも熱心な道場でした。ですから子供たちが生き生きとして、しっかりしているのでしょう。私のすぐ上に写っている可愛らしいロージーという女の子、さらに彼女の上に男の子が写っていますよね。彼は少し内向的ところがあつたのですが、様子を見ていると下の子供たちに柔道を教えるのがとても上手でした。

そこで「あなたの教え方は良かったよ。あなたは柔道が上手なのね」と話をしたら、それからは私に打ち解けるようになってくれました。内向的な子供も指導を通して自信をつけていく。日本もイギリスも変わらないなど実感した、心温まる時間でした。

次の写真は、ロンドンの西に位置するイーリングという場所にある道場です。手前に写っている女性が道場のオーナーです。私はこの道場に何度も訪ねて、柔道の講義などをやらせてもらっていました。



その熱意を汲み取ってくれたのか、彼女が地域の女の子や女性を集めた柔道セツシヨンを企画してくれたのです。写真に写っている全員が女性です。前列に日本人の女性がいます。イーリングにロンドン日本人学校があり、柔道をやっている子供がわりと多かったです。



これは、昨年の3月からJOCのスポーツ指導者海外研修員としてフランスに滞在されている谷本歩美さんと、北京オリンピックで彼女と対戦したリュシー・デコス選手と3人で食事をしたときの写真です。谷本さんがフランスに来たばかりの時に私から彼女とリュシーに

連絡を取り、リュシーのセツティングで実現した食事会です。とても綺麗なレストランを予約してくれました。当時まだリュシーは現役選手で、この後のブラジル世界選手権で引退したのですが、ライバル関係を越えた良い友達です。エツフェル塔をバックにお互い拙い英語で話しながら、美味しいシャンパンをいただいたかけがえのない時間となりました。



次の写真は、先ほどお話ししたマイク・カレンさんと、彼に紹介されたアングリアラスキン大学で体育学部長をされているシェラ先生、それから私の友人のキヤットです。マイクさんにはピザのことでいろいろと助けていただいたので、最後に御礼をかねて食事を一緒にしました。これはその時の1枚です。

キヤットはニックネームなのですが一緒に調査・研究をした仲です。私が「イギリスのコーチと選手は、コミュニケー

ションを図るときに何を大切にしているのかな」ということを話題にしたら、「そのテーマで互いに研究しよう。私がバックアップするから、ナショナルキャンプで選手からアンケートを取って、コーチにインタビューをしよう」と言ってくれました。

彼女の全面的な協力で、アンケートはもちろん、インタビューも自分でこなすことができました。イギリスの柔道界でコーチが望んでいることと選手が望んでいること、その相違点や共通点などを学ぶことができ、非常に良い経験になりました。キヤットには、「必ず日本でも同じ調査をやつて、日本とイギリスで比較しなさい」と言われていて、今でも頻繁に連絡を取り合っています。

### ロンドン五輪とジエマヌの出発



こちらはロンドンオリンピックで聖火ランナーを務めたときの一枚です。ゼ

ッケン33番の男性から聖火を受け取って35番の男性に渡す。もちろん名前も知らない者同士なのですが、貴重な経験を共有するというところで、記念写真を撮りました。

この時は、当日まで自分がどこを走るのか教えてもらえませんでした。2日くらい前に集合場所の連絡が来て、スコットランドだったので急いで飛行機を手配して現地に入り、いきなりバスに詰め込まれて移動。私たち聖火ランナーは300メートルおきくらいに配置されて、聖火が自分のところに運ばれてくるのを待つ。そういう流れでした。



次が聖歌を運んでいるときの写真です。沿道に集まってくれた人たちが手を振って「グッドラック」と声をかけてくれました。私も本当に興奮しましたし、オリンピックの凄さを肌で感じましたね。これは私から35番の彼に聖火を繋ぐところの写真ですが、中央でボランティア



アの女性がアテンドしてくれています。こうしたボランティアの人たちが本場に熱心に、誇りをもって働かれている姿がとても印象的でした。「聖火を運べることを誇りに思ってください」「オリンピックの歴史をあなた方が一瞬でも繋ぐのです」「そのことを自覚して聖火ランナーを経験しましょう」と励ましてくれましたね。



このロンドンオリンピックでは、ジェマ・ギボンズという選手が、女子柔道78キロ級で銀メダルを獲得しました。私はオリンピック前に、冒頭でお話したダーフォードの柔道センターで彼女の練習相手を務めました。

当時、彼女は70キロ級だったのですが、身長の見合う相手がいないということ、私が練習を受けていたので、彼女のコーチが設定する状況に合わせて、私はひたすら受けに徹していたわけです。彼女は肩の怪我から復帰したばかりだったので、とにかく練習量が多かった。

私も人生でこれほど投げ込みを受けたことがないというくらい、ほぼ1ヶ月間にわたる激しい練習に付き合いました。

ところが、このジェマ選手が個性的で、「私は70キロ級なのに、どうして78キロ級の真希と練習しなければならぬの」と平気でコーチに言うのですね。私も「生意気だな」と思いつながら聞いていて、これは「ただでは引き下がれない」と思ったので、立て込んでいた語学学校の宿題を手伝わせることにしたのです。

すると彼女、早口でまくし立てて白目でも私のことを見はしたのですが、それでも文法や言葉の意味をとんでもわかり易く教えてくれたのです。長い時間、一緒に柔道を練習する中で培った仲間意識を肌感じましたね。

そうこうしているうちに、私もダーフォードに行く時間があまり取れなくなっていくのですが、彼女だけが唯一、「いま何をしているの?」「いつダーフォードに来るの?」と連絡をくれたのです。

私は本当に嬉しくて、イギリスに渡った当初の半年間は友達もできない、英語も分からない、ご飯も美味しくないと、今思い出しても苦しい時期だっただけに、彼女から連絡をもらったときには、

一生懸命にやっついて良かったなと本当に救われました。その時のメッセージは、今でも大切に持っています。

先ほど、彼女は70キロ級だとお話ししましたが、実は今回のロンドンオリンピックでは78キロ級で挑戦したのです。70キロ級には自分よりも強い選手がいるということで、78キロ級にエントリーしました。

そういうことがあったので、ロンドンオリンピックまでの期間、私もナショナルキャンプに参加して彼女とコミュニケーションを図り、コーチの人たちにも調整の様子を伺いながら、オリンピックに向けた彼女の闘いをずっと見させてもらいました。いろいろ教えてやってほしいとアドバイスを求められることもあり、

彼女は非常にフィジカルを鍛えていて、動きにも動物的な鋭さがありました。ですから私は、彼女がそれまでやってきた組み手の手法や、止まりながら行う打ち込みは合わないのではないかと感じていたのです。そういうことを含めて、彼女はコーチと二人三脚でいろいろなトレーニングを重ねて本番の試合に臨んだ訳です。

この写真は、準決勝でフランスのオド

レー・チュメオ選手を破った時の1枚です。



彼女は試合会場の天井に向かって「ブルー、ママ」って言ったのです。私は、彼女が13歳のころにお母さんを癌で亡くし、それから一人で暮らしながら、やっとなつと柔道でお金が稼げる選手になったということを知っていました。それなのに怪我で活躍できない時期があったことも。

ですから、この試合を会場で解説員として見ていたときは、やはり非常に興奮しました。70キロ級から78キロ級に変えて、必死にトレーニングしてきたプロセスも見えていましたから。

イギリスではまだ、柔道はマイナーなスポーツだと思います。ですが、たくさんイギリスの人たちが応援に駆けつけて、彼女に声援を送っていました。彼女はそれをプレッシャーではなくエネ

ルギーに変えた。その瞬間を見たときに、私はオリンピックというものは、やはり凄いなと思いました。

オリンピックではいつの大会でもシンデレラストーリーがあつて。今回は彼女もシンデレラの一人だったのではと思います。次はリオデジャネイロで開催され、2020年には東京でオリンピックが開かれますが、こういう選手が一人でも多く、日本からも誕生してほしいと思います。

もちろん、強い選手が確実に金メダルを取ることが一番なのですが、一方で今までなかなか日の目を浴びなかった選手が、一気に階段を駆け上る瞬間もオリンピックならではでしょう。

さて、彼女がメダルを持っているこの写真ですが、祝賀パーティーでの1枚です。選手時代はあまり他人のメダルに興味はなかったのですが、彼女のメダルは本当に嬉しく感じました。私自身も感覚が変わってきたというか、今や選手ではなくなった自分が、「違った道を歩み始めたのだな」と思った一瞬でもありました。

ロンドンオリンピックが終わると、どの選手も次は世界選手権を目指すことになるのですが、実は彼女、お付き合い

をしていたスコットランド人のユアンという男性と結婚することになったのです。それでスコットランドで行われた結婚パーティーにもお呼ばれました。次の写真は、そのときにジエマの友人たちと一緒に撮ったスナップです。



本当は結婚式の写真をお見せする予定だったのですが、ウエディングの写真の公開について、彼女がハローマガジンという会社と契約を結んだのでお見せすることが出来なくなっていました。彼女は本当に美人なのです。パーティーでは皆でお酒を飲んでダンスをして、素敵な時間を過ごしました。彼女と友達になれて本当に良かったと振り返っています。

### 教える面白さ レイ先生のサイコロ

また、ロンドンでの生活に戻しましょう。ナショナルチームの練習場から離れてロンドンに拠点を移してから、私

のベースとなった場所はこの写真に写っている武道会でした。



嘉納先生も見えられることがあるという歴史のある道場で、東海大学の先生方もイギリスに留学された折には通っておられる由緒ある道場です。

サウスケンジントンというロンドンの一等地にあり、弁護士や建築家といった社会的に成功を収めた方々も、練習で汗を流しに来るといふ道場です。私も、柔道を通じてそうした方々からいろいろとお話を伺う機会を得ることが出来ました。



右の写真の4人が武道会の先生方です。一番端がオーナーのピーター先生で、

青い柔道衣を着ているのがレイ・ステイブン先生。彼はバルセロナオリンピックで銀メダルを獲得した方です。一番こちら側のおじいちゃんがトニー・スイニーという、東京オリンピックにも出たことがある方ですね。本当に面白い先生たちでした。



この写真で首を絞められている人がいるのですが、彼が私の練習パートナーを務めてくれたマーク・ローというジャーナリストです。実は私、この方とはあまり激しい練習はしなかったのですが、どちらかというと彼に合わせた節もありました。

すると彼が、「もうあなたは選手を引退したのだから、それは構わないのだけれど、英語の勉強はどうなの？ 英語では君はブルーベルト（青帯）なのだから、僕が教えてあげる。メールを寄越しなさい。その代わりに柔道を教えてね」と言ってくれたのです。ですから私もまた、さら彼に連絡をして、添削もお願いして

いました。

その彼と柔道の練習をしていると、ほかの先生方が「マークは、打ち込みの時だけは技がすごく上手だな」などと言うのですね。トニーおじいちゃんは「グッドコーポレーション」と言うのですよ。

「真希の協力があつて、マークの打ち込みがよく見える」と皮肉混じりに言っているという訳です。こういうブリティッシュジョークも語学の勉強になりました。



これも武道会で撮った一枚です。レイ先生とその反対側にいるのが、先ほどもお話した一緒にフアッションショーに行ったサンドラです。先ほどはハンガリー出身と言いましたが、家庭の事情でイギリスに住んでいて、今はガーナの人と結婚しているののでガーナ国籍で試合に出ています。

彼女は自らIJF（国際柔道連盟）に手紙を書いて、自分を売り込むバイタリ

ティのある女性です。自分の強さや価値

をアピールして柔道を続ける資金を集めたのですね。そういう熱意が実を結んで、昨年もグラندスラム東京2013に出場し、一緒に食事をする機会もありました。

彼女は非常にアグレッシブなのですが、同時に性格もきついので、なかなかコーチに付く人がいませんでした。そこで私が面倒を見ることになったのですが、例えば「1日1時間は練習した方がいい。30分は汗をかいた方がいいよ」とか、「どんなレベルの大会でもいいから試合には出た方がいい」とアドバイスするのですが、「仕事が忙しい」「大学の勉強や試験があつて全然ダメ」というようなことをいつも言うのですね。だから私も、どう言えばよいか悩んでいたのですが、レイ先生が、イギリスでの柔道指導に関して、すごく良いアドバイスをしてくれました。それはまた後ほどお話します。

さて、これは私がサンドラに宛てたノートです。忙しい忙しいと言う彼女に、拙い英語に絵を添えて、トレーニングのアドバイスを送りました。



ハンガリー出身の選手は総じて上半身の力が強いのですが一方で下半身が弱い。そこでしっかりと重心を下げるトレーニングを薦めたのですね。これが現在の彼女に役立ったかどうか分かりませんが、少しでも力になれたら良かったなと思っっています。



これは、私が日本に帰る前日に武道会のメンバーと撮った写真です。分りにくいのですが、レイ先生がサイコロを持っていきますよね。このサイコロを、帰国に際してプレゼントしてくれました。サイコロには「数（目）」の代わりに英語でいろいろなお知らせが書いてありました。例えば「Do It」と書かれた面がある変

わったサイコロです。

レイは、「日本に帰っても、君は恐らくいろいろなお知らせが来ると思う。どうするか決めきれない時にはこのサイコロを振りなさい。出た答えを参考に、自分で道を選んでいけばいい」と言ってくれました。

彼は本当に、私にいろいろなアドバイスを送ってくれました。イギリスで柔道教室の講習を頼まれたとき、私はまず一番に、柔道のベーシック（基礎）を伝えようと考えていました。ところが中学生くらいの男の子に、「こんな技はつまらないし、やっつけても意味がない。もっと面白い技を教えてよ」と言われたことがありました。「内股で、膝を曲げて入れ」と指導したら、「僕たちは日本人みたいに足が短くない」と平気で言い返ってきます。ですから、落ち込むことや、どう教えたらよいか、ずいぶん悩んだ時期もありました。

そんな時にレイが、先ほどお話した「良いアドバイス」を送ってくれたのです。「イギリスには日本から凄い選手たちが指導に来てくれている。山下泰裕先生の太外刈りや、井上康生先生の内股のような凄い技を目の当たりにしているよね。だから皆、自分の技もどうすれば



そんな風に来るのか、君から『魔法の言葉』のようなものを期待しているのだよ。もちろん簡単に出来るはずもないし、ベーシックはおろそかにしてはいけない。でも『魔法の言葉』を意識して指導してみたなら面白いと思うよ」と。

彼が、私にとってプラスになるだろうと勧めてくれたことなので、私も一生懸命に考えました。するとまたレイが、「例えば、立ち技から寝技に移動するときに、君がどういふことを心がけているか」とか、「喧嘩四つで大きく相手が出てきたときに、自分はどう対応しているのか、そういうことを話してみたら」と言ってくれました。おかげで私も、自分が何を心がけて技を使っているのか、改めて分析することができました。



この写真は、レイからアドバイスを受けた後に、秘策を考えて臨んだ合宿での一枚です。日本人の方がイギリスで立ち上げた、ブリティッシュ柔道カウンシル

という団体のトレーニングキャンプでした。



ここで私は、写真に写っている男性に「支釣込足」を教えました。するとその後昇段試験の試合があり、彼がその技で勝ったんですね。それを見ていた私は正直、偶然だと思っていたのですが、彼が駆け寄ってきてくれて、「柔道を始めてから4年間ずっと練習していた支釣込足が今日、君のたった一言のアドバイスで出来るようになったよ。本当にありがとう」と言ってくれました。私はそれが本当に嬉しかったですね。自分の技を分析して、英語で表現するというのは難しかったのですが、一生懸命に向き合っ

る看板には「飲むのならこちら、つまり人間は帰れ」というような意味のことがブリティッシュジョークで書いてあります。



そのジョークの意味が理解できるくらいには、語学や文化を学べることができたかなと思います。それも、いろいろなことを経験できたおかげです。そしてまた、イギリスで暮らしたこと、自分が日本で、どういう環境で柔道をやってこられたのか、ということも認識することができました。

たとえば、柔道の技を仕上げていく課程で大切なことは、技を掛ける側と受ける側のコラボレーションだと今回の留学で強く感じました。イギリス柔道が飛躍的に発展しない原因のひとつは、技を受ける能力に優れた人が少ないからではないでしょうか。柔道が上手く、強い人が受けてこそ、掛ける人の技が磨かれていく。もちろん日本には優れた受け手が多いわけですが、掛ける側と受ける側の

関係性が、柔道上達の根本にあるのかなと、考えるようになった今回の留学経験でした。

そして、はじめにお話した、日本で常識だと思っていたことが海外では常識ではない、という点ですが、実際に暮らしてみても、そういう海外の常識を受け入れる「余裕」のようなものも身に付けることが出来たかなと思っています。今では、柔道への興味はもちろんですが、マシナルアーツにも興味がありますし、歴史などいろいろなことに興味を持つようになりました。

そして、この4月からは教育者としての新しい環境がスタートしました。留学での経験と、出会った人々から得たことを基盤に「第2の人生」に挑戦しようと思います。現在は「教育とは何か」ということを、新しい環境で出会った教育のプロフェッショナルの方々から学んでいるところです。そして、この2年間で感じ、学んできたことを、今後の新しい出会いの中で発展させていきたいと思っています。

最後になりますが、海外で出会った人々からよく、「柔道、more than sports」という言葉を聴きました。けれども私には最初、その言葉が素直に心に響かなか

## 第2の人生への挑戦

写真もいよいよ最後です。これは、武道会に行く途中のフルハムロードという場所にあるパブです。写真に写ってい

ったのです。なぜなら、人間形成や礼節の修練は、野球などほかのスポーツでも行われていることだからです。サッカーを通じて人間形成がなされる人もいますし、柔道をやったからといって必ずしも人間形成がなされるわけでもありません。ですから私はこの言葉の本当の意味を、ずっと考え続けていました。

そんな中、今の新しい職場で出会った武道の専門の先生から決定的な一言をいただきました。それはまた次に機会があればお話させていただきます。教育について、今お話したようなことに思索を深め、研究を重ねながら、挑戦して参ります。

本日は、スライド写真が多く、話下手なこともあってお聞き辛い点が多々あったかと思えます。それでもご清聴いただき、本当にありがとうございます。

**司会** ありがとうございます。柔道を通じた異文化交流や人的交流から、本当に多くのことを学んで帰ってこられたのだなと感じました。たくさんの友情という宝物を持って帰られて、今後に活かしていられるのだなと拝察いたしました。限られた時間ですが質問をお受けしたいと思います。

《会場からの質問》

塚田さんのお話には出てきませんでしたが、日本の柔道界は昨年、暴力問題に揺れ動きました。イギリスの柔道界や町道場では暴力とどう向き合っているのか、特に印象的なことがあればお話してください。

**塚田真希** イギリスでもその話題で持ちきりになった時期もありました。日本の状況を良く知る人の中には、なぜ今さら問題になるのかという反応も正直ありました。

けれども、教育問題に詳しい方や町道場の経営者に伺うと、「日本もそういう時代になったか」という表現をされた方もおられました。「ここイギリスでは、暴力は絶対にありえない」と。現代は、親御さんでも子供に手をあげたら犯罪になるケースがある時代です。

では、イギリスで町道場を運営している先生方はどう対応しているかという点と、暴力ではなくペナルティを与えて指導をしていると答えてくれた方もいました。例えば、言うことを聞かない生徒や、遅刻してきた生徒がいたら、腕立て伏せやスクワットをやらせる。そうして自分がやったことはダメな事なのだを教えていると。このような回答でよろし

いでしょか。

**司会** 以上で講演を終了いたします。ありがとうございました。

\* \* \*

柔道教育ソリダリティーのバックナンバー講演録をご要望の方は、事務局0463(58)1211(内線3524)までご連絡下さい。講演録は、無料で配布しております。

また、ホームページからもダウンロードすることが出来ます。

【<http://npo-jks.jp>】