

有森裕子さん

[元プロマラソンランナー]

オリンピック女子マラソンで二大会連続メダルを獲得した有森裕子さん。プロランナーを引退した現在は、スポーツを通して子どもたちに一生懸命になることの大切さを教えている。そんな有森さんの子どもたちへの想いとは？



生き方を決定づけた先生の言葉

小学校は多くの人とのコミュニケーションを経験した場、そしていじめられっ子だった私にとっては戦いの場でもありました。いずれにしろ多くを学んだ場ですが、特に印象に残っているのは体育の先生。担任ではありませんでしたが、子どもの短所を、「おまえしか持っていないものだからいいじゃないか！」というように、前向きになれる言葉をさりげなくかけてくれる先生でした。その先生の言葉ひとつひとつが心に残っています。なかでも、「なんでもいいから、ひとつだけがんばれるものを見つけて、がんばり続ければ何かできるよ」という言葉は、後の私の人生を決定づけたと思います。その後、私は、がんばるものを“走ること”に決め、人生をかけて続けることになりました。あの言葉が今の自分という人間を形作ってくれたと思います。

走ることは別に好きじゃなかった

中学校ではバスケットボール部に所属していましたが、チームプレイが苦手だった私は、高校生になって本格的に陸上を始めました。ただし、よく誤解されるんですが、私は走ることが好きだったわけではありません。趣味としての好き嫌いといえば、本当はアートや手芸が好きだったんです。それは今でも変わっていません。ただ中学の運動会で、800m走が3年連続1位になり、それまでの人生で唯一結果を伴ったのが陸上だっただけなのです。ですから自分で選んだ、というよりも、それしかなかったの

です。しかも結果といっても、その後の高校・大学に至っては、実績はゼロに近く、何も結果は残せていません。それでもあきらめるとい選択肢はありませんでした。一生懸命がんばりました。それはやはり、前述の小学校時代の先生の「がんばり続ければ何かできるよ」という言葉があったからのように感じます。幼い子どもの頃に聞いた一言でも、大人になるまで影響を与えることがあるのです。

「がんばる」ことは悪くない

先ほどから私の話には、「がんばる」という言葉がよく出てきていますね。最近はこの「がんばる」ことが、ネガティブなイメージで捉えられているような気がしてなりません。プレッシャーを与えるのはよくないというのもよく聞かれます。でも、私は、「がんばる」のは素晴らしいことだと考えています。ある時、子どもに、「有森さん、一生懸命がんばれば必ず勝つんですか？」と聞かれました。それはわかりません。一生懸命がんばっても負けることだってあります。「わからないけど、努力しないよりはしたほうがいい。手を抜いて負けたらマイナスしかないけれど、がんばったのなら、結果的に負けてしまっても必ずプラスになる」と答えました。子どもたちの多くは、できないことをマイナスだと思っているようです。でも、結果として負けてしまったり、達成できなかったりしても、本人にとってがんばったことがいい経験になれば、成功したといえるのではないのでしょうか。

子どもたちに伝えたいこと

今、私は講演会やイベント、そしてキッズキャンプなどの活動をしています。すべてはスポーツを通じた活動ですが、技術を教えるよりも、人間力を高めてもらいたいと思っています。競技中のルールやかけ声、コミュニケーションが、そのまま日常生活のマナーや挨拶になればいいと考えているのです。そして、何よりも伝えたいのが「スタートしたことはフィニッシュすること」です。結果は関係ありません。がんばる過程の重要性を伝えたいのです。実際、さまざまな場面で、私はかなり厳しい先生なのですが(笑)、真正面からぶつかっていけば、子どもたちの心は確実に動きます。たった2・3日のキャンプでも、子どもたちのなかで何かが変化して帰っていきます。もちろん、毎日子どもたちと接している先生方とはちょっと立場は違いますが、接してみると、子どもたちは皆、鋭く、感受性が豊かなことに気づきます。だから、ちょっとした言葉が、彼らの人生を良い方向へと導くかもしれません。実際に私がそうでした。だから、先生方には、子どもたちにたくさん言葉をかけてあげてほしいと思います。私もこれからもっと子どもに関わる活動をしていきたいと思っています。



「キッズスポーツ体験 キャンプ2007」にて

有森裕子(ありもりゆうこ) | プロフィール

1966年、岡山県生まれ。日本体育大学卒業後、(株)リクルート入社。バルセロナオリンピックの女子マラソンで銀メダル、アトランタで銅メダルを獲得。2007年に引退後は、NPO「ハート・オブ・ゴールド」代表、マネジメント会社「ライツ」取締役などを兼任。スポーツを通して教育に力を注いでいる。

「一生懸命がんばること」を、
子どもたちに伝えたい。